



# Asus VivoWatch SP User Manual



1  
2  
3  
4  
5  
6  
7  
8  
9  
10  
11  
12  
13  
14  
15  
16  
17  
18

19  
20  
21  
22  
23  
24  
25  
26  
27  
28  
29  
30  
31  
32  
33  
34  
35  
36  
37  
38  
39  
40  
41  
42  
43  
44  
45  
46  
47  
48  
49  
50  
51  
52  
53  
54  
55  
56  
57  
58  
59  
60  
61  
62  
63  
64  
65  
66  
67  
68

69  
70  
71  
72  
73  
74  
75  
76  
77  
78  
79  
80  
81  
82  
83  
84  
85  
86  
87  
88  
89  
90  
91  
92  
93  
94  
95  
96  
97  
98  
99  
100  
101  
102  
103  
104  
105  
106  
107  
108  
109  
110  
111  
112  
113  
114  
115  
116  
117  
118

119  
120  
121  
122  
123  
124  
125  
126  
127  
128  
129  
130  
131  
132  
133  
134  
135  
136  
137  
138  
139  
140  
141  
142  
143  
144  
145  
146  
147  
148  
149  
150  
151  
152  
153  
154  
155  
156  
157  
158  
159  
160  
161  
162  
163  
164  
165  
166  
167  
168

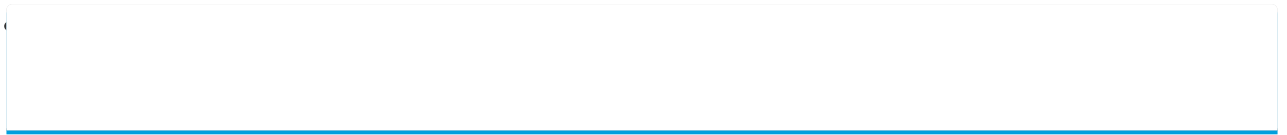
169  
170  
171  
172  
173  
174  
175  
176  
177  
178  
179  
180  
181  
182  
183  
184  
185  
186  
187  
188  
189  
190  
191  
192  
193  
194  
195  
196  
197  
198  
199  
200  
201  
202  
203  
204  
205  
206  
207  
208  
209  
210  
211  
212  
213  
214  
215  
216  
217  
218



219  
220  
221  
222  
223  
224  
225  
226  
227  
228  
229  
230  
231  
232  
233  
234  
235  
236  
237  
238  
239  
240  
241  
242  
243  
244  
245  
246  
247  
248  
249  
250  
251  
252  
253  
254  
255  
256  
257  
258  
259  
260  
261  
262  
263  
264  
265  
266  
267  
268

269  
270  
271  
272  
273  
274  
275  
276  
277  
278  
279  
280  
281  
282  
283  
284  
285  
286  
287  
288  
289  
290  
291  
292  
293  
294  
295  
296  
297  
298  
299  
300  
301  
302  
303  
304  
305  
306  
307  
308  
309  
310  
311  
312  
313  
314  
315  
316  
317  
318

319  
320  
321  
322  
323  
324





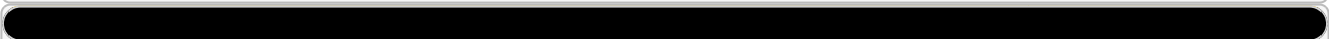


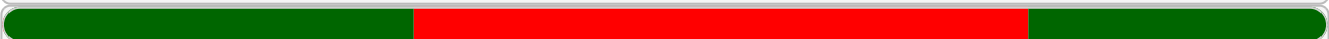


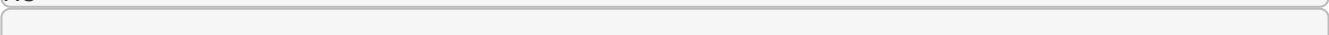
•

[Table of Contents](#)

•

## Bookmarks

Available languages

-  EN
-  FR
-  DE
-  ES
-  IT
-  PT
-  PL
-  RU
- 

CZ

More

## Quick Links

[1 Pairing for the First Time](#)

[Download this manual](#)



U15974

May 2020

First Edition

HC-A05

# User Manual

Android App



[Table of Contents](#)

[Next Page](#)

1  
2  
3  
4  
5

## Related Manuals for Asus VivoWatch SP

[Watch Asus VivoWatch SP User Manual](#)

(188 pages)

[Fitness Trackers Asus HC-A05 User Manual](#)

(54 pages)

[Watch ASUS VivoWatch User Manual](#)

(54 pages)

[Watch ASUS VivoWatch E-Manual](#)

(50 pages)

[Watch Asus VIVOWATCH E-Manual](#)

(48 pages)

[Watch Asus VivoWatch BP User Manual](#)

(426 pages)

[Watch Asus VivoWatch BP User Manual](#)

(120 pages)

[Watch Asus VivoWatch 5 User Manual](#)

(340 pages)

[Watch Asus VivoWatch 5 User Manual](#)

(196 pages)

[Watch Asus VivoWatch 5 AERO User Manual](#)

(54 pages)

[Watch Asus ZENWATCH3 E-Manual](#)

(64 pages)

[Watch Asus ZenWatch User Manual](#)

(58 pages)

[Watch Asus ZenWatch Quick Start Manual](#)

(19 pages)

[Watch Asus ZenWatch E-Manual](#)

(46 pages)

[Watch Asus ZenWatch 2 WI502Q E-Manual](#)

(62 pages)

## Summary of Contents for Asus VivoWatch SP

[Page 1](#) U15974 May 2020 First Edition HC-A05 User Manual Android App iOS App...

[Page 2](#) Table of Contents English .....1 Français .....37 Deutsch  
.....71 Italiano .....105 Русский ..... 139 Español  
..... 173 Português .....207 Čeština .....241 Polski  
.....275 Appendix .....309...

[Page 3](#) Introduction Thank you for purchasing the ASUS VivoWatch SP! ASUS VivoWatch SP is the wearable device that packs ASUS HealthAI technology and some fitness functions with all the benefits of being accurate, smart, and compact. Please fill in the following information for future reference:...

## [Page 4: About This Manual](#)

Chapter 1: Getting started This chapter details the hardware components of your ASUS VivoWatch SP and shows you how to use the different parts of your ASUS VivoWatch SP.

Chapter 2: Using your ASUS VivoWatch SP This chapter provides an overview of using your ASUS VivoWatch SP.

## [Page 5: Conventions Used In This Manual](#)

This message contains important information that must be followed to keep you safe while performing tasks and prevent damage to your ASUS VivoWatch SP's data and components.

Typography **Bold** = This indicates a menu or an item that must be selected.

## [Page 6: Safety Precautions](#)

5°C and 40°C, and stored in environments with ambient temperatures between -20°C and 45°C.

- DO NOT leave your ASUS VivoWatch SP in a hot car. Temperatures in a parked car on sunny days can exceed the recommended ambient temperatures.

[Page 7](#) • Keeping your ASUS VivoWatch SP and the strap clean and dry will reduce the possibility of skin irritation. • If you experience redness, swelling, itchiness, or any other irritation or discomfort on your skin around, or beneath, your ASUS VivoWatch SP, please remove your ASUS VivoWatch SP and consult your physician before resuming wear.

## [Page 8: Battery Precautions](#)

Battery precautions • Do not dispose of in fire. • Never attempt to short-circuit the battery. • Never attempt to disassemble and reassemble the battery. • Discontinue usage if leakage is found.

## [Page 9: Getting Started](#)

Getting started...

[Page 10](#) Getting to know your ASUS VivoWatch SP • Your ASUS VivoWatch SP can be used as a standalone device for measurements and time adjustments. • Download and install the companion app for a complete overview of your health data. For more details, refer to the...

[Page 11](#) 50 meters. Suitable for splashes, rain, showering and swimming. • DO NOT use your ASUS VivoWatch SP in liquids with chemicals or salt water (such as sea water, swimming pools, or hot springs) as it may damage the charging connectors.

[Page 12](#) Use the touch screen display panel to operate your ASUS VivoWatch SP using gestures. For more details, refer to the Using your ASUS VivoWatch SP section in this manual. Strap The strap allows you to wear your ASUS VivoWatch SP on your wrist.

## [Page 13: Home Button](#)

Home button Press this button on your ASUS VivoWatch SP to return to the home screen. You can also press this button to unlock your ASUS VivoWatch SP or enable other functions. Press and hold this button for one (1) second to power on your ASUS VivoWatch SP, or press and hold this button for three (3) seconds to power off your ASUS VivoWatch SP.

[Page 14](#) Charging your ASUS VivoWatch SP 1. Open the charging clip. 2. Align and place the charging connectors on the back of your ASUS VivoWatch SP onto the charging connectors on the charging clip. Before connecting the charging clip to your ASUS VivoWatch...

[Page 15](#) 3. Ensure the charging clip holds onto your ASUS VivoWatch SP firmly. 4. Connect the USB cable to the charging clip, then connect the USB cable to a power source to start charging. Your ASUS VivoWatch SP automatically powers on when fully charged.

[Page 17](#) Using your ASUS VivoWatch SP...

## [Page 18: Installing The Companion App](#)

Installing the companion app Pair your ASUS VivoWatch SP with the companion app to take advantage of all its features, such as activity data, pill reminders, path tracking, message and

call notifications, and sleep and health recommendations. 1. On your phone, log in or sign up for a Google account or Apple ID.

## [Page 19: Pairing For The First Time](#)

Pairing for the first time • Turn on the Bluetooth of your phone before pairing. • Ensure that the ASUS VivoWatch SP is within three meters from your phone. 1. Press and hold the Home button for one (1) second to power on your ASUS VivoWatch SP.

[Page 20](#) Navigating your ASUS VivoWatch SP Unlocking your ASUS VivoWatch SP Press the Home button to unlock your ASUS VivoWatch SP. You can scroll through the ASUS VivoWatch SP features after it is unlocked. After a period of inactivity, the ASUS VivoWatch SP...

[Page 21](#) Scrolling through ASUS VivoWatch SP features Swipe left or right to scroll through the ASUS VivoWatch SP features. You can press the Home button to return to the HOME screen.

[Page 22](#) Viewing more information for the selected feature Swipe up or down to view more information for the selected ASUS VivoWatch SP feature or change the watch face. Not all features contain additional information.

## [Page 23: Home Screen](#)

The screens shown in this manual are for reference only. Home screen The ASUS VivoWatch SP home screen displays the time, date, and status of your ASUS VivoWatch SP. Icon...

[Page 24](#) PTT index screen This screen allows you to measure your health data. Your ASUS VivoWatch SP can also estimate your emotional stress by using the PTT (Pulse Transit Time) Index. Swipe right from the Home screen to enter the PTT index screen. Place...

[Page 25](#) To get more accurate results: • Wear the ASUS VivoWatch SP in a normal way with the watch face facing up, the bottom of the ASUS VivoWatch SP touching your skin, and the ASUS VivoWatch SP away from your wrist bone.

[Page 26](#) Body Harmony measuring screen This screen allows you to measure your Body Harmony (including the Stress index and Relax index). The Body Harmony data will help you to keep track of your well-being, and ultimately, enable you to improve the balance of your body and mind.

[Page 27](#) Pulse O2 level screen Your ASUS VivoWatch SP features a wrist-based Pulse O2 level function. It will help you determine how your body is acclimating to high altitudes for alpine sports and expeditions. Entering Pulse O2 level mode To enter Pulse O2 level mode, swipe left or right to the screen that displays Pulse O2 Level.

[Page 28](#) On your ASUS VivoWatch SP, your Pulse O2 level reading appears as a percentage and color on the graph. Using the ASUS HealthConnect App for Pulse O2 level reading On the ASUS HealthConnect app, you will have access to additional details...

[Page 29](#) VivoWatch SP automatically determines your current heart rate. To get more accurate results: 1. Wear the ASUS VivoWatch SP in a normal way with the watch face facing up, the bottom of the ASUS VivoWatch SP touching your skin, and the ASUS VivoWatch SP away from your wrist bone.

## [Page 30: Exercise Screen](#)

Exercise screen This screen allows you to keep track of your exercise sessions. When you start exercise mode, your ASUS VivoWatch SP will record information about the current exercise session and show the information as they are recorded. Entering exercise mode...

[Page 31](#) From the exercise screen, swipe up or down to view information such as the real time heart rate, exercise time, calories, steps, and distance for the current exercise session. Exiting exercise mode To exit exercise mode, press the Home button, then tap exit exercise mode.

[Page 32](#) Enter your personal information correctly for more accurate health data. Target Set your daily calorie goal and step goal. Brightness Adjust the brightness of your ASUS VivoWatch

SP. This effect is more noticeable in darker environments. Language Change device language.

### [Page 33: Activities Screen](#)

Activities screen Your ASUS VivoWatch SP will automatically record your daily activities and display them on this screen. Swipe left from the Home screen to enter the Activities screen. You can view your daily activities such as steps you have taken, calories you have burned, the altitude you are at, your sleep time, and your comfort sleep time as they are recorded.

[Page 34](#) Notifications When you receive a call or message on your paired phone, your ASUS VivoWatch SP will vibrate and show you the phone number of the caller or a preview of the message. Reminders Your ASUS VivoWatch SP will also show you walk and pill reminders to aid...

[Page 35](#) Updating your ASUS VivoWatch SP Updating through the ASUS HealthConnect App 1. Launch the ASUS HealthConnect App. 2. From the Today screen, tap Device on the bottom.

[Page 36](#) 3. On My Device screen, select FW Version and tap Check update to check if your current version is up to date.

[Page 37](#) Introduction Merci d'avoir acheté l'ASUS VivoWatch SP ! L'ASUS VivoWatch SP est un dispositif portable intégrant la technologie ASUS HealthAI, ainsi que certaines fonctions de fitness, et a pour avantage d'être précis, intelligent et compact. Veuillez remplir les informations suivantes pour d'éventuels besoins futurs : DATE D'ACHAT :  
\_\_\_\_\_ NUMÉRO DE SÉRIE :  
\_\_\_\_\_...

### [Page 38: À Propos De Ce Manuel](#)

À propos de ce manuel Ce manuel offre une vue d'ensemble des caractéristiques logicielles et matérielles de votre ASUS VivoWatch SP, et est constitué des chapitres suivants : Chapitre 1 : Mise en route Ce chapitre détaille les composants matériels de votre ASUS VivoWatch SP ainsi que leur utilisation.

[Page 39](#) à compléter certaines tâches. Ce message contient des informations importantes devant être suivies pour garantir votre sécurité lors de l'exécution de certaines tâches et de ne pas endommager les données de l'ASUS VivoWatch SP et ses composants. Typographie Gras = Fait référence à...

### [Page 40: Précautions Relatives À La Sécurité](#)

Précautions relatives à la sécurité • L'ASUS VivoWatch SP et la station de charge doivent être recyclées de façon appropriée. • Gardez les pièces de petite taille hors de portée des enfants. • L'ASUS VivoWatch SP doit être utilisée dans un environnement dont la température ambiante est comprise entre 5°C et 40°C et stockée dans un...

[Page 41](#) Continuer à porter la montre, même après l'atténuation des symptômes, peut causer une irritation de plus forte intensité. • L'ASUS VivoWatch SP n'est pas un appareil médical et ASUS ne fait aucune allégation en ce sens. Cet appareil n'est pas destiné...

[Page 42](#) Précautions relatives à la batterie • Ne jetez pas la batterie au feu. • Ne tentez jamais de court-circuiter la batterie de l'appareil. • Ne tentez jamais de désassembler ou de ré-assembler la batterie. • Cessez d'utiliser l'appareil si la batterie fuit.

### [Page 43: Prise En Main](#)

Prise en main...

[Page 44](#) Présentation de votre ASUS VivoWatch SP • Votre ASUS VivoWatch SP peut être utilisée comme un appareil autonome pour effectuer des mesures. • Téléchargez et installez l'application compagnon pour avoir un aperçu complet de vos données de santé. Pour plus de détails, consultez la section Installer l'application compagnon de ce manuel.

[Page 45](#) • ASUS VivoWatch SP offre une étanchéité de 5 ATM et peut résister à une pression équivalente à une profondeur de 50 mètres. Résiste aux éclaboussures, peut être portée sous la douche et pendant la nage. • N'utilisez PAS l'ASUS VivoWatch SP dans des liquides contenant

des produits chimiques ou dans l'eau salée (telle que l'eau de...

## [Page 46: Écran Tactile](#)

également de mesurer votre fréquence cardiaque. Pour plus de détails, consultez la section «Utilisation de l'ASUS VivoWatch SP» de ce manuel. Écran tactile Utilisez des fonctions gestuelles sur l'écran tactile pour faire fonctionner votre ASUS VivoWatch SP.

[Page 47](#) Maintenez ce bouton enfoncé pendant une (1) seconde pour allumer votre ASUS VivoWatch SP ou pendant trois (3) secondes pour éteindre votre ASUS VivoWatch SP. Maintenez ce bouton enfoncé pendant deux (10) secondes pour redémarrer votre ASUS VivoWatch SP.

[Page 48](#) Charger votre ASUS VivoWatch SP Ouvrez la pince de charge. Aligned et placez les connecteurs de charge situés à l'arrière de votre ASUS VivoWatch SP sur les connecteurs de la pince de charge. Avant de placer la pince de charge sur votre ASUS VivoWatch SP, assurez-vous que les connecteurs de charge et la face inférieure de...

[Page 49](#) Assurez-vous que la pince de charge tiennent fermement votre ASUS VivoWatch SP. Connectez le câble USB à la pince de charge, puis connectez le câble USB à une source d'alimentation pour commencer à charger. L'ASUS VivoWatch SP s'allume automatiquement une fois que la batterie est complètement chargée.

[Page 51](#) Utilisation de l'ASUS VivoWatch SP...

[Page 52](#) Installer l'application compagnon Associez votre ASUS VivoWatch SP à l'application compagnon pour profiter de toutes ses fonctionnalités, telles que les données d'activité, les rappels de prise de médicaments, le suivi de vos déplacements, les notifications de message et d'appel et les recommandations de sommeil et de santé.

[Page 53](#) • Vérifiez que votre montre se trouve à une portée maximale de 3 mètres du téléphone. Maintenez le bouton d'accueil pendant une (1) seconde pour allumer votre ASUS VivoWatch SP. Lancez l'application ASUS HealthConnect App. Suivez les instructions apparaissant à l'écran de votre téléphone et votre ASUS VivoWatch SP pour terminer l'association.

[Page 54](#) Naviguer sur votre ASUS VivoWatch SP Déverrouiller votre ASUS VivoWatch SP Appuyez sur le bouton Accueil pour déverrouiller votre ASUS VivoWatch SP. Vous pouvez faire défiler les différentes fonctionnalités de l'ASUS VivoWatch SP une fois cette dernière déverrouillée. Après une certaine période d'inactivité, l'ASUS VivoWatch SP affichera à...

[Page 55](#) Faire défiler les fonctionnalités ASUS VivoWatch SP Faites glisser vers la gauche ou la droite pour faire défiler les différentes fonctionnalités disponibles. Vous pouvez appuyer sur le bouton Accueil pour revenir à l'écran d'accueil.

[Page 56](#) Afficher plus d'informations sur la fonctionnalité sélectionnée Balayez vers le haut ou vers le bas pour afficher plus d'informations sur la fonction ASUS VivoWatch SP sélectionnée ou modifier le cadran de montre. Certaines fonctionnalités ne contiennent pas d'informations supplémentaires.

[Page 57](#) Les captures d'écran de ce manuel sont données à titre indicatif uniquement. Écran d'accueil L'écran d'accueil de votre ASUS VivoWatch SP affiche la date et l'heure ainsi que l'état de la montre. Icône Description Locked (Verrouillé)

[Page 58](#) Écran d'indice TTP Cet écran vous permet de mesurer vos données de santé. Votre ASUS VivoWatch SP peut également évaluer votre stress émotionnel en utilisant l'indice TTP (Temps de Transit du Pouls). Faites glisser vers la droite à partir de l'écran d'Accueil pour accéder à l'écran...

[Page 59](#) Votre ASUS VivoWatch SP utilise le capteur PPG en conjonction avec l'électrode pour vous permettre de relever vos données de santé. La façon dont vous portez votre ASUS VivoWatch SP peut affecter la précision des mesures. Pour garantir des résultats précis : •...

[Page 60](#) Écran de mesure d'harmonie corporelle Cet écran vous permet de mesurer votre harmonie corporelle (qui inclut l'indice de stress et l'indice de relaxation). Les données

d'harmonie corporelle vous aideront à surveiller votre bien-être, pour finalement vous permettre d'équilibrer votre corps et votre esprit.

[Page 61](#) Écran de niveau Pulse O2 Votre ASUS VivoWatch SP propose une fonction de mesure du niveau Pulse O2 (indice SpO2) au poignet. Il vous aidera à déterminer le niveau d'adaptation de votre corps aux hautes altitudes, pour les sports alpins et les randonnées en montagne.

[Page 62](#) Sur votre ASUS VivoWatch SP, la mesure de l'indice SpO2 apparaît en pourcentage et en couleur sur le graphique. Utiliser l'application ASUS HealthConnect pour mesurer le niveau Pulse O2 Dans l'application ASUS HealthConnect, vous aurez accès à plus de détails sur les...

[Page 63](#) Écran de rythme cardiaque Cet écran affiche votre pouls actuel. Le capteur PPG intégré à votre ASUS VivoWatch SP détecte automatiquement votre rythme cardiaque. Pour garantir des résultats précis : Portez la montre de façon normale avec le cadran pointé vers le haut et le dessous de la montre en contact avec votre peau et à...

[Page 64](#) Cet écran vous permet d'obtenir un suivi de vos sessions d'exercice. Lorsque le mode exercice est activé, votre ASUS VivoWatch enregistre les informations de la session d'exercice en cours et les affiche à l'écran tout au long de la session d'exercice.

[Page 65](#) À partir de l'écran d'exercice, faites glisser vers le haut ou le bas pour afficher des informations telles que le rythme cardiaque en temps réel, le temps d'exercice, les calories, le nombre de pas et la distance pour la séance d'exercice en cours. Quitter le mode exercice Pour quitter le mode exercice, appuyez sur le bouton Accueil puis sur...

[Page 66](#) Paramètres Cet écran vous permet de modifier les paramètres directement sur votre ASUS VivoWatch SP. À partir de l'écran d'accueil, faites glisser à trois reprises vers la gauche pour accéder aux Paramètres. Balayez vers le haut ou vers le bas de l'écran Paramètres pour afficher les paramètres...

[Page 67](#) Écran des activités Votre ASUS VivoWatch SP enregistrera automatiquement vos activités quotidiennes et les affichera sur cet écran. Faites glisser vers la gauche à partir de l'écran d'Accueil pour accéder à l'écran des Activités. Vous pouvez visualiser vos activités quotidiennes telles que votre nombre de pas, les calories que vous avez brûlées, l'altitude actuelle, votre temps de sommeil ou...

[Page 68](#) Notifications Lorsque vous recevez un appel ou un message sur le téléphone associé, votre ASUS VivoWatch SP vibre et affiche le numéro de téléphone de l'appelant ou affiche un aperçu du message. Rappels Votre ASUS VivoWatch SP affichera également des rappels de marche et de prise...

[Page 69](#) Mettre à jour votre ASUS VivoWatch SP Mise à jour via l'application ASUS HealthConnect Lancez l'application ASUS HealthConnect App. À partir de l'écran Aujourd'hui, appuyez sur Appareil en bas.

[Page 70](#) Sur l'écran Mon appareil, sélectionnez Version du firmware et appuyez sur Vérifier les mises à jour pour vérifier si votre version actuelle est la plus récente.

[Page 71](#) Einführung Vielen Dank für den Kauf Ihrer ASUS VivoWatch SP! Die ASUS VivoWatch SP ist ein tragbares Gerät, das die Vorteile der ASUS HealthAI-Technologie mit akkuraten, intelligenten und kompakten Fitnessfunktionen kombiniert. Ergänzen Sie bitte die folgenden Informationen zum späteren Nachweis:...

## [Page 72: Über Dieses Handbuch](#)

Softwaremerkmale Ihrer ASUS VivoWatch SP, geordnet in folgenden Kapiteln: Kapitel 1: Erste Schritte Dieses Kapitel beschreibt die Hardware-Komponenten Ihrer ASUS VivoWatch SP und legt dar, wie Sie die verschiedenen Bestandteile Ihrer ASUS VivoWatch SP benutzen. Kapitel 2: Ihre ASUS VivoWatch SP verwenden Dieses Kapitel bietet eine Übersicht zur Nutzung Ihrer ASUS VivoWatch SP.

[Page 73](#) Diese Mitteilung enthält wichtige Informationen, die zur Gewährleistung Ihrer Sicherheit bei der Durchführung von Aufgaben und zur Verhinderung von Schäden an den Daten und Komponenten Ihrer ASUS VivoWatch SP befolgt werden müssen. Typographie Fett = Diese



Schriftart zeigt Ihnen ein Menü oder ein Element, welches ausgewählt werden muss.

[Page 74](#) Halten Sie kleine Komponenten von Kindern fern. • Ihre ASUS VivoWatch SP darf nur in einer Umgebung mit einer Temperatur zwischen 5 °C und 40 °C verwendet werden und nur in einer Umgebung mit einer Temperatur zwischen -20 °C und 45 °C gelagert werden.

[Page 75](#) • Wenn Sie Ihre ASUS VivoWatch SP und das Armband sauber und trocken halten, wird die Möglichkeit einer Hautreizung gesenkt. • Falls bei Ihnen Rötungen, Schwellungen, Juckreiz oder andere Irritationen oder Beschwerden auf Ihrer Haut, um oder unter Ihrer ASUS VivoWatch SP, auftreten, nehmen Sie Ihre Uhr bitte ab und konsultieren Ihren Arzt, bevor Sie die ASUS VivoWatch SP wieder tragen.

[Page 76](#) Vorsichtsmaßnahmen zum Akku • Nicht durch Verbrennen entsorgen. • Versuchen Sie nie, den Akku kurzzuschließen. • Versuchen Sie nicht, den Akku zu de-/montieren. • Unterbrechen Sie die Nutzung, falls der Akku ausläuft.

## [Page 77: Erste Schritte](#)

Erste Schritte...

[Page 78](#) Ihre ASUS VivoWatch SP kennenlernen • Ihre ASUS VivoWatch SP kann als Einzelgerät für Messungen und Zeiteinstellungen verwendet werden. • Laden Sie die Begleit-App herunter und installieren Sie sie für eine vollständige Übersicht Ihrer Gesundheitsmesswerte. Weitere Einzelheiten finden Sie im Abschnitt Installieren der...

[Page 79](#) • Die ASUS VivoWatch SP verfügt über eine Wasserfestigkeit von 5 ATM, wodurch sie einem Druck standhält, der einer Tiefe von 50 Metern entspricht. Sie hält Spritzwasser, Regen, das Duschen und Schwimmen aus. • Verwenden Sie Ihre ASUS VivoWatch SP NICHT in mit Chemikalien oder Salzwasser versetzten Flüssigkeiten (z.B.

## [Page 80: Touch Screen Display](#)

VivoWatch SP verwenden in dieser Anleitung. Touchscreen-Display Mit Gesten auf dem Touchscreen-Display bedienen Sie Ihre ASUS VivoWatch SP. Weitere Einzelheiten finden Sie im Abschnitt Ihre ASUS VivoWatch SP verwenden in dieser Anleitung. Armband Das Armband ermöglicht Ihnen, Ihre ASUS VivoWatch SP am Handgelenk zu tragen.

[Page 81](#) Home-Taste Drücken Sie an Ihrer ASUS VivoWatch SP diese Taste, um zum Home-Bildschirm zurückzukehren. Sie können diese Taste außerdem drücken, um Ihre ASUS VivoWatch SP zu entsperren oder andere Funktionen zu aktivieren. Halten Sie diese Taste für eine (1) Sekunde gedrückt, um Ihre ASUS VivoWatch SP einzuschalten, oder halten Sie diese Taste für drei (3)

[Page 82](#) Ihre ASUS VivoWatch SP aufladen Öffnen Sie den Ladeclip. Richten Sie die Ladeanschlüsse auf der Rückseite Ihrer ASUS VivoWatch SP an den Ladestiften Ihres Ladeclips aus. Stellen Sie vor dem Anschließen des Ladeclips an Ihrer ASUS VivoWatch SP sicher, dass die Ladeanschlüsse und die Unterseite...

[Page 83](#) Stellen Sie sicher, dass der Ladeclip fest mit Ihrer ASUS VivoWatch SP verbunden ist. Schließen Sie das USB-Kabel an den Ladeclip an, verbinden Sie dann das andere Ende des USB-Kabels mit einer Stromquelle, um den Ladevorgang zu starten. Ihre ASUS VivoWatch SP schaltet sich automatisch ein, wenn sie vollständig aufgeladen ist.

[Page 85](#) Ihre ASUS VivoWatch SP verwenden...

[Page 86](#) Installieren der Begleit-App Koppeln Sie Ihre ASUS VivoWatch SP mit der Begleit-App, um alle Funktionen nutzen zu können, z. B. Aktivitätsdaten, Erinnerungen an Medikamenteneinnahmen, Wegverfolgung, Mitteilungs- und Anrufbenachrichtigungen sowie Empfehlungen für einen gesunden Schlaf und gutes Befinden. Melden Sie sich über Ihr Telefon an Ihrem Google-Konto oder mit Ihrer Apple ID an bzw.

[Page 87](#) • Schalten Sie vor der Kopplung die Bluetooth-Funktion Ihres Telefons ein. • Achten Sie darauf, dass sich die ASUS VivoWatch SP innerhalb von drei Metern von Ihrem Telefon befindet. Halten Sie die Home-Taste für eine (1) Sekunde gedrückt, um Ihre ASUS VivoWatch SP

einzuschalten.

[Page 88](#) Ihre ASUS VivoWatch SP navigieren Ihre ASUS VivoWatch SP entsperren Drücken Sie auf die Home-Taste, um Ihre ASUS VivoWatch SP zu entsperren. Sie können nach dem Entsperren die Funktionen der ASUS VivoWatch SP durchblättern. Nach einer Weile der Inaktivität kehrt die ASUS VivoWatch SP zum Home-Bildschirm zurück und ist gesperrt, um...

[Page 89](#) Funktionen der ASUS VivoWatch SP durchblättern Wischen Sie nach links oder rechts, um die Funktionen der ASUS VivoWatch SP durchzublätern. Sie können auf die Home-Taste drücken, um zum Home- Bildschirm zurückzukehren.

[Page 90](#) Weitere Informationen für die ausgewählte Funktion anzeigen Wischen Sie nach oben oder unten, um weitere Informationen für die ausgewählte ASUS VivoWatch SP-Funktion anzuzeigen oder die Uhrenanzeige zu ändern. Nicht alle Funktionen enthalten zusätzliche Informationen.

[Page 91](#) Aktivitätsstatus, Trainingszeiten und Schlafqualität, um Sie auf dem Weg zu einem gesünderen Leben zu unterstützen. Die in dieser Anleitung gezeigten Abbildungen dienen nur als Referenz. Home-Bildschirm Der ASUS VivoWatch SP Home-Bildschirm zeigt die Uhrzeit, Datum und den Status Ihrer ASUS VivoWatch SP. Sym- Beschreibung Gesperrt...

[Page 92](#) Bildschirm für den PTT-Index Mit diesem Bildschirm können Sie Ihre Gesundheitswerte messen. Ihre ASUS VivoWatch SP kann außerdem Ihren emotionalen Stress mithilfe des PTT (Pulse Transit Time)-Index kalkulieren. Wischen Sie im Home-Bildschirm nach rechts, um den Bildschirm für den PTT-Index aufzurufen. Legen Sie Ihren Daumen und Zeigefinger auf die...

[Page 93](#) Ihrer Haut und der Uhr entfernt von Ihrem Handgelenknöchel. • Tragen Sie Ihre ASUS VivoWatch SP so, dass sie Ihnen bequem sitzt. Binden Sie die ASUS VivoWatch SP nicht zu eng um Ihr Handgelenk. Legen Sie Ihren Finger behutsam auf die Elektrode und bedecken Sie • ...

[Page 94](#) Bildschirm zum Messen Ihrer Körperharmonie Mit diesem Bildschirm können Sie Ihre Körperharmonie messen (einschließlich des Stressindex und des Entspannungsindex). Die Körperharmonie-Daten helfen Ihnen dabei, Ihr Wohlbefinden im Auge zu behalten und letztendlich das Gleichgewicht zwischen Körper und Geist zu verbessern.

[Page 95](#) Bildschirm, auf dem Pulse O2 Level (Puls-Sauerstoff- Niveau) angezeigt wird. Bitte tragen Sie Ihr Gerät am Handgelenk und legen Sie Ihren Daumen und Zeigefinger auf die Elektrode und den PPG-Sensor. Stellen Sie sicher, dass Ihre ASUS VivoWatch SP richtig am Handgelenk sitzt. Die Messung beginnt automatisch.

[Page 96](#) Der Wert Ihres Puls-Sauerstoff-Niveaus wird auf Ihrer ASUS VivoWatch SP als Prozentzahl mit einer Farbe in der Grafik angezeigt. ASUS HealthConnect App zur Ermittlung Ihres Puls-Sauerstoff-Niveaus verwenden Über die ASUS HealthConnect App haben Sie Zugriff auf zusätzliche Details zu Ihren Puls-Sauerstoff-Niveau-Messwerten, einschließlich Trends über mehrere...

[Page 97](#) Unterseite der ASUS VivoWatch SP in Kontakt mit Ihrer Haut und der Uhr entfernt von Ihrem Handgelenknöchel. Tragen Sie Ihre ASUS VivoWatch SP so, dass sie Ihnen bequem sitzt. Binden Sie die ASUS VivoWatch SP nicht zu eng um Ihr Handgelenk.

[Page 98](#) Trainingsbildschirm Dieser Bildschirm ermöglicht Ihnen, den Überblick über Ihre Trainingseinheiten zu behalten. Wenn Sie den Trainingsmodus starten, zeichnet Ihre ASUS VivoWatch SP Informationen über die aktuelle Trainingseinheit auf und zeigt diese während der Aufzeichnung an. Trainingsmodus aufrufen Zum Starten des Trainingsmodus wischen Sie zum Trainingsbildschirm nach links oder rechts, dann wählen Sie Outdoor (Außenbereich) oder Indoor...

[Page 99](#) Wischen Sie im Trainingsbildschirm nach oben oder unten, um Informationen wie die Herzfrequenz in Echtzeit, Trainingszeit, Kalorien, Schritte und Wegstrecke für die aktuelle Trainingseinheit anzuzeigen. Trainingsmodus beenden Zum Verlassen des Trainingsmodus drücken Sie auf die Home-Taste, dann tippen Sie auf...

[Page 100](#) Geben Sie Ihre persönlichen Daten korrekt ein, um genauere Gesundheitsmesswerte zu erhalten. Ziel Legen Sie Ihr tägliches Kalorien- und Schrittziel fest. Helligkeit Passen Sie die Helligkeit Ihrer ASUS VivoWatch SP an. Dieser Effekt macht sich in dunkleren Umgebungen deutlicher bemerkbar. Sprache Ändern Sie die Sprache des Geräts.

[Page 101](#) Aktivitätenbildschirm Ihre ASUS VivoWatch SP zeichnet automatisch Ihre täglichen Aktivitäten auf und zeigt sie auf diesem Bildschirm an. Wischen Sie im Home-Bildschirm nach links, um den Aktivitätenbildschirm aufzurufen. Sie können Ihre täglichen Aktivitäten, wie Ihre unternommenen Schritte, Ihre verbrannten Kalorien, Ihre Schlafzeit und Ihre erholsame Schlafzeit anzeigen, nachdem sie aufgezeichnet wurden.

[Page 102](#) Ihre ASUS VivoWatch SP und zeigt Ihnen die Telefonnummer des Anrufers oder eine Vorschau der Nachricht an. Erinnerungen Ihre ASUS VivoWatch SP erinnert Sie auch daran, sich zu bewegen und Ihre Medikamente einzunehmen, um Sie auf dem Weg zu einem gesünderen Lebensstil zu unterstützen.

[Page 103](#) Ihre ASUS VivoWatch SP aktualisieren Über die ASUS HealthConnect App aktualisieren Starten Sie die ASUS HealthConnect App. Tippen Sie im Heute-Bildschirm auf Device (Gerät) am unteren Bildschirmrand.

[Page 104](#) Wählen Sie im Mein Gerät-Bildschirm die Option FW Version (Firmwareversion) und tippen Sie auf Check update (Nach Update suchen), um zu überprüfen, ob Ihre aktuelle Version auf dem neuesten Stand ist.

[Page 105](#) Introduzione Vi ringraziamo per aver acquistato ASUS VivoWatch SP! ASUS VivoWatch SP è il dispositivo indossabile dotato della tecnologia ASUS HealthAI e di altre funzioni fitness; ASUS VivoWatch BP ha tutti i benefici di un prodotto preciso, intelligente e compatto. Inserite le seguenti informazioni per referenza futura:...

## [Page 106: Informazioni Sul Manuale](#)

VivoWatch SP e le organizza nei seguenti capitoli: Capitolo 1: Per iniziare Questo capitolo descrive le componenti hardware del vostro ASUS VivoWatch SP e fornisce informazioni su come utilizzare le differenti parti del vostro ASUS VivoWatch SP. Capitolo 2: Utilizzo del vostro ASUS VivoWatch SP Informazioni generali sull'utilizzo del vostro ASUS VivoWatch SP.

[Page 107](#) Messaggio contenente le indicazioni da seguire per garantire la sicurezza di determinate operazioni onde evitare danni ai dati e alle componenti del vostro ASUS VivoWatch SP. Formati carattere Grassetto = Indica il menu o l'oggetto da selezionare. = Indica le sezioni alle quali potete fare riferimento in questo Corsivo manuale.

## [Page 108: Norme Di Sicurezza](#)

Norme di sicurezza • ASUS VivoWatch SP e la clip di ricarica devono essere riciclati o smaltiti correttamente. • Tenete le altre componenti di piccole dimensioni lontano dalla portata dei bambini. • ASUS VivoWatch SP deve essere utilizzato solamente in ambienti con temperature comprese fra 5 °C e 40 °C, e conservato in condizioni di...

[Page 109](#) • Mantene il vostro ASUS VivoWatch SP e il cinturino puliti, questo aiuterà a ridurre la possibilità di irritazioni. • Se andate incontro a rossore, gonfiore, prurito o qualsiasi altra irritazione o disturbo sulla pelle attorno a ASUS VivoWatch SP, o in profondità, rimuovete subito ASUS VivoWatch SP e consultate il vostro medico curante.

[Page 110](#) Norme di sicurezza per la batteria • Non gettate nel fuoco. • Non cercate mai di cortocircuitare la batteria. • Non cercate mai di disassemblare e riassemblare la batteria. • Interrompete subito l'utilizzo se rilevate una qualsiasi perdita.

## [Page 111: Per Iniziare](#)

Per iniziare...

[Page 112](#) Conoscete il vostro ASUS VivoWatch SP • ASUS VivoWatch SP può essere utilizzato come dispositivo autonomo per misurazioni e regolazioni dell'ora. • Per una panoramica completa dei dati sulla vostra salute scaricate e installate l'app di supporto. Per maggiori dettagli fate riferimento alla sezione Installazione dell'app di supporto di questo manuale.

[Page 113](#) • ASUS VivoWatch SP è resistente all'acqua fino a 5 ATM, in grado di sopportare una pressione equivalente ad una profondità di 50 metri. Il prodotto può essere utilizzato in caso di spruzzi, pioggia, nuoto o sotto la doccia. • NON usate il vostro ASUS VivoWatch SP a contatto con liquidi...

[Page 114](#) «Utilizzo del vostro ASUS VivoWatch SP» di questo manuale. Schermo touch Usate lo schermo touch per comandare ASUS VivoWatch SP tramite i gesti interattivi. Per maggiori dettagli fate riferimento alla sezione Utilizzo del vostro ASUS VivoWatch SP di questo manuale.

[Page 115](#) Premete e tenete premuto questo pulsante per un (1) secondo per accendere ASUS VivoWatch SP, o premete e tenete premuto questo pulsante per tre (3) secondi per spegnere ASUS VivoWatch SP. Premete e tenete premuto questo pulsante per dieci (10) secondi per forzare il riavvio di ASUS VivoWatch SP.

[Page 116](#) Caricare la batteria di ASUS VivoWatch SP Aprite la clip di ricarica. Allineate e posizionate i connettori di ASUS VivoWatch SP sui connettori presenti sulla clip di ricarica. Prima di collegare la clip di ricarica ad ASUS VivoWatch SP assicuratevi che i connettori di ricarica sulla parte inferiore di ASUS VivoWatch SP siano puliti e asciutti, per prevenire corrosione e malfunzionamenti: 1.

[Page 117](#) Assicuratevi che la clip di ricarica sia fissata correttamente a ASUS VivoWatch Collegare il cavo USB alla clip di ricarica, quindi collegare il cavo USB ad una fonte di alimentazione per avviare la ricarica. ASUS VivoWatch SP si accende automaticamente quando la batteria è...

[Page 119](#) Utilizzo del vostro ASUS VivoWatch SP...

[Page 120](#) Installazione dell'app di supporto Associate ASUS VivoWatch SP all'app di supporto per godere di tutti i vantaggi delle sue funzioni, come dati sull'esercizio, promemoria sui farmaci, tracciamento dei percorsi, notifiche di messaggi e chiamate e raccomandazioni sul sonno e sulla salute.

[Page 121](#) • Attivate il Bluetooth del vostro telefono prima di eseguire l'associazione. • Assicuratevi che il vostro ASUS VivoWatch SP sia distante meno di tre metri dal vostro telefono. Premete e tenete premuto il pulsante Home per un (1) secondo per accendere ASUS VivoWatch SP.

[Page 122](#) Navigare ASUS VivoWatch SP Sblocco di ASUS VivoWatch SP Premete il pulsante Home per sbloccare il vostro ASUS VivoWatch SP. Una volta sbloccato ASUS VivoWatch SP potete navigare tra le sue funzioni. Dopo un periodo di inattività ASUS VivoWatch SP torna alla schermata Home e si blocca per evitare un utilizzo non desiderato.

[Page 123](#) Scorrimento tra le funzioni di ASUS VivoWatch SP Scorrete il dito verso sinistra o destra per navigare tra le funzioni di ASUS VivoWatch SP. Potete premere il pulsante Home per tornare alla schermata Home.

[Page 124](#) Visualizzare più informazioni per la funzione selezionata Scorrete verso l'alto o verso il basso per visualizzare più informazioni per la funzione selezionata di ASUS VivoWatch SP, o per cambiare il quadrante. Non tutte le funzioni dispongono di informazioni addizionali.

[Page 125](#) Le schermate in questa sezione hanno scopo puramente illustrativo. Schermata Home La schermata Home di ASUS VivoWatch SP mostra l'ora, la data e lo stato del vostro ASUS VivoWatch SP. Icona Descrizione...

[Page 126](#) Schermata PTT Index Questa schermata permette di misurare i dati sulla salute. ASUS VivoWatch SP è anche in grado di stimare lo stress emotivo tramite l'indice PTT (Pulse Transit Time). Scorrete verso destra nella schermata Home per accedere alla schermata PTT...

[Page 127](#) Per ottenere un risultato più accurato: • Indossate ASUS VivoWatch SP normalmente e con il quadrante rivolto verso l'alto, con la parte inferiore di ASUS VivoWatch SP a contatto con la pelle e ASUS VivoWatch SP non a contatto con l'osso del polso. •...

[Page 128](#) Schermata di misurazione Body Harmony Questa schermata permette di misurare

l'armonia del vostro corpo (sono inclusi gli indici di stress e rilassamento). I dati di Body Harmony vi permettono di tenere traccia del vostro benessere e vi aiutano a migliorare il bilanciamento tra corpo e mente.

[Page 129](#) Schermata Pulse O2 Level Il vostro ASUS VivoWatch SP è dotato di una funzione Pulse O2 Level. Vi aiuterà a determinare in che modo il vostro corpo si adatta ad elevate altitudini nel caso degli sport alpini e durante le spedizioni.

[Page 130](#) Su ASUS VivoWatch SP la lettura del vostro Pulse O2 Level apparirà in percentuale e con dei colori su un grafico. Utilizzo dell'app ASUS HealthConnect per la lettura di Pulse O2 Level Nell'app ASUS HealthConnect avrete accesso ad informazioni aggiuntive in...

[Page 131](#) Per ottenere un risultato più accurato: Indossate ASUS VivoWatch SP normalmente e con il quadrante rivolto verso l'alto, con la parte inferiore di ASUS VivoWatch SP a contatto con la pelle e ASUS VivoWatch SP non a contatto con l'osso del polso.

[Page 132](#) Schermata Esercizio Questa schermata vi permette di tenere traccia delle vostre sessioni di esercizio. Quando avviare la modalità Esercizio ASUS VivoWatch SP registra le informazioni sulla sessione di esercizio corrente e le mostra mentre queste vengono registrate. Entrare nella modalità Esercizio Per entrare nella modalità...

[Page 133](#) Dalla schermata Esercizio scorrete verso l'alto o il basso per visualizzare informazioni quali il battito cardiaco in tempo reale, la durata dell'esercizio, le calorie, i passi e la distanza per la sessione corrente di esercizio. Uscire dalla modalità Esercizio Per uscire dalla modalità Esercizio premete il pulsante Home e toccate...

[Page 134](#) Obiettivo Impostate il vostro obiettivo giornaliero di calorie e passi. Luminosità Permette di regolare la luminosità di ASUS VivoWatch SP. Questo effetto è più evidente negli ambienti bui. Lingua Permette di cambiare la lingua del dispositivo.

[Page 135](#) Schermata Attività ASUS VivoWatch SP registra automaticamente le vostre attività giornaliere e le mostra in questa schermata. Scorrete verso sinistra nella schermata Home per accedere alla schermata Attività. Potete visualizzare le vostre attività come il numero dei passi, le calorie consumate, l'altitudine, la durata del sonno e la qualità...

[Page 136](#) SP vibra e vi mostra il numero di telefono di chi sta effettuando la chiamata o un'anteprima del messaggio. Promemoria ASUS VivoWatch SP è anche in grado di mostrarvi promemoria per invitarvi a camminare o ad assumere i vostri farmaci/integratori, per indirizzarvi ad uno stile di vita salutare.

[Page 137](#) Aggiornamento di ASUS VivoWatch SP Aggiornamento tramite app ASUS HealthConnect. Avviate l'app ASUS HealthConnect. Nella schermata Oggi toccate Dispositivo nella parte inferiore.

[Page 138](#) Nella schermata Mio Dispositivo selezionate FW Version e toccate Controllo aggiornamenti per verificare che la vostra versione sia aggiornata.

[Page 139](#) Введение Благодарим Вас за приобретение ASUS VivoWatch SP! ASUS VivoWatch SP - носимое устройство, оснащенное технологией ASUS HealthAI и функциями для фитнеса со всеми преимуществами для точной, интеллектуальной и компактной работы. Пожалуйста, заполните следующую информацию для дальнейшего использования: ДАТА ПОКУПКИ: \_\_\_\_\_ СЕРИЙНЫЙ...

[Page 140](#) Глава 2: Использование устройства В этой главе приведена информация по использованию устройства. Приложение В этом разделе содержатся уведомления. Перед использованием устройства прочитайте инструкцию по эксплуатации и любую другую документацию в коробке. Полное руководство ASUS VivoWatch SP можно найти на сайте: [https://www.asus.com/VivoWatch/ASUS-VivoWatch-SP-HC-A05/HelpDesk\\_Manual/](https://www.asus.com/VivoWatch/ASUS-VivoWatch-SP-HC-A05/HelpDesk_Manual/).

## [Page 141: Типографские Обозначения](#)

Обозначения, используемые в руководстве Для выделения ключевой информации используются следующие сообщения: Информация, которой Вы должны следовать при выполнении задач. Советы и полезная информация, которая поможет при выполнении задач. Информация о действиях, которые могут привести к повреждению устройства,

потере данных или бытовым травмам.

## [Page 142: Информация О Правилах Безопасности](#)

Информация о правилах безопасности • Часы и держатель для подзарядки должны быть правильно утилизированы. • Храните аккумулятор и другие мелкие компоненты в недоступном для детей месте. • Это устройство должно использоваться при температуре воздуха в диапазоне от 5°C до 40°C и храниться при температуре воздуха в диапазоне...

[Page 143](#) • Продолжение использования, даже после исчезновения симптомов может привести к их возобновлению или увеличению раздражения. • Часы ASUS VivoWatch SP не являются медицинским прибором и не претендуют на использование в качестве такового. Они не предназначены для диагностики состояния здоровья. Любые полученные с их помощью данные имеют лишь...

[Page 144](#) Меры предосторожности при использовании аккумулятора • Не бросайте аккумулятор в огонь. • Не пытайтесь замыкать контакты аккумулятора. • Не разбирайте аккумулятор. • Прекратите использование при обнаружении протечки.

## [Page 145: Начало Работы](#)

Начало работы...

## [Page 146: Знакомство С Устройством](#)

Знакомство с устройством • Часы ASUS VivoWatch SP можно использовать в качестве самостоятельного устройства для осуществления различных измерений. • Для удобства просмотра и анализа собираемых часами данных скачайте и установите приложение для смартфона. Подробную информацию смотрите в разделе Установка приложений на телефон этого руководства.

[Page 147](#) • ASUS VivoWatch SP обладает водозащитой 5 ATM. Обеспечивается защита от водяных брызг, дождя, допустимо использование во время принятия душа и плавания. • Не пользуйтесь устройством в жидкостях с химическими веществами или соленой воде (например, морская вода, бассейны или горячие источники) поскольку это может...

## [Page 148: Сенсорный Дисплей](#)

Датчик ФПГ (фотоплетизмографический) Этот датчик вместе с электродом позволяет получать данные о состоянии здоровья. Этот датчик также позволяет измерять пульс. Подробную информацию смотрите в разделе Использование устройства этого руководства. Сенсорный дисплей Сенсорный дисплей позволяет Вам управлять устройством, используя жесты. Подробную информацию смотрите в разделе «Использование...

[Page 149](#) Кнопка Home Нажмите эту кнопку для возврата на главный экран. Эту кнопку также можно использовать для разблокировки устройства или включения других функций. Нажмите и удерживайте эту кнопку в течение 1 секунды для включения устройства или нажмите и удерживайте эту кнопку в...

[Page 150](#) Зарядка часов Откройте зарядное устройство. Совместите контакты для подзарядки устройства с соответствующими контактами зарядного устройства. Во избежание коррозии и неисправности перед подключением часов к зарядному устройству убедитесь, что устройство и его контакты сухие и чистые: 1. Аккуратно протрите контакты чистой тканью. 2.

[Page 151](#) • Неправильное подключение кабеля USB может повредить ASUS VivoWatch SP. Ущерб, полученный из-за неправильного использования, не является гарантийным случаем. • Не замыкайте контакты на док-станции. • Некоторые портативные зарядные устройства не могут заряжать ASUS VivoWatch SP, поскольку не в состоянии обнаружить устройства с малым потреблением тока.

## [Page 153: Использование Устройства](#)

Использование устройства...

[Page 154](#) данные об активности, напоминания о приеме лекарств, отслеживание пути,

уведомления о сообщениях и звонках, а также рекомендации для сна и улучшения здоровья. На телефоне войдите в учетную запись Google или Apple ID. Запустите Play Store или App Store. Найдите приложение ASUS HealthConnect и установите его.

[Page 155](#) Сопряжение в первый раз • Перед сопряжением включите на телефоне Bluetooth. • Убедитесь, что ASUS VivoWatch SP находится на расстоянии не более трех метров от телефона. Нажмите и удерживайте кнопку home в течение 1 секунды для включения устройства. Запустите приложение ASUS HealthConnect.

[Page 156](#) Навигация в ASUS VivoWatch SP Разблокировка ASUS VivoWatch SP Нажмите кнопку Home для разблокировки ASUS VivoWatch SP. После разблокировки можно использовать функции ASUS VivoWatch SP. Через установленный период бездействия ASUS VivoWatch SP отобразит главный экран и заблокирует циферблат.

[Page 157](#) Навигация по функциям ASUS VivoWatch SP Проведите влево или вправо для просмотра функций ASUS VivoWatch SP. Для возврата на главный экран можно нажать кнопку Home.

[Page 158](#) Просмотр дополнительной информации о выбранной функции Проведите вверх или вниз для отображения дополнительной информации о выбранной функции ASUS VivoWatch SP или смены циферблата. Не все функции содержат дополнительную информацию.

### [Page 159: Главный Экран](#)

физической активности, времени упражнений и качестве сна, помогая вам вести здоровый образ жизни. Скриншоты экрана в данном руководстве приведены только для справки. Главный экран На главном экране ASUS VivoWatch SP отображается время, дата и состояние. Иконка Описание Блокировка Уровень заряда аккумулятора...

[Page 160](#) Экран PTT Индекс На этом экране можно измерять данные о состоянии здоровья. ASUS VivoWatch SP также может оценить уровень эмоционального стресса в виде индекса PTT (Pulse transit time), использующем данные о времени прохождения пульсовой волны. Для перехода на Экран PTT Индекс на главном экране проведите по экрану...

[Page 161](#) Для измерения данных о состоянии здоровья ASUS VivoWatch SP использует электрод и датчик ЭКГ, поэтому способ ношения устройства может повлиять на точность измерений. Для получения более точных результатов: • Носите ASUS VivoWatch SP обычным способом циферблатом вверх так, чтобы задняя крышка прилегала к поверхности кожи.

[Page 162](#) Экран измерения гармонии тела Этот экран позволяет измерять гармонию тела (включая уровень стресса и индекс расслабления). Данные гармонии тела помогут следить за самочувствием и, в итоге, позволят улучшить баланс тела и ума.

[Page 163](#) Экран Ур. Pulse O2 Часы оснащены функцией определения уровня насыщения крови кислородом. Во время упражнений, уровень насыщения крови кислородом позволит определить возможность нахождения на большой высоте при альпинизме и экспедициях. Вход в режим Ур. Pulse O2 Для входа в режим Ур. Pulse O2, проведите по экрану влево или вправо для отображения...

[Page 164](#) Показания уровня кислорода в крови отображаются на часах в виде процентов и на графике. Использование приложения ASUS HealthConnect для считывания уровня кислорода в крови В приложении ASUS HealthConnect можно посмотреть дополнительную информацию о ваших показаниях уровня кислорода в крови, включая тенденцию за несколько дней.

[Page 165](#) Экран пульса На этом экране отображается ваш текущий пульс. Датчик ФПГ на ASUS VivoWatch SP определяет ваш текущий пульс автоматически. Для получения более точных результатов: Носите ASUS VivoWatch SP обычным способом циферблатом вверх так, чтобы задняя крышка прилегала к поверхности кожи.

[Page 166](#) Экран упражнений На экране упражнений можно отслеживать ваши тренировки. После включения режима упражнений ASUS VivoWatch SP будет записывать

информацию о текущем сеансе и отображать информацию по мере ее записи. Вход в режим упражнений Для включения режима упражнений проведите влево или вправо на экране...

[Page 167](#) На экране упражнений проведите вверх или вниз для отображения информации для текущего сеанса тренировки, например пульс в реальном времени, время тренировки, калории, шаги и расстояние. Выход из режима упражнений Для выхода из режима упражнений нажмите кнопку Home, затем...

[Page 168](#) Настройки На этом экране можно изменять настройки ASUS VivoWatch SP. Для перехода на Экран настроек на главном экране проведите влево три раза. На Экране настроек проведите вверх или вниз для отображения настраиваемых параметров, которые указаны ниже. Настройки Описание Время Установка времени.

[Page 169](#) Экран активности ASUS VivoWatch SP автоматически записывает ваши ежедневные действия и отображает их на этом экране. Для перехода на Экран активности на главном экране проведите влево. Можно просматривать ежедневные действия, например количество сделанных шагов, количество сожженных калорий, высота, на которой вы...

[Page 170](#) Уведомления При получении вызова или сообщения на своем телефоне, ASUS VivoWatch SP завибрирует и отобразит номер телефона вызывающего абонента или текст сообщения. Напоминания ASUS VivoWatch SP оснащается функцией напоминания о необходимости больше двигаться, а также функцией напоминания о приеме медикаментов.

[Page 171](#) Обновление ASUS VivoWatch SP Обновление через приложение ASUS HealthConnect Запустите приложение ASUS HealthConnect. Нажмите Устройство в нижней части экрана Сегодня.

[Page 172](#) Для проверки обновлений на экране Мое устройство выберите Версия прошивки и нажмите Проверить обновления.

[Page 173](#) Introducción ¡Gracias por adquirir el ASUS VivoWatch SP! ASUS VivoWatch SP es el dispositivo portátil que incluye la tecnología ASUS HealthAI y algunas funciones físicas con todas las ventajas que supone ser preciso, inteligente y compacto. Complete la siguiente información para consulta futura: FECHA DE COMPRA: \_\_\_\_\_  
NÚMERO DE SERIE: \_\_\_\_\_...

## [Page 174: Acerca De Este Manual](#)

Acerca de este manual Este manual proporciona información sobre las funciones de hardware y software del ASUS VivoWatch SP y está organizado en los siguientes capítulos: Capítulo 1: Guía de inicio Este capítulo detalla los componentes de hardware del ASUS VivoWatch SP y explica cómo puede utilizar las diferentes partes del...

## [Page 175: Convenciones Utilizadas En Este Manual](#)

Este mensaje incluye información importante que deberá seguir para mantener su seguridad mientras realiza tareas y para evitar provocar daños a los datos y componentes del ASUS VivoWatch SP. Tipografía Negrita = Indica un menú o un elemento que debe seleccionarse.

## [Page 176: Precauciones De Seguridad](#)

Precauciones de seguridad • El ASUS VivoWatch SP y la base de carga deben reciclarse y desecharse de forma correcta. • Mantenga todos los componentes pequeños fuera del alcance de los niños. • El ASUS VivoWatch SP solo deberá utilizarse en entornos con temperaturas ambiente entre 5 °C y 40 °C, y almacenarse en entornos...

[Page 177](#) • Si sufre enrojecimiento, hinchazón, picazón o cualquier otra irritación o malestar en su piel alrededor, o debajo, del ASUS VivoWatch SP, quítese el ASUS VivoWatch SP y consulte a su médico antes de volver a utilizarlo. • El uso continuo, incluso después de que los síntomas hayan desaparecido, podrían derivar una nueva irritación o en un aumento...



## [Page 178: Precauciones Con La Batería](#)

Precauciones con la batería • No la arroje al fuego. • Nunca intente provocar un cortocircuito de la batería. • Nunca intente desarmar y volver a armar la batería. • Deje de utilizar el dispositivo si detecta una fuga.

## [Page 179: Guía De Inicio](#)

Guía de inicio...

[Page 180](#) Descripción del ASUS VivoWatch SP • El ASUS VivoWatch SP puede utilizarse como un dispositivo independiente para mediciones y ajustes de hora. • Descargue e instale la aplicación complementaria para una descripción completa de sus datos de salud. Para obtener más detalles, consulte la sección Instalación de la aplicación...

[Page 181](#) 50 metros. Aguanta salpicaduras y la lluvia, y se puede duchar y nadar con él puesto. • NO utilice el ASUS VivoWatch SP en líquidos con químicos o agua salada (como agua de mar, piscinas o fuentes termales), ya que esto podría dañar los conectores de carga.

[Page 182](#) Utilice el panel de visualización de pantalla táctil para utilizar el ASUS VivoWatch SP a través de gestos. Para obtener más información, consulte la sección Uso del ASUS VivoWatch SP en este manual. Correa La correa permite utilizar el ASUS VivoWatch SP en la muñeca.

[Page 183](#) Botón de inicio Presione este botón en el ASUS VivoWatch SP para regresar a la pantalla de inicio. También puede presionar este botón para desbloquear el ASUS VivoWatch SP o activar otras funciones. Presione este botón sin soltarlo durante un (1) segundo para encender su ASUS VivoWatch SP, o presiónelo sin soltarlo durante...

[Page 184](#) 1. Abra la pinza de carga. 2. Alinee los conectores de carga de la parte posterior de su ASUS VivoWatch SP con los conectores de carga de la pinza de carga y coloque aquellos en estos. Antes de conectar la pinza de carga a su ASUS VivoWatch SP, asegúrese de que los conectores de carga y la parte inferior...

[Page 185](#) • No provoque un cortocircuito de los conectores de carga de la base de carga. • Algunos bancos de energía no pueden detectar dispositivos de baja corriente y, por lo tanto, no podrán cargar el ASUS VivoWatch SP.

[Page 187](#) Uso del ASUS VivoWatch SP...

[Page 188](#) Instalación de la aplicación complementaria Empareje el ASUS VivoWatch SP con la aplicación complementaria para aprovechar todas sus funciones, como los datos de actividades, recordatorios de píldoras, seguimiento de ruta, notificaciones de mensajes y llamadas, y recomendaciones sobre el sueño y salud.

[Page 189](#) • Antes de realizar el emparejamiento, active Bluetooth en el teléfono. • Asegúrese de que el ASUS VivoWatch SP se encuentre a como máximo 3 metros del teléfono. 1. Presione el botón Inicio sin soltarlo durante un (1) segundo para encender su ASUS VivoWatch SP.

[Page 190](#) Navegación por el ASUS VivoWatch SP Desbloqueo del ASUS VivoWatch SP Presione el botón de inicio para desbloquear el ASUS VivoWatch SP. Después de que se lo desbloquee, puede desplazarse por las funciones del ASUS VivoWatch SP. Después de un período de inactividad, el ASUS VivoWatch...

[Page 191](#) Desplazamiento por las funciones del ASUS VivoWatch SP Deslice hacia la izquierda o derecha para desplazarse por las funciones del ASUS VivoWatch SP. Puede presionar el botón de inicio para regresar a la pantalla de inicio.

[Page 192](#) Visualización de información adicional para la función seleccionada Deslice hacia arriba o abajo para ver más información de la función del ASUS VivoWatch SP seleccionada o cambiar la carátula del reloj. No todas las funciones incluyen información adicional.

## [Page 193: Pantalla De Inicio](#)

Las pantallas que aparecen en este manual sirven únicamente de referencia. Pantalla de inicio La pantalla de inicio del ASUS VivoWatch SP muestra la hora, fecha y el estado del ASUS VivoWatch SP. Icono Descripción Bloqueado Nivel de batería...

[Page 194](#) Pantalla del índice PTT Esta pantalla le permite medir sus datos de salud. Su ASUS VivoWatch SP también puede estimar su estrés emocional utilizando el índice PTT (Tiempo de tránsito del pulso). Deslice hacia la derecha desde la pantalla Inicio para entrar en a la pantalla del índice PTT.

[Page 195](#) El ASUS VivoWatch SP utiliza el sensor PPG junto con el electrodo para permitirle obtener los datos de salud. La forma en la que utilice el ASUS VivoWatch SP puede afectar la precisión de las mediciones. Para obtener resultados más precisos: •...

[Page 196](#) Pantalla de medición de la armonía corporal Esta pantalla le permite medir su armonía corporal (incluido el índice de estrés y el índice de relajación). Los datos de la armonía corporal lo ayudarán a realizar un seguimiento de su bienestar y, en última instancia, le permitirán mejorar el equilibrio de su cuerpo y mente.

[Page 197](#) Pantalla del nivel de oxígeno en sangre Su ASUS VivoWatch SP cuenta con una función que mide el nivel de oxígeno en sangre basada en la muñeca. Le ayudará a determinar cómo se aclimata su cuerpo a grandes altitudes para los deportes y las expediciones alpinas.

[Page 198](#) En su ASUS VivoWatch SP, la lectura del nivel de oxígeno en sangre aparece como un porcentaje y color en el gráfico. Usar la aplicación ASUS HealthConnect para la lectura del nivel de oxígeno en sangre En la aplicación ASUS HealthConnect, tendrá acceso a detalles adicionales sobre sus lecturas de nivel de oxígeno en sangre, incluidas las tendencias...

[Page 199](#) VivoWatch SP determina automáticamente su ritmo cardíaco actual. Para obtener resultados más precisos: 1. Utilice el ASUS VivoWatch SP de forma normal con la cara del reloj hacia arriba, la parte inferior del ASUS VivoWatch SP tocando su piel y el ASUS VivoWatch SP alejado del hueso de la muñeca.

[Page 200](#) Pantalla Ejercicio Esta pantalla le permite llevar un registro de sus sesiones de ejercicio. Cuando activa el modo de ejercicio, el ASUS VivoWatch SP registrará información sobre su sesión de ejercicio actual y mostrará la información a medida que se la registra.

[Page 201](#) Desde la pantalla de ejercicio, deslice hacia arriba o hacia abajo para ver información como la frecuencia cardíaca en tiempo real, el tiempo de ejercicio, las calorías, los pasos y la distancia para la sesión de ejercicio actual. Salir del modo de ejercicio Para salir del modo de ejercicio, presione el botón Inicio y, a continuación, pulse...

[Page 202](#) Objetivo Establezca su objetivo diario de calorías y pasos. Brillo Ajuste el brillo de su ASUS VivoWatch SP. Este efecto puede observarse más en entornos oscuros. Idioma Permite cambiar el idioma del dispositivo. Acerca de Vea más información sobre su dispositivo, como la...

[Page 203](#) Pantalla Actividades El ASUS VivoWatch SP registrará automáticamente sus actividades diarias y las mostrará en esta pantalla. Deslice hacia la izquierda desde la pantalla de inicio para ingresar en la pantalla Actividades. Puede ver las actividades diarias, como los pasos que ha dado, las calorías que ha quemado, la altitud a la que se encuentra, el tiempo de sueño y el...

[Page 204](#) Notificaciones Cuando reciba una llamada o mensaje en el teléfono emparejado, el ASUS VivoWatch SP vibrará y le mostrará el número de teléfono de la persona que está llamando o una vista previa del mensaje. Recordatorios El ASUS VivoWatch SP también le mostrará sus recordatorios de caminata y...

[Page 205](#) Actualización del ASUS VivoWatch SP Actualización a través de la aplicación ASUS HealthConnect 1. Inicie la aplicación ASUS HealthConnect. 2. En la pantalla Hoy, pulse Dispositivo en la parte inferior.

[Page 206](#) 3. En la pantalla Mi dispositivo, seleccione Versión de FW y pulse Buscar

atualización para comprobar si la versión actual está actualizada.

[Page 207](#) Introdução Obrigado por ter adquirido o ASUS VivoWatch SP! O ASUS VivoWatch SP é um dispositivo utilizável que inclui a tecnologia ASUS HealthAI e algumas funções de fitness, sendo preciso, inteligente e compacto. Preencha as seguintes informações para referência futura: DATA DA COMPRA: \_\_\_\_\_ NÚMERO DE SÉRIE: \_\_\_\_\_...

### [Page 208: Sobre Este Manual](#)

Capítulo 1: Começar a utilizar Este capítulo apresenta detalhes sobre os componentes de hardware do seu ASUS VivoWatch SP e mostra como utilizar os diferentes componentes do ASUS VivoWatch SP. Capítulo 2: Utilizar o ASUS VivoWatch SP Este capítulo apresenta uma descrição geral da utilização do ASUS VivoWatch SP.

### [Page 209: Convenções Utilizadas Neste Manual](#)

Esta mensagem contém informações importantes que deverão ser seguidas para sua segurança durante a execução de determinadas tarefas e para evitar danos nos dados e componentes do seu ASUS VivoWatch SP. Tipografia Negrito = Indica um menu ou item que deve ser selecionado.

### [Page 210: Precauções De Segurança](#)

5°C e 40°C e armazenado em ambientes com temperaturas entre -20°C e 45°C. • NÃO deixe o seu ASUS VivoWatch SP dentro de um carro quente. As temperaturas no interior de um carro estacionado em dias de sol podem exceder as temperaturas ambiente recomendadas.

[Page 211](#) A utilização continuada, mesmo depois da diminuição dos sintomas, poderá resultar numa nova ou maior irritação. • O ASUS VivoWatch SP não é um dispositivo médico e não tem quaisquer pretensões médicas. Não se destina a diagnosticar condições de saúde. Os resultados das medições servem apenas para sua referência.

[Page 212](#) Precauções com a bateria • Não elimine a bateria no fogo. • Nunca tente provocar curto-circuito da bateria. • Nunca tente desmontar e voltar a montar a bateria. • Em caso de fuga de líquido, deixe de usar a bateria.

### [Page 213: Começar A Utilizar](#)

Começar a utilizar...

[Page 214](#) Conheça o seu ASUS VivoWatch SP • O seu ASUS VivoWatch SP pode ser utilizado como dispositivo independente para medições e ajustes da hora. • Transfira e instale a aplicação complementar para obter uma visão geral dos seus dados de saúde. Para mais detalhes, consulte...

[Page 215](#) • O ASUS VivoWatch SP oferece resistência a água a 5 ATM o que permite suportar pressões equivalentes a profundidades de 50 metros. Adequado para salpicos, chuva, duche e natação. • NÃO utilize o ASUS VivoWatch SP em líquidos que contenham químicos ou água salgada (por exemplo, em água do mar,...

[Page 216](#) Para mais detalhes, consulte a secção Utilizar o ASUS VivoWatch SP neste manual. Ecrã tátil Utilize o ecrã tátil para controlar o ASUS VivoWatch SP através de gestos. Para mais detalhes, consulte a secção Utilizar o ASUS VivoWatch SP neste manual.

[Page 217](#) Botão de Início Prima este botão no ASUS VivoWatch SP para voltar ao ecrã inicial. Pode também premir este botão para desbloquear o ASUS VivoWatch SP ou ativar outras funções. Mantenha premido este botão durante um (1) segundo para ligar o ASUS VivoWatch SP ou mantenha premido durante três (3) segundos para desligar o ASUS VivoWatch SP.

[Page 218](#) SP nos conectores do clipe de carregamento. Antes de ligar o clipe de carregamento ao ASUS VivoWatch SP, limpe e seque os conectores e a traseira do ASUS VivoWatch SP para evitar corrosão e avarias: 1. Limpe suavemente os conectores com um pano de flanela limpo.

[Page 219](#) 3. Certifique-se de que o clipe está firmemente encaixado no ASUS VivoWatch SP.

4. Ligue o cabo USB ao clipe de carregamento e, em seguida, ligue o cabo USB a uma fonte de alimentação para iniciar o carregamento. O ASUS VivoWatch SP ligará automaticamente quando estiver totalmente carregado.

[Page 221](#) Utilizar o ASUS VivoWatch SP...

[Page 222](#) Instalar a aplicação complementar Emparelhe o ASUS VivoWatch SP com a aplicação complementar para desfrutar de todas as suas funcionalidades, tais como, dados de atividades, lembretes de medicação, registos de percursos, notificações de mensagens e chamadas e recomendações de sono e saúde.

[Page 223](#) • Ative a função de Bluetooth do seu telefone antes de emparelhar. • Certifique-se de que o ASUS VivoWatch SP se encontra a uma distância igual ou inferior a três metros do telefone. 1. Mantenha premido o botão Home durante um (1) segundo para ligar o ASUS VivoWatch SP.

[Page 224](#) Navegar pelo ASUS VivoWatch SP Desbloquear o ASUS VivoWatch SP Prima o botão Inicial para desbloquear o ASUS VivoWatch SP. Depois desbloqueado, poderá navegar pelas funcionalidades do ASUS VivoWatch Após um período de inatividade, o ASUS VivoWatch SP voltará ao ecrã inicial e irá bloquear para impedir...

[Page 225](#) Navegar pelas funcionalidades do ASUS VivoWatch SP Deslize para a esquerda ou para a direita para navegar pelas funcionalidades do ASUS VivoWatch SP. Pode premir o botão Inicial para voltar ao ecrã INICIAL.

[Page 226](#) Ver mais informações sobre a funcionalidade selecionada Deslize para cima ou para baixo para ver mais informações sobre a funcionalidade selecionada do ASUS VivoWatch SP ou alterar o mostrador. Nem todas as funcionalidades contêm informações adicionais.

## [Page 227: Ecrã Principal](#)

Ecrã Principal O ecrã inicial do ASUS VivoWatch SP exibe a hora, a data e o estado do seu ASUS VivoWatch SP. Ícone Descrição Bloqueado Nível da bateria...

[Page 228](#) Ecrã de índice PTT Este ecrã permite-lhe medir os seus dados de saúde. O seu ASUS VivoWatch SP pode também estimar o seu stress emocional utilizando o índice PTT (Pulse Transit Time). Deslize para a direita no ecrã Inicial para aceder ao ecrã de índice PTT.

[Page 229](#) Para obter resultados mais precisos: • Utilize o ASUS VivoWatch SP de forma normal com o mostrador virado para cima, a parte inferior do ASUS VivoWatch SP a tocar na sua pele e afaste o ASUS VivoWatch SP do osso do pulso. •...

[Page 230](#) Ecrã de medição de Harmonia corporal Este ecrã permite medir a Harmonia corporal (incluindo o índice de stress e o índice de relaxamento). Os dados de Harmonia corporal ajudarão a monitorizar o seu bem-estar e, em última análise, permitir-lhe-ão melhorar o equilíbrio do seu corpo e mente.

[Page 231](#) Ecrã de nível de saturação de O2 O seu ASUS VivoWatch SP disponibiliza uma função de nível de saturação de O2 baseada no pulso. Ajudará a determinar como o seu corpo está a adaptar-se a altitudes elevadas para desportos de alpinismo e expedições.

[Page 232](#) No ASUS VivoWatch SP, a leitura do nível de saturação de O2 é exibida como percentagem e uma cor no gráfico. Utilizar a aplicação ASUS HealthConnect para ler o nível de saturação de O2 Na aplicação ASUS HealthConnect, terá acesso a detalhes adicionais sobre as suas leituras de nível de saturação de O2, incluindo tendências ao longo...

[Page 233](#) Para obter resultados mais precisos: 1. Utilize o ASUS VivoWatch SP de forma normal com o mostrador virado para cima, a parte inferior do ASUS VivoWatch SP a tocar na sua pele e afaste o ASUS VivoWatch SP do osso do pulso.

[Page 234](#) Ecrã de exercício Este ecrã permite-lhe monitorizar as suas sessões de exercício. Quando o modo de exercício estiver ativado, o seu ASUS VivoWatch SP gravará as informações da sessão de exercício e mostrará as mesmas enquanto são gravadas. Entrar no modo de

exercício Para entrar no modo de exercício, deslize para a esquerda ou para a direita,...

**Page 235** No ecrã de exercício, deslize para cima ou para baixo para ver informações em tempo real, tais como, a frequência cardíaca, tempo de exercício, calorias, passos e distância para a sessão de exercício atual. Sair do modo de exercício Para sair do modo de exercício, pressione o botão Home e, em seguida, toque em para sair...

**Page 236** Objetivo Defina o seu objetivo diário para calorias e passos. Brilho Ajuste o brilho do seu ASUS VivoWatch SP. Este efeito é mais perceptível em ambientes escuros. Idioma Alterar o idioma do dispositivo. Sobre Veja mais informações sobre o seu dispositivo, tais como, a...

**Page 237** Ecrã de atividades O seu ASUS VivoWatch SP registará automaticamente as suas atividades diárias e irá exibi-las neste ecrã. Deslize para a esquerda no ecrã Inicial para aceder ao ecrã de Atividades. Pode ver as suas atividades diárias, tais como, os passos dados, as calorias queimadas, a altitude, o tempo de sono e o tempo de sono confortável...

**Page 238** Notificações Quando receber uma chamada ou mensagem no seu telefone emparelhado, o ASUS VivoWatch SP irá vibrar e mostrará o número de telefone do autor da chamada ou uma pré-visualização da mensagem. Lembretes O ASUS VivoWatch SP mostrará também lembretes de caminhada e...

**Page 239** Atualizar o ASUS VivoWatch SP Atualizar através da aplicação ASUS HealthConnect. 1. Execute a aplicação ASUS HealthConnect. 2. No ecrã Hoje, toque em Dispositivo.

**Page 240** 3. No ecrã O Meu Dispositivo, selecione Versão de FW e toque em Procurar atualização para verificar se a sua versão está atualizada.

**Page 241** Úvod Děkujeme vám za zakoupení hodinek ASUS VivoWatch SP! Hodinky ASUS VivoWatch SP jsou nositelné zařízení, které nabízí technologii ASUS HealthAI a kondiční funkce a které je přesné, chytré a kompaktní. Vyplňte následující údaje pro budoucí použití: DATUM ZAKOUPENÍ: \_\_\_\_\_ VÝROBNÍ...

## **Page 242: O Tého Příručky**

Tato kapitola obsahuje pokyny pro používání náramku ASUS VivoWatch SP. Dodatek V této části jsou uvedena upozornění k náramku ASUS VivoWatch SP. Před používáním tohoto náramku si přečtěte veškeré informace v této příručce a v ostatních dokumentech v krabici. Úplnou verzi příručky k náramku ASUS VivoWatch SP najdete na našich...

**Page 243** Toto sdělení uvádí doplňující informace a tipy, které mohou pomoci při provádění úkolů. Toto sdělení uvádí důležité informace pro bezpečnost při provádění úkolů a předcházení poškození dat a součástí náramku ASUS VivoWatch SP. Typografie Tučné = Označuje nabídku nebo položku, kterou je nutno vybrat.

## **Page 244: Bezpečnostní Zásady**

Bezpečnostní zásady • Náramek ASUS VivoWatch SP a nabíjecí držák je nutno řádně recyklovat nebo zlikvidovat. • Uchovávejte malé součásti mimo dosah dětí. • Náramek ASUS VivoWatch SP lze používat pouze v prostředí s okolními teplotami mezi 5°C a 40°C. Ke skladování je zapotřebí prostředí s okolní...

**Page 245** • Aby se omezila pravděpodobnost podráždění pokožky, udržujte náramek ASUS VivoWatch SP a pásek v čistotě a suchu. • Pokud dojde k zarudnutí, otékání, svrbění nebo jinému podráždění nebo nepříjemnému pocitu na kůži okolo nebo pod náramkem ASUS VivoWatch SP, sundejte jej a před dalším nošením se poraďte se svým lékařem.

**Page 246** Zásady pro používání baterie • Nevhazujte do ohně. • V žádném případě nezkoušejte zkratovat baterii. • V žádném případě nezkoušejte baterii rozebrat a znovu sestavit. • V případě vytečení přestaňte náramek používat.

**Page 247** Začínáme...

**Page 248** Seznámení s náramkem ASUS VivoWatch SP • Tento náramek ASUS VivoWatch SP lze používat jako samostatné zařízení k měření a úpravě času. • Stáhněte si a nainstalujte

doprovodnou aplikaci, která umožňuje kompletní přehled údajů o vašem zdraví. Další podrobnosti najdete v...

[Page 249](#) • Hodinky ASUS VivoWatch SP jsou voděodolné do 5 atmosfér, což odpovídá tlaku v hloubce 50 metrů. Je tak zajištěna odolnost při postříkání, dešti, sprchování a plavání. • NEPOUŽÍVEJTE náramek ASUS VivoWatch SP v kapalinách, které obsahují chemikálie, ani ve slané vodě (například mořská voda, plavecké...

[Page 250](#) VivoWatch SP v této příručce. Dotykový zobrazovací panel Dotykový displej umožňuje ovládat náramek ASUS VivoWatch SP gesty. Další podrobnosti viz část Používání náramku ASUS VivoWatch SP v této příručce. Řemínek Náramek ASUS VivoWatch SP můžete nosit na řemínku na zápěstí.

[Page 251](#) Stisknutím a podržením tohoto tlačítka na jednu (1) sekundu hodinky ASUS VivoWatch SP zapnete. Stisknutím a podržením tohoto tlačítka na tři (3) sekundy hodinky ASUS VivoWatch SP vypnete. Pokud chcete hodinky ASUS VivoWatch SP restartovat, stiskněte a podržte toto tlačítko na deset (10) sekund.

[Page 252](#) Nabíjení náramku ASUS VivoWatch SP 1. Otevřete nabíjecí držák. 2. Zarovnejte a přiložte nabíjecí konektory na zadní straně hodinek ASUS VivoWatch SP k nabíjecím konektorům nabíjecího držáku. Před připojením nabíjecího držáku k hodinkám ASUS VivoWatch SP se ujistěte, že jsou nabíjecí konektory a spodní...

[Page 253](#) 3. Zajistěte, aby nabíjecí držák na hodinkách ASUS VivoWatch SP dobře držel. 4. Připojte kabel USB k nabíjecímu držáku a potom připojte kabel USB ke zdroji napájení. Bude zahájeno nabíjení. Po úplném nabití se náramek ASUS VivoWatch SP automaticky zapne.

[Page 255](#) Používání náramku ASUS VivoWatch SP...

[Page 256](#) Instalace doprovodné aplikace Spárujte náramek ASUS VivoWatch SP s doprovodnou aplikací, aby bylo možné využívat veškeré jeho funkce, například údaje o aktivitě, připomenutí léků, sledování trasy, oznámení o zprávách a volání a připomenutí spánku a zdraví. 1. Ve vašem telefonu se přihlaste k účtu Google nebo Apple ID nebo se zaregistrujte.

[Page 257](#) První spárování • Před párováním zapněte funkci Bluetooth ve svém telefonu. • Zajistěte, aby se náramek ASUS VivoWatch SP nacházel ve vzdálenosti do tří metrů od telefonu. 1. Stisknutím a podržením hlavního tlačítka na jednu (1) sekundu hodinky ASUS VivoWatch SP zapněte.

[Page 258](#) Odemknutí náramku ASUS VivoWatch SP Stisknutím hlavního tlačítka odemkněte náramek ASUS VivoWatch SP. Po odemknutí můžete procházet funkce náramku ASUS VivoWatch SP. Po uplynutí intervalu nečinnosti se náramek ASUS VivoWatch SP vrátí na hlavní obrazovku a zamkne se, aby se zabránilo nežádoucímu používání...

[Page 259](#) Procházení funkcí náramku ASUS VivoWatch SP Potažením vlevo nebo vpravo procházejte funkce ASUS VivoWatch SP. Stisknutím hlavního tlačítka se vrátíte na hlavní obrazovku.

[Page 260](#) Zobrazení dalších informací pro vybranou funkci Potažením nahoru nebo dolů zobrazíte další informace pro vybranou funkci náramku ASUS VivoWatch SP nebo můžete změnit ciferník. Některé funkce neobsahují dodatečné informace.

[Page 261](#) Náramek ASUS VivoWatch SP zobrazuje informace o stavu vaší denní aktivity, délku cvičení a kvalitu spánku; tyto informace pomáhají žít zdravěji. Obrazovky uvedené v této příručce jsou pouze orientační. Hlavní obrazovka Na hlavní obrazovce náramku ASUS VivoWatch SP se zobrazuje čas, datum a stav náramku. Ikona Popis Zamknuto Stav baterie Připojeno...

[Page 262](#) Obrazovka Index PTT Na této obrazovce můžete měřit údaje o zdraví. Hodinky ASUS VivoWatch SP dokážou odhadnout váš emoční stres pomocí indexu PTT (Pulse Transit Time). Potažením doprava z hlavní obrazovky přejděte na obrazovku Index PTT. Přiložte palec a ukazováček na elektrodu a senzor PPG.

[Page 263](#) • Noste náramek ASUS VivoWatch SP tak, aby to bylo pro vás co nejpohodlnější. Neutahujte řemínek náramku ASUS VivoWatch SP příliš na zápěstí. Lehce položte prst na

elektrodu a během měření údajů o zdraví...

[Page 264](#) **Obrazovka pro měření tělesné harmonie** Na této obrazovce můžete měřit svou tělesnou harmonii (včetně indexu stresu a indexu relaxace). Údaje tělesné harmonie pomáhají sledovat vaši duševní pohodu a také vylepšit rovnováhu těla a mysli.

[Page 265](#) **Obrazovka Úroveň O2 Su ASUS VivoWatch SP** cuenta con una función que mide el nivel de oxígeno en sangre basada en la muñeca. Le ayudará a determinar cómo se aclimata su cuerpo a grandes altitudes para los deportes y las expediciones alpinas.

[Page 266](#) Údaj o hladině kyslíku se na hodinkách ASUS VivoWatch SP zobrazí jako procentuální hodnota a barva v grafu. Využití údajů o úrovni O2 pomocí aplikace ASUS HealthConnect V aplikaci ASUS HealthConnect máte přístup k dodatečným informacím souvisejícím s úrovní O2, včetně vícedenních trendů.

[Page 267](#) 1. Náramek ASUS VivoWatch SP noste normálně ciferníkem nahoru tak, aby se spodní strana náramku dotýkala vaší kůže a aby náramek směřoval od zápěstní kosti. 2. Noste náramek ASUS VivoWatch SP tak, aby to bylo pro vás co nejpohodlnější. Neutahujte řemínek náramku ASUS VivoWatch SP příliš na zápěstí.

[Page 268](#) **Obrazovka režimu cvičení** Na této obrazovce je zobrazen přehled vašich cvičení. Když zahájíte režim cvičení, náramek ASUS VivoWatch SP zaznamenává informace o vašem aktuálním cvičení a ukazuje zaznamenávané informace. Vstup do režimu cvičení Pokud chcete aktivovat režim cvičení, přetažením doleva nebo doprava přejděte na obrazovku Cvičení, potom vyberte možnost Venku nebo...

[Page 269](#) Potažení nahoru nebo dolů na obrazovce cvičení můžete zobrazit informace, jako je například tepová frekvence v reálném čase, doba cvičení, kalorie, kroky a vzdálenost pro aktuální cvičení. Ukončení režimu cvičení Pokud chcete režim cvičení ukončit, stiskněte hlavní tlačítko a potom režim cvičení...

[Page 270](#) Zadejte své osobní údaje přesně, aby byly údaje o zdraví přesnější. Cíl Nastavte svůj denní cíl pro kalorie a kroky. Slouží k úpravě jasu displeje náramku ASUS VivoWatch SP. Tento efekt je viditelnější v tmavším prostředí. Jazyk Slouží ke změně jazyka náramku.

[Page 271](#) **Obrazovka aktivit** Náramek ASUS VivoWatch SP automaticky zaznamenává vaše každodenní aktivity a zobrazuje je na této obrazovce. Potažením vlevo od hlavní obrazovky přejděte na obrazovku Aktivity. Můžete si prohlédnout své denní aktivity, například kroky, které jste ušli, kalorie, které jste spálili, nadmořskou výšku, ve které se nacházíte, délku vašeho spánku a délku vašeho pohodlného spánku tak, jak byly...

[Page 272](#) **Oznámení** Když vám někdo volá nebo zašle zprávu na váš spárovaný telefon, náramek ASUS VivoWatch SP vibruje a zobrazí číslo volajícího nebo náhled zprávy. Připomenutí Náramek ASUS VivoWatch SP rovněž zobrazuje připomenutí chůze a léků pro podporu zdravějšího životního stylu.

[Page 273](#) **Aktualizování náramku ASUS VivoWatch SP** Aktualizování prostřednictvím aplikace ASUS HealthConnect App 1. Spusťte aplikaci ASUS HealthConnect App. 2. Klepněte na položku Zařízení v dolní části obrazovky Dnes.

[Page 274](#) 3. Na obrazovce Moje zařízení vyberte položku Verze FW a klepnutím na možnost Kontrola aktualizací zkontrolujte, zda je vaše verze aktuální.

[Page 275](#) Wstęp Dziękujemy za zakupienie ASUS VivoWatch SP! ASUS VivoWatch SP to urządzenie do noszenia na sobie wyposażone w technologię ASUS HealthAI i funkcje fitness ze wszystkimi korzyściami wynikającymi z dokładności, budowy typu smart i niewielkich rozmiarów. Wprowadź następujące informacje do wykorzystania w przyszłości:...

[Page 276](#) Informacje dotyczące tego Podręcznika W tym Podręczniku zawarte są informacje na temat sprzętowych i programowych funkcji zegarka ASUS VivoWatch SP, które zostały pogrupowane tematycznie w następujące rozdziały: Rozdział 1: Wprowadzenie W rozdziale tym omówiono szczegółowo komponenty sprzętowe zegarka ASUS VivoWatch SP oraz opisano sposób obsługi różnych elementów zegarka ASUS VivoWatch SP.

[Page 277](#) Ten komunikat zawiera ważne informacje, do których należy się stosować, aby zapewnić bezpieczeństwo podczas wykonywania zadań oraz aby zapobiec uszkodzeniu danych i komponentów zegarka ASUS VivoWatch SP. Typografia Wytłuszczenie = Oznacza menu lub element, który należy wybrać. = Oznacza części, do których można się odnieść w tym Kursywa podręczniku użytkownika.

### [Page 278: Środki Bezpieczeństwa](#)

Środki bezpieczeństwa • Zegarek ASUS VivoWatch SP i podstawkę ładowania należy przekazać do recyklingu lub w odpowiedni sposób zutylizować. • Małe komponenty należy trzymać z dala od dzieci. • Zegarek ASUS VivoWatch SP należy używać wyłącznie w miejscach o temperaturze otoczenia w zakresie 5°C do 40°C i przechowywać w miejscach o temperaturze otoczenia w zakresie -20°C do 45°C.

[Page 279](#) • W razie pojawienia się zaczerwienienia, opuchlizny, swędzenia albo innego podrażnienia lub dyskomfortu skóry wokół zegarka ASUS VivoWatch SP lub pod nim należy zdjąć zegarek ASUS VivoWatch SP i skonsultować się z lekarzem przed jego ponownym założeniem. • Dalsze używanie, nawet w przypadku ustąpienia objawów, może prowadzić...

### [Page 280: Środki Ostrożności Dotyczące Baterii](#)

Środki ostrożności dotyczące baterii • Nie wolno wrzucać do ognia. • Nigdy nie należy zwierać baterii. • Nigdy nie należy rozbierać i ponownie składać baterii. • W przypadku wycieku należy zaprzestać używanie.

### [Page 281](#) Wprowadzenie...

[Page 282](#) Poznanie ASUS VivoWatch SP • Ten zegarek ASUS VivoWatch SP może być używany jako oddzielne urządzenie do wykonywania pomiarów i regulacji czasu. • W celu uzyskania pełnych danych dotyczących swojego zdrowia należy pobrać i zainstalować aplikację towarzyszącą. W celu uzyskania szczegółowych informacji należy przejść do rozdziału...

[Page 283](#) • NIE wolno wkładać zegarka ASUS VivoWatch SP do płynów z substancjami chemicznymi ani do słonej wody (np. woda morska, woda na pływalni lub gorące źródła), ponieważ mogłoby to doprowadzić...

[Page 284](#) Wyświetlacz z ekranem dotykowym Wyświetlacz należy używać do obsługi zegarka ASUS VivoWatch SP z wykorzystaniem gestów. Dalsze, szczegółowe informacje można sprawdzić w części Korzystanie z zegarka ASUS VivoWatch SP w tym podręczniku. Pasek Ten pasek umożliwia noszenie zegarka ASUS VivoWatch SP na nadgarstku.

[Page 285](#) Przycisk ekranu głównego Naciśnij ten przycisk na zegarku ASUS VivoWatch SP, aby wrócić na ekran główny. Można także nacisnąć ten przycisk, aby odblokować zegarek ASUS VivoWatch SP lub włączyć inne funkcje. Naciśnij i przytrzymaj ten przycisk na jedną (1) sekundę, aby włączyć...

[Page 286](#) Ładowanie zegarka ASUS VivoWatch SP 1. Otwórz klips ładowania. 2. Dopasuj i wstaw złącza ładowania z tyłu zegarka ASUS VivoWatch SP do złącza ładowania na klipsie ładowania. Aby zapobiec korozji i awarii, przed podłączeniem klipsa ładowania do swojego zegarka ASUS VivoWatch SP, należy się...

[Page 287](#) 3. Upewnij się, że klips ładowania pewnie przytrzymuje zegarek ASUS VivoWatch SP. 4. Podłącz kabel USB do klipsa ładowania, a następnie podłącz kabel USB do źródła zasilania, aby rozpocząć ładowanie. Zegarek ASUS VivoWatch SP włącza się automatycznie po pełnym naładowaniu baterii.

### [Page 289](#) Korzystanie z zegarka ASUS VivoWatch SP...

[Page 290](#) Instalacja aplikacji towarzyszącej Wykonaj parowanie zegarka ASUS VivoWatch SP z towarzyszącą aplikacją, aby korzystać ze wszystkich jego funkcji, takich jak dane aktywności, przypomnienia o braniu lekarstwa, śledzenie trasy, powiadomienia o wiadomościach i połączeniach oraz zalecenia dotyczące spania i zdrowia. 1. Zaloguj się w telefonie do konta Google lub Apple ID albo załóż takie konto.

### [Page 291](#) Pierwsze uruchomienie notebooka • Przed parowaniem, włącz Bluetooth telefonu.



- Upewnij się, że zegarek ASUS VivoWatch SP znajduje się w odległości do trzech metrów od telefonu. 1. Naciśnij i przytrzymaj Home button (przycisk ekranu głównego) przez jedną (1) sekundę w celu włączenia zasilania zegarka ASUS VivoWatch SP.

[Page 292](#) Odblokowywanie zegarka ASUS VivoWatch SP Naciśnij przycisk ekranu głównego, aby odblokować zegarek ASUS VivoWatch SP. Po odblokowaniu można przejść do różnych funkcji zegarka ASUS VivoWatch SP. Po upływie określonego czasu braku aktywności przywrócony zostanie ekran główny, a zegarek ASUS VivoWatch SP zostanie zablokowany, aby zapobiec wykonaniu niepożądanych...

[Page 293](#) Przewijanie przez funkcje zegarka ASUS VivoWatch SP Przesuń palcem w lewo lub w prawo, aby przewinąć przez funkcje zegarka ASUS VivoWatch SP. Można nacisnąć przycisk ekranu głównego, aby powrócić na ekran główny.

[Page 294](#) Wyświetlanie dalszych informacji dla wybranej funkcji Przesuń palcem w górę lub w dół, aby wyświetlić dalsze informacje dla wybranej funkcji zegarka ASUS VivoWatch SP lub zmienić tarczę zegarka. Nie wszystkie funkcje zawierają dodatkowe informacje.

### [Page 295: Ekran Główny](#)

Funkcje zegarka ASUS VivoWatch SP Na ekranie zegarka ASUS VivoWatch SP wyświetlane są informacje, takie jak stan codziennej aktywności, czas ćwiczeń i jakość snu, które stanowią wsparcie użytkownika na drodze ku zdrowszemu stylowi życia. Ekran umieszczony w tym podręczniku ma wyłącznie charakter informacyjny.

[Page 296](#) Ekran indeksu PTT Ten ekran umożliwia wykonanie danych dotyczących zdrowia użytkownika. Posiadany zegarek ASUS VivoWatch SP może także ocenić stres emocjonalny, poprzez użycie indeksu PTT (Czas przejścia fali tętna). Przesuń palcem w prawo na Home screen (Ekran główny), aby przejść...

[Page 297](#) Zegarek ASUS VivoWatch SP wykorzystuje czujnik PPG w połączeniu z elektrodą, co umożliwia zbieranie danych dotyczących zdrowia, a sposób noszenia zegarka ASUS VivoWatch SP wpływa na dokładność pomiarów. W celu uzyskania dokładniejszych wyników: • Zegarek ASUS VivoWatch SP należy założyć normalnie, aby jego tarcza była skierowana ku górze, a spodnia część...

[Page 298](#) Ekran pomiaru harmonii ciała Ten ekran umożliwia pomiar harmonii ciała użytkownika (włącznie z poziomem stresu i poziomem odprężenia). Dane harmonii ciała pomagają w śledzeniu samopoczucia użytkownika, a w rezultacie, umożliwiają poprawienie równowagi ciała i umysłu.

[Page 299](#) Pulse O2 Level (Poziom natlenienia krwi O2). Załóż zegarek na nadgarstku i umieść swój kciuk oraz palec wskazujący na elektrodzie i czujniku PPG. Upewnij się, że zegarek ASUS VivoWatch SP jest prawidłowo osadzony na nadgarstku, po czym pomiar...

[Page 300](#) Na zegarku ASUS VivoWatch SP, pojawi się odczyt poziomu natlenienia krwi O2 w układzie procentowym i jako kolor na wykresie. Używanie aplikacji ASUS HealthConnect do odczytu poziomu natlenienia krwi O2 W aplikacji ASUS HealthConnect, użytkownik będzie miał dostęp do dodatkowych, szczegółowych informacji o odczytach poziomu natlenienia...

[Page 301](#) ASUS VivoWatch SP mierzy automatycznie tętno. W celu uzyskania dokładniejszych wyników: 1. Zegarek ASUS VivoWatch SP należy założyć normalnie, aby jego tarcza była skierowana ku górze, a spodnia część stykała się ze skórą i aby sam zegarek ASUS VivoWatch SP był odsunięty od kości nadgarstka.

[Page 302](#) Ekran ćwiczeń Ten ekran umożliwia monitorowanie sesji ćwiczeń. Po włączeniu trybu ćwiczeń, zegarek ASUS VivoWatch SP zapisuje dane dotyczące bieżącej sesji ćwiczeń i pokazuje informacje podczas ich rejestrowania. Przechodzenie do trybu ćwiczeń Aby przejść do trybu ćwiczenia, przeciągnij w lewo lub w prawo na ekranie Exercise (Ćwiczenie), a następnie wybierz Outdoor (Na powietrzu)

[Page 303](#) Przesuń w górę lub w dół na ekranie ćwiczenia, aby wyświetlić takie informacje, jak tętno w czasie rzeczywistym, czas ćwiczenia, spalone kalorie, wykonane kroki i odległość dla bieżącej sesji ćwiczeń. Wychodzenie z trybu ćwiczeń Aby wyjść z ekranu ćwiczenia, naciśnij

Home button (przycisk ekranu głównego), a następnie stuknij , aby opuścić...

[Page 304](#) Ustawienie dziennego celu spalania kalorii i wykonanych kroków. Jasność Regulacja jasności zegarka ASUS VivoWatch SP. Ten efekt jest bardziej widoczny w ciemnych miejscach. Język Zmiana języka urządzenia. Informacje Wyświetlenie dalszych informacji o urządzeniu, takich jak wersja firmware, numer seryjny, kod QR aplikacji, resetowanie urządzenia, itd.

[Page 305](#) Ekran aktywności Zegarek ASUS VivoWatch SP automatycznie zapisuje dzienne aktywności i wyświetla je na tym ekranie. Przesuń palcem w prawo na ekranie głównym, aby przejść do ekranu aktywności. Można przeglądać codzienne aktywności, takie jak wykonane kroki, spalone kalorie, aktualną wysokość nad poziomem morza, swój czas snu i swój komfortowy czas snu, po zapisaniu tych danych.

[Page 306](#) Powiadomienia Po otrzymaniu połączenia lub wiadomości w sparowanym telefonie, zegarek ASUS VivoWatch SP zacznie wibrować, a na jego ekranie wyświetlony zostanie numer telefonu osoby dzwoniącej lub podgląd wiadomości. Przypomnienia Zegarek ASUS VivoWatch SP pokaże także przypomnienia o spacerze i pobraniu leków, wspomagając bardziej zdrowy styl życia.

[Page 307](#) Aktualizacja zegarka ASUS VivoWatch SP Aktualizacja przez aplikację ASUS HealthConnect App 1. Uruchom aplikację ASUS HealthConnect App. 2. Na dole ekranu Today (Dzisiaj), stuknij Device (Urządzenie).

[Page 308](#) 3. Na ekranie My Device (Moje urządzenie), wybierz FW Version (Wersja firmware) i stuknij Check update (Sprawdź aktualizacje) , aby sprawdzić, czy posiadana wersja jest aktualna.

[Page 309](#) Appendix...

## [Page 310: Federal Communications Commission Interference Statement](#)

Federal Communications Commission Interference Statement This equipment has been tested and found to comply with the limits for a Class B digital device, pursuant to part 15 of the FCC Rules. These limits are designed to provide reasonable protection against harmful interference in a residential installation.

[Page 311](#) RF exposure warning The equipment complies with FCC RF exposure limits set forth for an uncontrolled environment. The equipment must not be co-located or operating in conjunction with any other antenna or transmitter. Compliance Statement of Innovation, Science and Economic Development Canada (ISED) This device complies with Innovation, Science and Economic Development Canada licence exempt RSS standard(s).

## [Page 312: Radio Frequency \(Rf\) Exposure Information](#)

Radio Frequency (RF) Exposure Information The radiated output power of the Wireless Device is below the Industry Canada (IC) radio frequency exposure limits. The Wireless Device should be used in such a manner such that the potential for human contact during normal operation is minimized.

## [Page 313: Simplified Eu Declaration Of Conformity](#)

Directive 2014/53/EU. Full text of EU declaration of conformity is available at <https://www.asus.com/support/>. The Simplified EU Declaration of Conformity of this device has been updated. This device now complies with Radio Equipment Directive 2014/53/EU, and no longer complies with R&TTE...

[Page 314](#) NCC...  
...  
1. 30 ... 10... 2. 2 ...  
2 ... 1 ... (Pb) (Hg) (Cd) (PBB) (PBDE) ...

## [Page 315: Global Environmental Regulation Compliance And Declaration](#)

Global Environmental Regulation Compliance and Declaration ASUS follows the green design concept to design and manufacture our products, and makes sure that each stage of the product life cycle of ASUS product is in line with global environmental regulations. In addition,

ASUS disclose the relevant information based on regulation requirements.

[Page 316](#) Précautions d'emploi de l'appareil a. Soyez particulièrement vigilant quant à votre sécurité lors de l'utilisation de cet appareil dans certains lieux (les avions, les aéroports, les hôpitaux, les stations-service et les garages professionnels). b. Évitez d'utiliser cet appareil à proximité de dispositifs médicaux implantés lors d'un appel téléphonique.

### [Page 317: Proper Disposal](#)

Proper disposal Do not throw your ASUS VivoWatch SP in municipal waste. This product has been designed to enable proper reuse of parts and recycling. The symbol of the crossed out wheeled bin indicates that the product (electrical, electronic equipment and mercury-containing button cell battery) should not be placed in municipal waste.

[Page 318](#) Regional notice for California WARNING Cancer and Reproductive Harm - www.P65Warnings.ca.gov Notices for removable batteries • Risk of explosion if battery is replaced by an incorrect type. • The battery and its component must be recycled or disposed of properly. Avis concernant les batteries remplaçables •...

### [Page 319: Nordic Lithium Cautions \(For Lithium-Ion Batteries\)](#)

Nordic Lithium Cautions (for lithium-ion batteries) CAUTION! Danger of explosion if battery is incorrectly replaced. Replace only with the same or equivalent type recommended by the manufacturer. Dispose of used batteries according to the manufacturer's instructions. (English) ATTENZIONE! Rischio di esplosione della batteria se sostituita in modo errato.

[Page 320](#) возможно его возгорание. Утилизируйте аккумулятор в соответствии с инструкциями производителя. (Russian) Manufacturer ASUSTek COMPUTER INC. Address 1F., No. 15, Lide Rd., Beitou Dist., Taipei City 112, Taiwan Authorized ASUS COMPUTER GmbH Representative in Europe Address Harkortstrasse 21-23, 40880 Ratingen, Germany...

[Page 321](#) Product warranty or service will not be extended if: (1) the product is repaired, modified or altered, unless such repair, modification or alteration is authorized in writing by ASUS; or (2) the serial number of the is defaced or missing.

### [Page 322: Limitation Of Liability](#)

ASUS. In each such instance, regardless of the basis on which you are entitled to claim damages from ASUS, ASUS is liable for no more than damages for bodily injury (including death) and damage to real property and tangible personal property;...

[Page 324](#) 15060-0LE4K000...

This manual is also suitable for:

Hc-a05