



Asus VivoWatch 5 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
325
326
327
328
329
330
331
332
333
334
335
336
337
338
339
340

--

-

[Table of Contents](#)

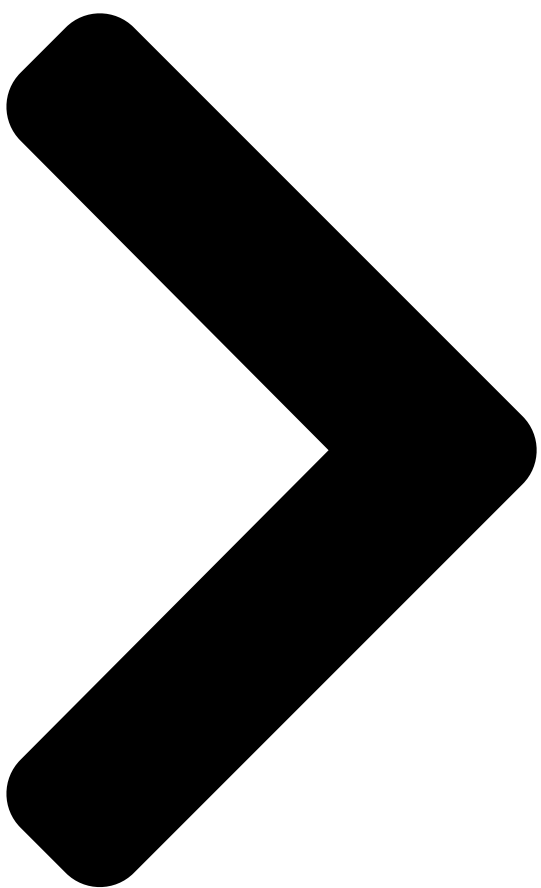
•

Bookmarks

--

[Download this manual](#)

Quick Links



U18669

September 2021

First Edition

HC-B05

User Manual

Android App

[Table of Contents](#)

[Next Page](#)

1
2
3
4
5

Related Manuals for Asus VivoWatch 5

[Watch Asus VivoWatch 5 User Manual](#)

(196 pages)

[Fitness Trackers Asus HC-B05 User Manual](#)

(58 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 SP User Manual](#)

(324 pages)

[Watch Asus VivoWatch SP User Manual](#)

(188 pages)

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

(54 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)

[Watch Asus ZENWATCH3 E-Manual](#)

(64 pages)

Summary of Contents for Asus VivoWatch 5

[Page 1](#) U18669 September 2021 First Edition HC-B05 User Manual Android App iOS App...

[Page 2](#) Table of Contents English1 Français39 Deutsch73 Italiano109 Русский145 Español179 Português215 Čeština251 Polski287 Appendix323...

[Page 3](#) Introduction Thank you for purchasing the ASUS VivoWatch 5! ASUS VivoWatch 5 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 5 and shows you how to use the different parts of your ASUS VivoWatch 5. Chapter 2: Using your ASUS VivoWatch 5 This chapter provides an overview of using your ASUS VivoWatch 5.

[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 5'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 5 in a hot car. Temperatures in a parked car on sunny days can exceed the recommended ambient temperatures.

[Page 7](#) • Keeping your ASUS VivoWatch 5 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 5, please remove your ASUS VivoWatch 5 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](#)

Getting to know your ASUS VivoWatch 5 • Your ASUS VivoWatch 5 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 5 in liquids with chemicals or salt water (such as sea water, swimming pools, or hot springs) as it may damage the charging connectors. If your...

[Page 12](#) Use the touch screen display panel to operate your ASUS VivoWatch 5 using gestures. For more details, refer to the Using your ASUS VivoWatch 5 section in this manual. Strap The strap allows you to wear your ASUS VivoWatch 5 on your wrist.

[Page 13: Home Button](#)

VivoWatch 5 section in this manual. Charging connectors (Input: 5Vdc, 0.5A) Align and connect these charging connectors to the charging cable to charge the battery of your ASUS VivoWatch 5. You can use the connector cover in the package to protect them.

[Page 14: Charging Your Asus Vivowatch](#)

Charging your ASUS VivoWatch 5 1. On the back of your ASUS VivoWatch 5, align and place the charging pins of the USB charging cable onto the charging connectors. 2. Connect the USB charging cable to a power source to start charging.

[Page 15](#) • Before connecting the charging cable to your ASUS VivoWatch 5, ensure that the charging connectors and the bottom of the ASUS VivoWatch 5 are clean and dry to prevent corrosion and malfunction: 1. Gently wipe the charging connectors with a clean flannel.

[Page 17: Using Your Asus Vivowatch](#)

Using your ASUS VivoWatch 5...

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

Installing the companion app Pair your ASUS VivoWatch 5 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 5 is within three meters from your phone. 1. Press and hold the Home button for one (1) second to power on your ASUS VivoWatch 5.

[Page 20: Navigating Your Asus Vivowatch](#)

Navigating your ASUS VivoWatch 5 Unlocking your ASUS VivoWatch 5 Press the Home button to unlock your ASUS VivoWatch 5. You can scroll through the ASUS VivoWatch 5 features after it is unlocked. After a period of inactivity, the ASUS VivoWatch 5 returns...

[Page 21](#) Scrolling through ASUS VivoWatch 5 features Swipe left or right to scroll through the ASUS VivoWatch 5 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 5 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 5 home screen displays the time, date, and status of your ASUS VivoWatch 5. Icon...

[Page 24](#) PTT index screen This screen allows you to measure your health data. Your ASUS VivoWatch 5 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 your thumb and index finger onto the electrode and the PPG sensor.

[Page 25](#) To get more accurate results: • Wear the ASUS VivoWatch 5 in a normal way with the watch face facing up, the bottom of the ASUS VivoWatch 5 touching your skin, and the ASUS VivoWatch 5 away from your wrist bone.

[Page 26](#) Body Harmony measuring screen This screen allows you to measure your Body Harmony (including Relax, Balance and Stress Status). 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 5 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 5, 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 5 automatically determines your current heart rate. To get more accurate results: 1. Wear the ASUS VivoWatch 5 in a normal way with the watch face facing up, the bottom of the ASUS VivoWatch 5 touching your skin, and the ASUS VivoWatch 5 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 5 will record information about the current exercise session and show the information as they are recorded. Entering exercise mode To enter exercise mode, swipe left or right to the Exercise screen, then tap to select exercise item.

[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. Pausing exercise mode To pause exercise mode, press the Home button, then tap to pause exercise mode.

[Page 32](#) **Settings** This screen allows you to change settings directly on your ASUS VivoWatch 5. Swipe left from the Home screen three times to enter the Settings screen. Swipe up or down on the Settings screen to view the configurable settings listed below.

[Page 33](#) 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 5. This effect is more noticeable in darker environments. Language Change device language.

[Page 34: Activities Screen](#)

Activities screen Your ASUS VivoWatch 5 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 35](#) **Notifications** When you receive a call or message on your paired phone, your ASUS VivoWatch 5 will vibrate and show you the phone number of the caller or a preview of the message. **Reminders** Your ASUS VivoWatch 5 will also show you walk and pill reminders to aid...

[Page 36](#) **Updating your ASUS VivoWatch 5** Updating through the ASUS HealthConnect App 1. Launch the ASUS HealthConnect App. 2. From the Today screen, tap Device on the bottom.

[Page 37](#) 3. On Device screen, select Firmware version and tap Check update to check if your current version is up to date.

[Page 39](#) **Introduction** Merci d'avoir acheté l'ASUS VivoWatch 5 ! L'ASUS VivoWatch 5 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 40: 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 5, et est constitué des chapitres suivants : Chapitre 1 : Mise en route Ce chapitre détaille les composants matériels de votre ASUS VivoWatch 5 ainsi que leur utilisation.

[Page 41](#) 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 5 et ses composants. Typographie Gras = Fait référence à...

[Page 42: Précautions Relatives À La Sécurité](#)

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

[Page 43](#) Continuer à porter la montre, même après l'atténuation des symptômes, peut causer une irritation de plus forte intensité. • L'ASUS VivoWatch 5 n'est pas un appareil médical et ASUS ne fait aucune allégation en ce sens. Cet appareil n'est pas destiné...

[Page 44](#) 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 45: Prise En Main](#)

Prise en main...

[Page 46](#) Présentation de votre ASUS VivoWatch 5 • Votre ASUS VivoWatch 5 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 47](#) • ASUS VivoWatch 5 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 5 dans des liquides contenant des produits chimiques ou dans l'eau salée (telle que l'eau de...)

[Page 48: Écran Tactile](#)

également de mesurer votre fréquence cardiaque. Pour plus de détails, consultez la section «Utilisation de l'ASUS VivoWatch 5» de ce manuel. Écran tactile Utilisez des fonctions gestuelles sur l'écran tactile pour faire fonctionner votre ASUS VivoWatch 5.

[Page 49](#) Maintenez ce bouton enfoncé pendant une (1) seconde pour allumer votre ASUS VivoWatch 5 ou pendant deux (2) secondes pour l'éteindre. Maintenez ce bouton enfoncé pendant deux (10) secondes pour redémarrer votre ASUS VivoWatch 5.

[Page 50](#) Charger votre ASUS VivoWatch 5 Au dos de votre ASUS VivoWatch 5, alignez et placez les broches de charge du câble de charge USB sur les connecteurs de charge de la montre. Connectez le câble de charge USB à une source d'alimentation pour débiter la charge.

[Page 51](#) • Avant de placer le câble de charge sur votre ASUS VivoWatch 5, assurez-vous que les connecteurs de charge et la face inférieure de la VivoWatch 5 sont propres et secs, afin d'éviter toute corrosion ou dysfonctionnement: 1. Essayez délicatement les connecteurs de charge avec un tissu propre.

[Page 53](#) Utilisation de l'ASUS VivoWatch 5...

[Page 54](#) Installer l'application compagnon Associez votre ASUS VivoWatch 5 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 55](#) 3 mètres du téléphone. Maintenez le bouton d'accueil pendant une (1) seconde pour allumer votre ASUS VivoWatch 5. Lancez l'application ASUS HealthConnect App. Suivez les instructions apparaissant à l'écran de votre téléphone et votre ASUS VivoWatch 5 pour terminer l'association.

[Page 56](#) Naviguer sur votre ASUS VivoWatch 5 Déverrouiller votre ASUS VivoWatch 5 Appuyez sur le bouton Accueil pour déverrouiller votre ASUS VivoWatch 5. Vous pouvez faire défiler les différentes fonctionnalités de l'ASUS VivoWatch 5 une fois cette dernière déverrouillée. Après une certaine période d'inactivité, l'ASUS VivoWatch 5 affichera à...

[Page 57](#) Faire défiler les fonctionnalités ASUS VivoWatch 5 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 58](#) 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 5 sélectionnée ou modifier le cadran de montre. Certaines fonctionnalités ne contiennent pas d'informations supplémentaires.

[Page 59](#) Les captures d'écran de ce manuel sont données à titre indicatif uniquement. Écran d'accueil L'écran d'accueil de votre ASUS VivoWatch 5 affiche la date et l'heure ainsi que l'état de la montre. Icône Description Niveau de...

[Page 60](#) Écran d'indice TTP Cet écran vous permet de mesurer vos données de santé. Votre ASUS VivoWatch 5 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 Indice TTP.

Page 61 Votre ASUS VivoWatch 5 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 5 peut affecter la précision des mesures. Pour garantir des résultats précis : •...

Page 62 Écran de mesure d'harmonie corporelle Cet écran vous permet de mesurer votre harmonie corporelle (qui inclut l'état de détente, d'équilibre et de stress). Les données d'harmonie corporelle vous aideront à surveiller votre bien-être, pour finalement vous permettre d'équilibrer votre corps et votre esprit.

Page 63 Écran de niveau Pulse O2 Votre ASUS VivoWatch 5 propose une fonction Pulse O2 qui mesure l'indice de saturation pulsée en oxygène (SpO2) au poignet. Cela vous aidera à déterminer le niveau d'adaptation de votre corps aux hautes altitudes, pour les sports alpins et les randonnées en montagne.

Page 64 Sur votre ASUS VivoWatch 5, 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 65 Écran de rythme cardiaque Cet écran affiche votre pouls actuel. Le capteur PPG intégré à votre ASUS VivoWatch 5 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 66 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 67 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. Mettre en pause le mode exercice Pour mettre en pause le mode exercice, appuyez sur le bouton Accueil puis sur...

Page 68 Paramètres Cet écran vous permet de modifier les paramètres directement sur votre ASUS VivoWatch 5. 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 69 Écran des activités Votre ASUS VivoWatch 5 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 70 Notifications Lorsque vous recevez un appel ou un message sur le téléphone associé, votre ASUS VivoWatch 5 vibre et affiche le numéro de téléphone de l'appelant ou affiche un aperçu du message. Rappels Votre ASUS VivoWatch 5 affichera également des rappels de marche et de prise...

Page 71 Mettre à jour votre ASUS VivoWatch 5 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 72 Sur l'écran Appareil, sélectionnez Version du firmware et appuyez sur Vérifier les mises à jour pour vérifier si votre version actuelle est la plus récente.

Page 73 Einführung Vielen Dank für den Kauf Ihrer ASUS VivoWatch 5! Die ASUS VivoWatch 5 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 74: Über Dieses Handbuch](#)

Ihrer ASUS VivoWatch 5, geordnet in folgenden Kapiteln: Kapitel 1: Erste Schritte Dieses Kapitel beschreibt die Hardware-Komponenten Ihrer ASUS VivoWatch 5 und legt dar, wie Sie die verschiedenen Bestandteile Ihrer ASUS VivoWatch 5 benutzen. Kapitel 2: Ihre ASUS VivoWatch 5 verwenden Dieses Kapitel bietet eine Übersicht zur Nutzung Ihrer ASUS VivoWatch 5.

[Page 75](#) 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 5 befolgt werden müssen. Typographie Fett = Diese Schriftart zeigt Ihnen ein Menü oder ein Element, welches ausgewählt werden muss.

[Page 76](#) Halten Sie kleine Komponenten von Kindern fern. • Ihre ASUS VivoWatch 5 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 77](#) • Wenn Sie Ihre ASUS VivoWatch 5 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 5, auftreten, nehmen Sie Ihre Uhr bitte ab und konsultieren Ihren Arzt, bevor Sie die ASUS VivoWatch 5 wieder tragen.

[Page 78](#) 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 79: Erste Schritte](#)

Erste Schritte...

[Page 80](#) Ihre ASUS VivoWatch 5 kennenlernen • Ihre ASUS VivoWatch 5 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 Begleit-App...

[Page 81](#) 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 5 NICHT in mit Chemikalien oder Salzwasser versetzten Flüssigkeiten (z.B. Meerwasser, Schwimmbäder oder Thermalbäder), da dies die Ladeanschlüsse beschädigen kann.

[Page 82: Touch Screen Display](#)

Touchscreen-Display Mit Gesten auf dem Touchscreen-Display bedienen Sie Ihre ASUS VivoWatch 5. Weitere Einzelheiten finden Sie im Abschnitt Ihre ASUS VivoWatch 5 verwenden in dieser Anleitung. Armband Das Armband ermöglicht Ihnen, Ihre ASUS VivoWatch 5 am Handgelenk zu tragen.

[Page 83](#) VivoWatch 5 verwenden in dieser Anleitung. Ladeanschlüsse (Eingang: 5 Vdc, 0,5 A) Richten Sie diese Ladeanschlüsse am Ladekabel aus und stellen Sie eine Verbindung her, um den Akku Ihrer ASUS VivoWatch 5 aufzuladen. Sie können zum Schutz der Anschlüsse die mitgelieferte Anschlussabdeckung verwenden.

[Page 84](#) Ihre ASUS VivoWatch 5 aufladen Richten Sie die Ladestifte des USB-Ladekabels an den Ladeanschlüssen auf der Rückseite Ihrer ASUS VivoWatch 5 aus und stellen Sie eine Verbindung her. Verbinden Sie das USB-Ladekabel mit einer Stromquelle, um den Ladevorgang zu starten.

[Page 85](#) • Stellen Sie vor dem Anschließen des Ladekabels an Ihrer ASUS VivoWatch 5 sicher, dass die Ladeanschlüsse und die Unterseite der ASUS VivoWatch 5 sauber und trocken sind, um Korrosion und Fehlfunktionen zu vermeiden: 1. Wischen Sie die Ladeanschlüsse vorsichtig mit einem sauberen Lappen ab. 2. Wischen Sie Ihre ASUS VivoWatch 5 trocken.

[Page 87](#) Ihre ASUS VivoWatch 5 verwenden...

[Page 88](#) Installieren der Begleit-App Koppeln Sie Ihre ASUS VivoWatch 5 mit der Begleit-App,

um alle Funktionen nutzen zu können, z. B. Aktivitätsdaten, Erinnerungen an Medikamenteneinnahmen, Wegverfolgung, Mitteilungs- und Anruflbenachrichtigungen 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 89 • Schalten Sie vor der Kopplung die Bluetooth-Funktion Ihres Telefons ein. • Achten Sie darauf, dass sich die ASUS VivoWatch 5 innerhalb von drei Metern von Ihrem Telefon befindet. Halten Sie die Home-Taste für eine (1) Sekunde gedrückt, um Ihre ASUS VivoWatch 5 einzuschalten.

Page 90 Ihre ASUS VivoWatch 5 navigieren Ihre ASUS VivoWatch 5 entsperren Drücken Sie auf die Home-Taste, um Ihre ASUS VivoWatch 5 zu entsperren. Sie können nach dem Entsperren die Funktionen der ASUS VivoWatch 5 durchblättern. Nach einer Weile der Inaktivität kehrt die ASUS VivoWatch 5 zum Home-Bildschirm zurück und ist gesperrt, um ungewollte...

Page 91 Funktionen der ASUS VivoWatch 5 durchblättern Wischen Sie nach links oder rechts, um die Funktionen der ASUS VivoWatch 5 durchzublätern. Sie können auf die Home-Taste drücken, um zum Home-Bildschirm zurückzukehren.

Page 92 Weitere Informationen für die ausgewählte Funktion anzeigen Wischen Sie nach oben oder unten, um weitere Informationen für die ausgewählte ASUS VivoWatch 5-Funktion anzuzeigen oder die Uhrenanzeige zu ändern. Nicht alle Funktionen enthalten zusätzliche Informationen.

Page 93 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 5 Home-Bildschirm zeigt die Uhrzeit, Datum und den Status Ihrer ASUS VivoWatch 5. Symbol Beschreibung Akkustand Verbunden...

Page 94 Bildschirm für den PTT-Index Mit diesem Bildschirm können Sie Ihre Gesundheitswerte messen. Ihre ASUS VivoWatch 5 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 Elektrode und den PPG-Sensor.

Page 95 Haut und der Uhr entfernt von Ihrem Handgelenkknöchel. • Tragen Sie Ihre ASUS VivoWatch 5 so, dass sie Ihnen bequem sitzt. Binden Sie die ASUS VivoWatch 5 nicht zu eng um Ihr Handgelenk. Legen Sie Ihren Finger behutsam auf die Elektrode und bedecken Sie wäh- •...

Page 96 Bildschirm zum Messen Ihrer Körperharmonie Mit diesem Bildschirm können Sie Ihre Körperharmonie messen (einschließlich des Entspannungs-, Ausgeglichenheits- und Stressstatus). Die Körperharmonie-Daten helfen Ihnen dabei, Ihr Wohlbefinden im Auge zu behalten und letztendlich das Gleichgewicht zwischen Körper und Geist zu verbessern.

Page 97 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 5 richtig am Handgelenk sitzt. Die Messung beginnt automatisch.

Page 98 Der Wert Ihres Puls-Sauerstoff-Niveaus wird auf Ihrer ASUS VivoWatch 5 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 99 Unterseite der ASUS VivoWatch 5 in Kontakt mit Ihrer Haut und der Uhr entfernt von Ihrem Handgelenkknöchel. Tragen Sie Ihre ASUS VivoWatch 5 so, dass sie Ihnen bequem sitzt. Binden Sie die ASUS VivoWatch 5 nicht zu eng um Ihr Handgelenk.

Page 100 Trainingsbildschirm Dieser Bildschirm ermöglicht Ihnen, den Überblick über Ihre Trainingseinheiten zu behalten. Wenn Sie den Trainingsmodus starten, zeichnet Ihre ASUS VivoWatch 5 Informationen über die aktuelle Trainingseinheit auf und zeigt diese während der Aufzeichnung an. Trainingsmodus aufrufen Zum Starten des Trainingsmodus wischen Sie zum Trainingsbildschirm nach...

[Page 101](#) 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 pausieren Zum Pausieren des Trainingsmodus drücken Sie auf die Home-Taste, dann tippen Sie auf...

[Page 102](#) Einstellungen Über diesen Bildschirm können Sie die Einstellungen direkt auf Ihrer ASUS VivoWatch 5 ändern. Wischen Sie im Home-Bildschirm dreimal nach links, um den Einstellungen-Bildschirm aufzurufen. Wischen Sie im Einstellungen-Bildschirm nach oben oder unten, um die unten aufgeführten konfigurierbaren Einstellungen anzuzeigen.

[Page 103](#) 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 5 an. Dieser Effekt macht sich in dunkleren Umgebungen deutlicher bemerkbar. Sprache Ändern Sie die Sprache des Geräts.

[Page 104](#) Aktivitätenbildschirm Ihre ASUS VivoWatch 5 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 105](#) Ihre ASUS VivoWatch 5 und zeigt Ihnen die Telefonnummer des Anrufers oder eine Vorschau der Nachricht an. Erinnerungen Ihre ASUS VivoWatch 5 erinnert Sie auch daran, sich zu bewegen und Ihre Medikamente einzunehmen, um Sie auf dem Weg zu einem gesünderen Lebensstil zu unterstützen.

[Page 106](#) Ihre ASUS VivoWatch 5 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 107](#) Wählen Sie im Gerätebildschirm die Option Firmware version (Firmwareversion) und tippen Sie auf Check update (Nach Update suchen), um zu überprüfen, ob Ihre aktuelle Version auf dem neuesten Stand ist.

[Page 109](#) Vi ringraziamo per aver acquistato ASUS VivoWatch 5! ASUS VivoWatch 5 è il dispositivo indossabile dotato della tecnologia ASUS HealthAI e di altre funzioni fitness; ASUS VivoWatch 5 ha tutti i benefici di un prodotto preciso, intelligente e compatto. Inserite le seguenti informazioni per referenza futura:...

[Page 110: Informazioni Sul Manuale](#)

VivoWatch 5 e le organizza nei seguenti capitoli: Capitolo 1: Per iniziare Questo capitolo descrive le componenti hardware del vostro ASUS VivoWatch 5 e fornisce informazioni su come utilizzare le differenti parti del vostro ASUS VivoWatch 5. Capitolo 2: Utilizzo del vostro ASUS VivoWatch 5 Informazioni generali sull'utilizzo del vostro ASUS VivoWatch 5.

[Page 111](#) 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 5. Formati carattere Grassetto = Indica il menu o l'oggetto da selezionare. = Indica le sezioni alle quali potete fare riferimento in questo Corsivo manuale.

[Page 112: Norme Di Sicurezza](#)

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

[Page 113](#) • Mantenete il vostro ASUS VivoWatch 5 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 5, o in profondità, rimuovete subito ASUS VivoWatch 5 e consultate il vostro medico curante.

[Page 114](#) 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 115: Per Iniziare](#)

Per iniziare...

[Page 116](#) Conoscete il vostro ASUS VivoWatch 5 • ASUS VivoWatch 5 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 117](#) • ASUS VivoWatch 5 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 5 a contatto con liquidi...

[Page 118](#) «Utilizzo del vostro ASUS VivoWatch 5» di questo manuale. Schermo touch Usate lo schermo touch per comandare ASUS VivoWatch 5 tramite i gesti interattivi. Per maggiori dettagli fate riferimento alla sezione Utilizzo del vostro ASUS VivoWatch 5 di questo manuale.

[Page 119](#) «Utilizzo del vostro ASUS VivoWatch 5» di questo manuale. Connettori di ricarica (Ingresso: 5Vdc, 0.5A) Allineare e collegare questi connettori di carica al cavo di carica per caricare la batteria di ASUS VivoWatch 5. È possibile utilizzare il coperchio del connettore nella confezione per proteggerli.

[Page 120](#) Caricare la batteria di ASUS VivoWatch 5 1. Sul retro di ASUS VivoWatch 5, allineare e posizionare i pin di carica del cavo di carica USB sui connettori di carica. 2. Collegare il cavo di carica USB a una fonte di alimentazione per avviare la carica.

[Page 121](#) • Prima di collegare il cavo di carica ad ASUS VivoWatch 5, assicurarsi che i connettori di carica e la parte inferiore di ASUS VivoWatch 5 siano puliti e asciutti per prevenire la corrosione e il malfunzionamento: 1. Pulite delicatamente i connettori di ricarica con un panno pulito.

[Page 123](#) Utilizzo del vostro ASUS VivoWatch 5...

[Page 124](#) Installazione dell'app di supporto Associate ASUS VivoWatch 5 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 125](#) • Attivate il Bluetooth del vostro telefono prima di eseguire l'associazione. • Assicuratevi che il vostro ASUS VivoWatch 5 sia distante meno di tre metri dal vostro telefono. Premete e tenete premuto il pulsante Home per un (1) secondo per accendere ASUS VivoWatch 5.

[Page 126](#) Navigare ASUS VivoWatch 5 Sblocco di ASUS VivoWatch 5 Premete il pulsante Home per sbloccare il vostro ASUS VivoWatch 5. Una volta sbloccato ASUS VivoWatch 5 potete navigare tra le sue funzioni. Dopo un periodo di inattività ASUS VivoWatch 5 torna alla schermata Home e si blocca per evitare un utilizzo non desiderato.

[Page 127](#) Scorrimento tra le funzioni di ASUS VivoWatch 5 Scorrete il dito verso sinistra o destra per navigare tra le funzioni di ASUS VivoWatch 5. Potete premere il pulsante Home per tornare alla schermata Home.

[Page 128](#) 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 5, o per cambiare il quadrante. Non tutte le funzioni dispongono di informazioni aggiuntive.

[Page 129](#) Le schermate in questa sezione hanno scopo puramente illustrativo. Schermata Home La schermata Home di ASUS VivoWatch 5 mostra l'ora, la data e lo stato del vostro ASUS VivoWatch 5. Icona Descrizione...

[Page 130](#) Schermata PTT Index Questa schermata permette di misurare i dati sulla salute.

ASUS VivoWatch 5 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 Index.

[Page 131](#) Per ottenere un risultato più accurato: • Indossate ASUS VivoWatch 5 normalmente e con il quadrante rivolto verso l'alto, con la parte inferiore di ASUS VivoWatch 5 a contatto con la pelle e ASUS VivoWatch 5 non a contatto con l'osso del polso. •...

[Page 132](#) Schermata di misurazione Body Harmony Questa schermata consente di misurare l'armonia del corpo (inclusi rilassamento, equilibrio e stato di stress). 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 133](#) Schermata Pulse O2 Level Il vostro ASUS VivoWatch 5 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 134](#) Su ASUS VivoWatch 5 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 135](#) Per ottenere un risultato più accurato: Indossate ASUS VivoWatch 5 normalmente e con il quadrante rivolto verso l'alto, con la parte inferiore di ASUS VivoWatch 5 a contatto con la pelle e ASUS VivoWatch 5 non a contatto con l'osso del polso.

[Page 136](#) Schermata Esercizio Questa schermata vi permette di tenere traccia delle vostre sessioni di esercizio. Quando avviare la modalità Esercizio ASUS VivoWatch 5 registra le informazioni sulla sessione di esercizio corrente e le mostra mentre queste vengono registrate. Entrare nella modalità Esercizio Per accedere alla modalità...

[Page 137](#) 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. Interruzione della modalità allenamento Per interrompere la modalità allenamento, premere il tasto Home, quindi toccare per interrompere la modalità...

[Page 138](#) Impostazioni Questa schermata permette di modificare le impostazioni di ASUS VivoWatch 5. Dalla schermata Home scorrete verso sinistra per tre volte per accedere alla schermata Impostazioni. Scorrete verso l'alto o verso il basso nella schermata Impostazioni per visualizzare le impostazioni configurabili ed elencate qui di seguito.

[Page 139](#) Obiettivo Impostate il vostro obiettivo giornaliero di calorie e passi. Luminosità Permette di regolare la luminosità di ASUS VivoWatch 5. Questo effetto è più evidente negli ambienti bui. Lingua Permette di cambiare la lingua del dispositivo. Modalità di risparmio Disabilita la funzione Display sempre acceso.

[Page 140](#) Schermata Attività ASUS VivoWatch 5 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 141](#) 5 vibra e vi mostra il numero di telefono di chi sta effettuando la chiamata o un'anteprima del messaggio. Promemoria ASUS VivoWatch 5 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 142](#) Aggiornamento di ASUS VivoWatch 5 Aggiornamento tramite app ASUS HealthConnect. Avviate l'app ASUS HealthConnect. Nella schermata Oggi toccate Dispositivo nella parte inferiore.

[Page 143](#) 3. Nella schermata Dispositivo, selezionare Versione firmware e toccare Controlla aggiornamento per controllare se la versione attuale è aggiornata.

[Page 145](#) Введение Благодарим Вас за приобретение ASUS VivoWatch 5! ASUS

VivoWatch 5 - 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 146](#) 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. Полную версию руководства пользователя ASUS VivoWatch 5 можно найти на сайте: https://www.asus.com/Mobile/Wearable-Healthcare/VivoWatch/ASUS-VivoWatch-5-NC-B05/HelpDesk_Manual/...

[Page 147: Типографские Обозначения](#)

Обозначения, используемые в руководстве Для выделения ключевой информации используются следующие обозначения: 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 148: Информация О Правилах Безопасности](#)

Информация о правилах безопасности • Часы и кабель 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 от...

[Page 149](#) • Продолжение использования, даже после исчезновения симптомов может привести к их возобновлению или увеличению раздражения. • Часы ASUS VivoWatch 5 не являются медицинским прибором и не претендуют на использование в качестве такового. Они не предназначены для диагностики состояния здоровья.

[Page 150](#) Меры предосторожности при использовании аккумулятора • Не бросайте аккумулятор в огонь. • Не пытайтесь замыкать контакты аккумулятора. • Не разбирайте аккумулятор. • Прекратите использование при обнаружении протечки.

[Page 151: Первое Включение](#)

Первое включение...

[Page 152: Знакомство С Устройством](#)

Знакомство с устройством • Часы ASUS VivoWatch 5 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 Установ...

[Page 153](#) • ASUS VivoWatch 5 обладает водозащитой 5 ATM. Обеспечивается защита от водяных брызг, дождя. Допустимо использование под душем и в бассейне. • Не пользуйтесь устройством в жидкостях с химическими веществами или соленой воде (например, морская вода, бассейны или горячие источники) поскольку это может...

[Page 154: 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...

[Page 155](#) Подробную информацию смотрите в разделе Использование устройства этого руководства. Контакты для подзарядки (вход: 5 В, 0,5 А пост. тока) Совместите эти контакты с одноименными контактами зарядного кабеля для подзарядки аккумулятора ASUS VivoWatch 5. Можно использовать поставляемую в комплекте заглушку для их защиты.

[Page 156](#) Зарядка ASUS VivoWatch 5 Совместите контакты для подзарядки устройства с

соответствующими контактами USB-кабеля. Подключите USB-кабель к источнику питания. • Кабель для подзарядки может отличаться в зависимости от модели и региона. • Когда зарядка завершена, устройство включится автоматически.

[Page 157](#) устройство и его контакты сухие и чистые: 1. Аккуратно протрите контакты чистой тканью. 2. Насухо вытрите устройство. • Не замыкайте контакты кабеля для подзарядки. • Некоторые портативные зарядные устройства не могут заряжать ASUS VivoWatch 5, поскольку не в состоянии обнаружить устройства с малым потреблением тока.

[Page 159: Использование Устройства](#)

Использование устройства...

[Page 160](#) ные 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 161](#) Сопряжение в первый раз • Перед сопряжением включите на телефоне Bluetooth. • Убедитесь, что ASUS VivoWatch 5 находится на расстоянии не более трех метров от телефона. Нажмите и удерживайте кнопку home в течение 1 секунды для включения устройства.

[Page 162](#) Навигация в ASUS VivoWatch 5 Разблокировка ASUS VivoWatch 5 Нажмите кнопку Home для разблокировки ASUS VivoWatch 5. После разблокировки можно использовать функции ASUS VivoWatch 5. Через установленный период бездействия ASUS VivoWatch 5 отобразит главный экран и заблокирует циферблат.

[Page 163](#) Навигация по функциям ASUS VivoWatch 5 Проведите влево или вправо для просмотра функций ASUS VivoWatch 5. Для возврата на главный экран можно нажать кнопку Home.

[Page 164](#) Просмотр дополнительной информации о выбранной функции Проведите вверх или вниз для отображения дополнительной информации о выбранной функции ASUS VivoWatch 5 или смены циферблата. Не все функции содержат дополнительную информацию.

[Page 165: Главный Экран](#)

ской 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 5 отображается время, дата и состояние. Иконка Описание Уровень заряда аккумулятора Подключен...

[Page 166](#) Экран PTT Индекс На этом экране можно измерять данные о состоянии здоровья. ASUS VivoWatch 5 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 167](#) Носите ASUS VivoWatch 5 обычным способом циферблатом вверх так, чтобы задняя крышка прилегала к поверхности кожи. • Носите ASUS VivoWatch 5 так, чтобы они не доставляли дискомфорта. Не затягивайте ремешок ASUS VivoWatch 5 слишком туго. • Для измерения данных о состоянии здоровья положите подушечку...

[Page 168](#) 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 169](#) Экран уровня насыщения крови кислородом Часы оснащены функцией определения уровня насыщения крови кислородом. Это 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 170](#) Показания уровня кислорода в крови отображаются на часах в процентах 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 171](#) Носите ASUS VivoWatch 5 обычным способом циферблатом вверх так, чтобы задняя крышка прилежала к поверхности кожи. Носите ASUS VivoWatch 5 так, чтобы они не доставляли дискомфорта. Не затягивайте ремешок ASUS VivoWatch 5 слишком туго. Наиболее точные результаты измерения частоты пульса можно полу...

[Page 172](#) Экран упражнений На экране упражнений можно отслеживать ваши тренировки. После включения режима упражнений ASUS VivoWatch 5 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 173](#) 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. Пауза в режиме упражнений Для приостановки режима упражнений нажмите кнопку Home, затем...

[Page 174](#) Настройки На этом экране можно изменять настройки ASUS VivoWatch 5. 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...

[Page 175](#) Экран активности ASUS VivoWatch 5 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 находитесь, время...

[Page 176](#) Уведомления При получении вызова или сообщения на своем телефоне, ASUS VivoWatch 5 завибрирует и отобразит номер телефона вызывающего абонента или текст сообщения. Напоминания ASUS VivoWatch 5 оснащается функцией напоминания о необходимости больше двигаться, а также функцией напоминания о приеме медикаментов.

[Page 177](#) Обновление ASUS VivoWatch 5 Обновление через приложение ASUS HealthConnect Запустите приложение ASUS HealthConnect. Нажмите Устройство в нижней части экрана Сегодня.

[Page 178](#) Для проверки обновлений на экране Мое устройство выберите Версия прошивки и нажмите Проверить обновления.

[Page 179](#) Introducción ¡Gracias por adquirir el ASUS VivoWatch 5! ASUS VivoWatch 5 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 180: Acerca De Este Manual](#)

Acerca de este manual Este manual proporciona información sobre las funciones de hardware y software del ASUS VivoWatch 5 y está organizado en los siguientes capítulos: Capítulo 1: Guía de inicio Este capítulo detalla los componentes de hardware del ASUS VivoWatch 5 y explica cómo puede utilizar las diferentes partes del...

[Page 181: 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 5. Tipografía Negrita = Indica un menú o un elemento que debe seleccionarse.

[Page 182: Precauciones De Seguridad](#)

Precauciones de seguridad • Su ASUS VivoWatch 5 y el cable de carga deben reciclarse o desecharse correctamente. • Mantenga todos los componentes pequeños fuera del alcance de los niños. • El ASUS VivoWatch 5 solo deberá utilizarse en entornos con temperaturas ambiente entre 5 °C y 40 °C, y almacenarse en entornos...

[Page 183](#) • Si sufre enrojecimiento, hinchazón, picazón o cualquier otra irritación o malestar en su piel alrededor, o debajo, del ASUS VivoWatch 5, quítese el ASUS VivoWatch 5 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 184: 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 185: Guía De Inicio](#)

Guía de inicio...

[Page 186](#) Descripción del ASUS VivoWatch 5 • El ASUS VivoWatch 5 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 187](#) • ASUS VivoWatch 5 presenta una resistencia al agua de 5 ATM, es decir, soporta presiones equivalentes a una profundidad de 50 metros. Aguanta salpicaduras y la lluvia, y se puede duchar y nadar con él puesto. • NO utilice el ASUS VivoWatch 5 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 188](#) Utilice el panel de visualización de pantalla táctil para utilizar el ASUS VivoWatch 5 a través de gestos. Para obtener más información, consulte la sección Uso del ASUS VivoWatch 5 en este manual. Correa La correa permite utilizar el ASUS VivoWatch 5 en la muñeca.

[Page 189](#) Conectores de carga (entrada: 5 V de CC, 0,5 A) Alinee y conecte estos conectores de carga con el cable de carga para cargar la batería de su ASUS VivoWatch 5. Puede utilizar la tapa del conector del paquete para protegerlos.

[Page 190](#) Carga del ASUS VivoWatch 5 1. En la parte posterior de su ASUS VivoWatch 5, alinee y coloque los contactos de carga del cable de carga USB en los conectores de carga. 2. Conecte el cable de carga USB a una fuente de alimentación para comenzar a cargar.

[Page 191](#) • Antes de conectar el cable de carga a su ASUS VivoWatch 5, asegúrese de que los conectores de carga y la parte inferior de su ASUS VivoWatch 5 estén limpios y secos para evitar la corrosión y el mal funcionamiento: 1.

[Page 193](#) Uso del ASUS VivoWatch 5...

[Page 194](#) Instalación de la aplicación complementaria Empareje el ASUS VivoWatch 5 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 195](#) • Antes de realizar el emparejamiento, active Bluetooth en el teléfono. • Asegúrese de que el ASUS VivoWatch 5 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 5.

[Page 196](#) Navegación por el ASUS VivoWatch 5 Desbloqueo del ASUS VivoWatch 5 Presione el botón de inicio para desbloquear el ASUS VivoWatch 5. Después de que se lo desbloquee, puede desplazarse por las funciones del ASUS VivoWatch 5. Después de un período de

inactividad, el ASUS VivoWatch...

Page 197 Desplazamiento por las funciones del ASUS VivoWatch 5 Deslice hacia la izquierda o derecha para desplazarse por las funciones del ASUS VivoWatch 5. Puede presionar el botón de inicio para regresar a la pantalla de inicio.

Page 198 Visualización de información adicional para la función seleccionada Deslice hacia arriba o abajo para ver más información de la función del ASUS VivoWatch 5 seleccionada o cambiar la carátula del reloj. No todas las funciones incluyen información adicional.

Page 199: Pantalla De Inicio

Las pantallas que aparecen en este manual sirven únicamente de referencia. Pantalla de inicio La pantalla de inicio del ASUS VivoWatch 5 muestra la hora, fecha y el estado del ASUS VivoWatch 5. Icono Descripción Nivel de batería...

Page 200 Pantalla del índice PTT Esta pantalla le permite medir sus datos de salud. Su ASUS VivoWatch 5 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 201 Para obtener resultados más precisos: • Utilice el ASUS VivoWatch 5 de forma normal con la cara del reloj hacia arriba, la parte inferior del ASUS VivoWatch 5 tocando su piel y el ASUS VivoWatch 5 alejado del hueso de la muñeca.

Page 202 Pantalla de medición de la armonía corporal Esta pantalla le permite medir su armonía corporal (incluido el estado de relajación, equilibrio y estrés). 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 203 Pantalla del nivel de oxígeno en sangre Su ASUS VivoWatch 5 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 204 En su ASUS VivoWatch 5, 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 205 VivoWatch 5 determina automáticamente su ritmo cardíaco actual. Para obtener resultados más precisos: 1. Utilice el ASUS VivoWatch 5 de forma normal con la cara del reloj hacia arriba, la parte inferior del ASUS VivoWatch 5 tocando su piel y el ASUS VivoWatch 5 alejado del hueso de la muñeca.

Page 206 Pantalla Ejercicio Esta pantalla le permite llevar un registro de sus sesiones de ejercicio. Cuando activa el modo de ejercicio, el ASUS VivoWatch 5 registrará información sobre su sesión de ejercicio actual y mostrará la información a medida que se la registra.

Page 207 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. Pausar el modo de ejercicio Para pausar el modo de ejercicios, presione el botón Inicio y, a continuación, pulse...

Page 208 Configuración Esta pantalla le permite cambiar la configuración directamente en el ASUS VivoWatch 5. Deslice tres veces hacia la izquierda desde la pantalla Inicio para entrar en la pantalla Configuración. Deslice hacia arriba o abajo en la pantalla Configuración para ver los...

Page 209 Objetivo Establezca su objetivo diario de calorías y pasos. Brillo Ajuste el brillo de su ASUS VivoWatch 5. Este efecto puede observarse más en entornos oscuros. Idioma Permite cambiar el idioma del dispositivo.

Page 210 Pantalla Actividades El ASUS VivoWatch 5 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 211](#) **Notificaciones** Cuando reciba una llamada o mensaje en el teléfono emparejado, el ASUS VivoWatch 5 vibrará y le mostrará el número de teléfono de la persona que está llamando o una vista previa del mensaje. **Recordatorios** El ASUS VivoWatch 5 también le mostrará sus recordatorios de caminata y...

[Page 212](#) **Actualización del ASUS VivoWatch 5** 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 213](#) 3. En la pantalla Dispositivo, seleccione Versión de firmware y pulse Buscar actualización para comprobar si su versión actual es la más reciente.

[Page 215](#) **Introdução** Obrigado por ter adquirido o ASUS VivoWatch 5! O ASUS VivoWatch 5 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 216: Sobre Este Manual](#)

ASUS VivoWatch 5, organizadas pelos seguintes capítulos: Capítulo 1: Começar a utilizar Este capítulo apresenta detalhes sobre os componentes de hardware do seu ASUS VivoWatch 5 e mostra como utilizar os diferentes componentes do ASUS VivoWatch 5. Capítulo 2: Utilizar o ASUS VivoWatch 5 Este capítulo apresenta uma descrição geral da utilização do ASUS...

[Page 217: 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 5. Tipografia Negrito = Indica um menu ou item que deve ser selecionado.

[Page 218: 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 5 dentro de um carro quente. As temperaturas no interior de um carro estacionado em dias de sol podem exceder as temperaturas ambiente recomendadas.

[Page 219](#) A utilização continuada, mesmo depois da diminuição dos sintomas, poderá resultar numa nova ou maior irritação. • O ASUS VivoWatch 5 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 220](#) **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 221: Começar A Utilizar](#)

Começar a utilizar...

[Page 222](#) Conheça o seu ASUS VivoWatch 5 • O seu ASUS VivoWatch 5 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 223](#) • O ASUS VivoWatch 5 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 5 em líquidos que contenham químicos ou água salgada (por exemplo, em água do mar,...

[Page 224](#) Para mais detalhes, consulte a secção Utilizar o ASUS VivoWatch 5 neste manual. **Ecrã tátil** Utilize o ecrã tátil para controlar o ASUS VivoWatch 5 através de gestos. Para mais

detalhes, consulte a secção Utilizar o ASUS VivoWatch 5 neste manual.

Page 225 Botão de Início Prima este botão no ASUS VivoWatch 5 para voltar ao ecrã inicial. Pode também premir este botão para desbloquear o ASUS VivoWatch 5 ou ativar outras funções. Mantenha premido este botão durante um (1) segundo para ligar o ASUS VivoWatch 5 ou mantenha premido durante dois (2) segundos para desligar o ASUS VivoWatch 5.

Page 226 Carregar o ASUS VivoWatch 5 1. Na traseira do ASUS VivoWatch 5, alinhe e coloque os pinos de carregamento do cabo de carregamento USB nos conectores de carregamento. 2. Ligue o cabo de carregamento USB a uma fonte de alimentação para iniciar o carregamento.

Page 227 • Antes de ligar o cabo de carregamento ao seu ASUS VivoWatch 5, certifique-se de que os conectores de carregamento e a parte inferior do ASUS VivoWatch 5 estão limpos e secos para evitar corrosão e avarias. 1. Limpe suavemente os conectores com um pano de flanela limpo.

Page 229 Utilizar o ASUS VivoWatch 5...

Page 230 Instalar a aplicação complementar Emparelhe o ASUS VivoWatch 5 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 231 • Ative a função de Bluetooth do seu telefone antes de emparelhar. • Certifique-se de que o ASUS VivoWatch 5 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 5.

Page 232 Navegar pelo ASUS VivoWatch 5 Desbloquear o ASUS VivoWatch 5 Prima o botão Inicial para desbloquear o ASUS VivoWatch 5. Depois desbloqueado, poderá navegar pelas funcionalidades do ASUS VivoWatch Após um período de inatividade, o ASUS VivoWatch 5 voltará ao ecrã inicial e irá bloquear para impedir...

Page 233 Navegar pelas funcionalidades do ASUS VivoWatch 5 Deslize para a esquerda ou para a direita para navegar pelas funcionalidades do ASUS VivoWatch 5. Pode premir o botão Inicial para voltar ao ecrã INICIAL.

Page 234 Ver mais informações sobre a funcionalidade selecionada Deslize para cima ou para baixo para ver mais informações sobre a funcionalidade selecionada do ASUS VivoWatch 5 ou alterar o mostrador. Nem todas as funcionalidades contêm informações adicionais.

Page 235: Ecrã Principal

Ecrã Principal O ecrã inicial do ASUS VivoWatch 5 exibe a hora, a data e o estado do seu ASUS VivoWatch 5. Ícone Descrição Nível da bateria...

Page 236 Ecrã de índice PTT Este ecrã permite-lhe medir os seus dados de saúde. O seu ASUS VivoWatch 5 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 237 Para obter resultados mais precisos: • Utilize o ASUS VivoWatch 5 de forma normal com o mostrador virado para cima, a parte inferior do ASUS VivoWatch 5 a tocar na sua pele e afaste o ASUS VivoWatch 5 do osso do pulso. •...

Page 238 Ecrã de medição de Harmonia corporal Este ecrã permite medir a Harmonia corporal (incluindo o índice de relaxamento, equilíbrio e estado de stress). 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 239 Ecrã de nível de saturação de O2 O seu ASUS VivoWatch 5 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 240](#) No ASUS VivoWatch 5, 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 241](#) Para obter resultados mais precisos: 1. Utilize o ASUS VivoWatch 5 de forma normal com o mostrador virado para cima, a parte inferior do ASUS VivoWatch 5 a tocar na sua pele e afaste o ASUS VivoWatch 5 do osso do pulso.

[Page 242](#) Ecrã de exercício Este ecrã permite-lhe monitorizar as suas sessões de exercício. Quando o modo de exercício estiver ativado, o seu ASUS VivoWatch 5 gravará as informações da sessão de exercício e mostrará as mesmas enquanto são gravadas. Entrar no modo de exercício Para aceder ao modo de exercício, deslize o ecrã...

[Page 243](#) 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. Pausar o modo de exercício Para pausar o modo de exercício, pressione o botão de início e, em seguida, toque em para pausar...

[Page 244](#) Definições Este ecrã permite-lhe alterar as definições diretamente no ASUS VivoWatch Deslize três vezes para esquerda no ecrã Inicial para aceder ao ecrã Definições. Deslize para cima ou para baixo no ecrã de Definições para ver as definições configuráveis apresentadas abaixo.

[Page 245](#) Objetivo Defina o seu objetivo diário para calorias e passos. Brilho Ajuste o brilho do seu ASUS VivoWatch 5. Este efeito é mais perceptível em ambientes escuros. Idioma Alterar o idioma do dispositivo. Modo de poupança de Este modo irá desativar a função de Ecrã...

[Page 246](#) Ecrã de atividades O seu ASUS VivoWatch 5 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 247](#) Notificações Quando receber uma chamada ou mensagem no seu telefone emparelhado, o ASUS VivoWatch 5 irá vibrar e mostrará o número de telefone do autor da chamada ou uma pré-visualização da mensagem. Lembretes O ASUS VivoWatch 5 mostrará também lembretes de caminhada e...

[Page 248](#) Atualizar o ASUS VivoWatch 5 Atualizar através da aplicação ASUS HealthConnect. 1. Execute a aplicação ASUS HealthConnect. 2. No ecrã Hoje, toque em Dispositivo.

[Page 249](#) 3. Em Ecrã do dispositivo, selecione Versão do firmware e toque em Verificar atualização para verificar se a sua versão atual está atualizada.

[Page 251](#) Úvod Děkujeme vám za zakoupení hodinek ASUS VivoWatch 5! Hodinky ASUS VivoWatch 5 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 252: O Teto Příručce](#)

Tato kapitola obsahuje pokyny pro používání náramku ASUS VivoWatch 5. Dodatek V této části jsou uvedena upozornění k náramku ASUS VivoWatch 5. Před používáním tohoto náramku si přečtěte veškeré informace v této příručce a v ostatních dokumentech v krabici. Úplnou verzi příručky k náramku ASUS VivoWatch 5 najdete na našich...

[Page 253](#) 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 5. Typografie Tučné = Označuje nabídku nebo položku, kterou je nutno vybrat.

[Page 254: Bezpečnostní Zásady](#)

Bezpečnostní zásady • Hodinky ASUS VivoWatch 5 a nabíjecí kabel je nutno řádně recyklovat nebo zlikvidovat. • Uchovávejte malé součásti mimo dosah dětí. • Náramek ASUS VivoWatch 5

Ize používat pouze v prostředí s okolními teplotami mezi 5°C a 40°C. Ke skladování je zapotřebí prostředí s okolní...

[Page 255](#) • Aby se omezila pravděpodobnost podráždění pokožky, udržujte náramek ASUS VivoWatch 5 a pásek v čistotě a suchu. • Pokud dojde k zarudnutí, otékání, svrbení nebo jinému podráždění nebo nepříjemnému pocitu na kůži okolo nebo pod náramkem ASUS VivoWatch 5, sundejte jej a před dalším nošením se poradte se svým lékařem.

[Page 256](#) 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 257](#) Začínáme...

[Page 258](#) Seznámení s náramkem ASUS VivoWatch 5 • Tento náramek ASUS VivoWatch 5 lze používat jako samostatné zařízení k měření a úpravy času. • Stáhněte si a nainstalujte doprovodnou aplikaci, která umožňuje kompletní přehled údajů o vašem zdraví. Další podrobnosti najdete v...

[Page 259](#) • Hodinky ASUS VivoWatch 5 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 5 v kapalinách, které obsahují chemikálie, ani ve slané vodě (například mořská voda, plavecké...

[Page 260](#) VivoWatch 5 v této příručce. Dotykový zobrazovací panel Dotykový displej umožňuje ovládat náramek ASUS VivoWatch 5 gesty. Další podrobnosti viz část Používání náramku ASUS VivoWatch 5 v této příručce. Řemínek Náramek ASUS VivoWatch 5 můžete nosit na řemínku na zápěstí.

[Page 261](#) Tlačítko Domů Stisknutím tohoto tlačítka na náramku ASUS VivoWatch 5 se vrátíte na hlavní obrazovku. Stisknutím tohoto tlačítka můžete rovněž odemknout náramek ASUS VivoWatch 5 nebo aktivovat další funkce. Stisknutím a podržením tohoto tlačítka po dobu jedné (1) sekundy zapnete napájení náramku ASUS VivoWatch 5. Nebo stisknutím a podržením tohoto tlačítka po dobu dvou (2) sekund...

[Page 262](#) Nabíjení náramku ASUS VivoWatch 5 1. Na zadní straně náramku ASUS VivoWatch 5 zorientujte a umístěte nabíjecí kolíky USB nabíjecího kabelu na nabíjecích konektorech. 2. Po připojení USB nabíjecího kabelu ke zdroji napájení bude zahájeno nabíjení. • Vzhled nabíjecího kabelu se může lišit v závislosti na modelu a vašem regionu.

[Page 263](#) • Před připojením nabíjecího kabelu k hodinkám ASUS VivoWatch 5 zkontrolujte, zda jsou nabíjecí konektory a spodní část hodinek ASUS VivoWatch 5 čisté a suché, aby se zabránilo korozi a závadám: 1. Nabíjecí konektory jemně otřete čistým hadříkem. 2. Otřete hodinky ASUS VivoWatch 5, aby byly suché.

[Page 265](#) Používání náramku ASUS VivoWatch 5...

[Page 266](#) Instalace doprovodné aplikace Spárujte náramek ASUS VivoWatch 5 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 267](#) 1. Stisknutím a podržením hlavního tlačítka na jednu (1) sekundu hodinky ASUS VivoWatch 5 zapněte. 2. Spusťte aplikaci ASUS HealthConnect App. 3. Podle pokynů zobrazených v telefonu a na náramku ASUS VivoWatch 5 dokončete párování.

[Page 268](#) Odemknutí náramku ASUS VivoWatch 5 Stisknutím hlavního tlačítka odemkněte náramek ASUS VivoWatch 5. Po odemknutí můžete procházet funkce náramku ASUS VivoWatch 5. Po uplynutí intervalu nečinnosti se náramek ASUS VivoWatch 5 vrátí na hlavní obrazovku a zamkne se, aby se zabránilo nežádoucímu používání...

[Page 269](#) Procházení funkcí náramku ASUS VivoWatch 5 Potažením vlevo nebo vpravo procházejte funkce ASUS VivoWatch 5. Stisknutím hlavního tlačítka se vrátíte na hlavní

obrazovku.

Page 270 Zobrazení dalších informací pro vybranou funkci Potažením nahoru nebo dolů zobrazíte další informace pro vybranou funkci náramku ASUS VivoWatch 5 nebo můžete změnit ciferník. Některé funkce neobsahují dodatečné informace.

Page 271 Náramek ASUS VivoWatch 5 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 5 se zobrazuje čas, datum a stav náramku. Ikona Popis Stav baterie Připojeno...

Page 272 Obrazovka Index PTT Na této obrazovce můžete měřit údaje o zdraví. Hodinky ASUS VivoWatch 5 dokážou odhadnout váš emoční stres pomocí indexu PTT (Pulse Transit Time). Potažením doprava z hlavní obrazovky přejdete na obrazovku Index PTT. Přiložte palec a ukazováček na elektrodu a senzor PPG.

Page 273 • Noste náramek ASUS VivoWatch 5 tak, aby to bylo pro vás co nejpohodlnější. Neutahujte řemínek náramku ASUS VivoWatch 5 příliš na zápěstí. Lehce položte prst na elektrodu a během měření údajů o zdraví...

Page 274 Obrazovka pro měření tělesné harmonie Na této obrazovce lze měřit tělesnou harmonii (včetně stavu odpočínutí, rovnováhy a stresu). Údaje tělesné harmonie pomáhají sledovat vaši duševní pohodu a také vylepšit rovnováhu těla a mysli.

Page 275 Obrazovka Úroveň O2 Su ASUS VivoWatch 5 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 276 Údaj o hladině kyslíku se na hodinkách ASUS VivoWatch 5 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 277 1. Náramek ASUS VivoWatch 5 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 5 tak, aby to bylo pro vás co nejpohodlnější. Neutahujte řemínek náramku ASUS VivoWatch 5 příliš na zápěstí.

Page 278 Obrazovka režimu cvičení Na této obrazovce je zobrazen přehled vašich cvičení. Když zahájíte režim cvičení, náramek ASUS VivoWatch 5 zaznamenává informace o vašem aktuálním cvičení a ukazuje zaznamenávané informace. Vstup do režimu cvičení Chcete-li vstoupit do režimu cvičení, potáhněte vlevo nebo vpravo na obrazovce Cvičení...

Page 279 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. Pozastavení režimu cvičení Chcete-li pozastavit režim cvičení, stiskněte tlačítko Domů a potom klepnutím na pozastavte režim cvičení.

Page 280 Nastavení Na této obrazovce můžete měnit nastavení přímo v náramku ASUS VivoWatch 5. Potažením třikrát doleva z hlavní obrazovky přejdete na obrazovku Nastavení. Potažením nahoru nebo dolů na obrazovce Nastavení zobrazíte níže uvedená konfigurovatelná nastavení.

Page 281 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 5. Tento efekt je viditelnější v tmavším prostředí. Jazyk Slouží ke změně jazyka náramku. Režim řízení spotřeby Tento krok deaktivuje funkci Vždy zobrazovat.

Page 282 Obrazovka aktivit Náramek ASUS VivoWatch 5 automaticky zaznamenává vaše každodenní aktivity a zobrazuje je na této obrazovce. Potažením vlevo od hlavní obrazovky přejdete 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 283](#) Oznámení Když vám někdo volá nebo zašle zprávu na váš spárovaný telefon, náramek ASUS VivoWatch 5 vibruje a zobrazí číslo volajícího nebo náhled zprávy. Připomenutí Náramek ASUS VivoWatch 5 rovněž zobrazuje připomenutí chůze a léků pro podporu zdravějšího životního stylu.

[Page 284](#) Aktualizování náramku ASUS VivoWatch 5 Aktualizování prostřednictvím aplikace ASUS HealthConnect App 1. Spusťte aplikaci ASUS HealthConnect App. 2. Klepněte na položku Zařízení v dolní části obrazovky Dnes.

[Page 285](#) 3. Na obrazovce Zařízení vyberte položku Verze firmwaru a klepnutím na Vyhledat aktualizaci zjistěte, zda je aktuální verze nejaktuálnější.

[Page 287](#) Wstęp Dziękujemy za zakupienie ASUS VivoWatch 5! ASUS VivoWatch 5 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 288](#) Informacje dotyczące tego Podręcznika W tym Podręczniku zawarte są informacje na temat sprzętowych i programowych funkcji zegarka ASUS VivoWatch 5, które zostały pogrupowane tematycznie w następujące rozdziały: Rozdział 1: Wprowadzenie W rozdziale tym omówiono szczegółowo komponenty sprzętowe zegarka ASUS VivoWatch 5 oraz opisano sposób obsługi różnych elementów zegarka ASUS VivoWatch 5.

[Page 289](#) 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 5. Typografia Wytłuszczenie = Oznacza menu lub element, który należy wybrać. = Oznacza części, do których można się odnieść w tym Kursywa podręczniku użytkownika.

[Page 290: Środki Bezpieczeństwa](#)

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

[Page 291](#) • W razie pojawienia się zaczerwienienia, opuchlizny, swędzenia albo innego podrażnienia lub dyskomfortu skóry wokół zegarka ASUS VivoWatch 5 lub pod nim należy zdjąć zegarek ASUS VivoWatch 5 i skonsultować się z lekarzem przed jego ponownym założeniem. • Dalsze używanie, nawet w przypadku ustąpienia objawów, może prowadzić...

[Page 292: 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 293](#) Wprowadzenie...

[Page 294](#) Poznanie ASUS VivoWatch 5 • Ten zegarek ASUS VivoWatch 5 może być używany jako oddzielne urządzenie do wykonywania pomiarów i regulacji czasu. • W celu uzyskanie pełnych danych dotyczących swojego zdrowia należy pobrać i zainstalować aplikację towarzyszącą. W celu uzyskania szczegółowych informacji należy przejść do rozdziału...

[Page 295](#) • NIE wolno wkładać zegarka ASUS VivoWatch 5 do płynów z substancjami chemicznymi ani do słonej wody (np. woda morska, woda na pływalni lub gorące źródła), ponieważ mogłoby to doprowadzić...

[Page 296](#) Ten czujnik działa w połączeniu z elektrodą, umożliwiając pomiar danych dotyczących zdrowia użytkownika. Ten czujnik umożliwia także pomiar tętna. Dalsze, szczegółowe informacje można sprawdzić w części Korzystanie z zegarka ASUS VivoWatch 5 w tym podręczniku. Wyświetlacz z ekranem dotykowym Wyświetlacz należy używać do obsługi zegarka ASUS VivoWatch 5 z wykorzystaniem gestów.

[Page 297](#) Przycisk ekranu głównego Naciśnij ten przycisk na zegarku ASUS VivoWatch 5, aby

wrócić na ekran główny. Można także nacisnąć ten przycisk, aby odblokować zegarek ASUS VivoWatch 5 lub włączyć inne funkcje. Naciśnij i przytrzymaj ten przycisk przez jedną (1) sekundę, aby włączyć...

[Page 298](#) Ładowania z tyłu zegarka ASUS VivoWatch 5. 2. Podłącz kabel USB do ładowania do źródła zasilania, aby rozpocząć ładowanie. • Wygląd kabla do ładowania zależy od modelu i regionu. • Zegarek ASUS VivoWatch 5 włącza się automatycznie po pełnym naładowaniu baterii.

[Page 299](#) • Przed podłączeniem kabla do ładowania do zegarka ASUS VivoWatch 5 należy upewnić się, że złącza ładujące oraz spód zegarka ASUS VivoWatch 5 są czyste i suche, aby uniknąć korozji lub wadliwego działania: 1. Delikatnie wytrzyj złącza ładowania czystą flanelą.

[Page 301](#) Korzystanie z zegarka ASUS VivoWatch 5...

[Page 302](#) Instalacja aplikacji towarzyszącej Wykonaj parowanie zegarka ASUS VivoWatch 5 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 303](#) Pierwsze uruchomienie notebooka • Przed parowaniem, włącz Bluetooth telefonu. • Upewnij się, że zegarek ASUS VivoWatch 5 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 5.

[Page 304](#) Odblokowywanie zegarka ASUS VivoWatch 5 Naciśnij przycisk ekranu głównego, aby odblokować zegarek ASUS VivoWatch 5. Po odblokowaniu można przejść do różnych funkcji zegarka ASUS VivoWatch 5. Po upływie określonego czasu braku aktywności przywrócony zostanie ekran główny, a zegarek ASUS VivoWatch 5 zostanie zablokowany, aby zapobiec wykonaniu niepożądanych...

[Page 305](#) Przewijanie przez funkcje zegarka ASUS VivoWatch 5 Przesuń palcem w lewo lub w prawo, aby przewinąć przez funkcje zegarka ASUS VivoWatch 5. Można nacisnąć przycisk ekranu głównego, aby powrócić na ekran główny.

[Page 306](#) Wyświetlanie dalszych informacji dla wybranej funkcji Przesuń palcem w górę lub w dół, aby wyświetlić dalsze informacje dla wybranej funkcji zegarka ASUS VivoWatch 5 lub zmienić tarczę zegarka. Nie wszystkie funkcje zawierają dodatkowe informacje.

[Page 307: Ekran Główny](#)

Funkcje zegarka ASUS VivoWatch 5 Na ekranie zegarka ASUS VivoWatch 5 wyświetlane są informacje, takie jak stan codziennej aktywności, czas ćwiczeń i jakość snu, które stanowią wsparcie użytkownika na drodze ku zdrowszemu stylowi życia. Ekrany umieszczone w tym podręczniku mają wyłącznie charakter informacyjny.

[Page 308](#) Ekran indeksu PTT Ten ekran umożliwia wykonanie danych dotyczących zdrowia użytkownika. Posiadany zegarek ASUS VivoWatch 5 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 309](#) Zegarek ASUS VivoWatch 5 wykorzystuje czujnik PPG w połączeniu z elektrodą, co umożliwia zbieranie danych dotyczących zdrowia, a sposób noszenia zegarka ASUS VivoWatch 5 wpływa na dokładność pomiarów. W celu uzyskania dokładniejszych wyników: • Zegarek ASUS VivoWatch 5 należy założyć normalnie, aby jego tarcza była skierowana ku górze, a spodnia część...

[Page 310](#) Ekran pomiaru harmonii ciała Na tym ekranie można dokonać pomiarów w ramach funkcji Harmonia ciała (w tym stanu zrelaksowania, równowagi i stresu). Dane harmonii ciała pomagają w śledzeniu samopoczucia użytkownika, a w rezultacie, umożliwiają poprawienie równowagi ciała i umysłu.

[Page 311](#) Pulse O2 Level (Poziom natlenienia krwi O2). Załóż zegarek na nadgarstek i umieść swój kciuk oraz palec wskazujący na elektrodzie i czujniku PPG. Upewnij się, że zegarek ASUS

VivoWatch 5 jest prawidłowo osadzony na nadgarstku, po czym pomiar...

[Page 312](#) Na zegarku ASUS VivoWatch 5, 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 313](#) ASUS VivoWatch 5 mierzy automatycznie tętno. W celu uzyskania dokładniejszych wyników: 1. Zegarek ASUS VivoWatch 5 należy założyć normalnie, aby jego tarcza była skierowana ku górze, a spodnia część stykała się ze skórą i aby sam zegarek ASUS VivoWatch 5 był odsunięty od kości nadgarstka.

[Page 314](#) Ekran ćwiczeń Ten ekran umożliwia monitorowanie sesji ćwiczeń. Po włączeniu trybu ćwiczeń, zegarek ASUS VivoWatch 5 zapisuje dane dotyczące bieżącej sesji ćwiczeń i pokazuje informacje podczas ich rejestrowania. Przechodzenie do trybu ćwiczeń Aby przejść do trybu ćwiczeń, przesun palcem w lewo lub w prawo na ekranie Ćwiczenia, a następnie stuknij...

[Page 315](#) Przesun 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. Wstrzymywanie trybu ćwiczeń Aby wstrzymać tryb ćwiczeń, naciśnij przycisk ekranu głównego, a następnie stuknij pozycję...

[Page 316](#) Ustawienia Ten ekran umożliwia bezpośrednią zmianę ustawień zegarka ASUS VivoWatch 5. Przesun trzy razy palcem w lewo na ekranie głównym, aby przejść do Settings screen (Ekran Ustawienia). Przesun palcem w górę lub w dół na ekranie ustawień, aby wyświetlić wymienione poniżej konfigurowalne ustawienia.

[Page 317](#) Aby uzyskać bardziej dokładne dane dotyczące zdrowia należy prawidłowo wprowadzić swoje informacje osobowe. Ustawienie dziennego celu spalania kalorii i wykonanych kroków. Jasność Regulacja jasności zegarka ASUS VivoWatch 5. Ten efekt jest bardziej widoczny w ciemnych miejscach. Język Zmiana języka urządzenia. Tryb oszczędzania Wyłączona zostanie funkcja zawsze...

[Page 318](#) Ekran aktywności Zegarek ASUS VivoWatch 5 automatycznie zapisuje dzienne aktywności i wyświetla je na tym ekranie. Przesun 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 319](#) Powiadomienia Po otrzymaniu połączenia lub wiadomości w sparowanym telefonie, zegarek ASUS VivoWatch 5 zacznie wibrować, a na jego ekranie wyświetlony zostanie numer telefonu osoby dzwoniącej lub podgląd wiadomości. Przypomnienia Zegarek ASUS VivoWatch 5 pokaże także przypomnienia o spacerze i pobraniu leków, wspomagając bardziej zdrowy styl życia.

[Page 320](#) Aktualizacja zegarka ASUS VivoWatch 5 Aktualizacja przez aplikację ASUS HealthConnect App 1. Uruchom aplikację ASUS HealthConnect App. 2. Na dole ekranu Today (Dzisiaj), stuknij Device (Urządzenie).

[Page 321](#) 3. W pozycji Ekran urządzenia wybierz pozycję Wersja oprogramowania sprzętowego i stuknij pozycję Sprawdź aktualizacje w celu sprawdzenia, czy bieżąca wersja jest aktualna.

[Page 323](#) Appendix...

[Page 324: 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 325](#) 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 326: 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 327 Regional notice for Mexico La operación de este equipo está sujeta a las siguientes dos condiciones: (1) es posible que este equipo o dispositivo no cause interferencia perjudicial; (2) este equipo o dispositivo debe aceptar cualquier interferencia, incluyendo la que pueda causar su operación no deseada.

[Page 328: Simplified Eu Declaration Of Conformity](#)

ASUSTek Computer Inc. hereby declares that this device is in compliance with the essential requirements and other relevant provisions of Directive 2014/53/EU. Full text of EU declaration of conformity is available at <https://www.asus.com/support/>. UK(NI) The Simplified EU Declaration of Conformity of this device has been updated.

Page 329 ASUSTek Computer Inc. hereby declares that this device is in compliance with the essential requirements and other relevant provisions of The Radio Equipment Regulations 2017 (S.I. 2017/1206). Full text of UKCA declaration of conformity is available at <https://www.asus.com/support/>. UKCA RF Output table (The Radio Equipment Regulations 2017)

[illegible]

Page 331: 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 332 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 333: Proper Disposal

Proper disposal Do not throw your ASUS VivoWatch 5 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 334: Notices For Removable Batteries

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 • La batterie de l'ordinateur portable peut présenter un risque d'incendie ou de brûlure si celle-ci est retirée ou désassemblée.

Page 335: 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 336 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 337](#) 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 338: 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 340](#) 15060-13X0K000...

This manual is also suitable for:

Hc-b05