

Obsah

Začínáme

Vzhled	1
Tlačítka a dotykové operace	1
Párování s EMUI telefonem	4
Spárování s iPhonem	4
Párování s telefonem se systémem Android	5
Párování s novým telefonem	6
Vlastní karty funkcí	6
Chytrá gesta	8
Přepínání režimu baterie	9
Přístup k internetu na hodinkách	9

Předplatné eSIM

Aktivace služby eSIM	11
Změna nebo přenos čísla eSIM	12
Bluetooth hovory a samostatné hovory přes eSIM kartu	12

Objevování pod širým nebem

Nastavení potápění	16
Nástroje potápění	17
Potápění	18
Komunikace Dolphin	24
Režim expedice	25
Barometr	27

Asistent

Assistant·TODAY	29
Odesílání a přijímání zpráv SMS	30
Správa zpráv	31
Nastavení režimů	32
Vzdálená závěrka	34
Ovládání přehrávání hudby	34
Správa ciferníků	35
Galerie ciferníku hodinek	36
Video na ciferníku	37

Správa zdraví

Detekce pádu a nouzové SOS	39
Měření EKG	40
Měření SpO2	42
Zdravotní přehled	42
Emoční pohoda	43

Sledování spánku	44
Health Insights	45
Sledování dýchání ve spánku	46
Detekce ztuhlosti tepen	47
Analýza arytmií pomocí pulzové vlny	48
Měření tepové frekvence	50
Menstruační kalendář	51

Cvičení

Nastavení cvičení	53
Zobrazení dat na obrazovce cvičení	53
Používání offline mapy	54
Zahájení cvičení	55
Trasa zpět	56
Trailový běh	56
Cyklistika	57
RouteDraw	58
Golfový režim	59
Aplikace Udržte si kondici	61

Další

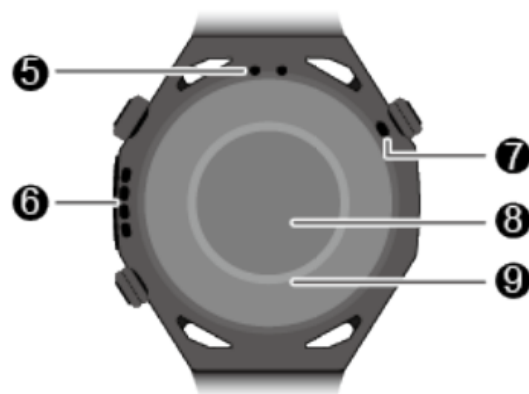
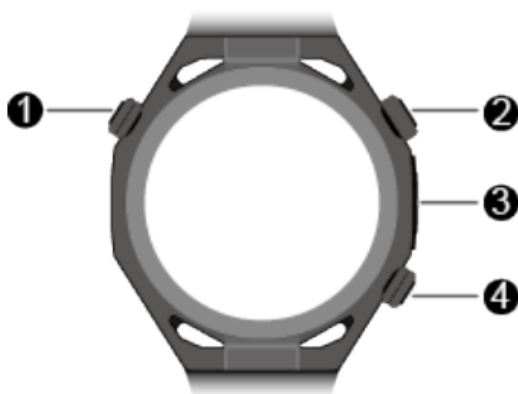
Nabíjení	63
Správa aplikací	64
Multitasking	65
Ovládání Bluetooth sluchátek	65
Aktualizace	66
Informace o zařízení	66
Dostupnost	67
O normě EN13319	67

Začínáme

Vzhled

Vzhled zařízení:

 Obrázky slouží pouze pro ilustraci.



O zařízení:

Č.	Popis
1	Levé horní tlačítko (tlačítko Assist)
2	Horní tlačítko (korunka)
3	Čidlo X-TAP HUAWEI  Technologie HUAWEI X-TAP nabízí výkonné funkce sledování zdraví a inovativní, intuitivní interakce s podporou analýzy EKG, měření SpO2 špičky prstu a funkce Zdravotní přehled. Některé ciferníky hodinek také podporují interakce založené na čidle X-TAP.
4	Dolní tlačítko
5	Otvor pro hloubkový snímač
6	Reproduktor
7	Mikrofon
8	Snímač tepové frekvence
9	Nabíjecí oblast

Tlačítko a dotykové operace

Barevná dotyková obrazovka hodinek podporuje řadu dotykových úkonů, jako je přejetí prstem nahoru, dolů, vlevo a vpravo, jakož i klepnutí nebo klepnutí a podržení.

Čidlo HUAWEI X-TAP

Operace	Funkce
Stisknutí	- Na domovské obrazovce: Spustí funkci Zdravotní přehled po stisknutí senzoru na tři sekundy (při nošení hodinek). - Na domovské obrazovce: Upravuje vizuály a animace ciferníku v reakci na tlak prstu po klepnutí na obrazovku. (Platí pouze pro určité ciferníky.)
Klepnutí	Používá funkci zdraví: Analýza EKG / detekce ztuhlosti tepen / měření SpO2 na špičce prstu.

Horní tlačítko

 Operace se během hovorů a cvičení mohou lišit.

Operace	Funkce
Otočení	- V režimu seznamu a režimu šestihranné sítě: Posouvá nahoru a dolů na seznamu aplikací. Na první obrazovce seznamu aplikací v režimu šestihranné sítě otočením horního tlačítka proti směru hodinových ručiček, nebo táhnutím prstu shora dolů po obrazovce, zobrazíte nebo skryjete názvy aplikací. - V aplikaci: Posouvá na obrazovce nahoru a dolů.  Chcete-li přepnout mezi režimy šestihranné sítě a seznamu: - V obou režimech potáhněte prstem nahoru, dokud se nedostanete na poslední obrazovku se seznamem aplikací, a klepnutím na druhý režim režimy přepněte. - Přejděte do nabídky Nastavení > Ciferník a Domů > Spouštěč a vyberte možnost Šestihranná síť nebo Seznam.
Stisknutí	- Je-li obrazovka vypnutá: Zapne obrazovku. - Na domovské obrazovce: Přesune vás na obrazovku seznamu aplikací. - Na jakékoli jiné obrazovce: Vráť se na domovskou obrazovku. - Ztlumí příchozí hovory Bluetooth.
Dvojité stisknutí	Když je obrazovka zapnutá: Přesune vás na obrazovku posledních úkolů, kde si můžete prohlédnout všechny spuštěné aplikace. Například během cvičení stiskněte dvakrát horní tlačítko, aby se zobrazily spuštěné úkoly na pozadí, poté můžete klepnout na kartu ciferníků, abyste se vrátili na domovskou obrazovku hodinek.

Operace	Funkce
Stisknutí a podržení	• Když jsou hodinky vypnuté: Zapne hodinky. • Když jsou hodinky zapnuté: Přenesení vás na obrazovku restartu/vypnutí. • Stisknutím a podržením tohoto tlačítka po dobu alespoň 12 sekund se hodinky vynuceně restartují.

Dolní tlačítko

Operace	Funkce
Stisknutí	Rychlý přístup k vybraným funkcím. Chcete-li nastavit, ke kterým funkcím budete mít přístup: 1 Stiskněte horní tlačítko na hodinkách a vyberte z aplikace možnost Nastavení > Tlačítko > Stiskněte tlačítko vpravo dole. 2 Vyberte cílové aplikace pro vlastní nastavení. Po dokončení se vraťte na domovskou obrazovku a stisknutím dolního tlačítka přistupujte k vybraným funkcím.

Horní levé tlačítko (tlačítko Assist)

Operace	Funkce
Stisknutí	• Na domovské obrazovce: Přenesení vás do vybrané aplikace. Chcete-li nastavit, ke které aplikaci budete mít přístup: 1 Stiskněte horní tlačítko na hodinkách a vyberte z aplikace možnost Nastavení > Tlačítko > Stiskněte tlačítko vlevo nahore. 2 Vyberte cílovou aplikaci (například Expedice) pro vlastní nastavení. Po dokončení se vraťte na domovskou obrazovku a stisknutím tlačítka Assist přistupujte k vybrané aplikaci. • Během ponoru: Přepíná nebo upravuje typy plynu, resetuje průměrnou hloubku, nebo ukončuje ponor.

Zkratky

Operace	Funkce
Současné stisknutí horního a dolního tlačítka	Pořídí snímek obrazovky a nahraje jej do Galerie telefonu.

Ovládání obrazovky

Operace	Funkce
Klepnutí	Vybírá a potvrzuje.

Operace	Funkce
Klepnutí a podržení	- Na domovské obrazovce: Otevře obrazovku úprav ciferníku. - Na kartě s funkcí: Otevře obrazovku správy karet.
Potažení nahoru	Na domovské obrazovce: Zobrazí oznámení.
Potažení dolů	Na domovské obrazovce: Otevře ovládací panel. - Můžete zapnout funkci Najít telefon nebo nastavit stav Soustředění. - Můžete zobrazit zbývajících úroveň nabití baterie a stav připojení Bluetooth.
Potažení doleva	Na domovské obrazovce: Zpřístupní karty vlastních funkcí.
Potažení doprava	Na domovské obrazovce: Vstoupí na obrazovku Assistant·TODAY. V aplikaci (kromě domovské obrazovky aplikace): Vráť se na předchozí obrazovku.

Párování s EMUI telefonem

- 1 Nainstalujte aplikaci **Huawei Zdraví** ().
Pokud jste již nainstalovali aplikaci **Huawei Zdraví**, otevřete ji, jděte do nabídky **Já > Vyhledat aktualizace** a aktualizujte ji na nejnovější verzi.
- 2 Přejděte do aplikace **Huawei Zdraví > Já > Přihlásit se s HUAWEI ID**. Pokud nemáte HUAWEI ID, zaregistrujte si je a pak se přihlaste.
 Pro přihlášení se doporučuje používat účet dospělé osoby, aby bylo zajištěno úspěšné párování a připojení nositelného zařízení k telefonu.
- 3 Zapněte nositelné zařízení, vyberte jazyk a spusťte párování.
- 4 Umístěte nositelné zařízení do blízkosti telefonu. V aplikaci **Huawei Zdraví** klepněte na  v pravém horním rohu a pak na možnost **Přidat zařízení**. Ve výsledcích vyhledávání najděte nositelné zařízení a klepněte na možnost **Připojit**. Případně klepněte na možnost **Skenovat** a zahajte párování naskenováním kódu QR zobrazeného na nositelném zařízení.
- 5 Jakmile se objeví zpráva **Bluetooth synchronizace zpráv** na obrazovce aplikace **Huawei Zdraví**, klepněte na možnost **Povolit**.
- 6 Jakmile se na nositelném zařízení zobrazí výzva ke spárování, klepněte na  a postupujte podle pokynů na obrazovce telefonu, abyste dokončili párování.
 Chcete-li zajistit optimální používání push oznámení, zkontrolujte, zda jsou oznámení v telefonu správně nastavena.

Spárování s iPhonem

-  K dispozici pouze pro zařízení s iOS 13.0 a novějším.

- 1 Nainstalujte aplikaci **HUAWEI Zdraví** ().
Pokud již v telefonu aplikaci nainstalovanou máte, aktualizujte ji na nejnovější verzi.
Pokud jste si aplikaci ještě nenainstalovali, přejděte v telefonu do aplikace **App Store** a vyhledejte aplikaci **HUAWEI Zdraví**, abyste mohli aplikaci stáhnout a nainstalovat.
- 2 Přejděte do aplikace **HUAWEI Zdraví** > **Já** > **Přihlásit se s HUAWEI ID**. Pokud nemáte HUAWEI ID, zaregistrujte si je a pak se přihlaste.
 Pro přihlášení se doporučuje používat účet dospělé osoby, aby bylo zajištěno úspěšné spárování a připojení nositelného zařízení k telefonu.
- 3 Zapněte vaše nositelné zařízení, vyberte jazyk a umístěte zařízení do blízkosti telefonu. Na domovské stránce aplikace **HUAWEI Zdraví** klepněte na  v pravém horním rohu a poté na možnost **Přidat zařízení**. Ve výsledcích vyhledávání najděte nositelné zařízení a klepněte na možnost **Připojit**. Také můžete klepnout na možnost **Skenovat** a zahajte párování naskenováním QR kódu zobrazeného na nositelném zařízení.
- 4 Jakmile se na nositelném zařízení zobrazí požadavek na spárování, klepněte na .
Jakmile se v aplikaci **HUAWEI Zdraví** zobrazí vyskakovací okno s žádostí o spárování přes Bluetooth, klepněte na možnost **Párovat**. Zobrazí se další vyskakovací okno s dotazem, zda chcete nositelnému zařízení povolit zobrazování oznámení z telefonu. Klepněte na možnost **Povolit** a řiďte se pokyny na obrazovce.
- 5 Počkejte několik sekund, dokud aplikace **HUAWEI Zdraví** nezobrazí zprávu, že párování bylo úspěšné.
 • Nechejte aplikaci **HUAWEI Zdraví** spuštěnou na pozadí (a nezavírejte ji tažením prstu nahoru), abyste zajistili stabilnější připojení mezi zařízeními a aplikací **HUAWEI Zdraví**. To pomůže zajistit lepší zážitek z push oznámení o nových zprávách a příchozích hovorech z telefonu.
• Chcete-li zajistit optimální používání push oznámení, zkontrolujte, zda jsou oznámení v telefonu správně nastavena.

Párování s telefonem se systémem Android

- 1 Nainstalujte aplikaci **Huawei Zdraví** ().
Pokud jste již nainstalovali aplikaci **Huawei Zdraví**, otevřete ji, jděte do nabídky **Já** > **Vyhledat aktualizace** a aktualizujte ji na nejnovější verzi.
Pokud jste si aplikaci ještě nenainstalovali, přejděte v telefonu do **obchodu s aplikacemi** a vyhledejte aplikaci **Huawei Zdraví**, abyste mohli aplikaci stáhnout a nainstalovat.
- 2 Přejděte do aplikace **Huawei Zdraví** > **Já** > **Přihlásit se s HUAWEI ID**. Pokud nemáte HUAWEI ID, zaregistrujte si je a pak se přihlaste.
 Pro přihlášení se doporučuje používat účet dospělé osoby, aby bylo zajištěno úspěšné spárování a připojení nositelného zařízení k telefonu.
- 3 Zapněte nositelné zařízení, vyberte jazyk a spusťte párování.
- 4 Umístěte nositelné zařízení do blízkosti telefonu. V aplikaci **Huawei Zdraví** klepněte na  v pravém horním rohu a pak na možnost **Přidat zařízení**. Ve výsledcích vyhledávání

najděte nositelné zařízení a klepněte na možnost **Připojit**. Případně klepněte na možnost **Skenovat** a zahajte párování naskenováním kódu QR zobrazeného na nositelném zařízení.

- 5 Jakmile se na nositelném zařízení zobrazí výzva ke spárování, klepněte na ✓ a postupujte podle pokynů na obrazovce telefonu, abyste dokončili párování.
 - 6 Klepněte na možnost **Nastavení** a dokončete nastavení ochrany připojení hodinek/náramku, abyste zajistili stabilnější připojení mezi zařízením a aplikací **Huawei Zdraví**. To pomůže zajistit lepší zážitek z push oznámení o nových zprávách a příchozích hovorech z telefonu.
-  Chcete-li zajistit optimální používání push oznámení, zkontrolujte, zda jsou oznámení v telefonu správně nastavena.

Párování s novým telefonem

Vaše hodinky se mohou současně připojit pouze k jednomu telefonu. Pokud tedy chcete spárovat s novým telefonem, budete se muset nejprve odpojit od aktuálního telefonu.

- 1 Na hodinkách vstupte do seznamu aplikací a přejděte na položku **Nastavení > Systém > Připojit nový telefon**.
 - 2 Klepněte na ✓.
Pokud je aktuálně připojeným telefonem iPhone, přejděte v telefonu do části **Nastavení** a výběrem **Bluetooth** vyhledejte vaše hodinky. Klepněte na ikonu **i** a nastavte zapomenutí zařízení.
 - 3 Když se na hodinkách zobrazí obrazovka párování, postupujte podle pokynů na obrazovce pro spárování s novým telefonem.
-  • Spárování hodinek s novým telefonem, který je přihlášen s jiným HUAWEI ID, obnoví tovární nastavení hodinek. Při provádění této operace buďte opatrní, protože se vymažou informace o účtu, všechny karty v peněženke, systémová data a data aplikací z hodinek.
- Při párování s novým telefonem přejděte na hodinkách na **Nastavení > Systém > Resetovat** a ujistěte se, že políčko **Odstranit konfiguraci eSIM** pod zprávou není zaškrtnuté. Tím je zajištěno, že budete moci službu eSIM používat i po resetu systému, aniž byste museli službu odhlašovat a znovu aktivovat.
 - Pokud máte aktivovanou eSIM, neresetujte hodinky přímo podle pokynů po klepnutí na **Připojit nový telefon**. V opačném případě budou informace eSIM po resetování systému vymazány a budete muset kontaktovat svého operátora, aby se odhlásil ze služby eSIM a znovu ji aktivoval.

Vlastní karty funkcí

Po přidání často používaných aplikací jako karet funkcí budete moci tyto aplikace zobrazovat a přistupovat k nim bez větší námahy potáhnutím prstu doleva na domovské obrazovce

hodinek. Tyto karty lze přizpůsobit, přidat nebo přemístit tak, aby vyhovovaly vašim potřebám.

Přidání karty

- 1 Potažením prstu doleva na domovské obrazovce hodinek získáte přístup ke kartám funkcí. Klepnutím a podržením libovolné karty přejděte na obrazovku úprav karty.
- 2 Klepněte na  pod kartou a vyberte požadovanou kombinovanou kartu nebo kartu jedné aplikace, která se má zobrazit.
- 3 Stiskněte horní tlačítko pro uložení nastavení. Potažením prstu doleva na domovské obrazovce můžete zobrazit přidání karty.

Úprava kombinované karty

- 1 Potažením prstu doleva na domovské obrazovce hodinek získáte přístup ke kartám funkcí. Klepnutím a podržením libovolné karty přejděte na obrazovku úprav karty.
- 2 Klepnutím na **Upravit** pod kartou přejděte na obrazovku přizpůsobení. Podle potřeby můžete provést následující operace:
 - Klepněte na cílovou součást a na funkční obrazovce vyberte komponentu, kterou chcete vyměnit.
 - Můžete klepnout a podržet cílovou komponentu a přetažením upravit její polohu.
 -  • Komponenty kombinovaných karet lze pouze vyměnit, nikoli odstranit.
 - Chcete-li přidat vlastní režim cvičení jako kartu funkcí, musíte tento režim nejprve přidat do seznamu režimů cvičení v aplikaci Cvičení.
- 3 Stiskněte horní tlačítko pro uložení nastavení.

Posunutím karty upravíte pořadí

- 1 Potažením prstu doleva na domovské obrazovce hodinek získáte přístup ke kartám funkcí. Klepnutím a podržením libovolné karty přejděte na obrazovku úprav karty.
- 2 Dotkněte se a podržte kartu, kterou chcete přesunout, a přetáhněte ji doleva nebo doprava do cílové pozice.
- 3 Stiskněte horní tlačítko pro uložení nastavení.

Odebrání karty

- 1 Potažením prstu doleva na domovské obrazovce hodinek získáte přístup ke kartám funkcí. Klepnutím a podržením libovolné karty přejděte na obrazovku úprav karty.
- 2 Klepněte a podržte kartu, kterou chcete odebrat, a přetáhněte ji nahoru na **Odebrat**.
- 3 Stiskněte horní tlačítko pro uložení nastavení.

Chytrá gesta

Na hodinkách můžete navigovat a ovládat je pomocí chytrých gest rukou, ve které máte hodinky nasazené, aniž byste museli klepat na obrazovku. Chytrá gesta lze například použít k přijetí nebo odmítnutí příchozího hovoru a k odložení nebo zastavení budíku.



- Ikona gesta () v horní části obrazovky označuje, že aktuální operace podporuje chytrá gesta.
- Pro zajištění optimálního rozpoznávání gest noste hodinky nad zápěstím a ujistěte se, že zadní kryt je v těsném kontaktu s pokožkou.
- Rozpoznávání gest může být ovlivněno nebo selhat při běhu, jízdě na koni nebo jiném vysoce intenzivním tréninku, nebo v důsledku jiných faktorů, jako je například způsob nošení, okolní teplota nebo vlhkost.

Chytrá gesta

Je důležité si předem procvičit chytrá gesta podle návodu na obrazovce, abyste předešli chybným operacím.

- 1 Vstupte do seznamu aplikací, přejděte na **Nastavení > Gesta rukou** a postupujte podle zobrazených pokynů.
 - Dvojitě klepnutí: Dvakrát rychlým klepnutím palcem a ukazováčkem společně potvrďte akci.
 - Dvojitě posunutí: Posunutím palce dvakrát podél ukazováčku směrem ke špičce prstu přepínejte mezi dostupnými možnostmi.
- 2 Jakmile se s nimi seznámíte, můžete tato dvě gesta povolit **Detekovat chytrá gesta** a používat pro intuitivní ovládání hodinek.
Detekovat chytrá gesta můžete kdykoli deaktivovat.

Přijetí/odmítnutí příchozího hovoru

Dvojitým klepnutím přijmete příchozí hovor a dalším dvojitým klepnutím zavěsíte. Chcete-li příchozí hovor odmítnout, dvojitým posunutím přepněte na tlačítko pro odmítnutí a poté dvojitým klepnutím potvrďte.

Odložení/zastavení budíku

Dvojitým klepnutím odložíte budík. Chcete-li budík zastavit, dvojitým posunutím přepněte na tlačítko pro zastavení a poté dvojitým klepnutím potvrďte.

Ovládání zvukem

Na kartě přehrávání zvuku dvojitým klepnutím přehrajete nebo pozastavíte zvuk. Dvojitým posunutím přepnete na další nebo předchozí tlačítko a poté dvojitým klepnutím potvrďte.

Ovládání vzdálené závěrky

Na obrazovce Vzdálená závěrka dvojitým klepnutím pořídíte fotografii.

Ovládání časovače

Na obrazovce Časovač dvojitým klepnutím spustíte nebo pozastavíte časovač. Chcete-li časovač resetovat, dvojitým posunutím přepnete na tlačítko resetování a poté dvojitým klepnutím potvrďte.

Přepínání režimu baterie

Vaše hodinky mají dva režimy baterie: Standardní režim a režim Spořič baterie. Ve standardním režimu hodinky nabízejí plnohodnotný zážitek. V režimu Spořič baterie se výdrž baterie prodlužuje, ale některé funkce, jako jsou mobilní data a video ciferníky, nejsou k dispozici.

Zapnutí Spořiče baterie

Ve standardním režimu přejeďte prstem dolů od horní části ciferníku pro vstup do **Ovládací panel** a klepnutím na **Spořič baterie** ukončete standardní režim a přejděte do režimu Spořič baterie.

Povolit standardní režim

V režimu úspory baterie přejeďte prstem dolů od horní části ciferníku pro vstup do **Ovládací panel** a klepnutím na **Standardní režim** ukončete režim Spořič baterie a přejděte do standardního režimu.

-  Když úroveň nabití baterie klesne pod úroveň pro přepínání režimů, zařízení se automaticky přepne do režimu Spořič baterie. Zařízení se také automaticky přepne do standardního režimu, když je nabito na úroveň pro přepínání režimů nebo vyšší.

Přístup k internetu na hodinkách

Hodinky mohou přistupovat k internetu prostřednictvím sítě Wi-Fi, prostřednictvím telefonu nebo prostřednictvím mobilní sítě eSIM, pokud je služba eSIM zapnutá. Hodinky budou přepínat mezi sítěmi v závislosti na aktuálním používání tak, aby se použila nejlepší síť. Priorita sítě je následující:

- 1** Při připojení k telefonu přes Bluetooth budou hodinky používat aktuální síť telefonu (mobilní data nebo Wi-Fi), aby se šetřila baterie.

-  • Ve standardním režimu nemohou hodinky používat síť iPhone přes Bluetooth.
- Pokud chcete používat síť eSIM hodinek, když jsou připojeny k telefonu přes Bluetooth, přejděte na **Nastavení > Mobilní síť > Automaticky vypnout síť** na hodinkách a vypněte **Při připojení k telefonu**.

- 2 Pokud připojení Bluetooth selže nebo se odpojí, hodinky použijí připojenou síť Wi-Fi.
- 3 Pokud se připojení Bluetooth mezi hodinkami a telefonem nezdaří a Wi-Fi není k dispozici, hodinky poté použijí vlastní mobilní síť eSIM (pokud je k dispozici).

Přístup k internetu přes Bluetooth

Když jsou hodinky připojeny k telefonu přes aplikaci **Huawei Zdraví** a aplikace běží na pozadí, hodinky ve výchozím nastavení použijí aktuální síť telefonu (mobilní data nebo Wi-Fi).

Přístup k internetu přes připojení Wi-Fi

 Tato funkce je podporována pouze tehdy, když hodinky pracují ve Standardním režimu.

Pokud jsou hodinky připojeny k internetu přes Wi-Fi, můžete v hodinkách používat aplikace, které vyžadují přístup k internetu, i když nemáte telefon poblíž.

- 1 Stisknutím horního tlačítka na hodinkách otevřete seznam aplikací, přejděte do nabídky **Nastavení > Wi-Fi** a zapněte přepínač Wi-Fi. Hodinky poté automaticky vyhledávají síť Wi-Fi, ke které se lze připojit.
- 2 Klepněte na síť Wi-Fi, ke které se chcete připojit, zadejte heslo a klepněte na možnost **Připojit**.

Ignorování připojené sítě Wi-Fi

- 1 Stisknutím horního tlačítka na hodinkách otevřete seznam aplikací a potom přejděte do nabídky **Nastavení > Wi-Fi**.
- 2 Vyberte připojenou síť Wi-Fi a klepněte na **Zapomenout**.

Přístup k internetu přes eSIM kartu

 Chcete-li tuto funkci používat, je nutné nejprve povolit službu eSIM.

Stisknutím horního tlačítka na hodinkách otevřete seznam aplikací, přejděte do nabídky **Nastavení > Mobilní síť > Mobilní data** a zapněte **Mobilní data**.

Režim Letadlo

Povolte **Režim Letadlo** před letem, aby se v hodinkách vypnuly Bluetooth, Wi-Fi a mobilní data.

Možnost **Režim Letadlo** můžete zapnout nebo vypnout některou z následujících metod:

- Přejetím prstem dolů z horní části domovské obrazovky přejděte do Ovládacího panelu a klepnutím na **Režim Letadlo** povolte nebo zakažte.
- Stisknutím horního tlačítka na hodinkách otevřete seznam aplikací, přejděte do nabídky **Nastavení > Mobilní síť** a zapněte nebo vypněte **Režim Letadlo**.

Předplatné eSIM

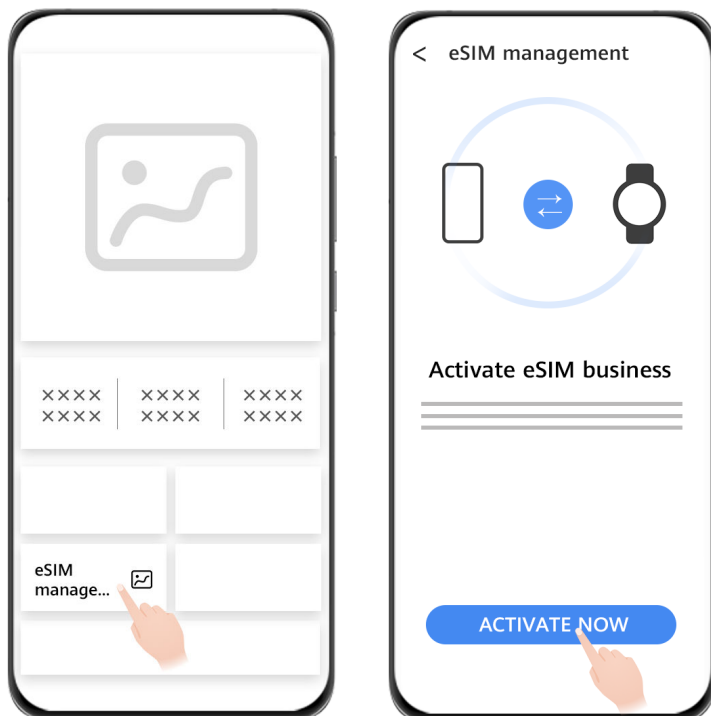
Aktivace služby eSIM

Požadavky

- Ujistěte se, že země/regiony a operátoři podporují službu eSIM. Pro podrobnosti navštivte oficiální webové stránky Huawei.
- Chcete-li aktivovat službu eSIM One Number, vaše SIM karta musí být primární kartou (výchozí karta).
- Hodinky musí být připojeny k telefonu přes Bluetooth a váš telefon musí mít přístup k internetu.
- Úroveň baterie hodinek musí být vyšší než 20 %.
- Pokud používáte iPhone, připojte hodinky nejprve k internetu.

Aktivace

- 1 Připojte hodinky k telefonu s použitím aplikace Huawei Zdraví.
- 2 Přejděte na obrazovku podrobností zařízení, přejděte na **Správa eSIM > Jedno číslo, dvě zařízení > Aktivovat** nebo **Správa eSIM > Samostatné číslo > Aktivovat**, vyberte SIM kartu nebo operátora a klepněte na **Pokračovat**.



- 3 Postupováním podle pokynů na obrazovce službu aktivujte naskenováním QR kódu svého operátora. V případě potřeby zadejte ověřovací kód zasláný operátorem.

- Řada HUAWEI WATCH 3: Postupováním podle pokynů na obrazovce službu aktivujte online nebo naskenováním QR kódu svého operátora. V případě potřeby zadejte ověřovací kód zasláný operátorem.

4 Služba eSIM se automaticky aktivuje po prvním stažení účtu eSIM a konfiguraci informací o účtu ve vašich hodinkách.

- Během aktivace služby eSIM neprovádějte s hodinkami žádné operace.

Změna nebo přenos čísla eSIM

Chcete-li změnit číslo eSIM svých hodinek nebo přenést číslo na nové hodinky, musíte se nejprve odhlásit z aktivované služby eSIM, resetovat konfigurace eSIM a poté službu znovu aktivovat.

- 1** Zrušte registraci aktivovaného čísla eSIM kontaktováním svého operátora . V opačném případě budou poplatky strhávány průběžně a číslo nelze znovu aktivovat.
- 2** Znovu aktivujte službu eSIM pro nové telefonní číslo nebo nové hodinky.

Bluetooth hovory a samostatné hovory přes eSIM kartu

Vaše hodinky podporují volání Bluetooth a samostatné volání eSIM v různých situacích.

- Podpora přesměrování hovorů službou eSIM One Number se liší podle regionu. Podrobnosti získáte od zákaznické podpory místního operátora.

Synchronizování/odstraňování kontaktů

Synchronizovat kontakty:

Do hodinek nelze přidávat kontakty. Pokud jsou hodinky připojeny k telefonu prostřednictvím Bluetooth, automaticky synchronizují kontakty z telefonu.

- Pokud se kontakty nesynchronizují automaticky, otevřete seznam aplikací v hodinkách a přejděte na **Kontakty > Synchronizovat kontakty > Synchronizovat**.
- Pokud nechcete synchronizovat kontakty, otevřete aplikaci Huawei Zdraví, přejděte na obrazovku s podrobnostmi o zařízení, přejděte **Nastavení zařízení > Správa aplikací > Kontakty** a deaktivujte **Synchronizovat data do hodinek**.
Tato možnost není v aplikaci HUAWEI Zdraví na iPhonech k dispozici. iOS 18 podporuje autorizaci kontaktů. Můžete přejít do **Nastavení > Aplikace > HUAWEI Zdraví > Kontakty** a synchronizovat kontakty podle potřeby.

Odstranění kontaktů:

Kontakty synchronizované z telefonu můžete v hodinkách odstranit takto:

- 1** V seznamu aplikací v hodinkách přejděte na **Nastavení > Aplikace > Správa aplikací > Systémové procesy**.

- 2** Přejděte na **Contacts Storage > Úložiště > Vymazat data**. Pak na hodinkách nebudou žádné kontakty. Můžete ručně synchronizovat kontakty z aplikace **Kontakty** v hodinkách.

Přijetí/ukončení hovoru na hodinkách

- Chcete-li na hodinkách používat službu eSIM, budete muset hodinky stále nosit a deaktivovat **Automaticky vypnout síť** tak, že přejdete na **Nastavení > Baterie**, přejeďte po obrazovce nahoru a přejděte na **Úspora energie > Automaticky vypnout síť**.
- Když na hodinkách používáte službu eSIM, funkce jako blokování obtěžování a seznam blokováných nejsou podporovány. Když na hodinkách nepoužíváte službu eSIM, nastavení blokování v telefonu se automaticky synchronizuje s hodinkami.

Přijmutí hovoru: Při příchozím hovoru vás vaše hodinky upozorní a zobrazí informaci o volajícím. Klepnutím na  hovor přijmete.

Ukončení hovoru: Klepnutím na  hovor ukončíte.

Návrat na obrazovku volání:

Pokud nejste na obrazovce volání, klepněte na ikonu Telefon v horní části domovské obrazovky zařízení a vraťte se na obrazovku volání.

Vytáčení hovoru na hodinkách

Stisknutím horního tlačítka na hodinkách přejděte do seznamu aplikací, vyberte **Telefon** a vyberte některý z následujících způsobů pro uskutečnění hovoru.

- Chcete-li zavolat zpět, klepněte na **Protokoly hovorů** a poté na protokol hovoru.
- Klepněte na **Numerická klávesnice**, zadejte číslo, kterému chcete zavolat, klepněte na ikonu Vytáčení a zahajte hovor.
- Klepnutím na **Kontakty** a poté na kontakt uskutečníte hovor.

Stav připojení Bluetooth	Služba samostatného čísla eSIM není aktivována	Služba samostatného čísla eSIM je aktivována	Služba eSIM One Number je aktivována
Hodinky a telefon jsou připojeny přes Bluetooth.	Volání prostřednictvím Bluetooth	Pokud jsou hodinky připojeny k síti eSIM: Můžete uskutečňovat hovory přes Bluetooth nebo samostatné hovory na eSIM. Pokud hodinky nejsou připojeny k síti eSIM: Volání prostřednictvím Bluetooth	- Když je Při připojení k telefonu vypnuto v Nastavení > Mobilní síť > Automaticky vypnout síť na hodinkách a hodinky jsou připojeny k síti eSIM: Přednostně se používají hovory přes Bluetooth a hovory na eSIM jsou podporovány. - Když je Při připojení k telefonu vypnuto v Nastavení > Mobilní síť > Automaticky vypnout síť na hodinkách a hodinky nejsou připojeny k síti eSIM: Jsou podporovány pouze hovory přes Bluetooth. - Když je Při připojení k telefonu povoleno v Nastavení > Mobilní síť > Automaticky vypnout síť na hodinkách: Jsou podporovány pouze hovory přes Bluetooth. Chcete-li zkontrolovat, zda jsou hodinky připojeny k síti eSIM, přejeďte prstem dolů z horní části domovské obrazovky hodinek a přejeďte do Ovládacího panelu. Pokud se dole zobrazuje ikona , hodinky jsou připojeny k síti eSIM.
Hodinky a telefon se odpojí přes Bluetooth.	/	Samostatné hovory na eSIM kartu	Samostatné hovory na eSIM kartu

Konfigurace nastavení během hovoru

- Upravte hlasitost hovoru otočením horního tlačítka. Ztlumte hovor klepnutím na ikonu Ztlumit ()
- Zadejte číslice klepnutím na ikonu Další () a zadáním na klávesnici.

Přepínání hovorů mezi telefonem a hodinkami

-  Hovory eSIM nelze přepínat mezi telefonem a hodinkami.

- 1 Ujistěte se, že jsou hodinky připojeny k telefonu prostřednictvím Bluetooth.
- 2 Na obrazovce hovoru vašeho telefonu klepněte na tlačítko Bluetooth v pravém spodním rohu a zvolte přepnutí zvuku na váš telefon, hodinky nebo sluchátka.

Zobrazení/odstranění protokolů hovorů

- 1 Stiskněte horní tlačítko, otevřete seznam aplikací, přejděte do nabídky **Telefon > Protokoly hovorů** a zobrazte si protokoly hovorů (včetně příchozích, odchozích a zmeškaných hovorů).
- 2 Přejedte prstem doleva na obrazovce a klepnutím na ikonu Odstranit odstraníte protokol hovorů.
 -  • Smazání více protokolů hovorů najednou není podporováno.
 - Když používáte samostatné hovory eSIM, kontakty v telefonu neobsahují žádné protokoly hovorů uskutečněných nebo přijatých na hodinkách.

Objevování pod širým nebem

Nastavení potápění

 Před každým potápěním zkontrolujte nastavení ponoru a úroveň nabití baterie zařízení.

Obecné nastavení

Můžete nastavit **Automaticky zahájit potápění** a **Automaticky ukončit potápění** podle potřeby.

Stisknutím horního tlačítka přejděte do seznamu aplikací a přejděte na **Cvičení > Potápění > Nastavení**.

- Aktivujte nebo deaktivujte **Automaticky zahájit potápění** podle vašich potřeb. Pokud je zapnuto, můžete nastavit možnosti **Hloubka automatického zahájení záznamu** a **Výchozí režim**.

Výchozí režim: Výchozí nastavení bude poslední režim ponoru a lze jej nastavit ručně.

- Aktivujte nebo deaktivujte **Automaticky ukončit potápění** podle vašich potřeb. Pokud je povoleno, můžete nastavit možnost **Čas prodlevy na hladině**.

Režimy potápění

Vaše hodinky podporují **Rekreační ponor**, **Volný ponor**, **Technický ponor** a **Měrka**.

- **Rekreační ponor:** Nedekompresní potápění se směsí dusíku a kyslíku.
- **Volný ponor:** Potápění se zadržením dechu.
- **Technický ponor:** Technické dekompresní potápění s několika nádržemi obsahujícími helium, dusík a směsí kyslíku.
- **Měrka:** Zobrazuje pouze hloubku a čas. Neposkytuje sledování informací nebo výpočet dekomprese.

Nastavení režimů potápění

Podle potřeby můžete nastavit různé režimy ponoru.

1 Stisknutím horního tlačítka přejděte do seznamu aplikací a přejděte na **Cvičení > Potápění**.

2 Klepnutím na ikonu  napravo od každého režimu ponoru přejdete na odpovídající obrazovku nastavení.

- **Rekreační ponor:** Můžete nastavit **Plyn**, **Druh vody**, **Konzervativní úroveň**, **Max. PO2**, **Délka bezpečnostní zastávky**, **Připomenutí**, **Upozornění**, **Způsob oznámení** a **Zabránění nechtěným klepnutím**.
- **Volný ponor:** Můžete nastavit **Druh vody**, **Připomenutí**, **Upozornění**, **Způsob oznámení** a **Zabránění nechtěným klepnutím**.

- **Technický ponor:** Můžete nastavit **Plyn**, **Druh vody**, **GF**, **Limit PO2**, **Hloubka poslední zastávky**, **Připomenutí**, **Upozornění**, **Způsob oznámení** a **Zabránění nechtěným klepnutím**.
- **Měrka:** Můžete nastavit **Druh vody**, **Způsob oznámení** a **Zabránění nechtěným klepnutím**.

Nástroje potápění

Stisknutím horního tlačítka přejděte do seznamu aplikací a přejděte na **Cvičení > Potápění > Nástroje potápění**.

NDL kalkulačka

- 1 Klepněte na **NDL kalkulačka**, potáhnutím prstem nahoru nebo dolů na obrazovce vyberte **Plyn** a klepněte na **Další**.
- 2 Potáhnutím nahoru nebo dolů na obrazovce vyhledejte a vyberte **Zahájit ponor** a klepněte na **OK**. Můžete si prohlédnout příslušné **NDL** pro různé hloubky. Klepněte na **Zkontrolovat přesnost**, vyberte **Hloubka ponoru** a zobrazte **NDL** pro požadovanou hloubku.

Deco kalkulačka

- 1 Klepněte na **Deco kalkulačka**, potvrďte nastavení, například **Plyn** a **GF**, a klepněte na **Další**.
- 2 Postupně nastavte **Zahájit ponor**, **Hloubka ponoru**, **Čas na dně** a **RMV** a klepněte na **Další**. Poté budete moci zobrazit výsledky výpočtu dekomprese.

Trénink apnoe

Klepněte na **Trénink apnoe** a podle pokynů na obrazovce zahajte trénink.

Test apnoe

Klepněte na možnost **Test apnoe** a postupem podle pokynů na obrazovce zahajte test. Když ucítíte první kontrakci, stiskněte dolní tlačítko pro její zaznamenání.

Potápění

Funkce tlačítek během potápění

Displej	Horní tlačítko	Dolní tlačítko	Levé horní tlačítko (Tlačítko asistence)
Obrazovka dat	• Otočení: Posuňte se na obrazovce. • Stisknutí: Přidání značky v režimu potápění.	• Stisknutí jednou: Posuňte se na obrazovce. • Stisknutí a podržení: Návrat na domovskou obrazovku.	Stisknutí jednou: Zadejte pokročilá nastavení.
Obrazovka kompasu	• Otočení: Posuňte se na obrazovce. • Uzamkněte/odemkněte směr navigace.	• Stisknutí jednou: Posuňte se na obrazovce. • Stisknutí a podržení: Návrat na domovskou obrazovku.	Stisknutí jednou: Zadejte pokročilá nastavení.
Obrazovka stopek	• Otočení: Posuňte se na obrazovce. • Stisknutí jednou: Spuštění/pozastavení časování. • Stisknutí a podržení: Resetujte stopky.	• Stisknutí jednou: Posuňte se na obrazovce. • Stisknutí a podržení: Návrat na domovskou obrazovku.	Stisknutí jednou: Zadejte pokročilá nastavení.
Obrazovka odpočinku na hladině	Stisknutí a podržení: Ukončit cvičení.	• Stisknutí jednou: Posuňte se na obrazovce. • Stisknutí a podržení: Návrat na domovskou obrazovku.	Stisknutí jednou: Zadejte pokročilá nastavení, kde můžete resetovat průměrnou hloubku a přepínat plyn.
Obrazovka potvrzení operace	Stisknout jednou/ Otočit: Změňte možnost.	Stisknutí jednou: Potvrďte možnosti.	Stisknutí jednou: Opusťte potvrzovací obrazovku.

Displej	Horní tlačítko	Dolní tlačítko	Levé horní tlačítko (Tlačítko asistence)
Obrazovka upozornění/připomenutí	Stisknutí jednou: Zrušte.	Stisknutí jednou: Zrušte.	Stisknutí jednou: Zrušte.

Zahájení potápění

- 1 Stisknutím horního tlačítka přejděte do seznamu aplikací a přejděte na **Cvičení > Potápění**.
- 2 Vyberte si cílový režim potápění (například Technický ponor). Stiskněte dolní tlačítko nebo klepněte na ikonu Start na obrazovce přípravy na potápění a vstupte do režimu potápění. Při potápění můžete provádět tyto činnosti:
 - Stisknutím dolního tlačítka nebo otočením korunky posunujte údaje na obrazovce.
Stopky: Když přejdete na obrazovku Stopky, můžete stisknutím horního tlačítka spustit/pozastavit/obnovit měření času nebo stisknutím a podržením horního tlačítka resetovat stopky.
Kompas: Když přejdete na obrazovku Kompas, můžete stisknutím horního tlačítka zamknout/odemknout navigační pokyny.
 - Stisknutím tlačítka Asistence vstupte do pokročilých nastavení.
Přepnout plyn: Stisknutím horního tlačítka vyberte možnost **Přepnout plyn** a stisknutím dolního tlačítka otevřete seznam plynů. Po výběru plynu stiskněte dolní tlačítko a tím potvrdíte přepnutí.
Diver Comms: Podrobnosti naleznete v návodu k obsluze komunikace Dolphin.
Resetovat prům. hloubku: Stisknutím horního tlačítka resetujete průměrnou hloubku a stisknutím dolního tlačítka potvrďte reset. Hodinky se automaticky přesměrují na obrazovku s údaji o ponoru s zobrazenou nejnovější průměrnou hloubkou.
Upravit GF: Stisknutím horního tlačítka vyberte **Upravit GF** a stisknutím dolního tlačítka přejděte na obrazovku úpravy GF. Upravte GF podle potřeby a stisknutím dolního tlačítka potvrďte nastavení.
Upravit plyn: Stisknutím horního tlačítka vyberte možnost **Upravit plyn** a stisknutím dolního tlačítka otevřete seznam plynů. Po výběru plynu upravte **Koncentrace kyslíku** a **Koncentrace helia**, a stisknutím dolního tlačítka potvrďte zadání. Hodinky se automaticky přepnou na vybraný plyn.
Přidat plyn: Stisknutím horního tlačítka vyberte plyn a stisknutím dolního tlačítka otevřete seznam plynů. Po výběru plynu upravte **Koncentrace kyslíku** a **Koncentrace helia**, a stisknutím dolního tlačítka potvrďte zadání. Nastavte přepínač plynu do polohy vypnuto/zapnuto nebo nastavte typ plynu jako aktuální a stisknutím dolního tlačítka dokončete nastavení.
- 3 Po návratu na povrch po potápění stiskněte a podržte horní tlačítko pro ukončení potápěčského cvičení.

- 4** Po potápění hodinky jemně opláchněte sladkou vodou nebo je namočte do čisté vody po dobu 15 minut, abyste odstranili mořskou sůl, bahno nebo jiné látky. Přejetím prstem dolů na domovské obrazovce hodinek zobrazte ovládací panel a klepněte na . Pak počkejte, až hodinky uschnou.
-  Hodinky vám po potápění ukáží dobu bez létání, během které vám není doporučeno cestovat letadlem.

Příklady potápění

Rekreační ponory

- 1** Obrazovka přípravy
Můžete nastavit druh vody a zobrazit aktuální režim potápění podle ikony, nadmořské výšky a povrchového času.
- 2** Doba klesání
Během klesání si můžete prohlédnout data o potápění v reálném čase, jako je režim potápění, rychlost sestupu, hloubka, teplota, plyn a doba potápění. Můžete také použít tlačítka pro posouvání na obrazovce pro zobrazení více dat potápění a klíčová data, jako je hloubka, limit nedekomprese (NDL) a doba potápění, se zobrazí na všech obrazovkách.
- 3** Dolní pobyt
Počáteční NDL je 99 minut, ale tato hodnota klesá s rostoucí hloubkou a časem. Dále se PO2 zvyšuje s hloubkou a CNS postupně stoupá.
- 4** Nízká hladina NDL
Když je NDL méně než 5 minut, NDL se změní na žlutou. Abyste se vyhnuli dekompresi, musíte vystoupat na povrch.
- 5** Stoupání
NDL se bude postupně zvyšovat, jak budete stoupat. Věnujte pozornost své rychlosti výstupu. Pokud je rychlost výstupu po určitou dobu vyšší než 9 m/min, hodinky vás upozorní. Pokud je rychlost výstupu po určitou dobu vyšší než 12 m/min, hodinky vás upozorní. Při obdržení upomínky nebo upozornění se důrazně doporučuje snížit rychlost výstupu, čímž snížíte riziko dekompresní nemoci.
- 6** Bezpečnostní zastávka
Když vystoupáte do hloubky 6 metrů, na hodinkách se objeví vzkaz „Zahájit bezpečnostní zastávku“, po kterém začne odpočítávání času bezpečnostní zastávky. Po skončení délky bezpečnostní zastávky se na hodinkách objeví zpráva „Bezpečnostní zastávka dokončena“ a spustí se časování.

Technické ponory

- 1** Seznam plynů
Před každým potápěním zkontrolujte seznam plynů. Nastavení plynu ve výpočtu dekomprese platí i pro technické potápění. Ujistěte se, že jste správně nastavili každý typ plynu, který přepravujete v seznamu plynů, a nezmiňujte žádný plyn, který nemáte.
- 2** Vypočítat dekompresi
Pomocí nástroje Výpočet dekomprese můžete vytvořit dekompresní plán a odhadnout celkovou dobu potápění, dekompresní plán, dobu přepínání plynu a spotřebu plynu na základě maximální hloubky a času stráveném na dně.

Všechny výsledky výpočtu dekomprese jsou pouze odhady a jsou orientační. Neberte je jako jediný základ pro vaše rozhodnutí. Při komplexních potápěčských činnostech se doporučuje používat více zařízení pro komplexní výpočet a vyhodnocení.

3 Příprava

Můžete nastavit druh vody a zobrazit aktuální režim potápění podle ikony, nadmořské výšky a povrchového času. Ujistěte se, zda jsou vaše hodinky dostatečně nabitě.

4 Klesání

Během klesání můžete zobrazit data v reálném čase, jako je hloubka, doba ponoru, PO2 a CNS. Na obrazovce se také zobrazí postupný pokles NDL.

5 Dolní pobyt

Když NDL klesne na 0, informace NDL se přepne na první dekompresní zastavení (včetně hloubky a trvání dekomprese) a TTS se postupně zvyšuje.

6 Přepínač plynu

Během potápění vás hodinky vyzvou k přepnutí plynu, pokud je pro aktuální fázi vhodnější jiný plyn. Pokud není přepnutí provedeno včas, hodinky mohou vyslat připomenutí nebo upozornění a přesnost informací o dekompresi nelze zajistit.

7 Stoupání k dekompresní zastávce

Během stoupání vás hodinky upozorní na dekompresní zastávku, když dosáhnete první dekompresní zastávky. Po dokončení dekomprese můžete pokračovat ve stoupání do další dekompresní zastávky.

8 Konec dekomprese

Po dokončení všech dekompresních zastávek hodinky vydají připomenutí „Dekompresní zastávka dokončena“ a spustí načasování.

Připomenutí/Upozornění

Připomenutí/ Upozornění	Popis	Stav spouštěče	Režim oznámení
Připomenutí	Příliš vysoká rychlost výstupu.	Rychlost výstupu je vyšší než 9 m/min po dobu 3 sekund.	Rychlost (žlutá + bliká po dobu 5 sekund)
Připomenutí	Odpočítávání NDL	NDL je menší nebo rovna 5 minutám po dobu 3 sekund.	NDL (žlutá + bliká po dobu 5 sekund)
Připomenutí	Zahájit bezpečnostní zastávku.	Stoupáte, je vyžadována bezpečnostní zastávka a hloubka je menší nebo rovna 6 metrům.	Na hodinkách se zobrazí Zahájit bezpečnostní zastávku..
Připomenutí	Bezpečnostní zastávka dokončena	Doba bezpečnostního zastavení se snižuje na 0.	Na hodinkách se zobrazí Bezpečnostní zastávka dokončena.

Připomenutí	Byl překročen rozsah bezpečnostního zastavení	Během bezpečnostní zastávky zůstanete v hloubce menší než 3 metry nebo větší než 7 metrů.	Šipka (žlutá + animace)
Připomenutí	Zahájit dekompresi	NDL dosáhne -1.	Na hodinkách se zobrazí Zahájit dekompresi.
Připomenutí	Zahájit dekompresi	Stoupáte, je vyžadována dekompresní zastávka a hloubka je menší nebo rovna hloubce dekompresní zastávky.	Na hodinkách se zobrazí Zahájit dekompresi.
Připomenutí	Dekompresní zastávka dokončena.	Algoritmus určuje, že je dekompresní zastávka hotová.	Na hodinkách se zobrazí Dekompresní zastávka dokončena.. X m Y min (žlutá + bliká 5 sekund)
Připomenutí	Byl překročen limit hloubky	Hloubka ponoru dosahuje přednastavené hodnoty.	Hloubka (žlutá + bliká po dobu 5 sekund)
Připomenutí	Byl překročen časový limit	Hloubka ponoru přesahuje přednastavenou hodnotu.	Čas (žlutá + bliká po dobu 5 sekund)
Připomenutí	Výstraha CNS	CNS je větší nebo rovna 80%.	CNS (žlutá + bliká po dobu 5 sekund)
Připomenutí	Doporučujeme přepnout na XX	Když je dosaženo přednastaveného maximálního nastavení PO ₂ a existují lepší možnosti plynu, hodinky vás vyzvou k přepnutí na jiný plyn.	Na hodinkách se zobrazí Doporučujeme přepnout na XX.
Připomenutí	Lepší plyn	Algoritmus určuje, že existuje lepší možnost plynu.	Plyn (žlutá + bliká po dobu 5 sekund)
Připomenutí	Doba odpočinku na hladině	Doba odpočinku na hladině dosáhne přednastavené hodnoty.	Čas (žlutá + bliká po dobu 5 sekund)

Výstraha	Parciální tlak je příliš nízký.	Hodnota PO2 klesne pod přednastavenou minimální hodnotu.	Na hodinkách se zobrazí Parciální tlak je příliš nízký.. PO2 (červená + blikající) Plyn (červená + blikající)
Připomenutí	Vznášení dokončeno	Doba, po kterou zůstanete v rozsahu hloubky, překračuje přednastavenou prahovou hodnotu.	Na hodinkách se zobrazí Vznášení dokončeno.
Výstraha	Příliš vysoká rychlost výstupu.	Rychlost výstupu je vyšší než 12 m/min po dobu 3 sekund.	Na hodinkách se zobrazí Příliš vysoká rychlost výstupu.. Rychlost (červená + blikající)
Připomenutí	Hloubka dekompresního stropu překročena	Zůstáváte v hloubce, která je 0,3 metru nad hloubkou dekompresní zastávky při technickém potápění, nebo je 1 metr nad hloubkou dekompresní zastávky při rekreačním potápění.	Animace indikace směrem dolů (žlutá)
Výstraha	Hloubka menší než CEIL	Hloubka je menší než CEIL.	Animace indikace směrem dolů (červená)
Výstraha	Vynechali jste dekompresní zastávku	Hloubka je menší než CEIL přesně po dobu 1 minuty.	Hodinky zobrazí hlášku Chybějící dekompresní zastávka. Animace indikace směrem dolů (červená)
Výstraha	Parciální tlak je příliš vysoký.	PO2 je větší než přednastavená maximální hodnota.	Na hodinkách se zobrazí Parciální tlak je příliš vysoký.. PO2 (červená + blikající) Plyn (červená + blikající)
Připomenutí	Limit vodotěsnosti byl překročen	Hloubka ponoru je větší než 150 metrů.	Na hodinkách se zobrazí Limit vodotěsnosti byl překročen. Hloubka (žlutá + bliká po dobu 5 sekund)

Výstraha	CNS je příliš vysoké.	CNS je větší nebo rovna 100% a hodinky budou dávat upozornění na každé 5% zvýšení.	Na hodinkách se zobrazí CNS je příliš vysoké.. CNS (červená + blikající)
Výstraha	Byl překročen limit hloubky	Hloubka	Na hodinkách se zobrazí Byl překročen limit hloubky. Hloubka (červená + blikající)
Výstraha	Byl překročen časový limit	Čas	Na hodinkách se zobrazí Byl překročen časový limit.. Čas (červená + blikající)
Připomenutí	Nízká úroveň baterie.	Hladina nabití baterie je menší nebo rovna 5%.	Na hodinkách se zobrazí Nízká úroveň baterie..

Komunikace Dolphin

Po povolení sonarové komunikace Dolphin (zkráceně komunikace Dolphin) ji lze použít ke komunikaci během potápění nebo jiných podvodních aktivit.

Příprava před potápěním

Následující text popisuje přípravu před potápěním:

Klepnutím zapněte přepínač

Stiskněte horní tlačítko na hodinkách a otevřete seznam aplikací a přejděte na **Cvičení > Potápění > Diver Comms**. Přečtěte si **Bezpečnostní tipy**, klepnutím na **Agree** přejděte na obrazovku nastavení a povolte **Diver Comms**.

Zadejte osobní údaje

Na obrazovce nastavení klepněte na svou přezdívku a upravte své ID a přezdívku. ID a přezdívka budou vysílány přes Bluetooth blízkým potápěčským partnerům, když je přidáte osobně. ID jsou identifikátory používané pro komunikaci Dolphin. Pokud změníte své ID, vaši potápěčští partneři vás nemusí být schopni identifikovat. Doporučuje se ID neměnit často.

Přidání potápěčských partnerů

Na obrazovce nastavení klepněte na **Můj kamarád** pro přístup k obrazovce pro přidání potápěčských partnerů. Pro přidání potápěčských partnerů použijte jeden z následujících způsobů:

Způsob 1: Přidání osobně

- 1 Na obrazovce pro přidání potápěčských partnerů klepněte na **+**. Postupujte podle pokynů na obrazovce, abyste zařízení umožnili vyhledat a připojit se k blízkým zařízením.

- 2 Aby byl váš kamarád objeven, musí vstoupit na tuto obrazovku. Po nalezení partnera klepněte na + vedle informací o partnerovi a přidejte ho.

Způsob 2: Ruční přidání

- 1 Na obrazovce pro přidání potápěčských partnerů klepněte na +.
- 2 Klepněte na **Zadat ručně** a postupujte podle pokynů na obrazovce a zadejte ID a přezdívku partnera.

Správa rychlých zpráv

- 1 Na obrazovce nastavení klepněte na **Rychlé zprávy** pro přidání rychlých zpráv pro režimy potápění **Rekreační ponor**, **Volný ponor**, **Technický ponor** a **Měrka**. Můžete také přidat zprávy s emotikony.
 - 2 Klepněte na cílový režim potápění nebo emotikon. Klepnutím na + přidejte zprávu a podle potřeby vyberte rychlou zprávu nebo emotikon.
Chcete-li přidat další rychlé zprávy nebo emotikony, můžete změnit pořadí zpráv nebo je odstranit, případně stisknout a podržet zprávu a připnout ji nahoru.
-  Pokud nechcete dostávat zprávy od cizích lidí, můžete povolit **Blokovat zprávy od neznámých lidí** na obrazovce nastavení.

Provedte zkoušku nad vodou

Na obrazovce nastavení klepněte na **Zkouška nad vodou** a podle pokynů na obrazovce dokončete ověřovací test a ověřte, zda lze zprávy správně odesílat a přijímat.

Odesílání zpráv pod vodou

- 1 Na obrazovce potápění stiskněte tlačítko Assist pro přístup na obrazovku **Pokročilá**.
- 2 Otočením korunky hodinek vyberte **Diver Comms** a stisknutím dolního tlačítka potvrďte a přístup na obrazovku **Diver Comms**.
- 3 Otočením korunky hodinek vyberte **Odeslat zprávu/Odeslat emotikon** a stisknutím dolního tlačítka potvrďte a přístup na obrazovku **Rychlé zprávy/Odeslat emotikon**.
- 4 Po úspěšném odeslání zprávy budou hodinky ostatních kamarádů vibrovat, aby je upozornily. Pokud se odeslání zprávy nezdaří, vaše hodinky také obdrží připomenutí s upozorněním na selhání.

Podmořské SOS

- 1 Na obrazovce potápění stiskněte a podržte tlačítko Assist po dobu 3 sekund. Na obrazovce se zobrazí potvrzení k odeslání zprávy SOS. Stisknutím dolního tlačítka potvrďte a odešlete zprávu SOS.
Nebo z obrazovky potápění obrazovce stiskněte tlačítko Asistence pro vstup na obrazovku **Pokročilá**. Poté vyberte možnost **SOS** v části **Diver Comms** pro odeslání zprávy SOS.
- 2 Hodinky ostatních kamarádů zavibrují a zobrazí zprávu SOS.

Režim expedice

Když jste na venkovní expedici, můžete si označit svá místa a navigovat zpět po nich. Můžete také využít hodinky pro získání klíčových dat jako jsou nadmořská výška nebo SpO2.

nastavení

- 1 Stisknutím horního tlačítka přejděte do seznamu aplikací a klepněte na **Expedice**.
- 2 Klepnutím na  dole zobrazíte další **Expedice** související nastavení.
 - **Baterie:** V režimu Expedice je ve výchozím nastavení povolena funkce Zvednutím probudit. Přepínač  můžete přepnout a tím funkci vypnete. Můžete také nastavit **Interval zjišťování polohy** pomocí **Čas** nebo **Kroky**.
 - **Bouřkové varování:** Aktivujte nebo deaktivujte **Varování** podle vašich potřeb. Pokud je povoleno, můžete nastavit možnost **Pokles tlaku**.
 - **Trasy:** Stáhněte si trasy v aplikaci **Huawei Zdraví** a poté je importujte do hodinek.
 - a Přejděte do **Huawei Zdraví** > **Já** > **Moje trasa** > **Importovat trasu**, vyberte staženou trasu a uložte ji do složky **Moje trasa**.
 - b Vyberte cílovou trasu. Klepněte na  v pravém horním rohu a pak na položku **Odeslat do nositelné elektroniky** pro synchronizaci trasy s hodinkami.
 - **Zaznamenávat v noci** je ve výchozím nastavení povoleno a přepínač  můžete přepnout tak, abyste jej zakázali.
 - **Ztlumit po západu Slunce** je ve výchozím nastavení povoleno a přepínač  můžete přepnout tak, abyste jej zakázali.

Zahájení outdoorové expedice

- 1 Stisknutím horního tlačítka přejděte do seznamu aplikací a klepněte na **Expedice**.
- 2 Klepněte na **Začít**. Během expedice:
 - **Značka:** Na libovolné obrazovce aplikace Expedice stiskněte dolní tlačítko na hodinkách nebo na domovské obrazovce aplikace Expedice klepněte na **Značka** pro ruční označení místa. Klepnutím na **Značky** zobrazíte a upravíte označenou polohu.
 -  Možnost **Značky** zobrazuje pouze ručně označená místa.
 - Můžete označit až 500 míst.
 - Takto označená místa, ať už automaticky nebo ručně označená, se nazývají referenční body. Ve výchozím nastavení se referenční bod označuje automaticky každých 30 minut. Interval zjišťování polohy můžete nastavit na čas nebo kroky, aby lépe vyhovoval vašim potřebám.
 - **Ztlumit:** Na domovské obrazovce aplikace Expedice stisknutím tlačítka Assist na hodinkách aktivujete nebo deaktivujete režim Ztlumit.
 - **Nástroje:** Na domovské obrazovce aplikace Expedice přejetím prstem nahoru zobrazíte **Nástroje**, jako **SpO₂** a **Svítilna**.
 - Na libovolné obrazovce aplikace Expedice můžete stisknout horní tlačítko na hodinkách a vybrat cestu **Konec** nebo **Pozastavit**, nebo **Zamknout obrazovku**.

3 Pro zpáteční cestu:

- Navigace zpět k referenčnímu bodu

Způsob 1: Klepnutím na **Značky** otevřete seznam trasových bodů, najděte a vyberte cílový referenční bod a klepněte na **Navigovat**.

Způsob 2: Na domovské obrazovce aplikace Expedice dvakrát přejetím prstem nahoru zobrazíte obrazovku kompasu/mapy, klepněte na tuto obrazovku a klepnutím na **Navigovat** otevřete seznam referenčních bodů. Otáčením horního tlačítka přepínejte mezi referenčními body, stisknutím horního tlačítka vyberte cílový referenční bod a klepnutím na **Navigovat** navigujte na místo poblíž referenčního bodu.

- Cesta zpět: Na domovské obrazovce aplikace Expedice dvakrát přejedte prstem dolů pro přístup k obrazovce kompasu nebo mapy, klepněte na danou obrazovku a klepnutím na **Cesta zpět** navigujte na místo poblíž vašeho výchozího bodu.

4 Stisknutím a podržením horního tlačítka na hodinkách ukončíte expedici.

Zobrazení záznamů expedice

Na vašich hodinkách:

- 1 Stisknutím horního tlačítka přejděte do seznamu aplikací a klepněte na **Expedice**.
- 2 Klepnutím na **Expediční záznamy** zobrazíte seznam záznamů.
- 3 Vyberte cílový záznam a přejetím prstem nahoru nebo dolů po obrazovce zobrazte podrobnosti, jako například **Vzdálenost** a **Výška**.

Ve svém telefonu:

Přejděte na domovskou obrazovku aplikace **Huawei Zdraví**, klepněte na kartu **Záznamy o cvičení** a vyberte záznam expedice, jejíž podrobnosti chcete zobrazit.

Barometr

Barometr na vašich hodinkách automaticky měří nadmořskou výšku a atmosférický tlak v aktuální poloze a zobrazuje všechna data z aktuálního dne na grafu křivky.

 Před vším připojte hodinky k aplikaci **Huawei Zdraví** pro automatickou kalibraci.

Nadmořská výška a atmosférický tlak

- 1 Stisknutím horního tlačítka na hodinkách otevřete seznam aplikací a poté klepněte na **Barometr**.
- 2 Tažením prstem nahoru nebo dolů přes obrazovku zobrazte aktuální **Nadmořská výška** a **Tlak vzduchu**.

Jiná nastavení

- Klepnutím na **Kalibrovat** na obrazovce **Nadmořská výška** kalibrujte nadmořskou výšku.
- Klepněte na **Nastavení** na obrazovce **Tlak vzduchu** a poté můžete povolit nebo zakázat **Varování** pro **Bouřkové varování** podle svých potřeb. Můžete také přizpůsobit **Pokles**

tlaku, která je ve výchozím nastavení nastavena na **4 hPa/3 h**. To znamená, že se odešle varování, když atmosférický tlak klesne o více než 4 hPa během 3 hodin.

Assistant·TODAY

Assistant·TODAY poskytuje rychlejší a snadnější přístup ke službám včetně zobrazení informací o počasí, ovládání přehrávání hudby a přidávání karet.

Otevření/ukončení aplikace Assistant·TODAY

Potažením na domovské obrazovce hodinek doprava přejdete do aplikace Assistant·TODAY. Aplikaci Assistant·TODAY pak ukončíte potažením po obrazovce doleva.

Rychlý přístup k aplikacím

- 1 Potažením na domovské obrazovce hodinek doprava přejdete do aplikace Assistant·TODAY.
- 2 Přístup k obrazovce podrobností aplikace získáte na obrazovce Assistant·TODAY klepnutím na libovolnou kartu.

Ovládání zvukem

-  Ovládání zvukem telefonu prostřednictvím funkce Assistant·TODAY na hodinkách je k dispozici pouze pro probíhající zvukové aplikace zobrazené v Ovladači médií na telefonu. Některé aplikace nejsou kompatibilní s ovladačem médií ve vašem telefonu. Pokud ovladač médií v telefonu zobrazí zprávu, že ovládací prvky přehrávání nejsou podporovány, platí totéž pro ovládací prvky na hodinkách.

Na obrazovce Assistant·TODAY můžete použít kartu Ovládání zvukem pro ovládání přehrávání zvuku v telefonu i hodinkách. Pamatujte, že ovládání zvukem v telefonu bude fungovat pouze tehdy, když jsou hodinky normálně propojeny s telefonem a telefon přehrává zvuk.

Správa Assistant·TODAY

-  Tlačítko Upravit je k dispozici pouze tehdy, když jsou hodinky v režimu **Standardní režim**.

Přidání karty

- 1 Potažením na domovské obrazovce hodinek doprava přejdete do aplikace Assistant·TODAY.
- 2 Přejedte prstem nahoru na poslední kartu a klepněte na **Upravit** v dolní části, abyste vstoupili na obrazovku správy Assistant·TODAY.
- 3 V seznamu karet klepněte na **Přidat kartu** pro přidání karty podle potřeby na zobrazené obrazovce.

Přidání dynamické karty

- 1 Potažením na domovské obrazovce hodinek doprava přejdete do aplikace Assistant·TODAY.

- 2 Přejedte prstem nahoru na poslední kartu a klepněte na **Upravit** v dolní části, abyste vstoupili na obrazovku správy Assistant·TODAY.
- 3 V seznamu dynamických karet klepněte na **Spravovat**. Na obrazovce Dynamika povolte podle potřeby funkci zobrazení scény.
- 4 Na obrazovce Dynamika můžete také povolit **Dynamické karty** dynamické poskytování informací o kartě.

Připnutí/vymazání karty

 Vizitka hudební aplikace je integrovaná funkce a nelze ji odstranit.

- 1 Potažením na domovské obrazovce hodinek doprava přejdete do aplikace Assistant·TODAY.
- 2 Klepněte a podržte kartu na obrazovce Assistant·TODAY a podle potřeby ji připněte, odepněte nebo odstraňte.
Můžete také přejet prstem nahoru na obrazovce Assistant·TODAY, abyste našli poslední kartu, a klepnutím na **Upravit** ve spodní části přejít na obrazovku správy Assistant·TODAY. Poté kartu podle potřeby připněte, odepněte nebo odstraňte.

Zapnutí/vypnutí Assistant·TODAY

- 1 Stisknutím horního tlačítka přejděte do seznamu aplikací a přejděte na **Nastavení > Ciferník a Domů > Assistant·TODAY**.
- 2 Zapnout nebo vypnout možnost **Assistant·TODAY**. Obrazovka Assistant·TODAY je ve výchozím nastavení povolena. Po deaktivaci se obrazovka Assistant·TODAY nezobrazí, když na domovské obrazovce hodinek přejedete prstem doprava.

Odesílání a přijímání zpráv SMS

Jakmile je povolena služba samostatného čísla eSIM, můžete odesílat a přijímat SMS zprávy přímo na hodinkách.

-  Služba eSIM One Number nepodporuje samostatné odesílání a přijímání SMS zpráv.
 - Chcete-li tuto funkci používat, nejprve aktualizujte hodinky na nejnovější verzi.
 - Služba Samostatné číslo eSIM nepodporuje MMS, přesměrování SMS, skupinové zasílání SMS ani zachycování SMS zpráv z čísel v seznamu blokových.

Zobrazení zpráv SMS

Když samostatné číslo vašich hodinek přijme zprávu SMS, klepnutím na **SMS a MMS** v seznamu aplikací zobrazíte obsah nepřečtené zprávy a počet zpráv SMS.

-  Přejetím prstem nahoru na obrazovce podrobností zprávy zavoláte kontaktu nebo zobrazíte podrobnosti kontaktu.

Odesílání zpráv SMS

Psaní SMS zprávy:

V seznamu aplikací klepněte na **SMS a MMS** a poté na **+**, vyberte příjemce, napište zprávu a klepněte na **Odeslat**.

Odpovídání na zprávu SMS:

Klepněte na relaci SMS zprávy v seznamu zpráv nebo přejděte na obrazovku s podrobnostmi oznámení a odpovězte některým z následujících způsobů:

- Klepněte na  v dolní části a pomocí metody zadávání zadejte text nebo vyberte emotikony.
- Potažením po obrazovce nahoru vybrat rychlou odpověď.

Odstraňování zpráv SMS

Odstranění jedné zprávy SMS:

Klepněte na relaci zprávy SMS v seznamu zpráv, dotkněte se zprávy, podržte ji a klepněte na **Odstranit**.

Odstranění všech SMS zpráv pro kontakt:

Najděte relaci SMS zprávy, kterou chcete odstranit, přejděte po obrazovce doleva a klepněte na ikonu Odstranit.

Odstranění SMS zpráv pro více kontaktů/Smazání všech SMS zpráv:

Vyberte více nebo všechny relace zpráv SMS v seznamu zpráv a klepněte na **Odstranit**.

Správa zpráv

Pokud jsou hodinky propojeny s aplikací **Huawei Zdraví** a jsou povolena oznámení zpráv, mohou být zprávy odeslané na stavový řádek telefonu synchronizovány s hodinkami.

Zapnutí oznámení zpráv

- 1 Otevřete **Huawei Zdraví**, přejděte na obrazovku s podrobnostmi o zařízení, klepněte na **Oznámení** a zapněte přepínač **Oznámení**.
- 2 Přejděte do seznamu aplikací a zapněte přepínače pro aplikace, od kterých chcete dostávat oznámení.

Zobrazení nepřečtených zpráv

Vaše hodinky budou vibrovat a upozorní vás na nové zprávy, které byly odeslány ze stavového řádku telefonu.

Nepřečtené zprávy se budou uchovávat na hodinkách. Chcete-li je zobrazit, potáhněte prstem nahoru na domovské obrazovce hodinek a vstupte do centra zpráv.

-  • Pokud jste neaktivovali samostatnou službu eSIM a hodinky jsou odpojeny od telefonu, nebudete moci na hodinkách přijímat SMS zprávy ani zprávy.
- Zprávy budou uloženy ve vašich hodinkách poté, co je zobrazíte v centru zpráv. Můžete je odstranit přejetím prstem doleva po centru zpráv nebo klepnutím na tlačítko odstranit na obrazovce podrobností.

Odpovídání na zprávy SMS

- Tato funkce není podporována, pokud je zařízení spárováno s iPhonem.
- Po aktivaci služby Samostatné číslo eSIM můžete odpovídat na SMS zprávy přímo na hodinkách.
- Tato funkce rychlé odpovědi je podporována pouze při odpovědi na zprávu SMS s použitím karty SIM, která zprávu přijala.

Chcete-li na hodinkách odpovědět na novou zprávu SMS nebo zprávu ze služby WhatsApp, Messenger nebo Telegram, můžete na ni odpovědět následujícími způsoby:

- Můžete klepnout na tlačítko emotikony  pod zprávou a vybrat emotikon pro rychlou odpověď.
- Můžete klepnout na tlačítko klávesnice  pod zprávou a upravit obsah odpovědi.
- Můžete také přejet prstem nahoru po obrazovce upozornění na zprávu a vybrat rychlou odpověď.

Chcete-li na hodinkách odpovědět na novou zprávu SMS, můžete použít rychlé odpovědi nebo emotikony. Podporované typy zpráv závisí na aktuálním používání.

Přizpůsobení rychlých odpovědí

- Tato funkce není podporována, pokud je zařízení spárováno s iPhonem.

Rychlé odpovědi můžete přizpůsobit následovně:

- 1 Jakmile budou vaše hodinky propojeny s aplikací **Huawei Zdraví**, otevřete aplikaci, přejděte na obrazovku podrobností o zařízení a klepněte na kartu **Rychlé odpovědi**.
- 2 Můžete klepnout na **Přidat odpověď** a přidat odpověď, klepnout na existující odpověď a upravit ji nebo klepnout na  vedle odpovědi a odstranit ji.

Odstranění nepřečtených zpráv

Přejetím prstem po domovské obrazovce vašich hodinek nahoru vstupte do centra

nepřečtených zpráv a klepnutím na  v dolní části seznamu zpráv odstraňte všechny nepřečtené zprávy.

Nastavení režimů

Režim Nerušit/Režim spánku můžete rychle povolit nebo zakázat v Ovládacích panelech hodinek.

Zapnutí režimu Nerušit

Zapněte funkci:

Když je režim Nerušit zapnutý, hodinky nebudou při příchozích hovorech a oznámeních vyzvánět ani vibrovat (vyjma **Budík**).

- 1 Přejetím prstem dolů z horní části ciferníku zobrazíte **Ovládací panel**, klepněte na **Soustředění** a vyberte **Nerušit**.
- 2 Po nastavení se **Ovládací panel** zobrazí jako **Nerušit**.

Chcete-li režim Nerušit vypnout, přejděte na **Ovládací panel** a klepněte na . Dotykem a podržením můžete změnit režim nebo provést další nastavení.

Plánovaný začátek:

- 1 Na obrazovku nastavení **Nerušit** můžete přejít některým z následujících způsobů:
 - Přejetím prstem dolů z horní části ciferníku zobrazíte **Ovládací panel**, klepněte na **Soustředění** a klepněte na  vedle **Nerušit**.
 - Přejděte na seznam aplikací a klepněte na **Nastavení** > **Soustředění** > **Nerušit**.
- 2 Klepněte na **Přidat čas** a nastavte **Začátek**, **Konec** a **Opakovat**.

Chcete-li zakázat plánované probuzení, vypněte přepínač vedle odpovídajícího časového období. (Pokud je zařízení v režimu Nerušit, nejprve vypněte přepínač **Nerušit**.)

Zapnutí Režimu spánku

Zapněte funkci:

Pokud je zapnutý Režim spánku, hodinky nebudou vyzvánět ani vibrovat při příchozích hovorech a oznámeních (kromě **Budík**). Funkce Zvednutím probudit bude rovněž vypnuta a hodinky přejdou do jednoduchého režimu.

- 1 Přejetím prstem dolů z horní části ciferníku zobrazíte **Ovládací panel**, klepněte na **Soustředění** a vyberte **Spánek**.
- 2 Po nastavení se v Ovládacích panelech zobrazí **Spánek**.

Chcete-li zakázat režim spánku, přejděte na **Ovládací panel** a klepněte na . Dotykem a podržením můžete změnit režim nebo provést další nastavení.

Plánovaný začátek:

- 1 Na obrazovku nastavení **Spánek** můžete přejít některým z následujících způsobů:
 - Přejetím prstem dolů z horní části ciferníku zobrazíte **Ovládací panel**, klepněte na **Soustředění** a klepněte na  vedle **Spánek**.
 - Přejděte na seznam aplikací a klepněte na **Nastavení** > **Soustředění** > **Spánek**.
- 2 Klepněte na **Přidat čas** a nastavte **Čas usnutí**, **Probuzení** a **Opakovat**.

Chcete-li zakázat plánovaný začátek, vypněte přepínač vedle odpovídajícího časového období. (Pokud je zařízení v režimu spánku, nejprve vypněte přepínač **Režim spánku**.)

Vzdálená závěrka

-  Tato funkce je k dispozici, pouze pokud je vaše zařízení spárováno s telefonem HUAWEI se systémem EMUI 10.1 nebo novějším nebo s telefonem iPhone se systémem iOS 13.0 nebo novějším. Pokud používáte iPhone, otevřete nejprve fotoaparát.
- Tato funkce není k dispozici, pokud je zařízení spárováno s telefonem Android od jiného výrobce.

Vzdálená závěrka

- Ujistěte se, že jsou hodinky propojeny s aplikací **Huawei Zdraví**.
Potáhněte prstem od horní části domovské obrazovky hodinek směrem dolů a zkontrolujte, zda je na ovládacím panelu zobrazena informace  , že jsou hodinky připojeny k telefonu.
- Vstupte do seznamu aplikací hodinek a vyberte **Vzdálená závěrka**, čímž se automaticky spustí fotoaparát telefonu. Klepněte na ikonu spouště na obrazovce hodinek pro pořízení fotografie.

Nastavení časovače pro fotografování

Vstupte do seznamu aplikací hodinek a vyberte **Vzdálená závěrka**, čímž se automaticky spustí fotoaparát telefonu. Klepnutím na  na obrazovce Vzdálená závěrka nastavte časovač pro fotografování.

Ovládání přehrávání hudby

Ovládání přehrávání hudby v telefonu

Otevřete hudební aplikaci v telefonu, například HUAWEI Hudba, a spusťte přehrávání.

- Otevřete v telefonu aplikaci **Huawei Zdraví**, navigujte na obrazovku s podrobnostmi o zařízení, klepněte na položku **Hudba** a zapněte přepínač **Ovládejte hudbu v telefonu**.
- Na hodinkách potáhněte prstem doprava na domovské obrazovce, čímž vstoupíte na obrazovku Assistant-TODAY, a najděte položku Vizitka hudební aplikace. Odtud můžete pozastavit přehrávání a přepnout na předchozí/následující skladbu.
- Klepnutím na Vizitku hudební aplikace vstoupíte na obrazovku přehrávání, kde můžete upravit hlasitost nebo klepnutím na název zařízení ve spodní části obrazovky přepínat mezi výstupními zvukovými zařízeními.

Synchronizace hudby s hodinkami

-  • Pokud chcete tuto funkci použít, aktualizujte hodinky a aplikaci Huawei Zdraví na nejnovější verzi.
 - Tato funkce není podporována, pokud jsou hodinky spárovány s iPhone.
 - Pomocí aplikace **Huawei Zdraví** můžete do hodinek synchronizovat nešifrované hudební soubory stažené do telefonu. Tyto skladby pak lze přehrávat na vašich hodinkách nezávisle, bez nutnosti přístupu k internetu.
- 1 Otevřete aplikaci **Huawei Zdraví**, navigujte na obrazovku s podrobnostmi o zařízení, klepněte na **Hudba > Spravovat hudbu** a klepnutím na  dole přidejte hudbu.
 - 2 Když budete hotovi, klepněte na ikonu  v pravém horním rohu obrazovky.

Správa ciferníků

Přizpůsobování ciferníků

Styl a funkce ciferníku si můžete přizpůsobit podle svých představ.

- 1 Dotykem a podržením libovolného místa na ciferníku (domovská obrazovka zařízení) přejděte na obrazovku výběru ciferníku a přejetím prstem vlevo nebo vpravo vyberte požadovaný ciferník.
 - 2 Klepněte na **Vlastní** pod ciferníkem hodinek a přejetím prstem doleva nebo doprava vyberte styl a funkce, které se vám líbí.
 - Na obrazovce **Styl** nebo **Barva** přejetím prstem nahoru nebo dolů vyberte svůj oblíbený styl nebo barvu.
 - Na obrazovce **Funkce** klepněte na komponentu, kterou chcete nahradit.
-  Přizpůsobení je k dispozici pouze pro ciferníky hodinek s tlačítkem **Vlastní** pod nimi. Vlastní možnosti se liší v závislosti na ciferníku hodinek.

Přepnutí na jiný ciferník

Na nositelném zařízení

Dotykem a podržením libovolného místa na ciferníku přejděte na obrazovku výběru ciferníku a přejetím prstem vlevo nebo vpravo procházejte dostupné ciferníky. Klepněte na ciferník, který chcete vybrat.

V aplikaci Huawei Zdraví

- 1 Otevřete aplikaci **Huawei Zdraví**, přejděte na obrazovku s podrobnostmi o zařízení a klepněte na **Moje ciferníky**.
- 2 Vyberte požadovaný ciferník a klepněte na **Použít**. Pokud ciferník nebyl dosud nainstalován, nejprve jej nainstalujte. Zařízení se po instalaci nového ciferníku automaticky přepne na nový ciferník.

Odstranění ciferníku

Na nositelném zařízení

- 1 Klepnutím a podržením kdekoli na ciferníku přejděte na obrazovku výběru ciferníku.
 - 2 Přejedte prstem nahoru ze spodní části obrazovky a klepnutím na možnost **Odebrat** odstraňte ciferník hodinek.
- i** Pokud chcete ciferník po jeho odstranění znovu použít, můžete tak učinit jedním z následujících způsobů:
- Klepnutím a podržením na libovolném místě na ciferníku přejděte na obrazovku výběru ciferníku, přejedte prstem doleva na poslední obrazovku, klepněte na  a klepnutím na ciferník jej znovu použijte.
 - Otevřete **Huawei Zdraví**, přejděte na obrazovku s podrobnostmi o zařízení, klepněte na **Moje ciferníky** a vyberte a nastavte ciferník.

V aplikaci Huawei Zdraví

- 1 Otevřete **Huawei Zdraví**, přejděte na obrazovku s podrobnostmi o zařízení a přejděte na **Moje ciferníky > Správa místních ciferníků**.
 - 2 Klepnutím na  v pravém horním rohu cílového ciferníku jej odstraňte.
- i**
- Pokud nevidíte  v pravém horním rohu ciferníku, znamená to, že tento ciferník nelze odstranit. Například **Galerie** nelze odstranit.
 - Pokud jste si zakoupili ciferník hodinek a odstranili jej v nabídce **Moje ciferníky > Správa místních ciferníků**, stačí jej znovu nainstalovat, až jej budete chtít znovu používat. Není třeba znovu platit.

Galerie ciferníku hodinek

Nastavení galerie ciferníků

- 1 Otevřete **Huawei Zdraví**, přejděte na obrazovku s podrobnostmi o zařízení a přejděte na položku **Moje ciferníky > Galerie** pro přístup na obrazovku nastavení ciferníků v Galerii.
- 2 Klepněte na , vyberte buď **Pořídít fotografii** nebo **Vybrat obrázek**, vyberte obrázek, přetažením upravte část obrázku, kterou chcete zobrazit, a klepnutím na  v pravém horním rohu dokončete nahrávání.
- 3 Na obrazovce **Galerie** podle potřeby nastavte **Barva**, **Styl** a **Funkce**.
- 4 V části **Jiná nastavení** povolte nebo zakažte **Zvednutím zobrazit nový obrázek** podle potřeby.
Pokud je tato funkce zapnutá a do galerie ciferníků bylo nahráno více obrázků, změní se zobrazený ciferník na jiný při každém probuzení obrazovky zvednutím zápěstí. Když je tato funkce vypnutá, zvednutím zápěstí se zobrazí pouze poslední zobrazený obrázek, chcete-li jej změnit, musíte klepnout na obrazovku.

5 Klepněte na **Použít** a vaše nositelné zařízení se přepne na ciferník Galerie.

-  Funkce Galerie ciferníků podporuje následující formáty obrázků: .gif, .jpg, .jpeg, .png, .bmp, .psd, .tif, .tiff, .webp a .pcx. Obrázky ve formátu .gif se zobrazují jako statické obrázky, nikoli jako animace.

Nastavení galerie ciferníků OneHop

Pomocí aplikace OneHop můžete snadno proměnit obrázky Galerie z telefonu v ciferníky na vašich hodinkách. Pokud chcete, můžete přenést více než jeden obrázek a klepnutím na obrazovku ciferníku přepínat mezi obrázky a užívat si více přizpůsobených ciferníků.

-  • Chcete-li tuto funkci používat, ujistěte se, že je vaše nositelné zařízení propojeno s aplikací **Huawei Zdraví**.
 - Tato funkce je dostupná pouze v případě, že je nositelné zařízení podporující NFC spárováno s telefonem HUAWEI, který podporuje NFC.

Před použitím této funkce se ujistěte, že je v nositelném zařízení použita **Galerie**.

- 1** Stisknutím horního tlačítka otevřete seznam aplikací, přejděte na **Nastavení > Propojení zařízení > NFC** a povolte **NFC**.
- 2** Zapněte v telefonu funkci NFC.
- 3** Otevřete Galerii, vyberte obrázek k přenosu a klepněte na oblast NFC na zadní straně telefonu proti obrazovce nositelného zařízení. Vybraný obrázek se poté zobrazí jako ciferník, což znamená úspěšný přenos.
Pokud chcete změnit styl ciferníku, otevřete **Huawei Zdraví**, přejděte na obrazovku s podrobnostmi o zařízení, jděte na **Moje ciferníky > Galerie** a dokončete nastavení.

Odstranění obrázku z ciferníku Galerie

Na obrazovce nastavení **Galerie** klepnutím na  přejděte na obrazovku s přehledem obrázků, klepněte na  na obrázku, který chcete odstranit, poté se vraťte na stránku nastavení **Galerie** a klepněte na **Uložit**.

Video na ciferníku

-  • Ujistěte se, že jste aktualizovali aplikaci Huawei Zdraví a hodinky na nejnovější verzi.
 - Přizpůsobené video ciferníky nejsou k dispozici, pokud jsou hodinky spárovány s iPhonem.

- 1** Otevřete aplikaci **Huawei Zdraví**, přejděte na obrazovku podrobností zařízení **Moje ciferníky > Video** pro přístup k nastavení videa na ciferníku.
- 2** Klepněte na , vyberte způsob nahrávání, nahrajte nové video nebo vyberte stávající video, které chcete nahrát, a klepněte na .
- 3** Klepnutím na **Styl, Pozice času a Funkce** nastavte styl a umístění widgetů na video ciferníku.

4 Klepněte na **Použít** a vaše hodinky se přepnou na nově nastavený ciferník.

-  • Lze nahrát pouze jeden video ciferník. Můžete také vybrat předinstalovaný ciferník s videem. Předinstalované videociferníky nelze odstranit.
- Video ciferníky jsou navrženy tak, aby cyklicky přepínaly různá videa. Když klepnete na ciferník nebo zapnete obrazovku, budou se na hodinkách přepínat různá videa.

Detekce pádu a nouzové SOS

Jakmile je funkce detekce pádu zapnuta, hodinky zjistí váš postoj pomocí čidla zrychlení na hodinkách. Pokud hodinky zjistí, že jste upadli a můžete se dostat do indisponovaného stavu, zapnou pro vás funkci nouzového SOS.

Chcete-li detekci pádu vypnout, vstupte do seznamu aplikací na hodinkách, přejděte do nabídky **Nastavení > Nouzové SOS**, a vypněte možnost **Detekce pádu**.

-  • Vaše hodinky nemohou zjistit všechny pády. Někdy mohou mylně interpretovat aktivity s těžkým dopadem jako pády a spustit detekci pádu.
- Pokud jsou vaše hodinky připojeny k telefonu prostřednictvím Bluetooth a telefon má dvě karty SIM, nastavte s předstihem výchozí kartu k uskutečňování tísňových volání.
- Pokud na vašich hodinkách není zapnuta služba Samostatné číslo eSIM, hodinky nemohou odesílat zprávy s žádostí o pomoc, pokud jsou spárovány s iPhone.

Nastavení informací pro případ nouze a nouzových kontaktů

Informace pro případ nouze mohou pomoci záchranářům. Chcete-li nastavit informace pro případ nouze a nouzové kontakty, postupujte následovně:

- 1 Otevřete aplikaci **Huawei Zdraví** a přejděte do nabídky **Já > Profil > Informace pro případ nouze**, abyste mohli přidat vaše osobní údaje a zdravotnické informace, například krevní skupinu.
- 2 Přejděte do nabídky **Nouzové kontakty > Přidat nouzové kontakty** a vyberte nouzový kontakt, který chcete přidat. Také můžete klepnutím na ikonu  vedle nouzového kontaktu odstranit daný kontakt. Lze přidat až tři nouzové kontakty.
 -  Ujistěte se, že máte nouzové kontakty nastavené ve správném pořadí. Pokud je spuštěno nouzové SOS, vaše hodinky nejprve zavolají vašemu prvnímu nouzovému kontaktu a odešlou zprávy s žádostí o pomoc všem nouzovým kontaktům.

Zobrazení informací pro případ nouze

Na vašich hodinkách

Vstupte do seznamu aplikací na hodinkách a přejděte do nabídky **Nastavení > Nouzové SOS**, kde můžete zobrazit informace pro případ nouze.

Na telefonu

Otevřete aplikaci **Huawei Zdraví** a výběrem možnosti **Já > Profil > Informace pro případ nouze** zobrazte informace pro případ nouze.

Detekce pádu a automatické SOS

- 1 Vstupte do seznamu aplikací na hodinkách, přejděte do nabídky **Nastavení > Nouzové SOS** a zapněte funkci **Detekce pádu**.

- 2 Pokud hodinky zjistí, že jste upadli a možná se dostali do indisponovaného stavu, zobrazí vyskakovací okno, které se ptá, zda chcete provést tísňové volání.
 - 3 Pokud vyberete možnost  nebo neprovedete žádnou operaci na hodinkách během 60 sekund, hodinky spustí nouzové SOS.
 - Pokud byly nastaveny nouzové kontakty, hodinky automaticky zavolají prvnímu nouzovému kontaktu a odešlou zprávu s žádostí o pomoc obsahující vaši aktuální polohu všem nouzovým kontaktům.
 - Pokud nouzový kontakt nebyl nastaven, zobrazí se vám veřejná čísla tísňového volání, ze kterých si můžete vybrat.
-  Pokud je na vašich hodinkách aktivována služba Samostatné číslo eSIM, můžete odesílat zprávy s žádostí o pomoc na vašich hodinkách.

Ruční spuštění nouzového SOS

Nouzové SOS spustíte pěti rychle po sobě jdoucími stisknutími horního tlačítka.

- Pokud byly nastaveny nouzové kontakty, hodinky automaticky zavolají prvnímu nouzovému kontaktu a odešlou zprávu s žádostí o pomoc obsahující vaši aktuální polohu všem nouzovým kontaktům.
- Pokud nouzový kontakt nebyl nastaven, zobrazí se vám veřejná čísla tísňového volání, ze kterých si můžete vybrat.
-  • Pokud je funkce **Detekce pádu** vypnuta, vaše hodinky při zjištění vážného pádu nespustí nouzové SOS. V tomto případě stiskněte pětkrát rychle za sebou horní tlačítko.
- Pokud jsou vaše hodinky připojeny k vašemu telefonu přes Bluetooth, můžete provést tísňové volání pětinasobným stisknutím horního tlačítka rychle za sebou. O pár sekund později na vašem telefonu uvidíte obrazovku volání. Pokud hodinky nejsou připojeny, budete moci provádět hovory pouze po aktivování služby eSIM v hodinkách.

Měření EKG

Elektrokardiogram (EKG) je grafický záznam elektrické aktivity srdce. EKG poskytuje přehled o vašem srdečním rytmu a může pomoci identifikovat nepravidelný srdeční rytmus a odhalit potenciální zdravotní rizika.

-  Tato funkce je dostupná pouze na některých trzích. Podrobnosti naleznete na oficiálních webových stránkách Huawei. Záleží na momentální situaci.

Než začnete

- Tato funkce musí být používána v souladu se zákony a předpisy pro zdravotnické prostředky ve vaší místní jurisdikci.
- Tato funkce není určena pro uživatele mladší 18 let.
- Tato funkce není určena pro osoby s kardiostimulátorem nebo jiným implantovaným zařízením.

- Silná elektromagnetická pole vedou k závažnému zkreslení EKG signálu. Tuto funkci nepoužívejte v prostředí se silným elektromagnetickým polem.
- Veškeré údaje získané během používání této aplikace slouží pouze pro informaci a neměly by být používány jako základ pro lékařský výzkum, diagnózu nebo léčbu.

Příprava na měření

-  Chcete-li tuto funkci používat, nejprve aktualizujte aplikaci **Huawei Zdraví** na nejnovější verzi.

Pokud používáte **EKG** poprvé, přejděte do aplikace **Huawei Zdraví** > **Srdce** > **EKG** a podle pokynů na obrazovce aktivujte aplikaci EKG.

Měření EKG

- 1 Zkontrolujte, zda máte hodinky správně nasazené, a nehýbejte se.
- 2 Zařízení si správně nasadíte na zápěstí, přejděte do seznamu aplikací a vyberte **EKG**. Pokud funkci používáte poprvé, zadejte, na kterém zápěstí zařízení nosíte, výběrem **Levé** nebo **Pravé**. Toto nastavení pak můžete kdykoli změnit na domovské obrazovce aplikace EKG klepnutím na ikonu Nastavení v dolní části.
- 3 Opatrně položte prst volné ruky na čidlo X-TAP a podržte jej v klidu, poté se automaticky spustí měření.
 -  • Během měření se nehýbejte, rovnoměrně dýchejte a nemluvte. Udržujte prst ve správném kontaktu s čidlem X-TAP, ale netlačte na ni příliš silně.
 - Suchá pokožka může měření zhoršit. Pokud zjistíte, že máte suchý prst, navlhčete jej trochou vody, abyste zvýšili vodivost.
 - Doba trvání jednoho měření je 30 sekund.
- 4 Nehýbejte se, počkejte na dokončení měření a poté si na displeji hodinek prohlédněte výsledek. Můžete klepnout na  a podívat se na popis výsledků. Pro více informací, přejděte na domovskou obrazovku, otevřete aplikaci **Huawei Zdraví** v telefonu a přejděte do nabídky **Srdce** > **EKG**. Chcete-li stáhnout zprávu EKG, dotkněte se ikony stahování v pravém horním rohu obrazovky s podrobnostmi o EKG.

Interpretace výsledků

- Výsledky měření konzultujte s lékařskými odborníky. Neinterpretujte výsledky na vlastní pěst ani se neléčte sami.
- Tato funkce nedokáže odhalit krevní sraženiny, mrtvici, srdeční selhání ani jiné typy arytmiie nebo srdečních problémů.
- Tato funkce nedokáže odhalit srdeční infarkt ani související komplikace. Pokud pocítíte bolest, napětí nebo tlak na hrudi nebo se u vás objeví jiné příznaky, okamžitě vyhledejte lékařskou pomoc.
- Neupravujte svůj předpis na základě údajů poskytnutých touto funkcí bez předchozí konzultace s lékařskými odborníky.

Měření SpO2

- i** Abyste zajistili přesnost měření SpO2, noste nositelné zařízení pevně nasazené a správným způsobem. Ujistěte se, že je modul pro monitorování v přímém kontaktu s vaší pokožkou a bez jakýchkoli překážek.

Měření SpO2 špičky prstu

- 1** Zkontrolujte, zda máte hodinky správně nasazené, a nehýbejte se.
- 2** Přejděte do seznamu aplikací v hodinkách a klepněte na **SpO2**.
- 3** Jemně položte prst volné ruky na čidlo X-TAP, poté se automaticky spustí měření. Po skončení odpočítávání můžete hodinky ponechat. Dotkněte se senzoru pro pokračování v měření nebo zvedněte prst pro ukončení měření SpO2 a zobrazení výsledků. Během měření si také můžete prohlédnout křivku tepové frekvence.

Automatické měření SpO2

- 1** Otevřete aplikaci **Huawei Zdraví**, navigujte na obrazovku s podrobnostmi o zařízení, klepněte na **Sledování zdraví** a zapněte **Automatické SpO2**. Pokud je tato funkce zapnutá, zařízení automaticky změří a zaznamená SpO2, když zjistí, že jste v klidu. Tento indikátor je důležitý zejména ve spánku nebo v oblastech s vysokou nadmořskou výškou.
- 2** Klepněte na položku **Upozornění na nízké SpO2** a nastavte dolní hranici, kdy chcete dostávat upozornění, když jste vzhůru.
Hodnota limitu: Vypnuto/75 %/80 %/85 %/90 %

Zobrazení dat

Přejděte na domovskou obrazovku aplikace **Huawei Zdraví**, klepněte na kartu **SpO2** a vyberte datum pro zobrazení vašich údajů v daný den.

Zdravotní přehled

Rychle si změřte různé zdravotní ukazatele včetně srdečního tepu, SpO2, stresu, teploty pokožky, EKG, arteriální ztuhlosti, funkce plic a dalších. Tato funkce Zdravotní přehled také generuje a zobrazuje zprávy o vašem zdravotním stavu na hodinkách i v telefonu (v aplikaci Huawei Zdraví), což umožňuje efektivnější správu zdraví.

Používání Zdravotního přehledu

- 1** Zkontrolujte, zda máte hodinky správně nasazené, a nehýbejte se.
- 2** Přejděte do seznamu aplikací zařízení a klepněte na **Zdravotní přehled**. Pokud aplikaci používáte poprvé, autorizujte požadovaná oprávnění a souhlase se smlouvou o ochraně osobních údajů.
- 3** Na domovské obrazovce hodinek se dotkněte a podržte čidlo X-TAP po dobu tří sekund, abyste otevřeli Zdravotní přehled, nebo klepněte na **Změřit** na domovské obrazovce aplikace Zdravotní přehled a postupujte podle pokynů na obrazovce k dokončení měření.

- 4** Jakmile se vygeneruje zpráva o zdravotním stavu, hodinky vás na to upozorní vibracemi. Přejetím prstem nahoru na domovské obrazovce aplikace zobrazíte historické zprávy.
- i** • Veškeré údaje a výsledky jsou pouze orientační a neměly by sloužit jako podklad pro lékařskou diagnózu. V případě jakýchkoli potíží vyhledejte včas lékařskou pomoc.
 - Pro dosažení optimální přesnosti měření určete, na kterém zápěstí máte zařízení nasazeno, a to tak, že na domovské obrazovce Zdravotního přehledu potáhněte prstem nahoru a klepnete na **Další** a na nastavení **Zápěstí**.
 - Pokud karta **Zdravotní přehled** není na domovské obrazovce **Huawei Zdraví**, klepněte na **Upravit** a přidejte ji.

Zobrazení zprávy Zdravotní přehled

- Na vašich hodinkách: Vstupte do seznamu aplikací, klepněte na **Zdravotní přehled** a potáhnutím prstem po obrazovce nahoru zobrazte historické zprávy.
- Ve svém telefonu: Přejděte do aplikace **Huawei Zdraví** > **Zdravotní přehled**.

Emoční pohoda

- i** • Údaje a výsledky jsou pouze orientační a neměly by sloužit jako podklad pro lékařskou diagnózu nebo léčbu. V případě jakýchkoli potíží vyhledejte lékařskou pomoc.
- Tato funkce je dostupná pouze na některých trzích. Například, není k dispozici v evropských zemích.

Zapnutí dalších záznamů o emocích/stresu

- 1** Přejděte do seznamu aplikací na zařízení a klepněte na možnost **Emoční pohoda**. Pokud aplikaci používáte poprvé, udělte oprávnění a prohlédněte si úvod do aplikace a provozní manuál. Poté budete přesměrováni na obrazovku aplikace **Emoční pohoda**.
- 2** Otevřete aplikaci **Huawei Zdraví**, přejděte na obrazovku s podrobnostmi o zařízení, klepněte na možnost **Sledování zdraví** a zapněte možnost **Další záznamy o emocích/stresu**.
 - i** • Při prvním použití aplikace je nutné mít nositelné zařízení chvíli zapnuté, než budou k dispozici údaje o emocích.
 - Údaje o emocích nejsou k dispozici během spánku.

Zobrazení/úprava údajů o emocích

Na nositelném zařízení:

Vstupte do seznamu aplikací na zařízení a klepnutím na možnost **Emoční pohoda** přejděte na domovskou obrazovku aplikace, na které se zobrazí aktuální emoční stav prostřednictvím animace. Přejetím prstem nahoru zobrazíte další údaje.

Ve svém telefonu:

Přejděte na obrazovku **Huawei Zdraví > Emoční pohoda**, kde uvidíte údaje o emocích/stresu a můžete si přečíst analýzu a tipy podle různých časových intervalů.

Chcete-li zobrazit veškerá historická data, přejděte do aplikace **Huawei Zdraví > Emoční pohoda**, klepněte na možnost  v pravém horním rohu a klepněte na možnost **Všechna data**.

-  Pokud máte pocit, že výsledek testu není přesný, klepněte na ikonu úprav vedle údajů o emocích v horní části a upravte údaje o emocích.

Připomenutí nálady

- 1** Přejděte do seznamu aplikací na zařízení a klepněte na možnost **Emoční pohoda**.
- 2** Přejetím prstem nahoru přejděte na obrazovku **Nastavení**, klepněte na možnost **Nastavení připomenutí** a zapněte **Nálada**, aby vám nositelné zařízení zasílalo oznámení podle nejnovější nálady.
Pokud zařízení zjistí, že jste v poslední době byli delší dobu ve stresu, funkce připomenutí nálady vám dá tipy, jak se dostat do opětovné rovnováhy a lepšího emočního stavu.

Sledování spánku

Když budete mít nositelné zařízení během spánku řádně nasazené, bude automaticky zaznamenávat délku spánku a identifikovat, zda jste v hlubokém spánku, lehkém spánku, REM fázi spánku nebo bdělém stavu.

Nastavení spánku

- 1** Vstupte do seznamu aplikací, klepněte na možnost **Spánek**, potažením prstem nahoru přejděte na obrazovku **Další** a klepněte na možnost **Režim spánku**.
- 2** Můžete si vybrat z možností **Režim spánku** nebo **Naplánovat**.
 - Funkce **Režim spánku** je ve výchozím nastavení vypnuta. Pokud je zapnuta, nositelné zařízení nebude vyzvánět ani vibrovat při příchozích hovorech a oznámeních (s výjimkou zvonění budíku). Funkce Zvednutím probudit bude také vypnutá, čímž se zařízení přepne do zjednodušeného režimu.
 - Pokud je funkce **Naplánovat** zapnutá, vaše nositelné zařízení zahájí nebo ukončí režim spánku podle plánu.
Chcete-li přidat naplánované období, klepněte na možnost **Přidat čas** a nastavte možnosti **Čas usnutí**, **Probuzení** a **Opakovat**. Poté klepněte na **OK**.
Chcete-li odstranit naplánované období, klepněte na cíl a poté na možnost **Odstranit**. Naplánovaná období přednastavená na hodinkách můžete pouze upravit, nikoli však odstranit.

Zapnutí/vypnutí funkce HUAWEI TruSleep™

Otevřete aplikaci **Huawei Zdraví**, přejděte na obrazovku s podrobnostmi o zařízení, přejděte do nabídky **Sledování zdraví > HUAWEI TruSleep™** a zapněte, či vypněte přepínač funkce **HUAWEI TruSleep™**.

Ve výchozím nastavení je funkce **HUAWEI TruSleep™** zapnuta. Pokud ji ručně vypnete, nebude možné získat údaje o spánku a analýza spánku nebude dostupná.

Zobrazení/odstranění údajů o spánku

Zobrazení údajů o spánku

- Vstupte do seznamu aplikací na hodinkách, vyberte možnost **Spánek** a zkontrolujte údaje o nočním spánku a zdřímnutí a také informace o zdravém spánku. Podrobnější informace s popisem výsledků získáte po klepnutí na ⓘ.
- Přejděte na domovskou obrazovku aplikace **Huawei Zdraví** a klepnutím na kartu **Spánek** přejděte do části s podrobnými údaji. Na obrazovce **Spánek** klepněte na ⋮ v pravém horním rohu a poté na možnost **Všechna data** k zobrazení záznamů historických údajů.

Odstranění údajů o spánku

- 1 Přejděte na domovskou obrazovku aplikace **Huawei Zdraví** a klepněte na kartu **Spánek**.
- 2 Přejděte do nabídky ⋮ > **Všechna data** a klepněte na ikonu odstranění v pravém horním rohu k výběru a odstranění záznamů historických údajů dle potřeby.

Health Insights

Úvod

Tato aplikace sleduje změny ve vašem zdravotním stavu. Poskytuje analýzu trendů zdravotního stavu a zobrazuje upozornění podle rozsahu osobních údajů o zdraví, například SpO2, tepová frekvence, spánek, doba cvičení, Kroužky aktivity a emoční pohoda.

- ⓘ Přehledy nejsou dostupné denně a nemusí se vygenerovat, pokud nositelné zařízení nenosíte dostatečně dlouho během spánku.
- Než si budete moci zobrazit data na vašem zařízení, je třeba je nosit dva dny po sobě. Noste zařízení často a dlouho, abyste dosáhli přesnějších výsledků.
- Změny ve vašem zdraví mohou být způsobeny různými faktory. Přehledy jsou založeny na rozsáhlé analýze těchto faktorů a mohou mezi nimi identifikovat souvislost. Krátkodobé změny v těchto datech mohou být anomálií nebo i symptomem něčeho vážnějšího.
- Toto není zdravotnický software a nelze jej použít jako základ pro zdravotnickou diagnózu. Rady ohledně zdraví mají pouze referenční charakter, ke zlepšení vašeho zdravotního stavu přistupujte podle skutečného zdravotního stavu.

Zapnutí oznámení aplikace Health Insights

Jakmile budou oznámení zapnuta, zařízení vám připomene, abyste si zobrazili výsledky analýzy aplikace Health Insights, pokud dojde k jejich aktualizaci a pokud si je včas nezobrazíte.

Chcete-li tuto funkci zapnout, otevřete aplikaci **Huawei Zdraví**, potáhněte prstem dolů na obrazovce, klepněte na kartu pod částí **Aplikace Health Insights**, přejděte do nabídky **Nastavení** a poté zapněte **Oznámení aplikace Health Insights**.

Zobrazení dat aplikace Health Insights

Na nositelném zařízení:

Vstupte do seznamu aplikací na zařízení a klepnutím na možnost **Aplikace Health Insights** zobrazíte přehled zprávy aplikace Health Insights. Potáhnutím prstu nahoru na obrazovce zobrazíte výsledky pro každou položku. Pokud aplikaci používáte poprvé, řiďte se pokyny na obrazovce a dokončete autorizaci.

Ve svém telefonu:

Otevřete aplikaci **Huawei Zdraví**, potáhněte prstem nahoru na obrazovce a klepněte na kartu pod částí **Aplikace Health Insights**. Můžete zobrazit následující informace:

- Klepnutím na možnost **Doporučené přehledy** zobrazíte souhrnnou zprávu o analýze údajů o zdraví.
- Klepnutím na možnost **Trendy** zobrazíte trend pro každou položku. Trendy mohou popisovat změny ve vašem zdravotním stavu. Nadále noste nositelné zařízení nebo zaznamenávejte vaše údaje o zdraví a kondici do aplikace Huawei Zdraví, abyste mohli identifikovat trendy.

Sledování dýchání ve spánku

Funkce sledování dýchání ve spánku pomáhá zjistit přerušení dýchání během spánku.

Aktivace aplikace

- Tato funkce je dostupná pouze na některých trzích.
 - Před použitím této funkce připojte nositelné zařízení k aplikaci Huawei Zdraví.
- 1 Otevřete aplikaci **Huawei Zdraví** přejděte na obrazovku **Zdraví**, klepněte na kartu **Spánek**, přejděte prstem nahoru, dokud nedosáhnete dolní části obrazovky, a klepněte na **Sledování dýchání ve spánku**.
 - 2 Při prvním použití zapněte tuto funkci podle zobrazených pokynů. Potom bude funkce **Sledování dýchání ve spánku** ve výchozím nastavení zapnutá.
 - 3 Nyní je nastavení dokončeno. Když si zařízení vezmete do postele, zjistí a analyzuje přerušení dýchání během spánku.

Zobrazení dat

Přejděte do aplikace **Huawei Zdraví** > **Zdraví** > **Spánek**, klepněte na **Sledování dýchání ve spánku** v dolní části obrazovky a budete přesměrováni na obrazovku s funkcemi, kde uvidíte nejnovější výsledek detekce a shrnutí záznamů údajů.

Zapnutí/vypnutí Sledování dýchání ve spánku

Přejděte do aplikace **Huawei Zdraví** > **Zdraví** > **Spánek** > **Sledování dýchání ve spánku**, klepněte na  v pravém horním rohu, dále na **Sledování dýchání ve spánku** a zapněte nebo vypněte přepínač pro **Sledování dýchání ve spánku**.

Vypnutí služby

Přejděte do aplikace **Huawei Zdraví** > **Zdraví** > **Spánek** > **Sledování dýchání ve spánku**, klepněte na  v pravém horním rohu, přejděte na položku **O aplikaci** > **Vypnout službu** a podle pokynů na obrazovce dokončete nastavení.

Detekce ztuhlosti tepen

Tuhost tepen se také označuje jako elasticita tepen. Zvýšení tuhosti je časným ukazatelem poškození tepen a může znamenat zvýšení rizika srdečního onemocnění.

Rychlost pulzové vlny (PWV) označuje rychlost, jakou se tlakové vlny šíří velkými tepnami při každém úderu srdce, které do nich vhání krev. Je to účinné měřítko tuhosti tepen. Obecně platí, že větší rychlost pulzové vlny znamená tužší tepny.

 Tato funkce je dostupná pouze na některých trzích. Podrobnosti naleznete na oficiálních webových stránkách Huawei.

Než začnete

- 1 Tato aplikace není určena pro uživatele mladší 18 let.
- 2 Tato aplikace není určena pro osoby s kardiostimulátorem nebo jiným implantovaným elektronickým zařízením.
- 3 Tato aplikace není vhodná pro osoby s diagnózou závažné arytmie.
- 4 Tato aplikace by se neměla používat v prostředí se silnými elektromagnetickými poli.
- 5 Tato aplikace není určena k lékařskému použití. Veškeré údaje získané během používání této aplikace slouží pouze pro informaci a neměly by být používány jako základ pro lékařský výzkum, diagnózu nebo léčbu.

Autorizace a aktivace aplikace pro detekci ztuhlosti tepen

- 1 Při prvním použití této funkce postupujte podle pokynů v aplikaci **Huawei Zdraví** pro dokončení registrace a poté zadejte svůj účet a heslo pro přihlášení.
- 2 Pomocí **Huawei Zdraví** naskenujte QR kód na svém nositelném zařízení a podle pokynů na obrazovce dokončete párování.
- 3 Přejděte do aplikace **Huawei Zdraví** > **Zdraví** > **Srdce** > **Detekce ztuhlosti tepen** v telefonu a podle pokynů na obrazovce funkci aktivujte. Tento vstup do přenosné aplikace na kartě **Srdce** je k dispozici ve výchozím nastavení. Při prvním použití budete muset povolit sdílení dat a souhlasit s uživatelskou smlouvou a smlouvou o ochraně soukromí.

Zahájení měření na hodinkách

Pro první měření: Po aktivaci aplikace v telefonu musíte přejít do části **Detekce ztuhlosti tepen** na hodinkách a zadat, na kterém zápěstí zařízení nosíte.

-  Pro zajištění optimální přesnosti se ujistěte, že je vybráno správné zápěstí a že jsou hodinky nasazeny správně.

Metoda měření:

- 1** Položte si ruku se zařízením naplocho na desku stolu nebo na klín a přejděte do části **Detekce ztuhlosti tepen** v hodinkách, klepněte na **Změřit** přitiskněte jeden prst na čidlo X-TAP na boční straně, abyste zahájili měření.
- 2** Měření bude trvat přibližně 30 sekund, během kterých se nehýbejte, rovnoměrně dýchejte a nemluvte. Suchá pokožka může měření zhoršit. Pokud zjistíte, že máte suchý prst, navlhčete jej trochou vody.
- 3** Po dokončení měření se vraťte na domovskou obrazovku aplikace a zobrazte výsledek.

Zobrazení vašich dat

Pokud jsou hodinky a telefon propojeny přes Bluetooth, po provedení měření se data synchronizují do telefonu.

- 1** Přejděte do aplikace **Huawei Zdraví** > **Zdraví** > **Srdce** > **Detekce ztuhlosti tepen** v telefonu a zobrazte poslední výsledek měření na domovské obrazovce aplikace **Detekce ztuhlosti tepen**.
- 2** Klepnutím na **Zobrazit více** zobrazíte další data.
- 3** Můžete také klepnout na ikonu se čtyřmi tečkami v pravém horním rohu domovské obrazovky aplikace a poté na **Všechna data** a zobrazit tak historická data.

Analýza arytmie pomocí pulzové vlny

Analýza arytmie pomocí pulzové vlny využívá vysoce přesné PPG čidlo na vašem nositelném zařízení ke kontrole abnormálního srdečního rytmu.

-  • Veškeré údaje a výsledky jsou pouze orientační a neměly by sloužit jako podklad pro lékařskou diagnózu. V případě jakýchkoli potíží vyhledejte včas lékařskou pomoc.
- Tato funkce je dostupná pouze na některých trzích. Podrobnosti naleznete na oficiálních webových stránkách společnosti Huawei.

Aktivace aplikace

- 1** Chcete-li tuto funkci používat, nejprve aktualizujte aplikaci **Huawei Zdraví** na nejnovější verzi.
- 2** Přejděte na domovskou obrazovku aplikace **Huawei Zdraví**, přejděte do nabídky **Srdce** > **Analýza arytmie pulzové vlny** a aktivujte funkci **Analýza arytmie pulzové vlny**.

Měření na nositelném zařízení

- 1 Překontrolujte, zda máte nositelné zařízení správně nasazené, a položte předloktí naplocho na stůl nebo na klín s uvolněnými pažemi a prsty.
- 2 Vstupte do seznamu aplikací na zařízení a přejděte do nabídky **Analýza arytmie pulzové vlny** > **Změřit**.
- 3 Nehýbejte se a počkejte, dokud nebude měření dokončeno, a poté si prohlédněte výsledek na obrazovce nositelného zařízení. Můžete klepnout na  a podívat se na popis výsledků. Chcete-li získat další informace, přejděte na domovskou obrazovku aplikace **Huawei Zdraví** v telefonu a přejděte do nabídky **Srdce** > **Analýza arytmie pulzové vlny**.

Zapnutí automatických měření a připomínek

- 1 Přejděte na domovskou obrazovku aplikace **Huawei Zdraví**, přejděte do nabídky **Srdce** > **Analýza arytmie pulzové vlny**, klepněte na  v pravém horním rohu a poté na možnost **Automatické měření**.
- 2 Zapněte přepínač funkce **Automatická detekce arytmie**. Po aktivaci bude vaše nositelné zařízení automaticky provádět měření během nošení ve chvíli, kdy jste v klidovém stavu. Zapněte přepínač funkce **Upozornění na arytmiu**. Po aktivaci budete prostřednictvím nositelného zařízení dostávat upozornění, pokud bude zjištěn abnormální srdeční rytmus.
 -  Pokud je během měření zjištěn abnormální srdeční rytmus, zobrazí se na vašem nositelném zařízení výzva. Pokud nosíte zařízení, které podporuje EKG, budete upozorněni na měření EKG.
 - Upozornění se zašlou pouze v případě, že je podíl abnormálních výsledků z více měření vysoký, aby se předešlo zbytečným obavám. Nositelné zařízení bude vibrovat, zapne obrazovku a pokud jste vzhůru, zobrazí vyskakovací okno s upozorněním. Pokud zjistí, že spíte, zobrazí se pouze vyskakovací okno s upozorněním.

Vypnutí služby

Přejděte na domovskou obrazovku aplikace **Huawei Zdraví**, přejděte do nabídky **Srdce** > **Analýza arytmie pulzové vlny**, klepněte na  v pravém horním rohu, poté na možnost **O aplikaci** > **Vypnout službu** a poté pokračujte podle pokynů na obrazovce.

Interpretace výsledků

Výsledky se mohou lišit od výsledků analýzy EKG. Výsledky konzultujte s lékařem. Neinterpretujte výsledky na vlastní pěst ani se nelečte sami.

Přejděte na domovskou obrazovku aplikace **Huawei Zdraví**, přejděte do nabídky **Srdce** > **Analýza arytmie pulzové vlny** a zobrazte údaje ve sloupcových grafech. Můžete také klepnout na  v pravém horním rohu, poté na možnost **Nápověda** a získat tak další informace o výsledcích měření.

 Výsledky měření se mohou lišit podle marketingové strategie v různých zemích/regionech.
Výsledky měření: Žádné abnormality nebo podezření na fibrilaci síní

Měření tepové frekvence

- i • Výsledky a údaje z měření jsou pouze orientační a neměly by být využívány jako podklad pro lékařské použití.
- Abyste zajistili optimální přesnost údajů o tepové frekvenci, upevněte zařízení těsně nad zápěstní kostí, aby vám co nejlépe padlo. Při cvičení volte těsnější přilehnutí.
- Měření tepové frekvence mohou být ovlivněna vnějšími faktory, například nízká okolní teplota, pohyby paže nebo tetování na paži.

Nepřetržité sledování tepové frekvence

- 1** Otevřete aplikaci **Huawei Zdraví**, přejděte na obrazovku s podrobnostmi o zařízení, přejděte do nabídky **Sledování zdraví** > **Nepřetržité sledování tepové frekvence** a ujistěte se, že je funkce **Nepřetržité sledování tepové frekvence** zapnuta.
 - 2** Nastavte možnost **Režim sledování** na hodnotu **Chytrý** nebo **V reálném čase**.
 - **Chytrý**: Automaticky upravuje frekvenci měření podle stavu vaší aktivity.
 - **V reálném čase**: Monitoruje vaši tepovou frekvenci v reálném čase bez ohledu na stav vaší aktivity.
 - 3** Přejděte na domovskou obrazovku aplikace **Huawei Zdraví**, klepněte na kartu **Srdce**, klepněte na  v pravém horním rohu a poté na možnost **Všechna data** a zobrazte údaje o tepové frekvenci. Můžete se rozhodnout odstranit libovolný záznam údajů.
- i • Sledování v reálném čase zvýší spotřebu energie zařízení, zatímco chytré sledování je energeticky úspornější.
 - Obrazovka sledování zařízení zobrazí nejvyšší a nejnižší tepovou frekvenci měřenou v aktuální den, například data zobrazená v .

Upozornění na tepovou frekvenci

- 1** Otevřete aplikaci **Huawei Zdraví**, přejděte na obrazovku s podrobnostmi o zařízení, přejděte do nabídky **Sledování zdraví** > **Nepřetržité sledování tepové frekvence**, zapněte funkci **Nepřetržité sledování tepové frekvence**, a nastavte možnosti **Upozornění na vysokou srdeční frekvenci** a **Upozornění na nízkou srdeční frekvenci** podle vašich potřeb.
- 2** Zařízení zavibruje a zobrazí upozornění, pokud tepová frekvence zůstane nad nastavenou hodnotou nebo pod ní déle než 10 minut, pokud jste v klidu.

Individuální měření tepové frekvence

- i Údaje o tepové frekvenci z individuálních měření se nebudou synchronizovat s aplikací **Huawei Zdraví**.
- 1** Otevřete aplikaci **Huawei Zdraví**, přejděte na obrazovku s podrobnostmi o zařízení, přejděte do nabídky **Sledování zdraví** > **Nepřetržité sledování tepové frekvence** a vypněte **Nepřetržité sledování tepové frekvence**.

- 2 Vstupte do seznamu aplikací na nositelném zařízení, vyberte možnost **Tepová frekvence**, spusťte měření a počkejte na zobrazení výsledku.

Menstruační kalendář

Aktivace aplikace

Pokud tuto funkci používáte poprvé, zkontrolujte, zda jsou hodinky a telefon propojeny, a dokončete aktivaci funkce.

- 1 Přejděte na domovskou obrazovku aplikace **Huawei Zdraví**, klepněte na kartu **Menstruační kalendář**, stáhněte balíček funkcí, nastavte údaje o menstruaci a klepněte na možnost **Začínáme**.
Pokud karta **Menstruační kalendář** není na domovské obrazovce aplikace Huawei Zdraví, klepněte na možnost **Upravit** a přidejte ji.
- 2 Pokud máte hodinky na ruce, objeví se na nich oznámení o aktivaci. Pokud jsou mimo zápisť, oznámení se uloží do centra zpráv.
Klepnutím na možnost **Otevřít aplikaci** vstoupíte na obrazovku s prohlášením o ochraně osobních údajů. Vyjádřete souhlas s prohlášením o ochraně osobních údajů a budete přesměrováni na domovskou obrazovku **Menstruační kalendář**.
Klepnutím na **OK** se vraťte na předchozí obrazovku.

Zaznamenávání a zobrazování menstruace na hodinkách

- 1 Stisknutím horního tlačítka na hodinkách otevřete seznam aplikací, najděte a vyberte aplikaci **Menstruační kalendář**, abyste získali přístup k domovské obrazovce aplikace, kde uvidíte menstruační kalendář. Klepnutím na  vpravo u názvu aplikace přepnete mezi měsíčním zobrazením a zobrazením kruhového grafu. Potažením prstu na obrazovce s měsíčním zobrazením doleva nebo doprava zobrazíte údaje z předchozího cyklu a dalších tří cyklů.
- 2 Klepněte na možnost **Upravit** nebo na  a vyplňte údaje **Začátek** a **Konec** dle vaší menstruace. Potažením prstem na obrazovce nahoru zobrazíte další podrobnosti.

Zaznamenávání menstruace v aplikaci Huawei Zdraví

- 1 Přejděte na domovskou obrazovku aplikace **Huawei Zdraví**, klepněte na kartu **Menstruační kalendář**, vyberte si konkrétní datum a označte **Začátek menstruace** nebo **Konec menstruace**, abyste zaznamenali dobu trvání menstruace. Můžete také zaznamenat vaše **Fyzické symptomy**.
- 2 Na obrazovce **Menstruační kalendář** klepněte na  v pravém horním rohu a proveďte následující nastavení:
 - Klepnutím na možnost **Nastavení** zapněte nebo vypněte funkci **Předpovědi ovulace a plodných dnů** a další přepínače dle potřeby a nastavte hodnoty **Délka menstruace** a **Délka cyklu**.
 - Zapněte přepínač funkce **Predikce**. Po aktivaci budou hodinky (za předpokladu, že je budete nosit neustále, zejména v noci) kombinovat sledované zdravotní údaje,

například tělesná teplota, tepová frekvence a dechová frekvence, a vytvářet lepší predikce menstruace.

 • Tato funkce je k dispozici pouze u některých modelů zařízení. Pokud se možnost **Predikce** nenachází na vašem zařízení, znamená to, že funkce je nedostupná. Rozhoduje skutečné uživatelské rozhraní.

- Klepnutím na možnost **Záznamy menstruace** zobrazíte **Prům. menstruace** a **Průměrný cyklus**.
- Klepnutím na možnost **Všechna data** zobrazíte historická data.

Nastavení cvičení

Typ cvičení můžete nastavit podle potřeby, včetně **Cíl**, **Připomenutí**, **Automatické pozastavení**, **Zobrazení dat** a **Připnout nahoru**.

1 Přejděte do seznamu aplikací zařízení a klepněte na **Cvičení**.

2 Klepnutím na  vedle typu cvičení se dostanete na obrazovku nastavení cvičení.

• Připomenutí

Klepněte na **Připomenutí** a **Interval** a nastavte intervalová připomenutí podle vzdálenosti nebo času/povolíte nebo zakážete **Tepová frekvence**.

-  Na některých trzích jsou v současné době k dispozici zvuková připomenutí v jiných jazycích než v čínštině a angličtině, například v němčině. Chcete-li tuto funkci používat, přihlaste se do aplikace Huawei Zdraví pomocí účtu registrovaného v Evropě, propojte své nositelné zařízení s aplikací Huawei Zdraví a podle pokynů stáhněte požadovaný jazykový balíček. Upozorňujeme, že pokud používáte iPhone, může přenos trvat dlouho.
- Skutečné nastavení se může lišit v závislosti na modelu zařízení a typu cvičení. Pokud nastavení nelze najít, znamená to, že funkce není dostupná.

• Zabránění nechtěným klepnutím

Klepnutím na **Zabránění nechtěným klepnutím** zapněte nebo vypněte přepínače pro **Automaticky zamknout korunku** a **Automaticky zamknout obrazovku**.

• Automatické pozastavení

Přepnutím přepínače na **Automatické pozastavení** jej povolíte nebo zakážete. Nositelné zařízení automaticky pozastaví cvičení, pokud zjistí, že jste přestali, a bude pokračovat ve cvičení, když znovu začnete.

• Odebrání

Tato možnost odebere režim cvičení ze seznamu **Cvičení**.

• Připnout nahoru

Tato možnost připne režim cvičení na začátek seznamu **Cvičení**.

Režim můžete také připnout na začátek seznamu **Cvičení** podržením režimu cvičení a klepnutím na ikonu připnutí.

Zobrazení dat na obrazovce cvičení

Můžete si přizpůsobit typ zdravotních a kondičních údajů, které se mají během cvičení zobrazovat, aby co nejlépe vyhovovaly vašim potřebám.

-  Tato vlastní nastavení jsou k dispozici pouze pro určité režimy cvičení.

- 1 Stisknutím horního tlačítka na hodinkách vstupte do seznamu aplikací, klepněte na **Cvičení**, vyhledejte požadovaný režim cvičení (např. **Běhání venku**) a klepněte na vedle něho, čímž se dostanete na obrazovku nastavení.
- 2 Klepněte na **Zobrazení dat**, vyberte požadované karty a zapněte možnost **Zobrazit karty**.
- 3 Klepněte na **Vlastní karty**, vyberte styl zobrazení (například **4 buňky**) a vyberte odpovídající data (například **Tepová frekvence** a **Vzdálenost**).
- 4 Po dokončení nastavení budete moci na obrazovce cvičení potáhnout prstem nahoru nebo dolů a během cvičení procházet vybrané datové karty a zobrazovat odpovídající údaje. Můžete se také dotknout a podržet data zobrazená na obrazovce a přizpůsobit si typ dat, která se mají zobrazit.

Chcete-li obnovit výchozí nastavení, přejděte na obrazovku **Zobrazení dat** a klepněte na **Resetovat**.

Používání offline mapy

Po stažení offline mapy z aplikace **Huawei Zdraví** můžete zahájit navigaci klepnutím na **Trasy** nebo po výběru venkovního cvičení na hodinkách. Offline mapu lze použít k navigaci nebo k návratu do výchozího bodu během venkovních cvičení. Můžete také importovat nebo exportovat trasy do hodinek a z hodinek, přičemž trasy se zobrazí na mapě. Po zahájení venkovního cvičení se před použitím offline mapy ujistěte, že určování polohy funguje správně.

Stažení offline mapy

- 1 Otevřete aplikaci **Huawei Zdraví**, přejděte na obrazovku s podrobnostmi o zařízení a klepněte na **Mapy offline**.
- 2 Klepněte na **Regiony**, vyhledejte cílovou oblast a mapu a klepněte na **Stáhnout**. Během stahování neodcházejte z obrazovky. Po dokončení stahování si můžete mapu prohlédnout na kartě **Spravovat stahování**.

Odstranění offline mapy

- 1 Otevřete aplikaci **Huawei Zdraví**, přejděte na obrazovku s podrobnostmi o zařízení a klepněte na **Mapy offline**.
- 2 Klepněte na **Spravovat stahování**, vyberte mapu, kterou chcete smazat, poté klepněte vpravo a poté na **Odstranit data**.

Nastavení mapy

- 1 Stisknutím horního tlačítka na hodinkách přejděte do seznamu aplikací a přejděte na **Nastavení > Mapy cvičení**.
- 2 Doplněte následující nastavení zobrazení mapy podle svých potřeb.
 - **Režim displeje:** Vyberte **Automaticky**, **Světlý**, nebo **Tmavý**.
 - **Zobrazení mapy:** Vyberte **Automaticky otočit** nebo **Sever nahore**.

Další informace

S offline mapou hodinky vykreslují vaši trasu v reálném čase, importované trasy, označené body a směr na horní část mapy, což umožňuje intuitivnější navigaci. Importované trasy si můžete prohlédnout na offline mapě.

Zahájení cvičení

Vaše hodinky podporují více režimů cvičení, včetně cvičení, jako je běh a jízda na kole, fitness kurzy, trénink s vybavením a další aktivity, jako jsou volnočasové sporty. Můžete si vybrat režim cvičení podle svých potřeb.

Zahájení cvičení na hodinkách

- 1 Stisknutím horního tlačítka vstupte do seznamu aplikací a klepněte na **Cvičení**.
- 2 Potáhněte prstem po displeji nahoru nebo dolů a vyberte požadovaný režim cvičení. Můžete také potáhnout prstem nahoru, dokud nedosáhnete konce obrazovky, a klepnout na **Přidat** pro přidání dalších režimů cvičení.
- 3 Klepnutím na ikonu cvičení zahájíte cvičení.
- 4 Během cvičení můžete stisknutím a podržením horního tlačítka cvičení ukončit. Případně stiskněte horní tlačítko pro pozastavení, klepněte na  pro obnovení, nebo klepněte na  pro ukončení cvičení. Během cvičení můžete přejetím prstem nahoru nebo dolů po obrazovce zobrazit údaje o kondici.

Zahájení cvičení v aplikaci Huawei Zdraví

- 1 Překontrolujte, zda jsou vaše hodinky propojeny s aplikací **Huawei Zdraví**, a nasadte si zařízení pevně na zápěstí. Poté v aplikaci **Huawei Zdraví** přejděte například na **Cvičení > Běhání venku** a klepnutím na ikonu běhu zahajete váš běh.
- 2 Během cvičení se data o fyzické zdatnosti budou zobrazovat v aplikaci **Huawei Zdraví** i a hodinky. Pokud je vzdálenost nebo doba trvání cvičení příliš krátká, záznam se neuloží.
- 3 Během cvičení můžete klepnout na  na obrazovce **Huawei Zdraví** pro pozastavení, klepnout na  pro pokračování nebo podržet  pro ukončení cvičení. Vaše nositelné zařízení podle toho cvičení pozastaví, obnoví nebo ukončí.

Zobrazení záznamů o cvičení a stavu cvičení

Po cvičení si můžete zobrazit záznamy o cvičení a stav cvičení takto:

Zobrazení záznamů cvičení

- 1 Přejděte do seznamu aplikací zařízení a klepněte na **Záznamy cvičení**.
- 2 Vyberte záznam a zobrazte si příslušné podrobnosti. Pro různé režimy cvičení se zobrazují různé typy údajů.

Zobrazení stavu cvičení

- 1 Přejděte do seznamu aplikací zařízení a klepněte na **Stav cvičení**.
- 2 Přejetím prstem nahoru po obrazovce zobrazíte data, jako například **Index běžeckého výkonu**, **Tréninková zátěž**, **Index tréninku**, **Zotavení**, **VO2max** a **Předpokládané časy**. Pro různé režimy cvičení se zobrazují různé typy údajů. Přednost má skutečné zobrazení.

Trasa zpět

Když zahájíte cvičení venku a zapnete funkci Trasa zpět, hodinky zaznamenají trasu, kterou jste ušli, a pomohou vám s navigací. Kdykoli během cvičení nebo po dosažení cíle se můžete pomocí funkce Trasa zpět vrátit do oblasti, ze které jste vyšli, nebo kamkoli, kudy jste projížděli.

Na hodinkách vstupte do seznamu aplikací, klepněte na **Cvičení** a spusťte venkovní cvičení. Kdykoli během cvičení potáhněte prstem po obrazovce nahoru, abyste se dostali na obrazovku trasy, a vyberte možnost **Trasa zpět** nebo **Přímka** jako průvodce při návratu do oblasti, odkud jste přišli, nebo kamkoli, kudy jste projížděli.

Pokud se na obrazovce neobjeví **Trasa zpět** a **Přímka**, klepnutím na obrazovku je zobrazte.

-  • Obrazovka trasy není k dispozici pro sledování stopy.
 - Tato funkce je k dispozici pouze během venkovního cvičení a po jeho skončení se stane nedostupnou.

Trailový běh

Profesionální režim trailového běhu na hodinkách podporuje navigaci podle segmentů a trasy v reálném čase na základě mapy pro obohacené zobrazení dat.

-  • Pokud chcete tyto funkce použít, zaktualizujte aplikaci Huawei Zdraví a hodinky na nejnovější verze. Navigace podle segmentů je funkce trailového běhu dostupná pouze u určitých modelů hodinek. Pokud tuto možnost nelze na vašich hodinkách nalézt, znamená to, že je funkce nedostupná. Přednost má skutečné zobrazení.

Nastavení cvičení

- 1 Stisknutím horního tlačítka vstupte do seznamu aplikací a klepněte na **Cvičení**.
- 2 Potáhnutím nahoru nebo dolů na obrazovce vyhledejte a vyberte **Trailový běh**. Klepnutím na  přejděte na obrazovku nastavení.
 - Klepněte na **Cíl** a nastavte si cíle pro vzdálenost, čas a celkové spálené kalorie.
 - Klepněte na **Připomenutí** pro nastavení intervalů a připomenutí pro tepovou frekvenci a tréninkovou zátěž. Při dosažení přednastavené prahové hodnoty během cvičení se přehrají zvuková připomenutí.
 - Klepněte na **Zobrazení dat** a nastavte údaje, které se mají zobrazit na obrazovce cvičení.

 Můžete nastavit data, která se mají zobrazit na obrazovce, jako je tepová frekvence, tempo, sklon a trend nadmořské výšky. Skutečné zobrazení se může lišit v závislosti na zařízení.

- Doplněte další nastavení, jako je zabránění nechtěným klepnutím, metronom a segmentace, podle svých potřeb.

Import trasy pro trailový běh

Před zahájením trailového běhu nainportujte trasu staženou z oficiálního webu do aplikace **Huawei Zdraví** a synchronizujte ji s hodinkami. Pokud se tato trasa nachází v novém městě, je třeba stáhnout také offline mapu města.

Pokud importovaná trasa obsahuje kontrolní body a data o nadmořské výšce, během cvičení se zobrazí graf křivky nadmořské výšky a navigační data založená na segmentech.

- 1 Přejděte do **Huawei Zdraví > Já > Moje trasa > Importovat trasu**, vyberte staženou trasu a uložte ji do složky **Moje trasa**.
- 2 Vyberte cílovou trasu. Klepněte na  v pravém horním rohu a pak na položku **Odeslat do nositelné elektroniky** pro synchronizaci trasy s hodinkami.

Zahájení trailového běhu

- 1 Stisknutím horního tlačítka přejděte do seznamu aplikací a přejděte na **Cvičení > Trailový běh** pro vstup na obrazovku před cvičením.
- 2 Přejetím prstem nahoru otevřete **Další** a poté klepněte na **Trasy**.
- 3 Vyberte trasu. Klepněte na položku **Cvičit** a poté na **GO** pro zahájení běhu.
- 4 Potažením prstem nahoru a dolů na obrazovce si zobrazíte údaje o kondici.

Cyklistika

Během cyklistiky můžete vypočítat virtuální výkon na základě rychlosti a sklonu jízdy na kole a zaznamenat každý rovinatý sprint nebo stoupání pomocí funkcí virtuálního výkonu, propojení sklonu a statistik.

 Ujistěte se, že jste aktualizovali aplikaci Huawei Zdraví a hodinky na nejnovější verzi.

Nastavení virtuálního výkonu

Virtuální výkon se odhaduje na základě rychlosti jízdy na kole v reálném čase, sklonu, vaší hmotnosti a dalších údajů. Po jízdě na kole si můžete ve svých záznamech o cvičení zobrazit průměrný virtuální výkon z této relace, což vám pomůže analyzovat váš cyklistický výkon.

Měření jsou založena na vaší hmotnosti a věku. Před použitím této funkce se proto ujistěte, že jsou vaše informace v aplikaci **Huawei Zdraví** správné v **Já > Profil**.

- 1 Stisknutím horního tlačítka vstupte do seznamu aplikací a klepněte na **Cvičení**.
- 2 Přejetím prstem nahoru nebo dolů po obrazovce vyhledejte a klepnutím  vedle **Cyklistika venku** přejděte na obrazovku nastavení.

- 3** Přejděte na **Správa jízdy na kole > Spravovat kola** a vyplňte informace o vozidle (například model vozidla a hmotnost).

Zahájení cyklistické relace

Spuštění jízdy na kole na hodinkách provede automatické propojení s telefonem, aby se na obou zařízeních zobrazovaly obohacené údaje v reálném čase.

-  • Před použitím této funkce zkontrolujte, zda je povoleno **Zobrazit na telefonu**, a to tak, že přejdete do seznamu aplikací na hodinkách a přejdete na **Nastavení > Cvičení > Zobrazit na telefonu**.
 - Aby se cyklistické údaje zobrazovaly v reálném čase na telefonu, musí být obě zařízení po celou dobu cvičení propojena přes Bluetooth.
- 1** Stisknutím horního tlačítka vstupte do seznamu aplikací a klepněte na **Cvičení**. Potažením prstem nahoru nebo dolů na obrazovce najděte a vyberte položku **Cyklistika venku** nebo **Cyklistika uvnitř**.
Pokud vyberete **Cyklistika venku**, přjetím prstem nahoru po obrazovce přípravy na venkovní cyklistiku se dostanete na obrazovku **Další**, vyberte **Trasy**, zvolte trasu a zahajte cvičení.
- 2** Klepnutím na ikonu zahájíte cvičení a na displeji telefonu se v reálném čase zobrazí údaje o jízdě na kole. Zobrazený typ dat v telefonu můžete přizpůsobit svým potřebám.

Zobrazení cyklistických dat

- Pokud není připojen žádný měřič výkonu, přejděte po cyklistice do **Huawei Zdraví > Záznamy o cvičení** a zobrazte virtuální výkon, propojení sklonu a další.

RouteDraw

RouteDraw vnáší do cvičení umělecký zážitek. Pohybujte se mezi kontrolními body, kreslete obrázky na mapu a zpestřete si běh.

Výběr trasy

- 1** Přejděte do aplikace **Huawei Zdraví > Cvičení > Běhání venku**. Klepněte na ikonu Trasa pro zobrazení dostupné trasy v aktuálním městě.
- 2** Ujistěte se, že jsou hodinky připojeny k telefonu prostřednictvím Bluetooth. Výběrem trasy přejděte na obrazovku s podrobnostmi o trase a klepnutím na možnost **Přenést do nositelného zařízení** synchronizujte trasu s hodinkami.

Zahájení běhu s nástrojem RouteDraw

- 1** Stisknutím horního tlačítka přejděte do seznamu aplikací a přejděte na **Cvičení > RouteDraw**.
- 2** Vyberte svoji cílovou trasu. Klepněte na položku **Přejít do cvičení** a poté na **GO** pro zahájení vašeho běhu.
- 3** Postupujte podle navigace a proběhněte všemi kontrolními body. Během běhu si můžete kdykoli na svém zařízení zobrazit průběh kontrolních bodů a po skončení běhu si zkontrolovat údaje o své kondici.

Sdílení záznamů RouteDraw

- 1 Přejděte do aplikace **Huawei Zdraví** > **Zdraví** > **Záznamy o cvičení**, vyberte záznam a zobrazte příslušné podrobnosti.
- 2 Klepnutím na ikonu sdílení v pravém horním rohu je můžete sdílet na sociálních sítích.

Odstranění trasy

- 1 Stisknutím horního tlačítka přejděte do seznamu aplikací a přejděte na **Cvičení** > **RouteDraw**.
- 2 Podržte trasu v nástroji RouteDraw a odstraňte ji klepnutím na **Odstranit** pod trasou. Na trase můžete také podržet prst, klepnout na položku **Vybrat vše** nad trasou a klepnutím na **Odstranit** odebrat všechny trasy.

Golfový režim

Režim Cvičné odpaliště nabízí podrobné údaje o švih, včetně času nápřahu/švih dolů, temp odpal a rychlosti švih a poskytuje animované ukázky švih a úchopu a tipy.

Režim hřiště přesně detekuje umístění greenu a překážek a poskytuje přesné měření vzdálenosti, což vám pomůže zlepšit vaši golfovou hru.

-  Sledování trajektorie míčku je k dispozici pouze pro švihy, nikoli paty.

Režim Cvičné odpaliště

- 1 Stisknutím horního tlačítka na hodinkách přejděte do seznamu aplikací a přejděte na **Cvičení** > **Golf**.
- 2 Vyberte **Cvičné odpaliště** a klepnutím na ikonu spuštění (nebo stisknutím dolního tlačítka) spusťte nácvik.
- 3 Potažením na obrazovce nahoru nebo dolů si zobrazíte ukázky švih a úchopu a údaje o cvičení.

Režim Hřiště

-  Mapy golfových hřišť jsou k dispozici pouze pro určité regiony nebo hřiště. Pokud po přechodu na **Golf** > **Režim hřiště** > **Hledat v okolí** na hodinkách není nalezeno žádné hřiště v okolí nebo pokud se hřiště nezobrazuje v aplikaci **Huawei Zdraví** > **Cvičení** > **Golf** > **Mapa hřiště**, znamená to, že funkce není k dispozici.
- 1 Stisknutím horního tlačítka na hodinkách přejděte do seznamu aplikací a přejděte na **Cvičení** > **Golf**.
 - 2 Přejděte na **Režim hřiště** > **Hledat v okolí**, počkejte, dokud polohování nebude správně fungovat, a vyberte cílové hřiště.
Pokud je hřiště již stažené, najdete jej v **Stažené**. Hřiště si také můžete stáhnout nebo smazat. Podrobnosti naleznete v části **Stažení nebo odstranění hřiště**.
 - 3 Podle zobrazených pokynů nastavte místo konání a odpaliště, počkejte, až bude polohování fungovat správně, a klepnutím na ikonu start (nebo stisknutím dolního tlačítka) zahajte golfový trénink.

- 4** Přejetím prstem doleva vstoupíte na obrazovku skóre karty a zaznamenáte své skóre pro každou jamku. Přejetím prstem nahoru nebo dolů zobrazíte panoramatický pohled na fervej a green a na datové obrazovce si prohlédnete směr greenu (v **Zobrazení dat**) a další informace.

Panoramatické zobrazení ferveje podporuje vektorové mapy. Můžete také provést následující:

- Klepnutím na mapu ferveje přejdete na obrazovku měření vzdálenosti. Otáčením korunky hodinek mapu přiblížíte nebo oddálíte. Nebo přetažením pozadí mapy zobrazíte obrys mapy.
- Klepnutím na překážku na mapě ferveje přejdete na obrazovku měření vzdálenosti překážek. Poté můžete přepínat mezi obrysem překážky a vzdálenostmi k přední i zadní části překážky.
- Klepnutím na **Zpět** dole se vrátíte na domovskou obrazovku.

- 5** Během golfového tréninku můžete klepnutím na **Zobrazit skóre kartu** zobrazit vaše skóre, **Pozastavit** pro dočasné uložení hry nebo **Ukončit** pro ukončení tréninku a uložení záznamu nácviku. Cvičení můžete také kdykoli ukončit stisknutím a podržením horního tlačítka.

Další nastavení pro režim hřiště

-  Nastavení režimu hřiště se liší podle modelu zařízení. Pokud na vašem zařízení nelze najít konkrétní nastavení funkce, znamená to, že nastavení není dostupné.

- 1** Stisknutím horního tlačítka na hodinkách přejděte do seznamu aplikací a přejděte na **Cvičení > Golf**.
- 2** Vyberte **Režim hřiště** a klepněte na  pro přístup na obrazovku nastavení, kde můžete:
- Klepnutím na **Spravovat hřiště** odstranit mapu hřiště nebo zkontrolovat aktualizace. Podržením mapy ji můžete smazat, nebo klepnutím na mapu přejít na obrazovku mapy a odstranit ji. Klepnutím na **Kontrolovat** můžete také vyhledat novou verzi mapy.
 - Aktivujte nebo deaktivujte **Zabránění nechtěným klepnutím** podle vašich potřeb.
 - Klepnutím na **Jednotka** změníte jednotku.
 - Nastavte funkci **Referenční čára T**.
 - Zapnout nebo vypnout přepínače (například přepínač pro směr greenu) na obrazovce **Zobrazení dat** během golfového tréninku.

Více o režimu Hřiště

- 1** Jak lze přepnout na druhý green, když jsou na hřišti dva?
Zaktualizujte si hodinky na nejnovější verzi a klepnutím na **L/R** na obrazovce můžete přepínat mezi greeny.
- 2** Jak lze během hry přepínat mezi jamkami?
Když vstoupíte na odpaliště, hodinky by se měly automaticky přepnout na odpovídající jamku. Pokud ne, klepněte na kartu s číslem jamky v horní části domovské obrazovky a vyberte cílovou jamku.
- 3** Jak lze upravit údaje na skóre kartě?

Během cvičení přejedte prstem po obrazovce doleva, abyste získali přístup ke skóre kartě a provedte úpravy. Po skončení tréninku nelze data skóre karty upravovat.

Stažení nebo odstranění hřiště

i Chcete-li tuto funkci používat, nejprve aktualizujte aplikaci Huawei Zdraví na nejnovější verzi. Stažená hřiště se automaticky synchronizují s vašimi hodinkami, pokud jsou správně připojeny k telefonu.

- 1** Přejděte do aplikace **Huawei Zdraví** > **Cvičení** > **Golf** a klepněte na **Mapa hřiště**.
- 2** Na kartě **Objevovat** vyberte cílové hřiště a klepněte na **Stáhnout**.
- 3** Po dokončení stahování klepněte na hřiště a přejděte na obrazovku s podrobnostmi o hřišti. V pravém horním rohu klepněte na  a poté klepněte na položku **Synchronizovat s hodinkami**. Stažené hřiště můžete rovněž odstranit.

Aplikace Udržte si kondici

Aplikace vám pomůže nastavit vědecky podložený, personalizovaný tréninkový plán, abyste dosáhli nebo si udrželi ideální váhu, a to na základě změn hmotnosti, kalorického deficitu, záznamů o stravě, údajů o cvičení a dalších údajů.

Stanovení počátečního cíle

- 1** Stiskněte horní tlačítko na hodinkách, otevřete seznam aplikací a klepněte na **Udržte si kondici**. Pokud aplikaci používáte poprvé, klepněte na **Souhlasím** na obrazovce oprávnění uživatele.
- 2** Podle zobrazených pokynů nastavte aplikaci. Poté budete moci vstoupit na domovskou obrazovku aplikace **Udržte si kondici**.
 - i** • Pokud nebyly zadány žádné údaje o hmotnosti, podle zobrazených pokynů vyplňte relevantní informace podle svých potřeb. Vaše hodinky pro vás vytvoří plán ztráty hmotnosti nebo plán udržování hmotnosti.
 - Pokud jste nastavili svou aktuální a cílovou hmotnost v aplikaci **Huawei Zdraví**, tato data se automaticky synchronizují s hodinkami.

Resetování cíle

- 1** Otevřete seznam aplikací v hodinkách a klepněte na **Udržte si kondici**. Přejedte prstem doprava po domovské obrazovce aplikace a klepněte na **Cíl**.
- 2** Klepněte na položku **Obnovit cíl** pro nastavení položek **Hmotnost**, **Typ cíle**, **Míra hubnutí** a **Cílová hmotnost**, aby byl pro vás vygenerován nový plán ztráty hmotnosti nebo udržování váhy.

Zaznamenávání hmotnosti

- 1** Otevřete seznam aplikací v hodinkách a klepněte na **Udržte si kondici**.
- 2** Přejedte prstem doprava na domovské obrazovce aplikace, klepněte na **Zaznamenat hmotnost** a poznamenejte si svou aktuální hmotnost.

Zaznamenávání stravy

- 1 Otevřete seznam aplikací v hodinkách a klepněte na **Udržte si kondici**. Přejedte prstem doprava na domovské obrazovce aplikace a klepnutím na **Dnešní příjem** zkontrolujte dnešní celkový příjem.
- 2 Klepněte na možnost **Rychle přidat** nebo **Použít telefon** a pokud je obrazovka telefonu zapnutá a odemknutá, budete automaticky přesměrováni na obrazovku **Záznam o stravě** aplikace **Huawei Zdraví**, kde můžete zaznamenávat svůj jídelníček.
 -  Přesměrování se zobrazí pouze v případě, že jsou hodinky spárovány s telefonem HUAWEI. Pokud používáte telefon jiné značky, postupujte podle pokynů na hodinkách a zaznamenávejte svůj jídelníček do aplikace **Huawei Zdraví** v telefonu.
- 3 Nezapomeňte si každé jídlo zaznamenat na obrazovce **Záznamy kalorií** v telefonu. Údaje o stravě si pak můžete zobrazit v telefonu na obrazovce **Záznamy kalorií** nebo v hodinkách na obrazovce **Dnešní příjem**.

Cvičení

- 1 Otevřete seznam aplikací v hodinkách a klepněte na **Udržte si kondici**.
- 2 Přejedte prstem doprava na obrazovce a klepněte na **Dnešní spálené kalorie**, kde si můžete prohlédnout dnešní **Spáleno (kcal)**, **V klidu** a **Aktivní**.
- 3 Potáhněte prstem nahoru po obrazovce, klepněte na **Cvičení** a budete přesměrováni do aplikace **Cvičení** na hodinkách. Výběrem možnosti zahájíte cvičení. Klepněte na **Fitness kurz** a pokud je obrazovka telefonu zapnutá a odemknutá, budete automaticky přesměrováni na obrazovku **Všechny kondiční tréninky** v aplikaci **Huawei Zdraví**. Klepnutím na fitness kurz zahájíte cvičení.
 -  Přesměrování se zobrazí pouze v případě, že jsou hodinky spárovány s telefonem HUAWEI.

Další nastavení

- 1 Otevřete seznam aplikací v hodinkách a klepněte na **Udržte si kondici**. Přejedte prstem nahoru na poslední obrazovku a klepněte na **Další nastavení**.
- 2 Zapněte nebo vypněte přepínač pro položku **Synchronizovat cíle** podle potřeby. Pokud je tato funkce vypnutá, denní cíl aktivity doporučený aplikací Udržte si kondici nebude synchronizován s cílem Pohyb v Kroužcích aktivity.

Připomenutí

- 1 Otevřete seznam aplikací v hodinkách a klepněte na **Udržte si kondici**. Přejedte prstem nahoru na poslední obrazovku a klepněte na **Připomenutí**.
- 2 Zapněte nebo vypněte přepínače podle potřeby. Pokud jsou všechny přepínače vypnuté, nebudete dostávat žádná oznámení z aplikace Udržte si kondici.

Nabíjení

Opatření pro nabíjení

- Při nabíjení zařízení se doporučuje používat nabíjecí kolébku a napájecí adaptér HUAWEI zakoupené v oficiálním prodejním místě Huawei nebo nabíjecí kolébku a napájecí adaptér, které splňují příslušné bezpečnostní předpisy a normy. Jiné napájecí adaptéry a powerbanky, které nesplňují příslušné bezpečnostní normy, mohou způsobovat problémy, jako je pomalé nabíjení nebo přehřívání. Při používání těchto zařízení buďte opatrní. Pokud je nabíjecí kolébka připojena k USB portu na jiných zařízeních (například počítač, dokovací stanice nebo nabíječka s více porty), hodinky se možná nebudou nabíjet nebo se budou nabíjet pomalu. Nabíjecí kolébka je magnetická a má tendenci přitahovat kovové předměty. Před použitím zkontrolujte a vyčistěte nabíjecí kolébku. Nevystavujte nabíjecí kolébku dlouhodobě vysokým teplotám, protože by mohlo dojít k jejímu poškození.
- Udržujte kovové nabíjecí kontakty a všechny nabíjecí porty suché a čisté, aby nedošlo ke zkratu nebo jinému nebezpečí. Ujistěte se, že je zařízení správně umístěno na nabíjecí kolébce a že se na obrazovce zobrazuje stav nabíjení. Pokud se na ikoně nabíjení zobrazí 100 %, znamená to, že je zařízení plně nabit a automaticky se přestane nabíjet. Nijak však na to neupozorní. Vyjměte zařízení z nabíjecí kolébky a odpojte napájecí adaptér. V opačném případě se může stát, že se úroveň nabití baterie po chvíli sníží, než se dobije na plnou kapacitu.
- Hodinky používají lithium-iontovou baterii. Před prvním použitím není potřeba baterii několikrát nabít a vybit, aby se aktivovala.
- Pokud je zařízení delší dobu v nečinnosti, nezapomeňte baterii jednou za měsíc nabít, abyste prodloužili její životnost.

Kontrola úrovně nabití baterie

Metoda 1: Potáhnutím prstu po domovské obrazovce zařízení dolů zobrazíte Ovládací panel, kde najdete úroveň nabití baterie.

Metoda 2: Připojte zařízení ke zdroji napájení a zkontrolujte úroveň nabití baterie na obrazovce nabíjení.

Metoda 3: Po propojení zařízení s aplikací **Huawei Zdraví** otevřete aplikaci a přejděte na obrazovku s podrobnostmi o zařízení, kde se zobrazuje úroveň nabití baterie.

-  Úroveň baterie je možné zobrazit pouze na určitých cifernících hodinek.
 - Pokud je úroveň nabití baterie příliš nízká, zařízení vás upozorní vibracemi a navrhne okamžité nabíjení.

Nabíjení hodinek

- 1 Připojte nabíjecí kolébku a poté připojte napájecí adaptér ke zdroji napájení.
- 2 Položte zařízení na horní část nabíjecí kolébky a vyrovnejte kovové kontakty zařízení s kontakty nabíjecí kolébky, dokud se na obrazovce zařízení nezobrazí ikona nabíjení.

Správa aplikací

Instalace/odinstalace aplikací

Před instalací aplikace se ujistěte, že jsou hodinky přihlášeny ke stejnému účtu HUAWEI ID jako váš telefon, a to tak, že v hodinkách otevřete seznam aplikací a klepnete na **Nastavení > Přihlásit se k účtu HUAWEI ID > Synchronizovat**.

- 1 Stisknutím horního tlačítka na hodinkách otevřete seznam aplikací a poté klepněte na **AppGallery**.
- 2 Vyhledejte cílovou aplikaci, vstupte na obrazovku s podrobnostmi o aplikaci a klepněte na **Instalovat**.
- 3 Po dokončení instalace klepnutím otevřete nainstalovanou aplikaci.
Chcete-li aplikaci odinstalovat, klepněte na ni a podržte ji v seznamu aplikací.

Správa aplikací na pozadí

- 1 Chcete-li zobrazit aplikace spuštěné na pozadí, stiskněte dvakrát horní tlačítko a potáhněte po obrazovce doleva nebo doprava.
- 2 Odtud můžete podle potřeby provést některou z následujících akcí:
 - Klepnutím na aplikaci přejděte na její domovskou obrazovku.
 - Potáhnutím směrem nahoru na aplikaci ji zavřete.
 - Klepnutím na ikonu Odstranit odstraníte všechny aplikace spuštěné na pozadí.

Správa nainstalovaných aplikací

- 1 Stisknutím horního tlačítka na hodinkách otevřete seznam aplikací a poté klepněte na **AppGallery**.
- 2 Přejetím prstem doprava na domovské obrazovce AppGallery přejdete na obrazovku Další. Chcete-li aktualizovat nebo zobrazit nainstalované aplikace, potáhněte nahoru.

Nastavení aplikací

- 1 Stisknutím horního tlačítka na hodinkách přejděte do seznamu aplikací a přejděte na **Nastavení > Aplikace > Správa aplikací**.
- 2 Klepnutím na aplikaci zobrazíte její oprávnění, informace o úložišti a další podrobnosti.

Změna uspořádání seznamu aplikací

Stisknutím horního tlačítka vstupte do seznamu aplikací, klepněte na libovolnou aplikaci, podržte ji a přetáhněte ji nahoru nebo dolů. Případně klepnutím na aplikaci a podržením aplikace při otáčení korunky hodinek přesuňte aplikaci na novou pozici.

Multitasking

Multitasking umožňuje snadno přepínat mezi naposledy používanými aplikacemi a rychle vymazat všechny aplikace na pozadí.

- 1 Když jsou hodinky odemčené a mají zapnutou obrazovku, dvakrát stiskněte horní tlačítko a přejděte na obrazovku multitaskingu. Zde si můžete zobrazit všechny spuštěné aplikace.
- 2 Přejedte na této obrazovce doleva nebo doprava a proveďte některou z následujících operací:
 - Klepnutím na kartu aplikace přejdete na obrazovku s podrobnostmi o aplikaci.
 - Podržením karty aplikace a přjetím prstem nahoru aplikaci vymažete.
 - Klepněte na  pro vymazání všech spuštěných aplikací.
 -  • Pokud jste uprostřed tréninku, aplikaci Cvičení nelze vymazat podržením tlačítka a přjetím nahoru.
 - Klepnutí na  nevymaže funkci Hudba a/nebo Cvičení, pokud je přehrávána hudba a/nebo probíhá cvičení.

Ovládání Bluetooth sluchátek

Po připojení hodinek k Bluetooth sluchátkům budete moci Bluetooth sluchátka používat pro přijímání hovorů nebo poslech hudby.

Spárování hodinek se sluchátky Bluetooth

- 1 Nastavte Bluetooth sluchátka do režimu párování.
- 2 V seznamu aplikací pro sledování klepněte na **Nastavení > Bluetooth**. Vaše hodinky poté automaticky vyhledávají zařízení Bluetooth v okolí.
- 3 Z výsledků vyhledávání vyberte název Bluetooth sluchátek, která chcete spárovat, a podle pokynů na obrazovce dokončete párování.

Ovládání Bluetooth sluchátek pomocí hodinek

- 1 S připojeným párem sluchátek Bluetooth můžete přjetím prstem doprava na domovské obrazovce hodinek otevřít obrazovku Assistant·TODAY.
- 2 Karta sluchátek zobrazuje úroveň nabití baterie sluchátek a umožňuje nastavení hlasitosti a přepínání mezi režimy potlačení hluku.
 -  Funkce zobrazené na kartě sluchátek závisí na vlastnostech vašich sluchátek.

K přijímání hovorů na hodinkách použijte sluchátka Bluetooth

Před použitím si nasadte připojená Bluetooth sluchátka.

Když mají hodinky aktivovanou službu eSIM a jsou spárovány se sluchátky Bluetooth, zvuk se přehrává ze sluchátek Bluetooth, když na hodinkách přijmete nebo zavoláte.

i Pokud lze váš telefon Bluetooth připojit ke dvěma zvukovým zařízením současně, můžete připojit telefon k vašim hodinkám i k Bluetooth sluchátkům. Když obdržíte příchozí hovor, můžete jej přijmout nebo odmítnout v telefonu nebo ve vašich hodinkách. Zdroj zvukového výstupu závisí na záznamníku:

- Pokud přijmete nebo uskutečníte hovor na vašem telefonu, zvuk se bude přehrávat z Bluetooth sluchátek.
- Pokud na hodinkách přijmete nebo zavoláte, zvuk bude vycházet z hodinek.

Aktualizace

Na vašich hodinkách

i Před aktualizací se ujistěte, že jsou hodinky připojeny k internetu.

- 1 Stisknutím horního tlačítka na hodinkách přejděte do seznamu aplikací a klepněte na **Nastavení**.
- 2 Klepněte na **název zařízení (například HUAWEI WATCH XXX)** pro vstup na obrazovku **O aplikaci**.
- 3 Klepněte na **Zkontrolovat aktualizace** a podle pokynů na obrazovce dokončete aktualizaci.

Na telefonu

i Možnost **Aktualizace firmwaru** není na telefonech iPhone k dispozici, což znamená, že aktualizace na telefonech iPhone nejsou podporovány.

Otevřete aplikaci **Huawei Zdraví**, navigujte na obrazovku podrobnosti zařízení a klepněte na možnost **Aktualizace firmwaru**. Telefon zkontroluje dostupné aktualizace. Poté podle pokynů na obrazovce aktualizujte hodinky.

Informace o zařízení

Na vašich hodinkách

- 1 Stisknutím horního tlačítka na hodinkách přejděte do seznamu aplikací a klepněte na **Nastavení**.
- 2 Klepněte na **název zařízení (například HUAWEI WATCH XXX)** a přejděte prstem nahoru po obrazovce **O aplikaci**.
Kde najdete **Název modelu**, **Číslo modelu**, **Verze softwaru**, **Sériové číslo**, **Adresa Bluetooth** a **Číslo IMEI** pro hodinky.

Dotaz na EID hodinek: Stisknutím horního tlačítka na hodinkách otevřete seznam aplikací, přejděte na **Nastavení > Mobilní síť > eSIM > Nastavení** a prohlédněte si EID na obrazovce nastavení.

Na telefonu

Otevřete aplikaci **Huawei Zdraví**, navigujte na obrazovku s podrobnostmi o zařízení a klepnutím na **Informace o zařízení** najdete **Název**, **Model**, **Sériové číslo** a **Adresa MAC** (to je **Adresa Bluetooth**) pro vaše hodinky.

Dostupnost

 Tato funkce je dostupná pouze na některých trzích.

Zapínání funkce Čtečka obrazovky

Funkce Čtečka obrazovky umožňuje zařízení automaticky číst obsah, který používáte, když vám nevyhovuje zobrazení obrazovky zařízení.

- 1 Přejděte do seznamu aplikací hodinek a přejděte na **Nastavení > Dostupnost > Čtečka obrazovky**. Chcete-li funkci Čtečka obrazovky lépe pochopit a používat, přečtěte si před jejím povolením informace nápovědy níže.
- 2 Zapněte **Čtečka obrazovky**, přečtěte si upozornění na rizika, vyberte možnost **Rozumím rizikům** a chci pokračovat a klepněte na **Zapnout**.

 Funkce Čtečka obrazovky je k dispozici v některých jazycích.

Další nastavení funkce Čtečka obrazovky

Přejděte do seznamu aplikací hodinek a přejděte na **Nastavení > Dostupnost > Čtečka obrazovky > Další nastavení** a nastavte následující:

Převod textu na řeč: Můžete si stáhnout hlasový balíček požadovaného jazyka a poslouchat text.

 Jazyk převodu textu na řeč musí odpovídat hodinkám.

Nastavení hlasu: Můžete nastavit hlasitost, rychlost řeči a výšku tónu.

Nastavení převrácení barev

Přejděte do seznamu aplikací hodinek a přejděte na **Nastavení > Dostupnost** a zapněte **Převrácení barev**.

Zvuk a vibrace

Přejděte do seznamu aplikací hodinek a přejděte na **Nastavení > Dostupnost > Zvuk a vibrace**, abyste podle potřeby nastavili hlasitost a sílu vibrací pro různé funkce. Zapněte **Haptická odezva korunky** a při každém otočení korunky hodinek ucítíte haptickou zpětnou vazbu.

O normě EN13319

Maximální provozní hloubka: 150 m.

 Hodinky splňují normu EN13319. Pokud se ponoříte hlouběji než 150 m pod vodu, některé funkce mohou přestat fungovat nebo se poškodit.

Výchozí počáteční a koncová hloubka vody pro výpočet doby potápění: 1,2 m a 0,5 m.

Provozní teplota pod vodou: 0 °C až 38 °C.

Přesnost hloubkového senzoru: ± 1 m.

Použitelnost nad hladinou moře: Hodinky fungují normálně v nadmořské výšce 0–4000 m.

Skladovací teplota: -20 °C až +55 °C.

Interval kontroly: Přesnost hloubky vody a doby potápění není nutné pravidelně kontrolovat.

Pokud jsou hodinky poškozené nebo vadné, obraťte se na autorizované centrum zákaznických služeb Huawei.