



Uživatelská příručka

Pro co nejlepší zobrazení této příručky si stáhněte aplikaci pro čtení dokumentů PDF a poté v ní příručku otevřete.



Obsah

01 Začínáme

[Představení](#)
[Nabíjení hodinek](#)
[Zapnutí a vypnutí](#)
[Spárování a připojení](#)
[Nasazení hodinek](#)
[Uvolnění nebo výměna řemínku](#)
[Ovládání](#)
[Číferník](#)
[Rychlá nastavení](#)
[Panely funkcí](#)
[Oznámení](#)

02 Aplikace a funkce

[Cvičení](#)
[Záznam cvičení](#)
[Tepová frekvence](#)
[Spánek](#)
[Stres](#)
[Kyslík v krvi](#)
[Denní aktivity](#)
[Dechová cvičení](#)
[Počasí](#)
[Časovač](#)
[Budík](#)
[Stopky](#)
[Ovládání hudby](#)
[Svítilna](#)
[Najít můj telefon](#)
[Nastavení](#)

03 Aplikace Moto Watch

[Nastavení profilu a cílů](#)
[Přehled údajů o vašem zdraví a tréninku](#)
[Zdraví a kondice](#)
[Nastavení upozornění na tepovou frekvenci](#)
[Obecná nastavení aplikace](#)
[Jak najít hodinky](#)

04 Řešení potíží

[Oprava problémů](#)
[Zrušení spárování, restartování nebo resetování hodinek](#)

05 Další nápověda

[Právní, bezpečnostní a regulační informace](#)
[Servis a opravy](#)
[Autorská práva a ochranné známky](#)

Upozornění: Nejedná se o zdravotnické zařízení a není určeno k diagnostice nebo sledování zdravotního stavu.



Začínáme

Představení

Pojďme na to. Nyní vám představíme vaše nové hodinky. Hodinky **moto watch fit** jsou chytré hodinky, které dokáží analyzovat vaše cvičení, sledovat vaše zdraví a poskytují řadu praktických aplikací. Můžete procházet různé funkce a spouštět je klepnutím na obrazovku, stejně tak můžete změnit ciferník dle vlastního vkusu.

Poznámka: Obrázky produktu slouží pouze k ilustračním účelům a mohou se lišit od skutečných zakoupených produktů.

Hodinky zepředu



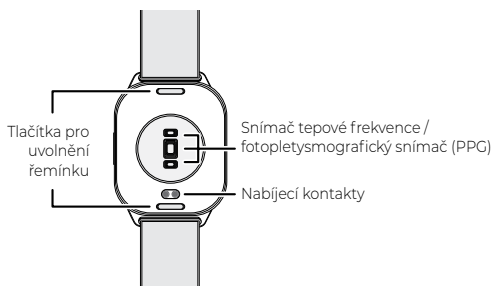
Senzor světla: Senzor světla detekuje okolní světlo a používá se především k automatické úpravě jasu obrazovky.

Vypínač a obrazovka	Funkce
Vypínač	Když jsou hodinky vypnuté, stisknutím na 2 sekundy je zapnete. Když jsou hodinky zapnuté, dlouhým stisknutím je vypnete (více informací najdete v části Zapnutí a vypnutí).
	Jedním stisknutím na ciferníku přejdete do seznamu aplikací (více informací najdete v části Aplikace a funkce).
	Jedním stisknutím kdekoli jinde než na ciferníku se vrátíte zpátky na ciferník (více informací najdete na stránce Ciferník).
	Když jsou hodinky zapnuté, přejdete dvěma stisknutími na poslední aplikaci nebo na nastavenou vlastní aplikaci (více informací najdete v části Předvolby).

Vypínač a obrazovka	Funkce
Obrazovka	Když je obrazovka zapnutá, vypnete ji tak, že ji zakryjete dlaní.
	Když je zapnuta funkce Probudit klepnutím , probudíte hodinky klepnutím na obrazovku. Když je zapnuta funkce Probudit zvednutím ruky , probudíte hodinky zvednutím zápěstí (více informací najdete v části Displej).
	Když jsou funkce Probudit klepnutím i Probudit zvednutím ruky vypnuté, probudíte obrazovku stisknutím vypínače.

Hodinky zezadu

Upozornění: Nedívejte se přímo na snímač tepové frekvence / PPG, jelikož jeho intenzivní světlo může být nepříjemné nebo může dočasně omezit vaše vidění.



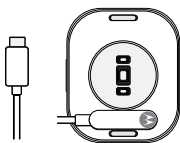
Snímač tepové frekvence / fotopletysmografický snímač (PPG): Snímač tepové frekvence / fotopletysmografický snímač (PPG) je optický fotopletysmograf, který se používá především k měření tepové frekvence a hladiny kyslíku v krvi.

Nabíjení hodinek

Zařízení nabíjete pomocí magnetického nabíjecího kabelu, který najdete v balení. Zarovnejte kolíky na kabelu s nabíjecími kontakty na zadní straně zařízení a připojte nabíjecí kabel k napájecímu zdroji USB-C.

Poznámka: Ujistěte se, že nabíjecí kolíky a kontakty jsou čisté a suché.

Upozornění: Nepoužívejte poškozený nabíjecí kabel. Pokud je nabíjecí kabel poškozený, přestaňte ho používat.



Tip: Pokud chcete na obrazovce zkontrolovat stav nabíjení nebo podrobnosti o baterii, přejeďte prstem na ciferníku dolů nebo se podívejte do [Aplikace Moto Watch](#).

Zapnutí a vypnutí

- » Podržením vypínače zařízení zapnete (viz část [Hodinky zepředu](#)).
- » Stiskněte vypínač, dokud se na obrazovce neobjeví zpráva  **Vypnout**, a následně klepnutím na toto tlačítko zařízení vypnete.



Tip: Informace o tom, jak restartovat nebo resetovat hodinky, najdete v části [Zrušení spárování, restartování nebo resetování hodinek](#).

Spárování a připojení

Hodinky můžete spárovat s telefony se systémem Android 12 a novějším po instalaci doprovodné aplikace na telefon.

Stažení a instalace aplikace hodinek

Aplikaci  **Moto Watch** si můžete stáhnout z následujících zdrojů.

Poznámka: Aplikace  **Moto Watch** je určena jen pro zařízení se systémem Android.

- » Zapněte hodinky, umístěte je k telefonu, přejeďte prstem dolů po obrazovce hodinek a klepněte na **QR kód aplikace**. Naskenujte QR kód, stáhněte si do telefonu [aplikaci Moto Watch](#) a nainstalujte ji.
- » Naskenujte QR kód níže a stáhněte si aplikaci z Obchodu Google Play™.

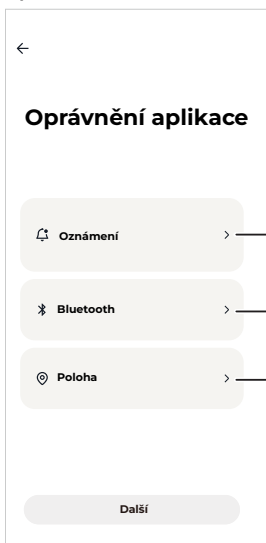


- » Aplikaci  **Moto Watch** si můžete stáhnout z adresy motorola.com/mymotowatch.

Tip: Na některých telefonech se může při prvním připojení hodinek k telefonu zobrazit vyskakovací okno umožňující stažení aplikace  **Moto Watch**.

Povolení oprávnění aplikace

- 1 V telefonu otevřete aplikaci  **Moto Watch**.
- 2 Povolte oprávnění aplikace pro přístup k **oznámením**, **Bluetooth** a **poloze**.



Přejděte do **Nastavení > Aplikace > Moto Watch > Nabídka** > **Povolit omezené nastavení**. Pak se vraťte na stránku Oprávnění aplikace a klepněte na možnost **Oznámení > Moto Watch > Povolit přístup k oznámením > Povolit**.

Klepnutím na **Povolit** povolíte hodinkám vyhledávat okolní zařízení, připojovat se k nim a určovat jejich polohu.

Vyberte možnost **Povolit vždy** a nechte přepínač **Používat přesnou polohu** zapnutý.

Poznámka: Cesta k možnosti **Povolit přístup k oznámením** se může lišit podle konkrétního telefonu. Podrobnosti vám sdělí výrobce vašeho telefonu. Další informace najdete v části [Informace o omezených nastaveních – nápověda systému Android](#).

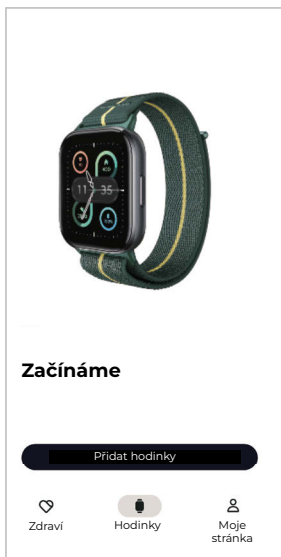
- 3 Po odstranění omezení se vraťte na stránku **Oprávnění aplikace** a klepněte na tlačítko **Další**.

Spárování s telefonem

- 1 Otevřete v telefonu se systémem Android aplikaci  **Moto Watch**.
- 2 Přihlaste se ke svému účtu Moto nebo Google.

Poznámka: Pro neomezený přístup k nastavení hodinek je potřeba účet Moto nebo Google.

- 3** Přejděte do nabídky **Hodinky** > **Přidat hodinky** a zvolte **moto watch fit**. Jakmile se na obrazovce zobrazí kód pro párování Bluetooth, který se shoduje s kódem na hodinkách, klepněte na možnost **Spárovat**.



- 4** Dokončete párování podle pokynů na obrazovce.

Tip: Pokud se vám připojení nedaří, zkuste hodinky restartovat nebo resetovat (viz část [Zrušení spárování, restartování nebo resetování hodinek](#)).

Jazyk hodinek

Jazyk hodinek je ve výchozím nastavení stejný jako jazyk připojeného telefonu. Ne všechny jazyky jsou hodinkami podporovány. Pokud hodinky nepodporují jazyk spárovaného telefonu, je výchozím jazykem hodinek angličtina.

Změna jazyka hodinek:

- 1** Změňte jazyk systému telefonu.

Tip: V telefonech Motorola přejděte do nabídky **Nastavení** > **Systém** > **Jazyky** > **Systémové jazyky** a potom klepněte na jazyk a přetáhněte ho na první místo v seznamu preferovaných jazyků.

- 2** Jazyk hodinek se automaticky změní tak, aby odpovídal jazyku spárovaného telefonu. Pokud ne, resetujte hodinky. Další informace najdete v části [Zrušení spárování, restartování nebo resetování hodinek](#).

- 3** Hodinky a telefon spárujete podle kroků v částech [Povolení oprávnění aplikace](#) a [Spárování s telefonem](#).

Nasazení hodinek

Povolte řemínek a obtočte si hodinky kolem zápěstí, potom řemínek upravte tak, aby se přizpůsobil vašemu zápěstí, a zajistěte ho. Aby byly údaje co nejpřesnější, noste hodinky pevně na předloktí nad zápěstím.

Upozornění: Pokud u sebe zjistíte podráždění kůže, přestaňte hodinky používat a vyhledejte lékařskou pomoc.



Tipy

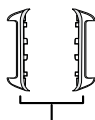
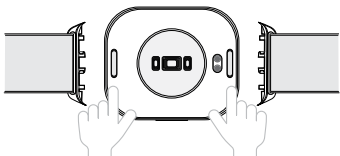
- » Při nošení hodinek se hlavně musíte cítit pohodlně a řemínek nesmí být příliš volný ani těsný.
- » Pokud máte delší dobu nasazené mokré hodinky, může dojít k podráždění pokožky.
- » Pokud nosíte hodinky delší dobu, na chvíli je sundejte ze zápěstí, aby pokožka zůstala zdravá a zápěstí si odpočinulo.
- » V [aplikaci Moto Watch](#) nebo na hodinkách si můžete nastavit předvolby nošení, například na levém nebo pravém zápěstí (více informací najdete v části [Orientace hodinek](#)).

Uvolnění nebo výměna řemínku

Řemínek se dá snadno sundat. Při výměně řemínku a přecházení mezi různými styly můžete použít adaptéry nožek (mohou být součástí balení).

Uvolnění řemínku

Řemínek uvolníte stisknutím tlačítek pro uvolnění. Umístění těchto tlačítek najdete v části [Hodinky zezadu](#).



Adaptéry nožek

Výměna řemínku

Původní řemínek můžete vyměnit a použít jiný s adaptéry nožek.

- 1 Stisknutím tlačítek pro uvolnění řemínku odepnete původní řemínek (viz část [Uvolnění řemínku](#)).
- 2 Připevněte řemínek k adaptérům nožek.

Poznámka: Řemínky zobrazené na obrázku níže slouží jen pro referenci a nejsou součástí balení.



- 3 Zarovnejte západky adaptéru nožek s otvory na hodinkách a zatlačte na ně, dokud se oba konce řemínku neupevní na místě.

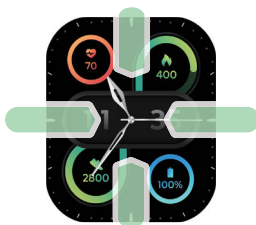
Ovládání

Obsah zobrazený na displeji můžete přepínat přejetím prstem po ciferníku nahoru, dolů, doleva a doprava. Další styly budou k dispozici po přidržení prstu na ciferníku.

Upozornění: Aby nedošlo k poškození obrazovky hodinek, neklepejte na ni ostrými předměty ani na ni nevyvíjejte nadměrný tlak.

Přejetím prstem dolů na ciferníku
zobrazíte rychlá nastavení

Přejetím prstem
doprava na ciferníku
zobrazíte seznam
aplikací a **Nastavení**



Přejetím prstem
doleva na ciferníku
zobrazíte panel
s funkcemi

Přejetím prstem nahoru na
ciferníku zobrazíte oznámení

Tipy

- » Obrazovku vypnete tak, že ji zakryjete dlaní.
- » Na hodinkách přejděte do **Nastavení** > **Systém** > **Rychlá prohlídka**, kde najdete návod k ovládání.

Ciferník

Ciferník si můžete přizpůsobit tak, aby vyhovoval vašim představám a poskytoval funkce, které potřebujete. Aplikace **Moto Watch** nabízí celou řadu ciferníků.

Změna ciferníku

Změna ciferníku na obrazovce hodinek

- 1 Přidržte prst na ciferníku, dokud se na obrazovce neobjeví .
- 2 Přejedte doleva nebo doprava a klepnutím vyberte požadovaný ciferník. Nebo ciferník odeberte klepnutím na . Nebo stránku úprav ukončete stisknutím vypínače.

Změna ciferníku v aplikaci Moto Watch

- 1 V telefonu otevřete aplikaci  **Moto Watch**.
- 2 Klepněte na možnost **Hodinky** > **Ciferníky** > **Moje ciferníky** a následně vyberte požadovaný ciferník.
- 3 Klepněte na možnost **Nastavit jako aktuální**.

Tip: V hodinkách můžete mít až 10 ciferníků. Další informace najdete v [aplikaci Moto Watch](#).

Přizpůsobení ciferníku

- 1 V telefonu otevřete aplikaci  **Moto Watch**.

- 2 Klepněte na volbu **Hodinky > Ciferníky > Moje ciferníky** a následně můžete klepnutím na  upravit ciferníky.



Prohlédněte si různé ciferníky nebo získajte ciferníky vygenerované umělou inteligencí.

✓ Klepnutím opustíte režim úprav.

Přidržíte prst na ciferníku a přetáhněte ho na požadované místo.

Klepnutím smažete ciferník.

Klepnutím si přizpůsobíte ciferník.

- 3 Klepnutím na  v rohu ciferníku přejděte na stránku **Přizpůsobit**.
- 4 Klepnutím na  nahrajte obrázek z telefonu a potom vyberte styl a barvu hodin.
- 5 Klepnutím na volbu **Nastavit jako aktuální** nastavte obrázek v galerii jako ciferník.

Vytváření ciferníků pomocí Moto AI

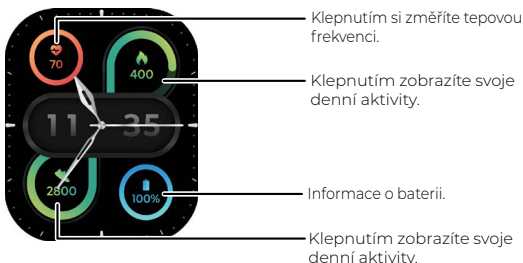
V telefonech Motorola, jako je například **motorola razr 60 ultra**, můžete vytvářet ciferníky pomocí **Moto AI**.

Poznámka: V některých telefonech může být potřeba stáhnout aplikaci  **Moto AI** z obchodu Google Play.

- 1 V telefonu otevřete aplikaci  **Moto Watch**.
- 2 Klepněte na položku **Hodinky > Ciferníky > Další ciferníky**, klepněte na pole v části **Generovat obrázek**, zadejte popis a vyberte styl, například **Abstraktní**, **Retro** a další. Poté můžete získat obrázek klepnutím na položku **Generovat obrázek** v dolní části stránky.
- 3 Klepnutím na **Nastavit jako aktuální** nastavíte obrázek vygenerovaný umělou inteligencí jako ciferník nebo klepnutím na  akci ukončíte.

Zástupci na ciferníku

Na některých cifernících může být zobrazen rychlý přehled o aktivních kaloriích, krocích, srdečním tepu a informacích o nabití baterie. Klepnutím rychle změříte tepovou frekvenci nebo zobrazíte další denní aktivity. Další informace najdete v části [Tepová frekvence](#) a [Denní aktivity](#).

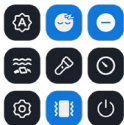


Rychlá nastavení

V rychlých nastaveních můžete zkontrolovat stav hodinek a nakonfigurovat nastavení.

Kde: Přejetím prstem směrem dolů po ciferníku otevřete rychlá nastavení (viz část [Ovládání](#)).

Poznámka: Ikony na hodinkách se mohou změnit.



Ikona	Funkce
	Klepnutím upravíte jas obrazovky nebo zapnete/vypnete automatický jas. Jas můžete upravit také v části Displej .
	Klepnutím zapnete/vypnete režim spánku . Přidržením zapnete/vypnete režim spánku a režim automatické detekce . Tip: Pokud je zapnutý režim automatické detekce , hodinky se automaticky přepnou do režimu spánku . Další informace najdete v části Spánek .

Ikona	Funkce
	Klepnutím zapnete/vypnete režim Nerušit. Přidržením zapnete/vypnete režim Nerušit, můžete nastavit Připomenutí oznámení, Ztlumit připomenutí, spravovat Tečky oznámení, funkci Zobrazit celý obsah oznámení a Rozsvítit obrazovku při přijetí oznámení Další informace najdete v části Nastavení oznámení.
	Klepnutím zapnete režim Vodní zámek. Když je Vodní zámek zapnutý, obrazovka se uzamkne, aby se zabránilo chybnému fungování způsobenému prouděním vody. Vodní zámek vypnete stisknutím vypínače (viz část Hodinky zepředu) na 2 sekundy. Další informace najdete v části Vodní zámek.
	Klepnutím zapnete/vypnete svítilnu. Další informace najdete v části Svítilna.
	Klepnutím nastavíte časovač. Další informace najdete v části Časovač.
	Klepnutím otevřete Nastavení. Další informace najdete v části Nastavení.
	Klepnutím zapnete/vypnete vibrace. Přidržením zapnete/vypnete režim Vibrace, Zpětnou vazbu na dotyk a můžete spravovat Intenzitu vibrací a Vzory vibrací. Další informace najdete v části Vibrace.
	Klepnutím vypnete hodinky. Další informace najdete v části Zapnutí a vypnutí.

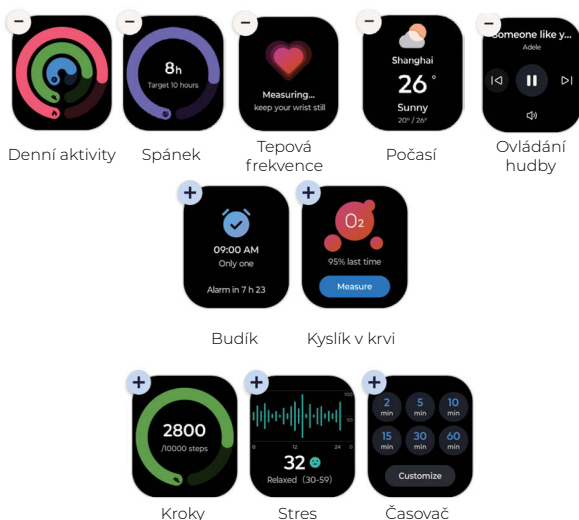
Tip: Ikony můžete spravovat tak, že v telefonu otevřete aplikaci  **Moto Watch** a klepnete na možnost **Hodinky > Rychlá nastavení**. Klepnutím na  ikonu odeberete. Podržením a přetažením můžete změnit uspořádání ikon.



Panely funkcí

Panely funkcí jsou zástupci pro aplikace na hodinkách (více informace najdete v části [Aplikace a funkce](#)), a to včetně aplikací **Denní aktivity**, **Spánek**, **Tepová frekvence**, **Počasí**, **Ovládání hudby**, **Budík**, **Kyslík v krvi**, **Kroky**, **Stres** a **Časovač**.

Kde: Panely funkcí zobrazíte přejetím prstem doleva na ciferníku (viz část [Ovládání](#)).



Přidržením prstu na panelu funkcí můžete přejít do režimu úprav a měnit uspořádání a přidávat nebo odebírat panely funkcí.

- » Pokud chcete funkci přesunout, podržte ji a přetáhněte na požadované místo.
- » Odebrat funkci můžete klepnutím na na obrazovce.
- » Přidat funkci můžete klepnutím na položku **Přidat panel** na obrazovce.

Poznámka: Na hodinkách můžete mít až 10 panelů funkcí.

Tip: Panely funkcí můžete spravovat tak, že v telefonu otevřete aplikaci **Moto Watch** a klepnete na možnost **Hodinky** > **Panely**.

Oznámení

Panel oznámení

Na panelu oznámení můžete kontrolovat oznámení, například nové zprávy, události nebo zmeškané hovory. Panel oznámení otevřete přejetím prstem nahoru na ciferníku (viz část [Ovládání](#)).

Když vám přijdou nová oznámení, na ciferníku se zobrazí červená tečka oznámení. Pokud se indikátor oznámení nezobrazuje, otevřete v telefonu aplikaci  **Moto Watch**, klepněte na položku **Hodinky > Nastavení hodinek > Oznámení** a klepnutím zapnete přepínač **Tečka oznámení**.

Poznámka: Když nemáte hodinky na ruce, nebudete dostávat žádná oznámení.

Nastavení oznámení

Správa oznámení v aplikaci Moto Watch

- 1 V telefonu otevřete aplikaci  **Moto Watch**.
- 2 Klepněte na položku **Hodinky > Nastavení hodinek > Oznámení**.
- 3 Klepněte na přepínače vedle položky **Zobrazit oznámení, když je obrazovka telefonu nečinná**, **Zobrazit oznámení, když se telefon používá**, **Ztlumit oznámení v telefonu**, **Zobrazit s podrobnostmi** nebo **Probudit obrazovku při oznámení**.
 - **Zobrazit oznámení, když je obrazovka telefonu nečinná:** Když je obrazovka telefonu vypnutá nebo zamčená, budou se do hodinek odesílat oznámení, když je máte na ruce.
 - **Zobrazit oznámení, když se telefon používá:** Oznámení z telefonu se do hodinek odesílají i při používání telefonu.
 - **Ztlumit oznámení v telefonu:** Když se v aplikaci v telefonu zobrazí oznámení, zatímco máte hodinky na ruce, toto oznámení se v telefonu ztlumí.
 - **Zobrazit s podrobnostmi:** Na obrazovce hodinek se automaticky zobrazí podrobnosti nových oznámení.
 - **Probudit obrazovku při oznámení:** Obrazovka hodinek se zapne při příchodu oznámení.

Správa oznámení na obrazovce hodinek

- 1 Přejetím prstem dolů na ciferníku otevřete [Rychlá nastavení](#) (viz část [Ovládání](#)).
- 2 Klepněte na  **> Oznámení**.
 - Klepněte na možnost **Připomenutí oznámení** a vyberte možnost **Když je telefon nečinný** (když je obrazovka telefonu vypnutá nebo zamčená, budou se oznámení odesílat do hodinek, pokud je máte na ruce) nebo **Vždy** (oznámení se budou do hodinek odesílat vždy, když je máte na ruce).
 - Klepnutím na přepínače vedle položek **Nerušit**, **Ztlumit připomenutí**, **Tečka oznámení**, **Zobrazit celý obsah oznámení** a **Rozsvítit obrazovku při přijetí oznámení** můžete zvolit způsoby zaslání oznámení.

Výběr aplikací pro příjem oznámení

Vyberte v telefonu aplikace, které budou přijímat oznámení na hodinkách.

- 1 V telefonu otevřete aplikaci  **Moto Watch**.
- 2 Klepněte na možnost **Hodinky > Nastavení hodinek > Oznámení > Oznámení aplikací**.
- 3 Klepnutím zapnete přepínač vedle položky **Povolit aplikacím posílat oznámení do hodinek**.
- 4 Klepnutím na přepínače vedle aplikací v seznamu aplikací (například aplikace **Telefon**) vyberte aplikace pro příjem oznámení.

Odmítnutí hovoru na hodinkách

Pokud chcete odmítnout hovor na hodinkách, postupujte podle pokynů v části [Výběr aplikací pro příjem oznámení](#) a povolte aplikaci pro telefonní hovory odesílat oznámení do hodinek.

Při příchozím hovoru klepněte na hodinkách na , čímž hovor odmítnete. Pokud hovor zmeškáte, na panelu oznámení se zobrazí oznámení o zmeškaném hovoru . Na panelu oznámení si můžete prohlédnout oznámení o zmeškaném hovoru.

Aplikace a funkce

Seznam aplikací zobrazuje všechny aplikace nainstalované v hodinkách. Aplikaci otevřete tak, že ji vyberete v seznamu aplikací.

Kde: Seznam aplikací zobrazíte přejetím prstem doprava na ciferníku.

Poznámka: Dostupné aplikace se mohou lišit podle konkrétní verze softwaru.

Pořadí aplikací můžete upravit v aplikaci  **Moto Watch** v telefonu > **Hodinky** > **Aplikace**. Přidržte prst na ikoně  vedle názvu aplikace. Potom ji přetáhněte na požadované místo.

Tip: Pokud chcete změnit způsob zobrazování aplikací na hodinkách, přečtěte si část [Styl seznamu aplikací](#).

Cvičení

Umožňuje záznam informací o cvičení a prohlížení výsledků.

Upozornění: Pokud nejste ve stavu, který by vám umožňoval cvičit bez dohledu, požádejte před použitím této aplikace o radu oprávněného zdravotnického pracovníka, například lékaře. Pokud během cvičení pocítíte závrať, bolest nebo potíže s dýcháním, okamžitě cvičení ukončete a vyhledejte radu oprávněného zdravotnického pracovníka, například lékaře.

- 1 Na ciferníku přejed'te prstem doprava (viz část [Ovládání](#)) a klepněte na možnost **Cvičení**.
- 2 Vyberte si z režimů cvičení, jako jsou **Běh venku**, **Běh uvnitř**, **Chůze venku**, **Chůze uvnitř**, **Švihadlo**, **Plavání v bazénu**, **Volný trénink** a další.
Tip: Cvičení můžete na tuto stránku **přidat**, nebo je **odebrat**.
- 3 Klepnutím na  si nastavte cíle.
- 4 Klepnutím na volbu **Start** na obrazovce zahájíte cvičení.
- 5 Pokud chcete cvičení pozastavit, stiskněte vypínač (viz část [Hodinky zepředu](#)) nebo přejed'te prstem po displeji doprava a klepněte na možnost  **Pozastavit**.
- 6 Pokud chcete ve cvičení pokračovat, stiskněte vypínač nebo přejed'te po obrazovce prstem doprava a klepněte na možnost  **Pokračovat**.
- 7 Pokud chcete cvičení dokončit, přejed'te po obrazovce prstem doprava a klepněte na možnost  **Dokončit**.

Tip: Pokud chcete spravovat způsob, jakým hodinky zaznamenávají údaje o cvičení a posílají vám připomenutí, nahlédněte do části [Zdraví a kondice](#)

Záznam cvičení

Historii cvičení si můžete prohlédnout na hodinkách a v aplikaci  **Moto Watch**, kde jsou údaje o cvičení seřazené podle data a typu cvičení.

- » **Prohlížení údajů o cvičení na hodinkách:** Přejedte prstem na ciferníku doprava a klepněte na možnost **Záznam cvičení**.
- » **Prohlížení údajů o cvičení na telefonu:** Otevřete aplikaci  **Moto Watch** na telefonu. Klepnutím na volbu **Zdraví > Záznam cvičení** zobrazíte záznamy seřazené podle **dne, týdne, měsíce** nebo **roku**. Klepnutím na  v pravém rohu stránky vyberete jiné datum.

Tepová frekvence

Hodinky **moto watch fit** dokážou měřit a zaznamenávat tepovou frekvenci. Snímač srdečního tepu je určen pouze pro fitness a informační účely. Není určený pro diagnostiku nemocí či jiných stavů, ani pro léčení, zmírňování, ošetřování nebo prevenci nemocí.

Tip: Pokud chcete nastavit upozornění na tepovou frekvenci prostřednictvím aplikace  **Moto Watch** v telefonu, přečtěte si část [Nastavení upozornění na tepovou frekvenci](#).

Ruční měření tepové frekvence na hodinkách

- 1 Přejedte prstem na ciferníku doprava (viz část [Ovládání](#)) a klepněte na možnost **Tepová frekvence**.
- 2 Hodinky zahájí měření automaticky.
Poznámka: Při měření tepové frekvence nehýbejte zápěstím.
- 3 Po dokončení měření hodinky jednou zavibrují.
- 4 Naměřenou tepovou frekvenci si můžete prohlédnout na displeji. Pokud chcete zkontrolovat další informace, přejedte po obrazovce prstem nahoru nebo dolů.

Tip: Tepovou frekvenci si můžete změřit také tak, že na ciferníku přejedete prstem doleva a otevřete panel Tepová frekvence (viz část [Panely funkcí](#)).

Měření tepové frekvence v aplikaci Moto Watch

- 1 Když máte nasazené hodinky, otevřete v telefonu aplikaci  **Moto Watch**.
- 2 Klepněte na volbu **Zdraví > Tepová frekvence > Změřit**.
- 3 Na obrazovce si můžete prohlédnout naměřenou tepovou frekvenci podle **dne, týdne, měsíce** nebo **roku**. Klepnutím na  v pravém rohu stránky můžete vybrat jiné datum.

Spánek

Hodinky dokážou analyzovat a zaznamenávat váš spánek měřením tepové frekvence a pohybu během spánku.

Poznámka: Hodinky začnou měřit váš spánek. Spánek kratší než 15 minut se nezaznamenává.

Spánkový cyklus má čtyři fáze: **bdění**, **REM** (Rapid Eye Movement), **lehký spánek** a **hluboký spánek**, které se analyzují na základě vašeho pohybu a změn tepové frekvence během spánku. Doporučené rozsahy pro jednotlivé měřené fáze spánku si můžete prohlédnout v grafu na připojeném telefonu.

- » **Kontrola údajů o spánku na hodinkách:** Přejedte prstem na ciferníku doprava (viz část [Ovládání](#)) a klepněte na možnost **Spánek**. Nebo přejetím prstem na ciferníku doleva otevřete panel pro spánek (viz [Panely funkcí](#)).
- » **Kontrola dat o spánku na telefonu:** Po probuzení otevřete v telefonu aplikaci  **Moto Watch**. Po klepnutí na volbu **Zdraví** > **Spánek** si můžete prohlédnout stav vašeho spánku a záznamy o něm podle **dne**, **týdne**, **měsíce** nebo **roku**. Klepnutím na  v pravém rohu stránky můžete vybrat jiné datum. Po klepnutí na  můžete upravit svoje spánkové cíle.

Stres

Hodinky dokážou vypočítat skóre stresu měřením analýzy variability srdečního tepu a její kombinací s dalšími fyziologickými údaji.

Ruční měření stresu na hodinkách

- 1 Přejedte prstem na ciferníku doprava (viz část [Ovládání](#)) a klepněte na možnost **Stres**.
- 2 Během měření nehybejte zápěstím. Po dokončení měření ucítíte zavibrování.
- 3 Posunutím dolů zobrazíte naměřenou úroveň stresu nebo klepněte na položku **Opakovat měření**.

Měření stresu v aplikaci Moto Watch

- 1 Když máte nasazené hodinky, otevřete v telefonu aplikaci  **Moto Watch**.
- 2 Klepněte na volbu **Zdraví** > **Stres** > **Změřit**.
- 3 Na obrazovce si můžete prohlédnout naměřenou úroveň stresu podle **dne**, **týdne**, **měsíce** nebo **roku**. Klepnutím na  v pravém rohu stránky můžete vybrat jiné datum.

Úrovně stresu

Hodinky měří úroveň stresu pomocí skóre. Díky rozsahu skóre můžete zjistit svoji fyzickou kondici v reálném čase.

Výsledky měření jsou jen orientační a neslouží jako podklad pro lékařskou diagnózu.

Tip: Pokud chcete zmírnit stres pomocí dechového cvičení, přečtěte si část [Dechová cvičení](#).

Kyslík v krvi

Hodinky dokážou měřit hladinu kyslíku v krvi a kontrolovat, jestli krev správně dodává kyslík do různých částí těla.

Tato funkce slouží jen pro vaše obecné zdraví a kondici. Nepoužívejte ji proto k lékařským účelům, jako je diagnostika příznaků, léčba či prevence onemocnění.

Ruční měření hladiny kyslíku v krvi na hodinkách

- 1 Přejedte prstem na ciferníku doprava (viz část [Ovládání](#)) a klepněte na možnost **Kyslík v krvi**.
- 2 Podle pokynů na obrazovce si nasadte hodinky a během měření nehybejte zápěstím. Po dokončení měření ucítíte zavibrování.
- 3 Na obrazovce si prohlédněte naměřenou hladinu kyslíku v krvi nebo klepněte na možnost **Opakovat test**.

Měření hladiny kyslíku v krvi v aplikaci Moto Watch

- 1 Když máte nasazené hodinky, otevřete v telefonu aplikaci  **Moto Watch**.
- 2 Klepněte na volbu **Zdraví > Kyslík v krvi > Změřit**. Během měření nehybejte zápěstím. Po dokončení měření ucítíte zavibrování.
- 3 Na displeji hodinek si prohlédněte naměřenou hladinu kyslíku v krvi nebo rozsah kyslíku v krvi podle **dne, týdne, měsíce** nebo **roku**. Klepnutím na  v pravém rohu stránky můžete vybrat jiné datum.

Denní aktivity

Pomocí hodinek můžete kontrolovat svůj aktuální denní stav, například počet kroků, aktivní časy, aktivní kalorie, cíle a související informace.

- » **Kontrola údajů o denní aktivitě na hodinkách:** Přejedte prstem na ciferníku doprava (viz část [Ovládání](#)) a klepněte na volbu **Denní aktivity**. Nebo přejetím prstem po ciferníku doleva otevřete panel pro denní aktivitu (viz [Panely funkcí](#)). Klepněte na panel a přejděte dolů, kde najdete položky **Aktivní kalorie**, **Kroky**, **Aktivní doba** a **Vzdálenost**.
- **Aktivní kalorie:** Celkové množství kalorií, které jste během dne aktivně spálili.
 - **Kroky:** Počet kroků, které během dne ujdete nebo uběhnete.
 - **Aktivní doba:** Celkový čas, po který jste byli během dne fyzicky aktivní.
 - **Vzdálenost:** Celková vzdálenost, kterou jste se pohybovali.

- » **Nastavení denních cílů aktivity v telefonu:** Otevřete v telefonu aplikaci  **Moto Watch**. Cíle nastavíte klepnutím na volbu **Moje stránka > Denní cíle aktivit** a klepnutím na možnost **Kroky**, **Kalorie** nebo **Doba trvání aktivity**. Klepnutím zapnete přepínač vedle položky **Oznámení o úspěchu**, abyste na hodinkách dostávali oznámení o dosažení cíle.

Dechová cvičení

Při stresu můžete s hodinkami provádět dechová cvičení.

- » Pokud chcete dechové cvičení spustit, přejeďte prstem na ciferníku hodinek doprava (viz část [Ovládání](#)) a klepněte na volbu **Dechová cvičení**. Začněte podle pokynů na obrazovce, **Nádech** a **Výdech**.
- » Pokud chcete dechové cvičení zastavit, přejeďte prstem po obrazovce doprava nebo stiskněte vypínač (viz část [Hodinky zepředu](#)).

Počasí

Na hodinkách si můžete prohlédnout informace o počasí pro místo nastavené v připojeném telefonu. Na ciferníku přejeďte prstem doprava (viz část [Ovládání](#)) a klepněte na možnost **Počasí**. Nebo přejetím prstem na ciferníku doleva otevřete panel Počasí (viz [Panely funkcí](#)). Další podrobnosti zobrazíte po přejetí na stránce dolů. Přejetím prstem doprava opustíte stránku s podrobnostmi.

Pokud chcete přizpůsobit zobrazení počasí, otevřete v telefonu aplikaci  **Moto Watch**. Klepněte na položku **Hodinky > Nastavení hodinek > Počasí**, kde můžete nastavit jednotku teploty **Fahrenheit** nebo **Celsius**, nastavit položku **Automatické obnovení** na hodnotu **Nikdy**, **Každou hodinu**, **Každé 3 hodiny**, **Každých 6 hodin** nebo **Každých 12 hodin**.

Časovač

Časovače na hodinkách vám pomohou sledovat čas.

- 1 Přejetím prstem dolů na ciferníku otevřete [Rychlá nastavení](#) a potom klepněte na . Nebo přejeďte na ciferníku prstem doprava (viz část [Ovládání](#)) a klepněte na možnost **Časovač**.
- 2 Klepněte na dobu trvání (například **2, 5** nebo **10** minut). Nebo klepnutím na volbu **Vlastní** nastavte jinou dobu trvání.
- 3 Klepněte na  pro pozastavení,  pro pokračování nebo  pro ukončení.

Budík

Na hodinkách můžete nastavit a spravovat budíky.

- » **Nastavení budíku:** Přejeďte prstem na ciferníku doprava (viz část [Ovládání](#)) a klepněte na položku **Budík > Přidat**, nastavte čas budíku a potom klepněte na položku **Další**, nastavte další možnosti budíku, například datum, kdy se má budík spustit, a jestli se má opakovat, a klepněte na možnost **Uložit**. Uložený budík se přidá do seznamu budíků. Pokud chcete budíky zapnout

nebo vypnout, klepněte v seznamu budíků na přepínač vedle konkrétního budíku. Po klepnutí na seznam budíků ho můžete upravit.

- » **Vypnutí budíků:** Klepnutím na volbu **Odložit** nebo **Zastavit** ukončíte vibrace.
- » **Mazání budíků:** V seznamu budíků přidržte prst na budíku a klepněte na volbu **Smazat**.

Stopky

Události můžete měřit pomocí stopek na hodinkách.

- 1 Přejedte prstem na ciferníku doprava (viz část [Ovládání](#)) a klepněte na možnost **Stopky**.
- 2 Měření události zahájíte klepnutím na volbu **Spustit**.
- 3 Pro záznam časů jednotlivých kol během měření času události klepněte na .
- 4 Klepnutím na volbu  pozastavíte měření času, klepnutím na  ho obnovíte a klepnutím na  spustíte měření znovu.

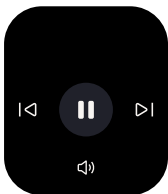
Ovládání hudby

Média přehrávaná v telefonu připojeném k hodinkám můžete ovládat na dálku.

Upozornění: Abyste předešli možnému poškození sluchu, buďte při poslechu médií se sluchátky opatrní, pokud jde o nastavování hlasitosti.



- 1 Spusťte přehrávání médií na telefonu připojeném k hodinkám.
- 2 Přejedte prstem na ciferníku doprava (viz část [Ovládání](#)) a klepněte na možnost **Ovládání hudby**. Nebo přejíždějte prstem po ciferníku doleva, dokud se neobjeví panel s funkcemi pro hudbu (viz [Panely funkcí](#)).



- 3 Klepnutím na  pozastavíte přehrávání hudby v telefonu, klepnutím na  přehrajete hudbu, klepnutím na  přehrajete další skladbu, klepnutím na  přehrajete předchozí skladbu. Klepnutím na  upravíte hlasitost.

Tip: Pokud chcete při přehrávání hudby nebo videa v připojeném telefonu automaticky otevřít ovládací prvky aplikace Hudba na hodinkách, otevřete aplikaci  **Moto Watch** v telefonu. Klepněte na volbu **Hodinky** > **Nastavení hodinek** > **Displej** a klepnutím na přepínač vedle položky **Zobrazit ovládací prvky médií** funkci zapnete. Při

přehrávání médií v telefonu se na hodinkách zobrazí ikona ovládání hudby 🎵. Panel pro ovládání hudby otevřete klepnutím na položku 🎵.

Svítilna

Svítilnu můžete použít k osvětlení tmavého prostoru, upozornění ostatních při večerním běhu nebo k osvětlení blízkých objektů při zachování nočního vidění.

- 1 Přejetím prstem dolů na ciferníku otevřete **Rychlá nastavení** a potom klepněte na 📱. Nebo přejeďte na ciferníku prstem doprava (viz část **Ovládání**) a klepněte na možnost **Svítilna**.
- 2 Přejetím prstem doleva nebo doprava zvolíte režim – stálé bílé světlo nebo blikající červené světlo.
- 3 Pokud chcete vypnout svítilnu, přejeďte prstem po obrazovce doprava nebo stiskněte vypínač (viz část **Hodinky zepředu**).

Najít můj telefon

Slouží k nalezení ztraceného telefonu spárovaného s hodinkami, pokud je telefon v okolí (do 10 metrů).

- 1 Na ciferníku přejeďte prstem doprava (viz část **Ovládání**) a klepněte na možnost **Najít můj telefon**.
- 2 Klepnutím na 📞 prozvoníte telefon.
- 3 Klepnutím na 📞 zastavíte prozvánění telefonu.

Nastavení

Displej

Přejetím prstem dolů na ciferníku otevřete **Rychlá nastavení** a potom klepněte na 📱 > **Displej**. Nebo přejeďte na ciferníku prstem doprava (viz část **Ovládání**) a klepněte na možnost **Nastavení** > **Displej**. Displej na hodinkách můžete snadno nastavit otevřením aplikace 📱 **Moto Watch** v telefonu. Klepněte na volbu **Hodinky** > **Nastavení hodinek** > **Displej**.

- » **Jas:** Klepnutím upravíte jas obrazovky nebo zapnete/vypnete automatický jas.
- » **Probudit zvednutím ruky:** Klepnutím na přepínač zapnete funkci **Probudit zvednutím ruky**, aby se obrazovka zapnula, když zvednete zápěstí s hodinkami.
- » **Probudit klepnutím:** Klepnutím na přepínač zapnete funkci **Probudit klepnutím**, aby se obrazovka zapnula, když na ni klepnete.
- » **Automatické vypnutí obrazovky:** Vyberte časový interval pro automatické vypnutí obrazovky, například **5 s**, **10 s**, **15 s**, **30 s** nebo **60 s**.
- » **Zapnutí funkce Stále zapnutý displej:** Klepnutím na přepínač vedle položky **Stále zapnutý displej** ji zapnete. Hodinky tak budou zobrazovat čas a příslušné informace, i když budou v režimu spánku. Při používání této funkce se ovšem baterie vybíjí rychleji než obvykle.

Vibrace

Pokud chcete změnit nastavení vibrací, přejetím prstem dolů na ciferníku otevřete [Rychlá nastavení](#) a potom klepněte na  > **Vibrace**.

- » **Vibrace:** Klepnutím upravíte jas obrazovky nebo zapnete/vypnete vibrace.
- » **Zpětná vazba na dotyk:** Pokud je přepínač vedle položky **Zpětná vazba na dotyk** zapnutý, ucítíte vibrace při zadávání kódů PIN (viz část [Vodní zámek](#)), nastavování odpočtů (viz část [Časovač](#)) a úpravě ciferníků (viz část [Ciferník](#)).
- » **Intenzita vibrací:** Klepnutím na příslušnou položku vyberte **lehkou**, **střední** nebo **silnou** intenzitu. Nebo v telefonu otevřete aplikaci  **Moto Watch**. Klepněte na volbu **Hodinky** > **Nastavení hodinek** > **Vibrace**. Zapněte přepínač vedle položky **Použít vibrace** a vyberte možnost **Lehké**, **Střední** nebo **Silné**.
- » **Vzory vibrací:** Po klepnutí na položku můžete vybrat vzory vibrací pro položky **Vibrace pro hovory**, **Vibrace pro oznámení**, **Vibrace pro budík** a **Vibrace pro časovač**.

Předvolby

Styl seznamu aplikací

Pokud chcete změnit způsob zobrazení aplikací na hodinkách, přejetím prstem dolů na ciferníku otevřete [Rychlá nastavení](#) a potom klepněte na položku  > **Předvolby** > **Styl seznamu aplikací** a potom vyberte možnost **Seznam** nebo **Mřížka**.



Orientace hodinek

Přizpůsobte si při nošení hodinek předvolby zápěstí a vypínače (viz část [Hodinky zepředu](#)). Přejetím prstem dolů na ciferníku otevřete [Rychlá nastavení](#) (viz část [Ovládání](#)) a potom klepněte na volbu  > **Předvolby** > **Orientace hodinek**. Potom vyberte **levou** nebo **pravou** ruku pro zápěstí a **levou** nebo **pravou** stranu pro vypínač.

Nebo v telefonu otevřete aplikaci  **Moto Watch**. Klepnutím na volbu **Hodinky** > **Nastavení hodinek** > **Předvolba zápěstí** a vyberte používanou stranu ruky a vypínače.

Gesta

Můžete si přizpůsobit, která aplikace se má na hodinkách otevřít po dvojím stisknutí vypínače (viz část [Hodinky zepředu](#)). Přejetím prstem dolů na ciferníku otevřete [Rychlá nastavení](#) (viz [Ovládání](#)), klepněte na  **Předvolby** > **Dvě stisknutí vypínače** a potom vyberte možnost **Žádná**, **Naposledy použitá** nebo jakoukoli jinou aplikaci v seznamu.

Nebo v telefonu otevřete aplikaci  **Moto Watch**. Klepněte na položku **Hodinky** > **Nastavení hodinek** > **Nastavení zápěstí** > **Gesta**. Vyberte možnost **Žádné**, **Nedávné** nebo jakoukoli jinou aplikaci v seznamu.

Ukazatele stavu

Přizpůsobte si zobrazení ukazatelů nabíjení, Bluetooth a dalších indikátorů stavu na hodinkách. Přejetím prstem dolů na ciferníku otevřete [Rychlá nastavení](#) (viz [Ovládání](#)), klepněte na možnost  > **Předvolby** > **Ukazatele stavu** a vyberte možnost **Vždy zobrazit** nebo **Skrýt po 2 sekundách**.

Tip: Ikona  na hodinkách značí, že hodinky jsou připojeny k telefonu, zatímco ikona  značí, že hodinky nejsou připojeny.

Vodní zámek

Při používání hodinek pod vodou zapněte režim vodního zámku a zabraňte nechtěnému dotyku obrazovky. Přejetím prstem dolů na ciferníku otevřete [Rychlá nastavení](#) (viz část [Ovládání](#)) a potom klepněte na . Nebo klepněte na  > **Vodní zámek**.

Když je režim **Vodní zámek** zapnutý, obrazovka se uzamkne, aby se zabránilo chybnému fungování způsobenému prouděním vody.

Vodní zámek vypnete stisknutím vypínače (viz část [Hodinky zepředu](#)) na 2 sekundy.

Tip: Po použití pod vodou hodinky vysušte podle tipů v části [Čištění hodinek](#).

Nastavení kódu PIN

Pomocí funkce zámku obrazovky můžete chránit svoje data, například osobní údaje uložené v hodinkách. Po zapnutí této funkce budou hodinky po sundání ze zápěstí vyžadovat odemknutí. Pokud je během doby, kdy je máte nasazené, jednou odemknete, zůstanou odemčené.

- 1 Přejetím prstem dolů na ciferníku otevřete [Rychlá nastavení](#) a klepněte na možnost  > **PIN**.
- 2 Zapněte **Automatický zámek**, aby se hodinky automaticky zamkly, když je nemáte na ruce, a chránily se tak osobní údaje v hodinkách.
- 3 Klepněte na volbu **Nastavit PIN**, zadejte 4místný kód PIN a postupujte podle pokynů na obrazovce.

O hodinkách

Přejetím prstem dolů na ciferníku otevřete [Rychlá nastavení](#) a klepnutím na možnost  > **O hodinkách** zobrazíte podrobnosti o hodinkách, jako jsou **model**, **sériové číslo**, **adresa Bluetooth** a **regulační informace**.

Nebo v aplikaci  **Moto Watch** v telefonu klepněte na volbu **Hodinky** > **Nastavení hodinek** > **O hodinkách**, kde se dozvíte více informací.

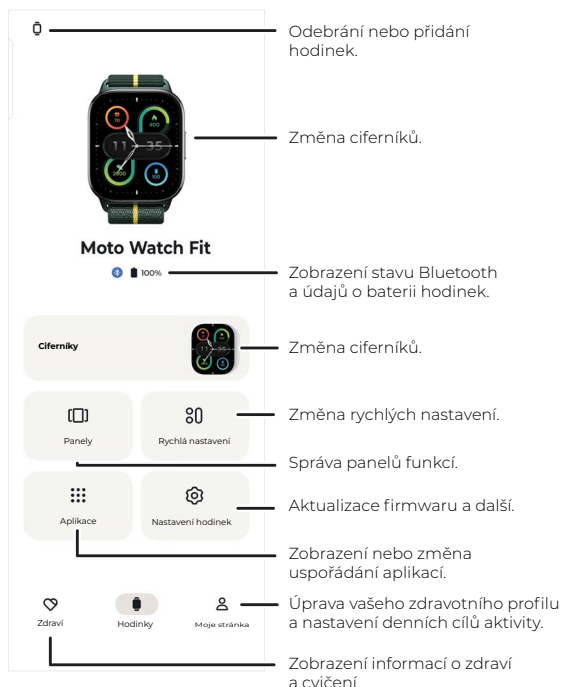
Aplikace Moto Watch

Pokud chcete hodinky připojit k telefonu, musíte do telefonu nainstalovat aplikaci **Moto Watch**. Další informace najdete v části [Stažení a instalace aplikace hodinek](#).

V aplikaci **Moto Watch** můžete zkontrolovat údaje o baterii hodinek, konfigurovat nastavení, najít hodinky a prozkoumat další možnosti.

Kde: V telefonu otevřete aplikaci **Moto Watch**.

Poznámka: Některé funkce nemusí být v závislosti na připojeném telefonu k dispozici.



Nastavení profilu a cílů

Otevřete v telefonu aplikaci **Moto Watch** a přejděte do části **Moje stránka**, kde můžete zobrazit a upravit svůj profil, spravovat data a mnoho dalšího.

- » **Zdravotní profil:** Uvedte své **pohlaví, výšku, hmotnost a datum narození**, aby vám hodinky mohly poskytnout personalizovaná zdravotní a fitness doporučení.
- » **Denní cíle aktivity:** Nastavte si cíl pro **Kroky, Kalorie a Dobu trvání aktivity**.
Tip: Zapněte **Oznámení o úspěchu**, abyste na hodinkách dostávali oznámení o dosažení cíle.
- » **Cíl délky spánku:** Nastavte si cílovou dobu spánku. Další informace najdete v části [Spánek](#).
- » **Cloudová služba:** Zapněte volbu **Synchronizovat data do cloudu**, abyste měli k datům přístup přes účet. Klepnutím na možnost **Vymazat údaje o používání** vymažete z cloudu všechny uložené údaje o zdraví a kondici.
- » **Oznámení:** Zapněte možnosti **Všechna oznámení aplikace Moto Watch, Aplikace Moto Watch je spuštěna a Povolit puntík s oznámením**, aby byl váš telefon informován o hodinkách. Další informace o hodinkách najdete v části [Oznámení](#).

Přehled údajů o vašem zdraví a tréninku

Pokud chcete mít celkový přehled o svém zdraví a údajích o tréninku, otevřete v telefonu aplikaci **Moto Watch** a přejděte do části **Zdraví**. Klepnutím na dlaždice zobrazíte údaje o **denní aktivitě** (další informace najdete v části [Denní aktivity](#)), **záznamech cvičení** (další informace najdete v části [Záznam cvičení](#)), **tepové frekvenci** (další informace najdete v části [Tepová frekvence](#)), **spánku** (další informace najdete v části [Spánek](#)), **stresu** (další informace najdete v části [Stres](#)) a **kyslíku v krvi** (další informace najdete v části [Kyslík v krvi](#)).

Zdraví a kondice

V telefonu spárovaném s hodinkami můžete konfigurovat různá nastavení týkající se cvičení a fitness.

- 1 V telefonu otevřete aplikaci  **Moto Watch**.
- 2 Klepněte na volbu **Hodinky > Nastavení hodinek > Zdraví a kondice**.
 - **Připomenutí cvičení:** Klepněte na volbu **Cvičení** a klepnutím na přepínač vedle položky **Odeslat připomenutí cvičení** ho zapněte. Když začnete běhat, chodit, jezdit na kole nebo provádět jiná cvičení, dostanete automatické připomenutí. Další informace najdete v části [Cvičení](#).

- **Automaticky pozastavit záznam:** Klepněte na položku **Cvičení** > **Automaticky pozastavit záznam** a potom klepnutím na přepínač vedle položky **Automaticky pozastavit záznam** funkci zapněte. Výběrem možností **Chůze**, **Běh** a **Cyklistika venku** definujte scénáře, které pozastaví záznam, když přestanete cvičit, a obnoví záznam, když budete pokračovat ve cvičení.
- **Upozornění na dlouhé sezení:** Klepněte na položku **Upozornění na dlouhé sezení** a zapněte možnost **Dostávat upozornění na příliš dlouhé sezení**. Můžete upravit **Čas zahájení** a **Čas ukončení** pro přijímání připomenutí. Pokud je zapnutá funkce **Přestávka na oběd**, připomenutí se během této přestávky ztlumí. Můžete upravit **Čas zahájení** a **Čas ukončení** pro **přestávku na oběd**.
- **Měření stresu:** Klepnutím na možnost **Stres** můžete nastavit měření na hodnoty **Automatické měření** nebo **Jen ručně**. Další informace najdete v části [Stres](#).

Nastavení upozornění na tepovou frekvenci

Když je vaše tepová frekvence vyšší nebo nižší než nastavená hodnota klidové tepové frekvence, můžete dostat upozornění.

- 1 V telefonu otevřete aplikaci  **Moto Watch**.
- 2 Klepněte na volbu **Hodinky** > **Nastavení hodinek** > **Zdraví a kondice** > **Tepová frekvence** > **Nepřetržité monitorování**.
- 3 Klepněte na volbu **Upozornění na tepovou frekvenci** a potom klepnutím na přepínač vedle položky **Dostávat upozornění na tepovou frekvenci** funkci zapněte. Na stránce můžete nastavit **Prahovou hodnotu vysoké tepové frekvence** (například vyšší než 120 bpm) a **Prahovou hodnotu nízké tepové frekvence** (například nižší než 45 bpm).

Obecná nastavení aplikace

V telefonu otevřete aplikaci  **Moto Watch**. Klepnutím na položku **Hodinky** > **Nastavení hodinek** můžete spravovat jejich obecná nastavení.

- » **Displej:** Nastavení jasu hodinek, probuzení obrazovky a další informace najdete v části [Displej](#). Zapněte možnost **Zobrazit ovládací prvky médií**, aby se při přehrávání médií v telefonu na hodinkách zobrazila ikona ovládání hudby 🎵 (další informace najdete v části [Ovládání hudby](#)).
- » **Oznámení:** Správa oznámení hodinek a nastavení způsobu, jakým hodinky přijímají oznámení (další informace najdete v části [Oznámení](#)).
- » **Vibrace:** Nastavení intenzity vibrací hodinek (další informace najdete v části [Vibrace](#)).
- » **Počasí:** Správa způsobu, jakým hodinky zobrazují informace o počasí (další informace najdete v části [Počasí](#)).
- » **Nastavení zápěstí:** Zvolte si nejpohodlnější způsob nošení hodinek a použití vypínače (další informace najdete v části [Předvolby](#)).

- » **Upozornění na odpojení:** Přejděte do části **Pokročilé** a zapněte **Upozornění na odpojení**. Ikona  se na hodinkách zobrazí, když dojde ke ztrátě připojení Bluetooth.
- » **Zálohování a obnovení dat:** Přejděte do části **Pokročilé** a vyzkoušejte cloudové služby Moto, jako jsou například **zálohování, obnovení dat** a **vymazání záloh**.
- » **Aktualizace firmwaru:** Nejnovější firmware pro hodinky najdete v části **Aktualizace firmwaru > Vyhledat aktualizace**.
- » **Tipy:** Zástupci vám pomohou s navigací při základním používání hodinek.

Jak najít hodinky

Pokud hodinky ztratíte, aplikace  **Moto Watch** v připojeném telefonu vám je pomůže najít.

- 1 Hodinky musí být připojeny k telefonu.
- 2 V telefonu otevřete aplikaci  **Moto Watch**.
- 3 Klepněte na položku **Hodinky > Nastavení hodinek > Najít moje hodinky** a klepnutím na položku  nechejte hodinky zavibrovat. Snímač tepové frekvence (viz část [Hodinky zezadu](#)) mezitím bliká zeleně a displej hodinek bliká červeně.
- 4 Pokud chcete vibrace i blikání světla na hodinkách zastavit, klepněte na  v telefonu nebo na  v hodinkách.

Poznámka: Aby mohly hodinky zavibrovat, musí být v okolí (do 10 metrů) a připojené k telefonu.

Řešení potíží

Oprava problémů

Pokud hodinky reagují pomalu nebo nesprávně, zkuste provést následující úpravy:

- » Ujistěte se, že hodinky a spárovaný telefon jsou v dosahu připojení Bluetooth (10 metrů). Vzdálenost se může lišit v závislosti na prostředí.
- » Zajistěte, aby telefon nebyl vystaven elektromagnetickým vlnám.
- » Ujistěte se, že jsou firmware (viz „Aktualizace firmwaru“ v části [Obecná nastavení aplikace](#)) a aplikace **Moto Watch** aktuální (viz část [Stažení a instalace aplikace hodinek](#)).

Poznámka: Na některých místech, například v interiéru, může docházet k rušení signálů GNSS hodinek.

Zrušení párování, restartování nebo resetování hodinek

Pokud hodinky nefungují správně ani po úpravách v části [Oprava problémů](#), zkuste zrušit párování, restartovat hodinky nebo je resetovat.

- » **Zrušení párování:** Pokud chcete zrušit párování hodinek, otevřete v telefonu aplikaci  **Moto Watch**. Klepněte na položku **Hodinky** >  v horní části >  vedle názvu hodinek > **Odebrat**. Další informace najdete v [Aplikace Moto Watch](#).
- » **Restart:** Pokud hodinky nereagují, restartujte je stisknutím vypínače (viz část [Hodinky zepředu](#)) alespoň na 12 sekund. Pokud hodinky reagují, přejeďte prstem na ciferníku doprava (viz část [Ovládání](#)) a klepněte na položku **Nastavení** > **Systém** > **Restartovat**.
- » **Reset:** Resetováním hodinek vymažete všechna nastavení a informace o aktuálně spárovaném telefonu, abyste mohli hodinky spárovat s jiným telefonem. Pokud chcete hodinky resetovat, přejetím prstem dolů na ciferníku otevřete [Rychlá nastavení](#) (viz část [Ovládání](#)) a klepněte na položku  > **Systém** > **Resetovat** > **Resetovat**. Nebo přejeďte prstem na ciferníku doprava (viz část [Ovládání](#)) a klepněte na položku **Nastavení** > **Systém** > **Resetovat** > **Resetovat**. Pokud chcete hodinky znovu připojit k telefonu, postupujte podle pokynů v části [Spárování a připojení](#).

Varování: Všechna uživatelská data v hodinkách se po resetu vymažou. Data v telefonu se nevymažou.

Další nápověda

Právní, bezpečnostní a regulační informace

Pokud chcete získat přístup k právním, bezpečnostním a regulačním informacím o vašem zařízení, navštivte stránku motorola.com/accessory-legal.

Odolnost proti prachu a vodě

Testováno podle norem odolnosti proti vodě a prachu IP68 a vodě 5ATM za kontrolovaných laboratorních podmínek. Vydrží ponoření až do 1,5 metru stojaté sladké vody po dobu až 30 minut a odolá tlaku vody až do hloubky 50 metrů po dobu až 10 minut. Vystavení podmínkám, které přesahují tyto hodnoty, není kryto zárukou. Odolnost se sníží v důsledku běžného opotřebení. Nevystavujte působení vodních trysek pod tlakem nebo jiných kapalin kromě sladké vody. Nepokoušejte se nabíjet mokré zařízení. Produkt je navržen tak, aby nabízel ochranu proti vniknutí pevných cizích předmětů libovolné velikosti. Není vodotěsný.

Chcete-li zabránit poškození produktu vodou:

- » Důkladně osušte produkt i porty pomocí měkkého a čistého hadříku.
- » Vyvarujte se upuštění, proražení či poškrábání produktu, jelikož by mohlo dojít ke ztrátě vodoodpudivosti.

Čištění hodinek

- » Produkt neponořujte do čisticích prostředků a nepoužívejte čisticí prostředky, které obsahují bělidla nebo abrazivní látky.
- » Když docvičíte nebo se zpotíte, zápěstí i řemínek očistěte.
- » Pokud chcete řemínek vyčistit, uvolněte ho z hodinek (viz část [Uvolnění řemínku](#)).
- » Po vysušení řemínek znovu připevněte k hodinkám a ujistěte se, že dobře drží.
- » Hodinky jemně očistěte měkkým suchým hadříkem. V případě potřeby můžete k čištění hodinek použít ubrousky nebo utěrky navlhčené izopropylalkoholem o koncentraci 70 % (vhodným pro elektronické produkty).
- » Zabraňte vniknutí vlhkosti do otvorů v produktu, včetně nabíjecích kontaktů.

Servis a opravy

Pokud máte dotazy nebo potřebujete poradit, jsme tu pro vás. Přejděte na stránku www.motorola.com/support, kde si můžete vybrat z několika možností podpory.

Autorská práva a ochranné známky

Motorola Mobility LLC
222 W. Merchandise Mart Plaza
Chicago, IL 60654
www.motorola.com

Některé funkce, služby a aplikace jsou závislé na síti a nemusí být k dispozici ve všech oblastech. Mohou se na ně vztahovat další podmínky nebo mohou být zpoplatněny. Více informací získáte od svého poskytovatele služeb.

Veškeré vlastnosti, funkce a další technické údaje výrobku, stejně jako informace obsažené v návodu, jsou založené na nejaktuálnějších informacích a v době vydání jsou považovány za přesné. Společnost Motorola si vyhrazuje právo změnit nebo upravit libovolné informace nebo technické údaje bez upozornění i jakýchkoliv závazků.

Poznámka: Obrázky v tomto návodu jsou pouze ilustrační. Některý obsah se může lišit od obsahu vašeho zařízení v závislosti na oblasti, specifikacích modelu nebo softwaru zařízení.

MOTOROLA, stylizované logo M, MOTO a rodina značek MOTO jsou ochranné známky nebo registrované ochranné známky společnosti Motorola Trademark Holdings, LLC. Google, Android, Google Play a další související značky a loga jsou ochranné známky společnosti Google LLC. USB Type-C® a USB-C® jsou registrované ochranné známky organizace USB Implementers Forum. Slovo a loga Bluetooth® jsou ochrannými známkami společnosti Bluetooth SIG, Inc. a veškeré použití takových značek společností Motorola Mobility LLC podléhá poskytnuté licenci. Všechny ostatní názvy produktů a služeb jsou majetkem příslušných vlastníků.

© 2025 Motorola Mobility LLC. Všechna práva vyhrazena.

Navrženo a vyrobeno společností Motorola Mobility LLC, plně vlastněnou dceřinou společností společnosti Lenovo.

Produkt: **moto watch fit** (Model XT2541-1)

Číslo příručky: SSC8E82435-A