

Grazie per avere acquistato questo prodotto.

Prima di utilizzare l'orologio, leggere attentamente questo manuale di istruzioni in modo da procedere nel modo corretto.

Accesso alle informazioni più recenti (cal. n. YF10)

Visitare il sito Web Citizen alla pagina:

www.citizenwatch-global.com

- Accedere al sito anche per consultare gli avvisi.
- Sul sito Web è possibile vedere come si usano le funzioni avanzate e altre funzioni avanzate, come un regolo calcolatore e il tachimetro. La disponibilità di queste funzioni avanzate dipende dai modelli.



Precauzioni di sicurezza - IMPORTANTE

È necessario osservare sempre e scrupolosamente le istruzioni riportate in questo manuale, non solo per usare l'orologio nel modo migliore ma anche per prevenire lesioni a se stessi, alle altre persone e alle cose. Si raccomanda perciò di leggere l'intero manuale (in particolare le pagine 13 e 14), nonché di accertarsi di avere ben compreso il significato dei seguenti simboli:

- Nel corso del manuale i consigli per la sicurezza sono categorizzati e illustrati nel seguente modo:

	PERICOLO	Alta probabilità di causare lesioni gravi o anche mortali
	ATTENZIONE	Possibilità di lesioni gravi o anche mortali
	AVVERTENZA	Possibilità di lesioni lievi o danni moderati

- Nel corso del manuale le istruzioni importanti sono categorizzate e illustrate nel seguente modo:

(I seguenti simboli sono esempi di pittogrammi.)

	Simbolo di avvertenza (cautela) seguito dalla descrizione dell'azione proibita.
	Simbolo di avvertenza (cautela) seguito da istruzioni da seguire o da precauzioni da rispettare.

Caratteristiche



Connessione allo smartphone tramite l'app dedicata

Sincronizzazione di data e ora con la data e l'ora dello smartphone.
Per scaricare l'app dedicata, accedere al sito delle app per gli smartphone.

Monitoraggio attività incorporato

L'orologio registra le attività. I dati sono visibili nell'app dedicata.

Pulsanti configurabili dall'utente

È possibile assegnare ai pulsanti dell'orologio tre funzioni, configurandole sull'app dedicata.

- [MUSICA PANNELLO DI CONTROLLO]
- [ALZA IL VOLUME]
- [SCATTA FOTO]
- [SECONDO FUSO ORARIO]
- [ABBASSA IL VOLUME]
- [FAI SQUILLARE IL TELEFONO]
- [DATA]
- [PASSI]
- [MONITORAGGIO DEGLI OBIETTIVI]
- [NOTIFICHE]

INDICE

Precauzioni di sicurezza - IMPORTANTE	1
Caratteristiche	1
Prima di usare l'orologio	2
Regolazione del cinturino.....	2
Pellicole adesive	2
Identificazione delle parti	2
Prima della connessione allo smartphone.....	2
Requisiti per la connessione	2
Accoppiamento con lo smartphone.....	2
Esecuzione dell'accoppiamento	2
Se l'accoppiamento non viene eseguito	3
Se la connessione non riesce dopo l'accoppiamento (annullamento dell'accoppiamento)	4
Sincronizzazione dell'orologio e dello smartphone.....	4
Regolazione di data e ora	4
Sensore di accelerazione	4
Schermata dell'app dedicata	5
Menu laterale	5
schermata [SCEGLI DISPOSITIVO].....	5
schermata [IL MIO OROLOGIO].....	5
schermata [BENESSERE]	5
Modifica delle impostazioni dell'app dedicata	6
Modifica dei valori degli obiettivi delle attività	6
Controllo dello stato dell'orologio collegato	7
Configurazione delle impostazioni per le funzioni e assegnazione ai pulsanti dell'orologio	8
Indicazione dell'obiettivo di passi.....	8
Impostazione della sveglia	9
Impostazione delle notifiche	10
Controllo e correzione della posizione di riferimento	11
Sostituzione della batteria	12
Risoluzione dei problemi.....	12
Tecnologia wireless Bluetooth®	13
Impermeabilità all'acqua	13
Precauzioni e limiti d'uso	13
Caratteristiche tecniche	14

Prima di usare l'orologio

Regolazione del cinturino

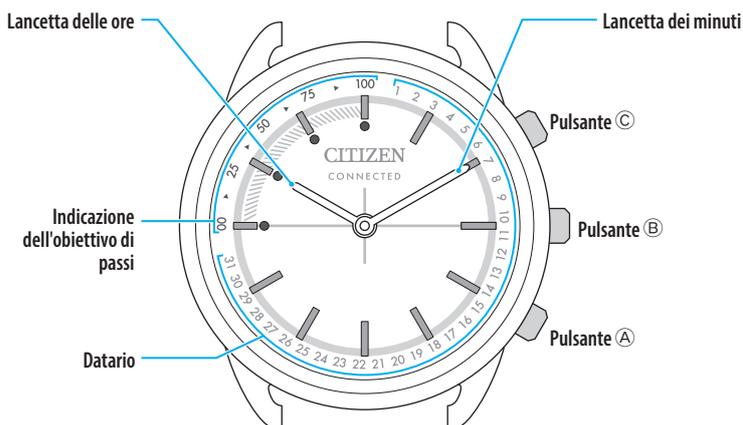
Si raccomanda di affidare la regolazione del cinturino a un orologiaio esperto. Se non viene regolato correttamente, infatti, il cinturino potrebbe staccarsi improvvisamente, causando la caduta dell'orologio o danni personali (esclusi i prodotti contenenti lo strumento per la regolazione del cinturino).

Rivolgersi a un centro di assistenza autorizzato. Altri negozi potrebbero far pagare o non fornire questo servizio.

Pellicole adesive

Accertarsi di aver rimosso ogni eventuale pellicola adesiva presente sull'orologio (fondello, cinturino, fibbia, ecc.). In caso contrario, la pelle si potrebbe scoriare e/o le parti metalliche corrodere a causa della penetrazione del sudore o dell'umidità negli interstizi.

Identificazione delle parti



- Le illustrazioni riportate in questo manuale potrebbero differire dall'aspetto reale dell'orologio effettivamente acquistato.

Prima della connessione allo smartphone

È necessario installare l'app dedicata "CITIZEN CONNECTED" sullo smartphone e avviare l'accoppiamento tra il telefono e l'orologio per collegarli.

La connessione avviene secondo il seguente schema.

- L'orologio comunica con gli smartphone mediante la tecnologia di comunicazione a basso consumo Bluetooth®.
- The Bluetooth® word mark and logos are registered trademarks owned by Bluetooth SIG, Inc.
- Google, Wear OS by Google, Google Play and Google Play logo, Google Fit, Google Assistant, Google Calendar, Gmail, Android and Android Go Edition, Android One, Google Pixel, Google Nest Learning Thermostat are trademarks of Google LLC.
- IOS® is a trademark or registered trademark of Cisco in the U.S. and other countries and is used under license.



Requisiti per la connessione

Android	Android OS 7.0 -
iPhone	iOS 15.0 -
Bluetooth®	Compatibile con Bluetooth Smart/4.2 Low Energy

- Non è possibile installare l'app dedicata se non è compatibile con lo smartphone.
- Il rispetto dei requisiti dello smartphone non garantisce il normale funzionamento dell'app.
- Quando cessa la produzione dell'orologio, è possibile che non vengano più rilasciati aggiornamenti dell'app dedicata.

Le schermate e/o le indicazioni effettive dell'app dedicata possono variare rispetto a quelle riportate nel presente manuale, in base alle condizioni di utilizzo e/o alla variazione delle specifiche quando si aggiorna l'app.
In tal caso, seguire le istruzioni indicate sulla schermata dell'app.

Accoppiamento con lo smartphone

Eseguire l'accoppiamento quando si collega l'orologio allo smartphone.

- I dati specifici dell'accoppiamento vengono salvati sull'orologio e sullo smartphone durante l'accoppiamento.
- Al primo accesso all'app dedicata, creare un account. Per creare un account occorre disporre di un indirizzo e-mail, da usare per ricevere i messaggi.
- Conservare l'indirizzo e-mail e la password dell'account, qualora servissero.

Esecuzione dell'accoppiamento

- Per eseguire l'accoppiamento è necessario utilizzare sia l'orologio che lo smartphone.
- Prima ricaricare lo smartphone a sufficienza.
- Attivare sullo smartphone le funzioni relative al Bluetooth® e alla geolocalizzazione.

1 Scaricare l'app dedicata "CITIZEN CONNECTED" da un sito di app e installarla.



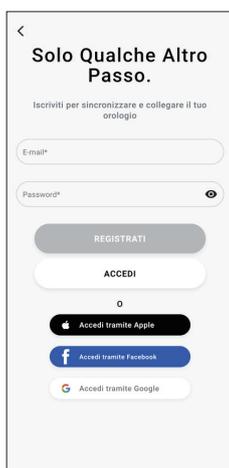
2 Avviare l'app dedicata.

- Tenere aperta la schermata dell'app fino al termine dell'accoppiamento.

3 Toccare [IBRIDO].



4 Creare un account.



- Quando si crea un account, passare al processo di autenticazione. Il numero di autenticazione viene inviato all'indirizzo email immesso qui.
- Toccare [ACCEDI] se in precedenza, dopo aver creato l'account, si era usciti dall'app senza eseguire l'accoppiamento.
- Dopo l'accesso, lo stato (di accesso) viene conservato, a prescindere dal fatto che l'app sia attiva o meno.

5 Premere il pulsante **B** al centro a destra e toccare [CONTINUA] sulla schermata dell'app quando viene visualizzata la schermata [Inizia Abbinamento].

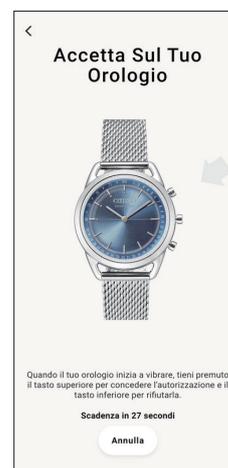


6 Toccare [QUESTO È IL MIO OROLOGIO].



- L'orologio indicato sulla schermata può variare rispetto a quello effettivamente in uso.
- Toccare [NON VEDO IL MIO OROLOGIO] se non cambia solo il colore, ma l'orologio è completamente diverso rispetto al modello in uso.
- Se parte un aggiornamento dell'orologio, attendere che finisca.

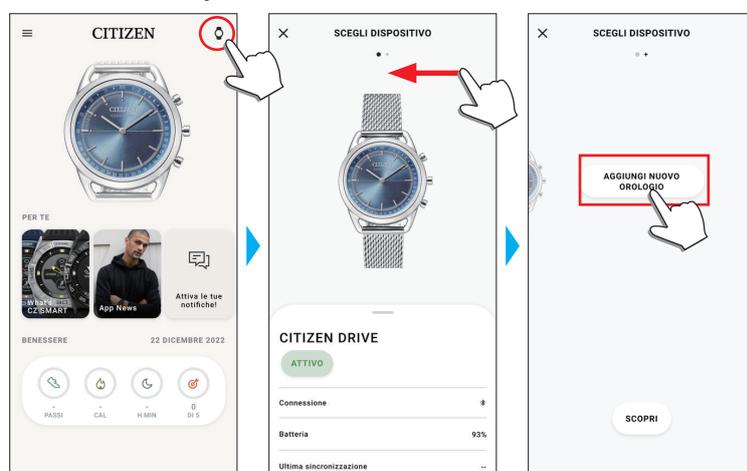
7 Premere e tenere premuto il pulsante dell'orologio **C** in alto a destra entro il limite di tempo.



Inizia l'accoppiamento.

■ Per avviare l'accoppiamento sulla schermata dell'app

Toccare l'icona dell'orologio **C** in alto a destra nella schermata iniziale, scorrere verso sinistra sulla schermata [SCEGLI DISPOSITIVO] e toccare [AGGIUNGI NUOVO OROLOGIO].



Se l'accoppiamento non viene eseguito

Se l'accoppiamento non viene eseguito e l'orologio di destinazione non compare nell'app dedicata, riprovare ad effettuare l'accoppiamento in base alla seguente procedura.

- 1 Rimuovere "Citizen Connected HR" dall'impostazione Bluetooth® dello smartphone.
- 2 Disattivare la funzione Bluetooth sullo smartphone e riattivarla.
- 3 Eseguire di nuovo l'accoppiamento tra l'orologio e lo smartphone.

Se la connessione non riesce dopo l'accoppiamento (annullamento dell'accoppiamento)

Riprovare ad effettuare l'accoppiamento in base alla seguente procedura.

- 1** Toccare l'icona dell'orologio (🕒) in alto a destra sulla schermata iniziale.
- 2** Scorrere verso sinistra o verso destra nella schermata [SCEGLI DISPOSITIVO] per visualizzare l'orologio che si desidera collegare allo smartphone.
- 3** Per visualizzare il menu, far scorrere verso l'alto la scheda in basso nella schermata [SCEGLI DISPOSITIVO].



- 4** Toccare [RIMUOVI DISPOSITIVO].
- 5** Rimuovere "Citizen Connected HR" dall'impostazione Bluetooth® dello smartphone.
- 6** Disattivare la funzione Bluetooth sullo smartphone e riattivarla.
- 7** Eseguire di nuovo l'accoppiamento tra l'orologio e lo smartphone.

Sincronizzazione dell'orologio e dello smartphone

Dopo l'accoppiamento, l'orologio e lo smartphone vengono collegati e sincronizzati automaticamente quando l'app dedicata viene avviata o visualizzata sul telefono.

- Quando inizia la sincronizzazione, tutte le lancette dell'orologio effettuano un giro completo.
- Anche la data e l'ora dell'orologio vengono sincronizzate con la data e l'ora dello smartphone.
- La sincronizzazione dei dati potrebbe durare un po'.
- Alcune operazioni dell'app, come la modifica delle impostazioni, vengono accompagnate dalla sincronizzazione dei dati.
- Se la distanza tra lo smartphone e l'orologio è pari o superiore a 10 metri o in caso di ostacoli intermedi, è possibile che la sincronizzazione non inizi.

La sincronizzazione dei dati si avvia anche facendo scorrere verso il basso la schermata iniziale.



Regolazione di data e ora

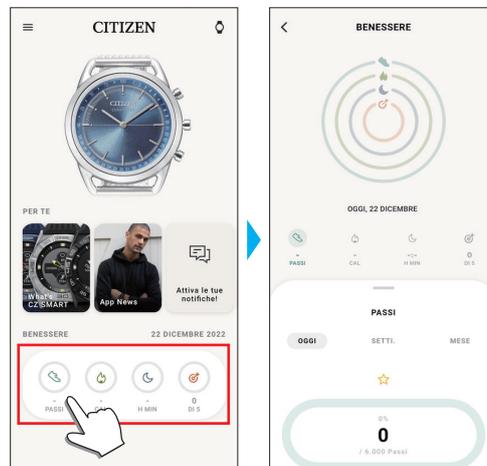
L'orologio riceve il segnale orario dallo smartphone ogni volta che viene collegato; datario e orario si correggono automaticamente.

- Non è possibile provvedere autonomamente alla regolazione di data e ora sull'orologio.

Sensore di accelerazione

L'orologio è provvisto di un sensore di accelerazione integrato. Misura sempre le attività quando l'orologio viene indossato.

Nella schermata [BENESSERE] dell'app dedicata, i dati sulle attività vengono visualizzati nei grafici come record giornalieri/settimanali/mensili.

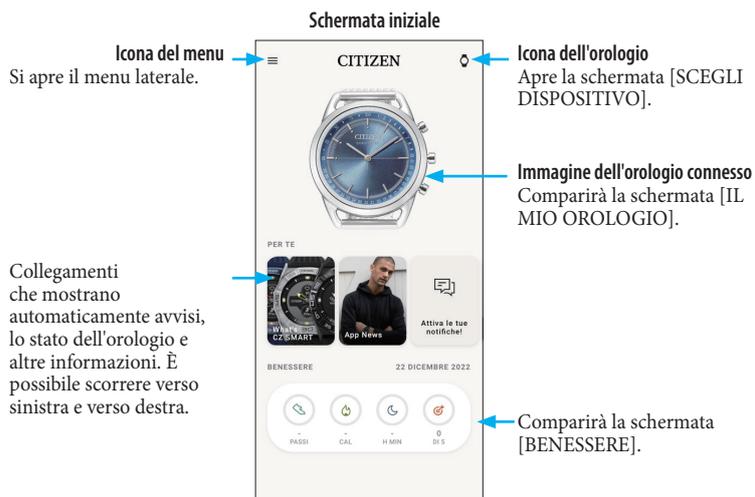


Nella schermata dell'app dedicata, è anche possibile controllare il consumo calorico calcolato in base al peso e all'altezza, durata del sonno, ecc.

- Quando viene raggiunto l'obiettivo impostato per le attività sull'app dedicata, l'orologio vibra.
- I dati relativi alle attività registrati nell'orologio vengono trasferiti all'app dedicata quando l'orologio e lo smartphone vengono sincronizzati, poi vengono conservati nell'app.
- Sull'orologio vengono salvati i dati di 40 giorni al massimo di attività.
- I dati raccolti dal prodotto possono essere inviati ad altre app e controllati.
- Il prodotto interpreta il movimento effettivo dell'orologio rilevato con il sensore di accelerazione con il suo modo speciale per rilevare le attività, come i passi o il sonno. È una specie di stima, e i risultati possono variare rispetto alle attività effettive.
- I dati non sono modificabili. Non è possibile neanche visualizzare sull'app dedicata di quest'orologio i dati sulle attività raccolti con altri dispositivi.

Schermata dell'app dedicata

È la schermata sotto la schermata iniziale, che compare subito dopo l'avvio dell'app dedicata.



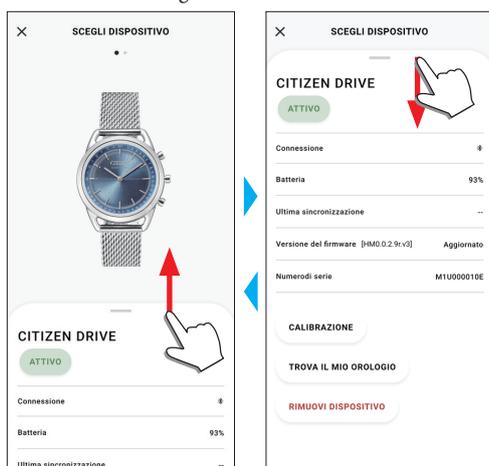
Menu laterale

Qui è possibile controllare l'account, le impostazioni degli obiettivi delle attività e quelle dell'app dedicata.



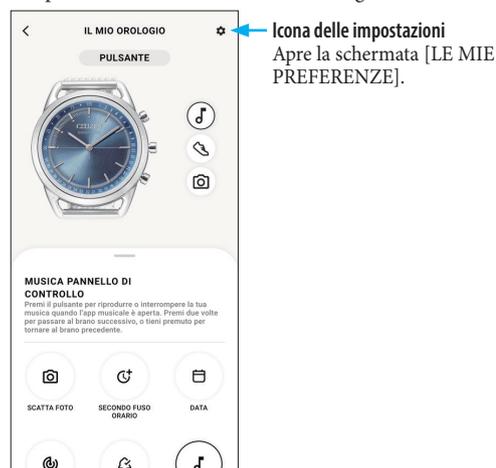
schermata [SCEGLI DISPOSITIVO]

Qui è possibile aggiungere orologi, gestire la connessione e regolare la posizione di riferimento delle lancette dell'orologio.



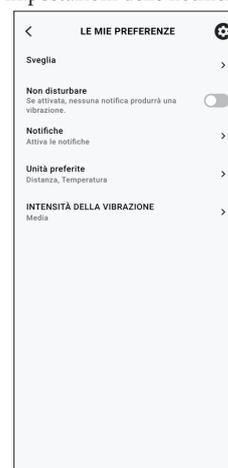
schermata [IL MIO OROLOGIO]

È possibile assegnare varie funzioni ai pulsanti dell'orologio. È anche possibile controllare le impostazioni delle notifiche e della sveglia.



■ schermata [LE MIE PREFERENZE]

Qui è possibile controllare le impostazioni delle notifiche, della sveglia, dell'unità, ecc.

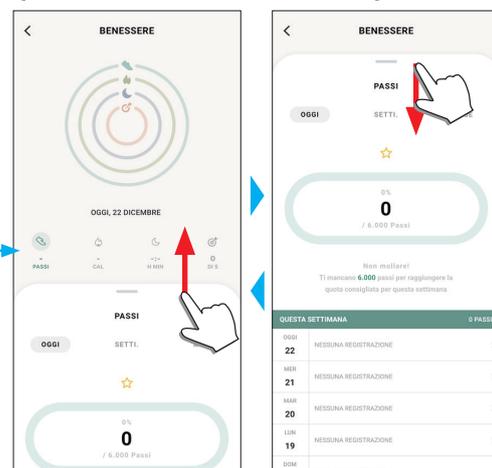


schermata [BENESSERE]

Questa schermata indica i dati dell'activity tracker sull'orologio.

La schermata contiene i quattro seguenti sottomenu: [PASSI], [CALORIE BRUCIATE (CAL)], [SONNO (H MIN)] e [MONITORAGGIO DEGLI OBIETTIVI].

Toccare per passare a un elemento da indicare.



- L'attività svolta viene espressa in percentuale; l'obiettivo impostato corrisponde al 100%. Nel grafico a torta, la torta intera indica il 100%. Nei grafici a barre, una linea rappresenta il 100%.
- Per informazioni sul valore di destinazione, vedere il capitolo "Modifica dei valori degli obiettivi delle attività" (→ pagina 6).

Modifica delle impostazioni dell'app dedicata

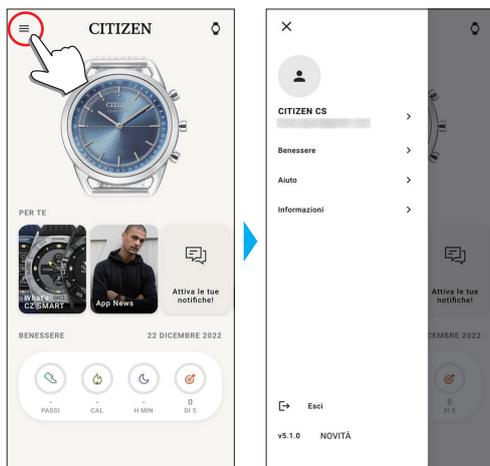
1 Avviare l'app dedicata.

L'orologio e lo smartphone sono connessi.

- Se non è ancora stato effettuato l'accesso all'app, eseguirlo adesso.
- Se parte la sincronizzazione tra orologio e smartphone, attendere che finisca.

2 Toccare l'icona del menu (☰) in alto a sinistra sulla schermata iniziale.

Si apre il menu laterale.



Nome account	Toccare il nome per modificare il nome dell'account e la password.
[Benessere]	Qui è possibile modificare le app connesse, altezza, peso, sesso e impostazione degli obiettivi delle attività.
[Aiuto]	Qui è possibile accedere alle domande frequenti e ai contatti.
[Informazioni]	Qui è possibile controllare l'impostazione della condivisione dei dati per migliorare il software e controllare i termini di utilizzo e l'informativa sulla privacy. Qui è possibile anche rimuovere l'account.
[Esci]	Utilizzare questa funzione per uscire dall'app dedicata. L'account non verrà eliminato.
Indicazione della versione	Viene indicata la versione dell'app dedicata.
[NOVITÀ]	È possibile accedere alle ultime informazioni sull'app dedicata e ad altri argomenti.

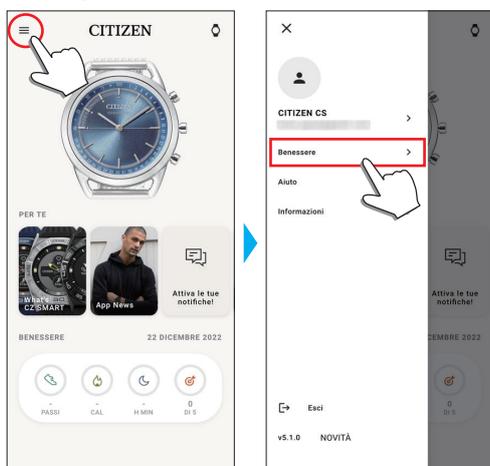
Modifica dei valori degli obiettivi delle attività

1 Avviare l'app dedicata.

L'orologio e lo smartphone sono connessi.

- Se non è ancora stato effettuato l'accesso all'app, eseguirlo adesso.
- Se parte la sincronizzazione tra orologio e smartphone, attendere che finisca.

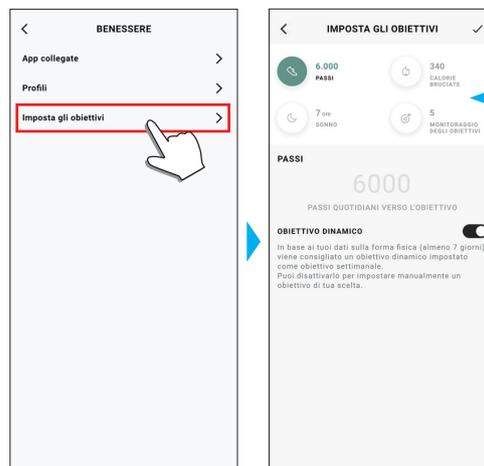
2 Toccare l'icona del menu (☰) in alto a sinistra sulla schermata iniziale e toccare [Benessere] sul menu laterale.



Comparirà la schermata [BENESSERE].

3 Toccare [Imposta gli obiettivi] nella schermata [BENESSERE].

Comparirà la schermata [IMPOSTA GLI OBIETTIVI].

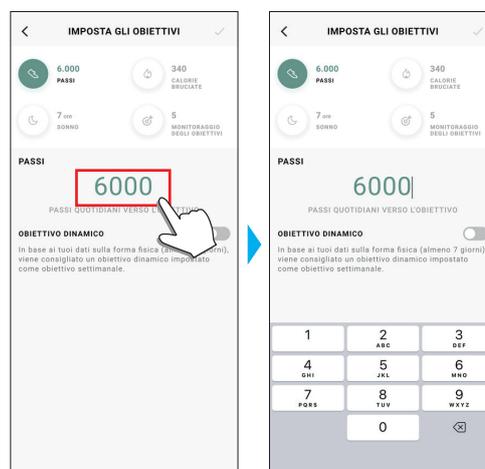


Sono indicati i valori dell'impostazione corrente.

Toccare un elemento di cui si desidera modificare il valore impostato.

4 Selezionare l'elemento di cui si desidera modificare il valore dell'obiettivo in alto sulla schermata e toccare il valore.

Comparirà la tastiera sullo schermo.



- Se l'opzione [OBIETTIVO DINAMICO] è attiva in [PASSI], non sarà possibile modificare il valore dell'obiettivo. Il valore dell'obiettivo viene automaticamente impostato in base allo storico delle attività precedenti (per attivare la funzione servono i dati di almeno 7 giorni di attività).

5 Toccare il segno di spunta (✓) in alto a destra sulla schermata [IMPOSTA GLI OBIETTIVI] per concludere la procedura.



Controllo dello stato dell'orologio collegato

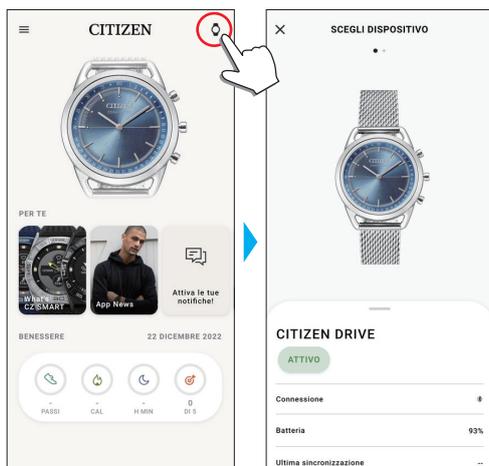
1 Avviare l'app dedicata.

L'orologio e lo smartphone sono connessi.

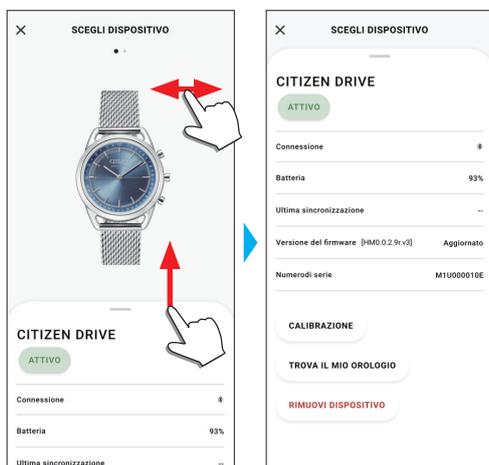
- Se non è ancora stato effettuato l'accesso all'app, eseguirlo adesso.
- Se parte la sincronizzazione tra orologio e smartphone, attendere che finisca.

2 Toccare l'icona dell'orologio (🕒) in alto a destra sulla schermata iniziale.

Comparirà la schermata [SCEGLI DISPOSITIVO].



3 Scorrere verso sinistra o verso destra sullo schermo per visualizzare l'orologio connesso e far scorrere verso l'alto la scheda in basso nella schermata.



[ATTIVO]	Per l'orologio connesso, è indicato [ATTIVO]. • Se sono presenti due o più orologi, è possibile cambiare orologio da connettere toccando [RENDI ATTIVO].
[Connessione]	Viene indicato lo stato corrente della connessione. 📶: Connesso 🚫: Disconnesso
[Batteria]	Qui è possibile controllare l'autonomia residua dell'orologio connesso.
[Ultima sincronizzazione]	Viene indicato il tempo trascorso dall'ultima connessione.
[Versione del firmware]	Viene indicata la versione corrente del firmware dell'orologio.
[Numero di serie]	Viene indicato il numero di serie dell'orologio.
[CALIBRAZIONE]	Controllare e regolare la posizione di riferimento delle lancette. Per maggiori informazioni, vedere "Controllo e correzione della posizione di riferimento" (→ pagina 11).
[TROVA IL MIO OROLOGIO]	Utilizzare questa funzione per cercare l'orologio. Sulla mappa può comparire la posizione approssimativa dell'ultima sincronizzazione dell'orologio con lo smartwatch. • Serve l'autorizzazione ad accedere ai dati sulla posizione dello smartphone.
[RIMUOVI DISPOSITIVO]	Consente di annullare l'accoppiamento tra l'orologio e lo smartphone e di resettare l'orologio. • Mantenere l'orologio e lo smartphone a una distanza adatta per collegarli.

Configurazione delle impostazioni per le funzioni e assegnazione ai pulsanti dell'orologio

È possibile assegnare le funzioni che si desidera ai pulsanti dell'orologio. Alcune funzioni devono essere configurate dall'app dedicata.

1 Avviare l'app dedicata.

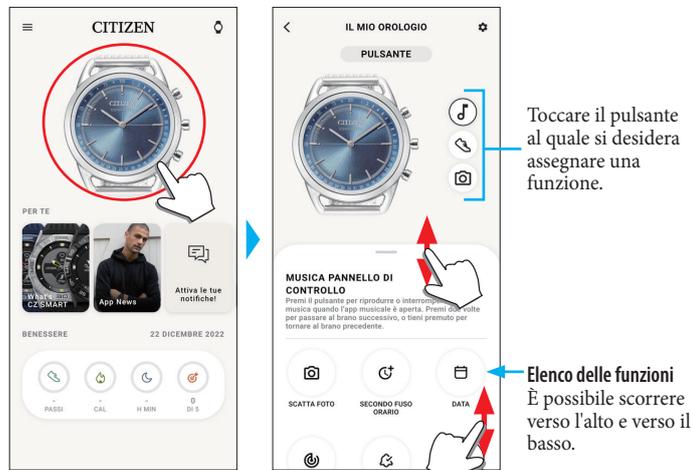
L'orologio e lo smartphone sono connessi.

- Se non è ancora stato effettuato l'accesso all'app, eseguirlo adesso.
- Se parte la sincronizzazione tra orologio e smartphone, attendere che finisca.

2 Toccare l'immagine dell'orologio connesso sulla schermata iniziale.

Comparirà la schermata [IL MIO OROLOGIO].

In fondo allo schermo, nella scheda verrà visualizzato l'elenco delle funzioni.



Toccare il pulsante al quale si desidera assegnare una funzione.

Elenco delle funzioni
È possibile scorrere verso l'alto e verso il basso.

- Nel precedente esempio viene mostrato cosa accade quando si tocca il pulsante © in alto a destra.

3 Toccare il pulsante al quale si desidera assegnare una funzione e toccare una funzione in fondo alla schermata.

[MUSICA PANNELLO DI CONTROLLO]	Dall'orologio è possibile controllare la riproduzione dei brani con un'app musicale mediante i comandi riproduci/pausa/avanti/indietro. Riproduci/Pausa: premere una volta il pulsante e rilasciarlo. Torna al brano precedente: premere e tenere premuto il pulsante durante la riproduzione. Vai al brano successivo: premere due volte e rilasciare il pulsante durante la riproduzione
[ALZA IL VOLUME]	Premere il pulsante per alzare il volume.
[SCATTA FOTO]	Premere il pulsante mentre si usa un'app fotografica per scattare una foto.
[SECONDO FUSO ORARIO]	Premere il pulsante per indicare il 2° fuso orario dell'orologio. Impostare un'area da indicare quando si assegna la funzione.
[ABBASSA IL VOLUME]	Premere il pulsante per abbassare il volume.
[FAI SQUILLARE IL TELEFONO]	Premere il pulsante per generare un segnale acustico dello smartphone. È possibile impostare il proprio segnale acustico preferito. Per arrestare l'audio, premere di nuovo il pulsante.
[DATA]	Premere il pulsante per indicare la data corrente con le lancette delle ore e dei minuti.
[PASSI]	Premere il pulsante per indicare il livello corrente di passi raggiunti con le lancette delle ore e dei minuti.
[MONITORAGGIO DEGLI OBIETTIVI]	L'orologio registra quando si preme un pulsante e per quante volte.
[NOTIFICHE]	Premere il pulsante per mostrare l'ultima indicazione ricevuta con le lancette delle ore e dei minuti.

4 Toccare l'icona indietro (<) in alto a destra sulla schermata [IL MIO OROLOGIO] per concludere la procedura.

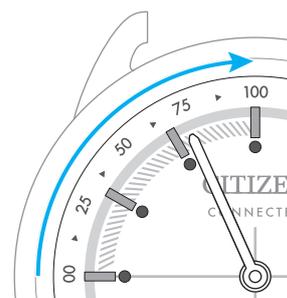
- Seguire le istruzioni riportate sulla schermata.



La funzione selezionata viene assegnata al pulsante.

Indicazione dell'obiettivo di passi

Assegnare [PASSI] al pulsante dell'orologio e premere il pulsante per indicare il livello corrente di passi raggiunti con le lancette delle ore e dei minuti.



- Nel precedente esempio viene indicato il raggiungimento del 75% dell'obiettivo.
- Il livello di passi raggiunti indica il rapporto tra i passi misurati e i passi giornalieri impostati.
- Il livello viene azzerato ogni giorno alle ore 0:00 e torna allo 0%.

Impostazione della sveglia

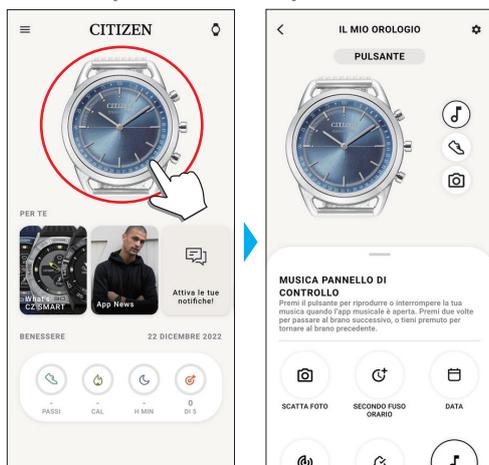
1 Avviare l'app dedicata.

L'orologio e lo smartphone sono connessi.

- Se non è ancora stato effettuato l'accesso all'app, eseguirlo adesso.
- Se parte la sincronizzazione tra orologio e smartphone, attendere che finisca.

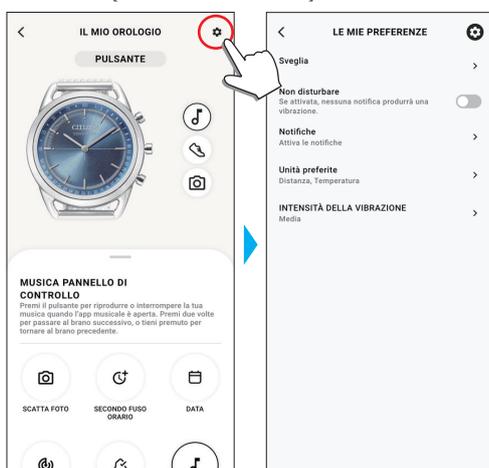
2 Toccare l'immagine dell'orologio connesso sulla schermata iniziale.

Comparirà la schermata [IL MIO OROLOGIO].



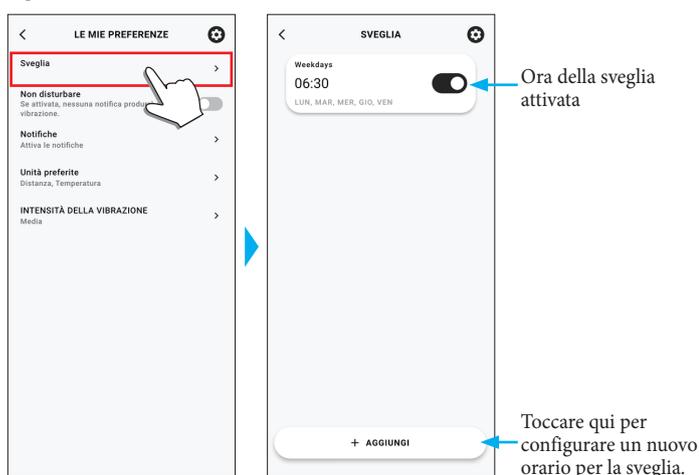
3 Toccare l'icona delle impostazioni (⚙️) nella schermata [IL MIO OROLOGIO].

Comparirà la schermata [LE MIE PREFERENZE].



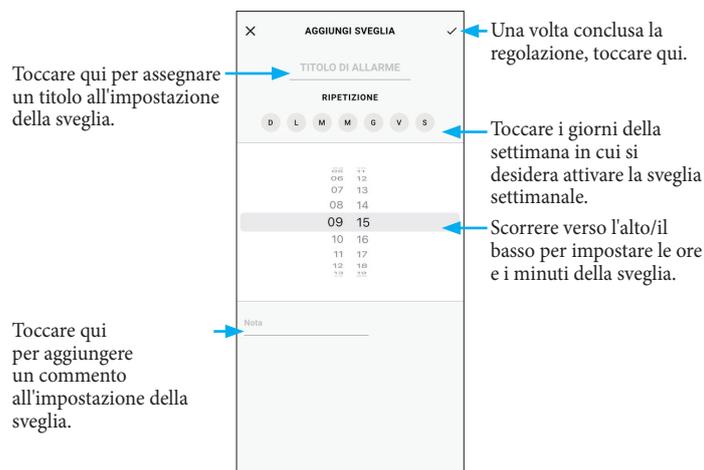
4 Toccare [Sveglia] nella schermata [LE MIE PREFERENZE].

Comparirà la schermata [SVEGLIA].



5 Toccare [+ AGGIUNGI] in fondo alla schermata [SVEGLIA].

Comparirà la schermata [AGGIUNGI SVEGLIA].



- Toccare i giorni della settimana in [RIPETIZIONE] in cui si desidera usare la sveglia a ripetizione. Nel seguente esempio sono selezionati i giorni da lunedì a venerdì.



6 Una volta regolata l'ora della sveglia, toccare il segno di spunta (✓) in alto a destra sulla schermata [AGGIUNGI SVEGLIA] per concludere la procedura.



L'ora appena impostata per la sveglia viene indicata come attiva.

■ Quando scatta l'ora impostata per la sveglia

Le lancette delle ore e dei minuti si muovono leggermente e l'orologio vibra.

- Premere un pulsante qualsiasi per spegnere la sveglia.

■ Attivazione/Disattivazione della sveglia

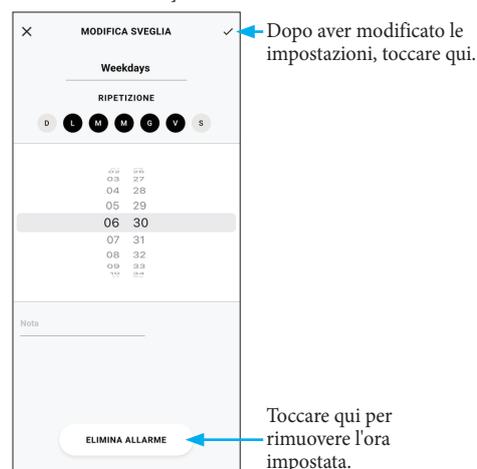
Toccare il selettore dell'impostazione della sveglia per attivare/disattivare la schermata [SVEGLIA].



La sveglia viene attivata/disattivata ogni volta che viene toccata.

■ Cambiamento dell'impostazione della sveglia

Toccare l'impostazione della sveglia sulla schermata [SVEGLIA] per aprire la schermata [MODIFICA SVEGLIA].



Impostazione delle notifiche

L'orologio indica le notifiche spostando le lancette delle ore e dei minuti sulle posizioni impostate in precedenza corrispondenti ai tipi di notifica. L'orologio vibra per segnalare una notifica.

- Se la distanza tra lo smartphone e l'orologio è pari o superiore a 10 metri o in caso di ostacoli intermedi, è possibile che le notifiche non vengano ricevute.
- La durata delle vibrazioni incide sulla durata della batteria dell'orologio.

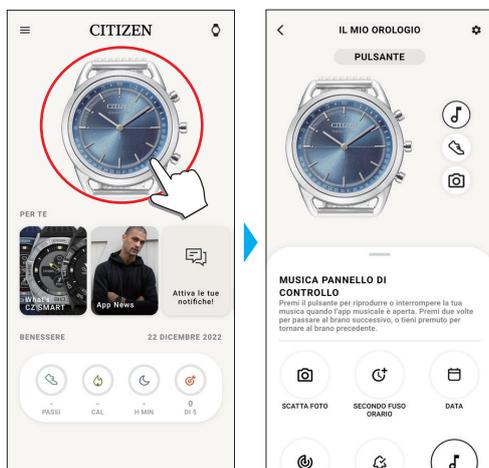
1 Avviare l'app dedicata.

L'orologio e lo smartphone sono connessi.

- Se non è ancora stato effettuato l'accesso all'app, eseguirlo adesso.
- Se parte la sincronizzazione tra orologio e smartphone, attendere che finisca.

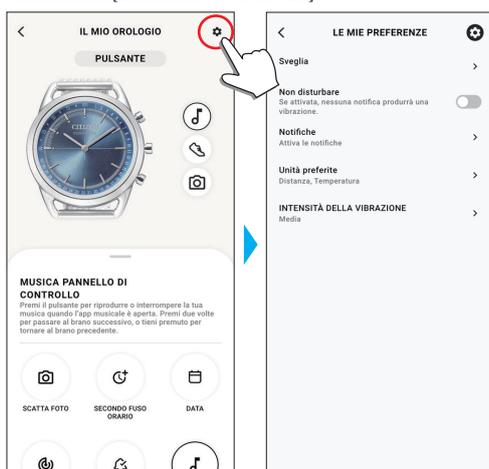
2 Toccare l'immagine dell'orologio connesso sulla schermata iniziale.

Comparirà la schermata [IL MIO OROLOGIO].



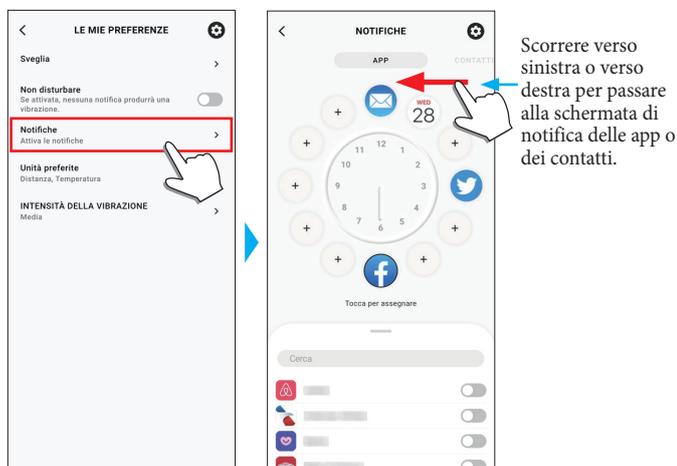
3 Toccare l'icona delle impostazioni (⚙️) nella schermata [IL MIO OROLOGIO].

Comparirà la schermata [LE MIE PREFERENZE].



4 Toccare [Notifiche] nella schermata [LE MIE PREFERENZE].

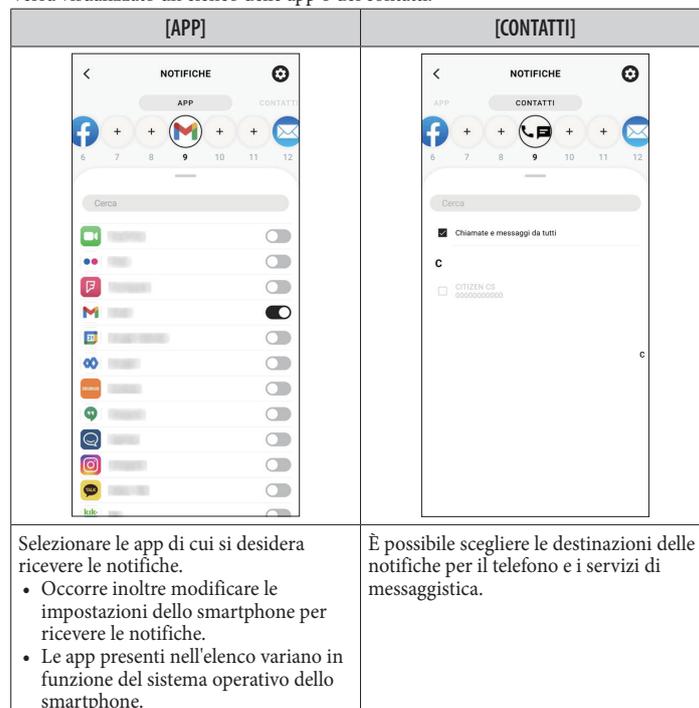
Comparirà la schermata [NOTIFICHE].



Scorrere verso sinistra o verso destra per passare alla schermata di notifica delle app o dei contatti.

5 Toccare una notifica relativa alla posizione e far scorrere verso l'alto la scheda in basso nella schermata.

Verrà visualizzato un elenco delle app o dei contatti.



- Per accedere a un'app di gestione degli indirizzi sullo smartphone, è necessario impostare i diritti di accesso.
- Sul sistema operativo Android è possibile toccare gli elementi con "!" e controllare i diritti di accesso.

■ Modifica dell'intensità della vibrazione

Utilizzare [INTENSITÀ DELLA VIBRAZIONE] sulla schermata [LE MIE PREFERENZE].

■ Per arrestare le notifiche

Attivare/Disattivare il selettore di [Non disturbare] della schermata [LE MIE PREFERENZE].

Controllo e correzione della posizione di riferimento

Controllare e regolare la posizione di riferimento tramite l'app dedicata.

Se data o ora non vengono visualizzate correttamente neanche dopo la connessione allo smartphone, controllare che la posizione di riferimento delle lancette dell'orologio sia corretta.

- Se le lancette non riflettono la posizione di riferimento corretta, l'ora non viene indicata correttamente.

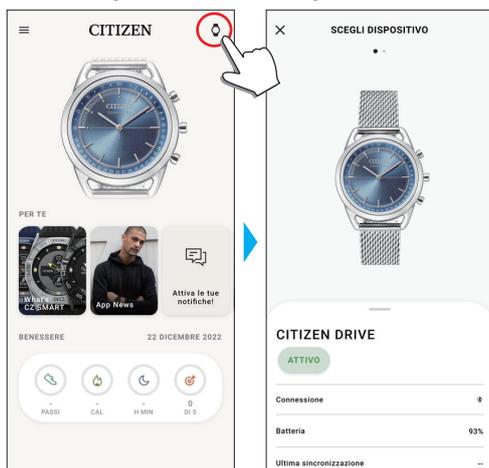
1 Avviare l'app dedicata.

L'orologio e lo smartphone sono connessi.

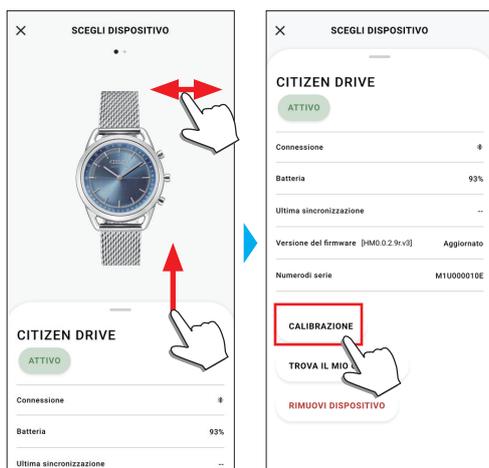
- Se non è ancora stato effettuato l'accesso all'app, eseguirlo adesso.
- Se parte la sincronizzazione tra orologio e smartphone, attendere che finisca.

2 Toccare l'icona dell'orologio (🕒) in alto a destra sulla schermata iniziale.

Comparirà la schermata [SCEGLI DISPOSITIVO].

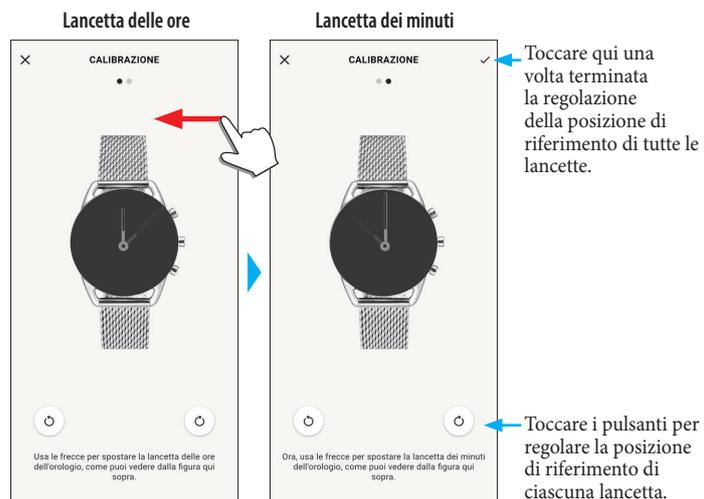


3 Scorrere verso sinistra o verso destra sullo schermo per visualizzare l'orologio connesso e far scorrere verso l'alto la scheda in basso nella schermata.



4 Toccare [CALIBRAZIONE].

È ora possibile regolare la posizione di riferimento della lancetta delle ore.



5 Correggere la posizione di riferimento delle lancette dell'orologio in base alle istruzioni sullo schermo.

- Usare i pulsanti sotto l'immagine dell'orologio per spostare le lancette dell'orologio.

6 Dopo aver regolato la lancetta delle ore, scorrere verso sinistra.

A questo punto, è possibile regolare la posizione di riferimento della lancetta dei minuti.

7 Regolare la posizione di riferimento della lancetta dei minuti dell'orologio con la medesima procedura.

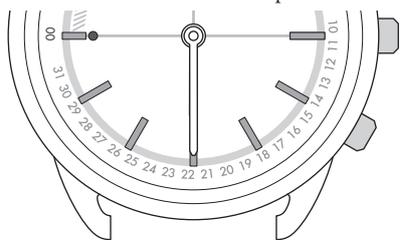
8 Toccare il segno di spunta (✓) in alto a destra sulla schermata per concludere la procedura.



- Il segno di spunta (✓) compare sulla schermata di regolazione della posizione di riferimento della lancetta dei minuti.

Sostituzione della batteria

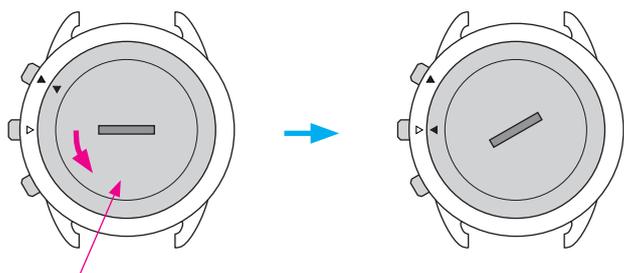
Quando cala la tensione della batteria, l'orologio indica che è giunto il momento di sostituire la batteria fermando tutte le lancette sulla posizione ore 6.



- L'indicazione viene annullata premendo il pulsante, ma si consiglia di sostituire la batteria al più presto.
- È possibile controllare l'autonomia residua dell'orologio dalla schermata [SCEGLI DISPOSITIVO] dell'app dedicata.

■ Durante la sostituzione della batteria

1 Girare il fondello dell'orologio in senso antiorario usando una moneta o qualcosa di simile.



Fondello

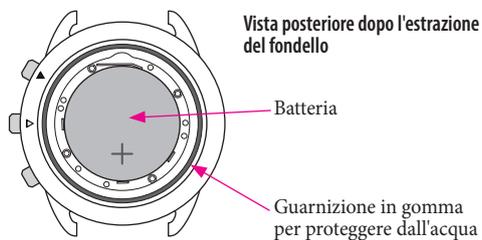
- Girare il fondello finché l'incisione (▲) non risulta allineata con △ sul bordo della cassa.

2 Girare l'orologio per estrarre la batteria.

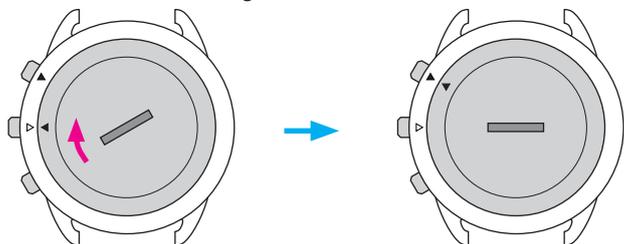
3 Inserire una nuova batteria nell'orologio.

- Posizionare la batteria in modo che il segno più (+) arrivi in alto.

4 Controllare che la guarnizione in gomma per proteggere l'orologio dall'acqua sia posizionata correttamente.



5 Riposizionare il fondello, controllando che l'incisione (▲) sia allineata con △ sul bordo della cassa e girare il fondello in senso orario.



- Girare il fondello finché l'incisione (▲) non risulta allineata con ▲ sul bordo della cassa.
- Controllare che tra il fondello e la cassa non rimanga nulla, ad esempio pezzi di filo.
- Girare il fondello finché la scanalatura non risulta orizzontale.
- Dopo aver sostituito la batteria, avviare l'app dedicata e sincronizzare l'orologio e lo smartphone.

Risoluzione dei problemi

Sintomo	Rimedio
Accoppiamento	
Impossibile eseguire l'accoppiamento, la sincronizzazione o l'aggiornamento.	Mettere l'orologio vicino allo smartphone.
	Controllare le impostazioni del Bluetooth e le informazioni sulla posizione dello smartphone e dell'app dedicata.
	Se era stato effettuato l'accoppiamento, eliminarlo e rifarlo da capo.
Tutte le lancette dell'orologio si fermano in posizione ore 6.	Sostituire la batteria dell'orologio.
Vorrei eliminare l'accoppiamento esistente.	Selezionare l'orologio attualmente in uso nella schermata [SCEGLI DISPOSITIVO] dell'app dedicata, far scorrere verso l'alto la scheda in fondo alla schermata e toccare [RIMUOVI DISPOSITIVO] per annullare l'accoppiamento. Rimuovere il nome dell'orologio attualmente in uso dalle impostazioni Bluetooth dello smartphone.
Orario/Datario	
Impossibile regolare data e ora.	Non è possibile regolare manualmente la data e l'ora dell'orologio. L'orologio segue la data e l'ora dello smartphone quando viene collegato ad esso tramite l'app dedicata.
La data/ora non è corretta.	Controllare la data e l'ora sullo smartphone e avviare l'app dedicata per sincronizzarla con l'orologio.
	Correggere la posizione di riferimento delle lancette dell'orologio. Selezionare l'orologio attualmente in uso nella schermata [SCEGLI DISPOSITIVO] dell'app dedicata, far scorrere verso l'alto la scheda in fondo alla schermata e toccare [CALIBRAZIONE].
Activity tracker	
L'activity tracker non registra il mio sonno.	Il sonno viene registrato automaticamente quando si indossa l'orologio mentre si dorme.
Vorrei cambiare il nome del mio account.	Toccare il nome dell'account sul menu laterale dell'app dedicata.
Vorrei modificare il mio peso e l'altezza.	Toccare [Benessere] e poi [Profili] sul menu laterale dell'app dedicata.
Vorrei cambiare le unità di misura della distanza e della temperatura sull'app dedicata.	Toccare [Unità Preferite] sulla schermata [LE MIE PREFERENZE] dell'app dedicata.
I dati dell'activity tracker non vengono trasmessi all'app dedicata.	Sostituire la batteria dell'orologio quando ha poca autonomia residua.
	Indossare correttamente l'orologio sul polso.
Notifica/Allarme	
Non arriva nessuna notifica.	Controllare l'impostazione delle notifiche sulla schermata [LE MIE PREFERENZE] dell'app dedicata.
	Controllare se il selettore di [Non disturbare] è disattivato sulla schermata [LE MIE PREFERENZE] dell'app dedicata.
La sveglia non funziona.	Controllare le impostazioni di attivazione e disattivazione della sveglia, l'ora della sveglia e la ripetizione dell'allarme sulla schermata [SVEGLIA] dalla schermata [LE MIE PREFERENZE] dell'app dedicata.
Altro	
Vorrei controllare la batteria residua.	Selezionare l'orologio attualmente in uso nella schermata [SCEGLI DISPOSITIVO] dell'app dedicata, far scorrere verso l'alto la scheda in fondo alla schermata e controllare il valore di [Batteria].
Le lancette si fermano.	Se tutte le lancette dell'orologio si fermano in posizione ore 6, l'autonomia residua dell'orologio non è sufficiente. Sostituire la batteria al più presto.

- Se il problema non si risolve con i metodi riportati sopra, rimuovere la batteria dall'orologio e rimetterla.

Tecnologia wireless Bluetooth®

Norme sulla connessione Bluetooth (zone in cui è disponibile il Bluetooth)

In alcuni paesi e in alcune zone non è consentito dalla legge utilizzare la tecnologia Bluetooth.

- L'utilizzo di questo orologio in un paese in cui non è consentito l'uso del Bluetooth potrebbe essere perseguibile per legge.
- Le comunicazioni tramite Bluetooth potrebbero essere monitorate accidentalmente o intenzionalmente. Non utilizzare l'orologio per comunicazioni importanti o comunicazioni riguardanti vite umane.

Per informazioni dettagliate sul Bluetooth, consultare i seguenti documenti.

www.citizenwatch-global.com/support/yf10/index_i.html



Impermeabilità all'acqua

ATTENZIONE Impermeabilità all'acqua

- Prima di usare l'orologio è raccomandabile individuarne sul quadrante e/o sul fondello l'indicazione dell'impermeabilità all'acqua. L'illustrazione che segue fornisce esempi d'uso da considerare come riferimento per impiegare correttamente l'orologio. ("1 bar" corrisponde indicativamente a 1 atmosfera).
- L'indicazione WATER RESIST (ANT) xx bar potrebbe eventualmente apparire come W. R. xx bar.
- I modelli non impermeabili non dovrebbero essere lasciati a contatto con l'umidità. Fare perciò sempre attenzione affinché non soffrano questa condizione.
- Impermeabilità all'acqua per l'uso normale (sino a 3 atmosfere) significa che l'orologio resiste agli spruzzi accidentali occasionali.
- Maggior livello d'impermeabilità per l'uso normale (sino a 5 atmosfere) significa che l'orologio può essere indossato durante il nuoto ma non nel nuoto subacqueo in apnea o in immersione con bombole d'aria.
- Maggior livello d'impermeabilità per l'uso normale (sino a 10-20 atmosfere) significa che l'orologio può essere indossato durante il nuoto subacqueo in apnea ma non in immersione con bombole d'aria o in immersione in saturazione d'elio.

Nome	Indicazione Quadrante o fondello	Specifica	Uso in acqua					
			Esposizione all'acqua di bassa entità (lavarsi il viso, pioggia, ecc)	Nuoto e operazioni generiche di lavaggio	Immersioni, sport marittimi	Immersioni con bombola	Immersioni in saturazione con gas elio	Azionare la corona o i pulsanti quando l'orologio è umido
Non impermeabile	—	Non impermeabile	NO	NO	NO	NO	NO	NO
Impermeabile durante l'uso normale	WATER RESIST	Impermeabile fino a 3 atmosfere	OK	NO	NO	NO	NO	NO
Maggior livello d'impermeabilità durante l'uso normale	W. R. 5 bar	Impermeabile fino a 5 atmosfere	OK	OK	NO	NO	NO	NO
	W. R. 10 bar W. R. 20 bar	Impermeabile fino a 10 o 20 atmosfere	OK	OK	OK	NO	NO	NO

Precauzioni e limiti d'uso

AVVERTENZA Sostituzione della batteria

- Non ricaricare la batteria usata.
- Non gettare la batteria scarica nel fuoco.
- Non ingerire la batteria – Rischio di ustione chimica.
- Questo prodotto contiene una batteria con cella a bottone. In caso di ingestione, la batteria con cella a bottone può causare gravi ustioni interne in sole 2 ore e può causare il decesso.
- Tenere fuori dalla portata dei bambini le batterie nuove e usate.
- Se il vano batterie non si chiude bene, smettere di usare il prodotto e tenerlo lontano dalla portata dei bambini.
- Se si ritiene che la batteria possa essere stata ingerita o inserita in una parte del corpo, cercare immediatamente cure mediche.
- Non smontare, personalizzare né surriscaldare la batteria. Potrebbe provocare gravi incidenti.
- Se la batteria usata viene lasciata nell'orologio, potrebbe provocare perdite dannose e causare guasti. Sostituire la batteria al più presto.
- Quando si sostituisce la batteria, controllare che la nuova batteria sia del tipo specificato.
- Non sostituire la batteria con un modello diverso da quello specificato. Se la batteria viene sostituita con un modello inadatto, rischia di esplodere o di causare guasti all'orologio.

AVVERTENZA Per evitare lesioni

- Prestare particolare attenzione quando s'indossa l'orologio con un bambino in braccio in modo da non ferirlo.
- Prestare particolare attenzione durante gli esercizi fisici o il lavoro pesante per evitare di ferire se stessi e gli altri.
- Non indossare l'orologio durante la sauna né in altre circostanze in cui possa surriscaldarsi e causare il rischio di ustione.
- Prestare attenzione alle unghie quando s'indossa o si toglie l'orologio, specialmente se il cinturino è molto stretto.

AVVERTENZA Precauzioni

- Usare sempre l'orologio con la corona premuta all'interno (normale posizione). Se la corona è del tipo con blocco a vite ci si deve sempre accertare che sia ben bloccata.
- Non utilizzare l'orologio (uso della corona e/o dei pulsanti) quando è umido. In caso contrario l'acqua vi potrebbe penetrare danneggiando i componenti interni più importanti.
- In caso di penetrazione di acqua o di persistente appannamento del vetro si raccomanda di far controllare e/o riparare l'orologio dal proprio rivenditore o da un centro di assistenza autorizzato.
- Anche se l'orologio è caratterizzato da un elevato livello d'impermeabilità è raccomandabile:
 - risciacquarlo bene in acqua dolce e quindi asciugarlo con un panno asciutto dopo l'immersione in acqua di mare
 - non colpirlo con il flusso d'acqua di un rubinetto
 - Togliarlo dal polso prima di fare il bagno
- Qualora nell'orologio penetri acqua di mare, inserirlo in una scatola o in un sacchetto di plastica e provvedere immediatamente a farlo controllare. In caso contrario la pressione interna potrebbe aumentare con conseguente distacco di alcune delle parti (cristallo, corona, pulsanti, ecc.)

AVVERTENZA Quando s'indossa l'orologio

<Cinturino>

- A causa del sudore il cinturino di pelle o di gomma uretanica si deteriora nel tempo. Essendo un materiale naturale, la pelle si può consumare, deformare e scolorire. È perciò consigliabile sostituirlo periodicamente.
- A causa del materiale con cui il cinturino di pelle è realizzato, se lo si bagna la sua durezza si riduce (sbiadisce e/o il materiale adesivo si distacca). Quando bagnata, inoltre, la pelle può causare infiammazione cutanea.
- Non macchiare il cinturino di pelle con sostanze, prodotti cosmetici compresi, contenenti materiali volatili, sbiancanti o alcol. Si potrebbe infatti scolorire e invecchiare prematuramente. Anche la luce ultravioletta, in particolare quella solare diretta, potrebbe causarne lo scolorimento o la deformazione.
- Anche se è del tipo impermeabile, una volta bagnato è preferibile togliere l'orologio dal polso.
- Non stringere eccessivamente il cinturino. Si deve lasciare spazio a sufficienza tra esso e la pelle in modo da mantenerla adeguatamente ventilata.
- Il cinturino di gomma uretanica potrebbe macchiarsi con il colore o la sporcizia dell'abbigliamento o di altri accessori. Poiché la rimozione di queste macchie potrebbe risultare impossibile, si raccomanda di non indossare l'orologio con abbigliamento o accessori che tendono a trasferire con facilità il colore. Il cinturino potrebbe deteriorarsi anche a contatto con solventi e con l'umidità dell'aria. Si consiglia di sostituirlo quando perde l'elasticità o si screpola.
- Si raccomanda di richiedere la regolazione o la riparazione del cinturino nei seguenti casi:
 - quando presenta anomalie superficiali, ad esempio segni di evidente deterioramento.
 - quando l'ardiglione della fibbia fuoriesce.
- Si raccomanda di affidare la regolazione del cinturino a un orologiaio esperto. Se non viene regolato correttamente, infatti, il cinturino potrebbe staccarsi improvvisamente, causando la caduta dell'orologio o danni personali (esclusi i prodotti contenenti lo strumento per la regolazione del cinturino). Rivolgersi a un centro di assistenza autorizzato. Altri negozi potrebbero far pagare o non fornire questo servizio.

<Temperatura>

- Alle temperature eccessivamente alte e basse l'orologio potrebbe arrestarsi o cessare di funzionare regolarmente.
- Non usare né conservare l'orologio in un ambiente eccessivamente caldo o freddo o in condizioni in grado di provocare perdite, surriscaldamento, esplosione o incendio della batteria.

<Magnetismo>

• Gli orologi analogici al quarzo sono mantenuti in movimento da un motore a impulsi che fa uso di un magnete. Se li si sottopone a un forte magnetismo esterno il motore potrebbe cessare di funzionare correttamente con conseguente imprecisione d'indicazione dell'ora.

Si raccomanda pertanto di non avvicinare questi tipi d'orologio a dispositivi medicali magnetici quali, ad esempio, collane e bande elastiche, né alle cerniere a magneti dei frigoriferi, alle chiusure magnetiche delle borse, agli altoparlanti dei telefoni cellulari, ai dispositivi di cottura elettromagnetici e così via.

<Forti urti>

• Non si deve lasciar cadere l'orologio né sottoporlo a forti urti. In caso contrario si potrebbe danneggiare la cassa o il cinturino, oppure potrebbe cessare di funzionare correttamente e/o fornire le prestazioni previste.

<Elettricità statica>

• I circuiti integrati installati negli orologi al quarzo sono sensibili all'elettricità statica. A causa di questa essi potrebbero funzionare in modo anomalo o non funzionare affatto.

<Sostanze chimiche, gas corrosivi e mercurio>

• Non usare l'orologio in ambienti pieni di sostanze chimiche o di gas dannosi. Qualora l'orologio dovesse venire a contatto con diluenti, benzene, solventi o prodotti che li contengono (comprese benzina, smacchiatori per unghie, cresolo, detersivi e adesivi per bagno, prodotti idrorepellenti e così via), si potrebbe scolorire, deteriorare e comunque danneggiare. Tali sostanze devono quindi essere maneggiate con molta cura. Anche il contatto con il mercurio, ad esempio quello contenuto nei termometri, può far scolorire la cassa e il cinturino.

<Pellicole adesive>

• Accertarsi di aver rimosso ogni eventuale pellicola adesiva presente sull'orologio (fondello, cinturino, fibbia, ecc.). In caso contrario, la pelle si potrebbe scoriare e/o le parti metalliche corrodere a causa della penetrazione del sudore o dell'umidità negli interstizi.

! AVVERTENZA **Mantenere sempre pulito l'orologio**

- Periodicamente ruotare la corona mentre è completamente premuta e premere i pulsanti affinché nel tempo non rimangano bloccati a causa dell'accumulo di corpi estranei.
- La cassa e il cinturino dell'orologio vanno a diretto contatto con la pelle. A causa dell'umidità o del sudore l'eventuale corrosione delle parti metalliche e/o l'accumulo di corpi estranei potrebbero dar luogo alla fuoriuscita di residuo scuro dal cinturino. Per questo si raccomanda di mantenere sempre pulito l'orologio.
- La cassa e il cinturino dell'orologio vanno a diretto contatto con la pelle. In rare circostanze essi potrebbero causare l'irritazione della pelle. Se si sospettano problemi, togliere l'orologio dal polso immediatamente e rivolgersi a un medico. In caso di accumuli di sudore o di sporco sul cinturino in metallo o sulla cassa, pulirli scrupolosamente con uno spazzolino e un detersivo neutro. Se il cinturino è di pelle o di gomma (uretanica), pulirlo con un panno asciutto.
- Il sudore e la sporcizia possono scolorire il cinturino di pelle. È consigliabile pertanto mantenerlo sempre pulito strofinandolo con un panno asciutto.

Cura dell'orologio

- Con un panno morbido rimuovere dal cristallo e dalla cassa qualsiasi traccia di sporcizia e umidità, in particolare il sudore.
- Per i cinturini in metallo, in plastica o in gomma (uretanica), rimuovere lo sporco con l'acqua. Rimuovere le particelle di polvere incastrate tra le fessure del cinturino metallico con uno spazzolino morbido.
- Il cinturino di pelle deve essere mantenuto pulito strofinandolo con un panno asciutto.
- In caso di inutilizzo dell'orologio per un periodo prolungato si suggerisce di strofinarlo con cura per rimuovere qualsiasi traccia di sudore, umidità o sporcizia e di conservarlo quindi adeguatamente al riparo da temperature eccessivamente alte o basse e dall'alta umidità.

Se l'orologio è trattato con vernice luminosa

La vernice che ricopre il quadrante e le lancette aiuta a leggere l'ora nei luoghi bui. Essa immagazzina la luce (naturale e artificiale) restituendola al buio.

Non contiene tuttavia sostanze radioattive né altri materiali nocivi alla salute umana e all'ambiente.

- L'intensità luminosa è massima all'inizio ma diminuisce col tempo.
- La durata dell'emissione luminosa dipende dall'intensità, dal tipo e dalla distanza da cui la sorgente si trova nonché dalla durata dell'esposizione e dalla quantità di vernice.
- L'emissione luminosa potrebbe non avvenire e/o estinguersi velocemente in caso di esposizione limitata alla sorgente di luce.

Caratteristiche tecniche

Modello	YF10	
Tipo	Orologio al quarzo analogico	
Funzioni d'indicazione	Ora	ora, minuti
Durata	Circa 6 mesi (potrebbe diminuire in base alle condizioni di utilizzo)	
Batteria	Cella principale (cella a bottone al diossido di manganese e litio CR2025), 1 pz.	
Funzioni aggiuntive	<ul style="list-style-type: none"> • Funzione di avviso della durata della batteria • Funzione sveglia (vibrazione) • Funzione vibrazione (impostazione dall'app dedicata) 	

Nella tabella sottostante si suppongono le seguenti condizioni durante la misurazione della durata.

Connessione allo smartphone	19 ore al giorno
Riconnessione automatica	38 volte al giorno
Sincronizzazione dei dati	20 volte al giorno
Notifica	22 volte al giorno
Indicazione dell'obiettivo di passi	Una volta al giorno
Datario	Una volta al giorno
Seconda indicazione del fuso orario	Una volta al giorno

Le caratteristiche tecniche e i contenuti sono soggetti a modifica senza preavviso.