

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 (n. cal.: YF20)

È possibile accedere alle informazioni più recenti dell'orologio tramite il codice QR.
<https://www.citizenwatch-global.com/support/html/it/yf20/yf20.html>

- Accedere anche per vedere 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

Le "Precauzioni" fornite insieme al prodotto contengono istruzioni da osservare sempre e scrupolosamente, non solo per usare l'orologio nel modo migliore ma anche per prevenire lesioni a se stessi, alle altre persone e alle cose. Leggerle attentamente prima di usare il prodotto.

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.

Activity tracker e sensore della frequenza cardiaca integrati

L'orologio registra le attività e la frequenza cardiaca. I dati sono visibili nell'app dedicata.

Pulsanti configurabili dall'utente

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

- [ADD FEATURES]
- [MODALITÀ ALLENAMENTO]
- [DASHBOARD BENESSERE]
- [CRONOMETRO]
- [NOTIFICHE]
- [CONTROLLO DELLA MUSICA]
- [TIMER]
- [METEO]
- [SQUILLO DEL TELEFONO]

Indicazione fissa sul display

L'orologio è provvisto di un display in carta elettronica. Può sempre indicare fino a 4 elementi selezionati dalle seguenti informazioni.

- [ADD FEATURES]
- [SECONDO FUSO ORARIO]
- [GIORNO - DATA]
- [TEMPERATURA ATTUALE]
- [PASSI]
- [FREQUENZA CARDIACA]
- [POSSIBILITÀ DI PIOGGIA]
- [MINUTI DI ATTIVITÀ]
- [CALORIE]
- [BATTERIA]

L'aspetto del display (quadrante) è personalizzabile liberamente.

Utilizzare le altre funzioni con Riiiver.

Riiiver è una piattaforma di servizio unica che consente di collegare gli orologi a Internet tramite una speciale app sullo smartphone.

Con quest'orologio, è possibile aggiungere all'orologio le funzioni preconfigurate (che nel servizio di Riiiver si chiamano "iidea") selezionando [ADD FEATURES] durante l'assegnazione delle funzioni ai pulsanti dell'orologio o durante la selezione delle voci sul display.

- Si limita alle zone in cui è disponibile il servizio Riiiver. Non è disponibile nei luoghi non coperti dal servizio Riiiver.

Riiiver

Imagine. Inspire. Innovate.

INDICE

Precauzioni di sicurezza	1
Caratteristiche	1
Prima di usare l'orologio	2
Pellicole adesive	2
Ricarica dell'orologio	2
Identificazione delle parti	2
Informazioni sul display dell'orologio	2
Aggiornamento dell'indicazione sul display	2
Accensione della luce	2
Indicazione delle notifiche	2
Nascondere le informazioni sul display	2
Prima della connessione allo smartphone	2
Requisiti per la connessione	2
Accoppiamento con lo smartphone	3
Esecuzione dell'accoppiamento	3
Se l'accoppiamento non viene eseguito	4
Se la connessione non riesce dopo l'accoppiamento (annullamento dell'accoppiamento)	4
Sincronizzazione dell'orologio e dello smartphone	5
Regolazione di data e ora	5
Sensore di accelerazione e sensore della frequenza cardiaca	5
Impostazioni sul corpo dell'orologio	6
Schermata dell'app dedicata	7
Menu laterale	7
schermata [SCEGLI DISPOSITIVO]	7
schermata [IL MIO OROLOGIO]	7
schermata [BENESSERE]	8
Modifica delle impostazioni dell'app dedicata	8
Modifica dei valori di obiettivo delle attività	9
Controllo dello stato dell'orologio collegato	10
Personalizzazione del quadrante dell'orologio	12
Impostazione della sveglia	14
Impostazione delle notifiche	15
Rilevamento automatico delle attività	16
Controllo e correzione della posizione di riferimento	17
Informazioni sul menu dell'orologio	18
Usò del timer	18
Tecnologia wireless Bluetooth®	19
Caratteristiche tecniche	19

Prima di usare l'orologio

Pellicole adesive

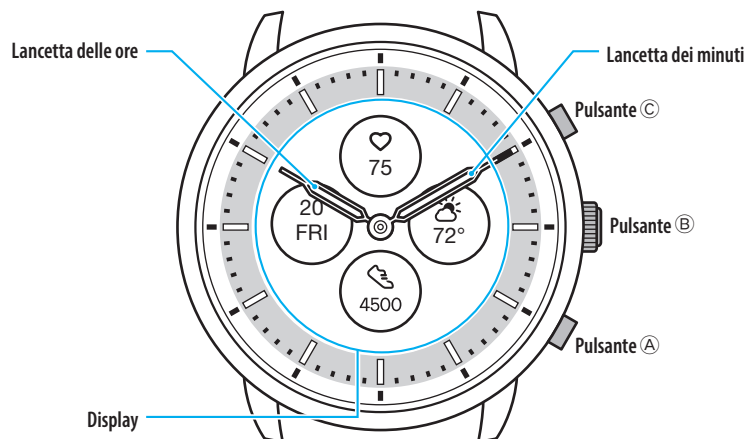
Accertarsi di aver rimosso ogni eventuale pellicola adesiva presente sull'orologio (fondello, cinturino, fibbia, ecc.). In caso contrario, la pelle si potrebbe scoriare e/o le parti metalliche corrodere a causa della penetrazione del sudore o dell'umidità negli interstizi.

Ricarica dell'orologio

Per usare l'orologio, ricaricare la batteria secondaria integrata con l'apposito caricabatterie.

Per maggiori informazioni, vedere la "Guida di avvio rapido" e il "Cavo di ricarica" forniti insieme al prodotto.

Identificazione delle parti

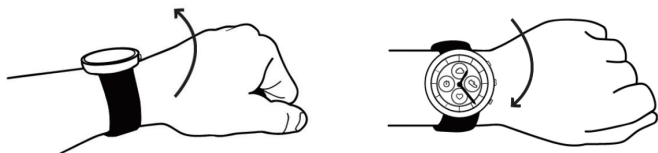


- Le illustrazioni riportate in questo manuale potrebbero differire dall'aspetto reale dell'orologio effettivamente acquistato.

Informazioni sul display dell'orologio

L'orologio è provvisto di un display in carta elettronica. Grazie al display, l'orologio può sempre indicare varie informazioni con un basso impatto sulla riserva di carica. D'altro lato, rispetto agli LCD normali, l'indicazione non sempre si aggiorna. Per visualizzare i passi totali correnti o altri dati in tempo reale, è necessario aggiornare appositamente l'indicazione.

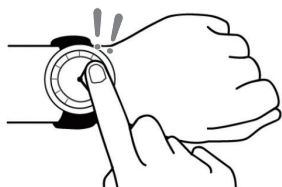
Aggiornamento dell'indicazione sul display



Girare rapidamente il polso con l'orologio addosso per muovere le lancette e aggiornare l'indicazione sul display.

- Se le lancette non si muovono, riprovare a girare il polso.

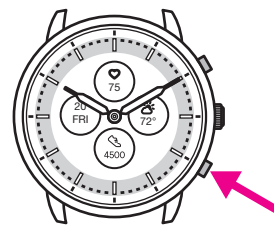
Accensione della luce



Toccare due volte il centro del display per accendere la luce.

- La luce si spegne automaticamente se non si svolge nessun'azione.
- È possibile modificare l'impostazione che impedisce l'accensione della luce sull'orologio. Per maggiori informazioni, vedere "Impostazioni sul corpo dell'orologio" (→ pagina 6).

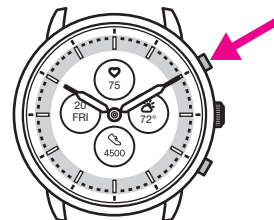
Indicazione delle notifiche



Premere e tenere premuto il pulsante A in basso a destra per indicare le notifiche sul display dell'orologio.

- Per maggior informazioni sulle notifiche, vedere il capitolo "Impostazione delle notifiche" (→ pagina 15).

Nascondere le informazioni sul display



È possibile nascondere le informazioni sul display premendo e tenendo premuto il pulsante C in alto a destra.

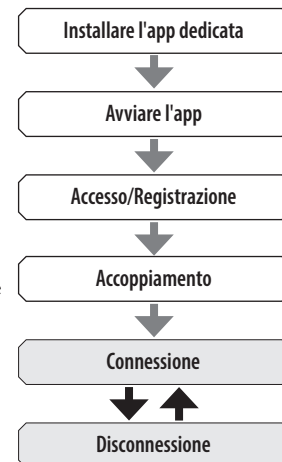
- È anche possibile nascondere le informazioni tramite le impostazioni dell'orologio. Per maggiori informazioni, vedere "Informazioni sul menu dell'orologio" (→ pagina 18).

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.
- Non è garantito un funzionamento corretto dell'app anche se lo smartphone è conforme a tutti i requisiti.
- L'aggiornamento dell'app dedicata può cessare dopo la fine della produzione dell'orologio.

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.
- Caricare a sufficienza l'orologio e lo smartphone in anticipo.
- Attivare il Bluetooth® e le funzioni relative alle informazioni sulla posizione sullo smartphone.

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



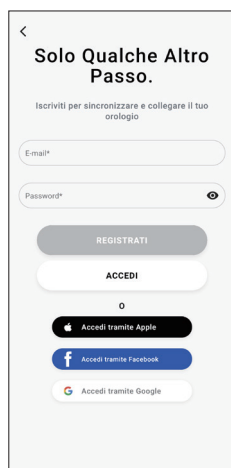
2 Avviare l'app dedicata.

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

3 Toccare [IBRIDO].



4 Creare un account.

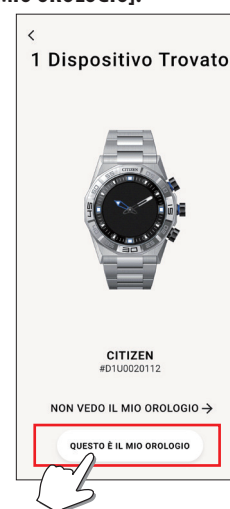


- Dopo la creazione dell'account, procedere all'autenticazione. Il numero di autenticazione viene inviato all'indirizzo email immesso qui.
- Toccare [ACCEDI] se si in precedenza, dopo aver creato l'account, si era usciti dall'app senza eseguire l'accoppiamento.
- Dopo l'accesso, lo stato (stato di accesso) 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].

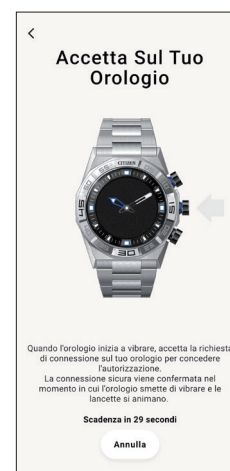


6 Toccare [QUESTO È IL MIO OROLOGIO].



- 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.

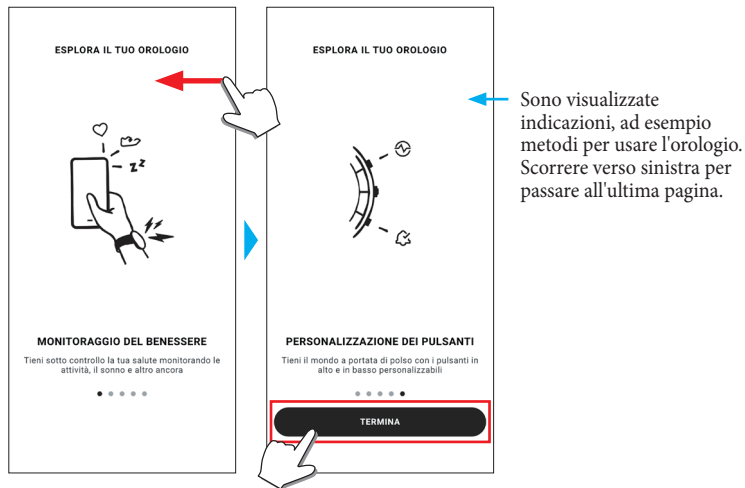
7 Premere il pulsante **B** al centro a destra dell'orologio entro il limite di tempo.



Inizia l'accoppiamento.

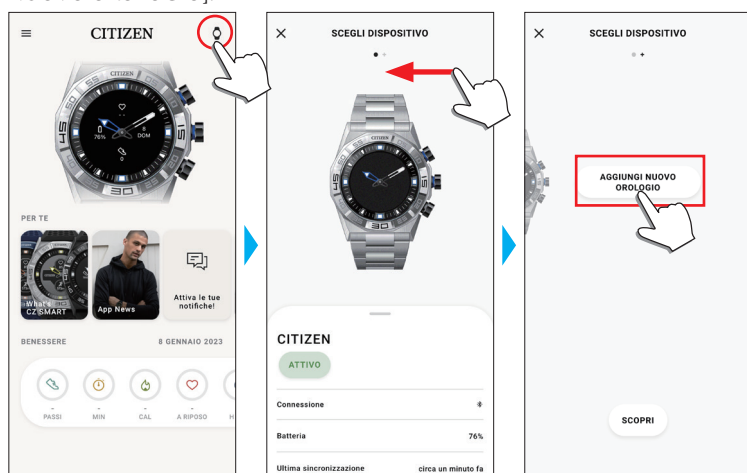
Terminato l'accoppiamento

Comparirà una schermata indicante la fine dell'operazione.



Per avviare l'accoppiamento sulla schermata dell'app

Toccare l'icona dell'orologio (🕒) 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 non viene visualizzato sull'app dedicata, provare a ripetere l'accoppiamento seguendo la procedura indicata sotto.

- 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)

Provare ad eseguire di nuovo l'accoppiamento seguendo la procedura indicata sotto.

- 1 Toccare l'icona dell'orologio (🕒) in alto a destra sulla schermata iniziale.
- 2 Scorrere verso sinistra o verso destra sulla schermata [SCEGLI DISPOSITIVO] per visualizzare l'orologio da collegare allo smartphone.
- 3 Fare scorrere verso l'alto la parte inferiore della schermata [SCEGLI DISPOSITIVO] per visualizzare il menu.



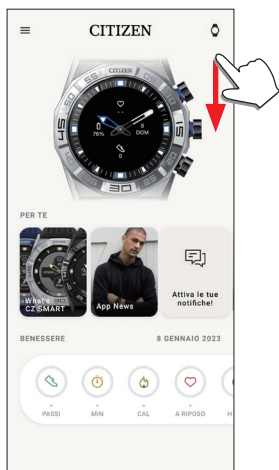
- 4 Toccare [RIMUOVI DISPOSITIVO].
- 5 Rimuovere "Citizen Connected HR" dall'impostazione Bluetooth® dello smartphone.
- 6 Disattivare la funzione Bluetooth sullo smartphone e riattivarla.
- 7 Eseguire di nuovo l'accoppiamento tra l'orologio e lo smartphone.

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.
- La sincronizzazione non parte se l'orologio non è carico a sufficienza.
- 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 scorrendo verso il basso nella 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.

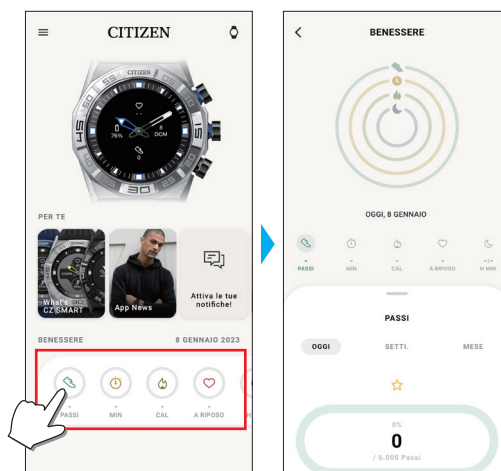
- Non è possibile provvedere autonomamente alla regolazione di data e ora sull'orologio.

Sensore di accelerazione e sensore della frequenza cardiaca

L'orologio è provvisto di un sensore di accelerazione e di un sensore della frequenza cardiaca integrati. Eseguono sempre misurazioni quando l'orologio viene indossato.

- Il sensore di accelerazione misura i movimenti, come i passi, mentre il sensore della frequenza cardiaca conta i battiti al minuto.
- Se si tiene qualcosa nella mano del lato in cui si indossa l'orologio, i sensori potrebbero produrre misurazioni sbagliate.

I dati misurati vengono indicati in tempo reale sull'orologio. Inoltre, nella schermata [BENESSERE] dell'app dedicata, i dati vengono visualizzati nei grafici come record giornalieri/settimanali/mensili.



Nella schermata dell'app dedicata, è anche possibile controllare lo stato dell'allenamento, suddiviso per tipo di esercizio, durata dell'esercizio, consumo calorico calcolato in base al peso e all'altezza, durata del sonno, ecc.

- 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 rilevati da quest'orologio possono essere inviati ad altre app.
- L'orologio legge i movimenti dell'orologio attraverso i dati del sensore di accelerazione e stima il tipo e la durata delle attività, come camminare e dormire. I dati stimati possono non corrispondere a quelli effettivi.
- I dati non sono modificabili. I dati delle attività registrati dall'orologio non vengono indicati sull'app dedicata dell'orologio.

Impostazioni sul corpo dell'orologio

È possibile configurare le impostazioni dell'orologio e utilizzare le varie funzioni solo dall'orologio.

- Alcune impostazioni e funzioni non sono disponibili in assenza di connessione tra l'orologio e lo smartphone tramite l'app dedicata.

Di seguito vengono presentate le impostazioni sul corpo dell'orologio.

- Per le altre funzioni, vedere il capitolo "Informazioni sul menu dell'orologio" (→ pagina 18).

1 Premere il pulsante **B** al centro a destra dell'orologio.

Le lancette dell'orologio puntano verso una delle icone delle funzioni sul display.



- Dopo l'indicazione, puntano subito verso [Home].
- L'indicazione torna automaticamente all'indicazione corrente dopo 3 minuti senza svolgere alcuna operazione.

2 Premere il pulsante **A** in basso a destra.

Le lancette dell'orologio sono puntate verso l'icona [impostazioni].



- A questo punto, premendo il pulsante **A** in basso a destra, le lancette girano in senso orario per indicare una ad una le icone delle funzioni. Premendo il pulsante **C** in alto a destra, le lancette dell'orologio girano in senso antiorario.

3 Premere il pulsante **B** al centro a destra dell'orologio.

Sull'orologio compare il menu [impostazioni].



- Quando viene visualizzato il menu, è selezionato [Indietro].

4 Premere e rilasciare ripetutamente il pulsante **A** in basso a destra o **C** in alto a destra per selezionare una voce del menu.

5 Premere il pulsante **B** al centro a destra dell'orologio.

L'impostazione della voce di menu selezionata viene modificata.

- Ogni volta che si preme il pulsante, l'impostazione cambia.

[Info]	Consente di visualizzare il numero di serie e la versione del firmware dell'orologio. <ul style="list-style-type: none"> • Questa voce non ha valori da impostare. • Premere il pulsante A in basso a destra o il pulsante C in alto a destra per spostare l'indicazione verso l'alto o verso il basso.
[Modalità orologio]	È possibile stabilire su quale polso indossare l'orologio. Selezionare [DESTRO] o [MANCINO]. <ul style="list-style-type: none"> • Ogni volta che si modifica l'impostazione, l'indicazione sul display si capovolge. • Quando si seleziona [MANCINO], interpretare le indicazioni "al centro a destra", "in alto a destra" e "in basso a destra" del presente manuale come se fosse scritto "al centro a sinistra", "in alto a sinistra" e "in basso a sinistra".
[Quadrante Info]	È possibile stabilire se le informazioni debbano essere indicate sul display dell'orologio. <ul style="list-style-type: none"> • Premere e tenere premuto il pulsante C in alto a destra per accendere e spegnere ([ON]/[OFF]).
[Frequenza cardiaca]	È possibile stabilire se usare il sensore della frequenza cardiaca.
[Vibrazione]	È possibile modificare l'intensità della vibrazione dell'orologio. Selezionare uno dei seguenti valori: [OFF], [LIEVE], [MEDIO] o [FORTE]. <ul style="list-style-type: none"> • Ogni volta che si modifica l'impostazione, l'orologio vibra nella nuova impostazione.
[Dimensione della notifica]	È possibile regolare le dimensioni del testo delle notifiche sul display dell'orologio. È possibile scegliere un'opzione tra [PICCOLO], [MEDIO] e [GRANDE].
[Non disturbare]	È possibile impostare un'interruzione temporanea delle notifiche sull'orologio. È possibile scegliere un'opzione tra [ON], [TELEFONO SPECCHIO] e [OFF]. <ul style="list-style-type: none"> • L'impostazione non incide sulla sveglia.
[Indietro]	Il menu [impostazioni] viene chiuso.
[Luce frontale]	È possibile stabilire se usare la luce.

6 Ripetere le fasi 4 e 5 per regolare le impostazioni delle altre voci.

7 Una volta completata l'impostazione, premere e rilasciare ripetutamente il pulsante **A** in basso a destra o **C** in alto a destra per selezionare [Indietro].

8 Premere il pulsante **B** al centro a destra dell'orologio.

Le lancette dell'orologio sono puntate verso l'icona [impostazioni].



9 Premere il pulsante **C** in alto a destra.

Le lancette dell'orologio sono puntate verso l'icona [Home].

10 Premere il pulsante **B** al centro a destra dell'orologio per concludere la procedura.

Viene ripristinata la normale indicazione dell'orologio.

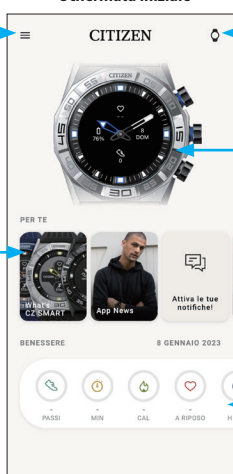
- Dopo il passaggio 5, premere e tenere premuto il pulsante **B** al centro a destra dell'orologio per passare alla fase 8.

Schermata dell'app dedicata

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

Schermata iniziale

Icona del menu
Si aprirà il menu laterale.



Collegamenti che mostrano automaticamente avvisi, lo stato più recente dell'orologio e altre informazioni. È possibile scorrere verso sinistra e verso destra.

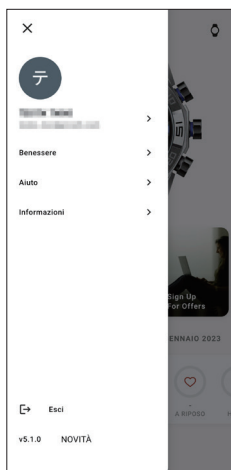
Icona dell'orologio
Apri la schermata [SCEGLI DISPOSITIVO].

Immagine dell'orologio connesso
Comparirà la schermata [IL MIO OROLOGIO].

Comparirà la schermata [BENESSERE]. È possibile scorrere verso sinistra e verso destra.

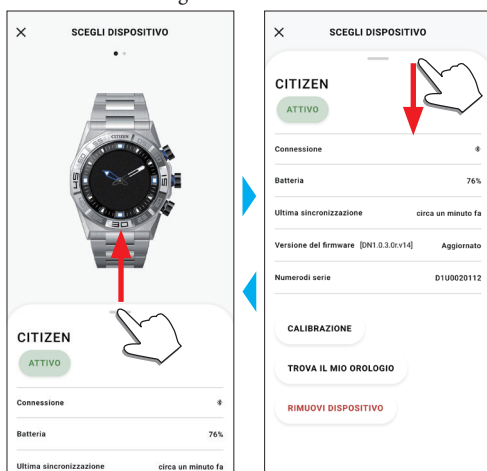
Menu laterale

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.

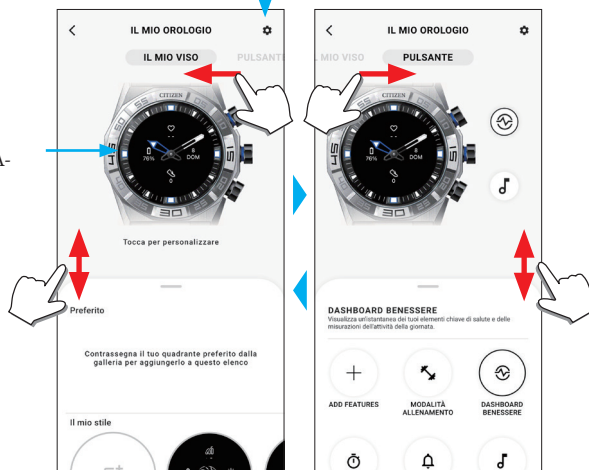


schermata [IL MIO OROLOGIO]

Qui è possibile personalizzare l'indicazione del display dell'orologio e assegnare funzioni ai pulsanti dell'orologio. È possibile anche controllare le impostazioni delle notifiche e degli allarmi.

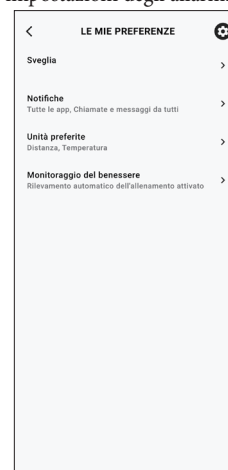
Icona delle impostazioni
Apri la schermata [LE MIE PREFERENZE].

Apri la schermata [PERSONALIZZAZIONE].



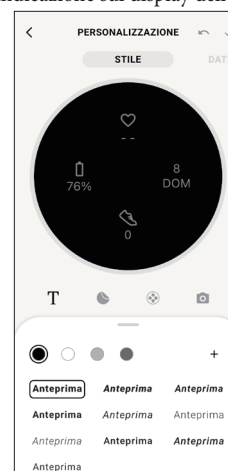
■ schermata [LE MIE PREFERENZE]

Qui è possibile controllare le impostazioni degli allarmi, delle notifiche, dell'unità, ecc.



■ schermata [PERSONALIZZAZIONE]

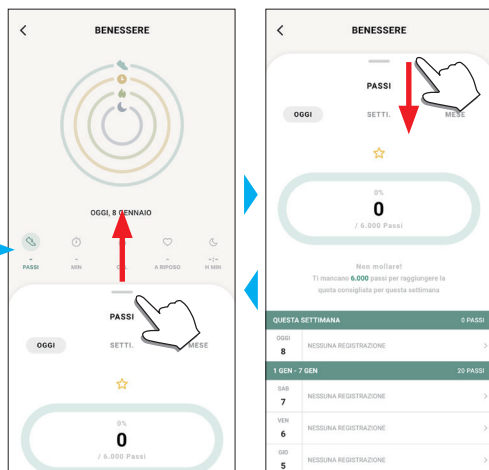
Qui è possibile controllare l'indicazione sul display dell'orologio.



schermata [BENESSERE]

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

La schermata contiene i cinque seguenti sottomenu: [PASSI], [MINUTI DI ATTIVITÀ (MIN)], [CALORIE BRUCIATE (CAL)], [FREQUENZA CARDIACA (A RIPOSO)] e [SONNO (H MIN)].



Toccare per passare a una voce 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 maggiori informazioni sul valore dell'obiettivo, vedere il capitolo "Modifica dei valori di obiettivo delle attività" (→ pagina 9).

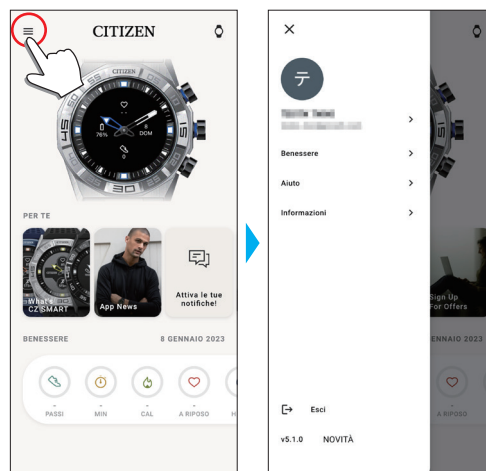
Modifica delle impostazioni dell'app dedicata**1 Avviare l'app dedicata.**

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 aprirà il menu laterale.



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

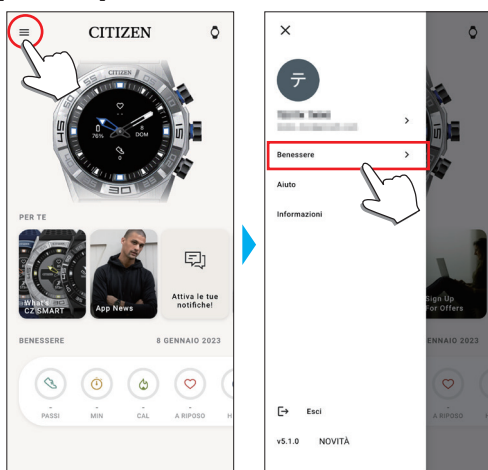
Modifica dei valori di obiettivo delle attività

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.

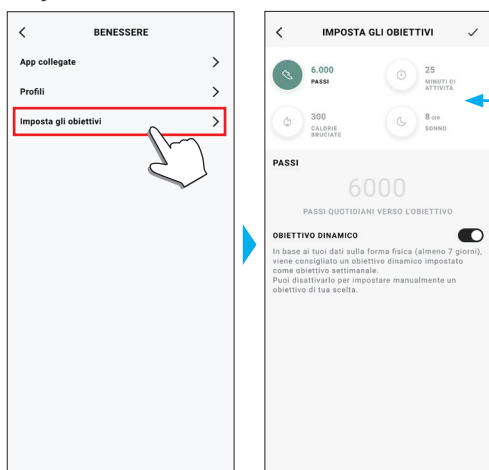
2 Toccare l'icona del menu (☰) in alto a sinistra sulla schermata iniziale e toccare [Benessere] sul menu laterale.



Comparirà la schermata [BENESSERE].

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

Comparirà la schermata [IMPOSTA GLI OBIETTIVI].

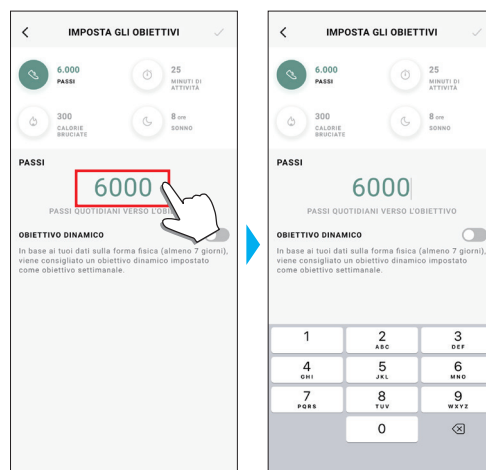


Sono indicati i valori delle impostazioni correnti.

Toccare una voce di cui si desidera modificare il valore delle impostazioni.

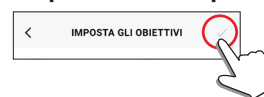
4 Selezionare la voce di cui si desidera modificare l'obiettivo nella parte superiore della schermata e toccare il valore.

Verrà visualizzata la tastiera dello schermo.



- Se [OBIETTIVO DINAMICO] è attivo per [PASSI], non è possibile modificare l'obiettivo. L'obiettivo viene impostato automaticamente in base allo storico delle attività recenti (per l'attivazione della funzione servono almeno i record di 7 giorni di attività).

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



Controllo dello stato dell'orologio collegato

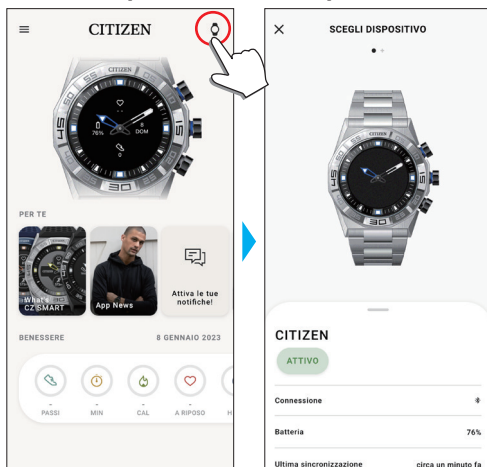
1 Avviare l'app dedicata.

L'orologio e lo smartphone sono connessi.

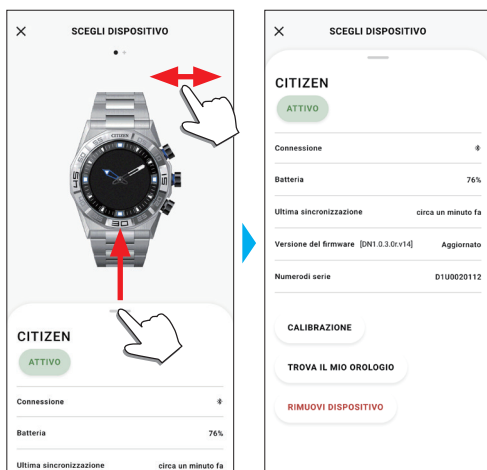
- Se non è ancora stato effettuato l'accesso all'app, eseguirlo adesso.
- Se parte la sincronizzazione tra orologio e smartphone, attendere che finisca.

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

Comparirà la schermata [SCEGLI DISPOSITIVO].



3 Far scorrere lo schermo verso sinistra o verso destra per visualizzare l'orologio connesso e far scorrere verso l'alto la scheda in fondo alla schermata.



[ATTIVO]	Per l'orologio connesso, viene indicato [ATTIVO]. • Se si usano due o più orologi, è possibile cambiare l'orologio da collegare toccando [RENDI ATTIVO].
[Connessione]	Verrà indicato lo stato corrente della connessione. 📶: Connesso 📵: Disconnesso
[Batteria]	Qui è possibile controllare la riserva di carica 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 delle ore e dei minuti. Per maggiori informazioni, vedere "Controllo e correzione della posizione di riferimento" (→ pagina 17).
[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. • Occorre l'autorizzazione all'accesso ai dati sulla posizione dello smartphone.
[RIMUOVI DISPOSITIVO]	Consente di annullare l'accoppiamento tra l'orologio e lo smartphone e di resettare lo smartphone. • L'orologio e lo smartphone devono essere nell'intervallo di connessione.

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

È possibile assegnare varie funzioni al pulsante (A) in basso a destra e al pulsante (C) in alto a destra. Alcune funzioni vanno configurate dall'app dedicata.

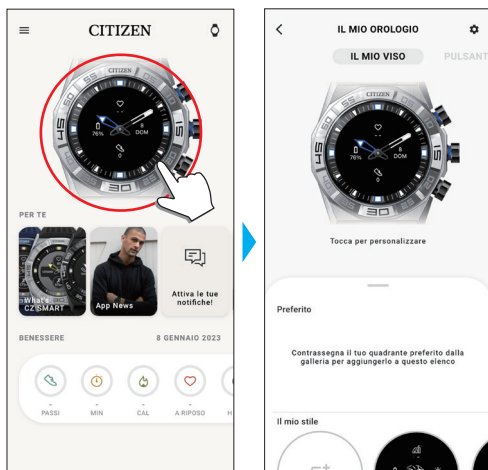
1 Avviare l'app dedicata.

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.

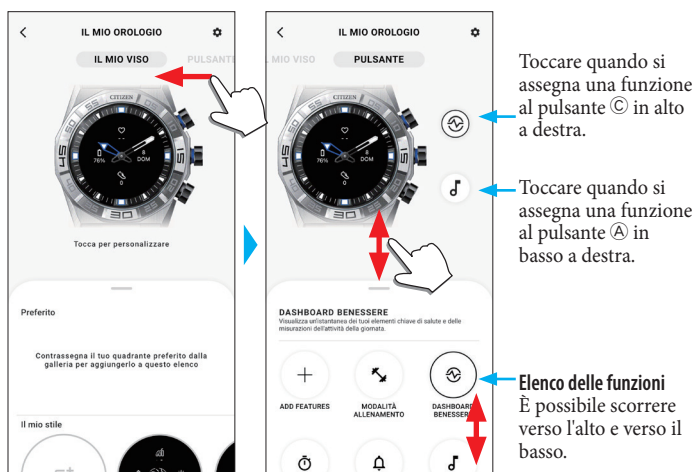
2 Toccare l'immagine dell'orologio connesso sulla schermata iniziale.

Comparirà la schermata [IL MIO OROLOGIO].



3 Far scorrere verso sinistra la schermata [IL MIO OROLOGIO] ad indicare [PULSANTE].

Nella scheda in fondo allo schermo verrà visualizzato l'elenco delle funzioni.



Toccare quando si assegna una funzione al pulsante (C) in alto a destra.

Toccare quando si assegna una funzione al pulsante (A) in basso a destra.

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 (C) in alto a destra.

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

- I risultati visualizzati nell'elenco funzioni possono variare in funzione dello stato dell'orologio.

[ADD FEATURES]	Consente di assegnare un'iiidea di Riiiver a un pulsante come funzione. Impostazione della funzione: Attivare iiideas su [Elenco delle iiidea] e selezionare le impostazioni necessarie per visualizzare le iiideas di Riiiver in fondo allo schermo. • Riiiver e iiideas non sono visualizzati nell'elenco di paesi in cui il servizio Riiiver non è disponibile. Dopo l'assegnazione, iiidea non verrà visualizzata nei paesi in cui il servizio Riiiver non è disponibile.
[MODALITÀ ALLENAMENTO]	Misura l'attività fisica e indica i risultati per ogni tipo di esercizio. I risultati degli esercizi vengono indicati sulla schermata dell'app.
[DASHBOARD BENESSERE]	Indica [PASSI], [MINUTI DI ATTIVITÀ (MIN)], [CALORIE BRUCIATE (CAL)], [FREQUENZA CARDIACA (A RIPOSO)] e [SONNO (H MIN)] del giorno. Misura la frequenza cardiaca.
[CRONOMETRO]	Offre le funzioni del cronometro. La lancetta dei minuti si sovrappone alla lancetta delle ore e si muovono insieme ad indicare i secondi.
[NOTIFICHE]	Indica le notifiche. Impostazione della funzione: è necessario configurare le impostazioni di notifica da [Notifiche] nella schermata [LE MIE PREFERENZE].
[CONTROLLO DELLA MUSICA]	Dall'orologio è possibile controllare la riproduzione dei brani con un'app musicale mediante i comandi riproduci/pausa/avanti/indietro. Riproduci/Pausa: Premere e tenere premuto il pulsante (C) in alto a destra dell'orologio. Alza il volume: premere il pulsante (C) in alto a destra. Abbassa il volume: premere il pulsante (A) in basso a destra. Torna al brano precedente: premere e tenere premuto il pulsante (A) in basso a destra.
[TIMER]	Timer per il conto alla rovescia. La lancetta dei minuti si sovrappone alla lancetta delle ore e si muovono in senso antiorario per il conto alla rovescia dei secondi. È possibile regolare il conteggio alla rovescia con incrementi di 1 minuti. L'orologio vibra allo scadere del tempo. Impostazione della funzione: il tempo per il conto alla rovescia va modificato sull'orologio.
[METEO]	Indica i bollettini meteo di due località al massimo, inclusa quella corrente. Impostazione della funzione: selezionare le località in [AGGIUNGI LOCALITÀ]. • Occorre l'autorizzazione all'accesso ai dati sulla posizione dello smartphone.
[SQUILLO DEL TELEFONO]	Fa in modo che lo smartphone emetta un suono quando lo si cerca. Per interrompere il suono, premere il pulsante (B) al centro a destra dell'orologio.

Funzioni aggiunte con [ADD FEATURES]

[Indice UV]	Indica gli indici UV di tre località, inclusa quella corrente.
[Report sul surf]	Indica i bollettini meteo speciali per il surf.
[Tonalità di luce]	Controlla Hue, una luce intelligente di Philips. • Questa funzione è disponibile esclusivamente per iOS.
[Report sul golf]	Indica i bollettini meteo speciali per il golf.
[Campo da golf]	Indica le informazioni su ogni buca del campo, come lunghezza e ostacoli.
[Informazioni sul volo]	Permette di controllare le informazioni sul volo registrato.
[Tracciamento consegne]	Permette di controllare le informazioni per il tracciamento del pacco.
[Google Nest Thermostat]	Permette di controllare il tool di gestione della temperatura ambiente.
[Da cortile a buca]	Permette di controllare la distanza da una buca in un campo da golf.

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

- Seguire le istruzioni visualizzate sullo schermo.



La funzione selezionata viene assegnata al pulsante.

■ Per provare a usare le funzioni assegnate

Quando si preme un pulsante dell'orologio associato a una funzione, sul display dell'orologio compare la schermata della funzione.

- Alcune funzioni richiedono la connessione a Internet dall'app dedicata.

■ Dopo avere usato le funzioni

Premere e tenere premuto il pulsante Ⓞ al centro a destra per tornare all'indicazione normale.

- Le funzioni di misurazione, come il timer, continueranno dopo il ripristino dell'indicazione normale.

Personalizzazione del quadrante dell'orologio

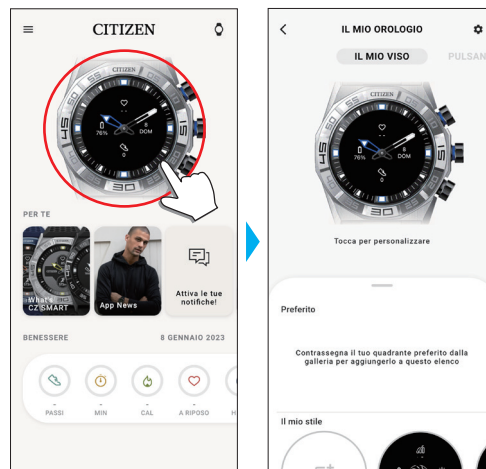
1 Avviare l'app dedicata.

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.

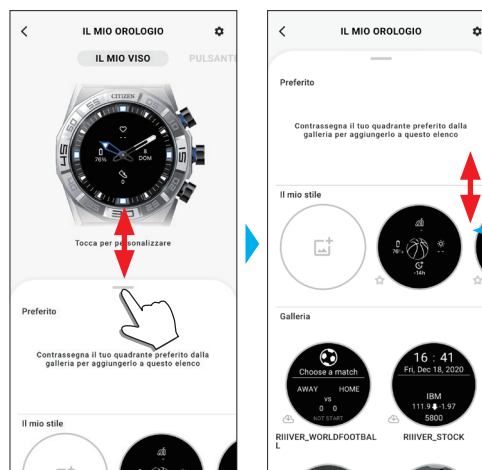
2 Toccare l'immagine dell'orologio connesso sulla schermata iniziale.

Comparirà la schermata [IL MIO OROLOGIO].



3 Far scorrere verso l'alto la scheda in fondo alla schermata mentre viene indicato [IL MIO VISO].

- Quando viene visualizzato [PULSANTE], far scorrere lo schermo verso destra.
- Per personalizzare il quadrante dell'orologio, andare al passaggio 5.



È possibile scorrere verso l'alto e verso il basso.

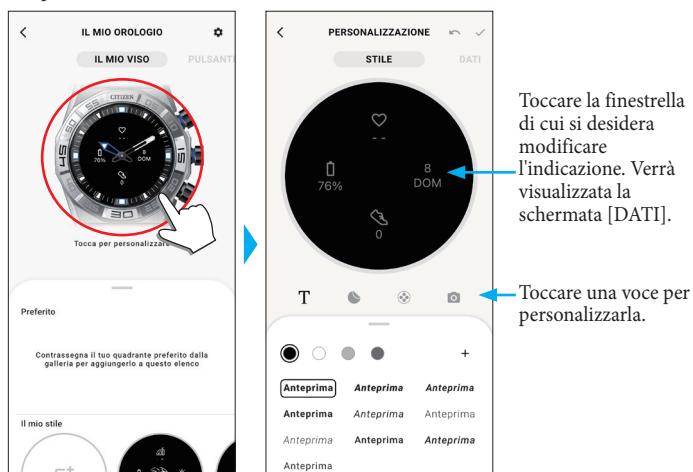
4 Selezionare e toccare il quadrante dell'orologio desiderato.

Il quadrante selezionato compare sul display dell'orologio e sullo schermo dello smartphone.

Per personalizzare il quadrante dell'orologio, andare al passaggio successivo.

5 Toccare l'immagine dell'orologio sulla schermata [IL MIO OROLOGIO].

Comparirà la schermata [PERSONALIZZAZIONE].



Toccare la finestrella di cui si desidera modificare l'indicazione. Verrà visualizzata la schermata [DATI].

Toccare una voce per personalizzarla.

- Alcuni quadranti non sono personalizzabili.

	È possibile inserire il testo da visualizzare sul display dell'orologio. Toccare [+] per aggiungere il testo. È possibile selezionare il colore del testo. Trascinarlo per cambiare la posizione; ingrandire o ridurre con le dita per cambiare le dimensioni.
	Consente di aggiungere una pellicola adesiva preparata per il quadrante. Toccare l'adesivo applicato per cambiarne il colore. Trascinarlo per cambiare la posizione; ingrandire o ridurre con le dita per cambiare le dimensioni.
	Permette di selezionare uno sfondo per il quadrante dell'orologio.
	Consente di disporre i dati di una foto salvati nello smartphone nel quadrante. Il quadrante esistente viene sostituito da quello nuovo.

- Alcune voci di menu non vengono visualizzate per alcuni quadranti.
- Per rimuovere il testo e gli adesivi, selezionare l'elemento da rimuovere e toccare l'icona del cestino.

Per cambiare l'indicazione delle finestrelle

Toccare la finestra di cui si desidera modificare l'indicazione.

- Nel seguente esempio, il quadrante dell'orologio ha tre finestrelle nelle posizioni a ore 3, 6 e 9.



Finestrella in posizione ore 3

È possibile scorrere verso l'alto e verso il basso.

Selezionare la funzione che si desidera indicare dalla scheda in fondo alla schermata.

- È possibile aggiungere [AVVISO OBIETTIVO] a una finestra se mostra un'indicazione con un obiettivo come [PASSI].

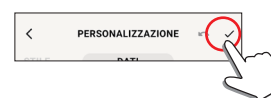
[ADD FEATURES]	Consente di selezionare un'informazione da iiideas di Riiiver. Attivare iiideas su [Elenco delle iiidea] per visualizzare in fondo allo schermo le informazioni di Riiiver. <ul style="list-style-type: none"> • Riiiver e iiideas non sono visualizzati nell'elenco di paesi in cui il servizio Riiiver non è disponibile. Dopo aver selezionato iiidea per l'indicazione, non verrà visualizzato nei paesi in cui il servizio Riiiver non è disponibile.
[SECONDO FUSO ORARIO]	Indica l'ora corrente della località selezionata. In fondo allo schermo viene visualizzata la località selezionata. Toccarla per cambiare località.
[VUOTO]	Selezionare per non visualizzare nessuna indicazione.
[GIORNO - DATA]	Indica la data e il giorno della settimana.
[TEMPERATURA ATTUALE]	Indica la temperatura del luogo corrente. <ul style="list-style-type: none"> • Occorre l'autorizzazione all'accesso ai dati sulla posizione dello smartphone.
[PASSI]	Indica quanti passi sono stati effettuati.
[FREQUENZA CARDIACA]	Indica l'ultima frequenza cardiaca misurata.
[POSSIBILITÀ DI PIOGGIA]	Indica le possibilità di pioggia del luogo corrente. <ul style="list-style-type: none"> • Occorre l'autorizzazione all'accesso ai dati sulla posizione dello smartphone.
[MINUTI DI ATTIVITÀ]	Indica il tempo dedicato agli allenamenti oggi.
[CALORIE]	Indica le calorie consumate oggi.
[BATTERIA]	Indica la riserva di carica corrente dell'orologio.

Funzioni aggiunte con [ADD FEATURES]

[Sport in diretta]	Mostra le notizie flash dello sport selezionato.
[Indice UV]	Indica l'indice UV del luogo corrente.
[Prezzo delle azioni]	Indica le condizioni del prezzo delle azioni di una società selezionata.
[Calcio mondiale]	Mostra le notizie flash della squadra di calcio selezionata.

6 Al termine della personalizzazione, toccare l'icona del segno di spunta (✓) in alto a sinistra sulla schermata [PERSONALIZZAZIONE].

Verrà visualizzata la schermata [APPLICA].



7 Toccare l'icona del segno di spunta (✓) in alto a destra sulla schermata [APPLICA] per concludere la procedura.

Sul display dell'orologio viene visualizzato il quadrante personalizzato dell'orologio.

Impostazione della sveglia

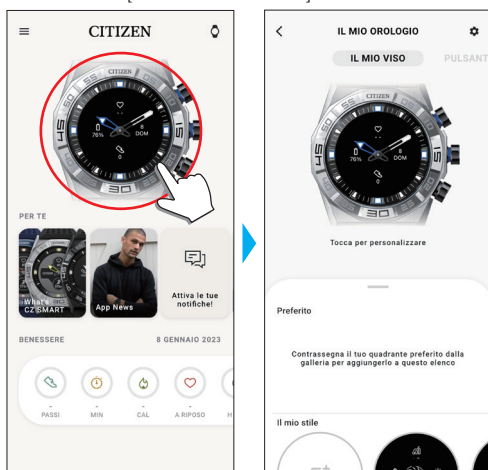
1 Avviare l'app dedicata.

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.

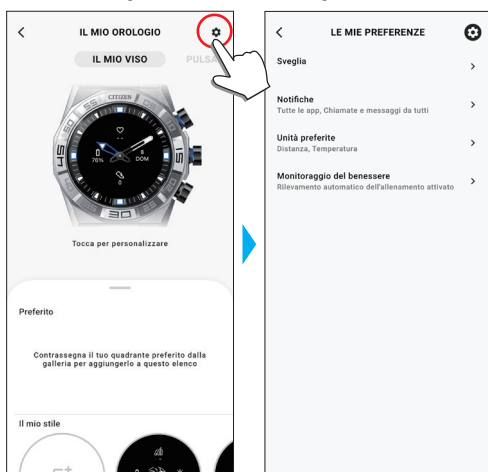
2 Toccare l'immagine dell'orologio connesso sulla schermata iniziale.

Comparirà la schermata [IL MIO OROLOGIO].



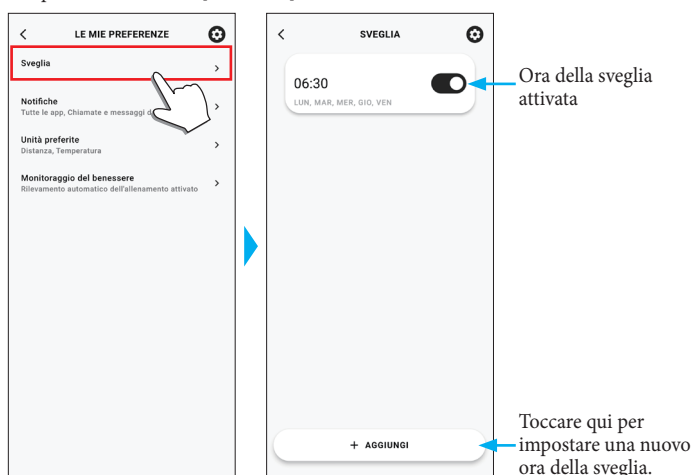
3 Toccare l'icona delle impostazioni (⚙️) sulla schermata [IL MIO OROLOGIO].

Comparirà la schermata [LE MIE PREFERENZE].



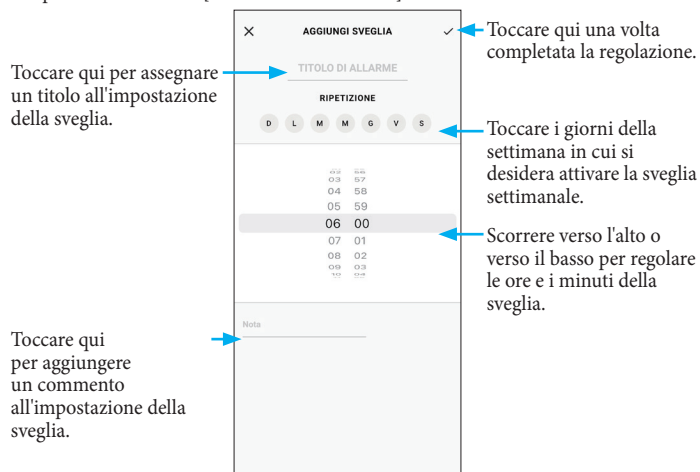
4 Toccare [Sveglia] nella schermata [LE MIE PREFERENZE].

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 impostata l'ora della sveglia, toccare l'icona del 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

l'orologio vibra.

- Premere un pulsante qualsiasi per spegnere la vibrazione.

■ Attivazione/Disattivazione della sveglia

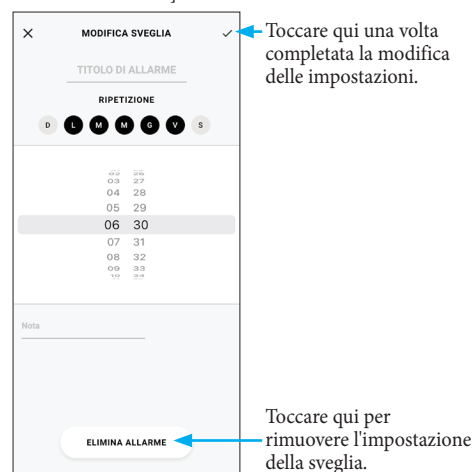
Toccare il selettore dell'impostazione della sveglia per attivarla e disattivarla nella schermata [SVEGLIA].



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

■ Cambiamento dell'impostazione della sveglia

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



Impostazione delle notifiche

- 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 arrivino.

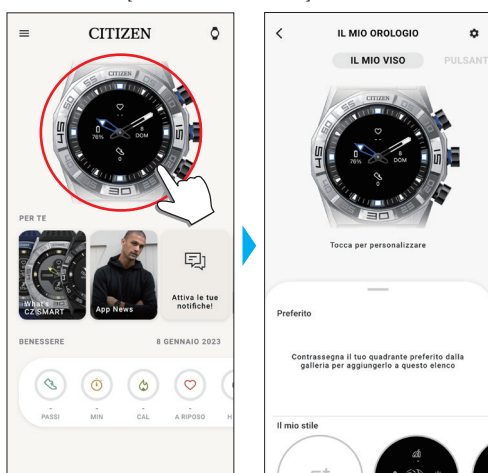
1 Avviare l'app dedicata.

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.

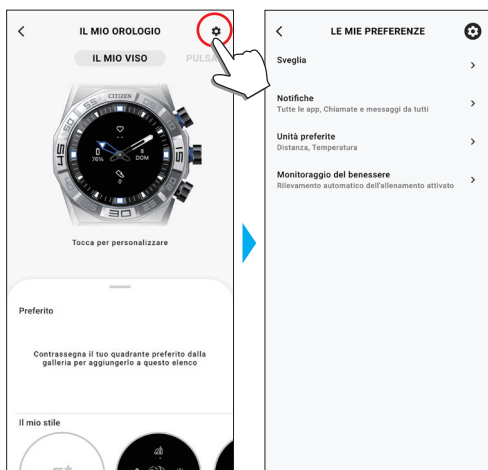
2 Toccare l'immagine dell'orologio connesso sulla schermata iniziale.

Comparirà la schermata [IL MIO OROLOGIO].



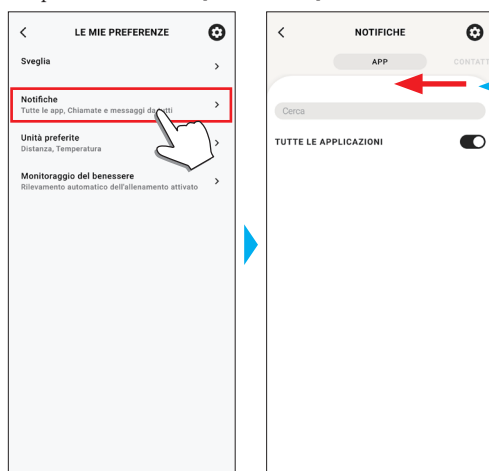
3 Toccare l'icona delle impostazioni (⚙️) sulla schermata [IL MIO OROLOGIO].

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 modificare la schermata sulla notifica di app o contatti.

[APP]	[CONTATTI]
<p>Selezionare le app per ricevere le notifiche.</p> <ul style="list-style-type: none"> • È necessario attivare la ricezione delle notifiche anche dalle impostazioni dello smartphone. • Le app visualizzate possono variare in funzione del sistema operativo dello smartphone. 	<p>È possibile scegliere le destinazioni delle notifiche per il telefono e i servizi di messaggistica.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Per la funzione [RISPOSTA VELOCE] (soltanto sull'app dedicata per Android), vedere di seguito.

- È necessario controllare i diritti di accesso sullo smartphone per accedere all'app di gestione degli indirizzi.
- Sul sistema operativo Android è possibile toccare gli elementi con "!" e controllare i diritti di accesso.

■ Informazioni su [RISPOSTA VELOCE]

Quando arriva una chiamata da uno dei destinatari della notifica, è possibile rispondere con un messaggio tramite la funzione [RISPOSTA VELOCE] (soltanto sull'app dedicata per Android).

È possibile creare prima e salvare fino a due messaggi.

Se si usa la funzione [RISPOSTA VELOCE], quando arriva una chiamata, scegliere un messaggio tra quelli elencati con il pulsante in basso a destra (A) o il pulsante in alto a destra (B) dell'orologio e inviarlo con il pulsante in mezzo a destra (B).

Rilevamento automatico delle attività

Per le quattro attività [Corsa], [Bici], [Camminata] e [Vogatore], è possibile impostare l'orologio sul rilevamento automatico e avviare la misurazione. ([Rilevazione Automatica Dell'allenamento])

Inoltre, quest'orologio ha una funzione di notifica che indica quando alzarsi se rileva che per un determinato periodo si è stati seduti troppo a lungo per motivi di studio o di lavoro. ([Avvisi Di Movimento])

- 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 arrivino.

- La funzione [Avvisi Di Movimento] scatta quando il sensore di accelerazione dell'orologio non ha rilevato movimento per un determinato periodo.

1 Avviare l'app dedicata.

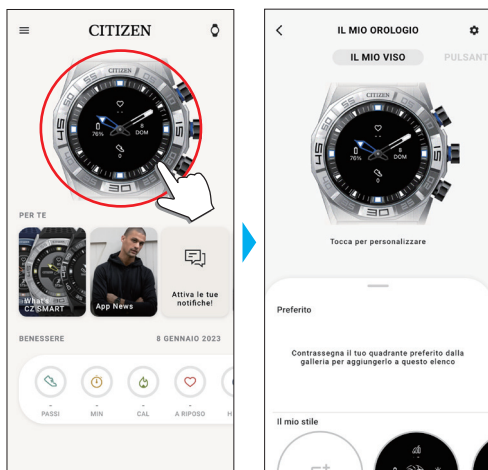
L'orologio e lo smartphone sono connessi.

- Se non è ancora stato effettuato l'accesso all'app, eseguirlo adesso.

- Se parte la sincronizzazione tra orologio e smartphone, attendere che finisca.

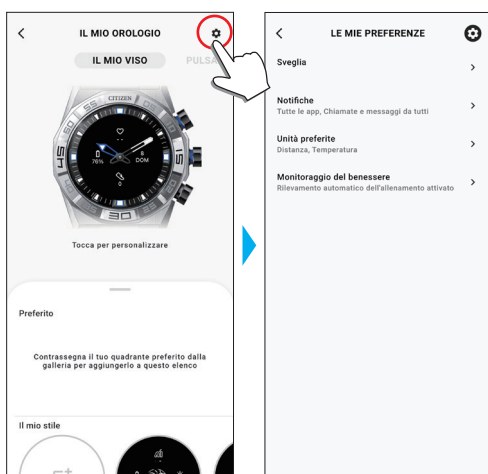
2 Toccare l'immagine dell'orologio connesso sulla schermata iniziale.

Comparirà la schermata [IL MIO OROLOGIO].



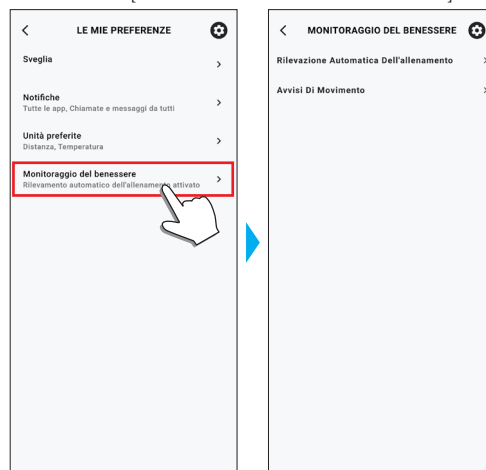
3 Toccare l'icona delle impostazioni (⚙) sulla schermata [IL MIO OROLOGIO].

Comparirà la schermata [LE MIE PREFERENZE].



4 Toccare [Monitoraggio del benessere] nella schermata [LE MIE PREFERENZE].

Comparirà la schermata [MONITORAGGIO DEL BENESSERE].



[Rilevazione Automatica Dell'allenamento]	[Avvisi Di Movimento]
<p>Toccare gli interruttori delle attività di cui avviare automaticamente la misurazione.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Se si seleziona [Chiedimelo prima], compare una notifica quando inizia la misurazione. 	<p>Se la funzione è attiva, [Inizio] e [Fine] consentono di impostare il periodo di tempo. La notifica non viene inviata fuori dall'orario impostato. La funzione [Avvisami se resto inattivo per] consente di regolare l'intervallo tra l'ultima azione rilevata e l'invio della notifica.</p>

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.

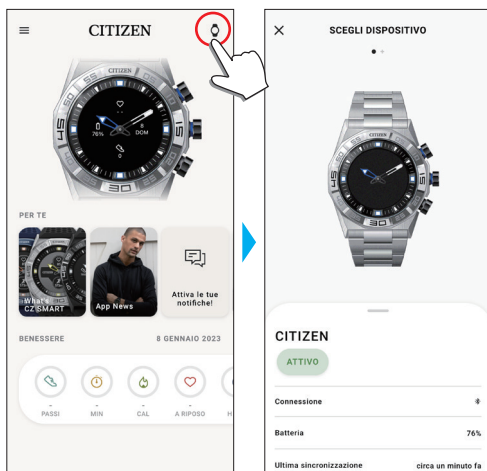
1 Avviare l'app dedicata.

L'orologio e lo smartphone sono connessi.

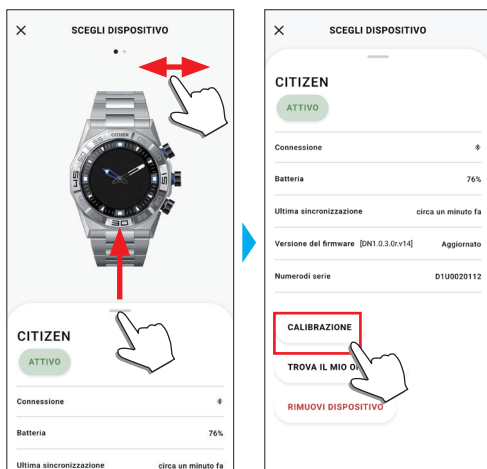
- Se non è ancora stato effettuato l'accesso all'app, eseguirlo adesso.
- Se parte la sincronizzazione tra orologio e smartphone, attendere che finisca.

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

Comparirà la schermata [SCEGLI DISPOSITIVO].

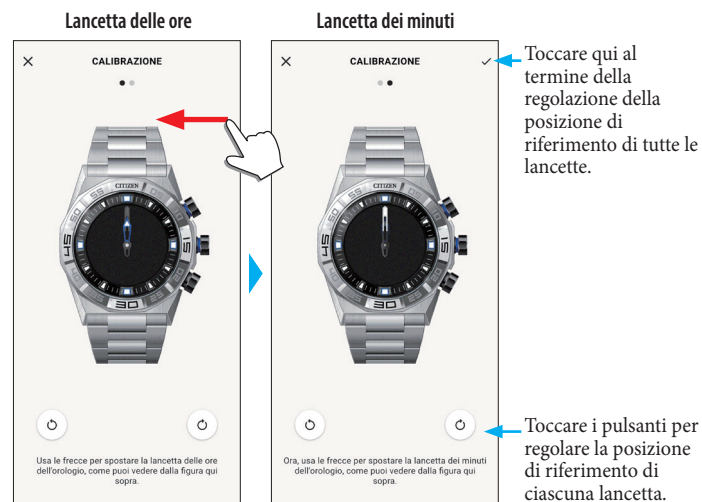


3 Far scorrere lo schermo verso sinistra o verso destra per visualizzare l'orologio connesso e far scorrere verso l'alto la scheda in fondo alla schermata.



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.

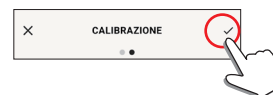
- Usare i pulsanti sotto la figura dell'orologio sullo schermo per spostare la lancetta dell'orologio.

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 l'icona del segno di spunta (✓) in alto a destra sulla schermata per concludere la procedura.



- L'icona del segno di spunta (✓) compare sulla schermata di regolazione della posizione di riferimento della lancetta dei minuti.

Informazioni sul menu dell'orologio

È possibile selezionare una funzione dal menu dell'orologio e usarla.

- Alcune funzioni non sono disponibili in assenza di connessione tra l'orologio e lo smartphone tramite l'app dedicata.

1 Premere il pulsante **(B)** al centro a destra dell'orologio.

Le lancette dell'orologio puntano verso una delle icone delle funzioni sul display.



- Dopo l'indicazione, puntano subito verso [Home].
- L'indicazione torna automaticamente all'indicazione corrente dopo 3 minuti senza svolgere alcuna operazione.

2 Premere e rilasciare ripetutamente il pulsante **(A)** in basso a destra o **(C)** in alto a destra per cambiare la funzione da usare.

Le lancette dell'orologio puntano verso una delle icone delle funzioni.

- Premere e tenere premuto il pulsante **(A)** in basso a destra o **(C)** in alto a destra per spostare continuamente le lancette.
- L'icona nera in un cerchio bianco indica la funzione attualmente selezionata.
- iideas non è disponibile nei luoghi non coperti dal servizio Riiiver.

[Tempo metereologico]	Indica i bollettini meteo di due località al massimo, inclusa quella corrente. <ul style="list-style-type: none"> • Per usare questa funzione, è necessario configurare le impostazioni dall'app dedicata. Per maggiori informazioni, vedere "Configurazione delle impostazioni per le funzioni e assegnazione ai pulsanti dell'orologio" (→ pagina 11).
[Suoneria del telefono]	Fa squillare lo smartphone accoppiato all'orologio. Consente di cercare lo smartphone. Per interrompere il suono, premere il pulsante (B) al centro a destra dell'orologio.
[Controllo musica]	Dall'orologio è possibile controllare la riproduzione dei brani con un'app musicale mediante i comandi per alzare e abbassare il volume o per riprodurre/mettere in pausa/avanti/indietro. Riproduci/Pausa: Premere e tenere premuto il pulsante (C) in alto a destra dell'orologio. Alza il volume: premere il pulsante (C) in alto a destra. Abbassa il volume: premere il pulsante (A) in basso a destra. Torna al brano precedente: premere e tenere premuto il pulsante (A) in basso a destra.
[Notifiche]	Indica le notifiche. <ul style="list-style-type: none"> • Per usare questa funzione, è necessario configurare le impostazioni dall'app dedicata. Per maggiori informazioni, vedere "Impostazione delle notifiche" (→ pagina 15).
[Home]	Viene ripristinata la normale schermata dell'orologio.
[Impostazioni]	Consente di configurare le impostazioni dell'orologio. <ul style="list-style-type: none"> • Per maggiori informazioni, vedere "Impostazioni sul corpo dell'orologio" (→ pagina 6).
[Benessere]	Indica [PASSI], [MINUTI DI ATTIVITÀ (MIN)], [CALORIE BRUCIATE (CAL)], [FREQUENZA CARDIACA (A RIPOSO)] e [SONNO (H MIN)] del giorno. Misura la frequenza cardiaca.
[Allenamento]	Consente di selezionare un tipo di esercizio da 10 categorie e di effettuarne le misurazioni. Per alcune attività, è possibile creare un piano di allenamento indicato su una mappa. <ul style="list-style-type: none"> • Per [Corsa], [Bici], [Camminata] e [Vogatore], è possibile impostare l'orologio sul rilevamento automatico e avviare la misurazione. Per maggiori informazioni, vedere "Rilevamento automatico delle attività" (→ pagina 16).
[Timer]	Timer per il conto alla rovescia. Per maggiori informazioni, vedere "Uso del timer" (→ pagina 18).
[Cronometro]	Offre le funzioni del cronometro. La lancetta dei minuti si sovrappone alla lancetta delle ore e si muovono insieme ad indicare i secondi.

3 Premere il pulsante **(B)** al centro a destra dell'orologio.

Sul display verrà indicata la funzione selezionata.

- Alcune funzioni si avviano automaticamente.

■ Per tornare alla normale indicazione

Premere e tenere premuto il pulsante **(B)** al centro a destra dell'orologio per tornare all'indicazione normale.

- Una volta tornati al menu dalle impostazioni di una voce, premere e tenere premuto di nuovo il pulsante **(B)** al centro a destra.

Uso del timer

Il timer di quest'orologio è in grado di effettuare un conto alla rovescia con incrementi di 1 minuto.

- La durata del conto alla rovescia del timer va modificata dall'orologio.

1 Premere il pulsante **(B)** al centro a destra dell'orologio.

Le lancette dell'orologio puntano verso una delle icone delle funzioni sul display.



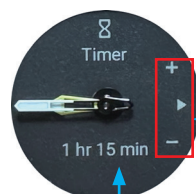
- L'indicazione torna automaticamente all'indicazione corrente dopo 3 minuti senza svolgere alcuna operazione.

2 Premere e rilasciare ripetutamente il pulsante **(A)** in basso a destra o **(C)** in alto a destra per indicare [Timer].



3 Premere il pulsante **(B)** al centro a destra dell'orologio.

L'orologio mostra il display [Timer] e viene indicato il tempo del precedente conto alla rovescia.



Tempo del conto alla rovescia

Pulsanti

"+": pulsante **(C)** in alto a destra
 "▶": pulsante **(B)** in centro a destra
 "-": Premere e rilasciare il pulsante in basso a destra **(A)**.

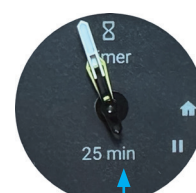
Qui ad esempio il conto alla rovescia viene impostato su 25 minuti.

4 Premere e rilasciare ripetutamente il pulsante **(A)** in basso a destra per impostare su [25 min] il tempo alla rovescia.

- Il tempo del conto alla rovescia cambia continuamente, con incrementi di 10 minuti, quando si preme e si tiene premuto uno dei pulsanti.

5 Premere il pulsante **(B)** al centro a destra dell'orologio.

Le lancette dell'orologio iniziano a muoversi dalla posizione ore 12 e inizia il timer del conto alla rovescia.



Tempo mancante

- Premere il pulsante **(B)** al centro a destra dell'orologio per tornare all'indicazione normale. Il conto alla rovescia prosegue comunque.

■ Dopo la misurazione

L'orologio vibra ad indicare che il tempo è scaduto.

■ Per annullare la misurazione

La misurazione del timer e di altre funzioni non si interrompe quando si cambia display. Per annullare la misurazione, interromperla in base alla seguente procedura.

1 Richiamare il display [Timer] eseguendo i passaggi 1-3 di "Uso del timer" (→ pagina 18).



2 Premere il pulsante Ⓐ in basso a destra dell'orologio.

Il conto alla rovescia viene messo in pausa.

- Per riavviarlo, premere il pulsante Ⓐ in basso a destra dell'orologio.



3 Premere il pulsante Ⓒ in alto a destra dell'orologio per azzerare il timer.

Il tempo residuo del timer diventa [0 min] e il conto alla rovescia termina.



4 Premere il pulsante Ⓑ al centro a destra dell'orologio per concludere la procedura.

Viene ripristinata la normale indicazione dell'orologio.

- Il tempo impostato del conto alla rovescia viene mantenuto.
- Premere il pulsante Ⓒ in alto a destra al passaggio 3 per aggiornare il tempo del conto alla rovescia.

Tecnologia wireless Bluetooth®

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

In alcuni paesi e in alcune zone l'uso della tecnologia Bluetooth® è vietato dalla legge.

- 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.

https://www.citizenwatch-global.com/support/html/it/yf20/bt_info_01_yf20.html



Caratteristiche tecniche

Modello	YF20	
Tipo	Smartwatch combinato analogico-digitale	
Funzioni d'indicazione	Sezione analogica	ora, minuti
	Sezione del display	Mostra costantemente varie funzioni
Durata	Circa 2 - 4 settimane (variabile in base alle condizioni di utilizzo)	
Batteria	Batteria ricaricabile (agli ioni di litio), 1 pezzo	
Funzioni aggiuntive	<ul style="list-style-type: none"> • Funzione di connessione (tramite l'app dedicata sullo smartphone) • Funzione di vibrazione (per la sveglia, ecc., impostazione dall'app dedicata) • Funzione di activity tracking • Funzione di misurazione della frequenza cardiaca • Funzione Riiiver • Indicazioni basate sulle funzioni fornite con l'orologio: <ul style="list-style-type: none"> Passi/tempo e risultato di ogni tipo di allenamento/frequenza cardiaca/consumo calorico/ore di sonno notifica delle chiamate in arrivo/notifica delle app/avvisi di movimento cronometro/timer Controllo musica meteo/temperatura/probabilità di pioggia secondo fuso orario (ora locale)/indicazione della data e del giorno della settimana assegnazione delle funzioni ai pulsanti/modifica dei quadranti Ricerca dello smartphone 	

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