

fitbit inspire 2



Uživatelská příručka
Verze 1.0

Obsah

Začínáme	6
Obsah balení	6
Nastavení náramku Inspire 2	7
Nabíjení sledovacího zařízení	7
Nastavení prostřednictvím telefonu nebo tabletu	8
Zobrazení údajů v aplikaci Fitbit	9
Odemknutí předplatného Fitbit Premium	10
Rozšířené zdravotní metriky	10
Prémiové připomínky ke zdraví a kvalitě života	10
Nošení náramku Inspire 2	11
Umístění při celodenním nošení a při cvičení	11
Dominantní ruka	11
Nošení náramku Inspire 2 v klipu	12
Umístění klipu	12
Výměna řemínku	13
Odepnutí řemínku	13
Připojení řemínku	13
Základní informace	14
Procházení náramkem Inspire 2	14
Základní procházení	14
Rychlá nastavení	15
Úprava nastavení	17
Kontrola stavu baterie	18
Vypnutí obrazovky	18
Péče o náramek Inspire 2	18
Změna ciferníku	19
Upozornění z telefonu	20
Nastavení upozornění	20
Zobrazení příchozích upozornění	20
Vypnutí upozornění	21
Měření času	22

Použití aplikace Budíky	22
Vypnutí nebo odložení budíku.....	22
Použití aplikace Časovače	22
Aktivita a kvalita života	23
Zobrazení statistik	23
Sledování denního cíle pro aktivitu	23
Výběr cíle	23
Sledování hodinové aktivity	24
Sledování spánku	24
Stanovení spánkového cíle.....	24
Informace o spacích návycích.....	25
Zobrazení srdečního tepu	25
Trénink řízeného dýchání.....	25
Cvičení a zdravotní stav srdce.....	26
Automatické sledování cvičení	26
Sledování a analýza cvičení prostřednictvím aplikace Cvičení	26
Požadavky na GPS.....	26
Sledování cvičení	27
Přizpůsobení nastavení a zkratk u cvičení	27
Kontrola přehledu tréninku	28
Kontrola srdečního tepu.....	28
Vlastní zóny srdečního tepu	29
Získání minut v aktivní zóně	29
Sdílení aktivity	30
Zobrazení skóre kondice srdce.....	30
Aktualizace, restartování a vymazání	31
Aktualizace náramku Inspire 2	31
Restartování náramku Inspire 2	31
Vymazání náramku Inspire 2.....	32
Poradce při potížích.....	33
Chybí signál srdečního tepu.....	33
Chybí signál GPS	33
Jiné problémy	34

Obsah je uzamčen

Dokončete, prosím, proces objednávky.

Následně budete mít přístup k celému dokumentu.



Proč je dokument uzamčen? Nahněvat Vás rozhodně nechceme. Jsou k tomu dva hlavní důvody:

- 1) Vytvořit a udržovat obsáhlou databázi návodů stojí nejen spoustu úsilí a času, ale i finanční prostředky. Dělali byste to Vy zadarmo? Ne*. Zakoupením této služby obdržíte úplný návod a podpoříte provoz a rozvoj našich stránek. Třeba se Vám to bude ještě někdy hodit.

**) Možná zpočátku ano. Ale vězte, že dotovat to dlouhodobě nelze. A rozhodně na tom nezbohatneme.*

- 2) Pak jsou tady „roboti“, kteří se přiživují na naší práci a „vysávají“ výsledky našeho úsilí pro svůj prospěch. Tímto krokem se jim to snažíme překazit.

A pokud nemáte zájem, respektujeme to. Urgujte svého prodejce. A když neuspějete, rádi Vás uvidíme!