



CGWatch Force 2

Умные
часы

Руководство пользователя



СОДЕРЖАНИЕ

Знакомство с устройством	3
Управление и навигация.....	5
Ключевые функции.....	7
Связь и коммуникация.....	10
Инструменты и приложения	11
Настройки и персонализация	15
Состояние батареи.....	18

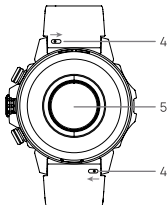
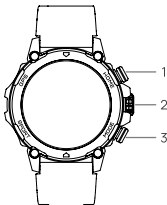
ЗНАКОМСТВО С УСТРОЙСТВОМ

Обзор устройства

Спасибо, что выбрали умные часы CGWatch Force 2. В этом руководстве Вы найдете описание встроенных функций и узнаете, как ими пользоваться. Инструкция поможет разобраться в возможностях устройства и использовать их максимально эффективно в повседневной жизни.

Устройство оснащено тремя физическими кнопками:

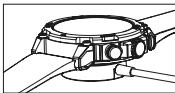
1. **Функциональная кнопка:** расположена в верхней части корпуса.
2. **Кнопка питания:** расположена посередине.
3. **Кнопка спортивных режимов:** расположена в нижней части корпуса.
4. **Съемный ремешок:** крепится к корпусу с помощью подпружиненного штифта.
5. **Датчик пульса:** расположен на тыльной стороне корпуса, также служит областью для беспроводной зарядки.



ЗНАКОМСТВО С УСТРОЙСТВОМ

Зарядка и включение

Для первой зарядки, а также в случае полного разряда, прикрепите часы контактами к магнитному зарядному устройству. На экране появится индикатор уровня заряда. Если устройство не включается после длительного периода бездействия, оставьте его на зарядке как минимум на 30 минут для активации аккумулятора.



Правильное ношение устройства

Для точного измерения показателей, таких как пульс или сатурация, часы должны плотно прилегать к запястью, но не сдавливать его. Убедитесь, что задняя поверхность корпуса, где расположен датчик, полностью соприкасается с кожей. Правильное положение часов не только обеспечивает комфорт, но и гарантирует максимальную точность показаний.

УПРАВЛЕНИЕ И НАВИГАЦИЯ

Управление умными часами CGWatch Force 2 осуществляется с помощью физических кнопок и жестов на сенсорном экране.



Смахните вверх, вниз, влево или вправо



Коснитесь



Длительно зажмите экран

Название кнопки	Действие	Функция
Кнопка питания	Длительное нажатие	Открывает системное меню с опциями «Выключить», «Перезагрузить» или «Сбросить устройство»
	Короткое нажатие (при выключенном экране)	Включает экран
	Двойное нажатие	Изменяет вид основного меню
	Поворот	Позволяет прокручивать экраны, списки или регулировать параметры
Кнопка спортивных режимов	Короткое нажатие	Открывает меню спортивных режимов
Функциональная кнопка	Короткое нажатие	Открывает основное меню приложений

УПРАВЛЕНИЕ И НАВИГАЦИЯ

Управление жестами (с главного экрана)



1. Смахните вниз, чтобы открыть панель управления.



2. Смахните вверх, чтобы открыть уведомления.



3. Смахните вправо, чтобы увидеть список быстрого меню. Этот список содержит ярлыки приложений «Контакты», «Музыка» и «Голосовой помощник». Этот список нельзя изменить или удалить.



4. Смахните влево, чтобы увидеть установленные виджеты. Вы можете настроить виджеты по желанию: добавить или удалить. Можно добавить до 9 виджетов.



5. Чтобы выбрать понравившийся циферблат, просто нажмите и удерживайте экран. Затем проведите пальцем влево или вправо, чтобы пролистать доступные варианты.

КЛЮЧЕВЫЕ ФУНКЦИИ

Здоровье и фитнес

Измерение показателей

Для измерения показателей здоровья, таких как пульс, сатурация (SpO₂), артериальное давление и уровень стресса, коснитесь соответствующей иконки в меню. Устройство начнет измерение и отобразит результат через несколько секунд. Для получения точных данных убедитесь, что часы плотно прилегают к запястью.

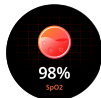


Если измерение не удастся, на экране появится уведомление.

Пульс (ЧСС)



Сатурация (SpO₂)

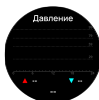


КЛЮЧЕВЫЕ ФУНКЦИИ

Артериальное давление




Стресс



Спортивные режимы



Для начала тренировки откройте приложение «Спорт»  и выберите нужный режим. Во время занятия часы будут фиксировать ключевые показатели: частоту сердечных сокращений, пройденное расстояние, продолжительность, количество шагов и сожженных калорий.



Для более точного отслеживания маршрута во время тренировок на открытом воздухе CGWatch Force 2 использует встроенный датчик GPS. Тренировки можно проводить и без GPS, но в этом случае данные о маршруте не сохраняются.

КЛЮЧЕВЫЕ ФУНКЦИИ

Список доступных тренировок можно настроить, добавив или удалив режимы через значок  и .



Мониторинг сна

Для автоматического отслеживания качества сна необходимо носить часы на руке во время ночного отдыха. Устройство фиксирует общее время сна и распределение по его фазам, предоставляя детальный отчет в приложении Smart Time Pro.






СВЯЗЬ И КОММУНИКАЦИЯ

Телефон

Функция телефона позволяет принимать и совершать звонки непосредственно с часов. Для доступа к контактам их необходимо предварительно синхронизировать через приложение Smart Time Pro. Устройство поддерживает синхронизацию до 20 контактов.

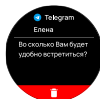


1. Коснитесь , чтобы просмотреть добавленные контакты.
2. Коснитесь , чтобы открыть журнал вызовов.
3. Коснитесь , чтобы набрать номер вручную.

Уведомления


CGWatch Force 2 может отображать уведомления с Вашего смартфона. Для активации этой функции и управления списком приложений, от которых Вы хотите получать оповещения, используйте приложение Smart Time Pro на Вашем телефоне. В нем Вы можете настроить, какие уведомления будут приходить на часы.

Удалить уведомления можно касанием на .

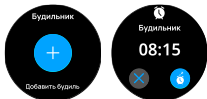


ИНСТРУМЕНТЫ И ПРИЛОЖЕНИЯ



Будильник

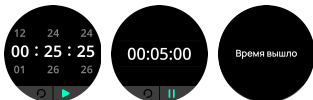
Чтобы установить будильник, откройте соответствующее приложение на часах. Вы можете добавлять новые, редактировать или удалять существующие будильники. Для добавления нового будильника коснитесь значка , установите время и коснитесь переключателя.

При срабатывании будильника его можно отключить или выбрать функцию «Отложить» — в этом случае сигнал повторится через 10 минут.



Таймер

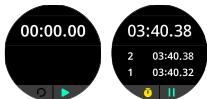
Выберите иконку «Таймер» и установите необходимое время. По окончании отсчета часы завибрируют, а на экране появится сообщение «Время вышло». Нажмите  для временной остановки, а значок  — для сброса и перезапуска.



ИНСТРУМЕНТЫ И ПРИЛОЖЕНИЯ

Секундомер

Коснитесь иконки «Секундомер» для начала отсчета. Нажмите на значок секундомера, чтобы зафиксировать промежуточное время. Для просмотра списка кругов коснитесь центра экрана.



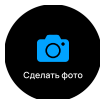
Найти телефон

Эта функция позволяет найти ваш смартфон, если он находится в пределах диапазона действия Bluetooth. Коснитесь значка и нажмите ►. Телефон начнет издавать звуковой сигнал, который прекратится, когда Вы нажмете || на часах.



Камера

Камера Вы можете управлять камерой смартфона дистанционно с помощью часов. Для этого откройте на часах раздел «Камера», а в приложении Smart-Time Pro перейдите в «Устройство» → «Камера». Сделайте снимок.



ИНСТРУМЕНТЫ И ПРИЛОЖЕНИЯ



Погода

Следите за текущими погодными условиями и прогнозом на ближайшие дни прямо с экрана часов.



Компас

Определяет стороны света с помощью встроенных датчиков.



Альтиметр

Измеряет текущую высоту над уровнем моря.



Барометр

Измеряет атмосферное давление для оценки погодных условий.



SOS

С помощью функции SOS можно мгновенно вызвать помощь. Просто добавьте номер экстренного контакта, и при активации функции часы автоматически свяжутся с ним.

ИНСТРУМЕНТЫ И ПРИЛОЖЕНИЯ

Чтобы воспользоваться следующими функциями, перейдите в раздел Инструменты .

Фонарик

Позволяет использовать подсветку дисплея в качестве источника света.



Календарь

Позволяет просматривать текущую дату и день недели.



Калькулятор


Позволяет выполнять базовые арифметические операции прямо на экране часов.



Мировые часы

Показывают время в выбранных городах и часовых поясах.

НАСТРОЙКИ И ПЕРСОНАЛИЗАЦИЯ

Для доступа к настройкам коснитесь . Здесь Вы можете персонализировать устройство в соответствии со своими предпочтениями.

Внешний вид



Циферблат в режиме ожидания

Выберите цифровой или стрелочный циферблат, который будет отображаться, когда экран находится в спящем режиме.

Внимание: включение данной функции увеличивает энергопотребление.



Вид меню

Настройте внешний вид страницы с приложениями.



Настройка яркости

Отрегулируйте яркость экрана, коснувшись соответствующих значков.

НАСТРОЙКИ И ПЕРСОНАЛИЗАЦИЯ

Системные настройки

Пароль

В целях безопасности Вы можете задать пароль. После установки система будет запрашивать его при каждой разблокировке устройства. В дальнейшем пароль можно изменить или отключить.



Режим «Не беспокоить»

Включите этот режим, чтобы отключить звуковые и вибрационные уведомления на определенный период.



Смена языка

Выберите язык интерфейса. При включенной автосинхронизации язык на часах будет автоматически соответствовать языку на Вашем телефоне.



Активация при поднятии запястья

Эта функция автоматически включает экран, когда Вы поднимаете руку. Здесь Вы также можете установить время, в течение которого подсветка будет активна.

НАСТРОЙКИ И ПЕРСОНАЛИЗАЦИЯ

Распозна 

Часы уведомят, что
Вы занимаетесь
спортом или
закончили
тренировку

Распознавание движения

Эта функция позволяет часам распознавать движение и автоматически предлагать Вам начать тренировку.

О нас

Устройство:
CGWatch Force 2

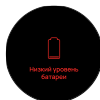
MAC-адрес:
C7-60:11:80:38:EC

Версия:
V0.0.3

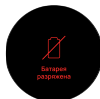
Раздел «О нас»

Позволяет просмотреть информацию об устройстве, включая номер модели и версию программного обеспечения.

СОСТОЯНИЕ БАТАРЕИ



Низкий заряд батареи



Батарея разряжена



Идет зарядка



Зарядка завершена