



FITPADDY

MANUALE D'ISTRUZIONI / USER MANUAL

FitRing01 - ANELLO INTELLIGENTE FitRing01 - SMART RING

IT Italiano
EN English
ES Español
PT Português
DE Deutsch
FR Français
NL Nederlands
RU Русский
PL Polski
SR Српски
EL Ελληνικά
TR Türkçe
SV Svenska
NO Norsk
FI Suomi
DA Dansk
SL Slovenščina
HR Hrvatski
RO Română
SQ Shqip
LT Lietuvių
LV Latviešu
ET Eesti
UK Українська
IS Íslenska



*Scansiona il QR code per accedere alle
informazioni online!*
*Scan the QR code to access the information
online!*

IT - Attivazione e Ricarica dell'Anello

Prima del primo utilizzo, l'anello va caricato completamente per attivarlo correttamente. In caso di ripristino delle impostazioni di fabbrica tramite app, è necessario ripetere la ricarica e l'attivazione.

L'anello si ricarica tramite ricarica wireless utilizzando il box di ricarica incluso. Una volta posizionato correttamente nel box collegato alla corrente, la luce LED dell'anello sarà rossa durante la ricarica e diventerà verde a ricarica completata.

La carica dell'anello richiede circa 45-60 minuti, in base alla temperatura. Il box di ricarica impiega circa 30-45 minuti per caricarsi completamente e può fornire fino a 10-12 cicli di ricarica completa per l'anello.

Puoi controllare il livello di carica dall'app JRing, nella schermata principale del dispositivo, oppure direttamente dal display LCD dell'anello.

La custodia del FitRing lampeggia in rosso durante la ricarica. Quando la carica è completa o si scollega il cavo, si accende una luce verde e si spegne dopo pochi secondi.



Avvertenze Importanti

I servizi offerti dall'anello non sono destinati a diagnosticare, trattare o prevenire malattie o condizioni mediche. I dati e le informazioni forniti hanno solo scopo informativo e non sostituiscono il parere di un medico. In caso di dubbi, consulta un professionista sanitario.

Come Indossare Correttamente l'Anello

Per una misurazione accurata, allinea il sensore del battito cardiaco con la punta del dito, in corrispondenza del polpastrello.

Si consiglia di indossare l'anello sul dito indice della mano sinistra per:

- una rilevazione più precisa
- evitare contatti involontari con altre dita che attiverrebbero lo schermo
- migliorare l'autonomia della batteria
- facilitare l'uso del sensore touch con il pollice



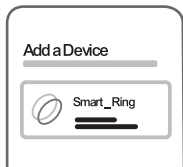
Si raccomanda di indossare l'anello sul dito indice.

Configurazione applicazione

Inquadra il QR code per installare l'app



Collega l'anello dall'applicazione



JRING

JRing – Connessione dell'Anello

1. Apri l'app JRing
 2. Registra un account e accedi
 3. Dopo l'accesso, avvia la ricerca dei dispositivi
 4. Seleziona il nome Bluetooth "FitRing" dall'elenco
 5. Tocca su "Aggiungi dispositivo"
 6. Una volta connesso, verranno visualizzate le informazioni dell'anello
- ⚠ La lingua dell'app segue automaticamente la lingua impostata sullo smartphone.

Impostazioni Personali

All'interno dell'interfaccia delle informazioni personali puoi inserire i tuoi dati e personalizzare:

- Obiettivo di passi giornalieri
- Unità di misura (metrico o imperiale)
- Altri parametri legati alla tua attività fisica

Se utilizzi un dispositivo Apple, sarà visibile anche l'opzione "Apple Salute" con le istruzioni per sincronizzare il FitRing.

Visualizzazione Ora

Sul display LCD dello smart ring viene visualizzato anche l'orario corrente. È possibile configurare il formato orario tra 12 ore (AM/PM) o 24 ore direttamente dalle impostazioni dell'app JRing.



Sport

Nell'interfaccia "Sport" dell'app puoi scegliere tra diverse modalità di allenamento:

- Camminata
- Corsa
- Ciclismo
- Escursionismo
- Golf

Tocca il pulsante "Sport" per avviare la registrazione di:

- Distanza
- Andatura
- Durata dell'allenamento
- Frequenza cardiaca

⚠ Per utilizzare questa funzione è necessario attivare il GPS del telefono.

Dati dell'Attività Fisica

Nella home page dell'app vengono visualizzati i dati giornalieri relativi a:

- Numero di passi
- Distanza percorsa
- Durata dell'attività
- Calorie bruciate

Puoi accedere allo storico settimanale o mensile.



Sonno

Nella home page dell'app mobile, seleziona la voce "Sonno" per visualizzare i dati della notte precedente, inclusi:

- Durata totale del sonno
- Durata del sonno leggero
- Durata del sonno profondo

Puoi anche consultare i dati direttamente dall'anello premendo il sensore fino a raggiungere l'icona "SLEEP" sul display LCD. Verrà visualizzata la durata del sonno della notte precedente.

Il rilevamento avviene automaticamente tra le 20:00 e le 12:00 del giorno successivo, con aggiornamenti ogni 15 minuti. Ad esempio, se hai dormito 6 ore e 36 minuti, l'anello mostrerà 6 ore e 45 minuti.

🔋 Durante la notte, il consumo medio della batteria è di circa il 10%.



Frequenza Cardiaca

Nella home page dell'app mobile, seleziona la voce "Frequenza cardiaca" e clicca sul pulsante di misurazione per avviare il test. La luce interna dell'anello diventerà verde e la misurazione inizierà automaticamente.

Puoi anche avviare la misurazione direttamente dall'anello, premendo il sensore fino

all'icona del cuore.

 Il rilevamento si completa in circa 30-60 secondi.



Ossigeno nel Sangue (SPO2)

Nella home page dell'app mobile, seleziona la voce "Ossigeno nel sangue" e clicca sul pulsante di misurazione per avviare il test. La luce interna dell'anello diventerà verde e la misurazione inizierà automaticamente.

Puoi anche avviare la misurazione direttamente dall'anello, premendo il sensore sull'icona del cuore con la scritta "SPO2".

 Il rilevamento si completa in circa 30-60 secondi.




Selfie da Remoto

Apri l'interfaccia "Telecomando Fotocamera" nell'app JRing e agita la mano per scattare una foto.

 La funzione di controllo remoto della fotocamera è disponibile solo nell'app JRing.

Controllo Remoto dei Video Brevi

1. Dopo aver connesso il telefono all'anello, assicurati che siano attivi sia il Bluetooth del dispositivo sia la connessione tramite l'app JRing
 2. Entra nella schermata del dispositivo e seleziona l'opzione "Controllo video brevi"
 3. All'interno dell'interfaccia, attiva entrambi gli interruttori sulla destra:
 - o Interruttore 1: abilita la funzione
 - o Interruttore 2: consente di attivare automaticamente l'interruttore 1 ad ogni connessione
 4. Una volta attivati, potrai:
 - o Toccare due volte l'anello con il dito per circa due secondi per passare al video successivo
 - o Scorrere le pagine del telefono con un semplice gesto
-  Funzione unicamente per dispositivi iOS, assicurati che la funzione "Tocco Assistivo" sia attivata nelle impostazioni di accessibilità.



Spegnimento e Riattivazione LCD

Per spegnere lo schermo LCD dell'anello, utilizza il sensore touch per scorrere fino alla voce "LCD OFF". L'anello inizierà a lampeggiare visualizzando in sequenza: LCD, OFF, LCD, OFF, LCD, OFF.

Mentre lampeggia, tieni premuto il sensore per 3 secondi: il display LCD si spegnerà.

Per riaccenderlo, tieni premuto il sensore per 3 secondi: il display si riattiverà automaticamente.



Quando la batteria scende sotto il 20% e viene rilevata inattività, l'anello si spegne

automaticamente per risparmiare energia. Può essere riacceso inserendolo nel case di ricarica.

 Anche con schermo spento, il tracciamento continua.

SERVIZIO CLIENTI

Sito: www.fitpaddy.com Email: customer-care@fitpaddy.com

Produttore: FITPADDY Srl, Via dell'Artigianato 16, 20835 Muggiò (MB), Italia

CAMPO DI APPLICAZIONE

FitRing è un anello smart pensato per il monitoraggio di attività fisica, sonno e parametri vitali. Unisce tecnologia e comfort, ideale per sport, benessere quotidiano e controllo personale.

LINEE GUIDA SULLA SICUREZZA

- Indossare correttamente per garantire comfort e precisione
- Non utilizzare come dispositivo medico
- Evitare liquidi, urti e temperature elevate
- Non adatto a bambini sotto i 10 anni senza supervisione
- Attenzione: non smontare né modificare l'anello

UTILIZZO

L'anello si attiva automaticamente dopo la prima ricarica completa. Il display LCD può essere spento o riacceso tramite il sensore touch.

Per la connessione Bluetooth:

- Aprire l'app JRing
- Attivare il Bluetooth
- Selezionare "FitRing"

Funzioni principali:

- Monitoraggio di passi, sonno, frequenza cardiaca, SPO2
- Visualizzazione dell'orario
- Controllo remoto per fotocamera e video brevi

CONTROLLI TOUCH

- Scorrimento per navigare tra le funzioni
- Pressione prolungata per accendere/spengere lo schermo
- Doppio tocco per azioni rapide (es. cambio video)

BATTERIA E RICARICA

- Notifiche di batteria bassa su display e app
- Ricarica wireless tramite custodia
- LED anello: rosso (in carica), verde (carica completata)
- La custodia si ricarica tramite cavo USB-C

LIMITAZIONE DI RESPONSABILITÀ

FITPADDY Srl non è responsabile per danni derivanti da:

- Uso scorretto o non conforme
- Esposizione a condizioni ambientali estreme
- Incompatibilità con dispositivi non supportati

AVVERTENZE

- Evitare l'uso in situazioni pericolose (es. alla guida)
- Pulire regolarmente con materiali delicati
- Non forzare l'utilizzo o premere eccessivamente

CURA E MANUTENZIONE

- Pulire con un panno morbido e asciutto
- Conservare in ambiente asciutto e lontano da fonti di calore
- Non utilizzare solventi o detergenti aggressivi

SMALTIMENTO

Smaltire anello e custodia seguendo le normative locali sui rifiuti elettronici. Non gettare nei rifiuti domestici.

EN - Activation and Charging of the Ring

Before first use, the ring must be fully charged to activate it properly. In case of a factory reset via the app, charging and activation must be repeated.

The ring charges wirelessly using the included charging box. Once correctly placed in the box and connected to power, the ring's LED light will be red during charging and will turn green once charging is complete.

Charging the ring takes approximately 45–60 minutes, depending on the temperature. The charging box takes about 30–45 minutes to fully charge and can provide up to 10–12 full charging cycles for the ring.

You can check the battery level from the JRing app on the device's main screen, or directly on the ring's LCD display.

The FitRing case flashes red while charging. When charging is complete or the cable is disconnected, a green light turns on and switches off after a few seconds.



Important Warnings

The services provided by the ring are not intended to diagnose, treat, or prevent any disease or medical condition. The data and information provided are for informational purposes only and do not replace medical advice. If in doubt, consult a healthcare professional.

How to Wear the Ring Correctly

For accurate measurement, align the heart rate sensor with the fingertip, in line with the pad of your finger.

Wearing the ring on the index finger of your left hand is recommended for:

- more accurate readings
- avoiding accidental contact with other fingers that could activate the screen
- improved battery life
- easier use of the touch sensor with your thumb



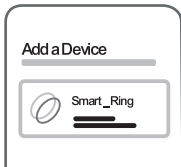
It is recommended to wear the ring on the index finger

Application Setup

Scan the QR code to install the app



Pair the ring through the app



JRING

JRing – Ring Connection

1. Open the JRing app
 2. Register an account and log in
 3. After logging in, start scanning for devices
 4. Select the Bluetooth name "FitRing" from the list
 5. Tap "Add Device"
 6. Once connected, the ring's information will be displayed
- ⚠ The app language automatically follows the language set on your smartphone.

Personal Settings

In the personal information section, you can enter your details and customize:

- Daily step goal
- Measurement units (metric or imperial)
- Other parameters related to your physical activity

If you are using an Apple device, the "Apple Health" option will also appear with instructions for syncing your FitRing.

Time Display

The smart ring's LCD screen also shows the current time. You can set the time format to either 12-hour (AM/PM) or 24-hour directly from the JRing app settings.



Sport

In the app's "Sport" interface, you can choose from various workout modes:

- Walking
- Running
- Cycling
- Hiking
- Golf

Tap the "Sport" button to start recording:

- Distance
- Pace
- Workout duration
- Heart rate

⚠ To use this function, your phone's GPS must be enabled.

Physical Activity Data

On the app's home page, you'll find your daily stats including:

- Step count
- Distance covered
- Duration of activity
- Calories burned

You can also access your weekly or monthly history.



Sleep

On the app's home page, select "Sleep" to view the data from the previous night, including:

- Total sleep duration
- Light sleep duration
- Deep sleep duration

You can also check your sleep data directly on the ring by pressing the sensor until you reach the "SLEEP" icon on the LCD display. The previous night's sleep duration will appear. Sleep tracking occurs automatically between 8:00 PM and 12:00 PM the following day, with updates every 15 minutes. For example, if you slept for 6 hours and 36 minutes, the ring will display 6 hours and 45 minutes.

🔋 Average overnight battery consumption is around 10%.



Heart Rate

On the app's home screen, select "Heart Rate" and tap the measurement button to start the test. The inner light of the ring will turn green and measurement will begin automatically.

You can also start the measurement directly from the ring by pressing the sensor until the heart icon appears.

🕒 The reading takes approximately 30–60 seconds.



Blood Oxygen (SPO2)

On the app's home screen, select "Blood Oxygen" and tap the measurement button to start the test. The inner light of the ring will turn green and measurement will begin automatically.

You can also initiate the measurement directly from the ring by pressing the sensor until the heart icon labeled "SPO2" appears.

🕒 The reading takes approximately 30–60 seconds.



Remote Selfie

Open the "Camera Remote Control" interface in the JRing app and wave your hand to take a photo.

📷 The camera remote feature is available exclusively in the JRing app.

Short Video Remote Control

After connecting the phone to the ring, ensure both the phone's Bluetooth and the JRing app connection are active

Go to the device screen and select the "Short Video Control" option

In the interface, activate both switches on the right:

o Switch 1: enables the function

o Switch 2: automatically activates Switch 1 at each connection

Once enabled, you can:

o Double-tap the ring with your finger for about two seconds to skip to the next video

o Scroll through phone pages with a simple gesture

⚠️ Only works with iOS devices, make sure "Assistive Touch" is enabled in the Accessibility settings.



LCD Screen Off and Reactivation

To turn off the ring's LCD screen, use the touch sensor to scroll to "LCD OFF." The ring will begin flashing in sequence: LCD, OFF, LCD, OFF, LCD, OFF.

While it flashes, press and hold the sensor for 3 seconds to turn off the screen.

To turn it back on, press and hold the sensor for 3 seconds: the display will automatically reactivate.



When the battery drops below 20% and inactivity is detected, the ring automatically powers off to save energy. It can be turned back on by placing it in the charging case.

⚠️ Tracking continues even when the screen is off.

CUSTOMER SERVICE

Website: www.fitpaddy.com Email: customercare@fitpaddy.com

Manufacturer: FITPADDY Srl, Via dell'Artigianato 16, 20835 Muggiò (MB), Italy

SCOPE OF APPLICATION

FitRing is a smart ring designed to monitor physical activity, sleep, and vital signs. It combines technology and comfort, ideal for sports, daily wellness, and personal tracking.

SAFETY GUIDELINES

- Wear correctly to ensure comfort and accurate readings
- Not intended for medical use
- Avoid liquids, impacts, and high temperatures
- Not suitable for children under 10 without supervision
- Warning: Do not disassemble or modify the ring

USAGE

The ring activates automatically after its first full charge. The LCD display can be turned off or back on using the touch sensor.

Bluetooth connection:

- Open the JRing app
- Enable Bluetooth
- Select "FitRing"

Main functions:

- Tracking of steps, sleep, heart rate, and SPO2
- Time display
- Remote control for camera and short videos

TOUCH CONTROLS

- Swipe to navigate between functions
- Long press to turn the screen on/off
- Double tap for quick actions (e.g. switch video)

BATTERY & CHARGING

- Low battery notifications via display and app
- Wireless charging via the case
- Ring LED: red (charging), green (fully charged)
- Charging case connects via USB-C cable

LIMITATION OF LIABILITY

FITPADDY Srl is not liable for damages caused by:

- Improper or non-compliant use
- Exposure to extreme environmental conditions
- Incompatibility with unsupported devices

WARNINGS

- Do not use in hazardous situations (e.g. while driving)
- Clean regularly with gentle materials
- Do not apply excessive force or misuse

CARE & MAINTENANCE

- Clean with a soft, dry cloth
- Store in a dry place away from heat sources
- Do not use solvents or harsh cleaners

DISPOSAL

Dispose of the ring and case according to local electronic waste regulations. Do not throw in household waste.

ES - Activación y Carga del Anillo

Antes del primer uso, el anillo debe cargarse completamente para activarlo correctamente. En caso de restablecimiento de fábrica a través de la aplicación, será necesario repetir la carga y la activación.

El anillo se carga de forma inalámbrica utilizando la caja de carga incluida. Una vez colocado correctamente en la caja conectada a la corriente, la luz LED del anillo será roja durante la carga y se volverá verde una vez completada.

La carga del anillo requiere aproximadamente entre 45 y 60 minutos, dependiendo de la temperatura. La caja de carga tarda entre 30 y 45 minutos en cargarse completamente y puede ofrecer hasta 10-12 ciclos de carga completa para el anillo.

Puedes comprobar el nivel de carga desde la aplicación JRing, en la pantalla principal del dispositivo, o directamente desde la pantalla LCD del anillo.

El estuche del FitRing parpadea en rojo durante la carga. Cuando la carga se completa o se desconecta el cable, se enciende una luz verde que se apaga después de unos segundos.



Advertencias Importantes

Los servicios ofrecidos por el anillo no están destinados a diagnosticar, tratar o prevenir enfermedades o condiciones médicas. Los datos e información proporcionados tienen únicamente fines informativos y no sustituyen el consejo de un médico. En caso de duda, consulta con un profesional sanitario.

Cómo Usar Correctamente el Anillo

Para una medición precisa, alinea el sensor de ritmo cardíaco con la punta del dedo, en correspondencia con la yema.

Se recomienda usar el anillo en el dedo índice de la mano izquierda para:

- una detección más precisa
- evitar contactos accidentales con otros dedos que podrían activar la pantalla
- mejorar la autonomía de la batería
- facilitar el uso del sensor táctil con el pulgar



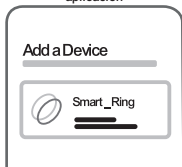
Se recomienda usar el anillo en el dedo índice.

Configuración de la Aplicación

Escanea el código QR para instalar la aplicación



Empareja el anillo a través de la aplicación



JRING

JRing – Conexión del Anillo

1. Abre la aplicación JRing
2. Registra una cuenta e inicia sesión
3. Después de iniciar sesión, comienza a buscar dispositivos
4. Selecciona el nombre Bluetooth "FitRing" de la lista
5. Toca "Agregar Dispositivo"
6. Una vez conectado, se mostrarán la información del anillo

⚠ El idioma de la aplicación sigue automáticamente el idioma configurado en tu teléfono inteligente.

Configuración Personal

En la sección de información personal, puedes ingresar tus datos y personalizar:

- Objetivo diario de pasos
- Unidades de medida (métricas o imperiales)
- Otros parámetros relacionados con tu actividad física

Si estás usando un dispositivo Apple, también aparecerá la opción "Salud de Apple" con instrucciones para sincronizar tu FitRing.

Pantalla de Hora

La pantalla LCD del anillo inteligente también muestra la hora actual. Puedes configurar el formato de la hora a 12 horas (AM/PM) o 24 horas directamente desde la configuración de la aplicación JRing.



Deporte

En la interfaz "Deporte" de la aplicación, puedes elegir entre varios modos de entrenamiento:

- Caminar
- Correr
- Ciclismo
- Senderismo
- Golf

Toca el botón "Deporte" para comenzar a registrar:

- Distancia
- Ritmo
- Duración del entrenamiento
- Frecuencia cardíaca

⚠ Para usar esta función, debes activar el GPS de tu teléfono.

Datos de Actividad Física

En la página principal de la aplicación, verás las estadísticas diarias, incluyendo:

- Conteo de pasos
- Distancia recorrida
- Duración de la actividad
- Calorías quemadas

También puedes acceder a tu historial semanal o mensual.



Sueño

En la página principal de la aplicación, selecciona "Sueño" para ver los datos de la noche anterior, incluyendo:

- Duración total del sueño
- Duración del sueño ligero
- Duración del sueño profundo

También puedes consultar tus datos de sueño directamente en el anillo presionando el sensor hasta llegar al icono "SUEÑO" en la pantalla LCD. Aparecerá la duración del sueño de la noche anterior. El seguimiento del sueño ocurre automáticamente entre las 8:00 PM y las 12:00 PM del día siguiente, con actualizaciones cada 15 minutos. Por ejemplo, si dormiste 6 horas y 36 minutos, el anillo mostrará 6 horas y 45 minutos.

🔋 El consumo promedio de batería durante la noche es de aproximadamente un 10%.



Frecuencia Cardíaca

En la pantalla principal de la aplicación, selecciona "Frecuencia Cardíaca" y toca el botón de medición para comenzar la prueba. La luz interna del anillo se volverá verde y la medición comenzará automáticamente.

También puedes iniciar la medición directamente desde el anillo, presionando el sensor hasta que aparezca el icono del corazón.

🕒 La lectura toma aproximadamente entre 30 y 60 segundos.



Oxígeno en Sangre (SPO2)

En la pantalla principal de la aplicación, selecciona "Oxígeno en Sangre" y toca el botón de medición para comenzar la prueba. La luz interna del anillo se volverá verde y la medición comenzará automáticamente.

También puedes iniciar la medición directamente desde el anillo, presionando el sensor hasta que aparezca el icono del corazón con la etiqueta "SPO2".

🕒 La lectura toma aproximadamente entre 30 y 60 segundos.



Selfie Remoto

Abre la interfaz "Control Remoto de Cámara" en la aplicación JRing y agita la mano para tomar una foto.

📷 La función de control remoto de la cámara está disponible exclusivamente en la aplicación JRing.

Control Remoto de Video Corto

Después de conectar el teléfono al anillo, asegúrate de que tanto el Bluetooth del teléfono como la conexión de la aplicación JRing estén activos.

Ve a la pantalla del dispositivo y selecciona la opción "Control de Video Corto".

En la interfaz, activa ambos interruptores a la derecha:

o Interruptor 1: habilita la función

o Interruptor 2: activa automáticamente el interruptor 1 en cada conexión

Una vez habilitado, podrás:

o Tocar dos veces el anillo con el dedo durante unos dos segundos para pasar al siguiente video

o Deslizar las páginas del teléfono con un simple gesto

⚠️ Funciona únicamente con dispositivos iOS, asegúrate de que "Toque Asistido" esté activado en la configuración de accesibilidad.



Apagar y Reactivar la Pantalla LCD

Para apagar la pantalla LCD del anillo, utiliza el sensor táctil para desplazarte hasta "LCD OFF". El anillo comenzará a parpadear en secuencia: LCD, OFF, LCD, OFF, LCD, OFF.

Mientras parpadea, mantén presionado el sensor durante 3 segundos para apagar la pantalla.

Para encenderla nuevamente, mantén presionado el sensor durante 3 segundos: la pantalla se reactivará automáticamente.



Cuando la batería baja del 20% y se detecta inactividad, el anillo se apaga automáticamente para ahorrar energía. Puede encenderse de nuevo colocándolo en el estuche de carga.

⚠️ El seguimiento continúa incluso con la pantalla apagada.

SERVICIO AL CLIENTE

Sitio web: www.fitpaddy.com Correo electrónico: customercare@fitpaddy.com

Fabricante: FITPADDY Srl, Via dell'Artigianato 16, 20835 Muggiò (MB), Italia

ÁMBITO DE APLICACIÓN

FitRing es un anillo inteligente diseñado para monitorear la actividad física, el sueño y los signos vitales.

Combina tecnología y comodidad, ideal para deportes, bienestar diario y seguimiento personal.

DIRECTRICES DE SEGURIDAD

- Usarlo correctamente para garantizar comodidad y lecturas precisas
- No utilizar como dispositivo médico
- Evitar líquidos, impactos y temperaturas elevadas
- No apto para niños menores de 10 años sin supervisión
- Advertencia: No desarmar ni modificar el anillo

USO

El anillo se activa automáticamente después de la primera carga completa. La pantalla LCD se puede apagar o encender mediante el sensor táctil.

Conexión Bluetooth:

- Abrir la app JRing
- Activar Bluetooth
- Seleccionar "FitRing"

Funciones principales:

- Monitoreo de pasos, sueño, frecuencia cardíaca y SPO2
- Visualización de la hora
- Control remoto para cámara y videos cortos

CONTROLES TÁCTILES

- Deslizar para navegar entre las funciones
- Mantener presionado para encender/apagar la pantalla
- Doble toque para acciones rápidas (por ejemplo, cambiar video)

BATERÍA Y CARGA

- Notificaciones de batería baja en pantalla y app
- Carga inalámbrica a través del estuche
- LED del anillo: rojo (cargando), verde (completamente cargado)
- El estuche de carga se conecta a través de cable USB-C

LIMITACIÓN DE RESPONSABILIDAD

FITPADDY Srl no se responsabiliza por daños derivados de:

- Uso incorrecto o no conforme
- Exposición a condiciones ambientales extremas
- Incompatibilidad con dispositivos no soportados

ADVERTENCIAS

- No usar en situaciones peligrosas (por ejemplo, al conducir)
- Limpiar regularmente con materiales suaves
- No ejercer presión excesiva ni usar el anillo de manera inapropiada

CUIDADO Y MANTENIMIENTO

- Limpiar con un paño suave y seco
- Almacenar en un lugar seco y alejado de fuentes de calor
- No usar disolventes ni limpiadores agresivos

ELIMINACIÓN

Deshacerse del anillo y la funda según las normativas locales de residuos electrónicos. No tirar en residuos domésticos.

PT - Ativação e Carregamento do Anel

Antes do primeiro uso, o anel deve ser completamente carregado para garantir uma ativação correta. Se o aplicativo foi restaurado para as configurações de fábrica, o processo de carregamento e ativação deve ser repetido.

O anel é carregado sem fio, utilizando a estação de carregamento interna. Quando o anel é colocado corretamente na estação, a luz LED do anel acende em vermelho durante o carregamento e fica verde quando o carregamento é concluído.

O tempo de carregamento é de aproximadamente 45 a 60 minutos, dependendo da temperatura. A estação de carregamento carrega em cerca de 30 a 45 minutos e permite de 10 a 12 ciclos completos de carregamento.

O status de carregamento pode ser verificado na tela principal do dispositivo no aplicativo JRing ou diretamente no display LCD do anel. A caixa do FitRing pisca em vermelho durante o carregamento. Quando o carregamento for concluído ou o cabo for desconectado, a luz LED fica verde e desliga após alguns segundos.



Avisos Importantes

As funções do anel não são destinadas ao diagnóstico, tratamento ou prevenção de doenças ou condições médicas. As informações e dados coletados pelo anel são apenas para fins informativos e não substituem o cuidado médico profissional. Em caso de dúvidas, consulte um profissional de saúde.

Uso Correto do Anel

Para garantir medições precisas, o sensor de batimento cardíaco deve ser posicionado corretamente, na ponta do dedo.

É recomendado usar o anel no dedo indicador da mão esquerda pelos seguintes motivos:

- Sensores mais precisos
- Menor probabilidade de ativar acidentalmente a tela com outros dedos
- Maior duração da bateria
- Uso mais fácil da tela sensível ao toque com o polegar



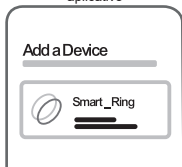
É recomendado usar o anel no dedo indicador

Configurações do Aplicativo

Escaneie o código QR para instalar o aplicativo



Desative a conexão entre o anel e o aplicativo



JRING

JRing – Conectar o anel (em português):

1. Abra o aplicativo JRing
 2. Crie uma conta e faça login
 3. Após fazer login, inicie a busca por dispositivos
 4. Selecione "FitRing" na lista do Bluetooth
 5. Toque no botão "Adicionar dispositivo"
 6. Quando a conexão for estabelecida, as informações do anel serão exibidas
- ⚠ O idioma do aplicativo é definido automaticamente de acordo com as configurações de idioma do telefone.

Configurações Pessoais

Na interface de dados pessoais, você pode inserir suas informações e personalizar:

- Objetivo diário de passos
- Unidades de medida (sistema métrico ou imperial)
- Outros parâmetros de atividade física

Se você usar um dispositivo Apple, verá também a opção "Apple Health" com instruções de sincronização com o "FitRing".

Exibição da Hora

A hora atual é exibida na tela LCD do anel inteligente.

Você pode configurar o formato de 12 horas (AM/PM) ou 24 horas diretamente nas configurações do aplicativo JRing.



Treinamento

Na interface "Treinamento" do aplicativo, você pode escolher entre diferentes modos de exercício:

- Caminhada
- Corrida
- Ciclismo
- Caminhadas
- Golfe

Toque no botão "Treinamento" para iniciar o monitoramento de:

- Distância
- Velocidade
- Duração do treino
- Frequência cardíaca

⚠ Para usar esta função, o GPS do telefone precisa estar ativado.



Dados de Atividade Física

Na tela principal do aplicativo, são exibidos os dados diários:

- Número de passos
- Distância percorrida
- Duração da atividade
- Calorias queimadas

Também é possível visualizar o histórico semanal ou mensal.

Sono

Na tela principal do aplicativo, selecione a guia "Sono" para visualizar os dados da noite anterior:

- Duração total do sono
- Sono leve
- Sono profundo

Os dados também podem ser verificados diretamente no anel, mantendo o botão sensível pressionado até o ícone "SLEEP" aparecer na tela LCD. A duração do sono da noite anterior será exibida.

A medição ocorre automaticamente das 20h até 12h do dia seguinte, com dados atualizados a cada 15 minutos.

Por exemplo, se você dormiu por 6 horas e 36 minutos, o anel mostrará 6 horas e 45 minutos.

🔋 Consumo médio da bateria durante a noite: cerca de 10%.



Frequência Cardíaca

Na tela principal do aplicativo, selecione a guia "Frequência Cardíaca" e pressione o botão de medição para iniciar o teste.

A luz interna do anel ficará verde e a medição começará automaticamente.

A medição também pode ser iniciada diretamente no anel, mantendo o botão sensível pressionado até o ícone do coração aparecer.

🕒 A medição leva cerca de 30–60 segundos.



Saturação de Oxigênio no Sangue (SPO2)

Na tela principal do aplicativo, selecione "Saturação de Oxigênio no Sangue" e pressione o botão de medição.

A luz interna do anel ficará verde e a medição começará automaticamente.

A medição também pode ser feita diretamente no anel, mantendo o botão sensível pressionado até o ícone do coração com o texto "SPO2" aparecer.

🕒 A medição leva cerca de 30–60 segundos.



Selfie Remota

Abra o "Câmera Remota" no aplicativo JRing e faça um gesto com a mão para tirar a foto.

📷 O controle remoto da câmera é possível apenas através do aplicativo JRing.

Controle Remoto de Vídeos Curtos

Após conectar o telefone ao anel, verifique se o Bluetooth e o aplicativo JRing estão ativos.

Vá até a tela do dispositivo e selecione "Controle Remoto de Vídeos Curtos".

Ative ambos os interruptores à direita na interface:

- Interruptor 1: ativa a função
- Interruptor 2: ativa o interruptor 1 automaticamente sempre que a conexão for estabelecida

Quando ativado, você pode:

- Toque duas vezes no anel por cerca de 2 segundos para passar para o próximo vídeo
- Navegue pelas páginas do telefone com um gesto simples

⚠️ Funciona apenas com dispositivos iOS, certifique-se de que a função "Assistive-Touch" está ativada nas configurações de acessibilidade.



Desligamento e Ligamento da Tela LCD

Para desligar a tela LCD, use o botão sensível ao toque e vá para a opção "LCD OFF".

O anel piscará na seguinte sequência: LCD, OFF, LCD, OFF, LCD, OFF.

Quando o anel começar a brilhar, mantenha o botão sensível pressionado por 3 segundos – a tela LCD será desligada.

Para ligar novamente, mantenha o botão sensível pressionado por 3 segundos – a tela será ligada automaticamente.



Quando a bateria desce abaixo dos 20% e é detectada inatividade, o anel desliga-se automaticamente para poupar energia. Pode ser ligado novamente ao colocá-lo no estojo de carregamento.

⚠️ O rastreamento continua mesmo com o ecrã desligado.

ATENDIMENTO AO CLIENTE

Site oficial: www.fitpaddy.com E-mail: customercare@fitpaddy.com

Fabricante: FITPADDY Srl, Via dell'Artigianato 16, 20835 Muggiò (MB), Itália

ÁREA DE USO

„FitRing“ é um anel inteligente projetado para monitoramento da atividade física, sono e indicadores de vitalidade. Ele combina tecnologia e conforto, tornando-o ideal para esportes, saúde e monitoramento pessoal.

AVISOS DE SEGURANÇA

- Use o anel corretamente para garantir conforto e precisão
- Não é destinado a uso médico
- Evite o contato com líquidos, impactos e temperaturas altas
- Não é adequado para crianças menores de 10 anos sem supervisão de um adulto
- Aviso: não abra nem modifique o anel

USO

O anel liga automaticamente quando está completamente carregado. A tela LCD pode ser ligada e desligada usando o botão sensível ao toque.

Conectando via Bluetooth:

- Abra o aplicativo JRing
- Ative o Bluetooth
- Selecione „FitRing“

FUNCIONALIDADES PRINCIPAIS:

- Monitoramento de passos, sono, frequência cardíaca e SPO2
- Exibição da hora
- Controle remoto de câmera e vídeos curtos

BOTÕES SENSÍVEIS AO TOQUE

- Deslize o dedo para navegar entre as funções
- Mantenha pressionado para ligar/desligar a tela
- Toque duas vezes para realizar ações rápidas (exemplo: trocar vídeo)

BATERIA E CARREGAMENTO

- Aviso de bateria baixa exibido na tela e no aplicativo
- Carregamento sem fio com caixa de carregamento
- Luz LED do anel: vermelha (carregando), verde (totalmente carregado)
- A caixa de carregamento carrega via cabo USB-C

LIMITAÇÃO DE RESPONSABILIDADE

A FITPADDY Srl não se responsabiliza por danos causados por:

- Uso incorreto ou desrespeito às instruções
- Efeitos de condições ambientais extremas
- Uso de dispositivos incompatíveis ou não suportados

PRECAUÇÕES

- Evite usar em situações perigosas (por exemplo, ao dirigir)
- Limpe regularmente com materiais suaves
- Não aplique força ou pressão excessiva

MANUTENÇÃO E LIMPEZA

- Limpe com um pano macio e seco
- Armazene em local seco, longe de fontes de calor
- Não use solventes químicos ou abrasivos para limpeza

DISPOSIÇÃO DE RESÍDUOS

Descarte o anel e sua caixa de acordo com as regulamentações locais de resíduos eletrônicos. Não descarte no lixo comum.

DE - Aktivierung und Aufladen des Rings

Aktivierung und Aufladen des Rings

Vor der ersten Nutzung muss der Ring vollständig aufgeladen werden, um ihn zu aktivieren.

Bei einem Zurücksetzen auf Werkseinstellungen über die App ist eine erneute Aufladung und Aktivierung erforderlich.

Der Ring wird kabellos über die mitgelieferte Ladebox geladen. Während des Ladevorgangs leuchtet die LED rot, bei voller Ladung grün.

Das Aufladen dauert ca. 45–60 Minuten, je nach Temperatur. Die Ladebox selbst lädt in 30–45 Minuten und ermöglicht bis zu 10–12 Ladevorgänge.

Der Ladezustand ist in der JRing-App oder direkt auf dem Ring-Display sichtbar. Die Ladebox blinkt rot beim Laden und zeigt kurz grün an, wenn der Ladevorgang abgeschlossen oder das Kabel getrennt wird.



Wichtige Hinweise

Die vom Ring angebotenen Funktionen sind nicht zur Diagnose, Behandlung oder Vorbeugung von Krankheiten oder gesundheitlichen Beschwerden bestimmt. Die bereitgestellten Daten und Informationen dienen ausschließlich Informationszwecken und ersetzen nicht die ärztliche Beratung. Wende dich im Zweifelsfall an medizinisches Fachpersonal.

Richtige Trageweise des Rings

Für eine präzise Messung sollte der Herzfrequenzsensor mit der Fingerspitze – also dem Fingerballen – ausgerichtet sein.

Es wird empfohlen, den Ring am linken Zeigefinger zu tragen, um:

- eine genauere Erkennung zu ermöglichen
- versehentliche Berührungen mit anderen Fingern, die das Display aktivieren könnten, zu vermeiden
- die Akkulaufzeit zu optimieren
- die Bedienung des Touchsensors mit dem Daumen zu erleichtern



Es wird empfohlen, den Ring am Zeigefinger zu tragen.

Einrichtung der App

Scanne den QR-Code, um die App zu installieren



Kopple den Ring über die App



JRING

JRing – Ring Verbindung

1. Öffne die JRing-App
 2. Registriere ein Konto und melde dich an
 3. Nach der Anmeldung beginne mit der Gerätesuche
 4. Wähle den Bluetooth-Namen „FitRing“ aus der Liste aus
 5. Tippe auf „Gerät hinzufügen“
 6. Sobald die Verbindung hergestellt ist, werden die Ring-Informationen angezeigt
- ⚠ Die Sprache der App folgt automatisch der auf deinem Smartphone eingestellten Sprache.

Persönliche Einstellungen

Im Bereich „Persönliche Informationen“ kannst du deine Daten eingeben und folgende Einstellungen anpassen:

- Tägliches Schrittziel
- Maßeinheiten (metrisch oder imperial)
- Weitere Parameter, die sich auf deine körperliche Aktivität beziehen

Wenn du ein Apple-Gerät verwendest, erscheint auch die Option „Apple Health“ mit

Anweisungen zur Synchronisierung deines FitRings.

Uhranzeige

Auf dem LCD-Bildschirm des Smart Rings wird auch die aktuelle Uhrzeit angezeigt. Du kannst im Einstellungsmenü der JRing-App das Zeitformat zwischen 12-Stunden (AM/PM) oder 24-Stunden festlegen.



Sport

Im Bereich „Sport“ der App kannst du zwischen verschiedenen Trainingsmodi wählen:

- Gehen
- Laufen
- Radfahren
- Wandern
- Golf

Tippe auf die Schaltfläche „Sport“, um die Aufzeichnung zu starten:

- Distanz
- Tempo
- Trainingsdauer
- Herzfrequenz

⚠ Um diese Funktion zu nutzen, muss das GPS deines Telefons aktiviert sein.

Bewegungsdaten

Auf der Startseite der App findest du deine täglichen Statistiken, darunter:

- Schrittzahl
- Zurückgelegte Distanz
- Aktivitätsdauer
- Verbrannte Kalorien

Du kannst auch deine wöchentlichen oder monatlichen Daten einsehen.



Schlaf

Auf der Startseite der App kannst du den Bereich „Schlaf“ auswählen, um die Daten der letzten Nacht zu sehen, darunter:

- Gesamtschlafdauer
- Dauer des leichten Schlafs
- Dauer des Tiefschlafs

Du kannst deine Schlafdaten auch direkt am Ring ablesen, indem du den Sensor drückst, bis das Symbol „SLEEP“ auf dem LCD-Display erscheint. Die Schlafaufzeichnung erfolgt automatisch zwischen 20:00 Uhr abends und 12:00 Uhr mittags am nächsten Tag, mit Aktualisierungen alle 15 Minuten. Wenn du z. B. 6 Stunden und 36 Minuten geschlafen hast, zeigt der Ring 6 Stunden und 45 Minuten an.

🔋 Der durchschnittliche nächtliche Batterieverbrauch liegt bei etwa 10 %.



Herzfrequenz

Wähle auf der Startseite der App „Herzfrequenz“ aus und tippe auf die Schaltfläche zur Messung. Das grüne Licht im Inneren des Rings schaltet sich ein und die Messung beginnt automatisch.

Du kannst die Messung auch direkt am Ring starten, indem du den Sensor drückst, bis das Herzsymbol erscheint.

🕒 Die Messung dauert etwa 30–60 Sekunden.



Blutsauerstoff (SPO2)

Wähle auf der Startseite der App „Blutsauerstoff“ aus und tippe auf die Schaltfläche zur Messung. Das grüne Licht im Inneren des Rings schaltet sich ein und die Messung beginnt automatisch.

Du kannst die Messung auch direkt am Ring starten, indem du den Sensor drückst, bis das Herzsymbol mit der Aufschrift „SPO2“ erscheint.

🕒 Die Messung dauert etwa 30–60 Sekunden.



Fern-Selfie

Öffne den Bereich „Kamera-Fernbedienung“ in der JRing-App und winke mit der Hand, um ein Foto aufzunehmen.

📷 Die Kamerafernbedienung funktioniert ausschließlich mit der JRing-App.

Fernsteuerung für Kurzvideos

Nachdem du das Telefon mit dem Ring verbunden hast, stelle sicher, dass sowohl Bluetooth als auch die Verbindung zur JRing-App aktiv sind.

Gehe in der App zur Geräteeinstellung und wähle die Option „Kurzvideo-Steuerung“. Aktiviere in der Benutzeroberfläche beide Schalter auf der rechten Seite:

- Schalter 1: Aktiviert die Funktion
- Schalter 2: Aktiviert Schalter 1 automatisch bei jeder Verbindung

Sobald die Funktion aktiviert ist, kannst du:

- Den Ring etwa zwei Sekunden lang doppelt antippen, um zum nächsten Video zu wechseln

- Mit einer einfachen Geste durch die Seiten deines Telefons blättern

⚠️ Funktioniert nur mit iOS-Geräten, dass „AssistiveTouch“ in den Bedienungshilfen aktiviert ist.



LCD-Bildschirm ausschalten und reaktivieren

Um das LCD-Display des Rings auszuschalten, nutze den Touch-Sensor, um zu „LCD OFF“ zu scrollen. Der Ring beginnt dann in folgender Reihenfolge zu blinken: LCD, OFF, LCD, OFF, LCD, OFF.

Während er blinkt, halte den Sensor 3 Sekunden lang gedrückt, um den Bildschirm auszuschalten.

Zum Reaktivieren halte den Sensor erneut 3 Sekunden lang gedrückt: Das Display schaltet sich automatisch wieder ein.



Wenn der Akkustand unter 20 % fällt und Inaktivität erkannt wird, schaltet sich der Ring automatisch aus, um Energie zu sparen. Er kann durch Einlegen in das Ladeetui wieder eingeschaltet werden.

⚠️ Die Aufzeichnung läuft auch bei ausgeschaltetem Bildschirm weiter.

KUNDENDIENST

Website: www.fitpaddy.com E-Mail: customercare@fitpaddy.com

Hersteller: FITPADDY Srl, Via dell'Artigianato 16, 20835 Muggiò (MB), Italien

ANWENDUNGSBEREICH

FitRing ist ein intelligenter Ring, der entwickelt wurde, um körperliche Aktivitäten, Schlaf und Vitalparameter zu überwachen. Er kombiniert Technologie und Komfort und ist ideal für Sport, tägliches Wohlbefinden und persönliche Überwachung.

SICHERHEITSHINWEISE

- Korrekt tragen, um Komfort und präzise Messungen zu gewährleisten
- Nicht als medizinisches Gerät verwenden
- Vermeiden Sie Flüssigkeiten, Stöße und hohe Temperaturen
- Nicht geeignet für Kinder unter 10 Jahren ohne Aufsicht
- Achtung: Nicht zerlegen oder ändern

NUTZUNG

Der Ring wird nach der ersten vollständigen Aufladung automatisch aktiviert. Das LCD-Display kann über den Touch-Sensor ein- oder ausgeschaltet werden.

Bluetooth-Verbindung:

- Öffnen Sie die App JRing
- Aktivieren Sie Bluetooth
- Wählen Sie "FitRing" aus

Hauptfunktionen:

- Überwachung von Schritten, Schlaf, Herzfrequenz und SPO2
- Anzeige der Uhrzeit
- Fernsteuerung für Kamera und kurze Videos

TASTENKONTROLLEN

- Wischen, um zwischen den Funktionen zu navigieren
- Langes Drücken, um den Bildschirm ein- oder auszuschalten
- Doppelklick für Schnellaktionen (z. B. Video wechseln)

BATTERIE UND AUFLADUNG

- Benachrichtigungen bei niedrigem Batteriestand auf dem Display und in der App
- Drahtloses Laden über das Etui
- LED des Rings: Rot (wird aufgeladen), Grün (vollständig geladen)
- Das Ladeetui wird über ein USB-C-Kabel aufgeladen

HAFTUNGSBESCHRÄNKUNG

FITPADDY Srl haftet nicht für Schäden, die durch:

- Unsachgemäße oder nicht konforme Nutzung
- Aussetzung gegenüber extremen Umweltbedingungen
- Inkompatibilität mit nicht unterstützten Geräten entstehen

WARNHINWEISE

- Nicht in gefährlichen Situationen verwenden (z. B. beim Fahren)
- Regelmäßig mit weichen Materialien reinigen
- Keine übermäßige Druckausübung oder falsche Verwendung des Rings

PFLEGE UND WARTUNG

- Mit einem weichen, trockenen Tuch reinigen
- An einem trockenen Ort und fern von Wärmequellen aufbewahren
- Keine Lösungsmittel oder aggressive Reinigungsmittel verwenden

ENTSORGUNG

Den Ring und das Etui gemäß den lokalen Vorschriften für Elektroschrott entsorgen. Nicht im Haushaltsmüll entsorgen.

FR - Activation et chargement de l'anneau

Avant la première utilisation, l'anneau doit être complètement chargé pour être activé correctement. En cas de réinitialisation des paramètres d'usine via l'application, il est nécessaire de répéter le chargement et l'activation.

L'anneau se recharge sans fil en utilisant le boîtier de recharge inclus. Une fois correctement placé dans le boîtier connecté à l'alimentation, le voyant LED de l'anneau sera rouge pendant le chargement et deviendra vert une fois le chargement terminé.

Le chargement de l'anneau prend environ 45 à 60 minutes, en fonction de la température. Le boîtier de recharge met environ 30 à 45 minutes pour se charger complètement et peut fournir jusqu'à 10 à 12 cycles de charge complète pour l'anneau.

Vous pouvez vérifier le niveau de charge via l'application JRing, sur l'écran principal de l'appareil, ou directement sur l'écran LCD de l'anneau. Le boîtier du FitRing clignote en rouge pendant le chargement. Lorsque la charge est complète ou lorsque le câble est débranché, une lumière verte s'allume et s'éteint après quelques secondes.



Informations importantes

Les fonctions proposées par l'anneau ne sont pas destinées à diagnostiquer, traiter ou prévenir des maladies ou des problèmes de santé. Les données et informations fournies ont uniquement un but informatif et ne remplacent pas les conseils médicaux. En cas de doute, consultez un professionnel de la santé.

Port correct de l'anneau

Pour une mesure précise, le capteur de fréquence cardiaque doit être aligné avec le bout du doigt, au niveau du coussinet.

Il est recommandé de porter l'anneau sur l'index de la main gauche pour :

- assurer une détection plus précise

- éviter les contacts accidentels avec d'autres doigts pouvant activer l'écran
- optimiser l'autonomie de la batterie
- faciliter l'utilisation du capteur tactile avec le pouce



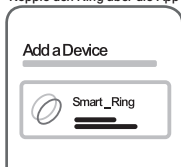
Il est recommandé de porter l'anneau sur l'index.

Configuration de l'application

Scanne den QR-Code, um die App zu installieren



Kopple den Ring über die App



JRING

JRing – Connexion de l'anneau

1. Ouvre l'application JRing
 2. Crée un compte et connecte-toi
 3. Après la connexion, lance la recherche d'appareils
 4. Sélectionne le nom Bluetooth "FitRing" dans la liste
 5. Appuie sur "Ajouter un appareil"
 6. Une fois connecté, les informations de l'anneau s'affichent
- ⚠ La langue de l'application suit automatiquement celle définie sur ton smartphone.

Paramètres personnels

Dans l'interface des informations personnelles, tu peux saisir tes données et personnaliser :

- Objectif quotidien de pas
- Unités de mesure (métrique ou impériale)
- Autres paramètres liés à ton activité physique

Si tu utilises un appareil Apple, l'option "Apple Santé" sera également visible avec les instructions pour synchroniser le FitRing.

Affichage de l'heure

L'écran LCD de la bague intelligente affiche également l'heure actuelle. Il est possible de configurer le format horaire en 12 heures (AM/PM) ou 24 heures directement dans les paramètres de l'application JRing.



Sport

Dans l'interface "Sport" de l'application, tu peux choisir parmi différents modes d'entraînement :

- Marche
- Course
- Cyclisme
- Randonnée
- Golf

Appuie sur le bouton "Sport" pour démarrer l'enregistrement de :

- Distance
- Allure
- Durée de l'entraînement
- Fréquence cardiaque

⚠ Pour utiliser cette fonction, le GPS du téléphone doit être activé.

Données d'activité physique

Sur la page d'accueil de l'application, les données quotidiennes suivantes s'affichent :

- Nombre de pas
- Distance parcourue
- Durée de l'activité
- Calories brûlées

Tu peux consulter l'historique hebdomadaire ou mensuel.



Sommeil

Depuis la page d'accueil de l'application mobile, sélectionne "Sommeil" pour voir les données de la nuit précédente, y compris :

- Durée totale du sommeil
- Durée du sommeil léger
- Durée du sommeil profond

Tu peux également consulter les données directement sur l'anneau en appuyant sur le capteur jusqu'à voir l'icône "SLEEP" sur l'écran LCD. La durée du sommeil de la nuit précédente s'affichera.

Le suivi s'effectue automatiquement entre 20h00 et 12h00 le lendemain, avec des mises à jour toutes les 15 minutes. Par exemple, si tu as dormi 6 heures et 36 minutes, l'anneau affichera 6 heures et 45 minutes.

🔋 La consommation moyenne de batterie pendant la nuit est d'environ 10 %.



Fréquence cardiaque

Sur la page d'accueil de l'application mobile, sélectionne "Fréquence cardiaque" et appuie sur le bouton de mesure pour démarrer le test. La lumière verte à l'intérieur de l'anneau s'allume et la mesure commence automatiquement.

Tu peux aussi lancer la mesure directement depuis l'anneau en appuyant sur le capteur jusqu'à l'icône du cœur.

🕒 Le test dure environ 30 à 60 secondes.



Oxygène sanguin (SPO2)

Sur la page d'accueil de l'application mobile, sélectionne "Oxygène dans le sang" et appuie sur le bouton de mesure pour démarrer le test. La lumière verte à l'intérieur de l'anneau s'allume et la mesure commence automatiquement.

Tu peux aussi lancer la mesure directement depuis l'anneau en appuyant sur le capteur jusqu'à l'icône du cœur avec la mention "SPO2".

🕒 Le test dure environ 30 à 60 secondes.



Selfie à distance

Ouvre l'interface "Télécommande de l'appareil photo" dans l'application JRing et fais un geste de la main pour prendre une photo.

📷 La télécommande de la caméra fonctionne uniquement avec l'application JRing.

Contrôle à distance des vidéos courtes

Après avoir connecté le téléphone à l'anneau, assure-toi que le Bluetooth de l'appareil et la connexion via l'application JRing sont actifs

Va dans l'écran des paramètres de l'appareil et sélectionne l'option "Contrôle des vidéos courtes"

Dans l'interface, active les deux interrupteurs à droite :

o Interrupteur 1 : active la fonction

o Interrupteur 2 : permet d'activer automatiquement l'interrupteur 1 à chaque connexion

Une fois activée, tu pourras :

o Taper deux fois sur l'anneau pendant environ deux secondes pour passer à la vidéo suivante

o Faire défiler les pages du téléphone avec un simple geste

⚠️ Fonctionne uniquement avec des appareils iOS, assure-toi que la fonction "Toucher Assisté" est activée dans les réglages d'accessibilité.



Extinction et réactivation de l'écran LCD

Pour éteindre l'écran LCD de l'anneau, utilise le capteur tactile pour faire défiler jusqu'à "LCD OFF". L'anneau commencera à clignoter en affichant successivement : LCD, OFF, LCD, OFF, LCD, OFF.

Pendant le clignotement, maintiens le capteur appuyé pendant 3 secondes : l'écran LCD s'éteindra.

Pour le rallumer, maintiens à nouveau le capteur pendant 3 secondes : l'écran se rallumera automatiquement.



Lorsque la batterie descend en dessous de 20 % et qu'une inactivité est détectée, la bague s'éteint automatiquement pour économiser de l'énergie. Elle peut être rallumée en la plaçant dans l'étui de charge.

⚠️ Le suivi continue même avec l'écran éteint.

SERVICE CLIENT

Site Web : www.fitpaddy.com E-mail : customercare@fitpaddy.com

Fabricant : FITPADDY Srl, Via dell'Artigianato 16, 20835 Muggiò (MB), Italie

CHAMP D'APPLICATION

FitRing est une bague intelligente conçue pour surveiller l'activité physique, le sommeil et les paramètres vitaux. Elle allie technologie et confort, idéale pour le sport, le bien-être quotidien et le suivi personnel.

CONSIGNES DE SÉCURITÉ

- Porter correctement pour garantir confort et précision des mesures
- Ne pas utiliser comme dispositif médical
- Éviter tout contact avec des liquides, des chocs ou des températures élevées
- Ne convient pas aux enfants de moins de 10 ans sans supervision
- Attention : Ne pas démonter ni modifier l'anneau

UTILISATION

L'anneau s'active automatiquement après la première charge complète. L'écran LCD peut être éteint ou rallumé via le capteur tactile.

Connexion Bluetooth :

- Ouvrir l'application JRing
- Activer le Bluetooth
- Sélectionner "FitRing"

Fonctions principales :

- Suivi des pas, du sommeil, de la fréquence cardiaque et de la SPO2
- Affichage de l'heure
- Télécommande pour appareil photo et vidéos courtes

COMMANDES TACTILES

- Glisser pour naviguer entre les fonctions
- Appui long pour allumer/éteindre l'écran
- Double-tap pour des actions rapides (ex. changer de vidéo)

BATTERIE ET CHARGEMENT

- Notifications de batterie faible sur l'écran et dans l'application
- Chargement sans fil via le boîtier
- LED de l'anneau : rouge (en charge), vert (charge terminée)
- Le boîtier se charge via un câble USB-C

LIMITATION DE RESPONSABILITÉ

FITPADDY Srl ne peut être tenu responsable des dommages causés par :

- Une utilisation incorrecte ou non conforme
- Une exposition à des conditions environnementales extrêmes
- Une incompatibilité avec des appareils non pris en charge

AVERTISSEMENTS

- Ne pas utiliser dans des situations dangereuses (ex. : lors de la conduite)
- Nettoyer régulièrement avec des matériaux doux
- Ne pas forcer l'utilisation ou exercer une pression excessive

ENTRETIEN ET MAINTENANCE

- Nettoyer avec un chiffon doux et sec
- Conserver dans un endroit sec et à l'abri de la chaleur
- Ne pas utiliser de solvants ou de produits de nettoyage agressifs

ÉLIMINATION

Éliminer l'anneau et le boîtier selon les réglementations locales sur les déchets électroniques. Ne pas jeter dans les déchets ménagers.

NL - Activering en opladen van de ring

Voordat u de ring voor de eerste keer gebruikt, moet deze volledig worden opgeladen om correct te worden geactiveerd. Als de fabrieksinstellingen via de app worden hersteld, moet de ring opnieuw worden opgeladen en geactiveerd.

De ring wordt draadloos opgeladen via de meegeleverde oplaadcase. Zodra de ring correct in de case is geplaatst en deze op een stroombron is aangesloten, brandt het LED-lampje van de ring rood tijdens het opladen en wordt het groen zodra het opladen is voltooid.

Het opladen van de ring duurt ongeveer 45 tot 60 minuten, afhankelijk van de temperatuur. De oplaadcase zelf heeft ongeveer 30 tot 45 minuten nodig om volledig op te laden en kan tot 10 à 12 volledige laadcycli voor de ring leveren.

U kunt het batterijniveau controleren via de JRing-app, op het hoofdscherm van het apparaat, of direct op het LCD-scherm van de ring. Het FitRing-doosje knippert rood tijdens het opladen. Wanneer het opladen is voltooid of de kabel wordt losgekoppeld, gaat er een groen lampje branden dat na enkele seconden uitgaat.



Belangrijke informatie

De functies van de ring zijn niet bedoeld om ziekten of gezondheidsproblemen te diagnosticeren, behandelen of voorkomen. De verstrekte gegevens en informatie dienen uitsluitend ter informatie en vervangen geen medisch advies. Raadpleeg bij twijfel altijd een medisch specialist.

Correct dragen van de ring

Voor een nauwkeurige meting moet de hartslagsensor uitgelijnd zijn met de top van de vinger, ter hoogte van het kussentje.

Het wordt aanbevolen om de ring aan de wijsvinger van de linkerhand te dragen om:

- een nauwkeurigere meting te garanderen
- onbedoeld contact met andere vingers dat het scherm zou kunnen activeren te vermijden
- de batterijduur te optimaliseren
- het gebruik van de aanraakgevoelige sensor met de duim te vergemakkelijken



Het wordt aanbevolen om de ring op de wijsvinger te dragen.

Configuratie van de app

Scanne den QR-Code, um die App zu installieren



Kopple den Ring über die App



JRING

JRing – Verbinden van de ring

1. Open de JRing-app
2. Registreer een account en log in
3. Start na het inloggen met het zoeken naar apparaten
4. Selecteer de Bluetooth-naam "FitRing" uit de lijst
5. Tik op "Apparaat toevoegen"
6. Zodra de verbinding tot stand is gebracht, worden de ringgegevens weergegeven

⚠ De taal van de app volgt automatisch de taalinstellingen van je smartphone.

Persoonlijke instellingen

In de interface "Persoonlijke informatie" kun je je gegevens invoeren en aanpassen:

- Dagelijks stappendoel
- Maateenheden (metrisch of imperiaal)
- Andere parameters met betrekking tot je fysieke activiteit

Als je een Apple-apparaat gebruikt, wordt ook de optie "Apple Gezondheid" weergegeven met instructies voor het synchroniseren van de FitRing.

Tijdweergave

Het LCD-scherm van de smart ring toont ook de huidige tijd. Je kunt het tijdformaat (12-uurs AM/PM of 24-uurs) instellen in het instellingenmenu van de JRing-app.



Sport

In het gedeelte "Sport" van de app kun je kiezen uit verschillende trainingsmodi:

- Wandelen
- Hardlopen
- Fietsen
- Hiken
- Golf

Tik op de knop "Sport" om de registratie te starten van:

- Afstand
- Tempo
- Trainingsduur
- Hartslag

⚠ Voor deze functie moet GPS op je telefoon zijn ingeschakeld.

Bewegingsgegevens

Op de startpagina van de app worden je dagelijkse statistieken weergegeven, waaronder:

- Aantal stappen
- Afgelegde afstand
- Activiteitsduur
- Verbrande calorieën

Je kunt ook je wekelijkse of maandelijkse gegevens bekijken.



Slaap

Op de startpagina van de mobiele app kun je het gedeelte "Slaap" selecteren om de gegevens van de afgelopen nacht te bekijken, waaronder:

- Totale slaapduur
- Duur van lichte slaap
- Duur van diepe slaap

Je kunt de gegevens ook rechtstreeks op de ring bekijken door op de sensor te drukken tot het pictogram "SLEEP" op het LCD-scherm verschijnt. De slaapduur van de vorige nacht wordt weergegeven.

De meting wordt automatisch uitgevoerd tussen 20:00 en 12:00 uur de volgende dag, met updates om de 15 minuten. Als je bijvoorbeeld 6 uur en 36 minuten hebt geslapen, geeft de ring 6 uur en 45 minuten aan.

🔋 Het gemiddelde batterijverbruik 's nachts bedraagt ongeveer 10%.



Hartslag

Op de startpagina van de mobiele app selecteer je "Hartslag" en klik je op de meetknop om de test te starten. Het groene lampje in de ring gaat branden en de meting start automatisch.

Je kunt de meting ook rechtstreeks op de ring starten door op de sensor te drukken tot het hartpictogram verschijnt.

🕒 De meting duurt ongeveer 30 tot 60 seconden.



Zuurstofgehalte in het bloed (SPO2)

Op de startpagina van de mobiele app selecteer je "Zuurstofgehalte in het bloed" en klik je op de meetknop om de test te starten. Het groene lampje in de ring gaat branden en de meting start automatisch.

Je kunt de meting ook rechtstreeks op de ring starten door op de sensor te drukken tot het hartpictogram met het label "SPO2" verschijnt.

🕒 De meting duurt ongeveer 30 tot 60 seconden.



Afstandsbediening voor selfies

Open de interface "Camera-afstandsbediening" in de JRing-app en zwaai met je hand om een foto te maken.

📷 De afstandsbediening voor de camera werkt uitsluitend met de JRing-app.

Afstandsbediening voor korte video's

Nadat je de telefoon met de ring hebt verbonden, zorg ervoor dat zowel Bluetooth als de verbinding met de JRing-app actief zijn

Ga naar het apparaatscherm en selecteer de optie "Korte video bediening"

Activeer in de interface beide schakelaars aan de rechterkant:

- o Schakelaar 1: activeert de functie
- o Schakelaar 2: activeert automatisch Schakelaar 1 bij elke verbinding

Eenmaal geactiveerd, kun je:

- o Tik twee keer ongeveer twee seconden op de ring om naar de volgende video te gaan
- o Met een eenvoudig gebaar door je telefoonschermen scrollen

⚠️ Werkt alleen met iOS-apparaten, zorg ervoor dat "AssistiveTouch" is ingeschakeld in de toegankelijkheidsinstellingen.



LCD-scherm uitschakelen en opnieuw activeren

Om het LCD-scherm van de ring uit te schakelen, gebruik je de aanraakgevoelige sensor om naar "LCD OFF" te scrollen. De ring begint dan te knipperen in de volgende volgorde: LCD, OFF, LCD, OFF, LCD, OFF.

Tijdens het knipperen houd je de sensor 3 seconden ingedrukt: het LCD-scherm wordt uitgeschakeld.

Om het opnieuw in te schakelen, houd je de sensor opnieuw 3 seconden ingedrukt: het scherm wordt automatisch weer ingeschakeld.



Wanneer de batterij onder de 20% zakt en er inactiviteit wordt gedetecteerd, schakelt de ring automatisch uit om energie te besparen. Hij kan opnieuw worden ingeschakeld door hem in het oplaadetui te plaatsen.

⚠️ Tracking gaat door, zelfs wanneer het scherm uit is.

KLANTENSERVICE

Website: www.fitpaddy.com E-mail: customer@fitpaddy.com

Fabrikant: FITPADDY Srl, Via dell'Artigianato 16, 20835 Muggiò (MB), Italië

TOEPASSINGSGBIED

FitRing is een slimme ring ontworpen voor het monitoren van fysieke activiteit, slaap en vitale parameters. Het combineert technologie en comfort, ideaal voor sport, dagelijks welzijn en persoonlijke controle.

VEILIGHEIDSVORZORGEN

- Correct dragen voor comfort en nauwkeurige metingen
- Niet gebruiken als medisch apparaat
- Vermijd contact met vloeistoffen, schokken en hoge temperaturen
- Niet geschikt voor kinderen onder de 10 jaar zonder toezicht
- Let op: Demonteer of wijzig de ring niet

GEBRUIK

De ring wordt automatisch geactiveerd na de eerste volledige oplading. Het LCD-scherm kan worden uit- of aangezet via de aanraakgevoelige sensor.

Bluetooth-verbinding:

- Open de JRing-app
- Zet Bluetooth aan
- Selecteer "FitRing"

Hoofdfunctionaliteiten:

- Stappen, slaap, hartslag en SPO2 monitoring
- Weergave van de tijd
- Afstandsbediening voor camera en korte video's

AANRAAKBEDIENING

- Veeg om tussen de functies te navigeren
- Druk lang in om het scherm in/uit te schakelen
- Dubbel tikken voor snelle acties (bijv. video wisselen)

BATERIJ EN OPLADEN

- Meldingen van lage batterij op het scherm en in de app
- Draadloos opladen via de oplaaddoos
- LED op de ring: rood (aan het opladen), groen (oplading voltooid)
- De oplaaddoos wordt opgeladen via een USB-C kabel

AANSPRAKELIJKHEIDSBEPERKING

FITPADDY Srl is niet verantwoordelijk voor schade veroorzaakt door:

- Onjuist of niet-conform gebruik
- Blootstelling aan extreme omgevingsomstandigheden
- Incompatibiliteit met niet-ondersteunde apparaten

WAARSCHUWINGEN

- Niet gebruiken in gevaarlijke situaties (bijv. tijdens het rijden)
- Regelmatig schoonmaken met zachte materialen
- Vermijd overmatig gebruik of druk

ONDERHOUD EN VERZORGING

- Schoonmaken met een zacht en droog doekje
- Bewaren op een droge plaats, uit de buurt van warmtebronnen
- Geen oplosmiddelen of agressieve schoonmaakmiddelen gebruiken

AFVALVERWERKING

Gooi de ring en de oplaaddoos weg volgens de lokale regelgeving voor elektronisch afval. Niet weggoen bij het huisvuil.

RU - Активация и зарядка кольца

Перед первым использованием кольцо должно быть полностью заряжено для правильной активации. В случае сброса настроек до заводских через приложение необходимо повторить зарядку и активацию.

Кольцо заряжается беспроводным способом с использованием прилагаемого зарядного футляра. После правильного размещения в футляре, подключённом к питанию, светодиод на кольце загорится красным во время зарядки и станет зелёным по завершении процесса.

Зарядка кольца занимает около 45–60 минут в зависимости от температуры. Зарядный футляр заряжается примерно за 30–45 минут и может обеспечить до 10–12 полных циклов зарядки кольца.

Вы можете проверить уровень заряда через приложение JRing, на главном экране устройства или напрямую на ЖК-дисплее кольца. Футляр FitRing мигает красным во время зарядки. Когда зарядка завершена или кабель отключён, загорается зелёный индикатор, который гаснет через несколько секунд.



Важная информация

Функции кольца не предназначены для диагностики, лечения или профилактики заболеваний и проблем со здоровьем. Предоставляемые данные и информация имеют исключительно справочный характер и не заменяют медицинскую консультацию. В случае сомнений проконсультируйтесь с медицинским специалистом.

Правильное ношение кольца

Для точного измерения датчик сердечного ритма должен быть выровнен с кончиком пальца, на уровне подушечки.

Рекомендуется носить кольцо на указательном пальце левой руки, чтобы:

- обеспечить более точное считывание данных
- избежать случайных касаний других пальцев, способных активировать экран
- оптимизировать время работы от аккумулятора
- облегчить использование сенсора с помощью большого пальца



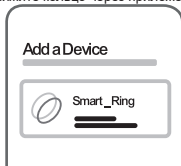
Рекомендуется носить кольцо на указательном пальце.

Настройка приложения

Сканируйте QR-код, чтобы установить приложение



Свяжите кольцо через приложение



JRING

JRing – Подключение кольца

1. Откройте приложение JRing
 2. Зарегистрируйте аккаунт и войдите в систему
 3. После входа начните поиск устройств
 4. Выберите Bluetooth-устройство с именем "FitRing" из списка
 5. Нажмите "Добавить устройство"
 6. После подключения информация о кольце отобразится на экране
- ⚠ Язык приложения автоматически соответствует языку, установленному на смартфоне.

Личные настройки

Во вкладке "Личная информация" вы можете ввести свои данные и настроить:

- Цель по количеству шагов в день
- Единицы измерения (метрические или имперские)
- Другие параметры, связанные с физической активностью

Если вы используете устройство Apple, появится также опция "Apple Здоровье" с инструкциями по синхронизации с FitRing.

Отображение времени

На ЖК-дисплее кольца отображается текущее время. Формат времени можно установить (12-часовой AM/PM или 24-часовой) напрямую в настройках приложения JRing.



Спорт

Во вкладке "Спорт" приложения вы можете выбрать один из режимов тренировки:

- Ходьба
- Бег
- Велоспорт
- Поход
- Гольф

Нажмите кнопку "Спорт" для начала записи:

- Расстояния
- Темпа
- Продолжительности тренировки
- Частоты сердцебиения

⚠ Для использования этой функции необходимо включить GPS на телефоне.

Данные физической активности

На главной странице приложения отображаются ежедневные данные о:

- Количестве шагов
- Пройденной дистанции
- Продолжительности активности
- Сожжённых калориях

Доступна история за неделю или месяц.



Сон

На главной странице мобильного приложения выберите вкладку "Сон", чтобы просмотреть данные за прошлую ночь, включая:

- Общее время сна
- Время лёгкого сна
- Время глубокого сна

Вы также можете просмотреть данные напрямую на кольце, нажав на сенсор до появления иконки "SLEEP" на ЖК-дисплее. Будет отображено время сна за прошлую ночь.

Отслеживание происходит автоматически с 20:00 до 12:00 следующего дня, с обновлением каждые 15 минут. Например, если вы спали 6 часов и 36 минут, кольцо отобразит 6 часов и 45 минут.

🔋 Средний расход батареи за ночь составляет около 10%.



Частота сердцебиения

На главной странице мобильного приложения выберите вкладку "Частота сердцебиения" и нажмите кнопку измерения, чтобы начать тест. Внутренний свет кольца загорится зелёным, и измерение начнётся автоматически.

Вы также можете начать измерение прямо с кольца, нажав на сенсор до

появления иконки сердца.

🕒 Измерение длится примерно 30–60 секунд.



Кислород в крови (SPO2)

На главной странице мобильного приложения выберите вкладку "Кислород в крови" и нажмите кнопку измерения, чтобы начать тест. Внутренний свет кольца загорится зелёным, и измерение начнётся автоматически.

Вы также можете начать измерение прямо с кольца, нажав на сенсор до появления иконки сердца с надписью "SPO2".

🕒 Измерение длится примерно 30–60 секунд.



Удалённое селфи

Откройте вкладку "Управление камерой" в приложении JRing и взмахните рукой, чтобы сделать фото.

📷 Функция дистанционного управления камерой доступна только в приложении JRing.

Удалённое управление короткими видео

После подключения телефона к кольцу убедитесь, что активны как Bluetooth, так и соединение через приложение JRing

Перейдите на экран устройства и выберите опцию "Управление короткими видео"

В интерфейсе включите оба переключателя справа:

o Переключатель 1: активирует функцию

o Переключатель 2: автоматически включает переключатель 1 при каждом подключении

После активации вы сможете:

o Коснуться кольца дважды пальцем примерно на две секунды, чтобы перейти к следующему видео

o Перелистывать страницы телефона простым жестом

⚠️ Работает только с устройствами iOS, что функция "AssistiveTouch" включена в настройках универсального доступа.



Выключение и включение ЖК-дисплея

Чтобы выключить ЖК-дисплей кольца, используйте сенсор, чтобы прокрутить до надписи "LCD OFF". Кольцо начнёт мигать, последовательно отображая: LCD, OFF, LCD, OFF, LCD, OFF.

Во время мигания удерживайте сенсор нажатым в течение 3 секунд: дисплей выключится.

Чтобы снова включить дисплей, удерживайте сенсор в течение 3 секунд: дисплей включится автоматически.



Когда заряд батареи падает ниже 20% и обнаруживается бездействие, кольцо автоматически выключается для экономии энергии. Его можно включить снова, поместив в зарядный футляр.

⚠️ Отслеживание пр одолжается даже при выключенном экране.

СЛУЖБА ПОДДЕРЖКИ

Вебсайт: www.fitpaddy.com Электронная почта: customercare@fitpaddy.com

Производитель: FITPADDY Srl, Via dell'Artigianato 16, 20835 Muggiò (MB), Италия

ОБЛАСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ

FitRing — это умное кольцо, предназначенное для мониторинга физической активности, сна и жизненно важных параметров. Оно сочетает в себе технологии и комфорт, идеально подходит для спорта, ежедневного благополучия и личного контроля.

МЕРЫ БЕЗОПАСНОСТИ

- Носите кольцо правильно для обеспечения комфорта и точных измерений
- Не использовать как медицинское устройство
- Избегайте контакта с жидкостями, ударами и высокими температурами
- Не подходит для детей младше 10 лет без присмотра
- Внимание: не разбирайте и не модифицируйте кольцо

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ

Кольцо автоматически включается после первой полной зарядки. ЖК-экран можно выключить или включить с помощью сенсора.

Bluetooth-соединение:

- Откройте приложение JRing
- Включите Bluetooth
- Выберите "FitRing"

Основные функции:

- Мониторинг шагов, сна, частоты сердечных сокращений и SPO2
- Отображение времени
- Удаленное управление камерой и короткими видео

УПРАВЛЕНИЕ СЕНСОРОМ

- Проведение пальцем для переключения между функциями
- Долгое нажатие для включения/выключения экрана
- Двойной клик для быстрых действий (например, переключение видео)

БАТАРЕЯ И ЗАРЯДКА

- Уведомления о низком уровне заряда на экране и в приложении
- Беспроводная зарядка через зарядный чехол
- LED на кольце: красный (заряжается), зеленый (зарядка завершена)
- Зарядка зарядного чехла через USB-C кабель

ОГРАНИЧЕНИЕ ОТВЕТСТВЕННОСТИ

FITPADDY Srl не несет ответственности за повреждения, вызванные:

- Неправильным или несоответствующим использованием
- Воздействием экстремальных условий окружающей среды
- Несовместимостью с неподдерживаемыми устройствами

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЯ

- Не используйте в опасных ситуациях (например, за рулем)
- Регулярно чистите с использованием мягких материалов
- Не переусердствуйте с использованием или нажатием

УХОД И ОБСЛУЖИВАНИЕ

- Очищайте мягкой сухой тканью
- Храните в сухом месте, вдали от источников тепла
- Не используйте растворители или агрессивные чистящие средства

УТИЛИЗАЦИЯ

Утилизируйте кольцо и зарядный чехол в соответствии с местными нормами по утилизации электроники. Не выбрасывайте в бытовой мусор.

Przed pierwszym użyciem pierścienia musi zostać całkowicie naładowany, aby można go było prawidłowo aktywować. W przypadku przywrócenia ustawień fabrycznych za pomocą aplikacji, należy powtórzyć proces ładowania i aktywacji.

Pierścień ładuje się bezprzewodowo za pomocą dołączonego etui ładującego. Po prawidłowym umieszczeniu w etui podłączonym do zasilania, dioda LED na pierścieniu świeci na czerwono podczas ładowania i zmienia kolor na zielony po jego zakończeniu.

Ładowanie pierścienia trwa około 45 do 60 minut, w zależności od temperatury otoczenia. Etui ładujące potrzebuje około 30 do 45 minut, aby się całkowicie naładować, i może zapewnić od 10 do 12 pełnych cykli ładowania pierścienia.

Poziom naładowania można sprawdzić za pomocą aplikacji JRing, na ekranie głównym urządzenia lub bezpośrednio na ekranie LCD pierścienia. Etui FitRing miga na czerwono podczas ładowania. Gdy ładowanie zostanie zakończone lub kabel zostanie odłączony, zapala się zielone światło, które gaśnie po kilku sekundach.



Ważne informacje

Funkcje oferowane przez pierścień nie są przeznaczone do diagnozowania, leczenia ani zapobiegania chorobom lub problemom zdrowotnym. Dane i informacje mają wyłącznie charakter informacyjny i nie zastępują porady lekarskiej. W razie wątpliwości skonsultuj się z lekarzem.

Prawidłowe noszenie pierścienia

Aby pomiary były dokładne, czujnik tętna powinien być wyrównany z opuszką palca.

Zaleca się noszenie pierścienia na palcu wskazującym lewej ręki, aby:

- zapewnić większą dokładność wykrywania
- uniknąć przypadkowych dotknięć aktywujących ekran
- zoptymalizować żywotność baterii
- ułatwić obsługę czujnika dotykowego za pomocą kciuka



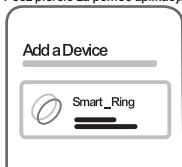
Zaleca się noszenie pierścienia na palcu wskazującym.

Konfiguracja aplikacji

Zeskanuj kod QR, aby zainstalowa aplikację



Pocz pierście za pomocą aplikacji.



JRING

JRing – Połączenie pierścienia

1. Otwórz aplikację JRing
2. Zarejestruj konto i zaloguj się
3. Po zalogowaniu uruchom wyszukiwanie urządzeń
4. Wybierz z listy nazwę Bluetooth „FitRing”
5. Dotknij „Dodaj urządzenie”
6. Po połączeniu wyświetlą się informacje o pierścieniu

⚠ Język aplikacji automatycznie dopasowuje się do języka ustawionego w smartfonie.

Ustawienia osobiste

W interfejsie informacji osobistych możesz wprowadzić swoje dane i dostosować:

- Codzienny cel kroków
- Jednostki miary (metryczne lub imperialne)
- Inne parametry związane z Twoją aktywnością fizyczną

Jeśli używasz urządzenia Apple, widoczna będzie również opcja „Apple Zdrowie” wraz z instrukcjami synchronizacji z FitRingiem.

Wyświetlanie czasu

Na wyświetlaczu LCD inteligentnego pierścienia widoczna jest również aktualna godzina. Możesz skonfigurować format godziny (12-godzinny AM/PM lub 24-godzinny) bezpośrednio w ustawieniach aplikacji JRing.



Sport

W interfejsie „Sport” aplikacji możesz wybrać spośród różnych trybów treningowych:

- Spacer
- Bieganie
- Jazda na rowerze
- Wędrówki
- Golf

Dotknij przycisku „Sport”, aby rozpocząć rejestrację:

- Dystansu
- Tempa
- Czasu trwania treningu
- Tętna

⚠ Aby korzystać z tej funkcji, musisz włączyć GPS w telefonie.

Dane aktywności fizycznej

Na stronie głównej aplikacji wyświetlane są codzienne dane dotyczące:

- Liczby kroków
- Pokonanego dystansu
- Czasu trwania aktywności
- Spalonych kalorii

Masz dostęp do historii tygodniowej lub miesięcznej.



Sen

Na stronie głównej aplikacji mobilnej wybierz zakładkę „Sen”, aby zobaczyć dane z poprzedniej nocy, w tym:

- Całkowity czas snu
- Czas snu lekkiego
- Czas snu głębokiego

Możesz również sprawdzić dane bezpośrednio z pierścienia, naciskając czujnik, aż pojawi się ikona „SLEEP” na ekranie LCD. Wyświetli się czas snu z ostatniej nocy. Pomiar odbywa się automatycznie między 20:00 a 12:00 dnia następnego, z aktualizacjami co 15 minut. Na przykład, jeśli spałeś 6 godzin i 36 minut, pierścień pokaże 6 godzin i 45 minut.

🔋 W nocy średnie zużycie baterii wynosi około 10%.



Tętno

Na stronie głównej aplikacji mobilnej wybierz zakładkę „Tętno” i kliknij przycisk pomiaru, aby rozpocząć test. Wewnętrzne światło pierścienia zaświeci się na zielono, a pomiar rozpocznie się automatycznie.

Możesz również rozpocząć pomiar bezpośrednio z pierścienia, naciskając czujnik aż do ikony serca.

🕒 Pomiar trwa około 30–60 sekund.



Poziom tlenu we krwi (SPO2)

Na stronie głównej aplikacji mobilnej wybierz zakładkę „Poziom tlenu we krwi” i kliknij przycisk pomiaru, aby rozpocząć test. Wewnętrzne światło pierścienia zaświeci się na zielono, a pomiar rozpocznie się automatycznie.

Możesz również rozpocząć pomiar bezpośrednio z pierścienia, naciskając czujnik na ikonie serca z napisem „SPO2”.

🕒 Pomiar trwa około 30–60 sekund.



Zdalne selfie

Otwórz interfejs „Zdalne sterowanie aparatem” w aplikacji JRing i porusz ręką, aby zrobić zdjęcie.

📷 Funkcja zdalnego sterowania aparatem jest dostępna wyłącznie w aplikacji JRing.

Zdalne sterowanie krótkimi filmami

Po połączeniu telefonu z pierścieniem upewnij się, że Bluetooth oraz połączenie przez aplikację JRing są aktywne

Wejść w ekran urządzenia i wybierz opcję „Zdalne sterowanie wideo”

W interfejsie włącz oba przełączniki po prawej stronie:

o Przełącznik 1: włącza funkcję

o Przełącznik 2: umożliwia automatyczne włączanie przełącznika 1 przy każdym połączeniu

Po aktywacji możesz:

o Dwukrotnie dotknąć pierścienia palcem przez około 2 sekundy, aby przejść do następnego filmu

o Przewijać strony w telefonie prostym gestem

⚠️ Działa wyłącznie z urządzeniami iOS, że funkcja „AssistiveTouch” jest włączona w ustawieniach dostępności.



Wyłączenie i ponowne włączenie LCD

Aby wyłączyć ekran LCD pierścienia, użyj czujnika dotykowego, aby przewinąć do pozycji „LCD OFF”. Pierścień zacznie migać, wyświetlając kolejno: LCD, OFF, LCD, OFF, LCD, OFF.

Podczas migania przytrzymaj czujnik przez 3 sekundy – ekran LCD wyłączy się.

Aby go ponownie włączyć, przytrzymaj czujnik przez 3 sekundy – ekran włączy się automatycznie.



Gdy poziom baterii spadnie poniżej 20% i wykryta zostanie bezczynność, pierścień automatycznie się wyłącza, aby oszczędzać energię. Można go ponownie włączyć, wkładając do etui ładującego.

⚠️ Śledzenie jest kontynuowane nawet przy wyłączonym ekranie.

OBSŁUGA KLIENTA

Strona internetowa: www.fitpaddy.com E-mail: customercare@fitpaddy.com

Producent: FITPADDY Srl, Via dell'Artigianato 16, 20835 Muggiò (MB), Włochy

ZAKRES ZASTOSOWANIA

FitRing to inteligentny pierścień zaprojektowany do monitorowania aktywności fizycznej, snu i parametrów życiowych. Łączy technologię z komfortem, idealny do sportu, codziennego dobrostanu i kontroli osobistej.

WYTYCZNE BEZPIECZEŃSTWA

- Nosić poprawnie, aby zapewnić komfort i dokładność pomiarów
- Nie używać jako urządzenie medyczne
- Unikać kontaktu z cieczami, uderzeniami i wysokimi temperaturami
- Nie dla dzieci poniżej 10. roku życia bez nadzoru
- Uwaga: nie demontować ani nie modyfikować pierścienia

UŻYTKOWANIE

Pierścień włącza się automatycznie po pierwszym pełnym naładowaniu. Wyświetlacz LCD można wyłączyć lub włączyć za pomocą czujnika dotykowego.

Połączenie Bluetooth:

- Otwórz aplikację JRing
- Włącz Bluetooth
- Wybierz „FitRing”

Główne funkcje:

- Monitorowanie kroków, snu, tętna i SPO₂
- Wyświetlanie godziny
- Zdalne sterowanie aparatem i krótkimi filmami

STEROWANIE DOTYKOWE

- Przesuwanie palcem do nawigacji po funkcjach
- Długie naciśnięcie, aby włączyć/wyłączyć ekran
- Podwójne stuknięcie, aby wykonać szybkie akcje (np. zmiana filmu)

BATERIA I ŁADOWANIE

- Powiadomienia o niskim poziomie baterii na wyświetlaczu i w aplikacji
- Bezprzewodowe ładowanie za pomocą etui ładującego
- LED na pierścieniu: czerwony (ładowanie), zielony (naładowane)
- Ładowanie etui przez kabel USB-C

OGRANICZENIE ODPOWIEDZIALNOŚCI

FITPADDY Srl nie ponosi odpowiedzialności za uszkodzenia spowodowane:

- Niewłaściwym lub niezgodnym z instrukcją użytkowaniem
- Narażeniem na skrajne warunki środowiskowe
- Niezgodnością z urządzeniami, które nie są obsługiwane

OSTRZEŻENIA

- Unikaj używania w niebezpiecznych sytuacjach (np. podczas prowadzenia pojazdu)
- Regularnie czyść za pomocą delikatnych materiałów
- Nie używaj nadmiernej siły podczas użytkowania lub naciskania

PIELĘGNACJA I UTRZYMANIE

- Czyścić miękką, suchą szmatką
- Przechowywać w suchym miejscu, z dala od źródeł ciepła
- Nie używać rozpuszczalników ani agresywnych środków czyszczących

UTYLIZACJA

Zużyty pierścień i etui należy zutylizować zgodnie z lokalnymi przepisami dotyczącymi odpadów elektronicznych. Nie wyrzucać do odpadów domowych.

SR - Aktivacija i Punjenje Prstena

Pre prve upotrebe, prsten treba potpuno da se napuni kako bi se ispravno aktivirao. U slučaju vraćanja na fabričke postavke putem aplikacije, potrebno je ponoviti punjenje i aktivaciju.

Prsten se puni bežičnim punjenjem koristeći kutiju za punjenje koja je uključena. Kada se pravilno postavi u kutiju koja je povezana sa napajanjem, LED svetlo na prstenu će biti crveno tokom punjenja, a postaće zeleno kada je punjenje završeno.

Punjenje prstena traje oko 45-60 minuta, u zavisnosti od temperature. Kutija za punjenje se potpuno puni za oko 30-45 minuta i može pružiti do 10-12 potpunih ciklusa punjenja za prsten.

Nivo napunjenosti možete proveriti putem JRing aplikacije, na glavnoj ekranu uređaja, ili direktno na LCD ekranu prstena. Futrola FitRing-a treperi crveno tokom punjenja. Kada je punjenje završeno ili kada se kabl isključi, svetlo postaje zeleno i zatim se gasi nakon nekoliko sekundi.



Važne Napomene

Usluge koje prsten pruža nisu namenjene za dijagnostikovanje, lečenje ili prevenciju bolesti ili medicinskih stanja. Podaci i informacije koje pruža prsten imaju samo informativnu svrhu i ne zamenjuju savete lekara. U slučaju bilo kakvih nedoumica, posavetujte se sa zdravstvenim stručnjakom.

Kako Ispravno Nositi Prsten

Za precizno merenje, poravnajte senzor otkucaja srca sa vrhom prsta, u skladu sa jagodicom.

Preporučuje se nošenje prstena na kažiprstu leve ruke zbog sledećih razloga:

- preciznija detekcija

- izbegavanje slučajnog kontakta sa drugim prstima koji bi mogli aktivirati ekran
- poboljšanje trajanja baterije
- olakšavanje korišćenja touch senzora palcem



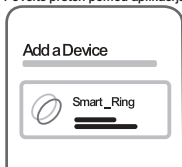
Preporučuje se da nosite prsten na kažiprstu.

Konfiguracja aplikacji

Zeskanuj kod QR, aby zainstalowa aplikację



Poveite prsten pomou aplikacije



JRING

JRing – Połączenie pierścienia

1. Otwórz aplikację JRING
2. Zarejestruj konto i zaloguj się
3. Po zalogowaniu uruchom wyszukiwanie urządzeń
4. Wybierz z listy nazwę Bluetooth „FitRing”
5. Dotknij „Dodaj urządzenie”
6. Po połączeniu wyświetlą się informacje o pierścieniu

⚠ Język aplikacji automatycznie dopasowuje się do języka ustawionego w smartfonie.

Ustawienia osobiste

W interfejsie informacji osobistych możesz wprowadzić swoje dane i dostosować:

- Codzienny cel kroków
- Jednostki miary (metryczne lub imperialne)
- Inne parametry związane z Twoją aktywnością fizyczną

Jeśli używasz urządzenia Apple, widoczna będzie również opcja „Apple Zdrowie” wraz z instrukcjami synchronizacji z FitRingiem.

Wyświetlanie czasu

Na wyświetlaczu LCD inteligentnego pierścienia widoczna jest również aktualna godzina. Możesz skonfigurować format godziny (12-godzinny AM/PM lub 24-godzinny) bezpośrednio w ustawieniach aplikacji JRing.



Sport

W interfejsie „Sport” aplikacji możesz wybrać spośród różnych trybów treningowych:

- Spacer
- Bieganie
- Jazda na rowerze
- Wędrówki
- Golf

Dotknij przycisku „Sport”, aby rozpocząć rejestrację:

- Dystansu
- Tempa
- Czasu trwania treningu
- Tętna

⚠ Aby korzystać z tej funkcji, musisz włączyć GPS w telefonie.

Dane aktywności fizycznej

Na stronie głównej aplikacji wyświetlane są codzienne dane dotyczące:

- Liczby kroków
- Pokonanego dystansu
- Czasu trwania aktywności
- Spalonych kalorii

Masz dostęp do historii tygodniowej lub miesięcznej.



Sen

Na stronie głównej aplikacji mobilnej wybierz zakładkę „Sen”, aby zobaczyć dane z poprzedniej nocy, w tym:

- Całkowity czas snu
- Czas snu lekkiego
- Czas snu głębokiego

Możesz również sprawdzić dane bezpośrednio z pierścienia, naciskając czujnik, aż pojawi się ikona „SLEEP” na ekranie LCD. Wyświetli się czas snu z ostatniej nocy. Pomiar odbywa się automatycznie między 20:00 a 12:00 dnia następnego, z aktualizacjami co 15 minut. Na przykład, jeśli spałeś 6 godzin i 36 minut, pierścień pokaże 6 godzin i 45 minut.

🔋 W nocy średnie zużycie baterii wynosi około 10%.



Tętno

Na stronie głównej aplikacji mobilnej wybierz zakładkę „Tętno” i kliknij przycisk pomiaru, aby rozpocząć test. Wewnętrzne światło pierścienia zaświeci się na zielono, a pomiar rozpocznie się automatycznie.

Możesz również rozpocząć pomiar bezpośrednio z pierścienia, naciskając czujnik aż do ikony serca.

🕒 Pomiar trwa około 30–60 sekund.



Poziom tlenu we krwi (SPO2)

Na stronie głównej aplikacji mobilnej wybierz zakładkę „Poziom tlenu we krwi” i kliknij przycisk pomiaru, aby rozpocząć test. Wewnętrzne światło pierścienia zaświeci się na zielono, a pomiar rozpocznie się automatycznie.

Możesz również rozpocząć pomiar bezpośrednio z pierścienia, naciskając czujnik na ikonie serca z napisem „SPO2”.

🕒 Pomiar trwa około 30–60 sekund.



Zdalne selfie

Otwórz interfejs „Zdalne sterowanie aparatem” w aplikacji JRing i porusz ręką, aby zrobić zdjęcie.

📷 Funkcja zdalnego sterowania aparatem jest dostępna wyłącznie w aplikacji JRing.

Zdalne sterowanie krótkimi filmami

Po połączeniu telefonu z pierścieniem upewnij się, że Bluetooth oraz połączenie przez aplikację JRing są aktywne

Wejść w ekran urządzenia i wybierz opcję „Zdalne sterowanie wideo”

W interfejsie włącz oba przełączniki po prawej stronie:

o Przełącznik 1: włącza funkcję

o Przełącznik 2: umożliwia automatyczne włączanie przełącznika 1 przy każdym połączeniu

Po aktywacji możesz:

o Dwukrotnie dotknąć pierścienia palcem przez około 2 sekundy, aby przejść do następnego filmu

o Przewijać strony w telefonie prostym gestem

⚠️ Radi samo sa iOS uređajima, že funkcija „AssistiveTouch” jest włączona w ustawieniach dostępności.



Wyłączenie i ponowne włączenie LCD

Aby wyłączyć ekran LCD pierścienia, użyj czujnika dotykowego, aby przewinąć do pozycji „LCD OFF”. Pierścień zacznie migać, wyświetlając kolejno: LCD, OFF, LCD, OFF, LCD, OFF.

Podczas migania przytrzymaj czujnik przez 3 sekundy – ekran LCD wyłączy się.

Aby go ponownie włączyć, przytrzymaj czujnik przez 3 sekundy – ekran włączy się automatycznie.



Kada baterija padne ispod 20% i otkrije se neaktivnost, prsten se automatski isključuje radi uštede energije. Može se ponovo uključiti stavljanjem u kutiju za punjenje.

⚠️ Praćenje se nastavlja čak i kada je ekran isključen.

KORISNIČKA PODRŠKA

Web sajt: www.fitpaddy.com Email: customer@fitpaddy.com

Proizvođač: FITPADDY Srl, Via dell'Artigianato 16, 20835 Muggiò (MB), Italija

NAMENA

FitRing je pametan prsten dizajniran za praćenje fizičke aktivnosti, sna i vitalnih parametara. Kombinuje tehnologiju i udobnost, idealan za sport, svakodnevno blagostanje i ličnu kontrolu.

BEZBEDNOSNE SMERNICE

- Nosite ga pravilno kako biste osigurali udobnost i tačnost merenja
- Ne koristite kao medicinski uređaj
- Izbegavajte kontakt sa tečnostima, udarcima i visokim temperaturama
- Nije pogodno za decu mlađu od 10 godina bez nadzora
- Upozorenje: nemojte rastavljati ili modifikovati prsten

UPOTREBA

Prsten se automatski aktivira nakon prvog punjenja. LCD ekran se može isključiti ili uključiti putem touch senzora.

Bluetooth povezanost:

- Otvorite aplikaciju JRing
- Aktivirajte Bluetooth
- Izaberite "FitRing"

Glavne funkcije:

- Praćenje broja koraka, sna, srčanog ritma i SPO2
- Prikaz trenutnog vremena
- Daljinsko upravljanje kamerom i kratkim videima

TOUCH KONTROLE

- Prevucite za navigaciju između funkcija
- Dugi pritisak za isključivanje/uključivanje ekrana
- Dvostruki pritisak za brze akcije (npr. promena videa)

BATERIJA I PUNJENJE

- Obaveštenje o niskom nivou baterije na ekranu i u aplikaciji
- Bežično punjenje putem futrole
- LED svetlo na prstenu: crveno (tokom punjenja), zeleno (kada je punjenje završeno)
- Futrola se puni putem USB-C kabla

OGRANIČENJE ODGOVORNOSTI

FITPADDY Srl nije odgovoran za štetu nastalu usled:

- Nepropisne ili nepravilne upotrebe
- Izlaganja ekstremnim uslovima okoline
- Nepodržanih uređaja

UPUTSTVA

- Izbegavajte upotrebu u opasnim situacijama (npr. tokom vožnje)
- Redovno čistite mekom tkaninom
- Ne primenjujte prekomernu silu ili pritisak

NEGA I ODRŽAVANJE

- Čistite sa mekanom i suvom krpom
- Čuvajte u suvom okruženju, daleko od izvora toplote
- Ne koristite rastvarače ili agresivne deterdžente

ODLAGANJE

Prsten i futrolu odložite u skladu sa lokalnim propisima o odlaganju elektronskog otpada. Nemojte ih bacati u kućni otpad.

ΕΛ - Ενεργοποίηση και Φόρτιση του Δαχτυλιδιού

Πριν από την πρώτη χρήση, το δαχτυλίδι πρέπει να φορτιστεί πλήρως για να ενεργοποιηθεί σωστά. Σε περίπτωση επαναφοράς στις εργοστασιακές ρυθμίσεις μέσω της εφαρμογής, είναι απαραίτητο να επαναλάβετε τη φόρτιση και την ενεργοποίηση.

Το δαχτυλίδι φορτίζεται ασύρματα χρησιμοποιώντας την ενσωματωμένη βάση φόρτισης. Όταν τοποθετηθεί σωστά στη βάση που είναι συνδεδεμένη στην πηγή ενέργειας, το LED φως στο δαχτυλίδι θα είναι κόκκινο κατά τη διάρκεια της φόρτισης και θα γίνει πράσινο όταν ολοκληρωθεί η φόρτιση.

Η φόρτιση του δαχτυλιδιού διαρκεί περίπου 45-60 λεπτά, ανάλογα με τη θερμοκρασία. Η βάση φόρτισης φορτίζεται πλήρως σε περίπου 30-45 λεπτά και μπορεί να προσφέρει μέχρι 10-12 πλήρεις κύκλους φόρτισης για το δαχτυλίδι.

Μπορείτε να ελέγξετε την κατάσταση φόρτισης μέσω της εφαρμογής JRing στην κύρια οθόνη της συσκευής ή απευθείας στην οθόνη LCD του δαχτυλιδιού. Η θήκη του FitRing αναβοσβήνει κόκκινα κατά τη φόρτιση. Όταν η φόρτιση ολοκληρωθεί ή όταν αποσυνδεθεί το καλώδιο, το φως γίνεται πράσινο και σβήνει μετά από λίγα δευτερόλεπτα.



Σημαντικές Προειδοποιήσεις

Οι υπηρεσίες που παρέχει το δαχτυλίδι δεν προορίζονται για τη διάγνωση, θεραπεία ή πρόληψη ασθενειών ή ιατρικών καταστάσεων. Τα δεδομένα και οι πληροφορίες που παρέχονται έχουν μόνο ενημερωτικό σκοπό και δεν αντικαθιστούν τη γνώμη ενός γιατρού. Σε περίπτωση αμφιβολιών, συμβουλευτείτε έναν επαγγελματία υγείας.

Πως να Φοράτε Σωστά το Δαχτυλίδι

Για ακριβή μέτρηση, ευθυγραμμίστε τον αισθητήρα καρδιακού ρυθμού με την άκρη του δακτύλου, στο σημείο της κορυφής του δακτύλου.

Συνιστάται να φοράτε το δαχτυλίδι στον δείκτη του αριστερού χεριού για:

- ακριβέστερη μέτρηση

- αποφυγή ακούσιου επαφής με άλλα δάχτυλα που μπορεί να ενεργοποιήσουν την οθόνη
- βελτίωση της αυτονομίας της μπαταρίας
- ευκολότερη χρήση του αισθητήρα αφής με τον αντίχειρα



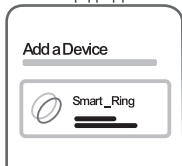
Συνιστάται να φοράτε το δαχτυλίδι στον δείκτη.

Ρύθμιση της Εφαρμογής

Σαρώστε τον κωδικό QR για να εγκαταστήσετε την εφαρμογή



Συνδέστε το δαχτυλίδι από την εφαρμογή



JRING

JRing – Σύνδεση του Δαχτυλιδιού

1. Ανοίξτε την εφαρμογή JRing
2. Δημιουργήστε λογαριασμό και συνδεθείτε
3. Μετά τη σύνδεση, ξεκινήστε την αναζήτηση συσκευών
4. Επιλέξτε από τη λίστα το όνομα Bluetooth «FitRing»
5. Πατήστε «Προσθήκη συσκευής»
6. Μετά τη σύνδεση, θα εμφανιστούν οι πληροφορίες του δαχτυλιδιού

⚠ Η γλώσσα της εφαρμογής προσαρμόζεται αυτόματα στη γλώσσα που είναι ρυθμισμένη στο κινητό σας.

Προβολή ώρας

Στην οθόνη LCD του έξυπνου δαχτυλιδιού εμφανίζεται επίσης η τρέχουσα ώρα. Μπορείτε να ρυθμίσετε τη μορφή ώρας (12ωρη AM/PM ή 24ωρη) απευθείας στις ρυθμίσεις της εφαρμογής JRing.



Άθληση

Στην ενότητα «Άθληση» της εφαρμογής μπορείτε να επιλέξετε ανάμεσα σε

διαφορετικές λειτουργίες προπόνησης:

- Περίπατος
- Τρέξιμο
- Ποδηλασία
- Πεζοπορία
- Γκολφ

Πατήστε το κουμπί «Άθληση» για να ξεκινήσει η καταγραφή:

- Απόστασης
- Ρυθμού
- Διάρκειας άσκησης
- Καρδιακού ρυθμού

⚠ Για να χρησιμοποιήσετε αυτήν τη λειτουργία, πρέπει να ενεργοποιήσετε το GPS στο τηλέφωνό σας.



Δεδομένα φυσικής δραστηριότητας

Στην αρχική σελίδα της εφαρμογής εμφανίζονται τα καθημερινά δεδομένα για:

- Αριθμό βημάτων
- Απόσταση που διανύθηκε
- Διάρκεια δραστηριότητας
- Θερμίδες που κάηκαν

Μπορείτε να δείτε και εβδομαδιαίο ή μηνιαίο ιστορικό.

Ύπνος

Στην αρχική σελίδα της εφαρμογής, επιλέξτε την καρτέλα «Ύπνος» για να δείτε τα δεδομένα της προηγούμενης νύχτας, όπως:

- Συνολική διάρκεια ύπνου
- Διάρκεια ελαφρού ύπνου
- Διάρκεια βαθύ ύπνου

Μπορείτε επίσης να δείτε τα δεδομένα απευθείας από το δαχτυλίδι, αγγίζοντας τον αισθητήρα μέχρι να εμφανιστεί το εικονίδιο «SLEEP» στην LCD οθόνη. Θα εμφανιστεί η διάρκεια ύπνου της τελευταίας νύχτας.

Η μέτρηση γίνεται αυτόματα από τις 20:00 έως τις 12:00 της επόμενης ημέρας, με ενημέρωση κάθε 15 λεπτά. Για παράδειγμα, αν κοιμηθήκατε για 6 ώρες και 36 λεπτά, το δαχτυλίδι θα δείξει 6 ώρες και 45 λεπτά.

🔋 Τη νύχτα, η μέση κατανάλωση μπαταρίας είναι περίπου 10%.



Καρδιακός παλμός

Στην αρχική σελίδα της εφαρμογής, επιλέξτε την καρτέλα «Καρδιακός Παλμός» και πατήστε το κουμπί μέτρησης για να ξεκινήσει η διαδικασία. Το εσωτερικό φως του δαχτυλιδιού θα ανάψει πράσινο και η μέτρηση θα ξεκινήσει αυτόματα.

Μπορείτε επίσης να ξεκινήσετε τη μέτρηση απευθείας από το δαχτυλίδι, πατώντας τον αισθητήρα μέχρι να εμφανιστεί το εικονίδιο της καρδιάς.

☐ Η μέτρηση διαρκεί περίπου 30–60 δευτερόλεπτα.



Επίπεδο οξυγόνου στο αίμα (SPO2)

Στην αρχική σελίδα της εφαρμογής, επιλέξτε την καρτέλα «Επίπεδο Οξυγόνου στο

Αίμα» και πατήστε το κουμπί μέτρησης για να ξεκινήσει η διαδικασία. Το εσωτερικό φως του δαχτυλιδιού θα ανάψει πράσινο και η μέτρηση θα ξεκινήσει αυτόματα. Μπορείτε επίσης να ξεκινήσετε τη μέτρηση απευθείας από το δαχτυλίδι, πατώντας τον αισθητήρα στο εικονίδιο της καρδιάς με την ένδειξη «SPO2».

🕒 Η μέτρηση διαρκεί περίπου 30–60 δευτερόλεπτα.



Απομακρυσμένο selfie

Ανοίξτε την ενότητα «Απομακρυσμένος έλεγχος κάμερας» στην εφαρμογή JRing και κουνήστε το χέρι σας για να τραβήξετε φωτογραφία.

📷 Η λειτουργία απομακρυσμένου ελέγχου της κάμερας είναι διαθέσιμη μόνο στην εφαρμογή JRing.

Απομακρυσμένος έλεγχος βίντεο

Αφού συνδέσετε το τηλέφωνό σας με το δαχτυλίδι, βεβαιωθείτε ότι είναι ενεργά το Bluetooth και η σύνδεση μέσω της εφαρμογής JRing.

Μεταβείτε στην οθόνη της συσκευής και επιλέξτε «Απομακρυσμένος Έλεγχος Βίντεο».

Στην ενότητα, ενεργοποιήστε και τους δύο διακόπτες στα δεξιά:

- Διακόπτης 1: ενεργοποιεί τη λειτουργία
- Διακόπτης 2: επιτρέπει την αυτόματη ενεργοποίηση του διακόπτη 1 με κάθε σύνδεση

Αφού ενεργοποιηθεί:

• Αγγίξτε το δαχτυλίδι δύο φορές με το δάχτυλο για περίπου 2 δευτερόλεπτα για να μεταβείτε στο επόμενο βίντεο

• Κάντε κύλιση σελίδων στο τηλέφωνό σας με απλή χειρονομία

⚠️ Λειτουργεί μόνο με συσκευές iOS, βεβαιωθείτε ότι είναι ενεργοποιημένη η λειτουργία «Assistive Touch» στις ρυθμίσεις προσβασιμότητας.



Απενεργοποίηση και επανενεργοποίηση της LCD

Για να απενεργοποιήσετε την LCD οθόνη του δαχτυλιδιού, χρησιμοποιήστε τον αισθητήρα αφής για να μετακινηθείτε στη ρύθμιση «LCD OFF». Το δαχτυλίδι θα αρχίσει να αναβοσβήνει με εναλλαγή: LCD, OFF, LCD, OFF, LCD, OFF.

Κατά τη διάρκεια του αναβοσβήματος, κρατήστε πατημένο τον αισθητήρα για 3 δευτερόλεπτα – η LCD οθόνη θα απενεργοποιηθεί.

Για να την επανενεργοποιήσετε, κρατήστε πατημένο τον αισθητήρα για 3 δευτερόλεπτα – η οθόνη θα ενεργοποιηθεί αυτόματα.



Όταν η μπαταρία πέσει κάτω από 20% και εντοπιστεί αδράνεια, το δαχτυλίδι απενεργοποιείται αυτόματα για εξοικονόμηση ενέργειας. Μπορεί να ενεργοποιηθεί ξανά τοποθετώντας το στη θήκη φόρτισης.

⚠️ Η παρακολούθηση συνεχίζεται ακόμη και όταν η οθόνη είναι απενεργοποιημένη.

ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ ΠΕΛΑΤΩΝ

Ιστοσελίδα: www.fitpaddy.com Ηλεκτρονικό ταχυδρομείο: customercare@fitpaddy.com
Κατασκευαστής: FITPADDY Srl, Via dell'Artigianato 16, 20835 Muggiò (MB), Italia

ΠΕΔΙΟ ΕΦΑΡΜΟΓΗΣ

Το FitRing είναι ένα έξυπνο δαχτυλίδι σχεδιασμένο για την παρακολούθηση της φυσικής δραστηριότητας, του ύπνου και των ζωτικών παραμέτρων. Συνδυάζει την τεχνολογία και την άνεση, ιδανικό για αθλητισμό, καθημερινή ευημερία και προσωπικό έλεγχο.

ΟΔΗΓΙΕΣ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ

- Φορέστε το σωστά για να διασφαλίσετε άνεση και ακρίβεια μετρήσεων
- Μην το χρησιμοποιείτε ως ιατρική συσκευή
- Αποφύγετε την επαφή με υγρά, κρούσεις και υψηλές θερμοκρασίες
- Δεν είναι κατάλληλο για παιδιά κάτω των 10 ετών χωρίς επίβλεψη
- Προσοχή: Μην αποσυναρμολογείτε ή τροποποιείτε το δαχτυλίδι

ΧΡΗΣΗ

Το δαχτυλίδι ενεργοποιείται αυτόματα μετά την πρώτη πλήρη φόρτιση. Η οθόνη LCD μπορεί να απενεργοποιηθεί ή να ενεργοποιηθεί μέσω του αισθητήρα αφής.

Σύνδεση Bluetooth:

- Ανοίξτε την εφαρμογή JRing
- Ενεργοποιήστε το Bluetooth
- Επιλέξτε το "FitRing"

Κύριες λειτουργίες:

- Παρακολούθηση βημάτων, ύπνου, καρδιακού ρυθμού και SPO2
- Εμφάνιση της τρέχουσας ώρας
- Απομακρυσμένος έλεγχος για κάμερα και σύντομα βίντεο

ΕΛΕΓΧΟΙ ΑΦΗΣ

- Μετακίνηση για πλοήγηση μεταξύ των λειτουργιών
- Πατήστε παρατεταμένα για ενεργοποίηση/απενεργοποίηση της οθόνης
- Διπλό πάτημα για γρήγορες ενέργειες (π.χ. αλλαγή βίντεο)

ΜΠΑΤΑΡΙΑ ΚΑΙ ΦΟΡΤΙΣΗ

- Ειδοποίηση για χαμηλή μπαταρία στην οθόνη και στην εφαρμογή
- Ασύρματη φόρτιση μέσω θήκης
- LED στο δαχτυλίδι: κόκκινο (ενεργή φόρτιση), πράσινο (φόρτιση ολοκληρωμένη)
- Η θήκη φορτίζει μέσω καλωδίου USB-C

ΠΕΡΙΟΡΙΣΜΟΣ ΕΥΘΥΝΗΣ

Η FITPADDY Srl δεν είναι υπεύθυνη για ζημιές που προκύπτουν από:

- Λανθασμένη ή μη συμμόρφωση με τη χρήση
- Έκθεση σε ακραίες περιβαλλοντικές συνθήκες
- Ασυμβατότητα με μη υποστηριζόμενες συσκευές

ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΕΙΣ

- Αποφύγετε τη χρήση σε επικίνδυνες καταστάσεις (π.χ. κατά την οδήγηση)
- Καθαρίστε τακτικά με μαλακό υλικό
- Μην πιέζετε υπερβολικά ή χρησιμοποιείτε με βία

ΦΡΟΝΤΙΔΑ ΚΑΙ ΣΥΝΤΗΡΗΣΗ

- Καθαρίστε με μαλακή και στεγνή πανί
- Φυλάξτε το σε ξηρό μέρος, μακριά από πηγές θερμότητας
- Μην χρησιμοποιείτε διαλύτες ή επιθετικά απορρυπαντικά

ΑΠΟΡΡΙΨΗ

Απορρίψτε το δαχτυλίδι και τη θήκη σύμφωνα με τους τοπικούς κανονισμούς για τα ηλεκτρονικά απόβλητα. Μην τα πετάτε στα οικιακά απορρίμματα.

TR - Yüzüğün Etkinleştirilmesi ve Şarj Edilmesi

İlk kullanımdan önce, yüzüğün düzgün bir şekilde etkinleştirilebilmesi için tamamen şarj edilmesi gerekir. Uygulama üzerinden fabrika ayarlarına sıfırlama yapılması durumunda, şarj ve etkinleştirme işleminin tekrarlanması gereklidir.

Yüzük, dahili şarj tabanı kullanılarak kablosuz şekilde şarj edilir. Enerji kaynağına bağlı tabana düzgün yerleştirildiğinde, yüzüğün üzerindeki LED ışığı şarj sırasında kırmızı yanar ve şarj tamamlandığında yeşile döner.

Yüzüğün şarjı, sıcaklığa bağlı olarak yaklaşık 45-60 dakika sürer. Şarj tabanı ise yaklaşık 30-45 dakikada tamamen şarj olur ve yüzük için 10-12 tam şarj döngüsü sağlayabilir.

Şarj durumunu JRing uygulaması üzerinden cihazın ana ekranından veya doğrudan yüzüğün LCD ekranından kontrol edebilirsiniz. FitRing kutusu şarj sırasında kırmızı yanıp söner. Şarj tamamlandığında veya kablo çıkarıldığında ışık yeşile döner ve birkaç saniye sonra söner.



Önemli Uyarılar

Yüzüğün sunduğu hizmetler, hastalıkların veya tıbbi durumların teşhis, tedavi veya önlenmesi için tasarlanmamıştır. Sağlanan veriler ve bilgiler yalnızca bilgilendirme amaçlıdır ve doktor görüşünün yerine geçmez. Herhangi bir şüpheniz olduğunda bir sağlık uzmanına danışın.

Yüzüğün Doğru Takılması

Doğru ölçüm için, kalp atış hızı sensörünü parmak ucunun tepe noktasına hizalayın. Aşağıdaki nedenlerden dolayı yüzüğün sol elin işaret parmağına takılması önerilir:

- Daha doğru ölçüm
- Ekranın diğer parmaklarla istem dışı temas ederek etkinleşmesinin önlenmesi
- Pil ömrünün artırılması
- Dokunmatik sensörün baş parmakla daha kolay kullanılabilmesi



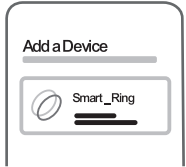
Yüzüğü işaret parmağınızda takmanız önerilir.

Uygulama Ayarları

Uygulamayı yüklemek için QR kodunu tarayın



Uygulamadan yüzüğü bağlayın



JRING

JRing – Yüzüğün Bağlanması

1. JRing uygulamasını açın
2. Bir hesap oluşturun ve giriş yapın
3. Giriş yaptıktan sonra cihaz aramasını başlatın
4. Listedeki Bluetooth adını seçin: «FitRing»
5. «Cihaz Ekle» butonuna basın
6. Bağlantı tamamlandığında, yüzüğün bilgileri görüntülenecektir

⚠ Uygulamanın dili, otomatik olarak telefonunuzda ayarlanmış olan dile göre ayarlanır.

Kişisel Ayarlar

Kişisel bilgiler arayüzünde verilerinizi girebilir ve aşağıdakileri kişiselleştirebilirsiniz:

- Günlük adım hedefi
- Ölçü birimi (metrik veya imperial)
- Fiziksel aktivitenize ilişkin diğer parametreler

Apple cihazı kullanıyorsanız, "Apple Sağlık" seçeneği de görünür ve FitRing ile senkronizasyon için talimatlar yer alır.

Saat Görüntüleme

Akıllı yüzüğün LCD ekranında geçerli saat de görüntülenir.

JRing uygulamasının ayarlarından saat biçimini 12 saat (AM/PM) veya 24 saat olarak yapılandırabilirsiniz.



Spor

Uygulamanın "Spor" arayüzünde farklı antrenman modları arasından seçim yapabilirsiniz:

- Yürüyüş
- Koşu
- Bisiklet
- Doğa yürüyüşü
- Golf

Kayıt işlemini başlatmak için "Spor" düğmesine dokunun:

- Mesafe
- Tempo
- Egzersiz süresi
- Kalp atış hızı

⚠ Bu özelliği kullanmak için telefonunuzun GPS'ini etkinleştirmeniz gerekir.



Fiziksel Aktivite Verileri

Uygulamanın ana sayfasında günlük veriler görüntülenir:

- Adım sayısı
- Kat edilen mesafe
- Aktivite süresi
- Yakılan kalori

Haftalık veya aylık geçmişe de erişebilirsiniz.

Uyku

Uygulamanın ana sayfasında "Uyku" sekmesini seçerek önceki geceye ait verileri görüntüleyebilirsiniz:

- Toplam uyku süresi
- Hafif uyku süresi
- Derin uyku süresi

Yüzüğün sensörüne basarak doğrudan LCD ekranda "SLEEP" simgesi görünene kadar verileri de kontrol edebilirsiniz. Önceki gecenin uyku süresi gösterilir.

Algılama işlemi, her 15 dakikada bir güncellenerek saat 20:00 ile ertesi gün 12:00 arasında otomatik olarak gerçekleşir. Örneğin, 6 saat 36 dakika uyuduysanız yüzük 6 saat 45 dakika gösterecektir.

🔋 Gece boyunca ortalama pil tüketimi yaklaşık %10'dur.



Kalp Atış Hızı

Uygulamanın ana sayfasında "Kalp atış hızı" sekmesini seçin ve ölçüm düğmesine basarak testi başlatın.

Yüzüğün iç ışığı yeşile döner ve ölçüm otomatik olarak başlar.

Yüzüğün kalp simgesi görünene kadar sensöre basarak ölçümü doğrudan başlat-

abilirsiniz.

🕒 Ölçüm yaklaşık 30–60 saniye sürer.



Kandaki Oksijen Seviyesi (SPO2)

Uygulamanın ana sayfasında "Kandaki oksijen" sekmesini seçin ve ölçüm düğmesine tıklayarak testi başlatın.

Yüzüğün iç ışığı yeşile döner ve ölçüm otomatik olarak başlar.

"SPO2" yazılı kalp simgesine gelene kadar yüzüğün sensörüne basarak ölçümü doğrudan başlatabilirsiniz.

🕒 Ölçüm yaklaşık 30–60 saniye sürer.



Uzaktan Selfie

JRing uygulamasında "Kamera Uzaktan Kumandası" arayüzünü açın ve fotoğraf çekmek için elinizi sallayın.

📷 Kamera uzaktan kontrol özelliği yalnızca JRing uygulamasında kullanılabilir.

Kısa Video Uzaktan Kontrolü

Telefonu yüzüğe bağladıktan sonra hem cihaz Bluetooth'unun hem de JRing uygulaması bağlantısının etkin olduğundan emin olun

Cihaz ekranına gidin ve "Kısa video kontrolü" seçeneğini seçin

Arayüzde, sağdaki iki anahtarı etkinleştirin:

o Anahtar 1: işlevi etkinleştirir

o Anahtar 2: her bağlantıda Anahtar 1'in otomatik etkinleştirilmesine izin verir

Etkinleştirildikten sonra şunları yapabilirsiniz:

o Bir sonraki videoya geçmek için yüzüğe yaklaşık iki saniye boyunca iki kez dokunun

o Telefonda sayfaları basit bir hareketle kaydırın

⚠️ Yalnızca iOS cihazlarla çalışır, erişilebilirlik ayarlarında "Yardımcı Dokunuş" özelliğinin etkinleştirildiğinden emin olun.



LCD Ekranı Kapatma ve Yeniden Açma

Yüzüğün LCD ekranını kapatmak için dokunmatik sensörü kullanarak "LCD OFF" seçeneğine gelin.

Yüzük sırayla LCD, OFF, LCD, OFF, LCD, OFF şeklinde yanıp sönmeye başlar.

Yanıp sönmeye sırasında sensöre 3 saniye boyunca basılı tutun – LCD ekran kapanacaktır.

Tekrar açmak için sensöre 3 saniye boyunca basılı tutun – ekran otomatik olarak yeniden açılır.



Pil seviyesi %20'in altına düştüğünde ve hareketsizlik algılandığında, enerji tasarrufu için yüzük otomatik olarak kapanır. Şarj kutusuna yerleştirildiğinde tekrar açılabilir.

⚠️ Ekran kapalı olsa bile izleme devam eder.

MÜŞTERİ HİZMETLERİ

Web Sitesi: www.fitpaddy.com E-posta: customer@fitpaddy.com
Üretici: FITPADDY Srl, Via dell'Artigianato 16, 20835 Muggiò (MB), İtalya

KULLANIM ALANI

FitRing, fiziksel aktivite, uyku ve vital parametreleri izlemek için tasarlanmış akıllı bir yüzüktür. Teknoloji ve konforu birleştirir, spor, günlük sağlık ve kişisel izleme için idealdir.

GÜVENLİK TALİMATLARI

- Konfor ve doğruluk sağlamak için doğru şekilde takın
- Tıbbi cihaz olarak kullanmayın
- Sıvılar, darbeler ve yüksek sıcaklıklardan kaçının
- 10 yaş altındaki çocuklar için denetim olmadan kullanıma uygun değildir
- Dikkat: Yüzüğü sökmeyin veya değiştirmeyin

KULLANIM

Yüzük, ilk tam şarjdan sonra otomatik olarak açılır. LCD ekran, dokunmatik sensör aracılığıyla kapatılabilir veya tekrar açılabilir.

Bluetooth Bağlantısı:

- JRing uygulamasını açın
- Bluetooth'u açın
- "FitRing"i seçin

Ana Fonksiyonlar:

- Adım, uyku, kalp atış hızı ve SPO2 izleme
- Saat görüntüleme
- Kamera ve kısa video uzaktan kontrol

DOKUNMATİK KONTROLLER

- Fonksiyonlar arasında gezinmek için kaydırma
- Ekranı açmak/kapamak için uzun basma
- Hızlı işlemler için çift dokunuş (ör. video değiştirme)

BATARYA VE ŞARJ

- Ekranda ve uygulamada düşük batarya bildirimi
- Kablosuz şarj, kılıf aracılığıyla
- Yüzük LED'leri: kırmızı (şarj oluyor), yeşil (şarj tamamlandı)
- Kılıf, USB-C kablosu ile şarj edilir

SORUMLULUK SINIRLAMASI

FITPADDY Srl, aşağıdaki durumlardan kaynaklanan hasarlardan sorumlu değildir:

- Yanlış kullanım veya talimatlara aykırı kullanım
- Aşırı çevresel koşullara maruz kalma
- Desteklenmeyen cihazlarla uyumsuzluk

UYARI

- Tehlikeli durumlarda (örneğin sürüş esnasında) kullanmaktan kaçının
- Düzenli olarak nazik malzemelerle temizleyin
- Aşırı zorlamayın veya fazla baskı yapmayın

Bakım VE BAKIM

- Yumuşak ve kuru bir bezle temizleyin
- Kurak bir yerde ve ısı kaynaklarından uzak tutun
- Çözücüler veya aşındırıcı temizleyiciler kullanmayın

ATIK YÖNETİMİ

Yüzük ve kılıfı, yerel elektronik atık yönetmeliklerine göre atın. Evsel çöplere atmayın.

SV - Ringens Aktivering och Laddning

Innan första användning måste ringen laddas helt för att säkerställa att den aktiveras korrekt. Om appen återställs till fabriksinställningar krävs en omstart av laddning och aktivering.

Ringen laddas trådlöst med en intern laddningsbas. När ringen är korrekt placerad på basen, tänds LED-lampan på ringen röd under laddning, och när laddningen är klar, blir den grön.

Laddningstiden för ringen är cirka 45-60 minuter beroende på temperatur. Laddningsbasen laddas på cirka 30-45 minuter och kan ge 10-12 fulla laddningscykler för ringen.

Du kan kontrollera laddningsstatusen från JRing-appen på enhetens startsida eller direkt från ringens LCD-skärm. FitRing-boxen blinkar röd under laddning. När laddningen är klar eller när kabeln tas bort, blir ljuset grönt och slocknar efter några sekunder.



Viktiga Varningar

Ringens funktioner är inte utformade för att diagnostisera, behandla eller förebygga sjukdomar eller medicinska tillstånd. De tillhandahållna uppgifterna och informationerna är endast för informationsändamål och ersätter inte läkarråd. Vid tveksamheter, konsultera en hälsoexpert.

Korrekt Användning av Ringen

För att få korrekt mätning, justera hjärtfrekvensensoren till toppen av fingertoppen. Ringen rekommenderas att bäras på vänster pekfinger av följande skäl: • För mer exakt mätning • För att förhindra oavsiktlig aktivering av skärmen genom kontakt med andra fingrar • För att förlänga batteritiden • För att lättare kunna använda pekskärmen med tummen.



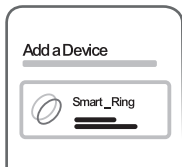
Det rekommenderas att bära ringen på pekfingeret.

Appinställning

Skanna QR-koden för att installera appen



Anslut ringen från appen



JRING

JRing – Ringens Anslutning

1. Öppna JRing-appen
2. Skapa ett konto och logga in
3. När du är inloggad, starta enhetssökningen
4. Välj Bluetooth-namnet från listan: «FitRing»
5. Tryck på knappen «Lägg till enhet»
6. När anslutningen är klar visas ringens information

⚠ Appens språk ställs automatiskt in enligt språket som är inställt på din telefon.

Personliga Inställningar

I gränssnittet för personliga uppgifter kan du ange din information och anpassa:

- Dagligt stegmål
- Mätenhet (metrisk eller imperial)
- Andra parametrar relaterade till din fysiska aktivitet

Om du använder en Apple-enhet kommer alternativet "Apple Hälsa" också att vara synligt med instruktioner för att synkronisera FitRing.

Tidsvisning

Den aktuella tiden visas också på smart-ringens LCD-display.

Du kan ställa in tidsformatet till 12 timmar (AM/PM) eller 24 timmar direkt i inställningarna i JRing-appen.



Träning

I appens "Träning"-gränssnitt kan du välja mellan olika träningslägen:

- Promenad
- Löpning
- Cykling
- Vandring
- Golf

Tryck på knappen "Träning" för att börja registrera:

- Distans
- Tempo
- Träningstid
- Puls

⚠ För att använda denna funktion måste telefonens GPS vara aktiverad.



Fysisk Aktivitetsdata

På appens startside visas dagliga data relaterade till:

- Antal steg
- Tillryggalagd distans
- Aktivitetens varaktighet
- Förbrända kalorier

Du kan komma åt veckovis eller månadsvis historik.

Sömn

På appens startside, välj fliken "Sömn" för att visa data från föregående natt, inklusive:

- Total sömntid
- Lätt sömn
- Djup sömn

Du kan också kontrollera datan direkt från ringen genom att trycka på sensorn tills "SLEEP"-ikonen visas på LCD-displayen. Föregående natts sömntid visas.

Mätningen sker automatiskt mellan kl. 20:00 och 12:00 dagen efter, med uppdateringar var 15:e minut. Till exempel, om du sov i 6 timmar och 36 minuter, kommer ringen att visa 6 timmar och 45 minuter.

🔋 Under natten är den genomsnittliga batteriförbrukningen cirka 10 %.



Puls

På appens startside, välj fliken "Puls" och tryck på mätknappen för att starta testet. Ringens inre ljus blir grönt och mätningen startar automatiskt.

Du kan också starta mätningen direkt från ringen genom att trycka på sensorn tills hjärtikonen visas.

🕒 Mätningen tar cirka 30–60 sekunder.



Syrenivå i Blodet (SPO2)

På appens startsida, välj fliken "Syrenivå i blodet" och tryck på mätknappen för att starta testet.

Ringens inre ljus blir grönt och mätningen startar automatiskt.

Du kan också starta mätningen direkt från ringen genom att trycka på sensorn vid hjärtikonen med texten "SPO2".

🕒 Mätningen tar cirka 30–60 sekunder.



Fjärr-Selfie

Öppna gränssnittet "Kamerafjärrkontroll" i JRing-appen och vifta med handen för att ta ett foto.

📷 Kamerans fjärrkontrollfunktion är endast tillgänglig i JRing-appen.

Fjärrkontroll av Kortfilmer

Efter att ha anslutit telefonen till ringen, se till att både enhetens Bluetooth och JRing-appanslutningen är aktiverade

Gå till enhetsskärmen och välj alternativet "Kontroll av kortfilmer"

Aktivera båda strömbrytarna till höger i gränssnittet:

o Strömbrytare 1: aktiverar funktionen

o Strömbrytare 2: möjliggör automatisk aktivering av strömbrytare 1 vid varje anslutning

När de är aktiverade kan du:

o Dubbeltrycka på ringen med fingret i cirka två sekunder för att gå till nästa video

o Bläddra mellan sidor på telefonen med en enkel gest

⚠️ Fungerar endast med iOS-enheter, se till att funktionen "AssistiveTouch" är aktiverad i tillgänglighetsinställningarna.



Stänga Av och Slå På LCD-skärmen

För att stänga av ringens LCD-skärm, använd touchsensorn för att bläddra till alternativet "LCD OFF".

Ringens börjar blinka i sekvens: LCD, OFF, LCD, OFF, LCD, OFF.

När det blinkar, håll sensorn nedtryckt i 3 sekunder – LCD-skärmen stängs av.

För att slå på den igen, håll sensorn nedtryckt i 3 sekunder – skärmen aktiveras automatiskt.



När batteriet sjunker under 20 % och inaktivitet upptäcks stängs ringen av automatiskt för att spara energi. Den kan sättas på igen genom att placeras i laddningsfodralet.

⚠️ Spårningen fortsätter även när skärmen är avstängd.

KUNDTJÄNST

Webbplats: www.fitpaddy.com E-post: customercare@fitpaddy.com

Tillverkare: FITPADDY Srl, Via dell'Artigianato 16, 20835 Muggiò (MB), Italien

ANVÄNDNINGSSOMRÅDE

FitRing är en smart ring designad för att övervaka fysisk aktivitet, sömn och vitala parametrar. Den kombinerar teknologi och komfort och är idealisk för sport, hälsa och personlig övervakning.

SÄKERHETSINSTRUKTIONER

- Sätt på ringen korrekt för att säkerställa komfort och noggrannhet
- Använd inte som medicinsk enhet
- Undvik vätskor, stötar och höga temperaturer
- Ej lämplig för användning av barn under 10 år utan tillsyn
- Var försiktig: demontera eller ändra inte ringen

ANVÄNDNING

Ringens skärmen slås automatiskt på efter en full laddning. LCD-skärmen kan stängas av eller slås på igen via den beröringskänsliga sensorn.

Bluetooth-anslutning:

- Öppna JRing-appen
- Aktivera Bluetooth
- Välj "FitRing"

Huvudfunktioner:

- Steg, sömn, hjärtfrekvens och SPO2 övervakning
- Visning av klockan
- Fjärrkontroll för kamera och korta videor

BERÖRINGSKONTROLLER

- Svep för att navigera mellan funktioner
- Håll in för att slå på/stänga av skärmen
- Dubbeltryck för snabba åtgärder (t.ex. byta video)

BATTERI OCH LADDNING

- Lågt batteri notifiering på skärmen och i appen
- Trådlös laddning via fodral
- Ringens LED-lampor: röd (laddas), grön (laddning klar)
- Fodralet laddas via USB-C-kabel

ANSVARSBEGRÄNSNING

FITPADDY Srl ansvarar inte för skador orsakade av:

- Felaktig användning eller användning som strider mot instruktionerna
- Utsättning för extrema miljöförhållanden
- Inkompatibilitet med icke-stödda enheter

VARNING

- Undvik att använda i farliga situationer (t.ex. under körning)
- Rengör regelbundet med mjuka material
- Använd inte överdriven kraft eller tryck

UNDERHÅLL OCH VÅRD

- Rengör med en mjuk och torr trasa
- Förvara på en torr plats och håll borta från värmekällor
- Använd inte lösningsmedel eller slipande rengöringsmedel

AVFALLSHANTERING

Kasta ringen och fodralet enligt lokala regler för elektroniskt avfall. Kasta inte i hushållsavfallet.

NO - Ringens Aktivering och Laddning

Innan första användning måste ringen laddas helt för att säkerställa att den aktiveras korrekt. Om appen återställs till fabriksinställningar krävs en omstart av laddning och aktivering.

Ringen laddas trådlöst med en intern laddningsbas. När ringen är korrekt placerad på basen, tänds LED-lampan på ringen röd under laddning, och när laddningen är klar, blir den grön.

Laddningstiden för ringen är cirka 45-60 minuter beroende på temperatur. Laddningsbasen laddas på cirka 30-45 minuter och kan ge 10-12 fulla laddningscykler för ringen.

Du kan kontrollera laddningsstatusen från JRing-appen på enhetens startsida eller direkt från ringens LCD-skärm. FitRing-boxen blinkar röd under laddning. När laddningen är klar eller när kabeln tas bort, blir ljuset grönt och slocknar efter några sekunder.



Viktiga Varningar

Ringens funktioner är inte utformade för att diagnostisera, behandla eller förebygga sjukdomar eller medicinska tillstånd. De tillhandahållna uppgifterna och informationerna är endast för informationsändamål och ersätter inte läkarråd. Vid tveksamheter, konsultera en hälsoexpert.

Korrekt Användning av Ringen

För att få korrekt mätning, justera hjärtfrekvensensoren till toppen av fingertoppen.

Ringen rekommenderas att bäras på vänster pekfinger av följande skäl:

- För mer exakt mätning

- För att förhindra oavsiktlig aktivering av skärmen genom kontakt med andra fingrar
- För att förlänga batteritiden
- För att lättare kunna använda pekskärmen med tummen.



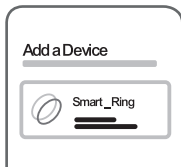
Det anbefales å ha ringen på pekfingeren.

Appinnstillinger

Skanna QR-koden för att installera appen



Koble ringen fra applikasjonen.



JRING

JRing – Ringens Tilkobling

1. Åpne JRing-appen
2. Opprett en konto og logg inn
3. Når du er logget inn, start enhetssøkingen
4. Velg Bluetooth-navnet fra listen: «FitRing»
5. Trykk på knappen «Legg til enhet»
6. Når tilkoblingen er fullført, vises ringens informasjon

⚠️ Appens språk vil automatisk bli stilt inn etter språket som er innstilt på telefonen din.

Personlige Innstillinger

I grensesnittet for personlig informasjon kan du angi informasjonen din og tilpasse:

- Daglig steg mål
- Måleenhet (metrisk eller imperial)
- Andre parametere relatert til fysisk aktivitet

Hvis du bruker en Apple-enhet, vil alternativet "Apple Helse" også vises med instruksjoner for å synkronisere FitRing.

Tidsvisning

Den aktuelle tiden vises også på smart-ringens LCD-display.

Du kan stille in tidsformatet til 12 timer (AM/PM) eller 24 timer direkte i innstillingene i JRing-appen.



Tidsvisning

Den aktuelle tiden vises også på smartringens LCD-skjerm.

Du kan stille inn tidsformatet til 12 timer (AM/PM) eller 24 timer direkte i innstillingene i JRing-appen.

Trening

I appens "Trening"-grensesnitt kan du velge mellom forskjellige treningsmoduser:

- Gåtur
- Løping
- Sykling
- Fottur
- Golf

Trykk på knappen "Trening" for å starte registreringen av:

- Avstand
- Tempo
- Treningstid
- Puls

⚠ For å bruke denne funksjonen må telefonens GPS være aktivert.



Fysisk Aktivitetsdata

På appens startside vises daglige data relatert til:

- Antall steg
- Distanse tilbakelagt
- Aktivitetens varighet
- Brente kalorier

Du kan få tilgang til ukentlig eller månedlig historikk.

Søvn

På appens startside, velg fanen "Søvn" for å vise data fra forrige natt, inkludert:

- Total søvntid
- Lett søvn
- Dyp søvn

Du kan også kontrollere dataene direkte fra ringen ved å trykke på sensoren til

"SLEEP"-ikonet vises på LCD-skjermen. Forrige natts søvntid vises.

Målingen skjer automatisk mellom kl. 20:00 og 12:00 neste dag, med oppdateringer hver 15. minutt. For eksempel, hvis du sov i 6 timer og 36 minutter, vil ringen vise 6 timer og 45 minutter.

🔋 Gjennomsnittlig batteriforbruk om natten er ca. 10 %.



Puls

På appens startside, velg fanen "Puls" og trykk på måleknappen for å starte testen.

Ringens indre lys blir grønt og målingen starter automatisk.

Du kan også starte målingen direkte fra ringen ved å trykke på sensoren til hjerteikonet vises.

🕒 Målingen tar ca. 30–60 sekunder.



Blodoksygen (SPO2)

På appens startside, velg fanen "Blodoksygen" og trykk på måleknappen for å starte testen.

Ringens indre lys blir grønt og målingen starter automatisk.

Du kan også starte målingen direkte fra ringen ved å trykke på sensoren ved hjerteikonet med teksten "SPO2".

🕒 Målingen tar ca. 30–60 sekunder.



Fjern-Selfie

Åpne grensesnittet "Kamerafjernkontroll" i JRing-appen og vift med hånden for å ta et bilde.

📷 Fjernkontrollfunksjonen for kameraet er kun tilgjengelig i JRing-appen.

Fjernkontroll av Kortfilmer

Etter å ha koblet telefonen til ringen, sørg for at både enhetens Bluetooth og JRing-app-tilkoblingen er aktivert.

Gå til enhetsskjermen og velg alternativet "Kontroll av kortfilmer".

Aktiver begge bryterne til høyre i grensesnittet:

o Bryter 1: aktiverer funksjonen

o Bryter 2: gjør det mulig å aktivere bryter 1 automatisk ved hver tilkobling

Når de er aktivert, kan du:

o Dobbeltrykke på ringen med fingeren i cirka to sekunder for å gå til neste video

o Bla gjennom sidene på telefonen med en enkel gest

⚠️ Fungerer kun med iOS-enheter, sørg for at "AssistiveTouch"-funksjonen er aktivert i tilgjengelighetsinnstillingene.



Slå Av og På LCD-skjermen

For å slå av ringens LCD-skjerm, bruk berøringssensoren for å bla til alternativet "LCD OFF".

Ringens vil begynne å blinke i sekvens: LCD, OFF, LCD, OFF, LCD, OFF.

Når den blinker, hold sensoren nede i 3 sekunder – LCD-skjermen slås av.

For å slå den på igjen, hold sensoren nede i 3 sekunder – skjermen aktiveres automatisk.



Når batteriet faller under 20 % og inaktivitet oppdages, slår ringen seg automatisk av for å spare strøm. Den kan slås på igjen ved å plassere den i ladeetuiet.

⚠️ Spring fortsetter selv om skjermen er av.

KUNDESERVICE

Nettside: www.fitpaddy.com E-post: customer-care@fitpaddy.com

Produsent: FITPADDY Srl, Via dell'Artigianato 16, 20835 Muggiò (MB), Italia

BRUKSOMRÅDE

FitRing er en smart ring designet for å overvåke fysisk aktivitet, søvn og vitale parametere. Den kombinerer teknologi og komfort og er ideell for sport, helse og personlig overvåking.

SIKKERHETSINSTRUKSJONER

- Ta på ringen riktig for å sikre komfort og nøyaktighet
- Skal ikke brukes som medisinsk utstyr
- Unngå væsker, støt og høye temperaturer
- Ikke egnet for barn under 10 år uten tilsyn
- Vær forsiktig: ikke demonter eller modifierer ringen

BRUK

Ringen slås automatisk på etter full lading. LCD-skjermen kan slås av eller på igjen via den berøringfølsomme sensoren.

Bluetooth-tilkobling:

- Åpne JRing-appen
- Aktiver Bluetooth
- Velg "FitRing"

Hovedfunksjoner:

- Overvåking av skritt, søvn, puls og SPO2
- Visning av klokke
- Fjernkontroll for kamera og korte videoer

BERØRINGSKONTROLLER

- Sveip for å navigere mellom funksjoner
- Hold inne for å slå av/på skjermen
- Dobbelttrykk for hurtighandlinger (f.eks. bytte video)

BATTERI OG LADING

- Varsel om lavt batterinivå på skjermen og i appen
- Trådløs lading via etui
- Ringens LED-lamper: rød (lader), grønn (fulladet)
- Etuiet lades via USB-C-kabel

ANSVARSBEGRENSNING

FITPADDY Srl er ikke ansvarlig for skader forårsaket av:

- Feil bruk eller bruk i strid med instruksjonene
- Eksponering for ekstreme miljøforhold
- Inkompatibilitet med enheter som ikke støttes

ADVARSEL

- Unngå bruk i farlige situasjoner (f.eks. under kjøring)
- Rengjør regelmessig med myke materialer
- Ikke bruk overdreven kraft eller trykk

VEDLIKEHOLD OG PLEIE

- Rengjør med en myk og tørr klut
- Oppbevar på et tørt sted og hold unna varmekilder
- Ikke bruk løsemidler eller slিপende rengjøringsmidler

AVFALLSHÅNDTERING

Kast ringen og etuiet i henhold til lokale regler for elektronisk avfall. Kast ikke i husholdningsavfall.

FI - Sormuksen aktivointi ja lataus

Ennen ensimmäistä käyttökertaa sormus on ladattava täysin, jotta se aktivoituu oikein. Jos sovellus palautetaan tehdasasetuksiin, lataus ja aktivointi on aloitettava uudelleen.

Sormus ladataan langattomasti sisäisellä latausalustalla. Kun sormus on asetettu oikein alustalle, sormuksen LED-valo palaa punaisena latauksen aikana ja muuttuu vihreäksi, kun lataus on valmis.

Sormuksen latausaika on noin 45–60 minuuttia lämpötilasta riippuen. Latausalusta latautuu noin 30–45 minuutissa ja voi tarjota 10–12 täyttä latauskertaa sormukselle.

Voit tarkistaa lataustilan JRing-sovelluksesta laitteen aloitussivulta tai suoraan sormuksen LCD-näytöltä. FitRing-laatikon valo vilkkuu punaisena latauksen aikana. Kun lataus on valmis tai kaapeli irrotetaan, valo muuttuu vihreäksi ja sammuu muutaman sekunnin kuluttua.



Tärkeitä varoituksia

Sormuksen toiminnot eivät ole tarkoitettu sairauksien tai lääketieteellisten tilojen diagnosointiin, hoitoon tai ehkäisyyn. Annetut tiedot ja tiedot ovat ainoastaan informatiivisia eivätkä korvaa lääkärin neuvoja. Epäselvissä tilanteissa ota yhteyttä terveydenhuollon ammattilaiseen.

Sormuksen oikea käyttö

Tarkan mittauksen varmistamiseksi säädä sykesensori sormenpään yläosaan. Sormusta suositellaan käytettäväksi vasemman käden etusormessa seuraavista syistä:

- Tarkempaa mittausta varten
- Estääksesi näytön tahattoman aktivoitumisen muiden sormien kosketuksesta
- Pidempää akun kestoa varten
- Helpottaaksesi kosketusnäytön käyttöä peukalolla



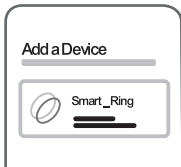
Suositellaan pitämään sormus etusormessa.

Sovelluksen asetukset

Skanna QR-koden för att installera appen



Irrota sormus sovelluksesta



JRING

JRing – Sormuksen yhdistäminen

1. Avaa JRing-sovellus
2. Luo tili ja kirjaudu sisään
3. Kun olet kirjautunut sisään, aloita laitteen haku
4. Valitse Bluetooth-nimi luettelosta: «FitRing»
5. Paina «Lisää laite» -painiketta
6. Kun yhteys on muodostettu, sormuksen tiedot näkyvät

⚠ Sovelluksen kieli asetetaan automaattisesti puhelimesi kieliasetusten mukaan.

Henkilökohtaiset asetukset

Henkilötietojen käyttöliittymässä voit syöttää tietosi ja mukauttaa:

- Päivittäinen askeltavoite
- Mittayksikkö (metrijärjestelmä tai brittiläinen)
- Muut fyysiseen aktiivisuuteen liittyvät parametrit

Jos käytät Apple-laitetta, näkyviin tulee myös "Apple Terveys" -vaihtoehto, jossa on ohjeet FitRingin synkronoimiseksi.

Ajan näyttö

Nykyinen aika näkyy myös älysormuksen LCD-näytössä.

Voit asettaa aikamuodon 12 tunniksi (AM/PM) tai 24 tunniksi suoraan JRing-sovelluksen asetuksista.



Harjoittelu

Sovelluksen "Harjoittelu"-valikossa voit valita eri harjoittelutilojen välillä:

- Kävely
- Juoksu
- Pyöräily
- Vaellus
- Golf

Paina "Harjoittelu"-painiketta aloittaaksesi seuraavien tietojen tallennuksen:

- Matka
- Tahti
- Harjoittelu-aika
- Syke

⚠ Tämän ominaisuuden käyttö edellyttää puhelimen GPS:n aktivoimista.



Fyysisen aktiivisuuden tiedot

Sovelluksen aloitusnäytössä näkyvät päivittäiset tiedot liittyen:

- Askeleiden määrä
- Kuljettu matka
- Aktiivisuuden kesto
- Kulutetut kalorit

Voit tarkastella viikoittaista tai kuukausittaista historiikkaa.

Uni

Sovelluksen aloitusnäytössä valitse "Uni"-välilehti nähdäksesi edellisen yön tiedot, mukaan lukien:

- Kokonaisunimäärä
- Kevyt uni
- Syvä uni

Voit tarkistaa tiedot myös suoraan sormuksesta painamalla sensoria, kunnes "SLEEP"-ikoni ilmestyy LCD-näyttöön. Edellisen yön uniaika näytetään.

Mittaus tapahtuu automaattisesti klo 20:00–12:00 seuraavana päivänä ja päivittyy 15 minuutin välein. Esimerkiksi, jos nukuit 6 tuntia ja 36 minuuttia, sormus näyttää 6 tuntia ja 45 minuuttia.

🔋 Keskimääräinen akun kulutus yöllä on noin 10 %.



Syke

Sovelluksen aloitusnäytössä valitse "Syke"-välilehti ja paina mittauspainiketta aloittaaksesi testin.

Sormuksen sisäinen valo muuttuu vihreäksi ja mittaus alkaa automaattisesti.

Voit myös aloittaa mittauksen suoraan sormuksesta painamalla sensoria, kunnes sydänikoni ilmestyy.

🕒 Mittaus kestää noin 30–60 sekuntia.



Veren happisaturaatio (SPO2)

Sovelluksen aloitusnäytössä valitse "Veren happisaturaatio"-välilehti ja paina mittauspainiketta aloittaaksesi testin.

Sormuksen sisäinen valo muuttuu vihreäksi ja mittaus alkaa automaattisesti.

Voit myös aloittaa mittauksen suoraan sormuksesta painamalla sensoria kohdasta, jossa on sydänikoni ja teksti "SPO2".

🕒 Mittaus kestää noin 30–60 sekuntia.



Etäselfie

Avaa "Kameran etäohjaus" -valikko JRing-sovelluksessa ja heilauta kättäsi ottaaksesi valokuvan.

📷 Kameran etäohjaustoiminto on saatavilla vain JRing-sovelluksessa.

Lyhytvideoiden etäohjaus

Kun olet yhdistänyt puhelimen sormukseen, varmista että sekä laitteen Bluetooth että JRing-sovelluksen yhteys ovat käytössä.

Siirry laitteen näyttöön ja valitse "Lyhytvideoiden ohjaus" -vaihtoehto.

Aktivoi käyttöliittymän oikeassa reunassa olevat kaksi kytkintä:

o Kytkin 1: aktivoi toiminnon

o Kytkin 2: mahdollistaa kytkimen 1 automaattisen aktivoinnin jokaisessa yhteydessä

Kun ne on aktivoitu, voit:

o Kaksoisnapauttaa sormusta sormellasi noin kahden sekunnin ajan siirtyäksesi seuraavaan videoon

o Selaa puhelimen sivuja yksinkertaisella eleellä

⚠️ Toimii vain iOS-laitteilla, että "AssistiveTouch"-toiminto on käytössä saavutettavuusasetuksissa.



LCD-näytön Sammutus ja Käynnistys

Sammuttaaksesi sormuksen LCD-näytön, käytä kosketusanturia ja selaa vaihtoehtoon "LCD OFF".

Sormus alkaa vilkkua seuraavasti: LCD, OFF, LCD, OFF, LCD, OFF.

Kun vilkkuu, pidä anturia painettuna 3 sekunnin ajan – LCD-näyttö sammuu.

Käynnistäaksesi sen uudelleen, pidä anturia painettuna 3 sekuntia – näyttö aktivoituu automaattisesti.



Kun akun varaus laskee alle 20 % ja toimettomuutta havaitaan, sormus sammuu automaattisesti energian säästämiseksi. Sen voi käynnistää uudelleen asettamalla sen latauskoteloon.

⚠️ Seuranta jatkuu, vaikka näyttö olisi pois päältä.

ASIAKAUPPA

Verkkosivusto: www.fitpaddy.com Sähköposti: customercare@fitpaddy.com

Valmistaja: FITPADDY Srl, Via dell'Artigianato 16, 20835 Muggiò (MB), Italia

KÄYTTÖALUE

FitRing on älykäs sormus, joka on suunniteltu seuraamaan fyysisistä aktiivisuutta, unta ja elintärkeitä parametreja. Se yhdistää teknologian ja mukavuuden ja on ihanteellinen urheiluun, terveyteen ja henkilökohtaiseen seurantaan.

TURVALLISUUSOHJEET

- Pue sormus oikein, jotta se on mukava ja tarkka
- Ei ole tarkoitettu käytettäväksi lääkinällisenä laitteena
- Vältä nesteitä, iskuja ja korkeita lämpötiloja
- Ei sovi alle 10-vuotiaille lapsille ilman valvontaa
- Ole varovainen: älä pura tai muuta sormusta

KÄYTTÖ

Sormus käynnistyy automaattisesti, kun se on ladattu täyteen. LCD-näyttö voidaan sammuttaa tai käynnistää uudelleen kosketusanturilla.

Bluetooth-yhteys:

- Avaa JRing-sovellus
- Ota Bluetooth käyttöön
- Valitse "FitRing"

Päätoiminnot:

- Askeleiden, unen, sykkeen ja SPO2:n seuranta
- Kellonäyttö
- Kauko-ohjaus kameralle ja lyhyille videoille

KOSKETUSOHJAIMET

- Pyyhkäise siirtyäksesi toimintojen välillä
- Pidä painettuna näytön sammuttamiseksi/päällekytkemiseksi
- Kaksoisnapauta nopeiden toimintojen suorittamiseksi (esim. videon vaihtaminen)

PARISTO JA LATAUS

- Alhaisen paristotason ilmoitus näytöllä ja sovelluksessa
- Langaton lataus kotelolla
- Sormuksen LED-valot: punainen (lataa), vihreä (täyteen ladattu)
- Kotelon lataus USB-C-kaapelilla

VASTUUVAPAUSLAUSEKE

FITPADDY Srl ei ole vastuussa vahingoista, jotka johtuvat:

- Virheellisestä käytöstä tai käyttöohjeiden vastaisesta käytöstä
- Altistumisesta äärimmäisille ympäristöolosuhteille
- Yhteensopimattomuudesta ei-tuettujen laitteiden kanssa

VAROITUS

- Vältä käyttöä vaarallisissa tilanteissa (esim. ajaessasi)
- Puhdista säännöllisesti pehmeillä materiaaleilla
- Älä käytä liiallista voimaa tai painetta

HUOLTO JA HOITO

- Puhdista pehmeällä ja kuivalla liinalla
- Säilytä kuivassa paikassa ja pidä poissa lämmönlähteistä
- Älä käytä liuottimia tai hankaavia puhdistusaineita

JÄTTEENKÄSITTELY

Hävitä sormus ja kotelo paikallisten sähköisen jätteen kierrätysohjeiden mukaisesti. Älä heitä kotitalousjätteeseen.

DA - Ringens aktivering og opladning

Før første brug skal ringen oplades helt for at sikre, at den aktiveres korrekt. Hvis appen nulstilles til fabriksindstillingerne, kræves en genstart af opladningen og aktiveringen.

Ringen oplades trådløst med en intern opladningsbase. Når ringen er korrekt placeret på basen, lyser LED-lampen på ringen rødt under opladning, og når opladningen er fuldført, bliver den grøn.

Opladningstiden for ringen er cirka 45–60 minutter afhængigt af temperaturen. Opladningsbasen oplades på cirka 30–45 minutter og kan give 10–12 fulde opladningscyklusser til ringen.

Du kan kontrollere opladningsstatus fra JRing-appen på enhedens startside eller direkte fra ringens LCD-skærm. FitRing-boxen blinker rødt under opladning. Når opladningen er fuldført, eller når kablet tages ud, bliver lyset grønt og slukker efter et par sekunder.



Vigtige advarsler

Ringens funktioner er ikke designet til at diagnosticere, behandle eller forebygge sygdomme eller medicinske tilstande. De oplysninger og data, der gives, er kun til informationsformål og erstatter ikke lægehjælp. Hvis der er tvivl, bør du kontakte en sundhedsperson.

Korrekt brug af ringen

For at sikre en præcis måling, juster pulssensoren til toppen af fingerspidsen.

Ringen anbefales at blive båret på venstre pegefinger af følgende grunde:

- For mere præcise målinger

- For at forhindre utilsigtet aktivering af skærmen ved kontakt med andre fingre
- For at forlænge batteriets levetid
- For nemmere at bruge berørings-skærmen med tommelfingeren • Helpottaaksesi kosketusnäytön käyttöä peukalolla



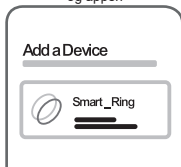
Det anbefales at bære ringen på pegefingeren.

Sovelluksen asetukset

Scan QR-koden for at installere appen



Afslut forbindelsen mellem ringen og appen



JRING

JRing – Forbindelse af Ringen

1. Åbn JRing-appen
2. Opret en konto og log ind
3. Når du er logget ind, start enhedensøgning
4. Vælg Bluetooth-navnet fra listen: "FitRing"
5. Tryk på "Tilføj enhed"-knappen
6. Når forbindelsen er oprettet, vises ringens oplysninger

⚠ Appens sprog indstilles automatisk efter telefonens sprogindstillinger.

Personlige indstillinger

I brugergrænsefladen for personlige oplysninger kan du indtaste dine data og tilpasse:

- Dagligt skridtmål
- Måleenhed (metrisk eller imperial)
- Andre parametre relateret til fysisk aktivitet

Hvis du bruger en Apple-enhed, vises også "Apple Health"-muligheden med instruktioner til at synkronisere FitRing.

Tidsvisning

Den aktuelle tid vises også på smart ringens LCD-skærm.

Du kan indstille tidsformatet til 12 timer (AM/PM) eller 24 timer direkte i JRing-ap-pens indstillinger.



Træning

I appens "Træning"-interface kan du vælge mellem forskellige træningstilstande:

- Gåtur
- Løb
- Cykling
- Vandretur
- Golf

Tryk på "Træning"-knappen for at starte registreringen af:

- Afstand
- Tempo
- Træningstid
- Puls

⚠ For at bruge denne funktion skal telefonens GPS være aktiveret.



Fysisk aktivitetsdata

På appens startscreen vises daglige data relateret til:

- Antal skridt
- Tilbagelagt distance
- Aktivitetens varighed
- Forbrændte kalorier

Du kan få adgang til ugentlig eller månedlig historik.

Søvn

På appens startscreen, vælg fanen "Søvn" for at vise data fra natten før, herunder:

- Total søvntid
- Let søvn
- Dyb søvn

Du kan også kontrollere data direkte fra ringen ved at trykke på sensoren, indtil "SLEEP"-ikonet vises på LCD-skærmen. Den foregående nats søvntid vises.

Målingen sker automatisk mellem kl. 20:00 og 12:00 næste dag og opdateres hvert 15. minut. For eksempel, hvis du har sovet 6 timer og 36 minutter, vil ringen vise 6 timer og 45 minutter.

🔋 Den gennemsnitlige batteriforbrug om natten er cirka 10%.



Puls

På appens startscreen, vælg fanen "Puls" og tryk på måleknappen for at starte testen.

Ringens indre lys bliver grønt, og målingen starter automatisk.

Du kan også starte målingen direkte fra ringen ved at trykke på sensoren, indtil hjerteikonet vises.

⌚ Målingen tager cirka 30–60 sekunder.



Blodets iltmætning (SPO2)

På appens startscreen, vælg fanen "Blodets iltmætning" og tryk på måleknappen for at starte testen.

Ringens indre lys bliver grønt, og målingen starter automatisk.

Du kan også starte målingen direkte fra ringen ved at trykke på sensoren ved hjerteikonet med teksten "SPO2".

🕒 Målingen tager cirka 30–60 sekunder.



Fjern-Selfie

Åbn "Kamera fjernbetjening" i JRing-appen og vink med hånden for at tage et billede.

📷 Fjernbetjeningsfunktionen for kameraet er kun tilgængelig i JRing-appen.

Fjernkontrol af Kortfilm

Når du har tilsluttet telefonen til ringen, skal du sikre dig, at både enhedens Bluetooth og JRing-appens forbindelse er aktiveret.

Gå til enhedsskærmen og vælg "Kontrol af kortfilm"-muligheden.

Aktivér begge kontakter til højre i interface:

o Kontakt 1: aktiverer funktionen

o Kontakt 2: aktiverer automatisk kontakt 1 ved hver forbindelse

Når de er aktiveret, kan du:

o Dobbelttrykke på ringen med fingeren i cirka to sekunder for at gå til næste video

o Bladre gennem telefonens sider med en simpel gestus

⚠️ Virker kun med iOS-enheder, at "AssistiveTouch"-funktionen er aktiveret i tilgængelighedsindstillingerne.



Slukning og Tænding af LCD-skærmen

For at slukke ringens LCD-skærm, brug berøringssensoren og scroll til valget "LCD OFF".

Ringens vil begynde at blinke i sekvens: LCD, OFF, LCD, OFF, LCD, OFF.

Når det blinker, hold sensoren nede i 3 sekunder – LCD-skærmen slukkes.

For at tænde den igen, hold sensoren nede i 3 sekunder – skærmen aktiveres automatisk.



Når batteriet falder under 20 %, og inaktivitet registreres, slukker ringen automatisk for at spare strøm. Den kan tændes igen ved at placere den i opladningsetuiet.

⚠️ Sporing fortsætter, selv når skærmen er slukket.

KUNDESERVICE

Hjemmeside: www.fitpaddy.com Email: customer-care@fitpaddy.com

Producent: FITPADDY Srl, Via dell'Artigianato 16, 20835 Muggiò (MB), Italien

BRUGSOMRÅDE

FitRing er en smart ring designet til at overvåge fysisk aktivitet, søvn og vitale parametre. Den kombinerer teknologi og komfort og er ideel til sport, sundhed og personlig overvågning.

SIKKERHEDSREGLER

- Brug ringen korrekt for at sikre komfort og nøjagtighed
- Ikke beregnet til medicinsk brug
- Undgå væsker, stød og høje temperaturer
- Ikke egnet til børn under 10 år uden opsyn
- Vær forsigtig: adskil eller modificer ikke ringen

BRUG

Ringen tænder automatisk, når den er fuldt opladet. LCD-skærmen kan slukkes eller tændes igen via den berøringsfølsomme sensor.

Bluetooth-forbindelse:

- Åbn JRing-appen
- Aktivér Bluetooth
- Vælg "FitRing"

Hovedfunktioner:

- Overvågning af skridt, søvn, puls og SPO2
- Urvisning
- Fjernbetjening af kamera og korte videoer

BERØRINGSKONTROLLER

- Swipe for at navigere mellem funktioner
- Hold nede for at slukke/tænde skærmen
- Dobbelttryk for at udføre hurtige handlinger (f.eks. skifte video)

BATTERI OG OPLADNING

- Lav batteri-advarsel på skærmen og i appen
- Trådløs opladning med etui
- Ringens LED-lys: rød (oplades), grøn (fuldt opladet)
- Etuiet oplades via USB-C-kabel

ANSVARSRFRASKRIVELSE

FITPADDY Srl er ikke ansvarlig for skader forårsaget af:

- Forkert brug eller brug imod brugsanvisningen
- Eksponering for ekstreme miljøforhold
- Inkompatibilitet med enheder, der ikke understøttes

ADVARSEL

- Undgå brug i farlige situationer (f.eks. under kørsel)
- Rengør regelmæssigt med bløde materialer
- Brug ikke overdreven kraft eller tryk

VEDLIGEHOLDELSE OG PASNING

- Rengør med en blød og tør klud
- Opbevar et tørt sted og hold væk fra varmekilder
- Brug ikke opløsningsmidler eller slibende rengøringsmidler

AFFALDHÅNDTERING

Bortskaffelse af ringen og etuiet i overensstemmelse med lokale retningslinjer for elektronikaffald. Kast ikke i husholdningsaffald.

SL - Aktivacija in polnjenje prstana

Pred prvo uporabo mora biti prstan popolnoma napolnjen, da se zagotovi pravilna aktivacija. Če je aplikacija obnovljena na tovarniške nastavitve, bo potrebno ponovno začeti polnjenje in aktivacijo.

Prstan se polni brezžično z notranjo polnilno postajo. Ko je prstan pravilno postavljen na postajo, LED lučka na prstanu sveti rdeče med polnjenjem, in ko je polnjenje končano, postane zelena.

Čas polnjenja prstana je približno 45–60 minut, odvisno od temperature. Polnilna postaja se napolni v približno 30–45 minutah in lahko zagotovi 10–12 popolnih polnilnih ciklov za prstan.

Stanje polnjenja lahko preverite v aplikaciji JRing na začetnem zaslonu naprave ali neposredno na LCD zaslonu prstana. FitRing škatla utripne rdeče med polnjenjem. Ko je polnjenje končano ali ko je kabel izključen, lučka postane zelena in se po nekaj sekundah izklopi.



Pomembna opozorila

Funkcije prstana niso zasnovane za diagnosticiranje, zdravljenje ali preprečevanje bolezni ali medicinskih stanj. Informacije in podatki, ki so na voljo, so samo informativni in ne nadomeščajo zdravniške pomoči. Če obstajajo kakršnakoli dvoma, se posvetujte z zdravstvenim strokovnjakom.

Pravilna uporaba prstana

Za zagotovitev natančnega merjenja prilagodite senzor srčnega utripa na vrh konice prsta.

Prstan se priporoča za nošenje na levi kazalec iz naslednjih razlogov: • Za natančnejša merjenja

- Da preprečite nenamerno aktiviranje zaslona ob stiku z drugimi prsti
- Za podaljšanje življenjske dobe baterije
- Za lažje uporabo zaslona na dotik s palcem



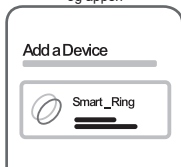
Priporočljivo je nositi prstan na kazalcu.

Appens indstillinger

Skann QR-koden for å installere appen



Afslut forbindelsen mellem ringen og appen



JRING

JRing – Forbindelse af Ringen

1. Åbn JRing-appen
2. Opret en konto og log ind
3. Når du er logget ind, start enhedensøgning
4. Vælg Bluetooth-navnet fra listen: "FitRing"
5. Tryk på "Tilføj enhed"-knappen
6. Når forbindelsen er oprettet, vises ringens oplysninger

⚠ Appens sprog indstilles automatisk efter telefonens sprogindstillinger.

Personlige indstillinger

I brugergrænsefladen for personlige oplysninger kan du indtaste dine data og tilpasse:

- Dagligt skridtmål
- Måleenhed (metrisk eller imperial)
- Andre parametre relateret til fysisk aktivitet

Hvis du bruger en Apple-enhed, vises også "Apple Health"-muligheden med instruktioner til at synkronisere FitRing.Tidsvisning

Tidsvisning

Den aktuelle tid vises også på smart ringens LCD-skærm.

Du kan indstille tidsformatet til 12 timer (AM/PM) eller 24 timer direkte i JRing-ap-pens indstillinger.



Træning

I appens "Træning"-interface kan du vælge mellem forskellige træningstilstande:

- Gåtur
- Løb
- Cykling
- Vandretur
- Golf

Tryk på "Træning"-knappen for at starte registreringen af:

- Afstand
- Tempo
- Træningstid
- Puls

⚠ For at bruge denne funktion skal telefonens GPS være aktiveret.



Fysisk aktivitetsdata

På appens startscreen vises daglige data relateret til:

- Antal skridt
- Tilbagelagt distance
- Aktivitetens varighed
- Forbrændte kalorier

Du kan få adgang til ugentlig eller månedlig historik.

Søvn

På appens startscreen, vælg fanen "Søvn" for at vise data fra natten før, herunder:

- Total søvntid
- Let søvn
- Dyb søvn

Du kan også kontrollere data direkte fra ringen ved at trykke på sensoren, indtil "SLEEP"-ikonet vises på LCD-skærmen. Den foregående nats søvntid vises.

Målingen sker automatisk mellem kl. 20:00 og 12:00 næste dag og opdateres hvert 15. minut. For eksempel, hvis du har sovet 6 timer og 36 minutter, vil ringen vise 6 timer og 45 minutter.

🔋 Den gennemsnitlige batteriforbrug om natten er cirka 10%.



Puls

På appens startscreen, vælg fanen "Puls" og tryk på måleknappen for at starte testen.

Ringens indre lys bliver grønt, og målingen starter automatisk.

Du kan også starte målingen direkte fra ringen ved at trykke på sensoren, indtil hjerteikonet vises.

⌚ Målingen tager cirka 30–60 sekunder.



Blodets iltmætning (SPO2)

På appens startscreen, vælg fanen "Blodets iltmætning" og tryk på måleknappen for at starte testen.

Ringens indre lys bliver grønt, og målingen starter automatisk.

Du kan også starte målingen direkte fra ringen ved at trykke på sensoren ved hjerteikonet med teksten "SPO2".

🕒 Målingen tager cirka 30–60 sekunder.



Fjern-Selfie

Åbn "Kamera fjernbetjening" i JRing-appen og vink med hånden for at tage et billede.

📷 Fjernbetjeningsfunktionen for kameraet er kun tilgængelig i JRing-appen.

Fjernkontrol af Kortfilm

Når du har tilsluttet telefonen til ringen, skal du sikre dig, at både enhedens Bluetooth og JRing-appens forbindelse er aktiveret.

Gå til enhedsskærmen og vælg "Kontrol af kortfilm"-muligheden.

Aktivér begge kontakter til højre i interface:

o Kontakt 1: aktiverer funktionen

o Kontakt 2: aktiverer automatisk kontakt 1 ved hver forbindelse

Når de er aktiveret, kan du:

o Dobbelttrykke på ringen med fingeren i cirka to sekunder for at gå til næste video

o Bladre gennem telefonens sider med en simpel gestus

⚠️ Deluje samo z napravami iOS, at "AssistiveTouch"-funktionen er aktiveret i tilgængelighedsindstillingerne.



Slukning og Tænding af LCD-skærmen

For at slukke ringens LCD-skærm, brug berøringssensoren og scroll til valget "LCD OFF".

Ringens vil begynde at blinke i sekvens: LCD, OFF, LCD, OFF, LCD, OFF.

Når det blinker, hold sensoren nede i 3 sekunder – LCD-skærmen slukkes.

For at tænde den igen, hold sensoren nede i 3 sekunder – skærmen aktiveres automatisk.



Ko baterija pade pod 20 % in je zaznana neaktivnost, se prstan samodejno izklopi za varčevanje z energijo. Ponovno ga lahko vklopite tako, da ga vstavite v polnilno ohišje.

⚠️ Sledenje se nadaljuje tudi, ko je zaslon izklopljen.

KUNDESERVICE

Hjemmeside: www.fitpaddy.com Email: customer-care@fitpaddy.com

Producent: FITPADDY Srl, Via dell'Artigianato 16, 20835 Muggiò (MB), Italien

BRUGSOMRÅDE

FitRing er en smart ring designet til at overvåge fysisk aktivitet, søvn og vitale parametre. Den kombinerer teknologi og komfort og er ideel til sport, sundhed og personlig overvågning.

SIKKERHEDSREGLER

- Brug ringen korrekt for at sikre komfort og nøjagtighed
- Ikke beregnet til medicinsk brug
- Undgå væsker, stød og høje temperaturer
- Ikke egnet til børn under 10 år uden opsyn
- Vær forsigtig: adskil eller modificer ikke ringen

BRUG

Ringen tænder automatisk, når den er fuldt opladet. LCD-skærmen kan slukkes eller tændes igen via den berøringsfølsomme sensor.

Bluetooth-forbindelse:

- Åbn JRing-appen
- Aktivér Bluetooth
- Vælg "FitRing"

Hovedfunktioner:

- Overvågning af skridt, søvn, puls og SPO2
- Urvisning
- Fjernbetjening af kamera og korte videoer

BERØRINGSKONTROLLER

- Swipe for at navigere mellem funktioner
- Hold nede for at slukke/tænde skærmen
- Dobbelttryk for at udføre hurtige handlinger (f.eks. skifte video)

BATTERI OG OPLADNING

- Lav batteri-advarsel på skærmen og i appen
- Trådløs opladning med etui
- Ringens LED-lys: rød (oplades), grøn (fuldt opladet)
- Etuiet oplades via USB-C-kabel

ANSVARSRFRASKRIVELSE

FITPADDY Srl er ikke ansvarlig for skader forårsaget af:

- Forkert brug eller brug imod brugsanvisningen
- Eksponering for ekstreme miljøforhold
- Inkompatibilitet med enheder, der ikke understøttes

ADVARSEL

- Undgå brug i farlige situationer (f.eks. under kørsel)
- Rengør regelmæssigt med bløde materialer
- Brug ikke overdreven kraft eller tryk

VEDLIGEHOLDELSE OG PASNING

- Rengør med en blød og tør klud
- Opbevar et tørt sted og hold væk fra varmekilder
- Brug ikke opløsningsmidler eller slibende rengøringsmidler

AFFALDHÅNDTERING

Bortskaffelse af ringen og etuiet i overensstemmelse med lokale retningslinjer for elektronikaffald. Kast ikke i husholdningsaffald.

HR - Aktivacija i punjenje prstena

Prije prve uporabe, prsten je potrebno u potpunosti napuniti kako bi se osigurala pravilna aktivacija. Ako je aplikacija vraćena na tvorničke postavke, postupak punjenja i aktivacije potrebno je ponoviti.

Prsten se puni bežično pomoću unutarnje stanice za punjenje. Kada je prsten ispravno postavljen na stanicu, LED lampica na prstenu svijetli crveno tijekom punjenja, a po završetku punjenja svijetli zeleno.

Vrijeme punjenja prstena iznosi približno 45 do 60 minuta, ovisno o temperaturi. Stanica za punjenje puni se oko 30 do 45 minuta i može omogućiti 10 do 12 potpunih ciklusa punjenja prstena.

Stanje napunjenosti može se provjeriti u aplikaciji JRing na početnom zaslonu uređaja ili izravno na LCD zaslonu prstena. Kutija FitRing treperi crveno tijekom punjenja. Kada je punjenje završeno ili kada se kabel odspoji, lampica svijetli zeleno i nakon nekoliko sekundi se isključuje.



Važna upozorenja

Funkcije prstena nisu namijenjene dijagnosticiranju, liječenju niti sprječavanju bolesti ili medicinskih stanja. Informacije i podaci dostupni putem prstena služe isključivo u informativne svrhe i ne mogu zamijeniti stručnu medicinsku pomoć. U slučaju bilo kakvih nedoumica, obratite se kvalificiranom zdravstvenom djelatniku.

Pravilna uporaba prstena

Kako biste osigurali točna mjerenja, senzor za otkucaje srca treba biti pravilno postavljen — na vrhu jagodice prsta.

Preporučuje se nošenje prstena na lijevom kažiprstu, iz sljedećih razloga:

- Preciznija očitavanja senzora
- Smanjena mogućnost slučajnog aktiviranja zaslona dodiranjem drugih prstiju
- Dulje trajanje baterije
- Jednostavnija uporaba zaslona osjetljivog na dodir pomoću palca



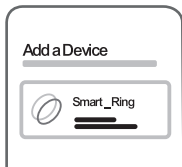
Preporučuje se nositi prsten na kažiprstu.

Postavke aplikacije

Skeniraj QR-kod za instalaciju aplikacije



Prekini vezu između prstena i aplikacije



JRING

JRing – Povezivanje prstena

1. Otvorite JRing aplikaciju
2. Kreirajte račun i prijavite se
3. Nakon prijave, započnite pretragu uređaja
4. Odaberite Bluetooth naziv sa popisa: "FitRing"
5. Pritisnite gumb "Dodaj uređaj"
6. Kada se veza uspostavi, prikazat će se podaci o prstenu

⚠ Jezik aplikacije automatski se postavlja prema jezičnim postavkama telefona.

Osobne postavke

Na sučelju za osobne podatke možete unijeti svoje podatke i prilagoditi:

- Dnevni cilj broja koraka
- Mjerne jedinice (metrički ili imperijalni sustav)
- Ostale parametre povezane s fizičkom aktivnošću

Ako koristite Apple uređaj, također će se prikazati opcija "Apple Health" s uputama za sinkronizaciju s FitRing-om.

Prikaz vremena

Trenutno vrijeme također će se prikazivati na LCD zaslonu pametnog prstena. Možete postaviti format vremena na 12-satni (AM/PM) ili 24-satni izravno u postavkama JRing aplikacije.



Trening

Na sučelju aplikacije "Trening" možete odabrati između različitih modova vježbanja:

- Hodanje
- Trčanje
- Biciklizam
- Planinarenje
- Golf

Pritisnite gumb "Trening" za početak praćenja:

- Udaljenosti
- Brzine
- Trajanja vježbanja
- Broja otkucaja srca

⚠ Za korištenje ove funkcije GPS telefona mora biti aktivan.



Podaci o fizičkoj aktivnosti

Na početnom ekranu aplikacije prikazuju se dnevni podaci o:

- Broju koraka
- Prijedenoj udaljenosti
- Trajanju aktivnosti
- Potrošenim kalorijama

Također možete pristupiti tjednoj ili mjesečnoj povijesti.

San

Na početnom ekranu aplikacije, odaberite karticu "San" za prikaz podataka s prethodne noći, uključujući:

- Ukupno trajanje sna
- Lagan san
- Dubok san

Također možete provjeriti podatke izravno s prstena pritiskom na senzor dok ne bude prikazana ikona "SLEEP" na LCD zaslonu. Prikazat će se trajanje sna prethodne noći.

Mjerenje se automatski vrši između 20:00 i 12:00 sljedećeg dana, a podaci se ažuriraju svakih 15 minuta. Na primjer, ako ste spavali 6 sati i 36 minuta, prsten će prikazati 6 sati i 45 minuta.

🔋 Prosječna potrošnja baterije tijekom noći je oko 10%.



Puls

Na početnom ekranu aplikacije, odaberite karticu "Puls" i pritisnite gumb za mjerenje da biste započeli test.

Unutarnje svjetlo prstena postat će zeleno i mjerenje će automatski započeti.

Također možete započeti mjerenje izravno s prstena pritiskom na senzor dok ne bude prikazana ikona srca.

🕒 Mjerenje traje otprilike 30–60 sekundi.



Zasićenost krvi kisikom (SPO2)

Na početnom ekranu aplikacije, odaberite karticu "Zasićenost krvi kisikom" i pritisnite gumb za mjerenje da biste započeli test.

Unutarnje svjetlo prstena postat će zeleno i mjerenje će automatski započeti.

Također možete započeti mjerenje izravno s prstena pritiskom na senzor dok ne bude prikazana ikona srca sa tekstom "SPO2".

🕒 Mjerenje traje otprilike 30–60 sekundi.



Daljinska Selfie funkcija

Otvorite "Kamera daljinski" u JRing aplikaciji i mahnite rukom da biste snimili fotografiju.

📷 Funkcija daljinske kontrole kamere dostupna je samo u JRing aplikaciji.

Daljinska kontrola kratkog filma

Kada povežete telefon s prstenom, provjerite da su Bluetooth uređaja i JRing aplikacija omogućeni.

Idite na ekran uređaja i odaberite opciju "Kontrola kratkog filma".

Aktivirajte oba prekidača na desnoj strani sučelja:

o Prekidač 1: omogućava funkciju

o Prekidač 2: automatski aktivira prekidač 1 prilikom svake veze

Kada su aktivirani, možete:

o Dvostruko pritisnuti prsten prstom na oko 2 sekunde za prelazak na sljedeći video

o Listati kroz stranice telefona jednostavnim pokretom

⚠️ Radi samo s iOS uređajima kada je funkcija "AssistiveTouch" aktivirana u postavkama pristupačnosti.



Isključivanje i uključivanje LCD zaslona

Za isključivanje LCD zaslona prstena, koristite dodirni senzor i pomičite do opcije "LCD OFF".

Prsten će početi svijetliti u sekvenci: LCD, OFF, LCD, OFF, LCD, OFF.

Kada počne svijetliti, držite senzor pritisnutim 3 sekunde – LCD zaslon će se isključiti.

Za ponovo uključivanje, držite senzor pritisnutim 3 sekunde – zaslon će se automatski aktivirati.



Kada baterija padne ispod 20% i otkrije se niska razina baterije, prsten će automatski isključiti kako bi uštedio energiju. Može se ponovno uključiti stavljanjem u kutiju za punjenje.

⚠️ Praćenje se nastavlja čak i kada je zaslon isključen.

KORISNIČKA SLUŽBA

Web stranica: www.fitpaddy.com Email: customercare@fitpaddy.com

Proizvođač: FITPADDY Srl, Via dell'Artigianato 16, 20835 Muggiò (MB), Italija

PODRUČJE UPOTREBE

FitRing je pametan prsten dizajniran za praćenje fizičke aktivnosti, sna i vitalnih parametara. Kombinira tehnologiju i udobnost, idealan je za sport, zdravlje i osobno praćenje.

SIGURNOSNA UPOZORENJA

- Ispravno koristite prsten kako biste osigurali udobnost i preciznost
- Nije namijenjeno za medicinsku upotrebu
- Izbjegavajte izlaganje tekućinama, udarcima i visokim temperaturama
- Nije prikladno za djecu mlađu od 10 godina bez nadzora
- Budite oprezni: ne rastavljajte niti modificirajte prsten

UPOTREBA

Prsten se automatski uključuje kada je potpuno napunjen. LCD zaslon se može isključiti ili ponovo uključiti pomoću dodirnog senzora.

Bluetooth veza:

- Otvorite JRing aplikaciju
- Aktivirajte Bluetooth
- Odaberite "FitRing"

Glavne funkcije:

- Praćenje koraka, sna, pulsa i SPO2
- Prikaz vremena
- Daljinska kontrola kamere i kratkih videa

DODIRNE KONTROLE

- Pomaknite prst za navigaciju između funkcija
- Držite pritisnutim za isključivanje/uključivanje zaslona
- Dvostruki pritisak za brzo izvršavanje radnji (npr. promjena videa)

BATERIJA I PUNJENJE

- Upozorenje na nisku bateriju na zaslonu i u aplikaciji
- Bežično punjenje pomoću kućišta
- LED svjetlo prstena: crveno (punjenje), zeleno (potpuno napunjeno)
- Kućište se puni putem USB-C kabela

ODRICANJE ODGOVORNOSTI

FITPADDY Srl nije odgovoran za štetu uzrokovanu:

- Pogrešnom uporabom ili uporabom koja je u suprotnosti s uputama
- Izloženošću ekstremnim uvjetima okoline
- Nepodudaranjem s uređajima koji nisu podržani

UPOZORENJE

- Izbjegavajte upotrebu u opasnim situacijama (npr. tijekom vožnje)
- Redovito čistite s mekim materijalima
- Ne koristite prekomjernu silu ili pritisak

ODRŽAVANJE I NJEGA

- Čistite s mekom i suhom krpom
- Spremite na suho mjesto i držite podalje od izvora topline
- Ne koristite otapala ili abrazivne sredstvo za čišćenje

ODLAGANJE OTPADA

Odložite prsten i kućište u skladu s lokalnim smjernicama za elektronički otpad. Nemojte bacati u kućni otpad.

RO - Activarea și încărcarea inelului

Înainte de prima utilizare, inelul trebuie încărcat complet pentru a asigura activarea corectă. Dacă aplicația a fost resetată la setările din fabrică, procesul de încărcare și activare trebuie repetat.

Inelul se încarcă wireless folosind stația internă de încărcare. Când inelul este corect plasat pe stație, LED-ul de pe inel se aprinde roșu în timpul încărcării și devine verde când încărcarea este completă.

Timpul de încărcare al inelului este de aproximativ 45-60 de minute, în funcție de temperatură. Stația de încărcare se încarcă în aproximativ 30-45 de minute și poate permite 10-12 cicluri complete de încărcare ale inelului.

Starea de încărcare poate fi verificată în aplicația JRing pe ecranul principal al dispozitivului sau direct pe ecranul LCD al inelului. Cutia FitRing clipește roșu în timpul încărcării. Când încărcarea este completă sau când cablul este deconectat, LED-ul devine verde și se oprește după câteva secunde.



Atenționări importante

Funcțiile inelului nu sunt destinate diagnosticării, tratării sau prevenirii bolilor sau afecțiunilor medicale. Informațiile și datele disponibile prin intermediul inelului sunt doar în scop informativ și nu pot înlocui asistența medicală profesională. În cazul în care aveți orice îndoială, consultați un specialist în domeniul sănătății.

Utilizarea corectă a inelului

Pentru a asigura măsurători precise, senzorul de ritm cardiac trebuie poziționat corect – pe vârful degetului.

Se recomandă purtarea inelului pe degetul arătător stâng, din următoarele motive: • Citiri mai precise ale senzorului • Posibilitatea redusă de a activa accidental ecranul prin atingerea altor degete • Durata mai mare a bateriei • Utilizare mai ușoară a ecranului tactil cu ajutorul degetului mare



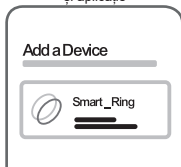
Se recomandă purtarea inelului pe degetul arătător.

Setările aplicației

Scanează codul QR pentru instalarea aplicației



Dezactivează conexiunea între inel și aplicație



JRING

JRing – Conectarea inelului

1. Deschideți aplicația JRing
 2. Creați un cont și conectați-vă
 3. După conectare, începeți căutarea dispozitivelor
 4. Selectați numele Bluetooth din listă: „FitRing”
 5. Apăsăți butonul „Adăugați dispozitiv”
 6. Când conexiunea este stabilită, vor apărea informațiile despre inel
- ⚠️ Limba aplicației se setează automat în funcție de setările de limbă ale telefonului.

Setări personale

În interfața pentru date personale poți introduce informațiile tale și personaliza:

- Obiectivul zilnic de pași
- Unitățile de măsură (sistem metric sau imperial)
- Alți parametri legați de activitatea fizică

Dacă utilizezi un dispozitiv Apple, va apărea și opțiunea „Apple Health” cu instrucțiuni pentru sincronizarea cu FitRing.

Afișarea orei

Ora curentă va fi afișată și pe ecranul LCD al inelului inteligent.

Poți seta formatul orei la 12 ore (AM/PM) sau 24 ore direct din setările aplicației JRing.



Antrenament

În interfața aplicației „Antrenament” poți alege dintre diferite moduri de exercițiu:

- Mers pe jos
- Alergare
- Ciclism
- Drumetie
- Golf

Apasă butonul „Antrenament” pentru a începe monitorizarea:

- Distanței
- Vitezei
- Duratei exercițiului
- Ritmului cardiac

⚠ Pentru a utiliza această funcție, GPS-ul telefonului trebuie să fie activat.



Date privind activitatea fizică

Pe ecranul principal al aplicației sunt afișate date zilnice despre:

- Numărul de pași
- Distanța parcursă
- Durata activității
- Caloriile arse

De asemenea, poți accesa istoricul săptămânal sau lunar.

Somn

Pe ecranul principal al aplicației, selectează fila „Somn” pentru a vizualiza datele din noaptea precedentă, inclusiv:

- Durata totală a somnului
- Somnul ușor
- Somnul profund

Poți verifica datele și direct de pe inel, apăsând pe senzor până apare pictograma „SLEEP” pe ecranul LCD. Se va afișa durata somnului din noaptea precedentă.

Măsurarea se face automat între orele 20:00 și 12:00 a doua zi, iar datele se actualizează la fiecare 15 minute. De exemplu, dacă ai dormit 6 ore și 36 de minute, inelul va afișa 6 ore și 45 de minute.

🔋 Consumul mediu al bateriei pe timpul nopții este de aproximativ 10%.



Puls

Pe ecranul principal al aplicației, selectează fila „Puls” și apasă pe butonul de măsurare pentru a începe testul.

Lumina interioară a inelului va deveni verde, iar măsurarea va începe automat.

Poți începe măsurarea și direct de pe inel, apăsând pe senzor până apare pictograma inimii.

🕒 Măsurarea durează aproximativ 30–60 de secunde.



Saturația oxigenului din sânge (SPO2)

Pe ecranul principal al aplicației, selectează fila „Saturația oxigenului din sânge” și apasă pe butonul de măsurare pentru a începe testul.

Lumina interioară a inelului va deveni verde, iar măsurarea va începe automat.

Poți începe măsurarea și direct de pe inel, apăsând pe senzor până apare pictograma inimii cu textul „SPO2”.

🕒 Măsurarea durează aproximativ 30–60 de secunde.



Funcția Selfie de la distanță

Deschide „Camera de la distanță” în aplicația JRing și fă un gest cu mâna pentru a face o fotografie.

📷 Funcția de control de la distanță a camerei este disponibilă doar în aplicația JRing.

Control de la distanță al videoclipurilor scurte

Când conectezi telefonul la inel, asigură-te că Bluetooth-ul dispozitivului și aplicația JRing sunt activate.

Accesează ecranul dispozitivului și selectează opțiunea „Control videoclip scurt”.

Activează ambii comutatori din partea dreaptă a interfeței:

o Comutator 1: activează funcția

o Comutator 2: activează automat comutatorul 1 la fiecare conectare

Odată activați, poți:

o Apăsă de două ori pe inel timp de aproximativ 2 secunde pentru a trece la următorul videoclip

o Naviga printre paginile telefonului printr-o simplă mișcare

⚠️ Funcționează doar cu dispozitive iOS, asigură-te că opțiunea „AssistiveTouch” este activată în setările de accesibilitate.



Oprirea și pornirea ecranului LCD

Pentru a opri ecranul LCD al inelului, folosește senzorul tactil și navighează până la opțiunea „LCD OFF”.

Inelul va începe să lumineze în secvență: LCD, OFF, LCD, OFF, LCD, OFF.

Când începe să lumineze, ține senzorul apăsat timp de 3 secunde – ecranul LCD se va opri.

Pentru a-l reporni, ține senzorul apăsat timp de 3 secunde – ecranul se va activa automat.



Când bateria scade sub 20% și este detectată inactivitate, inelul se oprește automat pentru a economisi energie. Poate fi repornit prin plasarea în carcasa de încărcare.

⚠️ Urmărirea continuă chiar și cu ecranul oprit.

SERVICIU CLIENȚI

Site web: www.fitpaddy.com Email: customercare@fitpaddy.com

Producător: FITPADDY Srl, Via dell'Artigianato 16, 20835 Muggiò (MB), Italia

DOMENIUL DE UTILIZARE

FitRing este un inel inteligent conceput pentru monitorizarea activității fizice, somnului și parametrilor vitali. Combină tehnologia cu confortul, fiind ideal pentru sport, sănătate și monitorizare personală.

AVERTISMENTE DE SIGURANȚĂ

- Folosește corect inelul pentru a asigura confortul și precizia
- Nu este destinat utilizării medicale
- Evită expunerea la lichide, lovituri și temperaturi ridicate
- Nu este potrivit pentru copiii sub 10 ani fără supraveghere
- Atenție: nu demonta și nu modifica inelul

UTILIZARE

Inelul se pornește automat când este complet încărcat. Ecranul LCD poate fi oprit sau pornit din nou folosind senzorul tactil.

Conectare Bluetooth:

- Deschide aplicația JRing
- Activează Bluetooth-ul
- Selectează „FitRing”

Funcții principale:

- Monitorizare pași, somn, puls și SPO2
- Afișarea orei
- Control de la distanță pentru cameră și videoclipuri scurte

CONTROALE TACTILE

- Glisează degetul pentru a naviga între funcții
- Ține apăsat pentru a opri/pornit ecranul
- Atingere dublă pentru acțiuni rapide (ex: schimbare videoclip)

BATERIE ȘI ÎNCĂRCARE

- Avertisment de baterie descărcată pe ecran și în aplicație
- Încărcare wireless prin carcasă
- Lumină LED a inelului: roșu (se încarcă), verde (încărcat complet)
- Carcasa se încarcă prin cablu USB-C

DECLINAREA RESPONSABILITĂȚII

FITPADDY Srl nu este responsabil pentru daune cauzate de:

- Utilizarea incorectă sau contrară instrucțiunilor
- Expunerea la condiții extreme de mediu
- Incompatibilitatea cu dispozitive neacceptate

ATENȚIONARE

- Evită utilizarea în situații periculoase (ex: în timpul condusului)
- Curăță regulat cu materiale moi
- Nu aplica forță sau presiune excesivă

ÎNTREȚINERE ȘI ÎNGRIJIRE

- Curăță cu o cârpă moale și uscată
- Depozitează într-un loc uscat, departe de surse de căldură
- Nu folosi solvenți sau materiale abrazive pentru curățare

ELIMINAREA DEȘEURILOR

Elimină inelul și carcasa conform reglementărilor locale privind deșeurile electronice. Nu le arunca în gunoiul menajer.

SQ - Aktivizimi dhe karikimi i unazës

Para përdorimit të parë, unaza duhet të karikohet plotësisht për të siguruar aktivizimin e duhur. Nëse aplikacioni është rivendosur në cilësimet e fabrikës, procesi i karikimit dhe aktivizimit duhet të përsëritet.

Unaza karikohet pa tela duke përdorur bazën e saj të brendshme të karikimit. Kur unaza vendoset siç duhet në stacion, LED-i në unazë ndizet me të kuqe gjatë karikimit dhe bëhet i gjelbër kur karikimi përfundon.

Koha e karikimit të unazës është afërsisht 45–60 minuta, në varësi të temperaturës. Baza e karikimit karikohet për rreth 30–45 minuta dhe mundëson 10–12 cikle të plota karikimi për unazën.

Gjendja e karikimit mund të kontrollohet në aplikacionin JRing në ekranin kryesor të pajisjes ose drejtpërdrejt në ekranin LCD të unazës. Kutia FitRing pulson e kuqe gjatë karikimit. Kur karikimi përfundon ose kur kabli shkëputet, LED-i bëhet i gjelbër dhe fiket pas disa sekondash.



Paralajmërime të rëndësishme

Funksionet e unazës nuk janë të destinuara për diagnostikimin, trajtimin ose parandalimin e sëmundjeve apo gjendjeve mjekësore. Informacioni dhe të dhënat e disponueshme përmes unazës janë vetëm për qëllime informative dhe nuk mund të zëvendësojnë kujdesin profesional mjekësor. Nëse keni ndonjë dyshim, konsultohuni me një specialist të kujdesit shëndetësor.

Përdorimi i saktë i unazës

Për të siguruar matje të sakta, sensori i rrahjeve të zemrës duhet të vendoset siç duhet – në majë të gishtit.

Rekomandohet që unaza të vishet në gishtin tregues të dorës së majtë, për këto arsye:

- Lexime më të sakta të sensorit
- Mundësi më e vogël për të aktivizuar pa dashje ekranin duke prekur gishta të tjerë
- Kohëzgjatje më e madhe e baterisë
- Përdorim më i lehtë i ekranit me prekje me ndihmën e gishtit të madh



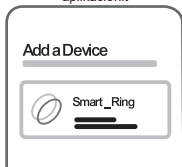
Rekomandohet që unaza të vishet në gishtin tregues

Cilësimet e aplikacionit

Shkoni kodin QR për instalimin e aplikacionit



Çaktivizo lidhjen midis unazës dhe aplikacionit



JRING

JRing – Lidhja e unazës

1. Hapni aplikacionin JRing
2. Krijoni një llogari dhe identifikohuni
3. Pas hyrjes, filloni kërkimin e pajisjeve
4. Zgjidhni emrin Bluetooth nga lista: "FitRing"
5. Shtypni butonin "Shto pajisjen"
6. Kur lidhja të jetë vendosur, do të shfaqen informacionet për unazën

⚠️ Gjuha e aplikacionit vendoset automatikisht sipas cilësimeve të gjuhës së telefonit.

Cilësimet personale

Në ndërfaqen për të dhënat personale mund të fusni informacionet tuaja dhe të personalizoni:

- Qëllimin ditor të hapave
- Njësitë matëse (sistemi metrik ose imperial)
- Parametra të tjerë që lidhen me aktivitetin fizik

Nëse përdorni një pajisje Apple, do të shfaqet edhe opsioni "Apple Health" me

udhëzime për sinkronizimin me FitRing.

Shfaqja e orës

Ora aktuale do të shfaqet edhe në ekranin LCD të unazës inteligjente.

Mund të vendosni formatin e orës në 12 orë (AM/PM) ose 24 orë direkt nga cilësimet e aplikacionit JRing.



Stërvitja

Në ndërfaqen e aplikacionit "Stërvitje" mund të zgjidhni ndërmjet mënyrave të ndryshme të ushtrimeve:

- Ecje
- Vrapim
- Çiklizëm
- Hiking
- Golf

Shtypni butonin "Stërvitje" për të filluar monitorimin e:

- Distancës
- Shpejtësisë
- Kohëzgjatjes së ushtrimit
- Rrahjeve të zemrës



⚠ Për të përdorur këtë funksion, GPS-i i telefonit duhet të jetë i aktivizuar.

Të dhënat e aktivitetit fizik

Në ekranin kryesor të aplikacionit shfaqen të dhëna ditore si:

- Numri i hapave
- Distanca e përshkuar
- Kohëzgjatja e aktivitetit
- Kaloritë e djegura

Gjithashtu, mund të qasni historikun javor ose mujor.

Gjumi

Në ekranin kryesor të aplikacionit, zgjidhni skedën "Gjumi" për të parë të dhënat nga nata e kaluar, përfshirë:

- Kohëzgjatjen totale të gjumit
- Gjumin e lehtë
- Gjumin e thellë

Të dhënat mund të kontrollohen edhe direkt nga unaza, duke shtypur sensorin derisa të shfaqet ikona "SLEEP" në ekranin LCD. Do të shfaqet kohëzgjatja e gjumit nga nata e kaluar.

Matja bëhet automatikisht nga ora 20:00 deri në 12:00 të ditës tjetër dhe të dhënat përditësohen çdo 15 minuta. Për shembull, nëse ke fjetur 6 orë e 36 minuta, unaza do të shfaqë 6 orë e 45 minuta.

🔋 Konsumi mesatar i baterisë gjatë natës është rreth 10%.



Rrahjet e zemrës

Në ekranin kryesor të aplikacionit, zgjidhni skedën "Puls" dhe shtypni butonin për matje për të filluar testin.

Drita e brendshme e unazës do të bëhet e gjelbër dhe matja do të fillojë automatikisht.

Matjen mund ta filloni gjithashtu direkt nga unaza, duke shtypur sensorin **derisa të shfaqet ikona e zemrës**.

🕒 Matja zgjat afërsisht 30–60 sekonda.



Ngopja me oksigjen në gjak (SPO2)

Në ekranin kryesor të aplikacionit, zgjidhni skedën "Saturația oxigenului din sânge" dhe shtypni butonin për matje për të filluar testin.

Drita e brendshme e unazës do të bëhet e gjelbër dhe matja do të fillojë automatikisht.

Matjen mund ta filloni gjithashtu direkt nga unaza, duke shtypur sensorin derisa të shfaqet ikona e zemrës me tekstin "SPO2".

🕒 Matja zgjat afërsisht 30–60 sekonda.



Funksioni Selfie nga distanca

Hapni "Kamera nga distanca" në aplikacionin JRing dhe bëni një gjest me dorë për të bërë një foto.

📷 Funksioni për kontrollin e kamerës nga distanca është i disponueshëm vetëm në aplikacionin JRing.

Kontrolli nga distanca për videot e shkurtra

Kur lidhni telefonin me unazën, sigurohuni që Bluetooth-i i pajisjes dhe aplikacioni JRing janë të aktivizuara.

Qasuni ekranit të pajisjes dhe zgjidhni opsionin "Kontroll për video të shkurtra".

Aktivizoni të dy ndërruesit në anën e djathtë të ndërfaqes:

- Ndërruesi 1: aktivizon funksionin
- Ndërruesi 2: aktivizon automatikisht Ndërruesin 1 sa herë që lidhet pajisja

Pasi të jenë aktivizuar, mund të:

- Shtypni dy herë mbi unazë për rreth 2 sekonda për të kaluar në videon tjetër
- Lëvizni ndërfaqet e telefonit me një gjest të thjeshtë

⚠️ Funksionon vetëm me pajisje iOS, sigurohuni që opsioni "AssistiveTouch" është aktivizuar në cilësimet e aksesueshmërisë.



Fikja dhe ndezja e ekranit LCD

Për të fikur ekranin LCD të unazës, përdorni sensorin me prekje dhe navigoni te opsioni "LCD OFF".

Unaza do të fillojë të ndriçojë me radhë: LCD, OFF, LCD, OFF, LCD, OFF.

Kur të fillojë ndriçimi, mbani shtypur sensorin për 3 sekonda – ekrani LCD do të fiket.

Për ta ndezur përsëri, mbani sensorin të shtypur për 3 sekonda – ekrani do të ndizet automatikisht.



Kur bateria bie nën 20% dhe zbulohet mosaktivitet, unaza fiket automatikisht për të kursyer energji. Mund të ndizet përsëri duke e vendosur në kutinë e karikimit.

⚠️ Gjurmimi vazhdon edhe kur ekrani është i fikur.

SHËRBIMI NDAJ KLIENIT

Faqja zyrtare: www.fitpaddy.com

Email: customercare@fitpaddy.com

Prodhuesi: FITPADDY Srl, Via dell'Artigianato 16, 20835 Muggiò (MB), Itali

FUSHA E PËRDORIMIT

FitRing është një unazë inteligjente e krijuar për monitorimin e aktivitetit fizik, gjumit dhe parametrave jetësorë. Ajo kombinon teknologjinë me rehati, duke qenë ideale për sport, shëndet dhe monitorim personal.

PARALAJMËRIME PËR SIGURINË

- Përdorni unazën në mënyrë korrekte për të siguruar rehatinë dhe saktësinë
- Nuk është e destinuar për përdorim mjekësor
- Shmangni ekspozimin ndaj lëngjeve, goditjeve dhe temperaturave të larta
- Nuk është e përshtatshme për fëmijët nën 10 vjeç pa mbikëqyrje
- Kujdes: mos e çmontoni dhe mos e modifikoni unazën

PËRDORIMI

Unaza ndizet automatikisht kur është plotësisht e karikuar. Ekran LCD mund të fiket ose të ndizet përsëri duke përdorur sensorin me prekje.

Lidhja përmes Bluetooth:

- Hapni aplikacionin JRing
- Aktivizoni Bluetooth-in
- Zgjidhni "FitRing"

Funksionet kryesore:

- Monitorimi i hapave, gjumit, rrahjeve të zemrës dhe SPO2
- Shfaqja e orës
- Kontroll i kamerës dhe videove të shkurtra nga distanca

KONTROLLET ME PREKJE

- Rrëshqitni gishtin për të naviguar mes funksioneve
- Mbani të shtypur për të ndezur/fikur ekranin
- Dy trokitje për veprime të shpejta (p.sh. ndërrimi i videove)

BATERIA DHE KARIKIMI

- Paralajmërim për bateri të ulët në ekran dhe në aplikacion
- Karikim pa tela përmes kutisë së karikimit
- Drita LED e unazës: e kuqe (duke u karikuar), jeshile (karikim i plotë)
- Kutia e karikimit ngarkohet përmes kabllot USB-C

MOHIMI I PËRGJEGJËSISË

FITPADDY Srl nuk mban përgjegjësi për dëmet e shkaktuara nga:

- Përdorimi i pasaktë ose në kundërshtim me udhëzimet
- Ekspozimi ndaj kushteve ekstreme mjedisore
- Pajisje të papajtueshme ose jo të mbështetura

KUJDES

- Shmangni përdorimin në situata të rrezikshme (p.sh. gjatë drejtimit të mjetit)
- Pastroni rregullisht me materiale të buta
- Mos ushtroni forcë ose presion të tepërt

MIRËMBAJTJE DHE KUJDES

- Pastroni me një leckë të butë dhe të thatë
- Ruajeni në një vend të thatë, larg burimeve të nxehtësisë
- Mos përdorni tretës kimikë ose materiale gërryese për pastrim

HEQJA E MBETJEVE

Eliminoheni unazën dhe kutinë e saj sipas rregullave lokale për mbetjet elektronike. Mos i hidhni në plehrat e zakonshme.

LT - Žiedo aktyvavimas ir įkrovimas

Prieš pirmąjį naudojimą žiedą būtina visiškai įkrauti, kad būtų užtikrintas tinkamas aktyvavimas. Jei programa buvo atstatyta į gamyklinius nustatymus, įkrovimo ir aktyvavimo procesą reikia pakartoti.

Žiedas įkraunamas belaidžiu būdu naudojant vidinę įkrovimo stotelę. Kai žiedas yra teisingai padėtas ant stotelės, žiedo LED lemputė įsijungia raudonai įkrovimo metu ir tampa žalia, kai įkrovimas baigtas.

Įkrovimo trukmė yra maždaug 45–60 minučių, priklausomai nuo temperatūros. Įkrovimo stotelę įkraunama per maždaug 30–45 minutes ir leidžia 10–12 pilnų žiedo įkrovimo ciklų.

Įkrovimo būseną galima patikrinti JRing programėlėje pagrindiniame įrenginio ekrane arba tiesiogiai žiedo LCD ekrane. FitRing dėžutė mirksi raudonai įkrovimo metu. Kai įkrovimas baigtas arba kai laidas atjungiamas, LED lemputė tampa žalia ir po kelių sekundžių išsijungia.



Svarbūs įspėjimai

Žiedo funkcijos nėra skirtos ligų ar medicininių būklių diagnostikai, gydymui ar prevencijai. Informacija ir duomenys, pateikiami per žiedą, yra tik informacinio pobūdžio ir nepakeičia profesionalios medicininės priežiūros. Jei kyla abejonių, pasitarkite su sveikatos priežiūros specialistu.

Teisingas žiedo naudojimas

Norint užtikrinti tikslius matavimus, širdies ritmo jutiklis turi būti tinkamai padėtas – ant piršto galiuko.

Rekomenduojama dėvėti žiedą ant kairės rankos rodomojo piršto dėl šių priežasčių:

- Tikslesnį jutiklio rodmenys
- Mažesnę tikimybę netyčia įjungti ekraną liečiant kitus pirštus
- Ilgesnę baterijos veikimo trukmę
- Patogesnis lietimui jautraus ekrano naudojimas naudojantis nykščiu



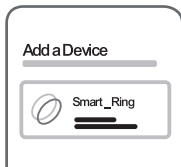
Rekomenduojama žiedą dėvėti ant rodomojo piršto.

Programėlės nustatymai

Nuskenaukite QR kodą programėlės įdiegimui



Išjunkite ryšį tarp žiedo ir programėlės



JRING

JRing – Žiedo prijungimas (lietuvių kalba):

1. Atidarykite JRing programėlę
2. Susikurkite paskyrą ir prisijunkite
3. Prisijungę pradėkite ieškoti įrenginių
4. Pasirinkite „FitRing“ iš Bluetooth sąrašo
5. Paspauskite mygtuką „Pridėti įrenginį“
6. Kai ryšys bus užmegztas, pasirodys žiedo informacija

⚠ Programėlės kalba nustatoma automatiškai pagal telefono kalbos nustatymus.

Personišgie iestatījumi

Personišgo datu saskarnē varat ievadīt savu informāciju un pielāgot:

- Ikdienas soļu mērķi
- Mērīšanas vienības (metrisko vai imperiālo sistēmu)
- Citādus fiziskās aktivitātes parametrus

Ja izmantojat Apple ierīci, redzēsiet arī opciju „Apple Health“ ar sinhronizācijas norādījumiem ar „FitRing“.

Laika attēlošana

Pašreizējais laiks tiek attēlots arī viedā gredzena LCD ekrānā.

Varat iestatīt 12 stundu (AM/PM) vai 24 stundu formātu tieši no JRing lietotnes iestatījumiem.



Treniņš

JRing lietotnes „Treniņš” saskarnē varat izvēlēties dažādus vingrošanas režīmus:

- Pastaiga
- Skrejceļš
- Riteņbraukšana
- Pārgājieni
- Golfs

Noklikšķiniet uz pogas „Treniņš”, lai sāktu sekot:

- Attālumam
- Ātrumam
- Treņa ilgumam
- Sirdsdarbības ātrumam

⚠ Lai izmantotu šo funkciju, nepieciešams ieslēgt telefona GPS.



Fiziskās aktivitātes dati

Galvenajā lietotnes ekrānā tiek attēloti ikdienas dati:

- Soļu skaits
- Pārgājis attālums
- Aktivitātes ilgums
- Sadedzinātās kalorijas

Varat arī apskatīt nedēļas vai mēneša vēsturi.

Miegš

Galvenajā lietotnes ekrānā izvēlieties cilni „Miegš”, lai apskatītu iepriekšējās nakts datus:

- Kopējais miega ilgums
- Viegls miegs
- Dziļais miegs

Datus var pārbaudīt arī tieši no gredzena, nospiežot sensoru, līdz LCD ekrānā parādās ikona „SLEEP”. Tiks attēlots iepriekšējās nakts miega ilgums.

Mērījums tiek veikts automātiski no 20:00 līdz 12:00 nākamajā dienā, un dati tiek atjaunināti katras 15 minūtes laikā. Piemēram, ja gulējat 6 stundas un 36 minūtes, gredzens parādīs 6 stundas un 45 minūtes.

🔋 Vidējais baterijas patēriņš naktī ir aptuveni 10 %.



Sirdsdarbība

Galvenajā lietotnes ekrānā izvēlieties cilni „Pulses” un nospiediet mērījuma pogu, lai uzsāktu testu.

Gredzena iekšējā gaismā kļūs zaļa, un mērījums sāksies automātiski.

Mērījumu var uzsākt arī tieši no gredzena, nospiežot sensoru, līdz parādās sirds ikona.

🕒 Mērījums ilgst apmēram 30–60 sekundes.



Skābekļa piesātinājums asinīs (SPO2)

Galvenajā lietotnes ekrānā izvēlieties „Asins skābekļa piesātinājums” un nospiediet mērījuma pogu.

Gredzena iekšējā gaismā kļūs zaļa, mērījums sāksies automātiski.

Mērījumu var uzsākt arī tieši no gredzena, nospiežot sensoru, līdz parādās sirds ikona ar tekstu „SPO2”.

🕒 Mērījums ilgst apmēram 30–60 sekundes.



Attālinātā Selfie funkcija

Atveriet „Attālināto kameru” JRing lietotnē un veiciet žestu ar roku, lai nofotografētu.

📷 Attālinātā kameras vadība ir pieejama tikai caur JRing lietotni.

Īso video attālinātā vadība

Pievienojot tālruni gredzenam, pārliecinieties, ka Bluetooth un JRing lietotne ir aktīvi.

Pieklūstiet ierīces ekrānam un izvēlieties „Īso video vadība”.

Ieslēdziet abus slēdžus labajā saskarnes pusē:

- Slēdzis 1: aktivizē funkciju
- Slēdzis 2: automātiski aktivizē slēdzi 1 katru reizi, kad ierīce tiek savienota

Kad funkcija ir aktivizēta, varat:

- Divreiz noklikšķināt uz gredzena apmēram 2 sekundes, lai pārietu uz nākamo video
- Pārvietoties starp telefona ekrāniem ar vienkāršu žestu

⚠️ Veikia tik su „iOS” ierīcēs, ka opcija „AssistiveTouch” ir ieslēgta piekļuves iestatījumos.



LCD ekrāna izslēgšana un ieslēgšana

Lai izslēgtu LCD ekrānu, izmantojiet sensoru un izvēlieties opciju „LCD OFF”.

Gredzens mirgos secībā: LCD, OFF, LCD, OFF, LCD, OFF.

Kad gredzens sāk mirgot, turiet sensoru nospiestu 3 sekundes – LCD ekrāns izslēgsies.

Lai to atkal ieslēgtu, turiet sensoru nospiestu 3 sekundes – ekrāns automātiski ieslēgsies.



Kai baterija nukrenta zemāku 20 % ir aptinkamas neaktīvumas, žiedas automātiškai išsijungia taupant energiją. Jį galima vėl įjungti įdėjus į įkrovimo dėklą.

⚠️ Sekimas tęsiasi net kai ekranas išjungtas.

KLIENTŲ APTARNAVIMAS

Oficiali svetainė: www.fitpaddy.com

El. paštas: customercare@fitpaddy.com

Gamintojas: FITPADDY Srl, Via dell'Artigianato 16, 20835 Muggiò (MB), Italija

NAUDOJIMO SRITIS

„FitRing“ – tai išmanusis žiedas, sukurtas fizinio aktyvumo, miego ir gyvybinių rodiklių stebėjimui. Jis derina technologiją ir patogumą, todėl yra idealus sportui, sveikatai ir asmeniniam stebėjimui.

SAUGOS ĮSPĖJIMAI

- Naudokite žiedą tinkamai, kad užtikrintumėte komfortą ir tikslumą
- Neskirtas medicininiam naudojimui
- Venkite kontakto su skysčiais, smūgiais ir aukšta temperatūra
- Netinka vaikams iki 10 metų be suaugusiųjų priežiūros
- Įspėjimas: nardykite ir nemodifikuokite žiedo

NAUDOJIMAS

Žiedas įsijungia automatiškai, kai yra visiškai įkrautas. LCD ekraną galima išjungti arba vėl įjungti naudojant lietimo jutiklį.

Prisijungimas per „Bluetooth“:

- Atidarykite JRing programėlę
- Įjunkite „Bluetooth“
- Pasirinkite „FitRing“

Pagrindinės funkcijos:

- Žingsnių, miego, širdies ritmo ir SPO2 stebėjimas
- Laiko rodymas
- Nuotolinis kameros ir trumpųjų vaizdo įrašų valdymas

LIETIMO VALDIKLIAI

- Perbraukite pirštu, kad naršytumėte tarp funkcijų
- Laikykite nuspausta, kad įjungtumėte/išjungtumėte ekraną
- Dukart bakstelėkite, kad atliktumėte greitus veiksmus (pvz., perjungti vaizdo įrašus)

BATERIJA IR ĮKROVIMAS

- Įspėjimas apie mažą baterijos lygį rodomas ekrane ir programėlėje
- Belaidis įkrovimas per įkrovimo dėžutę
- Žiedo LED šviesa: raudona (kraunasi), žalia (visiškai įkrauta)
- Įkrovimo dėžutė kraunama per USB-C laidą

ATSAKOMYBĖS APRIBOJIMAS

FITPADDY Srl neatsako už žalą, atsiradusią dėl:

- Netinkamo naudojimo ar naudojimo, prieštaraujančio instrukcijoms
- Ekstremalių aplinkos sąlygų poveikio
- Nesuderinamų ar nepalaikomų įrenginių naudojimo

ATSARGUMO PRIEMONĖS

- Venkite naudoti pavojingose situacijose (pvz., vairuojant)
- Reguliariai valykite švelniais medžiagomis
- Nepritaikykite per didelės jėgos ar spaudimo

PRIEŽIŪRA IR VALYMAS

- Valykite minkšta ir sausa šluoste
- Laikykite sausoje vietoje, toliau nuo karščio šaltinių
- Nenaudokite cheminių tirpiklių ar abrazyvinių medžiagų valymui

ATLIEKŲ ŠALINIMAS

Šalinkite žiedą ir jo dėžutę pagal vietinius elektroninių atliekų tvarkymo reikalavimus. Nemeskite į įprastas buitines atliekas.

LV - Gredzena aktivizēšana un uzlāde

Pirms pirmās lietošanas reizes gredzenu ir pilnībā jākopē, lai nodrošinātu pareizu aktivizēšanu. Ja programma tika atjaunota uz rūpnīcas iestatījumiem, uzlādes un aktivizēšanas procesu ir jāatkārto.

Gredzenu uzlādē bezvadu veidā, izmantojot iekšējo uzlādes staciju. Kad gredzens ir pareizi novietots uz stacijas, gredzena LED gaismas iedegas sarkanā krāsā uzlādes laikā un kļūst zaļa, kad uzlāde ir pabeigta.

Uzlādes laiks ir aptuveni 45–60 minūtes atkarībā no temperatūras. Uzlādes stacija tiek uzlādēta aptuveni 30–45 minūtes un nodrošina 10–12 pilnas gredzena uzlādes ciklus.

Uzlādes stāvokli var pārbaudīt JRing lietotnē ierīces galvenajā ekrānā vai tieši gredzena LCD ekrānā. FitRing kastīte mirgo sarkani uzlādes laikā. Kad uzlāde ir pabeigta vai kad kabelis tiek atvienots, LED gaismas kļūst zaļa un pēc dažām sekundēm izslēdzas.



Svarīgi brīdinājumi

Gredzena funkcijas nav paredzētas slimību vai medicīnisko stāvokļu diagnostikai, ārstēšanai vai profilaksei. Informācija un dati, kas tiek iegūti, izmantojot gredzenu, ir tikai informatīvi un nevar aizstāt profesionālu medicīnisko aprūpi. Ja rodas šaubas, konsultējieties ar veselības aprūpes speciālistu.

Pareiza gredzena lietošana

Lai nodrošinātu precīzus mērījumus, sirdsdarbības sensora novietojumam jābūt pareizam – uz pirksta galiņa.

Ieteicams valkāt gredzenu uz kreisās rokas rādītājpirksta, ņemot vērā šādus iemeslus:

- Precīzāki sensora mērījumi
- Mazāka iespēja nejauši aktivizēt ekrānu, pieskaroties citiem pirkstiem
- Ilgāks akumulatora darbības laiks
- Viegla skārienjutīga ekrāna izmantošana, izmantojot īkšķi



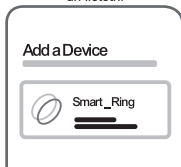
Ieteicams valkāt gredzenu uz rādītājpirksta.

Programmas iestatījumi

Noskenējiet QR kodu, lai instalētu lietotni



Izslēdziet savienojumu starp gredzenu un lietotni



JRING

JRing – Žiedo prijungimas (lietuvių kalba):

1. Atidarykite JRing programėlę
2. Susikurkite paskyrą ir prisijunkite
3. Prisijungę pradėkite ieškoti įrenginių
4. Pasirinkite „FitRing“ iš Bluetooth sąrašo
5. Paspauskite mygtuką „Pridėti įrenginį“
6. Kai ryšys bus užmegztas, pasirodys žiedo informacija

⚠ Programėlės kalba nustatoma automatiškai pagal telefono kalbos nustatymus.

Nustatymai ir funkcijos – lietuvių kalba

Asmeniniai nustatymai

Asmeninių duomenų sąsajoje galite įvesti savo informaciją ir suasmeninti:

- Dienos žingsnių tikslą
- Matavimo vienetus (metrinę arba imperinę sistemą)
- Kitus fizinio aktyvumo parametrus

Jei naudojate „Apple“ įrenginį, matysite ir parinktį „Apple Health“ su sinchronizavimo instrukcijomis su „FitRing“.

Laiko rodymas

Einamasis laikas rodomas ir išmaniojo žiedo LCD ekrane.

Galite nustatyti 12 val. (AM/PM) arba 24 val. formatą tiesiogiai iš JRing programėlės nustatymų.



Treniruotė

Programėlės „Treniruotė“ sąsajoje galite pasirinkti įvairius mankštos režimus:

- Vaikščiojimas
- Bėgimas
- Važiavimas dviračiu
- Žygiai
- Golfas

Paspauskite mygtuką „Treniruotė“ norėdami pradėti stebėti:

- Atstumą
- Greitį
- Treniruotės trukmę
- Širdies ritmą

⚠ Norint naudotis šia funkcija, reikia įjungti telefono GPS.



Fizinio aktyvumo duomenys

Programėlės pagrindiniame ekrane rodomi dienos duomenys:

- Žingsnių skaičius
- Įveiktas atstumas
- Aktyvumo trukmė
- Sudegintos kalorijos

Taip pat galima peržiūrėti savaitės ar mėnesio istoriją.

Miegas

Pagrindiniame programėlės ekrane pasirinkite skirtuką „Miegas“, kad peržiūrėtumėte praėjusios nakties duomenis:

- Bendra miego trukmė
- Lengvas miegas
- Gilus miegas

Duomenis galite patikrinti ir tiesiogiai iš žiedo, laikydami sensorinį mygtuką, kol LCD ekrane pasirodys „SLEEP“ piktograma. Bus rodoma praėjusios nakties miego trukmė.

Matavimas vyksta automatiškai nuo 20:00 iki kitos dienos 12:00, o duomenys atnaujinami kas 15 minučių. Pavyzdžiui, jei miegojote 6 val. ir 36 min., žiedas rodytų 6 val. ir 45 min.

📊 Nakties metu vidutinis baterijos sunaudojimas – apie 10 %.



Širdies ritmas

Pagrindiniame programėlės ekrane pasirinkite skirtuką „Pulsas“ ir paspauskite matavimo mygtuką, kad pradėtumėte testą.

Žiedo vidinė šviesa taps žalia, o matavimas prasidės automatiškai.

Matavimą taip pat galima pradėti tiesiogiai iš žiedo, laikant sensorinį mygtuką, kol pasirodys širdelės piktograma.

 Matavimas trunka apie 30–60 sekundžių.




Kraujo prisotinimas deguonimi (SPO2)

Pagrindiniame programėlės ekrane pasirinkite „Kraujo deguonies prisotinimas“ ir paspauskite matavimo mygtuką.

Žiedo vidinė šviesa taps žalia, matavimas prasidės automatiškai.


Taip pat galima matuoti tiesiogiai iš žiedo, laikant sensorinį mygtuką, kol pasirodys širdies piktograma su tekstu „SPO2“.

 Matavimas trunka apie 30–60 sekundžių.



Nuotolinė asmenukė

Atidarykite „Nuotolinę kamerą“ JRing programėlėje ir atlikite gestą ranka, kad padarytumėte nuotrauką.

 Nuotolinis kameros valdymas galimas tik per JRing programėlę.

Trumpųjų vaizdo įrašų nuotolinis valdymas

Prijungę telefoną prie žiedo, įsitikinkite, kad „Bluetooth“ ir JRing programėlė yra aktyvūs.


Eikite į įrenginio ekraną ir pasirinkite „Trumpųjų vaizdo įrašų valdymas“.

Ijunkite abu jungiklius dešinėje sąsajos pusėje:

- Jungiklis 1: įjungia funkciją
- Jungiklis 2: automatiškai įjungia jungiklį 1 kiekvieną kartą prisijungus

Kai aktyvuoti, galite:

- Dukart spustelėti žiedą apie 2 sek., kad pereitumėte prie kito vaizdo įrašo
- Naršyti telefono puslapius paprastu judesiu

 Darbojas tikai ar iOS ierščēm, kad „AssistiveTouch“ funkcija įjungta prieinamumo nustatymuose.



LCD ekrano išjungimas ir įjungimas

Norėdami išjungti LCD ekraną, naudokite jutiklinį sensorinį mygtuką ir eikite į parinktį „LCD OFF“.

Žiedas mirksės tokia seka: LCD, OFF, LCD, OFF, LCD, OFF.

Kai žiedas pradeda šviesti, laikykite sensorinį mygtuką nuspaustą 3 sekundes – LCD ekranas išsijungs.

Norėdami vėl įjungti, laikykite sensorinį mygtuką nuspaustą 3 sekundes – ekranas automatiškai įsijungs.



Kad akumulatora līmenis nokrīt zem 20% un tiek konstatēta neaktivitāte, gredzens automātiski izslēdzas, lai taupītu enerģiju. To var ieslēgt no jauna, ievietojot uzlādes ietvarā.

 Izsekošana turpinās arī tad, kad ekrāns ir izslēgts.

KLIENTU APKALPOŠANA

Oficiālā mājas lapa: www.fitpaddy.com E-pasts: customercare@fitpaddy.com

Ražotājs: FITPADDY Srl, Via dell'Artigianato 16, 20835 Muggiò (MB), Itālija

LIETOŠANAS JOMA

„FitRing“ ir viedgredzens, kas paredzēts fiziskās aktivitātes, miega un dzīvotspējas rādītāju uzraudzībai. Tas apvieno tehnoloģijas un ērtības, padarot to ideāli piemērotu sportam, veselībai un personīgajam uzraudzībai.

DROŠĪBAS BRĪDINĀJUMI

- Lietojiet gredzenu pareizi, lai nodrošinātu komfortu un precizitāti
- Nav paredzēts medicīniskiem mērķiem
- Izvairieties no kontakta ar šķidrumiem, triecieniem un augstām temperatūrām
- Nav piemērots bērniem līdz 10 gadu vecumam bez pieaugušu uzraudzības
- Brīdinājums: neatveriet un nemodificējiet gredzenu

LIETOŠANA

Gredzens automātiski ieslēdzas, kad tas ir pilnībā uzlādēts. LCD ekrānu var izslēgt vai ieslēgt, izmantojot skārienjūtīgo sensora pogu.

Savienošana caur „Bluetooth“:

- Atveriet JRing lietotni
- Ieslēdziet „Bluetooth“
- Izvēlieties „FitRing“

GALVENĀS FUNKCIJAS:

- Soļu, miega, sirdsdarbības un SPO2 uzraudzība
- Laika attēlošana
- Kameras un īso video ierakstu attālināta vadība

SKĀRIENJUTĪGIE KONTROĻAS POGAS

- Pārvelciet ar pirkstu, lai pārvietotos starp funkcijām
- Turiet nospiestu, lai ieslēgtu/izslēgtu ekrānu
- Divreiz piesitiet, lai veiktu ātras darbības (piemēram, mainīt video)

AKUMULATORS UN UZLĀDE

- Brīdinājums par zemu akumulatora līmeni tiek parādīts ekrānā un lietotnē
- Bezvadu uzlāde caur uzlādes kastīti
- Gredzena LED gaismas: sarkana (uzlāde), zaļa (pilnībā uzlādēts)
- Uzlādes kastīte tiek uzlādēta caur USB-C vadu

ATBILDĪBAS IEROBEŽOJUMS

FITPADDY Srl neuzņemas atbildību par bojājumiem, kas radušies:

- Nepareizas lietošanas vai instrukcijām pretējiem lietojumiem
- Ekstremālu vides apstākļu ietekmes rezultātā
- Nesaderīgu vai neatbalstītu ierīču izmantošanas dēļ

PĀRBAUDES PASĀKUMI

- Izvairieties no lietošanas bīstamās situācijās (piemēram, braucot)
- Regulāri tīriet ar maigiem materiāliem
- Nelietojiet pārmērīgu spēku vai spiedienu

APKOPES UN TĪRĪŠANA

- Tīriet ar mīkstu, sausu drānu
- Uzglabājiet sausā vietā, prom no siltuma avotiem
- Nelietojiet ķīmiskos šķīdinātājus vai abrazīvas vielas tīrīšanai

ATKRITUMU UZGLABĀŠANA

Izmetiet gredzenu un tā kastīti saskaņā ar vietējiem elektronisko atkritumu pārvaldības noteikumiem. Nemest parastajos mājaisaimniecības atkritumos.

ET - Gredzena aktiveerimine ja laadimine

Enne esmakordset kasutamist tuleb sõrmus täielikult laadida, et tagada korrektne aktiveerimine. Kui rakendus on lähtestatud tehase seadetele, tuleb laadimis- ja aktiveerimisprotsess uuesti läbi viia.

Sõrmust laetakse juhtmevabalt, kasutades sisemist laadimisalust. Kui sõrmus on alusele õigesti asetatud, süttib sõrmuse LED-tuli laadimise ajal punaselt ja muutub roheliseks, kui laadimine on lõppenud.

Laadimisaeg on ligikaudu 45–60 minutit, sõltuvalt temperatuurist. Laadimisalus laeb end umbes 30–45 minutiga ja võimaldab 10–12 täistsükli laadimist.

Laadimisolekut saab kontrollida JRing rakenduse seadme põhiekraanilt või otse sõrmuse LCD-ekraanilt. FitRingi karp vilgub laadimise ajal punaselt. Kui laadimine on lõpetatud või kaabel eemaldatakse, muutub LED-tuli roheliseks ja lülitub mõne sekundi pärast välja.



Olulised hoiatused

Sõrmuse funktsioonid ei ole ette nähtud haiguste või meditsiiniliste seisundite diagnoosimiseks, raviks ega ennetamiseks. Sõrmuse kaudu kogutav teave ja andmed on ainult informatiivsed ning ei asenda professionaalset arstiabi. Kahtluse korral konsulteerige tervishoiutöötajaga.

Sõrmuse korrektne kasutamine

Täpse mõõtmise tagamiseks peab pulsiandur paiknema õigesti – sõrme otsal. Soovitav on kanda sõrmust vasaku käe nimetissõrmel järgmistel põhjustel:

- Täpsemad andurid
- Väiksem tõenäosus ekraani kogemata aktiveerimiseks teiste sõrmedega
- Pikem aku tööiga
- Mugavam puutekraani kasutamine pöidlaga



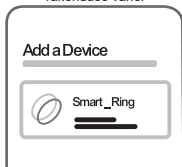
Soovitav on kanda sõrmust nimetissõrmel.

Rakenduse seaded

Skaneeri QR-kood rakenduse
installimiseks



Lülita välja ühendus sõrmuse ja
rakenduse vahel



JRING

JRing – Sõrmuse ühendamine (eesti keeles):

1. Avage JRing rakendus
2. Loo konto ja logi sisse
3. Pärast sisselogimist alusta seadmete otsingut
4. Vali Bluetoothi loendist „FitRing“
5. Vajuta nuppu „Lisa seade“
6. Kui ühendus on loodud, kuvatakse sõrmuse info

⚠ Rakenduse keel määratakse automaatselt vastavalt telefoni keelesätetele.

Isiklikud seaded

Isikuandmete liideses saate sisestada oma andmed ja kohandada:

- Igapäevast sammude eesmärki
- Mõõtühikuid (meetermõõdustik või inglise süsteem)
- Teisi kehalise aktiivsuse parameetreid

Kui kasutate Apple'i seadet, näete ka valikut „Apple Health“ koos sünkroonimise juhistega „FitRing“-iga.

Kellaaja kuvamine

Praegune kellaeg kuvatakse nutika sõrmuse LCD-ekraanil.

Saate määrata 12 tunni (AM/PM) või 24 tunni formaadi otse JRing rakenduse seadetes.



Treening

Rakenduse „Treening“ liideses saate valida erinevaid treeningurežiime:

- Kõndimine
- Jooksmine
- Jalgrattasõit
- Matkamine
- Golf

Vajutage nuppu „Treening“, et alustada jälgimist:

- Vahemaa
- Kiirus
- Treeningu kestus
- Südame löögisagedus

⚠ Selle funktsiooni kasutamiseks peab telefoni GPS olema sisse lülitatud.



Füüsilise aktiivsuse andmed

Rakenduse avalehel kuvatakse päevased andmed:

- Sammude arv
- Läbitud vahemaa
- Aktiivsuse kestus
- Põletatud kalorit

Samuti on võimalik vaadata nädala või kuu ajalugu.

Uni

Rakenduse avalehel valige vahekaart „Uni“, et vaadata eelmise öö andmeid:

- Kogu une kestus
- Kerge uni
- Sügav uni

Andmeid saab kontrollida ka otse sõrmuselt, hoides puuteandurit all, kuni LCD-ekraanile ilmub ikoon „SLEEP“. Kuvatakse eelmise öö une kestus.

Mõõtmine toimub automaatselt alates kell 20.00 kuni järgmise päeva 12.00-ni, andmed uuenevad iga 15 minuti järel. Näiteks kui magasite 6 tundi ja 36 minutit, kuvatakse sõrmusel 6 tundi ja 45 minutit.

🔋 Keskmise aku tarbimine öö jooksul – umbes 10 %.



Südame löögisagedus

Rakenduse avalehel valige vahekaart „Pulsisagedus“ ja vajutage mõõtmise nuppu, et alustada testi.

Sõrmuse sisemine valgus muutub roheliseks ja mõõtmine algab automaatselt. Mõõtmist saab alustada ka otse sõrmuselt, hoides puuteandurit all, kuni ilmub südame ikoon.

🕒 Mõõtmine kestab umbes 30–60 sekundit.



Hapnikusisaldus veres (SPO2)

Rakenduse avalehel valige „Hapnikusisaldus veres“ ja vajutage mõõtmise nuppu. Sõrmuse sisemine valgus muutub roheliseks ja mõõtmine algab automaatselt. Mõõtmist saab teha ka otse sõrmuselt, hoides puuteandurit all, kuni ilmub südame ikoon tekstiga „SPO2“.

🕒 Mõõtmine kestab umbes 30–60 sekundit.



Kaugselfi

Avage JRing rakenduses „Kaugkaamera“ ja tehke käega žest, et teha foto.

📷 Kaamera kaugjuhtimine on võimalik ainult JRing rakenduse kaudu.

Lühivideote kaugjuhtimine

Pärast telefoni ühendamist sõrmusega veenduge, et Bluetooth ja JRing rakendus on aktiivsed.

Minge seadme ekraanile ja valige „Lühivideote juhtimine“.

Lülitage paremal liideses sisse mõlemad lülitid:

- Lülitid 1: aktiveerib funktsiooni
- Lülitid 2: aktiveerib lüliti 1 automaatselt iga ühenduse loomisel

Kui aktiveeritud, saate:

- Topeltpuudutada sõrmust umbes 2 sekundit, et minna järgmise video juurde
- Lihtsa žestiga liikuda telefoni lehekülgedel

⚠️ Töötab ainult iOS-seadmetega, et ligipääsetavuse seadetes on „AssistiveTouch“ funktsioon aktiveeritud.



LCD-ekraani väljalülitamine ja sisselülitamine

LCD-ekraani väljalülitamiseks kasutage puudetundlikku nuppu ja minge valikusse „LCD OFF“.

Sõrmus vilgub järgmises järjestuses: LCD, OFF, LCD, OFF, LCD, OFF.

Kui sõrmus hakkab valgust andma, hoidke puutenuppu all 3 sekundit – LCD-ekraan lülitub välja.

Sisselülitamiseks hoidke puutenuppu uuesti all 3 sekundit – ekraan lülitub automaatselt sisse.



Kui aku tase langeb alla 20% ja tuvastatakse mitteaktiivsus, lülitub sõrmus automaatselt välja, et säästa energiat. Seda saab uuesti sisse lülitada, asetades laadimiskarpi.

⚠️ Jälgimine jätkub ka siis, kui ekraan on välja lülitatud.

KLIENDITEENINDUS

Ametlik veebileht: www.fitpaddy.com E-post: customer@fitpaddy.com

Tootja: FITPADDY Srl, Via dell'Artigianato 16, 20835 Muggiò (MB), Itaalia

KASUTUSVALDKOND

„FitRing“ on nutikas sõrmus, mis on mõeldud kehalise aktiivsuse, une ja elujõulisuse näitajate jälgimiseks. See ühendab endas tehnoloogia ja mugavuse, muutes selle ideaalseks spordi, tervise ja isikliku jälgimise jaoks.

TURVAEELDUSED

- Kasutage sõrmust õigesti, et tagada mugavus ja täpsus
- Ei ole mõeldud meditsiiniliseks kasutuseks
- Vältige kokkupuudet vedelike, põrutuste ja kõrgete temperatuuridega
- Ei sobi alla 10-aastastele lastele ilma täiskasvanu järelevalveta
- Hoiatus: ärge avage ega modifitseerige sõrmust

KASUTAMINE

Sõrmus lülitub automaatselt sisse, kui see on täielikult laetud. LCD-ekraani saab sisse ja välja lülitada puutetundliku sensornupuga.

Ühendamine Bluetooth'i kaudu:

- Avage JRing rakendus
- Lülitage sisse Bluetooth
- Valige „FitRing“

PEAMISED FUNKTSIOONID:

- Sammude, une, pulsi ja SPO2 jälgimine
- Kellaaja kuvamine
- Kaamera ja lühivideote kaugjuhtimine

PUUTETUNDLIKUD JUHTNUPID

- Pühkige sõrmega, et liikuda funktsioonide vahel
- Hoidke all, et ekraani sisse/välja lülitada
- Topeltpuudutage, et sooritada kiirtoiminguid (nt vahetada videot)

AKU JA LAADIMINE

- Madala aku taseme hoiatus kuvatakse ekraanil ja rakenduses
- Juhtmevaba laadimine laadimiskarbiga
- Sõrmuse LED-tuli: punane (laadimisel), roheline (täislaetud)
- Laadimiskarp laeb USB-C kaabli abil

VASTUTUSE PIIRANG

FITPADDY Srl ei vastuta kahjude eest, mis on põhjustatud:

- Ebaõigest kasutamisest või juhiste eiramisest
- Ekstreemsete keskkonnatingimuste mõjust
- Ühilduvate või toetamata seadmete kasutamisest

ETTEVAATUSMEETMED

- Vältige kasutamist ohtlikes olukordades (nt sõidu ajal)
- Puhastage regulaarselt pehmete materjalidega
- Ärge kasutage liigset jõudu ega survet

HOOLDUS JA PUHASTAMINE

- Puhastage pehme ja kuiva lapiga
- Säilitage kuivas kohas, eemal soojusallikatest
- Ärge kasutage keemilisi lahusteid ega abrasiivseid aineid

JÄÄTMEKÄITLUS

Visake sõrmus ja selle karp ära vastavalt kohalikele elektroonikajäätmete käitluseeskirjadele. Ärge visake olmeprügisse.

UK - Активація та зарядка кільця

Перед першим використанням кільце потрібно повністю зарядити, щоб забезпечити правильну активацію. Якщо додаток був скинутий до заводських налаштувань, процес зарядки та активації потрібно повторити.

Кільце заряджається бездротово, використовуючи вбудовану зарядну платформу. Коли кільце правильно розміщене на платформі, його світлодіодний індикатор під час зарядки світиться червоним і стає зеленим, коли зарядка завершується.

Час зарядки становить приблизно 45–60 хвилин, залежно від температури. Зарядна платформа заряджається приблизно за 30–45 хвилин і дозволяє заряджати 10–12 повних циклів.

Статус зарядки можна перевірити на головному екрані пристрою в додатку JRing або безпосередньо на LCD-екрані кільця. Коробка FitRing миготить червоним під час зарядки. Коли зарядка завершена або кабель відключений, світлодіодний індикатор стає зеленим і вимикається через кілька секунд.



Важливі попередження

Функції кільця не призначені для діагностики, лікування чи профілактики захворювань або медичних станів. Інформація та дані, зібрані кільцем, мають лише інформаційний характер і не є заміною професійної медичної допомоги. У разі сумнівів проконсультуйтеся з медичним працівником.

Правильне використання кільця

Для точних вимірів датчик пульсу має бути правильно розташований – на кінці пальця.

Рекомендується носити кільце на вказівному пальці лівої руки з наступних причин:

- Точніші датчики
- Менший ризик випадкового активації екрану іншими пальцями
- Триваліший термін служби батареї
- Зручніше використовувати сенсорний екран великим пальцем



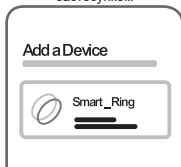
Рекомендується носити кільце на вказівному пальці.

Налаштування застосунку

Скануйте QR-код для встановлення застосунку



Вимкніть з'єднання між кільцем і застосунком



JRING

JRing – Підключення кільця (естонською мовою):

1. Відкрийте застосунок JRing
2. Створіть обліковий запис і увійдіть
3. Після входу розпочніть пошук пристроїв
4. У списку Bluetooth виберіть «FitRing»
5. Натисніть кнопку «Додати пристрій»
6. Після встановлення з'єднання з'явиться інформація про кільце

⚠ Мова застосунку встановлюється автоматично відповідно до мовних налаштувань телефону.

Особисті налаштування

У розділі особистих даних ви можете ввести свою інформацію та налаштувати:

- Щоденну ціль кроків
- Одиниці вимірювання (метрична або імперська система)
- Інші параметри фізичної активності

Якщо ви використовуєте пристрій Apple, також з'явиться опція «Apple Health» з інструкцією щодо синхронізації з «FitRing».

Відображення часу

Поточний час відображається на LCD-екрані розумної каблочки.

У налаштуваннях застосунку JRing ви можете вибрати 12-годинний (AM/PM) або 24-годинний формат.



Тренування

У розділі «Тренування» застосунку можна вибрати різні режими тренування:

- Ходьба
- Біг
- Їзда на велосипеді
- Піші прогулянки
- Гольф

Натисніть кнопку «Тренування», щоб розпочати відстеження:

- Відстані
- Швидкості
- Тривалості
- Частоти серцевих скорочень

⚠ Для використання цієї функції потрібно ввімкнути GPS на телефоні.



Дані фізичної активності

На головній сторінці застосунку відображаються щоденні дані:

- Кількість кроків
- Пройдена відстань
- Тривалість активності
- Спалені калорії

Також можна переглянути статистику за тиждень або місяць.

Сон

На головній сторінці застосунку виберіть вкладку «Сон», щоб переглянути дані за попередню ніч:

- Загальна тривалість сну
- Легкий сон
- Глибокий сон

Також можна переглянути дані прямо з кільця, натиснувши і утримуючи сенсор, доки на екрані не з'явиться іконка «SLEEP». Буде показано тривалість сну за попередню ніч.

Вимірювання відбувається автоматично з 20:00 до 12:00 наступного дня, оновлення кожні 15 хвилин. Наприклад, якщо ви спали 6 годин 36 хвилин, на кільці відобразиться 6 годин 45 хвилин.

📊 Середнє споживання заряду за ніч – близько 10 %.



Частота серцевих скорочень

На головній сторінці застосунку виберіть вкладку «Частота пульсу» та натисніть кнопку вимірювання, щоб розпочати тест.

Внутрішнє світло кільця стає зеленим, і вимірювання починається автоматично.

Також можна почати вимірювання безпосередньо з кільця, утримуючи сенсор,

доки не з'явиться іконка серця.

🕒 Вимірювання триває приблизно 30–60 секунд.



Насичення крові киснем (SPO2)

На головній сторінці застосунку виберіть «Насичення крові киснем» і натисніть кнопку вимірювання.

Внутрішнє світло кільця стає зеленим, і вимірювання починається автоматично. Також можна виконати вимірювання прямо з кільця, утримуючи сенсор, доки не з'явиться іконка серця з написом «SPO2».

🕒 Вимірювання триває приблизно 30–60 секунд.



Дистанційне селфі

У застосунку JRing відкрийте «Дистанційна камера» і зробіть жест рукою для фотографії.

📷 Камерою можна керувати тільки через застосунок JRing.

Дистанційне керування короткими відео

Після підключення телефону до кільця переконайтеся, що Bluetooth і застосунок JRing активні.

Перейдіть на екран пристрою та виберіть «Керування короткими відео». Увімкніть обидва перемикачі у правому інтерфейсі:

- Перемикач 1: активує функцію
- Перемикач 2: автоматично активує перемикач 1 під час кожного підключення

Після активації можна:

- Подвійним натисканням на кільце (приблизно 2 секунди) перейти до наступного відео
- Простим жестом переходити між сторінками телефону

⚠️ Працює лише з пристроями iOS, що у налаштуваннях доступності увімкнено функцію «AssistiveTouch».



Увімкнення та вимкнення LCD-екрана

Щоб вимкнути LCD-екран, використовуйте сенсорну кнопку та перейдіть до пункту «LCD OFF».

Кільце блимає у такій послідовності: LCD, OFF, LCD, OFF, LCD, OFF.

Коли кільце засвітиться, утримуйте сенсорну кнопку протягом 3 секунд — екран вимкнеться.

Щоб увімкнути екран, утримуйте сенсорну кнопку ще раз протягом 3 секунд — екран увімкнеться автоматично.



Коли рівень заряду батареї опускається нижче 20% і виявлено бездіяльність, кільце автоматично вимикається для заощадження енергії. Його можна знову увімкнути, помістивши в зарядний футляр.

⚠️ Відстеження продовжується навіть при вимкненому екрані.

ОБСЛУГОВУВАННЯ КЛІЄНТІВ

Сайт: www.fitpaddy.com Електронна пошта: customer care@fitpaddy.com
Виробник: FITPADDY Srl, Via dell'Artigianato 16, 20835 Muggiò (MB), Italia

СФЕРА ЗАСТОСУВАННЯ

FitRing — це смарт-кільце, призначене для моніторингу фізичної активності, сну та параметрів життєдіяльності. Поеднує технології та комфорт, ідеальне для спорту, щоденного благополуччя та особистого контролю.

ІНСТРУКЦІЇ З БЕЗПЕКИ

- Носити правильно для забезпечення комфорту та точності
- Не використовувати як медичний пристрій
- Уникати рідин, ударів та високих температур
- Не підходить для дітей віком до 10 років без нагляду
- Увага: не розбирати і не модифікувати кільце

ВИКОРИСТАННЯ

Кільце активується автоматично після першої повної зарядки. Дисплей LCD можна вимкнути або увімкнути за допомогою сенсорної кнопки.

Для з'єднання через Bluetooth:

- Відкрити застосунок JRing
- Активувати Bluetooth
- Обрати "FitRing"

ОСНОВНІ ФУНКЦІЇ:

- Моніторинг кроків, сну, частоти серцевих скорочень, SPO2
- Відображення часу
- Дистанційне керування камерою та короткими відео

СЕНСОРНЕ УПРАВЛІННЯ

- Проведенням пальця перемикайте функції
- Довге натискання — увімкнення/вимкнення екрана
- Подвійне торкання для швидких дій (напр. перемикання відео)

БАТАРЕЯ І ЗАРЯДКА

- Сповіщення про низький заряд акумулятора на дисплеї та в додатку
- Бездротова зарядка через кейс
- Світлодіод на кільці: червоний (заряджається), зелений (заряджено)
- Кейс заряджається через кабель USB-C

ОБМЕЖЕННЯ ВІДПОВІДАЛЬНОСТІ

FITPADDY Srl не несе відповідальності за шкоду, спричинену:

- Неправильним або неналежним використанням
- Впливом екстремальних умов навколишнього середовища
- Несумісністю з невідтримуваними пристроями

ПОПЕРЕДЖЕННЯ

- Уникати використання у небезпечних ситуаціях (наприклад, під час водіння)
- Регулярно очищати м'якими матеріалами
- Не застосовувати надмірну силу чи тиск

ДОГЛЯД І ОБСЛУГОВУВАННЯ

- Протирати м'якою сухою тканиною
- Зберігати в сухому місці, подалі від джерел тепла
- Не використовувати розчинники чи агресивні миючі засоби

УТИЛІЗАЦІЯ

Утилізувати кільце та кейс згідно з місцевими нормами щодо електронних відходів. Не викидати у побутове сміття.

IS - Virkjun og hleðsla hringins

Áður en hringurinn er notaður í fyrsta sinn þarf að hlaða hann að fullu til að tryggja rétta virkjun. Ef forritið hefur verið endurstíllt í verksmiðjustillingar þarf að fara í gegnum hleðslu- og virkjunarferlið aftur.

Hringurinn er hlaðinn þráðlaust með innbyggðum hleðslupalli. Þegar hringurinn er rétt staðsettur á pallinum kviknar rauður LED-ljós á meðan á hleðslu stendur og verður grænt þegar hleðslu er lokið.

Hleðslutími er um það bil 45–60 mínútur, allt eftir hitastigi. Hleðslupallurinn sjálfur hleðst á um 30–45 mínútum og dugur fyrir 10–12 fullar hleðslulotur.

Hægt er að skoða hleðslustöðuna á aðalskjá tækisins í JRing-forritinu eða beint á LCD-skjá hringins. FitRing-hólfið blikkar rautt á meðan á hleðslu stendur. Þegar hleðslu er lokið eða snúran er tekin úr sambandi verður LED-ljósið grænt og slokknar eftir nokkrar sekúndur.



Mikilvægar viðvaranir

Aðgerðir hringins eru ekki ætlaðar til greiningar, meðferðar eða forvarna gegn sjúkdómum eða læknisfræðilegum ástandi. Upplýsingarnar og gögnin sem hringurinn safnar eru eingöngu til upplýsinga og koma ekki í stað faglegrar læknisaðstoðar. Leitið til heilbrigðisstarfsmanns ef einhver vafi er til staðar.

Rétt notkun hringins

Til að tryggja nákvæmar mælingar þarf púlsneminn að vera rétt staðsettur – á fingurgóminum.

Mælt er með að bera hringinn á vísifingri vinstri handar af eftirfarandi ástæðum:

- Nákvæmari skynjarar
- Minni hætta á að skjár virkjist óvart með öðrum fingrum
- Lengri rafhlöðuending
- Þægilegra að stjórna snertiskjá með þumalfingri



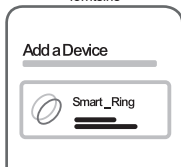
Рекомендується носити кільце на вказівному пальці.

Stillingar forritsins

Skannaðu QR-kóðann til að setja upp forritið



Aftengdu hlekkinn milli hringins og forritsins



JRING

JRing – Tengja hringinn (á eistnesku):

1. Opnaðu JRing forritið
2. Búðu til aðgang og skráðu þig inn
3. Eftir innskráningu skaltu hefja leit að tækjum
4. Veldu „FitRing“ úr Bluetooth listanum
5. Ýttu á hnappinn „Bæta við tæki“
6. Þegar tengingin er komin á birtast upplýsingar um hringinn

⚠ Tungumál forritsins stillist sjálfkrafa eftir tungumálastillingum símans.

Persónuupplýsingar

Í hlutanum um persónuupplýsingar geturðu slegið inn þínar upplýsingar og stillt:

- Daglegt skrefamarkmið
- Mælieiningar (metrakerfi eða breskt kerfi)
- Aðrar hreyfistillingar

Ef þú notar Apple-tæki birtist einnig valkosturinn „Apple Health“ með leiðbeiningum um samstillingu við „FitRing“.

Birting klukkustundar

Núverandi tími birtist á LCD-skjá snjallhringsins.

Í stillingum JRing-forritsins geturðu valið á milli 12 klst. (AM/PM) eða 24 klst. sniðs.



Æfingar

Í „Æfingar“ hluta forritsins geturðu valið mismunandi æfingarham:

- Ganga
- Hlaup
- Hjólreiðar
- Gönguferðir
- Golf

Ýttu á hnappinn „Æfing“ til að hefja eftirfylgni á:

- Vegalengd
- Hraða
- Tíma
- Hjartsláttartíðni

Til að nota þessa virkni þarftu að kveikja á GPS í símanum þínum.



Hreyfigögn

Á aðalskjá forritsins birtast dagleg gögn:

- Skrefafjöldi
- Farið vegalengd
- Lengd hreyfingar
- Brenndar hitaæiningar

Einnig er hægt að skoða vikulega eða mánaðarlega tölfræði.

Svefn

Á aðalskjá forritsins, veldu flipann „Svefn“ til að skoða gögn frá síðustu nótt:

- Heildarlengd svefns
- Léttur svefn
- Djúpsvefn

Einnig er hægt að skoða gögnin beint úr hringnum með því að halda inni snertiskynjara þar til „SLEEP“-táknin birtist á skjánum. Þá birtist svefntími síðustu nætur. Mæling fer fram sjálfkrafa frá kl. 20:00 til 12:00 daginn eftir, með uppfærslu á 15 mínútna fresti.

Til dæmis, ef þú svafst í 6 klst. og 36 mín., mun hringurinn sýna 6 klst. og 45 mín.

Meðal rafhlöðunotkun á nóttu er um 10 %.



Hjartsláttartíðni

Á aðalskjá forritsins, veldu flipann „Púls“ og ýttu á mælingarhnappinn til að hefja prófið.

Innra ljós hringsins verður grænt og mæling hefst sjálfkrafa.

Einnig er hægt að hefja mælinguna beint úr hringnum með því að halda inni snertiskynjara þar til hjartatáknin birtist.

Mælingin tekur um það bil 30–60 sekúndur.



Súrefnismettun í blóði (SPO2)

Á aðalskjá forritsins, veldu „Súrefnismettun í blóði“ og ýttu á hnappinn til að hefja mælingu.

Innra ljós hringsins verður grænt og mæling hefst sjálfkrafa.

Einnig er hægt að framkvæma mælinguna beint úr hringnum með því að halda inni snertiskynjara þar til hjartatáknið með „SPO2“ birtist.

🕒 Mælingin tekur um það bil 30–60 sekúndur.



Fjarmyndataka (sjálfsmynd)

Í JRing-forritinu skaltu opna „Fjarkamera“ og framkvæma handahreyfingu til að taka mynd.

📷 Aðeins er hægt að stjórna myndavélinni í gegnum JRing-forritið.

Fjarkeyrsla stuttra myndbanda

Eftir að síminn hefur verið tengdur við hringinn, gakktu úr skugga um að Bluetooth og JRing-forritið séu virk.

Farðu á skjá tækisins og veldu „Stýring stuttra myndbanda“.

Kveiktu á báðum rofum í hægri viðmótinu:

- Rofi 1: virkjar eiginleikann
- Rofi 2: virkjar rofa 1 sjálfkrafa við hverja tengingu

Eftir virkjun geturðu:

- Tvöfalt bankað á hringinn (í um það bil 2 sekúndur) til að fara í næsta myndband
- Farið á milli síðna í símanum með einfaldri handahreyfingu

⚠️ Virkar eingöngu með iOS-tækjum, gakktu úr skugga um að virkni „AssistiveTouch“ sé virk í aðgengisstillingum.



Kveikja og slökkva á LCD-skjá

Til að slökkva á LCD-skjánum, notaðu snertihnappinn og farðu í „LCD OFF“.

Hringurinn blikkar í eftirfarandi röð: LCD, OFF, LCD, OFF, LCD, OFF.

Þegar hringurinn lýsist upp, haltu inni snertihnappinum í 3 sekúndur — skjárinn slokknar.

Til að kveikja á skjánum, haltu snertihnappinum inni aftur í 3 sekúndur — skjárinn kviknar sjálfkrafa.



Þegar rafhlaðan fer niður fyrir 20% og óvirkni greinist, slekkur hringurinn sjálfkrafa á sér til að spara orku. Hægt er að kveikja á honum aftur með því að setja hann í hleðsluhulstrið.

⚠️ Eftirfylgni heldur áfram jafnvel þegar skjárinn er slökktur.

ÞJÓNUSTA VIÐ VIÐSKIPTAVINI

Vefsíða: www.fitpaddy.com Netfang: customercare@fitpaddy.com

Framleiðandi: FITPADDY Srl, Via dell'Artigianato 16, 20835 Muggiò (MB), Ítalía

NOTKUNARSVIÐ

FitRing er snjallhringur hannaður til að fylgjast með líkamsrækt, svefni og lífsmarksvísium. Hann sameinar tækni og þægindi, tilvalinn fyrir íþróttir, daglegt heilbrigði og persónulega eftirfylgni.

ÖRYGGISLEIÐBEININGAR

- Notið rétt til að tryggja þægindi og nákvæmni
- Ekki ætlað til læknisfræðilegrar notkunar
- Forðist vökva, högg og mikinn hita
- Ekki ætlað börnum undir 10 ára án eftirlits
- Athugið: ekki opna eða breyta hringnum

NOTKUN

Hringurinn virkjust sjálfkrafa eftir fyrstu fullu hleðslu. LCD skjá má kveikja eða slökkva með snertiskynjara.

Fyrir Bluetooth-tengingu:

- Opnið JRing smáforritið
- Virkið Bluetooth
- Veljið "FitRing"

HELSTU AÐGERÐIR:

- Eftirlit með skrefum, svefni, hjartslætti, SPO2
- Birting á tíma
- Fjarstýring fyrir myndavél og stutt myndbönd

SNERTISTÝRINGAR

- Strjúktu til að skipta á milli aðgerða
- Haldið inni til að kveikja/slökkva á skjánum
- Tvöföld snerting fyrir flýtaaðgerðir (t.d. skipta um myndband)

RAFHLÖÐU OG HLEDSLÁ

- Lágt rafhlöðuviti birtist á skjánum og í smáforritinu
- Þráðlaus hleðsla með hleðsluhylki
- LED-ljós á hring: rautt (í hleðslu), grænt (fullhlaðið)
- Hleðsluhylki hleóst með USB-C snúru

TAKMÖRKUN Á ÁBYRGÐ

FITPADDY Srl ber ekki ábyrgð á tjóni sem stafar af:

- Röngum eða óviðeigandi notkun
- Miklum umhverfisaðstæðum
- Ósamrýmanlegum eða óstuddum tækjum

VARÚÐ

- Forðist notkun í hættulegum aðstæðum (t.d. við akstur)
- Hreinsið reglulega með mjúkum efnum
- Ekki beita of miklu afli eða þrýstingi

UMHIRÐA OG ÞRIF

- Hreinsið með mjúkri og þurri tusku
- Geymið á þurrum stað, fjarri hitagjöfum
- Ekki nota leysiefni eða sterk hreinsiefni

ÚRGANGSMÁL

Fargið hringnum og hulstrinu samkvæmt staðbundnum reglum um rafmagnsúrgang. Ekki henda með heimilissorpi.

CE DICHIARAZIONE DI CONFORMITÀ DECLARATION OF CONFORMITY



Scansiona il QR code per la dichiarazione di conformità.
Scan the QR code for the declaration of conformity.

IT - Questo prodotto è conforme alla direttiva RoHS 2011/65/EU e 2015/863/EU.

Il prodotto è dotato del marchio CE ed è conforme agli standard di sicurezza stabiliti dall'Unione Europea.

FITPADDY Srl dichiara che il prodotto è conforme alla direttiva 2014/53/UE.

Il testo completo della dichiarazione di conformità UE è disponibile al seguente indirizzo Internet:

<https://fitpaddy.com/declaration-of-conformity/FITRING01>

EN - This product complies with Directive RoHS 2011/65/EU and 2015/863/EU.

The product bears the CE mark and complies with the safety standards set by the European Union.

FITPADDY Srl declares that the product complies with Directive 2014/53/UE.

The full text of the EU Declaration of Conformity is available at the following Internet address:

<https://fitpaddy.com/declaration-of-conformity/FITRING01>

ES - Este producto cumple con la directiva RoHS 2011/65/EU y 2015/863/EU.

El producto lleva el marcado CE y cumple con los estándares de seguridad establecidos por la Unión Europea.

FITPADDY Srl declara que el producto cumple con la directiva 2014/53/UE.

El texto completo de la declaración de conformidad UE está disponible en la siguiente dirección de Internet:

<https://fitpaddy.com/declaration-of-conformity/FITRING01>

PT - Este produto está em conformidade com a diretiva RoHS 2011/65/EU e 2015/863/EU.

O produto possui o selo CE e está em conformidade com os padrões de segurança estabelecidos pela União Europeia.

A FITPADDY Srl declara que o produto está em conformidade com a diretiva 2014/53/UE.

O texto completo da declaração de conformidade da UE está disponível no seguinte endereço da Internet:

<https://fitpaddy.com/declaration-of-conformity/FITRING01>

DE - Dieses Produkt entspricht der Richtlinie RoHS 2011/65/EU und 2015/863/EU.

Das Produkt trägt das CE-Zeichen und entspricht den Sicherheitsstandards, die von der Europäischen Union festgelegt wurden.

FITPADDY Srl erklärt, dass das Produkt der Richtlinie 2014/53/UE entspricht.

Der vollständige Text der EU-Konformitätserklärung ist unter der folgenden Internetadresse verfügbar:

<https://fitpaddy.com/declaration-of-conformity/FITRING01>

FR - Ce produit est conforme à la directive RoHS 2011/65/EU et 2015/863/EU.

Le produit porte le marquage CE et est conforme aux normes de sécurité établies par l'Union Européenne.

FITPADDY Srl déclare que le produit est conforme à la directive 2014/53/UE.

Le texte complet de la déclaration de conformité UE est disponible à l'adresse Internet suivante :

<https://fitpaddy.com/declaration-of-conformity/FITRING01>

NL - Dit product voldoet aan de richtlijn RoHS 2011/65/EU en 2015/863/EU.

Het product draagt het CE-markering en voldoet aan de veiligheidsnormen die door de Europese Unie zijn vastgesteld.

FITPADDY Srl verklaart dat het product voldoet aan de richtlijn 2014/53/UE.

De volledige tekst van de EU-conformiteitsverklaring is beschikbaar op het volgende internetadres:

<https://fitpaddy.com/declaration-of-conformity/FITRING01>

RU - Этот продукт соответствует директиве RoHS 2011/65/EU и 2015/863/EU.

Продукт имеет маркировку CE и соответствует стандартам безопасности, установленным Европейским Союзом.

Компания FITPADDY Srl заявляет, что продукт соответствует директиве 2014/53/UE.

Полный текст декларации о соответствии ЕС доступен по следующему интернет-адресу:

<https://fitpaddy.com/declaration-of-conformity/FITRING01>

PL - Produkt ten jest zgodny z dyrektywą RoHS 2011/65/EU oraz 2015/863/EU.

Produkt posiada znak CE i spełnia normy bezpieczeństwa ustalone przez Unię Europejską.

FITPADDY Srl oświadcza, że produkt jest zgodny z dyrektywą 2014/53/UE.

Pełny tekst deklaracji zgodności UE jest dostępny pod następującym adresem internetowym:

<https://fitpaddy.com/declaration-of-conformity/FITRING01>

SR - Ovaj proizvod je u skladu sa direktivama RoHS 2011/65/EU i 2015/863/EU.

Proizvod nosi CE oznaku i u skladu je sa sigurnosnim standardima koje je postavila Evropska unija.

FITPADDY Srl izjavljuje da je proizvod u skladu sa direktivom 2014/53/UE.

Puni tekst EU deklaracije o usklađenosti dostupan je na sledećoj internet adresi:

<https://fitpaddy.com/declaration-of-conformity/FITRING01>

EL - Το προϊόν αυτό συμμορφώνεται με την οδηγία RoHS 2011/65/EU και 2015/863/EU.

Το προϊόν φέρει το σήμα CE και συμμορφώνεται με τα πρότυπα ασφαλείας που έχουν καθοριστεί από την Ευρωπαϊκή Ένωση.

Η FITPADDY Srl δηλώνει ότι το προϊόν συμμορφώνεται με την οδηγία 2014/53/UE.

Το πλήρες κείμενο της δήλωσης συμμόρφωσης της ΕΕ είναι διαθέσιμο στην ακόλουθη διεύθυνση διαδικτύου:

<https://fitpaddy.com/declaration-of-conformity/FITRING01>

TR - Bu ürün, RoHS 2011/65/EU ve 2015/863/EU direktiflerine uygundur.

Ürün, CE işaretine sahiptir ve Avrupa Birliği tarafından belirlenen güvenlik standartlarına uygundur.
FITPADDY Srl, ürününü 2014/53/EU direktifine uygun olduğunu beyan eder.
AB uyum beyanının tam metni, aşağıdaki internet adresinde mevcuttur:
<https://fitpaddy.com/declaration-of-conformity/FITRING01>

NO - Dette produktet er i samsvar med RoHS-direktivene 2011/65/EU og 2015/863/EU.
Produktet har CE-merket og oppfyller sikkerhetsstandardene som er fastsatt av EU.
FITPADDY Srl erklærer at produktet er i samsvar med direktiv 2014/53/EU.
Den fullstendige teksten til EU-erklæringen om samsvar er tilgjengelig på følgende internettdress:
<https://fitpaddy.com/declaration-of-conformity/FITRING01>

FI - Tämä tuote on RoHS-direktiivin 2011/65/EU ja 2015/863/EU mukainen.
Tuote on CE-merkitty ja täyttää Euroopan unionin asettamat turvallisuusvaatimukset.
FITPADDY Srl ilmoittaa, että tuote on 2014/53/EU-direktiivin mukainen.
Täydellinen EU:n vaatimustenmukaisuusilmoituksen teksti on saatavilla seuraavasta internet-osoitteesta:
<https://fitpaddy.com/declaration-of-conformity/FITRING01>

DA - Dette produkt er i overensstemmelse med RoHS-direktiv 2011/65/EU og 2015/863/EU.
Produktet bærer CE-mærket og er i overensstemmelse med de sikkerhedsstandarder, der er fastsat af EU.
FITPADDY Srl erklærer, at produktet er i overensstemmelse med direktiv 2014/53/EU.
Den fulde tekst af EU-overensstemmelseserklæringen er tilgængelig på følgende internetadresse:
<https://fitpaddy.com/declaration-of-conformity/FITRING01>

SL - Izdelek je v skladu z direktivo RoHS 2011/65/EU in 2015/863/EU.
Izdelek nosi znak CE in je v skladu z varnostnimi standardi, ki jih je določila Evropska unija.
FITPADDY Srl izjavlja, da izdelek izpolnjuje direktivo 2014/53/EU.
Celoten besedilni zapis EU izjave o skladnosti je na voljo na naslednjem spletnem naslovu:
<https://fitpaddy.com/declaration-of-conformity/FITRING01>

HR - Ovaj proizvod je u skladu s direktivama RoHS 2011/65/EU i 2015/863/EU.
Proizvod ima CE oznaku i udovoljava sigurnosnim standardima koje je postavila Europska unija.
FITPADDY Srl izjavljuje da je proizvod u skladu s direktivom 2014/53/EU.
Cjeloviti tekst EU izjave o usklađenosti dostupan je na sljedećoj internetskoj adresi:
<https://fitpaddy.com/declaration-of-conformity/FITRING01>

RO - Acest produs respectă Directiva RoHS 2011/65/EU și 2015/863/EU.
Produsul poartă marcajul CE și respectă standardele de siguranță stabilite de Uniunea Europeană.
FITPADDY Srl declară că produsul respectă Directiva 2014/53/UE.
Textul complet al Declarației de Conformitate UE este disponibil la următoarea adresă de internet:
<https://fitpaddy.com/declaration-of-conformity/FITRING01>

SQ - Ky produkt është në përputhje me direktivën RoHS 2011/65/EU dhe 2015/863/EU.
Produkti ka markën CE dhe është në përputhje me standardet e sigurisë të përcaktuara nga Bashkimi Evropian.
FITPADDY Srl shpall se produkti është në përputhje me direktivën 2014/53/UE.
Teksti i plotë i Deklaratës së Përputhshmërisë së BE-së është i disponueshëm në adresën e mëposhtme të internetit:
<https://fitpaddy.com/declaration-of-conformity/FITRING01>

LT - Šis produktas atitinka RoHS direktyvą 2011/65/EU ir 2015/863/EU.
Produktas turi CE ženklą ir atitinka Europos Sąjungos nustatytus saugos standartus.
FITPADDY Srl deklaruoja, kad produktas atitinka 2014/53/UE direktyvą.
Visą ES atitikties deklaracijos tekstą galite rasti šiuo interneto adresu:
<https://fitpaddy.com/declaration-of-conformity/FITRING01>

LV - Šis produkts atbilst RoHS direktīvai 2011/65/EU un 2015/863/EU.
Produktam ir CE marķējums, un tas atbilst Eiropas Savienības noteiktajiem drošības standartiem.
FITPADDY Srl paziņo, ka produkts atbilst direktīvai 2014/53/UE.
Pilns ES atbilstības deklarācijas teksts ir pieejams šādā interneta adresē:
<https://fitpaddy.com/declaration-of-conformity/FITRING01>

ET - See toode vastab direktiividele RoHS 2011/65/EU ja 2015/863/EU.
Toode kannab CE-märki ja vastab Euroopa Liidu kehtestatud ohutusnõuetele.
FITPADDY Srl kuulutab, et toode vastab direktiivile 2014/53/UE.
Täielik ELI vastavusdeklaratsiooni tekst on saadaval järgmise veebиаadressi kaudu:
<https://fitpaddy.com/declaration-of-conformity/FITRING01>

UK - Цей продукт відповідає Директиві RoHS 2011/65/EU та 2015/863/EU.
Продукт має маркування CE та відповідає стандартам безпеки, встановленим Європейським Союзом.
FITPADDY Srl заявляє, що продукт відповідає Директиві 2014/53/ЄС.
Повний текст декларації про відповідність ЄС доступний за наступною веб-адресою:
<https://fitpaddy.com/declaration-of-conformity/FITRING01>

IS - Þessi vara er í samræmi við RoHS tilskipun 2011/65/EU og 2015/863/EU.
Varan ber CE merki og uppfyllir öryggisstaðla sem Evrópusambandið hefur sett.
FITPADDY Srl lýsir því yfir að varan sé í samræmi við tilskipun 2014/53/ESB.
Heildartexti ESB samræmisyfirlýsingarinnar er aðgengilegur á eftirfarandi vefsíðu:
<https://fitpaddy.com/declaration-of-conformity/FITRING01>



FITPADDY

- IT – Grazie per aver scelto FitRing
EN – Thank you for choosing FitRing
ES – Gracias por elegir FitRing
PT – Obrigado por escolher o FitRing
DE – Danke, dass Sie sich für FitRing entschieden haben
FR – Merci d'avoir choisi FitRing
NL – Bedankt dat je voor FitRing hebt gekozen
RU – Спасибо, что выбрали FitRing
PL – Dziękujemy za wybór FitRing
SR – Hvala što ste izabrali FitRing
EL – Ευχαριστούμε που επιλέξατε το FitRing
TR – FitRing'i tercih ettiğiniz için teşekkür ederiz
SV – Tack för att du valde FitRing
NO – Takk for at du valgte FitRing
FI – Kiitos, että valitsit FitRingin
DA – Tak fordi du valgte FitRing
SL – Hvala, ker ste izbrali FitRing
HR – Hvala što ste odabrali FitRing
RO – Mulțumim că ați ales FitRing
SQ – Faleminderit që zgjodhët FitRing
LT – Ačiū, kad pasirinkote FitRing
LV – Paldies, ka izvēlējāties FitRing
ET – Aitäh, et valisite FitRingi
UK – Дякуємо, що обрали FitRing
IS – Takk fyrir að velja FitRing