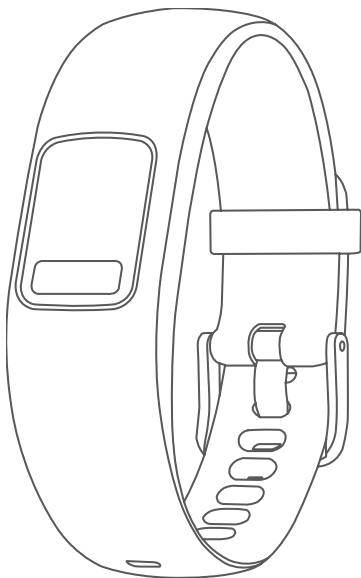


GARMIN.



VÍVOFIT® 4

Návod k obsluze

© 2017 Garmin Ltd. nebo dceřiné společnosti
Všechna práva vyhrazena. Tento návod k obsluze je chráněn autorskými právy a bez písemného souhlasu společnosti Garmin nelze pořizovat kopie kompletního manuálu ani jeho částí. Společnost Garmin si v důsledku zlepšování nebo změn výrobku vyhrazuje právo měnit obsah tohoto manuálu bez povinnosti komukoliv takovéto změny hlásit. Pokud máte zájem o aktualizace produktu nebo o bližší informace týkající se jeho používání, navštivte stránky www.garmin.cz.

Garmin®, logo Garmin a vívoFit® jsou obchodní známky společnosti Garmin Ltd. nebo jejích dceřiných společností registrované ve Spojených státech amerických a v jiných zemích. Garmin Connect™, Garmin Express™, Garmin Move IQ™, Toe-to-Toe™ a USB ANT Stick™ jsou obchodní známky společnosti Garmin Ltd. nebo jejích dceřiných společností. Tyto obchodní známky nelze užívat bez výslovného souhlasu společnosti Garmin.

American Heart Association® je registrovanou obchodní známkou společnosti American Heart Association, Inc. Název a logo Bluetooth® jsou majetkem společnosti Bluetooth SIG, Inc. a společnost Garmin je oprávněna je užívat na základě licence. Další obchodní známky a obchodní názvy jsou majetkem příslušných vlastníků.

M/N: A03304

Obsah

Úvod	1
Začínáme.....	1
Každodenní využívání	2
Nastavení chytrého telefonu	3
Spárování s chytrým telefonem	3
Synchronizace dat s aplikací Garmin Connect Mobile	4
Funkce přístroje	5
Doplňky.....	5
Hlavní nabídka.....	6
Výzva k pohybu	9
Minuty intenzivní aktivity.....	10
Automatický cíl	10
Sledování spánku.....	10
Podsvícení.....	11
Historie	11
Garmin Connect	11
Vlastní nastavení přístroje	13
Nastavení účtu Garmin Connect	13
Informace o přístroji	17
Technické údaje.....	17
Zobrazení informací o přístroji.....	17
Aktualizace softwaru.....	17
Péče o přístroj	18
Postup při výměně náramku.....	19
Uživatелеm vyměnitelné baterie.....	20
Problémy a jejich odstranění	22
Přístroj neměří počet kroků přesně	22

Na displeji přístroje a v rámci mého účtu Garmin Connect se nezobrazuje stejný počet kroků	22
Zdá se, že krokoměr neměří uraženou vzdálenost přesně	23
Na displeji přístroje se nezobrazuje přesný čas	23
Jak spárovat nový přístroj se stávajícím účtem Garmin Connect?	23
Je můj chytrý telefon s přístrojem kompatibilní?	24
Nevlastním chytrý telefon	24
Můj přístroj se nechce zapnout.....	26
Resetování přístroje	26
Spárování s více mobilními přístroji.....	26
Příloha	27
Získání podrobnější informací	27
Rejstřík	28

Úvod

VAROVÁNÍ

Výstrahy a další důležité informace týkající se tohoto výrobku naleznete v příloženém letáku *Bezpečnostní pokyny a produktové informace*.

Před zahájením nebo úpravou Vašeho tréninkového programu se vždy poraďte se svým lékařem.

Začínáme


Abyste ze svého náramku zaznamenávajícího Vaši denní aktivitu vytěžili co nejvíce, měli byste ho spárovat se svým chytrým telefonem a dokončit proces nastavení v rámci Vašeho bezplatného účtu Garmin Connect™ ([Nastavení chytrého telefonu, strana 3](#)).

POZNÁMKA: Dokud náramek nespárujete a nedokončíte proces nastavení, budete mít omezené možnosti pro využívání jeho funkcí.

Ovládání přístroje



- Tisknutím hlavního tlačítka ① můžete rolovat funkcemi přístroje ([Doplňky, strana 5](#)).

- Po přidržení tlačítka  na 1 vteřinu a jeho následném uvolnění se zobrazí nabídka (*Hlavní nabídka, strana 6*).
- Při každém dalším stisknutí tlačítka přejdete k následující položce nabídky.



- Po přidržení tlačítka 1 vteřinu a jeho následném uvolnění otevřete označenou podnabídku.
- Při přidržení tlačítka na dobu kratší než 1 vteřina se rozsvítí podsvícení. Podsvícení se vypíná automaticky.


Každodenní využívání

Náramek vívoFit 4 noste každý den jako součást svého aktivního životního stylu a pravidelně nechte zaznamenaná data synchronizovat s Vaším účtem Garmin Connect. Díky synchronizaci můžete sledovat a analyzovat informace o tom, kolik kroků jste za daný den udělali, jak kvalitní byl Váš spánek nebo jak se Vám daří dosahovat svých cílů, přičemž zároveň získáte přehled o své denní aktivitě. Prostřednictvím účtu Garmin Connect se můžete rovněž účastnit různých výzev a soutěžit se svými přáteli. Mimo to zde můžete upravit nastavení svého přístroje, a to včetně vzhledu displeje, výběru zobrazovaných stránek, frekvence automatické synchronizace a dalších funkcí.

Nastavení chytrého telefonu


Spárování s chytrým telefonem

Váš náramek vívoFit 4 je nutné spárovat přímo prostřednictvím aplikace Garmin Connect Mobile, nikoliv přes nastavení Bluetooth® ve Vašem chytrém telefonu.

- 1 Ze stránek obchodu s aplikacemi pro OS Vašeho chytrého telefonu si stáhněte a instalujte aplikaci Garmin Connect Mobile, kterou poté otevřete .
- 2 Příklad zapněte stisknutím hlavního tlačítka ①.



Po prvním zapnutí se přístroj automaticky přepne do režimu párování.

TIP: Přidržením hlavního tlačítka  můžete zobrazit hlavní nabídku a jeho přidržením můžete také ručně aktivovat režim párování.

- 3 Pro přidání zařízení k účtu Garmin Connect zvolte jeden z následujících postupů:
 - Pokud provádíte párování zařízení s aplikací Garmin Connect Mobile poprvé, postupujte podle pokynů na displeji.


- Pokud jste pomocí aplikace Garmin Connect Mobile již spárovali jiné zařízení, v nabídce nastavení vyberte možnost **Garmin Devices (Zařízení Garmin) > Add Device (Přidat zařízení)** a postupujte podle pokynů na displeji.

POZNÁMKA: Součástí nastavení může být aktualizace softwaru, která může trvat několik minut ([Aktualizace softwaru, strana 17](#)). Umístěte zařízení v dosahu chytrého telefonu, dokud není nastavení kompletně dokončeno.

Po dokončení nastavení bude zařízení průběžně zaznamenávat Vaše denní aktivity. Jestliže chcete sledovat své zlepšování prostřednictvím aplikace, měli byste provádět synchronizaci zařízení často.

Synchronizace dat s aplikací Garmin Connect Mobile

Abyste mohli sledovat své zlepšování prostřednictvím aplikace Garmin Connect Mobile, měli byste provést manuální synchronizaci dat. Nahraná data bude Váš přístroj synchronizovat s aplikací Garmin Connect Mobile také automaticky v pravidelných intervalech.






- 1 Umístěte přístroj do blízkosti Vašeho chytrého telefonu.
- 2 Otevřete aplikaci Garmin Connect Mobile.
TIP: Aplikace může být otevřená nebo může běžet na pozadí.
- 3 Pro zobrazení hlavní nabídky přidržte hlavní tlačítko.
- 4 Stiskněte .



- 5 Počkejte na dokončení synchronizace dat.
- 6 Nahrané údaje si prohlédněte v aplikaci Garmin Connect Mobile.

Funkce přístroje

Doplňky




Při spárování přístroje s chytrým telefonem si můžete dle svých potřeb upravit doplňky, které se zobrazují na displeji přístroje, přičemž můžete změnit pořadí jejich zobrazování. Mezi jednotlivými doplňkovými funkcemi můžete rolovat tisknutím hlavního tlačítka.

	Aktuální datum. Při každé synchronizaci dat s Vaším chytrým telefonem provede přístroj aktualizaci data a času.
	Celkový počet kroků udělaných v průběhu dne.
	Počet kroků, které je třeba ujit do dosažení cíle pro aktuální den. Pokud využijete funkci automatického stanovení denních cílů, přístroj Vám na začátku každého dne navrhne vždy nový cíl.
	Vzdálenost uražená během aktuálního dne.
	Celkový počet kalorií spálených v daném dni, čímž se rozumí kalorie spálené aktivitou i při odpočinku.

	Celkový počet minut, které jste v daném týdnu strávili intenzivním pohybem.
	Předpověď počasí na daný den.
překonám včerejšek	Váš vlastní text. Text tohoto doplňku si můžete upravit v aplikaci Garmin Connect Mobile.

Hlavní nabídka

Po stisknutí a přidržení hlavního tlačítka se zobrazí nabídka, jejímiž možnostmi lze rolovat tisknutím hlavního tlačítka. Požadovanou možnost lze zvolit dalším přidržením hlavního tlačítka.

	Synchronizace dat s Vaším účtem Garmin Connect.
	Zahájení měřené aktivity.
	Zobrazí se nabídka pro odpočítávání doby trvání aktivity.
	Spustí se stopky.
	Umožňuje najít Váš ztracený chytrý telefon.
	Spustí výzvu Toe-to-Toe™, která se hraje se spoluhráčem, který má kompatibilní zařízení.
	Zobrazí informace o přístroji a informace o směrnících.
	Slouží pro odchod z nabídky a návrat k předchozímu doplňku.

Záznam aktivity na čas

S pomocí přístroje si můžete zaznamenávat Vaše aktivity, při kterých je sledován čas,

a pak je odeslat na Váš účet Garmin Connect.


TIP: Prostřednictvím funkce Move IQ můžete své pěší a běžecké aktivity nahrávat také automaticky ([Nastavení přístroje, strana 13](#)).

1 Pro zobrazení hlavní nabídky přidržte hlavní tlačítko.

2 Pro spuštění stopky měřících aktivitu přidržte symbol .

3 Pusťte se do aktivity.

TIP: Pokud běží stopky, můžete rolovat informacemi o aktivitě tisknutím hlavního tlačítka.

4 Po dokončení aktivity přidržte hlavní tlačítko, dokud se neobjeví symbol . Zobrazí se přehled. Na displeji přístroje se zobrazí celková doba aktivity a uražená vzdálenost.


5 Pokud chcete přehled vypnout a vrátit se na hlavní stránku, stiskněte tlačítko přístroje.

Pokud si chcete prohlédnout informace o aktivitě v rozhraní svého účtu Garmin Connect, můžete nechat přístroj synchronizovat.

Odpočítávání na stopkách

Součástí zařízení je funkce odpočítávání doby trvání aktivity.

1 Pro zobrazení hlavní nabídky přidržte hlavní tlačítko.

2 Přidržte symbol .





3 Tisknutím hlavního tlačítka můžete rolovat možnostmi odpočítávání.

4 Pro výběr a spuštění požadovaného typu odpočítávání stiskněte a přidržte hlavní tlačítko.

Ozve se pípnutí a přístroj zahájí odpočítávání. Pokud zbývají poslední 3 vteřiny aktivity, zařízení začne pípat a nepřestane až do chvíle, kdy čas vyprší.


TIP: Odpočítávání lze zastavit přidržetím hlavního tlačítka.

Klasické stopky

- 1 Pro zobrazení hlavní nabídky přidržte hlavní tlačítko.
- 2 Přidržte symbol .
- 3 Pro spuštění stopek stiskněte symbol .
- 4 Pro vypnutí stopek stiskněte symbol .
- 5 Pokud je to nutné, stiskněte symbol , a stopky se vynulují.
- 6 Funkci stopek opustíte stisknutím hlavního tlačítka.


Lokalizace ztraceného chytrého telefonu

Tuto funkci můžete využít k nalezení založeného chytrého telefonu, který je prostřednictvím bezdrátové technologie Bluetooth spárován s přístrojem a je aktuálně v jeho dosahu.

- 1 Pro zobrazení hlavní nabídky přidržte hlavní tlačítko.
 - 2 Přidržte symbol .
- Zařízení vivoFit 4 začne hledat spárovaný chytrý telefon, načež se Váš chytrý telefon ohlásí akustickým upozorněním.

Spuštění výzvy Toe-to-Toe

Společně s dalším člověkem, který má u sebe kompatibilní zařízení, si můžete zahrát výzvu Toe-to-Toe.

- 1 Pro zobrazení hlavní nabídky přidržte hlavní tlačítko.
- 2 Přidržením symbolu  vyzvete na souboj dalšího hráče v dosahu 3 metrů.
POZNÁMKA: Každý z hráčů musí spustit výzvu na svém zařízení.
- 3 Po tom, co se zobrazí jméno dalšího hráče, přidržte ►.
Před spuštěním časového intervalu začne přístroj odpočítávat 3 vteřiny.
- 4 Po dobu dvou minut dělejte kroky.
Pokud zbývají poslední 3 vteřiny aktivity, zařízení začne pípat a nepřestane až do chvíle, kdy čas vyprší.
- 5 Dejte přístroje do dosahu 3 metrů.
Na displeji se zobrazí počet kroků každého z hráčů a informace, kdo byl na první a kdo na druhém místě.

Hráči se mohou zapojit do další výzvy nebo opustit nabídku.

Výzva k pohybu

Nadměrné dlouhé sezení může vést k nežádoucím metabolickým změnám. Z toho důvodu Vás bude ukazatel upozorňující na nečinnost nabádat k pohybu. Po uplynutí jedné hodiny, ve které jste nebyli pohybově aktivní, se objeví ukazatel ①. Po každých dalších 15 minutách neaktivity se objeví další dílek ukazatele ②.



Upozornění na nečinnost můžete resetovat tím, že se krátce projdete.


Minuty intenzivní aktivity

Aby Vám pomohly zlepšit Váš zdravotní stav, organizace jako jsou U.S. Centers for Disease Control and Prevention, American Heart Association a Světová zdravotnická organizace (WHO) doporučují, abyste alespoň 150 minut týdně věnovali středně intenzivní aktivitě jako je např. svižná chůze.

Přístroj sleduje intenzitu každé Vaší aktivity a zaznamenává počet minut, které strávíte intenzivnější aktivitou. Týdenní cíl můžete splnit např. tím, že se budete snažit chodit svižným tempem alespoň po dobu 10 minut v kuse.

Automatický cíl

Váš přístroj na základě Vašich předchozích aktivit každý den automaticky určí nové cíle. Jakmile se v průběhu dne dáte do pohybu, přístroj začne odpočítávat kroky zbývající do dosažení Vašeho denního cíle.

Po dosažení cílového počtu kroků se na displeji přístroje zobrazí symbol  a spustí se odpočítávání kroků přesahujících stanovený cíl.

Pokud nechcete funkci automatického nastavení nových cílů využívat, můžete si prostřednictvím svého účtu Garmin Connect nastavit své vlastní cíle.

Sledování spánku

Během spánku zařízení automaticky spánek rozpozná a sleduje, po jakou dobu

běžně spíte. V rozhraní svého uživatelského účtu Garmin Connect můžete nastavit běžnou dobu, po kterou spíte. Součástí statistik jsou celkový počet hodin spánku, úroveň spánku a pohyb ve spánku. Statistiku o spánku si můžete prohlížet v rozhraní Vašeho účtu Garmin Connect.

POZNÁMKA: Do statistiky Vašeho spánku nejsou zahrnuta krátká zdřímnutí.

Podsvícení

Při přidržení hlavního tlačítka po dobu kratší než 1 vteřina se rozsvítí podsvícení.

Podsvícení se vypíná automaticky.

Historie

Váš náramek zaznamenává nejen kolik kroků jste za den ušli a Vaši spánkovou aktivitu, ale zároveň měří dobu strávenou fitness aktivitami. Tuto historii lze odeslat na Váš účet Garmin Connect.

Ve vlastním přístroji zůstane historie uložená po dobu až 4 týdnů. Pokud je paměť pro ukládání dat plná, přístroj smaže staré údaje, aby vytvořil místo pro nové.

TIP: Jestliže chcete zkrátit dobu nutnou pro dokončení synchronizace, měli byste svá data synchronizovat pravidelně.

Garmin Connect

Prostřednictvím účtu Garmin Connect se můžete spojit se svými přáteli. Garmin Connect nabízí nástroje pro zaznamenávání dat, analýzu Vašich aktivit, sdílení údajů a pro vzájemné povzbuzování. Jedná se

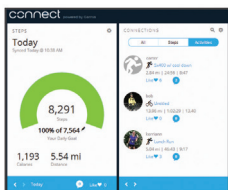
o aplikaci, která Vám umožní vést si záznamy o činnostech v rámci Vašeho aktivního životního stylu, mezi něž patří například běh, chůze, jízda na kole, plavání, turistika a další.

Bezplatný účet Garmin Connect si můžete založit v rámci spárování přístroje s telefonem prostřednictvím aplikace Garmin Connect Mobile nebo na webových stránkách connect.garmin.com.

Sledujte svůj pokrok: účet nabízí možnost sledovat každodenní pokrok, přátelsky soupeřit s Vašimi kontakty a sledovat úspěšnost plnění cílů.

Zálohujte si údaje o svých aktivitách: po dokončení aktivity a jejím uložení do přístroje můžete tuto aktivitu nahrát na svůj účet Garmin Connect, kde může být uložena libovolně dlouho.

Analyzujte své výsledky: prostřednictvím tohoto účtu můžete sledovat podrobnější informace o Vašich aktivitách, a to včetně času, vzdálenosti, tepové frekvence, spálených kalorií a vlastních zpráv.



Sdílejte své aktivity: prostřednictvím účtu se můžete spojit s Vašimi přáteli a sledovat vzájemně své aktivity, které

Ize sdílet také prostřednictvím oblíbených sociálních sítí.

Upravte si nastavení: v rámci účtu Garmin Connect lze upravit uživatelské nastavení a nastavení přístroje.

Garmin Move IQ™

Jestliže Vaše pohyby odpovídají pohybovému vzorci určité tréninkové aktivity, funkce Move IQ automaticky rozpozná, co děláte, a aktivitu zobrazí ve Vašem přehledu. Typ aktivity a doba jejího trvání se zobrazují v přehledu Move IQ, ale na seznamu Vašich aktivit ani v informacích o nových aktivitách se nezobrazují.

Funkce Move IQ může také automaticky zahájit časově měřenou pěší nebo běžec-kou aktivitu na základě limitů nastavených v aplikaci Garmin Connect Mobile. Takto spuštěné aktivity se na seznamu aktivit zobrazují.

Vlastní nastavení přístroje

Nastavení účtu Garmin Connect

Nastavení svého přístroje můžete změnit prostřednictvím svého účtu Garmin Connect buď v aplikaci Garmin Connect Mobile nebo na webových stránkách Garmin Connect.

- V aplikaci Garmin Connect Mobile vyberte obrázek svého přístroje, a pak zvolte možnost **Device Settings (Nastavení přístroje)**.
- Na webových stránkách Garmin Connect zvolte v nabídce doplňků možnost **Device Settings (Nastavení přístroje)**.

Po změně nastavení byste měli odejít ze stránky nastavení a provést synchronizaci dat, aby se ve Vašem přístroji změny projevíly ([Synchronizace dat s aplikací Garmin Connect Mobile, strana 4](#)).

Nastavení přístroje

V rozhraní účtu Garmin Connect zvolte možnost **Device Settings (Nastavení přístroje)**.

POZNÁMKA: Některá nastavení se v nabídce nastavení zobrazují v podkategoriích.

Alarm (Budík): umožňuje nastavit čas pro spuštění budíku a frekvenci, s jakou se bude opakovat.

Alert Tones (Akustická upozornění): umožňuje zapnout nebo vypnout akustická upozornění. Pokud jsou akustická upozornění zapnuta, přístroj pípá.

Auto Activity Start (Automatické spuštění aktivity): aktivuje ve Vašem zařízení funkci Move IQ, která bude automaticky zaznamenávat Vaše aktivity probíhající v určitém časovém úseku. Můžete si zde nastavit minimální mezní hodnotu pro běh nebo chůzi.

Auto Sync (Automatická synchronizace): umožňuje nastavit frekvenci pro automatickou synchronizaci Vašeho přístroje s Vaším účtem Garmin Connect.

Color Theme (Barevný motiv): umožňuje nastavit barevný motiv zobrazovaných informací.

Custom Widget (Vlastní doplňky): umožňuje přidat do smyčky zobrazovaných doplňků vlastní text.

Date Format (Formát data): umožňuje zvolit formát pro zobrazení měsíce a dne.

Last Displayed Widget (Naposledy zobrazený doplněk): umožňuje nastavit přístroj, aby se v něm místo návratu k výchozímu doplňku nadále zobrazoval aktuální doplněk.

Move Alert (Výzva k pohybu): umožňuje aktivovat či deaktivovat upozornění na nečinnost.

Move IQ: slouží pro zapnutí a vypnutí funkce Move IQ. Funkce Move IQ automaticky rozpozná pohybový vzorec některých aktivit, jako jsou chůze, běh, jízda na kole, plavání a cvičení na eliptickém trenažéru.

Time Format (Časový formát): umožňuje nastavit, zda se má čas zobrazovat ve 12ti nebo 24hodinovém formátu.

Units (Jednotky): umožňuje nastavit, zda se mají informace o uražené vzdálenosti zobrazovat v kilometrech nebo mílích.

Visible Widgets (Zobrazené doplňky): umožňuje upravovat doplňkové informace zobrazující se na displeji přístroje při běžném použití nebo během aktivity, při které je sledován čas. Pořadí doplňků zobrazujících se ve smyčce můžete měnit.

Watch Face (Vzhled displeje): umožňuje změnit vzhled displeje.

Uživatelská nastavení

V rozhraní účtu Garmin Connect zvolte možnost **User Settings (Uživatelská nastavení)**.

Custom Stride Length (Vlastní délka kroku): slouží pro nastavení délky kroku, na jejímž základě bude přesněji vypočítána uražená vzdálenost. Pokud znáte délku svého kroku, můžete ji nastavit přímo, nebo si můžete v rámci účtu Garmin Connect nechat vypočítat délku kroku na základě počtu kroků, které jste potřebovali na uražení určité vzdálenosti.

Daily Steps (Cílový počet kroků): umožňuje zadat cílový počet kroků, které chcete za den udělat. Můžete využít také funkci Auto Goal (Automatický cíl), díky níž bude Váš přístroj nastavovat cílový počet kroků pro daný den automaticky.

Heart Rate Zones (Zóny tepové frekvence): umožňuje odhadnout Vaši maximální tepovou frekvenci a určit Vaše vlastní zóny tepové frekvence.

Personal Information (Osobní informace): slouží k zadání Vašich osobních informací, jako jsou datum narození, pohlaví, výška a hmotnost. Tyto informace využívá přístroj ke zvýšení přesnosti sledovaných údajů.

Sleep (Spánek): slouží k zadání doby, kterou běžně strávíte spaním (udává se v hodinách).

Weekly Intensity Minutes (Intenzivní aktivita v týdnu): umožňuje nastavit týdenní cíl pro dobu strávenou intenzivní aktivitou.

Informace o přístroji


Technické údaje

Typ baterií	Dvě uživatelem vyměnitelné baterie SR43
Výdrž baterií	1 rok
Rozmezí provozní teploty	Od -10° do 60 °C.
Frekvence bezdrátového připojení / protokol	Bezdrátová technologie Bluetooth Smart, 2,4 GHz @ -3 dBm (jmenovitá)
Voděodolnost	Plavání, 5 ATM*

*Přístroj dokáže odolat tlaku, který odpovídá hloubce 50 m pod vodní hladinou. Více informací naleznete na stránkách www.garmin.com/waterrating.

Zobrazení informací o přístroji

Na displeji přístroje si můžete zobrazit ID číslo jednotky, verzi softwaru a povinné informace.

- 1 Pro zobrazení hlavní nabídky přidržte hlavní tlačítko.
- 2 Přidržte symbol .
- 3 Pro rolování informačními stránkami tlačítko přístroje tiskněte.

Aktualizace softwaru

Pokud jsou k dispozici softwarové aktualizace, přístroj při synchronizaci s účtem Garmin Connect automaticky dostupné aktualizace stáhne.

Během aktualizace se na displeji zobrazují lišta znázorňující průběh aktualizace

a symbol 📶. Aktualizace může trvat několik minut. Během aktualizace by mělo být zařízení v blízkosti chytrého telefonu. Po dokončení aktualizace se přístroj restartuje.

Péče o přístroj

OZNÁMENÍ

Chraňte přístroj před nárazy a jiným nešetrným zacházením, mohlo by dojít ke snížení jeho životnosti.

Nesnažte se tisknout tlačítka pod vodou.

Při čištění přístroje nepoužívejte ostré předměty.

Zamezte styku přístroje s chemickými čistícími prostředky, ředidly a repelenty, které by mohly způsobit poškození plastových částí přístroje.

Pokud přístroj přijde do styku s chlórem, slanou vodou, opalovacím krémem, kosmetikou, alkoholem nebo s jinými agresivními chemickými přípravky, důkladně jej opláchněte čistou vodou. Pokud by byl přístroj dlouhodobě vystaven působení výše uvedených látek, mohlo by dojít k poškození jeho krytů.

Přístroj nenechávejte v prostředí, kde je vysoká teplota (např. v sušičce).

Přístroj neukládejte na místě, které je dlouhodobě vystaveno extrémním teplotám, mohlo by dojít k jeho nenávratnému poškození.

Čištění přístroje

- 1 Přístroj otřete hadříkem navlhčeným v jemném čistícím prostředku.
- 2 Utřete přístroj do sucha.

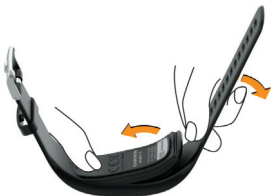
Po očištění nechte přístroj pořádně uschnout.

TIP: Více informací najdete na webových stránkách www.garmin.com/fitandcare.

Postup při výměně náramku

Informace o volitelném příslušenství a náhradních součástkách získáte na stránkách www.garmin.cz nebo od autorizovaného prodejce značky Garmin®.

- 1 Vyjměte přístroj z náramku.



- 2 Zařízení zajistěte v náramku tím, že roztáhnete otvor v náramku a přístroj do něj zasunete.
Značka na přístroji musí být zarovnána se značkou uvnitř náramku.



Uživatelé vyměnitelné baterie

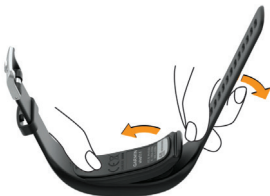
VAROVÁNÍ

Výstrahy a další důležité informace týkající se tohoto výrobku naleznete v příloženém letáku Bezpečnostní pokyny a produktové informace.

Výměna baterií

Přístroj je napájen dvěma bateriemi SR43. Jestliže jsou baterie již slabé, po synchronizaci se v rozhraní účtu Garmin Connect objeví upozornění na slabou baterii. Při výměně baterií nedojde ke smazání Vašich dat ani k resetování Vašeho nastavení.

- 1 Vyjměte přístroj z náramku.



- 2 Pomocí malého křížového šroubováku vyšroubujte čtyři šrouby na přední straně jednotky.
- 3 Sejměte přední kryt a vyjměte baterie.



- 4 Nové baterie vložte do přístroje tak, aby jejich záporný kontakt směřoval k vnitřní části předního krytu.
- 5 Zkontrolujte, zda není poškozené těsnění, které musí být přesně usazeno v zadním krytu.
- 6 Přiložte zpět přední kryt a zajistěte ho čtyřmi šrouby.
- 7 Všechny čtyři šroubky dobře a stejně utáhněte.
- 8 Zařízení zajistěte v náramku tím, že roztáhnete otvor v náramku a přístroj do něj zasunete.
Značka na přístroji musí být zarovnána se značkou uvnitř náramku.



Problémy a jejich odstranění

Přístroj neměří počet kroků přesně

Pokud se Vám zdá, že přístroj neměří přesně počet ušlých kroků, můžete zkusit následující:

- Noste náramek na zápěstí ruky, která není Vaší dominantní.
- Pokud tlačíte kočárek nebo sekačku na trávu, přendejte si přístroj do kapsy.
- Pokud aktivně používáte pouze ruce nebo paže, mějte přístroj v kapse.

POZNÁMKA: Některé opakující pohyby, ke kterým dochází např. při mytí nádobí, skládání prádla nebo tleskání, může přístroj mylně interpretovat jako kroky.

Na displeji přístroje a v rámci mého účtu Garmin Connect se nezobrazuje stejný počet kroků

Počet kroků uvedený v rozhraní Garmin Connect se aktualizuje během synchronizace.

- 1 Proveďte synchronizaci počtu kroků s aplikací Garmin Connect Mobile ([Synchronizace dat s aplikací Garmin Connect Mobile, strana 4](#)).
- 2 Vyčkejte, dokud přístroj nedokončí synchronizaci dat. Synchronizace může trvat několik minut.

POZNÁMKA: Pamatujte, že pouhým obnovením (refresh) informací v aplikaci Garmin Connect Mobile

nedojde k synchronizaci dat ani k aktualizaci počtu ušlých kroků.

Zdá se, že krokoměr neměří uraženou vzdálenost přesně

Pokud nebyla Vámi uražená vzdálenost změřena přesně, můžete si prostřednictvím účtu Garmin Connect nechat spočítat délku svého kroku ([Uživatelská nastavení, strana 15](#)).

Na displeji přístroje se nezobrazuje přesný čas

Při synchronizaci přístroje s mobilním zařízením se automaticky aktualizuje čas a datum. Aby se Vám po změně časového pásma nebo při přechodu na letní či zimní čas na displeji přístroje zobrazoval správný čas, měli byste provést synchronizaci přístroje.

- 1 Zkontrolujte si, zda se ve Vašem mobilním zařízení zobrazuje správný místní čas.
- 2 Proveďte synchronizaci přístroje s mobilním zařízením ([Synchronizace dat s aplikací Garmin Connect Mobile, strana 4](#)).

Čas a datum se automaticky upraví.

Jak spárovat nový přístroj se stávajícím účtem Garmin Connect?

Pokud jste s aplikací Garmin Connect Mobile již nějaké zařízení spárovali, můžete prostřednictvím nabídky nastavení aplikace přidat nové zařízení.

- 1 Otevřete aplikaci Garmin Connect Mobile.
- 2 V nabídce nastavení zvolte možnost **Garmin Devices (Přístroje Garmin)** > **Add Device (Přidat zařízení)**.
- 3 Postupujte podle pokynů na displeji.

Je můj chytrý telefon s přístrojem kompatibilní?

Zařízení vívoFit 4 je kompatibilní s chytrými telefony, které používají bezdrátovou technologii Bluetooth Smart.

Více informací o kompatibilitě naleznete na stránkách www.garmin.com/ble.

Nevlastním chytrý telefon

Pokud nedokončíte proces nastavení ve spojení s chytrým telefonem nebo počítačem, můžete přístroj zapnout a používat s tím, že budou jeho funkce omezené. Pokud nedokončíte nastavení pro chytrý telefon či počítač, můžete používat pouze krokoměr, automatický cíl a upozornění na nečinnost. Přístroj resetuje počet zaznamenaných kroků jednou denně. Dobu resetování zvolí přístroj na základě informací o aktivitě z prvního dne užívání tak, abyste spali. Dokud nebude nastavení dokončeno, přístroj nebude ukládat historii.

Abyste mohli využívat všechny funkce přístroje, dokončete nastavení prostřednictvím chytrého telefonu ([Nastavení chytrého telefonu, strana 3](#)) nebo počítače ([Spárování s počítačem, strana 25](#)).

POZNÁMKA: Některé funkce přístroje lze používat pouze při spárování s chytrým telefonem.


Spárování s počítačem

Pro spárování přístroje s Vaším počítačem můžete využít volitelné příslušenství USB ANT Stick™. Informace o volitelném příslušenství a náhradních součástkách získáte na stránkách www.garmin.cz nebo od autorizovaného prodejce značky Garmin®.

- 1 Jděte na stránky garmin.com/express.
- 2 V souladu s pokyny na obrazovce si stáhněte a instalujte aplikaci Garmin Express™.
- 3 Do USB portu počítače připojte bezdrátové zařízení USB ANT Stick.
- 4 Stisknutím hlavního tlačítka ① zapněte přístroj.




Při prvním zapnutí je přístroj přepnutý v režimu párování.

- 5 Pokud je to nutné, přidržte tlačítko na náramku, dokud se neobjeví symbol .
- 6 V souladu s pokyny na monitoru Vašeho počítače přidejte zařízení ke svému účtu Garmin Connect a dokončete proces nastavení.

Synchronizace dat s počítačem

Abyste mohli sledovat své zlepšování prostřednictvím aplikace Garmin Connect, měli byste provést manuální synchronizaci dat.

- 1 Umístěte přístroj do blízkosti Vašeho počítače.
- 2 Přidržte tlačítko na náramku, dokud se neobjeví symbol .
- 3 Vyčkejte, dokud nedojde k synchronizaci dat.
- 4 Nahrané údaje si prohlédněte v aplikaci Garmin Connect.

Můj přístroj se nechce zapnout

Pokud se Váš přístroj nechce zapnout, pravděpodobně bude nutné vyměnit baterii.

Viz [Výměna baterie na straně 20](#).

Resetování přístroje

Pokud přístroj přestane reagovat, může být nutné jej resetovat. Tímto způsobem nedojde ke ztrátě Vašich dat.

POZNÁMKA: Při resetování přístroje dojde rovněž k resetování Upozornění na nečinnost.

- 1 Přidržte tlačítko přístroje na 10 vteřin, dokud se nevypne jeho displej.
- 2 Tlačítko přístroje uvolněte.
Přístroj se resetuje a displej se znovu zapne.

Spárování s více mobilními přístroji

Svůj přístroj vívoFit 4 můžete spárovat hned s několika mobilními zařízeními. Například jej můžete spárovat s chytrým telefonem a s tabletem. Proces spárování můžete opakovat u každého dalšího mobilního zařízení ([Spárování s chytrým telefonem, strana 3](#)).

Příloha

Získání podrobnější informací

- Další manuály, články a softwarové aktualizace najdete na webových stránkách www.garmin.cz/podpora.
- Navštivte stránky www.garmin.com/intosports.
- Navštivte stránky www.garmin.com/learningcenter.
- Informace o volitelném příslušenství a náhradních součástkách získáte na stránkách www.garmin.cz nebo od autorizovaného prodejce značky Garmin®.

Rejstřík

A

aktivity **6**

aktualizace, software **17**

akumulátor

 maximalizace provozní doby **17**

 výměna **20**

aplikace **3, 4**

B

Bluetooth **3, 8**

C

cíle **10**

čištění přístroje **19**

CH

chytrý telefon **6, 24**

 párování **3**

D

data **2**

 přenos **12**

 uložení **12**

doba intenzivní aktivity **10**

G

Garmin Connect **4, 11, 13, 22, 23**

Garmin Express **25**

H

historie **11**

 odeslání do počítače **11**

hodiny **23**

I

ID jednotky **17**

M

Move IQ **13**

N

nabídka **6**

nastavení **13**

 přístroj **14**

náhradní součástky **19**

náramky **19**

P

párování, chytrý telefon **3**

podsvícení **11**

problémy a jejich odstranění **22**

příslušenství **27**

R

resetování přístroje **26**

S

spánek **10**

software

 aktualizace **17**

 verze **17**

stopky **6, 7, 8**

symboly **2**

T

technické údaje **17**

tlačítka **1, 2**

U

ukládání dat **11**

USB ANT Stick **25**

úsporná opatření **9**

V

výměna baterie **20**

výzvy **8, 9**

Z

záznam aktivity **6**

<http://podpora.garmin.cz>



Leden 2018
190-02240-00_0A