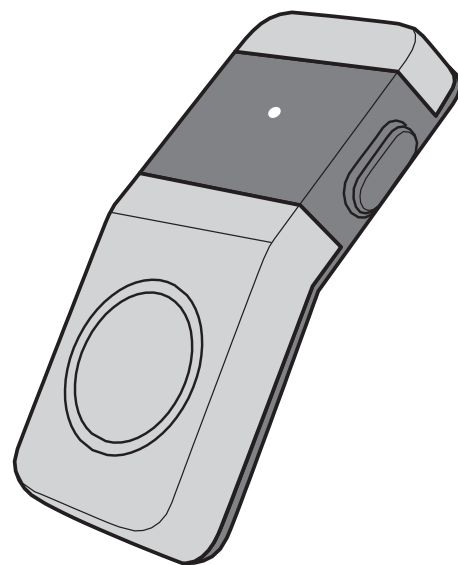


WME 2



Содержание

Важная Информация	3
Начало	4
Содержание комплекта	4
Ваш W/Me2	4
Характеристики	4
Начальная установка	5
Шаг 1: Зарядка Батарей	5
Шаг 2: Включение W/Me2	6
Шаг 3: Ношение W/Me2	7
Навигация по OSD меню (экранному меню)	8
Дополнительные OLED Индикаторы	9
Приложение W/Me2	10
Скачать приложение W/Me2	10
Основной экран	13
Основные функции	14
Функция Измерения	21
Функция Отслеживания Тренировки	23
Ношение дополнительных аксессуаров	28
Использование смарт-футболки / спортивного бюстгальтера	28
Использование кардиопояса	29
Регулирующие Положения	30

Важная Информация

Внимание!

Пожалуйста, внимательно прочитайте следующее.

- W/Me2 ОТ КОМПАНИИ ROOTT НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ УСТРОЙСТВОМ, И НЕ ДОЛЖНО ИСПОЛЬЗОВАТЬСЯ ДЛЯ ДИАГНОСТИРОВАНИЯ ИЛИ ЛЕЧЕНИЯ КАКИХ-ЛИБО ЗАБОЛЕВАНИЙ.
- ИЗ-ЗА МНОГООБРАЗИЯ ФИЗИОЛОГИЧЕСКИХ СОСТОЯНИЙ, УСТРОЙСТВО МОЖЕТ ФУНКЦИОНИРОВАТЬ НЕ ПОЛНОСТЬЮ ДЛЯ ОПРЕДЕЛЕННЫХ ЛЮДЕЙ.
- ФУНКЦИЯ ПРОСЛЕЖИВАНИЯ ДИНАМИКИ И ИЗМЕНЕНИЙ КРОВЯНОГО ДАВЛЕНИЯ ПРЕДНАЗНАЧЕНА ЛИШЬ ДЛЯ ПОЛУЧЕНИЯ ИНФОРМАЦИИ, А НЕ ДЛЯ ЗАМЕНЫ МЕДИЦИНСКИХ ИЗМЕРЕНИЙ КРОВЯНОГО ДАВЛЕНИЯ. ДЛЯ НАЗНАЧЕНИЯ КУРСА ЛЕЧЕНИЯ ВСЕГДА ИСПОЛЬЗУЙТЕ ПОКАЗАТЕЛИ МЕДИЦИНСКОГО ПРИБОРА ДЛЯ ИЗМЕРЕНИЯ КРОВЯНОГО ДАВЛЕНИЯ.
- ПРИЛОЖЕНИЕ ДЛЯ ТРЕНИРОВКИ ДЫХАНИЯ НЕ ПОДХОДИТ ДЛЯ ПОЛЬЗОВАТЕЛЕЙ С ЗАБОЛЕВАНИЕМ ЛЕГКИХ ИЛИ С РЕСПИРАТОРНЫМИ ЗАБОЛЕВАНИЯМИ.
- ЕСЛИ СИГНАЛЫ НЕ ПОСТУПАЮТ ДОЛЖНЫМ ОБРАЗОМ, НЕОБХОДИМО ПОЧИСТИТЬ ЭЛЕКТРОДЫ В ВЕРХНЕЙ И НИЖНЕЙ ЧАСТИ УСТРОЙСТВА САЛФЕТКОЙ ИЛИ ТАМПОНОМ, ПРОПИТАННЫМ СПИРТОМ.



НАЧАЛО

W/Me2 - компактный биодатчик, который может непрерывно отслеживать ваши биометрические данные, отслеживать тренировки в режиме реального времени и позволяет беспроводным путем делиться результатами измерений, данными отслеживания сна и тренировок.

Данный раздел предоставит основную информацию о подготовке к использованию вашего W/Me2.

Содержание Комплекта

Убедитесь, что Стандартные Аксессуары включены в ваш комплект.

Стандартные Аксессуары:

- W/Me2 Core x 1
- USB кабель для зарядки x1
- Инструкция для Быстрой установки x1
- Rooti Ремни (2 набора, черный и белый)

Дополнительные вспомогательные аксессуары:

- Rooti кардиопояс с донглом
- Rooti кардио смарт-футболка с донглом
- Rooti кардио спортивный бюстгалтер с донглом

Примечание: Вспомогательные аксессуары продаются отдельно.

Ваш W/Me2



1. Верхний ремешок браслета
2. Боковая кнопка
3. ECG- 2 (датчик)
4. Нижний ремешок браслета
5. ECG- 1 (датчик)
6. W/Me2 Core
7. OLED экран

Характеристики

Общая информация:

- Bluetooth 4.0 (BLE)
- Размер: 18.5 x 46.5 x 8.5 мм
- Экран: OLED (0° ~ 45°C)
- Зарядка: USB

Вес 15.8г (0.56 oz)

Заряд батареи: 144 часов (в среднем)

Температура окружающей среды при работе: 32° ~ 95° F

Информация о совместимости

iOS 8+, iPhone 5+, iPad 3+

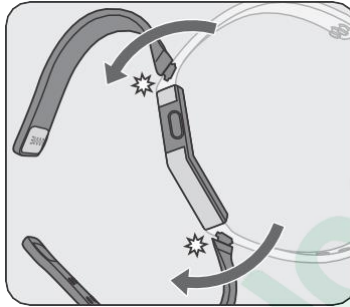
Устройства Android 4.3+ с Bluetooth 4.0

Начальная установка

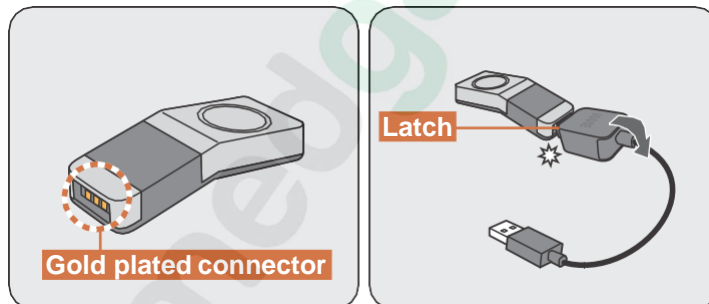
Step 1: Зарядка батареи

Важно! Заряжать устройство нужно как минимум в течение 1-2 часов, перед тем, как начать его использовать.

1. 1. Потяните верхний и нижний ремешки браслета по направлению к OLED-дисплею, чтобы отделить их от корпуса W/Me2.



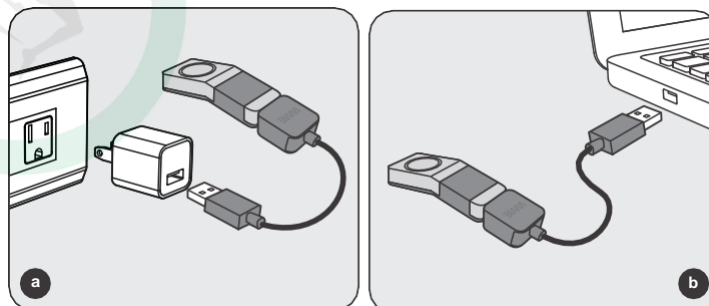
2. 2. Вставьте замок зарядного USB-кабеля (с логотипом) в разъем с золотыми коннекторами на корпусе W/Me2. Затем слегка надавите на кабельный коннектор, чтобы соединение было надежно установлено.



3. 3. Подключите USB конец зарядного кабеля к адаптеру питания, и затем адаптер питания к сетевой розетке (a), или подключите USB конец кабеля непосредственно к USB-порту на вашем компьютере (b).

Примечание:

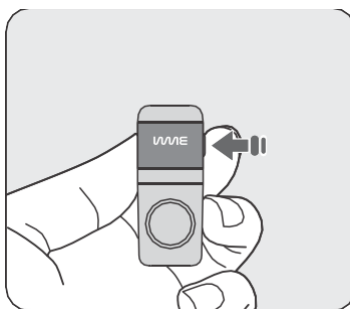
- В процессе зарядки батареи на экране загорится белый индикатор.
- Как только батарея полностью зарядится, белый индикатор начнет мигать.



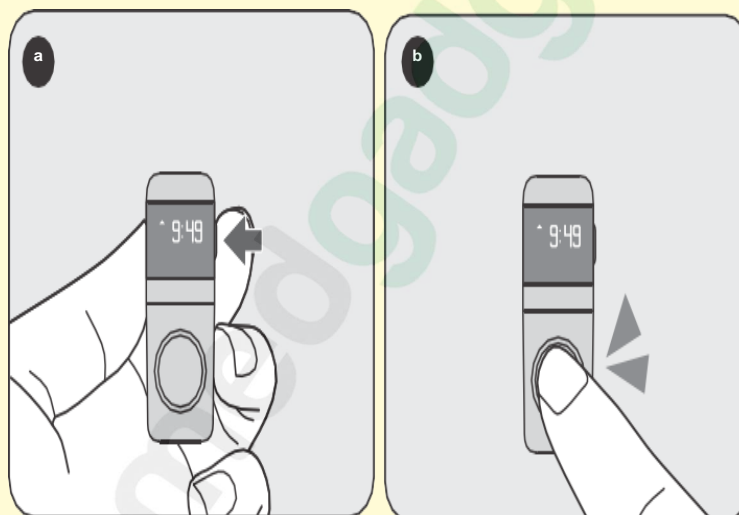
3. 3. Когда зарядка закончится, выполните Шаги 1 и 2 в обратном порядке, чтобы отсоединить зарядный кабель и прикрепить ремешки к корпусу.

Шаг 2: Включение W/Me2

Нажмите на боковую кнопку и удерживайте в течение нескольких секунд. На экране появится логотип и корпус W/Me2 завибрирует, оповещая о включении.



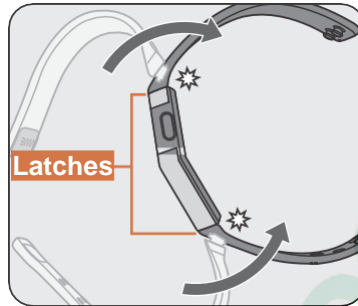
Примечание: Разбудить устройство W/Me2 можно коротким нажатием на боковую кнопку или двойным нажатием на кнопку ECG-1.



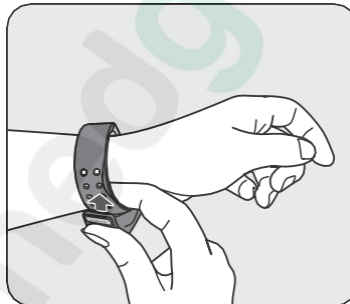
Шаг 3: Ношение W/Me2

Вы можете носить W/Me2 на своем запястье, а также можете использовать дополнительные аксессуары, такие как смарт-футболка или кардиопояс. Для получения дополнительной информации о дополнительных вспомогательных аксессуарах, ознакомьтесь с разделом “*Ношение дополнительных аксессуаров*” на странице 28.

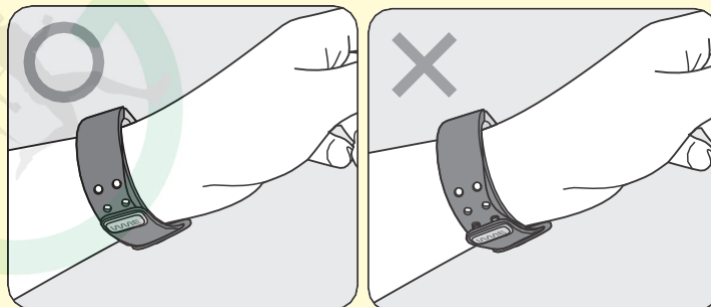
1. Вставьте замок ремешка браслета в слот на корпусе W/Me2 и немного надавите на ремешок, чтобы надежно закрепить.
2. Повторите этот шаг для второго ремешка.



3. Наденьте браслет так, чтобы концы браслета наложились друг на друга.
4. Стяните концы браслета и определите удобный размер для вашего запястья.
5. Вставьте застежку в два отверстия на браслете как показано на картинке.



Примечание: Чтобы получать оптимально точные результаты измерений, удостоверьтесь, что закрепили браслет плотно и надежно. Пожалуйста, посмотрите как показано на следующих картинках.



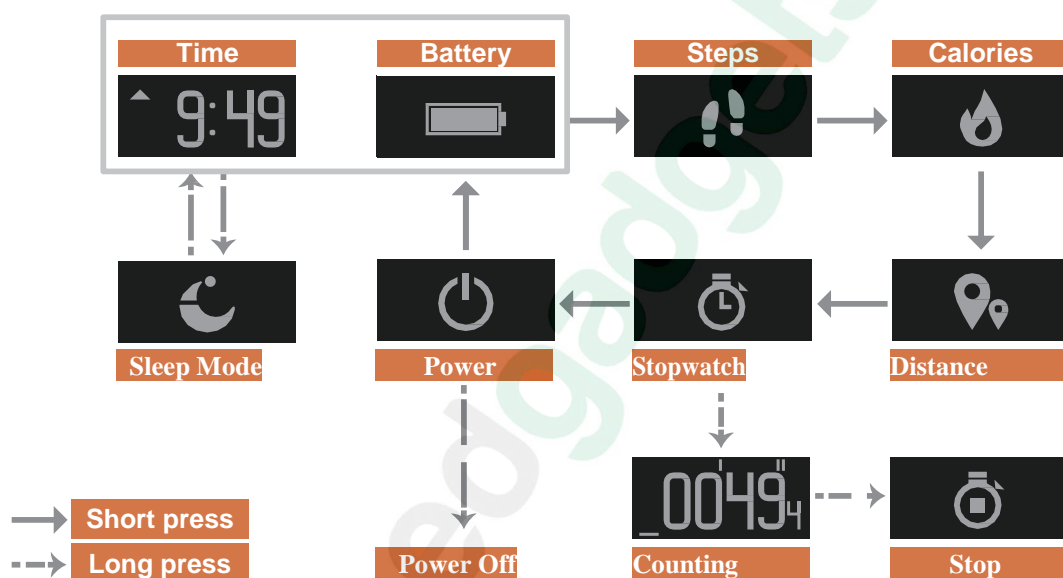
Теперь W/Me2 отслеживает ваши шаги, количество сожженных калорий и пройденное расстояние.








- Чтобы получить больше информации об использовании OSD меню (экранного меню), просмотрите раздел “*Навигация по OSD меню*” на странице 8.
- Чтобы узнать о других функциях, просмотрите раздел “*Приложение W/Me2*” на странице 10.

Навигация по OSD меню (экранному меню)

W/Me2 может отслеживать количество пройденных вами шагов, количество сожженных калорий, общее пройденное расстояние и качество сна. Вся эта информация доступна на экране W/Me2 или в приложении **W/Me2**. При помощи OSD меню (экранного меню), вы можете узнать также текущее время и статус батареи, использовать таймер, выключить W/Me2 и просмотреть различные оповещения и уведомления (входящие вызовы, будильник, напоминания и т.д.)








Доступ к функциям OSD меню можно получить в следующей последовательности, используя долгое нажатие или короткое нажатие на боковую кнопку. Пожалуйста, следуйте следующей схеме:



Название в меню	Описание
Time and Battery	 <ul style="list-style-type: none"> - : Полный заряд. - : заряжено на 80-100%. - : заряжено на 61-80%. - : заряжено на 41-60%. - : заряжено на 21-40%. - : заряжено на 0-20%. Устройство будет вибрировать, пожалуйста зарядите батарею
Sleep mode	Когда включен этот режим, W/Me2 отслеживает качество вашего сна, учитывая движения вашего тела.
Steps	Показывает количество пройденных шагов
Calories	Показывает количество сожженных калорий
Distance	Показывает пройденное расстояние
Stopwatch	Используется для отсчета времени

Дополнительные OLED индикаторы

Чтобы сообщить вам о важных событиях, таких как входящий вызов, уведомления, достижение цели, и т.д., W/Me2 покажет на экране соответствующий символ. Значение символов описано в следующей таблице:

Событие	Иконка	Значение
Входящий вызов		При входящем звонке появляется эта иконка и устройство вибрирует
Будильник		Когда включается будильник, появляется эта иконка и устройство вибрирует
Лого		При включении или выключении W/Me2 появляется эта иконка и устройство вибрирует
Достижение цели		При достижении цели появляется эта иконка и устройство вибрирует. Чтобы узнать как изменить цель, просмотрите раздел “профиль” на странице 16.
Уведомление		Эта иконка появляется, когда W/Me2 оповещает о пассивности пользователя в течении долгого времени
Ожидание		Эта иконка появляется, когда должно начаться измерение
Измерение		Эта иконка появляется, когда измерение в процессе

Приложение W/Me2

W/Me2 App

В приложении W/Me2, вы можете получить данные вашего сердечного ритма, производительности тренировки и продолжительности сна; вы также можете изменить данные пользователя и настроить системные параметры, поделиться информацией с другими и т.д..


Скачать приложение W/Me2

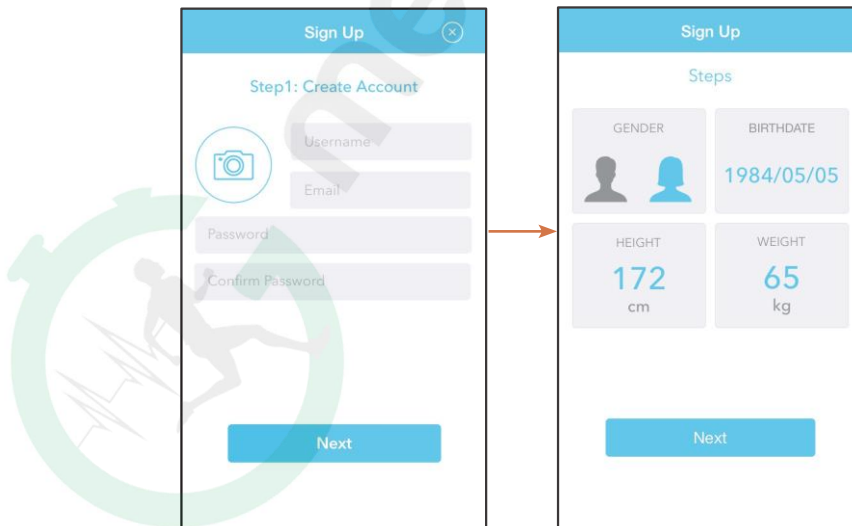
Примечание : Приложение W/Me2 доступно на портативных устройствах iOS и Android.

1. На вашем портативном устройстве откройте App Store для iOS устройств или Google Play для Android устройств.
2. Найдите приложение **W/Me2** и установите его на ваше смарт устройство.

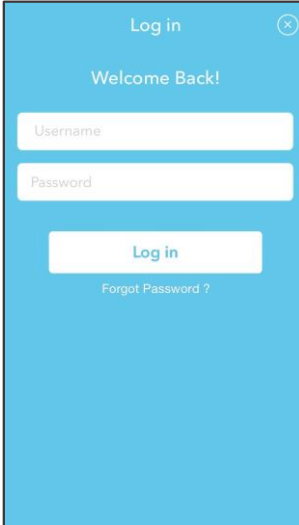
Примечание:

- W/Me2 может быть сопряжено лишь с одним устройством.
- Убедитесь, что Bluetooth на вашем смарт устройстве включен.
- Убедитесь, что ваш W/Me2 включен и находится рядом с вашим смарт устройством в диапазоне сигнала Bluetooth.

3. Нажмите  на экране вашего смарт устройства
4. Зарегистрируйтесь/ Войдите .
 - Если вы входите в первый раз, следуйте инструкции на экране, чтобы ввести персональные данные, такие как имя пользователя, E-mail, пол, дату рождения и т.д. Нажмите **Next**, чтобы продолжить.

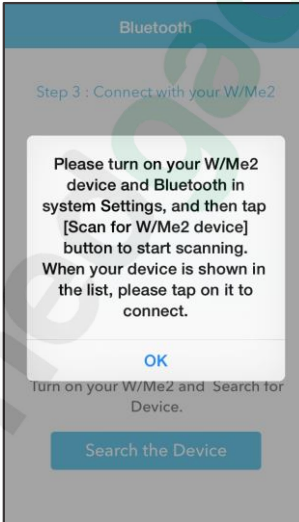


- Если у вас уже имеется ID пользователя, заполните поля «имя пользователя» и «пароль», и нажмите **Log in (Войти)**.



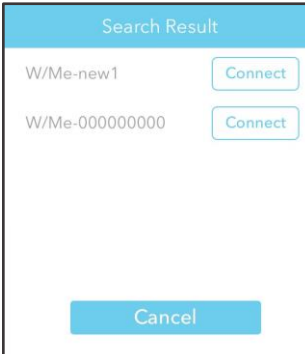
Сообщение, появившееся на экране, предоставляет инструкцию по сопряжению W/Me2 с вашим смарт устройством.

5. Нажмите **ОК**.



6. Нажмите **Search the Device (Найти устройство)**.

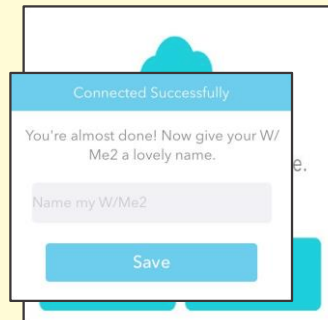
Search Result (Результаты поиска) появятся на экране.



7. Нажмите **Connect (Подключение)**, чтобы начать сопряжение W/Me2 с вашим смарт устройством.

Примечание:

- Вы можете получить следующее сообщение об обновлении программного обеспечения :



Нажмите **Yes (Да)**, чтобы немедленно обновить программное обеспечение или нажмите **Later (Позже)**, чтобы обновить позднее.



Если вы выбрали **Yes (Да)**, начнется процесс OTA (обновление ПО «по воздуху»). Пожалуйста, поместите Core (Устойство) на поверхность экрана приложения, как показано на изображении. Не перемещайте корпус устройства до его автоматического включения.

Основной экран

На Основном экране вы можете видеть данные о физической нагрузке текущего дня, возрасте тела, продолжительности сна и продолжительности тренировки. Нажмите на иконку, чтобы просмотреть подробности.

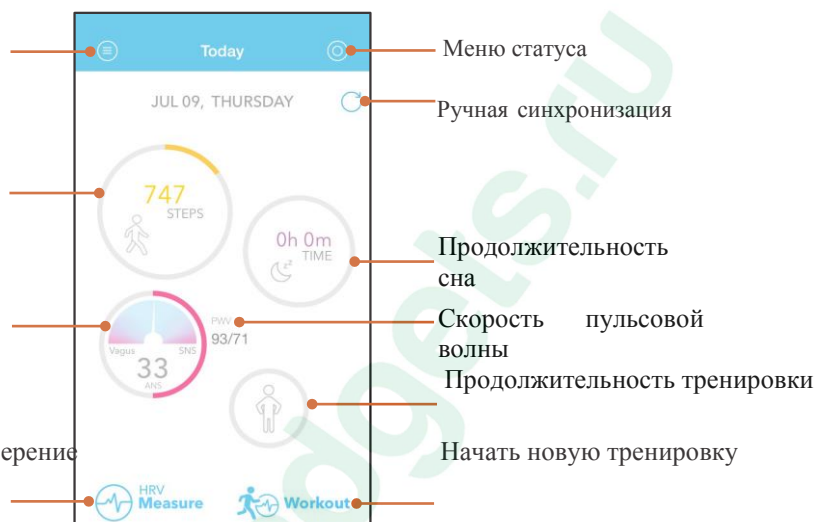
Нажмите **Measure (Измерение)** или **Workout (Тренировка)**, чтобы начать новое измерение или тренировку.

Основное меню

Количество ежедневных шагов

Возраст тела

Начать новое измерение



Иконка	Описание
Status Menu (Меню статуса)	Нажмите, чтобы увидеть оставшийся заряд батареи, время последней синхронизации, уведомления, также вы можете установить будильник или напоминание.
Manual Sync (Ручная синхронизация)	Нажмите, чтобы вручную синхронизировать устройство W/Me2 с вашим смарт устройством.
Sleep Time (Продолжительность сна)	Показывает, как долго был включен режим отслеживания сна. Нажмите, чтобы увидеть динамику качества сна за день /неделю/месяц.
PWV	Показывает кровяное давление.
Workout Duration (Продолжительность тренировки)	Показывает сердечный ритм, основываясь на показателях активности во время тренировки. Нажмите, чтобы просмотреть показатели отслеживания тренировки.
Start New Workout (Начать новую тренировку)	Нажмите, чтобы открыть экран активности тренировки и начать ее. Пожалуйста, просмотрите раздел <i>Функции тренировки</i> на странице 23 .
Start New Measure (Начать новое измерение)	Нажмите, чтобы открыть экран измерения и начать измерение состояния вашего тела.
Body Age (Возраст тела)	Показывает ваше настроение, возраст тела и сердечный ритм. Нажмите, чтобы просмотреть статистику.
Daily Steps (Количество ежедневных шагов)	Показывает количество пройденных шагов. Нажмите, чтобы просмотреть статистику за день / неделю/месяц.
Main Menu (Основное меню)	Нажмите, чтобы попасть в Основное Меню, просмотреть статистику, редактировать профиль, зайти в качестве гостя, добавить друга, создать группу, добавить свои настройки, перейти к дыхательным упражнениям и т.д.

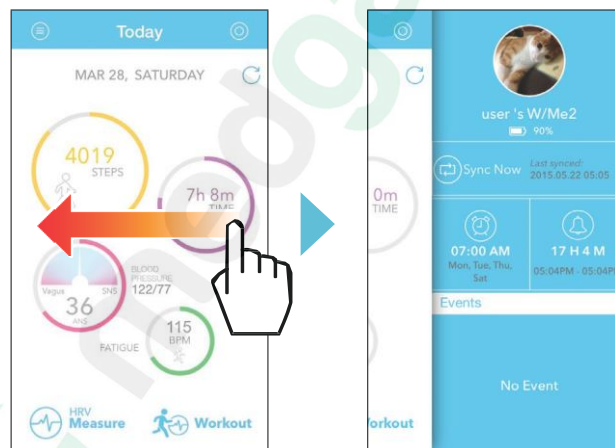
ОСНОВНЫЕ ФУНКЦИИ

Чтобы получить доступ к различной информации, проведите пальцем по Основному Экрану, как описано ниже:

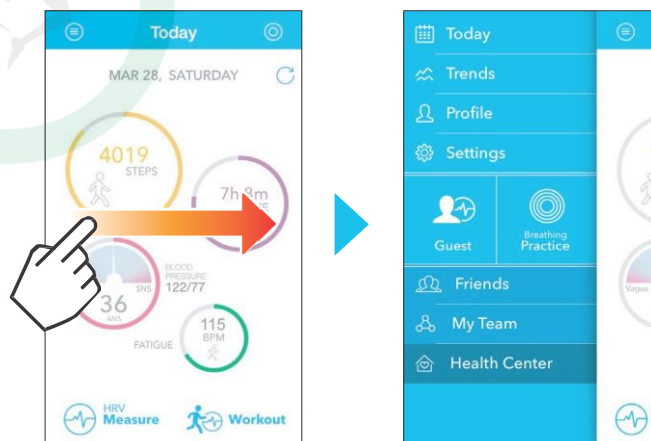
- Проведите **вверх**, чтобы просмотреть историю активности за день. Проведите **вниз**, чтобы скрыть страницу истории.



- Проведите пальцем налево, чтобы просмотреть Меню статуса.

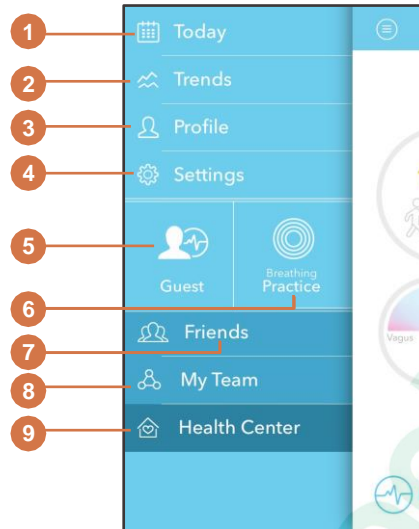


- Проведите пальцем направо, чтобы просмотреть Основное Меню

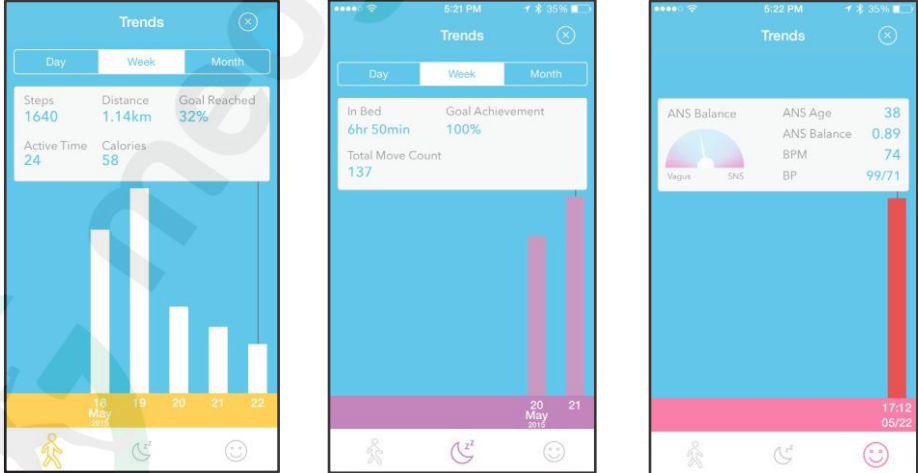



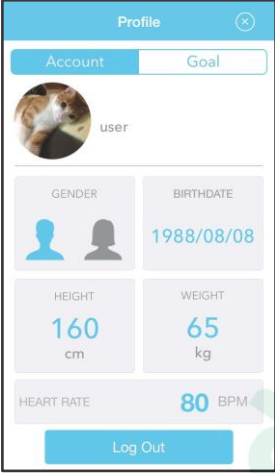
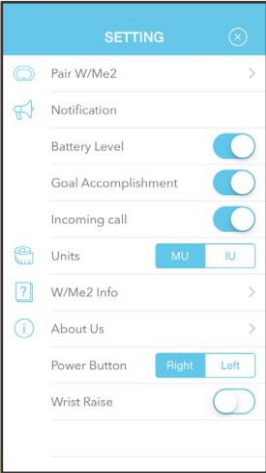
Основное Меню

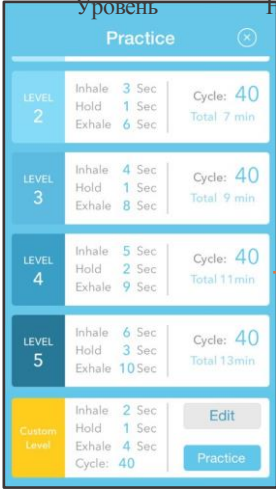
Чтобы получить доступ к Основному Меню, откройте Основной экран и прокрутите экран направо или нажмите на .



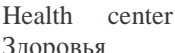


Main Menu


No:	Иконка	Описание
1	Today (Сегодня)	Нажмите Today, чтобы вернуться на Основной Экран.
2	Trends (Статистика)	<p>Нажмите Trends, чтобы увидеть отчеты о шагах/продолжительности сна/ балансе ВНС за день/неделю/месяц</p> <p>Еженедельный отчет о шагах Еженедельный отчет о сне Еженедельный отчет о балансе ВНС</p>  <p>Примечание:  Нажмите на крестик, чтобы закрыть отчет</p>

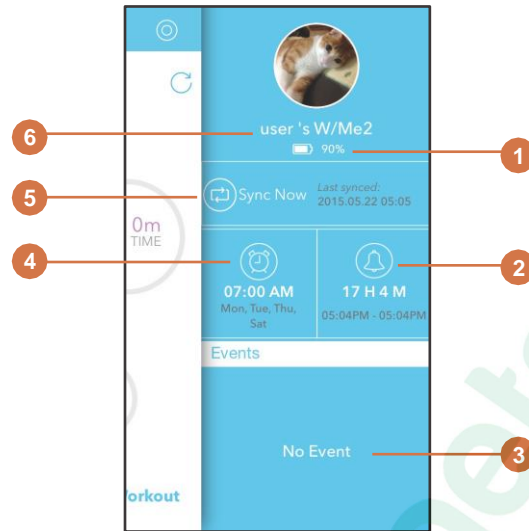
No:	Иконка	Описание
3	Profile (Профиль)	<ul style="list-style-type: none"> • На странице Account (Учетная запись), вы можете редактировать вашу информацию, например фотографию профиля, имя пользователя, пол, день рождения, рост, вес, сердечный ритм. • На странице Goal (Цель), перемещайте кружки (● / ●), чтобы установить количество шагов, продолжительность сна, время измерения сердечного ритма и продолжительность тренировки. После окончания сохраните настройки. <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> <p>Страница учетной записи</p>  </div> <div style="text-align: center;"> <p>Страница Целей</p>  </div> </div> <p style="text-align: center; margin-top: 10px;">✕</p>
4	Settings Настройки	<p>NOTE: Нажмите ✕, чтобы закрыть страницу. Нажмите Settings для конфигурирования системных настроек, таких как ручное сопряжение и отсоединение W/Me2, редактирование имени вашего смарт-устройства, установка уведомлений о заряде батареи, о достижении цели и входящем звонке. Вы также можете установить единицы измерения (в метрах (MU)/ в дюймах (IU)), просмотреть инструкцию пользователя, просмотреть информацию о W/Me2 и о Rooti. Если вы хотите изменить расположение экрана, установите кнопку Power Button на правую или левую позицию. Если вы хотите, чтобы W/Me2 отслеживал движения вашего запястья при поднятии вверх, включите функцию Wrist Raise (Поднятие запястья). Включение данной функции позволяет устройству фиксировать точный момент поднятия запястья.</p> <div style="text-align: center;">  </div> <p style="text-align: center; margin-top: 10px;">✕</p> <p>Примечание: Нажмите на крестик, чтобы закрыть страницу.</p> <p>Отключение функции Wrist Raise поможет сэкономить заряд батареи.</p>
5	Guest (Гость)	<p>Нажмите Guest, чтобы использовать функцию измерения сердечного ритма в качестве гостя. Вам следует заполнить персональную информацию. Следуйте инструкции, которая появится на экране.</p>







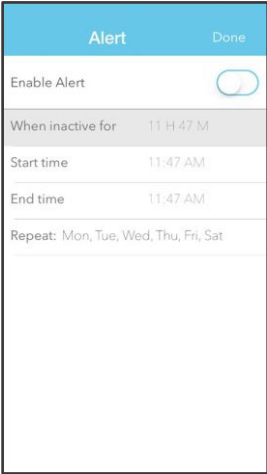
№	Иконка	Описание
0	:	<p>Нажмите Breathing Practice, чтобы начать дыхательные упражнения. Вы можете выбрать между пятью предустановленными уровнями или использовать пользовательский уровень / уровень N, чтобы разработать ваш личный дыхательный тест. Далее нажмите и удерживайте датчики ECG-1 и ECG-2, как указано на экране и ждите начала вашего теста. В течение теста, следуйте указаниям на экране вдыхая – задерживая дыхание – выдыхая. На странице результатов вы увидите пройденный дыхательный цикл, количество правильных вдохов-выдохов и коэффициент правильного дыхания в течение цикла.</p>
6	Breathing Practice Дыхательные упражнения	<p>Выберите Уровень</p>  <p>Нажмите и удерживайте датчик</p>  <p>Вдох-задержка-выдох</p>  <p>Посмотрите результаты</p>  <p>Примечание: Нажмите на крестик, чтобы закрыть страницу .</p>

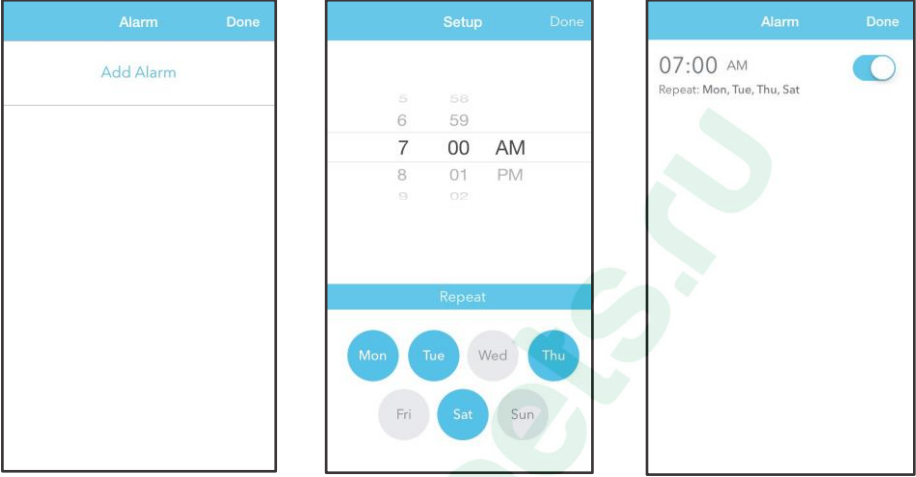
No:	Иконка	Описание
7	 Друзья	<p>Чтобы управлять страницей друзей, используйте любую из следующих функций:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Нажмите Add Friend (Добавить Друга), чтобы найти ID вашего друга и отправить запрос. • Если кто-то предложил вам дружить, вы увидите красный кружок на опции “Friend Request” (Предложение Дружбы), нажмите на него, чтобы принять дружбу. • Нажмите на имена тех, кого хотите добавить в свою группу и создайте ваш личный список друзей по тренировке.  <p>NOTE: Нажмите на крестик, чтобы закрыть страницу.</p>
8	 Myteam(Моя команда)	<p>Чтобы управлять списком друзей по тренировке, следуйте следующим указаниям:</p> <ul style="list-style-type: none"> • My team list (Список друзей по тренировке) показывает текущих друзей, которые находятся в списке. • Нажмите View(Просмотреть), чтобы войти в режим тренировки, где вы можете увидеть статус тренировки вашего друга в реальном времени. Пожалуйста, просмотрите раздел на <i>странице 23</i>.  <p>NOTE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Нажмите на крестик, чтобы закрыть страницу. • Приложение отправляет уведомления, когда друзья из вашего списка начинают использовать функцию “Групповая Тренировка”.
9	 Health center Здоровья Центр	<p>Выберите Health Center, чтобы войти в аккаунт сервиса</p>

Меню статуса

Чтобы зайти в Меню статуса, откройте Основной экран и прокрутите экран налево или нажмите 



№:	Иконка	Описание
1	Статус заряда батареи	<p>Показывает оставшийся заряд батареи. Статус батареи показывается следующим образом::</p> <ul style="list-style-type: none">  Полный заряд -  Заряжено на 80-100%. -  Заряжено на 61-80%. -  Заряжено на 41-60%. -  Заряжено на 21-40%. -  Заряжено на 0-20%. Пожалуйста, зарядите батарею.
2	Alert (Напоминания)	<p>Нажмите Alert, чтобы установить напоминание. Например, напоминание о неактивности. Включите напоминание, установите время начала и конца, и дни недели, когда вы хотите получать напоминание. Нажмите Done (Готово), чтобы сохранить изменения.</p> 
3	Event (События)	Показывает список событий, таких как напоминание о заряде батареи, достижение цели и получение сообщений.

№:	Иконка	Описание
4	Alarm (будильник)	<p>Нажмите Alarm, чтобы установить будильник. Укажите время и дни для повторения. Нажмите Done (Готово), чтобы сохранить изменения.</p> <p>Нажмите Add Alarm(Добавить будильник) Укажите время и дни для повторения. Будильник установлен</p> 
5	Sync (синхронизация)	<p>Просмотрите дату последней синхронизации или нажмите, чтобы вручную синхронизировать W/Me2 с вашим смарт устройством.</p>
6	User (Пользователь)	<p>Показывает имя пользователя и фотографию.</p>




Функция Измерения

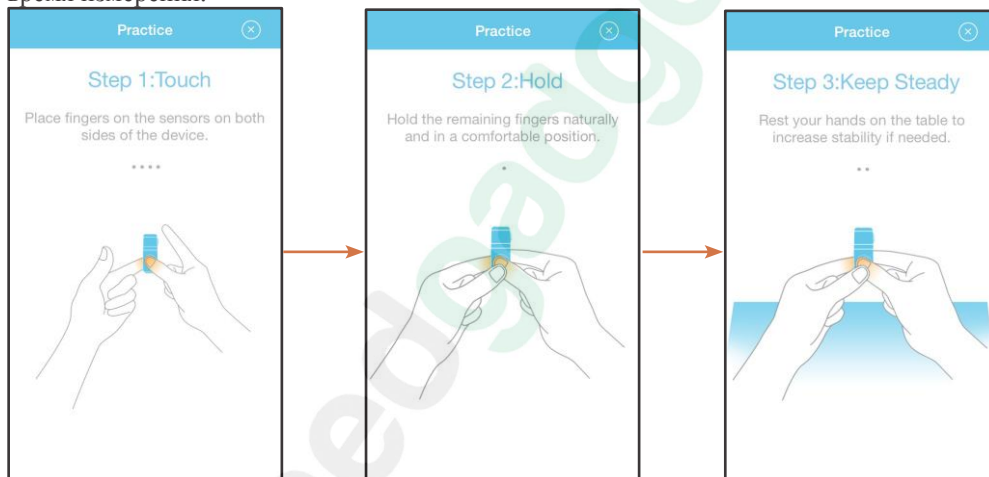
Используйте функцию Измерения, чтобы проанализировать ваш сердечный ритм и дыхание при помощи Электрокардиографии. На странице результатов вы увидите баланс ВНС, возраст ВНС и сердечный ритм за минуту.

Примечание: Во время измерения необходимо не двигаться и находиться в покое.

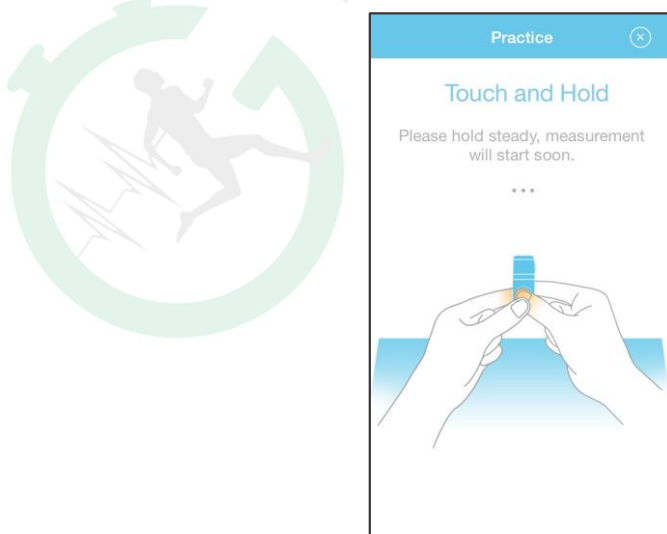
Чтобы начать использовать Функцию Измерения, выполните следующее:

1. Найдите удобное для вас положение.
2. Откройте Основной Экран приложения **W/Me2**.
3. Нажмите **HRV Measure (Измерение сердечного ритма)** .

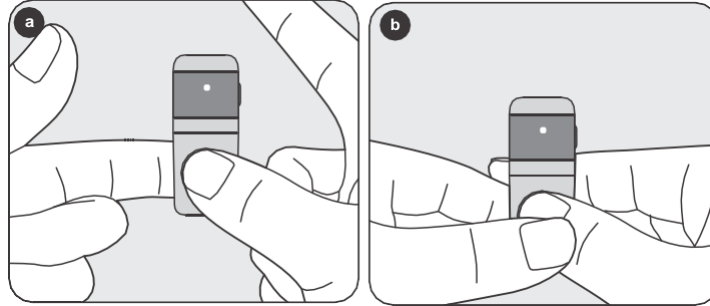
W/Me2 перейдет в режим Измерения и покажет белый индикатор, двигающийся вперед-назад в течение всего измерения. Если вы измеряете впервые, на экране вашего смарт устройства откроется обучающая презентация, которая показывает, как держать руки во время измерения.



После обучения начнется измерение. На экране вашего смарт устройства вы увидите следующий экран, который покажет, как разместить пальцы на датчиках ECG-1 и ECG-2.



4. Нажмите и удерживайте датчики ECG-1 и ECG-2 пальцами правой и левой руки, как показано на изображении “а” или “б”.



Важно! Удерживайте датчики ECG-1 и ECG-2 до завершения измерения.

Откроется экран *Measuring in progress* (Измерение в процессе).



Результаты будут отображаться следующим образом:



Примечание: Чтобы улучшить ваше дыхание, мы рекомендуем использовать функцию Дыхательные Упражнения. Вы можете получить доступ к этой функции в Основном Меню. Пожалуйста, просмотрите раздел “Дыхательные Упражнения” на странице 17.


Что такое:

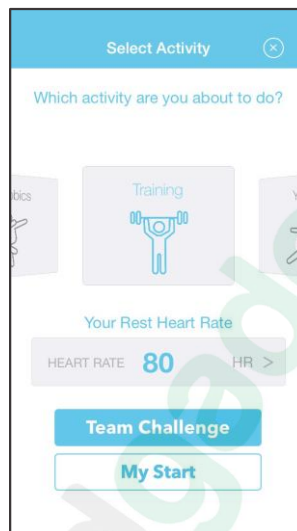
- 1) сердечко с восклицательным знаком -- аритмия (советуем перепроверять 3-4 раза, и отдельно проверять при помощи нагрудного ремня).
- 2) рука -- не достаточно сильный сигнал, необходимо повторить измерение, попробуйте изменить обхват устройства или сжать датчик сильнее.

Функция Тренировки

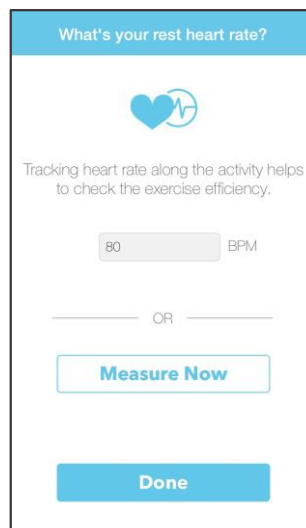
Используйте эту функцию, чтобы отслеживать ваши биометрические данные во время активности.

Чтобы начать использовать функцию тренировки, выполните следующее:

1. Носите W/Me2 с донглом и кардиопоясом или с другим вспомогательным аксессуаром (пожалуйста, просмотрите раздел “*Ношение вспомогательных аксессуаров*” на странице 28).
2. Откройте Основной Экран в приложении **W/Me2**.
3. Нажмите  **Workout**.
Откроется экран *Select Activity (Выбор Активности)*.



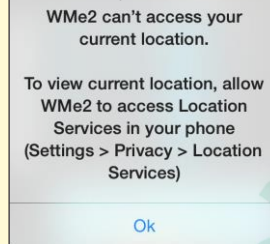
4. Нажмите на активность, которую собираетесь выполнить. Доступны опции езды на велосипеде и бега.
5. Используйте показатели сердечного ритма по умолчанию или введите ваши показатели Сердечного ритма во время покоя (HEART RATE 80 BPM >), чтобы ввести/измерить ваш текущий сердечный ритм. Пожалуйста, следуйте инструкциям на экране. Нажмите Done (Готово), когда изменения будут завершены.



6. Выберите **Team Start (Начало групповой тренировки)** или **My Start (Начало моей тренировки)**.

а) Нажмите **Team Start (Начало групповой тренировки)**, если хотите поделиться с друзьями вашими биометрическими данными, информацией о местонахождении, о зоне сердечного ритма, скорости и продолжительности тренировки

Примечание: если вы хотите поделиться информацией о местоположении, то вам необходимо включить Службу Геолокации на вашем смарт устройстве и предоставить доступ к информации о местоположении приложению W/Me2 (**Settings > Privacy > Location Services**). Если вы не включили Службу Геолокации, вы получите следующее уведомление.



Нажмите **ОК**, чтобы продолжить.

Откроется следующий экран.



Удары сердечного ритма в минуту

Имя пользователя (вы)

Добавить друзей (пролистайте, чтобы просмотреть информацию о ваших друзьях)

Скорость активности

Продолжительность активности

Текущее местоположение


Индикатор

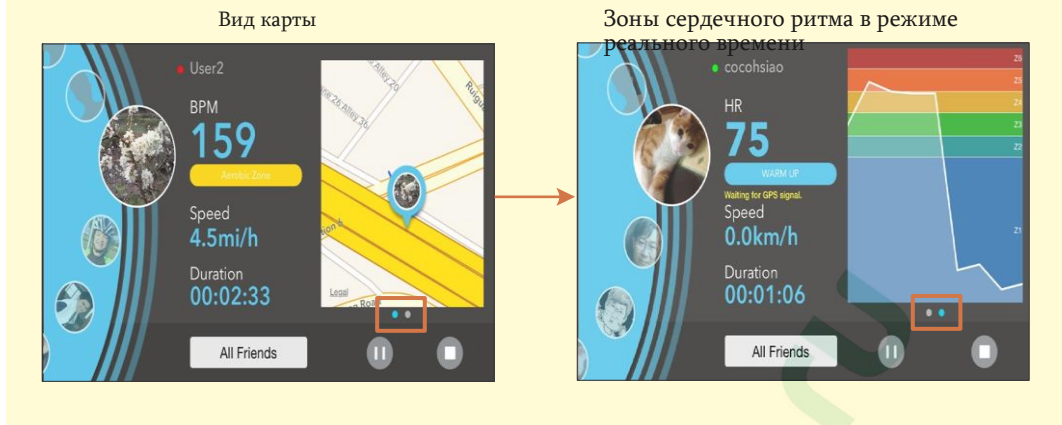
Нажмите, чтобы закрыть экран

Нажмите, чтобы приостановить отслеживание

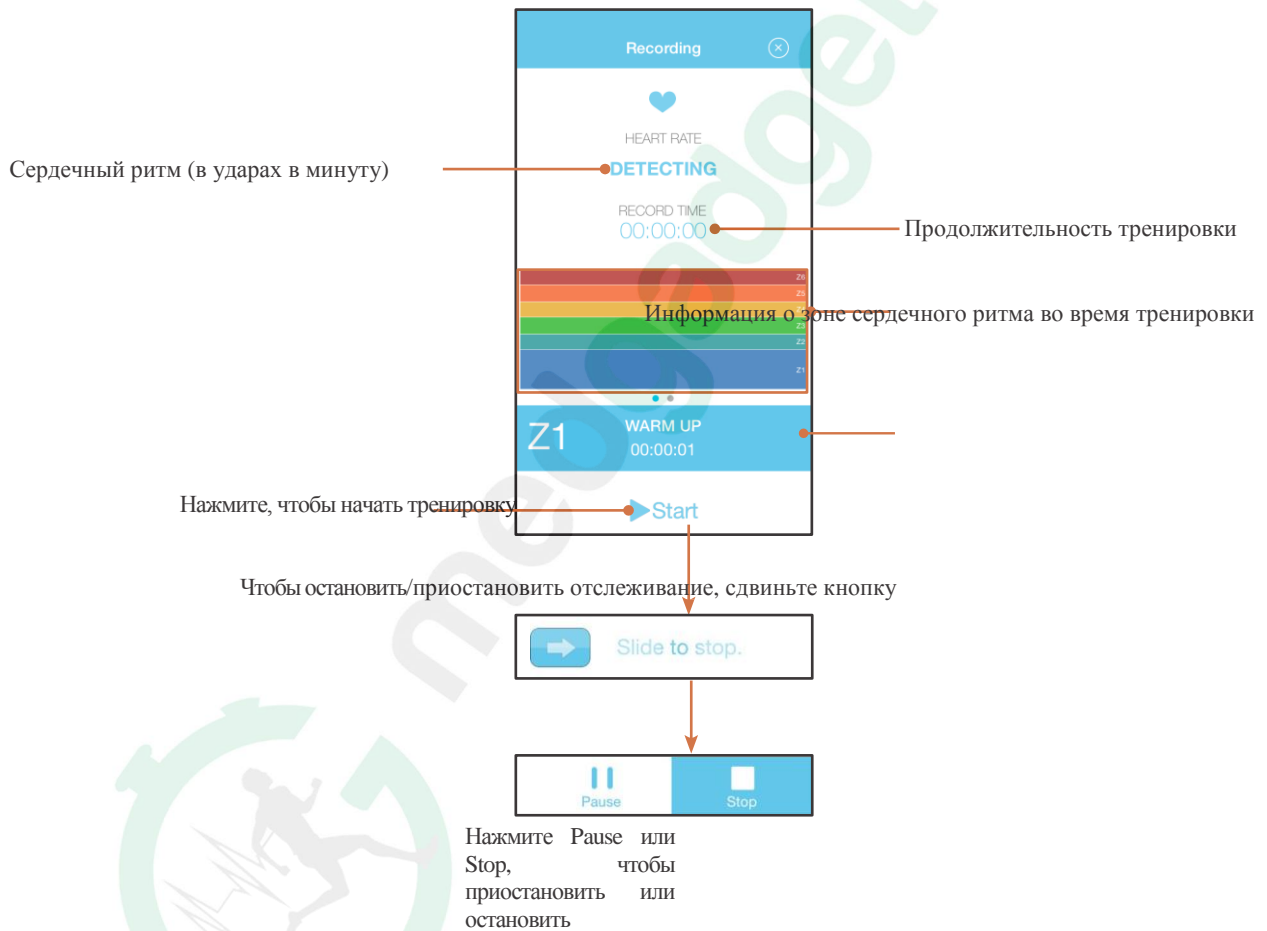
Информация о ЧСС и скорости друзей друзей и продолжите

BPM	Speed	BPM	Duration
120	8.9		00:01:34
122	9.0		00:01:34
145	8.5		00:01:34
142	8.7		00:01:34

Примечание: Прокрутите влево или направо, чтобы переключиться на карты или на зоны сердечного ритма в реальном времени. Индикатор активного вида высвечивается синим цветом, а неактивного - серым. Например, если отображается карта, то индикатор будет таким: 

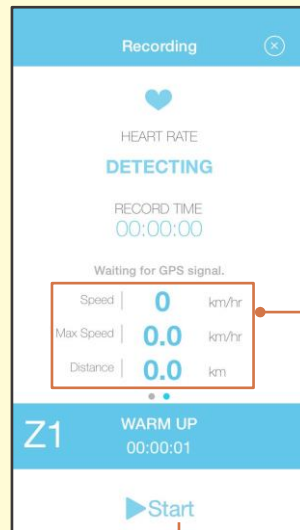


b) Нажмите **My Start**, если вы хотите отслеживать только вашу тренировку. Откроется следующий экран



Примечание:

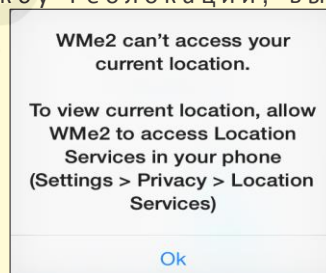
- Прокрутите экран чтобы начать тренировку с отслеживанием зон сердечного ритма



Информация о средней скорости, максимальной скорости и расстоянии












Если вы хотите сохранить информацию о вашем местоположении, то вам следует включить Location Services (iOS) Службу Геолокации на вашем смарт устройстве и открыть доступ приложению W/Me2 (**Settings > Privacy > Location Services**). Если вы не включили Службу Геолокации, вы получите следующее уведомление:



Click **OK** to continue.

После того как вы нажмете **Stop (Остановить)**, вы увидите подробный отчет о результатах тренировки. Вы также можете поделиться вашими результатами с друзьями через интернет.

Workout Monitor			
May 27 Wed		Avg. HR 68	Level 1
May 27 Wed		Avg. HR 84	Duration 00:00:26
May 27 Wed		Avg. HR 90	Duration 00:01:02
May 27 Wed		Avg. HR 98	Level M
May 27 Wed		Avg. HR 0	Duration 00:00:06
May 26 Tue		Avg. HR 174	Duration 00:00:40
May 26 Tue		Avg. HR 70	Duration 00:00:17
May 26 Tue		Avg. HR 148	Duration 00:03:14

Примечание: Нажмите  на Основном Экране, чтобы просмотреть результаты отслеживания тренировки в разделе Workout Monitor

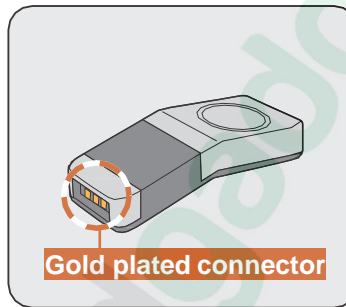
Ношение вспомогательных аксессуаров

Кроме ношения W/Me2 на вашем запястье, вы можете носить устройство в специальном Донгле, прикрепив его на Смарт Футболку или Кардиопояс.

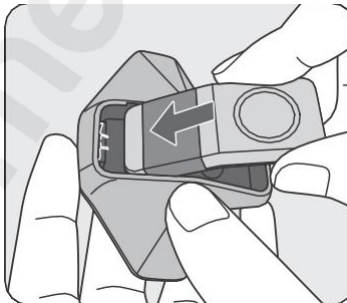
Использование Смарт Футболки/Спортивного бюстгалтера

Чтобы установить устройство W/Me2 на Смарт футболку, выполните следующее:

1. Приставьте металлические коннекторы с золотым покрытием на корпусе W/Me2 к коннекторам на донгле.



2. Вставьте W/Me2 в донгл.

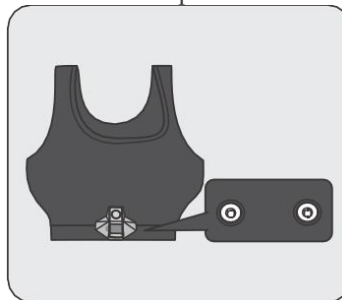


3. Прикрепите W/Me2 Донгл к Смарт Футболке или Спортивному бюстгалтеру.

Смарт Футболка



Спортивный бюстгалтер

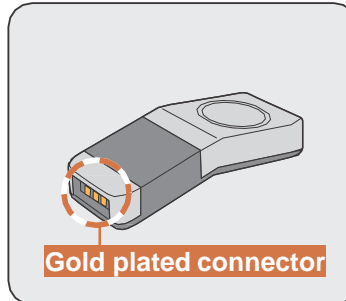


При первичном использовании смарт футболки/топа, необходимо смочить контакты водой, небольшим количеством.

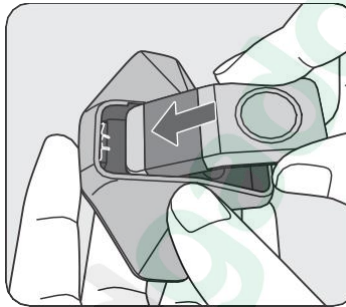
Использование Кардиопояса

Чтобы установить устройство W/Me2 на Кардиопояс, выполните следующее:

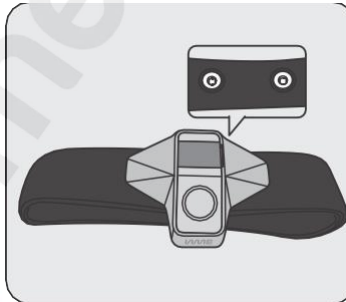
1. Приставьте металлические коннекторы с золотым покрытием на корпусе W/Me2 к коннекторам на донгле.



1. Вставьте W/Me2 в донгл.



2. Прикрепите W/Me2 Донгл к Кардиопоясу.



При первичном использовании необходимо смочить контакты водой, небольшим количеством.

РЕГУЛИРУЮЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Стандарты FCC

§ 15.19 (a) (3)

Работа этого устройства регулируется частью 15 Правил FCC и подчиняется следующим двум условиям: (1) Это устройство не может стать причиной вредного воздействия на человека вследствие неполадок в работе, и (2), в системе устройства могут возникнуть неполадки, в том числе такие неполадки, которые могут вызвать сбой в работе.

§ 15.21

Изменения или модификации, не одобренные ответственной стороной, могут лишить пользователя права на эксплуатацию оборудования.

§ 15.105 (b)

Данное оборудование было протестировано и, согласно результатам, оно соответствует стандартам цифровых устройств Класса В, в соответствии с частью 15 Правил FCC. Указанные стандарты разработаны для обеспечения защиты от вредных воздействий вследствие неправильной установки и использования оборудования. Данный прибор производит, использует и может излучать радиочастотную энергию, поэтому, если прибор установлен неправильно и используется не в соответствии с инструкциями, то он может вызвать помехи в радиосвязи. Однако нет никакой гарантии, что такие помехи не возникнут и при правильной установке. Если этот прибор действительно стал источником неблагоприятного воздействия на радио или телевизионный сигнал, что может быть определено при помощи включения и отключения прибора, то пользователь может попытаться исправить положение, применив следующие меры:

- Переориентируйте или переместите приемную антенну.
- Увеличьте расстояние между прибором и приемником радио- телевизионного сигнала.
- Подключите прибор к другой розетке, не к той, к которой подключен приемник.
- Для получения помощи проконсультируйтесь с дилером или опытным техническим специалистом в области радио/ТВ.

Информация о воздействии радиочастотного электромагнитного излучения

Это устройство разработано и произведено таким образом, что оно не превышает ограничений, установленных Федеральной Комиссией относительно радиочастотного электромагнитного излучения в неконтролируемой среде.

Соответствие требованиям СЕ относительно воздействия радиочастотного электромагнитного излучения

Данное устройство отвечает требованиям ЕС (1999/5/ЕС) и Международной комиссии по защите от неионизирующего излучения(ICNIRP) относительно ограничению воздействия электромагнитных полей с целью защиты здоровья населения.

Соответствие стандартам Европейского союза

Данное устройство соответствует следующим стандартам:

EN62311, EN 62479, EN 60950-1, EN 301 489-1,-17, EN55022, EN55024, EN 300328, EN 50581.

Процедура оценки сопровождалась участием Зарегистрированного Лица:

SETECOM TESTLAB Идентификационный знак: CE0682 (Зарегистрированное Лицо) СЕ.

Изменения или модификации этого продукта, без разрешения изготовителя, могут стать причиной прекращения действия сертификата соответствия ЕМС, а также причиной отмены прав пользователя на использование продукта.

Этот продукт протестирован и утвержден на соответствие ЕМС при условиях, которые включали использование совместимых периферийных устройств и защищенных кабелей для подключения системных компонентов.

Важно, чтобы вы использовали совместимые периферийные устройства и защищенные кабели для подключения системных компонентов: это позволит уменьшить вероятность возникновения помех в работе радио, телевизионных и других электронных устройств. Настоящим мы утверждаем, что данный радиочип Bluetooth соответствует основным требованиям и другим соответствующим положениям Директивы 1999/5/ЕС.