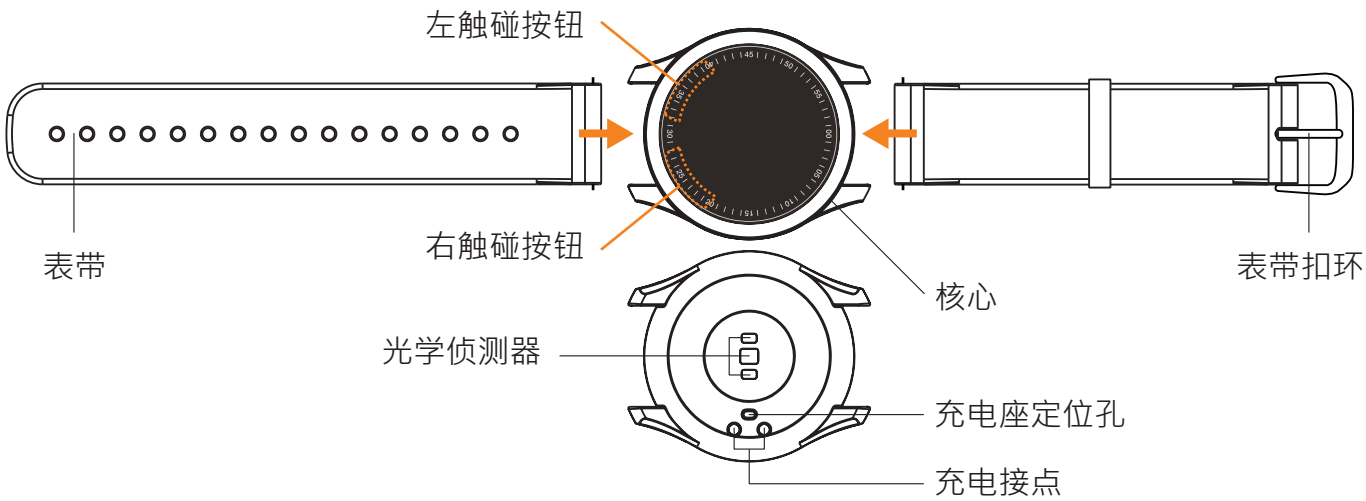
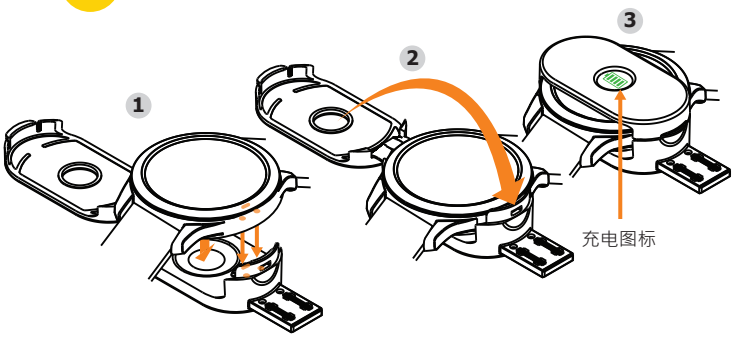
## 设备概述




## 开始使用 Q-Watch Z

### 1 充电 & 启动 Q-Watch Z

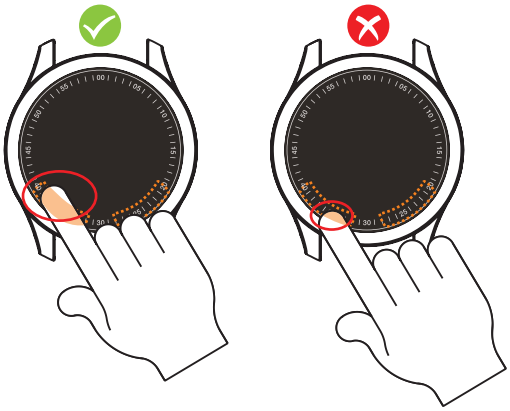



欲将 Q-Watch Z 充电时，请将其放置于充电盒中，并确认 Q-Watch Z 有确实被放置好，然后将充电盒盖上，将 USB 接头连接至计算机或电源转接头接至插座开始充电。

重要事项：
本产品出货时会锁住按键及屏幕以避免误触。只要经过充电步骤就会自动解锁。操作时请确定出现充电图标，此代表充电盒放置正确，USB电源连接正常且充电进行中。

示范影片：
http://ww2.voiis.com/igotu-life/charge/Q-Watch-Z

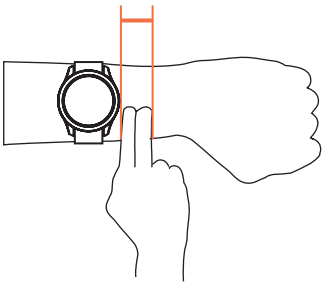
### 2 触碰按钮



欲得到良好的按键反应，必须用指腹覆盖住60%以上按键面积。

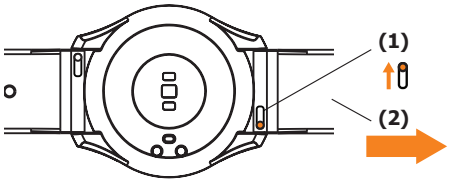
注意事项：
由于手指大小差异较大, 如果觉得食指不够灵敏, 可以改用拇指试试。

### 3 侦测您的心率

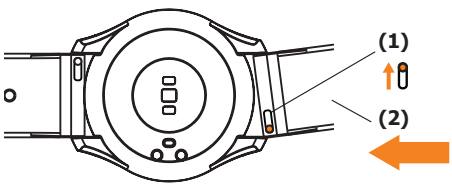


1. 请确实将手表尽量紧固而无不适感地配戴于手腕上，方能提升心率讯号侦测的准确性。
2. 请将手表配戴于距离手腕二个指幅宽度处。当设备屏幕上出现"-----"时，请尽量保持静止，约10秒钟后就能侦测出心率数值。

### 4 更换表带




1. 滑动表带上的闩以松开弹簧杆并解开表带。




2. 将弹簧杆一端插入其中一个表带孔，然后滑动表带上的闩将另一端推入另一个孔以固定表带。

重要事项：
请依照以上指示进行安装，否则恐对设备造成伤害。

## 使用 App 安装 Q-Watch Z

### 1 下载并安装 i-gotU Life 程序

请于Google Play或App Store下载i-gotU Life程序
并将之安装于您的智能型手机上：
https://play.google.com/store/apps/details?id=com.mobileaction.ilife
http://appstore.com/igotulife

ANDROID APP ON Google play　　Available on the App Store

Apk 下载： http://global.mobileaction.com/download/apk

**可支援手机**

- 任一Android智能型手机 (4.3 版本以上)，内建 4.0 蓝牙联机功能；或
- iPhone 4S 以上的型号、iPad 2 以上的型号以及 iPod Touch (iOS版本皆为 7.0 以上)
- 以下连结可供查阅可支持的智能型手机或行动设备型号的完整信息：
http://ww2.voiis.com/qband/devices.html

### 2 设定Q-Watch Z

您的Q-Watch Z可直接在i-gotU Life程序中做设定。

**第一次设定：**

1. 将Q-Watch Z充电以解锁按键及屏幕。
2. 打开 i-gotU Life程序。
3. 设定精灵 将自动出现。
4. 依照屏幕上的指示进行更多的设定。
5. 由于繁简体中文字库已新增至 16100 字数，且需透过较慢速之蓝牙联机传输至装置，安装所需时间大约为 30 至 40 分钟，请耐心等候。

**从设定功能中设定一个新的设备：**

1. 打开 i-gotU Life程序。
2. 于左上角点选程序图标打开 功能清单。
3. 选择 设定 功能。
4. 在 更多设备设定 选项底下点选 设定新设备。
5. 依照屏幕指示继续设定。

**注意**

您的个人数据可用于计算您的基础代谢率 (BMR)，此项目决定您燃烧的卡路里数。

### 3 开始使用Q-Watch Z

**1. 切换不同功能模式**

1. 连点两下触碰按钮来唤醒设备屏幕。
2. 长按Q-Watch Z上的按钮，直到屏幕上出现四个模式选项图标。
3. 连点两下触碰按钮来切换模式。
4. 您将于三秒钟内进入该选择的模式。

**2. 变更显示信息**

屏幕上出现的信息会随着您按下按钮切换屏幕画面而有所不同。

**3. Q-Watch Z模式**

**日常模式：**
可分析您的每日资料数据，包括已走步数以及燃烧的卡路里数。

**睡眠模式：**
可追踪您的睡眠模式与质量。

**运动模式：**
可开始运动并显示运动期间的数据，如持续时间、行走步数、燃烧之卡路里数以及已行走距离。

**小睡模式：**
可于小睡片刻后利用震动将您唤醒。

### 4 Q-Watch Z与 i-gotU Life 程序的功能

**静音闹钟**

静音闹钟利用 Q-Watch Z和缓的震动将您唤醒。于睡眠模式时，您可以长按 Q-Watch Z上的按钮将闹钟解除。短按则闹钟将于五分钟内再度提醒您 ，以防您错过了闹钟时间。闹钟可于：i-gotU Life功能选单 -> 静音闹钟 中做设定。

**通知**

程序会利用震动通知您有来电、SMS简讯、电子邮件或其它社交程序的警讯。通知可于：i-gotU Life功能选单 -> 通知 中设定。

**在线说明**

Android: http://ww2.voiis.com/igotu-life/help.html?language=rCN
iOS: http://ww2.voiis.com/igotu-life/help.html?language=rCN&platform=ios

**手册下载**

http://www.mobileaction.com/download/Q-Band_download.jsp

### 5 屏幕叙述

1 联机中
2 已断线
3 闹钟
4 日常模式
5 日期
6 进度概述
(卡路里进度加上步数进度之平均值)
7 电力状态
8 步数
9 卡路里
10 心率
11 有氧(区间三及以上)
12 历程
13 距离

**重要提示**

1. 当您第一次使用 Q-Watch Z前，请将 Q-Watch Z充电至满格。充电时间大约需要二个小时。
2. 请勿使用腐蚀性化学药品来清理设备。
3. 设备内的(Li-Polymer Battery) 锂电池如果长期处于低电压会造成损坏，即使您长期不使用本产品，建议您每三个月要充电一次以维持锂电池的正常寿命。
4. 该设备适用于一般日常穿戴、运动、游泳或下雨时使用，但是于下列的活动中请勿配戴：
   - 热水淋浴: 热水可能会造成水气入侵、蒸气进入而故障。
   - 处于烤箱或蒸气室或是泡澡: 高温可能会造成水气入侵而故障。

**WEEE**

**环保注意事项：**

欧盟(European Directive 2012/19/EU)
的私人住宅用户对垃圾设备的处理：

产品或其包装上的这个标记表示的是，该产品不得与您其它的家庭垃圾一起处理。 相反，将您的垃圾设备交给指定的收集点，使废弃电器设备得以回收，是您的责任。 您在处理垃圾设备时将其分类收集与回收，有助于保护天然资源，并在回收利用时，保护人体健康与环境。 有关您可以将垃圾设备放在何处回收的更多信息，请联系您所在城市的办公室，您购买产品的家庭垃圾处理服务处或商店。