

**SAMSUNG**

# INSTRUKCJA OBSŁUGI

SM-R375

Polish. 05/2019. Rev.1.0

[www.samsung.pl](http://www.samsung.pl)  
[www.samsung.com](http://www.samsung.com)

# Spis treści

## Wprowadzenie

- 3 Przeczytaj najpierw
- 8 Wygląd urządzenia
- 10 Bateria
- 14 Noszenie zegarka Galaxy Fit®
- 16 Włączanie zegarka Galaxy Fit®
- 17 Łączenie zegarka Galaxy Fit® z urządzeniem przenośnym
- 19 Sterowanie ekranem
- 21 Elementy ekranu

## Widgety i funkcje

- 23 Widget Samsung Health
- 32 Pogoda
- 33 Kalendarz

## Aplikacja Galaxy Wearable

- 34 Wstęp
- 35 Start
- 41 Tarcze zegarka

## Załącznik

- 42 Rozwiązywanie problemów
- 45 Wyjmowanie baterii

# Wprowadzenie

## Przeczytaj najpierw

Aby bezpiecznie i prawidłowo korzystać z urządzenia, należy uważnie przeczytać niniejszą instrukcję.

- Przedstawione opisy bazują na ustawieniach domyślnych urządzenia.
- W zależności od regionu, specyfikacji modelu lub oprogramowania urządzenia opisana w instrukcji zawartość może być inna od wyświetlanej na urządzeniu.
- Firma Samsung nie ponosi odpowiedzialności za problemy z wydajnością lub zgodnością, wynikające z edycji ustawień rejestru lub modyfikacji oprogramowania systemu operacyjnego. Próba wprowadzania zmian w systemie operacyjnym może spowodować nieprawidłowe działanie zegarka Galaxy Fit<sup>®</sup> lub aplikacji.
- Oprogramowanie, źródła dźwięków, tapety, obrazy i inne pliki multimedialne są dostarczane wraz z zegarkiem Galaxy Fit<sup>®</sup> na podstawie umowy licencyjnej o ograniczonym użytkowaniu. Wyodrębnianie tych materiałów i wykorzystywanie ich do celów komercyjnych lub innych stanowi naruszenie praw autorskich. Użytkownicy ponoszą całkowitą odpowiedzialność za niezgodne z prawem korzystanie z multimediiów.
- Domyślne aplikacje, które są dostarczane razem z zegarkiem Galaxy Fit<sup>®</sup>, podlegają procesowi aktualizacji, ale ich wsparcie może zakończyć się bez wcześniejszego powiadomienia. W przypadku pytań dotyczących aplikacji dostarczanych razem z zegarkiem Galaxy Fit<sup>®</sup> prosimy o kontakt z centrum serwisowym firmy Samsung. W celu uzyskania informacji na temat aplikacji instalowanych przez użytkownika należy się skontaktować z właściwymi dostawcami usług.
- Modyfikowanie systemu operacyjnego zegarka Galaxy Fit<sup>®</sup> lub instalowanie oprogramowania z nieoficjalnych źródeł może być przyczyną wadliwego działania zegarka Galaxy Fit<sup>®</sup> i uszkodzenia lub utraty danych. Te czynności są naruszeniem umowy licencyjnej firmy Samsung i powodują unieważnienie gwarancji.
- Niektóre funkcje mogą działać inaczej niż opisano w niniejszej instrukcji, zależnie od producenta i modelu urządzenia przenośnego podłączonego do zegarka Galaxy Fit<sup>®</sup>.
- Ten produkt zawiera określone oprogramowanie udostępniane za darmo/na licencji open source. Instrukcje dotyczące wyświetlania licencji open source znajdują się na stronie internetowej firmy Samsung ([opensource.samsung.com](https://opensource.samsung.com)).
- Niektóre funkcje mogą nie być dostępne w zależności od regionu i operatora sieci.

- W zależności od regionu lub operatora sieci na ekranie umieszczana jest folia ochronna zabezpieczająca urządzenie w trakcie produkcji i dystrybucji. Uszkodzenia folii ochronnej nie są objęte gwarancją.
- Ze względu na cechy tego produktu wyświetlanie nieruchomych obrazów przez długi czas może doprowadzić do wystąpienia powidoku (wypalenia ekranu) lub smużenia.
  - Zaleca się powstrzymanie od wyświetlania nieruchomych obrazów na części lub całości ekranu przez długi okres oraz wyłączanie ekranu, gdy urządzenie nie jest używane.
- W zależności od regionu lub modelu niektóre urządzenia wymagają homologacji Federalnej Komisji Łączności (FCC). Jeśli urządzenie posiada homologację FCC, można wyświetlić identyfikator FCC na podłączonym urządzeniu przenośnym. Aby wyświetlić identyfikator FCC, na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable**, dotknij **Start** → **Informacje o opasce** → **Informacje o urządzeniu**, a następnie sprawdź identyfikator FCC w **Certyfikacja FCC**.

## Utrzymanie wodo- i pyłoszczelności

Twoje urządzenie jest wodo- i pyłoszczelne. Aby utrzymać wodo- i pyłoszczelność swojego urządzenia, dokładnie przestrzegaj podanych niżej wskazówek. W przeciwnym razie może dojść do jego uszkodzenia.

- Nie należy wystawiać urządzenia na działanie **wody poruszającej się z dużą siłą**.
- Nie należy korzystać z urządzenia podczas skakania do wody, nurkowania ani uprawiania sportów wodnych w szybko płynącej wodzie.
- Jeśli urządzenie lub Twoje dłonie są mokre, dokładnie je wysusz przed rozpoczęciem korzystania z urządzenia.
- W wypadku kontaktu urządzenia z wodą słodką należy dokładnie wytrzeć je czystą miękką szmatką. W razie kontaktu urządzenia z inną cieczą, na przykład wodą morską, wodą basenową, wodą z mydłem, olejem, perfumami, kremem przeciwsłonecznym, płynem do dezynfekcji rąk, czy produktami chemicznymi takimi jak kosmetyki, należy spłukać je wodą słodką, po czym dokładnie wytrzeć czystą, miękką szmatką. Nieprzestrzeganie tych instrukcji może negatywnie wpłynąć na działanie lub wygląd urządzenia.

- **Jeśli urządzenie zostanie upuszczone lub uderzone**, urządzenie może utracić funkcje wodoszczelności i pyłoszczelności.
- Nie rozbierać urządzenia. Urządzenie może utracić funkcje wodoszczelności i pyłoszczelności.
- Nie narażać urządzenia na znaczące zmiany temperatury powietrza lub temperatury wody.
- Nie suszyć urządzenia za pomocą urządzenia grzewczego, jak np. suszarka do włosów.
- Używanie urządzenia w saunie może spowodować utratę funkcji wodoszczelności urządzenia.
- Niektóre funkcje i elementy, takie jak ekran, mogą nie działać prawidłowo, **jeśli urządzenie jest używane w wodzie**.
- **Urządzenie zostało przetestowane w kontrolowanym środowisku i jest certyfikowane jako wodoszczelne i pyłoszczelne w specyficznym sytuacjach i warunkach. (Spełnia warunki wodoszczelności w wodzie o głębokości 50 m, zgodnie z opisem zawartym w międzynarodowej normie ISO 22810:2010. Urządzenie może być używane w płytkiej wodzie. Spełnia warunki pyłoszczelności zgodnie z opisem klasyfikacji IEC 60529 IP6X.)**

### Środki ostrożności dotyczące przegrzewania

Jeśli korzystaniu z urządzenia towarzyszy dyskomfort związany z nadmierną temperaturą, należy natychmiast przerwać używanie go i zdjąć je z nadgarstka.

Aby uniknąć problemów, takich jak awaria urządzenia, dyskomfort lub uszkodzenia skóry, a także wyczerpanie baterii, na ekranie urządzenia wyświetlone zostanie ostrzeżenie, w momencie gdy urządzenie osiągnie określoną temperaturę. Po wyświetleniu pierwszego ostrzeżenia wszystkie funkcje urządzenia zostaną wyłączone do czasu schłodzenia urządzenia do konkretnej temperatury.

Jeśli temperatura urządzenia będzie w dalszym ciągu wzrastać, wyświetlone zostanie drugie ostrzeżenie. W tym momencie urządzenie zostanie wyłączone. Nie używać urządzenia, aż jego temperatura spadnie do określonej temperatury.

## Ikony pomocnicze



**Ostrzeżenie:** sytuacje, które mogą spowodować zranienie użytkownika lub innych osób



**Przeostroga:** sytuacje, które mogą spowodować uszkodzenie urządzenia lub innego sprzętu



**Uwaga:** wskazówki, uwagi i dodatkowe informacje

## Czyszczenie zegarka Galaxy Fit<sup>®</sup> i zarządzanie nim

Należy przestrzegać poniższych zaleceń, aby zapewnić prawidłowe działanie urządzenia Galaxy Fit<sup>®</sup> i dbać o jego dobry stan. Niezastosowanie się do tych zaleceń może prowadzić do uszkodzenia urządzenia Galaxy Fit<sup>®</sup> i powodować podrażnienie skóry.

- Chronić urządzenie przed kurzem, potem, tuszem, olejami i produktami chemicznymi tj. kosmetyki, spray antybakteryjny, mydło do rąk, detergent i środki owadobójcze. Zewnętrzne i wewnętrzne części urządzenia Galaxy Fit<sup>®</sup> mogą zostać uszkodzone lub urządzenie może gorzej działać. Jeżeli urządzenie Galaxy Fit<sup>®</sup> zostanie zanieczyszczone jedną z tych substancji, należy je wytrzeć miękką, niestrzępiącą szmatką.
- Nie używać mydła, środków czyszczących, materiałów ściernych i sprężonego powietrza do czyszczenia urządzenia Galaxy Fit<sup>®</sup>. Nie czyścić go falami ultradźwiękowymi ani zewnętrznymi źródłami ciepła. Może to spowodować uszkodzenie urządzenia Galaxy Fit<sup>®</sup>. Pozostawione na urządzeniu Galaxy Fit<sup>®</sup> mydło, środki odkażające do dłoni lub środki czyszczące mogą spowodować podrażnienie skóry.
- Umyć nadgarstek i oczyścić pasek po treningu lub spoceniu się. Urządzenie Galaxy Fit<sup>®</sup> oczyścić świeżą wodą, przetrzeć niewielką ilością alkoholu i dokładnie Galaxy Fit<sup>®</sup> wysuszyć.
- Usuwając preparat, emulsję lub olejek z filtrem przeciwsłonecznym, należy użyć środka czyszczącego bez mydła, a następnie spłukać i dokładnie wytrzeć urządzenie Galaxy Fit<sup>®</sup>.
- Jeżeli urządzenie Galaxy Fit<sup>®</sup> zostanie poplamione lub zabrudzone jakimiś zanieczyszczeniami, przetrzeć je zwilżoną miękką szczoteczką do zębów.

## Zachować ostrożność w przypadku alergii na którekolwiek z materiałów wykorzystywanych do produkcji urządzenia Galaxy Fit®.

- Firma Samsung przetestowała szkodliwe materiały zawarte w podzespołach Galaxy Fit® za pośrednictwem wewnętrznych i zewnętrznych jednostek badawczych. Przeprowadzono badania, takie jak badania wszystkich materiałów mających kontakt ze skórą, test toksyczności wobec skóry, a także test zużycia urządzenia Galaxy Fit®.
- Zegarek Galaxy Fit® zawiera nikiel. Należy podjąć odpowiednie środki, jeżeli skóra użytkownika jest bardzo wrażliwa lub użytkownik ma alergię na jakiegokolwiek materiały zawarte w podzespołach zegarka Galaxy Fit®.
  - **Nikiel:** urządzenie Galaxy Fit® zawiera niewielkie ilości niklu. Jego zawartość jest poniżej wartości granicznych określonych w rozporządzeniu REACH. Użytkownik nie jest narażony na działanie niklu znajdującego się wewnątrz urządzenia Galaxy Fit®. Urządzenie Galaxy Fit® przeszło pomyślnie międzynarodowe badania. Jednak w przypadku wrażliwości na nikiel należy zachować szczególną ostrożność podczas korzystania z urządzenia Galaxy Fit®.
- Urządzenie Galaxy Fit® jest produkowane wyłącznie z materiałów zgodnych z normami Komisji Bezpieczeństwa Produktów Konsumenckich (CPSC) ze Stanów Zjednoczonych, przepisami krajów europejskich i innymi normami międzynarodowymi.
- Więcej informacji o sposobie zarządzania środkami chemicznymi przez firmę Samsung można znaleźć w witrynie Samsung (<https://www.samsung.com/uk/aboutsamsung/sustainability/environment/>).

## Wygląd urządzenia

### Zawartość opakowania

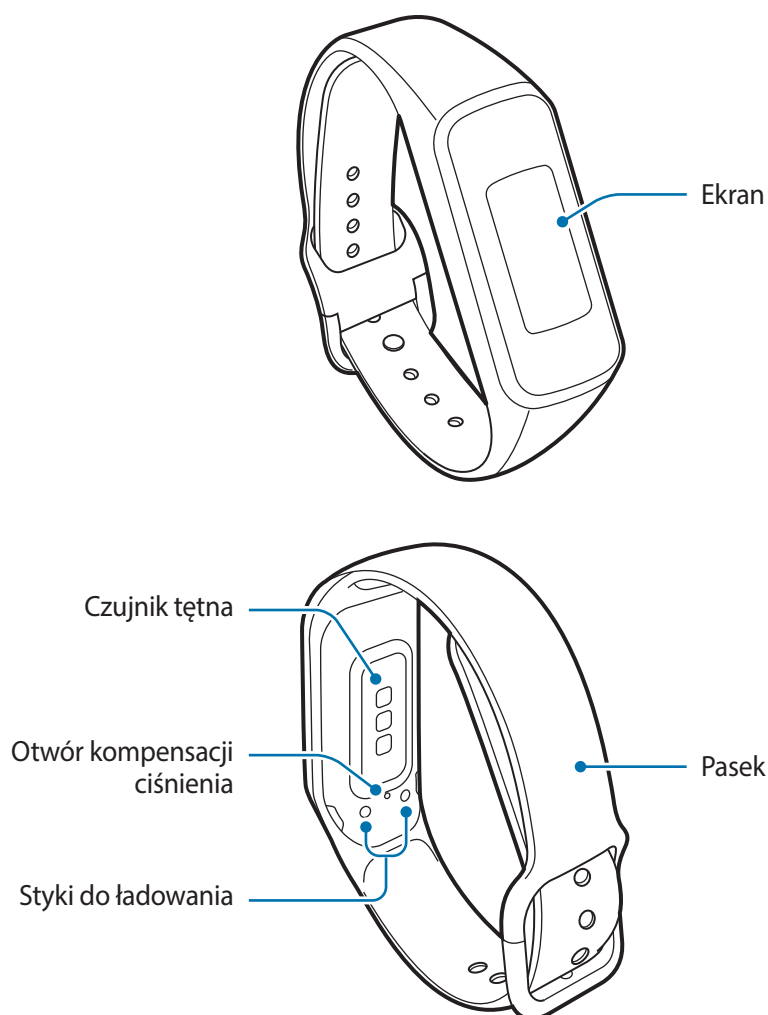
Więcej informacji o zawartości opakowania można znaleźć w instrukcji obsługi.



- Elementy dostarczane wraz z zegarkiem Galaxy Fit<sup>®</sup>, ich zdjęcia i wszelkie dostępne akcesoria mogą się różnić w zależności od regionu lub operatora sieci.
- Dostarczone elementy są przeznaczone tylko dla tego urządzenia Galaxy Fit<sup>®</sup> i mogą nie być zgodne z innymi urządzeniami.
- Wygląd urządzenia i jego specyfikacje mogą ulec zmianie bez uprzedniego powiadomienia.
- Dodatkowe akcesoria można nabyć u lokalnego dystrybutora firmy Samsung. Przed zakupem należy upewnić się, że są one zgodne z zegarkiem Galaxy Fit<sup>®</sup>.
- Z wyjątkiem samego urządzenia Galaxy Fit<sup>®</sup>, klasa wodo- i pyłoszczelności pewnych akcesoriów może być inna niż urządzenia.
- Należy używać tylko akcesoriów zatwierdzonych przez firmę Samsung. Korzystanie z niezatwierdzonych akcesoriów może spowodować problemy z wydajnością oraz usterki nieobjęte gwarancją.
- Dostępność akcesoriów może ulec zmianie i zależy wyłącznie od ich producentów. Więcej informacji na temat dostępnych akcesoriów można znaleźć w witrynie internetowej firmy Samsung.



## Galaxy Fit<sup>®</sup>

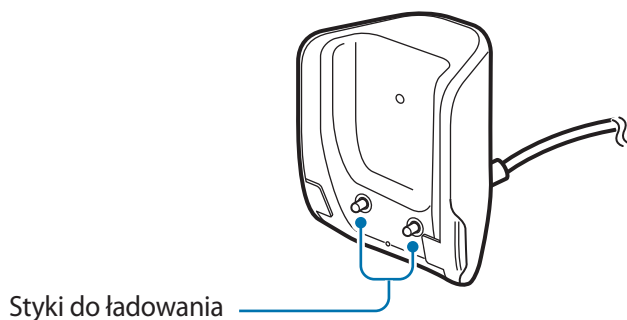


- Upewnij się, że pasek jest czysty. Kontakt z nieczystościami, takimi jak kurz czy farba, może spowodować powstanie na pasku plam, których nie da się całkowicie usunąć.
- Nie należy wkładać ostrych przedmiotów do otworu kompensacji ciśnienia. Może to spowodować uszkodzenie wewnętrznych podzespołów urządzenia Galaxy Fit<sup>®</sup>, a także osłabienie wodoodporności.
- W przypadku korzystania z urządzenia z pękniętym szkłem lub akrylem, może pojawić się ryzyko spowodowania obrażenia. Urządzenia można używać tylko po naprawie w Centrum serwisowym firmy Samsung.



Otwór kompensacji ciśnienia zapewnia poprawne funkcjonowanie części wewnętrznych i czujników zegarka Galaxy Fit<sup>®</sup> podczas korzystania z niego w otoczeniu ze zmiennym ciśnieniem atmosferycznym.

## Ładowarka



Nie narażaj ładowarki na działanie wody, ponieważ nie ma ona takiej samej odporności na wodę co urządzenie Galaxy Fit®.

## Bateria

### Ładowanie baterii

Przed pierwszym użyciem baterii lub jeśli bateria nie była używana przez dłuższy czas naładuj ją.



Należy używać wyłącznie ładowarek, baterii i kabli zatwierdzonych przez firmę Samsung. Używanie niezatwierdzonych ładowarek lub kabli może spowodować eksplozję baterii bądź uszkodzenie zegarka Galaxy Fit®.



- Używaj dostarczonej ładowarki. Urządzenia Galaxy Fit® nie można właściwie naładować, stosując ładowarkę innego producenta.

- Nieprawidłowe podłączenie ładowarki może spowodować poważne uszkodzenie urządzenia. Żadne uszkodzenia wynikające z nieprawidłowej obsługi nie są objęte gwarancją.

- 70 mAh (typowo)\*

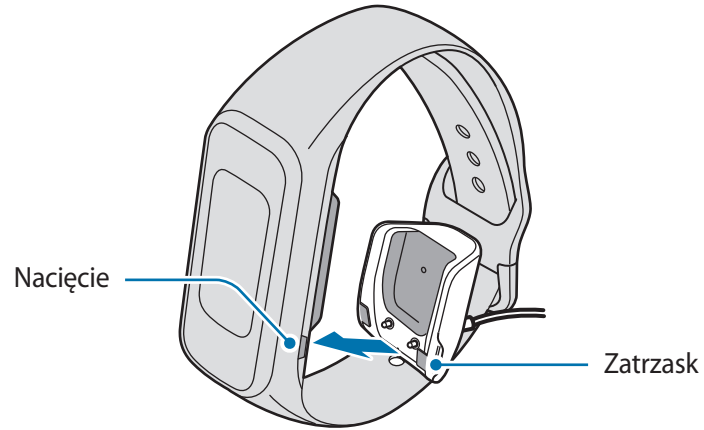
\*Typowa pojemność została sprawdzona w warunkach laboratoryjnych zapewnianych przez firmę zewnętrzną.

Typowa pojemność to szacowana średnia wartość uwzględniająca odchylenia w pojemnościach poszczególnych baterii z próby testowanej zgodnie z normą IEC 61960. Znamionowa (minimalna) pojemność to 70 mAh. Rzeczywisty czas eksploatacji baterii może różnić się w zależności od otoczenia sieciowego, sposobu korzystania z urządzenia i innych czynników.

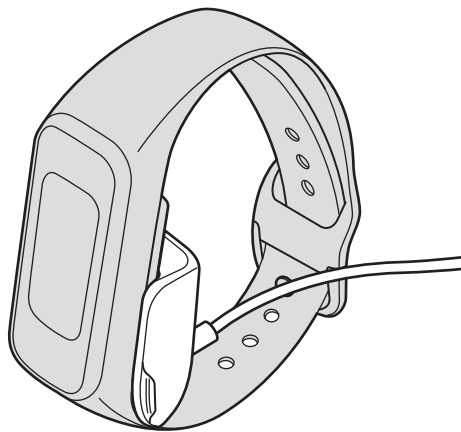


Aby oszczędzać energię, ładowarka powinna być odłączona od zasilania, kiedy nie jest używana. Ładowarka nie jest wyposażona w przełącznik zasilania, dlatego dla oszczędności energii też należy ją odłączać od gniazdka elektrycznego, gdy nie jest używana. Ładowarka powinna znajdować się w pobliżu gniazdka elektrycznego i być łatwo dostępna podczas ładowania.

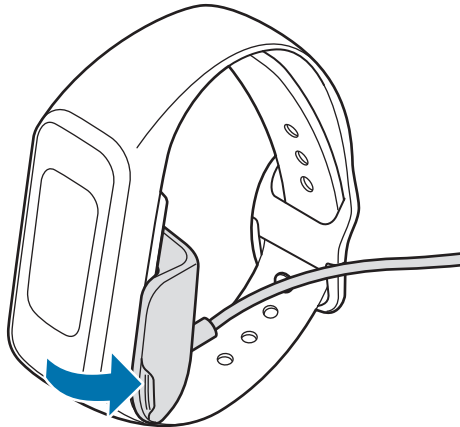
- 1 Podłącz kabel ładowania do zasilacza USB.
- 2 Wyrównaj środek ładowarki z zegarkiem Galaxy Fit<sup>®</sup> i wyrównaj zatrzask ładowarki z nacięciem obok styków ładowania zegarka Galaxy Fit<sup>®</sup>.



- 3 Naciśnij i przytrzymaj zegarek Galaxy Fit<sup>®</sup>, aż ładowarka się zatrzaśnie.



- 4 Po całkowitym naładowaniu urządzenia Galaxy Fit<sup>®</sup>, należy pociągnąć za uchwyt ładowarki, aby ją odłączyć. Odłącz ładowarkę od gniazdka elektrycznego.



## Ograniczanie zużycia energii baterii

Urządzenie Galaxy Fit<sup>®</sup> oferuje różne opcje ułatwiające oszczędzanie energii baterii.

- Dopasowywanie ustawień powiadomień w aplikacji **Galaxy Wearable** na urządzeniu przenośnym.
- Wyłączanie funkcji wibracji w aplikacji **Galaxy Wearable** na urządzeniu przenośnym.

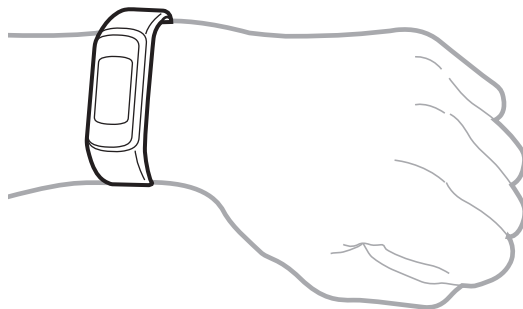
## Porady i środki ostrożności dla ładowania baterii

- Po zakupie urządzenia Galaxy Fit<sup>®</sup> należy podłączyć ładowarkę, aby je włączyć. Najpierw należy odpowiednio naładować baterię.
- Jeśli między urządzeniem Galaxy Fit<sup>®</sup> a gniazdem ładowarki znajdują się ciała obce, proces ładowania baterii urządzenia Galaxy Fit<sup>®</sup> może nie przebiegać prawidłowo. Zegarek Galaxy Fit<sup>®</sup> i ładowarkę należy chronić przed kontaktem z potem, cieciami lub kurzem.
- Po całkowitym rozładowaniu baterii zegarka Galaxy Fit<sup>®</sup> nie można włączyć nawet po podłączeniu go do ładowarki. Przed ponownym włączeniem zegarka Galaxy Fit<sup>®</sup> należy ładować wyczerpaną baterię przez kilka minut.
- Użycie źródła zasilania innego niż ładowarka, takiego jak np. komputer, może spowodować wydłużenie czasu ładowania ze względu na niższe natężenie prądu.
- Jeżeli urządzenie Galaxy Fit<sup>®</sup> jest ładowane razem z innymi urządzeniami przez ładowarkę uniwersalną umożliwiającą takie ładowanie, może ono potrwać dłużej.
- Z urządzenia Galaxy Fit<sup>®</sup> można korzystać podczas ładowania, jednak powoduje to wydłużenie czasu potrzebnego do pełnego naładowania baterii.
- Jeśli urządzenie Galaxy Fit<sup>®</sup> jest zasilane z niestabilnego źródła zasilania, podczas ładowania baterii ekran dotykowy może nie działać. W takim przypadku należy odłączyć urządzenie Galaxy Fit<sup>®</sup> od ładowarki.
- Podczas ładowania zegarek Galaxy Fit<sup>®</sup> może się nagrzewać. Jest to normalne zjawisko, które nie powinno wpływać na trwałość ani wydajność działania zegarka Galaxy Fit<sup>®</sup>. Jeśli bateria nagrzej się bardziej niż zwykle, ładowarka może przerwać ładowanie ze względów bezpieczeństwa użytkownika. W takim przypadku ładowanie zegarka Galaxy Fit<sup>®</sup> należy wznowić dopiero po jego schłodzeniu przez zdjęcie go z ładowarki bezprzewodowej.
- Jeżeli ładowanie urządzenia Galaxy Fit<sup>®</sup> nie odbywa się prawidłowo, należy Galaxy Fit<sup>®</sup> oddać do centrum serwisowego firmy Samsung.
- Unikaj zginania lub uszkodzania kabla ładowania.

## Noszenie zegarka Galaxy Fit<sup>®</sup>

### Zakładanie zegarka Galaxy Fit<sup>®</sup>

Otwórz zapięcie i załóż pasek na nadgarstek. Włóż szpilkę klamerki w otwór. Zamocuj zegarek Galaxy Fit<sup>®</sup>, wkładając szpilkę o jeden otwór dalej niż zwykle, tak aby nie czuć niewygodny, ponieważ pasek może się mimowolnie zacisnąć, jeżeli jego koniec zostanie pociągnięty do wewnątrz.



Nie należy nadmiernie wyginać paska. Może to spowodować uszkodzenie urządzenia Galaxy Fit<sup>®</sup>.



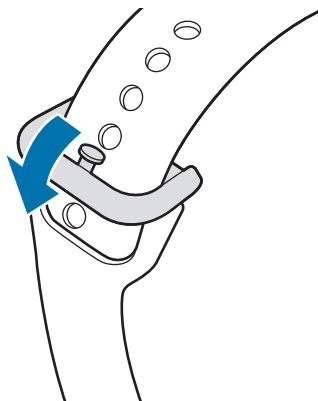
Aby pomiar tętna za pomocą urządzenia Galaxy Fit<sup>®</sup> był precyzyjny, najlepiej nosić Galaxy Fit<sup>®</sup> na przedramieniu tuż nad nadgarstkiem, ściśle przylegające do ciała. Więcej informacji można znaleźć w rozdziale [Odpowiednie noszenie zegarka Galaxy Fit<sup>®</sup>](#).

### Wskazówki i środki ostrożności dotyczące paska

- Nosząc zegarek Galaxy Fit<sup>®</sup>, należy zachować ostrożność. W przypadku skóry wrażliwej lub zbyt mocnego zapięcia paska zegarka Galaxy Fit<sup>®</sup>, może występować pewien dyskomfort.
- Niektóre osoby mogą odczuwać dyskomfort, nosząc zegarek Galaxy Fit<sup>®</sup> przez dłuższy okres.
- Może wystąpić podrażnienie skóry ze względu na alergię, czynniki środowiskowe, inne czynniki albo narażenie skóry na długie działanie mydła lub potu.
- Nie należy zaciskać paska urządzenia Galaxy Fit<sup>®</sup> zbyt mocno. Należy dbać o czystość urządzenia i zapobiegać jego zamoczeniu. Mimo że urządzenie spełnia wymogi określone w międzynarodowych normach bezpieczeństwa, u niektórych osób może wystąpić podrażnienie skóry, jeśli są uczulone na niektóre substancje.

## Zdejmowanie urządzenia Galaxy Fit<sup>®</sup>

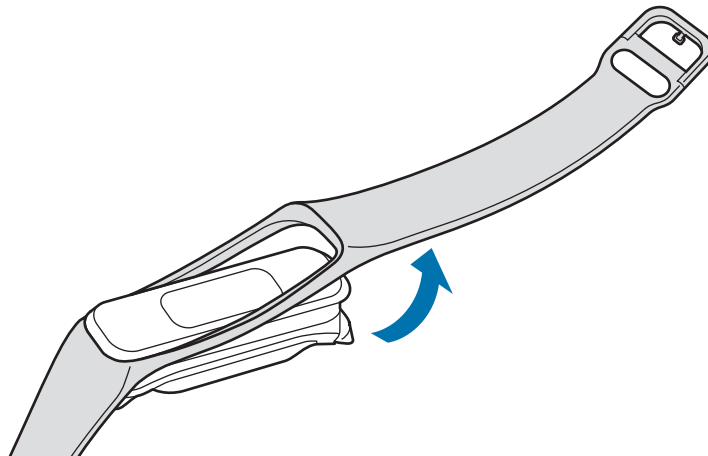
Zdejmując urządzenie Galaxy Fit<sup>®</sup>, pociągnij klamerkę w dół i wyciągnij jej szpilkę, jak pokazano na poniższym rysunku.



## Wymiana paska

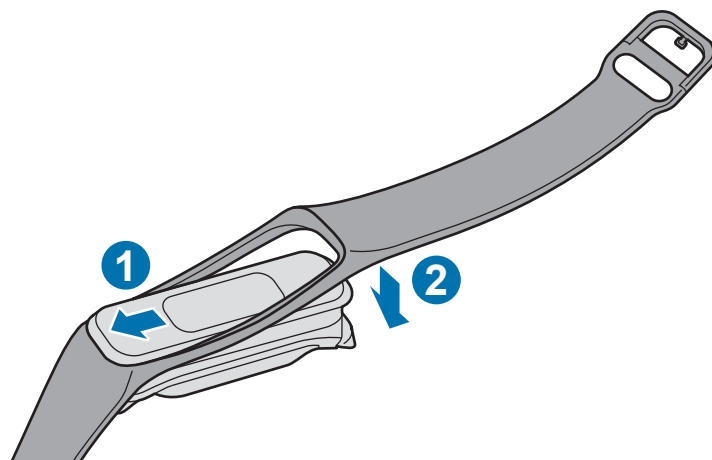
Odczep pasek od urządzenia Galaxy Fit<sup>®</sup>, aby wymienić go na nowy.

- 1 Trzymając zegarek Galaxy Fit<sup>®</sup>, delikatnie pociągnij jedną część paska, unosząc go.



- Ciągnij za część paska blisko ekranu. Ciągnięcie za koniec paska może spowodować jego uszkodzenie.
- Trzymając zegarek Galaxy Fit<sup>®</sup> stabilnie, zdejmij pasek. W przeciwnym razie zegarek Galaxy Fit<sup>®</sup> może zostać uszkodzony w trakcie wymiany.

- 2 Włóż jeden koniec paska w mocowanie po jednej stronie zegarka Galaxy Fit<sup>®</sup> i delikatnie pociągnij pasek po przeciwnej stronie, a następnie włóż go w mocowanie po drugiej stronie zegarka Galaxy Fit<sup>®</sup>.



## Włączanie zegarka Galaxy Fit<sup>®</sup>

Podłącz zegarek Galaxy Fit<sup>®</sup> do ładowarki, aby włączyć zasilanie.

Po pierwszym włączeniu urządzenia Galaxy Fit<sup>®</sup> lub przywróceniu na nim ustawień fabrycznych na ekranie zostaną wyświetlone instrukcje dotyczące instalowania aplikacji Galaxy Wearable na urządzenie przenośne. Więcej informacji można znaleźć w rozdziale [Łączenie zegarka Galaxy Fit<sup>®</sup> z urządzeniem przenośnym](#).

Urządzenie Galaxy Fit<sup>®</sup> nie ma osobnego klawisza zasilania. Jest włączane, gdy bateria jest naładowana.



W miejscach, w których używanie urządzeń bezprzewodowych podlega określonym ograniczeniom, np. w samolotach i szpitalach, należy przestrzegać wszystkich widocznych ostrzeżeń i wskazówek udzielanych przez upoważniony personel.

## Ponowne uruchamianie zegarka Galaxy Fit<sup>®</sup>

Jeśli urządzenie Galaxy Fit<sup>®</sup> zawiesiło się i nie reaguje, podłącz ładowarkę na ponad 3 sekundy, aby je zrestartować. Alternatywnie, jeżeli zegarek Galaxy Fit<sup>®</sup> i urządzenie przenośne są połączone, na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable** i dotknij **Start** → **Informacje o opasce** → **Uruchom ponownie opaskę**, aby go uruchomić ponownie.



# Łączenie zegarka Galaxy Fit<sup>®</sup> z urządzeniem przenośnym

## Instalowanie aplikacji Galaxy Wearable

Aby połączyć zegarek Galaxy Fit<sup>®</sup> z urządzeniem przenośnym, należy zainstalować na urządzeniu przenośnym aplikację Galaxy Wearable.

W zależności od posiadanego urządzenia przenośnego można pobrać aplikację Galaxy Wearable z jednego z następujących źródeł:

- Urządzenia z systemem Android firmy Samsung: **Galaxy Store, Sklep Play**
- Urządzenia z systemem Android innych firm: **Sklep Play**



Aplikacji Galaxy Wearable nie można zainstalować na urządzeniach przenośnych, które nie obsługują synchronizacji z zegarkiem Galaxy Fit<sup>®</sup>. Należy upewnić się, że urządzenie przenośne jest zgodne z zegarkiem Galaxy Fit<sup>®</sup>.

## Łączenie zegarka Galaxy Fit<sup>®</sup> z urządzeniem przenośnym za pośrednictwem Bluetooth

### Galaxy Fit<sup>®</sup>

- 1 Podłącz zegarek Galaxy Fit<sup>®</sup> do ładowarki.

### Urządzenie przenośne

- 2 Upewnij się, że funkcja Bluetooth jest włączona.
- 3 Uruchom aplikację **Galaxy Wearable**.  
W razie potrzeby zaktualizuj aplikację Galaxy Wearable do najnowszej wersji.
- 4 Dotknij **Rozpocznij podróż**.
- 5 Na ekranie wybierz rodzaj urządzenia.  
Jeśli nie możesz znaleźć swojego rodzaju urządzenia, dotknij **Nie ma na liście**.

**6** Postępuj zgodnie z instrukcjami wyświetlanymi na ekranie, aby zakończyć proces łączenia.

Po zakończeniu łączenia na ekranie zegarka Galaxy Fit<sup>®</sup> zostanie wyświetlona tarcza zegarka.



- Metody łączenia i ekrany mogą się różnić w zależności od urządzenia przenośnego i wersji oprogramowania.
- Obsługiwane urządzenia przenośne i funkcje mogą się różnić w zależności od regionu, dostawcy usług i producenta urządzeń. Zgodne urządzenia można znaleźć w witrynie [www.samsung.pl](http://www.samsung.pl).
- Aby korzystać ze wszystkich opcji urządzenia Galaxy Fit<sup>®</sup>, należy zaktualizować aplikację Samsung Health do najnowszej wersji.

## Łączenie zegarka Galaxy Fit<sup>®</sup> z nowym urządzeniem przenośnym

Połącz zegarek Galaxy Fit<sup>®</sup> z innymi urządzeniami przenośnymi. Możliwe jest połączenie z innymi urządzeniami przenośnymi, które nie są połączone z zegarkiem Galaxy Fit<sup>®</sup>. Po połączeniu zegarka Galaxy Fit<sup>®</sup> z nowym urządzeniem przenośnym zostanie wykonany reset zegarka Galaxy Fit<sup>®</sup>.

**1** Na swoim urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable**.

**2** Dotknij  → **Rozłącz**.

**3** Na nowym urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable**, aby połączyć się z urządzeniem Galaxy Fit<sup>®</sup>.

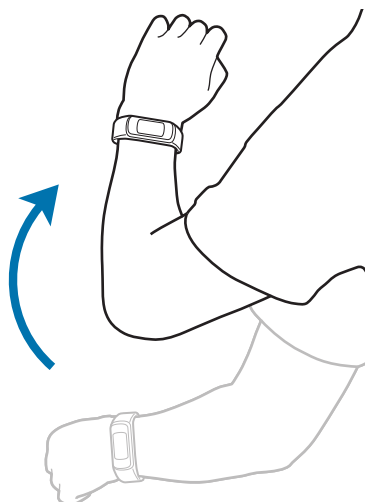


Jeśli urządzenie przenośne, z którym ma być nawiązane połączenie, jest już połączone z innym zegarkiem Galaxy Fit<sup>®</sup>, zegarek Galaxy Fit<sup>®</sup> nie będzie mógł nawiązać połączenia. Odłącz urządzenie przenośne od poprzedniego zegarka Galaxy Fit<sup>®</sup>, aby połączyć się z aktualnym zegarkiem Galaxy Fit<sup>®</sup>.

## Sterowanie ekranem

### Włączanie ekranu

Możliwe jest włączanie ekranu przez podniesienie zegarka Galaxy Fit<sup>®</sup> założonego na nadgarstek.



Ekran wyłącza się automatycznie, jeśli urządzenie Galaxy Fit<sup>®</sup> nie jest używane przez określony czas.



Można też skonfigurować zegarek Galaxy Fit<sup>®</sup>, tak aby ekran był włączany przez jego dwukrotne dotknięcie. Na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable**, dotknij **Start** → **Zaawansowane** → **Budzenie ekranu** → **Dwukrotne dotknięcie**.

## Ekran

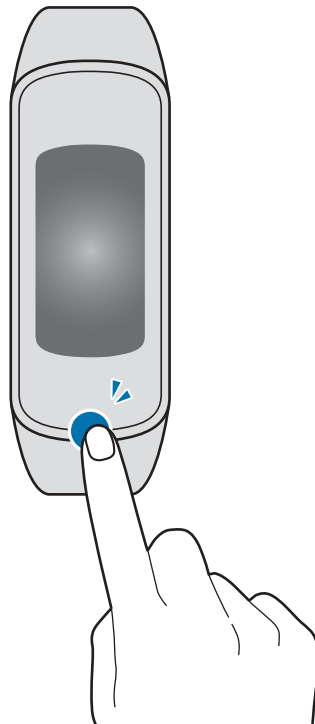


- Nie wolno dopuścić do zetknięcia się ekranu z innymi urządzeniami elektronicznymi. Wyładowania elektrostatyczne mogą spowodować nieprawidłowe działanie ekranu.
- Ekranu nie należy dotykać ostrymi przedmiotami, aby go nie zarysować.
- Zaleca się powstrzymanie od wyświetlania nieruchomych obrazów na części lub całości ekranu przez długi czas. W przeciwnym razie może to doprowadzić do wystąpienia powidoku (wypalenia ekranu) lub smużenia.



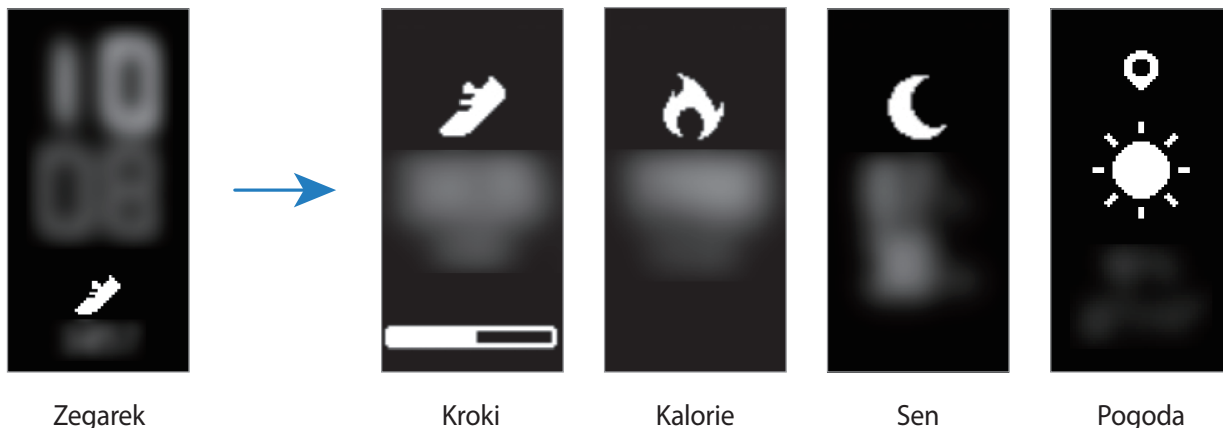
- Ekran działa dobrze podczas dotykania. To nie jest ekran dotykowy, dlatego przesuwanie nie działa.
- Zalecana jest obsługa ekranu za pomocą palców.

Można przełączyć na inną stronę, dotykając ekranu palcem. Zegarek Galaxy Fit<sup>®</sup> rozpoznaje dobrze dotknięcie tej samej pozycji, co pokazana na poniższym rysunku.



## Elementy ekranu

Ekran zegarka jest punktem wyjściowym, z którego można uzyskać dostęp do wszystkich ekranów urządzenia Galaxy Fit®. Można wyświetlać inne ekrany, dotykając ekranu palcem.



Dostępne widżety i powiadomienia oraz ich rozmieszczenie zależą od wersji oprogramowania.

## Ekran zegarka

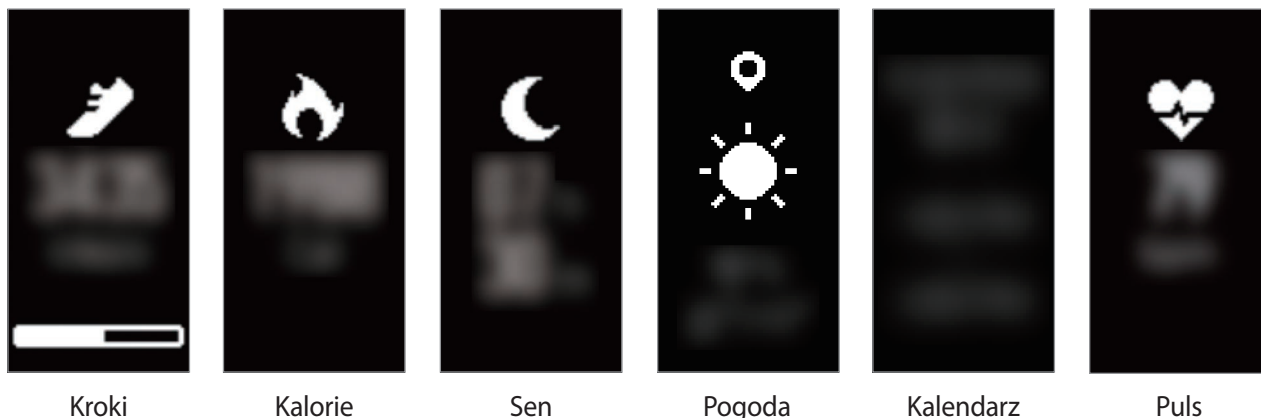
Umożliwia sprawdzanie bieżącej godziny. Można też sprawdzać informacje o zdrowiu, takie jak liczba kroków lub tętno.



Aby zmienić tarczę zegarka, na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable**, dotknij **Tarcze zegarka**, a następnie wybierz tę, którą chcesz.

## Ekran widgetu

Można szybko sprawdzać informacje o zdrowiu i aktywności, a także wyświetlać informacje o aplikacjach, takie jak pogoda i harmonogramy, w przypadku niektórych połączonych urządzeń przenośnych.



## Powiadomienia

### Sprawdzanie powiadomień

Po uruchomieniu alarmu lub w przypadku połączenia przychodzącego, wiadomości lub powiadomienia z urządzenia przenośnego zegarek Galaxy Fit® będzie wibrować. Na ekranie Galaxy Fit® można przejrzeć typ powiadomienia, wyświetlić powiadomienia na połączonym urządzeniu przenośnym lub odebrać połączenie.

### Blokowanie powiadomień

- 1 Na swoim urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable**.
- 2 Dotknij **Start** → **Powiadomienia**.
- 3 Dotknij przełącznika, aby go wyłączyć.

Aby zablokować powiadomienia na poziomie aplikacji, dotknij **Zarządzaj powiadomieniami** i dotknij przełącznika obok aplikacji.

# Widżety i funkcje

## Widżet Samsung Health

### Wstęp

Podłączając urządzenie Galaxy Fit<sup>®</sup> do urządzeń przenośnych, można zapisywać i zarządzać danymi dotyczącymi stanu zdrowia z aplikacji Samsung Health. Aplikacja Samsung Health umożliwia rejestrowanie aktywności z okresu 24 godzin i wzorów snu oraz zarządzanie nimi.

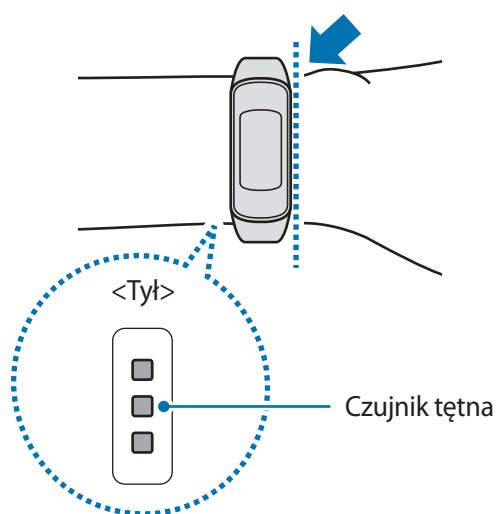
Dane dotyczące zdrowia można przeglądać w czasie rzeczywistym na ekranie widżetu zegarka Galaxy Fit<sup>®</sup>, a informacje dodatkowe można wyświetlać w aplikacji Samsung Health na urządzeniu przenośnym.



- Funkcje aplikacji Samsung Health opracowano wyłącznie z myślą o dobrym samopoczuciu, stanie zdrowia i kondycji. Nie są przeznaczone do zastosowań medycznych. Zanim zaczniesz posługiwać się tymi funkcjami, dokładnie zapoznaj się z niniejszą instrukcją.
- Wszelkie informacje uzyskane za pomocą urządzenia Galaxy Fit<sup>®</sup> lub oprogramowania Fit oraz jakiegokolwiek aplikacji fabrycznie zainstalowanej na urządzeniu mogą nie być odpowiednie, dokładne lub godne zaufania.

## Odpowiednie noszenie zegarka Galaxy Fit<sup>®</sup>

- Po uruchomieniu aplikacji **Galaxy Wearable** na urządzeniu przenośnym dotknij **Start** → **Widżety**, aby dodać widżet tętna, lub dotknij **Tarcze zegarka** i wybierz tarczę zegarka z informacjami o tętnie. Zegarek Galaxy Fit<sup>®</sup> będzie automatycznie monitorować tętno. Podczas pomiaru tętna należy nosić zegarek Galaxy Fit<sup>®</sup> dopasowany do ręki powyżej nadgarstka, jak pokazano na poniższym rysunku.
- Zbyt mocne zapięcie paska zegarka Galaxy Fit<sup>®</sup> może spowodować podrażnienie skóry, a zbyt luźne — otarcia.







- Precyzja działania czujnika tętna zależy od warunków pomiaru i czynników otoczenia.
- Z funkcji HR należy korzystać tylko do pomiaru tętna.
- Nie należy patrzeć bezpośrednio na diody czujnika tętna. Może to wpłynąć na pogorszenie wzroku. Nie pozwól dzieciom patrzeć bezpośrednio na diody.
- Niska temperatura powietrza może wpłynąć na wynik pomiaru; gdy jest zimno, np. w zimie, należy się dobrze rozgrzać, aby zmierzyć tętno.
- Aby zmierzyć tętno, usiądź w wygodnej pozycji. Nie ruszaj ciałem w trakcie wykonywania pomiaru tętna. Nieprzestrzeganie tego zalecenia może spowodować niedokładny pomiar.
- Jeśli otrzymany odczyt różni się znacznie od oczekiwanego tętna, odpocznij, a następnie ponownie dokonaj pomiaru.
- Palenie lub picie alkoholu przed dokonywaniem pomiaru może spowodować, że tętno będzie inne, niż zazwyczaj.
- Nie należy rozmawiać, ziewać ani głęboko oddychać podczas wykonywania pomiaru tętna. Nieprzestrzeganie tego zalecenia może spowodować niedokładny pomiar.
- Ponieważ działanie czujnika tętna opiera się na wykorzystaniu światła, jego precyzja zależy od czynników fizycznych, które wpływają na pochłanianie i odbicie światła, jak ciśnienie i krążenie krwi, stan skóry oraz rozmieszczenie i wielkość naczyń krwionośnych. Ponadto, jeśli tętno jest wyjątkowo wysokie lub niskie, wyniki pomiarów mogą być nieprecyzyjne.
- U osób z cienkim nadgarstkiem wynik pomiaru tętna może być niepoprawny, ponieważ światło odbijane jest nierównomiernie wskutek zbyt luźnego zapięcia urządzenia. Jeśli pomiar tętna nie działa poprawnie, należy przesunąć czujnik tętna urządzenia w prawo, w lewo, w górę lub w dół na nadgarstku lub obrócić urządzenie tak, aby czujnik tętna przylegał dokładnie do skóry na nadgarstku.
- Jeżeli czujnik tętna jest brudny, należy przetrzeć czujnik i spróbować ponownie. Przeszkody pomiędzy paskiem urządzenia a nadgarstkiem, na przykład włosy, brud lub inne objekty, mogą spowodować nierównomierne padanie światła. Takie przeszkody powinny zostać usunięte przed użyciem.
- Jeśli urządzenie stanie się ciepłe, zdejmij je i poczekaj, aż się ochłodzi. Długotrwały kontakt skóry z rozgrzaną powierzchnią urządzenia może spowodować poparzenie.

## Automatyczne rozpoznawanie ćwiczeń

W przypadku prowadzenia aktywności przez dłużej niż 10 minut w trakcie noszenia urządzenia Galaxy Fit<sup>®</sup> urządzenie automatycznie będzie rozpoznawać ćwiczenia i zostanie uruchomione rejestrowanie informacji o ćwiczeniach, takich jak ich rodzaj, czas trwania i liczba spalonych kalorii.

Gdy przerwiesz ćwiczenie na dłużej niż minutę, urządzenie Galaxy Fit<sup>®</sup> automatycznie rozpozna ten stan i wyłączy tę funkcję. Informacje o ćwiczeniach można przeglądać w aplikacji Samsung Health na urządzeniu przenośnym połączonym z zegarkiem Galaxy Fit<sup>®</sup>.



- Można przejrzeć listę ćwiczeń obsługiwanych przez funkcję automatycznego rozpoznawania ćwiczeń. Na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable** i dotknij **Start** → **Ustawienia dot. stanu zdrowia** → **Wykryw. treningu**.
- Funkcja automatycznego rozpoznawania ćwiczeń za pomocą czujnika przyspieszenia mierzy pokonaną odległość i spalone kalorie. W zależności od sposobu chodzenia, ćwiczeń i stylu życia pomiary mogą być niedokładne.

## Informacje dodatkowe

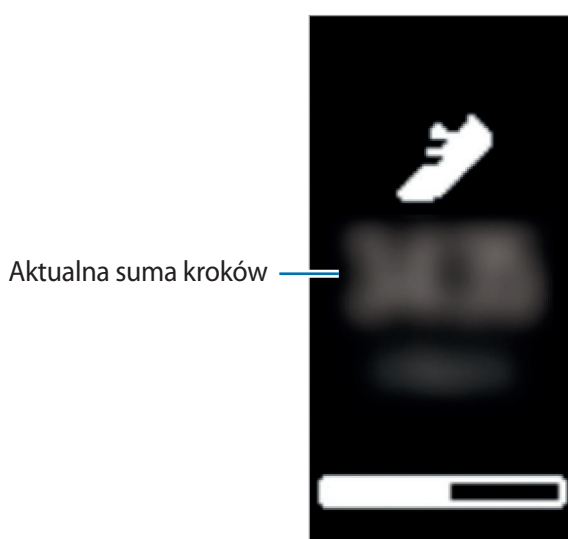
- Dane zbierane są wyłącznie do celów świadczenia żądanych usług, w tym dodatkowe dane mające decydujące znaczenie dla polepszenia zdrowia, dane zapasowe/synch., analizy danych i statystyki, lub w celu rozwoju lub ulepszenia wachlarza usług. (Niemniej jednak w przypadku logowania się do konta Samsung za pomocą aplikacji Samsung Health dane użytkownika mogą zostać zapisane na serwerze w charakterze kopii zapasowej.) Dane osobowe mogą być przechowywane, aż przestanie to być wymagane. Wszelkie dane udostępniane za pomocą sieci społecznościowych albo przesyłane do urządzeń pamięci masowej należy usuwać osobno.
- Użytkownicy ponoszą pełną odpowiedzialność za niewłaściwe użycie danych udostępnionych w sieciach społecznych lub przeniesionych do innych urządzeń. Udostępniając własne dane osobowe, należy zachować szczególną ostrożność.
- Jeśli zegarek Galaxy Fit<sup>®</sup> jest podłączony do urządzenia przenośnego, upewnij się, że łączność działa poprawnie. W przypadku połączenia bezprzewodowego, np. Bluetooth, na pracę zegarka Galaxy Fit<sup>®</sup> mogą mieć wpływ zakłócenia elektroniczne wywoływane przez inne urządzenia. Nie należy używać zegarka Galaxy Fit<sup>®</sup> w pobliżu urządzeń emitujących fale radiowe.
- Zawartość używana w aplikacji Samsung Health może różnić się zależnie od wersji aplikacji. Usługi dostarczane wraz z aplikacją mogą ulec zmianie lub ich świadczenie może zostać przerwane bez powiadomienia.

- Dostępne funkcje i usługi aplikacji Samsung Health mogą różnić się w zależności od lokalnego prawa i przepisów lokalnych.
- Niektóre funkcje aplikacji Samsung Health mogą być dostępne tylko w wybranych regionach.
- Funkcje aplikacji Samsung Health są przeznaczone wyłącznie do celów informacyjnych i rekreacyjnych i nie powinny być stosowane do diagnozy chorób i innych schorzeń ani do leczenia chorób, łagodzenia ich objawów i zapobiegania im.

## Kroki

Zegarek Galaxy Fit<sup>®</sup> liczy wykonane kroki oraz mierzy przebyty dystans.

Dotknij ekranu, aby przełączyć na ekran widżetu liczby kroków.



Przebytą odległość można przeglądać w aplikacji Samsung Health na urządzeniu przenośnym połączonym z zegarkiem Galaxy Fit<sup>®</sup>.



- Po uruchomieniu pomiaru liczby kroków aplikacja monitorująca kroki będzie rejestrować ich liczbę. Będzie ona wyświetlana z pewnym opóźnieniem, ponieważ urządzenie Galaxy Fit<sup>®</sup> precyzyjnie rozpoznaje ruch dopiero po pewnym czasie. Ze względu na precyzyjny pomiar liczby kroków może też wystąpić niewielkie opóźnienie zanim w okienku wyskakującym zostanie wyświetlona informacja, że cel został osiągnięty.
- W przypadku używania aplikacji monitorującej kroki podczas podróży pociągiem lub samochodem, wibracje mogą wpływać na liczbę kroków.

## Ustawianie docelowej liczby kroków

Na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable** i dotknij **Start** → **Ustawienia dot. stanu zdrowia** → **Cel dot. krok.**, aby ustawić dzienny cel liczby kroków.

## Sen

Możesz oceniać wzory snu i rejestrować je przez analizę ruchu w jego trakcie.



Aby pomiar tętna za pomocą urządzenia Galaxy Fit<sup>®</sup> był precyzyjny, najlepiej nosić Galaxy Fit<sup>®</sup> na przedramieniu tuż nad nadgarstkiem, ściśle przylegające do ciała. Więcej informacji można znaleźć w rozdziale [Odpowiednie noszenie zegarka Galaxy Fit<sup>®</sup>](#).

## Pomiar wzorów snu

- 1 Śpij z założonym zegarkiem Galaxy Fit<sup>®</sup>.  
Zegarek Galaxy Fit<sup>®</sup> rozpocznie pomiar wzoru snu.
- 2 Dotknij ekranu, aby przełączyć na ekran snu po wybudzeniu.
- 3 Na ekranie widżetu snu można przejrzeć informacje o czasie snu.



Informacje o wzorach snu i inne informacje można przeglądać w aplikacji Samsung Health na urządzeniu przenośnym połączonym z zegarkiem Galaxy Fit<sup>®</sup>.

## Puls

Mierzenie tętna i zapisywanie wyników.



- Aplikacja monitorująca tętno zegarka Galaxy Fit<sup>®</sup> jest przeznaczona wyłącznie do celów informacyjnych i rekreacyjnych. Nie powinna być stosowana do diagnozy chorób i innych schorzeń ani do leczenia chorób, łagodzenia ich objawów i zapobiegania im.
- Aby pomiar tętna za pomocą urządzenia Galaxy Fit<sup>®</sup> był precyzyjny, najlepiej nosić Galaxy Fit<sup>®</sup> na przedramieniu tuż nad nadgarstkiem, ściśle przylegające do ciała. Więcej informacji można znaleźć w rozdziale [Odpowiednie noszenie zegarka Galaxy Fit<sup>®</sup>](#).
- Galaxy Fit<sup>®</sup> można wykorzystywać do pomiaru tętna. Połącz Galaxy Fit<sup>®</sup> z urządzeniem przenośnym, w aplikacji Samsung Health w urządzeniu przenośnym dotknij monitora ćwiczeń i rozpocznij trening. Pomiar tętna zobaczysz na ekranie ćwiczeń, w wynikach monitora ćwiczeń i w aplikacji monitorującej tętno.

### **Przed rozpoczęciem mierzenia tętna zapoznaj się z poniższymi uwagami:**

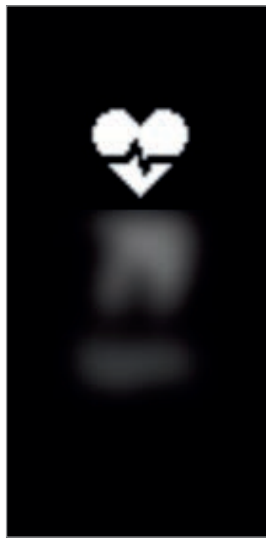
- Jeśli pomiar różni się w znaczącym stopniu od oczekiwanego tętna, odpocznij, a następnie ponownie dokonaj pomiaru.
- Zimą lub w zimnej pogodzie utrzymuj ciało w cieple podczas mierzenia tętna.
- Palenie lub picie alkoholu przed dokonywaniem pomiaru może spowodować, że tętno będzie inne, niż zazwyczaj.
- Nie należy rozmawiać, ziewać ani głęboko oddychać podczas wykonywania pomiaru tętna. Nieprzestrzeganie tego zalecenia może spowodować niedokładny pomiar.
- Pomiar tętna mogą się różnić w zależności od metody i środowiska pomiaru i środowiska.
- Jeśli czujnik tętna nie działa, sprawdź umiejscowienie urządzenia Galaxy Fit<sup>®</sup> na swoim nadgarstku i upewnij się, że nic nie przesłania czujnika. Jeśli problem z czujnikiem tętna wciąż występuje, odwiedź Centrum Serwisowe firmy Samsung.

## Monitorowanie tętna

Zegarek Galaxy Fit© umożliwia automatyczny pomiar i rejestrowanie tętna w regularnych interwałach w ciągu dnia.

Na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable**, dotknij **Start** → **Widżety**, aby dodać widżet tętna, lub dotknij **Tarcze zegarka** i wybierz tarczę zegarka z informacjami o tętnie, aby automatycznie monitorować tętno.

- 1 Dotknij ekranu, aby przełączyć na ekran widżetu tętna.
- 2 Na ekranie widżetu tętna można przejrzeć informacje o tętnie.



## Kalorie

Możesz sprawdzić ilość spalonych kalorii w wybranym dniu.

Dotknij ekranu, aby przełączyć na ekran widżetu liczby spalonych kalorii.

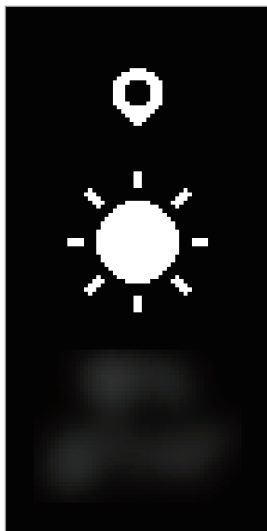


Liczba spalanych kalorii uwzględnia podstawową przemianę materii na podstawie zarejestrowanego profilu. Przy pierwszym uruchomieniu tej funkcji liczba spalanych kalorii będzie równa podstawowej przemianie materii do czasu uruchomienia tej funkcji.

## Pogoda

Na zegarku Galaxy Fit<sup>®</sup> można wyświetlać informacje pogodowe dotyczące lokalizacji ustawionych na połączonym urządzeniu przenośnym.

Dotknij ekranu, aby przełączyć na ekran widżetu pogody.

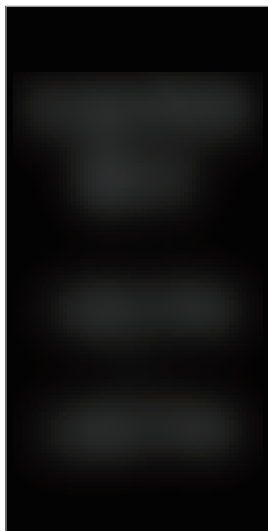




## Kalendarz

Zegarek Galaxy Fit® umożliwia przeglądanie harmonogramów zdarzeń zapisanych na urządzeniu przenośnym.

Dotknij ekranu, aby przełączyć na ekran widżetu kalendarza.



Wszystkie zdarzenia zaplanowane na urządzeniu przenośnym będą automatycznie synchronizowane z połączonym zegarkiem Galaxy Fit®, aby móc je sprawdzać i otrzymywać alarmy z zegarka Galaxy Fit®.

# Aplikacja Galaxy Wearable

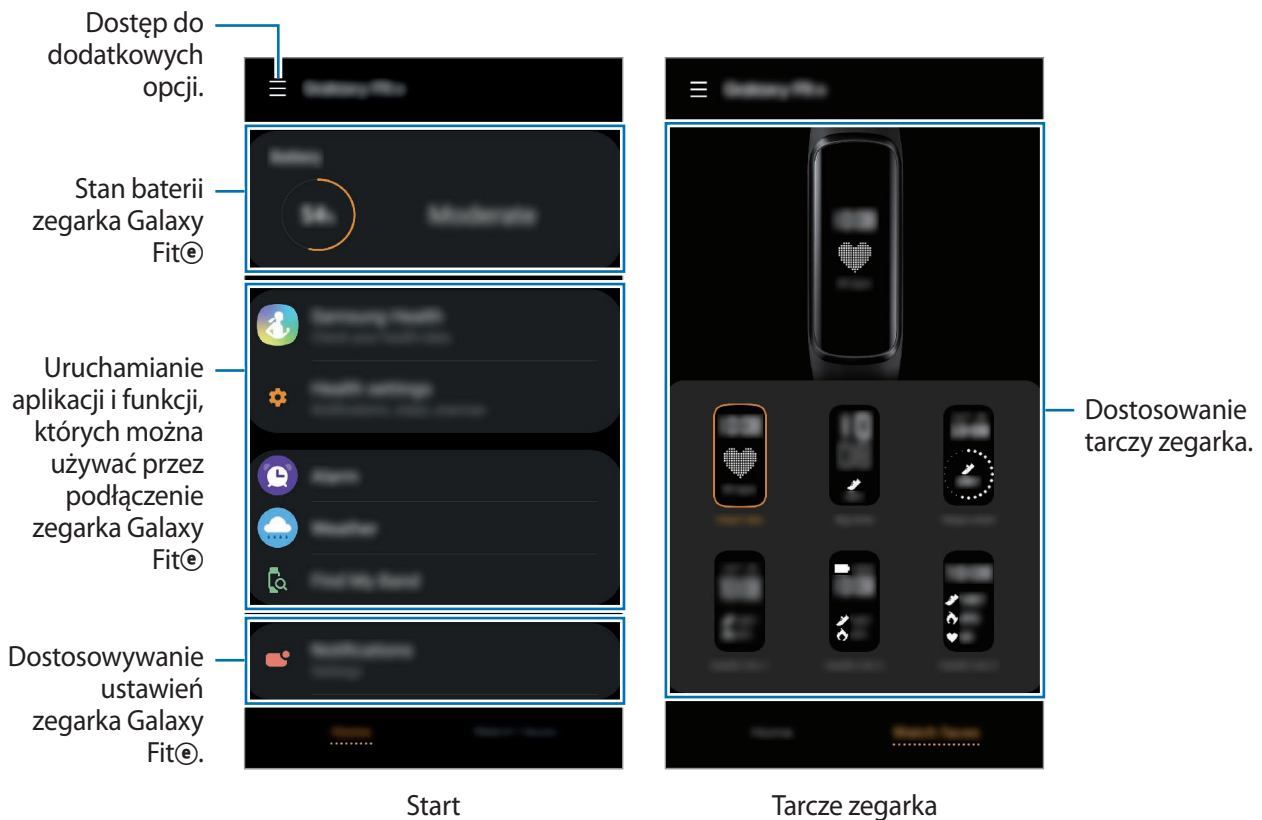
## Wstęp

Aby połączyć urządzenie Galaxy Fit® z urządzeniem przenośnym, musisz zainstalować na urządzeniu przenośnym aplikację Galaxy Wearable. W aplikacji Galaxy Wearable można przeglądać informacje z zegarka Galaxy Fit® i dostosowywać jego różne ustawienia, takie jak ustawienia powiadomień.

Na swoim urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable**.



Niektóre funkcje mogą nie być dostępne w zależności od typu podłączonego urządzenia przenośnego.



Dotknij , aby użyć następujących opcji:

- **Podłącz nowe urządzenie:** odłącz urządzenie od aktualnie podłączonego urządzenia przenośnego i podłącz nowe urządzenie. Wybierz urządzenie na ekranie lub dotknij **Nie ma na liście**, jeżeli nie można znaleźć urządzenia, a następnie postępuj zgodnie z instrukcjami wyświetlanymi na ekranie, aby połączyć z nowym urządzeniem.
- **Rozłącz:** odłącz urządzenie Galaxy Fit<sup>®</sup> od aktualnie podłączonego urządzenia przenośnego.
- **Powiadomienia aplikacji:** zmiana różnych ustawień powiadomień aplikacji Galaxy Wearable na urządzeniu przenośnym.
- **Instrukcja obsługi:** wyświetlona instrukcja obsługi pozwala dowiedzieć się, jak posługiwać się urządzeniem Galaxy Fit<sup>®</sup>.
- **Kontakt z nami:** aplikacja **Samsung Members** oferuje klientom usługi pomocy technicznej, takie jak diagnozowanie problemów z urządzeniem. Użytkownicy mogą przysyłać pytania i raporty dotyczące błędów. Poza tym można również wymieniać się informacjami z innymi członkami społeczności użytkowników telefonów Galaxy lub wyświetlać najnowsze doniesienia i wskazówki dotyczące telefonów Galaxy. Aplikacja **Samsung Members** może pomóc w rozwiązywaniu problemów, które mogą wystąpić podczas korzystania z urządzenia.



Dostępność tej opcji zależy od regionu, operatora sieci lub modelu, który może nie obsługiwać aplikacji **Samsung Members**.

## Start

### Wstęp

Możliwe jest wyświetlanie stanu zegarka Galaxy Fit<sup>®</sup> i dostosowywanie Galaxy Fit<sup>®</sup> ustawień. Można też uruchamiać przydatne aplikacje, łącząc z zegarkiem Galaxy Fit<sup>®</sup>.

Na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable** i dotknij **Start**.

### Bateria

Istnieje możliwość wyświetlania poziomu pozostałej energii baterii zegarka Galaxy Fit<sup>®</sup>.

### Samsung Health

Możesz wyświetlać dane zegarka Galaxy Fit<sup>®</sup> zapisane w aplikacji Samsung Health.

Na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable** i dotknij **Start** → **Samsung Health**.

## Ustawienia dot. stanu zdrowia

Można przeglądać ustawienia aplikacji Health zegarka Galaxy Fit<sup>®</sup> i zmieniać je.

Na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable** i dotknij **Start** → **Ustawienia dot. stanu zdrowia**.

- **Powiadomienia:** włączanie lub wyłączenie powiadomień o wykrywaniu ćwiczeń, braku aktywności i osiągnięciu docelowej liczby kroków.
- **Cel dot. krok.:** przeglądanie docelowej liczby kroków zapisanej w aplikacji Samsung Health lub jej zmienianie.
- **Wykryw. treningu:** włączanie automatycznego rozpoznawania ćwiczeń przez urządzenie Galaxy Fit<sup>®</sup>.

## Alarm

Możesz ustawiać alarmy i zarządzać nimi.

### Ustawianie alarmów

- 1 Na swoim urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable**.
- 2 Dotknij **Start** → **Alarm** → **Dodaj alarm**.  
Jeżeli zapisano alarm, na górze listy alarmów dotknij **+**.
- 3 Ustaw godzinę alarmu, wybierz dni do powtarzania alarmu i dotknij **ZAPISZ**.  
Zapisany alarm zostanie dodany do listy alarmów, a zegarek Galaxy Fit<sup>®</sup> będzie wibrować o tej godzinie.

Jeśli chcesz włączyć lub wyłączyć alarm, dotknij przełącznika obok alarmu na liście alarmów.

### Wyłączanie alarmów

Po wyemitowaniu sygnału alarmu dwa razy dotknij ekranu zegarka Galaxy Fit<sup>®</sup>.

### Usuwanie alarmów

Dotknij alarmu z listy alarmów i przytrzymaj go, a następnie dotknij **Usuń**. Alternatywnie na górze ekranu dotknij **⌵**, wybierz alarm do usunięcia, a następnie dotknij **Usuń**.

## Pogoda

Na ekranie widgetu pogody zegarka Galaxy Fit<sup>®</sup> można przeglądać informacje pogodowe lub zmieniać ustawienia powiązane z informacjami pogodowymi.

Na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable** i dotknij **Start** → **Pogoda** → **Ustawienia**, aby zmienić ustawienia, takie jak jednostka temperatury, interwał aktualizacji pogody lub użycie bieżącej lokalizacji.

## Znajdź moją opaskę


W przypadku zgubienia urządzenia Galaxy Fit<sup>®</sup> aplikacja Galaxy Wearable zainstalowana na urządzeniu przenośnym pomoże je odnaleźć.



Ta funkcja nie jest dostępna, gdy urządzenie Galaxy Fit<sup>®</sup> jest używane bez połączenia z urządzeniem przenośnym.

**1** Na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable** i dotknij **Start** → **Znajdź moją opaskę**.

**2** Dotknij .

Zegarek Galaxy Fit<sup>®</sup> zacznie wibrować i nastąpi włączenie ekranu. Aby wyłączyć wibracje, dwa razy dotknij ekranu zegarka Galaxy Fit<sup>®</sup> lub dotknij  na urządzeniu przenośnym.

## Powiadomienia

Zmień ustawienia dla funkcji powiadomień. Możesz otrzymywać na bieżąco informacje o różnych zdarzeniach z urządzenia przenośnego, takich jak nowe wiadomości.

Na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable** i dotknij **Start** → **Powiadomienia**, dotknij przełącznika, aby włączyć tę funkcję, a następnie włącz elementy.



- **Zarządzaj powiadomieniami:** wybierz aplikacje na urządzeniu przenośnym do wysyłania z nich powiadomień do zegarka Galaxy Fit<sup>®</sup>.
- **Pokaż podczas użycia telefonu:** wyświetlanie powiadomień na zegarku Galaxy Fit<sup>®</sup> podczas korzystania z urządzenia przenośnego.
- **Włącz ekran:** aktywowanie włączania ekranu zegarka Galaxy Fit<sup>®</sup> po odebraniu powiadomienia.

## Widgety

Możliwe jest dostosowanie widgetów zegarka Galaxy Fit<sup>®</sup>. Możesz również zmienić położenie widgetów.


Na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable** i dotknij **Start** → **Widgety**.

### Dodawanie lub usuwanie widgetów

Dotknij  obok widgetu, aby go usunąć, lub dotknij  obok widgetu, aby go dodać, i dotknij **ZAPISZ**.

Widget zostanie dodany lub usunięty z zegarka Galaxy Fit<sup>®</sup>.

### Porządkowanie widgetów

Dotknij  obok widgetu, przeciągnij go w inne miejsce, a następnie dotknij **ZAPISZ**.

Kolejność widgetów zostanie zmieniona na zegarku Galaxy Fit<sup>®</sup>.

## Wibracja

Umożliwia włączenie lub wyłączenie wibracji zegarka Galaxy Fit<sup>®</sup>. Nawet przy wyłączonej wibracji niektóre powiadomienia mogą ją powodować.

Na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable** i dotknij **Start** → **Wibracja**.

## Zaawansowane

Włącz zaawansowane funkcje zegarka Galaxy Fit<sup>®</sup> i zmień ustawienia kontroli.

Na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable** i dotknij **Start** → **Zaawansowane**.

- **Budzenie ekranu:** ustawianie metody włączania ekranu zegarka Galaxy Fit<sup>®</sup>.
- **Nie przeszkadzać:** ustawienie urządzenia Galaxy Fit<sup>®</sup> umożliwiające wyciszenie wszystkich powiadomień poza alarmami i wyłączenie włączania ekranu po odebraniu powiadomień.

## Konto i kopia zapasowa

Zarejestruj konto Samsung i zaloguj się, aby synchronizować dane urządzenia Galaxy Fit<sup>®</sup>, tworzyć ich kopie zapasowe lub przywracać je przy użyciu Samsung Cloud. Możesz także sprawdzić informacje o koncie Samsung zarejestrowanym na podłączonym urządzeniu przenośnym.

Na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable** i dotknij **Start** → **Konto i kopia zapasowa**.

- **Konto Samsung account:** dodawanie konta Samsung używanego na zegarku Galaxy Fit<sup>®</sup>.
- **Kopia zapasowa i przywracanie:** ta funkcja umożliwia ochronę informacji osobistych, danych aplikacji i ustawień na urządzeniu Galaxy Fit<sup>®</sup>. Istnieje możliwość utworzenia kopii zapasowej poufnych danych i uzyskania do nich dostępu w późniejszym czasie. Aby utworzyć kopię zapasową danych lub je przywrócić, należy zalogować się na konto Samsung. Więcej informacji można znaleźć w rozdziale [Zarządzanie danymi przechowywanymi w pamięci zegarka Galaxy Fit<sup>®</sup>](#).



Regularnie twórz kopie zapasowe swoich danych w bezpiecznej lokalizacji, na przykład w Samsung Cloud lub na komputerze, dzięki czemu będziesz w stanie odtworzyć dane w przypadku ich awarii lub utraty w wyniku niezamierzonego przywrócenia danych fabrycznych.

## Zarządzanie danymi przechowywanymi w pamięci zegarka Galaxy Fit<sup>®</sup>

Ta funkcja umożliwia ochronę informacji osobistych, danych widgetu i ustawień na zegarku Galaxy Fit<sup>®</sup>. Istnieje możliwość utworzenia kopii zapasowej poufnych danych i uzyskania do nich dostępu w późniejszym czasie, a także automatycznego tworzenia kopii zapasowych danych urządzenia Galaxy Fit<sup>®</sup>.



Dane z zegarka Galaxy Fit<sup>®</sup> będą automatycznie zapisywane w aplikacji Samsung Health na podłączonym urządzeniu przenośnym. Tylko dane z ostatnich 7 dni są zapisywane na zegarku Galaxy Fit<sup>®</sup>.

## Przywracanie danych

Aby przywrócić kopię zapasową danych przechowywanych na zegarku Galaxy Fit<sup>®</sup>, na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable**, dotknij **Start** → **Konto i kopia zapasowa** → **Kopia zapasowa i przywracanie** → **Przywróć dane**, wybierz elementy do przywrócenia, a następnie dotknij **Przywróć**. Najnowsze dane kopii zapasowej zostaną przywrócone.

## Tworzenie kopii zapasowej danych

Aby utworzyć kopię zapasową danych przechowywanych na zegarku Galaxy Fit<sup>®</sup>, na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable**, dotknij **Start** → **Konto i kopia zapasowa** → **Kopia zapasowa i przywracanie** → **Kopia zapasowa danych**, wybierz elementy do umieszczenia w kopii zapasowej, a następnie dotknij **Twórz teraz kopię zap.** Dane zostaną zapisane w usłudze Samsung Cloud.

## Automatyczne tworzenie kopii zapasowej danych

Aby automatycznie wykonywać kopie zapasowe danych przechowywanych na zegarku Galaxy Fit<sup>®</sup> za pomocą Samsung Cloud i uzyskiwać do nich dostęp z innych urządzeń, na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable**, dotknij **Start** → **Konto i kopia zapasowa** → **Kopia zapasowa i przywracanie** → **Kopia zapasowa danych**, a następnie dotknij przełącznika **Automatyczna kopia zapasowa** w celu włączenia tej funkcji.

## Informacje o opasce

Możliwe jest wyświetlanie stanu zegarka Galaxy Fit<sup>®</sup> i innych informacji. Można też aktualizować oprogramowanie zegarka Galaxy Fit<sup>®</sup>.

Na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable** i dotknij **Start** → **Informacje o opasce**.

- **Aktualizacja oprogramowania opaski:** aktualizowanie oprogramowania zegarka Galaxy Fit<sup>®</sup> do najnowszej wersji.
- **Informacje prawne:** wyświetlanie informacji prawnych dotyczących zegarka Galaxy Fit<sup>®</sup>.
- **Raportuj dane diagnostyczne:** ustawienie urządzenia Galaxy Fit<sup>®</sup>, aby automatycznie przesyłało raport z diagnostyki i użytkowania urządzenia do firmy Samsung.
- **Nazwa urządzenia:** zmiana nazwy zegarka Galaxy Fit<sup>®</sup>.
- **Informacje o urządzeniu:** sprawdzanie informacji o zegarku Galaxy Fit<sup>®</sup>, takich jak adres Bluetooth i numer seryjny.
- **Resetuj opaskę:** usuwanie wszystkich danych z zegarka Galaxy Fit<sup>®</sup>.
- **Uruchom ponownie opaskę:** ponowne uruchamianie zegarka Galaxy Fit<sup>®</sup>.
- **Pomoc:** sprawdzanie informacji o używaniu zegarka Galaxy Fit<sup>®</sup> i ustawianie obsługiwanych funkcji zegarka Galaxy Fit<sup>®</sup>.



## Aktualizacja oprogramowania za pośrednictwem aplikacji Galaxy Wearable

Oprogramowanie urządzenia Galaxy Fit<sup>®</sup> można bezpośrednio zaktualizować do najnowszej wersji za pomocą usługi FOTA (Firmware Over-The-Air).

- 1 Na swoim urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable**.
- 2 Dotknij **Start** → **Informacje o opasce** → **Aktualizacja oprogramowania opaski** → **Pobierz i zainstaluj**.
- 3 Dotknij **POBIERZ** i zainstaluj najnowszą wersję oprogramowania na urządzeniu przenośnym.
- 4 Przeczytaj informacje podane na ekranie i dotknij **INSTALUJ TERAZ**.  
Urządzenie Galaxy Fit<sup>®</sup> skopiuje zaktualizowane oprogramowanie z urządzenia przenośnego i uruchomi się ponownie.



Aby automatycznie sprawdzać dostępne aktualizacje i pobierać je, dotknij przełącznika **Automat. pobieraj przez Wi-Fi** w celu włączenia tej funkcji. Aktualizacje zostaną pobrane tylko, jeśli urządzenie jest podłączone do sieci Wi-Fi.

## Galaxy Wearable – informacje

Istnieje możliwość wyświetlenia informacji o wersji aplikacji Galaxy Wearable.

Na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable** i dotknij **Start** → **Galaxy Wearable – informacje**.

## Tarcze zegarka

Typ zegarka wyświetlanego na ekranie można zmieniać.

Na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable Tarcze zegarka** i wybierz określony typ zegarka. Wybrana tarcza zegarka zostanie zastosowana na ekranie zegarka.

# Załącznik

## Rozwiązywanie problemów

Zanim skontaktujesz się z centrum serwisowym firmy Samsung, wypróbuj następujące rozwiązania. Niektóre sytuacje mogą nie dotyczyć urządzenia Galaxy Fit®.

### Nie można włączyć ekranu zegarka Galaxy Fit®

Jeśli bateria jest całkowicie rozładowana, włączenie zegarka Galaxy Fit® nie będzie możliwe. Przed włączeniem zegarka Galaxy Fit® należy w pełni naładować baterię.

### Ekran reaguje wolno lub nieprawidłowo

- Ekran wykorzystuje czujnik przyspieszenia. Aby zwiększyć stopień rozpoznawania przyspieszeniomierza, załóż zegarek Galaxy Fit® luźno, tak aby nie opinał nadgarstka zbyt ciasno, a następnie mocno dotknij ekranu.
- Uruchom zegarek Galaxy Fit® ponownie, aby usunąć tymczasowe błędy oprogramowania.
- Sprawdź, czy oprogramowanie urządzenia Galaxy Fit® zostało zaktualizowane do najnowszej wersji.
- Jeśli ekran jest porysowany lub uszkodzony, odwiedź centrum serwisowe firmy Samsung.

### Ekran nie włącza się nawet po dotknięciu

- Na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable**, dotknij **Start** → **Zaawansowane** → **Budzenie ekranu** → **Dwukrotne dotknięcie**.
- Ekran włącza się po jego dwukrotnym dotknięciu.

## Zegarek Galaxy Fit<sup>®</sup> zawiesza się lub występują błędy

Spróbuj następujących rozwiązań. Jeśli problem nadal występuje, zwróć się do centrum serwisowego firmy Samsung.

### Wymuszanie ponownego uruchomienia

Jeśli urządzenie zawiesiło się i nie reaguje, podłącz ładowarkę na ponad 3 sekundy, aby je zrestartować.

### Resetowanie zegarka Galaxy Fit<sup>®</sup>

Jeżeli problem nie zostanie rozwiązany przy użyciu powyższej metody, przywróć ustawienia fabryczne. Na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable** i dotknij **Start** → **Informacje o opasce** → **Resetuj opaskę**. Zanim przywrócisz ustawienia fabryczne, wykonaj kopie zapasowe wszystkich ważnych danych zapisanych na zegarku Galaxy Fit<sup>®</sup>. Kopię zapasową danych z zegarka Galaxy Fit<sup>®</sup> można utworzyć za pomocą aplikacji Galaxy Wearable lub usługi Samsung Cloud.

## Inne urządzenie Bluetooth nie może zlokalizować urządzenia Galaxy Fit<sup>®</sup>

- Zresetuj zegarek Galaxy Fit<sup>®</sup> i spróbuj ponownie.
- Sprawdź, czy urządzenie Galaxy Fit<sup>®</sup> i drugie urządzenie Bluetooth znajdują się w zasięgu połączenia Bluetooth (10 m). Zasięg ten może być różny w zależności od otoczenia, w którym używane są urządzenia.

Jeśli powyższe wskazówki nie pozwalają na rozwiązanie problemu, skontaktuj się z centrum serwisowym firmy Samsung.

## Połączenie Bluetooth nie zostało nawiązane albo zegarek Galaxy Fit<sup>®</sup> i urządzenie przenośne są rozłączone

- Upewnij się, że w obu urządzeniach jest włączona funkcja Bluetooth.
- Upewnij się, że pomiędzy urządzeniami nie znajdują się żadne przeszkody, takie jak ściany czy sprzęt elektryczny.
- Upewnij się, że w urządzeniu przenośnym zainstalowano najnowszą wersję aplikacji Galaxy Wearable.

- Sprawdź, czy urządzenie Galaxy Fit<sup>®</sup> i drugie urządzenie Bluetooth znajdują się w zasięgu połączenia Bluetooth (10 m). Zasięg ten może być różny w zależności od otoczenia, w którym używane są urządzenia.
- Zrestartuj oba urządzenia i ponownie uruchom aplikację Galaxy Wearable na urządzeniu przenośnym.

### Zegarek Galaxy Fit<sup>®</sup> nie monitoruje tętna

- Noś urządzenie Galaxy Fit<sup>®</sup> na przedramieniu tuż nad nadgarstkiem, ściśle przylegające do ciała.
- Upewnij się, że widжет tętna został dodany. Zegarek Galaxy Fit<sup>®</sup> będzie automatycznie monitorować tętno, gdy widжет został dodany.
- Wybierz tarczę zegarka z informacjami o tętnie.

### Nie można naładować baterii (dotyczy ładowarek zatwierdzonych przez firmę Samsung)

- Upewnij się, że zegarek Galaxy Fit<sup>®</sup> jest prawidłowo podłączony do ładowarki, a stacja dokująca do ładowarki.
- Odwiedź centrum serwisowe firmy Samsung w celu wymiany baterii.

### Bateria wyczerpuje się szybciej niż początkowo

- W bardzo niskich lub bardzo wysokich temperaturach czas działania baterii w zegarku Galaxy Fit<sup>®</sup> może być krótszy.
- W przypadku korzystania z funkcji monitorowania tętna i funkcji włączania ekranu dotykaniem zużycie energii baterii będzie wyższe, co spowoduje skrócenie czasu pracy.
- Bateria podlega zużyciu i po pewnym czasie może działać krócej.

### Urządzenie Galaxy Fit<sup>®</sup> jest gorące

Jeśli zegarek Galaxy Fit<sup>®</sup> przegrzewa się lub jest ciepły przez długi okres, nie używaj go przez jakiś czas. Jeśli zegarek Galaxy Fit<sup>®</sup> nadal się przegrzewa, skontaktuj się z centrum serwisowym firmy Samsung.

## Utrata danych zapisanych w urządzeniu Galaxy Fit®

Należy regularnie wykonywać kopię zapasową wszystkich ważnych danych przechowywanych w urządzeniu Galaxy Fit®.

W przeciwnym razie nie będzie możliwe ich odtworzenie w przypadku utraty lub zniszczenia. Kopię zapasową danych z zegarka Galaxy Fit® można utworzyć za pomocą aplikacji Galaxy Wearable lub usługi Samsung Cloud. Firma Samsung nie ponosi odpowiedzialności za utratę danych przechowywanych w urządzeniu Galaxy Fit®.

## Widać niewielką szczelinę dokoła zewnętrznej obudowy Galaxy Fit®

- Szczelina ta jest związana z procesem produkcyjnym i jest niezbędna ze względu na nieznaczne przemieszczenia lub drgania komponentów.
- W miarę upływu czasu tarcie pomiędzy częściami może doprowadzić do nieзначnego zwiększenia tej szczeliny.

## Wymywanie baterii

- **Aby wyjąć baterię, należy skontaktować się z autoryzowanym centrum serwisowym. Aby uzyskać informacje o usuwaniu baterii, odwiedź stronę [www.samsung.com/global/ecodesign\\_energy](http://www.samsung.com/global/ecodesign_energy).**
- Z uwagi na bezpieczeństwo **nie należy próbować wyjmować** baterii samodzielnie. Wyjęcie baterii w nieprawidłowy sposób może doprowadzić do uszkodzenia baterii i urządzenia, skutkować obrażeniami i/lub spowodować, że korzystanie z urządzenia nie będzie bezpieczne.
- Firma Samsung nie bierze odpowiedzialności za jakiegokolwiek straty lub szkody (wynikające z odpowiedzialności umownej lub deliktowej, włączając zaniechania), które mogą być skutkiem nieprzestrzegania ostrzeżeń i instrukcji, z wyjątkiem śmierci lub obrażeń spowodowanych zaniechaniami firmy Samsung.

W zależności od kraju i operatora, karty SIM, urządzenie i akcesoria mogą wyglądać inaczej niż na ilustracjach zamieszczonych w niniejszej instrukcji.

## **Prawa autorskie**

Copyright © 2019 Samsung Electronics

Niniejsza instrukcja jest chroniona międzynarodowymi przepisami o prawie autorskim.

Żadna część niniejszej instrukcji nie może być reprodukowana, dystrybuowana, tłumaczona ani przesyłana w jakiegokolwiek formie ani za pomocą jakiegokolwiek środków elektronicznych lub mechanicznych, w tym kopiowana, nagrywana lub przechowywana w jakimkolwiek systemie archiwizacyjnym bez uprzedniej pisemnej zgody firmy Samsung Electronics.

## **Znaki towarowe**

- SAMSUNG i logo SAMSUNG są zarejestrowanymi znakami towarowymi firmy Samsung Electronics.
- Bluetooth® jest zarejestrowanym znakiem towarowym firmy Bluetooth SIG, Inc. na całym świecie.
- Wszelkie inne znaki towarowe i prawa autorskie należą do ich właścicieli.