

SAMSUNG

INSTRUKCJA OBSŁUGI

SM-R220

Polish. 10/2020. Rev.1.0

www.samsung.pl
www.samsung.com

Spis treści

Wprowadzenie

- 3 Przeczytaj najpierw
- 8 Wygląd urządzenia
- 10 Bateria
- 13 Noszenie zegarka Galaxy Fit2
- 15 Włączanie zegarka Galaxy Fit2
- 16 Łączenie Galaxy Fit2 z urządzeniem przenośnym
- 18 Sterowanie ekranem
- 20 Elementy ekranu

Widżety i funkcje

- 28 Wiadomości
- 28 Odbieranie połączeń
- 29 Widżet zarządzania stanem zdrowia
- 31 Podsum. st. zdrowia
- 31 Ćwiczenie
- 35 Kroki
- 36 Stres
- 38 Puls
- 40 Sen
- 41 Mycie rąk
- 42 Woda
- 43 Pogoda
- 44 Kalendarz
- 45 Stoper i czasomierz
- 46 Muzyka
- 46 Znajdź telefon

Aplikacja Galaxy Wearable

- 47 Wstęp
- 48 Start
- 56 Tarcze zegarka

Załącznik

- 57 Rozwiązywanie problemów
- 60 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 Fit2 lub aplikacji.
- Oprogramowanie, źródła dźwięków, tapety, obrazy i inne pliki multimedialne są dostarczane wraz z zegarkiem Galaxy Fit2 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 Fit2, podlegają procesowi aktualizacji, ale ich wsparcie może zakończyć się bez wcześniejszego powiadomienia. W przypadku pytań dotyczących aplikacji dostarczanych razem z zegarkiem Galaxy Fit2 prosimy o kontakt z centrum serwisowym firmy Samsung.
- Modyfikowanie systemu operacyjnego zegarka Galaxy Fit2 lub instalowanie oprogramowania z nieoficjalnych źródeł może być przyczyną wadliwego działania zegarka Galaxy Fit2 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 Fit2.
- 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).

- 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 dotykowego przez długi okres oraz wyłączanie ekranu dotykowego, gdy urządzenie nie jest używane.
 - Możliwe jest skonfigurowanie automatycznego wyłączania ekranu dotykowego, gdy ekran nie jest używany. Uruchom aplikację **Galaxy Wearable** w urządzeniu przenośnym połączonym z Galaxy Fit2, dotknij **Start** → **Wyświetlanie** → **Podświetl. ekranu**, a następnie wybierz okres czasu, jaki urządzenie ma odczekać przed wyłączeniem ekranu dotykowego.
- 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, uruchom aplikację **Galaxy Wearable** na urządzeniu przenośnym połączonym z Galaxy Fit2, dotknij **Start** → **Informacje o opasce** → **Informacje o urządzeniu**, a następnie sprawdź identyfikator FCC w **Certyfikacja FCC**. Jeśli urządzenie nie posiada identyfikatora FCC, oznacza to, że urządzenie nie zostało dopuszczone do sprzedaży w Stanach Zjednoczonych lub na ich terytorium i może być przywiezione do Stanów Zjednoczonych wyłącznie do użytku osobistego właściciela.

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 przeciwśłonecznym, 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 dotykowy, 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



Przestroga: sytuacje, które mogą spowodować uszkodzenie urządzenia lub innego sprzętu



Uwaga: wskazówki, uwagi i dodatkowe informacje

Czyszczenie zegarka Galaxy Fit2 i zarządzanie nim

Należy przestrzegać poniższych zaleceń, aby zapewnić prawidłowe działanie urządzenia Galaxy Fit2 i dbać o jego dobry stan. Niezastosowanie się do tych zaleceń może prowadzić do uszkodzenia urządzenia Galaxy Fit2 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 Fit2 mogą zostać uszkodzone lub urządzenie może gorzej działać. Jeżeli urządzenie Galaxy Fit2 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 Fit2. Nie czyścić go falami ultradźwiękowymi ani zewnętrznymi źródłami ciepła. Może to spowodować uszkodzenie urządzenia Galaxy Fit2. Pozostawione na urządzeniu Galaxy Fit2 mydło, środki odkażające do dłoni lub środki czyszczące mogą spowodować podrażnienie skóry.
- Umyć nadgarstek i oczyścić pasek po treningu lub spoceniu się. Urządzenie Galaxy Fit2 oczyścić świeżą wodą, przetrzeć niewielką ilością alkoholu i dokładnie wysuszyć Galaxy Fit2.
- Usuwając preparat, emulsję lub olejek z filtrem przeciwsłonecznym, należy użyć środka czyszczącego bez mydła, a następnie spłukać i dokładnie wytrzeć urządzenie Galaxy Fit2.
- Jeżeli urządzenie Galaxy Fit2 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 Fit2.

- Firma Samsung przetestowała szkodliwe materiały zawarte w podzespołach Galaxy Fit2 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 Fit2.
- Zegarek Galaxy Fit2 zawiera nikiel. Należy podjąć odpowiednie środki, jeżeli skóra użytkownika jest bardzo wrażliwa lub użytkownik ma alergię na jakieś materiały zawarte w podzespołach zegarka Galaxy Fit2.
 - **Nikiel:** urządzenie Galaxy Fit2 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 Fit2. Urządzenie Galaxy Fit2 przeszło pomyślnie międzynarodowe badania. Jednak w przypadku wrażliwości na nikiel należy zachować szczególną ostrożność podczas korzystania z urządzenia Galaxy Fit2.
- Urządzenie Galaxy Fit2 jest produkowane wyłącznie z materiałów zgodnych z normami Komisji Bezpieczeństwa Produktów Konsumenckich (CPSC) 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

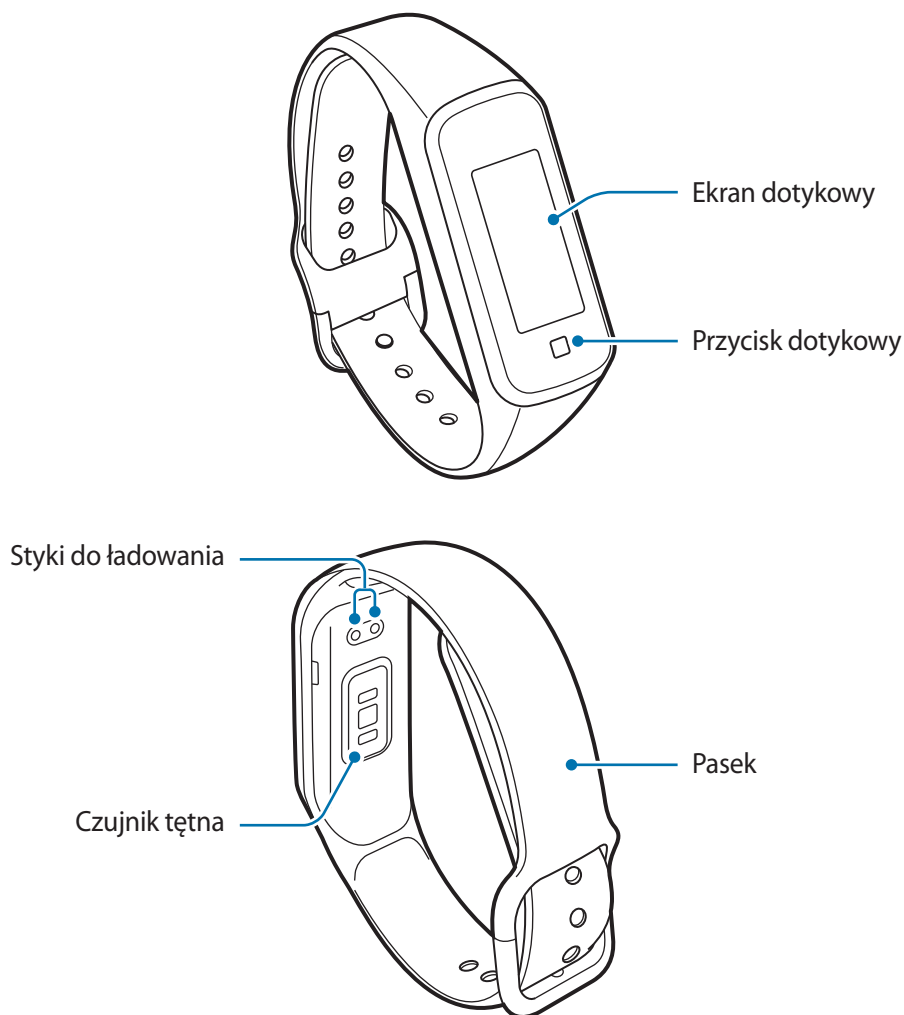
Zawartość opakowania

Więcej informacji o zawartości opakowania można znaleźć w instrukcji obsługi.



- Elementy dostarczane wraz z zegarkiem Galaxy Fit2 i wszelkie dostępne akcesoria mogą się różnić w zależności od regionu lub operatora sieci.
- Dostarczone elementy są przeznaczone tylko dla tego urządzenia Galaxy Fit2 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 Fit2.
- Z wyjątkiem samego urządzenia Galaxy Fit2 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 Fit2

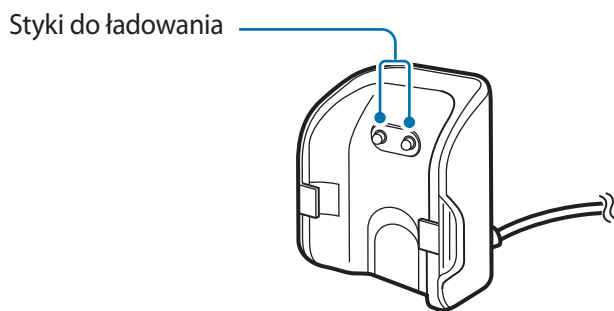


- Upewnij się, że pasek jest czysty. Kontakt z nieczystościami, takimi jak kurz czy farba, może spowodować powstanie na pasku plam, których nie da się całkowicie usunąć.
- W przypadku korzystania z urządzenia z pękniętym szkłem lub akrylem, może pojawić się ryzyko spowodowania obrażenia. Urządzenia można używać tylko po naprawie w Centrum serwisowym firmy Samsung.

Przyciski

Przycisk	Funkcja
<input type="checkbox"/> Dotykanie	<ul style="list-style-type: none">• Dotknij, aby włączyć ekran.• Dotknij, aby otworzyć ekran zegarka z każdego innego ekranu.

Ładowarka



Nie narażaj ładowarki na działanie wody, ponieważ nie ma ona takiej samej odporności na wodę, co urządzenie Galaxy Fit2.

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 Fit2.



- Używaj dostarczonej ładowarki. Urządzenia Galaxy Fit2 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.

- 159 mAh (typowo)*

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

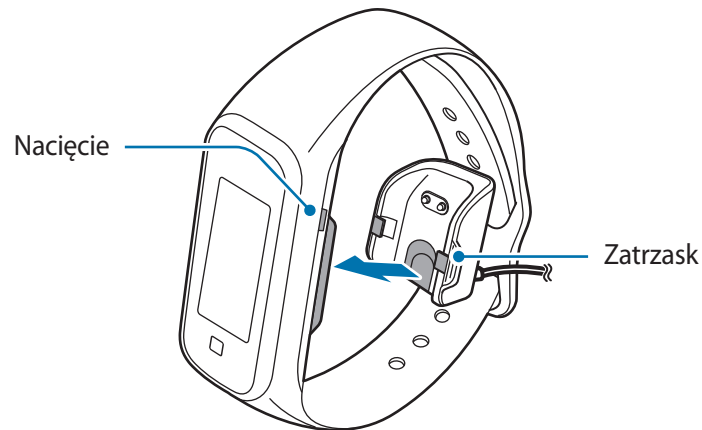
Typowa pojemność to szacowana średnia wartość uwzględniająca odchylenia w pojemnościach poszczególnych baterii z próby testowanej zgodnie z normą IEC 61960. Znamionowa (minimalna) pojemność to 70 mAh. Rzeczywisty czas eksploatacji baterii może różnić się w zależności od otoczenia sieciowego, sposobu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



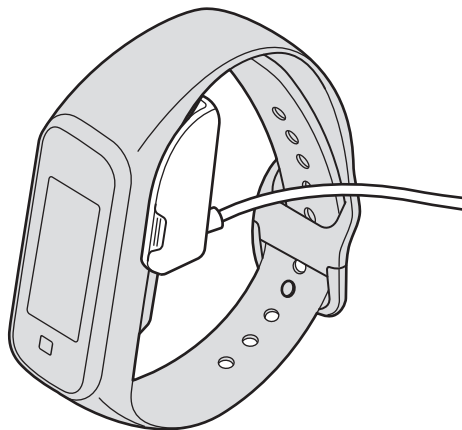
Aby oszczędzać energię, ładowarka powinna być odłączona od zasilania, kiedy nie jest używana. Ładowarka nie jest wyposażona w przełącznik zasilania, dlatego dla oszczędności energii też należy ją odłączać od gniazdka elektrycznego, gdy nie jest używana. Ładowarka powinna znajdować się w pobliżu gniazdka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

- 1 Podłącz kabel ładowania do zasilacza USB.

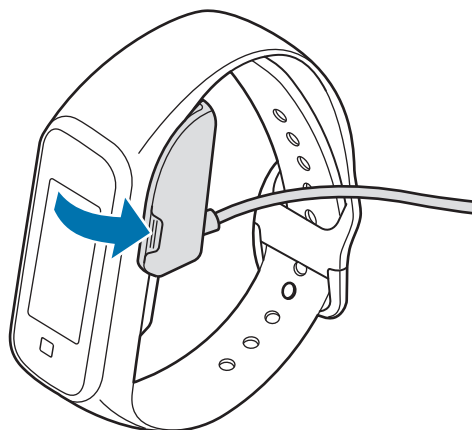
- 2 Wyrównaj środek ładowarki z zegarkiem Galaxy Fit2 i wyrównaj zatrzask ładowarki z nacięciem obok styków do ładowania zegarka Galaxy Fit2.



- 3 Naciśnij i przytrzymaj zegarek Galaxy Fit2, aż ładowarka się zatrzaśnie.



- 4 Po całkowitym naładowaniu urządzenia Galaxy Fit2 należy pociągnąć za uchwyt ładowarki, aby ją odłączyć. Odłącz ładowarkę od gniazdka elektrycznego.



Ograniczanie zużycia energii baterii

Urządzenie Galaxy Fit2 oferuje 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.

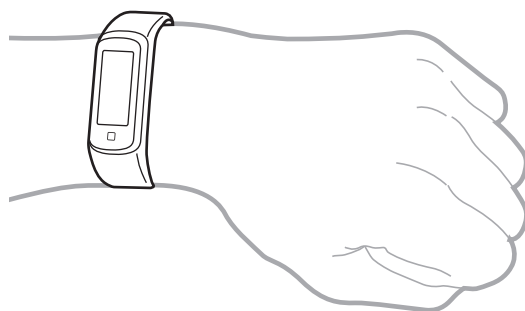
Porady i środki ostrożności dla ładowania baterii

- Po zakupie urządzenia Galaxy Fit2 należy podłączyć ładowarkę, aby je włączyć. Najpierw należy odpowiednio naładować baterię.
- Jeśli między urządzeniem Galaxy Fit2 a gniazdem ładowarki znajdują się ciała obce, proces ładowania baterii urządzenia Galaxy Fit2 może nie przebiegać prawidłowo. Zegarek Galaxy Fit2 i ładowarkę należy chronić przed kontaktem z potem, cieczeniami lub kurzem.
- Po całkowitym rozładowaniu baterii zegarka Galaxy Fit2 nie można włączyć nawet po podłączeniu go do ładowarki. Przed ponownym włączeniem zegarka Galaxy Fit2 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 Fit2 jest ładowane razem z innymi urządzeniami przez ładowarkę uniwersalną umożliwiającą takie ładowanie, może ono potrwać dłużej.
- Podczas ładowania baterii urządzenia Galaxy Fit2 na ekranie można sprawdzać tylko bieżącą godzinę i poziom naładowania baterii. Odbierane będą jednak niektóre powiadomienia do niezwłocznego sprawdzenia, takie jak powiadomienia o połączeniach.
- Jeśli urządzenie Galaxy Fit2 jest zasilane z niestabilnego źródła zasilania, podczas ładowania baterii ekran dotykowy może nie działać. W takim przypadku należy odłączyć urządzenie Galaxy Fit2 od ładowarki bezprzewodowej.
- Podczas ładowania zegarek Galaxy Fit2 może się nagrzewać. Jest to normalne zjawisko, które nie powinno wpływać na trwałość ani wydajność działania zegarka Galaxy Fit2. Jeśli bateria nagrzeje się bardziej niż zwykle, ładowarka może przerwać ładowanie ze względów bezpieczeństwa użytkownika. W takim przypadku ładowanie zegarka Galaxy Fit2 należy wznowić dopiero po jego schłodzeniu przez zdjęcie go z ładowarki.
- Jeżeli ładowanie urządzenia Galaxy Fit2 nie odbywa się prawidłowo, należy oddać zegarek Galaxy Fit2 do centrum serwisowego firmy Samsung.
- Unikaj zginania lub uszkodzania kabla ładowania.

Noszenie zegarka Galaxy Fit2

Zakładanie zegarka Galaxy Fit2

Otwórz zapięcie i załóż pasek na nadgarstek. Wsuń koniec paska w górną część zapięcia, włóż szpilkę w otwór paska, a następnie wsuń koniec paska w dolną część zapięcia, aby zapiąć urządzenie Galaxy Fit2 na ręce. Zamocuj zegarek Galaxy Fit2, wkładając szpilkę o jeden otwór dalej niż zwykle, tak aby nie czuć niewygodę, ponieważ pasek może się mimowolnie zacisnąć, jeżeli jego koniec zostanie pociągnięty do wewnątrz.



Nie należy nadmiernie wyginać paska. Może to spowodować uszkodzenie urządzenia Galaxy Fit2.



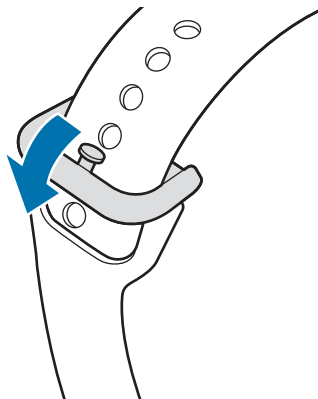
Aby pomiar tętna za pomocą urządzenia Galaxy Fit2 był precyzyjny, najlepiej nosić Galaxy Fit2 na przedramieniu tuż nad nadgarstkiem, ściśle przylegające do ciała. Więcej informacji można znaleźć w rozdziale [Odpowiednie noszenie zegarka Galaxy Fit2](#).

Wskazówki i środki ostrożności dotyczące paska

- Nosząc zegarek Galaxy Fit2, należy zachować ostrożność. W przypadku skóry wrażliwej lub zbyt mocnego zapięcia paska zegarka Galaxy Fit2 może występować pewien dyskomfort.
- Niektóre osoby mogą odczuwać dyskomfort, nosząc zegarek Galaxy Fit2 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 Fit2 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.

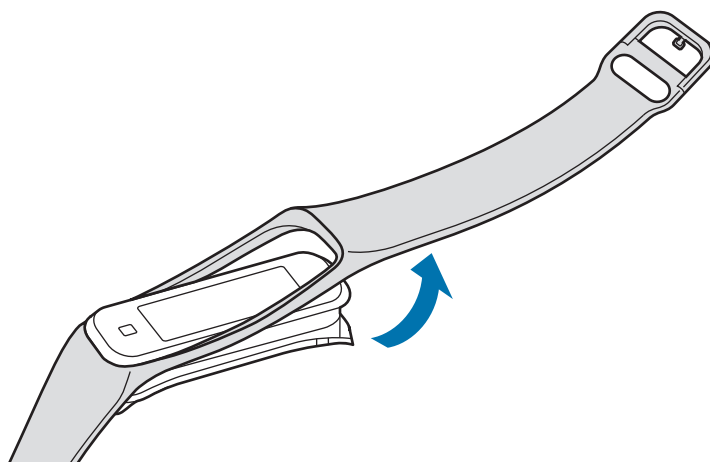
Zdejmowanie urządzenia Galaxy Fit2

Zdejmując urządzenie Galaxy Fit2, wyjmij szpilkę z otworu paska, a następnie pociągnij zapięcie, przytrzymując obie strony.



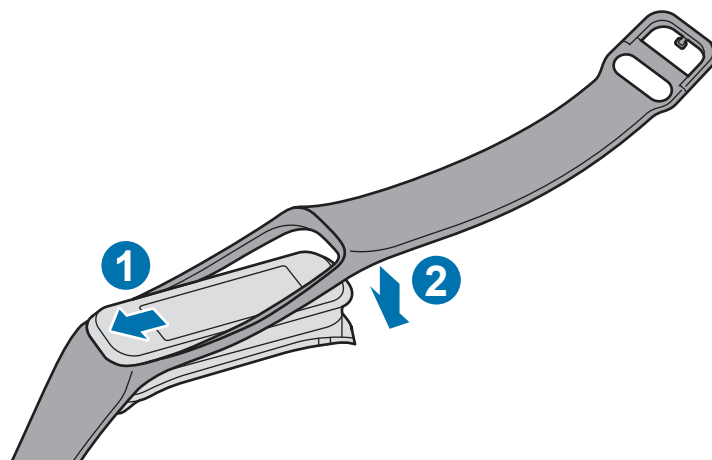
Odczepianie paska

Aby odzepić pasek, należy, trzymając w ręce zegarek Galaxy Fit2, delikatnie pociągnąć jedno ze złączy paska, podnosząc je.



- Ciągnij za część paska blisko ekranu. Ciągnięcie za koniec paska może spowodować jego uszkodzenie.
- Trzymając zegarek Galaxy Fit2 stabilnie, zdejmij pasek. W przeciwnym razie zegarek Galaxy Fit2 może zostać uszkodzony w trakcie odłączania paska.

Aby z powrotem zaczepić pasek, należy włożyć jeden jego koniec z boku zegarka Galaxy Fit2, a następnie delikatnie wyciągnąć drugi koniec złącza paska z drugiej strony zegarka Galaxy Fit2.



Włączanie zegarka Galaxy Fit2

Podłącz zegarek Galaxy Fit2 do ładowarki, aby włączyć zasilanie.


Po pierwszym włączeniu urządzenia Galaxy Fit2 lub przywróceniu na nim ustawień fabrycznych na ekranie zostaną wyświetlone instrukcje dotyczące uruchamiania aplikacji Galaxy Wearable na urządzenie przenośne. Więcej informacji można znaleźć w rozdziale [Łączenie Galaxy Fit2 z urządzeniem przenośnym](#).

Urządzenie Galaxy Fit2 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 Fit2

Jeżeli zegarek Galaxy Fit2 zawiesił się i nie reaguje, należy dotknąć  →  na panelu szybkiego dostępu, aby go zrestartować.

Łączenie Galaxy Fit2 z urządzeniem przenośnym

Instalowanie aplikacji Galaxy Wearable

Aby połączyć zegarek Galaxy Fit2 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 Fit2. Należy upewnić się, że urządzenie przenośne jest zgodne z zegarkiem Galaxy Fit2.

Łączenie zegarka Galaxy Fit2 z urządzeniem przenośnym za pośrednictwem Bluetooth



Ekran konfiguracji wstępnej

Galaxy Fit2

- 1 Podłącz zegarek Galaxy Fit2 do ładowarki.
- 2 Po całkowitym naładowaniu Galaxy Fit2 połóż Galaxy Fit2 blisko urządzenia przenośnego.

Urządzenie przenośne

3 Upewnij się, że funkcja Bluetooth jest włączona.

4 Uruchom aplikację **Galaxy Wearable**.

W razie potrzeby zaktualizuj aplikację Galaxy Wearable do najnowszej wersji.

5 Dotknij **Rozpocznij**.

6 Na ekranie wybierz rodzaj urządzenia.

Jeśli nie możesz znaleźć swojego rodzaju urządzenia, dotknij **Skanuj w poszukiwaniu urządzeń w pobliżu**.

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

Po zakończeniu łączenia na ekranie zegarka Galaxy Fit2 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.
- Aby korzystać ze wszystkich opcji urządzenia Galaxy Fit2, należy zaktualizować aplikację Samsung Health do najnowszej wersji.

Łączenie zegarka Galaxy Fit2 z nowym urządzeniem przenośnym


Połącz zegarek Galaxy Fit2 z innymi urządzeniami przenośnymi. Możliwe jest połączenie z innymi urządzeniami przenośnymi, które nie są połączone z zegarkiem Galaxy Fit2. Po połączeniu zegarka Galaxy Fit2 z nowym urządzeniem przenośnym zostanie wykonany reset zegarka Galaxy Fit2.

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 Fit2.



Jeśli urządzenie mobilne, z którym chcesz się połączyć, jest już połączone z innym urządzeniem, uruchom aplikację **Galaxy Wearable** na swoim urządzeniu mobilnym i dotknij  → **Podłącz nowe urządzenie**, aby połączyć się z nowym urządzeniem.

Sterowanie ekranem

Ekran dotykowy



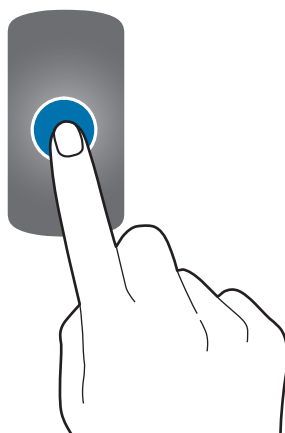
- Nie wolno dopuścić do zetknięcia się ekranu dotykowego z innymi urządzeniami elektronicznymi. Wyładowania elektrostatyczne mogą spowodować nieprawidłowe działanie ekranu.
- Aby uniknąć uszkodzenia ekranu dotykowego, nie należy go dotykać ostrymi przedmiotami ani zbyt mocno naciskać palcami.
- Zaleca się powstrzymanie od wyświetlania nieruchomych obrazów na części lub całości ekranu dotykowego przez długi okres. W przeciwnym razie może to doprowadzić do wystąpienia powidoku (wypalenia ekranu) lub smużenia.



- Dotyk w pobliżu brzegów ekranu, które znajdują się poza obszarem sterowania dotykiem, może nie być rozpoznawany przez zegarek Galaxy Fit2.
- Zalecana jest obsługa ekranu dotykowego za pomocą palców.
- Ekran dotykowy może nie działać po włączeniu trybu blokady wodnej.

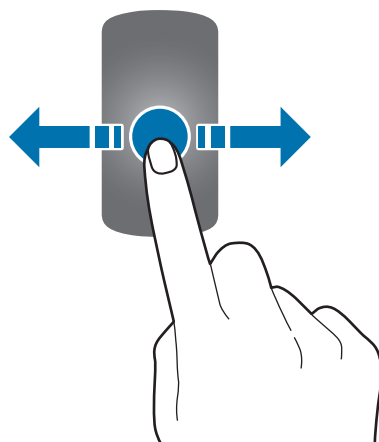
Dotknięcie

Aby uruchomić funkcję, wybrać opcję menu lub nacisnąć przycisk na ekranie, dotknij tej aplikacji, opcji lub przycisku palcem.



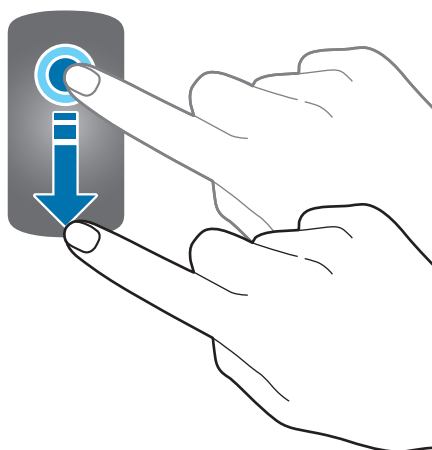
Przesuwanie

Przesuń szybko w lewo lub w prawo, aby wyświetlić inne ekrany.



Przeciąganie

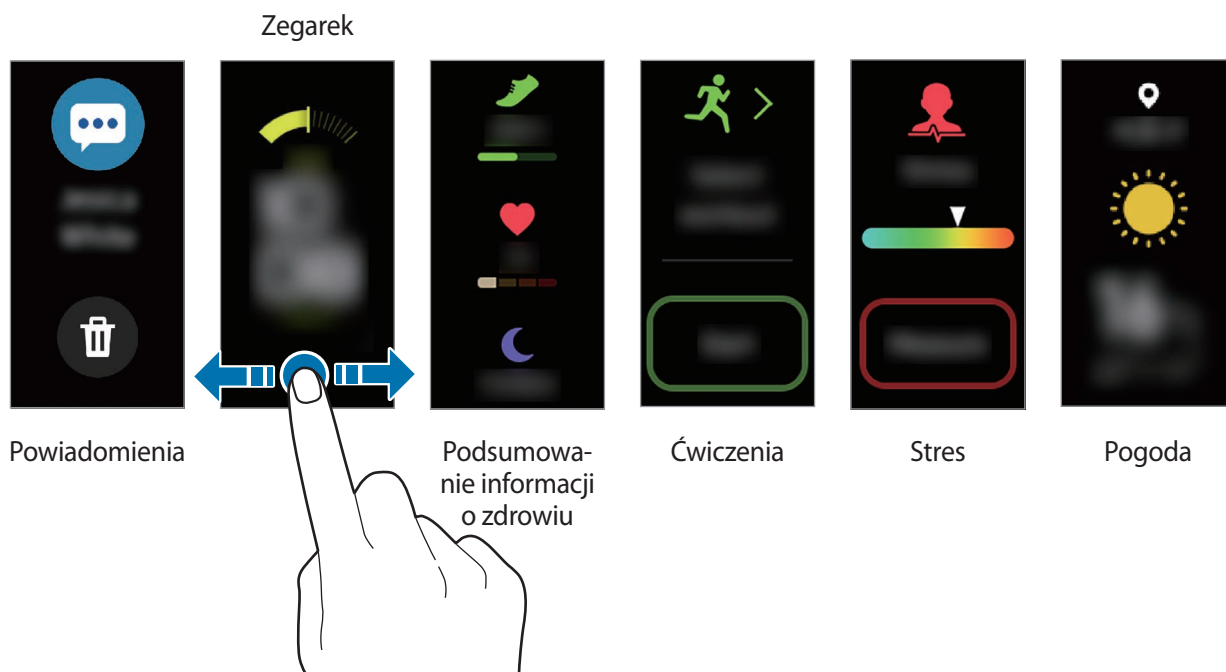
Aby przenieść element, dotknij go, a następnie przeciągnij w nowe miejsce.



Elementy ekranu

Ekran zegarka jest punktem wyjściowym, z którego można uzyskać dostęp do wszystkich ekranów urządzenia Galaxy Fit2.

Możesz wyświetlać inne ekrany, przesuwać dłoń w lewo lub w prawo na ekranie.



Dostępne ekrany, widżety oraz ich rozmieszczenie zależą od wersji oprogramowania.

Włączanie i wyłączanie ekranu

Aby włączyć ekran, dotknij przycisku dotykowego.

Aby wyłączyć ekran, zakryj go dłonią. Ekran wyłącza się automatycznie również wtedy, gdy urządzenie Galaxy Fit2 nie jest używane przez określony czas.

Istnieje możliwość włączenia ekranu za pomocą funkcji gestu wznawiania pracy. W urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable**, dotknij **Start** → **Zaawansowane** → **Gest budzenia**, a następnie dotknij przełącznika, aby go włączyć.

Ekran zegarka

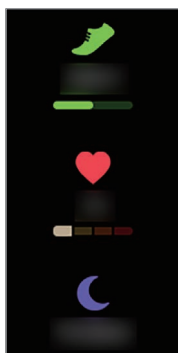
Umożliwia sprawdzanie bieżącej godziny. Można też sprawdzać informacje o zdrowiu, takie jak liczba kroków lub tętno.



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

Ekran widgetu

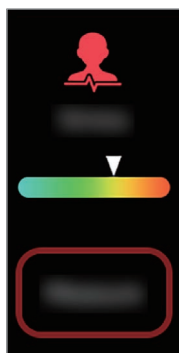
Można szybko sprawdzać informacje o zdrowiu i aktywności, a także wyświetlać informacje o aplikacjach, takie jak pogoda i harmonogramy, w przypadku niektórych połączonych urządzeń przenośnych.



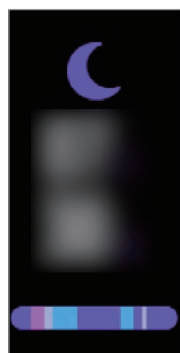
Podsumowanie informacji o zdrowiu



Ćwiczenia



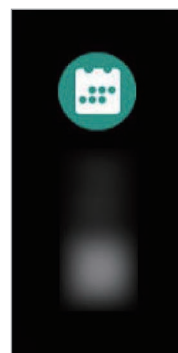
Stres



Sen



Pogoda

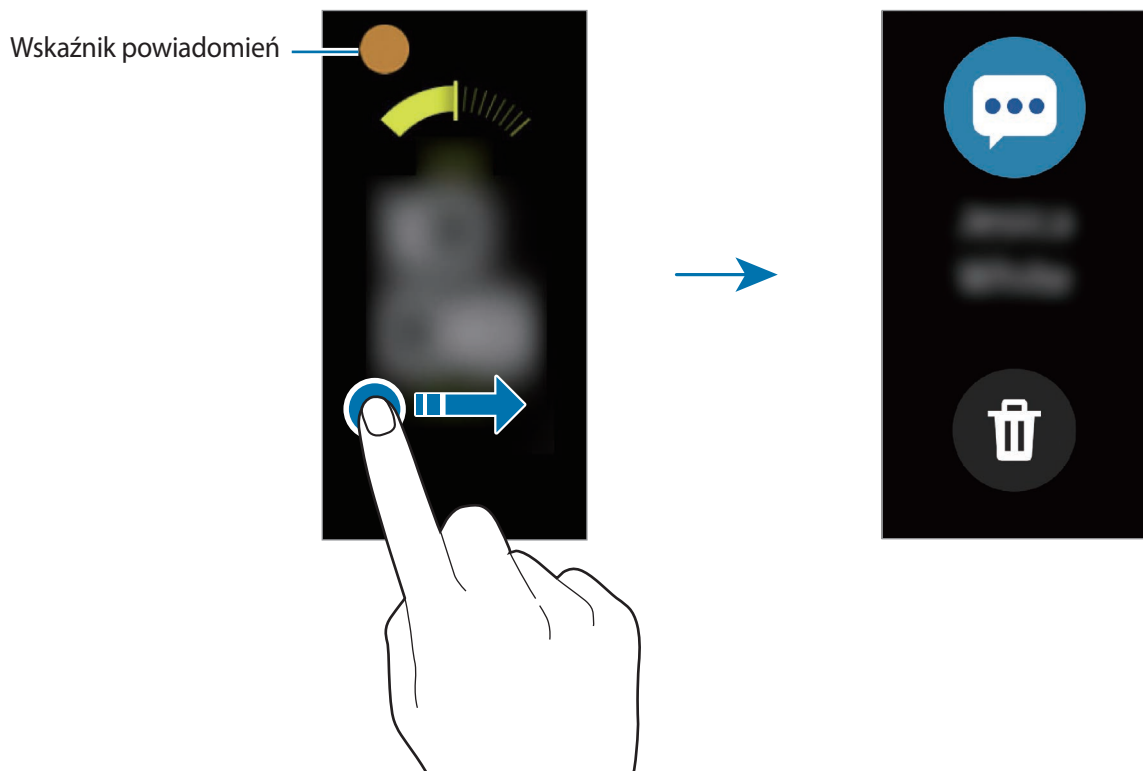


Kalendarz

Panel powiadomień

Po uruchomieniu alarmu lub w przypadku połączenia przychodzącego, wiadomości lub powiadomienia z urządzenia przenośnego zegarek Galaxy Fit2 będzie wibrować.

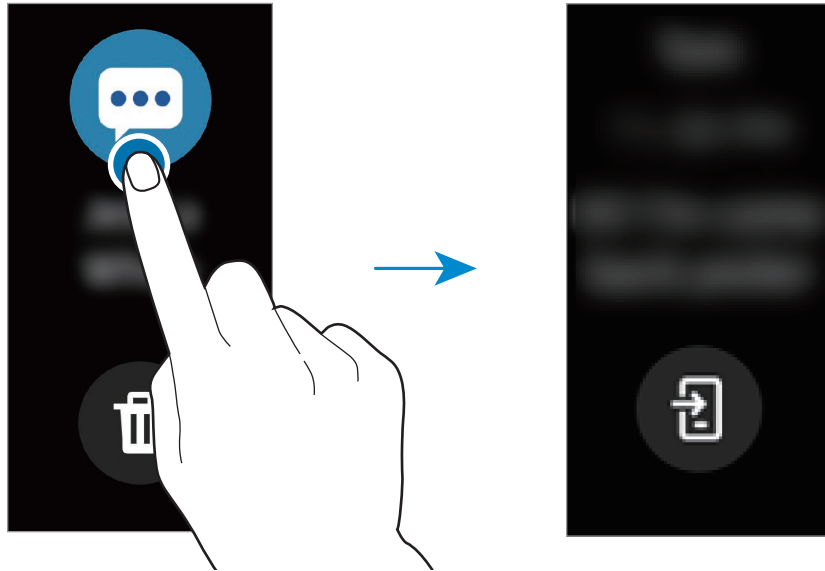
Na ekranie zegarka przesunąć w prawo, aby otworzyć panel powiadomień w celu sprawdzenia powiadomienia, takiego jak powiadomienie o nowej wiadomości lub nieodebranym połączeniu. W przypadku niesprawdzonych powiadomień na ekranie Zegarek widoczna będzie pomarańczowa kropka.



Sprawdzanie powiadomień

Po otrzymaniu powiadomienia informacje o nim, takie jak typ powiadomienia lub godzina jego otrzymania, zostaną wyświetlone na ekranie.

Dotknij powiadomienia, aby wyświetlić szczegóły.



Blokowanie powiadomień

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

2 Dotknij **Start** → **Powiadomienia**.

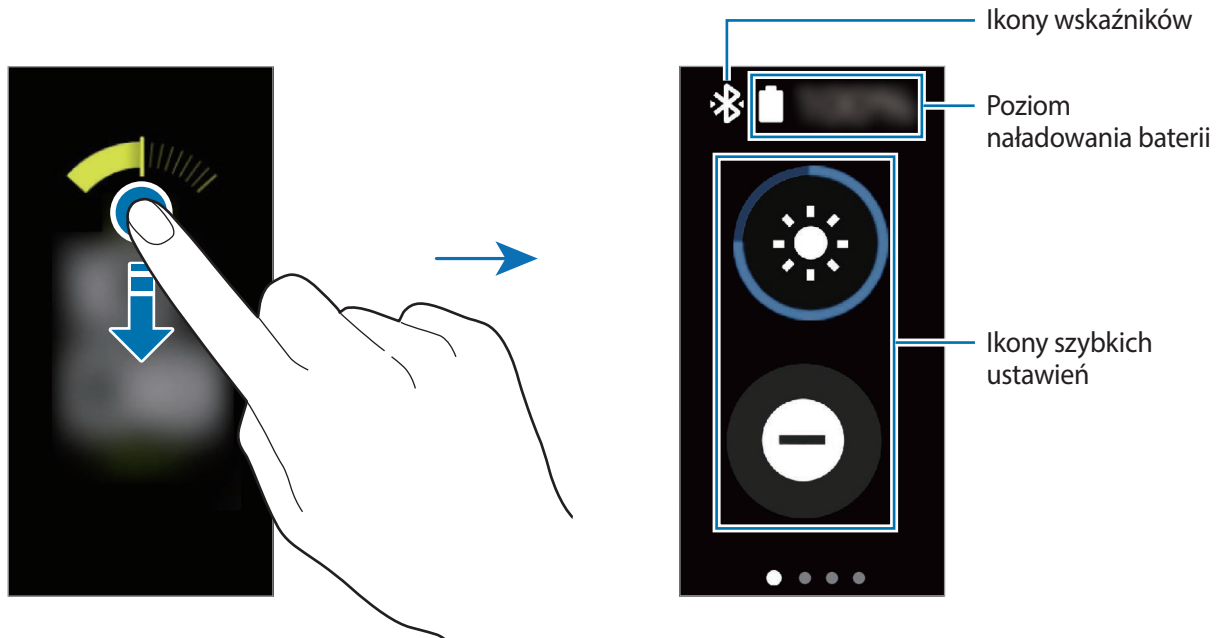
3 Dotknij przełącznika, aby go wyłączyć.

Aby zablokować powiadomienia na poziomie aplikacji, dotknij **Zobacz wszystkie** → ▼ → **Wszystkie** i dotknij przełącznika obok aplikacji.

Panel szybkiego dostępu

Ten panel umożliwia wyświetlanie aktualnego stanu i konfigurowanie ustawień urządzenia Galaxy Fit2.

Przeciagnij palcem w dół od górnej krawędzi ekranu.



Sprawdzanie ikon wskaźników

Ikony wskaźników są wyświetlane na górze panelu szybkiego dostępu. Wskazują one bieżący stan urządzenia Galaxy Fit2. W poniższej tabeli przedstawiono najczęściej spotykane ikony.



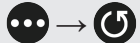


Przedstawione ikony wskaźników mogą się różnić w zależności od regionu.

Ikona	Znaczenie
✳	Funkcja Bluetooth podłączona
✳	Funkcja Bluetooth odłączona
🔋	Poziom naładowania baterii

Sprawdzanie ikon szybkich ustawień

Ikony szybkich ustawień są wyświetlane na panelu szybkiego dostępu. Dotknij ikony, aby zmienić podstawowe ustawienia lub łatwo uruchomić żadaną funkcję.



Ikona	Znaczenie
	Dostosowywanie jasności
	Włączanie trybu „Nie przeszkadzać”
	Sterowanie odtwarzaniem muzyki
	Włączanie trybu wibracji lub cichego
	Włączanie trybu blokady wodnej
	Uruchamianie funkcji znajdowania telefonu
	Włączanie trybu „Dobranoc”
	Ponowne uruchamianie zegarka Galaxy Fit2
	Resetowanie zegarka Galaxy Fit2

Zmiana ikony szybkich ustawień

Można edytować ikony na panelu szybkiego dostępu.

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

Dodawanie lub usuwanie ikon szybkich ustawień

Dotknij  obok ikony szybkich ustawień, aby ją usunąć, lub dotknij  obok ikony szybkich ustawień, aby ją dodać, i dotknij **Zapisz**.

Ikona szybkich ustawień zostanie dodana lub usunięta z panelu szybkiego dostępu Galaxy Fit2.

Zmiana kolejności ikon szybkich ustawień

Dotknij  obok ikony szybkich ustawień, przeciągnij ją w inne miejsce, a następnie dotknij **Zapisz**.

Kolejność ikon szybkich ustawień zostanie zmieniona na panelu szybkiego dostępu Galaxy Fit2.


Dostosowywanie jasności

Jasność wyświetlacza Galaxy Fit2 można dopasować w razie potrzeby.

Na panelu szybkiego dostępu dotknij  i dostosuj jasność, dotykając  lub .

Włączanie trybu „Nie przeszkadzać”


Na urządzeniu Galaxy Fit2 można wyciszyć wszystkie powiadomienia poza alarmami, a ekran nie będzie włączany po odebraniu powiadomień.

Na panelu szybkiego dostępu dotknij .

Ikona  będzie wyświetlana u góry ekranu zegarka.

Sterowanie muzyką

Łatwo steruj odtwarzaniem muzyki na urządzeniu przenośnym.

Na panelu szybkiego dostępu dotknij .

Dotknij ikon na panelu sterowania, aby sterować odtwarzaniem.


Włączanie wibracji lub trybu cichego

Można włączyć wibracje lub tryb cichy.

Na panelu szybkiego dostępu dotknij  lub .

Włączanie trybu blokady wodnej

Tryb Blokada wodna można włączyć podczas ćwiczeń w wodzie.

Na panelu szybkiego dostępu dotknij .

Automatycznie wyłączone zostaną ekran dotykowy i funkcja Gest wybudzenia.

Kiedy ekran jest włączony, dotknij jeden raz przycisku dotykowego i przesunij ikonę w górę i dół, aby wyjść z trybu blokady wodnej.

Uruchamianie funkcji znajdowania telefonu

Można uruchomić funkcję znajdowania telefonu i odnaleźć telefon po jego zawieruszeniu.

Na panelu szybkiego dostępu dotknij .

W urządzeniu przenośnym będzie emitowany dźwięk i włączy się ekran. Więcej informacji można znaleźć w rozdziale [Znajdź telefon](#).

Włączanie trybu „Dobranoc”

Włączanie trybu „Dobranoc” na czas snu. Wszystkie powiadomienia poza alarmami są wyciszone, a ekran nie będzie włączany po odebraniu powiadomień w trakcie snu. Automatycznie wyłączona zostanie funkcja Gest wybudzenia.

Na panelu szybkiego dostępu dotknij .

Ikona  będzie wyświetlana u góry ekranu zegarka.

Ponowne uruchamianie zegarka Galaxy Fit2

Jeśli Galaxy Fit2 zawiesiło się i nie reaguje, uruchom ponownie Galaxy Fit2.

Na panelu szybkiego dostępu dotknij  → .

Zmiana ustawień zegarka Galaxy Fit2

Ponownie uruchom zegarek Galaxy Fit2, aby przeprowadzić przywrócenie do ustawień fabrycznych.

Na panelu szybkiego dostępu dotknij  → .

Widżety i funkcje

Wiadomości

Wyświetlanie wiadomości za pośrednictwem zegarka Galaxy Fit2 i odpowiadanie na nie.


Wyświetlanie i wysyłanie wiadomości



- Za odbieranie wiadomości podczas korzystania z roamingu mogą być naliczane dodatkowe opłaty.
- Maksymalna dopuszczalna liczba znaków w wiadomości SMS zależy od operatora sieci. Jeżeli wiadomość przekroczy maksymalną liczbę znaków, urządzenie ją podzieli.
- Wprowadzając treść wiadomości ze znakami narodowymi, automatycznie nastąpi zmiana kodowania na Unicode. Użycie kodowania Unicode spowoduje zmniejszenie maksymalnej liczby znaków w wiadomości o około połowę.

- 1 Na ekranie zegarka przeciągnij ekran w prawo, aby otworzyć panel powiadomień i wyświetlić nową wiadomość.
- 2 Przeciągnij palcem w górę lub dół na ekranie i wybierz szybką odpowiedź na wiadomość.
Wiadomość zostanie wysłana.

Usuwanie wiadomości

Przeciągnij palcem w prawo na ekranie zegarka, aby otworzyć panel powiadomień, przesuń palcem w górę lub dół na ekranie, a następnie dotknij .

Odbieranie połączeń

Możliwe jest sprawdzanie połączeń przychodzących i odrzucanie ich.

Odrzucanie połączenia

Możesz odrzucać połączenia przychodzące.

Dotknij  i przeciągnij element w górę, kiedy ktoś zadzwoni.

Sprawdzanie nieodebranego połączenia

Jeśli nie odbierzesz połączenia, na panelu wyświetlone zostanie powiadomienie. Na ekranie zegarka przeciągnij palcem w prawo, aby otworzyć panel powiadomień i wyświetlić je.

Widżet zarządzania stanem zdrowia

Wstęp

Możesz sprawdzać stan zdrowia i zarządzać nim za pośrednictwem różnych widżetów, np. aplikacji monitorowania kroków, ćwiczeń czy poziomu stresu. Widżety zarządzania zdrowiem pomogą także w pielęgnowaniu zdrowych nawyków, ponieważ będą rejestrowały aktywność i długość snu.

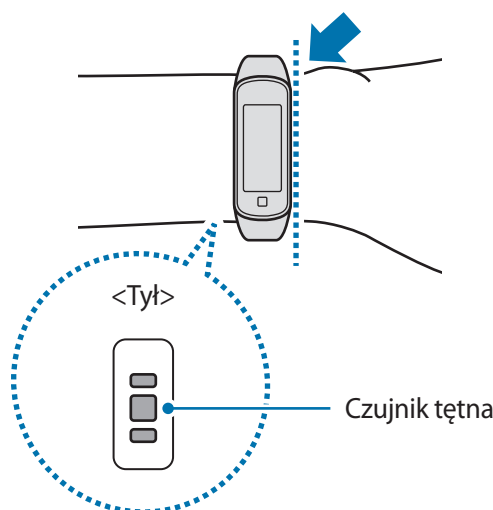
Można wyświetlać dodatkowe informacje oraz zapisywać dane związane ze zdrowiem i zarządzać nimi za pośrednictwem aplikacji Samsung Health na urządzeniu przenośnym podłączonym do zegarka Galaxy Fit2.



- 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 Fit2 lub oprogramowania Fit2 oraz jakiegokolwiek aplikacji fabrycznie zainstalowanej na urządzeniu mogą nie być odpowiednie, dokładne lub godne zaufania.

Odpowiednie noszenie zegarka Galaxy Fit2

- Na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable**, dotknij **Start** → **Ustawienia dot. stanu zdrowia** → **Ustawienia automatycznego pulsu**, a następnie wybierz **Ciągle** w celu określenia częstości pomiaru tętna. Podczas pomiaru tętna należy nosić urządzenie Galaxy Fit2 dopasowane do ręki powyżej nadgarstka, jak pokazano na poniższym rysunku.
- Zbyt mocne zapięcie paska zegarka Galaxy Fit2 może spowodować podrażnienie skóry, a zbyt luźne — otarcia.



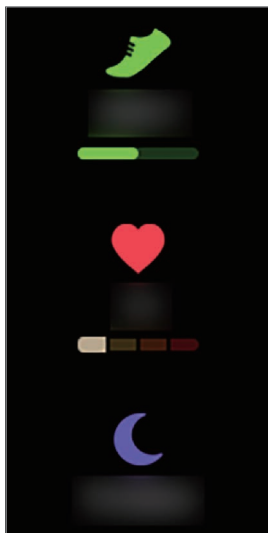


- Precyzja działania czujnika tętna zależy od warunków pomiaru i czynników otoczenia.
- Z funkcji HR należy korzystać tylko do pomiaru tętna.
- Nie należy patrzeć bezpośrednio na diody czujnika tętna. Może to wpłynąć na pogorszenie wzroku. Nie pozwól dzieciom patrzeć bezpośrednio na diody.
- Niska temperatura 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 obiekty, 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.

Podsum. st. zdrowia

Przeglądaj informacje dotyczące Twojej aktywności i zdrowia, jak na przykład liczbę dziennych kroków, tętno w czasie rzeczywistym oraz zapis rytmu snu.

Przesuń palcem w lewo na ekranie zegarka, aby przełączyć się na ekran widżetu podsumowania informacji o zdrowiu.



Na ekranie przesuń szybko w górę lub w dół i wyświetl informacje o zdrowiu.

Ćwiczenie

Wstęp

Funkcja Ćwiczenie umożliwia rejestrowanie informacji o ćwiczeniach i sprawdzanie wyników, np. liczba spalonych kalorii.



- Przed użyciem tej funkcji kobiety ciężarne, osoby starsze, małe dzieci i użytkownicy cierpiące na dolegliwości takie jak chroniczne choroby serca czy wysokie ciśnienie krwi powinny skonsultować się z lekarzem.
- Jeśli podczas ćwiczeń poczujesz oszołomienie, ból lub wystąpią problemy z oddychaniem, zaprzestań używania tej funkcji i skonsultuj się z lekarzem.
- Jeśli niedawno zakupiono lub zresetowano urządzenie Galaxy Fit2, należy utworzyć profil użytkownika.

Zanim rozpoczniesz ćwiczenia w zimnych warunkach pogodowych, zapoznaj się z następującymi warunkami:

- Stosowanie urządzenia przy niskiej temperaturze powietrza jest niewskazane. Urządzenie jest przeznaczone do użytku raczej w pomieszczeniach.
- Jeśli Galaxy Fit2 ma być używany na zewnątrz przy niskiej temperaturze powietrza, należy go wcześniej zasłonić rękawem.

Rozpoczynanie ćwiczeń

1 Przesuń palcem w lewo na ekranie zegarka, aby przełączyć się na ekran widżetu ćwiczeń.

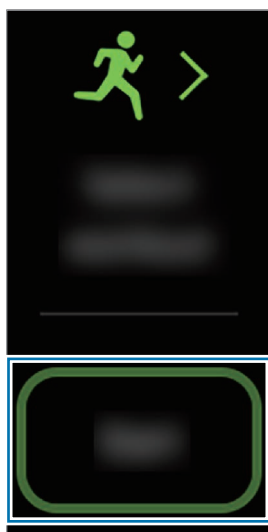
2 Dotknij typ ćwiczenia i wybierz z listy żądany typ ćwiczenia, a następnie rozpocznij ćwiczenie.

Jeżeli żądany typ ćwiczeń jest już wybrany, dotknij **Rozpocznij** i rozpocznij ćwiczenie.

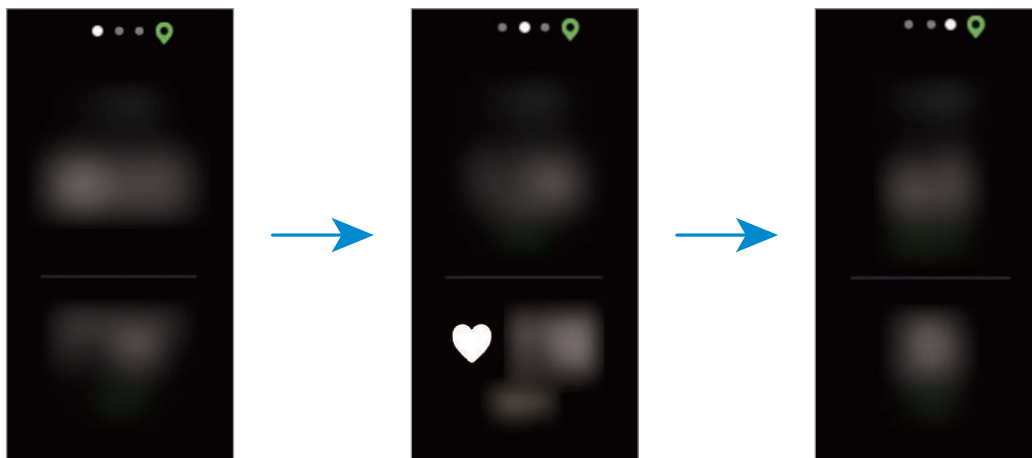
Jeżeli na liście nie ma żadanego typu ćwiczeń, dotknij , aby uruchomić aplikację **Samsung Health** na urządzeniu przenośnym, i dodaj wyświetlany typ ćwiczeń na zegarku Galaxy Fit2.



- Tętno jest mierzone w sekundach po rozpoczęciu ćwiczeń. Aby pomiar tętna za pomocą urządzenia Galaxy Fit2 był precyzyjny, najlepiej nosić Galaxy Fit2 na przedramieniu tuż nad nadgarstkiem, ściśle przylegające do ciała.
- Nie ruszaj się do momentu wyświetlenia na ekranie informacji o tętnie, aby umożliwić bardziej dokładny pomiar.
- Różne czynniki, takie jak otoczenie, stan fizjologiczny lub sposób noszenia zegarka Galaxy Fit2, mogą tymczasowo uniemożliwić wyświetlenie tętna.
- Po wybraniu **Pływanie** tryb Blokada wodna zostanie aktywowany automatycznie.



- 3 Przeciągnij ekran w lewo lub w prawo, aby wyświetlić informacje o ćwiczeniach, takie jak tętno, odległość lub czas, na ekranie ćwiczeń.



Podczas pływania można sprawdzać dodatkowe informacje dotyczące ćwiczeń, takie jak interwał i styl pływania.



- Po wybraniu **Pływanie** tryb Blokada wodna zostanie aktywowany automatycznie i ekran dotykowy zostanie wyłączony. Ekran zmienia się automatycznie, umożliwiając przeglądanie informacji dotyczących ćwiczeń.
- Po wybraniu **Pływanie** rejestrowane wartości mogą być niedokładne w następujących sytuacjach:
 - Przerwanie pływania przed dotarciem do końca
 - Zmiana stylu pływania w trakcie ćwiczeń
 - Przerwanie ruchu ramion przed dotarciem do końca
 - Poruszanie tylko nogami, pływając z deską do nauki pływania, lub pływanie bez poruszania ramionami
 - Zakończenie ćwiczenia przez dotknięcie przycisku dotykowego, a potem dotknięcie **Zakończ**, zamiast wstrzymania lub ponownego uruchomienia ćwiczenia przez dotknięcie przycisku dotykowego.

- 4 Dotknij przycisku dotykowego, aby wstrzymać ćwiczenie.

Aby wznowić ćwiczenia, po wstrzymaniu ćwiczeń ponownie dotknij przycisku dotykowego.

Aby zakończyć ćwiczenia, dotknij **Zakończ** po wstrzymaniu ćwiczeń.

Aby zakończyć pływanie, dotknij przycisku dotykowego i przytrzymaj go w celu wyłączenia trybu Blokada wodna, ponownie dotknij przycisku dotykowego, a następnie dotknij **Zakończ**.

- 5 Przeciągnij palcem w górę lub dół na ekranie po zakończeniu treningu i wyświetl informacje o ćwiczeniach.

Wykonywanie wielu ćwiczeń

Można rejestrować różne ćwiczenia i przejść prosto przez cały trening, rozpoczynając kolejne ćwiczenie od razu po zakończeniu bieżącego.

- 1 Dotknij przycisku dotykowego, aby wstrzymać bieżące ćwiczenie.
- 2 Dotknij **Nowy**.
- 3 Wybierz rodzaj ćwiczeń i rozpocznij kolejne.

Automatyczne rozpoznawanie ćwiczeń

W przypadku prowadzenia aktywności przez dłużej niż 10 minut w trakcie noszenia urządzenia Galaxy Fit2 urządzenie automatycznie będzie rozpoznawać ćwiczenia i zostanie uruchomione rejestrowanie informacji o ćwiczeniach, takich jak ich rodzaj, czas trwania i liczba spalonych kalorii.

Gdy przerwiesz wykonywanie niektórych ćwiczeń na dłużej niż minutę, urządzenie Galaxy Fit2 automatycznie rozpozna ten stan i wyłączy tę funkcję. Informacje o ćwiczeniach można sprawdzać w aplikacji Samsung Health na urządzeniu przenośnym połączonym z zegarkiem Galaxy Fit2.



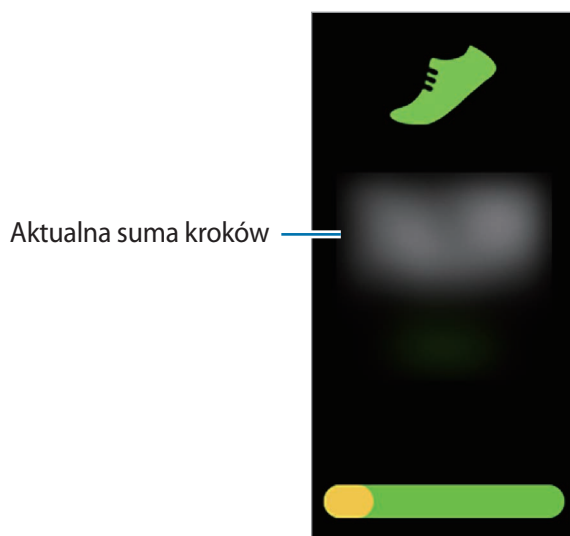
- Można przejrzeć listę ćwiczeń obsługiwanych przez funkcję automatycznego rozpoznawania ćwiczeń. Na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable** i dotknij **Start** → **Ustawienia dot. stanu zdrowia** → **Wykryw. treningu**.
- Funkcja automatycznego rozpoznawania ćwiczeń za pomocą czujnika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

Kroki

Wstęp

Zegarek Galaxy Fit2 liczy wykonane kroki oraz mierzy przebyty dystans i liczbę kalorii spalonych podczas chodzenia.

Przesuń palcem w lewo na ekranie zegarka, aby przełączyć się na ekran widżetu kroków.



Na ekranie przesuń szybko w górę lub w dół i wyświetl informacje o krokach.



- Po uruchomieniu pomiaru liczby kroków aplikacja monitorująca kroki będzie rejestrować ich liczbę. Będzie ona wyświetlana z pewnym opóźnieniem, ponieważ urządzenie Galaxy Fit2 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.
- Aby móc korzystać z widżetu kroków, musisz najpierw go dodać. Na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable** i dotknij **Start** → **Widżety**, dotknij **+** obok widżetu kroków, a następnie dotknij **Zapisz**.

Ustawianie docelowej liczby kroków

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

Stres

Wstęp

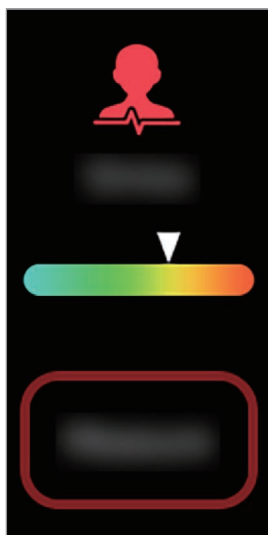
Możliwe jest obliczanie i rejestrowanie poziomu stresu na podstawie zmian tętna. Można go obniżyć, postępując zgodnie z instrukcjami dotyczącymi ćwiczeń oddechowych podawanymi przez Galaxy Fit2.



- Bardziej precyzyjne wyniki pomiaru poziomu stresu możesz uzyskać w miarę gromadzenia danych poziomu stresu w trakcie automatycznego jego pomiaru.
- Zmierzony poziom stresu nie zawsze jest powiązany ze stanem emocjonalnym.
- Pomiar poziomu stresu jest niemożliwy w trakcie snu, ćwiczeń, ruchu lub bezpośrednio po zakończeniu ćwiczeń.
- Aby pomiar tętna za pomocą urządzenia Galaxy Fit2 był precyzyjny, najlepiej nosić Galaxy Fit2 na przedramieniu tuż nad nadgarstkiem, ściśle przylegające do ciała. Więcej informacji można znaleźć w rozdziale [Odpowiednie noszenie zegarka Galaxy Fit2](#).
- Ta funkcja może nie być dostępna w zależności od regionu.

Pomiar poziomu stresu

- 1 Przesuń palcem w lewo na ekranie zegarka, aby przełączyć się na ekran widżetu stresu.
- 2 Dotknij **Pomiar**, aby rozpocząć pomiar stresu.
Po chwili na ekranie zostanie wyświetlony bieżący poziom stresu.



Na ekranie przesuń szybko w górę lub w dół i wyświetl informacje o poziomie stresu.



Śledzenie poziomu stresu

Zegarek Galaxy Fit2 umożliwia pomiar i rejestrowanie poziomu stresu w regularnych interwałach w ciągu dnia.

- 1 Na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable**, dotknij **Start** → **Ustawienia dot. stanu zdrowia**, a następnie dotknij przełącznika **Ust. automat. stresu**, aby włączyć tę funkcję.
- 2 Przesuń palcem w lewo na ekranie zegarka, aby przełączyć się na ekran widżetu stresu.
- 3 Po chwili przesuń szybko w górę lub w dół na ekranie i wyświetl informacje o poziomie stresu.

Obniżenie stresu

Stres można obniżyć, wykonując codziennie przez 5 minut ćwiczenia oddechowe zgodnie z instrukcjami podawanymi przez Galaxy Fit2.


- 1 Przesuń palcem w lewo na ekranie zegarka, aby przełączyć na ekran widżetu stresu, przesuń palcem w górę na ekranie, a następnie dotknij **Oddech**.
- 2 Dotknij  i rozpocznij wykonywanie ćwiczeń oddechowych.
Aby przerwać oddychanie, dotknij .

Puls

Wstęp

Mierzenie tętna i zapisywanie wyników.



- Aplikacja monitorująca tętno zegarka Galaxy Fit2 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 Fit2 był precyzyjny, najlepiej nosić Galaxy Fit2 na przedramieniu tuż nad nadgarstkiem, ściśle przylegające do ciała. Więcej informacji można znaleźć w rozdziale [Odpowiednie noszenie zegarka Galaxy Fit2](#).
- Galaxy Fit2 można wykorzystywać do pomiaru tętna. Połącz Galaxy Fit2 z urządzeniem przenośnym, w aplikacji Samsung Health w urządzeniu przenośnym dotknij monitora ćwiczeń i rozpocznij trening. Pomiaru tętna zobaczysz na ekranie ćwiczeń, w wynikach monitora ćwiczeń i w aplikacji monitorującej tętno.
- Aby móc korzystać z widżetu tętna, musisz najpierw go dodać. Na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable** i dotknij **Start** → **Widżety**, dotknij  obok widżetu tętna, a następnie dotknij **Zapisz**.

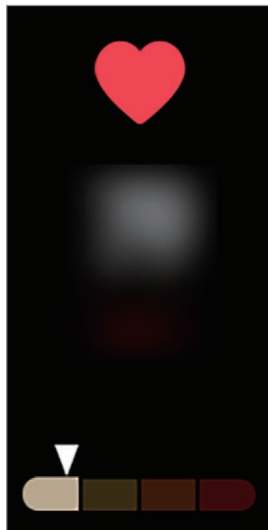
Przed rozpoczęciem mierzenia tętna zapoznaj się z poniższymi uwagami:

- 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.
- Pomiaru tętna mogą się różnić w zależności od metody i środowiska pomiaru i środowiska.
- Jeśli czujnik tętna nie działa, sprawdź umiejscowienie urządzenia Galaxy Fit2 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 Fit2 umożliwia pomiar i rejestrowanie tętna w regularnych interwałach w ciągu dnia.

Przesuń palcem w lewo na ekranie zegarka, aby przełączyć się na ekran widżetu tętna.



Po chwili przesuń szybko w górę lub w dół na ekranie i wyświetl informacje o pomiarze tętna.

Mierzenie tętna

Możliwy jest także ręczny pomiar tętna w dowolnej chwili.


- 1 Na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable**, dotknij **Start** → **Ustawienia dot. stanu zdrowia** → **Ustawienia automatycznego pulsu**, a następnie wybierz **Tylko pomiar ręczny**.
- 2 Przesuń palcem w lewo na ekranie zegarka, aby przełączyć się na ekran widżetu tętna.
- 3 Dotknij **Pomiar**, aby rozpocząć pomiar tętna.
Po chwili bieżący na ekranie zostanie wyświetlone bieżące tętno.
- 4 Na ekranie przesuń szybko w górę lub w dół i wyświetl informacje o tętnie.

Sen

Wstęp

Rejestruj długość snu poprzez analizę ruchów w jego trakcie.

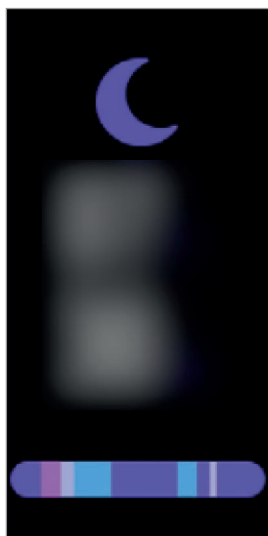


- Aby pomiar tętna za pomocą urządzenia Galaxy Fit2 był precyzyjny, najlepiej nosić Galaxy Fit2 na przedramieniu tuż nad nadgarstkiem, ściśle przylegające do ciała. Więcej informacji można znaleźć w rozdziale [Odpowiednie noszenie zegarka Galaxy Fit2](#).
- Aby móc korzystać z widżetu snu, musisz najpierw go dodać. Uruchom aplikację **Galaxy Wearable** na swoim urządzeniu mobilnym i dotknij **Start** → **Widżety**, dotknij  obok widżetu snu i dotknij **Zapisz**.

Sprawdzanie rejestru snu

Galaxy Fit2 mierzy sen, kiedy śpisz z Galaxy Fit2.

Przesuń palcem w lewo na ekranie zegarka, aby przełączyć się na ekran widżetu snu po przebudzeniu.



Na ekranie przesuń szybko w górę lub w dół i wyświetl informacje o śnie.

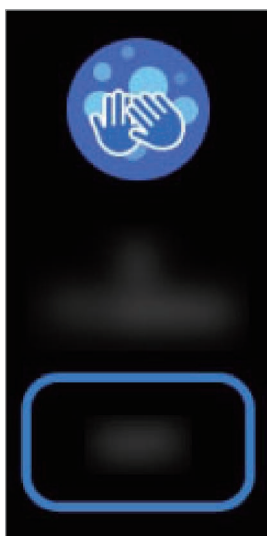


- Informacje o wzorach snu i inne informacje można przeglądać w aplikacji Samsung Health na urządzeniu przenośnym połączonym z zegarkiem Galaxy Fit2.
- Analizowane są cztery fazy snu (czuwanie, REM, sen płytki, sen głęboki). W tym celu wykorzystywane są ruchy ciała i zmiany tętna.
- Jeśli tętno jest nieregularne lub urządzenie Galaxy Fit2 nie wykrywa tętna prawidłowo, wzór snu zostanie podzielony na trzy stany (niespokojny, sen płytki i bez ruchu).

Mycie rąk

Możesz sprawdzić, ile razy dziennie myjesz ręce, a pojawiający się czasomierz pomoże Ci myć ręce przez określony czas. Możesz też ustawić przypomnienia, które podpowiedzą, kiedy należy umyć ręce.

- 1 Przesuń palcem w lewo na ekranie zegarka, aby przełączyć się na ekran widgetu mycia rąk.
- 2 Dotknij **Myj teraz**, aby umyć ręce.
Uruchomiony zostanie 25-sekundowy czasomierz.



Aby otrzymywać przypomnienia dotyczące mycia rąk, musisz je ustawić. Więcej informacji można znaleźć w rozdziale [Mycie rąk](#).

Woda

Wstęp

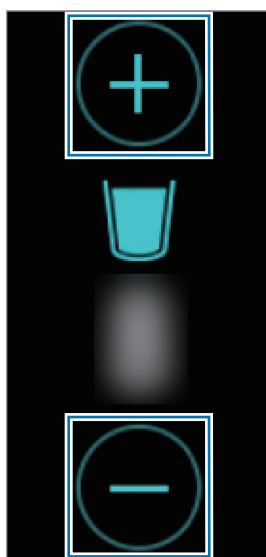
Rejestrowanie i monitorowanie liczby wypitych szklanek wody.



Aby móc korzystać z widżetu wody, musisz najpierw go dodać. Na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable** i dotknij **Start** → **Widżety**, dotknij **+** obok widżetu wody, a następnie dotknij **Zapisz**.

Rejestrowanie spożycia wody

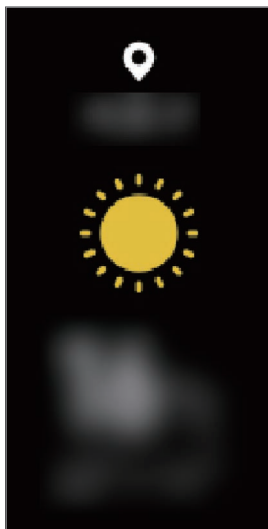
- 1 Przesuń palcem w lewo na ekranie zegarka, aby przełączyć się na ekran widżetu wody.
- 2 Dotknij **+**, gdy wypijasz szklankę wody.
Jeśli przypadkowo wprowadzono nieprawidłową wartość, można ją poprawić, klikając **-**.



Pogoda

Na zegarku Galaxy Fit2 można wyświetlać informacje pogodowe dotyczące lokalizacji ustawionych na połączonym urządzeniu przenośnym.

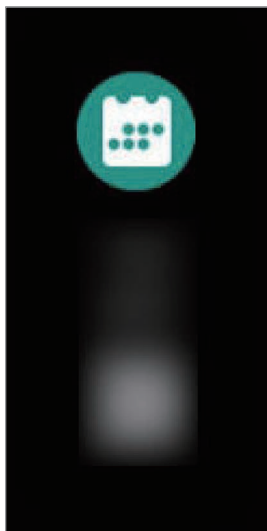
Przesuń palcem w lewo na ekranie zegarka, aby przełączyć się na ekran widżetu pogody.



Kalendarz

Zegarek Galaxy Fit2 umożliwia przeglądanie harmonogramów zdarzeń zapisanych na urządzeniu przenośnym.


Przesuń palcem w lewo na ekranie zegarka, aby przełączyć się na ekran widżetu kalendarza.






- Wszystkie zdarzenia zaplanowane na urządzeniu przenośnym będą automatycznie synchronizowane z połączonym zegarkiem Galaxy Fit2, aby móc je sprawdzać i otrzymywać alarmy z zegarka Galaxy Fit2.
- Aby móc korzystać z widżetu kalendarza, musisz najpierw go dodać. Na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable** i dotknij **Start** → **Widżety**, dotknij **+** obok widżetu kalendarza, a następnie dotknij **Zapisz**.

Stoper i czasomierz

Korzystanie ze stopera

- 1 Przesuń palcem w lewo na ekranie zegarka, aby przełączyć się na ekran widżetu stopera i czasomierza.
- 2 Dotknij .
- 3 Dotknij **Rozpocznij**, aby zarejestrować czas zdarzenia.
- 4 Dotknij **Zatrzymaj**, aby zatrzymać liczenie czasu.
Dotknij **Kontynuuj**, aby ponownie uruchomić mierzenie czasu.
Dotknij **Zeruj**, aby przywrócić domyślne ustawienie stopera.

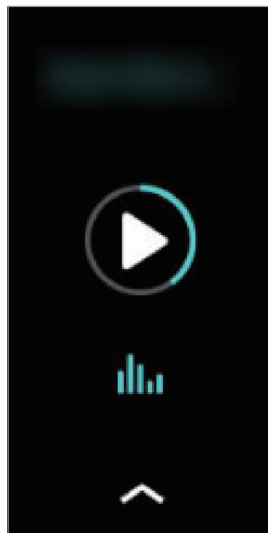
Korzystanie z czasomierza

- 1 Przesuń palcem w lewo na ekranie zegarka, aby przełączyć się na ekran widżetu stopera i czasomierza.
- 2 Dotknij .
- 3 Ustaw czas trwania i dotknij .
- 4 Dotknij  i przeciągnij element w górę, kiedy czasomierz się włączy.

Muzyka

Łatwo steruj odtwarzaniem muzyki na urządzeniu przenośnym.

Przesuń palcem w lewo na ekranie zegarka, aby przełączyć się na ekran widgetu muzyki.



Dotknij ikon na panelu sterowania, aby sterować odtwarzaniem.




Aby móc korzystać z widgetu muzyki, musisz najpierw go dodać. Na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable** i dotknij **Start** → **Widgety**, dotknij **+** obok widgetu muzyki, a następnie dotknij **Zapisz**.

Znajdź telefon

Jeśli urządzenie przenośne się zgubi, zegarek Galaxy Fit2 może ułatwić jego odnalezienie.

1 Przepięgnij palcem w dół na ekranie i otwórz panel szybkiego dostępu.

2 Dotknij .

W urządzeniu przenośnym będą emitowane dźwięki i włączy się ekran. Dotknij  i przepięgnij w lewo lub w prawo na urządzeniu przenośnym lub dotknij **Zatrzymaj** na urządzeniu Galaxy Fit2.

Aplikacja Galaxy Wearable

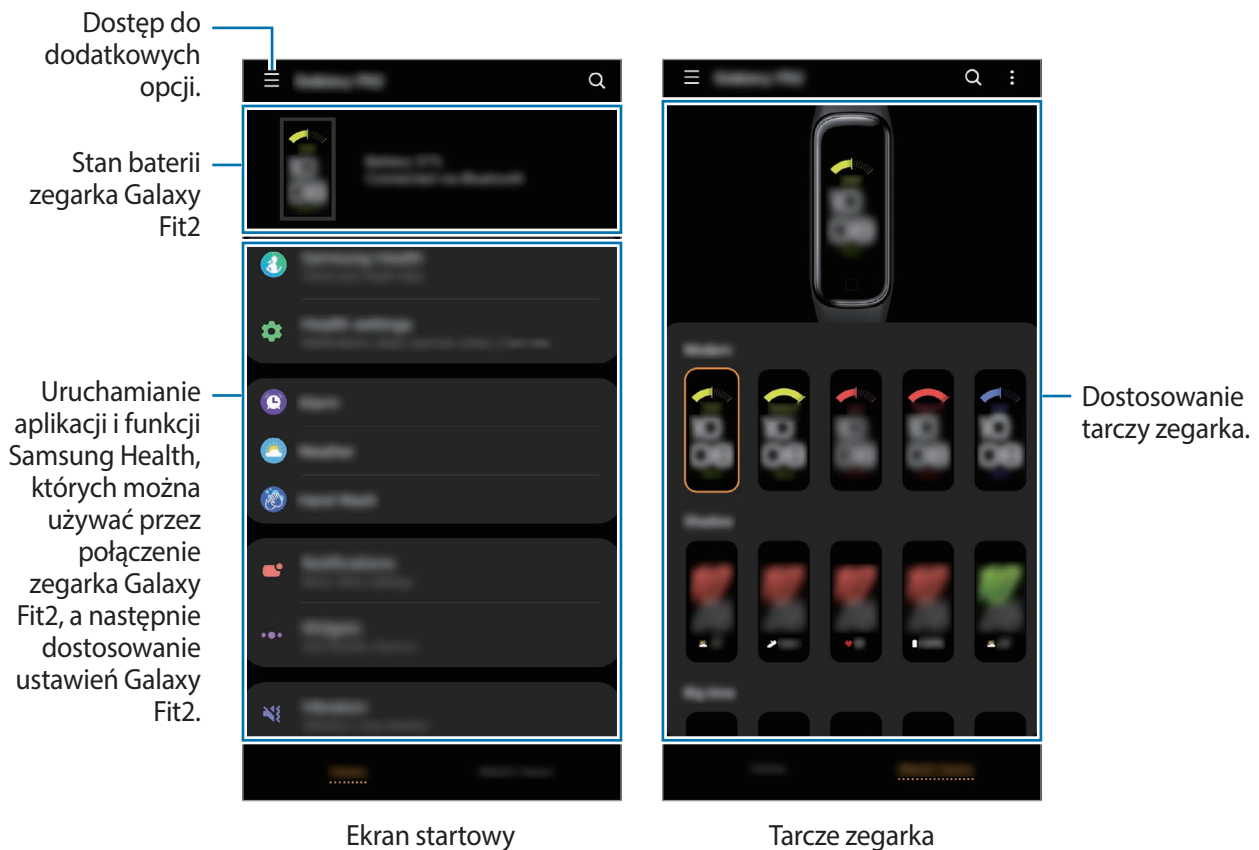
Wstęp

Aby połączyć urządzenie Galaxy Fit2 z urządzeniem przenośnym, musisz zainstalować na urządzeniu przenośnym aplikację Galaxy Wearable. W aplikacji Galaxy Wearable można przeglądać informacje z zegarka Galaxy Fit2 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 **Skanuj w poszukiwaniu urządzeń w pobliżu**, jeżeli nie można znaleźć urządzenia, a następnie postępuj zgodnie z instrukcjami wyświetlanymi na ekranie, aby połączyć z nowym urządzeniem.
- **Rozłącz:** odłącz urządzenie Galaxy Fit2 od aktualnie podłączonego urządzenia przenośnego.
- **Powiadomienia aplikacji:** zmiana różnych ustawień powiadomień aplikacji Galaxy Wearable na urządzeniu przenośnym.
- **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**.

- **Galaxy Wearable – informacje:** wyświetlanie informacji o wersji aplikacji Galaxy Wearable.

Start

Wstęp

Możliwe jest wyświetlanie stanu zegarka Galaxy Fit2 i dostosowywanie ustawień Galaxy Fit2. Można też uruchamiać aplikację Samsung Health, łącząc urządzenie przenośne z zegarkiem Galaxy Fit2.

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

Samsung Health

Można wyświetlać dane zegarka Galaxy Fit2 zapisane w aplikacji Samsung Health.

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

Ustawienia dot. stanu zdrowia

Można wyświetlać dane o zdrowiu z zegarka Galaxy Fit2 zapisane w aplikacji Samsung Health, a także zmieniać ustawienia tej aplikacji.

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



Jeśli aplikacja Samsung Health zostanie usunięta z urządzenia przenośnego, zapisane dane o zdrowiu też zostaną usunięte, a ustawienia tej aplikacji wyzerowane.

- **Powiadomienia:** włączanie lub wyłączanie powiadomień o wykrywaniu ćwiczeń, braku aktywności, wysokim tętnie i osiągnięciu docelowej liczby kroków.
- **Cel dot. krok.:** przeglądanie docelowej liczby kroków zapisanej w aplikacji Samsung Health lub jej zmienianie.
- **Zarządzanie ćwiczeniami:** dodawanie lub usuwanie danego rodzaju ćwiczeń na zegarku Galaxy Fit2. Wybrać można maksymalnie dziesięć rodzajów ćwiczeń.
- **Wykryw. treningu:** ustawianie urządzenia Galaxy Fit2 w celu automatycznego rozpoznawania ćwiczeń.
- **Utrz. wł. ekran, kiedy ćwiczysz:** włączenie wyświetlania na ekranie zegarka Galaxy Fit2 informacji o ćwiczeniach w trakcie treningu.
- **Ust. automat. stresu:** włączenie na zegarku Galaxy Fit2 automatycznego pomiaru poziomu stresu w regularnych interwałach w ciągu dnia.
- **Ustawienia oddechu:** zmiana ustawień ćwiczeń oddechowych podawanych przez zegarek Galaxy Fit2.
- **Ustawienia automatycznego pulsu:** włączenie na zegarku Galaxy Fit2 częstotliwości automatycznego pomiaru tętna.
- **Alarm szybkiego pulsu:** wybór tętna spoczynkowego i włączenie wyświetlania powiadomienia, gdy tętno spoczynkowe będzie wyższe niż wybrane tętno w trakcie braku aktywności.



Funkcja ta jest dostępna wyłącznie, gdy funkcja **Ustawienia automatycznego pulsu** są ustawiona na **Ciągle**.

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, a następnie dotknij **Zapisz**.
Zapisany alarm zostanie dodany do listy alarmów, a zegarek Galaxy Fit2 będzie wibrować o tej godzinie.

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

Wyłączanie alarmów

W przypadku włączenia się alarmu dotknij  i przeciągnij w górę na ekranie zegarka Galaxy Fit2.

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

Zmień ustawienia powiązane z informacjami pogodowymi wyświetlanymi na ekranie widgetu pogody zegarka Galaxy Fit2.

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.

Mycie rąk

Ustaw urządzenie Galaxy Fit2 tak, aby regularnie przypominało Ci o myciu dłoni. Dbaj o czystość rąk i bezpieczeństwo oraz pomagaj w zapobieganiu rozprzestrzeniania się chorób zakaźnych.

- 1 Na swoim urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable**.
- 2 Dotknij **Start** → **Mycie rąk** → **Przypomnienia**.
- 3 Ustaw takie szczegóły, jak godzina i odstęp czasu, i dotknij **Zapisz**.
Kiedy Galaxy Fit2 wyśle przypomnienie o myciu dłoni, dotknij **Myj teraz**, aby uruchomić czasomierz ustawiony na 25 sekund.

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.

- **Wyświetlaj tylko po założeniu:** skonfiguruj urządzenie Galaxy Fit2, aby wyświetlało powiadomienia tylko po jego założeniu.
- **Pokaż podczas użycia telefonu:** wyświetlanie powiadomień na zegarku Galaxy Fit2 podczas korzystania z urządzenia przenośnego.
- **Włącz dla nowych aplikacji:** ustawianie w Galaxy Fit2 automatycznych powiadomień dla aplikacji nowo zainstalowanych na urządzeniu przenośnym.
- **Zob. wszystkie ustaw. powiad.:** wyświetlanie aplikacji, które ostatnio otrzymały powiadomienia, i zmiana ustawień powiadomień. Aby dostosować ustawienia powiadomień dla wielu aplikacji, dotknij **Zobacz wszystkie** → ▼ → **Wszystkie** i z listy aplikacji wybierz aplikację.

Widgety

Możliwe jest dostosowanie widgetów zegarka Galaxy Fit2. 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 Fit2.

Porządkowanie widgetów

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

Kolejność widgetów zostanie zmieniona na zegarku Galaxy Fit2.

Wibracja

Możliwa jest zmiana ustawień wibracji zegarka Galaxy Fit2. Nawet przy wyłączonej wibracji niektóre powiadomienia mogą ją powodować.

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

- **Wibracja:** włączanie i wyłączanie wibracji.
- **Długa wibracja:** urządzenie Galaxy Fit2 może sygnalizować połączenia przychodzące dłuższymi wibracjami.

Wyświetlanie

Możliwa jest zmiana ustawień wyświetlacza zegarka Galaxy Fit2.

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

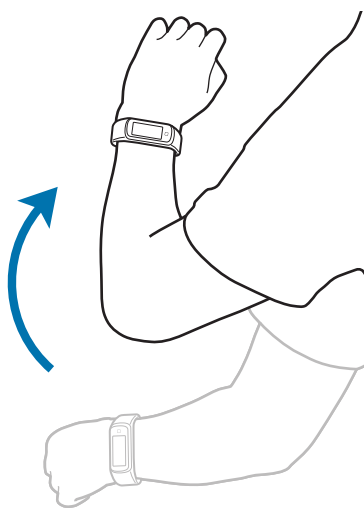
- **Jasność:** regulowanie jasności wyświetlacza.
- **Podświetl. ekranu:** ustawianie czasu oczekiwania Galaxy Fit2 przed wyłączeniem podświetlenia wyświetlacza.

Zaawansowane

Włącz zaawansowane funkcje zegarka Galaxy Fit2 i zmień ustawienia kontroli.

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


- **Gest budzenia:** ustaw Galaxy Fit2 tak, aby włączał ekran, gdy podniesiesz nadgarstek z urządzeniem Galaxy Fit2.



- **Blok. przed wodą:** włączanie trybu blokady wodnej przed wejściem do wody. Automatycznie wyłączone zostaną ekran dotykowy i funkcja Gest wybudzenia.
- **Synchr. Nie przeszk. z telef.:** ustawienie urządzenia Galaxy Fit2 tak, aby automatycznie włączało tryb „Nie przeszkadzać”, kiedy jest on włączony w połączonym urządzeniu przenośnym.
- **Tryb Dobranoc:** włączanie trybu „Dobranoc” na czas snu. Wszystkie powiadomienia poza alarmami są wyciszone, a ekran nie będzie włączany po odebraniu powiadomień w trakcie snu. Automatycznie wyłączona zostanie funkcja Gest wybudzenia.
- **Edytowanie Szybkiego panelu:** edycja panelu szybkiego dostępu Galaxy Fit2.
- **Alerty:** ustawianie urządzenia tak, aby otrzymywać alert przy wyłączonym połączeniu Bluetooth pomiędzy urządzeniem przenośnym a zegarkiem Galaxy Fit2.


Szybkie odpowiedzi

Edytuj lub dodawaj szablony używane do odpowiadania na wiadomości.

- 1 Na swoim urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable**.
- 2 Dotknij **Start** → **Szybkie odpowiedzi**.
- 3 Wybierz szablon do edycji.
Aby dodać szablon, dotknij .
- 4 Wprowadź szablon i dotknij **Zapisz**.

Znajdź moją opaskę

W przypadku zgubienia urządzenia Galaxy Fit2 aplikacja Galaxy Wearable zainstalowana na urządzeniu przenośnym pomoże je odnaleźć.

- 1 Na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable** i dotknij **Start** → **Znajdź moją opaskę**.
- 2 Dotknij **Rozpocznij**.
Zegarek Galaxy Fit2 zacznie wibrować i nastąpi włączenie ekranu. Aby wyłączyć wibracje, dotknij  i przeciągnij ten element w górę na ekranie zegarka Galaxy Fit2 lub dotknij **Zatrzymaj** na urządzeniu przenośnym.

Konto i kopia zapasowa

Można utworzyć kopię bezpieczeństwa danych urządzenia Galaxy Fit2 lub przywracać je przy użyciu usługi Samsung Cloud udostępnianej przez firmę Samsung. Możesz także sprawdzić informacje o koncie Samsung zarejestrowanym na podłączonym urządzeniu przenośnym i ustawić funkcję usługi dostosowywania.

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

- **Konto Samsung account:** dodawanie konta Samsung używanego na zegarku Galaxy Fit2.
- **Automatyczna kopia zapasowa / Kopia zapasowa danych / Przywróć dane / Usuń kopię zapasową:** zabezpieczanie danych osobowych i innych informacji oraz ustawień w Galaxy Fit2. 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 Fit2](#).
- **Usługa niestandardowa:** ustawianie urządzenia Galaxy Fit2 w celu zapewnienia odpowiedniej funkcji w zależności od lokalizacji i sytuacji po przeanalizowaniu wzorca stylu życia użytkownika.



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 Fit2

Ta funkcja umożliwia ochronę informacji osobistych, danych i ustawień na zegarku Galaxy Fit2. Istnieje możliwość utworzenia kopii zapasowej poufnych danych i uzyskania do nich dostępu w późniejszym czasie, a także automatycznego tworzenia kopii zapasowych danych urządzenia Galaxy Fit2.



Dane z zegarka Galaxy Fit2 będą automatycznie zapisywane w aplikacji Samsung Health na podłączonym urządzeniu przenośnym. Tylko dane z ostatnich 7 dni są zapisywane na zegarku Galaxy Fit2.

Automatyczne tworzenie kopii zapasowej danych

Aby automatycznie wykonywać kopie zapasowe danych przechowywanych na zegarku Galaxy Fit2 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**, a następnie dotknij przełącznika **Automatyczna kopia zapasowa** w celu włączenia tej funkcji.

Tworzenie kopii zapasowej danych

Aby utworzyć kopię zapasową danych przechowywanych na zegarku Galaxy Fit2, na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable**, dotknij **Start** → **Konto i kopia zapasowa** → **Kopia zapasowa danych**, wybierz elementy do umieszczenia w kopii zapasowej, a następnie dotknij **Kopia zapasowa**. Dane zostaną zapisane w usłudze Samsung Cloud.

Przywracanie danych

Aby przywrócić kopię zapasową danych przechowywanych na zegarku Galaxy Fit2, na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable**, dotknij **Start** → **Konto i kopia zapasowa** → **Przywróć dane**, wybierz elementy do przywrócenia, a następnie dotknij **Przywróć**. Najnowsze dane kopii zapasowej zostaną przywrócone.

Usuwanie danych

Aby usunąć kopię zapasową danych przechowywanych na zegarku Galaxy Fit2, uruchom aplikację **Galaxy Wearable** na urządzeniu przenośnym, dotknij **Start** → **Konto i kopia zapasowa** → **Usuń kopię zapasową**, wybierz element do usunięcia, a następnie dotknij **Usuń**. Spowoduje to usunięcie danych z kopii zapasowej.

Aktualizacja oprogramow. opaski

Zaktualizuj do najnowszej wersji oprogramowania Galaxy Fit2.

Aktualizacja oprogramowania za pośrednictwem aplikacji Galaxy Wearable

Oprogramowanie urządzenia Galaxy Fit2 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** → **Aktualizacja oprogramow. opaski** → **Pobierz i zainstaluj**.
- 3 Dotknij **Aktualizuj** i zainstaluj najnowszą wersję oprogramowania na urządzeniu przenośnym.
- 4 Po zainstalowaniu najnowszej wersji oprogramowania Galaxy Fit2, urządzenie Galaxy Fit2 automatycznie skopiuje zaktualizowane oprogramowanie z urządzenia przenośnego i ponownie je uruchomi.

Wskazówki i instrukcja obsługi

Wyświetlanie informacji na temat sposobu używania urządzenia Galaxy Fit2, aplikacji, a także na temat konfigurowania ważnych ustawień.

Na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable** i dotknij **Start** → **Wskazówki i instrukcja obsługi**.

Informacje o opasce

Możliwe jest wyświetlanie stanu zegarka Galaxy Fit2 i innych informacji. Można też aktualizować oprogramowanie zegarka Galaxy Fit2.

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

- **Informacje o urządzeniu:** sprawdzanie informacji o zegarku Galaxy Fit2, takich jak adres Bluetooth i numer seryjny.
- **Informacje prawne:** wyświetlanie informacji prawnych dotyczących zegarka Galaxy Fit2.
- **Informacje o oprogramowaniu:** wyświetlanie informacji o oprogramowaniu urządzenia Galaxy Fit2, takich jak wersja systemu operacyjnego i wersja oprogramowania wbudowanego.
- **Informacje o baterii:** wyświetlanie napięcia i pojemności baterii urządzenia Galaxy Fit2.
- **Resetuj opaskę:** usuwanie wszystkich danych z zegarka Galaxy Fit2.

Tarcze zegarka

Typ zegarka wyświetlanego na ekranie można zmieniać.

Na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable**, dotknij **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 Fit2.

Nie można włączyć ekranu zegarka Galaxy Fit2

Jeśli bateria jest całkowicie rozładowana, włączenie zegarka Galaxy Fit2 nie będzie możliwe. Przed włączeniem zegarka Galaxy Fit2 należy w pełni naładować baterię.



Ekran dotykowy reaguje wolno lub nieprawidłowo

- Jeśli ekran dotykowy został przykryty folią ochronną lub są na nim przymocowane inne opcjonalne akcesoria, może on nie działać poprawnie.
- Ekran dotykowy może też działać wadliwie, jeśli dotykasz go przez rękawiczki, brudnymi palcami, ostrym przedmiotem albo paznokciami.
- Ekran dotykowy może działać nieprawidłowo po zetknięciu z wodą lub w warunkach wysokiej wilgotności.
- Uruchom zegarek Galaxy Fit2 ponownie, aby usunąć tymczasowe błędy oprogramowania.
- Sprawdź, czy oprogramowanie urządzenia Galaxy Fit2 zostało zaktualizowane do najnowszej wersji.
- Jeśli ekran jest porysowany lub uszkodzony, odwiedź centrum serwisowe firmy Samsung.

Urządzenie zawiesza się lub występują błędy



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

Wymuszanie ponownego uruchomienia

Jeżeli zegarek Galaxy Fit2 zawiesił się i nie reaguje, należy dotknąć  →  na panelu szybkiego dostępu, aby go zrestartować.

Zmiana ustawień zegarka Galaxy Fit2.

Jeżeli problem nie zostanie rozwiązany przy użyciu powyższej metody, przywróć ustawienia fabryczne.

Dotknij  →  na panelu szybkiego uruchamiania. Alternatywnie 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 Fit2. Kopię zapasową danych z zegarka Galaxy Fit2 można utworzyć za pomocą aplikacji Galaxy Wearable lub usługi Samsung Cloud.

Inne urządzenie Bluetooth nie może zlokalizować urządzenia Galaxy Fit2

- Zresetuj zegarek Galaxy Fit2 i spróbuj ponownie.
- Sprawdź, czy urządzenie Galaxy Fit2 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 Fit2 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. W razie potrzeby zaktualizuj aplikację Galaxy Wearable do najnowszej wersji.
- Sprawdź, czy urządzenie Galaxy Fit2 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 Fit2 nie monitoruje tętna

- Noś urządzenie Galaxy Fit2 na przedramieniu tuż nad nadgarstkiem, ściśle przylegające do ciała.
- Na urządzeniu przenośnym uruchom aplikację **Galaxy Wearable**, dotknij **Start** → **Ustawienia dot. stanu zdrowia** → **Ustawienia automatycznego pulsu**, a następnie wybierz **Ciągle** w celu określenia częstości pomiaru tętna.
- Wybierz tarczę zegarka z informacjami o tętnie.

Połączenia nie dochodzą do skutku

- Upewnij się, że urządzenie Galaxy Fit2 jest połączone z urządzeniem przenośnym za pośrednictwem Bluetooth.
- Upewnij się, że nie zostało wprowadzone blokowanie połączeń przychodzących z danego numeru w urządzeniu przenośnym.
- Sprawdź, czy jest włączony tryb „Nie przeszkadzać” lub „Dobranoc”. Jeżeli jeden z tych trybów jest włączony, ekran dotykowy nie włącza się podczas połączeń przychodzących.

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

- Upewnij się, że zegarek Galaxy Fit2 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 Fit2 może być krótszy.
- Kiedy korzystasz z pewnych funkcji, zwiększy się zużycie baterii, co może skrócić czas użytkowania.
- Bateria podlega zużyciu i po pewnym czasie może działać krócej.

Urządzenie Galaxy Fit2 jest gorące

W przypadku używania funkcji wymagających większego zużycia energii na zegarku Galaxy Fit2 przez dłuższy czas urządzenie Galaxy Fit2 może stać się gorące. Jest to normalne zjawisko, które nie powinno wpływać na trwałość ani wydajność działania zegarka Galaxy Fit2.

Jeśli zegarek Galaxy Fit2 przegrzewa się lub jest ciepły przez długi okres, nie używaj go przez jakiś czas. Jeśli zegarek Galaxy Fit2 nadal się przegrzewa, skontaktuj się z centrum serwisowym firmy Samsung.

Utrata danych zapisanych w urządzeniu Galaxy Fit2

Należy regularnie wykonywać kopię zapasową wszystkich ważnych danych przechowywanych w urządzeniu Galaxy Fit2.

W przeciwnym razie nie będzie możliwe ich odtworzenie w przypadku utraty lub zniszczenia. Kopię zapasową danych z zegarka Galaxy Fit2 można utworzyć za pomocą aplikacji Galaxy Wearable lub usługi Samsung Cloud. Firma Samsung nie ponosi odpowiedzialności za utratę danych przechowywanych w urządzeniu Galaxy Fit2.

Widać niewielką szczelinę dokoła zewnętrznej obudowy urządzenia Galaxy Fit2

- 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 nieznacznego zwiększenia tej szczeliny.

Wyjmowanie 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.**
- 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 zaniedbania), które mogą być skutkiem nieprzestrzegania ostrzeżeń i instrukcji, z wyjątkiem śmierci lub obrażeń spowodowanych zaniedbaniami 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 © 2020 Samsung Electronics Co., Ltd.

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 jakichkolwiek środków elektronicznych lub mechanicznych, w tym kopiowana, nagrywana lub przechowywana w jakimkolwiek systemie archiwizacyjnym.

Znaki towarowe

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