



S10+
GPS SPORTS WATCH

Manual

1. Betjening



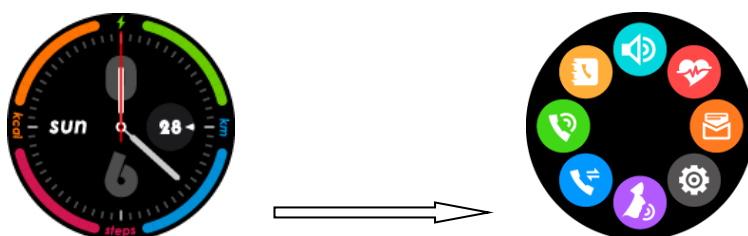
Tænd/sluk knap: tænd/sluk / sluk skærm; tilbage til hovedmenuen

Skrueknap: Drej+Bekfræft

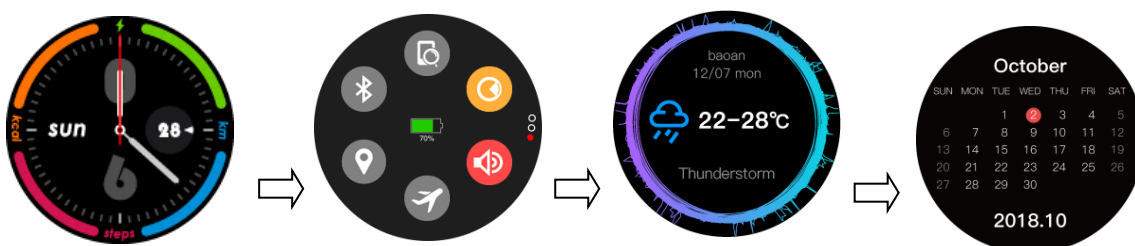
Genveje: Aktivér sport mode;Aktiver skærm

2. Kort intro til Nordic Active S10+

- Gå til hovedmenuen ved at swipe fra højre til venstre;



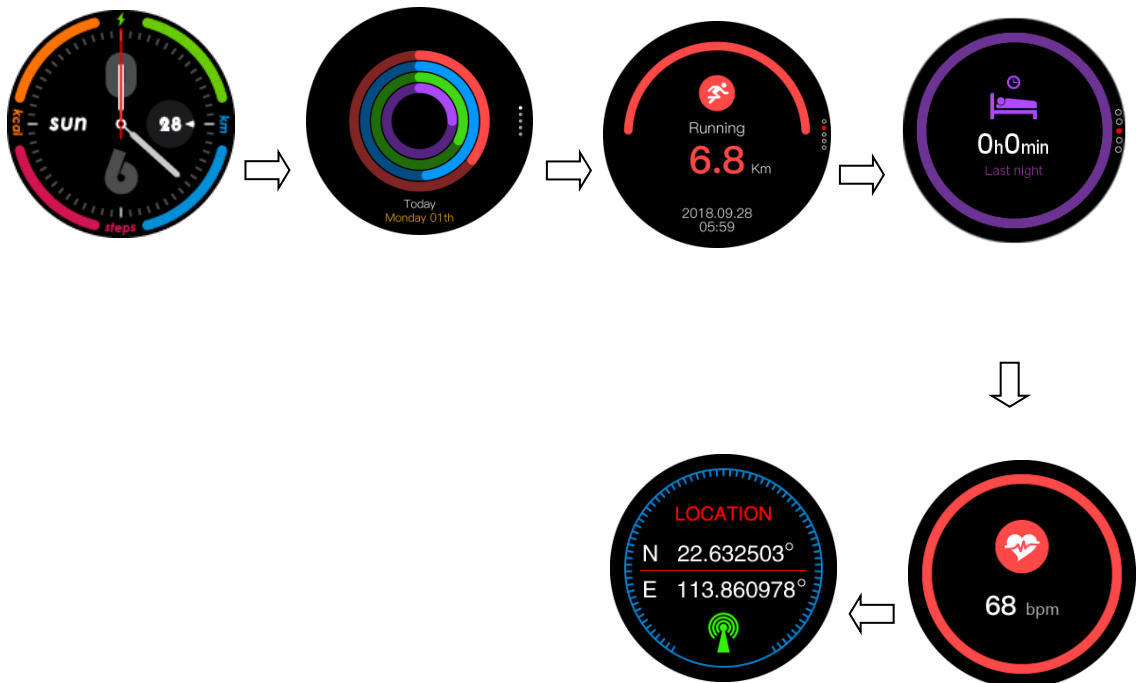
- Gå til nedtrækningsmenuen, vejrside og kalender, ved at swipe ned;



- Gå til notifikationssiden ved at swipe fra venstre mod højre;



- Gå til det daglige træningsoverblik, enkelt træninger, Søvn registreringer ,pulsmåler, testside og GPS siden ved at swipe op .



Tip: Du kan komme ind på næste side ved at swipe skærmen op og gå tilbage til sidste side ved at swipe ned (du kan også bruge drejeknappen til at skifte skærm)

3.Produkt hurtig-guide

Kompatible enheder

Systemkrav :

Android 4.4 og derover

IOS 8.0 og derover (iPhone5 og derover)

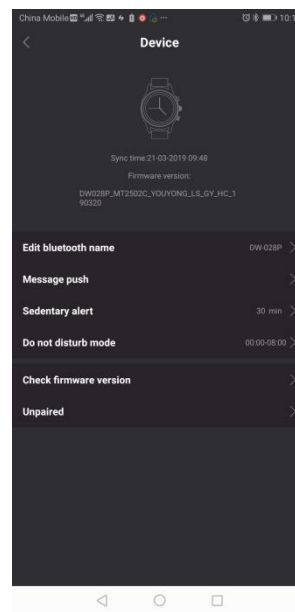
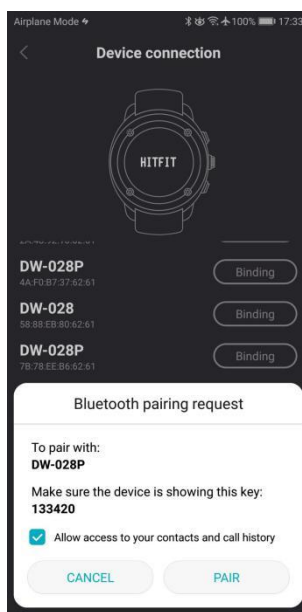
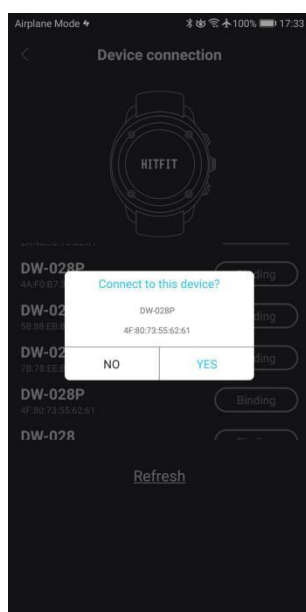
1).Bluetooth tilslutning (HitFit Pro)


Søg efter "HitFit Pro" APP som nedenfor i Google Play eller Apple Store, download og installer appen på din telefon. Åbn HitFit Pro. Når du har udfyldt dine personlige oplysninger, skal du åbne Bluetooth med HitFit Pro. Derefter følge guiden med instruktioner nedenfor (Android eller iPhone):



Tilslut med Android

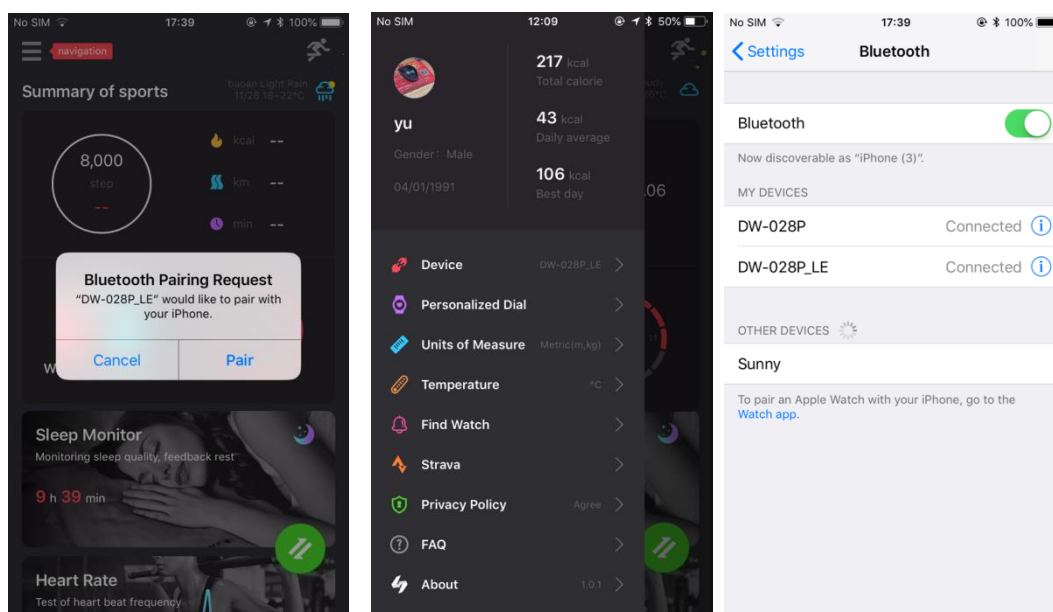
- Åbn Appen "HitFit Pro", klik på "Device Settings" på "Me" for at søge efter Bluetooth-enheder i nærheden;
- Find din ur model og klik for at forbinde, klik på OK som vist nedenfor; Klik på "pair", når parringsanmodning vises;
- Tillad din telefon at "HitFit Pro" må få adgang til din placering, telefonbog og tillad push-meddelelser med HitFit Pro.




Efter en vellykket parring (Bluetooth ikonet ser sådan ud: ) , kan ure og mobiltelefoner søge efter hver enhed med succes. (Klik på find ur / mobil i din mobil / ur, dit ur / mobil ryster og ringer)

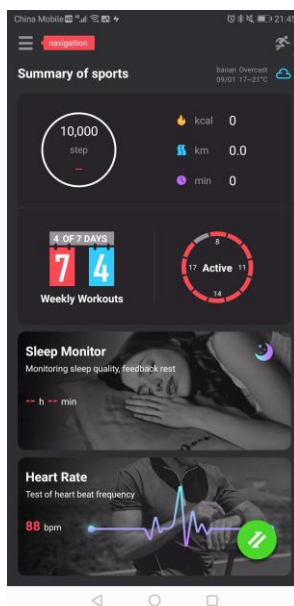
Tilslut med iPhone

Åben Bluetooth og appen "HitFit Pro", klik på "Device settings" på "Me" for at søge efter Bluetooth-enheder i nærheden. Find dit ur og par det, når du er tilsluttet, skal Bluetooth åbnes, find din enhed og tilslut.



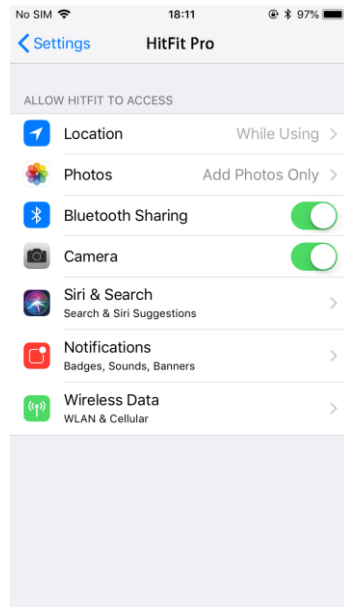
2). Datasynkronisering

Klik  inde I appen, dette synkroniserer data.

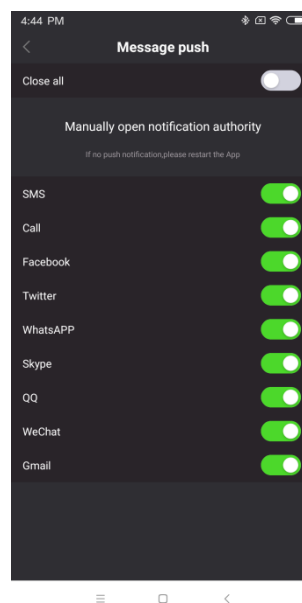
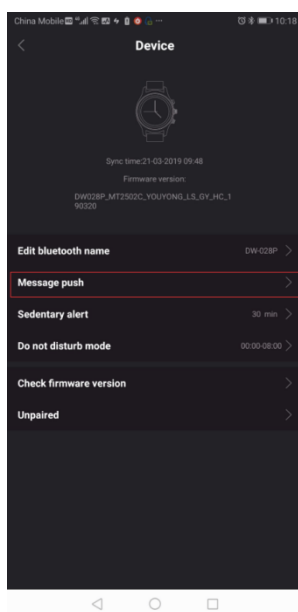


3)Notifikation

iPhone: Notifikationer vil blive modtaget efter godkendelse af dette, som vist nedenfor.



Android: Notifikationer vil ske når nedenstående indstillinger er slået til.



4). Urdesign

Hold din finger nede på skærmen for at skifte designet af din urskive.



5).Menuen

- ✓ Lysstyrke justering
- ✓ Søg efter telefon
- ✓ Bluetooth søgning og tilslutning
- ✓ GPS tænd/sluk
- ✓ Lydløs tænd/sluk
- ✓ Flytilstand tænd/sluk



6).Instruktioner til menuen

6.1 Telefonbog

Efter tilslutning til Bluetooth kan du tjekke din telefonbog, modtage/afvise telefonopkald, direkte fra uret.

6.2 Telefon

Ring direkte fra din telefon via uret.














6.3 Opkaldshistorik

Når du er forbundet med Bluetooth, kan du synkronisere opkaldshistorikken, foretage opkald og sende beskeder via Bluetooth (iPhone understøtter ikke meddelelsessynkronisering endnu).

6.4 Siri

Når du er tilkoblet med Bluetooth har du mulighed for at benytte Siri direkte fra uret.

6.5 Indstillinger

-  Profil: Indstil køn, højde, vægt, fødselsdato
-  Bluetooth: Tænd/sluk Bluetooth
-  GPS: Tænd/sluk GPS
-  Tid og Dato: indstilling af urtype, tiden synkroniseres efter Bluetooth er tilsluttet. Du kan også manuelt indstille datoen, vælge 12-timersformatet eller 24-timersformatet.
-  Enheder: Personlige oplysninger (distance, højde, vægt) ændres ved at vælge hvilke måleenheder der ønskes.
-  Temperatur enhed: Vælg mellem Celsius og Fahrenheit
-  Aktivér skærm når du hæver armen: tænd/sluk
-  Lyd: Vælg mellem forskellige toner, bestem hvilke notifikationer du ønsker lyd på.
-  Skærm: Indstil skærmens lysstyrke og baggrundsbelysning
-  Urinformationer: Vis enhedens navn og softwareversionsnumre
-  Sprog: Vælg sprog, enten automatisk når uret synkroniseres til din telefon eller manuelt.
-  Batteri: Viser den aktuelle batteriprocent
-  Gendan til fabriksindstillinger: Gendanner uret til fabriksindstillingerne

6.6 Besked

Når du er forbundet med Bluetooth, kan du tjekke meddelelserne og svare direkte fra uret. (iPhone understøtter endnu ikke meddelelsessynkroniseringen endnu)

6.7 Pulsmåler

Imens du bærer uret, tryk på pulsmåler ikonet for at registrerer din puls. Når pulsmåler er aktiveret vil der lyse et blå lys og efter få sekunder vises din puls. Du kan swipe til venstre for automatisk at måle din puls kontinuerligt.

6.8 Notifikationer

Når uret er tilsluttet med Bluetooth vil du automatisk modtage notifikation direkte på dit ur (bemærk: Notifikation skal manuel aktiveres på Android telefoner i appen)

6.9 Fjernkamera

Når uret er tilsluttet med Bluetooth har du mulighed for at tage billeder fra din telefon direkte på uret (på iPhones skal kamera-appen åbnes først)


6.10 Music

Når uret er tilsluttet med Bluetooth har du mulighed for at spille musik direkte fra telefonen, kontrollere lydstyrken mm.

6.11 Stop watch

Klik på ikonet for at starte tidtagning, du kan gemme tidtagningen ved at klikke på det lille ikon til højre under tidtagning (når du er færdig med tidtagningen, slettes denne, når du klikker '▶' til højre), Du kan se tidtagningen ved at swipe fra højre til venstre.

6.12 Lydoptager

Klik på det røde ikon:  For at starte en optagelse og klik på det firkantede ikon for at stoppe samme optagelse igen. Ved at swipe skærmen fra højre til venstre har du mulighed for at se tidligere optagelser.

6.13 Skærm aktivering ved armbevægelse

Aktiver ur ved at løfte armen tænd/sluk

6.14 Sport modes

Sport: Gang, løb, cykling, vandring, svømning, indendørs løb, trail run. Her kan får du et overblik over dagens aktivitet (skridt, distance, kalorier, tid)

6.15 Alarm

Du kan indstille alarmtyperne (måltider, møder, medicinering, søvn, motion, stå op), med mulighed for brugerdefineret gentagelse af alarmer.

6.16 Lommeregner

Ved at trykke på dette ikon, kan du benytte standardlommeregneren.

6.17 Lokation

Åben GPS, derefter swipe ned og vent 3 minutter, efterfølgende vises din position med længde- og breddegrader.



Åben GPS



Din lokation blev fundet

7). GPS-lokations funktion

tænd for GPS-funktion, bed om at åbne funktionen på uret for at starte GPS-lokalisering.

Swipe ned til hovedsiden, eller gå til ur indstillingen for at finde GPS-lokaliseringsfunktionen eller åben denne direkte i GPS i sportstilstand som vist nedenfor. 1,2



billede.1 GPS aktiveret



billede.2 GPS aktiveret i sports mode

7.1 GPS Lokations Guide

Billede 3 Venter på at finde din lokation, Billede 4 GPS leder efter din position, Billede 5 GPS er slukket, Billede 6 GPS er slået til, men kunne ikke finde din lokation, Billede 7 GPS'en fandt din lokation. Dette vises oppe i højre hjørne, hvor ikonet har ændret sig. Hvis du har problemer med at finde signal, prøv at stil dig væk fra høje bygninger eller lign.



Pic.3 Afventer position og GPS-signal



Pic.4 GPS position

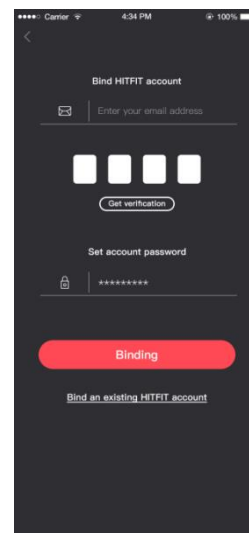
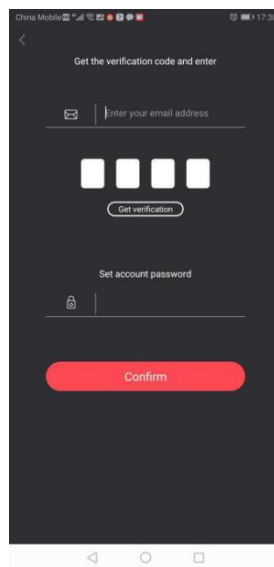
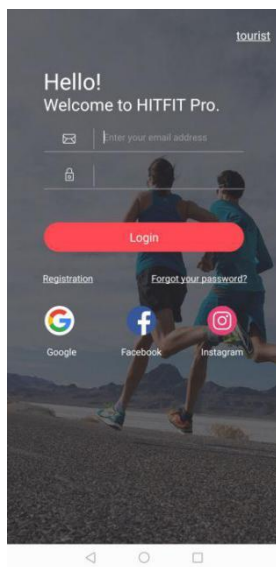


Pic.5 GPS SLUKKET Pic.6 GPS TÆNDT, men fandt ikke lokation Pic.7 GPS Fandt lokation

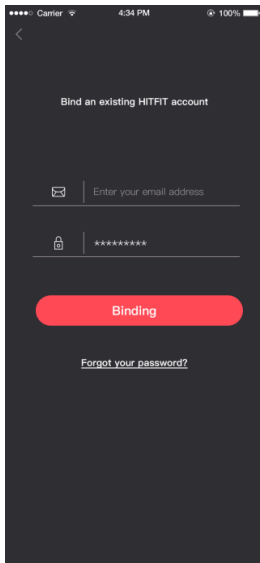
8) "HitFit Pro" yderligere funktioner

8.1 Log in

Brugere kan vælge at registrere en HitfitPro-konto for at logge ind eller bruge tredjepart som Google-konto, Facebook og Instagram til at logge ind. Det er også muligt at registrere en ny bruger. Som vist i billede 8, kan brugerne klikke på registreringen for at registrere ny HitfitPro-konto. Hvis du har glemt adgangskoden kan du benytte "Forgot your password" for at ændre din adgangskode til din konto, som vist på billede 9. Hvis du benytter en google-konto, Facebook eller Instagram for at logge ind, skal du først binde HitfitPro-kontoen til din personlige profil. Se billede 11,12,13.



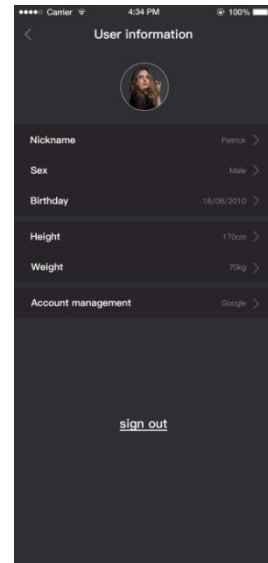
billede.8 "Hjem" billede.9 login /Glemt kodeord billede.10 Registrer en HitFitPro k onto



billede.11 bind HitFitPro account side



billede.12 Din konto



billede.13 profil

8.2 Vejrfunktions introduktion

1. Vejr funktions detaljer

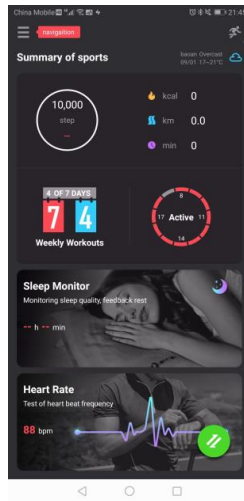
Vejrfunktionen skal synkroniseres med appen. Detaljerne i vejrfunktionen er vist i billede 14..



billede.14 Vejr funktionens brugerflade

Når appen åbnes, lokaliserer telefonen automatisk byen og får vejrdata baseret på breddegrad og længdegrad (henter kun data én gang pr. Time). Hver gang appen er forbundet med uret, synkroniseres vejrdataene automatisk med uret, hvilket viser dataene i 5 dage ad gangen. Men ure

og apps viser kun vejrdata for den pågældende dag. Når appen synkroniserer dataene, henter den også dataene til uret, som vist i billede 15.



billede.15 vejrfunktionen brugergrænseflade

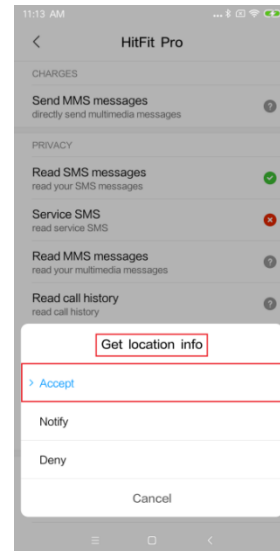
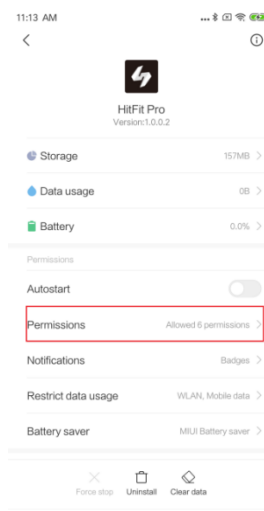
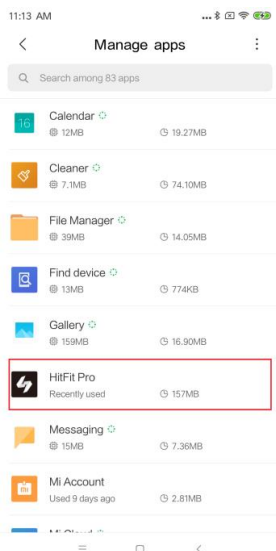
2. Forudsætninger for brug af vejrfunktioner

APPen kræver stedets tilladelse til at åbne placeringen og får vejrdata baseret på breddegrad og længdegrad. Hvis vejrdataene ikke ændres, når appen åbnes, skal du kontrollere, om telefonen har begrænset adgang til placeringsoplysninger.

3. Modtag placeringstilladelser på din telefon

1) Trin til Android-systemplaceringsrettigheder (Redmi Note 5 bruges som eksempel).

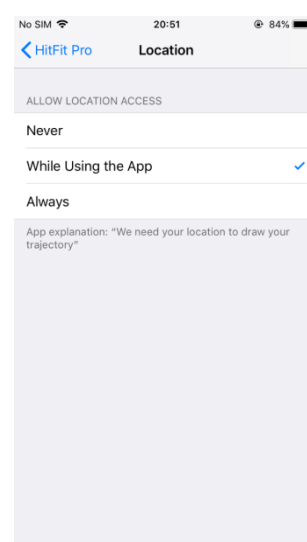
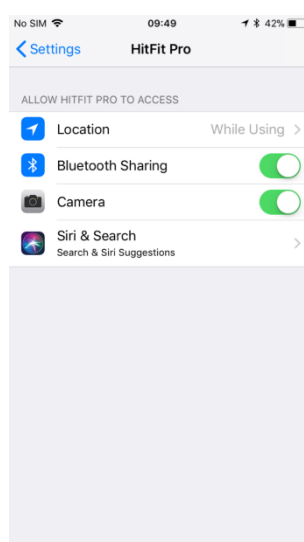
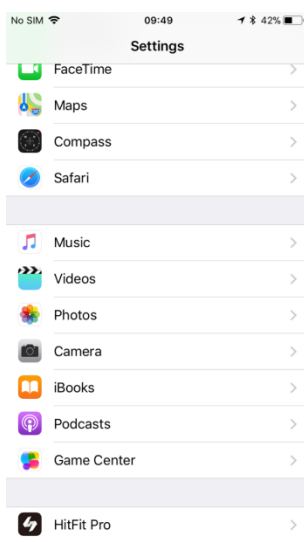
Først skal du åbne programstyringer i indstillingerne, finde HitFit Pro (som vist på billede 16), klik for at indtaste indstillingerne, og find derefter tilladelser i indstillingerne for applikationsinformationer for HitFit Pro (som vist i billede 17) og derefter Åbn "Tilladelser", Vælg Accepter, som vist i Billede 18, hvilket betyder at uret får en lokationstilladelse.



Billede.16 Applikations indstillinger billede.17 HitFitPro info billede. 18 HitFitPro Tilladelser

2) Trin til IOS-systemplaceringsrettigheder (iPhone 6 bruges som eksempel IOS-system version 12.2.6).

Først skal du åbne indstillingerne, gå ned til den sidste kolonne, finde HitFitPro (som vist på billede 19), og tryk for at indtaste indstillingerne. I indstillingerne af HitFitPro finder du placeringsindstillingen (som vist i billede 20). I placeringsindstillingen skal du vælge "Under anvendelse af appen" (som vist i billede 21), hvilket angiver, at Appen har fået tilladelse til telefonens placering.



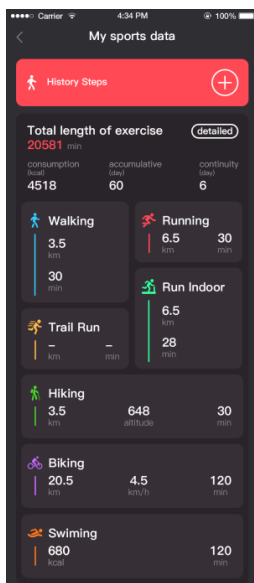
Billede.19 Indstillinger

billede.20 HitFitPro info

billede.21: HitFitPro tilladelse

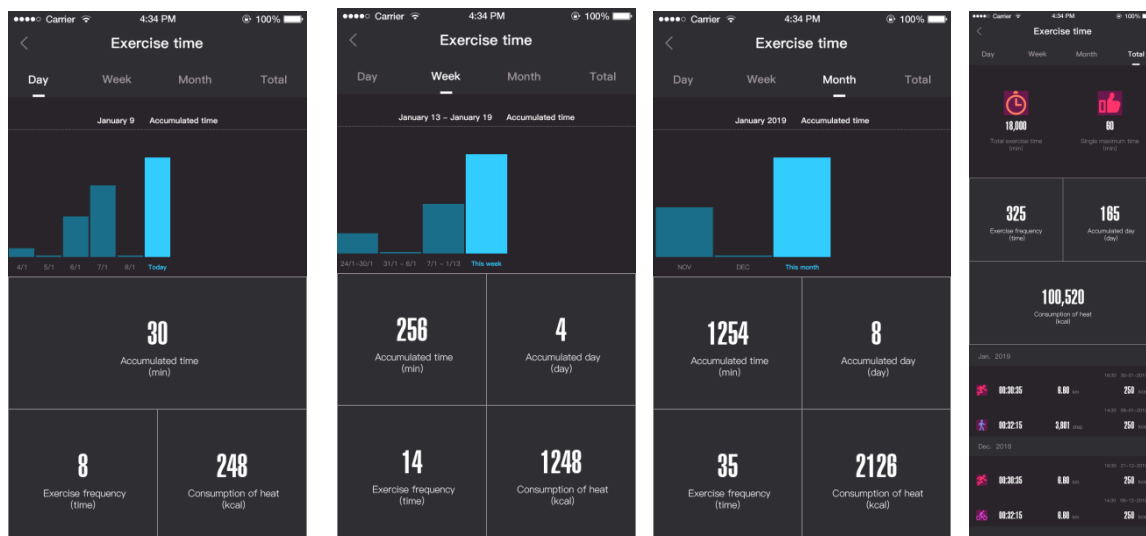
8.3 Mine sportsdata

1. Klik på trinmålsvisningen for at komme ind på siden "my sport data", der viser den totale sportstid, brændte kalorier, aktive dage, løbende sportsdage, dagens sportstrin og detaljer om den sidste sport for hver type sport data, ugentligt mål som vist i billede 22.



Billede.22 Sports data siden

2. Her er det muligt at væge imellem hvilke data du ønsker at få vist. Herunder tid, distance, de forskellige sport modes.



Dags sport data

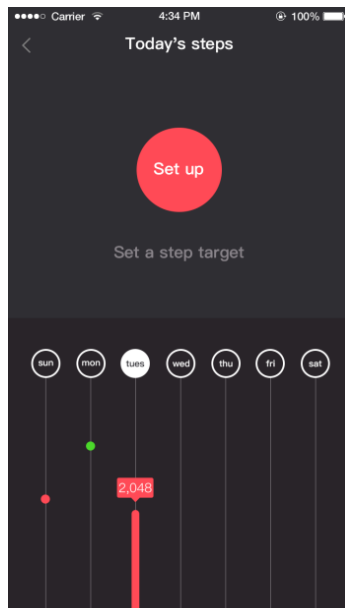
Ugentlig sports data

Månedlig sport data

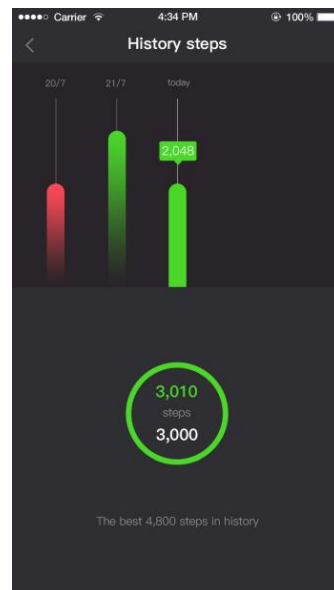
Total

billede 23 sports data detaljer

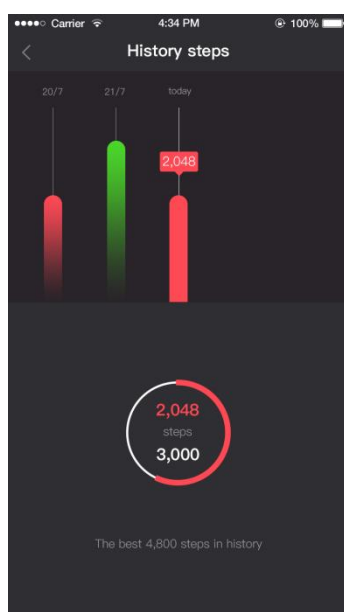
3. Klik på Dagens skridt for at se færdiggørelsen af den seneste uges gang-data. Som vist i billede 24 vises dagens målnummer i grønt. Som vist i billede 25 nås målet ikke, hvilket vises i rødt; som vist i billede 26, Klik på ugevisningen for at indtaste de historiske skridtdata; klik på Set up for at indstille målet for den pågældende dag; som vist i billede 27.



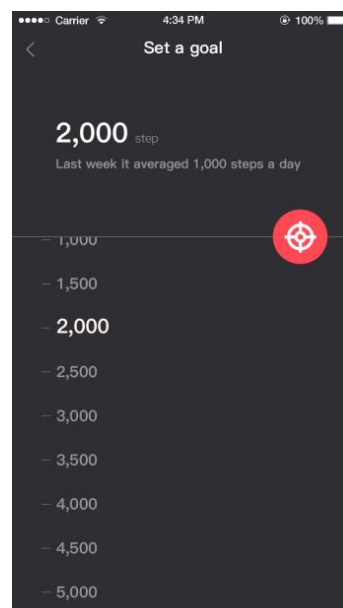
Billede.24 Ugentlig data



Billede.25 skridt målsætning

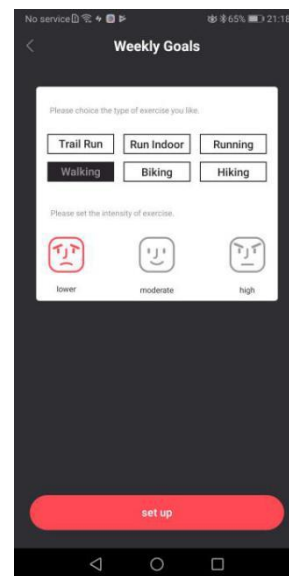
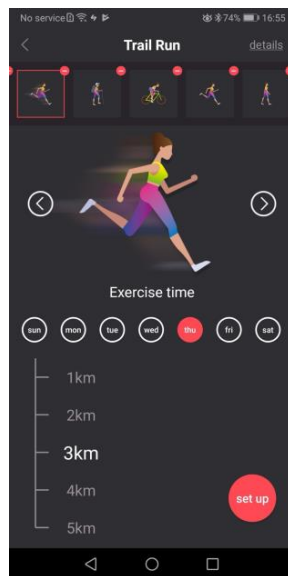
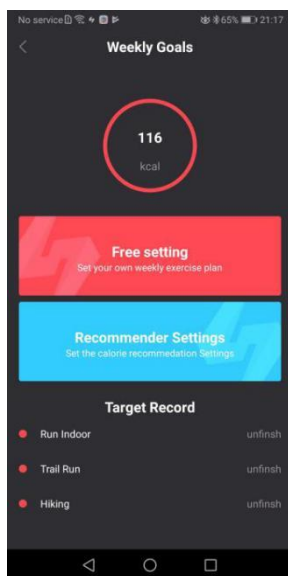


Billede.26 målet for antal skridt ikke nået



Billede.27 Skridt målsætning

4. I det ugentlige mål kan du frit indstille dit personlige mål for hver sportstype eller vælge de anbefalede indstillinger. Som vist i billede 28. du skal enten vælge den brugerdefineret indstilling eller anbefalede indstilling. Den anbefalede tilstand af træningsintensitet er tilgængelig i tre typer: lav, mellem og høj. Som vist i billede 29. og 30. ved at klikke på detaljer får du et overblik over din aktivitet ind til videre, og hvor langt du har før du opfylder målet. Som ses på billede 31. På billede 32 ses et overblik over din ugentlige aktivitet



Billede.28 Ugentlig mål Billede.29 Ugentlig mål Billede.30 Anbefalede sports indstillinger



Billede.31 mål detaljer

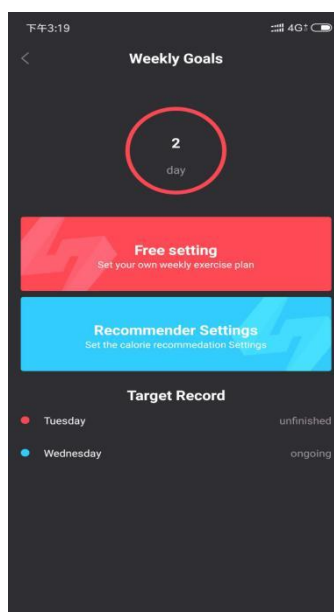
billede.32 Ugentlig rapport

8.4 Ugentlig træning

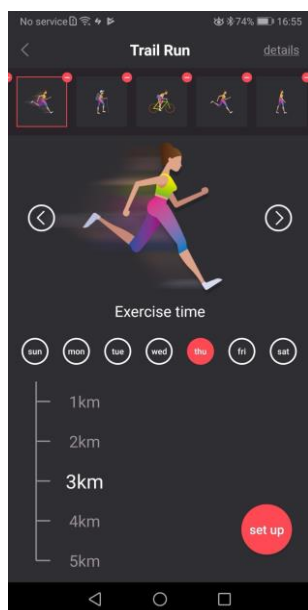
Sportsgrænsefladen viser en uges træningsdata. I øverste højre hjørne vil det målet om aktivitet blive indstillet. Som vist i Billede 33 kan du indstille afstanden eller tiden som mål og opdele den i målene for uge og dag; Der sættes kun ét enkelt mål pr sport. Som vist i billede 34 og billede 35. Du kan skifte for at se ugentlige data om afstand, tid og kalorier på de forskellige sportsmoder, og du kan se alle sportsrekorderne for denne uge nedenfor. Klik på en rekord for at se detaljerne i træningsposten. Inklusiv rute, puls og højdedata, klik på opsætningen for at indstille dagens mål.



Billede.33 ugentlig træningstype overblik



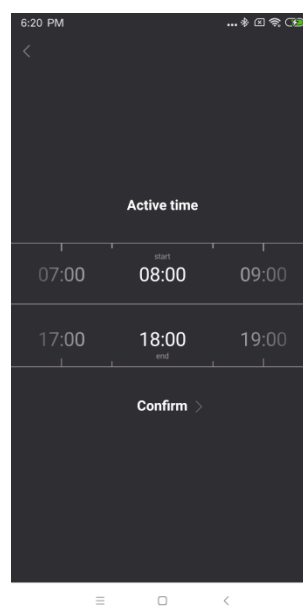
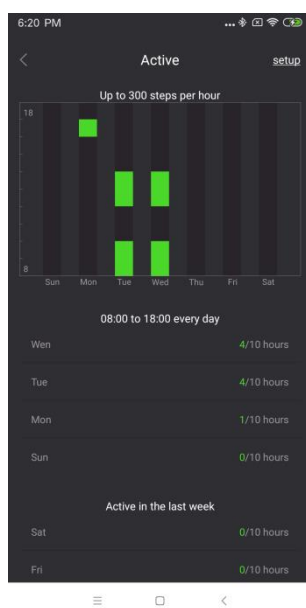
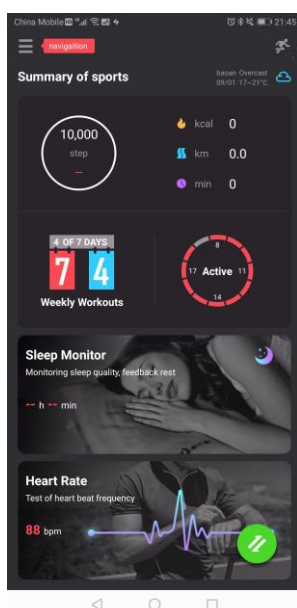
Pic.34 Ugentlige mål overblik



Billede.35 Ugentlige mål overblik

8.5 Active

På HitFitPro hjemmesiden brugerflade repræsenterer den aktivitetsoptegnelsen i 2 forskellige farver med forskellige betydninger. Blåt angiver, at antallet af trin du har gået mere end 300 trin i løbet af 1 time, og rødt angiver, at tidsperioden ikke har nået 300 trin eller derover; som vist på billede 36, indikerer grøn, at den tilsvarende tidsperiode har gået mere end 300 trin. Som vist i billede 37. Brugere kan indstille deres egen tidsperiode, op til 12 timer og mindst 4 timer, som vist i billede 38.

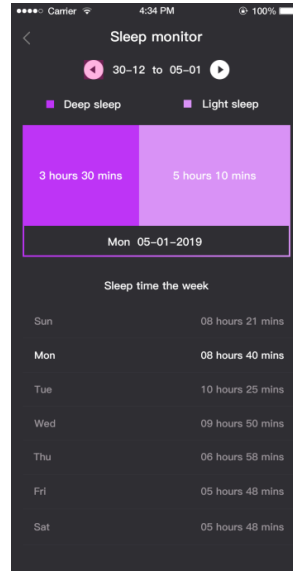


billede.36 "over 300 skridt" farven Billede. 37 farve ved mere end 300 skridt billede. 38

tidsindstillinger

8.6 Søvnkvalitet

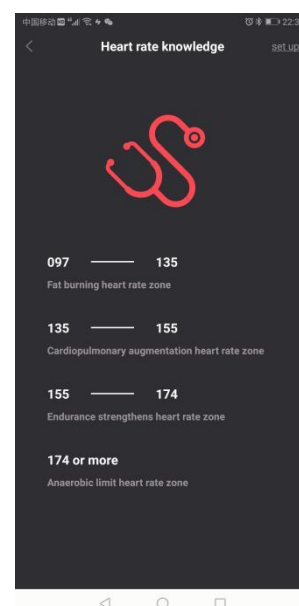
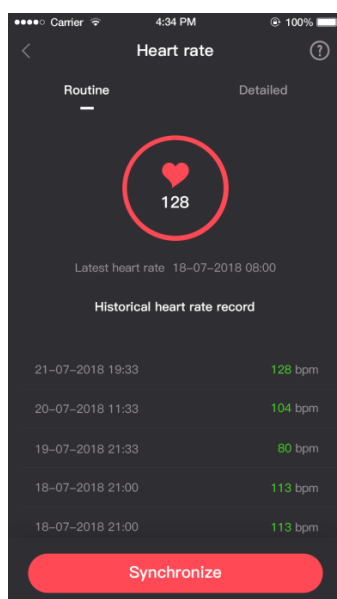
Gå til appen for at tjekke daglig og ugentlig søvn: let søvn/søvn som ses i billede 39

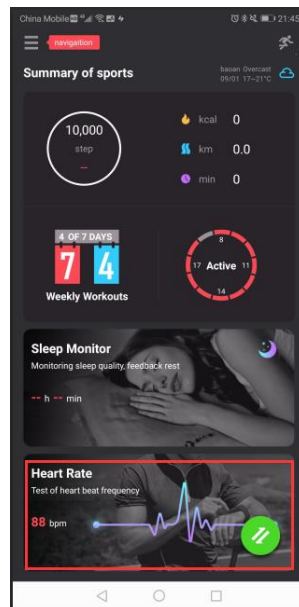


Billede. 39 Applikation søvn data

8.7 puls data synkronisering

1. Efter tilslutning af appen, kan appen synkronisere og vise resultaterne af hjertefrekvensen. Billede 40 viser den nyeste data af hjertefrekvensen. data markeret øverst til højre i grænsefladen viser status for hjertefrekvensen, som vist i billede 41. Samtidig vises den seneste synkroniserede puls på hjemmesiden, som vist i billede 42.

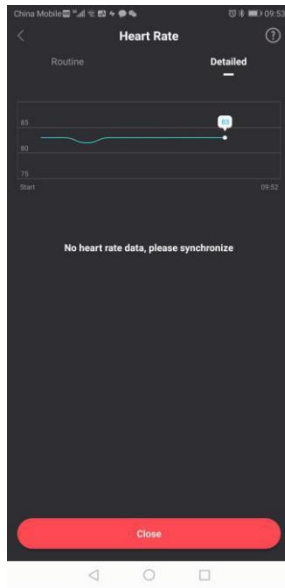




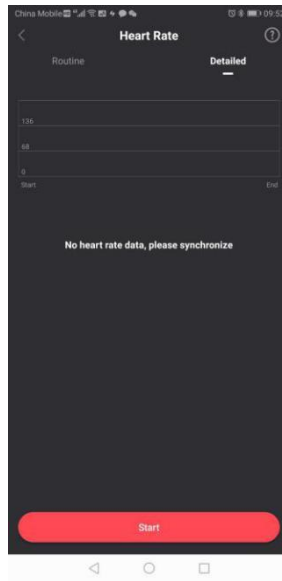
billede.42 oversigt over pulsmåling

2. Dynamisk pulsmåler

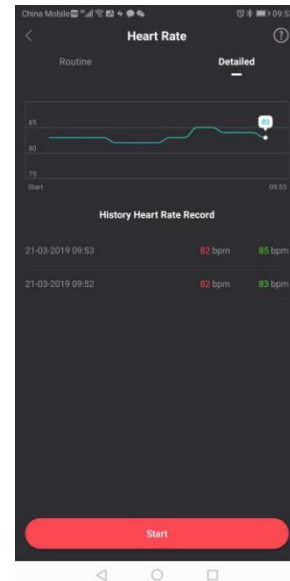
I hjertefrekvensinterfacet, skal du klikke på "detaljeret", her kan du indtaste den dynamiske puls-testgrænseflade (pulsmålet til uret skal ændres til "Auto"), og derefter skal du klikke på "Start", visningen viser pulskortet svarende til tidsperioden som vist i billede 41, hvis startknappen er trykket, hvis uret ikke starter er den sat til den dynamiske pulsfunktion. Hvis der efter 10 sekunder kommer en fejlmeddelelse. Er det fordi du ikke bærer uret korrekt. Klik på startknappen for at måle den dynamiske hjertefrekvens, du skal teste i mere end 17 sekunder for at gemme de dynamiske pulsdata. Klik på knappen "Luk" for at få vist meddelelsen om at gemme hjertefrekvensdata som vist i billede 42; Klik på "YES" (billede.42) for at se testens dynamiske pulsgrafik, som vist i billede 43. (luk venligst denne funktion når den ikke benyttes for mindske strømforbruget)



billede.41 dynamiske hjerterytme diagram



billede.42 lukkede testgrænseflade

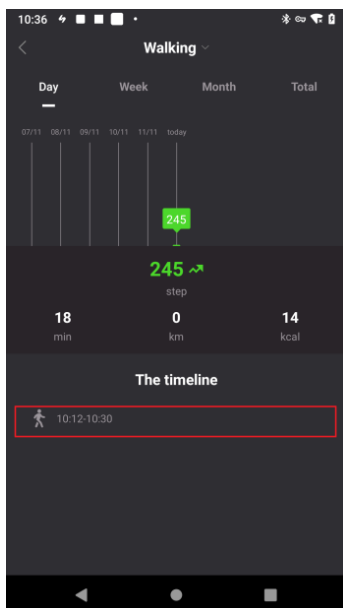


Pic.43 gemmer dynamisk hjerterytme diagram

9).GPS

9.1 Synkroniser appen for at kontrollere bevægelsen.

Åben HitFitPro og tilslut, gå til "dag, uge, og måned" for at tjekke din aktivitet skal du klikke på "sport" her ses detaljerne om GPS. Som vises I billede 44. Den blå linje indikerer det normale aktivitetsspor. og øverst kan du se din puls-tidszone, hjerterefrekvens, brændte kalorier og højde. Rød er udgangspunktet, og blå er slutpunktet. Som vist i billede 45.



billede.44 Sports data



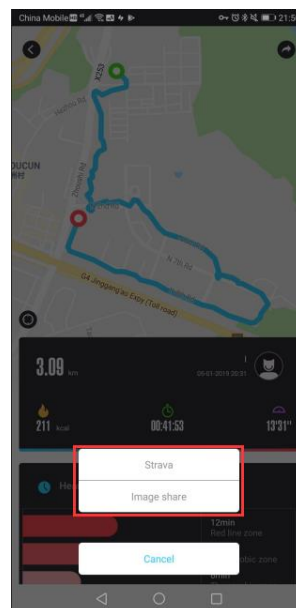
billede.45 Sports data detaljer

9.2 Strava data deling

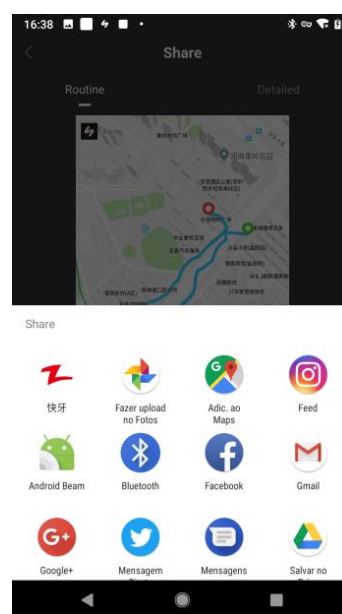
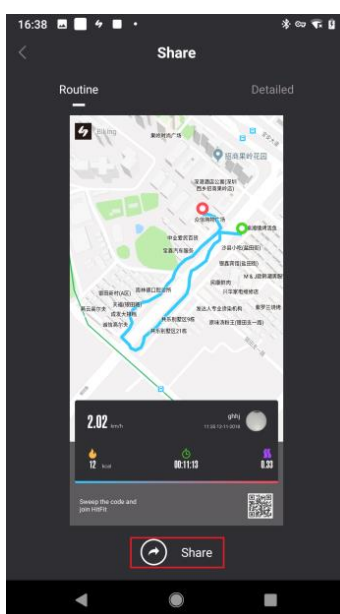
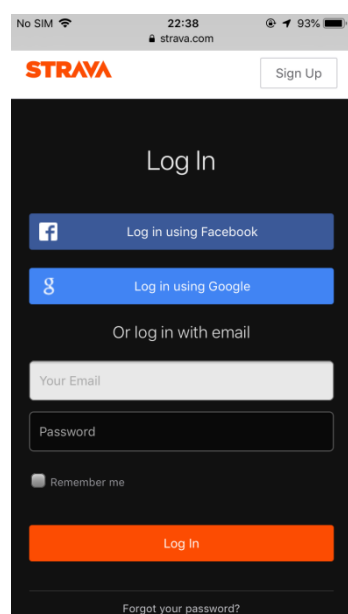
Når urets sportsdata er synkroniseret med appen, kan du dele dataene ved at klikke på knappen "Share" i øverste højre hjørne (som vist i billede 46) for at se de delte beskeder fra Strava. Som vist i billede 47. Du kan dele dine data ved hjælp af appen som vist på billede 48. Klik på del og benyt andre applikationer for at dele dine data som vist på billede 49 og 50. for at kunne dele dataene skal Strava have registreret en rute.



billede.46 Datadeling



billede.47 delings grænseflade

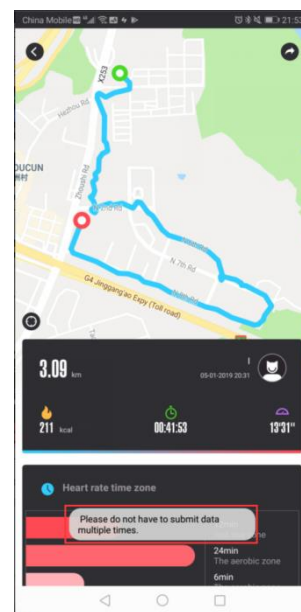


Billede.48 Strava login brugerflade billede.49 Andre datadelingsmetoder billede.50 andre delingsmetoder grænseflade

Klik for at dele med Strava, du skal godkende og logge ind på Strava. Hvis du ikke har en Strava-konto, kan du tilmelde dig en konto på Strava-siden, som vist på billede 48. Efter vellykket login vil den vende tilbage til grænsefladen for at flytte dataene. Klik derefter på "Del" til Strava, og efter at dette er vellykket, kan du se de data, du lige har genereret på Strava. Som vist i billede 51. Hvis du ikke har givet Strava tilladelse på din telefon, vises der en synkroniseringsfejl. Som vist på billede 52.

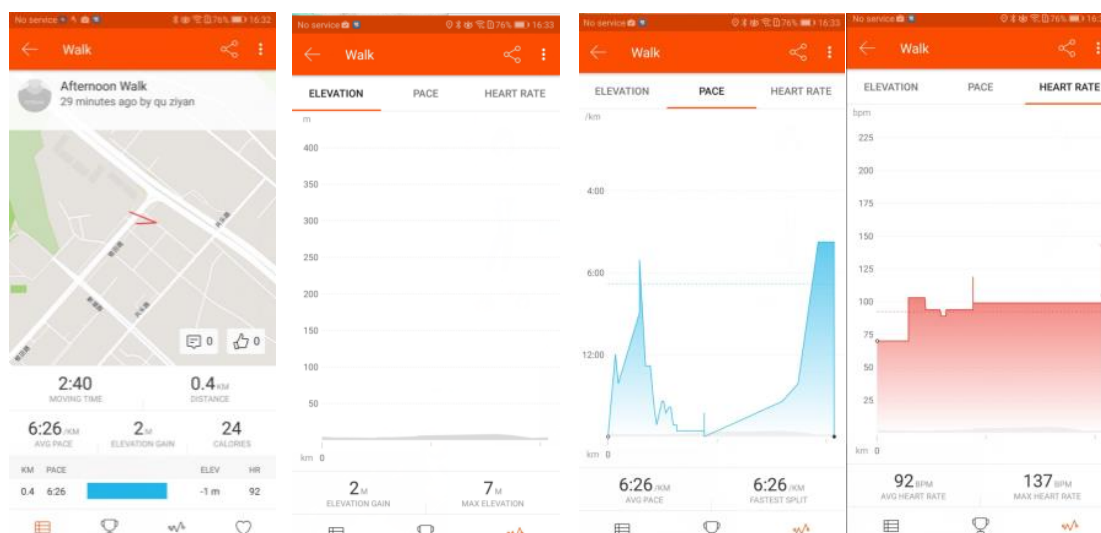


billede. 51 Strava deling



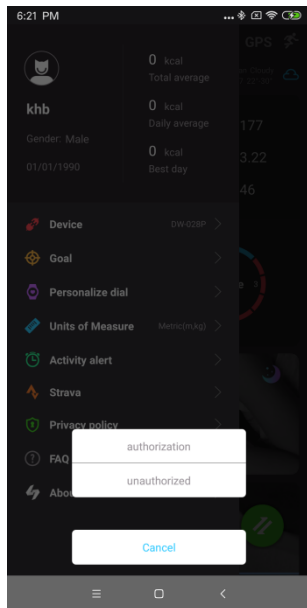
billede.52 Strava deling fejlede

Efter uploading kan du se de relevante data på Strava, som vist på billede 53. Da Stravas og HitFitPros benytter forskellige algoritmer, vil der være forskelle i dataene.

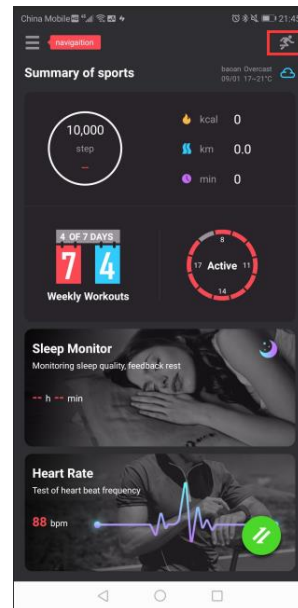


billede. 53 Strava data visning

Når du har givet Strava autorisation, vil Strava benytte din bruger og logge ind med den som standard. Hvis du ønsker at ændre din bruger eller slette din autorisation skal du gå til Strava's grænseflade. Herefter klikke på Strava for at annullere denne, som vises på billede 54



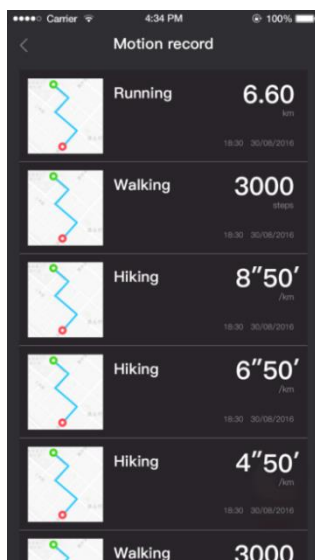
billede.54 Annuller Stravas autorisation



billede. 55 Sports data

9.3 Sport data funktion

Klik på bevægelsesikonet for at tilgå dine data. Som vist på billede 55 og 56. tryk på en enkelt aktivitet for at se en detaljeret oversigt. Den detaljeret oversigt viser kun nuværende data som vist på billede 57.

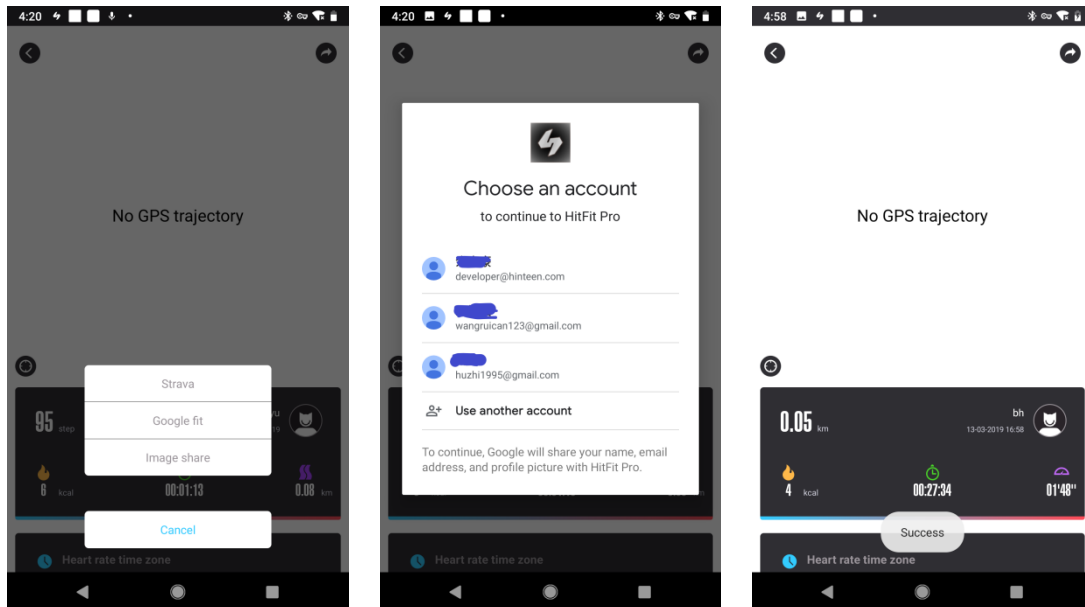


billede. 56 Sports data liste

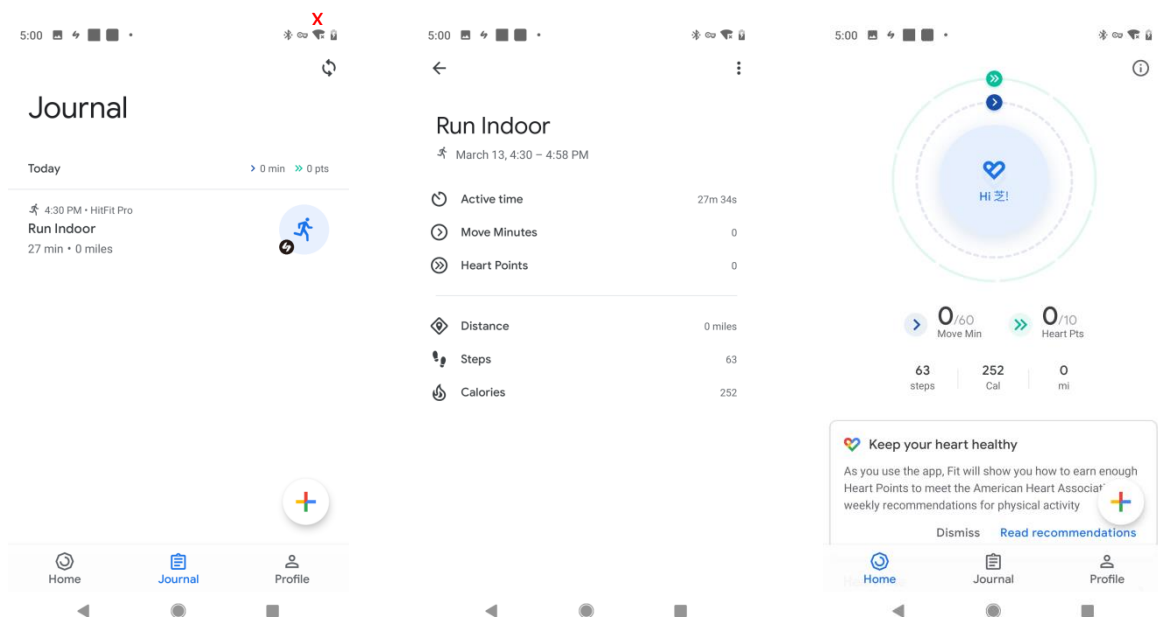
billede.57 Sports data detaljer

9.4 Android_Google fit sports data share

Brugere kan dele deres sports data på google fit. For at dette kan lade sig gøre skal du logge ind på google som vist på billede 58 og 59



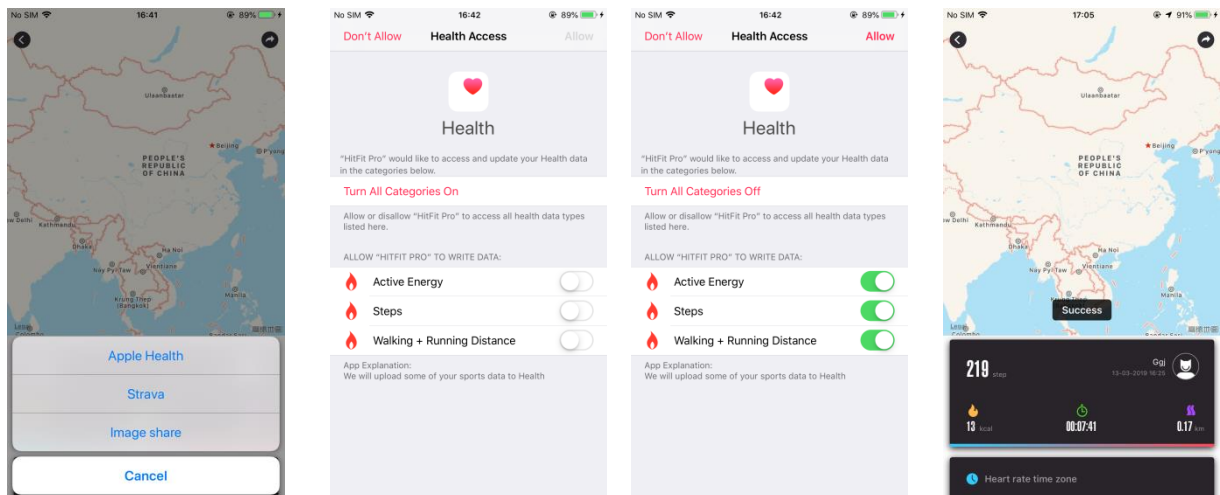
Billede.58 sports data deling



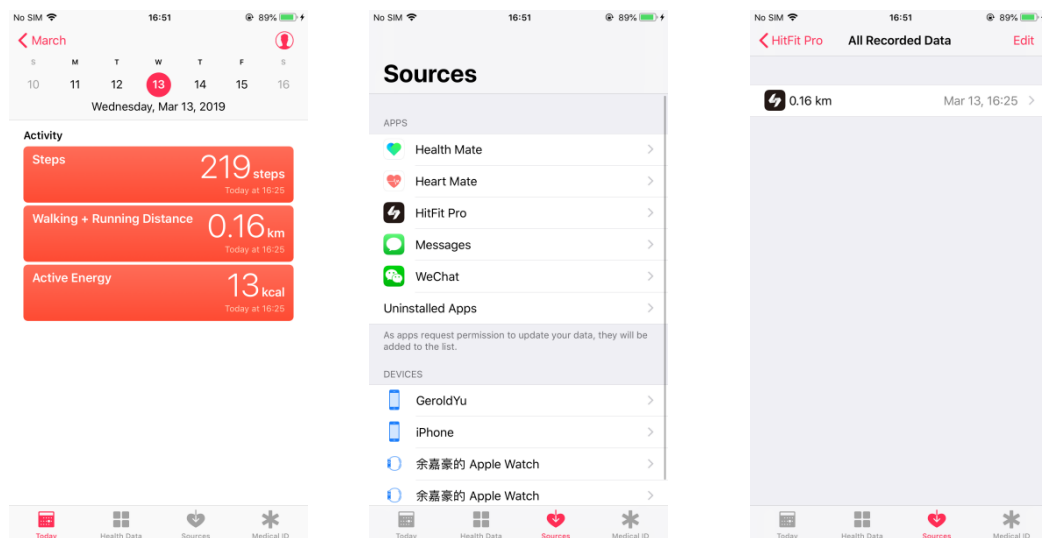
billede.59 Google fit – se sports data

9.5 IOS_Apple sunheds og aktivitets deler

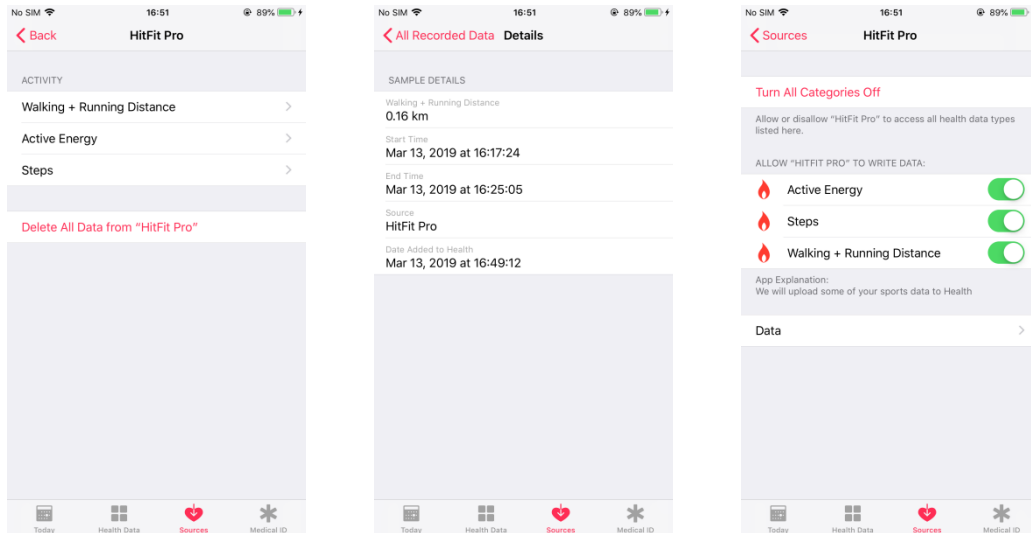
Brugere kan dele deres aktivitetsdata på "Apple Health". Som vist på billed 60, efter succesfuld deling, har du mulighed for at gå til "Apple Health" for at tjekke dine data. Som vist på billede 61 og 62



billede.60 del data på Apple Health



billede.61 Apple Health sports data oversigt

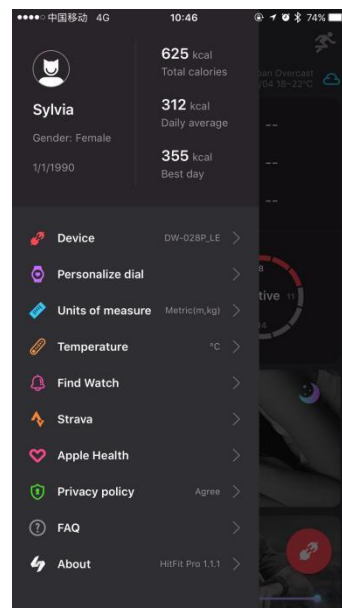
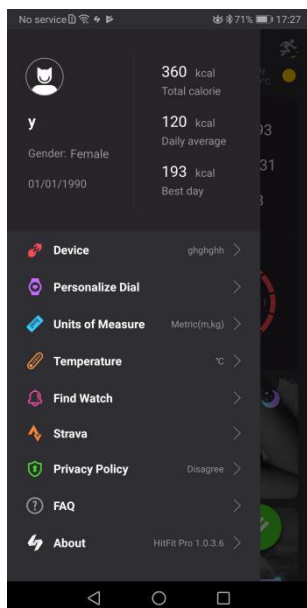


billede.62 Apple Health sports data oversigt

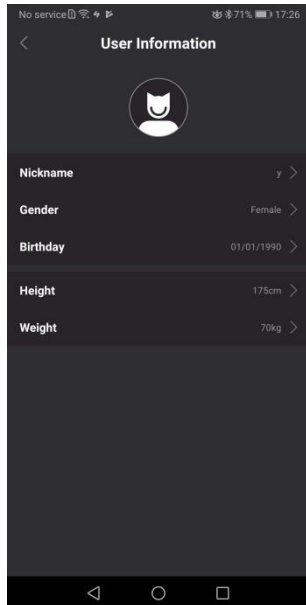
10). Informations side

10.1 Personlig information

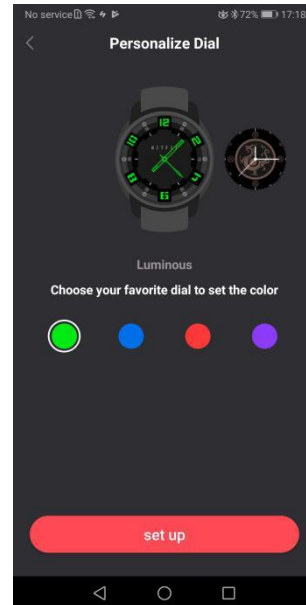
Tryk på navigation for at vise "slide baren". Brugers avatar, navn, køn og fødselsdag bliver vist oven for denne bar. De totale kalorier forbrændt, gennemsnitlige kalorier forbrændt pr dag, som vist på billede 63 fra en Android telefon. På billede 64 ses samme billede fra en ios-telefon. Klik på din avatar for at komme til din personlige informationsside. Brugeren kan selv vælge avatar, kaldenavn, køn, fødselsdag, højde, vægt; se billede 65 for info om at logge af.



billede.63 Android sidebar menuen



billede.64 IOS Sidebar menuen



billede.65 indstillinger til personlige informationer

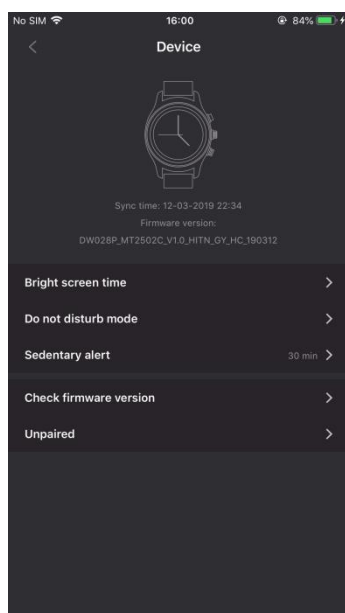
billede.66 ur design

10.2 Brugerdefineret ur design

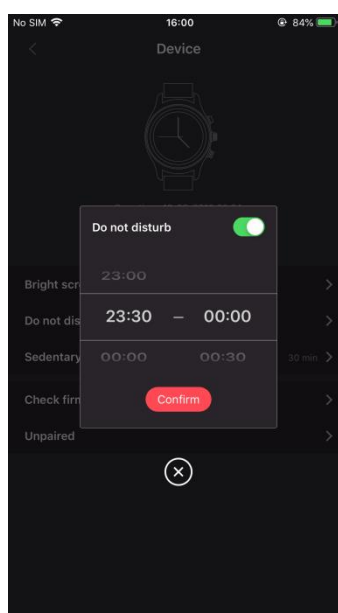
Det er også muligt at skifte designet af uret via HitFitPro appen. Åben HitFitPro, klik øverst til venstre på "personliggør uret" her kan du vælge mellem forskellige designs på uret. Efter et stykke tid er det muligt at se det nye design på uret. Skiven er tilgængelig i fire forskellige farver. Som vist på billede 66

10.3 Generelle skærmindstillinger til uret

Brugere kan via Appen kontrollere en lang række indstillinger så som "aktiv skærm tid". "forstyr ikke" denne indstilling kan indstilles således at uret er "inaktivt" fx om natten i en brugerdefineret tidsperiode. Som vist på billede 67 og 68



billede.67 App - indstillinger



billede.68 Tidsindstilling "forstyr ikke tilstand"



NORDIC **ACTIVE**
S10+

GPS SPORTS WATCH

IP68 CERTIFIED	BUILT-IN GPS
MULTIPLE SPORTS MODES	DYNAMIC HEART RATE
ROTARY KNOB	450 mAh BATTERY
SUPPORT CALLING	