

GARMIN®

VÍVOFIT® JR. 3

Manuel d'utilisation

© 2020 Garmin Ltd. ou ses filiales

Tous droits réservés. Conformément aux lois relatives au copyright en vigueur, toute reproduction du présent manuel, qu'elle soit partielle ou intégrale, sans l'autorisation préalable écrite de Garmin, est interdite. Garmin se réserve le droit de modifier ou d'améliorer ses produits et d'apporter des modifications au contenu du présent manuel sans obligation d'en avertir quelque personne physique ou morale que ce soit. Consultez le site Web de Garmin à l'adresse www.garmin.com pour obtenir les dernières mises à jour, ainsi que des informations complémentaires concernant l'utilisation de ce produit.

Garmin®, le logo Garmin et vivofit® sont des marques commerciales de Garmin Ltd. ou de ses filiales, déposées aux États-Unis et dans d'autres pays. Garmin Connect™, Garmin Jr.™, et Toe-to-Toe™ sont des marques commerciales de Garmin Ltd. ou de ses filiales. Ces marques commerciales ne peuvent pas être utilisées sans l'autorisation expresse de Garmin.

Android™ est une marque commerciale de Google Inc. Apple® est une marque commerciale d'Apple Inc, déposée aux États-Unis et dans d'autres pays. La marque et les logos BLUETOOTH® sont la propriété de Bluetooth SIG, Inc. et leur utilisation par Garmin est soumise à une licence. Les autres marques et noms commerciaux sont la propriété de leurs détenteurs respectifs.

N/M : A04065

Table des matières

Introduction.....	1
Utilisation de la montre.....	1
Couplage avec votre smartphone.....	2
Application Garmin Jr.....	2
Garmin Connect.....	2
Icônes.....	3
Options du menu.....	4
Suivi du sommeil.....	6
Historique.....	6
Envoi manuel de données à votre smartphone.....	6
Personnalisation de votre montre.....	7
Paramètres de l'application.....	7
Informations sur l'appareil.....	9
Caractéristiques.....	9
Mise à jour du logiciel.....	9
Affichage des informations sur l'appareil.....	9
Entretien du.....	9
Pile remplaçable par l'utilisateur.....	10
Remplacement du bracelet.....	12
Dépannage.....	12
Le nombre de mes pas semble erroné.....	12
Ma montre n'affiche pas l'heure exacte.....	13
Mon téléphone est-il compatible avec ma montre ?.....	13
Couplage de plusieurs appareils portables.....	13
Comment faire pour coupler une montre supplémentaire avec l'application Garmin Jr. ?.....	13
Réinitialisation de la montre.....	13
Ma montre ne s'allume pas.....	13
Ma montre ne s'allume pas après le remplacement de la pile.....	14
Annexes.....	14
Informations complémentaires.....	14

Introduction


⚠ AVERTISSEMENT

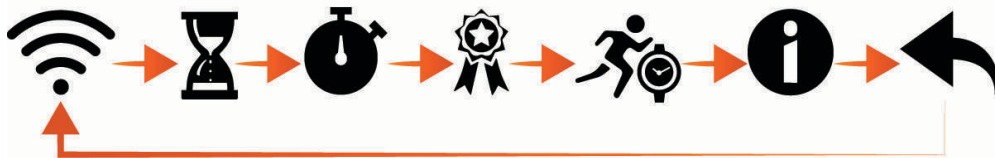
Consultez le guide *Informations importantes sur le produit et la sécurité* inclus dans l'emballage du produit pour prendre connaissance des avertissements et autres informations importantes sur le produit.

Consultez toujours votre médecin avant de commencer ou de modifier tout programme d'exercice physique.

Utilisation de la montre



- Appuyez sur le bouton ① pour faire défiler les fonctions de la montre (*Icônes, page 3*).
- Maintenez le bouton enfoncé pendant une seconde pour afficher le menu  (*Options du menu, page 4*).
- Appuyez sur le bouton pour faire défiler les options du menu.




- Appuyez sur le bouton pendant une seconde pour sélectionner des options de menu.
- Appuyez sur le bouton moins d'une seconde pour activer le rétroéclairage.
Le rétroéclairage se désactive automatiquement.

Couplage avec votre smartphone

Pour pouvoir coupler votre montre vívofit jr. 3 avec un smartphone, l'un des parents ou responsables doit disposer d'un compte Garmin Connect™ (*Garmin Connect*, page 2).

Votre montre doit être couplée directement via l'application Garmin Jr.™ et non via les paramètres Bluetooth® de votre smartphone.

- 1 Depuis la boutique d'applications sur votre téléphone, installez et ouvrez l'application Garmin Jr..
- 2 Connectez-vous à l'aide de votre nom d'utilisateur et de votre mot de passe Garmin Connect.
- 3 Suivez les instructions indiquées dans l'application pour enregistrer les membres de votre famille et ajouter chaque enfant.
- 4 Sur la montre vívofit jr. 3, maintenez le bouton enfoncé jusqu'à ce que le symbole  s'affiche.
La montre passe en mode couplage.
- 5 Suivez les instructions dans l'application pour terminer la procédure de configuration.
REMARQUE : vous pouvez coupler jusqu'à trois appareils mobiles, comme une tablette ou le smartphone de l'autre parent (*Couplage de plusieurs appareils portables*, page 13).

Application Garmin Jr.

L'application gratuite Garmin Jr. vous permet de suivre les activités quotidiennes de vos enfants et l'avancement des tâches que vous leur avez attribuées.

Suivi des activités : vous permet de suivre le nombre quotidien de pas, les minutes d'activité, les activités chronométrées et les données de sommeil de vos enfants.

Carte d'aventure : vous permet de suivre vos enfants jusqu'à ce qu'ils atteignent leur objectif quotidien de 60 minutes d'activité et qu'ils débloquent une nouvelle étape de leur aventure numérique.

Défis : permet de comparer le nombre de pas de toute la famille et de vos contacts de la communauté Garmin Connect.

Avancement des tâches : vous permet de créer et de gérer des tâches, d'accorder des pièces en guise de récompense une fois qu'elles sont terminées, mais également d'échanger ces pièces contre des récompenses personnalisées.

Plus : vous permet de personnaliser votre famille, de mettre à jour les paramètres de l'application et d'afficher des rubriques d'aide et des informations.

Récompenses : vous permet de créer des récompenses et d'échanger des points contre des récompenses.

Paramètres : vous permet de personnaliser la montre et les paramètres utilisateur, notamment les alertes sonores, les coordonnées des contacts d'urgence, les photos de profil, etc.

Suivi du sommeil : vous permet d'afficher les statistiques de sommeil de votre enfant.

Stat. : vous permet d'afficher les minutes actives et les pas enregistrés de votre enfant.








Étapes : vous permet d'afficher les données de pas de votre enfant.

Garmin Connect

L'un des parents au moins doit posséder un compte Garmin Connect pour que l'application Garmin Jr. soit utilisable. Pour créer un compte gratuit, rendez-vous sur www.garminconnect.com. Votre compte Garmin Connect vous procure les outils nécessaires pour suivre, analyser et partager vos activités ainsi que pour encourager vos proches. Enregistrez vos activités et prenez part à des challenges en famille en connectant un tracker d'activité compatible à votre compte Garmin Connect.

Icônes

Les icônes représentent les fonctions de la montre. Vous pouvez appuyer sur le bouton pour faire défiler les fonctions.

	La date actuelle. La montre met à jour l'heure et la date chaque fois que vous envoyez des données à votre smartphone.
	Nombre total de pas effectués dans la journée.
	Nombre total de minutes d'activité de la journée et progression vers l'objectif d'activité fixé à 60 minutes.
	Nombre de tâches attribuées et terminées pour la journée.
	Nombre de pièces obtenues.
	Nouveau niveau. Vous pouvez avancer sur la carte d'aventure et accomplir de nouvelles missions.
	Coordonnées des contacts d'urgence. La page ECU (en cas d'urgence) s'affiche une fois que vous l'avez configurée dans l'application Garmin Jr..

Objectif d'activité

Pour améliorer la santé des enfants, des organismes tels que le CDC (U.S. Centers for Disease Control and Prevention) recommandent une activité physique minimale de 60 minutes par jour. Cette recommandation peut inclure une activité d'intensité modérée, comme la marche rapide, ou une activité d'intensité soutenue, comme la course à pied.

La montre encourage les enfants à se dépenser physiquement en affichant leur progression vers l'objectif d'activité fixé à 60 minutes par jour.

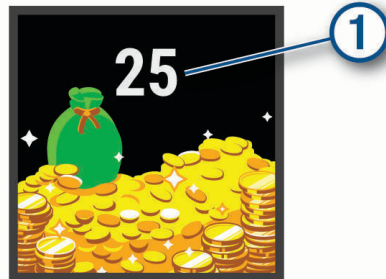
Avancement des corvées

Vous pouvez utiliser l'application Garmin Jr. pour créer et assigner des tâches, puis mettre à jour la progression de vos enfants. Lorsque votre montre *vívofit jr. 3* est connectée à un smartphone, elle affiche le nombre mis à jour de tâches effectuées ① et attribuées ② pour la journée.




Points gagnés

Dans l'application Garmin Jr., vous pouvez donner des points en récompense pour les tâches accomplies. Lorsque votre montre vivofit jr. 3 est connectée à un smartphone, elle affiche le nombre actuel de points gagnés ^①.










Les points peuvent être échangés dans l'application Garmin Jr. contre des récompenses. Vous pouvez créer des récompenses personnalisées dans l'application et définir leur valeur en nombre de points. Lorsque vous échangez des points dans l'application et que vous connectez votre montre à un smartphone, la montre affiche le nombre de points total mis à jour.

Options du menu


Vous pouvez appuyer sur le bouton pendant une seconde et le relâcher pour afficher le menu .

ASTUCE : vous pouvez appuyer sur le bouton pour faire défiler les options de menu.

	Envoie des données à votre smartphone Bluetooth compatible.
	Affiche les options des chronos des tâches.
	Démarre le chronomètre.
	Démarre un défi Toe-to-Toe™.
	Démarre une activité chronométrée.
	Affiche les informations relatives à la montre.
	Pour revenir à l'écran précédent.

Utilisation des chronos des tâches

Vous pouvez utiliser votre montre pour démarrer un compte à rebours.

- 1 Maintenez le bouton enfoncé pour afficher le menu.
- 2 Maintenez  enfoncé.
- 3 Appuyez sur le bouton pour faire défiler les options des chronos des tâches.
- 4 Maintenez le bouton enfoncé pour sélectionner et démarrer un chrono.

La montre émet un signal sonore, le compte à rebours démarre et la montre envoie une notification au smartphone couplé le plus proche. Lorsqu'il reste 3 secondes, la montre sonne jusqu'à ce qu'elle arrive à 0.

ASTUCE : vous pouvez maintenir le bouton enfoncé pour arrêter le chrono.


ASTUCE : vous pouvez appuyer sur le bouton pour afficher l'heure et revenir au chronomètre actif.

Options de chronos des tâches

Votre montre est équipée de chronos des tâches qui peuvent être utilisés pour vos activités courantes. Vous pouvez par exemple utiliser le chrono réglé sur deux minutes pour vous brosser les dents ou pour effectuer une autre tâche d'une durée équivalente. La durée de chaque tâche est réglée sur un nombre prédéfini de minutes.



Durée	Exemples d'activités
2 min	Brossage de dents
5 min	Partage de jouets
10 min	Fin du repas
15 min	Lecture
20 min	Leçon ou entraînement
30 min	Ordinateur/téléphone/tablette/télévision




Utilisation du chronomètre

- 1 Maintenez le bouton enfoncé pour afficher le menu.
- 2 Maintenez  enfoncé.
- 3 Appuyez sur le bouton pour lancer le compte à rebours.
- 4 Appuyez sur le bouton pour arrêter le compte à rebours.
- 5 Maintenez le bouton enfoncé.
- 6 Sélectionnez une option.
 - Pour réinitialiser le chronomètre, appuyez sur le bouton.
 - Pour quitter le chronomètre, maintenez le bouton enfoncé.

Démarrage d'un défi de marche Toe-to-Toe


Vous pouvez démarrer un défi Toe-to-Toe de 2 minutes avec vous-même ou un ami pour voir qui fera le plus de pas.

REMARQUE : cette procédure décrit un défi de marche pour deux joueurs  et les deux joueurs doivent lancer un défi sur leur montre vivofit jr. 3. Lors d'un défi solo, le chronomètre démarre lorsque vous maintenez le symbole  enfoncé.

- 1 Maintenez le bouton enfoncé pour afficher le menu.
- 2 Maintenez enfoncé .
- 3 Sélectionnez  pour défier un autre joueur vivofit jr. 3 à proximité (3 m).
- 4 Une fois que le nom du joueur s'affiche, maintenez  enfoncé.
Un décompte de 3 secondes se lance avant le démarrage de la montre.
- 5 Marchez pendant 2 minutes.
Lorsqu'il reste 3 secondes, la montre sonne jusqu'à ce qu'elle arrive à 0.
- 6 Rapprochez les montres jusqu'à ce qu'elles soient à portée (3 m).
Les montres affichent les pas de chaque joueur, ainsi que leur classement.
Les joueurs peuvent alors démarrer un nouveau défi ou quitter le menu.

Enregistrement d'une activité chronométrée

Vous pouvez enregistrer une activité chronométrée, comme la récréation ou une partie de foot, qui peut être envoyée sur votre compte Garmin Jr..

- 1 Maintenez le bouton enfoncé pour afficher le menu.
- 2 Maintenez  enfoncé.
- 3 Appuyez sur le bouton pour lancer le chronomètre d'activité.
- 4 Démarrez votre activité.
- 5 Appuyez sur le bouton pour arrêter le chronomètre d'activité.
- 6 Maintenez le bouton enfoncé pour enregistrer l'activité chronométrée.
- 7 Maintenez le bouton enfoncé pour quitter l'activité chronométrée.

Vous pouvez synchroniser votre appareil pour afficher les détails de l'activité dans l'application Garmin Jr..

Suivi du sommeil

Pendant que votre enfant dort, la montre surveille ses mouvements. Vous pouvez définir les heures de sommeil normales dans les paramètres de l'application Garmin Jr.. Vous pouvez afficher les statistiques de sommeil dans l'application Garmin Jr..

Historique




Votre montre effectue un suivi de vos pas, de vos statistiques de sommeil et de vos activités chronométrées. Cet historique peut être envoyé vers votre compte Garmin Jr..

Votre montre stocke jusqu'à 7 activités chronométrées et 14 jours de données de suivi d'activité. Lorsque l'espace de stockage des données est saturé, la montre supprime les fichiers les plus anciens pour libérer de la place pour les nouvelles données.

ASTUCE : pour réduire la durée de la synchronisation, il est recommandé de synchroniser régulièrement vos données.

Envoi manuel de données à votre smartphone

Votre montre envoie régulièrement des données de manière automatique à l'appareil Bluetooth couplé le plus proche. Vous pouvez également envoyer manuellement des données à tout moment. Vous pouvez ainsi afficher les activités, les tâches et les points obtenus dans l'application Garmin Jr..

- 1 Approchez votre montre de votre smartphone.
- 2 Ouvrez l'application Garmin Jr..
- 3 Sur la montre *vívofit jr. 3*, maintenez le bouton enfoncé pour afficher le menu .
 Le symbole  s'affiche pendant que la montre envoie des données.
- 4 Sur votre smartphone, faites glisser votre doigt vers le bas pour actualiser l'application.

Personnalisation de votre montre

Paramètres de l'application

Vous pouvez personnaliser les paramètres de votre famille et de l'application dans l'application Garmin Jr.. Par ailleurs, vous pouvez personnaliser les paramètres utilisateur et de sécurité.

Dans l'application Garmin Jr., sélectionnez **Plus**.

Famille : permet de personnaliser les paramètres de la famille. Par exemple, vous pouvez modifier votre nom de famille ou inviter d'autres parents ou responsables.

Paramètres de l'application : vous permet de configurer l'application Garmin Jr. en mode enfant, de personnaliser les notifications, d'activer ou de désactiver la musique et les effets sonores, ou encore de vous déconnecter de votre compte.

Aide : inclut des conseils sur le port et l'entretien de la montre, des vidéos et d'autres informations utiles.

Infos produit : vous permet d'afficher les informations relatives à la version et à la législation.

Coupler un nouvel appareil Garmin : vous permet de remplacer une montre pour un enfant existant ou d'ajouter une montre pour un nouvel enfant.

Paramètres pour enfant

Dans l'application Garmin Jr., sélectionnez votre enfant, puis sélectionnez Paramètres.

Modifier le profil : vous permet de personnaliser les informations de profil de votre enfant. Vous pouvez mettre à jour le nom, l'avatar, la couleur d'arrière-plan, l'heure de coucher, l'heure de réveil, la date de naissance et le sexe de votre enfant.

Texte affiché : vous permet de modifier le nom affiché sur le cadran de la montre.

Cadrans de montre : vous permet de sélectionner un cadran pour la montre.

Icônes des pas : vous permet de sélectionner une image à afficher au-dessus de l'icône des pas sur la montre.

ICE : vous permet de configurer les informations de contact qui s'affichent sur la page ICE.

Alarmes : vous permet de définir une alarme à envoyer à la montre.

Sons : active ou désactive les sons de la montre, en plus des minuteurs et des alarmes.

Objectif quotidien de pas : vous permet de mettre à jour l'objectif quotidien de pas.

Longueur de foulée personnalisée : vous permet de définir des longueurs de foulée personnalisées pour la marche et la course à pied.

Format d'heure : vous permet de sélectionner le format d'heure de la montre.

Format de la date : vous permet de sélectionner le format de date de la montre.

Détails de l'appareil : vous permet d'afficher le modèle, la version du logiciel, le numéro de série et le manuel d'utilisation.

Couplage : vous permet d'enregistrer un bracelet, de coupler une nouvelle montre ou d'annuler le couplage de la montre actuelle.

Ajout de membres à une famille Garmin Jr.

Avant de pouvoir ajouter des membres à une famille Garmin Jr., chaque utilisateur doit posséder ou créer un compte Garmin Connect.

- 1 Dans l'application Garmin Jr., sélectionnez **Plus > Famille > Inviter un membre**.
- 2 Saisissez l'adresse e-mail associée au compte Garmin Connect de l'utilisateur.
- 3 Sélectionner une option :
 - Sélectionnez **Responsable** pour permettre à l'utilisateur d'afficher et d'interagir avec la famille et de modifier les paramètres de l'enfant.
 - Sélectionnez **Aidant** pour permettre à l'utilisateur d'afficher et d'interagir avec la famille.
- 4 Sélectionnez **Continuer > Envoyer une invitation**.
L'utilisateur reçoit un e-mail l'invitant à rejoindre votre famille Garmin Jr..
REMARQUE : l'adresse e-mail de l'utilisateur apparaît dans la liste Invitations en attente jusqu'à ce que l'invitation soit acceptée. Vous pouvez renvoyer l'invitation ou l'annuler avant qu'elle ne soit acceptée.

Invitation d'utilisateurs avec l'application Garmin Jr.

Chaque personne doit posséder ou créer un compte Garmin Connect.

Vous pouvez inviter des personnes à participer aux classements de nombre de pas quotidiens et hebdomadaires de votre famille.

- 1 Dans l'application Garmin Jr., sélectionnez **Plus > Famille > Contacts**.
- 2 Sélectionnez **Trouver des personnes** ou **+**.
- 3 Sélectionner une option :
 - Saisissez un nom ou une adresse e-mail pour rechercher une personne.
 - Sélectionnez **Vos contacts** pour choisir une personne parmi vos contacts.
- 4 Sélectionnez la personne, puis **Connect > OK**.
La personne reçoit un e-mail l'invitant à entrer en contact avec votre famille.

Utilisation du mode enfant

Vous pouvez activer le mode enfant dans l'application Garmin Jr. pour permettre à un enfant de marquer des tâches comme terminées et d'échanger des récompenses sans l'approbation d'un parent ou d'un responsable. Par ailleurs, vous pouvez utiliser la reconnaissance faciale sur votre smartphone à la place d'un code pour déverrouiller les paramètres du mode enfant.

- 1 Dans l'application Garmin Jr., sélectionnez **Plus > Paramètres de l'application > Mode enfant**.
- 2 Activez le mode enfant.
- 3 Si nécessaire, sélectionnez les options pour personnaliser le mode enfant.
- 4 Si nécessaire, sélectionnez **Changer de code** pour modifier le code.
REMARQUE : le code est requis pour accéder à certaines fonctions de l'application Garmin Jr. lorsque le mode enfant est activé. le mot de passe par défaut est 0000.
- 5 Sélectionnez **✓**.

Suppression d'un profil

- 1 Dans l'application Garmin Jr., sélectionnez **Accueil**.
- 2 Sélectionnez votre enfant.
- 3 Sélectionnez **Paramètres > Modifier le profil > Supprimer le profil**.


Informations sur l'appareil

Caractéristiques

Type de pile	Batterie CR2025 remplaçable par l'utilisateur ASTUCE : pour remplacer la batterie, reportez-vous à la section Remplacement de la pile, page 10 .
Autonomie de la batterie	Jusqu'à un an.
Plage de températures de fonctionnement	De -15 à 45 °C (de 5 à 113 °F)
Fréquence radio	Technologie Bluetooth, 2,4 GHz à 2 dBm nominal
Résistance à l'eau	5 ATM ¹


Mise à jour du logiciel

Lorsqu'une mise à jour est disponible, votre montre la télécharge automatiquement au moment où vous envoyez des données vers votre smartphone ([Envoi manuel de données à votre smartphone, page 6](#)).

Une barre de progression et l'icône  s'affichent sur la montre vivofit jr. 3 pendant le processus de mise à jour. La mise à jour peut durer plusieurs minutes. Pendant ce temps, vous devez laisser votre montre près de votre smartphone. À la fin de la mise à jour, votre montre redémarre.

Affichage des informations sur l'appareil

Vous pouvez afficher l'ID de l'appareil et la version du logiciel.

- 1 Maintenez le bouton enfoncé pour afficher le menu.
- 2 Maintenez enfoncé .

Entretien du

AVIS

Évitez les chocs et les manipulations brusques qui risquent d'endommager l'appareil.

Évitez d'appuyer sur les boutons lorsque l'appareil est sous l'eau.

N'utilisez pas d'objet pointu pour nettoyer l'appareil.

Évitez d'utiliser des nettoyants chimiques, des solvants ou des répulsifs contre les insectes pouvant endommager les parties en plastique et les finitions.

Rincez soigneusement l'appareil à l'eau claire après chaque utilisation dans l'eau chlorée ou salée, et après chaque contact avec de la crème solaire, des produits de beauté, de l'alcool ou d'autres produits chimiques. Un contact prolongé avec ces substances peut endommager le boîtier.

Ne placez pas l'appareil dans des environnements où la température est très élevée, comme un sèche-linge.

N'entreposez pas l'appareil dans un endroit où il est susceptible d'être exposé de manière prolongée à des températures extrêmes, au risque de provoquer des dommages irréversibles.

¹ L'appareil résiste à une pression équivalente à une profondeur de 50 mètres. Pour en savoir plus, rendez-vous sur www.garmin.com/waterrating.

Nettoyage de la montre

⚠ ATTENTION

Certains utilisateurs peuvent ressentir une irritation de la peau après avoir porté la montre pendant une longue période, surtout pour les personnes qui ont la peau sensible ou souffrent d'allergies. Si votre peau est irritée, retirez la montre et laissez à votre peau le temps de guérir. Pour éviter toute irritation de la peau, assurez-vous que votre montre est propre et sèche. Évitez de trop la serrer à votre poignet.

ASTUCE : pour plus d'informations, consultez la page www.garmin.com/fitandcare.

- 1 Rincez à l'eau ou utilisez un chiffon humide non pelucheux.
- 2 Laissez sécher la montre complètement.

Pile remplaçable par l'utilisateur

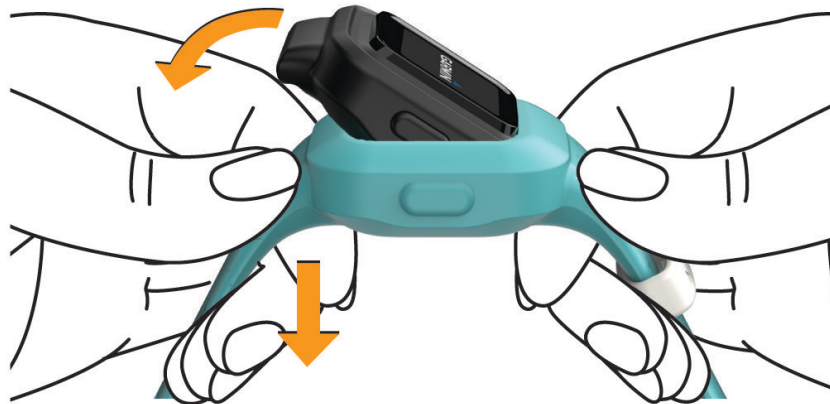
⚠ AVERTISSEMENT

Consultez le guide *Informations importantes sur le produit et la sécurité* inclus dans l'emballage du produit pour prendre connaissance des avertissements et autres informations importantes sur le produit.

Remplacement de la pile

La montre fonctionne avec une pile CR2025.

- 1 Retirez la montre du bracelet.



- 2 Utilisez un petit tournevis cruciforme pour desserrer les quatre vis à l'arrière de la montre.
- 3 Retirez le boîtier arrière et la pile.



- 4 Insérez la nouvelle pile en positionnant le pôle positif face à la partie arrière du boîtier.
- 5 Vérifiez que le joint n'est pas endommagé et qu'il est bien enfoncé dans le boîtier avant.
- 6 Remettez le boîtier arrière en place.
- 7 Serrez bien les quatre vis uniformément.
- 8 Introduisez la montre dans le bracelet en silicone souple en étirant le bracelet autour de la montre.
Le bouton de la montre doit être aligné avec l'emplacement du bouton sur le côté du bracelet.

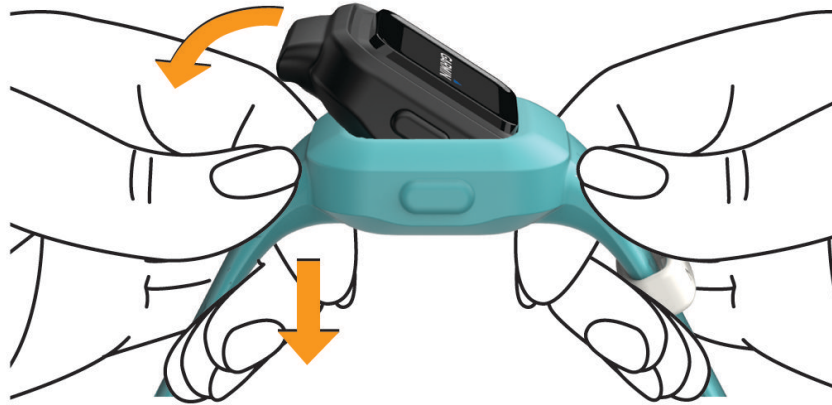


- 9 Appuyez sur le bouton pour allumer la montre.

Remplacement du bracelet

Le bracelet réglable est conçu pour convenir aux enfants âgés de 4 ans et plus. Rendez-vous sur le site buy.garmin.com ou contactez votre revendeur Garmin® pour plus d'informations sur les accessoires en option et sur les pièces de rechange.

1 Retirez la montre du bracelet.



2 Introduisez la montre dans le bracelet en silicone souple en étirant le bracelet autour de la montre. Le bouton de la montre doit être aligné avec l'emplacement du bouton sur le côté du bracelet.



Dépannage

Le nombre de mes pas semble erroné

Si le nombre de vos pas vous semble erroné, essayez de suivre les astuces ci-après.

- Rendez-vous sur <http://garmin.com/ataccuracy>.
- Portez la montre sur votre poignet non dominant.
- Placez votre montre dans l'une de vos poches lorsque vous utilisez activement vos mains ou vos bras uniquement.

REMARQUE : la montre peut interpréter certaines actions répétitives comme des pas, par exemple taper dans ses mains ou se laver les dents.

Ma montre n'affiche pas l'heure exacte

La montre met à jour l'heure et la date chaque fois que vous envoyez des données à votre smartphone. Vous devez envoyer manuellement des données vers votre smartphone pour afficher l'heure correcte lorsque vous changez de fuseau horaire et pour mettre à jour l'heure d'été.


- 1 Vérifiez que votre smartphone ou appareil portable affiche l'heure locale correcte.
- 2 Envoyez des données vers votre smartphone ([Envoi manuel de données à votre smartphone, page 6](#)).
L'heure et la date sont automatiquement mises à jour.

Mon téléphone est-il compatible avec ma montre ?

La montre víovfit jr. 3 est compatible avec les smartphones Android™ et les appareils mobiles numériques Apple® dotés de la technologie Bluetooth.

Couplage de plusieurs appareils portables


Une fois le réglage initial terminé ([Couplage avec votre smartphone, page 2](#)), vous pouvez coupler la montre víovfit jr. 3 avec deux appareils mobiles supplémentaires maximum, comme une tablette ou le smartphone d'un autre parent.

- 1 Depuis la boutique d'applications sur votre smartphone ou votre tablette, installez et ouvrez l'application Garmin Jr..
- 2 Connectez-vous à l'aide de votre nom d'utilisateur et de votre mot de passe Garmin Connect.
- 3 Suivez les instructions de l'application pour rejoindre une famille existante.
- 4 Approchez l'appareil mobile à moins de 3 m (10 pi) de votre montre víovfit jr. 3
REMARQUE : tenez-vous à au moins 10 m (33 pi) d'autres appareils mobiles pendant le couplage.
- 5 Si besoin, désactivez la technologie sans fil Bluetooth sur les appareils mobiles déjà couplés.
- 6 Sur la montre víovfit jr. 3, maintenez le bouton enfoncé pour afficher le menu.
- 7 Maintenez  enfoncé pour accéder au mode de couplage.
- 8 Suivez les instructions dans l'application pour terminer la procédure de couplage.
- 9 Si nécessaire, répétez les étapes 1 à 8 pour chaque appareil portable supplémentaire.

Comment faire pour coupler une montre supplémentaire avec l'application Garmin Jr. ?

Si vous avez déjà couplé une montre avec l'application Garmin Jr., vous pouvez ajouter un enfant et une montre dans le menu Enfant. Vous pouvez coupler jusqu'à huit montres.

REMARQUE : vous devez supprimer une montre d'un enfant avant d'ajouter une montre pour cet enfant.

- 1 Ouvrez l'application Garmin Jr..
- 2 Sélectionnez **Accueil** >  > **Ajouter un nouvel enfant ou appareil**.
- 3 Sélectionner une option :
 - Pour ajouter une montre pour un enfant existant, sélectionnez l'enfant.
 - Pour ajouter une montre pour un nouvel enfant, sélectionnez **Nouvel enfant**.
- 4 Suivez les instructions présentées à l'écran.

Réinitialisation de la montre

Si la montre ne répond plus, il peut être nécessaire de la réinitialiser. Ceci n'efface aucune donnée.

- 1 Maintenez le bouton enfoncé jusqu'à ce que la montre s'éteigne.
- 2 Appuyez sur le bouton pour allumer la montre.

Ma montre ne s'allume pas

Si votre montre ne s'allume plus, vous devez peut-être remplacer les piles.

Reportez-vous à la section [Remplacement de la pile, page 10](#).

Ma montre ne s'allume pas après le remplacement de la pile

Si votre montre ne s'allume pas après le remplacement de la pile, vous pouvez essayer de suivre ces conseils.

- Assurez-vous d'avoir installé une nouvelle pile CR2025 de bonne qualité achetée auprès d'un fournisseur réputé.
- Assurez-vous que le côté positif de la pile est orienté vers l'arrière du boîtier.
- Assurez-vous d'appuyer sur le bouton pour allumer la montre.

Annexes

Informations complémentaires

- Rendez-vous sur support.garmin.com pour profiter d'autres manuels, articles et mises à jour logicielles.
- Rendez-vous sur le site buy.garmin.com ou contactez votre revendeur Garmin pour plus d'informations sur les accessoires en option et sur les pièces de rechange.

