

GARMIN®

vívofit® jr.



Εγχειρίδιο κατόχου

© 2016 Garmin Ltd. ή οι θυγατρικές της

Με την επιφύλαξη παντός δικαιώματος. Σύμφωνα με τους νόμους περί πνευματικών δικαιωμάτων, απαγορεύεται η αντιγραφή ολόκληρου ή τμήματος του παρόντος εγχειριδίου, χωρίς τη γραπτή συγκατάθεση της Garmin. Η Garmin διατηρεί το δικαίωμα να αλλάξει ή να βελτιώσει τα προϊόντα της και να πραγματοποιήσει αλλαγές στο περιεχόμενο του παρόντος εγχειριδίου, χωρίς να είναι υποχρεωμένη να γνωστοποιήσει τις όποιες αλλαγές ή βελτιώσεις σε οποιοδήποτε φυσικό ή νομικό πρόσωπο. Μεταβείτε στη διεύθυνση www.garmin.com για τρέχουσες ενημερώσεις και επιπλέον πληροφορίες σχετικά με τη χρήση του παρόντος προϊόντος.

Η ονομασία Garmin®, το λογότυπο Garmin και η ονομασία νίνοφιτ® αποτελούν εμπορικά σήματα της Garmin Ltd. ή των θυγατρικών της στις Η.Π.Α. και σε άλλες χώρες. Η ονομασία Garmin Connect™ αποτελεί εμπορικό σήμα της Garmin Ltd. ή των θυγατρικών της. Δεν επιτρέπεται η χρήση αυτών των εμπορικών σημάτων χωρίς τη ρητή άδεια της Garmin.

Το λεκτικό σήμα και τα λογότυπα Bluetooth® ανήκουν στην Bluetooth SIG, Inc. και οποιαδήποτε χρήση των εν λόγω σημάτων από την Garmin επιτρέπεται βάσει άδειας. Άλλα εμπορικά σήματα και ονομασίες ανήκουν στους αντίστοιχους κατόχους τους.

M/N: A03009

Πίνακας περιεχομένων

Παρουσίαση..... 1

Χρήση της συσκευής	1
Αντιστοίχιση με το smartphone σας	1
Εφαρμογή νίνοfit jr.....	2
Garmin Connect.....	2
Εικονίδια.....	2
Στόχος δραστηριότητας	2
Πρόοδος δουλειών σπιτιού.....	3
Κερδισμένα νομίσματα.....	3
Επιλογές μενού.....	3
Χρήση της αντίστροφης μέτρησης εργασίας	4
Χρήση του χρονομέτρου.....	4
Γραμμή μετακινήσεων	5
Παρακολούθηση ύπνου	5

Ιστορικό..... 5

Αποστολή δεδομένων στο smartphone με μη αυτόματο τρόπο	5
---	---

Προσαρμογή της συσκευής σας..... 6

Ρυθμίσεις εφαρμογής νίνοfit jr.....	6
-------------------------------------	---

Πληροφορίες συσκευής.....6

Προδιαγραφές	6
Ενημέρωση λογισμικού.....	6
Προβολή πληροφοριών συσκευής	6
Φροντίδα της συσκευής σας.....	7
Καθαρισμός της συσκευής	7
Μπαταρίες με δυνατότητα αντικατάστασης από τον χρήστη.....	7
Αντικατάσταση της μπαταρίας	8
Αντικατάσταση βραχιολιού.....	9
Αντικατάσταση του βραχιολιού.....	9

Αντιμετώπιση προβλημάτων..... 10

Ο αριθμός βημάτων μου δεν φαίνεται να είναι ακριβής	10
Η συσκευή μου δεν εμφανίζει τη σωστή ώρα.....	10
Είναι το smartphone μου συμβατό με τη συσκευή μου;.....	10
Αντιστοίχιση πολλών κινητών συσκευών	10

Πώς μπορώ να πραγματοποιήσω αντιστοίχιση πρόσθετης συσκευής με την εφαρμογή νίνοfit jr;.....	11
Επαναφορά της συσκευής	11
Η συσκευή μου δεν ενεργοποιείται...	11

Παράρτημα..... 11

Λήψη περισσότερων πληροφοριών ..	11
----------------------------------	----

Ευρετήριο..... 12

Παρουσίαση

⚠ ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ

Ανατρέξτε στον οδηγό *Σημαντικές πληροφορίες για την ασφάλεια και το προϊόν που περιλαμβάνεται στη συσκευασία του προϊόντος*, για προειδοποιήσεις σχετικά με το προϊόν και άλλες σημαντικές πληροφορίες.

Συνιστάται να συμβουλευέστε πάντοτε το γιατρό σας προτού ξεκινήσετε ή τροποποιήσετε οποιοδήποτε πρόγραμμα άσκησης.

Χρήση της συσκευής



- Πατήστε το πλήκτρο ① για να περιηγηθείτε στις λειτουργίες της συσκευής και στις επιλογές μενού.
- Κρατήστε πατημένο το πλήκτρο για 1 δευτερόλεπτο, για να δείτε το μενού.
- Κρατήστε πατημένο το πλήκτρο για 1 δευτερόλεπτο, για να ορίσετε τις επιλογές μενού.
- Κρατήστε πατημένο το πλήκτρο για λιγότερο από 1 δευτερόλεπτο, για να δείτε τον οπισθοφωτισμό. Ο οπισθοφωτισμός απενεργοποιείται αυτόματα.

Αντιστοίχιση με το smartphone σας

Για να μπορέσετε να αντιστοιχίσετε τη συσκευή Vívofit Jr. με ένα smartphone, τουλάχιστον ένας γονέας ή κηδεμόνας πρέπει να έχει έναν λογαριασμό Garmin Connect™ ([Garmin Connect](#), [σελίδα 2](#)).

Η συσκευή πρέπει να αντιστοιχιστεί απευθείας μέσω της εφαρμογής Vívofit Jr. και όχι από τις ρυθμίσεις Bluetooth® του smartphone σας.

- 1 Από το κατάστημα εφαρμογών του smartphone σας, εγκαταστήστε και ανοίξτε την εφαρμογή Vívofit Jr.
- 2 Συνδεθείτε χρησιμοποιώντας το όνομα χρήστη και τον κωδικό πρόσβασης του Garmin Connect.
- 3 Ακολουθήστε τις οδηγίες στην εφαρμογή, για να ρυθμίσετε την οικογένειά σας και να προσθέσετε κάθε παιδί.
- 4 Στη συσκευή Vívofit Jr., κρατήστε πατημένο το πλήκτρο μέχρι να εμφανιστεί η ένδειξη . Η συσκευή μεταβαίνει στη λειτουργία αντιστοίχισης.
- 5 Ακολουθήστε τις οδηγίες στην εφαρμογή, για να ολοκληρώσετε τη διαδικασία ρύθμισης.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ: Μπορείτε να πραγματοποιήσετε αντιστοίχιση πολλών κινητών συσκευών, όπως ένα tablet ή το smartphone άλλου γονέα ([Αντιστοίχιση πολλών κινητών συσκευών](#), [σελίδα 10](#)).

Εφαρμογή νίνofit jr.

Η δωρεάν εφαρμογή νίνofit jr. σας επιτρέπει να παρακολουθείτε την καθημερινή δραστηριότητα των παιδιών σας και την πρόοδο για τις δουλειές του σπιτιού.

Παρακολούθηση δραστηριότητας: Σας επιτρέπει να παρακολουθείτε τα καθημερινά βήματα, τα λεπτά δραστηριότητας και δεδομένα ύπνου των παιδιών σας.

Πρόοδος δουλειών σπιτιού: Σας επιτρέπει να δημιουργείτε και να διαχειρίζεστε δουλειές του σπιτιού, να ανταμείβετε με νομίσματα την ολοκλήρωση των δουλειών του σπιτιού και να εξαργυρώνετε νομίσματα για προσαρμοσμένες ανταμοιβές.

Χάρτης περιπέτειας: Σας επιτρέπει να βλέπετε την πρόοδο των παιδιών σας κάθε ημέρα που επιτυγχάνουν τον στόχο δραστηριότητας 60 λεπτών, αποκαλύπτοντας περιπέτειες.

Πίνακας κορυφαίων: Σας επιτρέπει να συγκρίνετε βήματα από ολόκληρη την οικογένεια και τις συνδέσεις στην κοινότητα Garmin Connect.

Ρυθμίσεις: Σας επιτρέπει να προσαρμόζετε ρυθμίσεις συσκευής και χρήστη, όπως ήχους ειδοποιήσεων, εικονίδια, εικόνες προφίλ και άλλα.

Garmin Connect

Τουλάχιστον ένας γονέας πρέπει να διαθέτει λογαριασμό Garmin Connect για να χρησιμοποιήσει την εφαρμογή νίνofit jr. Για να δημιουργήσετε έναν δωρεάν λογαριασμό, μεταβείτε στη διεύθυνση www.garminconnect.com/start. Ο λογαριασμός Garmin Connect σας παρέχει τα εργαλεία για την παρακολούθηση, ανάλυση, κοινοποίηση των στοιχείων και την ενθάρρυνση του ενός από τον άλλο. Καταγράψτε τα συμβάντα του δραστήριου τρόπου ζωής σας και συμμετάσχετε σε οικογενειακές προκλήσεις, συνδέοντας ένα συμβατό σύστημα παρακολούθησης δραστηριότητας με τον λογαριασμό Garmin Connect.

Εικονίδια

Τα εικονίδια αναπαριστούν τις λειτουργίες της συσκευής. Μπορείτε να πιέσετε το πλήκτρο για να περιηγηθείτε στις λειτουργίες.

	Η σημερινή ημερομηνία. Η συσκευή ενημερώνει την ώρα και την ημερομηνία, όταν στέλνετε δεδομένα στο smartphone σας.
	Ο συνολικός αριθμός βημάτων που πραγματοποιήσατε σε μία ημέρα.
	Ο συνολικός αριθμός λεπτών δραστηριότητας για την ημέρα και η πρόοδος μέχρι την επίτευξη του στόχου δραστηριότητας 60 λεπτών.
	Ο αριθμός δουλειών του σπιτιού που ολοκληρώθηκαν και ανατέθηκαν για την ημέρα.
	Ο συνολικός αριθμός κερδισμένων νομισμάτων.

Στόχος δραστηριότητας

Για τη βελτίωση της υγείας των παιδιών, οργανισμοί όπως τα Centers for Disease Control and Prevention των Η.Π.Α. συνιστούν τουλάχιστον 60 λεπτά σωματικής δραστηριότητας την ημέρα. Σε αυτήν μπορεί να συμπεριλαμβάνεται δραστηριότητα μέτριας έντασης, όπως το γρήγορο περπάτημα ή δραστηριότητα αυξημένης έντασης, όπως το τρέξιμο.

Η συσκευή ενθαρρύνει τα παιδιά να είναι δραστήρια μέσα από την προβολή της προόδου τους μέχρι την επίτευξη του ημερήσιου στόχου των 60 λεπτών.

Πρόοδος δουλειών σπιτιού

Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε την εφαρμογή νίνοfit jr. για τη δημιουργία και ανάθεση δουλειών σπιτιού, καθώς και για την ενημέρωση σχετικά με την πρόοδο των παιδιών ως προς τις δουλειές του σπιτιού. Μόλις συνδεθεί η συσκευή νίνοfit jr. με ένα smartphone, η συσκευή εμφανίζει τον ενημερωμένο αριθμό δουλειών του σπιτιού που ολοκληρώθηκαν ① και ανατέθηκαν ② για την ημέρα.



Κερδισμένα νομίσματα

Μπορείτε να χρησιμοποιείτε την εφαρμογή νίνοfit jr. για να ανταμείβετε με νομίσματα την ολοκλήρωση των δουλειών του σπιτιού. Όταν η συσκευή νίνοfit jr. συνδεθεί με smartphone, εμφανίζει τον ενημερωμένο αριθμό των κερδισμένων νομισμάτων ①.



Τα νομίσματα μπορούν να εξαργυρωθούν ως ανταμοιβές στην εφαρμογή νίνοfit jr. Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε την εφαρμογή για να δημιουργήσετε προσαρμοσμένες ανταμοιβές και να ορίσετε τον αριθμό των νομισμάτων που χρειάζονται για εξαργύρωση κάποιας ανταμοιβής. Όταν εξαργυρώνετε νομίσματα εντός της εφαρμογής και συνδέετε τη συσκευή σας με ένα smartphone, στη συσκευή εμφανίζεται το ενημερωμένο σύνολο νομισμάτων.

Επιλογές μενού

Μπορείτε να κρατήσετε πατημένο το πλήκτρο για να δείτε το μενού και να πατήστε το πλήκτρο για να περιηγηθείτε στις επιλογές.

	Πραγματοποιεί αντιστοίχιση της συσκευής σας και στέλνει δεδομένα στο smartphone με ενεργοποιημένο Bluetooth.
	Εμφανίζει επιλογές αντίστροφης μέτρησης εργασίας.
	Ξεκινά το χρονόμετρο.
	Εμφανίζει πληροφορίες συσκευής.
	Επιστρέφει στην προηγούμενη οθόνη.

Χρήση της αντίστροφης μέτρησης εργασίας

Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε τη συσκευή για να ξεκινήσετε αντίστροφη μέτρηση.

- 1 Κρατήστε πατημένο το πλήκτρο για να δείτε το μενού.
- 2 Κρατήστε πατημένο το .
- 3 Πατήστε το πλήκτρο για κύλιση στις επιλογές αντίστροφης μέτρησης εργασίας.
- 4 Κρατήστε πατημένο το πλήκτρο για να επιλέξετε και να ξεκινήσετε μια αντίστροφη μέτρηση.

Από τη συσκευή ακούγεται ένας χαρακτηριστικός ήχος, ξεκινάει η αντίστροφη μέτρηση και η συσκευή στέλνει ειδοποίηση στο πιο κοντινό αντιστοιχισμένο smartphone. Όταν απομένουν 3 δευτερόλεπτα, από τη συσκευή ακούγεται ένας χαρακτηριστικός ήχος μέχρι τη λήξη του χρόνου.

ΣΥΜΒΟΥΛΗ: Μπορείτε να κρατήσετε πατημένο το πλήκτρο, για να σταματήσετε την αντίστροφη μέτρηση.

Επιλογές αντίστροφης μέτρησης εργασίας

Η συσκευή σας διατίθεται με προφορτωμένη την αντίστροφη μέτρηση εργασιών που μπορεί να χρησιμοποιηθεί για συνηθισμένες δραστηριότητες. Για παράδειγμα, μπορείτε να χρησιμοποιήσετε την αντίστροφη μέτρηση δύο λεπτών για το πλύσιμο των δοντιών ή για οποιαδήποτε άλλη εργασία διάρκειας δύο λεπτών. Κάθε εργασία είναι χρονομετρημένη για έναν καθορισμένο αριθμό λεπτών.

Εικονίδιο	Διάρκεια	Παράδειγμα δραστηριότητας
	2 λεπτά	Πλύσιμο δοντιών
	5 λεπτά	Μοίρασμα παιχνιδιών
	10 λεπτά	Ολοκλήρωση φαγητού
	15 λεπτά	Διάβασμα
	20 λεπτά	Μάθημα ή εξάσκηση
	30 λεπτά	Χρόνος μπροστά στην οθόνη

Χρήση του χρονομέτρου

- 1 Κρατήστε πατημένο το πλήκτρο για να δείτε το μενού.
- 2 Κρατήστε πατημένο το .
- 3 Πατήστε  για να ξεκινήσετε την αντίστροφη μέτρηση.
- 4 Πατήστε  για να σταματήσετε την αντίστροφη μέτρηση.
- 5 Εάν είναι απαραίτητο, πατήστε  για να επαναφέρετε την αντίστροφη μέτρηση.
- 6 Κρατήστε πατημένο το πλήκτρο, για να πραγματοποιήσετε έξοδο από την αντίστροφη μέτρηση.

Γραμμή μετακινήσεων

Η παραμονή σε καθιστή θέση για παρατεταμένο χρονικό διάστημα μπορεί να προκαλέσει ανεπιθύμητες αλλαγές στην κατάσταση του μεταβολισμού. Η γραμμή μετακινήσεων σας υπενθυμίζει ότι πρέπει να συνεχίσετε να κινείστε. Μετά από μία ώρα αδράνειας, εμφανίζεται η γραμμή μετακινήσεων ①. Πρόσθετα τμήματα ② εμφανίζονται κάθε 15 λεπτά αδράνειας.



Μπορείτε να πραγματοποιήσετε επαναφορά της γραμμής μετακινήσεων βαδίζοντας σε μικρή απόσταση.

Παρακολούθηση ύπνου

Ενώ κοιμάστε, η συσκευή καταγράφει την κίνησή σας. Μπορείτε να ρυθμίσετε τις ώρες που συνήθως κοιμάστε στις ρυθμίσεις της εφαρμογής νίνοfit jr. Μπορείτε να δείτε τα στατιστικά στοιχεία για τον ύπνο σας στην εφαρμογή νίνοfit jr.

Ιστορικό

Η συσκευή σας παρακολουθεί την ημερήσια δραστηριότητα και τα στατιστικά του ύπνου σας. Αυτό το ιστορικό μπορεί να σταλεί στην εφαρμογή νίνοfit jr.

Η συσκευή σας αποθηκεύει τα δεδομένα της δραστηριότητάς σας για έως και 4 εβδομάδες. Όταν ο χώρος αποθήκευσης δεδομένων γεμίσει, η συσκευή διαγράφει τα παλαιότερα αρχεία, για να δημιουργήσει χώρο για τα νέα δεδομένα.

Αποστολή δεδομένων στο smartphone με μη αυτόματο τρόπο

Η συσκευή σας στέλνει ανά διαστήματα δεδομένα με αυτόματο τρόπο στην κοντινότερη αντιστοιχισμένη συσκευή Bluetooth. Μπορείτε επίσης να στέλνετε τα δεδομένα σας μη αυτόματα ανά πάσα στιγμή. Με αυτόν τον τρόπο, μπορείτε να βλέπετε τις δραστηριότητες, τις δουλειές του σπιτιού και τα νομίσματα στην εφαρμογή νίνοfit jr.

- 1 Φέρτε τη συσκευή κοντά στο smartphone.
- 2 Ανοίξτε την εφαρμογή νίνοfit jr.
- 3 Στη συσκευή νίνοfit jr., κρατήστε πατημένο το πλήκτρο, για να δείτε το μενού.
- 4 Κρατήστε πατημένο το .
Εμφανίζεται η ένδειξη  και η κόκκινη γραμμή κίνησης μετακινείται ενώ η συσκευή στέλνει δεδομένα.
- 5 Στο smartphone σας, σύρετε προς τα κάτω για να ανανεώσετε την εφαρμογή.

Προσαρμογή της συσκευής σας

Ρυθμίσεις εφαρμογής νίνοfit jr.

Μπορείτε να προσαρμόσετε τις ρυθμίσεις συσκευής, χρήστη και εφαρμογής μέσα από την εφαρμογή νίνοfit jr.

Από την εφαρμογή νίνοfit jr., επιλέξτε Περισσότερα.

Ρυθμίσεις οικογένειας: Σας επιτρέπει να προσαρμόζετε τις ρυθμίσεις της οικογένειάς σας. Για παράδειγμα, μπορείτε να επεξεργαστείτε το επώνυμό σας ή να προσκαλέσετε επιπλέον γονείς ή κηδεμόνες.

Ρυθμίσεις εφαρμογής: Σας επιτρέπει να προσαρμόζετε ρυθμίσεις της εφαρμογής, να ενεργοποιείτε τη λειτουργία παιδιών και να βλέπετε νομικές και κανονιστικές πληροφορίες.

Βοήθεια: Περιλαμβάνει στοιχεία για τη φροντίδα της συσκευής, βίντεο και άλλες χρήσιμες πληροφορίες.

Πληροφορίες συσκευής

Προδιαγραφές

Τύπος μπαταρίας	Μπαταρία CR1632 που αντικαθίσταται από τον χρήστη
Διάρκεια ζωής μπαταρίας	Έως 1 έτος
Εύρος θερμοκρασιών λειτουργίας	Από -10° έως 60°C (από 14° έως 140°F)
Ασύρματη συχνότητα/πρωτόκολλο ασύρματης σύνδεσης	2,4 GHz με ονομαστική τιμή 3 dBm
Τιμή αντοχής στο νερό	5 ATM ¹

Ενημέρωση λογισμικού

Όταν υπάρχει διαθέσιμη ενημέρωση λογισμικού, η συσκευή σας πραγματοποιεί αυτόματα λήψη της ενημέρωσης κατά την αποστολή δεδομένων στο smartphone ([Αποστολή δεδομένων στο smartphone με μη αυτόματο τρόπο, σελίδα 5](#)).

Μια γραμμή προόδου και μια ένδειξη  εμφανίζονται στη συσκευή νίνοfit jr. κατά τη διάρκεια της διαδικασίας ενημέρωσης. Η ενημέρωση μπορεί να διαρκέσει αρκετά λεπτά. Θα πρέπει να διατηρείτε τη συσκευή κοντά στο smartphone κατά τη διάρκεια της ενημέρωσης. Όταν η ενημέρωση ολοκληρωθεί, γίνεται επανεκκίνηση της συσκευής σας.

Προβολή πληροφοριών συσκευής

Μπορείτε να δείτε το ID της μονάδας και την έκδοση του λογισμικού.

- 1 Κρατήστε πατημένο το πλήκτρο για να δείτε το μενού.
- 2 Κρατήστε πατημένο το .

¹ Η συσκευή αντέχει πίεση ισοδύναμη με βάθος 50 μέτρων. Για περισσότερες πληροφορίες, επισκεφθείτε το www.garmin.com/waterrating.

Φροντίδα της συσκευής σας

ΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ

Αποφύγετε τους υπερβολικούς κραδασμούς και τη βίαια μεταχείριση του προϊόντος, καθώς ενδέχεται να υποβαθμιστεί η διάρκεια ζωής του.

Αποφύγετε το πάτημα των πλήκτρων κάτω από το νερό.

Μην χρησιμοποιείτε αιχμηρά αντικείμενα για να καθαρίσετε τη συσκευή.

Αποφύγετε τη χρήση χημικών καθαριστικών, διαλυμάτων και εντομοαπωθητικών που ενδέχεται να προκαλέσουν ζημιά στα πλαστικά μέρη και στα φινιρίσματα.

Ξεπλύνετε καλά τη συσκευή με γλυκό νερό μετά την έκθεση σε χλώριο, αλμυρό νερό, αντηλιακό, καλλυντικά, οινόπνευμα ή άλλες δραστικές χημικές ουσίες. Η παρατεταμένη έκθεση σε αυτές τις ουσίες ενδέχεται να προκαλέσει ζημιά στο περίβλημα.

Μην τοποθετείτε σε περιβάλλοντα με υψηλές θερμοκρασίες, όπως στεγνωτήριο ρούχων.

Μην αποθηκεύετε τη συσκευή σε μέρη όπου ενδέχεται να εκτεθεί σε ακραίες συνθήκες θερμοκρασίας για μεγάλο χρονικό διάστημα, επειδή μπορεί να προκληθεί μόνιμη ζημιά.

Καθαρισμός της συσκευής

1 Σκουπίστε τη συσκευή με ένα πανί ελαφρώς εμποτισμένο με ήπιο απορρυπαντικό διάλυμα.

2 Σκουπίστε την μέχρι να στεγνώσει.

Μετά τον καθαρισμό, αφήστε τη συσκευή να στεγνώσει εντελώς.

ΣΥΜΒΟΥΛΗ: Για περισσότερες πληροφορίες, επισκεφθείτε τη διεύθυνση www.garmin.com/fitandcare.

Μπαταρίες με δυνατότητα αντικατάστασης από τον χρήστη

ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ

Ανατρέξτε στον οδηγό *Σημαντικές πληροφορίες για την ασφάλεια και το προϊόν* που περιλαμβάνεται στη συσκευασία του προϊόντος, για προειδοποιήσεις σχετικά με το προϊόν και άλλες σημαντικές πληροφορίες.

Αντικατάσταση της μπαταρίας

Αυτή η συσκευή χρησιμοποιεί μία μπαταρία CR1632.

1 Αφαιρέστε τη συσκευή από το βραχιόλι.



2 Χρησιμοποιήστε ένα μικρό κατσαβίδι Phillips, για να αφαιρέσετε τις τέσσερις βίδες από το πίσω μέρος της συσκευής.

3 Αφαιρέστε το πίσω κάλυμμα και την μπαταρία.



4 Τοποθετήστε τη νέα μπαταρία με τον αρνητικό πόλο στραμμένο προς την εσωτερική πλευρά του μπροστινού καλύμματος.

5 Βεβαιωθείτε ότι η τσιμούχα δεν έχει φθαρεί και ότι εφάπτεται πλήρως με το πίσω κάλυμμα.

6 Επανατοποθετήστε το πίσω κάλυμμα και τις τέσσερις βίδες.

7 Σφίξτε τις τέσσερις βίδες το ίδιο καλά.

8 Τοποθετήστε τη συσκευή στο εύκαμπτο βραχιόλι σιλικόνης, τεντώνοντας το υλικό του βραχιολιού γύρω από τη συσκευή.

Το βέλος στη συσκευή πρέπει να ευθυγραμμίζεται με το βέλος στο εσωτερικό του βραχιολιού.



Αντικατάσταση βραχιολιού

Το ελαστικό βραχιόλι έχει σχεδιαστεί για τα περισσότερα παιδιά ηλικίας 4 έως 7 ετών. Το προσαρμόσιμο βραχιόλι έχει σχεδιαστεί για παιδιά ηλικίας από 6 ετών και πάνω. Μπορείτε να επικοινωνήσετε με την υποστήριξη πελατών της Garmin® για πληροφορίες σχετικά με προαιρετικά αξεσουάρ και ανταλλακτικά εξαρτήματα. Η αφαιρούμενη συσκευή είναι συμβατή με βραχιόλια νίνοfit 3 και νίνοfit jr.

Αντικατάσταση του βραχιολιού

Για πληροφορίες σχετικά με προαιρετικά αξεσουάρ, μεταβείτε στη διεύθυνση buy.garmin.com ή επικοινωνήστε με τον αντιπρόσωπο της Garmin.

- 1 Αφαιρέστε τη συσκευή από το βραχιόλι.



- 2 Τοποθετήστε τη συσκευή στο εύκαμπτο βραχιόλι σιλικόνης, τεντώνοντας το υλικό του βραχιολιού γύρω από τη συσκευή.

Το βέλος στη συσκευή πρέπει να ευθυγραμμίζεται με το βέλος στο εσωτερικό του βραχιολιού.



Αντιμετώπιση προβλημάτων

Ο αριθμός βημάτων μου δεν φαίνεται να είναι ακριβής

Αν ο αριθμός βημάτων σας δεν φαίνεται να είναι ακριβής, μπορείτε να δοκιμάσετε αυτές τις συμβουλές.

- Μεταβείτε στη διεύθυνση <http://garmin.com/ataccuracy>.
- Φορέστε τη συσκευή στον καρπό του χεριού που χρησιμοποιείτε λιγότερο.
- Μεταφέρετε τη συσκευή στην τσέπη σας όταν χρησιμοποιείτε ενεργά μόνο τις παλάμες ή τους βραχίονές σας.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ: Η συσκευή ενδέχεται να ερμηνεύσει ορισμένες επαναλαμβανόμενες κινήσεις, όπως τα παλαμάκια ή το πλύσιμο των δοντιών, ως βήματα.

Η συσκευή μου δεν εμφανίζει τη σωστή ώρα

Η συσκευή ενημερώνει την ώρα και την ημερομηνία, όταν στέλνετε δεδομένα στο smartphone σας. Θα πρέπει να στείλετε τα δεδομένα στο smartphone με μη αυτόματο τρόπο, για να λάβετε τη σωστή ώρα όταν αλλάζετε ζώνη ώρας και για να γίνει ενημέρωση της θερινής ώρας.

- 1 Επιβεβαιώστε ότι το smartphone ή η κινητή συσκευή που χρησιμοποιείτε εμφανίζει τη σωστή τοπική ώρα.
- 2 Στείλτε δεδομένα στο smartphone σας (*Αποστολή δεδομένων στο smartphone με μη αυτόματο τρόπο, σελίδα 5*).

Η ώρα και η ημερομηνία ενημερώνονται αυτόματα.

Είναι το smartphone μου συμβατό με τη συσκευή μου;

Η συσκευή νίνοfit jr. είναι συμβατή με smartphone που χρησιμοποιούν τεχνολογία Bluetooth.

Επισκεφθείτε τη διεύθυνση www.garmin.com/ble για πληροφορίες συμβατότητας.

Αντιστοίχιση πολλών κινητών συσκευών

Αφού ολοκληρώσετε την αρχική ρύθμιση (*Αντιστοίχιση με το smartphone σας, σελίδα 1*), μπορείτε να πραγματοποιήσετε αντιστοίχιση της συσκευής νίνοfit jr. με έως και δύο πρόσθετες κινητές συσκευές, όπως ένα tablet ή το smartphone άλλου γονέα.

- 1 Από το κατάστημα εφαρμογών του smartphone ή του tablet σας, εγκαταστήστε και ανοίξτε την εφαρμογή νίνοfit jr.
- 2 Συνδεθείτε χρησιμοποιώντας το όνομα χρήστη και τον κωδικό πρόσβασης του Garmin Connect.
- 3 Ακολουθήστε τις οδηγίες στην εφαρμογή, για να γίνετε μέλος μιας ήδη υπάρχουσας οικογένειας.
- 4 Φέρτε την κινητή συσκευή σας σε απόσταση έως 3 μέτρων (10 ποδιών) από τη συσκευή νίνοfit jr.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ: Διατηρήστε απόσταση 10 μέτρων (33 ποδιών) από άλλες κινητές συσκευές κατά την αντιστοίχιση.

- 5 Εάν είναι απαραίτητο, απενεργοποιήστε την ασύρματη τεχνολογία Bluetooth σε κινητές συσκευές που έχουν αντιστοιχιστεί παλαιότερα.
- 6 Στη συσκευή νίνοfit jr., κρατήστε πατημένο το πλήκτρο, για να δείτε το μενού.
- 7 Κρατήστε πατημένο το στοιχείο  για να μεταβείτε στη λειτουργία αντιστοίχισης.
- 8 Ακολουθήστε τις οδηγίες στην εφαρμογή, για να ολοκληρώσετε τη διαδικασία αντιστοίχισης.
- 9 Εάν είναι απαραίτητο, επαναλάβετε τα βήματα 1 έως 8 για κάθε πρόσθετη κινητή συσκευή.

Πώς μπορώ να πραγματοποιήσω αντιστοίχιση πρόσθετης συσκευής με την εφαρμογή νίνοfit jr.;

Εάν έχετε ήδη πραγματοποιήσει αντιστοίχιση συσκευής με την εφαρμογή νίνοfit jr., μπορείτε να προσθέσετε ένα νέο παιδί και μια νέα συσκευή από το μενού παιδιού. Μπορείτε να πραγματοποιήσετε αντιστοίχιση έως και οκτώ συσκευών.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ: Κάθε παιδί μπορεί να αντιστοιχιστεί με μία συσκευή.

- 1 Ανοίξτε την εφαρμογή νίνοfit jr.
- 2 Επιλέξτε **+**.
- 3 Ακολουθήστε τις οδηγίες που εμφανίζονται στην οθόνη.

Επαναφορά της συσκευής

Αν η συσκευή σταματήσει να ανταποκρίνεται, ενδέχεται να χρειάζεται επαναφορά. Η ενέργεια αυτή δεν διαγράφει δεδομένα.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ: Με την επαναφορά της συσκευής, πραγματοποιείται επίσης επαναφορά της γραμμής κίνησης.

- 1 Κρατήστε πατημένο το πλήκτρο της συσκευής για 10 δευτερόλεπτα μέχρι να απενεργοποιηθεί η οθόνη.
- 2 Αφήστε το πλήκτρο της συσκευής.

Πραγματοποιείται επαναφορά της συσκευής και η οθόνη ενεργοποιείται.

Η συσκευή μου δεν ενεργοποιείται

Αν η συσκευή σας δεν ενεργοποιείται πλέον, ενδεχομένως να πρέπει να αντικαταστήσετε τις μπαταρίες.

Μεταβείτε στην ενότητα ([Αντικατάσταση της μπαταρίας, σελίδα 8](#)).

Παράρτημα

Λήψη περισσότερων πληροφοριών

- Επισκεφτείτε τη διεύθυνση support.garmin.com για περισσότερα εγχειρίδια, άρθρα και ενημερώσεις λογισμικού.
- Μεταβείτε στη διεύθυνση www.garmin.com/intosports.
- Μεταβείτε στη διεύθυνση www.garmin.com/learningcenter.
- Για πληροφορίες σχετικά με προαιρετικά αξεσουάρ και ανταλλακτικά εξαρτήματα, μεταβείτε στη διεύθυνση buy.garmin.com ή επικοινωνήστε με τον αντιπρόσωπο της Garmin.

Ευρετήριο

G

Garmin Connect **1, 2, 5**

I

ID μονάδας **6**

S

smartphone **1, 2, 5, 10**
αντιστοίχιση **10**

A

ανταλλακτικά εξαρτήματα **9**
αντικατάσταση της μπαταρίας **8**
αντιμετώπιση προβλημάτων **10, 11**
αντιστοίχιση, smartphone **10**
αξεσουάρ **11**

B

βραχιόλια **9**

Δ

δεδομένα **2**
μεταφορά **3**

E

εικονίδια **2, 4**
ενημερώσεις, λογισμικό **6**
επαναφορά της συσκευής **11**
εφαρμογές **1, 2**

I

ιστορικό **5**

K

καθαρισμός της συσκευής σας **7**

Λ

λειτουργία παρακολούθησης ύπνου **5**
λογισμικό
έκδοση **6**
ενημέρωση **6**

M

μενού **1**
μπαταρία, αντικατάσταση **7, 8**

Π

παρακολούθηση δραστηριότητας **2, 5**
πλήκτρα **1, 3**
προδιαγραφές **6**
προσαρμογή της συσκευής **6**

P

ρυθμίσεις **6**

Σ

στόχοι **2**

T

Τεχνολογία Bluetooth **10**

X

χρονόμετρο **4**

