

GARMIN[®]

vívofit® jr.



Manual del usuario

© 2016 Garmin Ltd. o sus subsidiarias

Todos los derechos reservados. De acuerdo con las leyes de copyright, este manual no podrá copiarse, total o parcialmente, sin el consentimiento por escrito de Garmin. Garmin se reserva el derecho a cambiar o mejorar sus productos y a realizar modificaciones en el contenido de este manual sin la obligación de comunicar a ninguna persona u organización tales modificaciones o mejoras. Visita www.garmin.com para ver actualizaciones e información adicional sobre el uso de este producto.

Garmin®, el logotipo de Garmin y vivofit® son marcas comerciales de Garmin Ltd. o sus subsidiarias, registradas en los Estados Unidos y en otros países. Garmin Connect™ es una marca comercial de Garmin Ltd. o sus subsidiarias. Estas marcas comerciales no se podrán utilizar sin autorización expresa de Garmin.

La marca y los logotipos de Bluetooth® son propiedad de Bluetooth SIG, Inc., y se utilizan bajo licencia por Garmin. Otras marcas y nombres comerciales pertenecen a sus respectivos propietarios.

Número de modelo: A03009

El número de registro COFETEL/IFETEL puede ser revisado en el manual a través de la siguiente página de internet.

Contenido

Introducción.....	1	Reinicio del dispositivo.....	11
Usar el dispositivo.....	1	El dispositivo no se enciende.....	11
Vincular tu smartphone.....	1		
Aplicación víofit jr.....	2	Apéndice.....	11
Garmin Connect.....	2	Más información.....	11
Iconos.....	2		
Objetivo de actividad.....	2	Índice.....	12
Progreso de tareas.....	3		
Monedas ganadas.....	3		
Opciones del menú.....	3		
Usar el temporizador de tareas.....	4		
Usar el cronómetro.....	4		
Barra de movimiento.....	5		
Monitor del sueño.....	5		
Historial.....	5		
Enviar datos a tu smartphone de forma manual.....	5		
Personalización del dispositivo.....	5		
Configurar la aplicación víofit jr.....	5		
Información del dispositivo.....	6		
Especificaciones.....	6		
Actualizar el software.....	6		
Visualizar la información del dispositivo.....	6		
Cuidado del dispositivo.....	6		
Limpieza del dispositivo.....	6		
Pilas sustituibles por el usuario.....	7		
Sustituir la pila.....	8		
Sustituir la pulsera.....	9		
Sustitución de la correa.....	9		
Solución de problemas.....	10		
Mi recuento de pasos no parece preciso.....	10		
Mi dispositivo no muestra la hora correcta.....	10		
¿Es mi smartphone compatible con mi dispositivo?.....	10		
Vincular varios dispositivos móviles... 10			
¿Cómo puedo vincular un dispositivo adicional con la aplicación víofit jr.?..... 10			

Introducción

⚠️ ADVERTENCIA

Consulta la guía *Información importante sobre el producto y tu seguridad* que se incluye en la caja del producto y en la que encontrarás advertencias e información importante sobre el producto.

Consulta siempre a tu médico antes de empezar o modificar cualquier programa de ejercicios.

Usar el dispositivo



- Pulsa el botón 1 para desplazarte por las funciones del dispositivo y las opciones de menú.
- Mantén pulsado el botón durante un segundo para ver el menú.
- Mantén pulsado el botón durante un segundo para seleccionar las opciones del menú.
- Mantén pulsado el botón durante menos de un segundo para activar la retroiluminación.
La retroiluminación se desactiva automáticamente.

Vincular tu smartphone

Antes de poder emparejar el dispositivo vívofit jr. con un smartphone, como mínimo un progenitor o tutor debe disponer de una cuenta de Garmin Connect™ ([Garmin Connect, página 2](#)).

El dispositivo debe vincularse directamente a través de la aplicación vívofit jr. y no desde la configuración de Bluetooth® de tu smartphone.

- 1 Desde la tienda de aplicaciones de tu smartphone, instala y abre la aplicación vívofit jr..
- 2 Inicia sesión con tu nombre de usuario y contraseña de Garmin Connect.
- 3 Sigue las instrucciones de la aplicación para configurar tu familia y añadir a cada hijo.
- 4 En el dispositivo vívofit jr., mantén pulsado el botón hasta que aparezca . El dispositivo entra en modo de vinculación.
- 5 Sigue las instrucciones de la aplicación para completar el proceso de configuración.

NOTA: puedes vincular varios dispositivos móviles, como una tableta u otro smartphone de los progenitores ([Vincular varios dispositivos móviles, página 10](#)).

Aplicación vívofit jr.

La aplicación gratuita vívofit jr. te permite realizar un seguimiento de la actividad diaria de los niños y del progreso de las tareas.

Monitor de actividad: te permite realizar el seguimiento de los pasos diarios, minutos de actividad y datos de sueño de los niños.

Progreso de tareas: te permite crear y gestionar tareas, ganar monedas por completar tareas y canjearlas por recompensas personalizadas.

Mapa de aventuras: te permite ver el progreso de tus hijos cada día que alcancen el objetivo de 60 minutos de actividad, lo que les permite descubrir nuevas aventuras.

Clasificación: te permite comparar los pasos de toda la familia y de los contactos de tu comunidad de Garmin Connect.

Configuración: te permite personalizar tu dispositivo y la configuración de usuario, incluidos los tonos de alerta, iconos, imágenes de perfil y mucho más.

Garmin Connect

Al menos uno de los padres debe tener una cuenta de Garmin Connect para utilizar la aplicación vívofit jr. Para registrarte y obtener una cuenta gratuita, visita www.garminconnect.com/start. Tu cuenta de Garmin Connect te ofrece las herramientas para analizar, compartir y realizar el seguimiento de datos, y también para animaros entre compañeros. Registra los eventos que tengan lugar en tu activo estilo de vida y participa en desafíos familiares conectando un monitor de actividad compatible con tu cuenta de Garmin Connect.

Iconos

Los iconos representan las funciones del dispositivo. Puedes pulsar el botón para desplazarte por las funciones.

	La fecha actual. El dispositivo actualiza la hora y la fecha cada vez que envías datos a tu smartphone.
	El número total de pasos que has dado durante el día.
	El número total de minutos de actividad durante el día y el progreso hacia el objetivo de 60 minutos de actividad.
	El número de tareas completadas y asignadas durante el día.
	El número total de monedas ganadas.

Objetivo de actividad

Para mejorar la salud de los niños, organizaciones como la Centers for Disease Control and Prevention de EE. UU recomiendan al menos 60 minutos de actividad física cada día. Esto puede incluir actividad de intensidad moderada, como caminar enérgicamente, o actividad de intensidad alta, como correr.

El dispositivo fomenta que los niños sean activos mostrando su progreso hacia el objetivo diario de 60 minutos.

Progreso de tareas

Puedes utilizar la aplicación vívofit jr. para crear y asignar tareas, y para actualizar el progreso de tareas de tus hijos. Cuando tu dispositivo vívofit jr. está conectado a un smartphone, este muestra el número actualizado de tareas completadas ① y asignadas ② del día.



Monedas ganadas

Puedes utilizar la aplicación vívofit jr. para conceder monedas por la finalización de tareas. Cuando tu dispositivo vívofit jr. está conectado a un smartphone, este muestra el número actualizado de monedas ganadas ①.



Las monedas pueden canjearse por premios en la aplicación vívofit jr. Puedes utilizar la aplicación para crear premios personalizados y establecer el número de monedas necesarias para canjear un premio. Al canjear monedas en la aplicación y conectar tu dispositivo a un smartphone, el dispositivo muestra el total de monedas actualizado.

Opciones del menú

Puedes mantener pulsado el botón para ver el menú y pulsarlo para desplazarte por las opciones.

	Vincula tu dispositivo y envía datos a tu smartphone con Bluetooth activado.
	Muestra las opciones del temporizador de tareas.
	Inicia el cronómetro.
	Muestra la información del dispositivo.
	Permite volver a la pantalla anterior.

Usar el temporizador de tareas

Puedes usar tu dispositivo para iniciar el temporizador de cuenta atrás.

- 1 Mantén pulsado el botón para ver el menú.
- 2 Mantén pulsado .
- 3 Pulsa el botón para desplazarte por las opciones del temporizador de tareas.
- 4 Mantén pulsado el botón para seleccionar e iniciar el temporizador.

El dispositivo emite un pitido, el temporizador comienza la cuenta atrás y el dispositivo envía una notificación al smartphone vinculado más cercano. Cuando quedan 3 segundos, el dispositivo emite un pitido hasta que el tiempo se agota.

SUGERENCIA: puedes mantener pulsado el botón para detener el temporizador.

Opciones del temporizador de tareas

El dispositivo incluye temporizadores de tareas preinstalados que pueden usarse para actividades comunes. Por ejemplo, puedes usar el temporizador de dos minutos para lavarte los dientes o realizar cualquier otra tarea que requiera dos minutos. Cada tarea está cronometrada con un número predeterminado de minutos.

Icono	Duración	Ejemplo de actividad
 2	2 min.	Lavarse los dientes
 5	5 min.	Compartir los juguetes
 10	10 min.	Terminar de comer
 15	15 min.	Leer
 20	20 min.	Clase o actividad
 30	30 min.	Tiempo delante de la pantalla

Usar el cronómetro

- 1 Mantén pulsado el botón para ver el menú.
- 2 Mantén pulsado .
- 3 Pulsa  para iniciar el cronómetro.
- 4 Pulsa  para detener el cronómetro.
- 5 Si es necesario, pulsa  para restablecer el cronómetro.
- 6 Mantén pulsado el botón para salir del cronómetro.

Barra de movimiento

Permanecer sentado durante mucho tiempo puede provocar cambios metabólicos no deseados. La barra de movimiento te recuerda que necesitas moverte. Tras una hora de inactividad, aparecerá la barra de movimiento ①. Se añadirán nuevos segmentos ② por cada 15 minutos de inactividad adicionales.



Puedes poner a cero la barra de movimiento dando un breve paseo.

Monitor del sueño

Mientras duermes, el dispositivo supervisa tus movimientos. Puedes configurar tus horas de sueño habituales en la configuración de la aplicación vívofit jr. Puedes ver tus estadísticas de sueño en la aplicación vívofit jr.

Historial

El dispositivo realiza un seguimiento de tu actividad diaria y tus estadísticas de sueño. Puedes enviar este historial a la aplicación vívofit jr.

El dispositivo guarda los datos de hasta 4 semanas de actividad. Cuando el almacenamiento de datos se llena, el dispositivo borra los archivos más antiguos para dejar espacio a los nuevos datos.

Enviar datos a tu smartphone de forma manual

Tu dispositivo envía datos automáticamente y de forma periódica al dispositivo Bluetooth vinculado más cercano. También puedes enviar datos de forma manual en cualquier momento. Esto te permite ver las actividades, las tareas y las monedas en la aplicación vívofit jr.

- 1 Coloca el dispositivo cerca de tu smartphone.
- 2 Abre la aplicación vívofit jr.
- 3 En el dispositivo vívofit jr., mantén pulsado el botón para ver el menú.
- 4 Mantén pulsado . Aparecerá  y la línea de inactividad roja se moverá mientras el dispositivo esté enviando datos.
- 5 En tu smartphone, desliza el dedo hacia abajo para actualizar la aplicación.

Personalización del dispositivo

Configurar la aplicación vívofit jr.

Puedes personalizar la configuración de la aplicación, el dispositivo y el usuario en la aplicación vívofit jr.

En la aplicación vívofit jr., selecciona Más.

Configuración de los ajustes de la familia: te permite personalizar la configuración de tu familia. Por ejemplo, puedes editar el nombre de tu familia o invitar a progenitores o tutores adicionales.

Configuración de la aplicación: te permite personalizar los ajustes de la aplicación, activar el modo niño y ver información legal y sobre normativas vigentes.

Ayuda: incluye instrucciones sobre el cuidado del dispositivo, vídeos y otra información útil.

Información del dispositivo

Especificaciones

Tipo de pila/batería	Pila CR1632 sustituible por el usuario
Autonomía de la pila/batería	Hasta 1 año.
Rango de temperatura de funcionamiento	De -10 °C a 60 °C (de 14 °F a 140 °F)
Protocolo/frecuencia inalámbrica	2,4 GHz a 3 dBm nominales
Clasificación de resistencia al agua	5 ATM ¹

Actualizar el software

Cuando hay una actualización de software disponible, el dispositivo la descarga automáticamente al enviar datos a tu smartphone ([Enviar datos a tu smartphone de forma manual](#), página 5).

Durante el proceso de actualización, aparecerán una barra de progreso y  en el dispositivo vívofit jr.. La actualización puede tardar varios minutos. Mantén el dispositivo cerca del smartphone durante la actualización. Una vez finalizada la actualización, se reiniciará el dispositivo.

Visualizar la información del dispositivo

Puedes ver el ID de unidad y la versión de software.

- 1 Mantén pulsado el botón para ver el menú.
- 2 Mantén pulsado .

Cuidado del dispositivo

AVISO

Evita el uso inadecuado y los golpes, ya que esto podría reducir la vida útil del producto.

Evita pulsar los botones bajo el agua.

No utilices un objeto afilado para limpiar el dispositivo.

No utilices disolventes, productos químicos ni insecticidas que puedan dañar los componentes plásticos y acabados.

Aclara con cuidado el dispositivo con agua dulce tras exponerlo a cloro, agua salada, protector solar, cosméticos, alcohol u otros productos químicos agresivos. La exposición prolongada a estas sustancias puede dañar la caja.

No lo coloques en entornos con altas temperaturas, como secadoras de ropa.

No guardes el dispositivo en lugares en los que pueda quedar expuesto durante períodos prolongados a temperaturas extremas, ya que podría sufrir daños irreversibles.

Limpieza del dispositivo

- 1 Limpia el dispositivo con un paño humedecido en una solución suave de detergente.
- 2 Seca el dispositivo.

Después de limpiarlo, deja que se seque por completo.

SUGERENCIA: para obtener más información, visita [www.garmin.com/fitandcare](#).

¹ El dispositivo soporta niveles de presión equivalentes a una profundidad de 50 metros. Para obtener más información, visita [www.garmin.com/waterrating](#).

Pilas sustituibles por el usuario

ADVERTENCIA

Consulta la guía *Información importante sobre el producto y tu seguridad* que se incluye en la caja del producto y en la que encontrarás advertencias e información importante sobre el producto.

Sustituir la pila

El dispositivo utiliza una pila CR1632.

- 1 Extrae el dispositivo de la correa.



- 2 Utiliza un destornillador Phillips pequeño para quitar los cuatro tornillos de la parte posterior del dispositivo.
- 3 Retira la carcasa posterior y la pila.



- 4 Inserta la nueva pila con el extremo negativo orientado hacia el interior de la tapa frontal.
- 5 Comprueba que la junta no está dañada y que está totalmente asentada en la carcasa posterior.
- 6 Vuelve a colocar la carcasa posterior y los cuatro tornillos.
- 7 Aprieta los cuatro tornillos firmemente por igual.
- 8 Inserta el dispositivo en la correa de silicona flexible ajustando el material de la correa alrededor del dispositivo.

La flecha del dispositivo debe estar alineada con la flecha del interior de la correa.



Sustituir la pulsera

La pulsera elástica está diseñada para adaptarse a la mayoría de niños de entre 4 y 7 años. La pulsera ajustable está diseñada para adaptarse a niños de 6 años en adelante. Puedes ponerte en contacto con el departamento de atención al cliente de Garmin® para obtener información acerca de los accesorios opcionales y las piezas de repuesto. El dispositivo extraíble es compatible con pulseras vivofit 3 y vivofit jr.

Sustitución de la correa

Visita buy.garmin.com o ponte en contacto con tu distribuidor de Garmin para obtener información acerca de accesorios opcionales.

- 1 Extrae el dispositivo de la correa.



- 2 Inserta el dispositivo en la correa de silicona flexible ajustando el material de la correa alrededor del dispositivo.

La flecha del dispositivo debe estar alineada con la flecha del interior de la correa.



Solución de problemas

Mi recuento de pasos no parece preciso

Si tu recuento de pasos no parece preciso, puedes probar estos consejos.

- Visita <http://garmin.com/ataccuracy>.
- Ponte el dispositivo en la muñeca no dominante.
- Lleva el dispositivo en el bolsillo cuando utilices solo las manos o los brazos activamente.

NOTA: el dispositivo puede interpretar algunos movimientos repetitivos, como dar palmadas o cepillarte los dientes, como pasos.

Mi dispositivo no muestra la hora correcta

El dispositivo actualiza la hora y la fecha cada vez que envías datos a tu smartphone. Debes enviar datos a tu smartphone manualmente para que reciba la hora correcta al cambiar de huso horario, y para que la hora se actualice con el horario de verano.

- 1 Comprueba que tu smartphone o dispositivo móvil muestra la hora local correcta.
- 2 Envía datos a tu smartphone ([Enviar datos a tu smartphone de forma manual](#), página 5).
La hora y la fecha se actualizan automáticamente.

¿Es mi smartphone compatible con mi dispositivo?

El dispositivo vívoFit jr. es compatible con smartphones mediante la tecnología Bluetooth.

Visita www.garmin.com/ble para obtener información sobre los dispositivos compatibles.

Vincular varios dispositivos móviles

Tras completar la configuración inicial ([Vincular tu smartphone](#), página 1), puedes vincular tu dispositivo vívoFit jr. con hasta dos dispositivos móviles, como una tableta u otro smartphone de los padres.

- 1 Desde la tienda de aplicaciones de tu smartphone, instala y abre la aplicación vívoFit jr.
- 2 Inicia sesión con tu nombre de usuario y contraseña de Garmin Connect.
- 3 Sigue las instrucciones de la aplicación para unirte a una familia existente.
- 4 Coloca el dispositivo móvil a menos de 3 m (10 ft) del dispositivo vívoFit jr.

NOTA: aléjate 10 m (33 ft) de otros dispositivos móviles mientras se realiza la vinculación.

- 5 Si es necesario, desactiva la tecnología inalámbrica Bluetooth en dispositivos móviles vinculados con anterioridad.
- 6 En el dispositivo vívoFit jr., mantén pulsado el botón para ver el menú.
- 7 Mantén pulsado el icono  para acceder al modo de vinculación.
- 8 Sigue las instrucciones de la aplicación para completar el proceso de vinculación.
- 9 Si es necesario, repite los pasos 1 a 8 para cada dispositivo móvil adicional.

¿Cómo puedo vincular un dispositivo adicional con la aplicación vívoFit jr.?

Si ya has vinculado anteriormente un dispositivo con la aplicación vívoFit jr., puedes añadir un nuevo niño y un nuevo dispositivo desde el menú de niños. Tienes la posibilidad de vincular hasta ocho dispositivos.

NOTA: cada niño puede vincularse con un único dispositivo.

- 1 Abre la aplicación vívoFit jr.
- 2 Selecciona .
- 3 Sigue las instrucciones que se muestran en la pantalla.

Reinicio del dispositivo

Si el dispositivo deja de responder, deberás restablecerlo. Con esta acción no se borra ningún dato.

NOTA: restablecer el dispositivo también restablece la línea de inactividad.

1 Mantén pulsado el botón del dispositivo durante 10 segundos hasta que la pantalla se apague.

2 Suelta el botón del dispositivo.

El dispositivo se restablece y la pantalla se enciende.

El dispositivo no se enciende

Si el dispositivo no se enciende, es posible que tengas que sustituir las pilas.

Consulta la sección ([Sustituir la pila, página 8](#)).

Apéndice

Más información

- Visita [support.garmin.com](#) para obtener manuales, artículos y actualizaciones de software adicionales.
- Visita [www.garmin.com/intosports](#).
- Visita [www.garmin.com/learningcenter](#).
- Visita [buy.garmin.com](#) o ponte en contacto con tu distribuidor de Garmin para obtener información acerca de accesorios opcionales y piezas de repuesto.

Índice

A

accesorios **11**
actualizaciones, software **6**
aplicaciones **1, 2**

B

batería, sustituir **7**
botones **1, 3**

C

configurar **5**
correas **9**
cronómetro **4**

D

datos **2**
transferir **3**

E

especificaciones **6**

G

Garmin Connect **1, 2, 5**

H

historial **5**
hora del día **10**

I

iconos **2, 4**
ID de unidad **6**

L

limpiar el dispositivo **6**

M

menú **1**
modo sueño **5**
monitor de actividad **2**

O

objetivos **2**

P

personalizar el dispositivo **5**
piezas de repuesto **9**
pila, sustituir **8**
pulseras **9**

R

reinicio del dispositivo **11**

S

seguimiento en vivo de la actividad **5**
smartphone **1, 2, 5, 10**
vincular **10**
software
actualizar **6**
versión **6**
solución de problemas **10, 11**
sustituir la pila **8**

T

tecnología Bluetooth **10**
temporizador **4**

V

vincular, smartphone **10**

support.garmin.com

