

SONY®

دليل المستخدم

(Android™ لنظام) SmartBand 2
SWR12

المحتويات

3	الأساسيات
3	مقدمة
3	نظرة عامة على الأجهزة
4	شحن جهاز SmartBand 2
5	التركيب
5	ارتداء SmartBand 2
6	التشغيل وإيقاف التشغيل
7	إعداد SmartBand 2
7	التحضير لاستخدام SmartBand 2
8	إعادة توصيل SmartBand 2
8	إعادة ضبط جهاز SmartBand 2
9	استخدام SmartBand 2
9	استخدام تطبيق SmartBand 2
9	تلقي الإشعارات
9	متابعة
10	قياس الإجهاد والتعافي
12	تنبيهات الإيقاظ الذكي
13	إشعارات تنبيه الخروج من النطاق
13	عدم الإزعاج
14	التحكم عن بعد
15	الاتصال بتطبيق Google Fit
15	تطبيقات الجهات الخارجية
15	مصايح الإشعار
16	تسجيل الأنشطة باستخدام تطبيق Lifelog
16	استخدام تطبيق Lifelog
18	إعداد الأهداف
18	تحرير الأنشطة المسجلة
19	مزامنة البيانات مع تطبيق Lifelog
20	معلومات مهمة
20	استخدام SmartBand 2 في البيئات المطيرة والملينة بالغبار
20	معلومات قانونية

الأساسيات

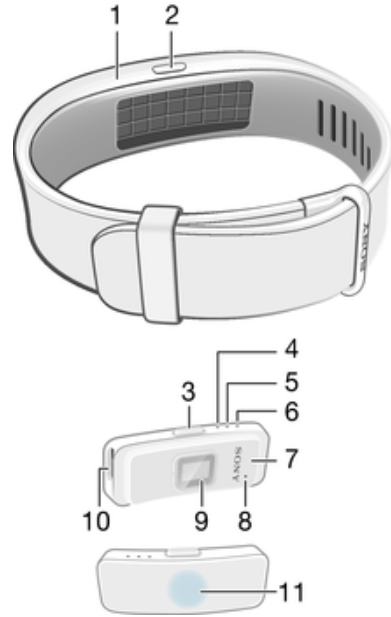
مقدمة

يعد جهاز SmartBand 2 منتجًا مرافقًا يتصل لاسلكيًا عبر Bluetooth® بأجهزة Android™. ونظرًا لأنه يمكن ارتداؤه في معصمك، فإنه يمكنه مساعدتك على مراقبة حركات جسدك والتفاعل مع جهاز Android™ لإنشاء بيانات حول حياتك وعاداتك اليومية. على سبيل المثال، يقوم SmartBand 2 بعدّ خطواتك وتسجيل بيانات حول حالتك البدنية أثناء النوم أو المشي أو الركض.

جهاز SmartBand 2 هو جهاز يمكنك ارتداؤه يوميًا، وبه مستشعر يراقب نبضك ويساعدك على تحديد معدل ضربات قلبك. وبالإشتراك مع تطبيق Lifelog، يمكنك تعيين أهدافك الشخصية ثم تتبع تقدمك بشكل شامل وسهل العرض. عند استخدام SmartBand 2 مع جهاز متوافق يعمل بنظام Android™، يمكنك استخدامه لتلقي إشعارات وإدارة تنبيهاتك ومكالماتك الهاتفية.

حتى تتمكن من البدء في استخدام SmartBand 2، يجب تنزيل تطبيق SmartBand 2 وإعداد الملحق للعمل مع هاتفك أو جهازك اللوحي. راجع معلومات الإعداد ذات الصلة للحصول على مزيد من التفاصيل. تذكر أيضًا أنه يجب أن يعمل جهاز Android™ بإصدار برنامج 4.4 أو أحدث وأن يدعم ملف تعريف Bluetooth® رقم 4.0.

نظرة عامة على الأجهزة



1	رباط المعصم
2	غطاء مفتاح التشغيل
3	مفتاح التشغيل
4	ضوء الإشعار أ
5	ضوء الإشعار ب
6	ضوء الإشعار ج
7	Core
8	فتحة التهوية
9	مستشعر معدل ضربات القلب

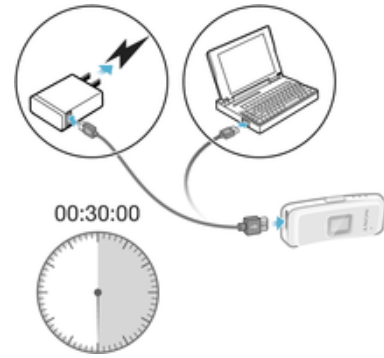
! لا تُستخدم فتحة التهوية لإعادة تعيين الجهاز. لا تُدخل أشياء حادة في الفتحة ولا تُدخلها بقوة؛ حتى لا تُعرض الفتحة للتلف.

شحن جهاز SmartBand 2

قبل استخدام جهاز SmartBand 2 لأول مرة، يجب شحنه لمدة 30 دقيقة تقريباً. يوصى باستخدام أجهزة الشحن من Sony.

يتم إيقاف تشغيل جهاز SmartBand 2 تلقائياً عند توصيل الشاحن. ولا يمكنك تشغيل الجهاز والشاحن متصل به.

لشحن SmartBand 2



- 1 قم بتوصيل أحد طرفي كبل USB بالشاحن أو بمنفذ USB في جهاز كمبيوتر.
- 2 قم بتوصيل الطرف الآخر من الكبل بمنفذ Micro USB في SmartBand 2.
- 3 أثناء شحن البطارية، يتغير ضوء الإشعار أ من اللون الأحمر إلى البرتقالي. يتغير ضوء الإشعار إلى اللون الأخضر عند وصول مستوى شحن البطارية إلى 90%.

! تأكد أن منفذ USB نظيف وجاف قبل إدخال كبل USB به. من المستحسن استعمال قماش ناعم جداً.

! يتوقف تشغيل SmartBand 2 عند التوصيل بشاحن، ويعود إلى حالة التشغيل/الإيقاف السابقة عند فصل الشاحن.

حالة مصباح الإشعار للبطارية

ضوء أحمر	يجري شحن البطارية ومستوى الشحن أقل من 15%.
ضوء برتقالي	يجري شحن البطارية ومستوى الشحن بين 15% و90%.
ضوء أخضر	يجري شحن البطارية ومستوى الشحن أكثر من 90%.

للتحقق من مستوى بطارية SmartBand 2

- من شاشة التطبيق الرئيسية لجهاز Android™، ابحث عن تطبيق SmartBand 2 وانقر نقراً سريعاً فوقه، وستظهر النسبة المئوية لمستوى شحن البطارية على الشاشة.

إشعار بانخفاض مستوى شحن البطارية

عند وصول بطارية SmartBand 2 إلى مستوى معين، يهتز الجهاز ويبدأ الضوء الأحمر في الوميض كل 4 ثوانٍ حتى تقوم بشحن الجهاز أو يتوقف عن التشغيل. يتم تشغيل إشعار انخفاض مستوى شحن البطارية عندما يتبقى حوالي 5 دقائق في وضع "نشاط القلب" و75 دقيقة في وضع STAMINA. ويختلف الوقت حسب الاستخدام. عندما يكون مستوى شحن البطارية أقل من 1%، يتوقف تشغيل SmartBand 2 تلقائياً. يجب شحن SmartBand 2 عندما ينفد شحن البطارية.

! في حالة تشغيل وظيفة "عدم الإزعاج"، لن تحصل على إشعار انخفاض مستوى شحن البطارية.

التركيب

لإضفاء طابع شخصي على جهاز SmartBand 2، يمكنك استبدال رباط المعصم بأشرطة ذات ألوان مختلفة، يمكن شراؤها بشكل منفصل.

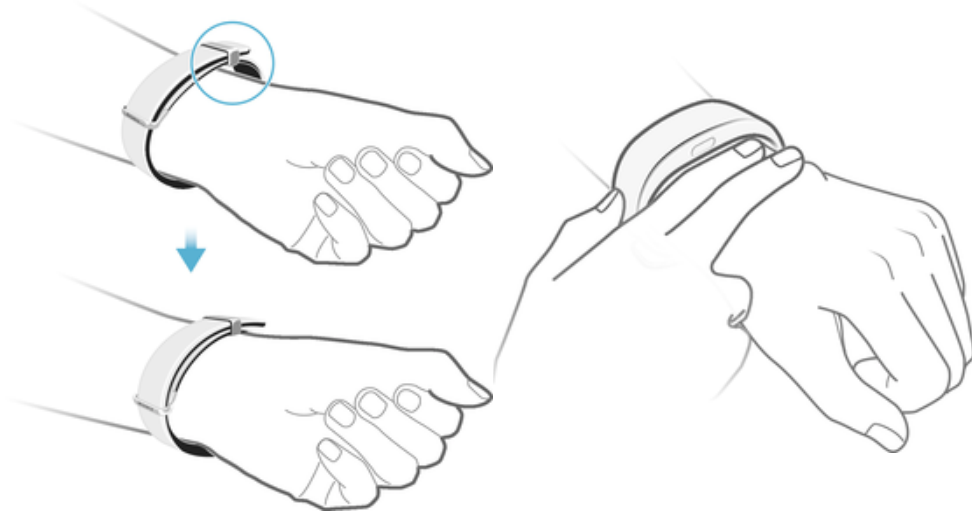
لتركيب جهاز SmartBand 2



- أدخل الوحدة الداخلية في رباط المعصم بطريقة يكون فيها مفتاح التشغيل تحت غطاء مفتاح التشغيل.

ارتداء SmartBand 2

يجب ارتداء SmartBand 2 على اليد التي تستخدمها كثيراً، ووضعه الجهاز على معصمك فوق عظمة الرسغ بمقدار إصبعين. ارتد SmartBand 2 على معصمك مع إطباقه بشكل مريح، بحيث لا يكون مرتخياً ولا شديد الإحكام. حتى يراقب SmartBand 2 نبضك، يجب أن يظل في مكانه على معصمك. أثناء إجرائك تمارين، أحكم رباط المعصم قليلاً. وعند الانتهاء، أرخ رباط المعصم.



العناية بجهاز SmartBand 2 وجلدك

لتجنب تهيج جلدك، اضبط السوار بشكل صحيح بحيث يحيط بمعصمك، ونظّف SmartBand 2 باستمرار. اغسل جهاز SmartBand 2 بماء عذب تحت صنوبر وجفّفه تماماً؛ وبخاصة بعد إجراء أنشطة فاسية أو التعرّق الشديد أو كشف الجهاز بمناطق مفتوحة.

وإذا بدأت تعاني من تهيج جلدي أو تفاعل ناتج عن حساسية، فتوقف عن ارتداء SmartBand 2. اتصل بطبيبك إذا استمرت الأعراض.

التشغيل وإيقاف التشغيل

لتشغيل SmartBand 2

- اضغط مع الاستمرار على مفتاح التشغيل، حتى يهتز جهاز SmartBand 2. يتم تشغيل جميع مصابيح الإشعاعات واحداً تلو الآخر، ثم تنطفئ.
- ! عند تشغيل جهاز SmartBand 2 للمرة الأولى، يدخل تلقائياً في وضع الاقتران ويومض ضوء الإشعاع أ حتى يتم توصيل جهاز SmartBand 2 بجهاز.

لإيقاف تشغيل SmartBand 2

- اضغط مع الاستمرار على مفتاح التشغيل، حتى يهتز جهاز SmartBand 2. تضيء جميع مصابيح الإشعاع معاً، ثم تنطفئ واحداً تلو الآخر.

إعداد SmartBand 2

التحضير لاستخدام SmartBand 2

حتى يعمل SmartBand 2 بشكل صحيح، يجب تثبيت أحدث إصدار من تطبيق SmartBand 2 على جهاز Android™، ثم إقرانه وتوصيله بجهاز Android™. كما تحتاج إلى تثبيت تطبيق Lifelog، الذي يضيف ميزات ووظائف أخرى تتيح لك على سبيل المثال، رؤية معلومات أكثر تفصيلاً حول أنشطتك اليومية.

يمكنك إعداد SmartBand 2 باستخدام NFC، مما يؤدي إلى تشغيل إجراءات الإقران والاتصال والإعداد تلقائياً، أو يمكنك استخدام خيار Bluetooth® لإجراء الخطوات يدوياً.

يرشدك معالج إعداد في تطبيق SmartBand 2 خلال عملية إعداد SmartBand 2 للمرة الأولى.

تتوفر جميع التطبيقات المطلوبة لعمل SmartBand 2 على Google Play™.

إعداد SmartBand 2 باستخدام NFC




- 1 تأكد من شحن SmartBand 2 بالكامل.
- 2 جهاز Android™: تأكد من تشغيل وظيفة NFC وأن شاشة الهاتف نشطة ومفتوحة.
- 3 ضع جهاز Android™ أعلى SmartBand 2 حتى تلامس منطقة اكتشاف NFC بكل جهاز المناظرة لها، ثم اتبع الإرشادات على جهاز Android™ لتثبيت تطبيق تطبيق SmartBand 2 وتطبيق Lifelog. تظهر لفترة قصيرة في شريط الحالة وبشكل دائم في لوحة "الإشعار" عندما يكون هناك اتصال نشط مع SmartBand 2.

! عند تشغيل SmartBand 2 للمرة الأولى ولم يسبق إقران SmartBand 2 بجهاز من قبل، يدخل SmartBand 2 في وضع الإقران تلقائياً. إذا كان جهاز SmartBand 2 قيد التشغيل وقد سبق إقرانه، فإنه يحاول إعادة الاتصال بأخر جهاز تم إقرانه به. يمكن إقران SmartBand 2 بجهاز واحد فقط كل مرة.

💡 يمكنك إعداد SmartBand 2 باستخدام NFC حتى عندما يكون SmartBand 2 قيد إيقاف التشغيل. يتم تشغيل SmartBand 2 عند ملامسة منطقة اكتشاف NFC له. إذا كنت تواجه مشاكل في إقران SmartBand 2 بجهاز يعمل بنظام Android™ يستخدم NFC، فحاول الاتصال يدوياً باستخدام Bluetooth®. كما يمكنك سحب شريط الحالة لفتح لوحة الإشعارات والوصول بسرعة إلى تطبيق SmartBand 2 وتطبيق Lifelog.

إعداد SmartBand 2 باستخدام Bluetooth®

- 1 تأكد من شحن SmartBand 2 بالكامل.
 - 2 جهاز Android™: تأكد من تثبيت تطبيق SmartBand 2 أو تحديثه إلى آخر إصدار.
 - 3 قم بتشغيل SmartBand 2.
 - 4 جهاز Android™: قم بتشغيل وظيفة Bluetooth®، ثم ابحث عن أجهزة Bluetooth® وحدد SWR12 في قائمة الأجهزة المتاحة.
 - 5 جهاز Android™: اتبع الإرشادات التي تظهر على الشاشة. يظهر  لفترة قصيرة في شريط الحالة وبشكل دائم في لوحة "الإشعار" عندما يكون هناك اتصال نشط مع SmartBand 2.
- كما يمكنك سحب شريط الحالة لفتح لوحة الإشعارات والوصول بسرعة إلى تطبيق SmartBand 2 وتطبيق Lifelog.

إعادة توصيل SmartBand 2

في حالات فقد الاتصال، مثلاً عند خروج جهاز Android™ المتصل عن نطاق الاتصال، يهتز SmartBand 2 ثلاث مرات في حالة تشغيل "تنبيه الخروج من النطاق"، ويجري SmartBand 2 سلسلة من محاولات الاتصال تلقائياً في حالة تشغيل Bluetooth®. في حالة فشل الاتصال التلقائي، يمكنك استخدام مفتاح التشغيل لإجبار الملحق على تجربة إعادة الاتصال يدوياً، أو يمكنك استخدام NFC لإعادة توصيل الجهازين.

إجبار SmartBand 2 على محاولة إعادة الاتصال

- اضغط لفترة وجيزة على مفتاح التشغيل.

إعادة توصيل SmartBand 2 باستخدام NFC

- 1 جهاز Android™: تأكد من تشغيل وظيفة NFC وأن شاشة الهاتف نشطة ومفتوحة.
 - 2 ضع جهاز Android™ أعلى SmartBand 2 بحيث تلمس منطقة اكتشاف NFC في كل جهاز للآخر.
- يفتح تطبيق SmartBand 2 تلقائياً عندما يتصل SmartBand 2 بجهاز Android™ باستخدام وظيفة NFC.

إعادة ضبط جهاز SmartBand 2

أعد ضبط جهاز SmartBand 2 إذا كان يعمل بطريقة غير متوقعة، أو أردت توصيله بجهاز جديد.

لإجراء إعادة ضبط بحسب إعدادات المصنع

- 1 قم بتشغيل SmartBand 2، وفتح تطبيق SmartBand 2 على الهاتف وانقر على أيقونة الخيارات ثم اختيار "نسيان SmartBand 2".
- 2 قم بمسح بيانات تطبيق المضيف على إعدادات الهاتف < التطبيقات < SmartBand 2 < مساحة التخزين < مسح البيانات، أو إلغاء تثبيت تطبيق SmartBand 2.
- 3 قم بإيقاف SmartBand 2.
- 4 اضغط مع الاستمرار على مفتاح التشغيل لأكثر من 10 ثوانٍ.

لإلغاء إقران SmartBand 2

- 1 من شاشة التطبيق الرئيسية بجهاز Android™، ابحث وانقر نقرًا سريعاً على SmartBand 2 < : < نسيان SmartBand 2.
 - 2 انقر نقرًا سريعاً على موافق للتأكيد.
- يمكنك أيضاً إلغاء إقران SmartBand 2 من إعدادات Bluetooth® لجهاز Android™.

استخدام SmartBand 2

استخدام تطبيق SmartBand 2

يمكنك عرض الإعدادات وتغييرها لجهاز SmartBand 2 باستخدام تطبيق SmartBand 2 على جهاز Android™. يمكنك أيضاً عرض النبض والإجهاد والأنشطة البدنية الحالية، كالخطوات، من تطبيق SmartBand 2.

تلقي الإشعارات

يمكن تعيين SmartBand 2 بحيث يهتز عند الحصول على مكالمة واردة أو إشعار من جهاز يعمل بنظام Android™.

يمكن إعادة توجيه جميع الإشعارات التي تظهر في شريط الحالة على جهاز Android™ متصل بـ SmartBand 2 الخاص بك. يمكنك استخدام تطبيق SmartBand 2 لتحديد الإشعارات المراد إعادة توجيهها.

الإشعار بشأن	ملاحظات عن الاهتزاز	ملاحظات عن المصايح
مكالمات واردة	الاهتزاز بشكل مستمر	تومض جميع المصايح بالأبيض باستمرار
تنبيه الإيقاظ الذكي	الاهتزاز بشكل مستمر	غير متاح
إشعارات أخرى	الاهتزاز مرة واحدة	المصباح أ يومض باللون نفسه الذي على جهاز Android™ لخمس دقائق

لتشغيل وظيفة "تلقي الإشعارات"

- 1 من شاشة التطبيق الرئيسية بجهاز Android™، ابحث وانقر نقرًا سريعًا على SmartBand 2 < > إعدادات.
- 2 انقر نقرًا سريعًا فوق **تلقي الإشعارات**، ثم اسحب أشرطة التمرير بجانب إيقاف ومكالمة واردة والإشعارات إلى وضع التشغيل.
- 3 اتبع الإرشادات التي تظهر على الشاشة للحصول على وصول إلى إشعارات القراءة لجهاز SmartBand 2.

كيفية تحديد الإشعارات المراد إعادة توجيهها إلى SmartBand 2

- 1 من شاشة التطبيق الرئيسية بجهاز Android™، ابحث وانقر نقرًا سريعًا على SmartBand 2 < > إعدادات < > تلقي الإشعارات.
- 2 اسحب أشرطة التمرير بجوار إيقاف والإشعارات إلى وضع التشغيل.
- 3 انقر نقرًا سريعًا فوق الحصول على إشعارات من، ثم حدد التطبيقات المطلوبة.

كيفية رفض مكالمة واردة

- اضغط لفترة وجيزة على مفتاح التشغيل.

لتشغيل وظيفة اهتزاز منخفض

- اسحب شريط التمرير اهتزاز منخفض إلى موضع التشغيل.

متابعة

يمكن لـ SmartBand 2 تنبيهك للاستيقاظ وقطع بضع خطوات عندما تكون ساكنًا لفترة طويلة. يمكن أيضاً إدارة الفواصل والإطار الزمني لتلك التنبيهات.

لتشغيل وظيفة متابعة

- 1 من شاشة التطبيق الرئيسية بجهاز Android™، ابحث وانقر نقرًا سريعًا على SmartBand 2 < إعدادات.
- 2 انقر نقرًا سريعًا فوق متابعة، ثم اسحب أشرطة التمرير إلى وضع التشغيل.

قياس الإجهاد والتعافي

الإجهاد هو جزء طبيعي من الحياة اليومية، ويسهم في جعل حالة الفرد العامة صحية ومتوازنة. تشير قيم الإجهاد والتعافي التي يقدمها SmartBand 2 إلى مزيج من معدل ضربات القلب (HR) وتقلب معدل ضربات القلب (HRV). يحلل SmartBand 2 تقلب معدل ضربات القلب (HRV) ويقدر مدى تعامل جسمك مع مستويات الإجهاد أثناء مختلف المواقف على مدى اليوم.

يمكن أن يقيس SmartBand 2 معدل ضربات القلب (HR) وتقلب معدل ضربات القلب (HRV) حتى في حالة فصل الجهاز من جهاز Android™. تُخزن البيانات التي يتم تجميعها باستخدام مستشعر معدل ضربات القلب لما يصل إلى 72 ساعة، وتتم مزامنتها إلى جهاز Android™ عند توصيله عبر Bluetooth أو NFC.

هذا المنتج مصمم لمساعدتك على تعقب تمارينك ونمط حياتك. وهو ليس جهازًا طبيًا، ويجب ألا يُستعان بالبيانات التي يتم الحصول عليها منه في اتخاذ قرارات طبية (كالوقاية من مرض أو إصابة أو تشخيصهما أو مراقبتهما أو علاجهما)، كما لا تعد تلك البيانات بديلًا عن استشارة أخصائي طبي. تُخلى Sony Mobile مسؤوليتها عن ضمان إمكانية استخدام هذا الجهاز أو ملاءمته للأغراض الطبية. اطلب المشورة الطبية قبل الخضوع لنظام تدريب جديد أو بديل باستخدام هذا الجهاز، وبخاصة في حالة استخدام هذا الجهاز مع جهاز تنظيم ضربات القلب أو أجهزة طبية أخرى.

يزيد الاستخدام الكثيف لقياس النبض والإجهاد من استهلاك البطارية.

قياس النبض

قياس النبض هي الوسيلة الموصى بها بشكل عام لتحديد معدل ضربات قلبك (HR)، الذي يمكن أن يكون مؤشرًا تقريبًا لمدى شدة التمرين. يُعبر عن معدل النبض بعدد ضربات القلب في الدقيقة. ورغم أن مفهوم "معدل النبض" يختلف عن "معدل ضربات القلب"، إلا أن دليل المستخدم هذا يستخدمهما للسياق نفسه.

مستويات الإجهاد والتعافي

يُحدد الإجهاد والتعافي باستخدام تقلب معدل ضربات القلب (HRV). معدل ضربات القلب ليس ثابتًا، ويتغير الفارق الزمني بين ضربتي قلب متعاقبتين من ضربة لأخرى. يُسمى هذا التغير تقلب معدل ضربات القلب (HRV). فإذا كان الفارق بين ضربتي القلب عاليًا، فهذا يشير إلى حالة تعافٍ. أما إذا كان منخفضًا، فهذا يشير إلى وجود إجهاد.

يمكن أن تؤدي أنشطة كقراءة كتاب إلى مستويات إجهاد منخفضة، بل ويمكن تعقبها كدليل على صحة جيدة. فمثلًا، يمكن أن تؤدي لحظات الانشغال في العمل أو المدرسة إلى مؤشرات إجهاد مرتفع. من الضروري ملاحظة أن تفاعل الإجهاد لا يعد بالضرورة مؤشرًا سلبيًا، بل يمكن أن يشير أيضًا إلى أنك تشعر بشيء مثير أو مرح. لموازنة فترات الإجهاد المرتفع، يجب التعافي بنيل قسط من الراحة والنوم جيدًا. يمكن أن يشير مستوى الإجهاد المتوسط إلى نشاط غير مُجهد، كما هو الحال أثناء العمل والأنشطة الاجتماعية.

يحدث التعافي غالبًا أثناء النوم. توجد عوامل يمكن أن تؤثر على قياسات التعافي لديك. من الممكن أن تسهم عوامل مثل نمط الحياة النشط بدنيًا والتغذية الصحية والإقلال من تناول الكحول والتخلص من الإجهاد في تحسين التعافي أثناء النوم على المدى الطويل. كما يمكن أن يؤثر تجنب الأنشطة البدنية الشاقة و"إبطاء" الأنشطة الذهنية جيدًا قبل النوم إيجابًا في التعافي.

لا تعد قيم الإجهاد والتعافي الموفرة بواسطة SmartBand 2 مصدرًا يُعتمد عليه لتحليل اللياقة العامة. فمثلًا، يمكن خطأ إساءة تفسير التمرينات منخفضة الشدة على أنها صحة جيدة.

للحصول على قياس للإجهاد والتعافي، ارتدِ SmartBand 2 لمدة ليلة على الأقل عند الخلود للنوم.

كيف يقيس SmartBand 2 نبضك واجهادك

يستخدم SmartBand 2 مصابيح إضاءة خضراء مرتبطة بصمامات ثنائية ضوئية حساسة للضوء لاكتشاف مقدار الدم المتدفق عبر معصمك في أي لحظة. بإضاءة مصابيح جهاز SmartBand 2 مئات المرات في الثانية، يحسب عدد ضربات القلب في الدقيقة، ويوفر تقديرًا بمعدل ضربات قلبك.

العوامل المؤثرة على قياس النبض والijهاد

- يمكن أن تؤثر عدة عوامل على أداء مستشعر معدل ضربات القلب بجهاز SmartBand 2.
- تروية الجلد: يختلف مقدار الدم المتدفق عبر الجلد بشكل كبير من شخص لآخر، كما يمكن أن يتأثر بالبيئة أيضًا. إذا كنت تتمرّن في بيئة باردة مثلًا، فقد تكون تروية الجلد بمعصمك منخفضة للغاية بما يحول دون حصول مستشعر معدل ضربات القلب على نتيجة.
- الحركة: يمكن أن تُعطى الأنشطة الحركية المنتظمة كالركض أو ركوب الدراجات نتائج أفضل من مستشعر معدل ضربات القلب مقارنة بالأنشطة الحركية غير المنتظمة كالتنس أو الملاكمة.
- اختلاف أصباغ الجلد: التغييرات الدائمة أو المؤقتة التي تجري على الجلد، كبعض أنواع الوشم. يمكن أن تعوق المواد المستخدمة في الوشم أو شكله أو درجة تشبعه الضوء الصادر عن المستشعر؛ ما يجعل من الصعب الحصول على نتائج يمكن الاعتماد عليها.

تحقيق أقصى استفادة من مستشعر معدل ضربات القلب لجهاز SmartBand 2

- حتى في ظل الظروف المثالية، قد لا يتمكن SmartBand 2 من الحصول على قراءة معدل ضربات قلب يُعتمد عليها في كل وقت ولكل شخص. لنسبة محدودة من المستخدمين، قد تحول عوامل متنوعة دون الحصول على أي قراءة لمعدل ضربات القلب تمامًا. قم بإجراء الخطوات التالية إذا كنت تريد تحسين القراءة من مستشعر معدل ضربات القلب:
- تأكد من ارتداء SmartBand 2 وإطباقه، لكن بشكل مريح على معصمك. وإذا لم يبقَ في مكانه على معصمك، وفشل مستشعر معدل ضربات القلب في الحصول على قراءة جيدة، فأحكم ربط رباط المعصم.
- قد يكون عليك تنظيف SmartBand 2، وبخاصة مستشعر معدل ضربات القلب، بعد إجراء تمارين أو التعرق الشديد.

قياس النبض والijهاد تلقائيًا

يقيس SmartBand 2 نبضك واجهادك ومستوى التعافي حوالي ست مرات في الساعة.

قياس النبض والijهاد يدويًا

يمكنك جعل SmartBand 2 يجري قراءة لنبضك في أي وقت، سواءً من الجهاز نفسه أو من جهاز Android™.

للحصول على أفضل بيانات لمعدل ضربات القلب أثناء التمارين، قم بتهيئة مستشعر معدل ضربات القلب قبل نشاطك البدني ببضع دقائق؛ حتى يتمكن المستشعر من اكتشاف نبضك.

! لا تُمرر الإشعارات الخاصة بأي أحداث سوى المكالمات الواردة والتنبيهات إلى جهاز SmartBand 2 أثناء قياس النبض والijهاد يدويًا.

لقياس النبض والijهاد يدويًا من جهاز SmartBand 2

- 1 لبدء قياس مستوى النبض والijهاد، اضغط على مفتاح التشغيل لمرتين. تبدأ مصابيح الإشعار في الوميض بالبرتقالي بالتبادل، ثم معًا عند اكتمال القراءة. تُعرض النتائج بعدئذٍ على تطبيق SmartBand 2 على جهاز iPhone.
- 2 لإنهاء القياس، اضغط مرة أخرى على مفتاح التشغيل لمرتين.

! إذا لم يستطع SmartBand 2 اكتشاف نبضك، فإنه يهتز ثلاث مرات وتبدأ مصابيح الإشعار في الوميض بالتبادل بالبرتقالي. وفي حالة فشل حصول مستشعر معدل ضربات القلب على قراءة، اضبط موضع SmartBand 2 على معصمك أو قم بتنظيف المستشعر. لمزيد من المعلومات حول تحسين القراءة من مستشعر معدل ضربات القلب، راجع تحقيق أقصى استفادة من مستشعر معدل ضربات القلب لجهاز SmartBand 2 في صفحة 11.

لقياس النبض والإجهاد يدويًا من جهاز Android™

- 1 من شاشة التطبيق الرئيسية بجهاز Android™، ابحث عن SmartBand 2 وانقر نقرًا سريعًا فوقه. يحاول SmartBand 2 الفور الحصول على قراءة من مستشعر معدل ضربات القلب، كما يعرض النتائج على تطبيق Lifelog أو تطبيق SmartBand 2.
- 2 لإنهاء القياس، عليك الخروج من تطبيق SmartBand 2.

وضع STAMINA

للحد من استهلاك البطارية، يمكنك تشغيل وضع STAMINA، الذي يُعطلّ القياس التلقائي للنبض والإجهاد. ولا يزال بإمكانك بدء قياس يدويًا حتى عندما يكون جهاز SmartBand 2 في وضع STAMINA.

لتشغيل/إيقاف تشغيل وضع STAMINA

- 1 من شاشة التطبيق الرئيسية بجهاز Android™، ابحث وانقر نقرًا سريعًا على SmartBand 2 < إعدادات.
- 2 انقر نقرًا سريعًا فوق وضع STAMINA، ثم اسحب شريط التمرير إلى وضع تشغيل/إيقاف.
- ☀ يمكنك تطبيق وضع STAMINA تلقائيًا بتحديد الخيار عندما تكون البطارية منخفضة.

تنبيهات الإيقاظ الذكي

يمكنك تعيين تنبيه واحد أو عدة تنبيهات للإيقاظ الذكي في تطبيق SmartBand 2. يعمل تنبيه الإيقاظ الذكي على إيقاظك في أفضل وقت بناءً على دورة نومك. ويعلمك التنبيه من خلال اهتزاز متواصل. بعد تعيين إطار زمني ترغب في أن يوقظك التنبيه خلاله، يكشف SmartBand 2 وقت وصولك إلى حالة من النوم الخفيف (بعد فترة من النوم العميق) ثم يوقظك.

على سبيل المثال، إذا قمت بتعيين تنبيه إيقاظ ذكي بين الساعة 06:30 و07:00 ص، فسيقوم التنبيه بإيقاظك في وقت ما بين الساعة 06:30 و07:00 ص عند بلوغ حالة من النوم الخفيف. وإذا لم تصل إلى حالة النوم الخفيف أثناء هذه الفترة، فسيقوم تنبيه الإيقاظ الذكي بإيقاظك الساعة 07:00 ص.

! إذا كنت ترغب في إضافة تنبيه إيقاظ ذكي أو إزالته أو تغييره، فيجب أن يكون SmartBand 2 متصلاً بجهاز Android™.

لإضافة تنبيه إيقاظ ذكي

- 1 من شاشة التطبيق الرئيسية بجهاز Android™، ابحث وانقر نقرًا سريعًا على SmartBand 2 < إعدادات.
- 2 انقر نقرًا سريعًا على الإيقاظ الذكي، ثم انقر نقرًا سريعًا على +.
- 3 انقر نقرًا سريعًا على الوقت وحدد القيم ذات الصلة للساعة والدقيقة، ثم انقر نقرًا سريعًا على موافق.
- 4 لتحرير مدة، انقر نقرًا سريعًا على رمزي علامتي الجمع أو الطرح بجوار مدة الإيقاظ.
- 5 انقر نقرًا سريعًا على تكرار، ثم حدد الأيام التي ترغب في تكرار التنبيه فيها وانقر نقرًا سريعًا على موافق.
- 6 عند الانتهاء، انقر نقرًا سريعًا على حفظ.

لتحرير تنبيه إيقاظ ذكي موجود

- 1 من شاشة التطبيق الرئيسية بجهاز Android™، ابحث وانقر نقرًا سريعًا على SmartBand 2 < إعدادات.
- 2 انقر نقرًا سريعًا على الإيقاظ الذكي، ثم انقر على التنبيه الذي ترغب في تحريره.
- 3 قم بتحرير الخيارات بالشكل المطلوب.
- 4 عند الانتهاء، انقر نقرًا سريعًا على حفظ.

لحذف تنبيه إيقاف ذكي

- 1 من شاشة التطبيق الرئيسية بجهاز Android™، ابحث وانقر نقرًا سريعًا على SmartBand 2 < : < إعدادات.
- 2 انقر نقرًا سريعًا على الإيقاف الذكي، ثم على العلامة التي ترغب في حذفها.
- 3 انقر نقرًا سريعًا على حذف.

لتشغيل تنبيه إيقاف ذكي

- 1 من شاشة التطبيق الرئيسية بجهاز Android™، ابحث وانقر نقرًا سريعًا على SmartBand 2 < : < إعدادات.
- 2 انقر نقرًا سريعًا على الإيقاف الذكي.
- 3 اسحب شريط التمرير الموجود بجوار التنبيه الذي تريد تشغيله.

لتعيين غفوة لتنبيه إيقاف ذكي عند اهتزاز جهاز SmartBand 2

- اضغط لفترة وجيزة على مفتاح التشغيل.

إيقاف تشغيل تنبيه إيقاف ذكي عند اهتزاز SmartBand 2

- اضغط مع الاستمرار على مفتاح التشغيل، حتى يهتز SmartBand 2 مرة واحدة لمدة قصيرة.

لتشغيل وظيفة اهتزاز منخفض

- اسحب شريط التمرير اهتزاز منخفض إلى موضع التشغيل.

إشعارات تنبيه الخروج من النطاق

يمكنك تلقي إشعار عندما تترك جهازك الذي يعمل بنظام Android™ عن طريق تشغيل إشعار الخروج من النطاق. تصدر عن SmartBand 2 ثلاثة اهتزازات قصيرة لإعلامك بأن المسافة بين SmartBand 2 والجهاز المتصل الذي يعمل بنظام Android™ أصبحت كبيرة جدًا وسيُتسبب ذلك في قطع الاتصال. يتم إيقاف تشغيل هذه الوظيفة بشكل افتراضي.

لتشغيل وظيفة تنبيه خروج من النطاق

- 1 من شاشة التطبيق الرئيسية بجهاز Android™، ابحث وانقر نقرًا سريعًا على SmartBand 2 < : < إعدادات.
- 2 انقر نقرًا سريعًا فوق تلقي الإشعارات، ثم اسحب شريط التمرير بجانب تنبيه خارج النطاق إلى وضع التشغيل.

عدم الإزعاج

يمكنك تشغيل وظيفة "عدم الإزعاج" إذا لم تكن تريد مقاطعة الإشعارات لعملك. عندما تكون وظيفة "عدم الإزعاج" ممكّنة، يكون "تنبيه الإيقاف الذكي" فقط نشطًا.

لتشغيل وظيفة "عدم الإزعاج"

- 1 من شاشة التطبيق الرئيسية بجهاز Android™، ابحث وانقر نقرًا سريعًا على SmartBand 2 < : < إعدادات.
- 2 انقر نقرًا سريعًا فوق تلقي الإشعارات < عدم الإزعاج، ثم اسحب شريط التمرير بجانب إيقاف إلى وضع التشغيل.

لتعيين فاصل "عدم الإزعاج"

- 1 من شاشة التطبيق الرئيسية بجهاز Android™، ابحث وانقر نقرًا سريعًا على SmartBand 2 < إعدادات.
- 2 انقر نقرًا سريعًا فوق تلقي الإشعارات < عدم الإزعاج، ثم اسحب شريط التمرير بجانب إيقاف إلى وضع التشغيل.
- 3 انقر نقرًا سريعًا على وقت البدء وحدد القيم ذات الصلة للساعة والدقيقة، ثم انقر نقرًا سريعًا على موافق.
- 4 انقر نقرًا سريعًا على وقت الانتهاء وحدد القيم ذات الصلة للساعة والدقيقة، ثم انقر نقرًا سريعًا على موافق.

التحكم عن بعد

يمكنك استخدام SmartBand 2 للتحكم في تشغيل الوسائط، وتطبيق "البحث عن الهاتف" على جهاز Android™ المتصل. يمكنك تحديد التطبيق الذي تريد التحكم فيه باستخدام SmartBand 2. في حالة تحديد تطبيق "البحث عن الهاتف"، يمكنك جعل جهاز Android™ يُصدر رنينًا عاليًا.

! تضبط مصابيح الإشعارات الثلاثة على جهاز SmartBand 2 بالأزرق، عندما تستخدمه كجهاز تحكم عن بُعد.

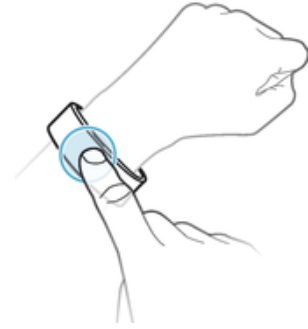
لتشغيل وظيفة التحكم عن بُعد

- 1 من شاشة التطبيق الرئيسية بجهاز Android™، ابحث وانقر نقرًا سريعًا على SmartBand 2 < إعدادات.
- 2 انقر نقرًا سريعًا فوق التحكم عن بعد، ثم اسحب شريط التمرير بجانب إيقاف إلى وضع التشغيل.

لتحديد التطبيق الذي يمكن استخدامه مع جهاز التحكم عن بُعد

- 1 من شاشة التطبيق الرئيسية بجهاز Android™، ابحث وانقر نقرًا سريعًا على SmartBand 2 < إعدادات.
- 2 انقر نقرًا سريعًا فوق التحكم عن بعد، ثم اسحب شريط التمرير بجانب إيقاف إلى وضع التشغيل.
- 3 انقر نقرًا سريعًا فوق الوظيفة النشطة، ثم حد التطبيق المطلوب.

للتحكم في تشغيل الموسيقى على جهاز Android™ من SmartBand 2



- 1 تأكد من اتصال SmartBand 2 بجهاز Android™.
- 2 حدد مشغل الموسيقى باعتباره التطبيق الذي يمكن التحكم به من خلال جهاز SmartBand 2.
- 3 اضغط لفترة وجيزة على مفتاح التشغيل على SmartBand 2.
- 4 لتشغيل ملف الموسيقى أو إيقافه مؤقتًا، انقر فوق SmartBand 2 مرة واحدة. وللاتقال إلى ملف الموسيقى التالي، انقر نقرًا سريعًا لمرتين. بينما للعودة إلى ملف الموسيقى السابق، انقر نقرًا سريعًا ثلاث مرات.
- 5 لإنهاء التحكم عن بُعد، اضغط لفترة وجيزة على مفتاح التشغيل أو انتظر لمدة 10 ثوانٍ دون النقر فوق SmartBand 2. تنطفئ مصابيح الإشعار الزرقاء الثلاثة.

الاتصال بتطبيق Google Fit

يمكنك استخدام SmartBand 2 مع خدمة Google Fit، الخاصة بالصحة واللياقة عبر الإنترنت من Google. باستخدام تطبيق Google Fit، يمكنك قياس بيانات اللياقة وتتبعها وتخزينها عبر الإنترنت.

لتوصيل جهاز SmartBand 2 بتطبيق Google Fit

- 1 من شاشة التطبيق الرئيسية بجهاز Android™، ابحث وانقر نقرًا سريعًا على **SmartBand 2 < إعدادات >**.
- 2 انقر نقرًا سريعًا على **تطبيق Google Fit**، ثم اسحب شريط التمرير الموجود بجوار إيقاف إلى موضع التشغيل، ثم اتبع الإرشادات التي تظهر على الشاشة لتأكيد حساب Google.

تطبيقات الجهات الخارجية

يمكنك استخدام SmartBand 2 بقياس معدل ضربات القلب باستخدام تطبيقات الصحة من جهات خارجية.

للإتصال بتطبيقات من جهات خارجية

- ! ينقطع اتصال تطبيق المضيف مؤقتًا أثناء إعداد تطبيقات الجهات الخارجية، لذا تأكد من عدم اتصال أية تطبيقات من جهات خارجية مثبتة مسبقًا أثناء الإعداد.
- 1 من شاشة التطبيق الرئيسية بجهاز Android™، ابحث وانقر نقرًا سريعًا على **SmartBand 2 < إعدادات >**.
 - 2 انقر فوق **تطبيقات الجهات الخارجية**، ثم انقر فوق **موافق** للتأكد من اتصال SmartBand 2 بالتطبيقات الأخرى لوضع دقائق.
 - 3 انقر فوق **حسنًا**، موافق لتجاهل الرسالة.
- ☑ انقر فوق **Cancel** لإنهاء عملية الاتصال.

مصايح الإشعار

يمكنك تحديد حالة SmartBand 2 عبر مصايح الإشعار الثلاثة على الجهاز.

حالة جهاز SmartBand 2	نشاط مصباح الإشعار
قيد التشغيل	تضيء جميع المصايح بالأبيض واحدًا تلو الآخر، ثم تنطفئ معًا.
قيد إيقاف التشغيل	تضيء جميع المصايح بالأبيض معًا، ثم تنطفئ واحدًا تلو الآخر.
جار إعادة تعيين بيانات المصنع/تحديث البرنامج الثابت	يومض المصباح أ بالأخضر
جار التوصيل بجهاز Android™	يومض المصباح أ بالأزرق
تم التوصيل بجهاز Android™	تضيء جميع المصايح بالأزرق واحدًا تلو الآخر، ثم تنطفئ معًا.
غير متصل بجهاز Android™	تضيء جميع المصايح بالأبيض واحدًا تلو الآخر، ثم تنطفئ معًا.
جار قياس مستوى النبض والإجهاد والتعافي يدويًا	تضيء جميع المصايح بالبرتقالي باستمرار
جار التحكم عن بعد	تضيء جميع المصايح بالأزرق باستمرار
مستوى شحن البطارية منخفض	تضيء جميع المصايح بالأحمر باستمرار
مكالمات واردة	تومض جميع المصايح بالأبيض باستمرار
إشعارات أخرى	المصباح أ يومض باللون نفسه الذي على جهاز Android™ لخمس دقائق إشعارات أخرى

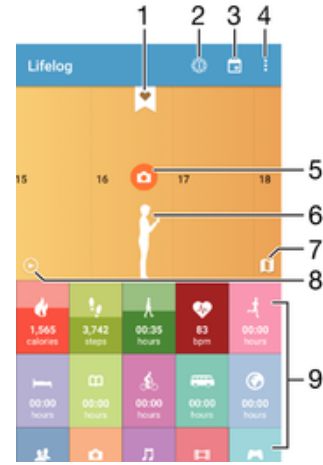
تسجيل الأنشطة باستخدام تطبيق Lifelog

استخدام تطبيق Lifelog

يسجل تطبيق Lifelog أنشطتك البدنية والاجتماعية والترفيهية. مثلاً، يمكنك مراقبة إجهادك وتعافيك، ومعرفة مقدار المدة التي قضيتها في المشي أو الركض. كما يمكنك معرفة الصور التي قمت بالتقاطها والموسيقى التي استمعت إليها. لبدء استخدام تطبيق Lifelog، يجب تنزيله من Google Play™، ثم إعداد حساب.

تستند الإحصائيات التي تصدر عن تطبيق Lifelog بالرجوع إلى الأنشطة البدنية التي تقوم بها، على سبيل المثال، المسافة المقطوعة أثناء المشي وعدد السرعات الحرارية على بيانات الطول والوزن التي تقوم بتوفيرها. قد تختلف النتائج من مستخدم لآخر. أيضاً، تذكّر أنك بحاجة إلى اتصال إنترنت لمزامنة البيانات مع تطبيق Lifelog وجهاز Android™.

صُمم تطبيق Lifelog لمساعدتك على تعقب أنشطتك اليومية، بما فيها التمارين التي تُجرها. ولكن، لاحظ أن منتجات Smart ليست أجهزة طبية، ولا يمكن الاعتماد على البيانات التي تحصل عليها من Lifelog كبديل عن استشارة أخصائي طبي مؤهل.



1	عرض معلومات تفصيلية حول Life Bookmark
2	عرض قائمة برؤى Lifelog المبتكرة، كمقارنة خطواتك بخطوات آخرين
3	عرض جميع الأنشطة المسجلة لليوم المحدد
4	عرض خيارات القائمة
5	عرض معلومات حول استخدام التطبيق
6	عرض سجل الأنشطة البدنية
7	التبديل بين لوحة المعلومات وعرض الخريطة
8	عرض جميع الأنشطة المسجلة منذ بدء اليوم
9	لوحة معلومات الأنشطة

إعداد حساب لتطبيق Lifelog

- 1 من شاشة التطبيق الرئيسية بجهاز Android™، ابحث عن Lifelog وانقر نقرًا سريعًا فوقه.
- 2 اتبع الإرشادات التي تظهر على الشاشة وإقبل الشروط والبنود.
- 3 قم بإنشاء حساب جديد أو تحديد حساب موجود بالفعل.
- 4 اتبع الإرشادات التي تظهر على الشاشة لإنشاء حساب Lifelog.

لتسجيل الدخول إلى تطبيق Lifelog

- 1 من شاشة التطبيق الرئيسية بجهاز Android™، ابحث عن Lifelog وانقر نقرًا سريعًا فوقه.
- 2 اتبع الإرشادات التي تظهر على الشاشة واقبل الشروط والبنود.

ضبط طول الخطوة للمشي والجري

يستخدم تطبيق Lifelog عدد الخطوات التي قمت بها وطول الخطوة لحساب المسافة التي قمت بمشيها أو جريها. يعتمد طول الخطوة التلقائي المستخدم بشكل افتراضي على الجنس والطول. إذا شعرت بأن المسافات التي يتم قياسها باستخدام تطبيق Lifelog غير دقيقة بالقدر الكافي، فيمكنك ضبط طول الخطوة.

لضبط طول الخطوة للمشي

- 1 من شاشة التطبيق الرئيسية بجهاز Android™، ابحث عن Lifelog وانقر نقرًا سريعًا فوقه.
- 2 انقر فوق **< إعدادات > نمط**.
- 3 ابحث عن **طول المشية** انقر نقرًا سريعًا فوقه.
- 4 قم بإلغاء تحديد مربع الاختيار **تلقائي** إذا كان محددًا، ثم مرر لأعلى أو لأسفل لضبط الإعداد ثم انقر نقرًا سريعًا فوق **تعيين**.

لضبط طول الخطوة للركض

- 1 من شاشة التطبيق الرئيسية بجهاز Android™، ابحث عن Lifelog وانقر نقرًا سريعًا فوقه.
- 2 انقر فوق **< إعدادات > نمط**.
- 3 ابحث عن **طول مشية الركض** انقر نقرًا سريعًا فوقه.
- 4 قم بإلغاء تحديد مربع الاختيار **تلقائي** إذا كان محددًا، ثم مرر لأعلى أو لأسفل لضبط الإعداد ثم انقر نقرًا سريعًا فوق **تعيين**.

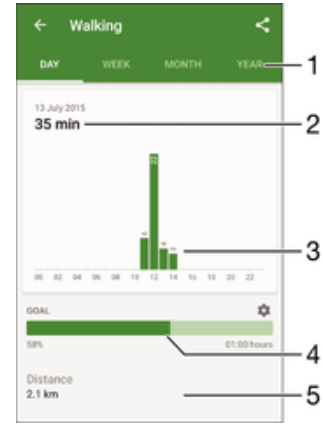
نظرة عامة على مربع النشاط



- 1 عرض مقدار السرعات الحرارية النشطة التي حرقها أثناء التمرين والسرعات الحرارية الموجبة التي حرقها أثناء عدم التمرين
- 2 عرض ساعات النوم والتحقق من نوعية النوم استنادًا إلى المعلومات المُجمعة
- 3 عرض عدد الخطوات التي خطوتها وسجلتها في تطبيق Lifelog
- 4 عرض إجمالي الوقت الذي قضيته أثناء ركوب دراجة لأكثر من مجرد خطوات قليلة
- 5 عرض إجمالي الوقت الذي قضيته أثناء المشي لأكثر من مجرد خطوات قليلة
- 6 عرض إجمالي الوقت الذي قضيته أثناء استقلال وسيلة مواصلات لأكثر من مجرد خطوات قليلة
- 7 عرض السجل الزمني لمستويات النض والإجهاد والتعافي المسجلة في تطبيق Lifelog
- 8 عرض الوقت الذي قضيته وأنت تستخدم تطبيقات للتواصل مثل Google Play™ وتطبيقات معينة مثل تطبيق الهاتف والمراسلة المقدمين من Sony
- 9 عرض إجمالي الوقت الذي قضيته في الركض بمعدل عالٍ لحساب الخطوات لكل دقيقة لأكثر من مجرد خطوات قليلة
- 10 عرض عدد الصور التي التقطتها

11	عرض إجمالي الوقت الذي قضيته في التصفح أثناء استخدام تطبيقات من Google Play™ ومستعرضات ويب معينة
12	عرض إجمالي الوقت الذي قضيته في قراءة الكتب أو الموضوعات الكوميدية باستخدام تطبيقات من Google Play™ وتطبيقات أخرى معينة
13	عرض إجمالي الوقت الذي قضيته في ممارسة الألعاب باستخدام تطبيقات من Google Play™
14	عرض إجمالي الوقت الذي قضيته وأنت تشاهد الأفلام والعروض التلفزيونية وغير ذلك من المحتويات المرئية باستخدام تطبيقات من Google Play™ وتطبيقات أخرى معينة
15	تحرير لإظهار الأنشطة أو إخفائها
16	عرض الوقت الذي قضيته وأنت تستمع إلى الموسيقى باستخدام تطبيقات من Google Play™ وتطبيقات معينة مثل تطبيق "الموسيقى"
17	عرض جميع Life Bookmarks المسجلة

نظرة عامة على النشاط



1	عرض البيانات بطريقة عرض يوم أو أسبوع أو شهر أو عام
2	عرض نشاطك الحالي بوحدات مختلفة
3	عرض حجم النشاط باستخدام نوع الوحدة الذي اخترته
4	عرض حالة هدفك الحالي
5	تفاصيل حول النشاط

إعداد الأهداف

قم بإعداد أهداف لأنشطتك في حياتك اليومية، مثل عدد الخطوات التي يجب قطعها، أو عدد السعرات الحرارية التي تريد حرقها.

لتعيين هدف

- 1 في تطبيق Lifelog، انقر فوق النشاط الذي تريد إعداد الهدف له.
- 2 انقر نقرًا سريعًا فوق اليوم، ثم ابحث عن وانقر فوقه.
- 3 انتقل لأعلى أو لأسفل لضبط قيمة الهدف، ثم انقر فوق تعيين.


تحرير الأنشطة المسجلة

يمكن أن يتعرف تطبيق Lifelog على أربعة أنواع من أنشطة الحركة، هي: المشي، والركض، وركوب الدراجات، وركوب المواصلات. ويمكنك تغيير نوع النشاط الحركي المسجل أو حذف نشاط نوم، حسبما تريد.

لتغيير نوع النشاط الحركي

- 1 من شاشة التطبيق الرئيسية بجهاز Android™، ابحث عن **Lifelog** وانقر نقرًا سريعًا فوقه.
- 2 قم بالتمرير لليسار أو اليمين على المخطط الزمني للانتقال إلى النشاط الحركي المسجل الذي تريد تغييره.
- 3 انقر نقرًا سريعًا على الرسم المتحرك للنشاط الحركي، ثم انقر نقرًا سريعًا على > تحرير النشاط.
- 4 حدد نوع نشاط ثم انقر نقرًا سريعًا على تم.

لحذف نشاط نوم

- 1 من شاشة التطبيق الرئيسية بجهاز Android™، ابحث عن **Lifelog** وانقر نقرًا سريعًا فوقه.
- 2 قم بالتمرير لليسار أو اليمين على المخطط الزمني للانتقال إلى نشاط النوم المسجل الذي تريد حذفه.
- 3 انقر نقرًا سريعًا على الرسم المتحرك لنشاط النوم، ثم انقر نقرًا سريعًا على  حذف.

مزامنة البيانات مع تطبيق Lifelog

عندما يتم توصيل SmartBand 2 بجهاز Android™، تتم مزامنة البيانات تلقائيًا مع تطبيق Lifelog. عند فصل SmartBand 2 عن جهاز Android™، يمكنه متابعة تجميع البيانات حتى تمتلئ الذاكرة. لذا يوصى بمزامنة البيانات بين الجهازين بانتظام لإخلاء مساحة ذاكرة على SmartBand 2.

معلومات مهمة

استخدام SmartBand 2 في البيئات المطيرة والملينة بالغبار

جهاز SmartBand 2 مقاوم للماء ومحمي من الأتربة، لذلك لا تقلق إذا تعرضت للمطر أو أردت غسل الغبار مباشرة بعد ارتدائه لمدة زمنية معينة. ولكن تذكر أن جهاز SmartBand 2 محمي فقط من المياه العذبة والمياه المعالجة بالكلور حتى عمق 3 أمتار ويحد أقصى 30 دقيقة. اغسل جهاز SmartBand 2 بماء عذب تحت صنوبر وجففه تمامًا بعد السباحة. يؤدي سوء استخدام جهاز SmartBand 2 أو الاستخدام غير السليم له إلى إبطال الضمان. الجهاز مصنف وفقًا للحماية من الأجسام الدخيلة بالتصنيفين IP65/68. لمزيد من المعلومات، راجع support.sonymobile.com.

يحتوي جهاز SmartBand 2 على منفذ USB بدون غطاء. يجب تحفيف منفذ USB تمامًا قبل توصيل كبل لشحن الجهاز. إذا تعرض جهاز SmartBand 2 إلى الماء وتعرض منفذ USB للبلل، فجفف جهاز SmartBand 2 تمامًا باستخدام قطعة قماش ناعمة من الألياف الصناعية وقم بهزه عدة مرات مع توجيهه منفذ USB لأسفل. أعد إجراء هذه العملية حتى لا ترى أي رطوبة في منفذ USB.

لا يغطي الضمان التلف أو العيوب التي سببها سوء استخدام جهاز SmartBand 2 أو الاستخدام غير السليم له بما يخالف إرشادات شركة Sony Mobile. لمزيد من المعلومات حول الضمان، راجع نشرة "المعلومات المهمة" التي يمكن الوصول إليها عبر support.sonymobile.com.

معلومات قانونية

Sony SWR12

هذا المنتج مصمم لمساعدتك على تعقب تمارينك ونمط حياتك، وهو ليس جهازًا طبيًا، ويجب ألا يُستعان بالبيانات التي يتم الحصول عليها منه في اتخاذ قرارات طبية (كالوقاية من مرض أو إصابة أو تشخيصها أو مراقبتها أو علاجها)، كما لا تعد تلك البيانات بديلاً عن استشارة أخصائي طبي. تخلي Sony Mobile مسؤوليتها عن ضمان إمكانية استخدام هذا الجهاز أو ملاءمته للأغراض الطبية. اطلب المشورة الطبية قبل الخضوع لنظام تدريب جديد أو بديل باستخدام هذا الجهاز، وبخاصة في حالة استخدام هذا الجهاز مع جهاز تنظيم ضربات القلب أو أجهزة طبية أخرى.



قبل الاستخدام، يرجى قراءة نشرة المعلومات المهمة المقدّمة بصورة منفصلة.

تم نشر دليل المستخدم هذا بواسطة شركة Sony Mobile Communications Inc. أو شركة محلية تابعة لها، بدون أي ضمان. ويجوز لشركة Sony Mobile Communications Inc. إجراء تحسينات وتغييرات على دليل المستخدم هذا، والتي أوجبتها الأخطاء الإملائية، أو حالات عدم الدقة في المعلومات الحالية، أو التحسينات في البرامج، وأو الأجهزة، وذلك في أي وقت ومن دون إشعار غير أن هذه التغييرات سيتم دمجها بالإصدارات الجديدة من دليل المستخدم هذا. جميع الحقوق محفوظة.

©2015 Sony Mobile Communications Inc.

تختلف إمكانية التشغيل التفاعلي والتوافق بين الأجهزة المزوّدة بتقنية Bluetooth®. وبدعم الجهاز بشكل عام المنتجات التي تستخدم مواصفات Bluetooth الإصدار 1.2 أو أعلى، ونمط سماعة الرأس أو الوضع حر اليدين.

تعد Sony العلامة التجارية أو العلامة التجارية المسجلة لصالح شركة Sony Corporation. إن Bluetooth هي علامة تجارية لشركة Bluetooth (SIG) Inc. ويتم استخدامها بموجب ترخيص. وتكون كل العلامات الأخرى ملكية خاصة لأصحابها المعنيين. جميع الحقوق محفوظة.

جميع أسماء المنتجات والشركات المذكورة في هذا الدليل عبارة عن علامات تجارية أو علامات تجارية مسجلة لمالكها المعنيين. وتكون أي حقوق غير منصوص عليها هنا صراحة محفوظة. جميع العلامات التجارية الأخرى ملكية خاصة لأصحابها المعنيين.

تفضل بزيارة الموقع www.sonymobile.com لمزيد من المعلومات.

جميع الرسوم التوضيحية خاصة بالتوضيح فحسب وقد لا تتشكّل بالتالي وصفاً دقيقاً للملحق الفعلي.

Declaration of Conformity for SWR12

CE 0682

Hereby, Sony Mobile declares that the equipment type **RD-0071** is in compliance with Directive: **2014/53/EU**. The full text of the EU declaration of conformity is available at the following internet address: <http://www.compliance.sony.de/>

С настоящото Sony Mobile декларира, че радиосъоръжение тип **RD-0071** е в съответствие с Директива; **2014/53/ЕС**. Цялостният текст на ЕС декларацията за съответствие може да се намери на следния интернет адрес: <http://www.compliance.sony.de/>

Sony Mobile ovime izjavljuje da je radijska oprema tipa **RD-0071** u skladu s Direktivom; **2014/53/EU**. Cjeloviti tekst EU izjave o sukladnosti dostupan je na sljedećoj internetskoj adresi: <http://www.compliance.sony.de/>

Sony Mobile tímto prohlašuje, že radiové zařízení typ **RD-0071** je v souladu se směrnicí; **2014/53/EU**. Úplné znění EU prohlášení o shodě je k dispozici na této internetové adrese: <http://www.compliance.sony.de/>

Hermed erklarer Sony Mobile, at radioudstyrstypen **RD-0071** er i overensstemmelse med direktiv; **2014/53/EU**. EU-overensstemmelseserklaringens fulde tekst kan findes på følgende internetadresse: <http://www.compliance.sony.de/>

Hierbij verklaart Sony Mobile dat het type radioapparatuur **RD-0071** conform is met Richtlijn; **2014/53/EU**. De volledige tekst van de EU-conformiteitsverklaring kan worden geraadpleegd op het volgende internetadres: <http://www.compliance.sony.de/>

Käesolevaga deklareerib Sony Mobile, et käesolev raadioseadme tüüp **RD-0071** vastab direktiivi; **2014/53/EL** nõuetele. ELi vastavusdeklaratsiooni täielik tekst on kättesaadav järgmisel internetiaadressil: <http://www.compliance.sony.de/>

Sony Mobile vakuuttaa, että radiolaitetyyppi **RD-0071** on direktiivin; **2014/53/EU** mukainen. EU-vaatimustenmukaisuusvakuutuksen täysimittainen teksti on saatavilla seuraavassa internetosoitteessa: <http://www.compliance.sony.de/>

Le soussigné, Sony Mobile, déclare que l'équipement radioélectrique du type **RD-0071** est conforme à la directive; **2014/53/UE**. Le texte complet de la déclaration UE de conformité est disponible à l'adresse internet suivante: <http://www.compliance.sony.de/>

Hiermit erklärt Sony Mobile, dass der Funkanlagentyp **RD-0071** der Richtlinie; **2014/53/EU** entspricht. Der vollständige Text der EU-Konformitätserklärung ist unter der folgenden Internetadresse verfügbar: <http://www.compliance.sony.de/>

Με την παρούσα η Sony Mobile, δηλώνει ότι ο ραδιοεξοπλισμός **RD-0071** πληροί τους όρους της οδηγίας; **2014/53/ΕΕ**. Το πλήρες κείμενο της δήλωσης συμμόρφωσης ΕΕ διατίθεται στην ακόλουθη ιστοσελίδα στο διαδίκτυο: <http://www.compliance.sony.de/>

Sony Mobile igazolja, hogy a **RD-0071** típusú rádióberendezés megfelel a; **2014/53/EU** irányelvnek. Az EU-megfelelőségi nyilatkozat teljes szövege elérhető a következő internetes címen: <http://www.compliance.sony.de/>

Il fabbricante, Sony Mobile, dichiara che il tipo di apparecchiatura radio **RD-0071** è conforme alla direttiva; **2014/53/EU**. Il testo completo della dichiarazione di conformità UE è disponibile al seguente indirizzo Internet: <http://www.compliance.sony.de/>

Ar šo Sony Mobile deklarē, ka radioiekārta **RD-0071** atbilst Direktīvai; **2014/53/ES**. Pilns ES atbilstības deklarācijas teksts ir pieejams šādā interneta vietnē: <http://www.compliance.sony.de/>

Mes, Sony Mobile, patvirtiname, kad radijo įrenginių tipas **RD-0071** atitinka Direktyvą; **2014/53/ES**. Visas ES atitikties deklaracijos tekstas prieinamas šiuo interneto adresu: <http://www.compliance.sony.de/>

Il-Kumpanija Sony Mobile tiddikjara li t-tagħmir tar-radju tat tip **RD-0071** huwa konformi mad-Direttiva; **2014/53/EU**. It-test sħiħ tad-dikjarazzjoni ta' konformita tal-UE huwa disponibbli f'dan l-indirizz tal-Internet li ġej: <http://www.compliance.sony.de/>

Herved erklarer Sony Mobile at radioutstyr typen **RD-0071** er i samsvar med direktiv; **2014/53/EU**. EU-erklaring fulltekst finner du pa Internett under: <http://www.compliance.sony.de/>

Sony Mobile niniejszym oświadcza, że typ urządzenia radiowego **RD-0071** jest zgodny z dyrektywą; **2014/53/UE**. Pełny tekst deklaracji zgodności UE jest dostępny pod następującym adresem internetowym: <http://www.compliance.sony.de/>

O(a) abaixo assinado(a) Sony Mobile declara que o presente tipo de equipamento de rádio **RD-0071** está em conformidade com a Diretiva; **2014/53/UE**. O texto integral da declaração de conformidade está disponível no seguinte endereço de Internet: <http://www.compliance.sony.de/>

Prin prezenta, Sony Mobile declară că tipul de echipament radio **RD-0071** este în conformitate cu Directiva; **2014/53/UE**. Textul integral al declarației UE de conformitate este disponibil la următoarea adresă internet: <http://www.compliance.sony.de/>

Sony Mobile potrjuje, da je tip radijske opreme **RD-0071** skladen z Direktivo; **2014/53/EU**. Celotno besedilo izjave EU o skladnosti je na voljo na naslednjem spletnem naslovu: <http://www.compliance.sony.de/>

Sony Mobile týmto vyhlasuje, že rádiové zariadenie typu **RD-0071** je v súlade so smernicou; **2014/53/EÚ**. Úplné EÚ vyhlásenie o zhode je k dispozícii na tejto internetovej adrese: <http://www.compliance.sony.de/>

Por la presente, Sony Mobile declara que el tipo de equipo radioeléctrico **RD-0071** es conforme con la Directiva; **2014/53/UE**. El texto completo de la declaración UE de conformidad está disponible en la dirección Internet siguiente: <http://www.compliance.sony.de/>

Härmed försäkrar Sony Mobile att denna typ av radioutrustning **RD-0071** överensstämmer med direktiv; **2014/53/EU**. Den fullständiga texten till EU-försäkran om överensstämmelse finns på följande webbadress: <http://www.compliance.sony.de/>

Bu belgeyle, Sony Mobile Communications Inc., **RD-0071** tipi telsiz cihazının **2014/53/EU** sayılı Direktife uygun olduğunu beyan etmektedir. AB Uygunluk beyanının tüm metnine şu internet adresinden ulaşılabilir: <http://www.compliance.sony.de/>

FCC Statement

This device complies with Part 15 of the FCC rules. Operation is subject to the following two conditions: (1) This device may not cause harmful interference, and (2) This device must accept any interference received, including interference that may cause undesired operation

Any change or modification not expressly approved by Sony may void the user's authority to operate the equipment

This equipment has been tested and found to comply with the limits for a Class B digital device, pursuant to Part 15 of the FCC Rules. These limits are designed to provide reasonable protection against harmful interference in a residential installation. This equipment generates, uses and can radiate radio frequency energy and, if not installed and used in accordance with the instructions, may cause harmful interference to radio communications. However, there is no guarantee that interference will not occur in a particular installation

If this equipment does cause harmful interference to radio or television reception, which can be determined by turning the equipment off and on, the user is encouraged to try to correct the interference by one or more of the following measures

- Reorient or relocate the receiving antenna
- Increase the separation between the equipment and receiver
- Connect the equipment into an outlet on a circuit different from that to which the receiver is connected
- Consult the dealer or an experienced radio/TV technician for help

AVISO IMPORTANTE PARA MÉXICO

La operación de este equipo está sujeta a las siguientes dos condiciones: (1) es posible que este equipo o dispositivo no cause interferencia perjudicial y (2) este equipo o dispositivo debe aceptar cualquier interferencia, incluyendo la que pueda causar su operación no deseada.
Para consultar la información relacionada al número del certificado, refiérase a la etiqueta del empaque y/o del producto.
Alimentación: 3,7 Vcc

Industry Canada Statement

This device complies with Industry Canada's licence-exempt RSSs. Operation is subject to the following two conditions: (1) This device may not cause interference; and (2) This device must accept any interference, including interference that may cause undesired operation of the device.

Avis d'industrie Canada

Le présent appareil est conforme aux CNR d'Industrie Canada applicables aux appareils radio exempts de licence. L'exploitation est autorisée aux deux conditions suivantes: (1) l'appareil ne doit pas produire de brouillage; (2) l'utilisateur de l'appareil doit accepter tout brouillage radioélectrique subi, même si le brouillage est susceptible d'en compromettre le fonctionnement.