



SM-R350

دفترچه راهنمای کاربر

درباره این دفترچه راهنما

می توانید از این Gear Fit به عنوان دستگاه همراه دستگاه های تلفن همراه Android™ سامسونگ استفاده کنید. این دفترچه راهنمای کاربر به طور ویژه ای برای تشریح برنامه ها و ویژگی هایی که هنگام متصل شدن Gear Fit به دستگاه تلفن همراه در دسترس قرار می گیرد، طراحی شده است.

- لطفا قبل از استفاده از Gear Fit برای اطمینان از استفاده ایمن و درست، این دفترچه راهنما را به دقت بخوانید.
- شرح ها بر اساس تنظیمات پیش فرض Gear Fit ارائه شده اند.
- عکس ها و تصاویر به کار رفته در این راهنما ممکن است بطور ظاهری با محصول واقعی تفاوت داشته باشند.
- محتویات ممکن است با محصول نهایی یا با نرم افزار ارائه شده توسط ارائه دهنده سرویس یا اپراتورها تفاوت داشته باشد و مشمول تغییرات بدون اطلاع قبلی می باشد. برای دریافت جدیدترین نسخه این دفترچه راهنما، به وب سایت سامسونگ، www.samsung.com مراجعه کنید.
- ویژگی های موجود و خدمات جانبی ممکن است بسته به Gear Fit، نرم افزار یا ارائه دهنده خدمات متفاوت باشد.
- برنامه ها و عملکردهای آنها ممکن است با توجه به کشور، منطقه یا مشخصات سخت افزار متفاوت باشند. سامسونگ در قبال مشکلات عملکردی ناشی از برنامه های کاربردی تهیه کنندگانی بجز سامسونگ مسئولیتی ندارد.
- سامسونگ مسئول مشکلات عملکردی یا ناسازگاری های ایجاد شده توسط تنظیمات رجیستری ویرایش شده یا نرم افزار سیستم عامل تغییر یافته نیست. تلاش برای شخصی سازی سیستم عامل ممکن است باعث شود تا Gear Fit یا برنامه ها بدرستی کار نکنند.
- نرم افزار، منابع صوتی، کاغذ دیواری ها، تصاویر و سایر رسانه های ارائه شده در این Gear Fit برای استفاده محدود مجوز دارد. خارج کردن و استفاده از این مطالب برای مقاصد تجاری و غیره نقض قوانین حق نسخه برداری محسوب می شود. مسئولیت کامل استفاده غیرقانونی از رسانه بر عهده کاربران است.
- برنامه های کاربردی پیش فرض که همراه Gear Fit هستند، مشمول به روز رسانی بوده و ممکن است بدون اطلاع قبلی، دیگر پشتیبانی نشوند. اگر درباره برنامه های کاربردی ارائه شده همراه Gear Fit سوالی دارد، با مرکز خدمات سامسونگ تماس بگیرید. در مورد برنامه های نصب شده توسط کاربر، با ارائه دهندگان سرویس تماس بگیرید.
- تغییر در سیستم عامل Gear Fit یا نصب نرم افزارها از منابع غیررسمی، ممکن است باعث عملکرد نادرست Gear Fit یا مخدوش شدن و از دست رفتن داده ها شوند. این اقدامات توافقنامه مجوز سامسونگ را نقض می کند و ضمانتنامه شما را باطل می کند.

نمادهای دستورالعمل

اخطار: وضعیت هایی که می تواند موجب جراحت شما یا دیگران شود



هشدار: وضعیت هایی که می تواند موجب آسیب دیدن دستگاه شما یا سایر وسایل شود



نکته: نکات، ترفندهای استفاده یا سایر اطلاعات



حق نسخه برداری

Copyright © 2014 Samsung Electronics

این راهنما تحت حفاظت قوانین بین المللی حق نسخه برداری می باشد.

هیچ بخشی از آن نمی تواند بدون اجازه کتبی قبلی از Samsung Electronics بازتولید، توزیع، ترجمه یا به هر شکل و وسیله الکترونیکی یا مکانیکی شامل فتوکپی، ضبط، یا ذخیره در حافظه های اطلاعاتی و سیستم های بازیابی اطلاعات منتقل شود.

علائم تجاری

- سامسونگ و لوگوی سامسونگ علائم تجاری ثبت شده Samsung Electronics هستند.
- Bluetooth® علامت تجاری ثبت شده Bluetooth SIG, Inc. در سراسر جهان است.
- سایر علائم تجاری و حق نسخه برداری ها متعلق به صاحبان خود می باشند.

فهرست مطالب

آغاز به کار

۶	درباره Gear Fit
۶	محتویات بسته
۷	نمای کلی دستگاه
۸	دکمه
۱۰	نصب دستگاه روی بند
۱۱	شارژ کردن باتری
۱۴	روشن و خاموش کردن Gear Fit
۱۴	نکاتی درباره استفاده از بلوتوث
۱۵	وصل کردن Gear Fit به یک دستگاه تلفن همراه
۱۸	بستن Gear Fit
۱۹	قفل کردن یا باز کردن قفل Gear Fit
۱۹	تنظیم نور صفحه نمایش

مقدمات

۲۰	مشاهده وضعیت اتصال و وضعیت باتری دستگاه تلفن همراه
۲۰	استفاده از صفحه لمسی
۲۲	مشاهده صفحه اصلی
۲۴	استفاده از برنامه ها
۲۴	بازگشت به صفحه قبلی
۲۵	نمایش تماس های ورودی
۲۵	استفاده از اعلان ها
۲۷	ارتقای Gear Fit

برنامه های کاربردی

۲۹	تایمر
۲۹	کرونومتر
۳۰	برنامه های مدیریت سلامتی
۳۳	خواب
۳۵	قدم شمار
۳۷	تمرین
۴۲	ضربان قلب
۴۵	کنترل رسانه
۴۵	یافتن دستگاه من

تنظیمات

۴۶	ساعت
۴۶	تصویر زمینه
۴۶	نمایشگر
۴۷	بلوتوث
۴۷	حالت انسداد
۴۷	دو بار فشردن
۴۷	نمایه
۴۸	قفل حریم خصوصی
۴۸	بازنشانی Gear Fit
۴۸	اطلاعات Gear Fit

Gear Fit Manager

۴۹ اجرای Gear Fit Manager

۴۹ پیکربندی تنظیمات Gear Fit

۴۹ سبک صفحه اصلی

۵۰ S Health

۵۰ اعلانها

۵۱ تنظیمات

عیب یابی

آغاز به کار

درباره Gear Fit

هنگام متصل کردن Gear Fit به دستگاه تلفن همراه خود، می توانید از Gear Fit برای مشاهده سوابق تماس یا تنظیم هشدارها استفاده کنید. با وصل کردن دستگاه های تلفن همراه توسط Gear Fit به برنامه های مختلف می توانید راحت تر از دستگاه ها استفاده کنید. با وصل کردن Gear Fit به یک دستگاه تلفن همراه، برنامه تمرین را تنظیم کرده و سلامتی خود را مدیریت نمایید.

برای متصل کردن Gear Fit به یک دستگاه تلفن همراه، برنامه **Gear Fit Manager** را در دستگاه تلفن همراه نصب کنید. برنامه **Gear Fit Manager** را در **Samsung Apps** جستجو نمایید یا از apps.samsung.com/gearfit برای دانلود آن دیدن فرمایید.

محتویات بسته

جعبه محصول را بازبینی نمایید و مطمئن شوید اقلام زیر در آن موجود است:

• Gear Fit

• جایگاه شارژکننده

• راهنمای شروع سریع

• اقلام ارائه شده همراه Gear Fit و هر گونه لوازم جانبی ممکن است بسته به ناحیه یا ارائه دهنده سرویس تفاوت کند.



• اقلام ارائه شده فقط برای استفاده با این Gear Fit طراحی شده اند و ممکن است با دستگاه های دیگر سازگار نباشند.

• ظاهر و مشخصات می توانند بدون اطلاع قبلی تغییر کنند.

• می توانید لوازم جانبی بیشتر را از فروشگاه سامسونگ محلی خود خریداری کنید. قبل از خرید اطمینان حاصل کنید که با Gear Fit شما سازگار هستند.

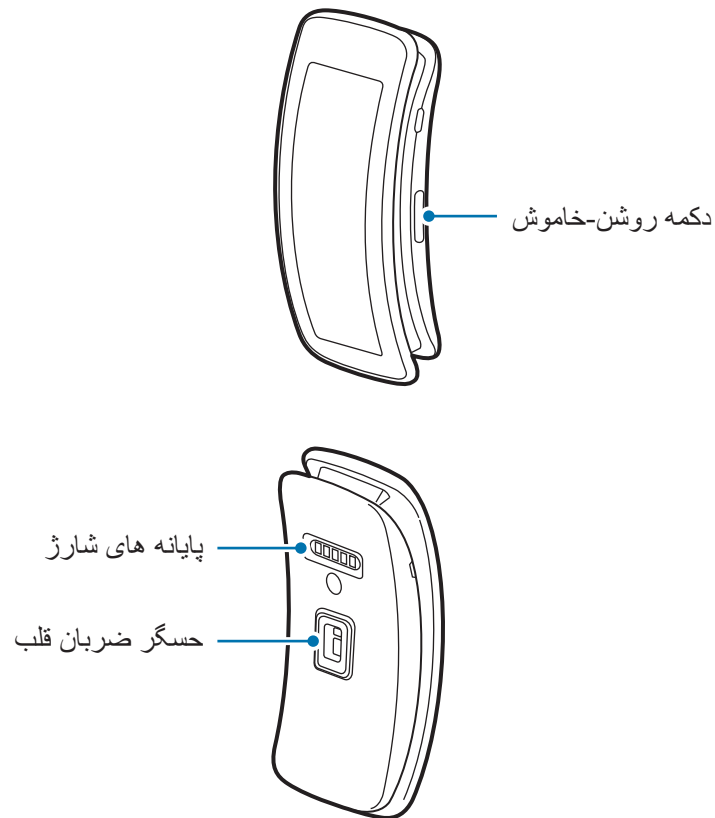
• سایر لوازم جانبی ممکن است با Gear Fit شما سازگار نباشند.

• فقط از لوازم جانبی مورد تایید سامسونگ استفاده کنید. عملکرد نادرست ناشی از استفاده از لوازم جانبی تایید نشده، مشمول ضمانت نامه نمی شود.

• مهیا بودن همه لوازم جانبی کاملاً بسته به شرکت های سازنده، مشمول تغییرات است. برای اطلاعات بیشتر درباره لوازم جانبی موجود، به وب سایت سامسونگ مراجعه کنید.

نمای کلی دستگاه

Gear Fit



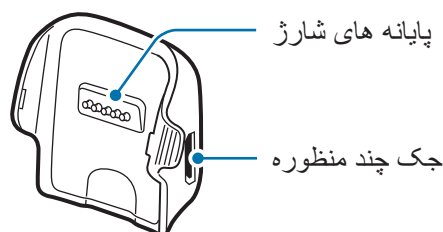
رطوبت و مایعات به Gear Fit شما آسیب می رسانند. Gear Fit خود را خشک نگه دارید.



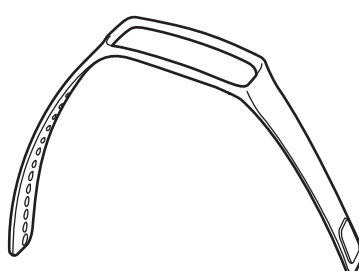
- از محافظ صفحه استفاده نکنید. این کار باعث عملکرد نادرست حسگر صفحه نمایش لمسی می شود.
- نگذارید آب با صفحه لمسی تماس پیدا کند. صفحه لمسی زمانی که در معرض آب یا محیط های مرطوب قرار بگیرد ممکن است درست عمل نکند.



جایگاه شارژ کننده



بند



مطمئن شوید که بند تمیز است. تماس با آلاینده ها مانند گرد و غبار می تواند باعث ایجاد لکه بر روی بند شود که بطور کامل پاک نمی شوند.



دکمه

عملکرد	دکمه
<ul style="list-style-type: none"> فشار داده و نگه دارید تا Gear Fit روشن یا خاموش شود. فشار دهید تا به صفحه ساعت جابجا شوید. برای قفل شدن Gear Fit در صفحه ساعت فشار دهید. برای بازنشانی Gear Fit، به مدت بیش از ۷ ثانیه فشار داده و نگه دارید. 	<p>روشن، خاموش</p>

حفظ مقاومت در برابر آب و گرد و غبار

اگر آب یا گرد و غبار وارد دستگاه شود ممکن است آسیب ببیند. برای جلوگیری از آسیب دیدن دستگاه و حفظ مقاومت آن در برابر آب و گرد و غبار، نکات زیر را به دقت رعایت نمایید.

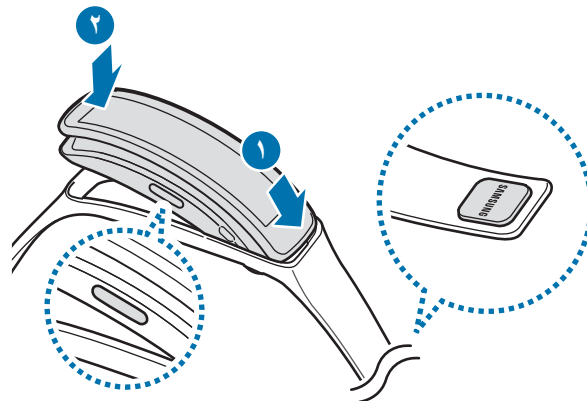
- دستگاه را در آب هایی با عمق بیشتر از ۱ متر فرو نبرید و به مدت بیش از ۳۰ دقیقه غوطه ور نسازید.
- دستگاه را در معرض آب فشار قوی، نظیر آب خروجی از شیر، امواج اقیانوس یا آبشارها قرار ندهید.
- اگر دستگاه یا دست های شما خیس اند، پیش از به کارگیری دستگاه آنها را به طور کامل خشک کنید.
- اگر دستگاه با آب خیس شد، آن را با یک پارچه تمیز و نرم خشک کنید. اگر دستگاه با هر ماده ای غیر از آب خیس شد، دستگاه را بلافاصله با آب بشویید و با پارچه تمیز و نرم خشک کنید. قصور در آب کشی دستگاه با آب و خشک کردن طبق دستورالعمل ممکن است باعث شود عملکرد دستگاه دچار نقص شود یا باعث مشکلات آرایشی بهداشتی شود.
- در صورتی که دستگاه بیفتد یا ضربه بخورد، ممکن است ویژگی های ضدآب و ضد گرد و غبار دستگاه آسیب ببیند.
- صفحه لمسی و دیگر قابلیت ها در صورت استفاده در آب یا دیگر مایعات ممکن است به درستی کار نکنند.
- دستگاه شما در یک محیط کنترل شده آزمایش شده است و نشان داده که در مقابل گرد و غبار و آب در شرایط خاصی مقاوم است (نیازمندی های طبقه بندی IP۶۷ را همان طور که توسط استاندارد بین المللی IEC ۶۰۵۲۹ شرح داده شده است - درجه محافظت در محیط های بسته [IP]؛ شرایط آزمایش ۱۵ تا ۳۵ درجه سلسیوس، ۸۶ تا ۱۰۶ کیلوپاسکال، ۱ متر، مدت ۳۰ دقیقه، برآورده می سازد). علی رغم این طبقه بندی، دستگاه شما در برابر آسیب ناشی از آب تحت هیچ شرایطی مقاوم نیست.

نصب دستگاه روی بند

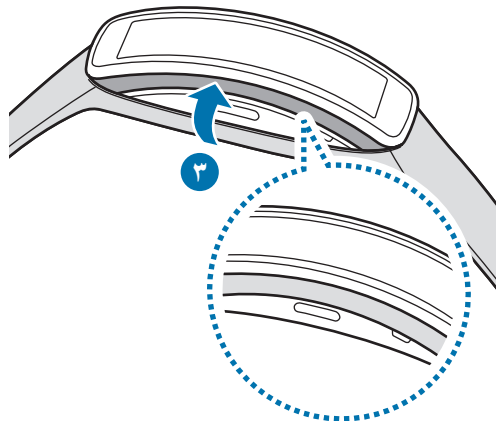
Gear Fit را روی بند ارائه شده نصب کنید.

۱ هر دو انتهای Gear Fit را داخل سوراخ نصب روی بند وارد کنید.

- ابتدا یک سر Gear Fit را داخل سوراخ نصب وارد کنید. سپس سر دیگر دستگاه را داخل سوراخ وارد کرده و همزمان بند را به سمت بالا بکشید.

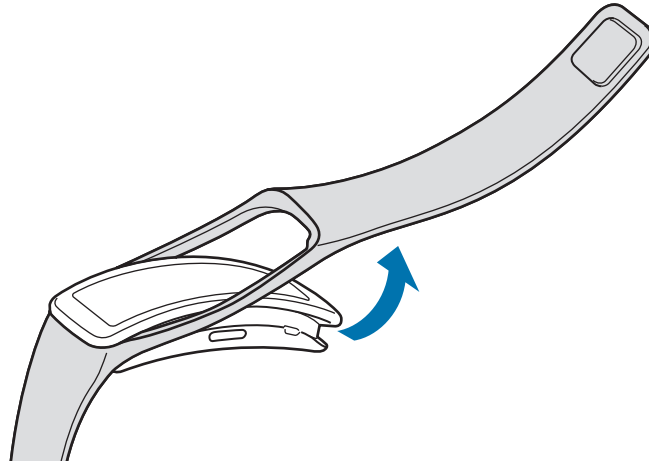


۲ اطمینان حاصل کنید که Gear Fit به طور محکم داخل سوراخ نصب قرار گیرد و به درستی با بند تراز شود.



جدا کردن بند

برای جدا کردن بند از Gear Fit، بند را به سمت بالا ببرید.



شارژ کردن باتری

قبل از اولین استفاده از Gear Fit، باتری را شارژ کنید. با استفاده از رایانه یا اتصال از طریق کابل USB، می توان Gear Fit را شارژ کرد.

فقط از شارژرها و باتری ها و کابل های مورد تایید سامسونگ استفاده کنید. شارژرها یا کابل های تایید نشده ممکن است باعث انفجار باتری یا آسیب رساندن به Gear Fit شوند.



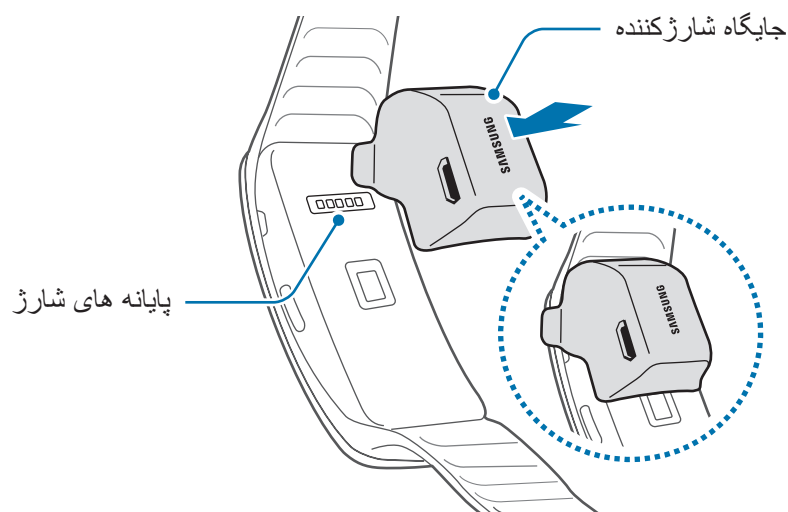
• هنگامی که باتری ضعیف است، نماد باتری خالی نشان داده می شود.



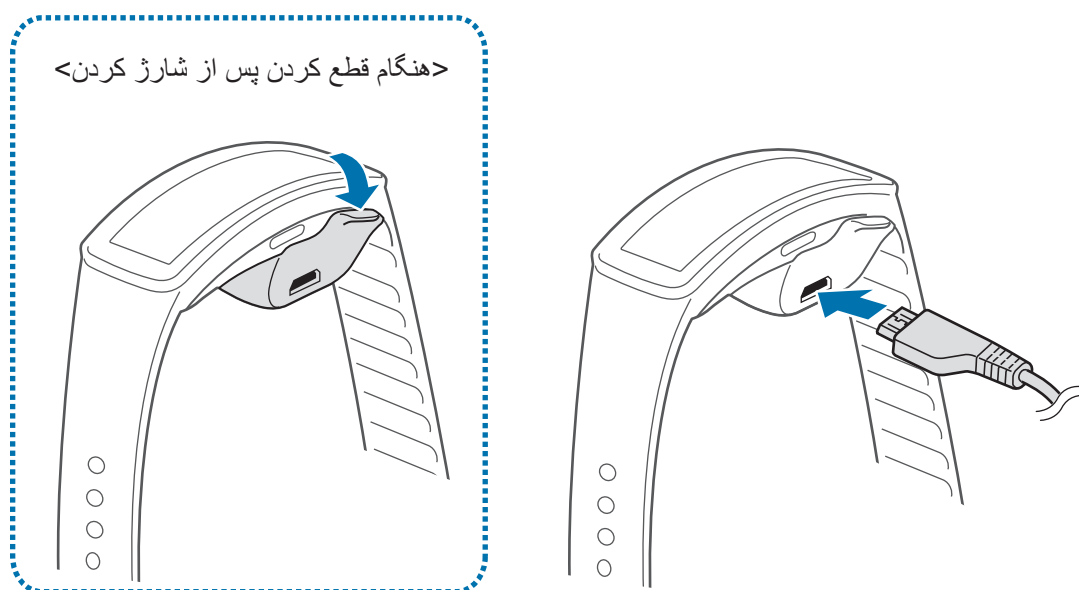
• اگر باتری بطور کامل تخلیه شود، Gear Fit نمی تواند بلافاصله پس از اتصال شارژر روشن شود. قبل از روشن کردن دستگاه، اجازه بدهید تا باتری تخلیه شده، چند دقیقه شارژ شود.

• جایگاه شارژکننده همراه Gear Fit برای شارژ کردن باتری Gear Fit استفاده می شود. مراقب باشید که جایگاه را گم نکنید.

۱ Gear Fit را طوری روی جایگاه شارژ کننده قرار دهید که پایانه های شارژ روبروی یکدیگر باشند.



۲ انتهای کوچک کابل شارژر را داخل جک چند منظوره جایگاه شارژ کننده قرار دهید.



اتصال نادرست شارژر می تواند باعث آسیب رساندن جدی به Gear Fit شود. هرگونه صدمه ناشی از استفاده نادرست مشمول ضمانت نمی شود.





- اگر هنگام شارژ شدن Gear Fit تامین برق با ناپایداری مواجه شد، صفحه لمسی ممکن است کار نکند. در صورت بروز این مشکل، شارژر را از Gear Fit جدا کنید.
- هنگام شارژ کردن، ممکن است Gear Fit گرم شود. این وضعیت عادی است و نباید تأثیری بر طول عمر یا کارکرد Gear Fit شما داشته باشد. اگر باتری بیشتر از حد معمول گرم شد، ممکن است شارژر، شارژ کردن را متوقف کند.
- اگر Gear Fit درست شارژ نمی شود، Gear Fit و شارژر خود را به مرکز خدمات سامسونگ ببرید.
- برای صرفه جویی در مصرف برق، وقتی شارژر استفاده نمی شود آن را از برق در بیاورید. شارژر دکمه خاموش، روشن ندارد پس باید وقتی در حال استفاده نیست برای جلوگیری از اتلاف انرژی برق، آن را از سوکت برق جدا کنید. شارژر باید درحین شارژ نزدیک به سوکت برق قرار گرفته و به راحتی قابل دسترس باشد.

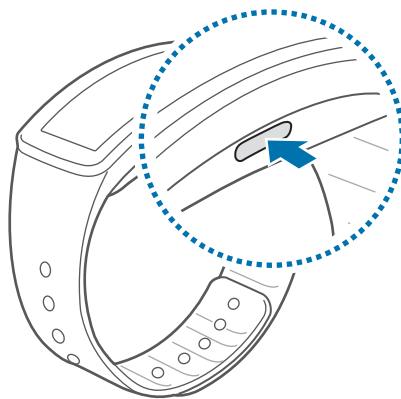
درباره استفاده از باتری

- زمان کارکرد باتری تحت تأثیر الگوهای استفاده از دستگاه و شرایط باتری قرار دارد.
- باتری یکی از اقلام مصرفی است. اجرای همزمان چندین برنامه یا ویژگی می تواند عمر باتری را کاهش دهد. حتی اگر دستگاه در حال استفاده نباشد نیز ممکن است باتری کاهش یابد.
- باتری یک ماده مصرفی است و به مرور زمان شارژ مفید آن کاهش می یابد.

روشن و خاموش کردن Gear Fit

هنگامی که Gear Fit را برای بار اول روشن می کنید، دستورالعمل های روی صفحه را دنبال کنید. این دستورالعمل ها چگونگی اتصال Gear Fit به یک دستگاه تلفن همراه برای راه اندازی Gear Fit را شرح می دهند.

دکمه روشن-خاموش را فشار داده و چند ثانیه نگه دارید تا Gear Fit روشن شود. یک پنجره بازشو روی صفحه نمایان می شود که حاوی دستورالعمل هایی برای دانلود و نصب Gear Fit Manager است. تنها پس از نصب Gear Fit Manager در دستگاه تلفن همراه می توانید از Gear Fit استفاده کنید. برای اطلاع از جزئیات، به "وصل کردن Gear Fit به یک دستگاه تلفن همراه" مراجعه کنید.



وقتی در مناطقی هستید که استفاده از دستگاه های بی سیم ممنوع است، مانند هواپیماها و بیمارستان ها، از همه هشدارها و دستورات نصب شده توسط کارکنان مجاز پیروی کنید.



برای خاموش کردن Gear Fit، دکمه روشن-خاموش را فشار داده و نگه دارید و روی خاموش کردن ضربه بزنید.

نکاتی درباره استفاده از بلوتوث

- برای جلوگیری از بروز اشکال هنگام وصل کردن Gear Fit به سایر دستگاه های تلفن همراه، دستگاه ها را نزدیک یکدیگر قرار دهید.
- مطمئن شوید که Gear Fit شما و دستگاه بلوتوث دیگر در محدوده اتصال بلوتوث (۱۰ متر) قرار دارند. مسافت ممکن است بسته به محیطی که دستگاه در آن استفاده می شود متفاوت باشد.
- مطمئن شوید که هیچ مانعی از جمله انسان، دیوار، گوشه یا حصار بین Gear Fit و تلفن همراه متصل نباشد.
- به آنتن بلوتوث تلفن همراه متصل دست نزنید.
- فرکانس بلوتوث همانند محصولات صنعتی، علمی، پزشکی و کم توان بوده و هنگام برقراری اتصال در نزدیکی این قبیل محصولات ممکن است تداخل ایجاد شود.

- سامسونگ در قبال از دست رفتن، رهگیری، یا سوء استفاده از داده های ارسالی یا دریافتی به وسیله ویژگی بلوتوث، هیچ گونه مسئولیتی نمی پذیرد.
 - همیشه مطمئن شوید که با دستگاه های قابل اطمینان و کاملاً ایمن، داده ها را به اشتراک می گذارید و دریافت می کنید. اگر موانعی بین دستگاه ها وجود داشته باشد، ممکن است فاصله عملیاتی ویژگی کاهش یابد.
 - برخی از دستگاه ها، مخصوصاً آنهایی که به وسیله Bluetooth SIG آزمایش یا تأیید نشده اند، ممکن است با Gear Fit شما سازگار نباشند.
 - از قابلیت بلوتوث برای مقاصد غیر قانونی استفاده نکنید (به عنوان مثال، دزدیدن کپی فایلها یا ورود غیر قانونی برای مقاصد تجاری).
- سامسونگ مسئول عواقب ناشی از استفاده غیر قانونی از قابلیت بلوتوث نیست.

وصل کردن Gear Fit به یک دستگاه تلفن همراه

Gear Fit Manager را در دستگاه تلفن همراه نصب کنید و Gear Fit را از طریق بلوتوث به دستگاه وصل کنید.

نمی توانید Gear Fit Manager را در دستگاه های تلفن همراهی که از همگام سازی با Gear Fit پشتیبانی نمی کنند نصب کنید. اطمینان حاصل کنید که دستگاه تلفن همراه شما با Gear Fit سازگار است.



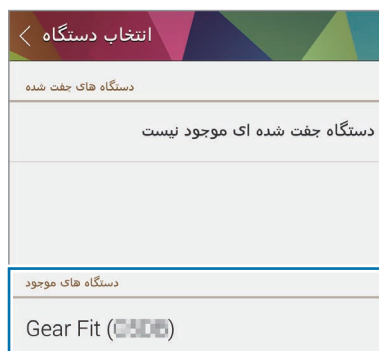
۱ **Gear Fit** را روشن کنید.

۲ **Gear Fit** اطلاعات دانلود را از پنجره بازشو بخوانید و روی **ضربه بزنید** جزئیات مدل Gear Fit نمایان می شود.

۳ **دستگاه تلفن همراه** برنامه Gear Fit Manager را از **Samsung Apps** دانلود نمایید. همچنین می توانید از apps.samsung.com/gearfit برای دانلود Gear Fit Manager بازدید نمایید.

۴ **دستگاه تلفن همراه** در صفحه برنامه ها روی **Gear Fit Manager** ضربه بزنید.

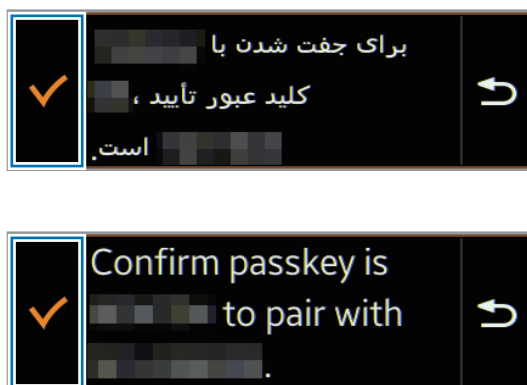
- ۵ **دستگاه تلفن همراه** نام مدل Gear Fit (مثلاً Gear Fit (۰۰۰۰)) که در مرحله ۲ نمایان شد را انتخاب کنید.



- ۶ **دستگاه تلفن همراه** هنگامی که درخواست مرتبط سازی بلوتوث نمایان شد، روی **تایید** ضربه بزنید.



Gear Fit هنگامی که پنجره اتصال دیده شد، روی ☒ ضربه بزنید.



زبان نمایش داده شده ممکن است بسته به ناحیه یا ارائه دهنده سرویس، متفاوت باشد.



- ۷ **دستگاه تلفن همراه** پنجره نصب باز می شود.

بسته به نسخه نرم افزار ممکن است پنجره نصب نمایان نشود.



۸ **دستگاه تلفن همراه** ضوابط و شرایط را مطالعه کرده و با آنها موافقت نمایید و دستورالعمل های روی صفحه را دنبال کنید.

• مدیر Gear Fit روی دستگاه موبایل اجرا می شود.



• راهنمای برنامه Gear Fit Manager باز می شود.
• در Gear Fit Manager می توانید پیکربندی Gear Fit را تنظیم نمایید.



۹ **Gear Fit** دستی که اکثرا به آن بسته می شود را انتخاب کنید و روی ☒ ضربه بزنید.

۱۰ **Gear Fit** اطلاعات دانلود را از پنجره بازشو بخوانید و روی ☒ ضربه بزنید.

• وقتی دستگاه ها وصل شدند، صفحه ساعت روی Gear Fit ظاهر می شود.



• روش های اتصال و تصاویر بکار رفته ممکن است بسته به نوع دستگاه و نسخه نرم افزار دستگاه متفاوت باشند.



• **وصل کردن Gear Fit به یک دستگاه تلفن همراه دیگر**

اگر می خواهید که Gear Fit را به یک دستگاه تلفن همراه تازه خریداری شده یا برای اولین بار به دستگاه تلفن همراه دیگری وصل کنید، Gear Fit را بازنشانی کنید. بازنشانی Gear Fit داده ها را از حافظه پاک خواهد کرد. پس از بازنشانی، می توانید Gear Fit را به یک دستگاه تلفن همراه دیگر وصل کنید.

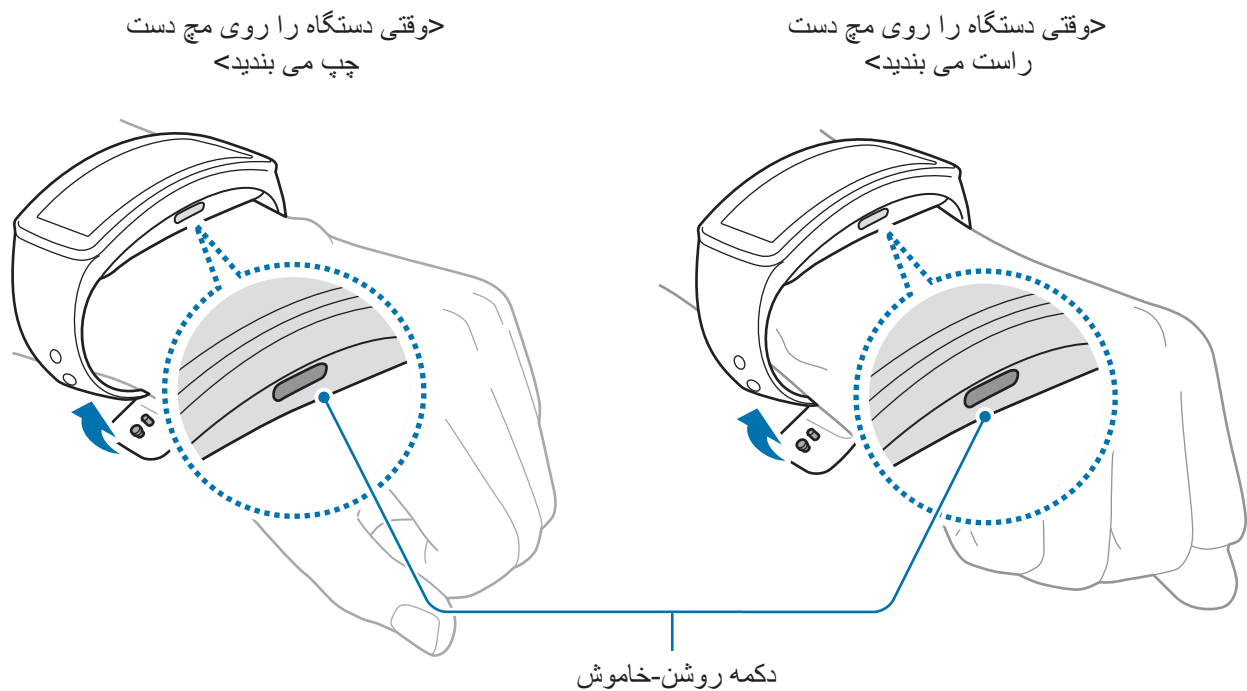
اگر باتری Gear Fit بطور کامل تخلیه شده باشد، قبل از اتصال Gear Fit به دستگاه تلفن همراه، باتری را شارژ کنید. Gear Fit را به یک دستگاه تلفن همراه دیگر وصل نکنید. انجام این کار باعث از دست رفتن داده می شود.



بستن Gear Fit

گیره را باز کرده و بند را توسط پین به مچ خود ببندید. هنگام اندازه‌گیری ضربان قلب، دستگاه را دور قسمت پایینی بازو و درست بالای مچ ببندید. برای اطلاع از جزئیات، به "استفاده از Gear Fit" مراجعه کنید.

بند را خیلی شدید خم نکنید. اینکار ممکن است به دستگاه آسیب برساند.



Gear Fit را روی مچ دستی که آن را می‌بندید تنظیم کنید.

- تنظیم کنید که Gear Fit را روی مچ دست چپ ببندید، روی **تنظیمات** ← **نمایشگر** ← **مچ بستن دستگاه** ← **چپ** ضربه بزنید.
- تنظیم کنید که Gear Fit را روی مچ دست راست ببندید، روی **تنظیمات** ← **نمایشگر** ← **مچ بستن دستگاه** ← **راست** ضربه بزنید.
- برای تغییر دادن تنظیمات برای مچی که دستگاه روی آن بسته شده است، از دستورالعمل‌های مربوط به مچی که دستگاه روی آن بسته شده است پیروی کنید.
- اگر روی دکمه روشن-خاموش به سمت دست تان نیست یا دستگاه برای دست دیگری تنظیم شده است، صفحه نمایشگر درست نمایش داده نخواهد شد.





قفل کردن یا باز کردن قفل Gear Fit

وقتی Gear Fit در حال استفاده نیست، آن را قفل کنید تا از عملکرد ناخواسته جلوگیری شود. فشار دادن دکمه روشن-خاموش در صفحه ساعت، صفحه را خاموش می کند و Gear Fit را در حالت قفل قرار می دهد. در صورتی که برای مدت مشخصی از Gear Fit استفاده نشود، بطور خودکار قفل می شود. برای بازکردن قفل Gear Fit، دکمه روشن-خاموش را فشار دهید.

تنظیم نور صفحه نمایش

می توانید روشنایی نمایشگر را روی Gear Fit تنظیم کنید تا متناسب با محیط باشد.

- روی صفحه با دو انگشت خود به سرعت ضربه بزنید و سپس روی  یا  برای تنظیم روشنایی ضربه بزنید.

- در صفحه اصلی، روی **تنظیمات** ← **نمایشگر** ← **روشنایی ضربه بزنید و سپس روشنایی را تنظیم کنید**.




در شرایط پر نور، مانند نور مستقیم خورشید، می توانید روشنایی صفحه Gear Fit را روی حداکثر برای **حالت بیرون** تنظیم کنید. اگر صفحه نمایش به مدت ۵ دقیقه خاموش بماند، حالت فضای باز به طور خودکار به تنظیمات پیش فرض بازنشانی می شود.



مقدمات



مشاهده وضعیت اتصال و وضعیت باتری دستگاه تلفن همراه

در صفحه اصلی به سمت چپ یا راست بروید و روی **تنظیمات** ضربه بزنید. نمادهای زیر، اطلاعاتی را درباره وضعیت Gear Fit نشان می دهند. این نمادها در سمت چپ صفحه ظاهر می شوند.

نماد	معنا
	دستگاه تلفن همراه متصل شد
	اتصال دستگاه تلفن همراه قطع شد
	باتری ضعیف است

استفاده از صفحه لمسی

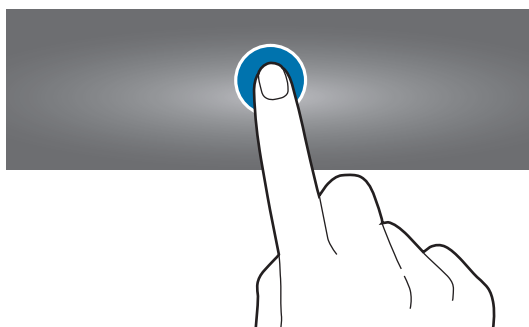
در صفحه لمسی فقط از انگشت استفاده کنید.

- اجازه ندهید صفحه لمسی با دستگاه های برقی دیگر تماس داشته باشد. تخلیه الکترونیکی ممکن است موجب از کار افتادن صفحه لمسی شود. 
- برای جلوگیری از آسیب دیدن صفحه لمسی، به آن با اشیاء تیز ضربه نزنید یا با نوک انگشتان به آن فشار زیادی وارد نکنید.
- ممکن است Gear Fit نتواند ورودی های لمسی نزدیک به لبه های صفحه، که خارج از محدوده ورودی لمسی است را شناسایی کند. 
- قرار دادن صفحه لمسی در وضعیت آماده به کار برای مدت طولانی ممکن است باعث ایجاد پس تصویر (سیاه شدن صفحه) یا تصویر سایه دار شود. وقتی از Gear Fit استفاده نمی کنید صفحه لمسی را خاموش کنید.

اشاره های انگشت

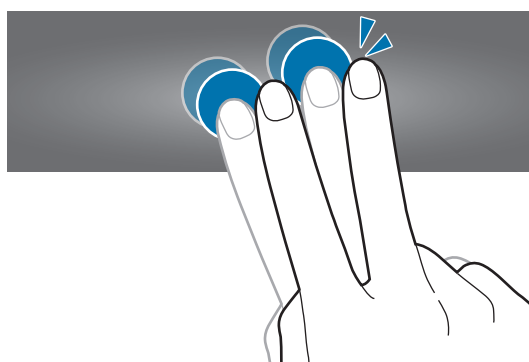
ضربه زدن

برای باز کردن یک برنامه، برای انتخاب یک مورد منو، یا برای فشار دادن یک دکمه روی صفحه، بر روی آن با انگشت ضربه بزنید.



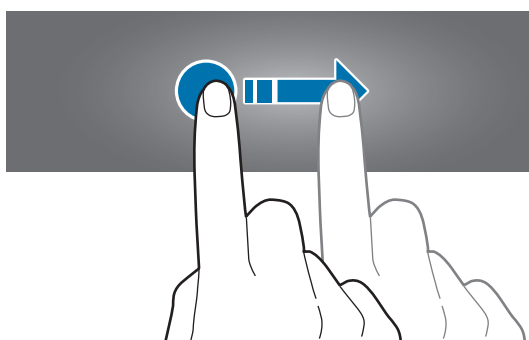
دو ضربه زدن

هنگام استفاده از Gear Fit، برای دسترسی به صفحه کنترل روشنایی، با دو انگشت بر روی یک قسمت دلخواه از صفحه دو بار ضربه بزنید. همچنین می توانید نمادهای نشانگر و نیروی باقیمانده باتری را مشاهده کنید.



حرکت سریع دست

در صفحه اصلی یا صفحه برنامه ها برای مشاهده یک پانل دیگر، دست را سریع به چپ یا راست ببرید.



مشاهده صفحه اصلی

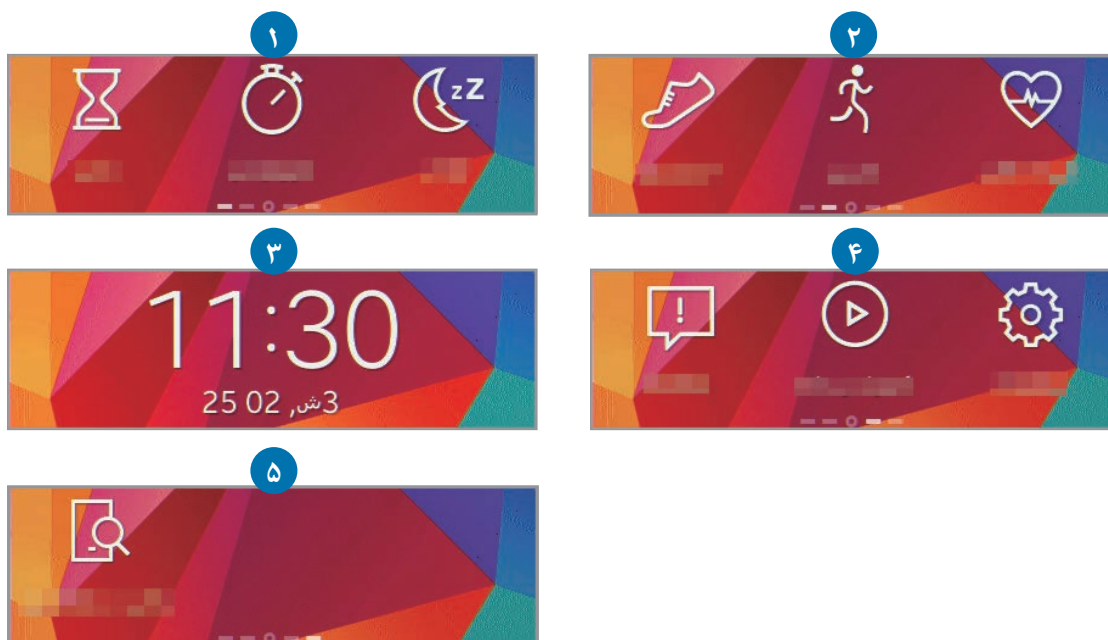
هنگام متصل کردن Gear Fit به دستگاه تلفن همراه، صفحه اصلی آن را مشاهده کنید. ساعت، ویجت ها، میانبرها به برنامه ها و غیره را نشان می دهد.

صفحه اصلی می تواند چندین پانل داشته باشد. برای مشاهده پانل های دیگر، به چپ یا راست بروید.

- برای تنظیم دقیق زمان، Gear Fit را پس از خریداری به دستگاه تلفن همراه وصل کنید.
- اگر Gear Fit خاموش شده یا باتری آن تخلیه شده است ممکن است زمان آن دقیق نباشد. برای تنظیم دقیق زمان، دوباره آن را به دستگاه تلفن همراه وصل کنید.



پانل های صفحه اصلی



برنامه های موجود و ترتیب برنامه ها ممکن است بسته به نسخه نرم افزار متفاوت باشد.



شماره	برنامه یا ویژگی
۱	<p>تایمر</p> <p>از Gear Fit به عنوان یک تایمر شمارش معکوس استفاده کنید.</p> <p>کرنومتر</p> <p>زمان سپری شده را اندازه بگیرید و ثبت کنید.</p> <p>خواب</p> <p>بر الگوهای خواب خود نظارت کنید و ثبت کنید که چه مقدار می خوابید.</p>
۲	<p>قدم شمار</p> <p>یک هدف تنظیم کرده و تعداد قدم های خود را اندازه بگیرید.</p> <p>تمرین</p> <p>اهداف تمرین را تنظیم کرده و تمرین مورد نظر و کالری که می سوزانید را اندازه گیری کنید.</p> <p>ضربان قلب</p> <p>ضربان قلب خود را اندازه گرفته و ثبت کنید.</p>
۳	<p>ساعت</p> <p>زمان و تاریخ کنونی را مشاهده کنید.</p>
۴	<p>اعلان ها</p> <p>در رابطه با رویدادهای مختلف، از جمله پیام رسانی، ایمیل یا تماس های بی پاسخ، دریافت شده در دستگاه تلفن همراه متصل شده، به روز بمانید.</p> <p>• شما در Gear Fit حداکثر تا ۱۰۰ اعلان می توانید دریافت کنید. پس از رسیدن به حداکثر مجاز، اعلان های قدیمی پاک خواهند شد.</p> <p>کنترل رسانه</p> <p>پخش کننده رسانه را در دستگاه تلفن همراه متصل اجرا کنید و پخش را توسط Gear Fit کنترل نمایید.</p> <p>تنظیمات</p> <p>با تنظیم مواردی نظیر پس زمینه ساعت، تنظیمات نمایشگر و ویژگی بلوتوث، Gear Fit را پیکربندی نمایید.</p>
۵	<p>یافتن دستگاه من</p> <p>دستگاه متصل را پیدا کنید.</p>

استفاده از صفحه ساعت

هنگام استفاده از Gear Fit، دکمه روشن-خاموش را فشار دهید تا به صفحه ساعت بازگردید.



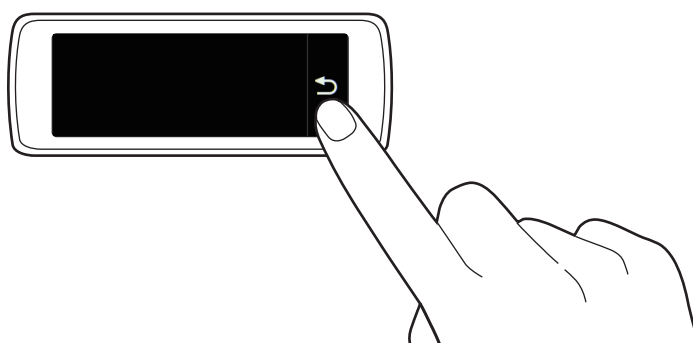
استفاده از برنامه ها

Gear Fit می تواند محدوده ای از برنامه ها را اجرا کند. در صفحه اصلی یا صفحه برنامه ها، روی یک میانبر یا یک نماد برنامه ضربه بزنید تا باز شود.



در صفحه برنامه ها، به سمت چپ یا راست بروید تا همه برنامه های نصب شده در Gear Fit را ببینید.

بازگشت به صفحه قبلی

برای بازگشت به صفحه قبلی، در حین استفاده از برنامه ها روی  ضربه بزنید.



نمایش تماس‌های ورودی

هنگامی که دستگاه تلفن همراه متصل یک تماس ورودی دریافت می‌کند، می‌توانید آن را روی Gear Fit نمایش دهید. تماس را نمایش دهید تا آن را رد کنید و یک پیام رد کردن ارسال نمایید. برای رد یک تماس، روی  در زمان دریافت تماس ضربه بزنید و آن را به سمت چپ بکشید. برای رد یک تماس و ارسال یک پیام رد کردن، روی  در زمان دریافت تماس ضربه بزنید و آن را به سمت راست بکشید.

نمی‌توانید از Gear Fit برای مکالمات تلفنی یا برقراری تماس استفاده کنید.



استفاده از اعلان‌ها

در رابطه با رویدادهای مختلف، از جمله پیام‌رسانی، ایمیل یا تماس‌های بی‌پاسخ، دریافت شده در دستگاه تلفن همراه متصل شده، به روز بمانید.

- شما در Gear Fit حداکثر تا ۱۰۰ اعلان می‌توانید دریافت کنید. پس از رسیدن به حداکثر مجاز، اعلان‌های قدیمی پاک خواهند شد.

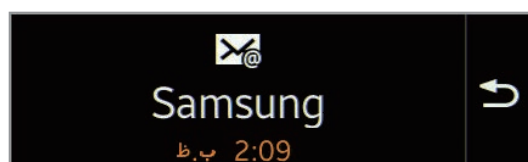


- اگر پیامی شامل متن طولانی یا پیوست است، جزئیات پیام را در دستگاه تلفن همراه متصل خود بررسی کنید.

بررسی اعلان‌ها

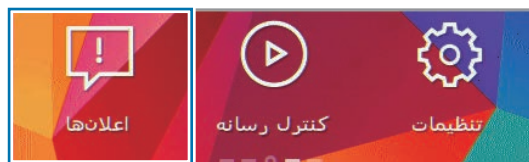
بررسی فوری اعلان‌ها

هنگامی که یک اعلان دریافت می‌شود، اطلاعات مربوط به اعلان نظیر نوع و زمان دریافت آن، روی صفحه نمایان می‌شود. هنگامی که یک اعلان نمایان شد، روی آن ضربه بزنید تا جزئیات را ببینید. یک اعلان نمونه برای ایمیل در تصویر زیر نشان داده شده است:

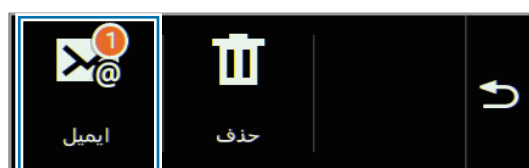


بررسی اعلان‌ها در زمان بعد

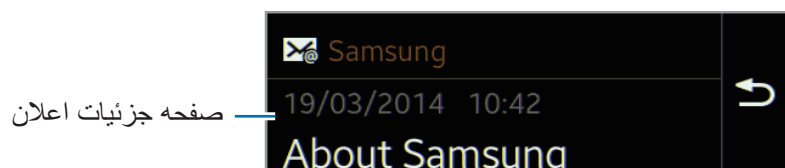
۱ در صفحه اصلی، روی اعلان‌ها ضربه بزنید.



۲ یک نوع اعلان را انتخاب کنید.



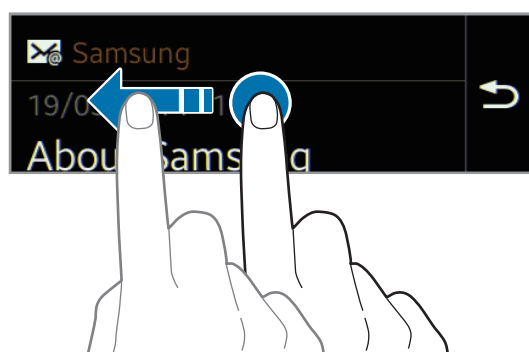
۳ اعلانی را برای مشاهده جزئیات انتخاب کنید.



۴ در نمای جزئیات اعلان، برای استفاده از دیگر ویژگی‌ها به پایین حرکت کنید. شما می‌توانید اعلان‌ها را پاک کنید، پیام‌ها را در دستگاه تلفن همراه نمایش دهید، یا به پیام‌ها پاسخ دهید.



۵ برای مشاهده پیام های قبلی به سمت چپ حرکت کنید.



- اعلان های مربوط به موارد انتخابی را می توانید روی Gear Fit دریافت کنید. در Gear Fit روی **اعلانها** ← اعلان های **GEAR** یا اعلان های عمومی ضربه بزنید و سپس گزینه های مورد نظر برای انتخاب آنها را علامت بزنید.
- اگر اعلانها ← محدودیت ارسال اعلانها را در Gear Fit Manager تنظیم کنید، نمی توانید اعلان های خاصی را در Gear Fit مشاهده کنید. وقتی محدودیت ارسال اعلانها تنظیم شده است نیز هنوز می توانید اعلان های مربوط به تماس های وارده و هشدارهای را روی Gear Fit مشاهده کنید.
- اگر اعلانها ← صفحه خاموش نماید را در Gear Fit Manager فعال کنید، وقتی صفحه نمایش خاموش است، Gear Fit اعلانها را دریافت می کند.

ارتقای Gear Fit

Gear Fit را می توان به آخرین نسخه نرم افزار ارتقا داد. برای ارتقای نرم افزار Gear Fit به وب سایت سامسونگ مراجعه کنید.

ارتقا با Samsung Kies


آخرین نسخه Samsung Kies را از وب سایت سامسونگ دانلود کنید. Samsung Kies را اجرا کرده و Gear Fit را به رایانه وصل کنید. Samsung Kies بطور خودکار Gear Fit را شناسایی کرده و در صورت وجود، به روز رسانی های موجود را در پنجره گفتگو نشان می دهد. در پنجره گفتگو روی دکمه ارتقا کلیک کنید تا ارتقا شروع شود. برای مشاهده نحوه ارتقا به وب سایت سامسونگ مراجعه کنید.


۱ در پنجره گفتگو روی بروزرسانی کلیک کنید تا فرآیند ارتقا شروع شود.

اگر پنجره گفتگو به صورت خودکار ظاهر نشد، روی نام Gear Fit در لیست دستگاه های متصل کلیک کنید و سپس روی ارتقای میان افزار کلیک کنید.

۲ برای تکمیل فرآیند ارتقا دستورالعمل های روی صفحه را دنبال نمایید.

در صورت تکمیل فرآیند ارتقا، یک پیام اتمام روی صفحه ظاهر می شود و Gear Fit به صورت خودکار بازنشانی می شود.

- وضعیت باتری Gear Fit را قبل از ارتقای نرم افزار بررسی کنید. قبل از ارتقای نرم افزار باتری را به طور کامل شارژر کنید. 
- هنگام ارتقای Gear Fit، رایانه را خاموش نکنید یا کابل USB را قطع نکنید.
- هنگام ارتقای Gear Fit، دستگاه های رسانه دیگر را به رایانه وصل نکنید. انجام این کار ممکن است باعث تداخل فرآیند به روز رسانی شود.
- هنگام ارتقای Gear Fit، هیچ برنامه دیگری را اجرا نکنید یا Gear Fit را راه اندازی نکنید. انجام این کار ممکن است بار بیش از حدی روی رایانه ایجاد کند.
- اگر در هنگام ارتقای نرم افزار اتصال اینترنت قطع شد، بررسی کنید که کابل LAN به درستی متصل شده باشد. سپس دوباره سعی کنید.
- ارتقای میان افزار فقط زمانی انجام می شود که Gear Fit شما به درستی به رایانه متصل شده باشد. وقتی که Gear Fit به درستی متصل شد،  و نام مدل Gear Fit روی صفحه Samsung Kies سمت چپ ظاهر شد.

اگر ارتقای برای نرم افزار Gear Fit در Gear Fit Manager موجود باشد، هنگام اتصال دستگاه تلفن همراه به Gear Fit یک اعلان روی صفحه آن ظاهر خواهد شد. برای تکمیل فرآیند ارتقا دستورالعمل های روی صفحه را دنبال نمایید. شما به سادگی می توانید از طریق بلوتوث Gear Fit را به آخرین نسخه نرم افزار ارتقا دهید. 

برنامه های کاربردی

تایمر

از این برنامه برای استفاده از Gear Fit به عنوان یک زمان سنج استفاده کنید.

۱ در صفحه اصلی، روی تایمر ضربه بزنید.

۲ مدت زمان را تنظیم کرده و سپس روی  ضربه بزنید. وقتی تایمر خاموش شد،  را به راست بکشید.

کرونومتر

از این برنامه برای سنجش زمان سپری شده استفاده کنید.

۱ در صفحه اصلی، روی کرونومتر ضربه بزنید.

۲ برای شروع یک رویداد، روی  ضربه بزنید.

•  : دوره های زمانی را ضبط کنید.

•  : به زمان پایان دهید.

•  : ثبت دوره زمانی را پاک کنید.

برنامه های مدیریت سلامتی

از برنامه های گام شمار، خواب، تمرین و ضربان قلب برای نظارت و مدیریت وضعیت سلامتی و جسمانی خود استفاده کنید.

هنگامی که Gear Fit با یک برنامه سازگار S Health همگام می شود، می توانید از ویژگی های بیشتر استفاده کنید. این ویژگی های بیشتر شامل بررسی شرایط جسمی و سوابق تمرینات شما و موارد دیگر است.

گام شمار، خواب، ورزش و ضربان قلب فقط برای اهداف اوقات فراغت و تناسب اندام در نظر گرفته شده اند و برای استفاده پزشکی نمی باشند. پیش از استفاده از این برنامه ها، دستورالعمل ها را با دقت بخوانید. اگر دچار مشکلات سلامتی شدید یا به کمک طبی نیاز داشتید، با یک متخصص پزشکی مشورت نمایید.



پیش از شروع تمرین

از این برنامه می توانید برای پایش تمرین خود استفاده کنید. با این که فعالیت بدنی ملایم، مانند پیاده روی سریع، برای بیشتر افراد بی خطر است، متخصصان حوزه سلامت پیشنهاد می کنند که پیش از اجرای برنامه ورزشی خود، به ویژه اگر دچار یکی از بیماری های زیر باشید، با پزشک خود مشورت کنید:

- بیماری قلبی

- آسم یا بیماری ریه

- دیابت، بیماری کبدی یا کلیوی

- آتریت

در صورت ابتلا به نشانه های تاییدکننده بیماری های قلبی و تنفسی یا سایر بیماری های جدی، مانند موارد زیر، باید با پزشک خود مشورت کنید:

- بروز درد یا ناراحتی در ناحیه سینه، گردن، فک یا بازوها در حین فعالیت بدنی.

- سرگیجه یا افت سطح هشیاری.

- تنگی نفس در حین فعالیت های ملایم یا در مدت استراحت یا در مدت دراز کشیدن یا خوابیدن در بستر.

- تورم مچ پا به ویژه شب هنگام.

- خس خس قلب یا تند یا شدید شدن ضربان قلب.

- درد عضلانی در هنگام بالا رفتن از پله ها یا بالا رفتن از تپه که پس از استراحت برطرف شود.

کالج پزشکی ورزشی آمریکا پیشنهاد می‌کند که افراد مشمول حداقل دو مورد یا بیشتر از شرایط زیر پیش از پرداختن به فعالیت شدید ورزشی با پزشک خود مشورت کنند:

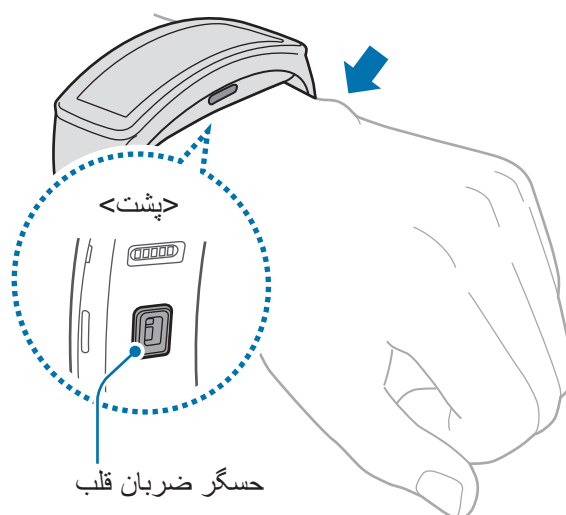
- مردان بالای ۴۵ یا زنان بالای ۵۵ سال.
- افرادی که یکی از بستگان آنها پیش از ۵۵ سالگی دچار بیماری قلبی شده باشد.
- افراد سیگاری یا افرادی که طی شش ماه گذشته مصرف سیگار را ترک کرده‌اند.
- افرادی که به مدت حداقل سه ماه فعالیت بدنی نداشته‌اند.
- افراد دچار اضافه وزن یا چاقی.
- افراد دچار فشار خون یا کلسترول بالا.
- افراد دچار اختلال تحمل گلوکز، موسوم به پیش-دیابت.

اگر شک دارید، سوال کنید

اگر از وضعیت جسمی خود مطمئن نیستید، دچار چندین بیماری هستید یا اگر باردار هستید، پیش از اجرای برنامه ورزشی خود باید با پزشکتان مشورت کنید. مشورت زودهنگام با پزشک روشی مناسب برای تهیه برنامه ورزشی مناسب و بی‌خطر است. این کار را گام نخست در مسیر رسیدن به تناسب اندام بدانید.

استفاده از Gear Fit

وقتی ضربان قلب را اندازه گیری می‌کنید، Gear Fit را همانند تصویر نشان داده شده در زیر، روی بازو چسبیده به بالای مچ ببندید. Gear Fit را خیلی محکم نبندید.





- دقت حسگر ضربان قلب ممکن است بر اساس شرایط اندازه گیری و مسائل محیطی کاهش یابد.
- از ویژگی HR فقط برای محاسبه ضربان قلب استفاده کنید.
- مستقیماً به نور حسگرهای ضربان قلب خیره نشوید. این کار باعث اختلال در دیدتان می شود. لطفاً مطمئن شوید که کودکان به صورت مستقیم به نور نگاه نکنند.
- ممکن است درجه حرارت محیط سرد بر اندازه گیری شما تأثیر بگذارد؛ در زمستان یا هوای سرد، هنگامی که ضربان قلب خود را بررسی می کنید، خود را گرم نگاه دارید.
- ضربان قلب را زمانی اندازه گیری کنید که در حالت نشسته یا آسوده باشید. هنگام اندازه گیری ضربان قلب، بدن خود را حرکت ندهید. انجام این کار باعث می شود ضربان قلب تان اشتباه ثبت شود.
- اگر مقدار اندازه گیری شده، با ضربان قلب مورد نظر تفاوت زیادی داشت، به مدت ۳۰ دقیقه استراحت کنید و دوباره اندازه بگیرید.
- سیگار کشیدن یا مصرف الکل قبل از اندازه گیری باعث می شود که ضربان قلب شما با مقدار ضربان قلب عادی تان متفاوت شود.
- در حین اندازه گیری ضربان قلب، راه نروید، خمیازه یا نفس عمیق نکشید. انجام این کار باعث می شود ضربان قلب تان اشتباه ثبت شود.
- از آنجایی که حسگر ضربان قلب از نور برای تخمین ضربان قلب استفاده می کند، ممکن است دقت آن به دلیل فاکتورهای فیزیکی مانند گردش خون/فشار خون، شرایط پوستی و موقعیت و تمرکز رگ های خونی که بر جذب و انعکاس نور تأثیر می گذارند، متغیر باشد. علاوه بر این، اگر ضربان قلب بسیار بالا یا پایین باشد ممکن است اندازه گیری دقیق نباشد.
- ممکن است کاربرانی که مچ دستشان لاغر است، ضربان قلب درستی دریافت نکنند، زیرا دستگاه شل است و نور به صورت یکنواخت منعکس نمی شود. اگر اندازه گیری ضربان قلب به درستی کار نمی کند، موقعیت حسگر ضربان قلب دستگاه را روی مچ دستتان به راست، چپ، بالا یا پایین تنظیم کنید.
- اگر حسگر ضربان قلب کثیف شده است، حسگر را تمیز کنید و دوباره تلاش کنید. موانع میان بند دستگاه و مچ شما مانند موی بدن، کثیفی یا سایر اشیاء ممکن است مانع انعکاس یکنواخت نور شوند. لطفاً مطمئن شوید که قبل از استفاده اینگونه موانع را رفع کرده اید.
- اگر دستگاه شما برای لمس کردن داغ شده است، آن را تا خنک شدن جدا کنید. تماس پوست با سطح داغ دستگاه برای مدت طولانی ممکن است باعث سوختگی پوست شود.

خواب

با استفاده از شناسایی حرکات بدن در حین خواب، از این برنامه برای ثبت الگوهای خواب و میزان خواب استفاده کنید. می توانید سوابق را به دستگاه موبایل موبایل متصل انتقال دهید.

پیش از استفاده از این برنامه

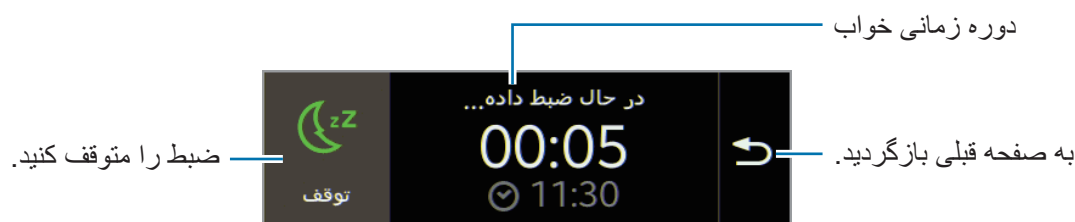
- اگر به تازگی Gear Fit را خریداری کرده اید یا بازنشانی کرده اید، اطلاعات روی صفحه درباره برنامه را مطالعه کنید.
- برنامه خواب بر دوره خواب و حرکات بدن شما در هنگام خوابیدن، نظارت می کند.
- برای ثبت زمان خواب تان، روی دکمه شروع در هنگام رفتن به تخت خواب ضربه بزنید و وقتی بیدار شدید روی دکمه توقف ضربه بزنید.
- برنامه خواب می تواند در یک دوره زمانی ۲۴ ساعته چندین دوره خواب را ثبت کند. همه خواب هایی که برنامه طی دوره زمانی مشخص شده شناسایی می کند ثبت شده و به عنوان کل دوره خواب با هم جمع می شوند.

ثبت دوره زمانی خواب

۱ در صفحه اصلی، روی خواب ضربه بزنید.

۲ روی شروع ضربه بزنید.

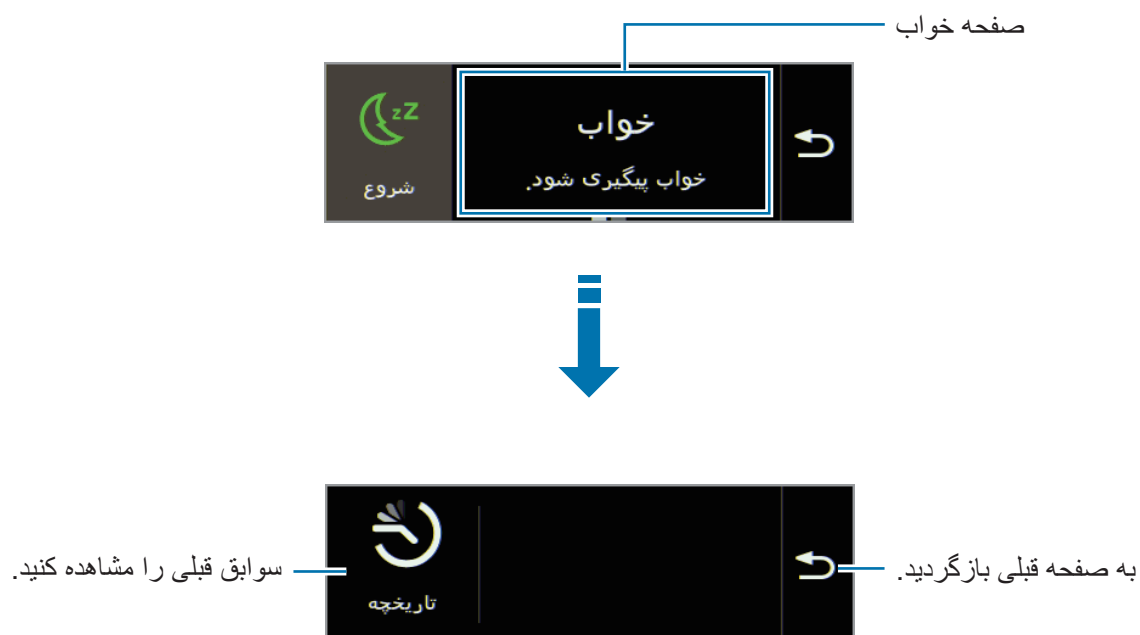
وقتی ثبت خواب شروع می شود، دوره زمانی خواب بر روی صفحه ظاهر می شود.



۳ برای متوقف کردن ثبت، روی توقف  ضربه بزنید.

استفاده از ویژگی های بیشتر

در صفحه خواب، به سمت چپ بروید تا از ویژگی های بیشتر استفاده کنید.



قدم شمار

در صفحه قدم شمار، قدم شمار را برای شمارش قدم های خود و مشاهده مسافت پیموده شده و کالری سوخته شده اجرا کنید.

پیش از استفاده از این برنامه

هنگامی که Gear Fit به دستگاه تلفن همراه متصل می شود، گام شمار به صورت خودکار شروع به محاسبه گام های شما می کند.

شمارش قدم ها

۱ در صفحه اصلی، روی قدم شمار ضربه بزنید.

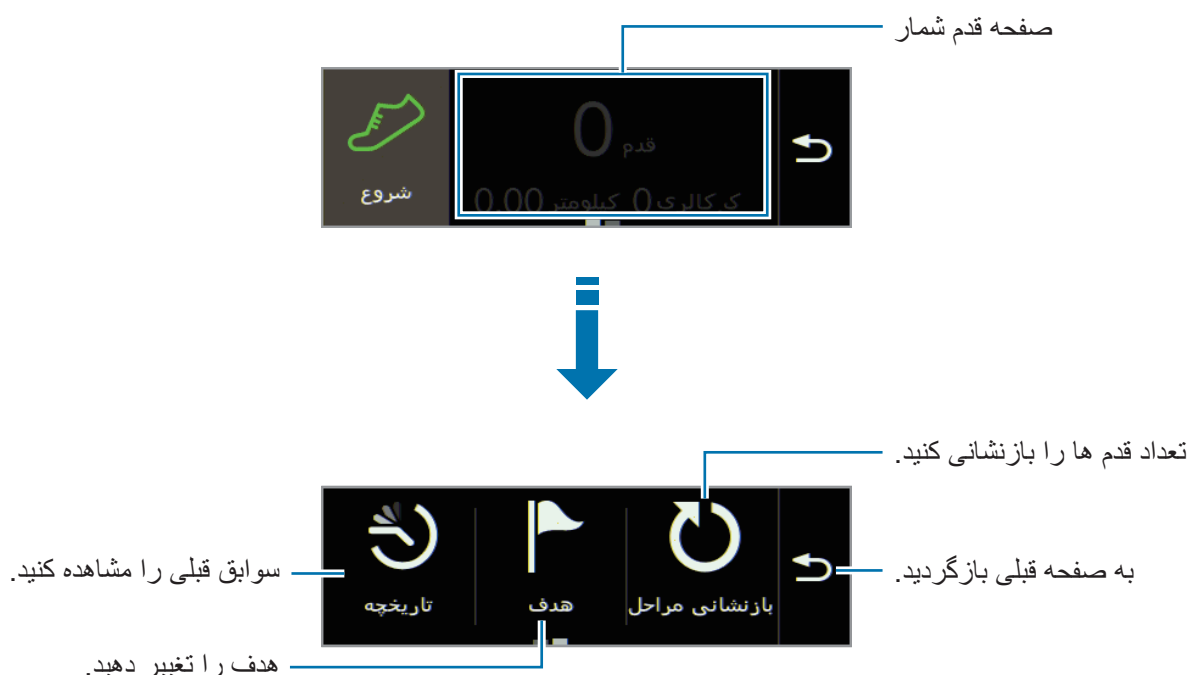
می توانید اطلاعاتی نظیر شمارش قدم و کالری سوزانده شده را روی صفحه مشاهده کنید.



۲ برای توقف شمارش، روی وقفه ضربه بزنید.

استفاده از ویژگی های بیشتر

برای استفاده از ویژگی های بیشتر، به سمت چپ صفحه قدم شمار بروید.



- امکان دارد هنگامی که قدم های شما توسط قدم شمار کنترل می شود، تأخیر مختصری را احساس کنید و سپس شمارش قدم های شما نشان داده شود.
- ممکن است به دلیل گام های نابرابر راه رفتن در محل و قدم زدن در اطراف، فاصله محاسبه شده با فاصله حقیقی متفاوت باشد.
- اگر از قدم شمار در سفر با خودرو یا قطار استفاده کنید امکان دارد لرزش روی شمارش قدم شما تأثیر بگذارد.
- فقط سوابق سی روز گذشته ذخیره می شوند. می توانید داده های قبلی را بر روی هر دستگاه تلفن همراه که برنامه S Health روی آن نصب شده باشد، مشاهده کنید.



تمرین

از این برنامه برای تنظیم رژیم غذایی و اهداف کالری و برنامه ریزی تمرین خود استفاده کنید. تمرین انجام شده در روز را مشاهده کنید و آن را با هدف تمرین خود مقایسه نمایید. همچنین می توانید دستاوردهای تمرین خود را در یک گزارش ثبت کنید.

از ویژگی GPS دستگاه تلفن همراه متصل برای بررسی اطلاعاتی نظیر ارتفاع و سرعت هنگام دوچرخه سواری یا پیاده روی استفاده می شود. هنگام استفاده از این ویژگی اطمینان حاصل کنید که Gear Fit و دستگاه تلفن همراه همواره متصل باشند.



در شرایط هوایی سرد

- از دستگاه در هوای سرد استفاده نکنید. در صورت امکان، از دستگاه در داخل خانه استفاده کنید.
 - اگر از دستگاه در خارج از خانه و در هوای سرد استفاده می کنید، پیش از استفاده از Gear Fit، آن را با آستین های خود بپوشانید.
 - پیش از شروع به تمرین، ضربان قلب را اندازه گیری کنید. اگر ضربان قلب را حین تمرین اندازه گیری کنید، ممکن است اندازه گیری ها دقیق نباشد.
 - اگر به تازگی Gear Fit را خریداری کرده اید یا بازنشانی کرده اید، اطلاعات روی صفحه درباره برنامه را مطالعه کنید و یک نمایه برای خود بسازید. وقتی نمایه می سازید، می توانید بطور خودکار یا دستی حداکثر ضربان قلب خود را ثبت کنید.
- حداکثر ضربان قلب، سریعترین ضربان قلبی است که هر فرد در حین تمرین می تواند به آن برسد. اگر حداکثر ضربان قلب خود را می دانید آن را بطور دستی وارد کنید. اگر دستگاه تنظیم شده است تا ضربان قلب را بطور خودکار ثبت کند، Gear Fit آن را از طریق زیر محاسبه می کند '۲۱۰ - ۰,۶۵ x سن'.

کنترل اطلاعات تمرین

۱ در صفحه اصلی، روی **تمرین** ضربه بزنید.

۲ یک نوع تمرین را برای نظارت انتخاب کنید. می توانید از میان دو، پیاده روی، دوچرخه یا راهپیمایی انتخاب کنید.

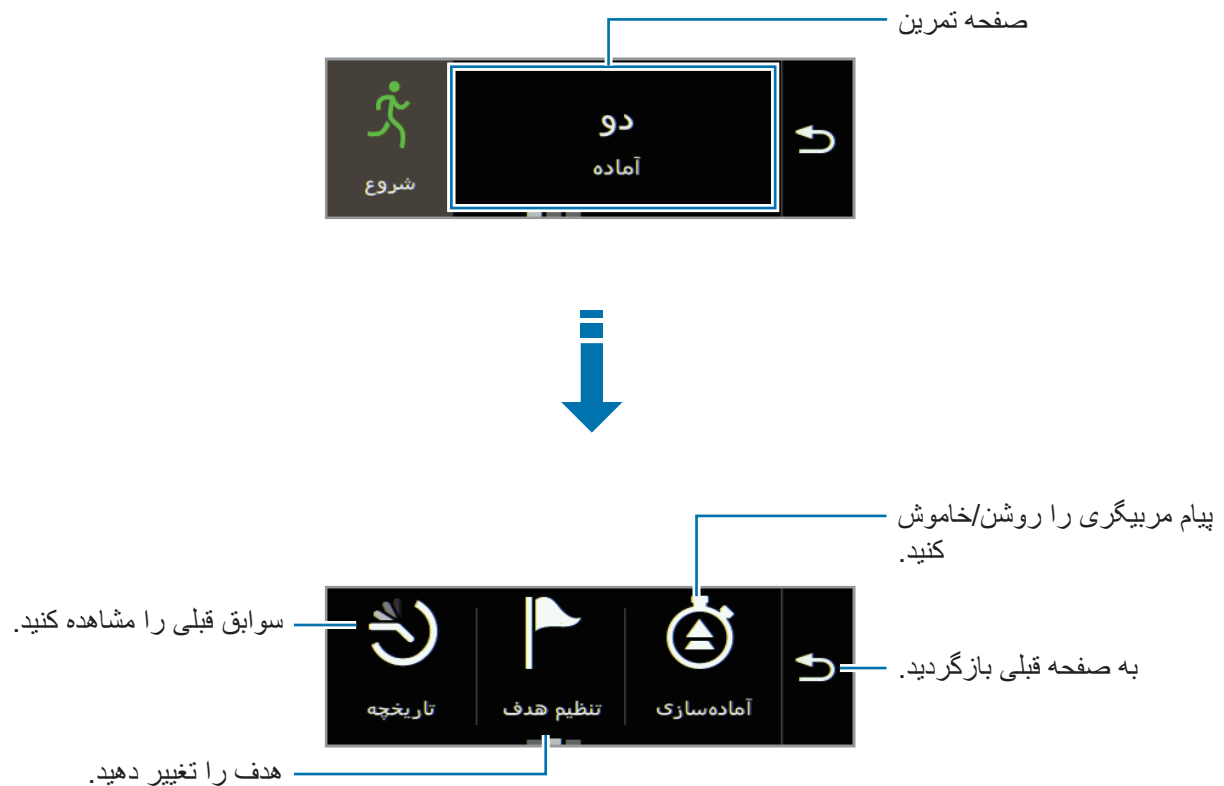
- ۳ برای شروع نظارت، روی شروع ضربه بزنید.
می توانید اطلاعاتی نظیر مدت زمان و مسافت تمرین را روی صفحه مشاهده کنید.



- ۴ برای توقف کنترل اطلاعات تمرین خود روی وقفه ← توقف ضربه بزنید.
سوابق تمرین شما روی صفحه ظاهر می شود.
- ۵ برای مشاهده سوابق، به بالا یا پایین حرکت کنید.

استفاده از ویژگی های بیشتر

برای استفاده از ویژگی های بیشتر، به سمت چپ صفحه تمرین بروید.



- برای مشاهده ویژگی های بیشتر در صفحه ویژگی های بیشتر، به سمت چپ بروید.
- فقط سوابق سی روز گذشته ذخیره می شوند. می توانید داده های قبلی را بر روی هر دستگاه تلفن همراه که برنامه S Health روی آن نصب شده باشد، مشاهده کنید.



استفاده از ویژگی مربی در حالت دویدن

از ویژگی مربی شخصی برای تمرین ایمن و موثر استفاده کنید. با این کار بطور زنده توصیه های مربی را دریافت کنید که شما را در طی ورزش شدید ایمن و موثر که تناسب اندام شما را حفظ می کند، هدایت می کند.

درباره ویژگی مربیگری

ویژگی مربیگری دارای فناوری Firstbeat برای ارائه راهنمایی تمرین شخصی است. Firstbeat از تجزیه و تحلیل تأثیر تمرین ورزشی (TE) استفاده می کند تا بار بدنی جمع شده حین تمرین ورزشی را اندازه گیری کند و اثر آن بر روی تناسب اندام شما را ارزیابی کند. سطوح تأثیر تمرین ورزشی به نمایه بدنی و اطلاعات ضربان قلب ثبت شده شما هنگام تمرین ورزشی بستگی دارند. وقتی تمرین مؤثری انجام می دهید، سطح تأثیر تمرین ورزشی شما افزایش می یابد و ویژگی حالت مربی از تأثیر تمرین ورزشی برای ارائه بازخورد به شما استفاده می کند.

بازخورد از طریق اعلان هایی مانند "کمی سریعتر"، "همین سرعت را حفظ کن"، و "سرعت را کم کن" ارائه می شود. وقتی برای اولین بار از ویژگی حالت مربی استفاده می کنید، بر اساس نمایه شما یک سطح تأثیر تمرین ورزشی مناسب تخمین زده می شود. با انجام تمرین ها، سابقه تمرین را تحلیل می کند و راهنمایی شخصی سازی شده تری ارائه می دهد. یک تمرین ورزشی نمونه با شدت کم شروع می شود و به سمت انتها که می رود شدت آن بیشتر می شود.

برای اطلاعات بیشتر به www.firstbeat.fi/te مراجعه کنید.



Gear Fit ضربان قلب شما را با حسگر اندازه گیری ضربان قلب، اندازه می گیرد. اگر حسگر ضربان قلب در معرض عرق شدید باشد یا موقعیت آن در حین تمرین عوض شود، این ویژگی ممکن است درست کار نکند.



برای کسب بهترین نتایج مربیگری، از ویژگی مربیگری زمانی استفاده کنید که در فضای بسته تمرین می کنید.



۱ در صفحه اصلی، روی **تمرین** ← دو ضربه بزنید.



۲ در صفحه جاری به سمت چپ بروید و روی **آماده سازی** ← ✓ ضربه بزنید.

۳

مربیگری را علامت بزنید و روی ✓ ضربه بزنید.

می توانید تاثیر تمرین ورزشی، دوره زمانی و حداکثر ضربان قلب را تنظیم کنید.

در زیر هر یک از سطوح تاثیر تمرین ورزشی شرح داده می شوند:

- **آسان:** سلامت عمومی حفظ شده و استقامت شما بهبود می یابد.
- **متوسط:** سطح تناسب اندام اساسی شما حفظ شده و استقامت قلبی عروقی شما بهبود می یابد.
- **پیشرفت:** سطح تناسب اندام اساسی و استقامت قلبی عروقی شما بهبود می یابد.
- اگر شما کمتر از مدت زمان طراحی شده در تاثیر تمرین ورزشی، ورزش می نمایید، شدت ورزش برای رسیدن به تاثیر تمرین ورزشی افزایش خواهد یافت.
- اگر هنگام تمرین کردن، احساس درد یا ناراحتی کردید، بلافاصله تمرین را متوقف کنید و با یک متخصص پزشکی مشورت کنید.



۴

روی ⏪ ضربه بزنید.

تنظیم کامل شد.

۵

روی شروع ضربه بزنید.

اندازه گیری ضربان قلب شروع می شود. وقتی اندازه گیری کامل شد، شروع به دویدن کنید. می توانید اطلاعاتی نظیر مدت زمان و مسافت تمرین را روی صفحه مشاهده کنید.

۶

وقتی دویدن کامل شد، روی **وقفه** ← **توقف** ضربه بزنید تا کنترل اطلاعات تمرین متوقف شود.

ضربان قلب

از این برنامه برای اندازه گیری و ثبت ضربان قلب فعلی خود استفاده کنید. می توانید تمرین خود را براساس ضربان قلب ثبت شده برنامه ریزی و تنظیم کنید.

• ویژگی اندازه گیری ضربان قلب دستگاه را نباید برای ارزیابی های کلینیکی یا پزشکی مورد استفاده قرار داد.



• برای اندازه گیری دقیق تر ضربان قلب، وقتی بدن تان حرکت نمی کند ضربان قلب را اندازه گیری کنید. برای اندازه گیری ضربان قلب در حین تمرین، از ویژگی تمرین استفاده کنید.


برای کسب بهترین نتایج هنگام اندازه گیری ضربان قلب

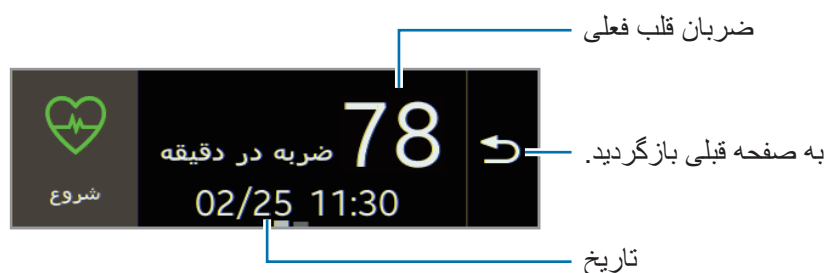
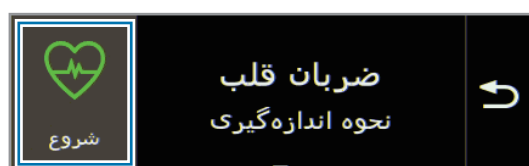
- پیش از اندازه گیری، بدن خود را گرم نگه دارید و به مدت ۵ دقیقه استراحت کنید.
- هنگام اندازه گیری، بدن خود را حرکت ندهید.
- برای اطلاع از جزئیات، به "استفاده از Gear Fit" مراجعه کنید.

اندازه گیری ضربان قلب

۱ در صفحه اصلی، روی **ضربان قلب** ضربه بزنید.

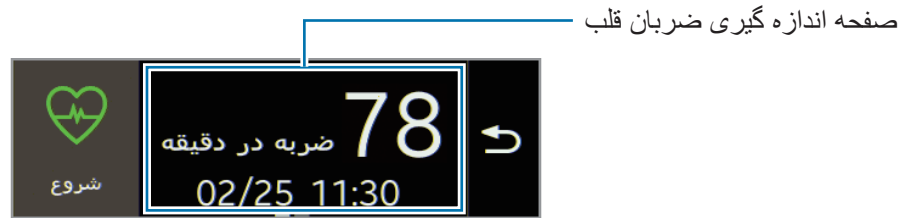
۲ روی **شروع** ضربه بزنید تا اندازه گیری ضربان قلب شروع شود.

وقتی اندازه گیری ضربان قلب شروع می شود، نماد  در صفحه ظاهر می شود و چشمک می زند. اندازه گیری توسط دستگاه انجام می شود. سپس، بعد از یک تأخیر کوتاه، ضربان قلب فعلی شما روی صفحه نمایش داده می شود.



مشاهده سوابق قلبی

۱ به سمت چپ صفحه اندازه گیری ضربان قلب بروید.



۲ روی تاریخچه ضربه بزنید.

۳ برای مشاهده سوابق ضربان قلب قلبی خود، به چپ یا راست بروید.




می توانید تا سی سابقه را حفظ کنید. می توانید داده های قلبی را بر روی هر دستگاه تلفن همراه که برنامه S Health روی آن نصب شده باشد، مشاهده کنید.

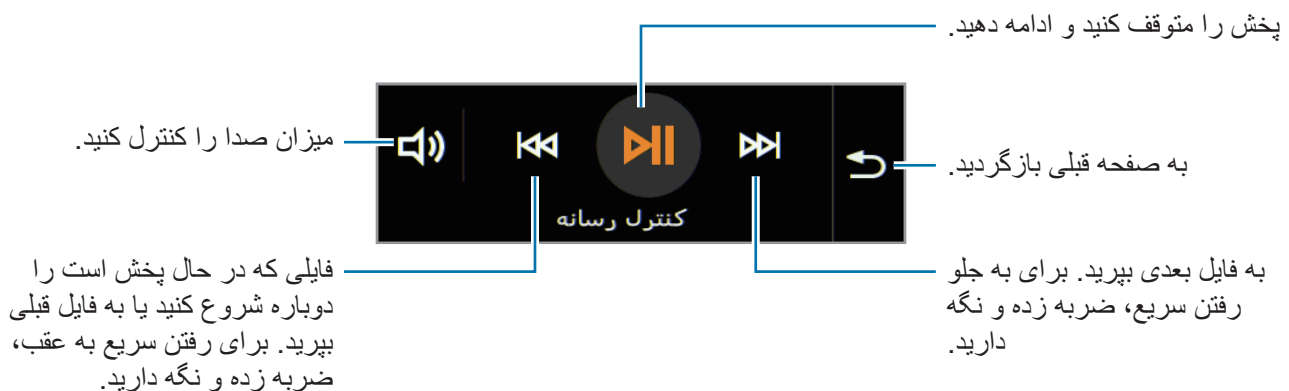


کنترل رسانه

از این برنامه برای پخش و کنترل فایل های رسانه ای استفاده کنید. می توانید پخش کننده موسیقی را در دستگاه تلفن همراه متصل اجرا کنید و پخش را توسط Gear Fit کنترل نمایید. برای سایر فایل های رسانه، پخش را ابتدا بر روی دستگاه موبایل آغاز کنید. می توانید پخش فایل که در حال حاضر از Gear Fit پخش می شود را کنترل کنید.

۱ در صفحه اصلی، روی **کنترل رسانه** ضربه بزنید.

۲ برای پخش یک فایل رسانه ای در دستگاه تلفن همراه متصل روی  ضربه بزنید.





یافتن دستگاه من

برای یافتن دستگاه تلفن همراه متصل شده از این برنامه استفاده کنید.

۱ در صفحه اصلی، روی **یافتن دستگاه من** ضربه بزنید.

۲ روی  ضربه بزنید.

دستگاه تلفن همراه صدایی می دهد، می لرزد و صفحه را روشن می کند.

 را به بیرون دایره بزرگ روی دستگاه تلفن همراه متصل بکشید و در Gear Fit روی  ضربه بزنید.

این قابلیت فقط وقتی Gear Fit و دستگاه تلفن همراه وصل هستند قابل استفاده است.



تنظیمات

ساعت

انواع ساعت هایی که در صفحه ساعت نمایان می شوند را تغییر دهید.
در صفحه اصلی، روی **تنظیمات** ← **ساعت** ضربه بزنید.
به سمت چپ یا راست بروید و نوع ساعت مورد نظر را انتخاب کنید.

تصویر زمینه

رنگ صفحه اصلی را تغییر دهید یا یک تصویر را به عنوان کاغذ دیواری صفحه اصلی تنظیم کنید.
در صفحه اصلی، روی **تنظیمات** ← **تصویر زمینه** ضربه بزنید.

نمایشگر

- تنظیمات مربوط به صفحه نمایش را تغییر دهید.
- در صفحه اصلی، روی **تنظیمات** ← **نمایشگر** ضربه بزنید.
- **روشنایی:** نور صفحه نمایش را تنظیم کنید.
 - **مچ بستن دستگاه:** دستی که معمولاً برای بستن Gear Fit روی آن استفاده می کنید را تنظیم کنید.
 - **چرخش صفحه نمایش:** جهت صفحه برای نمایش Gear Fit را تنظیم کنید.
 - **پایان زمان صفحه:** مدت زمانی که Gear Fit قبل از خاموش کردن نور پس زمینه منتظر می ماند را تنظیم کنید.
 - **اندازه نماد صفحه:** اندازه نمادهای روی صفحه اصلی را می توانید تنظیم کنید.

- **اندازه فونت:** نوع و اندازه قلم را برای نمایش متن اعلان ها تغییر دهید.
- **حرکت بیدارباش:** Gear Fit را تنظیم کنید که توسط یک حرکت خاص، روشن شده و یک صفحه خاص را نمایش دهد. دستی که Gear Fit را پوشیده است دراز کرده و برای چند ثانیه به صفحه Gear Fit نگاه کنید. صفحه روشن می شود و یک صفحه از پیش تعیین شده نمایش داده می شود.

بلوتوث

- تنظیمات ویژگی بلوتوث را پیکربندی کنید.
- در صفحه اصلی، روی **تنظیمات** ← **بلوتوث** ضربه بزنید.
- **بلوتوث:** ویژگی بلوتوث را روشن یا خاموش کنید.
 - **قابل مشاهده کردن:** Gear Fit را تنظیم کنید که هنگامی که سایر دستگاه ها به جستجوی دستگاه های بلوتوث می پردازند، در فهرست آن دستگاه ها نمایان شود.

حالت انسداد

- تمام اعلان ها را به جز اعلان هشدار و تایمر مسدود کنید.
- در صفحه اصلی، روی **تنظیمات** ← **حالت انسداد** ضربه بزنید و سپس یک گزینه را انتخاب کنید.

دو بار فشردن

- برنامه ای را تنظیم کنید که با دو بار فشار دادن دکمه روشن-خاموش، فوراً اجرا شوند.
- در صفحه اصلی، روی **تنظیمات** ← **دو بار فشردن** ضربه بزنید و سپس یک گزینه را انتخاب کنید.

نمایه

- با وارد کردن اطلاعات جسمی نظیر جنس و اندازه بدن، یک نمایه ایجاد کنید.
- در صفحه اصلی، روی **تنظیمات** ← **نمایه** ضربه بزنید و سپس یک گزینه را انتخاب کنید.

قفل حریم خصوصی

در صفحه اصلی، روی **تنظیمات** ← **قفل حریم خصوصی** ضربه بزنید.

- **PIN:** با تنظیم PIN حداقل چهار عددی، ویژگی قفل حریم خصوصی را فعال یا غیرفعال کنید. می توانید قفل صفحه Gear Fit را با وارد کردن PIN هنگام قطع اتصال دستگاه موبایل و Gear Fit باز کنید.
- **هیچیک:** ویژگی قفل حریم خصوصی را غیرفعال کنید.
- **راهنما:** به اطلاعات راهنما درباره نحوه استفاده از ویژگی قفل حریم خصوصی دسترسی پیدا کنید.

بازنشانی Gear Fit

تنظیمات شما را به مقادیر پیش فرض کارخانه بازنشانی می کند و همه داده های شما را حذف می کند. برنامه های پیش فرض، حذف نمی شوند.

در صفحه اصلی، روی **تنظیمات** ← **بازنشانی Gear Fit** ضربه بزنید.

وصل کردن Gear Fit به یک دستگاه تلفن همراه دیگر



اگر می خواهید که Gear Fit را به یک دستگاه تلفن همراه تازه خریداری شده یا برای اولین بار به دستگاه تلفن همراه دیگری وصل کنید، Gear Fit را بازنشانی کنید. بازنشانی Gear Fit داده ها را از حافظه پاک خواهد کرد. پس از بازنشانی، می توانید Gear Fit را به یک دستگاه تلفن همراه دیگر وصل کنید.

اطلاعات Gear Fit

در صفحه اصلی، روی **تنظیمات** ← **اطلاعات Gear Fit** ضربه بزنید.

- **درباره Gear Fit:** به اطلاعات مربوط به Gear Fit دسترسی پیدا کنید.
- **مجوز منبع آزاد:** می توانید اطلاعات مجوز منبع آزاد را مشاهده کنید.

Gear Fit Manager

اجرای Gear Fit Manager

این برنامه به شما امکان می دهد که به یک دستگاه تلفن همراه متصل شوید و تنظیمات Gear Fit و برنامه ها را سفارشی کنید. همچنین می توانید از آن برای دسترسی به ویژگی های دستگاه تلفن همراه متصل استفاده نمایید. در صفحه برنامه های دستگاه تلفن همراه متصل، روی **Gear Fit Manager** ضربه بزنید.

بسته به نوع دستگاه موبایل متصل، ممکن است برخی ویژگیها در دسترس نباشند.



پیکربندی تنظیمات Gear Fit

به اطلاعات Gear Fit دسترسی پیدا کنید و نرم افزار Gear Fit را به روز کنید. روی نام Gear Fit در فهرست **دستگاه جفت شده** در صفحه Gear Fit Manager ضربه بزنید و سپس از ویژگی های زیر استفاده کنید:

- **اتصال / قطع:** یک Gear Fit را وصل یا قطع کنید.
- **تعویض نام:** نام Gear Fit را تغییر دهید.
- **شماره مدل:** جزئیات مدل Gear Fit را مشاهده کنید.
- **نسخه نرم افزار:** Gear Fit را به آخرین نرم افزار به روز رسانی کنید.


سبک صفحه اصلی

تنظیمات صفحه اصلی Gear Fit را تغییر دهید. در صفحه Gear Fit Manager، روی **سبک صفحه اصلی** ضربه بزنید.

تصاویر زمینه

رنگ صفحه اصلی را تغییر دهید. یا، یک تصویر یا عکس ذخیره شده در دستگاه تلفن همراه را به عنوان کاغذ دیواری صفحه اصلی Gear Fit تنظیم کنید. روی **تصاویر زمینه** در صفحه Gear Fit Manager ضربه بزنید. کاغذ دیواری مورد نظر را انتخاب کنید تا به صورت خودکار در مورد صفحه اصلی Gear Fit اعمال شود.


ساعت‌ها

انواع ساعت که در صفحه ساعت نمایش داده می شود را می توانید تغییر دهید.
روی **ساعت‌ها** در صفحه Gear Fit Manager ضربه بزنید. نوع ساعت مورد نظر را انتخاب کنید.
برای پیکربندی اطلاعات مفصل در صفحه ساعت، روی  در کنار فهرست ساعت ضربه بزنید و یک مورد را انتخاب کنید.

چیدمان

ترتیب ظاهر شدن برنامه ها در صفحه اصلی را تغییر دهید.
روی **چیدمان** در صفحه Gear Fit Manager ضربه بزنید. روی یک برنامه ضربه زده و نگه دارید و سپس آن را به ناحیه دیگری بکشید.

S Health

سوابق S Health که در Gear Fit ذخیره شده است را به دستگاه تلفن همراه متصل منتقل کنید.
برای تنظیم فاصله زمانی برای ارسال فایل در صفحه Gear Fit Manager  روی کناره **S Health** ضربه بزنید و روی **فاصله زمانی انتقال قدم شمار** ضربه بزنید. روی **هم اکنون منتقل شود** ضربه بزنید تا یک فایل به سرعت ارسال شود.

اعلانها

- در رابطه با رویدادهای مختلف، از جمله تماس های بی پاسخ، یا پیام های جدید دستگاه تلفن همراه متصل شده، به روز بمانید.
- در صفحه Gear Fit Manager روی **اعلانها** ضربه بزنید، **کلید اعلانها** را به سمت راست بکشید و سپس موارد را علامت بزنید.
- **محدودیت ارسال اعلانها:** تنظیم کنید که اعلان هایی نظیر تماس ها یا پیام ها از طریق Gear Fit اطلاع رسانی نشوند.
- **بازپخش هوشمند:** دستگاه تلفن همراه خود را تنظیم کنید که با برداشتن آن، فوراً شما را از اعلان های جدید مطلع کند. Gear Fit نیز به صورت همزمان در مورد پیام ها یا تماس های بی پاسخ مطلع می شود.
- این ویژگی فقط وقتی صفحه Gear Fit روشن باشد در دسترس است.
- برخی از دستگاه های تلفن همراه از این ویژگی پشتیبانی نمی کنند.
- برای مشاهده جزئیات در زمان قفل بودن صفحه، قفل دستگاه تلفن همراه باید باز شود.
- **پیش نمایش پیام:** پنجره های باز شو برای نمایش نام یا محتوای برنامه تنظیم کنید.
- **صفحه خاموش بماند:** تنظیم کنید که اعلان ها را در زمان خاموش بودن نمایشگر دریافت کنید.



- هشدار لحظه‌ای Gear: مواردی که باید به‌صورت مستقیم در Gear Fit دریافت شوند را انتخاب کنید.
- اعلان‌های GEAR: مواردی که باید در Gear Fit اطلاع داده شوند را تنظیم کنید.
- اعلان‌های عمومی: برنامه‌هایی که باید در Gear Fit اطلاع داده شوند را تنظیم کنید.

تنظیمات

از این برنامه برای پیکربندی Gear Fit و تنظیم گزینه‌های مختلف استفاده کنید.
در صفحه Gear Fit Manager، روی **تنظیمات** ضربه بزنید.

تنظیم دکمه روشن-خاموش

اقداماتی را تنظیم کنید که با دو بار فشار دادن دکمه روشن-خاموش Gear Fit، انجام شوند.
در صفحه تنظیمات، روی **دو بار فشار دادن دکمه قفل** ضربه بزنید و سپس یک گزینه را انتخاب کنید.

فعالسازی ویژگی قفل خودکار صفحه

دستگاه تلفن همراه را تنظیم کنید که هنگام قطع شدن اتصال آن از Gear Fit به صورت خودکار قفل شود.
در صفحه تنظیمات، **قفل خودکار** را علامت بزنید.
روی **ادامه** ضربه بزنید، با اتصال چهار نقطه یا بیشتر یک الگو رسم کنید و سپس دوباره آن را برای تأیید رسم کنید.
هنگامی که اتصال Gear Fit از دستگاه تلفن همراه قطع می‌شود، باید الگو را برای باز کردن قفل صفحه دستگاه تلفن همراه بکشید.
هنگامی که Gear Fit به دستگاه تلفن همراه متصل می‌شود، قفل صفحه دستگاه تلفن همراه به صورت خودکار باز می‌شود.

برخی از دستگاه‌های تلفن همراه از این ویژگی پشتیبانی نمی‌کنند.



تنظیم یک حرکت بیدارباش

Gear Fit را تنظیم کنید که حرکت شما برای بیدار کردن Gear Fit را شناسایی کند و ساعت یا آخرین صفحه ای که هنگام خاموش شدن صفحه به آن دسترسی داشته اید را نمایش دهد.

در صفحه تنظیمات، روی **حرکت بیدارباش** ضربه بزنید و سپس **کلید حرکت بیدارباش** را به سمت راست بکشید. برای انتخاب یک صفحه از پیش تعیین شده که هنگام روشن شدن نمایشگر نشان داده شود، روی **انتخاب نمایش صفحه** ضربه بزنید.

برای بیدار کردن Gear Fit، دستی که Gear Fit را پوشیده است دراز کرده و برای چند ثانیه به صفحه Gear Fit نگاه کنید. صفحه روشن می شود و یک صفحه از پیش تعیین شده نمایش داده می شود.

تنظیم پیام های اضطراری

در وضعیت اضطراری می توانید یک پیام شامل مکان فعلی خود را به گیرندگان مشخصی ارسال کنید.

در صفحه تنظیمات، روی **پیام های ارسال کمک** ضربه بزنید و سپس **کلید پیام های ارسال کمک** را به سمت راست بکشید. سپس شرایط و ضوابط را خوانده و با آن موافقت کنید.

با سه بار فشار دادن دکمه روشن-خاموش می توانید پیام های اضطراری ارسال کنید.

برخی از دستگاه های تلفن همراه از این ویژگی پشتیبانی نمی کنند.



تنظیم مخاطبین اضطراری

مخاطبینی را برای ارسال پیام ها در وضعیت اضطراری به آنها تنظیم کنید.

در صفحه تنظیمات روی **مدیریت مخاطبین اصلی** ← **ایجاد مخاطب اصلی** ← **ایجاد مخاطب جدید** یا **انتخاب از مخاطبین** ضربه بزنید. می توانید یک مخاطب جدید ایجاد کنید یا مخاطب را از فهرست مخاطبین انتخاب کنید.

برخی از دستگاه های تلفن همراه از این ویژگی پشتیبانی نمی کنند.



مدیریت پیام رد تماس

پیام رد تماس بسازید و مدیریت کنید که هنگام رد کردن تماس ورودی ارسال شود.
در صفحه تنظیمات، روی **ویرایش پیام رد تماس** ضربه بزنید.
در صفحه تنظیمات، روی **+** ضربه بزنید. برای ویرایش پیام، روی پیام ضربه بزنید.

مدیریت الگوهای متنی

الگوهای متنی را برای پاسخ دادن آسان به پیام‌ها، ایجاد و مدیریت کنید.
در صفحه تنظیمات، روی **ویرایش الگوهای متنی** ضربه بزنید.
برای ایجاد یک الگوی متنی، روی **+** ضربه بزنید. برای ویرایش الگوی متن، روی پیام ضربه بزنید.

مشاهده مجوز منبع آزاد

می‌توانید اطلاعات مجوز منبع آزاد را مشاهده کنید.
در صفحه تنظیمات، روی **مجوز منبع آزاد** ضربه بزنید.

مشاهده نسخه Gear Fit Manager

اطلاعات نسخه Gear Fit Manager را در **نسخه Gear Fit Manager** مشاهده کنید.

عیب یابی

پیش از تماس با مرکز خدمات سامسونگ، لطفاً راه حل های زیر را امتحان کنید. ممکن است برخی وضعیت ها در مورد Gear Fit شما کاربرد نداشته باشد.

Gear Fit روشن نمی شود


اگر باتری به طور کامل تخلیه شده باشد، Gear Fit روشن نخواهد شد. پیش از روشن کردن Gear Fit، باتری را به طور کامل تعویض کنید.

واکنش صفحه لمسی کُند یا نادرست است

- اگر یک پوشش محافظ یا لوازم جانبی به صفحه لمسی متصل کنید، امکان دارد صفحه لمسی به درستی عمل نکند.
- اگر دستکش بپوشید، اگر دست های شما هنگام لمس صفحه لمسی تمیز نباشد یا اگر با اشیای نوک تیز یا نوک انگشت های خود به صفحه ضربه بزنید، امکان دارد صفحه لمسی دچار نقص عملکرد شود.
- صفحه لمسی زمانی که در معرض آب یا محیط های مرطوب قرار بگیرد ممکن است درست عمل نکند.
- برای پاک کردن خطاهای موقت نرم افزار، Gear Fit را دوباره راه اندازی کنید.
- مطمئن شوید نرم افزار Gear Fit شما به جدیدترین نسخه ارتقاء یافته است.
- در صورتی که صفحه لمسی خراشیده یا خراب شود، به مرکز خدمات سامسونگ مراجعه کنید.

Gear Fit گیر می کند یا خطاهای جدی می دهد

در صورتی که Gear Fit گیر کند یا از کار بیفتد، ممکن است برای بازیابی عملکرد لازم باشد برنامه ها را ببندید و Gear Fit را روشن کنید. اگر Gear Fit شما از کار افتاد یا واکنش نشان نداد، دکمه روشن-خاموش را به مدت بیش از ۷ ثانیه فشار دهید و نگه دارید تا دوباره راه اندازی شود.

اگر این کار مشکل را حل نکرد، بازنشانی داده های کارخانه را انجام دهید. در صفحه اصلی، روی **تنظیمات** ← **بازنشانی Gear Fit** ←  ضربه بزنید. قبل از اجرا کردن بازنشانی داده های کارخانه، تهیه نسخه های پشتیبان از تمام اطلاعات مهم ذخیره شده بر روی Gear Fit را فراموش نکنید.

اگر مشکل هنوز برطرف نشده است، با مرکز خدمات سامسونگ تماس بگیرید.

دستگاه بلوتوث دیگر نمی تواند Gear Fit شما را پیدا کند

- مطمئن شوید ویژگی بی سیم بلوتوث روی Gear Fit شما فعال شده باشد.
- Gear Fit را بازنشانی کرده و دوباره امتحان کنید.
- مطمئن شوید که Gear Fit شما و دستگاه بلوتوث دیگر در محدوده اتصال بلوتوث (۱۰ متر) قرار دارند. مسافت ممکن است بسته به محیطی که دستگاه در آن استفاده می شود متفاوت باشد.
- اگر نکته های بالا مشکل را رفع نکرد، با یک مرکز خدمات سامسونگ تماس بگیرید.

اتصال بلوتوث برقرار نمی شود یا اتصال Gear Fit و دستگاه تلفن همراه قطع می شود

- مطمئن شوید که ویژگی بلوتوث در هر دو دستگاه فعال باشد.
- مطمئن شوید که مانعی مانند دیوار یا تجهیزات برقی بین دستگاه ها نباشد.
- مطمئن شوید که آخرین نسخه برنامه Gear Fit Manager بر روی دستگاه همراه نصب شده باشد.
- مطمئن شوید که Gear Fit شما و دستگاه بلوتوث دیگر در محدوده اتصال بلوتوث (۱۰ متر) قرار دارند. مسافت ممکن است بسته به محیطی که دستگاه در آن استفاده می شود متفاوت باشد.
- هر دو دستگاه را بازنشانی کرده و Gear Fit Manager را دوباره در دستگاه تلفن همراه اجرا کنید.

نماد باتری خالی است

باتری تلفن شما ضعیف است. باتری را دوباره شارژ کنید.

باتری به درستی شارژ نمی شود (در مورد شارژرهای دارای تأیید سامسونگ)

- اطمینان حاصل کنید که Gear Fit را در جایگاه شارژرکننده قرار دهید و جایگاه را به درستی به شارژر متصل نمایید.
- اگر پایانه های شارژ کننده کثیف هستند، ممکن است باتری نتواند به درستی شارژ کند یا ممکن است Gear Fit خاموش شود. هر دو اتصال طلایی رنگ را تمیز کرده و سعی کنید باتری را دوباره شارژ کنید.
- در برخی از دستگاه ها کاربر نمی تواند باتری را تعویض کند. برای تعویض باتری، به مرکز خدمات سامسونگ مراجعه کنید.

باتری سریع تر از زمان خرید خالی می شود

- اگر Gear Fit را در معرض دمای بسیار سرد یا بسیار گرم قرار دهید، شارژ مفید ممکن است کاهش یابد.
- زمانی که از بعضی برنامه ها استفاده کنید مصرف باتری افزایش می یابد.
- باتری یک ماده مصرفی است و به مرور زمان شارژ مفید آن کاهش می یابد.

Gear Fit شما داغ کرده است

هنگام استفاده از برنامه هایی که به نیروی بیشتری نیاز دارند، یا استفاده از برنامه ها در Gear Fit خود به مدت طولانی، ممکن است Gear Fit شما گرم شود. این وضعیت عادی است و نباید تأثیری بر طول عمر یا کارکرد Gear Fit شما داشته باشد.

هنگامی که Gear Fit را به رایانه وصل می کنید، اتصال برقرار نمی شود

Gear Fit شما به عنوان یک دیسک قابل جابجایی شناسایی نشد.

یک حفره کوچک روی بدنه خارجی Gear Fit قابل مشاهده است

- این حفره یک ویژگی ضروری طراحی کارخانه است و ممکن است باعث تاب خوردن جزیی یا لرزش قطعات شود.
- به مرور زمان، اصطکاک بین قطعات ممکن است باعث گسترش اندک این حفره شود.

بر حسب منطقه، ارائه کننده خدمات یا نسخه برنامه، محتوا ممکن است با Gear Fit شما متفاوت باشد و این تفاوت بدون اطلاع قبلی قابل تغییر است.

