



50203, 50204, 50205



Español

English

Français

Deutsch

Italiano

Português



Manual de usuario

50203, 50204, 50205

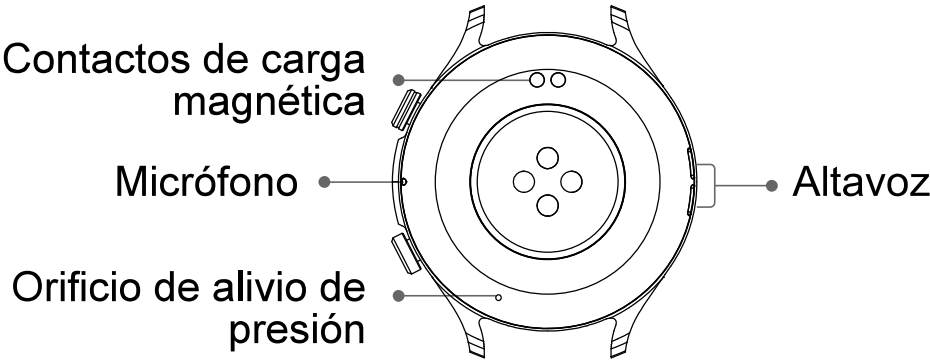
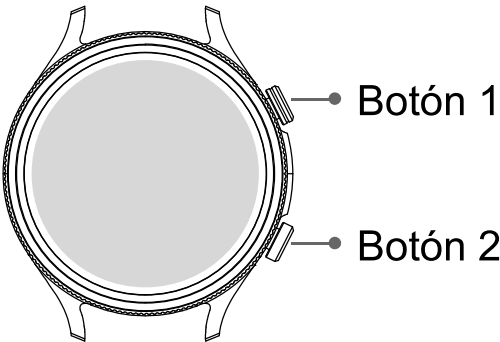


Español

INTRODUCCIÓN

Resistencia al agua IP65

Área de visualización de la pantalla	Micrófono
Botón de función	Altavoz
Orificio de presión de aire	Lateral frontal
Orificio de alivio de presión	Lateral trasero
Sensor de frecuencia cardíaca	/



INTRODUCCIÓN

1. Abra el paquete y revise su contenido.
2. Contenido de entrega:
 - Reloj inteligente 50203, 50204, 50205 (con batería de litio integrada),
 - Manual del usuario,
 - Cable para carga original.
3. Cargue el reloj para activar y conectarlo antes del primer uso. Para cargar, simplemente conecte el cable de carga magnético a los contactos de carga ubicados en la parte trasera del reloj.
4. Busque «Lotus Smartime 2nd GEN» en la tienda de aplicaciones, Google Play o escanee el código QR para descargar e instalar la aplicación.



5. Inicie sesión en la aplicación, complete su información personal, como así también sus objetivos de peso.
6. En la interfaz del «dispositivo», toque el ícono «+» en la esquina superior derecha, su teléfono comenzará la búsqueda. De la lista de dispositivos que encuentre, elija el nombre de su reloj inteligente para emparejarlo. Además, puede vincular el dispositivo directamente escaneando el código QR del dispositivo mediante el uso de la función de escaneo.

SALUD

Reloj

1. El reloj registrará sus datos automáticamente.
2. Puedes medir tu ritmo cardíaco, oxígeno en sangre, nivel de estrés y energía corporal en el reloj, o activar la medición automática de la frecuencia cardíaca, el oxígeno en sangre, el estrés, el sueño en la aplicación para realizar un seguimiento de estos datos durante todo el día. Puedes hacer que el reloj controle tu estado de salud de forma manual o automática.
3. Para comenzar un ejercicio:
 - 1) Cuando la interfaz de esfera del reloj se visualiza, pulse brevemente el botón arriba para acceder a la lista de aplicaciones. Toque el ícono Ejercicio para acceder a los íconos de diferentes tipos de ejercicio, a continuación, toque el ícono de un ejercicio (como por ej., Carrera al aire libre) para iniciar el ejercicio.
 - 2) El reloj puede visualizar hasta 20 tipos de ejercicios de forma predeterminada. Puede agregar o eliminar los tipos de ejercicios visualizados en el reloj, o cambiar su orden.

Aplicación

1. Inicie «Lotus Smartime 2nd GEN», habilite la característica bluetooth y otorgue el permiso de posicionamiento al GPS;
2. Encienda la pantalla del reloj inteligente y acérquela a su teléfono;
3. Haga clic en el ícono «+» en la aplicación, y seleccione el modelo de reloj inteligente en los resultados de la búsqueda para enlazar;
4. Confirme la solicitud de enlace en el reloj inteligente;
5. Complete su información y establezca su objetivo de pasos para finalizar el enlace.

OPERACIONES BÁSICAS

1. Uso del reloj correctamente: asegúrese de que su reloj esté al menos un dedo por encima del hueso de su muñeca y que el sensor en la parte trasera toque su piel.
2. Operaciones en pantalla: 50203, 50204, 50205 tiene una pantalla táctil completa, la cual soporta operaciones que incluyen un toque corto, deslizamiento a izquierda/derecha y deslizamiento hacia arriba/abajo.
3. Operaciones del botón: Este producto tiene dos botones, que admiten operaciones de “pulsación corta” y “pulsación larga”.
Pulse brevemente el botón arriba: vuelva a la pantalla de inicio y encienda la pantalla cuando esté apagada. pulse brevemente el botón abajo: encienda la pantalla cuando esté apagada y vaya a la lista de deportes cuando esté encendida. pulse prolongadamente el botón arriba: encienda el reloj y 8 segundos para reiniciarlo. pulse prolongadamente el botón abajo: 5 segundos para entrar en la pantalla de apagado-encendido.



Descripción de la función

1. Esfera del reloj

El reloj viene con 5 esferas de forma predeterminada. Puede cambiarlas de forma manual en el reloj o en la configuración de la esfera del reloj en la aplicación Lotus Smartime 2nd GEN. Además, puede personalizar la esfera del reloj en la aplicación. La mayoría de las esferas están disponibles para descargar del «Mercado de esferas de reloj».

2. Entrenamiento

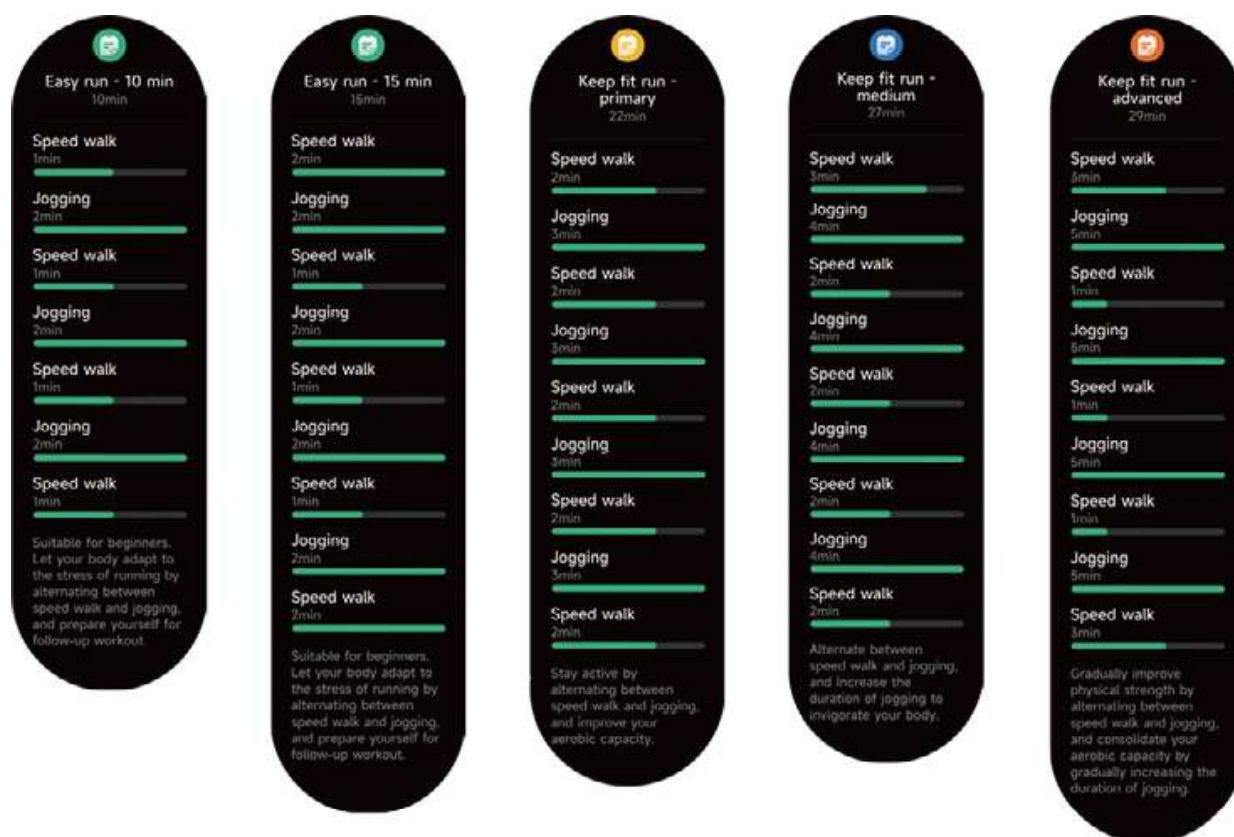
- a. De forma predeterminada, se pueden visualizar hasta 20 tipos de ejercicio: Correr al aire libre, Correr en interiores, Paseo al aire libre, Paseo interior, Bicicleta en exteriores, Bicicleta en interiores, Nadar en piscina, Natación abierta, Excursión, Yoga, Máquina de remo, Bicicleta elíptica, Críquet, Ejercicio, Entrenamiento con intervalo de alta intensidad (HIIT), Entrenamiento de fuerza funcional, Entrenamiento principal, Baile, Pilates, Relajación. Puede agregar o eliminar los tipos de ejercicios o cambiar el orden visualizado en el reloj. Hay un total de 110 tipos de ejercicios para elegir desde la aplicación.



- b. El 50203, 50204, 50205 soporta el reconocimiento inteligente del ejercicio. Puede reconocer si el usuario está corriendo/caminando/retrocediendo/elíptica. Admite la pausa automática de un ejercicio o el recordatorio de su finalización. Esta función puede activarse y desactivarse en el reloj.
- c. El resumen de ejercicios de 50203, 50204, 50205 contiene varios datos de los ejercicios, los cuales se pueden comprobar en la aplicación Lotus Smartime 2nd GEN.
- d. Usted puede visualizar sus registros de ejercicios recientes en el reloj, incluso los detalles; además, puede ver los registros de los ejercicios en la aplicación.

2.1 Rutas de Carrera

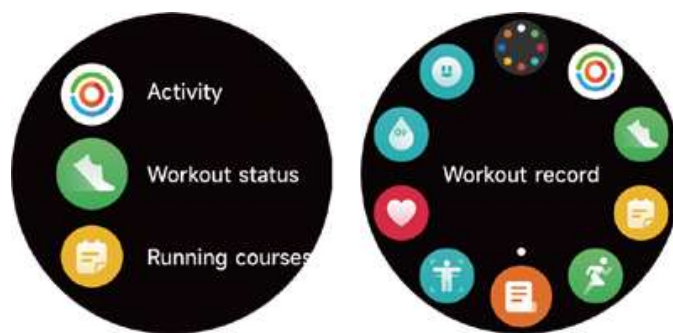
Establezca zonas de ritmo cardíaco en ejercicio con base científica para diferentes edades. Mejórelas alternando entre correr y caminar.



3. Lista de aplicaciones

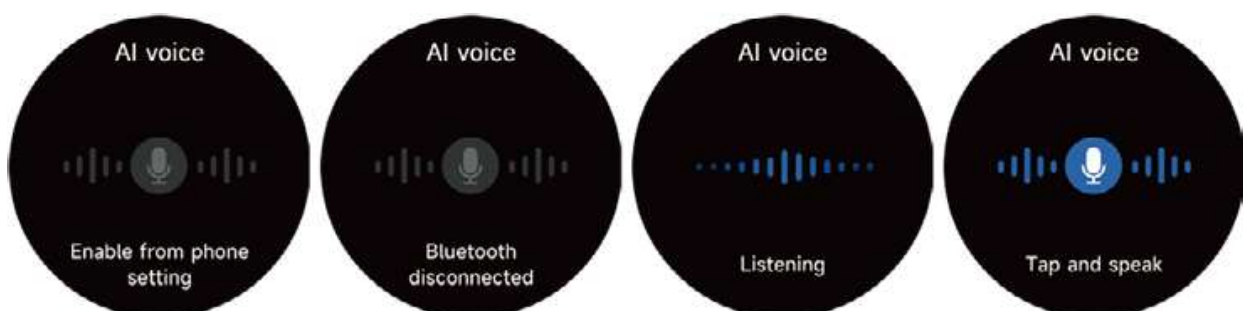
Cuando la interfaz de la esfera del reloj se visualiza, pulsa brevemente el botón físico de arriba para ir a la lista de aplicaciones: Actividad, Estado de entrenamiento, Carreras, Entrenamiento, Protocolo de entrenamiento, Tocar para medir, Frecuencia cardíaca, SpO2, Estrés, Energía corporal, Sueño, Entrenamiento respiratorio, Protocolo del ciclo, Sonido ambiente, Teléfono, Voz de IA, Temporizador Pomodoro, Recordatorio del evento, Tiempo, Música, Cámara, Despertador, Registro de tiempo, Cronómetro, Reloj mundial, Buscar el teléfono, Linterna, Ajustes.

Puedes seleccionar la vista de lista de aplicaciones en los ajustes, y admite dos formas de visualización: lista y teclado de marcación



3.1 Voz de IA

Puedes enviar comandos de voz a los asistentes de voz del teléfono móvil, como Siri y Google Assistant a través de AI Voice, y dejar que el teléfono móvil responda a los comandos de voz. Cuando se reconozca el asistente de voz del teléfono móvil, los resultados de reconocimiento se sincronizarán con el reloj.



3.2 Teléfono



1. Puede agregar hasta 10 contactos frecuentes a su reloj a través de la aplicación, posteriormente puede llamar a estos contactos desde su reloj.
2. Puede ver el historial de llamadas recientes en su reloj y llamar a los números visualizados en el historial de llamadas.
3. Puede hacer llamadas a través del teclado del reloj.

3.3 Actividad

El reloj puede recoger y mostrar: Datos de Pasos/Calorías/Media a alta intensidad/Parada y objetivos del día, histograma de datos de Pasos/Calorías/Media a alta intensidad/Parada por hora a lo largo del día, Pasos y Distancia del día, Tiempo de recuperación y Consumo máximo de oxígeno del último Ejercicio, etc.



3.4 Estado de entrenamiento

Puedes ver el Vo2máx, el efecto del entrenamiento cardiovascular de tu entrenamiento más reciente y el tiempo que tarda tu cuerpo en recuperarse a su mejor estado en Estado del ejercicio.



3.5 Frecuencia cardíaca

1. Puede medir la frecuencia cardíaca de forma manual en el reloj. En los ajustes de la aplicación, puede activar/desactivar el monitoreo inteligente durante todo el día de la frecuencia cardíaca, o ver los datos cardíacos.
2. Cada vez que se mida la frecuencia cardíaca, mantenga su brazo y muñeca quietos y espere pacientemente hasta que finalice la medición.



3.6 SpO2

1. Puede medir manualmente la SPO2 en el reloj. Además, el reloj admite la monitorización automática de la SPO2 durante todo el día. En los ajustes de la APP, puede activar/desactivar esta función, o ver los datos de SpO2.
2. Cada vez que se mida el oxígeno en sangre, mantenga su brazo y muñeca quietos y espere pacientemente hasta que finalice la medición.



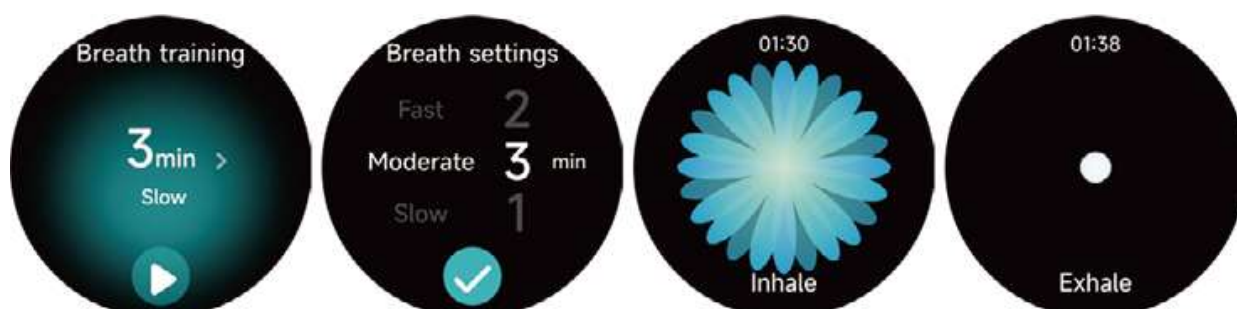
3.7 Estrés

1. Puede medir el estrés de forma manual en el reloj. Además, el reloj soporta el monitoreo automático del estrés durante todo el día. En los ajustes de la aplicación, puede activar/desactivar esta función, o ver los datos de estrés.
2. Cada vez que se mida el estrés, mantenga su brazo y muñeca quietos y espere pacientemente hasta que finalice la medición.



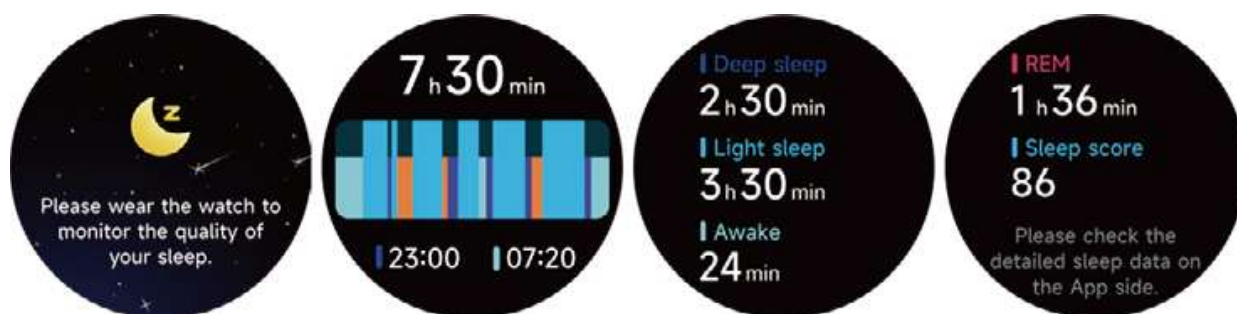
3.8 Entrenamiento respiratorio

1. Haga clic en el ícono Entrenamiento respiratorio para acceder a esta característica. puedes elegir la duración, te ayuda a ajustar tu respiración;
2. Haga clic en iniciar para acceder directamente a la animación del entrenamiento respiratorio. Siga la frecuencia de vibración y animación para ajustar su respiración. El entrenamiento respiratorio razonable puede ayudar a calmar sus emociones.



3.9 Sueño

Compruebe el registro de su último sueño, los datos de cada etapa del sueño y la calificación del sueño.



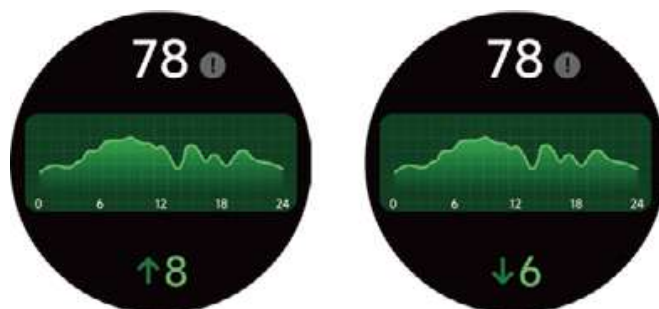
3.10 Tocar para medir

1. La frecuencia cardíaca, la presión y el oxígeno en sangre pueden medirse simultáneamente en 35 segundos.
2. Cada vez que realice una medición, mantenga el brazo y la muñeca inmóviles y espere pacientemente hasta que finalice la medición.



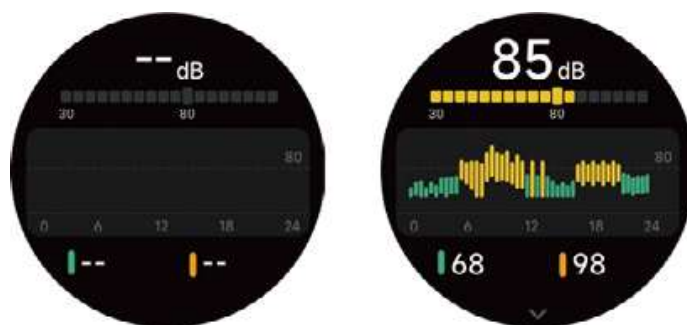
3.11 Energía corporal

Si llevas puesto el reloj y activas la función de energía corporal en la aplicación, el reloj medirá tu energía corporal automáticamente y te recordará que debes descansar si tu energía corporal es demasiado baja o disminuye demasiado rápido.



3.12 Sonido ambiente

1. Puede medir manualmente el ruido en el reloj. Además, el reloj admite la monitorización automática del ruido las 24 horas del día. En los ajustes de la APP, puede activar/desactivar esta función o ver los datos correspondientes.
2. Cada vez que se mida el ruido, mantenga el brazo y la muñeca inmóviles y espere pacientemente hasta que finalice la medición.



3.13 Cronómetro

Utilice el reloj como cronómetro. El cronómetro tiene una función de «Vuelta».



3.14 Alarma

1. Puede agregar, eliminar una alarma, o activar/desactivar la alarma en el reloj, y, además, establecer una alarma para el reloj a través de la aplicación.
2. Puede establecer la hora y las horas de retraso de la alarma en la aplicación para decidir cuánto tiempo quiere retrasar y cuántas horas para el retraso.



3.15 Temporizador

Puede establecer un temporizador con una duración preestablecida en el reloj, y el temporizador le recordará cuando expira el temporizador; usted puede personalizar la hora del temporizador.



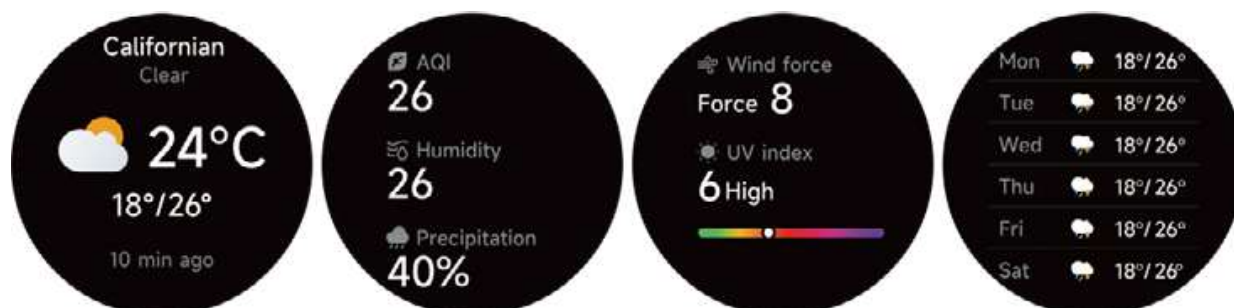
3.16 Reloj internacional

Puede verificar la hora en su ciudad en el reloj, y establecer la hora en la aplicación de las ciudades de otros países para ser visualizada en el reloj.



3.17 Tiempo

Visualización del clima de 7 días. Puede ver el “Tiempo actual, temperaturas máximas y mínimas” del día y las “Temperaturas máximas y mínimas” de los seis días siguientes.



3.18 Música

1. Cuando el reloj está conectado a la aplicación, usted puede controlar el reproductor de música para realizar las funciones de «Siguiente, Anterior», «Reproducir/Pausa» y «Subir/bajar volumen».
2. Esta función puede estar abierta o cerrada en los ajustes de la APP.



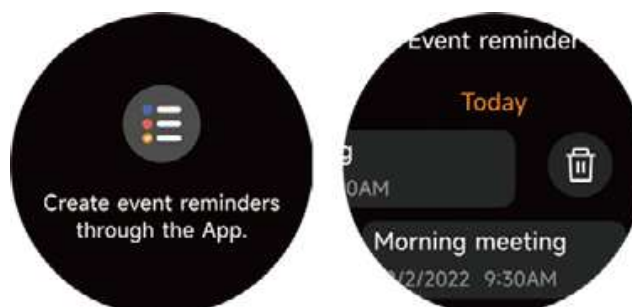
3.19 Buscar el teléfono

1. Cuando el reloj está conectado a la aplicación, usted puede establecer el timbre del teléfono.
2. Haga clic en el ícono para finalizar el timbre. 3. Esta función puede estar activada o desactivada en los ajustes de la APP.



3.20 Recordatorio de evento

Puede establecer un recordatorio y una hora de recordatorio en la APP. Una vez completado el ajuste, el recordatorio se sincronizará con el reloj. Cuando llegue la hora del recordatorio, aparecerá una notificación en el reloj. Puedes ver todos los recordatorios de eventos configurados en el reloj.



3.21 Protocolo del ciclo

Después de abrir Control del Ciclo en la aplicación, el reloj mostrará las opciones de la función de seguimiento del ciclo y establecerá la duración del ciclo, el tiempo de recordatorio y otras opciones, y se recordará la hora periódicamente.



3.22 Cámara

Cuando el reloj está conectado a la App, puedes activar manualmente la cámara del sistema del teléfono para controlar la toma de fotos.



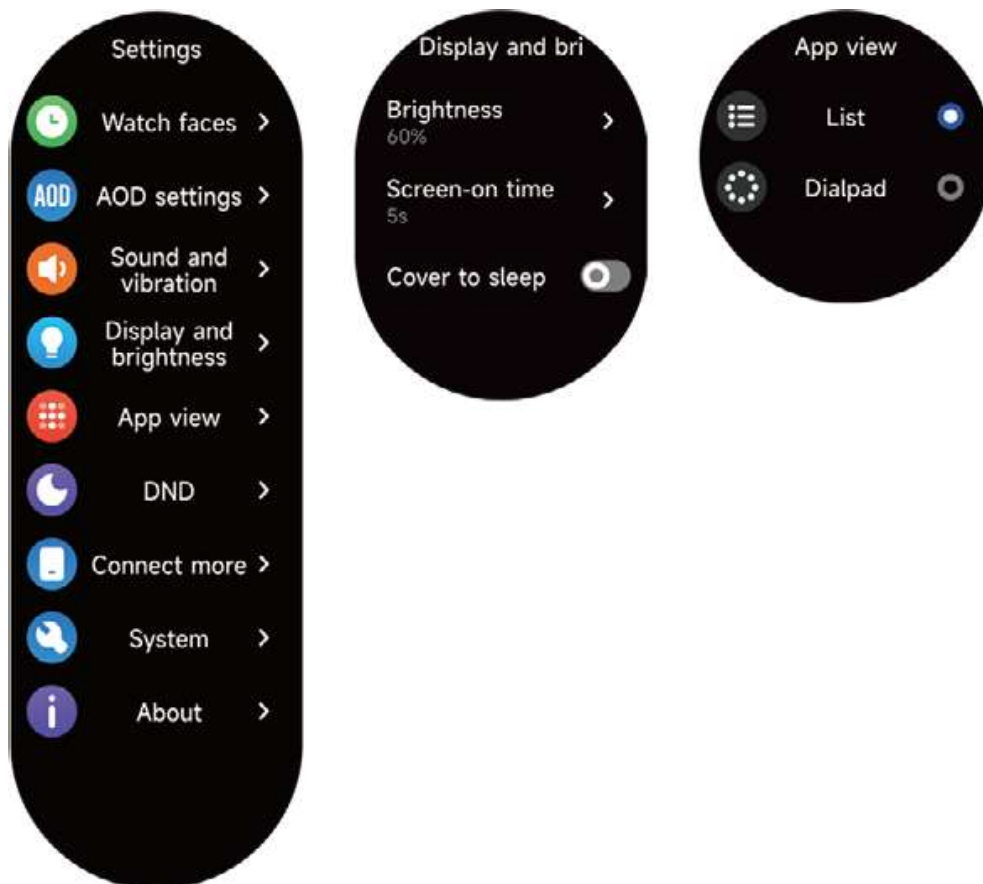
3.23 Temporizador Pomodoro

Puede establecer la duración de los Pomodoro individuales, el tiempo de descanso después de completar el Pomodoro y el número Pomodoro objetivo diario en su reloj, y cuando complete el Pomodoro objetivo del día, se le recordará que ha alcanzado su objetivo.



3.24 Ajustes

1. En los ajustes del reloj, puede establecer la hora en pantalla, el ajustes de tono de llamada y vista de aplicaciones.
2. En los ajustes del reloj, además puede apagar, reiniciar o restablecer el reloj (una vez restablecido, todos los datos almacenados en el reloj se borrarán, y el reloj se desemparejará de su teléfono).



4. Módulo recordatorio

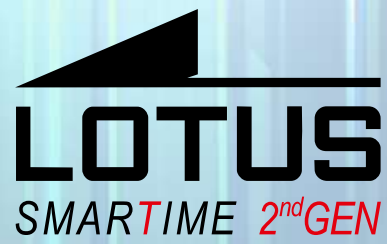
El reloj soporta múltiples recordatorios, que incluyen: recordatorio de llamada entrante, recordatorio de mensaje de texto entrante, recordatorio del objetivo de pasos logrado, recordatorio de dar la vuelta, recordatorio para beber agua, recordatorio de frecuencia cardíaca alta/baja, recordatorio de oxígeno en sangre bajo y recordatorio de estrés alto, etc.



5. Centro de Control

El centro de control te ofrece una forma sencilla de activar funciones como No molestar, Levantar para despertar, ajustar el brillo de la pantalla, Buscar mi teléfono, convertir tu reloj en linterna, etc.





User manual

50203, 50204, 50205

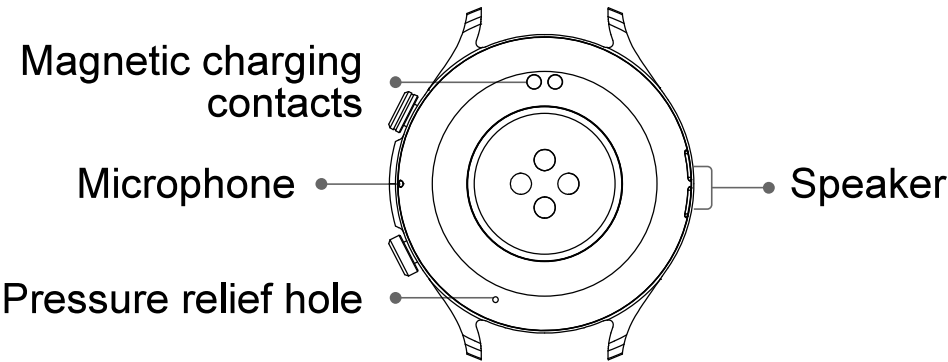
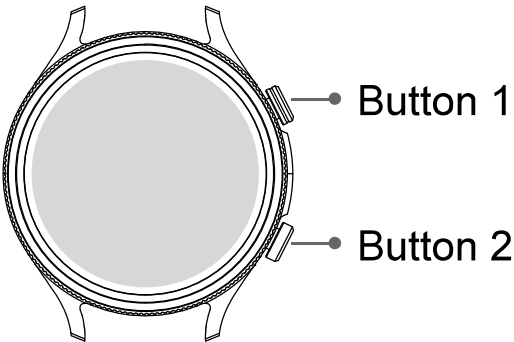


English

INTRODUCTION

Waterproof description IP65

Screen display area	Microphone
Function button	Speaker
Air pressure hole	Front side
Pressure relief hole	Back side
Heart rate sensor	/



GETTING STARTED

1. Open the package and check its content.
2. Delivery content:
 - 50203, 50204, 50205 smart watch (with built-in lithium battery);
 - user manual;
 - original charging cable.
3. Charge the watch to activate and turn it on before first use. To charge, simply connect the magnetic charging cable to the charging contacts located on the back of the watch.
4. Search for “Lotus Smartime 2nd GEN” on the App Store, Google Play or scan the QR code to download and install the app.



5. Log in to the app and set your personal information, as well as your step and weight goals.
6. On the “Device” interface, tap the “+” icon in the upper right corner, your phone starts searching. From the device list found, choose your smart watch name to pair with. You may also link the device directly by scanning the device’s QR code using the scan function.

HEALTH

Watch

1. The watch will automatically record your data.
2. You can measure your heart rate, blood oxygen, stress level and body energy on the watch, or turn on automatic measurement of heart rate, blood oxygen, stress level and sleep on the app to track these data the whole day. You can manually or make the watch automatically monitor your health status continuously.
3. To start an exercise:
 - 1) When the watch face interface is displayed, press the up button shortly to access the application list. Tap the Workout icon to access the icons of different exercise types, then tap the icon of an exercise (such as Outdoor Running) to start the exercise.
 - 2) The watch can display up to 20 exercise types by default. You can add or delete the exercise types displayed on the watch or change their order.

APP

1. Start "Lotus Smartime 2nd GEN", enable the Bluetooth feature, and grant the GPS positioning permission;
2. Light up the bracelet screen and bring it close to your phone;
3. Click the "+" icon on the App, and select the smart watch model in the search results to bind;
4. Confirm the binding request on the smart watch;
5. Fill in your information and set your step goal on the App to complete the binding.

BASIC OPERATIONS

1. Wear the watch correctly: ensure that your watch is at least one finger above your wrist bone and that the sensor on the back touches your skin.
2. Screen operation: 50203, 50204, 50205 has a full touch screen, which supports operations including short tap, swipe left/right and swipe up/down.
3. Button operation: This product has two buttons; which supports “short press” and “long press” operations. Press the up button shortly: return to the home screen and light up when the screen is off. Press the down button shortly: light up the screen when it is off and go to the sports list when it is on. Long press the up button: turn the watch on and 8 seconds to hard reboot. Long press the down button: 5 seconds to enter the off-restart screen.



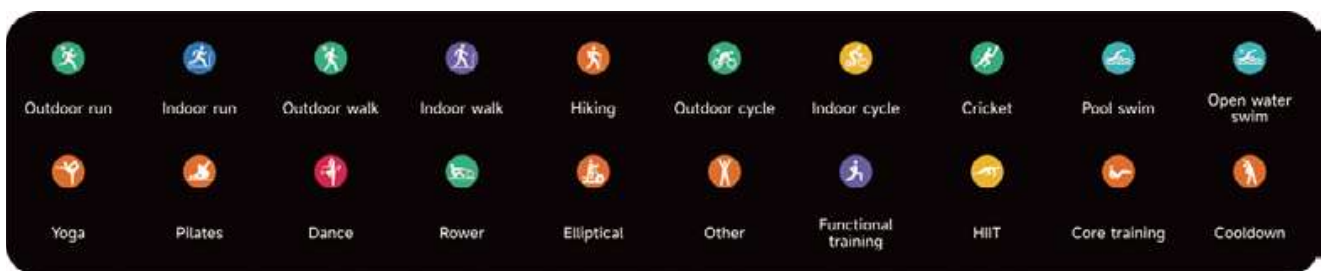
Function Description

1. Watch face

The watch comes with 5 watch faces by default. You can switch between them manually on the watch or on the Lotus Smartime 2nd GEN app's watch face settings. You can also customize the watch face on the app. More watch faces are available for download from the “Watch Face Market”.

2. Workout

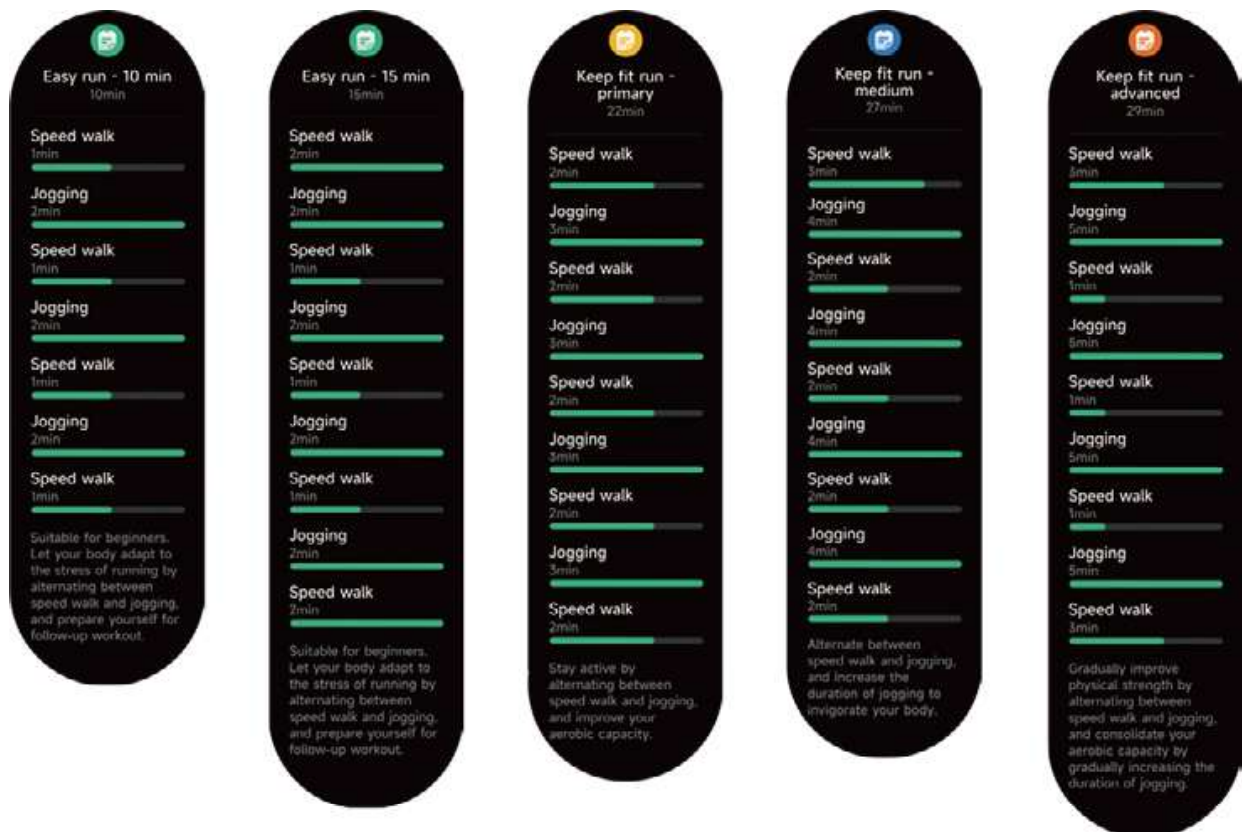
- a. Up to 20 exercise types can be displayed by default: Outdoor run, Indoor run, Outdoor walk, Indoor walk, Hiking, Outdoor cycle, Indoor cycle, Cricket, Pool swim, Open water swim, Yoga, Dance, Rower, Elliptical, Workout, HIIT, Functional strength training, Core training, Pilates, Cooldown. You can add or delete the exercise types or change their order displayed on the watch. There are a total of 110 exercise types to choose from on the app.



- b. 50203, 50204, 50205 supports intelligent exercise recognition. It can recognize whether the user is running/walking/rowing /elliptical. It supports automatically pausing an exercise or reminding when an exercise ends. This feature can be turned on/off on the watch.
- c. 50203, 50204, 50205 summary of exercise contains various exercise data, which can be checked on the Lotus Smartime 2nd GEN app.
- d. You can view your recent exercise records on the watch, including detailed data about your exercise; you can also view the exercise records on the APP.

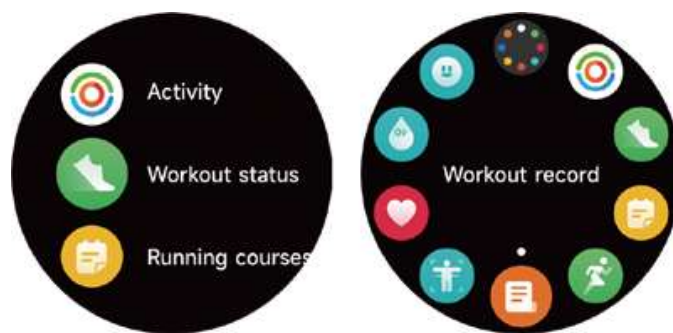
2.1 Running courses

Set exercise heart rate zones scientifically for different ages. Gradually improve it by alternating between running and walking.



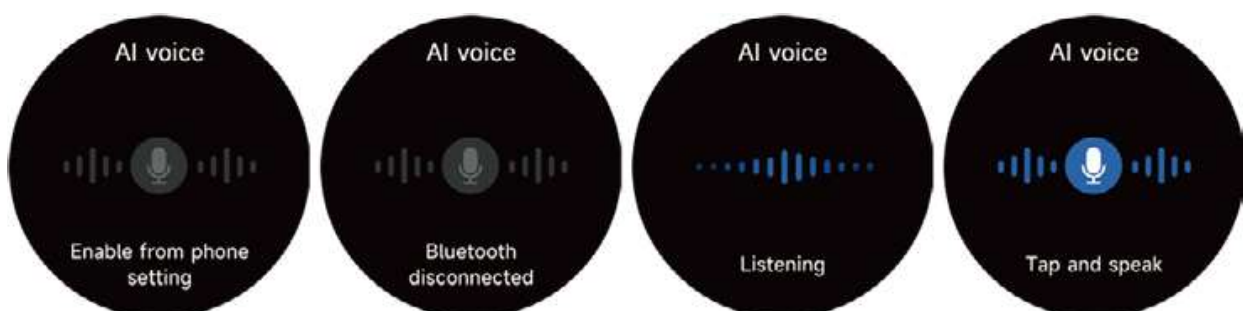
3. Application list

When the watch face interface is displayed, short press the physical button above to go to the application list, Activity, Workout status, Running courses, Workout, Workout record, Push for measurement, Heart rate, SpO2, Stress, Body energy, Sleep, Breath training, Cycle tracking, Ambient sound, Phone, AI Voice, The pomodoro technique, Event reminder, Weather, Music, Camera, Alarm, Timer, Stopwatch, World clock, Find phone, Flashlight, Settings. You can select the application list view in the settings, which supports both list and dialpad display methods.



3.1 AI Voice

You can send voice commands to the voice assistants of the mobile phone, such as Siri and Google Assistant through AI Voice, and let the mobile phone respond to voice commands. When the voice assistant of the mobile phone is recognized, the recognition results will be synchronized to the watch.



3.2 Phone



1. You can add up to 10 frequent contacts to your watch through the app, then call these contacts on your watch.
2. You can view recent call history on your watch and call the numbers displayed in the call history.
3. You can make calls through the watch's dialer.

3.3 Activity

The watch can collect and display: Steps/Calories/Medium to high intensity/Standing data and goals of the day, histogram of Steps/Calories/Medium to high intensity/Standing data per hour throughout the day, Steps and Distance of the day, Recovery Time and Maximal Oxygen Uptake for the latest Exercise, etc.



3.4 Workout status

You can see the Vo2max, cardio training effect of your most recent workout, and the time it takes for your body to recover to your best state in Exercise Status.



3.5 Heart rate

1. You can manually measure the heart rate on the watch. In the APP settings, you can turn on/off the intelligent round-the-clock monitoring of the heart rate, or view the heart data.
2. Each time heart rate is measured, keep your arm and wrist still and wait patiently until the measurement finishes.



3.6 SpO2

1. You can manually measure SPO2 on the watch. In addition, the watch supports automatic around-the-clock SPO2 monitoring. In the APP settings, you can turn on/off this function, or view the SPO2 data.
2. Each time blood oxygen is measured, keep your arm and wrist still and wait patiently until the measurement finishes.



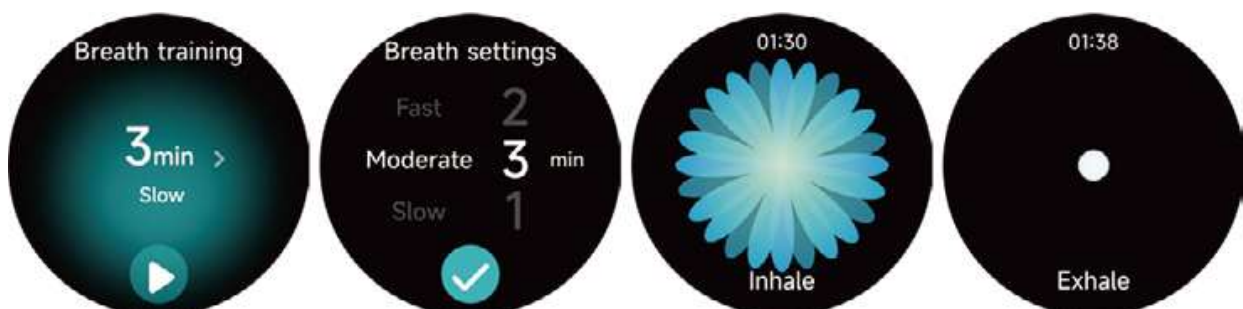
3.7 Estrés

1. You can manually measure stress on the watch. In addition, the watch supports automatic around-the-clock stress monitoring. In the APP settings, you can turn on/off this function, or view the stress data.
2. Each time stress is measured, keep your arm and wrist still and wait patiently until the measurement finishes.



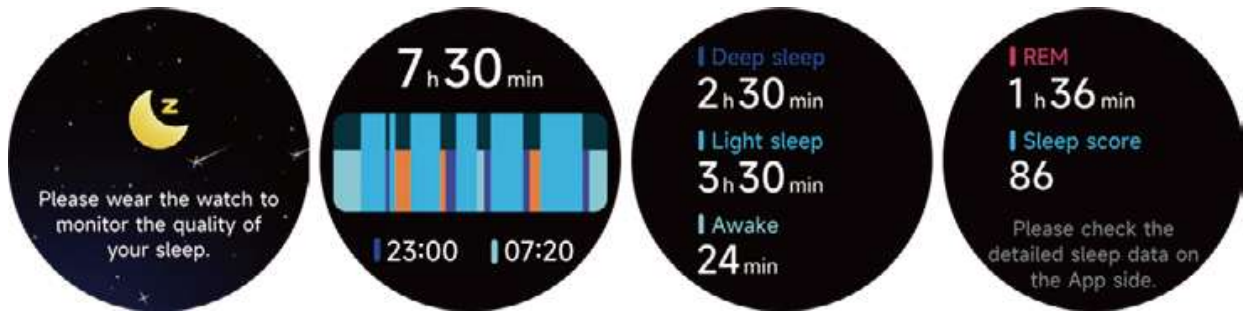
3.8 Breathe training

1. Click Breath training icon to access this feature. you can choose the duration, it helps adjust your breathing;
2. Click Start to directly enter the breath training animation. Follow the vibration and animation frequency to adjust your breathing. Reasonable breath training can help soothe your emotions.



3.9 Sleep

You can view the most recent sleep record and sleep status at each stage.



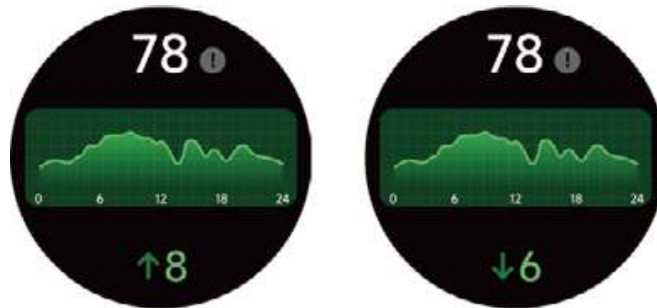
3.10 Push for measurement

1. Heart rate, pressure, and blood oxygen can be measured imultaneously within 35 seconds.
2. Every time you measure, keep your arm and wrist still and wait patiently until the measurement finishes



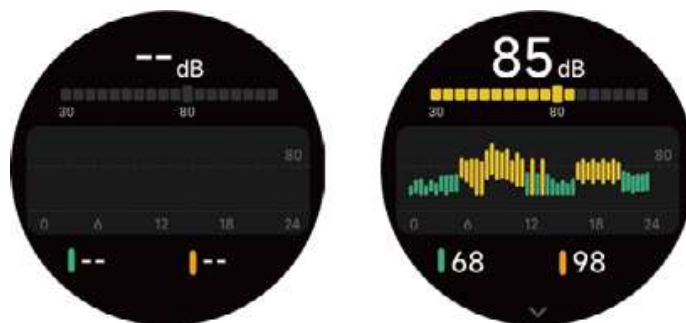
3.11 Body energy

If you wear the watch and enable body energy in the App, the watch will measure your body energy automatically. If your body energy is too low or dropping too fast, it will remind you to rest.



3.12 Ambient sound

1. You can manually measure noise on the watch. In addition, the watch supports automatic around-the-clock noise monitor. In the APP settings, you can turn on/off this function, or view the corresponding data.
2. Each time noise is measured, keep your arm and wrist still and wait patiently until the measurement finishes.



3.13 Stopwatch

Use the watch as a stopwatch. The stopwatch has a “Lap” function.



3.14 Alarm

1. You can add, delete an alarm, or turn the alarm on/off on the watch, and also set an alarm for the watch via the app.
2. You can set the alarm delay time and times in the APP to decide how long you want to delay and how many times to delay.



3.15 Timer

You can set a timer with a preset duration on the watch, and the timer will remind you when the timer expires; you can customize the timer time.



3.16 World clock

You can check the time in your city on the watch, and set on the APP the time in cities of other countries to be displayed on the watch.



3.17 Weather

Supports Current city Seven-day weather viewing, you can view today's "current weather, highest and lowest weather values" and the "highest and lowest weather values" for the next six days.



3.18 Music

1. When the watch is connected to the APP, you can control the mobile music player to perform the functions of “next, previous”, “play/pause” and “volume increase and decrease”.
2. This function can be open/close in the APP settings.



3.19 Find phone

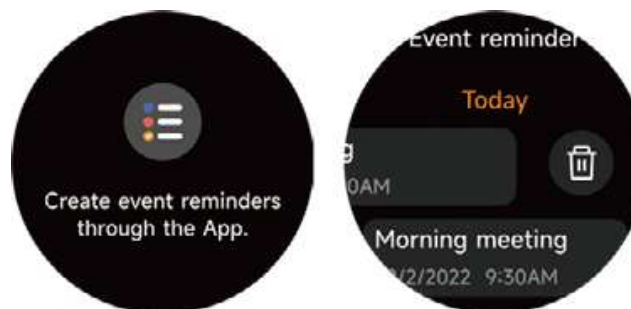
1. When the watch is connected to the APP, you can make your phone ring.
2. Click the icon to end the ringing.
3. This function can be open/close in the APP settings.



3.20 Event reminder

You can set a reminder, reminder time on the APP. Once the setting is completed, the reminder will be synchronized to the watch.

When the reminder is due, a notification will pop up on the watch.



3.21 Cycle tracking

After opening Cycle tracking on the APP, the watch will display the cycle tracking function options, and set the cycle length, reminder time and other options, and the time will be reminded periodically.



3.22 Camera

When the watch is connected to the App, you can manually turn on the phone's system camera to control taking photos.



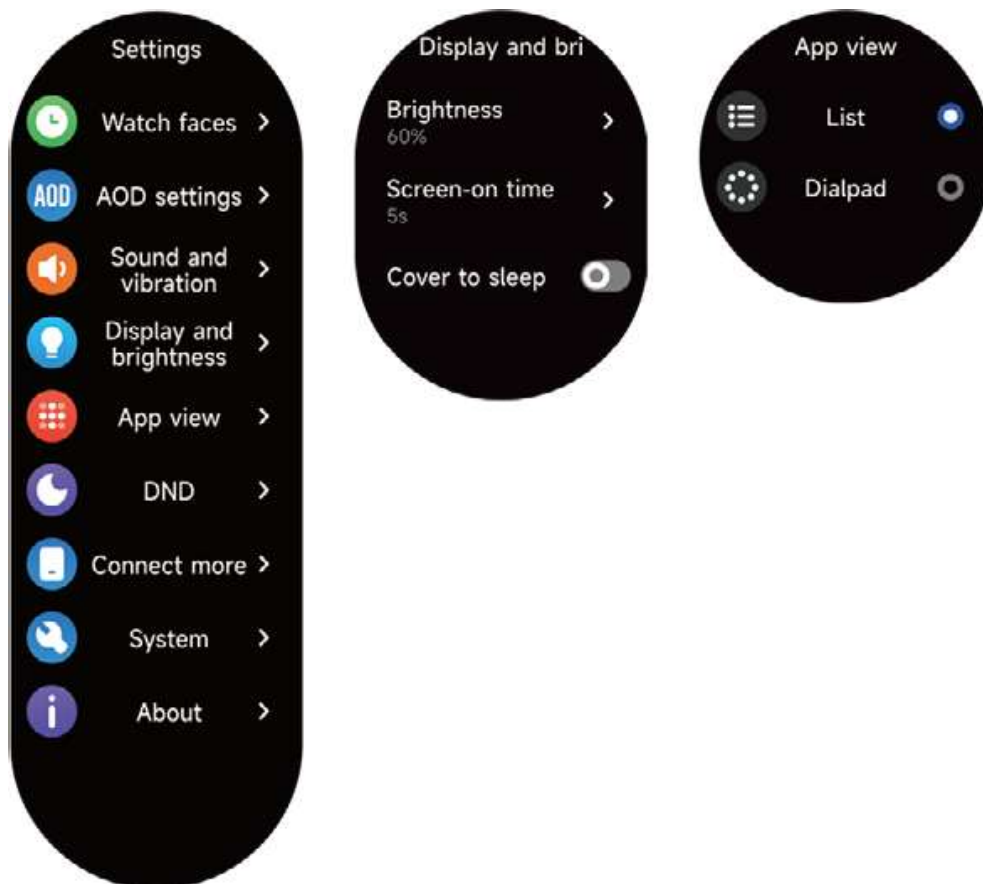
3.23 The pomodoro technique

You can set the length of individual Pomodoro clocks, the rest time after the Pomodoro clock is completed, and the daily target Pomodoro number on your watch, and when you complete the target Pomodoro for the day, you will be reminded that you have reached your goal.



3.24 Settings

1. In the watch's settings, you can set the screen-on time, ringtone volume and vibration, etc.
2. In the watch's settings, you can also shut down, restart or reset the watch (once reset, all data stored in the watch will be cleared, and the watch will be unpaired from your phone).



4. Reminder module

The watch supports multiple reminder modes, including message reminder, incoming call reminder, walking reminder, drinking reminder, exercise goal reminder, exercise center rate warning reminder, etc.



5. Control center

Control center gives you an easy way to turn on functions such as Do Not Disturb, raise to Wake, set the screen brightness, find my phone, turn your watch into a flashlight, etc.





Notice d'utilisation 50203, 50204, 50205

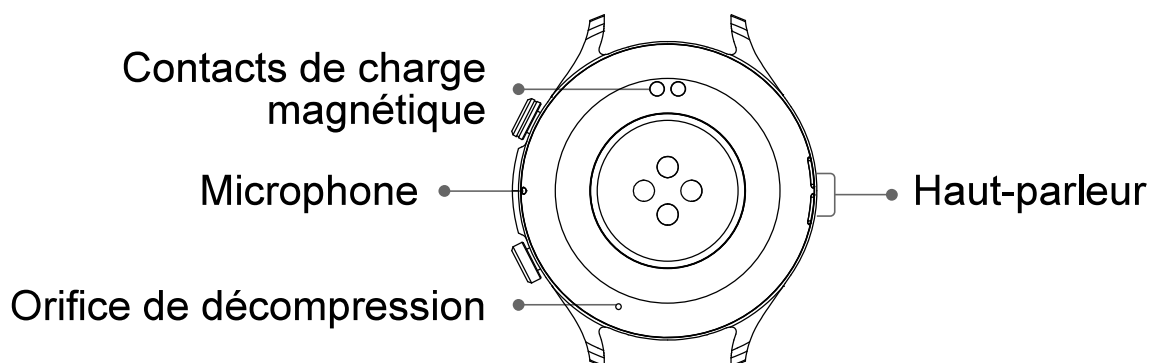
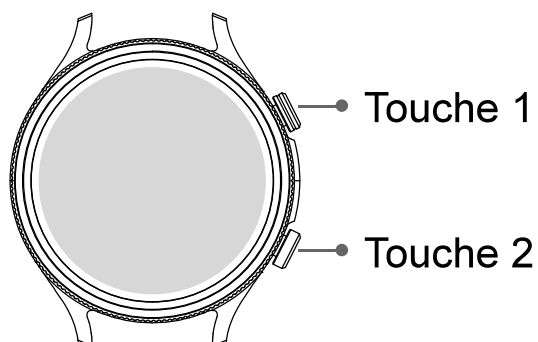


Français

AFFICHAGE DE L'ÉCRAN

Description de l'étanchéité IP65

Affichage de l'écran	Microphone
Touche de commande	Haut-parleur
Orifice de pression d'air	Face avant
Orifice de décompression	Face arrière
Capteur de fréquence cardiaque	/



PRISE EN MAIN

1. Ouvrez le paquet et vérifiez son contenu.
2. Contenu du paquet :
 - montre intelligente 50203, 50204, 50205 (avec batterie au lithium intégrée) ;
 - manuel d'utilisation ;
 - câble de charge d'origine.
3. Chargez la montre avant la première utilisation et allumez-la. Pour charger la montre, connectez simplement le câble de charge magnétique aux contacts de charge situés au dos de la montre.
4. Recherchez l'application pour mobile « Lotus Smartime 2nd GEN » sur l'App Store, Google Play ou scannez le code QR pour télécharger et installez l'application sur votre smartphone.



5. Connectez-vous à l'application et définissez vos informations personnelles, ainsi que vos objectifs de pas et de poids.
6. Sur l'interface « Appareil » de l'application, appuyez sur l'icône « + » dans le coin supérieur droit, votre téléphone commencera à rechercher votre montre. Dans la liste des appareils trouvés, choisissez le nom de la montre intelligente que vous souhaitez associer. Vous pouvez également associer l'appareil en scannant le code QR de l'appareil à l'aide de la fonction de numérisation du smartphone.

SANTÉ

Montre

1. La montre enregistrera automatiquement vos données.
2. Vous pouvez mesurer votre fréquence cardiaque, votre taux d'oxygène dans le sang, votre niveau de stress et votre énergie corporelle sur la montre, ou activer la mesure automatique de la fréquence cardiaque, du taux d'oxygène dans le sang, du niveau de stress et du sommeil sur l'application pour suivre ces données tout au long de la journée. Vous pouvez surveiller manuellement ou automatiquement votre état de santé en continu.
3. Pour commencer un exercice :
 1. Lorsque l'interface du cadran de la montre s'affiche, appuyez brièvement sur le bouton haut pour accéder à la liste des applications. Appuyez sur l'icône Séance d'exercice pour accéder aux icônes des différents types d'exercices, puis appuyez sur l'icône d'un exercice (comme la course en extérieur) pour démarrer l'exercice.
 2. La montre peut afficher jusqu'à 20 types d'exercices par défaut. Vous pouvez ajouter ou supprimer les types d'exercices affichés sur la montre ou modifier leur ordre d'apparition.

APP

1. Démarrez l'application « Lotus Smartime 2nd GEN », activez la fonction Bluetooth et accordez l'autorisation de positionnement GPS ;
2. Allumez l'écran de la montre intelligente et rapprochez-la de votre téléphone ;
3. Cliquez sur l'icône « + » sur l'application et sélectionnez le modèle de montre intelligente dans les résultats de recherche d'appareils à associer ;
4. Confirmez la demande association sur la montre intelligente ;
5. Saisissez vos informations et définissez votre objectif de pas sur l'application pour terminer association.

FONCTIONNEMENT DE BASE

1. Portez la montre correctement : assurez-vous que votre montre se trouve au moins un doigt au-dessus de l'os de votre poignet et que le capteur situé au dos touche votre peau.
2. Fonctionnement de l'écran : La montre 50203, 50204, 50205 dispose d'un écran tactile complet, qui prend en charge les opérations telles que l'appui court, le balayage gauche ou droit et le balayage haut ou bas.
3. Fonctionnement de la touche : Ce produit est doté de deux boutons qui permettent d'effectuer des pressions courtes et des pressions longues. Appuyer brièvement sur le bouton haut : revenir à l'écran d'accueil et s'allumer lorsque l'écran est éteint. Appuyer brièvement sur le bouton bas : allumer l'écran lorsqu'il est éteint et aller à la liste des sports lorsqu'il est allumé. Appuyer longuement sur le bouton haut : allumer la montre et 8 secondes pour la redémarrer. Appuyer longuement sur le bouton bas : 5 secondes pour entrer dans l'écran de redémarrage.



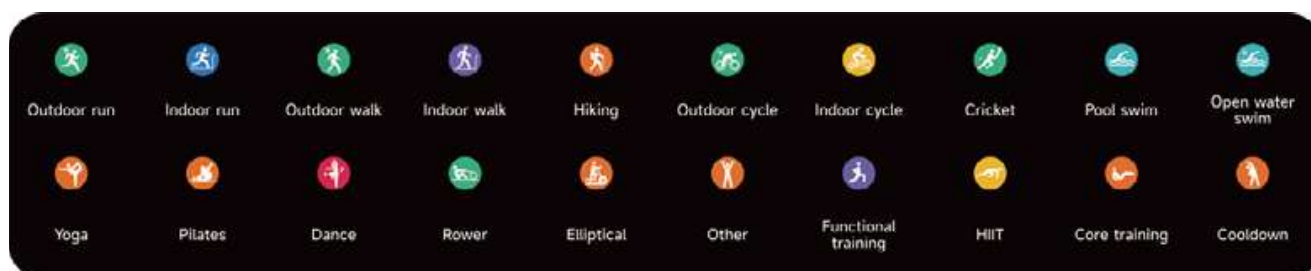
DESCRIPTION DE LA FONCTION

1. Cadrons de montre

La montre est livrée avec 5 cadrans de montre par défaut. Vous pouvez basculer manuellement entre les différents cadrans sur la montre ou depuis les paramètres de cadrans de montre sur l'application Lotus Smartime 2nd GEN. Vous pouvez également personnaliser le cadran de montre depuis l'application. D'autres cadrans de montre sont disponibles en téléchargement sur le « Magasin de cadrans ».

2. Entraînement

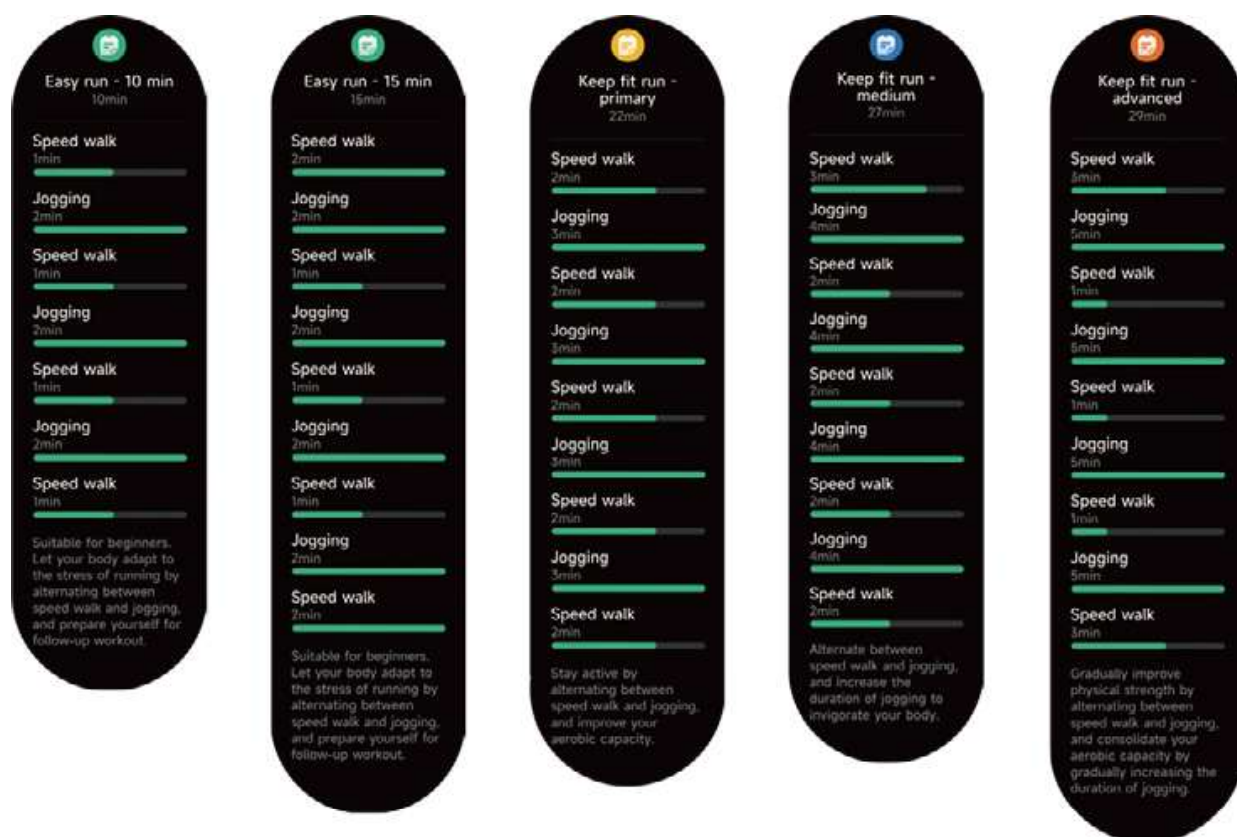
- a. Jusqu'à 20 types d'exercices peuvent être affichés par défaut : Course en plein air, Course en salle, Marche en plein air, Marche en intérieur, Cyclisme en plein air, Cyclisme en salle, Nage en piscine, Nage en eau libre, Randonnée, Yoga, Rameur, Machine elliptique, Cricket, Séance d'exercice, Entraînement fractionné de haute intensité (HIIT), Musculation fonctionnelle, Entraînement de base, Danse, Pilates, Relaxation. Vous pouvez ajouter ou supprimer les types d'exercices ou modifier leur ordre d'affichage sur l'écran de la montre. L'application vous permet de choisir entre 110 types d'exercices différents.



- b. La montre 50203, 50204, 50205 prend en charge la reconnaissance intelligente des exercices. Elle peut reconnaître si l'utilisateur court, marcher, Elle prend en charge la suspension automatique d'un exercice ou le rappel de la fin d'un exercice. Cette fonction peut être activée/désactivée sur la montre.
- c. Le résumé de l'exercice sur la montre 50203, 50204, 50205 contient diverses données d'exercice qui peuvent être vérifiées sur l'application Lotus Smartime 2nd GEN.
- d. Vous pouvez consulter vos enregistrements d'exercices récents sur la montre, y compris les détails ; vous pouvez également consulter les enregistrements d'exercices dans l'application.

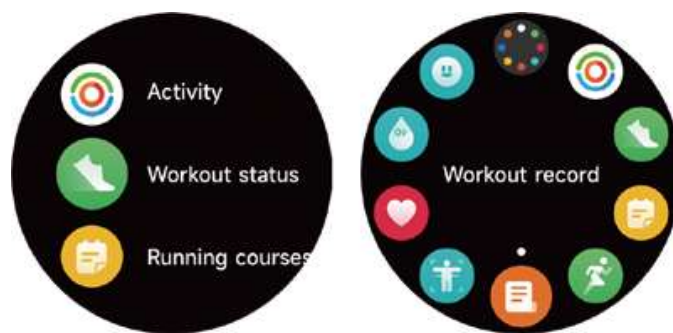
2.1 Cours de course à pied

Définissez scientifiquement les zones de fréquence cardiaque d'exercice selon les âges. Améliorez-les progressivement en alternant course et marche.



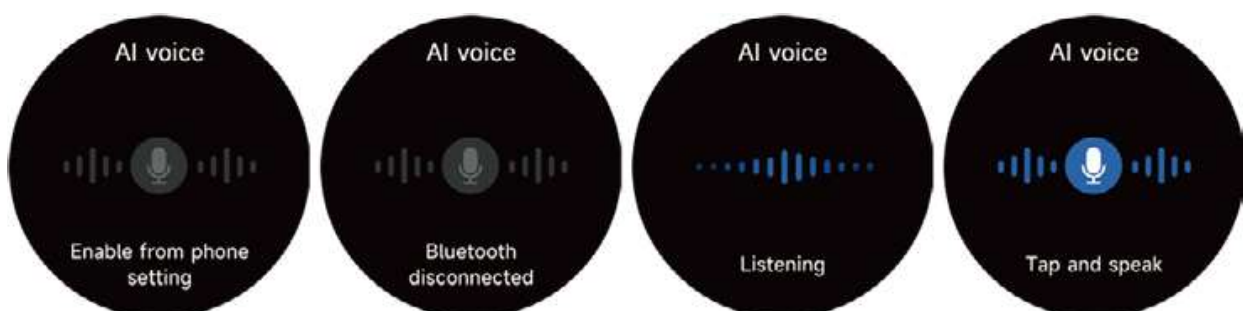
3. Liste des applications

Lorsque l'interface du cadran de la montre est affichée, appuyez brièvement sur la touche physique pour accéder à la liste des applications. Elles s'afficheront respectivement de haut en bas : Course à pied, Statut de l'entraînement, Fréquence cardiaque, SpO2, Stress, Entraînement respiratoire, Énergie corporelle, Sommeil, Protocole de cycle, Son ambiant, Entraînement, Voix IA, Protocole d'entraînement, Tapoter pour mesurer, Baromètre, Boussole, Minuterie Pomodoro, Rappel d'événement, Météo, Musique, Appareil photo, Réveil, Saisie des temps, Chronomètre, Heure universelle, Trouvez votre téléphone, Lampe de poche, Réglage. Vous pouvez sélectionner l'affichage de la liste des applications dans les paramètres et prendre en charge deux modes d'affichage : la liste et le clavier de numérotation.



3.1 Voix IA

Vous pouvez envoyer des commandes vocales aux assistants vocaux du téléphone mobile, tels que Siri et Google Assistant via AI Voice, et laisser le téléphone mobile répondre aux commandes vocales. Lorsque l'assistant vocal du téléphone portable est reconnu, les résultats de la reconnaissance seront synchronisés avec la montre.



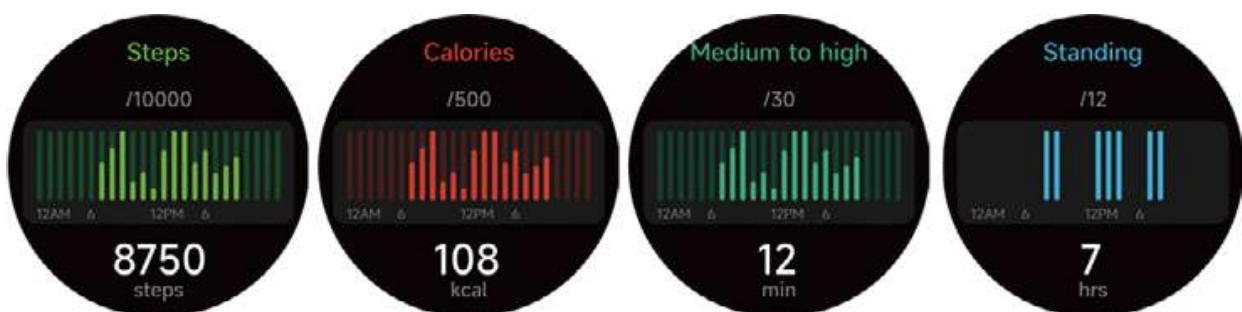
3.2 Téléphone



1. Vous pouvez ajouter jusqu'à 10 contacts fréquents à votre montre via l'application, puis appeler ces contacts depuis votre montre.
2. Vous pouvez afficher l'historique des appels récents sur votre montre et appeler les numéros affichés dans l'historique des appels.
3. Vous pouvez passer des appels via le clavier de la montre.

3.3 Activité

La montre peut collecter et afficher : Données et objectifs de l'exercice/de l'activité/de la marche de la journée, histogramme des données d'exercice/d'activité/de marche par heure et tout au long de la journée, les étapes et la distance parcourue dans la journée, l'enregistrement des exercices de la journée, établissement d'objectifs quotidiens, etc.



3.4 Statut de l'entraînement

Vous pouvez voir la Vo2max, l'effet d'entraînement cardio de votre dernière séance d'entraînement et le temps qu'il faut à votre corps pour retrouver son meilleur état dans la section État de l'exercice.



3.5 Rythme cardiaque

1. Vous pouvez mesurer manuellement la fréquence cardiaque sur la montre. Dans les paramètres de l'application, vous pouvez activer ou désactiver le suivi intelligent en continu de la fréquence cardiaque ou afficher les données cardiaques.
2. Chaque fois que la fréquence cardiaque est mesurée, gardez votre bras et votre poignet immobiles et attendez patiemment jusqu'à la fin de la mesure



3.6 SpO2

1. Vous pouvez mesurer manuellement la SPO2 sur la montre. En outre, la montre prend en charge la surveillance automatique de la SPO2 24 heures sur 24. Dans les réglages APP, vous pouvez activer/désactiver cette fonction ou afficher les données de SPO2.
2. Chaque fois que l'oxygène sanguin est mesuré, gardez votre bras et votre poignet immobiles et attendez patiemment jusqu'à ce que la mesure se termine.



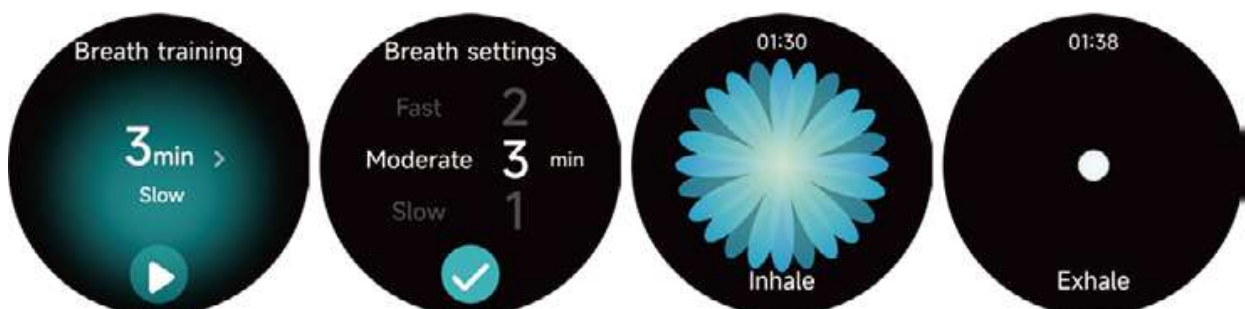
3.7 Estrés

1. Vous pouvez mesurer manuellement le stress sur la montre. De plus, la montre prend en charge le suivi automatique et en continu du stress. Dans les paramètres de l'application, vous pouvez activer ou désactiver cette fonction ou afficher les données de suivi du stress.
2. Chaque fois que le stress est mesuré, gardez votre bras et votre poignet immobiles et attendez patiemment jusqu'à ce que la mesure se termine.



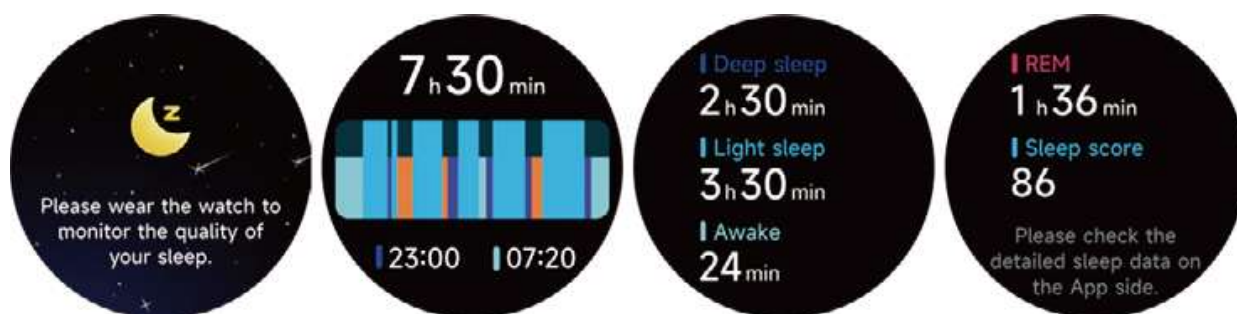
3.8 Entraînement respiratoire

1. Cliquez sur l'icône d'entraînement respiratoire pour accéder à cette fonction. Vous pouvez choisir la durée, elle vous aide à ajuster votre respiration ;
2. Cliquez sur Démarrer pour accéder directement à l'animation d'entraînement respiratoire. Suivez la fréquence des vibrations et des animations pour réguler votre respiration. Un entraînement respiratoire raisonnable peut vous aider à apaiser vos émotions.



3.9 Sommeil

Vous pouvez consulter l'enregistrement récent du sommeil et l'état du sommeil à chaque stade du sommeil.



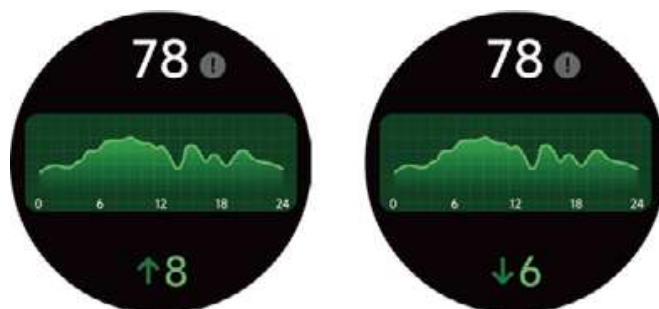
3.10 Tapoter pour mesurer

1. la fréquence cardiaque, la pression et l'oxygène du sang peuvent être mesurés simultanément en 35 secondes.
2. à chaque fois que vous effectuez une mesure, gardez le bras et le poignet immobiles et attendez patiemment la fin de la mesure.



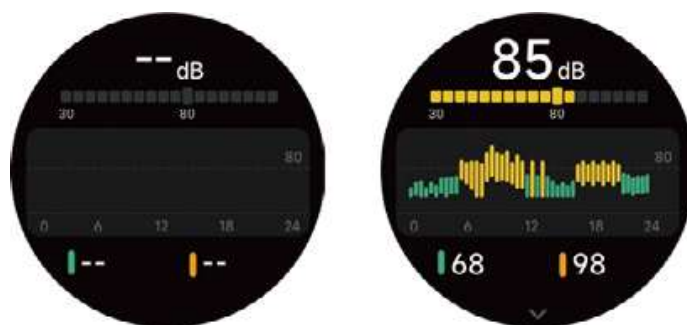
3.11 Énergie corporelle

Si vous portez la montre et que vous activez l'énergie corporelle dans l'application, la montre mesurera automatiquement votre énergie corporelle. Si votre énergie corporelle est trop faible ou diminue trop rapidement, elle vous rappellera de vous reposer.



3.12 Son ambiant

1. Vous pouvez mesurer manuellement le bruit sur la montre. En outre, la montre prend en charge la surveillance automatique du bruit 24 heures sur 24. Dans les réglages de l'APP, vous pouvez activer/désactiver cette fonction ou afficher les données correspondantes.
2. à chaque fois que le bruit est mesuré, gardez le bras et le poignet immobiles et attendez patiemment que la mesure soit terminée.



3.13 Chronomètre

Utilisez la montre en tant que chronomètre. Le chronomètre possède une fonction « tour ».



3.14 Alarme

1. Vous pouvez ajouter, supprimer une alarme ou activer ou désactiver l'alarme sur la montre ainsi que définir une alarme pour la montre via l'application.
2. Vous pouvez régler la durée et les heures de report de l'alarme dans l'application pour décider de la durée et du nombre de reports.



3.15 Minuteur

Vous pouvez définir une minuterie avec une durée prédéfinie sur la montre et une sonnerie vous indiquera la fin de la minuterie. Vous pouvez personnaliser l'heure de la minuterie.



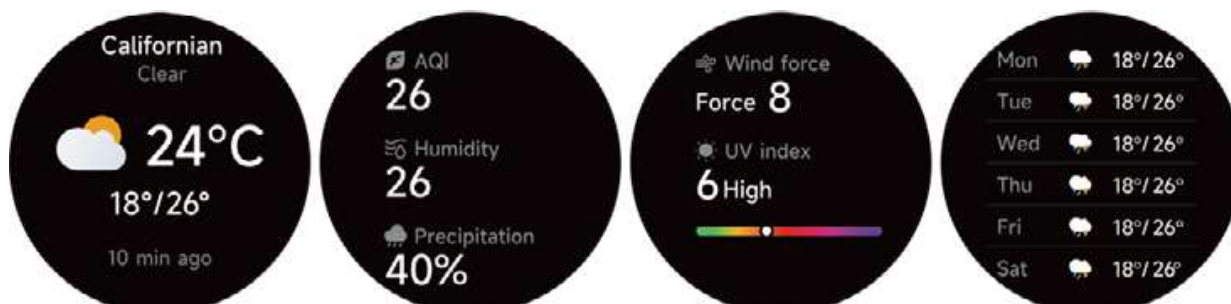
3.16 Horloge universelle

Vous pouvez vérifier l'heure de votre ville sur la montre et régler sur l'application l'heure des villes d'autres pays que vous souhaitez afficher sur la montre.



3.17 Météo

Prise en charge de la ville actuelle Visualisation de la météo sur sept jours, vous pouvez visualiser le “temps actuel, les valeurs météo-
rologiques les plus élevées et les plus basses” d’aujourd’hui et les
“valeurs météorologiques les plus élevées et les plus basses” pour les
six prochains jours.



3.18 Musique

1. Lorsque la montre est connectée à l'application, vous pouvez contrôler le lecteur de musique pour qu'il exécute les fonctions « Suivant, Précédent », « Lecture/Pause » et « Volume HAUT/BAS ».
2. Cette fonction peut être ouverte ou fermée dans les paramètres APP.



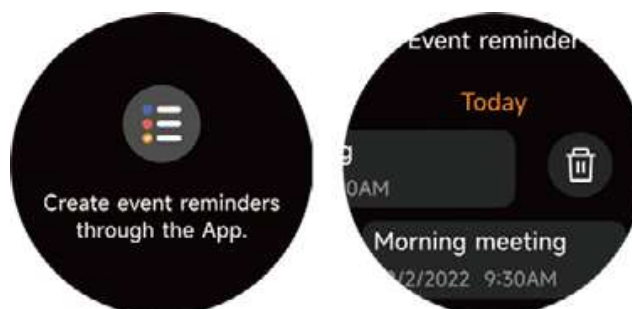
3.19 Trouvez votre téléphone

1. Lorsque la montre est connectée à l'application, vous pouvez faire sonner votre téléphone.
2. Cliquez sur l'icône pour arrêter la sonnerie.
3. Cette fonction peut être activée ou désactivée dans les paramètres APP.



3.20 Rappel d'événement

Vous pouvez définir un rappel, une heure de rappel sur l'APP. Une fois le réglage effectué, le rappel sera synchronisé avec la montre. Lorsque le rappel arrive à échéance, une notification s'affiche sur la montre. Vous pouvez visualiser tous les rappels d'événements définis sur la montre.



3.21 Protocole de cycle

Une fois l'application Suivi de cycle dans l'application, la montre affiche les options de la fonction de suivi du cycle menstruel, et règle la durée du cycle menstruel, l'heure de rappel et d'autres options, et l'heure est rappelée périodiquement.



3.22 Appareil photo

Lorsque la montre est connectée à l'application, vous pouvez activer manuellement la caméra système du téléphone pour contrôler la prise de photos.



3.23 Minuterie Pomodoro

Vous pouvez régler la durée de chaque horloge Pomodoro, le temps de repos après la fin de l'horloge Pomodoro et l'objectif quotidien de Pomodoro sur votre montre. Lorsque vous atteignez l'objectif de Pomodoro pour la journée, un message vous rappelle que vous avez atteint votre but



3.24 Réglage

1. Dans les paramètres de la montre, vous pouvez régler l'heure d'activation de l'écran, réglages de sonnerie et affichage de l'appli.
2. Dans les paramètres de la montre, vous pouvez également arrêter, redémarrer ou réinitialiser la montre (une fois réinitialisée, toutes les données stockées dans la montre seront effacées et la montre ne sera plus associée à votre téléphone)



4. Module de rappel

La montre prend en charge plusieurs rappels, y compris les rappels d'appel entrant, de message texte entrant, d'objectif de l'étape atteint, de réveil, de boire de l'eau, de fréquence cardiaque élevée ou basse, de faible teneur en oxygène sanguin, de stress élevé, etc.



5. Centre de contrôle

Le centre de contrôle vous permet d'activer facilement des fonctions telles que Ne pas déranger, lever pour réveiller, régler la luminosité de l'écran, trouver mon téléphone, transformer votre montre en lampe de poche, etc.





Benutzerhandbuch

50203, 50204, 50205

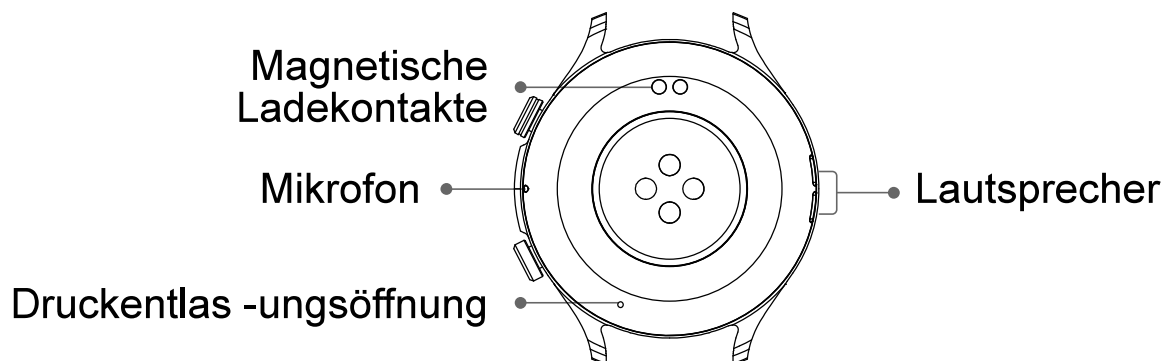
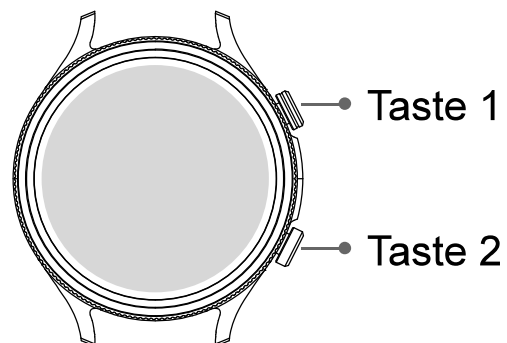


Deutsch

EINFÜHRUNG

IP65 wasserdicht Beschreibung

Bildschirm-Anzeigebereich	Mikrofon
Funktionstaste	Lautsprecher
Luftdruckloch	Vorderseite
Druckentlastungsöffnung	Rückseite
Herzfrequenzsensor	/



ERSTE SCHRITTE

1. Öffnen Sie die Lieferung und überprüfen Sie den Inhalt.
2. Lieferumfang:
 - 50203, 50204, 50205 Smartwatch(mit Lithium-Akku);
 - Benutzerhandbuch;
 - Original-Ladekabel.
3. Laden Sie die Uhr, um sie vor der ersten Verwendung zu aktivieren und einzuschalten. Zum Laden schließen Sie das magnetische Ladekabel an den Ladekontakten auf der Rückseite der Uhr an.
4. Suchen Sie im App Store oder bei Google Play nach „Lotus Smartime 2nd GEN“ oder scannen Sie den QR-Code, um die App herunterzuladen und zu installieren.



5. Melden Sie sich bei der App an und stellen Sie Ihre persönlichen Daten sowie Ihre Schritt- und Gewichtsziele ein.
6. Tippen Sie auf im Menü „Geräte“ oben rechts auf „+“, damit startet Ihr Telefon die Suche. Wählen Sie aus der gefundenen Geräteliste den Namen Ihrer Smartwatch, mit der Sie koppeln möchten. Sie können das Gerät auch direkt koppeln, indem Sie den QR-Code des Geräts scannen.

GESUNDHEIT

Uhr

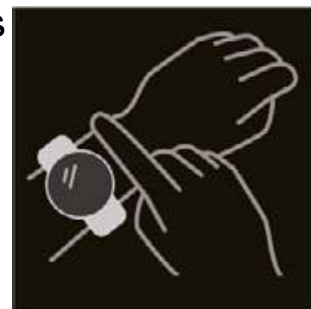
1. Die Uhr zeichnet Ihre Daten automatisch auf.
2. Sie können mit der Uhr Ihre Herzfrequenz, den Sauerstoffgehalt im Blut, den Stresspegel und die Körperenergie messen, oder schalten Sie die automatische Messung von Herzfrequenz, Blutsauerstoff, Stress, Schlaf auf der App, um diese Daten den ganzen Tag zu verfolgen. Sie können die Uhr manuell oder automatisch Ihren Gesundheitszustand kontinuierlich überwachen lassen.
3. Übung starten:
 - 1) Wenn das Zifferblatt angezeigt wird, drücken Sie kurz die obere Taste, um die Anwendungsliste aufzurufen. Tippen Sie auf das Übung-Symbol, um auf die Symbole der verschiedenen Trainingsarten zuzugreifen, dann tippen Sie auf das Symbol einer Übung (z. B. Laufen), um die Übung zu starten.
 - 2) Die Uhr kann standardmäßig bis zu 20 Übungstypen anzeigen. Sie können die auf der Uhr angezeigten Trainingsarten hinzufügen oder löschen oder ihre Reihenfolge ändern.

APP

1. Starten Sie „Lotus Smartime 2nd GEN“, aktivieren Sie die Bluetooth-Funktion und lassen Sie die GPS-Ortung zu.
2. Beleuchten Sie das Display der Smartwatch und bringen Sie sie in die Nähe Ihres Handys.
3. Tippen Sie auf „+“ in der App und wählen Sie Smartwatch in den Suchergebnissen, um sie zu koppeln.
4. Bestätigen Sie die Kopplungsanfrage auf der Smartwatch.
5. Geben Sie Ihre persönlichen Daten ein und legen Sie Ihr Schrittziel in der App fest, um die Kopplung abzuschließen.

ALLGEMEINE BETRIEBSHINWEISE

1. Tragen Sie die Uhr korrekt: Achten Sie darauf, dass sich die Uhr mindestens einen Finger breit über dem Handgelenkknochen befindet und dass der Sensor auf der Rückseite Ihre Haut berührt.
2. Bildschirm-Bedienung: Die 50203, 50204, 50205 verfügt über einen vollwertigen Touchscreen, der Funktionen wie kurzes Antippen, Wischen nach links/rechts und nach oben/unten unterstützt.
3. Tastenbedienung: Dieses Produkt hat zwei Tasten, die "kurzes Drücken" und "langes Drücken" unterstützen. Drücken Sie kurz auf die Aufwärtstaste: kehren Sie zum Startbildschirm zurück und leuchten Sie auf, wenn der Bildschirm ausgeschaltet ist. Drücken Sie kurz auf die Abwärtstaste: leuchten Sie auf, wenn der Bildschirm ausgeschaltet ist, und gehen Sie zur Sportliste, wenn er eingeschaltet ist. Drücken Sie lange auf die Aufwärtstaste: schalten Sie die Uhr ein und starten Sie sie 8 Sekunden lang neu. Drücken Sie lange auf die Abwärtstaste: 5 Sekunden lang, um den Bildschirm für den Neustart zu öffnen.



Funktionen

1. Zifferblatt

Die Uhr wird standardmäßig mit 5 Zifferblättern geliefert. Sie können zwischen ihnen manuell auf der Uhr oder in den Zifferblatt-Einstellungen der Lotus Smartime 2nd GEN-App umschalten. Sie können das Zifferblatt ebenfalls in der App einstellen. Weitere Zifferblätter stehen im „Zifferblatt-Markt“ zum Herunterladen bereit.

2. Entraînement

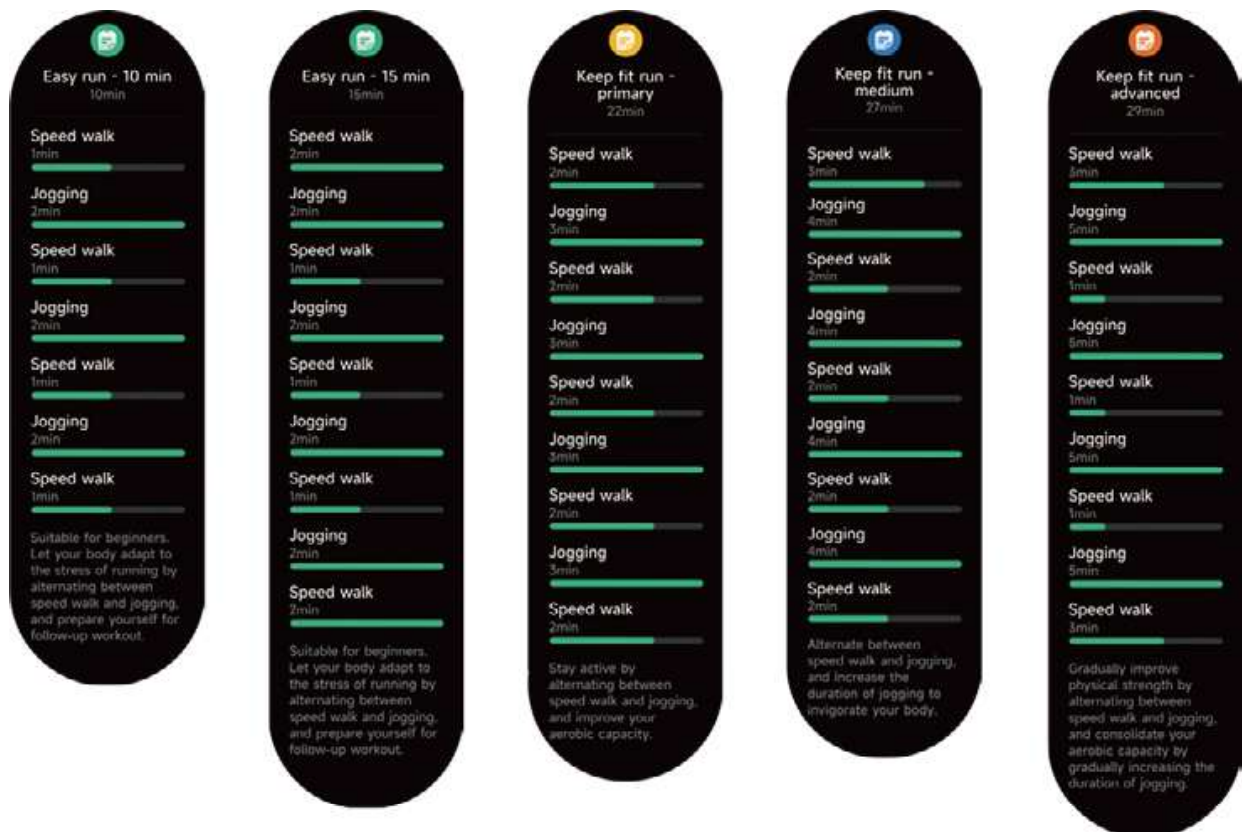
1. Standardmäßig können bis zu 20 Übungstypen angezeigt werden: Lauf im Freien, Laufen in der Halle, Spaziergang im Freien, Gehen in der Halle, Radfahren im Freien, Radfahren in der Halle, Schwimmen im Pool, Freiwasser Schwimmen, Wandern, Yoga, Rudergerät, Ellipsentrainer, Cricket, Übung, Hochintensives Intervalltraining (HIIT), Funktionelles Krafttraining, Core-Training, Tanzen, Pilates, Abkühlung. Sie können die Übungstypen hinzufügen oder löschen oder die Reihenfolge ändern, in der sie auf der Uhr angezeigt werden. In der App können Sie aus insgesamt 110 Trainingsarten wählen.



2. 50203, 50204, 50205 unterstützt die intelligente Bewegungserkennung. Es kann erkennen, ob der Benutzer läuft/geht/ rudert/elliptisch ist. Es unterstützt das automatische Pausieren einer Übung oder die Erinnerung an das Ende einer Übung. Diese Funktion kann auf der Uhr ein- und ausgeschaltet werden.
3. Die Trainingszusammenfassung der 50203, 50204, 50205 enthält verschiedene Trainingsdaten, die in der Lotus Smartime 2nd GEN-App überprüft werden können.
4. Sie können Ihre jüngsten Trainingsaufzeichnungen einschließlich Details auf der Uhr anzeigen. Sie können die Trainingsaufzeichnungen ebenfalls in der App anzeigen.

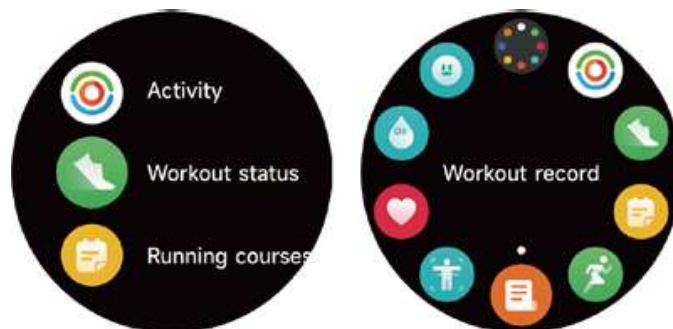
2.1 Laufkurse

Legen Sie wissenschaftlich fundierte Herzfrequenzbereiche für verschiedene Altersgruppen fest. Verbessern Sie sich allmählich, indem Sie zwischen Laufen und Gehen abwechseln.



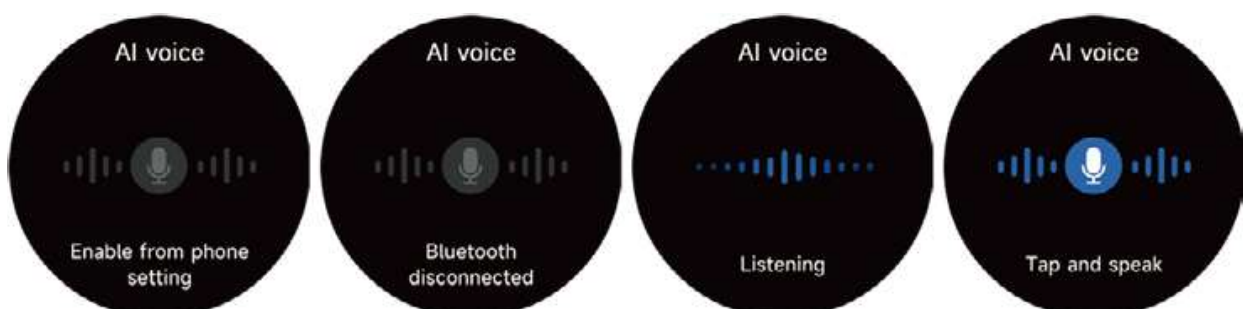
3. App-Liste

Wenn das Zifferblatt der Uhr angezeigt wird, Drücken Sie kurz die physische Taste oben, um zur Anwendungsliste zu gelangen: Aktivität, Workout Status, Laufkurse, Workout, Trainingsprotokoll, Zum Messen antippen, Herzfrequenz, SpO2, Stress, Körper Energie, Schlaf, Atemtraining, Zyklusprotokoll, Umgebungsgeräusche, Telefon, KI-Stimme, Pomodoro-Timer, Ereigniserinnerung, Wetter, Musik, Kamera, Wecker, Zeiterfassung, Stoppuhr, Weltzeituhr, Telefon finden, Taschenlampe, Einstellung. In den Einstellungen können Sie die Ansicht der Anwendungsliste auswählen, und es werden zwei Anzeigarten unterstützt: Liste und Wähltastatur.



3.1 KI-Stimme

Sie können Sprachbefehle über AI Voice an die Sprachassistenten des Mobiltelefons wie Siri und Google Assistant senden und das Mobiltelefon auf Sprachbefehle reagieren lassen. Wenn der Sprachassistent des Mobiltelefons erkannt wird, werden die Erkennungsergebnisse mit der Uhr synchronisiert.



3.2 Telefon



1. Sie können über die App bis zu 10 häufige Kontakte zu Ihrer Uhr hinzufügen und diese Kontakte dann auf Ihrer Uhr anrufen.
2. Sie können die jüngste Anrufliste auf Ihrer Uhr anzeigen und die in der Anrufliste angezeigten Nummern anrufen. Sie können Anrufe über das Wählfeld der Uhr tätigen.

3.3 Aktivität

Die Uhr kann folgende Daten erfassen und anzeigen: Schritte/ Kalorien/mittlere bis hohe Intensität/Stehende Daten und Ziele des Tages, Histogramm der Schritte/Kalorien/mittlere bis hohe Intensität/ Stehende Daten pro Stunde im Laufe des Tages, Schritte und Distanz des Tages, Erholungszeit und maximale Sauerstoffaufnahme für die letzte Übung, usw.



3.4 Workout-Status

Sie können den Vo2max-Wert, den Kardiotrainingseffekt Ihres letzten Trainings und die Zeit, die Ihr Körper braucht, um sich zu erholen, im Trainingsstatus sehen.



3.5 Herzfrequenz

1. Sie können die Herzfrequenz manuell mit der Uhr messen. In den App-Einstellungen können Sie die intelligente Rund-um-die-Uhr-Überwachung der Herzfrequenz ein- und ausschalten sowie die Herzdaten einsehen.
2. Halten Sie während jeder Messung der Herzfrequenz den Arm und das Handgelenk still und warten Sie geduldig, bis die Messung beendet ist.



3.6 SpO2

1. Sie können den SPO2-Wert manuell mit der Uhr messen. Darüber hinaus unterstützt die Uhr die automatische SPO2-Überwachung rund um die Uhr. In den APP-Einstellungen können Sie diese Funktion ein- und ausschalten oder die SPO2-Daten anzeigen.
2. Halten Sie bei jeder Messung des Blutsauerstoffs den Arm und das Handgelenk still und warten Sie geduldig, bis die Messung beendet ist.



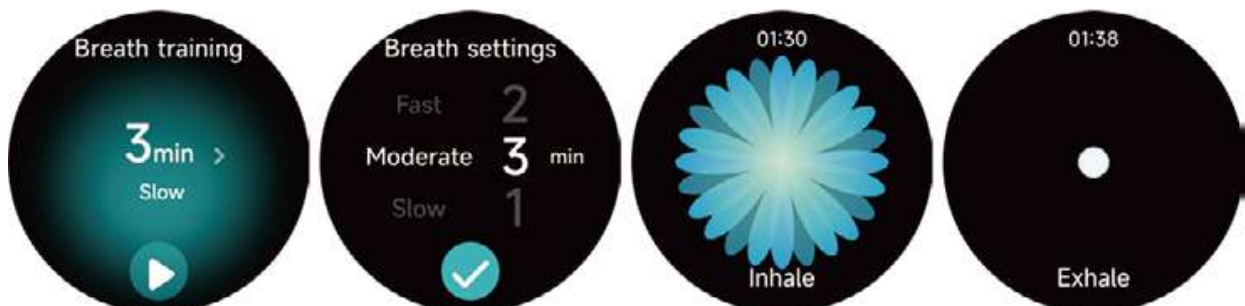
3.7 Estrés

1. Sie können den Stress manuell mit der Uhr messen. Darüber hinaus unterstützt die Uhr die automatische Stressüberwachung rund um die Uhr. In den App-Einstellungen können Sie diese Funktion ein- und ausschalten sowie die Stressdaten anzeigen.
2. Halten Sie bei jeder Messung des Stresspegels den Arm und das Handgelenk still und warten Sie geduldig, bis die Messung beendet ist.



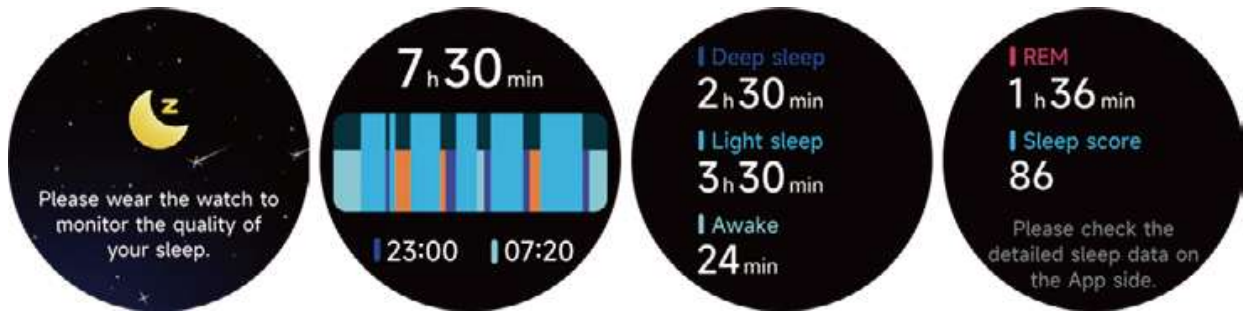
3.8 Atemtraining

1. Tippen Sie auf das Symbol Atemtraining, um auf diese Funktion zuzugreifen. Sie können die Dauer auswählen, die Ihnen hilft, Ihre Atmung anzupassen.
2. Tippen Sie auf Start, um direkt in die Atemtrainingsanimation einzusteigen. Folgen Sie der Vibration und der Animationsfrequenz, um Ihre Atmung anzupassen. Ein vernünftiges Atemtraining kann helfen, Ihre Emotionen abzuschwächen.



3.9 Schlaf

Hier überprüfen Sie Ihre letzte Schlafaufzeichnung, die Daten der einzelnen Schlafstadien und die Schlafbewertung.



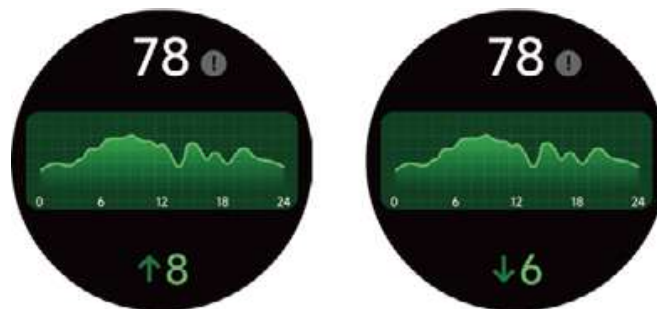
3.10 Zum Messen antippen

1. Herzfrequenz, Druck und Blutsauerstoff können gleichzeitig innerhalb von 35 Sekunden gemessen werden.
2. jedes Mal, wenn Sie messen, halten Sie Ihren Arm und Handgelenk still und warten Sie geduldig, bis die Messung abgeschlossen ist.



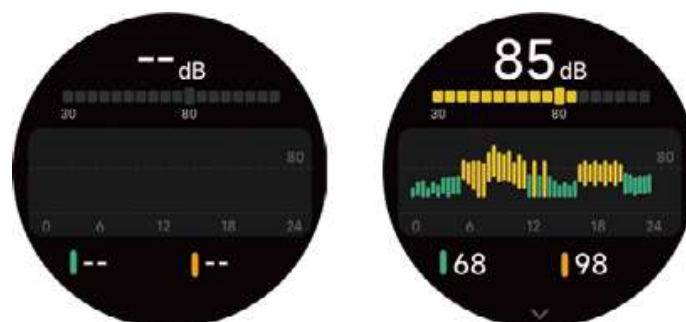
3.11 Körper Energie

Wenn Sie die Uhr tragen und in der App die Körperenergie aktivieren, misst die Uhr automatisch Ihre Körperenergie und erinnert Sie daran, sich auszuruhen, wenn sie zu niedrig ist oder zu schnell abfällt.



3.12 Umgebungsgeräusche

1. Sie können den Lärm auf der Uhr manuell messen. Darüber hinaus unterstützt die Uhr eine automatische Geräuschüberwachung rund um die Uhr. In den APP-Einstellungen können Sie diese Funktion ein- und ausschalten oder die entsprechenden Daten anzeigen.
2. jedes Mal, wenn der Lärm gemessen wird, halten Sie Ihren Arm und Ihr Handgelenk ruhig und warten Sie geduldig, bis die Messung abgeschlossen ist.



3.13 Stoppuhr

Sie können die Uhr als Stoppuhr verwenden. Sie hat ebenfalls eine „Runden“-Funktion.



3.14 Wecker

1. Sie können einen Weckalarm hinzufügen, löschen oder auf der Uhr ein- und ausschalten, sowie einen Weckalarm für die Uhr über die App einstellen.
2. Sie können die Alarmverzögerung in der App einstellen und entscheiden, wie lange Sie verzögern möchten und wie oft die Verzögerung erfolgen soll.



3.15 Zeiterfassung

Sie können einen Timer mit einer voreingestellten Dauer auf der Uhr einstellen, der Sie daran erinnert, wenn die Zeit abgelaufen ist und Sie können die Timerzeit anpassen.



3.16 Weltzeituhr

Sie können die Uhrzeit an Ihrem Standort auf der Uhr ablesen und in der App die Uhrzeit in Städten anderer Länder einstellen, die auf der Uhr angezeigt werden soll.



3.17 Wetter

Unterstützt die aktuelle Stadt Sieben-Tage-Wetteranzeige, Sie können das aktuelle Wetter, die höchsten und niedrigsten Wetterwerte für heute und die höchsten und niedrigsten Wetterwerte für die nächsten sechs Tage anzeigen.



3.18 Musik

1. Wenn die Uhr mit der App verbunden ist, können Sie den Musi-cplayer steuern, um die Funktionen „Nächster Titel“, „Vorheriger Titel“, „Wiedergabe/Pause“ und „Lautstärke erhöhen/verringern“ auszuführen.
2. Diese Funktion kann in den APP-Einstellungen geöffnet oder geschlossen werden.



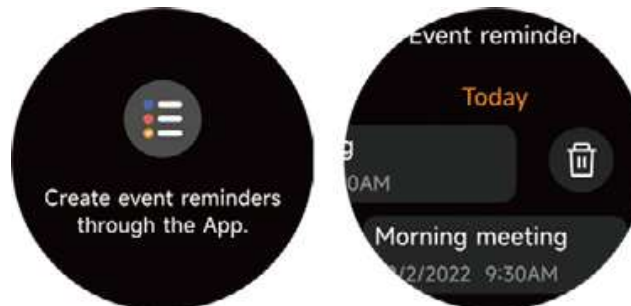
3.19 Telefon finden

1. Wenn die Uhr mit der App verbunden ist, können Sie Ihr Telefon klingeln lassen.
2. Tippen Sie auf das Symbol, um das Klingeln zu beenden.
3. Diese Funktion kann in den APP-Einstellungen ein- oder ausgeschaltet werden.



3.20 Ereigniserinnerung

Sie können in der App Titel, Inhalt, Erinnerungszeit und Wiederholungsfrequenz einer Erinnerung einstellen. Sobald die Einstellung abgeschlossen ist, wird sie mit der Uhr synchronisiert. Wenn die Erinnerung fällig ist, wird eine Benachrichtigung auf der Uhr angezeigt. Sie können alle auf der Uhr eingestellten Terminerinnerungen anzeigen.



3.21 Zyklusprotokoll

Nachdem Sie Zyklusprotokoll auf der App geöffnet haben, zeigt die Uhr die Optionen für die Zyklusverfolgung an und stellt Zykluslänge, Erinnerungszeit und andere Optionen ein. An die Zeit wird in regelmäßigen Abständen erinnert



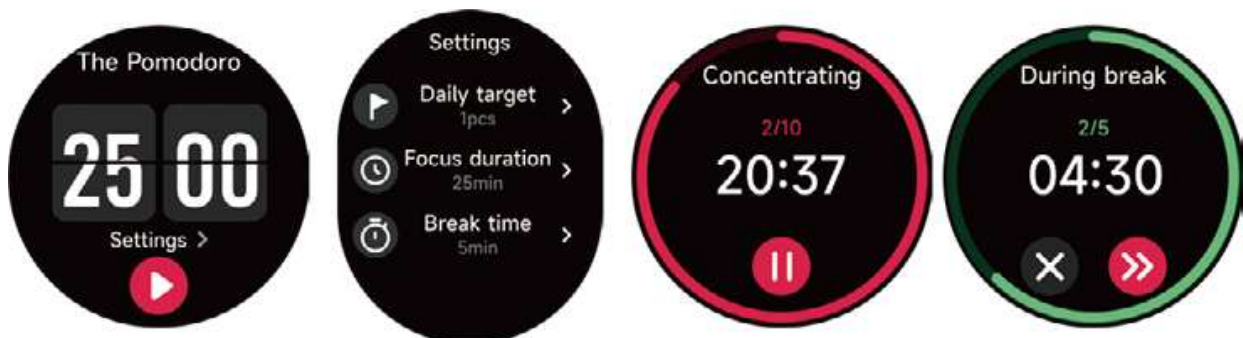
3.22 Kamera

Wenn die Uhr mit der App verbunden ist, können Sie die Systemkamera des Telefons manuell einschalten, um die Aufnahme von Fotos zu steuern.



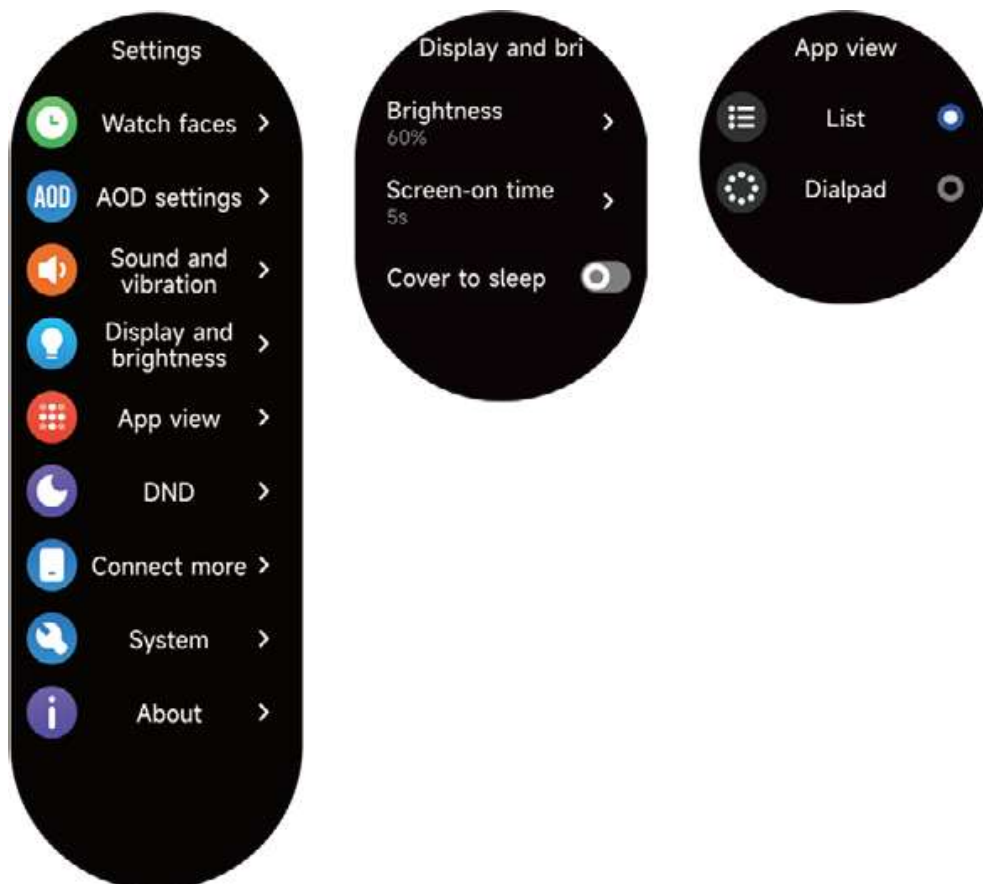
3.23 Pomodoro-Timer

Sie können die Länge der einzelnen Pomodoro-Zeiten, die Ruhezeit nach Beendigung der Pomodoro-Zeit und die tägliche Ziel-Pomodoro-Zahl auf Ihrer Uhr einstellen. Wenn Sie die Ziel-Pomodoro-Zahl für den Tag erreicht haben, werden Sie daran erinnert, dass Sie Ihr Ziel erreicht haben.



3.24 Einstellung

1. In den Einstellungen können Sie Einschaltzeit, Klingeltoneinstellungen und App-Layout.
2. In den Einstellungen können Sie die Uhr auch ausschalten, neu starten oder zurücksetzen (nach dem Zurücksetzen werden alle in der Uhr gespeicherten Daten gelöscht und die Uhr wird vom Handy entkoppelt).



4. Erinnerungsmodul

Die Uhr unterstützt mehrere Erinnerungen, einschließlich an eingehende Anrufe, an eingehende SMS, an das Erreichen des Schrittziels, an das Umhergehen, an das Trinken von Wasser, an hohe oder niedrige Herzfrequenz, an niedrigen Blutsauerstoff und an hohen Stress.



5. Kontrollzentrum

Mit dem Kontrollzentrum können Sie auf einfache Weise Funktionen wie „DND-Modus“, „Zum Wecken hochhalten“, „Bildschirm-Einschaltzeit“, „Telefon suchen“, „Taschenlampe“ usw. aktivieren.





Manuale utente

50203, 50204, 50205

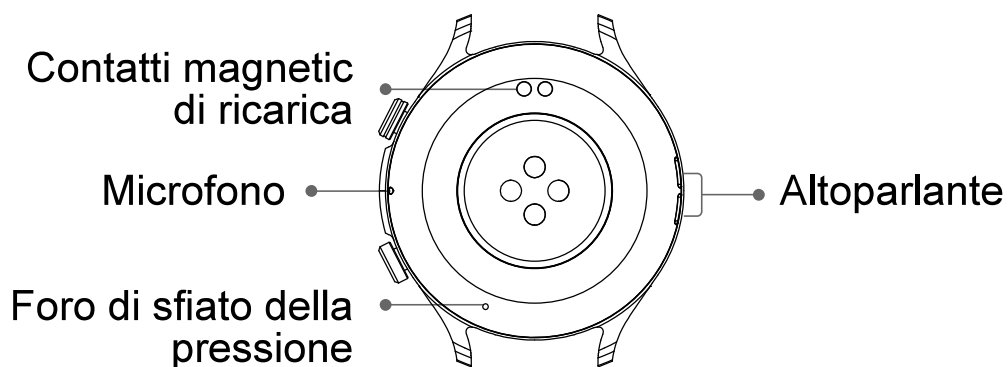
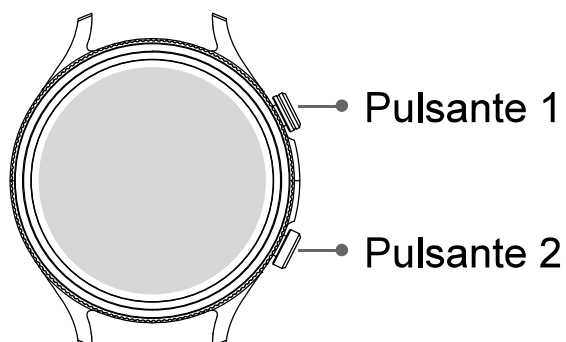


Italiano

INTRODUZIONE

Impermeabilità IP65

Area di visualizzazione	Microfono
dello schermo	Lato posteriore
Pulsante funzione	Lato anteriore
Sensore di frequenza cardiaca	Altoparlante
Foro per la pressione dell'aria	/



PER INIZIARE

1. Aprire la confezione e controllarne il contenuto.
2. Contenuto della confezione:
 - 1) Smartwatch 50203, 50204, 50205 (con batteria al litio integrata);
 - 2) Manuale utente;
 - 3) Cavo di ricarica originale.
3. Caricare l'orologio per attivarlo e accenderlo prima del primo utilizzo. Per ricaricarlo, è sufficiente collegare il cavo di ricarica magnetico ai contatti di ricarica situati sul retro dell'orologio.
4. Cercare "Lotus Smartime 2nd GEN" su App Store, Google Play o scansionare il codice QR per scaricare e installare l'APP.



5. Accedere all'APP e impostare i propri dati personali, nonché gli obiettivi di passi e peso.
6. Nell'interfaccia "Dispositivo", toccare l'icona "+" nell'angolo in alto a destra: il telefono avvia la ricerca. Dall'elenco dei dispositivi trovati, scegliere il nome dello smartwatch da associare. Il collegamento del dispositivo è realizzabile anche scansionando direttamente il codice QR del dispositivo mediante la funzione di scansione.

SALUTE

Orologio

1. L'orologio registra automaticamente i dati personali.
2. L'orologio permette di misurare la frequenza cardiaca, l'ossigeno nel sangue, il livello di stress e l'energia corporea; è anche possibile attivare la misurazione automatica di frequenza cardiaca, ossigeno nel sangue, livello di stress e sonno sull'APP per monitorare questi dati lungo tutta la giornata. L'orologio può monitorare manualmente o automaticamente e in continuo il tuo stato di salute.
3. Per iniziare un allenamento:
 - 1) Quando viene visualizzata l'interfaccia del quadrante dell'orologio, tenere premuto brevemente il pulsante per accedere all'elenco delle applicazioni. Toccare l'icona Allenamento per accedere alle icone dei diversi tipi di allenamento, quindi toccare l'icona di un allenamento (ad esempio Corsa all'aperto) per iniziare l'allenamento.
 - 2) L'orologio può visualizzare fino a 20 tipi di allenamento per impostazione predefinita. È possibile aggiungere o eliminare i tipi di allenamento visualizzati sull'orologio o modificarne l'ordine

APP

1. Avviare "Lotus Smartime 2nd GEN", attivare la funzione Bluetooth e concedere l'autorizzazione al posizionamento GPS;
2. Illuminare lo schermo del braccialetto e avvicinarlo al telefono;
3. Fare clic sull'icona "+" sull'APP e selezionare il modello di smartwatch da associare nei risultati di ricerca;
4. Confermare la richiesta di associazione sullo smartwatch;
5. Inserire i dati personali e impostare il proprio obiettivo di passi sull'APP per completare l'associazione.

OPERAZIONI DI BASE

1. Indossare l'orologio correttamente: assicurarsi che l'orologio sia posizionato almeno un dito sopra l'osso del polso e che il sensore sul retro resti a contatto con la pelle.
2. Funzionamento dello schermo: i modelli 50203, 50204 e 50205 sono dotati di un touch screen completo, che supporta operazioni come tocco breve, scorrimento verso sinistra/destra e scorrimento verso l'alto/basso.
3. Funzionamento dei pulsanti: l'orologio ha due pulsanti, che supportano le operazioni di "pressione breve" e "pressione prolungata". Pressione breve del pulsante Su: per tornare alla schermata iniziale e illuminare lo schermo quando è spento. Pressione breve del pulsante Giù: per illuminare lo schermo quando è spento e accedere all'elenco degli sport quando è acceso. Pressione prolungata del pulsante Su: per accendere l'orologio e riavviarlo per 8 secondi. Pressione prolungata del pulsante Giù: per 5 secondi, si accende la schermata di spegnimento e riavvio.



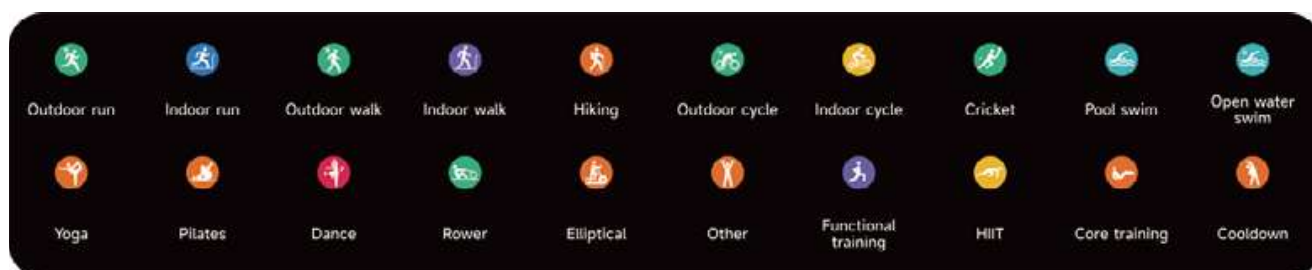
Descrizione delle funzioni

1. Quadrante

L'orologio è dotato di 5 quadranti predefiniti. È possibile passare da uno all'altro manualmente sull'orologio o tramite le impostazioni del quadrante dell'APP Lotus Smartime 2nd GEN. È anche possibile personalizzare il quadrante sull'APP. Ulteriori quadranti sono disponibili per il download dal "Watch Face Market".

2. Allenamento

a. È possibile visualizzare fino a 20 tipi di esercizio per impostazione predefinita: corsa all'aperto, corsa indoor, camminata all'aperto, camminata indoor, escursionismo, ciclo all'aperto, cyclette indoor, cricket, nuoto in piscina, nuoto in acque libere, yoga, danza, vogatore, ellittica, allenamento, HIIT, allenamento di forza funzionale, allenamento per il core, pilates, recupero attivo. È possibile aggiungere o eliminare i tipi di esercizio o modificarne l'ordine visualizzati sull'orologio. Sono disponibili 110 tipi di esercizio in totale tra cui scegliere sull'APP.



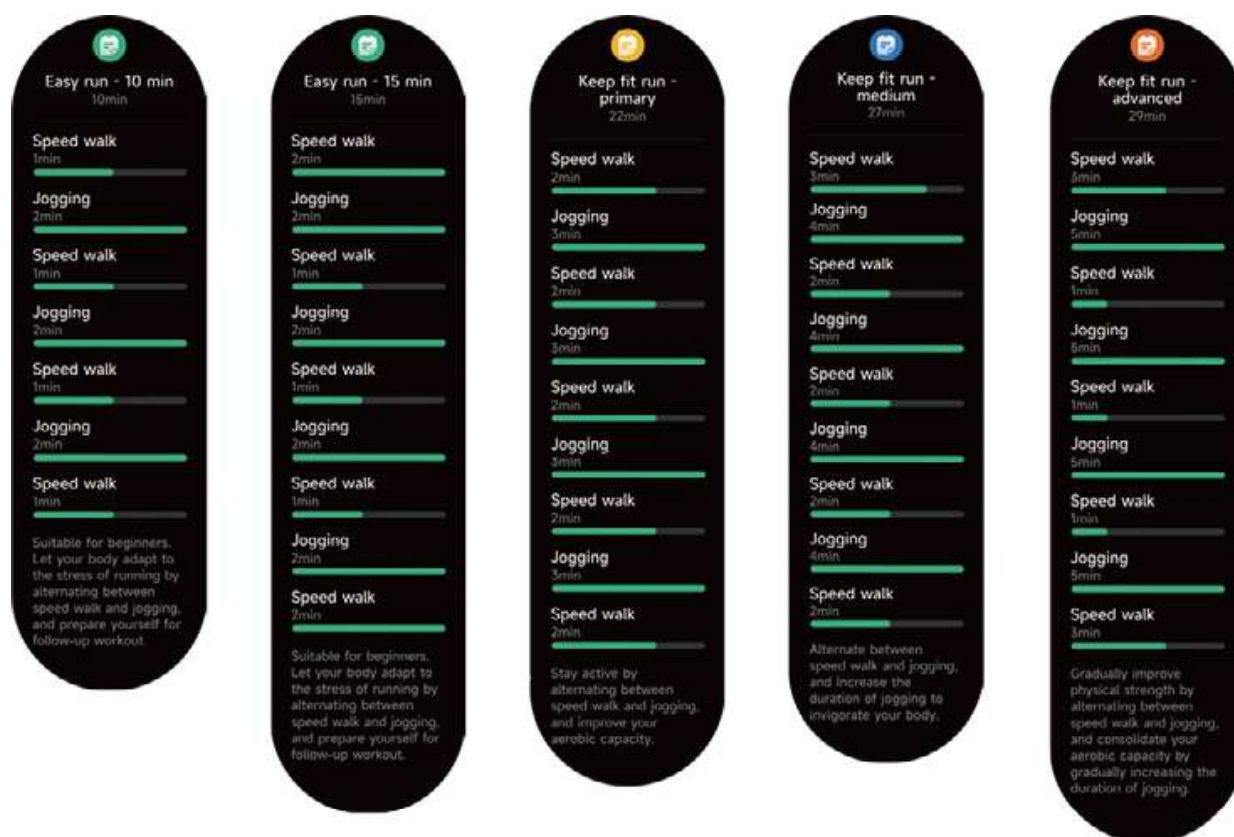
b. 50203, 50204, 50205 supportano il riconoscimento intelligente dell'esercizio. Possono riconoscere se l'utente sta correndo/- camminando/vogando/ellittica. Supportano la pausa automatica di un esercizio o l'invio di un promemoria al termine di un esercizio. Questa funzione può essere attivata/disattivata sull'orologio.

c. Il riepilogo dell'allenamento 50203, 50204, 50205 contiene vari dati sull'allenamento, che possono essere consultati sull'APP Lotus Smartime 2nd GEN.

d. È possibile visualizzare i registri degli allenamenti recenti sull'orologio, inclusi i dati dettagliati sull'allenamento; è inoltre possibile visualizzare i registri degli allenamenti sull'APP.

2.1 Percorsi di running

È possibile definire scientificamente le zone di frequenza cardiaca per l'allenamento in base all'età. Si possono migliorare gradualmente alternando corsa e camminata.



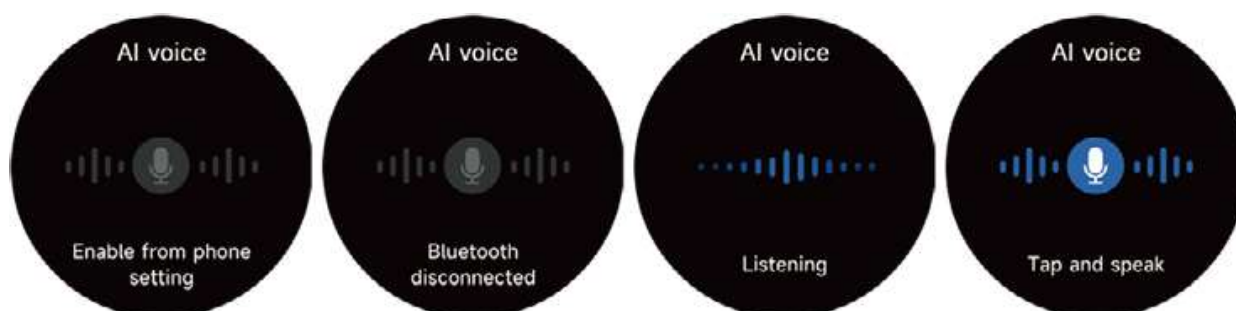
3. Elenco applicazioni

Quando viene visualizzata l'interfaccia del quadrante dell'orologio, premere brevemente il pulsante fisico in alto per accedere all'elenco delle applicazioni: attività, stato allenamento, percorsi di corsa, allenamento, registrazione allenamento, premere per misurazione, frequenza cardiaca, SpO2, stress, energia corporea, sonno, allenamento respiratorio, monitoraggio ciclo, rumore ambientale, telefono, AI Voice, tecnica Pomodoro, promemoria eventi, meteo, musica, fotocamera, sveglia, temporizzatore, cronometro, orologio mondiale, trova telefono, torcia, impostazioni. È possibile selezionare la visualizzazione dell'elenco delle applicazioni nelle impostazioni, le quali supportano sia la visualizzazione a elenco che quella tramite tastierino.



3.1 AI Voice

È possibile inviare comandi vocali agli assistenti vocali del telefono cellulare, come Siri e Google Assistant, tramite AI Voice, e consentire al telefono cellulare di rispondere ai comandi vocali. Quando l'assistente vocale del telefono cellulare viene riconosciuto, i risultati del riconoscimento vengono sincronizzati con l'orologio.



3.2 Telefono



1. Si possono aggiungere fino a 10 contatti frequenti all'orologio tramite l'APP per realizzare, in seguito, chiamate dall'orologio.
2. È possibile visualizzare la cronologia delle chiamate recenti sull'orologio e chiamare i numeri visualizzati nella cronologia delle chiamate.
3. È possibile effettuare chiamate tramite il tastierino numerico dell'orologio.

3.3 Attività

L'orologio può registrare e mostrare: dati relativi a passi/calorie/intensità da media ad alta/stazionamento in piedi e obiettivi giornalieri, istogramma dei dati relativi a passi/calorie/intensità da media ad alta/in piedi all'ora durante il giorno, passi e distanza del giorno, tempo di recupero e massimo consumo di ossigeno per l'ultimo allenamento, ecc.



3.4 Stato dell'allenamento

È possibile visualizzare il Vo2max, l'effetto dell'allenamento cardio della sessione più recente e il tempo necessario al corpo per recuperare le migliori condizioni nella sezione Stato dell'allenamento.



3.5 Frequenza cardiaca

1. È possibile misurare manualmente la frequenza cardiaca sull'orologio. Nelle impostazioni dell'APP è possibile attivare/disattivare il monitoraggio intelligente 24 ore su 24 della frequenza cardiaca, oppure visualizzare i dati relativi alla frequenza cardiaca.
2. Quando si misura la frequenza cardiaca, tenere il braccio e il polso fermi e attendere pazientemente il termine della misurazione.



3.6 SpO2

1. È possibile misurare manualmente la SpO2 sull'orologio. Inoltre, il monitoraggio automatico, 24 ore su 24, della SpO2 è supportato dall'orologio. Nelle impostazioni dell'APP, è possibile attivare/disattivare questa funzione o visualizzare i dati della SpO2.
2. Quando si misura la saturazione di ossigeno nel sangue, tenere il braccio e il polso fermi e attendere pazientemente il completamento della misurazione.



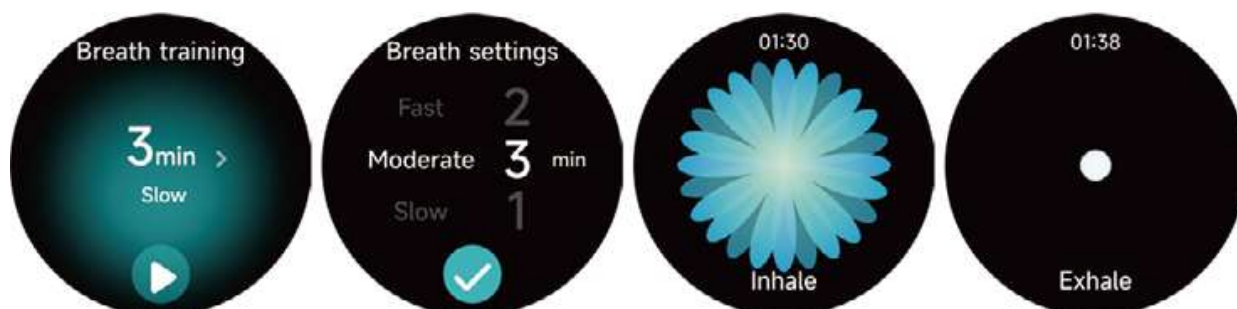
3.7 Stress

1. È possibile misurare manualmente lo stress sull'orologio. Inoltre, l'orologio supporta il monitoraggio automatico dello stress. Nelle impostazioni dell'APP, è possibile attivare/disattivare questa funzione o visualizzare i dati dello stress.
2. Quando si misura la saturazione di stress, tenere il braccio e il polso fermi e attendere pazientemente il completamento della misurazione.



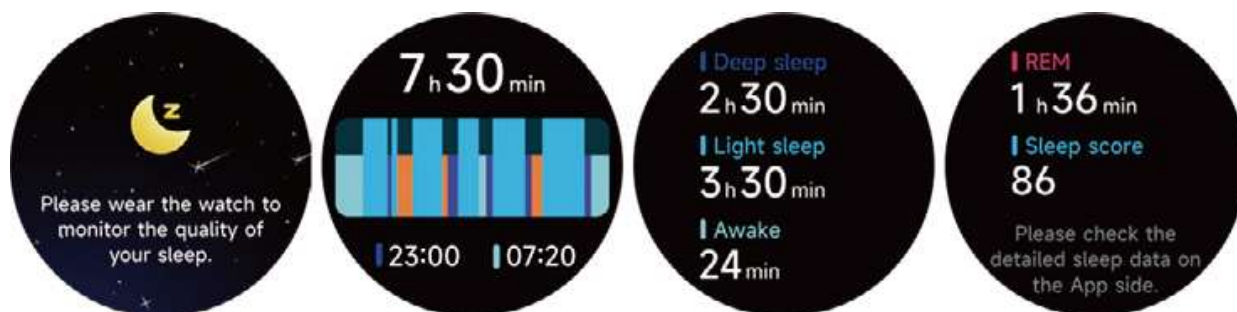
3.8 Allenamento respiratorio

1. Fare clic sull'icona Allenamento respiratorio per accedere a questa funzione. È possibile scegliere la durata, utile per regolare la respirazione.
2. Fare clic su Avvia per accedere direttamente all'animazione dell'allenamento respiratorio. Seguire la vibrazione e la frequenza dell'animazione per regolare la respirazione. Un allenamento respiratorio ragionevole può aiutare a lenire le emozioni.



3.9 Sonno

È possibile visualizzare la registrazione delle ore di sonno più recenti e lo stato del sonno in ogni fase.



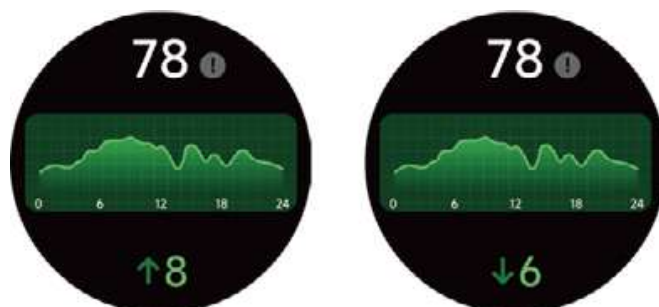
3.10 Premere per la misurazione

1. Frequenza cardiaca, pressione e saturazione dell'ossigeno nel sangue possono essere misurati contemporaneamente entro 35 secondi.
2. Quando si effettua una misurazione, tenere il braccio e il polso fermi e attendere pazientemente il termine della misurazione.



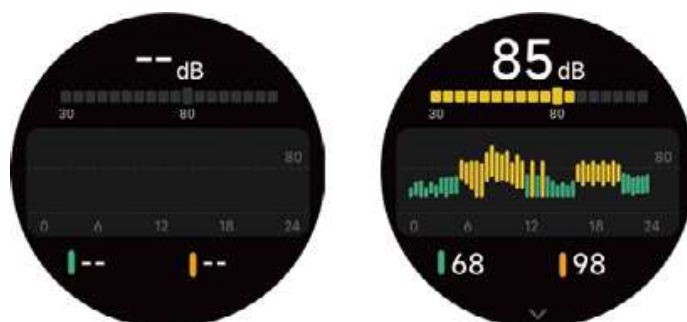
3.11 Energia corporea

Se si indossa l'orologio e si attiva l'energia corporea nell'APP, l'orologio misurerà automaticamente l'energia corporea. Se l'energia corporea è troppo bassa o diminuisce troppo rapidamente, invia un promemoria per il riposo.



3.12 Rumore ambientale

1. È possibile misurare manualmente il rumore sull'orologio. Inoltre, l'orologio supporta il monitoraggio automatico del rumore 24 ore su 24. Nelle impostazioni dell'APP, è possibile attivare/disattivare questa funzione o visualizzare i dati corrispondenti.
2. Quando si misura il rumore, tenere il braccio e il polso fermi e attendere pazientemente il completamento della misurazione.



3.13 Cronometro

Permette di utilizzare l'orologio come cronometro. Il cronometro ha una funzione "Giri".



3.14 Sveglia

1. Permette di aggiungere, eliminare una sveglia o attivarla/disattivarla sull'orologio, nonché impostare una sveglia per l'orologio tramite l'APP.
2. Permette di impostare la posticipazione della sveglia nell'APP per decidere di quanto tempo si desidera posticipare e quante volte.



3.15 Temporizzatore

È possibile impostare un temporizzatore con una durata preimpostata sull'orologio, il quale ricorderà la scadenza; è possibile personalizzare il tempo del temporizzatore.



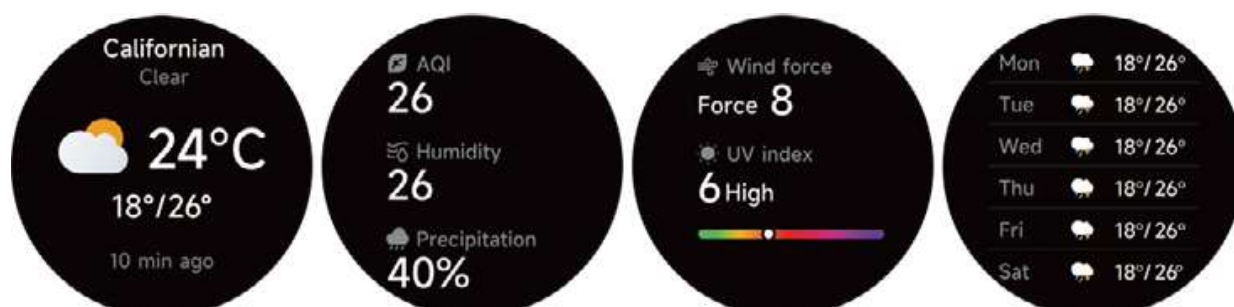
3.16 Orologio mondiale

È possibile controllare l'ora della propria città sull'orologio e impostare sull'APP l'ora delle città di altri paesi da visualizzare sull'orologio.



3.17 Meteo

Supporta la visualizzazione del meteo per sette giorni per città attuale: è possibile visualizzare le condizioni meteo attuali, i valori meteo massimi e minimi odierni e i valori meteo massimi e minimi dei sei giorni successivi.



3.18 Musica

1. Quando l'orologio è connesso all'APP, è possibile controllare il lettore musicale mobile per eseguire le funzioni "successivo, precedente", "riproduci/pausa" e "aumenta e diminuisci volume".
2. Questa funzione può essere attivata/disattivata nelle impostazioni dell'APP.



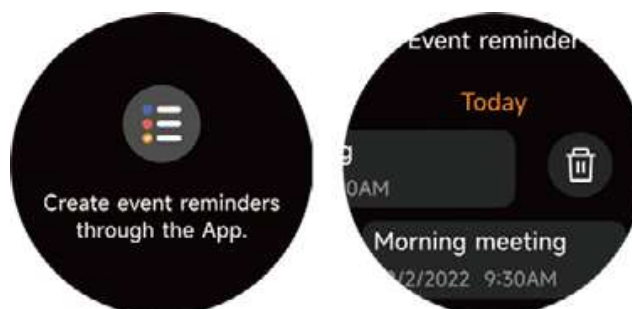
3.19 Trova telefono

1. Quando l'orologio è connesso all'APP, è possibile far squillare il telefono.
2. Fare clic sull'icona per interrompere la suoneria.
3. Questa funzione può essere attivata/disattivata nelle impostazioni dell'APP.



3.20 Promemoria eventi

È possibile impostare un promemoria e l'orario del promemoria sull'APP. Una volta completata l'impostazione, il promemoria verrà sincronizzato con l'orologio. Alla scadenza del promemoria, verrà visualizzata una notifica sull'orologio. È possibile visualizzare tutti i promemoria di eventi impostati sull'orologio.



3.21 Monitoraggio ciclo

Con l'apertura del monitoraggio ciclo sull'APP, l'orologio visualizzerà le opzioni della funzione di monitoraggio ciclo e imposterà la durata del ciclo, l'orario del promemoria e altre opzioni; e l'orario verrà ricordato periodicamente.



3.22 Fotocamera

Quando l'orologio è connesso all'APP, è possibile attivare manualmente la fotocamera di sistema del telefono per visualizzare lo scatto delle foto.



3.23 La tecnica Pomodoro

È possibile impostare la durata dei singoli orologi di obiettivi Pomodoro, il tempo di riposo alla scadenza e il numero di obiettivi Pomodoro giornaliero sull'orologio. Una volta completato l'obiettivo Pomodoro giornaliero, si riceve un promemoria che ne comunica il raggiungimento.



3.24 Impostazioni

1. Nelle impostazioni dell'orologio, sono configurabili il tempo di accensione dello schermo, il volume della suoneria e la vibrazione, ecc.
2. Nelle impostazioni dell'orologio, è anche possibile spegnere, riavviare o ripristinare l'orologio (una volta ripristinato, tutti i dati memorizzati nell'orologio verranno cancellati e l'orologio verrà disassociato al telefono).



4. Modulo promemoria

L'orologio supporta diverse modalità di promemoria, tra cui promemoria di messaggi, chiamate in arrivo, camminata, assunzione di liquidi, obiettivo di allenamento, avviso frequenza cardiaca del centro fitness, ecc.



5. Centro di controllo

Il centro di controllo offre un modo semplice per attivare funzioni come Non disturbare, alzare per attivare, impostare la luminosità dello schermo, trovare il mio telefono, trasformare l'orologio in una torcia, ecc.





Manual de utilização 50203, 50204, 50205

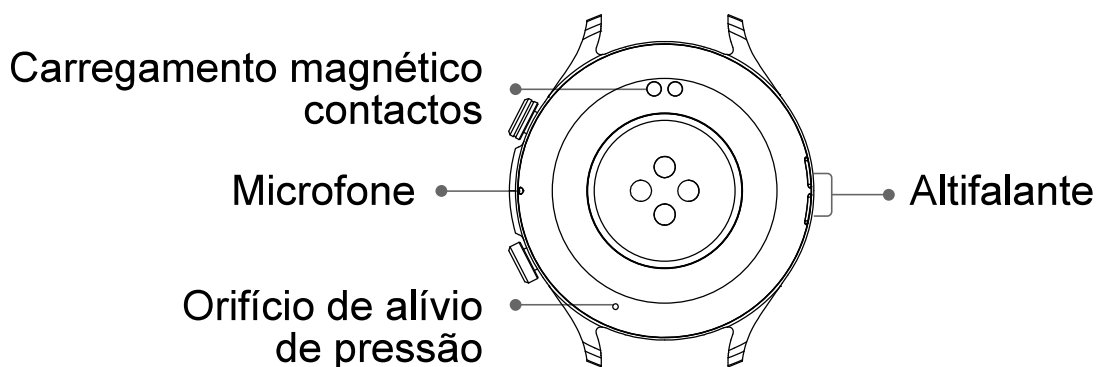
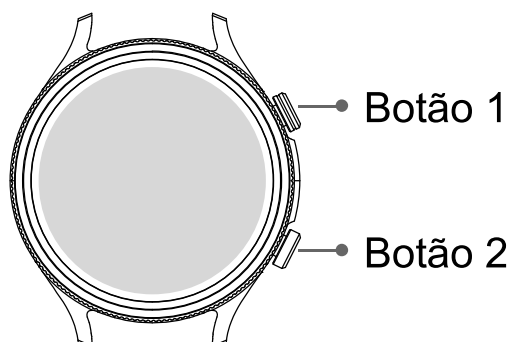


Português

INTRODUÇÃO

Resistência à água IP65

Área de exibição do ecrã	Microfone
Botão de função	Altifalante
Sensor de frequência	Parte Frontal
cardíaca	Parte Traseira
Orifício de compensação	/



PRIMEIROS PASSOS

1. Abra a embalagem e verifique o conteúdo.
2. Conteúdo da embalagem:
 - 1) Relógio inteligente 50203, 50204 e 50205 (com bateria de lítio integrada);
 - 2) Manual do utilizador;
 - 3) Cabo de carregamento original.
3. Carregue o relógio para o ativar e ligá-lo antes da primeira utilização. Para carregar, basta ligar o cabo de carregamento magnético aos contactos de carregamento localizados na parte traseira do relógio.
4. Pesquise por “Lotus Smartime 2nd GEN” na App Store, Google Play ou digitalize o código QR para descarregar e instalar a aplicação.



5. Faça login na aplicação e defina as suas informações pessoais, bem como os seus passos e metas de peso.
6. Na interface “Dispositivo”, toque no ícone “+” no canto superior direito e o seu telefone iniciará a pesquisa. Na lista de dispositivos encontrados, escolha o nome do seu relógio inteligente para emparelhar. Também pode ligar o dispositivo diretamente, digitalizando o código QR do dispositivo utilizando a função de digitalização.

SAÚDE

Relógio

1. O relógio registrará os seus dados automaticamente.
2. Pode medir na aplicação a sua frequência cardíaca, oxigénio no sangue, nível de stress e energia corporal no relógio, ou ativar a medição automática da frequência cardíaca, oxigénio no sangue, nível de stress e sono para monitorizar esses dados todo o dia. Pode monitorizar o seu estado de saúde manual ou automaticamente pelo relógio
3. Para iniciar um exercício:
 - 1) Quando a interface do mostrador do relógio for apresentada, prima o botão para cima brevemente para aceder à lista de aplicações. Toque no ícone Treino para aceder aos ícones dos diferentes tipos de exercício e, em seguida, toque no ícone de um exercício (como Corrida ao ar livre) para iniciar o exercício.
 - 2) O relógio pode apresentar até 20 tipos de exercícios por defeito. Pode adicionar ou eliminar os tipos de exercícios apresentados no relógio ou alterar a sua ordem.

APLICAÇÃO

1. Inicie o “Lotus Smartime 2ª GEN”, ative a funcionalidade Bluetooth e conceda a permissão de posicionamento GPS;
2. Ilumine o ecrã da pulseira e aproxime-a do telemóvel;
3. Clique no ícone “+” na aplicação e selecione o modelo de relógio inteligente nos resultados da pesquisa para ligar;
4. Confirme o pedido de vinculação no relógio inteligente;
5. Preencha as suas informações e defina a sua meta de passos na aplicação para concluir a ligação.

OPERAÇÕES BÁSICAS

1. Utilize o relógio corretamente: certifique-se de que o relógio está pelo menos um dedo acima do osso do pulso e que o sensor na parte traseira toca na sua pele.
2. Funcionamento do ecrã: Os modelos 50203, 50204 e 50205 possuem um ecrã tátil, que suporta operações como toque curto, deslizar para a esquerda/direita e para cima/baixo.
3. Funcionamento dos botões: Este produto possui dois botões, que suportam operações de “toque curto” e “toque longo”. Pressione o botão para cima brevemente: regressa ao ecrã inicial e acende quando o ecrã está desligado. Pressione o botão para baixo brevemente: acende o ecrã quando está desligado e acede à lista de desportos quando está ligado. Pressione longamente o botão para cima: liga o relógio durante 8 segundos para reinicialização forçada. Pressione longamente o botão para baixo: 5 segundos para entrar no ecrã de desligamento e reinicialização.



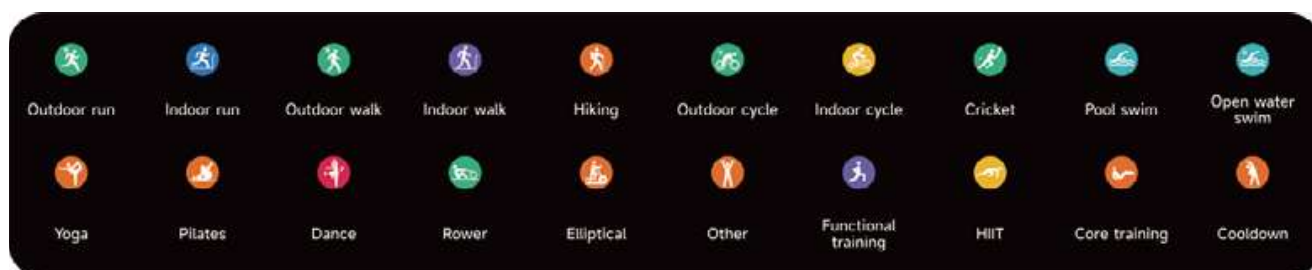
Descrição da função

1. Mostrador do relógio

O relógio vem com 5 mostradores por defeito. Pode alternar entre eles manualmente no relógio ou nas definições do mostrador da aplicação Lotus Smartime 2ª Geração. Também pode personalizar o mostrador na aplicação. Mais mostradores estão disponíveis para download no “Mercado de mostradores de relógios”.

2. Treino

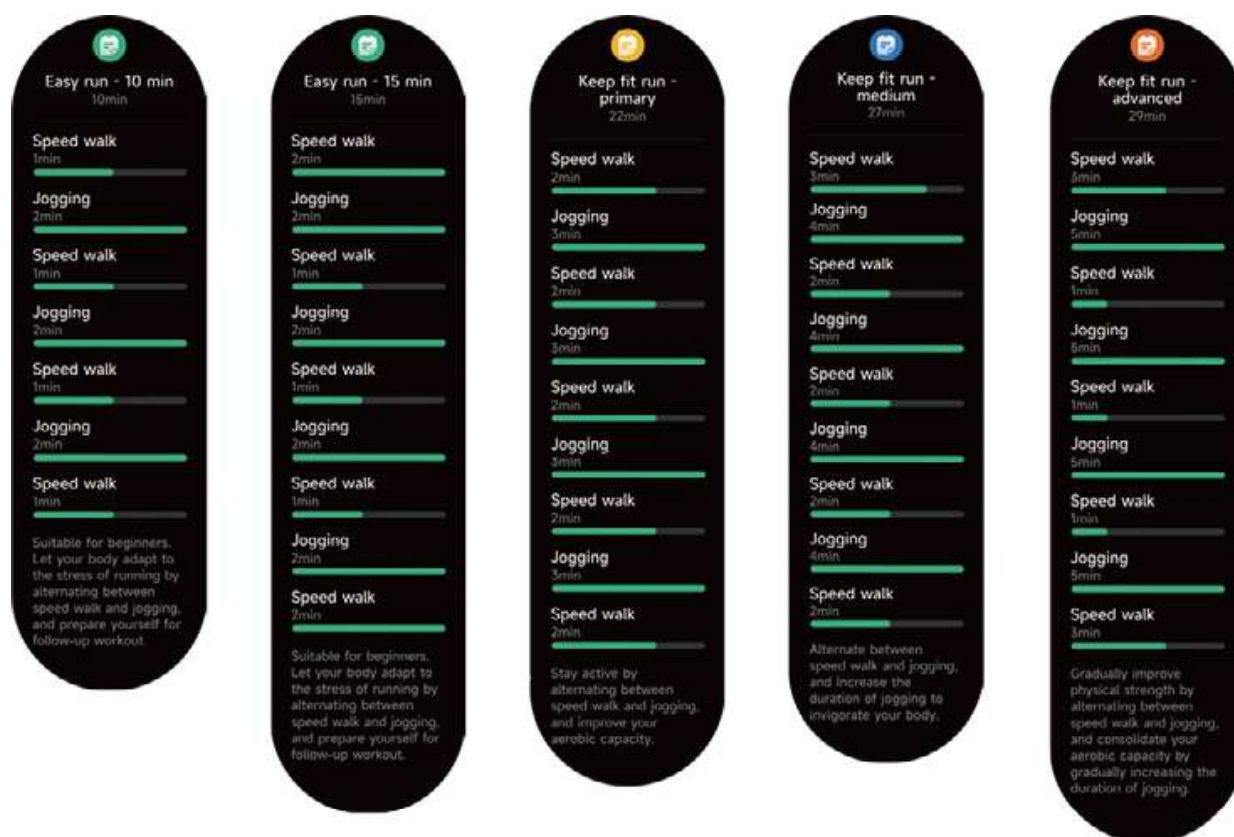
- a. Podem ser apresentados até 20 tipos de exercícios por defeito: Corrida ao ar livre, Corrida em ambiente fechado, Caminhada ao ar livre, Caminhada em ambiente fechado, Caminhada, Bicicleta ao ar livre, Bicicleta de exercício, Críquete, Natação em piscina, Natação em águas abertas, Ioga, Dança, Remo, Elíptico, Treino, HIIT, Treino funcional de força, Treino de core, Pilates, Relaxamento. Pode adicionar ou eliminar os tipos de exercícios ou alterar a ordem apresentada no relógio. Há um total de 110 tipos de exercícios à escolha na aplicação.



- b. 50203, 50204, 50205 suportam o reconhecimento inteligente de exercícios. Pode reconhecer se o utilizador está a correr/caminhar/remar /elíptico. Suporta pausar automaticamente um exercício ou lembrá-lo quando termina. Esta funcionalidade pode ser ativada/desativada no relógio.
- c. 50203, 50204, 50205: o resumo do exercício contém vários dados de exercício, que podem ser verificados na aplicação Lotus Smart-time 2ª geração.
- d. Pode visualizar os seus registos de exercícios recentes no relógio, incluindo dados detalhados sobre os seus exercícios; também pode visualizar os registos de exercícios na aplicação

2.1 Percursos de corrida

Defina cientificamente as zonas de frequência cardíaca de exercício para diferentes idades. Aprimore-a gradualmente alternando entre corrida e caminhada



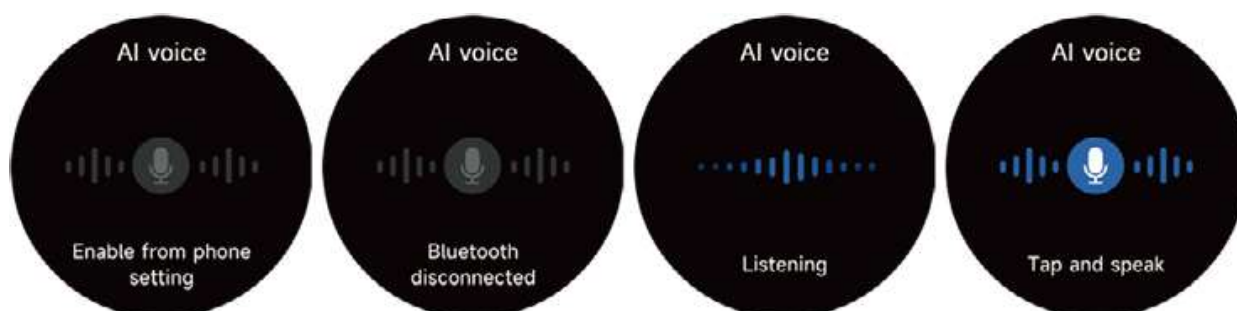
3. Lista de aplicações

Quando a interface do mostrador do relógio for apresentada, prima rapidamente o botão físico acima para aceder à lista de aplicações: Atividade, Estado do treino, Percursos de corrida, Treino, Registo de treino, Pressão para medição, Frequência cardíaca, SpO2, Stress, Energia corporal, Sono, Treino respiratório, Monitorização de ciclo, Som ambiente, Telefone, Voz de IA, Técnica Pomodoro, Lembrete de eventos, Meteorologia, Música, Câmara, Alarme, Temporizador, Cronómetro, Relógio mundial, Encontrar telefone, Lanterna, Definições. Pode seleccionar a visualização em lista de aplicações nas definições, que suporta os métodos de visualização em lista e teclado numérico.



3.1 Voz de IA

Pode enviar comandos de voz para os assistentes de voz do telemóvel, como a Siri e o Google Assistant, através da Voz com IA, e deixar o telemóvel responder aos comandos de voz. Quando o assistente de voz do telemóvel for reconhecido, os resultados do reconhecimento serão sincronizados com o relógio.



3.2 Telefone



1. Pode adicionar até 10 contactos frequentes ao seu relógio através da aplicação e, em seguida, ligar para esses contactos no relógio.
2. Pode visualizar o histórico de chamadas recentes no relógio e ligar para os números apresentados no histórico de chamadas.
3. Pode fazer chamadas através do marcador do relógio.

3.3 Atividade

O relógio pode recolher e apresentar: Passos/Calorias/Intensidade média a alta/de pé e objetivos do dia, histograma de Passos/Calorias/de pé por hora ao longo do dia, Passos e Distância do dia, Tempo de Recuperação e Consumo Máximo de Oxigénio para o exercício mais recente, etc.



3.4 Estado do Treino

Pode ver o Vo2 máx, o efeito do treino cardiovascular do seu treino mais recente e o tempo que o seu organismo demora a recuperar ao seu melhor estado no Estado do Exercício.



3.5 Frequência cardíaca

1. Pode medir manualmente a frequência cardíaca no relógio. Nas definições da aplicação, pode ativar/desativar a monitorização inteligente da frequência cardíaca 24 horas por dia ou visualizar os dados cardíacos.
2. Sempre que a frequência cardíaca for medida, mantenha o braço e o pulso imóveis e aguarde pacientemente até que a medição esteja concluída.



3.6 SpO2

1. Pode medir manualmente a SPO2 no relógio. Além disso, o relógio suporta a monitorização automática de SPO2 24 horas por dia. Nas definições da aplicação, pode ativar/desativar esta função ou visualizar os dados SPO2.
2. Sempre que o oxigénio no sangue for medido, mantenha o braço e o pulso imóveis e aguarde pacientemente até que a medição esteja concluída.



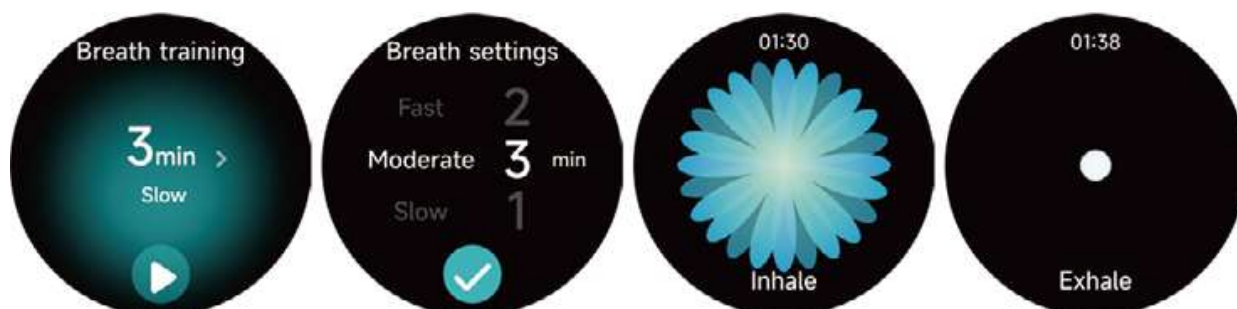
3.7 Stress

1. Pode medir o stress manualmente no relógio. Além disso, o relógio suporta a monitorização automática de stress 24 horas por dia. Nas definições da aplicação, pode ativar/desativar esta função ou visualizar os dados de stress.
2. Sempre que o stress for medido, mantenha o braço e o pulso imóveis e aguarde pacientemente até que a medição esteja concluída.



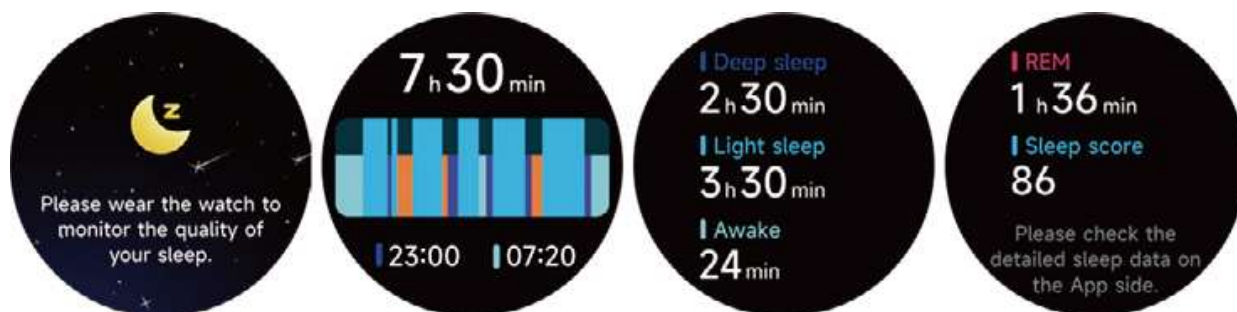
3.8 Treino respiratório

1. Clique no ícone Treino respiratório para aceder a este recurso. Pode escolher a duração, o que ajuda a ajustar a sua respiração;
2. Clique em Iniciar para entrar diretamente na animação do treino respiratório. Siga a vibração e a frequência da animação para ajustar a sua respiração. Um treino respiratório adequado pode ajudar a acalmar as suas emoções.



3.9 Sono

Pode visualizar o registo de sono mais recente e o estado do sono em cada fase.



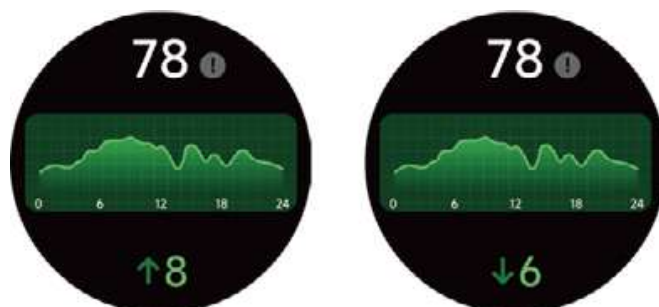
3.10 Prima para medir

1. A frequência cardíaca, a pressão arterial e o oxigénio no sangue podem ser medidos simultaneamente até 35 segundos.
2. Sempre que medir, mantenha o braço e o pulso imóveis e aguarde pacientemente até que a medição esteja concluída.



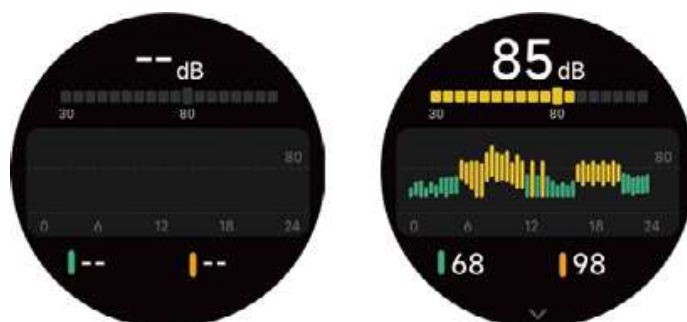
3.11 Energia corporal

Se utilizar o relógio e ativar a energia corporal na aplicação, o relógio medirá a sua energia corporal automaticamente. Se a energia corporal estiver demasiado baixa ou a diminuir demasiado depressa, o relógio irá lembrá-lo que deve descansar



3.12 Som ambiente

1. Pode medir manualmente o ruído no relógio. Além disso, o relógio suporta monitorização automática de ruído 24 horas por dia. Nas definições da aplicação, pode ativar/desativar esta função ou visualizar os dados correspondentes.
2. Sempre que o ruído for medido, mantenha o braço e o pulso imóveis e aguarde pacientemente até que a medição esteja concluída.



3.13 Cronómetro

Utilize o relógio como um cronómetro. O cronómetro possui a função “Volta



3.14 Alarme

1. Pode adicionar, eliminar um alarme ou ligar/desligar o alarme no relógio, além de definir um alarme para o relógio através da aplicação.
2. Pode definir o tempo de atraso do alarme e os tempos na aplicação para decidir por quanto tempo e quantas vezes o atraso será definido



3.15 Temporizador

Pode definir um temporizador com uma duração predefinida no relógio, e o temporizador irá lembrá-lo quando o tempo expirar; pode personalizar o tempo do temporizador.



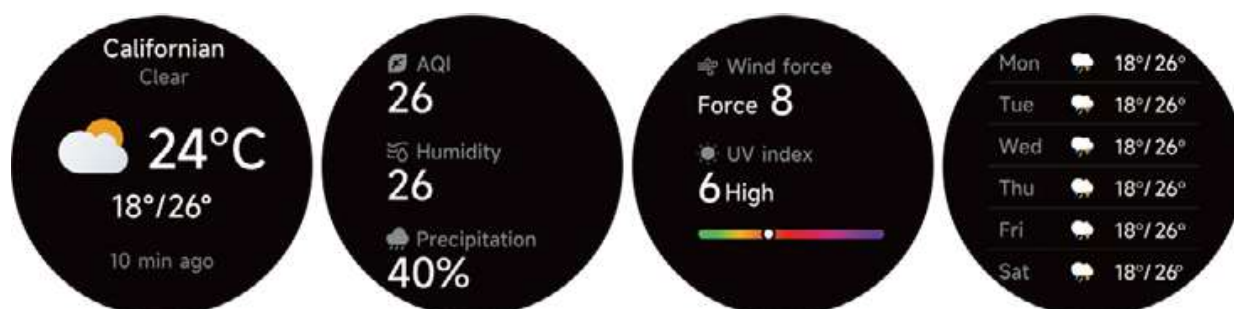
3.16 Relógio mundial

Pode verificar a hora na sua cidade no relógio e definir na aplicação a hora em cidades de outros países a ser apresentada no relógio.



3.17 Clima

Suporta a visualização da previsão meteorológica para a cidade atual durante sete dias, pode ver o “tempo atual, os valores máximos e mínimos” de hoje e os “valores máximos e mínimos” dos próximos seis dias.



3.18 Música

1. Quando o relógio estiver ligado à aplicação, pode controlar o leitor de música do seu telemóvel para executar as funções “seguirte, anterior”, “reproduzir/pausar” e “aumentar e diminuir o volume”.
2. Esta função pode ser ativada/desativa nas definições da aplicação.



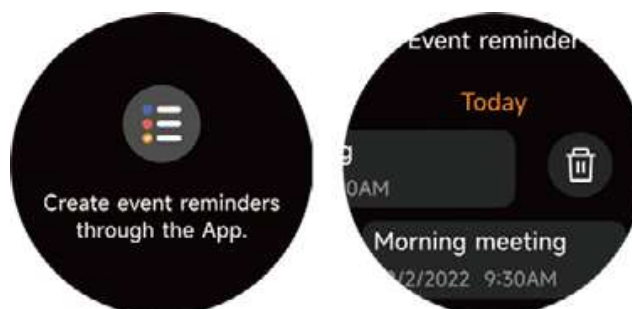
3.19 Encontrar telefone

1. Quando o relógio estiver ligado à aplicação, pode fazer o seu telefone tocar.
2. Clique no ícone para terminar o toque.
3. Esta função pode ser ativada/desativada nas definições da aplicação.



3.20 Lembrete de evento

Pode definir um lembrete e o horário do lembrete na aplicação. Assim que a configuração estiver concluída, o lembrete será sincronizado com o relógio. Quando o lembrete estiver expirado, aparecerá uma notificação no relógio. Pode visualizar todos os lembretes de eventos definidos no relógio.



3.21 Rastreo de ciclo

Após abrir o Ciclo de seguimento na aplicação, o relógio irá apresentar as opções da função de seguimento de ciclo e definirá a duração do ciclo, a hora do lembrete e outras opções, e a hora será recordada periodicamente.



3.22 Câmara

Quando o relógio estiver ligado à aplicação, pode ligar manualmente a câmara do sistema do telefone para controlar a captura de fotografias.



3.23 A técnica Pomodoro

Pode definir a duração de cada ciclo Pomodoro, o tempo de descanso após o ciclo Pomodoro estar concluído e o número da meta diária Pomodoro no seu relógio. Ao completar o objetivo Pomodoro do dia, será lembrado de que atingiu o seu objetivo.



3.24 Configurações

1. Nas definições do relógio, pode definir a hora de ativação do ecrã, o volume e a vibração do toque, etc.
2. Nas definições do relógio, também pode desligar ou reiniciar o relógio (após o reset, todos os dados armazenados no relógio serão apagados e o relógio será desemparelhado do seu telefone).



4. Modo de lembrete

O relógio suporta vários modos de lembrete, incluindo lembrete de mensagem, lembrete de chamada recebida, lembrete de caminhada, lembrete de bebida, lembrete de objetivo de exercício, lembrete de ritmo cardíaco, etc.



5. Central de controlo

A central de controlo é uma forma fácil de ativar funções como Não incomodar, Ativar/Desativar, Definir o brilho do ecrã, Encontrar o meu telefone, Transformar o relógio numa lanterna, etc.

