

Operating Instructions



Please read the instructions carefully
and keep it safe.

English Version	01
Version Française	06
Versión Española	12
Versione Italiana	18
Deutsche Version	24
Wersja polska	30
Česká verze	36

Bind Watch

1. Download and install App

You can set up the watch through the VeryFitPro app for iOS or Android devices. The steps are shown as follows:

Notes: The hardware platform of the equipment system shall meet requirements.




iOS 8.0 version
or above

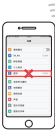


Android 4.4 system
or above

Correct operation: Scan the QR code below or download VeryFitPro APP through the mobile APP store to pair with the watch.



Wrong operation: Pair the watch directly in your mobile phone's settings.



..... wireless transmission

2. Bind process

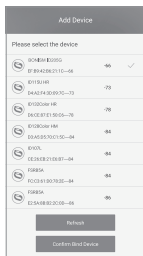


① Turn on the wireless transmission and GPS on your mobile phone

② Find the binding request on the pull-down list on the home page of the APP



Select product model:
BONISM ID205G



Click "Ok" to complete binding.

Notes:

- ★ Once product paired, you need to allow notifications in phone settings in order to receive all notifications from your favorite APP.

Synchronize Data

In daily wear, the watch can detect all kinds of product data. The user needs to connect the watch on the APP before synchronous operation. The detailed operations are shown as follows:

Open the mobile APP> swipe down the page> sync prompt appears

Notes!

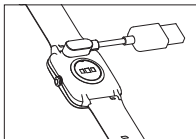
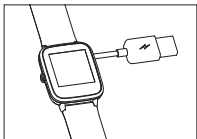
- ★ Please synchronize the data at least once within 7 days to avoid data loss at the watch end.



Instruction for Use

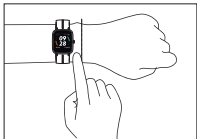
1. Charging product

Connect and charge the watch according to the picture. It needs to be charged to activate the watch when it is started for the first time.



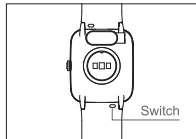
2. Wear/install

Wear



Wear the device a finger's distance from the wrist bone and adjust the tightness of the wristband to a comfortable position.

Replace the strap



Flip the switch and take out the wristband

Tip: Wearing too loosely may affect the accuracy of heart rate data.

Operating Instructions

1. Definition of key function



Short press the right key:
Return to previous interface

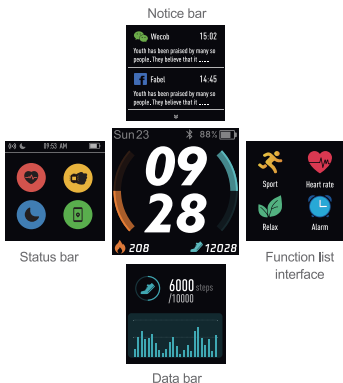
2. Watch dial switch



Replacing the dial interface will appear after long pressing the dial.

3. Main interface operation

Swipe the screen to enter different interfaces (interactive interface tile diagram)



Function Introduction

1. Icon function introduction



Heart rate

Perform a heart rate test to check your heart rate data for the day.



Relax

Help you regulate your breathing and relax your mood.



Alarm

View, turn off or turn on the alarm clock. You need to add an alarm clock on the mobile APP.



Music Controller

Control music play on your mobile phone (watch cannot store music)



Timer

Have the timing and countdown function.



Sports Record

Record recent sportss.



Sport

Enter the sports window, and choose different sports modes. Change the sports mode on the APP




Weather

Weather function allows you keep track of the weather in your city. Because weather data is obtained through mobile phone network, it is required to maintain the connection between the Watch and the phone to timely update weather data.

Notes: For more functions (sleeping) and operation, please check the VeryFitPro software of the mobile phone.

2. Start sports

① Enter sports

Click the sports icon  > select the sports type > enter the sports countdown automatically

② During sports


Pause sports: short press the right key

Restore sports: short press the right key

③ End sports

End sports: long press the right key> select the end button on the screen

④ Start Sports

When Outdoor Running is activated, the Watch will search GPS automatically. You can tap Skip Icon  to skip GPS positioning, but motion trail cannot be displayed before successful positioning.Count-down starts after successful positioning or skipping positioning.Start sports after count-down is over.

3. Women's health tracking



Display location: in the data bar

Women's health tracking function, which is used for recording menstrual changes, tracks individual menstrual cycle and predicts ovulation (it needs to be enabled on the APP).

Product Parameters

Model	BONISM ID205G		
Battery capacity	210mAh	Screen type	1.3-inch color screen
Charging time	about 2.5 hours	Charging voltage	5V±0.2V
Waterproof level	5ATM	Battery life	5-7 days
Operating temperature	-10°C—45°C	Weight of product	35g
Product frequency	2402-2480MHz	Max. transmission power consumption	0dBm

Range of charging temperature: 10 C - 45 C

Battery life: Actual battery life and charging time will vary depending on usage and environment, etc.

Waterproof: Not suitable for diving, swimming in the sea, or sauna. But suitable for swimming in swimming pool or in shower (cold water) and shallow beach.

MODE D'EMPLOI



Veuillez lire attentivement et bien
garder le mode d'emploi

Lier la montre

1. Télécharger et installer l'App

Vous pouvez configurer la montre à l'aide de l'App VeryFitPro du système iOS ou Android. Les démarches sont les suivantes:

Note: le système doit satisfaire le exigences ci-dessous:



Version iOS 8.0 ou
du niveau plus élevé



Version Android 4.4 ou
du niveau plus élevé

Opération correcte: scanner le code QR ci-dessous ou utiliser l'Appstore du téléphone portable pour télécharger l'APP de VeryFitPro, puis effectuer l'appairage avec la montre.



Opération incorrecte: effectuer l'appairage avec la montre en allez dans les paramètres du téléphones



transmission sans fil

2. Processus pour lier le produit



- 1 Activez la transmission sans fil du téléphone portable et le GPS
- 2 La demande de liaison apparaît dans la liste déroulante sur la page d'accueil de l'APP



Sélectionnez le modèle du produit: BONISM ID205G



Cliquez sur "Confirmer la liaison" pour accomplir la liaison.

Attention:

- ★ une fois le produit appairé, il faut autoriser les notifications depuis les réglages de votre téléphone afin de pouvoir recevoir les notifications de vos différentes APP.

Synchroniser Les données

Si vous souhaitez synchroniser vos données, il suffit de lancer l'application puis de glisser vers le bas pour lancer la synchronisation de la montre.

Ouvrez l'App du téléphone portable > Faites glisser la page vers le bas > Le message de synchronisation apparaît.

Attention!

Veillez synchroniser les données au moins

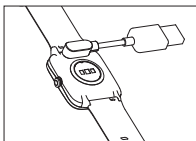
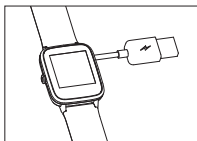
- ★ une fois tous les 7 jours pour éviter toute perte de données sur la montre.



Instruction sur l'utilisation

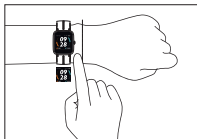
1. Recharger l'appareil

Recharger la montre en suivant les schémas ci-dessous. Lors de la première utilisation, il faut recharger le produit pour l'activer



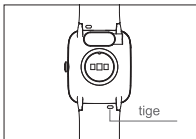
2. Porter/installer le produit

Comment porter le produit?



Veillez porter le produit autour de votre poignet au dessus de la tête cubitale (trait sur le schéma) et ajuster le serrage du bracelet pour optimiser la mesure cardiaque

Remplacer le bracelet



Basculez le ergot et sortez le bracelet

Remarque: si le bracelet est trop lâche, cela peut affecter la précision des données de votre fréquence cardiaque.

Instructions d'opération

1. Fonction du bouton



Appuyez brièvement sur la touche droite OU retour à l'écran précédent

2. Changement de l'écran



Garder le doigt sur l'écran pendant plusieurs secondes. Vous pourrez alors choisir l'écran de votre choix.

3. Navigation

Faites glisser votre doigt dans différentes directions pour naviguer



Présentation des fonctions

1. Présentation des menus



Fréquence
cardiaque

Le produit peut effectuer la détection de la fréquence cardiaque et vous pouvez regarder les données de la fréquence cardiaque de la journée.



Se détendre

Il vous aide à régulariser la respiration et de vous relaxer.



Réveil

Vous pouvez regarder, éteindre ou activer le réveil. Pour ajouter un réveil, il faut opérer sur l'App du téléphone portable.



Contrôleur
de musique

Il peut commander la lecture de la musique sur votre téléphone portable (la montre ne peut pas stocker de la musique)



Chronométrage

Il a les fonctions chronomètre et compte à rebours



Activités

Il enregistre les exercices physiques que vous avez fait récemment.



Exercices
physiques

Entrez dans le menu et sélectionnez le sport qui vous intéresse.




Météo

La fonction météo vous informe des conditions météorologiques dans votre ville. Les données météorologiques doivent être obtenues via le réseau de téléphonie mobile, il est donc nécessaire de garder la connexion entre la montre et le téléphone mobile afin de mettre à jour la météo.

Remarque: pour plus de fonctions (comme le sommeil), il vous suffit de se connecter à l'application VeryFitPro et synchroniser votre produit

2. Commencer à faire des exercices physiques

① Entrer dans les exercices physiques

Cliquer sur l'icône du sport  > cliquer sur le sport souhaité > le compte à rebours démarre automatiquement

② Activité en cours


Pause = appuyer sur le bouton

Reprendre l'activité = appuyer sur le bouton

③ Terminer l'activité

Stop = appuyez 3 secondes sur le bouton puis cliquer sur STOP

④ Démarrer une activité avec le GPS

La montre va rechercher le signal GPS qui peut prendre quelques minutes. Veuillez à rester immobile jusqu'à ce que la barre de progression soit complète. Si vous appuyez sur , vous passerez cette étape de détection du signal GPS, la mesure sera donc moins précise.

3. Suivi menstruel



La fonction de suivi menstruel a pour but de suivre votre cycle et prédire votre période d'ovulation (à activer depuis l'APP)

Paramètres du produit

Modèle	BONISM ID205G		
Capacité de la batterie	210mAh	Type d'écran	écran en couleur 1,3"
Durée pour recharger	environ 2,5h	Voltage pour recharger	5V±0.2V
étanchéité	5ATM	durée de mission	5-7 jours
Température de fonctionnement	-10°C—45°C	Poids du produit	35g
Fréquence du produit	2402-2480MHz	Consommation maximale de transmission	0dBm

Durée de la batterie: la durée de la batterie et le temps de recharge varient en fonction de l'utilisation du produit

Étanchéité: le produit peut être utilisé pour nager mais pas plonger.

Manual de instrucciones



Lea detenidamente este manual de instrucciones y consérvelo bien.

Enlazar la pulsera

1. Descargar e instalar la App

Puede configurar su pulsera por medio de la aplicación VeryFitPro de dispositivo iOS o Android siguiendo estos pasos:

Nota: las condiciones con que debe cumplir la plataforma de hardware del sistema del dispositivo



iOS 8.0 y superior



Android 4.4 y superior

Operación correcta: descargue la App VeryFitPro a través de escanear el código QR a continuación o desde la tienda de aplicaciones de su teléfono y emparejela con la pulsera.



Operación incorrecta: emparejar la pulsera directamente en la configuración de su teléfono

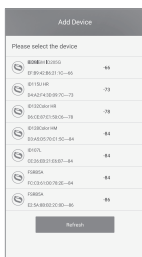


Transmisión inalámbrica

2. Proceso de enlace



- 1 Encienda Transmisión inalámbrica y GPS del teléfono
- 2 Tire hacia abajo en la página de inicio de APP para mostrar la solicitud de vinculación



Seleccione el modelo de producto BONISM ID205G



Haga clic en "Confirmar a vincular" para completar la vinculación

Nota:

- ★ Después de que el teléfono móvil de Apple esté vinculado, es necesario que haga emparejamiento de Bluetooth del reloj ID205G en el Bluetooth del dispositivo móvil para que el reloj le recuerde todo tipo de información.

Sincronizar datos

La pulsera tendrá varios datos de detección en el uso diario. Los usuarios deben conectar la pulsera a través en la App antes de que puedan sincronizarse. La operación específica se muestra en la siguiente figura.

Abra la App del teléfono> Deslice hacia abajo la página>Aparecerá el mensaje de sincronización

¡Atención!

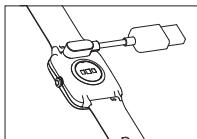
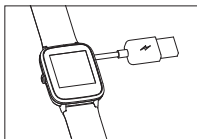
- ★ Sincronice los datos al menos una vez en 7 días para evitar la pérdida de datos en el lado de la pulsera.



Introducción

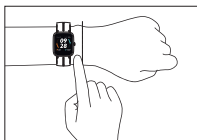
1. Indicación de carga

Conecte la pulsera como se muestra en la figura para cargar. La primera vez que la encienda, debe activarla cargando.

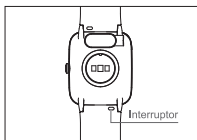


2. Uso/instalación

Uso



Reemplazar la correa



Lleve el dispositivo a una distancia de un dedo del hueso de la muñeca y ajuste la tensión de la pulsera a una posición cómoda.

Gire el interruptor y saque la correa

Consejo: el uso demasiado flojo puede afectar la precisión de los datos del ritmo cardíaco.

Instrucciones de operación

1. Definición de la función del botón



Pulse brevemente el botón derecho
Volver a la interfaz anterior

2. Cambio de dial

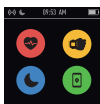
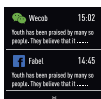


Mantenga pulsado el dial para que
aparezca la interfaz del cambio de dial

3. Operación de la interfaz principal

Deslice la pantalla con dedo para ingresar a una interfaz diferente
(figura de interfaz interactiva)

Barra de notificaciones



Barra de estado



Interfaz de lista
de funciones



Barra de datos

Introducción de funciones

1. Introducción a la función de icono



Ritmo cardíaco

Puede realizar la detección del ritmo cardíaco y verificar los datos del ritmo cardíaco del día.



Relájese

Le ayuda a ajustar su respiración y a relajarse.



Alarma

puede ver, desactivar o activar la alarma, pero agregar la alarma requiere la operación en la App del teléfono.



Música Remota

Puede controlar la reproducción de música en su teléfono (la pulsera no puede almacenar música)



Cronómetro

Cuenta con la función de cronometraje y de cuenta regresiva.



Registros deportivos

Puede grabar situaciones deportivas recientes.



Deporte

Al entrar en la ventana de deporte, puede seleccionar diferentes modos de movimiento. Y puede cambiar el modo de movimiento en la App.



Tiempo

La función del tiempo lo mantiene informado sobre las condiciones climáticas en su ciudad. Los datos meteorológicos deben obtenerse a través de la red de telefonía móvil, por lo que es necesario mantener la conexión entre el reloj y el teléfono para actualizarlo a tiempo.

Nota: Para obtener más funciones (sueño) y operación, verifique el software VeryFitPro del teléfono.

2. Iniciar el movimiento

① Entrar en el movimiento

Haga clic en el icono de movimiento  > Seleccione el tipo de movimiento > Entrará automáticamente en la cuenta regresiva del movimiento

② Durante el movimiento


Pausar movimiento: presione brevemente el botón derecho

Restaurar movimiento: presione brevemente el botón derecho

③ Fin del movimiento

Finalizar el movimiento: mantenga pulsado el botón derecho > seleccione el botón Finalizar en la pantalla

④ Comenzar el movimiento

Al ingresar a deportes al aire libre, el reloj buscará automáticamente el GPS. También puede presionar el icono "Omitir"  para omitir el posicionamiento GPS, pero no se puede mostrar la pista de movimiento antes de posicionar correctamente. Después de que el posicionamiento sea exitoso o se omita el posicionamiento, ingresará a la cuenta regresiva del movimiento. Cuando se finalice la cuenta regresiva, ingresará al movimiento.

3. Webliche Gesundheitsverfolgung



Colocación: Barra de datos

La función de seguimiento de la salud femenina se utiliza para registrar cambios menstruales, realizar un seguimiento de los ciclos menstruales individuales y predecir la ovulación (debe activarla en la App).

Especificaciones del producto

Modelo	BONISM ID205G		
Capacidad de la batería	210mAh	Tipo de pantalla	pantalla a color de 1.3 pulgadas
Tiempo de carga	2.5 horas más o menos	Voltaje de carga	5V±0.2V
Nivel impermeable	5ATM	Duración	5-7 días
Temperatura de trabajo	-10°C—45°C	Peso del producto	35g
Frecuencia del producto	2402-2480MHz	Consumo máximo de potencia de transmisión	0dBm

Ámbito de la temperatura de carga: 10 C - 45 C

Duración: la duración real de la batería y el tiempo de carga varían según factores como el modo de uso y el entorno.

Impermeable: no es adecuado para su uso en el buceo, nadar en el mar o en saunas. Adecuado para su uso en piscinas o duchas (agua fría) y natación shoal.

Manuale d'istruzione



si prega di leggere il manuale con attenzione e conservarlo con cautela.

Legare l'orologio

1. Scaricare App

È possibile impostare l'orologio con il programma VeryFitPro in iOS o Android, seguendo le fasi di sotto:

Nota bene: Requisiti da soddisfare per la piattaforma hardware del sistema del dispositivo



iOS 8,0 e superiori



Android 4.4 e superiori

Operazione corretta: scansionare il QR code di sotto o scaricare l'app VeryFitPro in APP Store del cellulare per accoppiarla con l'orologio.

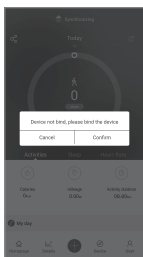


Operazione errata: Accoppiare direttamente l'orologio tramite nelle impostazioni del cellulare



..... trasmissione senza fili

2. Procedura di legamento



- 1 Attivare trasmissione senza fili e GPS del cellulare
- 2 Tirare giù dalla pagina Home dell'app e spunterà la richiesta di legatura



Scegliere il modello del prodotto BONISM ID2050



Cliccare su "Confermi legatura" per completare la legatura

Nota:

- ★ Per iPhone, in seguito alla legatura, è necessario accendere al Bluetooth del cellulare e connettere l'orologio ID205G per leggere i vari avvisi dall'ultimo.

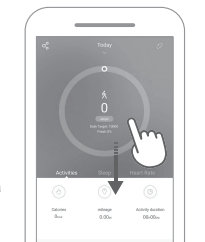
Sincronizzazione dei dati

Durante l'indossamento quotidiano dell'orologio genera vari tipi di dati rilevati, per sincronizzarli prima di tutto è necessario connettere l'orologio in APP. Le operazioni dettagliate si riportano in seguito:

Aprire l'APP>scivolare giù la pagina >si visualizza la notazione di sincronizzazione

Attenzione!

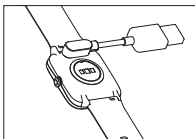
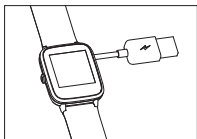
- ★ È necessario sincronizzare i dati una volta alla settimana evitando la Perdita dei dati dell'orologio.



Istruzioni d'uso

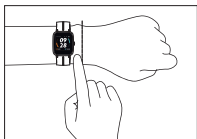
1. Istruzioni sulla ricarica

Effettuare la connessione e la ricarica con la modalità dimostrata nel diagramma, alla prima volta di accensione è necessario attivarlo tramite la ricarica.



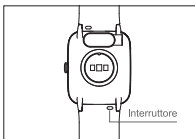
2. Indossamento/installazione

Indossamento



Indossare il dispositivo a distanza di un dito dal polso, aggiustare la cintura al livello rilassante.

Sostituire la cintura



Tirare l'interruttore per prendere fuori la cintura

Segnalazione: l'indossamento allentato pregiudicherebbe la precisazione dei dati rilevati del tasso cardiaco

1. Definizioni dei tasti



◀ Premere a breve il tasto destro:
Ritornare alla pagina precedente

2. Cambio quadrante

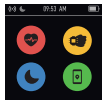
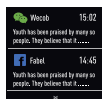


Premere a lungo il quadrante si visualizzerà
l'interfaccia per cambiare quadrante.

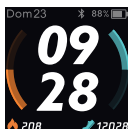
3. Operazioni sull'interfaccia principale

Scivolare lo schermo con un dito per entrare in diverse interfacce
(interfacce a piastrelle)

Barra notificazione



Barra stato



Interfaccia
lista funzioni



Barra dati

Introduzione alle funzioni

1. Introduzione alle icone



Tasso cardiaco

Effettuare il misurazione del tasso cardiaco e vedere i dati del giorno



Rilassamento

Aggiustare la respirazione e rilassarti.



Sveglia

È possibile visualizzare, chiudere o aprire la sveglia, aggiungere sveglia è necessario operare in APP del cellulare



Musica controllore

È possibile controllare la produzione di musica al cellulare (l'orologio non memorizza la musica)



Timer

Sono disponibili timer e countdown



Ricordo dello sport

Registrare i movimenti recenti



Sport

Entrare nella finestra Sport, è possibile visualizzare diverse modalità sportive. Cambiare le modalità in APP




Meteo

La funzione meteo Le consente di essere a conoscenza del tempo locale in ogni momento. I dati meteo vengono ottenuti mediante la rete del cellulare, per cui viene mantenuta la connessione tra l'orologio ed il cellulare per aggiornare tempestivamente la meteo.

Nota bene: per maggiori informazioni sulle funzioni (sogno) e operazioni, andare visualizzarli in VeryFitPro del cellulare.

2. Cominciare lo sport

① Entrare in Sport

Cliccare l'icona Sport  > cliccare sport specifico > entrare automaticamente in countdown

② In corso di sport


Sospendere lo sport: premere a breve il tasto destro

Riprendere lo sport: premere a breve il tasto sinistro

③ Finire lo sport

Finire lo sport: Premere tasto destro > selezionare il pulsante per finire sport sullo schermo

④ Attivare l'esercizio

In caso d'esercizio all'aperto, l'orologio ricerca automaticamente il GPS, potrà anche cliccare su "Salti l'icona"  per saltare il posizionamento GPS. La traccia dell'esercizio non è visibile fino

al posizionamento riuscito. In seguito al posizionamento riuscito o al salto del posizionamento, accenderà al conto alla rovescia e avvierà l'esercizio al suo termine.

3. Tracciamento di salute femminile



Posizione espositiva: barra dati

La funzione di tracciamento di salute femminile consente di registrare i cambiamenti di periodo mestruale, tracciare il proprio periodo mestruale e prevedere il periodo di ovulazione (è possibile attivarla in APP)

Caratteristiche

Modello	BONISM ID205G		
Capacità di batteria	210mAh	Schermo	multicolori in 1.3 pollici
Durata di ricarica	2.5 ore circa	Tensione di ricarica	5V±0.2V
Livello impermeabile	5ATM	Durata di uso	5-7 giorni
Temperatura di lavoro	-10°C—45°C	Peso	35g
Frequenza	2402-2480MHz	Dissipazione di potenza massima in trasmissione	0dBm

Intervallo di temperatura di ricarica: 10 °C - 45 °C

Durata d'uso: la durata d'uso e ricarica reale dipende dalle modalità di uso e ambienti.

Impermeabilità: non si adatta a immersione in acqua, nuoto al mare o sauna. Si adatta al nuoto in piscina, bagno sotto doccia(acqua fredda) e nuoto in acqua bassa.

Gebrauchsanweisung



Bitte lesen Sie die Anweisungen sorgfältig durch und bewahren Sie sie an einem sicheren Ort auf.

Armbanduhr verbinden

1. Laden Sie die App zur Installation herunter

Sie können Ihre Armbanduhr mit der VeryFitPro-App auf Ihrem iOS- oder Android-Gerät wie folgt einstellen:

Hinweis: Bedingungen, die von der Hardwareplattform des Ausrüstungssystems erfüllt werden müssen



iOS 8.0 und
höhere Version



Android 4.4 und
höhere Version



Korrekte Operation: Scannen Sie den unten stehenden QR-Code oder laden Sie die VeryFitPro-App aus dem Mobile App Store herunter, um Ihre Armbanduhr zu koppeln.





Falsche Operation: koppeln Sie direkt den Armbanduhr in den Telefoneinstellungen



drahtlose Übertragung

2. Prozess zur Verbindung



- 1 Schalten Sie das Handy drahtlose Übertragung und GPS ein
- 2 Ziehen Sie die App-Startseite, um die Verbindungsanfrage anzuzeigen



Wählen Sie das Produktmodell BONISM ID205G



Klicken Sie auf „Gerätverbindung bestätigen“, um die Verbindung abzuschließen.

Achtung:

- ★ Nachdem das Apple-Handy gebunden ist, muss es sich im Bluetooth-Gerät des Mobilgeräts befinden, und die Bluetooth-Verbindung der ID205G Armbanduhr erinnert die Uhr an alle Arten von Informationen.

Daten synchronisieren

Die Armbanduhr erstellt im täglichen Gebrauch verschiedene Testdaten: die Benutzer müssen die Armbanduhr auf die APP verbinden, bevor sie synchronisieren können. Die spezifische Operation ist wie folgt

Handy App öffnen> Seite nach unten blättern> Synchronisierungsaufforderung anzeigen

Achtung!

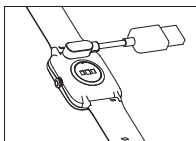
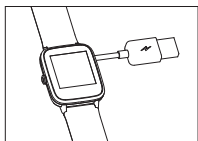
- ★ Bitte synchronisieren Sie die Daten mindestens einmal in 7 Tagen, um einen Datenverlust auf der Uhrenseite zu vermeiden.



Gebrauchseinführung

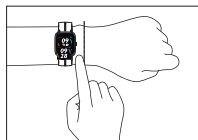
1. Ladeschema

Schließen Sie die Armbanduhr wie in der Abbildung gezeigt an und laden Sie sie auf, um sie beim ersten Einschalten zu aktivieren.



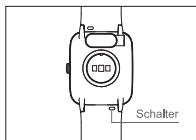
2. Tragen / Installation

Tragen



Tragen Sie das Gerät in einem Abstand von einem Finger zum Handwurzelknochen und bringen Sie das Armband in die Komfortposition.

Ersetzen Sie den Armband



Schalten Sie den Schalter um und nehmen Sie das Armband heraus

Tipp: Wenn Sie zu locker tragen, kann dies die Genauigkeit Ihrer Herzfrequenzdaten beeinträchtigen.

1. Definition der Tastenfunktion



Drücken Sie kurz die rechte Taste:
Rückkehr zur vorherigen Schnittstelle

2. Zifferblatt wechseln



Durch langes Drücken des Zifferblatts wird die Schnittstelle des Zifferblatts geändert

3. Operation der Hauptschnittstellen

Bewegen Sie den Bildschirm mit den Fingern in verschiedene Schnittstellen (Fliesenkarte der Interaktionsschnittstelle).



1. Einführung in Symbolfunktion



Herzfrequenz

Führen Sie die Herzfrequenzerkennung durch und überprüfen Sie die Herzfrequenzdaten für den Tag.



Entspannen

Helfen Sie das Atmen regulieren und zu entspannen.



Wecker

Sie können den Alarm anzeigen, ausschalten oder einschalten, Hinzufügen des Alarms braucht die Operation auf die Handy App.



Musik Controller

Es kann die Musikwiedergabe auf Ihrem Handy steuern (Armbanduhren können keine Musik speichern)



Timer

Mit Timing- und Countdown-Funktion.



Sportanmeldung

Letzte Übungssituation aufzeichnen



Sport

Gehen Sie in das Bewegungsfenster und wählen Sie verschiedene Sportmodi aus, Ändern Sie den Sportmodus in der App



Wetter

Mit der Wetterfunktion können Sie sich über die Wetterbedingungen in Ihrer Stadt auf dem Laufenden halten. Die Wetterdaten müssen über das Mobiltelefonnetz abgerufen werden. Daher muss die Verbindung zwischen der Armbanduhr und dem Mobiltelefon aufrechterhalten werden, damit das Wetter rechtzeitig aktualisiert werden kann.

Hinweis: Weitere Funktionen (Schlafmodus) und Betrieb finden Sie in der VeryFitPro-Software des Handys.

2. Sport starten

① Sport eingeben

Klicken Sie auf das Sport-Symbol  > klicken Sie auf die Sportart > geben Sie den Sport-Countdown automatisch ein

② beim Sport


Pause: Drücken Sie kurz die rechte Taste

Sport wiederherstellen: Drücken Sie kurz die rechte Taste

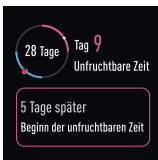
③ Sport beenden

Sport beenden: Drücken Sie lange die rechte Taste und wählen Sie die Endetaste auf dem Bildschirm

④ Starten Sie die Übung

Bei der Auswahl von Outdoor-Sportarten sucht die Armbanduhr automatisch nach GPS. Sie können auch auf das Symbol "Überspringen"  drücken, um die GPS-Position zu überspringen. Die Übungsspur kann jedoch nicht angezeigt werden, bevor Sie sie richtig positioniert haben. Nachdem die Positionierung erfolgreich war oder die Positionierung weggelassen wurde, geben Sie den Countdown der Übung ein. Wenn der Countdown beendet ist, geben Sie die

3. Monitorowanie zdrowia kobiety



Platzierung: in der Datenleiste

Die Funktion zur Überwachung der Gesundheit von Frauen wird verwendet, um Menstruationsänderungen aufzuzeichnen, einzelne Menstruationszyklen zu verfolgen und den Eisprung vorherzusagen (wird in der App aktiviert).

Produktparameter

Modell	BONISM ID205G		
Akkukapazität	210mAh	Bildschirmtyp	1,3-Zoll-Farbbildschirm
Ladezeit	ca. 2,5 Stunden	Ladespannung	5V±0.2V
Wasserdichte Bewertung	5ATM	Lebensdauer	5-7 Tagen
Arbeitstemperatur	-10°C—45°C	Produktgewicht	35g
Produktfrequenz	2402-2480MHz	Maximaler Sendeleistungsverbrauch	0dBm

Temperaturbereich der Aufladung: 10 C - 45 C

Lebensdauer: Die tatsächliche Lebensdauer und Ladezeit des Akkus hängen von Faktoren wie Verwendungsweise und Umgebung ab.

Wasserdicht: Nicht zum Tauchen, Schwimmen im Meer oder in der Sauna geeignet. Geeignet für den Einsatz in Schwimmbädern oder Duschen (kaltes Wasser) und Schwimmen im Schwarm.

Instrukcja obsługi



Prosimy o uważne przeczytanie instrukcji obsługi i zachowanie jej w poręcznym miejscu.

Parowanie

1. Pobieranie i instalacja aplikacji

Zegarek można sparować z urządzeniem z systemem iOS lub Android za pośrednictwem aplikacji VeryFitPro. Kroki procedury znajdziesz poniżej.

Uwaga: wymagania systemowe:



iOS 8.0 lub
nowszy



Android 4.4 lub
nowszy



Prawidłowa procedura:
zskanuj poniższy kod QR lub
poszukaj aplikacji „VeryFitPro”
w sklepie z aplikacjami na
telefonie, aby pobrać aplikację,
a następnie sparować zegarek.





Nieprawidłowa procedura:
bezpośrednie parowanie
zegarka za pośrednictwem
ustawień telefonu.



..... transmisja
beprzewodowa

2. Parowanie



① Włącz transmisja
beprzewodową telefonie i
wyraż zgodę na dostęp do
Twojej lokalizacji

② Otwórz aplikację, na
rozwijanej liście na głównej
stronie aplikacji odszukaj
żądanie parowania the APP



Wybierz
„BONISM ID205G”



Naciśnij „Ok”, aby
zakończyć
parowanie.

Uwagi

- ★ W przypadku telefonów iPhone oprócz parowania zegarka przez aplikację należy również sparować zegarek przez Ustawienia telefonu iPhone. Przejdź do: Ustawienia > Bluetooth > wybierz urządzenie i sparuj.

Synchronizacja danych

Zegarek gromadzi różnorodne informacje podczas codziennej pracy. Aby zsynchronizować dane, sparuj zegarek z telefonem przez aplikację.

Następnie uruchom aplikację i przeciągnij ekran strony głównej, aby zsynchronizować

Uwaga!

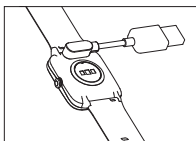
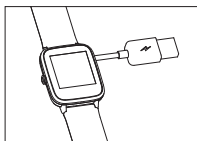
- ★ Synchronizuj dane przynajmniej raz na 7 dni, aby uniknąć utraty danych.



Instrukcja użytkownika

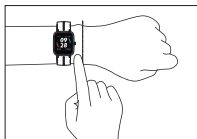
1. Ładowanie

Podłącz i naładuj zegarek zgodnie z rysunkiem. Całkowicie naładuj zegarek, aby go aktywować przed pierwszym użyciem.



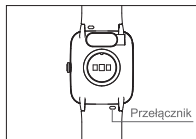
2. Noszenie/wymiana paska

Noszenie



Umieść urządzenie w odległości równej szerokości palca od nadgarstka i wyreguluj zaciśnięcie paska, aby zapewnić komfort noszenia.

Wymiana paska



Przesuń przełącznik i zdejmij pasek

Wskazówka: zbyt luźne zapięcie paska może skutkować nieprawidłowym pomiarem tętna.

1. Przycisk



Naciśnij przycisk z prawej strony, aby powrócić do poprzedniego interfejsu

2. Zmiana tarczy zegarka

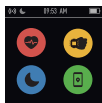
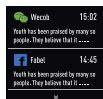


Naciśnij i przytrzymaj tarczę zegarka, aby zmienić jej tło.

3. Obsługa głównego interfejsu

Przeciąganie ekranu w różnych kierunkach powoduje wyświetlenie kolejnych interfejsów (jak pokazano poniżej)

Pasek powiadomień



Pasek stanu



Lista funkcji



Pasek danych

Funkcje

1. Opis ikon



Wykonaj pomiar tętna, aby poznać swój puls.



Pomaga wyrównać oddech i uspokoić emocje.



Sprawdzanie ustawień budzika lub włączenie/wyłączenie budzika. Budzik należy ustawić w aplikacji.



Sterowanie muzyką z telefonu (w zegarku nie można zapisać muzyki)



Odliczanie od określonego ustawienia czasu



Zawiera niedawne aktywności sportowe.



Przejdź do interfejsu sportów i wybór różnych trybów sportowych. Zmiana trybu sportowego przez aplikację



Funkcja pogody umożliwia śledzenie pogody w danej okolicy. Dane pogodowe pobierane są przez sieć telefonu, dlatego aby informacje były aktualizowane w odpowiednim czasie, należy utrzymywać połączenie zegarka z telefonem.

Uwaga: więcej funkcji (uśpienie) i informacje na temat obsługi znajdziesz w instrukcjach aplikacji VeryFitPro.

2. Rozpoczęcie treningu

① Przejdź do trybu sportowego

Kliknij ikonę sportu > wybierz dyscyplinę > odliczanie rozpocznie się automatycznie

② Podczas treningu

Wstrzymanie treningu: naciśnięcie prawego przycisku

Wznowienie treningu: ponowne naciśnięcie prawego przycisku

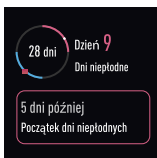
③ Zakończenie treningu

Zakończenie treningu: przytrzymanie prawego przycisku > wybór przycisku zakończenia na ekranie

④ Rozpoczęcie treningu

Na przykład: po naciśnięciu opcji Bieg w terenie, zegarek automatycznie rozpocznie wyszukiwanie lokalizacji. Można nacisnąć ikonę Pomiń , aby pominąć lokalizację GPS, ale wówczas zegarek nie będzie rejestrował trasy treningu. Odliczanie rozpoczyna się po ustaleniu lokalizacji lub po pominięciu etapu lokalizowania. Trening można rozpocząć po zakończeniu odliczania. count-down is over.

3. Rozpoczęcie menstruacji



Miejsce wyświetlania: pasek danych

Funkcja monitorowania zdrowia kobiety służy do rejestrowania zmian w cyklu menstruacyjnym, monitorowania indywidualnego cyklu menstruacyjnego i prognozowania owulacji (funkcję należy włączyć w aplikacji).

Dane techniczne

Model	BONISM ID205G		
Pojemność akumulatora	210mAh	Typ ekranu	Ekran kolorowy 1,3 cala
Czas ładowania	około 2,5 godziny	Napięcie ładowania	5V±0.2V
Wodoodporność	5ATM	Czas pracy	5-7 dni
Temperatura (użytkowania)	-10°C—45°C	Masa	35g
Zakres częstotliwości	2402-2480 MHz	Maks. moc transmisji radiowej	0dBm

Zakres temperatur podczas ładowania: 10°C - 45°C

Żywotność akumulatora: rzeczywisty czas pracy po naładowaniu i czas ładowania zależą od sposobu użytkowania, warunków itp.

Wodoszczelność: zegarek nie nadaje się do nurkowania, pływania w morzu ani do użytkowania w saunie, ale może być używany podczas pływania w basenie lub pod prysznicem (zimna woda) oraz w płytkiej wodzie przy brzegu.

Návod k obsluze



Pečlivě si přečtete tento návod k obsluze
a uschovejte jej pro pozdější použití.

Párování

1. Stažení a instalace aplikace

Pomocí aplikace VeryFitPro lze hodinky spárovat se zařízením se systémem Android nebo iOS. Kroky jsou následující:

Poznámka: Systémové požadavky:



iOS 8.0 nebo vyšší



Android 4.4 nebo vyšší

✓

Správný postup: Naskenováním níže uvedeného kódu QR nebo vyhledáním názvu „VeryFitPro“ v obchodě s aplikacemi pro telefon stáhněte aplikaci a poté ji spárujte s hodinkami.



✗

Špatný postup: Spárujte hodinky přímo v nastaveních telefonu.



..... bezdrátový přenos

2. Párování

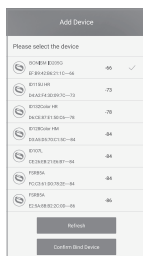


① Zapněte v telefonu funkci bezdrátový přenos a udělte oprávnění k přístupu k poloze.

② Zapněte aplikaci a na domovské stránce aplikace vyhledejte v rozevíracím seznamu požadavek na párování.



Vyberte položku „BONISM ID205G“.



Klepnutím na tlačítko „OK“ dokončete párování.

Poznámky:

- ★ Uživatelé iPhoneu musí kromě spárování hodinek prostřednictvím aplikace spárovat hodinky také v nastaveních iPhoneu: Přejděte k nabídce Nastavení > Bluetooth > vyberte zařízení a spárujte jej.

Synchronizace dat

Hodinky shromažďují při každodenním používání všechny druhy dat. Chcete-li data synchronizovat, zapněte a pomocí aplikace spárujte hodinky s telefonem.

Poté zapněte aplikaci a přejetím dolů na domovské stránce provedte synchronizaci.

Poznámka!

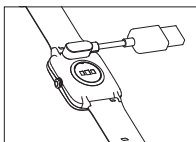
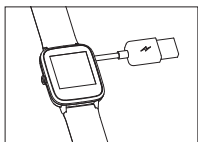
- ★ Data synchronizujte alespoň jednou za 7 dní, abyste zabránili jejich ztrátě.



Pokyny k používání

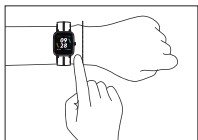
1. Nabíjení

Připojte hodinky a nabíjte je podle obrázku. Před prvním použitím hodinky plně nabijte, abyste je aktivovali.



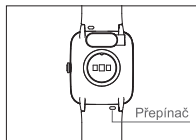
2. Nošení/výměna řemínku

Nošení



Noste hodinky ve vzdálenosti jednoho prstu od zápěstí kůstky a nastavte si utažení řemínku tak, aby vám to bylo pohodlné.

Výměna řemínku



Přesuňte přepínač a sejměte řemínek.

Tip: Nošení příliš volného řemínku může vést k nepřesnému měření tepové frekvence.

Návod k obsluze

1. Fyzické tlačítko



Krátké stisknutí pravého tlačítka: slouží k návratu do předchozího rozhraní.

2. Změna ciferníku hodinek



Klepnutím na ciferník hodinek a podržením prstu na něm změníte ciferník hodinek.

3. Ovládání hlavního rozhraní

Přejetím po obrazovce v různých směrech přejdete k různým rozhraním (viz obrázky níže).



1. Vysvětlení ikon



Provedte test tepové frekvence, abyste změřili svou tepovou frekvenci.



Pomáhá vám usměrnit dýchání a zklidnit se.



Slouží k zobrazení budíku, nebo k zapnutí/vypnutí budíku. Budík je nutné nastavit v aplikaci.



Slouží k ovládání přehrávače hudby v telefonu (do hodiněk nelze hudbu ukládat).



Slouží k odpočítávání od zadaného časového intervalu.



Slouží k záznamu sportování.



Přejděte k rozhraní Sport a vyberte si z různých režimů sportování. Režim sportování lze změnit také v aplikaci.



Funkce počasí vám umožňuje sledovat počasí ve vašem městě. Vzhledem k tomu, že se data o počasí načítají pomocí sítě telefonu, je nutné zachovávat spojení mezi hodinkami a telefonem, aby se data o počasí včas aktualizovala.

Poznámka: Další funkce (spánek) a ovládání naleznete v pokynech k aplikaci VeryFitPro.

2. Začátek sportování

① Přejděte do režimu sportování.

Klepněte na ikonu Sport  > vyberte typ sportu > přejděte k automatickému odpočítávání sportování.

② Během sportování


Pozastavení sportování: Krátce stiskněte pravé tlačítko.

Pokračování ve sportování: Znovu krátce stiskněte pravé tlačítko.

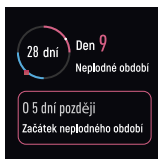
③ Ukončení sportování

Ukončení sportování: Stiskněte dlouze pravé tlačítko > na obrazovce vyberte tlačítko ukončení.

④ Začátek sportování

Když například klepnete na Venkovní běh, hodinky začnou automaticky vyhledávat vaši polohu. Chcete-li určování polohy GPS přeskočit, klepněte na ikonu Přeskočit . V takovém případě však hodinky nebudou moct zaznamenávat trasu vašeho pohybu. Odpočítávání začne po úspěšném nalezení polohy, nebo po přeskočení určování polohy. Jakmile odpočítávání skončí, začněte sportovat.

3. Sledování zdraví ženy



Zobrazení polohy: v datovém pruhu

Funkce sledování zdraví ženy slouží k zaznamenávání změn menstruačního cyklu, sledování individuálního menstruačního cyklu a k předvídání ovulace (možnost je nutné povolit v aplikaci).

Technické údaje

Model	BONISM ID205G		
Kapacita baterie	210mAh	Typ displeje	Barevný displej 1,3 palce
Doba nabíjení	Přibližně 2,5 hodiny	Nabíjecí napětí	5 V ±0,2 V
Voděodolnost	5ATM	Výdrž baterie	5–7 dní
Provozní teplota	-10 až 45 °C	Hmotnost	35g
Frekvenční rozsah	2 402–2 480 MHz	Max. přenosový výkon RF	0 dBm

Rozsah teploty při nabíjení: 10 až 45 °C

Výdrž baterie: Skutečná výdrž baterie a doba nabíjení se budou lišit v závislosti na používání, prostředí atd.

Voděodolnost: Hodinky nejsou vhodné k potápění, plavání v moři nebo k pobytu v sauně. Lze je však používat při plavání v bazénu, sprchování (studenou vodou) nebo koupání na mělčině.

EN Electrical waste must not be disposed of with household waste. Recycle wherever suitable facilities exist. Consult the local authorities or your dealer for advice on recycling. **FR** Les déchets électriques ne doivent pas être jetés avec les ordures ménagères. Recyclez dès que des installations adéquates existent. Consultez les autorités locales ou votre revendeur pour obtenir des conseils sur le recyclage. **ES** Los residuos eléctricos no deben eliminarse con los residuos domésticos. Lévelos a reciclar a instalaciones adecuadas si estas existen. Consulte a las autoridades locales o a su vendedor para que le aconsejen sobre su reciclaje. **DE** Elektronische Abfälle dürfen nicht mit dem Hausmüll entsorgt werden. Recyceln Sie, sobald entsprechende Einrichtungen bestehen. Wenden Sie sich an die örtlichen Behörden oder an Ihren Wiederverkäufer, um sich in Bezug auf das Recyceln zu informieren. **IT** I rifiuti elettrici non devono essere smaltiti con i rifiuti domestici. Ricicli quando esistono degli impianti adeguati. Consulta le autorità locali o il tuo rivenditore per avere consigli sul riciclo.

PL Odpadów elektrycznych nie wolno wyrzucać razem z odpadami domowymi. O ile istnieje odpowiednio do tego miejsca, należy poddać je recyklingowi. W celu uzyskania porad dotyczących recyklingu, należy skonsultować się z lokalnymi władzami lub sprzedawcą. **CS** Elektrický odpad nesmí být likvidován společně s komunálním odpadem. Máte-li k dispozici odpovídající instalace, podobný odpad recyklujte. Informace o recyklaci vám poskytne místní úřad nebo prodejce.

EN This product complies with the RED Directive 2014/53/EU. The EU declaration of conformity is available via the following link: **FR** Ce produit est conforme à la directive RED 2014/53/EU. La déclaration de conformité UE est disponible au lien internet suivant: **ES** Este producto cumple con la Directiva RED 2014/53/EU. La declaración de conformidad de la UE está disponible en el siguiente enlace web: **DE** Dieses Produkt entspricht der RED-Richtlinie 2014/53/EU. Die Konformitätserklärung (EU) kann im Internet unter folgender Adresse abgerufen werden: **IT** Questo prodotto è conforme alla direttiva RED 2014/53/EU. La dichiarazione di conformità UE è disponibile al seguente link Internet: **PL** Produkt jest zgodny z zapisami Dyrektywy Parlamentu Europejskiego i Rady 2014/53/EU. Deklaracja zgodności UE jest dostępna na następującej stronie: **CS** Tento výrobek je v souladu se směrnici RED 2014/53/EU. Prohlášení o shodě EU, na je k dispozici následujícím odkazu:

https://support.decathlon.fr/sites/decathlonsav/files/bonismb2_d.doc

EN WARNING: KEEP OUT OF THE REACH OF CHILDREN. Swallowing can lead to chemical burns, perforation of soft tissue, and death. Severe burns can occur within 2 hours of ingestion. Seek medical assistance immediately. **FR** ATTENTION : TENIR HORS DE PORTEE DES ENFANTS. L'ingestion peut conduire à des brûlures chimiques, une perforation des tissus mous et la mort. Des brûlures sévères peuvent survenir dans les 2 heures après l'ingestion. Cherchez une assistance médicale immédiatement. **ES** ADVERTENCIA: MANTENER FUERA DEL ALCANCE DE LOS NIÑOS. La ingestión puede provocar quemaduras químicas, la perforación de tejidos blandos y la muerte. Pueden producirse quemaduras graves en las dos horas

siguientes a la ingestión. Busque inmediatamente atención médica. **DE** ACHTUNG: AUSSERHALB DER REICHWEITE VON KINDERN AUFBEWAHREN. Das Verschlucken kann zu chemischen Verbrennungen, einer Perforation von weichem Gewebe und zum Tod führen. In den 2 Stunden nach dem Verschlucken können schwere Verbrennungen auftreten. Holen Sie sofort medizinische Hilfe. **IT** ATTENZIONE: TENERE LONTANO DALLA PORTATA DEI BAMBINI. L'ingestione può comportare bruciature chimiche, perforazioni ai tessuti molli e causare la morte. Potrebbero sopraggiungere delle bruciature serie 2 ore dopo l'ingestione. Ricorrere immediatamente all'assistenza di un medico. **PL** UWAGA: PRZECHOWYWAĆ W MIEJSCU NIEDOSTĘPNYM DLA DZIECI. Połknięcie może powodować oparzenia chemiczne, przebicie tkanek miękkich i śmierć. Do poważnego poparzenia może dojść w ciągu dwóch godzin od połknięcia. Należy natychmiast zasięgnąć porady lekarza. **CS** VAROVÁNÍ: UCHOVÁVEJTE MIMO DOSAH DĚTÍ. Požití může mít za následek chemické popáleniny, perforaci měkkých tkání či smrt. Do 2 hodin po požití se mohou objevit vážné popáleniny. Okamžitě vyhledejte lékařskou pomoc.

EN Warning: Risk of explosion if the device is placed near a fire, is left in an environment with extremely high temperature or extremely low air pressure, or is mechanically crushed or cut. **FR** Attention: Risque d'explosion si l'appareil est placé près du feu, ou laissé dans un environnement à température extrêmement élevée ou à pression d'air extrêmement basse, ou mécaniquement écrasé ou coupé. **ES** Advertencia: Riesgo de explosión si el aparato se coloca cerca de un fuego, se deja en un ambiente con temperatura extremadamente alta o presión de aire extremadamente baja, o se aplasta o corta mecánicamente. **DE** Warnung: Explosionsgefahr, wenn das Gerät in der Nähe eines Feuers aufgestellt wird oder extrem hohen Temperaturen bzw. einem extrem niedrigen Luftdruck ausgesetzt wird oder mechanisch zerkleinert oder zerschnitten wird. **IT** Attenzione: Rischio di esplosione se l'apparecchio è posto vicino al fuoco, o lasciato in un ambiente a temperatura estremamente elevata o a pressione atmosferica estremamente bassa, o schiacciato o tagliato meccanicamente. **PL** Ostrzeżenie: W razie umieszczenia urządzenia w pobliżu ognia, w miejscu występowania skrajnie wysokiej temperatury, w miejscu występowania skrajnie niskiego ciśnienia powietrza, zmiżdżenia lub przecięcia występuje ryzyko wybuchu. **CS** Varování: Riziko exploze v případě, že je výrobek ponechán v blízkosti ohně v prostředí s extrémně vysokou teplotou či extrémně nízkým tlakem vzduchu nebo v případě mechanického rozdrčení či rozříznutí.

2.4G transmitter : 2402MHz-2480MHz EIRP: 1mW





Scan here to download
VeryFitPro

