

# Руководство пользователя Amazfit GTR

## Содержание

Инструкция по эксплуатации и управлению функциями .....	2
Базовые операции .....	2
Навигация по функциям .....	2
Ношение и зарядка часов .....	4
Использование функций .....	5
Сопряжение и разрыв сопряжения устройства .....	5
Меню ярлыков .....	6
Фонарик .....	7
Регулировка яркости .....	7
Режим "Не беспокоить" .....	8
Энергосберегающий режим .....	8
Блокировка экрана .....	10
Смена циферблата часов .....	10
Статус .....	11
Пульс .....	12
Тренировка .....	13
Запись тренировки .....	13
Погода .....	15
Музыка .....	16
Уведомления .....	17
Будильник .....	18
Напоминание о мероприятии .....	20
Таймер .....	21
Обратный отсчет .....	22
Поиск устройства .....	24
Компас, давление воздуха, высота .....	25
Настройки .....	27
Функция "Тренировка" .....	29
Позиционирование в ходе тренировки .....	30
Во время тренировки .....	30
Плавание .....	31
Напоминание о тренировке .....	32
Приостановка и завершение тренировки .....	33
Настройки тренировки .....	34

## Инструкция по эксплуатации и управлению функциями

Часы Amazfit GTR имеют один сенсорный экран AMOLED и две физические кнопки.

### Базовые операции

Проведение пальцем влево, вправо, вверх или вниз: переход между страницами функций.

Выбор и выход: можно выбрать функцию для перехода на ее страницу, а также выбирать советы на этой странице. Вы можете провести пальцем вправо, чтобы быстро вернуться в меню верхнего уровня со страницы функции.

Правая верхняя кнопка:

- ① Короткое нажатие включает подсветку экрана.
- ② Короткое нажатие на странице циферблата для отключения экрана.
- ③ Короткое нажатие на других страницах для быстрого возврата к циферблату.
- ④ Длинное нажатие в течение 10 секунд для выключения часов.

Правая нижняя кнопка:

- ① Короткое нажатие включает подсветку экрана.
  - ② Короткое нажатие на странице циферблата для быстрого перехода к списку тренировок. (Эту функцию можно настраивать и использовать для быстрого запуска других функций.)
- Длительное нажатие любой из указанных выше кнопок приводит к выходу из энергосберегающего режима, приостановке тренировки и закрытию будильника.

### Навигация по функциям

Потяните циферблат вниз, чтобы перейти на экран значков, где можно быстро включить фонарик, настроить яркость, включить или выключить режим "Не беспокоить", перейти в энергосберегающий режим и заблокировать экран.



Проведите по циферблату влево или вправо, чтобы быстро перейти к данным о статусе и пульсе.



Проведите по циферблату вверх, чтобы перейти к списку функций.



## Ношение и зарядка часов

Повседневное ношение: рекомендуется надевать часы достаточно плотно, оставляя расстояние в два пальца между браслетом и запястьем, чтобы обеспечить правильную работу оптического датчика пульса.

Ношение во время тренировки: рекомендуется носить часы так, чтобы они плотно прилегали к руке (не соскальзывали) и чтобы вам было при этом удобно. Данные тренировки могут быть неточными из-за слишком тугий или слишком свободной посадки часов, поэтому будьте внимательны.

### Зарядка

- Порт USB зарядного устройства часов следует подключить к устройству с разъемом USB, например розетке электросети, компьютеру или внешнему аккумулятору.
- При размещении часов в углублении для зарядки необходимо обеспечить их правильное положение и направление. Металлические контакты на задней панели часов должны плотно прилегать к зарядной базе.
- Когда часы установлены правильно, на экране отображается оповещение о зарядке.





## **Использование функций**

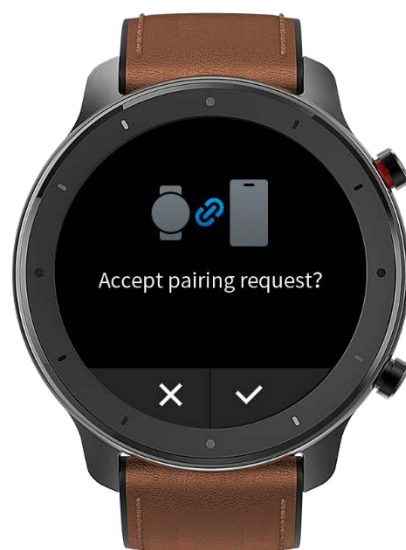
Загрузите приложение Amazfit на мобильном телефоне перед началом использования часов Amazfit GTR. Вы не сможете использовать все функции часов, а также сохранять данные с часов в персональной облачной учетной записи и отправлять данные в нее без сопряжения через приложение Amazfit.

## **Сопряжение и разрыв сопряжения устройства**

Загрузите приложение Amazfit из магазина Google Play или App Store и зарегистрируйте учетную запись или войдите в нее.



Откройте приложение Amazfit и выберите "Профиль > Мои устройства > Часы > Amazfit GTR", чтобы выполнить поиск устройств поблизости. Нажмите значок галочки, когда на часах отобразится запрос на сопряжение.



Если доступна возможность сопряжения устройства путем сканирования QR-кода, в приложении Amazfit можно отсканировать QR-код на часах, чтобы осуществить непосредственное сопряжение устройства.

После сопряжения обычно требуется обновление часов. Дождитесь завершения обновления. Включив передачу данных по мобильной сети и функцию Bluetooth, держите часы ближе к мобильному телефону, чтобы обеспечить успешное обновление.



После сопряжения и обновления часов все функции становятся доступными. В приложении Amazfit можно работать с функциями часов и настраивать их.

Чтобы разорвать сопряжение, откройте приложение Amazfit, выберите "Профиль > Мои устройства > Amazfit GTR", смахните вверх и нажмите кнопку "Разорвать сопряжение".

### **Меню ярлыков**

Потянув страницу циферблата вниз, можно быстро открыть страницу меню ярлыков.



### **Фонарик**

Выберите значок фонарика, чтобы открыть функцию фонарика. Белый фон на часах помогает ночью осветить небольшую область. Фонарик можно выключить, проведя пальцем вправо или нажав правую верхнюю кнопку.



### **Регулировка яркости**

Нажмите кнопку регулировку яркости, чтобы перейти к настройкам яркости.

Автоматическая яркость: часы автоматически регулируют яркость экрана в соответствии с окружающим освещением.

Ручная настройка яркости: можно задать необходимую яркость экрана.



### **Режим "Не беспокоить"**

Режим "Не беспокоить" включен: часы не вибрируют при получении push-сообщений с мобильного телефона.

Время режима "Не беспокоить": можно указать период времени, когда режим "Не беспокоить" автоматически включается и отключается.

Интеллектуальный режим "Не беспокоить": автоматически включается, когда вы засыпаете с часами на руке.

Режим "Не беспокоить" выключен: часы вибрируют при получении уведомлений.



### **Энергосберегающий режим**

Энергосберегающий режим может минимизировать энергопотребление часов и увеличить время работы. Когда энергосберегающий режим включен, часы будут записывать только шаги и время сна, а другие функции будут отключены.





Чтобы выйти из энергосберегающего режима, нажмите и удерживайте любую кнопку часов.



### **Блокировка экрана**

Когда функция блокировки экрана включена, вы можете разблокировать часы и открыть страницу циферблата только с помощью физической кнопки. Это позволяет избежать ошибок из-за случайных касаний экрана. Чтобы отключить функцию блокировки экрана, еще раз нажмите кнопку блокировки.



### **Смена циферблата часов**

Чтобы сменить циферблат часов, коснитесь циферблата и удерживайте в течение 2 секунд или выберите "Настройки > Настройки циферблата", затем проводите пальцем влево и вправо для просмотра циферблатов и коснитесь одного из них, чтобы завершить изменение. Чтобы сменить циферблат часов в приложении, выберите "Профиль > Amazfit GTR > Настройки циферблата" для загрузки дополнительных циферблатов в магазине циферблатов часов.



## Статус

Проведите влево на странице циферблата, чтобы перейти на страницу статуса, где отображается пройденное количество шагов и выполненные цели. Выберите запись о статусе, чтобы перейти на страницу со сведениями, где отображается количество шагов, расстояние, калории и данные об отсутствии активности.



Перейти на страницу со сведениями также можно, проведя вверх по странице циферблата и выбрав "Статус".



## Пульс

Проведите влево на странице циферблата, чтобы перейти на страницу пульса, и часы автоматически запустят измерение пульса. Во время измерения часы должны быть правильно надеты, а их задняя панель должна близко располагаться к коже, чтобы измерить стабильный пульс.

Чтобы включить режим круглосуточного измерения, откройте приложение Amazfit, перейдите в раздел "Профиль > Amazfit GTR > Измерение пульса", а затем включите автоматическое измерение пульса.

Примечания. Когда включена функция круглосуточного измерения, часы регулярно измеряют пульс. Проведите вправо на странице циферблата, чтобы посмотреть последнее измеренное значение пульса. Коснувшись этого значения, вы перейдете на страницу сведений о непрерывном измерении пульса.





## Тренировка

Часы Amazfit GTR поддерживают двенадцать типов тренировок: бег на открытом воздухе, ходьба, езда на велосипеде, беговая дорожка, велотренажер, плавание в бассейне, плавание в открытой воде, эллиптический тренажер, альпинизм, бег по пересеченной местности, катание на лыжах и спортивные упражнения. Дополнительные сведения о функциях различных типов тренировок см. в разделе "Тренировка".



## Запись тренировки

Данные о тренировке на часах хранятся в записях тренировок, отображаемых в порядке от старых к новым. Выберите конкретную запись тренировки, чтобы посмотреть сведения о ней. Отображаемые сведения зависят от типа тренировки.



Запись тренировки, не отправленная в приложение, отмечается небольшой красной точкой. Регулярно открывайте приложение для синхронизации данных, чтобы не потерять записи о тренировках.



Чтобы удалить запись тренировки на часах, выберите эту запись и на открывшейся странице сведений проведите вверх, затем нажмите кнопку удаления.



## Погода

При выборе функции погоды вы получаете доступ к данным о текущей погоде и прогнозу погоды. Если данные о погоде не отображаются, откройте приложение и подключитесь к устройству для обновления данных.





## Музыка

На часах, подключенных к телефону через Bluetooth, можно приостанавливать и возобновлять воспроизведение музыки на телефоне, а также переключать песни и регулировать громкость.

- Сначала откройте музыкальный проигрыватель на мобильном телефоне, затем включите функцию управления музыкой на часах.
- Если вы используете устройство с iOS, необходимо выполнить сопряжение и подключить часы с помощью приложения Amazfit.
- Если вы используете устройство с Android, необходимо подключить часы с помощью приложения Amazfit, а также включить в приложении разрешение на чтение уведомлений.

Примечания. Способность часов управлять музыкой может зависеть от совместимости системы Android на мобильных телефонах и открытости различных музыкальных проигрывателей.





## Уведомления

### Включение уведомлений

Во время использования часов в приложении должны быть включены соответствующие уведомления от приложений, а сами часы должны быть подключены к мобильному телефону. Также можно включить оповещения о входящих SMS-сообщениях и звонках.

- Если вы используете устройство с iOS, необходимо выполнить сопряжение и подключить часы с помощью приложения Amazfit.
- Если вы используете устройство с Android, необходимо, чтобы приложение работало в фоновом режиме или было включено в список приложений, которым разрешен автозапуск, и тогда мобильный телефон сможет отправлять оповещения на часы.

### Просмотр уведомлений

1. В случае входящего уведомления часы автоматически включают экран и отображают содержимое.
2. Непрочитанные уведомления отображаются в списке уведомлений. Выберите уведомление, чтобы перейти на страницу с подробными сведениями.



### Удаление уведомлений

- Уведомление, прочитанное на часах или мобильном телефоне, автоматически удаляется из списка уведомлений на часах.
- Чтобы вручную удалить уведомление на часах, проведите влево на нужном уведомлении и нажмите кнопку удаления.



## Будильник

На часах Amazfit GTR можно создавать будильники и управлять ими. Будильник для часов также можно создать в приложении Amazfit.

Нажмите кнопку создания на странице будильников часов, чтобы задать время и периодичность будильника. После сохранения будильник можно включать и отключать в списке будильников.

Чтобы создать будильник в приложении Amazfit, выберите "Профиль > Amazfit GTR > Будильник" и добавьте будильник, следуя запросам на экране.



Сигнал будильника

Сигнал будильника на часах можно завершить или отложить.



Чтобы завершить, нажмите и удерживайте любую кнопку в течение 2 секунд во время сигнала.



Чтобы отложить, нажмите кнопку "Z" в нижней части экрана во время сигнала. В этом случае сигнал повторно сработает через 10 минут.



## **Напоминание о мероприятии**

Создавать напоминания о мероприятии и управлять ими можно в приложении Amazfit. Часы отображают список дел и вибрируют в заданное время, чтобы напомнить.

Откройте приложение Amazfit, выберите "Профиль > Amazfit GTR > Напоминание о мероприятии" и создайте напоминание при запросе на странице.

Оповещение появится на экране часов с наступлением времени, заданного для мероприятия. Нажмите кнопку "×" в нижней части страницы, чтобы закрыть оповещение.

Часы поддерживают изменение и удаление напоминаний о мероприятиях.

Выберите стрелку вправо на странице списка напоминаний, чтобы изменить дату и время напоминания о мероприятии.





Чтобы удалить напоминание о мероприятии, проведите вправо на нужном напоминании и выберите значок корзины, чтобы удалить его.



## Таймер

Таймер на часах поддерживает отсчет до ста секунд. Чтобы включить таймер, потяните вверх список приложений на циферблате и выберите приложение таймера.

- Нажмите кнопку запуска, чтобы активировать таймер.
- Во время работы таймера можно также вести отсчет, нажимая кнопку в левом нижнем углу экрана (до 99 таких операций), и приостанавливать отсчет таймера нажатием кнопки в правом нижнем углу экрана.
- После приостановки работы таймер можно сбросить, нажав кнопку в левом нижнем углу экрана, или повторно запустить, нажав кнопку в правом нижнем углу.



## Обратный отсчет

Чтобы включить обратный отсчет, потяните вверх список приложений на циферблате и выберите приложение обратного отсчета.

По умолчанию часы поддерживают следующие обратные отсчеты с быстрым доступом: 1 минута, 3 минуты, 5 минут, 10 минут, 15 минут, 20 минут, 30 минут и 60 минут. Чтобы включить функцию обратного отсчета, выберите ее.

Также доступна функция пользовательского обратного отсчета в диапазоне от 1 минуты до 23 часов и 59 минут.



Обратный отсчет можно приостановить, продолжить и остановить в любое время, пока он работает. Когда время истекает, часы вибрируют, чтобы оповестить вас об этом. Функцию обратного отсчета можно закрыть, нажав кнопку "×" внизу страницы.



## Поиск устройства

Часы Amazfit GTR поддерживают поиск устройств по каналу связи Bluetooth. Чтобы эту функцию, потяните вверх список приложений на циферблате и выберите приложение поиска устройств.

- Для включения функции поиска устройств необходимо, чтобы приложение Amazfit было запущено, а часы были подключены к мобильному телефону. Иначе эта функция недоступна.
- На странице поиска часы автоматически выполняют поиск устройства. Если ни одно устройство не найдено в течение 60 секунд, отобразится сообщение о неудачной попытке, затем можно повторить попытку.
- После обнаружения мобильный телефон издаст звуковой сигнал. Звуковой сигнал на мобильном телефоне можно выключить, коснувшись значка галочки на часах. В это же время на панели уведомлений мобильного телефона отобразится сообщение. Коснитесь его, чтобы выключить звуковой сигнал на мобильном телефоне.

Примечания. Чтобы использовать функцию поиска устройств в любое время, включите приложение Amazfit в список приложений, которым разрешен автозапуск, чтобы приложение Amazfit постоянно работало в фоновом режиме. Кроме того, часы должны быть подключены к мобильному телефону, иначе найти мобильный телефон не получится.





### **Компас, давление воздуха, высота**

Часы Amazfit GTR поддерживают функцию компаса. При открытии страницы компаса часы автоматически определяют текущую ориентацию и градус. При необходимости можно надеть часы и откалибровать компас, очертив в воздухе контуры числа 8 и дождавшись вибрации. Затем функцию компаса можно снова использовать.





Проведите вверх на странице компаса, чтобы перейти на страницу атмосферного давления. Барометр на дисплее часов отображает текущее давление воздуха в режиме реального времени.



Проведите вверх на странице давления воздуха, чтобы перейти на страницу высоты. Для получения данных о высоте требуется откалибровать барометр и модуль GPS часов. Если требуются более точные данные о высоте, попробуйте выполнить позиционирование по спутнику на открытой местности.



## Настройки

На странице настроек часов показаны настройки часов и встроенные функции.  
"Настройки циферблата": можно быстро переключаться между циферблатами.



"Период яркости экрана": управление периодом яркости экрана часов (от 8 с [по умолчанию] до 15 с [макс.]).



"Быстрый запуск": можно нажать правую нижнюю кнопку для быстрого запуска одной из функций часов (по умолчанию открывается список тренировок).

"Система": просмотр версии прошивки и нормативных сведений, выключение и перезапуск часов, восстановление заводских настроек.





## Функция "Тренировка"

Часы Amazfit GTR поддерживают двенадцать типов тренировок: бег на открытом воздухе, ходьба, езда на велосипеде, беговая дорожка, велотренажер, плавание в бассейне, плавание в открытой воде, эллиптический тренажер, альпинизм, бег по пересеченной местности, катание на лыжах и спортивные упражнения. А в ходе таких тренировок, как бег на открытом воздухе, ходьба, езда на велосипеде, плавание в открытой воде, альпинизм, бег по пересеченной местности и катание на лыжах, записываются маршруты тренировок с применением GPS.



Есть два подхода к включению функции тренировки на часах:

- Если список тренировок настроен для быстрого запуска, перейдите в него, нажав правую нижнюю кнопку на странице циферблата. По умолчанию отображается последний тип тренировки.
- Проведите пальцем вверх на странице циферблата и выберите "Тренировка", чтобы открыть страницу списка тренировок, и выберите тренировку, которую хотите запустить.

## Позиционирование в ходе тренировки

Перед началом прогулочного бега лучше выйти на открытое пространство, чтобы ускорить выполнение GPS-позиционирования.



Если процесс позиционирования занимает много времени, это может быть связано с тем, что ближайшие здания блокируют сигнал спутника или часы отключились от приложения на длительное время, что вызвало устаревание данных AGPS. Откройте приложение Amazfit, подключите его к часам и повторите попытку после обновления данных AGPS.

Рекомендуется убедиться, что GPS-позиционирование выполнено успешно, прежде чем приступить к тренировке на свежем воздухе. Если начать тренировку во время позиционирования, запись маршрута будет недоступна и данные тренировки будут неточными.

После выполнения GPS-позиционирования загорится значок "Начать" и его можно будет выбрать, чтобы начать тренировку.

## Во время тренировки

Во время тренировки часы отображают текущие данные в режиме реального времени, например время, расстояние, темп/скорость и пульс. После отключения экрана часов его можно будет снова включить, подняв кисть или коснувшись экрана.

Проведите по экрану вправо во время тренировки, чтобы посмотреть время, дату и уровень заряда часов.



## Плавание

Когда включена тренировка по плаванию, часы автоматически блокируют экран, чтобы капли воды не взаимодействовали с экраном во время тренировки. Чтобы разблокировать экран, нажмите любую кнопку на часах, после отключения экран снова заблокируется.



## Напоминание о тренировке

Напоминание о тренировке зависит от типа тренировки. Для таких типов тренировок, как бег, езда на велосипеде и ходьба, по умолчанию будет издаваться звуковой сигнал один раз на каждый километр. Для других типов тренировок также можно предварительно настроить оповещения. Дополнительные сведения см. в разделе "Настройки тренировки".





### **Приостановка и завершение тренировки**

Когда включена функция автоматической паузы, запись данных приостанавливается при остановке тренировки. После возобновления тренировки часы автоматически снимают статус паузы и продолжают запись данных.

Тренировку можно приостановить, нажав любую кнопку.





При нажатии правой кнопки пауза будет отменена, а запись тренировки продолжится.  
При нажатии левой кнопки текущая тренировка будет завершена, а данные тренировки будут сохранены.

### **Настройки тренировки**

Перед тренировкой можно настроить некоторые важные функции.  
Есть три типа целей тренировки: дистанция, продолжительность и калории. Если заданная цель достигнута, часы завибрируют, чтобы оповестить вас об этом.





Поддерживается пять типов напоминаний о тренировке: дистанция, темп, безопасный пульс, диапазон пульса и скорость. Когда напоминание задано, часы будут вибрировать для оповещения, если указанное значение достигается во время тренировки.





Когда включена автоматическая пауза, часы автоматически определяют статус тренировки. Когда тренировка останавливается, часы автоматически приостанавливают запись данных. После продолжения тренировки часы продолжают записывать данные. Диаграмма в режиме реального времени показывает пульс и темп в режиме реального времени. Когда диаграмма в режиме реального времени включена, кривая рисуется в соответствии с изменениями значений пульса и темпа во время тренировки.



Примечания. Некоторые типы тренировок не поддерживают указанные выше настройки. Настройки могут слегка отличаться в зависимости от типа тренировки.