

VÍVOFIT® 4

Korisnički priručnik

© 2017 Garmin Ltd. ili njezine podružnice

Sva prava pridržana. Sukladno zakonima o zaštiti autorskih prava, ovaj priručnik se ne smije kopirati, u cijelosti niti djelomično, bez prethodnog pismenog odobrenja tvrtke Garmin. Garmin pridržava pravo izmjene ili poboljšanja svojih proizvoda te izmjene sadržaja ovog priručnika, bez obaveze da obavijesti bilo koju osobu ili organizaciju o tim izmjenama ili poboljšanjima. Posjetite www.garmin.com gdje ćete pronaći posljednje nadogradnje i dodatne podatke o korištenju ovog proizvoda.

Garmin®, logotip Garmin i vivoFit® trgovački su znakovi tvrtke Garmin Ltd. ili njezinih podružnica, registrirani u SAD-u i drugim državama. Garmin Connect™, Garmin Express™, Garmin Move IQ™, Toe-to-Toe™ i USB ANT Stick™ trgovački su znakovi tvrtke Garmin Ltd. ili njezinih podružnica. Ovi trgovački znakovi ne smiju se koristiti bez izričitog dopuštenja tvrtke Garmin.

American Heart Association® registrirani je trgovački znak tvrtke American Heart Association. Riječ Bluetooth® i logotipi u vlasništvu su tvrtke Bluetooth SIG, Inc. i svaka upotreba te riječi od strane tvrtke Garmin u skladu je s dodijeljenom licencom. Ostali trgovački znakovi i trgovački nazivi pripadaju svojim vlasnicima.

M/N: A03304

Sadržaj

Uvod	1
Početak rada	1
Upotreba uređaja	1
Svakodnevna upotreba	1
Pregled uređaja	1
Widgeti	1
Opcije izbornika	1
Traka podsjetnika na kretanje	2
Minute intenzivnog vježbanja	2
Automatski cilj	2
Praćenje spavanja	2
Postavljanje pametnog telefona	2
Uparivanje s pametnim telefonom	2
Sinkroniziranje podataka s aplikacijom Garmin Connect	2
Povijest	3
Garmin Connect	3
Garmin Move IQ™	3
Prilagođavanje vašeg uređaja	3
Korištenje pozadinskog osvjetljenja	3
Garmin Connect postavke	3
Postavke uređaja	3
Korisničke postavke	3
Informacije o uređaju	4
Specifikacije	4
Prikaz informacija o uređaju	4
Postupanje s uređajem	4
Čišćenje uređaja	4
Nadogradnja softvera	4
Zamjena narukvice	4
Zamjenjive baterije	4
Zamjena baterija	4
Rješavanje problema	5
Izgleda kako mjerač koraka nije precizan	5
Broj koraka na mom uređaju ne podudara se s brojem koraka na mom Garmin Connect računu	5
Izgleda da mjerenje prijedene udaljenosti nije precizno	5
Moj uređaj ne prikazuje ispravno vrijeme	5
Kako upariti novi uređaj s postojećim Garmin Connect računom?	5
Je li moj pametni telefon kompatibilan s mojim uređajem?	5
Savjeti za uparivanje i sinkronizaciju	5
Nemam pametni telefon	5
Uparivanje računala	6
Sinkroniziranje podataka s računalom	6
Uređaj se ne uključuje	6
Animacije i neprekinuti niz ciljeva	6
Uparivanje više mobilnih uređaja s uređajem	6
Ponovno postavljanje uređaja	6
Brisanje korisničkih podataka	6
Dodatak	6
Dodatne informacije	6
Indeks	7

Uvod

⚠ UPOZORENJE

U kutiji proizvoda potražite list *Važni podaci o sigurnosti i proizvodu* koji sadrži upozorenja i druge važne informacije.

Uvijek se posavjetujte s liječnikom prije nego započnete s programom vježbanja ili ga promijenite.


Početak rada

Kako biste u potpunosti iskoristili prednosti uređaja za praćenja aktivnosti, uparite ga s pametnim telefonom i dovršite postupak postavljanja pomoću besplatnog Garmin Connect™ računa (*Postavljanje pametnog telefona, stranica 2*).

NAPOMENA: Uređaj radi ograničeno dok ga ne uparite i ne dovršite postupak postavljanja.

Upotreba uređaja



- Pritisnite tipku ① za kretanje kroz funkcije uređaja (*Widgeti, stranica 1*).
- Držite tipku jednu sekundu i otpustite je za prikaz izbornika  (*Opcije izbornika, stranica 1*).
- Pritisnite tipku za kretanje kroz opcije izbornika.



- Držite tipku 1 sekundu i otpustite je za odabir opcija izbornika.
- Držite tipku kraće od jedne sekunde kako biste uključili pozadinsko osvjetljenje.
Pozadinsko osvjetljenje isključuje se automatski.

Svakodnevna upotreba



Neka uređaj vívofit 4 postane dio vašeg aktivnog načina života. Nosite ga cijeli dan i redovito sinkronizirajte podatke s Garmin Connect računom. Sinkronizacija vam omogućuje analizu broja koraka i statističkih podataka o spavanju te uvid u vlastite aktivnosti. Putem svojeg Garmin Connect računa možete sudjelovati u izazovima i natjecati se s prijateljima. Osim toga, možete prilagoditi postavke uređaja, uključujući izgled sata, vidljive zaslone, učestalost automatske sinkronizacije i još mnogo toga.







Pregled uređaja

Widgeti

Kada uparite uređaj s pametnim telefonom, možete prilagoditi widgete koji se prikazuju na uređaju i podesiti njihov redoslijed. Za kretanje kroz widgete možete pritisnuti tipku uređaja.









NAPOMENA: Na nekim izgledima sata ne prikazuje se prilagođeni tekst widgeta.

	Trenutni datum. Pri sinkroniziranju s pametnim telefonom uređaj ažurira vrijeme i datum.
	Ukupan broj koraka u danu.

	Broj preostalih koraka potrebnih za ostvarenje ciljnog broja koraka za određeni dan. Kad upotrebljavate funkciju automatskog postavljanja cilja, uređaj vam na početku svakog dana postavlja novi cilj.
	Prijeđena udaljenost za taj dan.
	Ukupna količina kalorija potrošenih za taj dan, uključujući aktivne kalorije i kalorije baznog metabolizma.
	Ukupni tjedni broj minuta intenzivnog vježbanja.
	Prognoza najviše i najniže dnevne temperature.
	Vaš prilagođeni tekst. Tekst možete mijenjati u aplikaciji Garmin Connect.

Opcije izbornika



Možete držati tipku uređaja kako biste vidjeli izbornik i pritisnuti tipku uređaja za kretanje opcijama. Možete ponovo držati tipku uređaja za odabir opcije.

	Sinkroniziranje podataka s vašim Garmin Connect računom.
	Pokretanje mjerene aktivnosti.
	Prikaz opcija mjerača vremena za zadatke.
	Pokretanje štoperice.
	Pronalaženje izgubljenog pametnog telefona.
	Pokretanje Toe-to-Toe™ izazova s drugim igračem koji ima kompatibilan uređaj.
	Prikaz informacija o uređaju i pravnih informacija.
	Izlaz iz izbornika i povratak na prethodni widget.

Bilježenje mjerene aktivnosti


Možete zabilježiti vrijeme mjerene aktivnosti i poslati ga na Garmin Connect račun.

SAVJET: Osim toga, možete automatski bilježiti aktivnosti hodanja ili trčanja pomoću Move IQ funkcije (*Postavke uređaja, stranica 3*).



- 1 Držite tipku uređaja kako biste vidjeli izbornik.
- 2 Držite ikonu  za pokretanje mjerača vremena aktivnosti.
- 3 Započnite aktivnost.
SAVJET: Možete pritisnuti tipku uređaja za kretanje podacima o aktivnosti dok je uključen mjerač vremena.
- 4 Kada završite aktivnost, držite tipku uređaja dok se ne prikaže ikona .
Prikazat će se sažetak. Uređaj prikazuje ukupno vrijeme i prijeđenu udaljenost tijekom aktivnosti.
- 5 Pritisnite tipku uređaja kako biste zatvorili sažetak i vratili se na početni zaslon.
Možete sinkronizirati uređaj kako bi se pojedinosti o aktivnostima prikazale na vašem Garmin Connect računom.



Korištenje mjerača odbrojanja

Možete upotrijebiti uređaj za pokretanje mjerača odbrojanja od 1, 3, 5 ili 10 minuta.

- 1 Držite tipku uređaja kako biste vidjeli izbornik.
- 2 Držite .
- 3 Pritisnite tipku uređaja za kretanje kroz opcije mjerača vremena za zadatke.
- 4 Držite tipku uređaja za odabir i pokretanje mjerača vremena.
Uređaj se oglašava zvučnim signalom, a mjerač vremena započinje odbrojavati. Kada do kraja preostanu 3 sekunde, uređaj se oglašava zvučnim signalom do isteka vremena.
SAVJET: Možete držati tipku uređaja za zaustavljanje mjerača vremena.


Korištenje štoperice

- 1 Držite tipku za prikaz izbornika.
- 2 Držite .
- 3 Pritisnite  kako biste pokrenuli mjerač vremena.

- 4 Pritisnite  kako biste zaustavili mjerač vremena.
- 5 Po potrebi pritisnite  kako biste ponovo postavili mjerač vremena.
- 6 Držite tipku kako biste izašli iz mjerača vremena.

Pronalaženje izgubljenog pametnog telefona


Pomoću ove funkcije možete pronaći izgubljeni pametni telefon koji je uparen pomoću Bluetooth® bežične tehnologije i koji se trenutno nalazi u dometu.

- 1 Držite tipku uređaja kako biste vidjeli izbornik.
- 2 Držite .


Uređaj *vívofit 4* počinje tražiti upareni pametni telefon, a pametni telefon oglašava se zvučnim upozorenjem.

Pokretanje Toe-to-Toe izazova

Možete pokrenuti Toe-to-Toe izazov od 2 minute s prijateljem koji ima kompatibilan uređaj.

- 1 Držite tipku uređaja kako biste vidjeli izbornik.
- 2 Držite ikonu  kako biste izazvali drugog igrača u dometu (3 m).

NAPOMENA: Oba igrača moraju pokrenuti izazov na svojem uređaju.



- 3 Kada se prikaže ime igrača, držite ikonu . Uređaj odbrojava 3 sekunde prije pokretanja mjerača vremena.

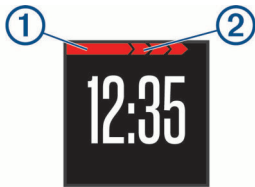
- 4 Hodajte 2 minute. Kada do kraja preostanu 3 sekunde, uređaj se oglašava zvučnim signalom do isteka vremena.

- 5 Postavite uređaje unutar dometa (3 m). Uređaji prikazuju broj koraka svakog igrača te prvo ili drugo mjesto.

Igrači mogu pokrenuti drugi izazov ili izaći iz izbornika.

Traka podsjetnika na kretanje

Sjedenje tijekom dužeg vremenskog razdoblja može prouzročiti neželjene metaboličke promjene. Traka podsjetnika na kretanje podsjeća vas na potrebu za kretanjem. Nakon što ste sat vremena neaktivni, prikazat će se traka podsjetnika na kretanje . Svakih 15 minuta neaktivnosti prikazat će se dodatni segmenti na traci .



Traku podsjetnika na kretanje možete vratiti na početne vrijednosti kratkom šetnjom ili hodanjem.


Minute intenzivnog vježbanja

Za bolje zdravlje, organizacije kao što su Centers for Disease Control and Prevention (Centar za kontrolu bolesti i prevenciju) u Americi, American Heart Association® (Američka kardiološka udruga) i Svjetska zdravstvena organizacija preporučuju najmanje 150 minuta umjerene tjelesne aktivnosti tjedno, npr. žustro hodanje.

Uređaj prati intenzitet aktivnosti i minute intenzivnog vježbanja. Za postizanje tjednog ciljnog broja minuta intenzivnog vježbanja morate neprekidno žustro hodati najmanje 10 minuta.

Automatski cilj

Uređaj automatski stvara ciljni broj koraka u danu na temelju vaše prethodne razine aktivnosti. Kako se tijekom dana budete kretali, uređaj odbrojava preostale korake potrebne za

ostvarenje dnevnog cilja. Kada ostvarite ciljni broj koraka u danu, na uređaju se prikazuje  i započinje brojanje koraka koji prekoračuju dnevni cilj.

Ako ne uključite funkciju automatskog postavljanja cilja, putem svog Garmin Connect računa možete postaviti prilagođeni ciljni broj koraka.

Praćenje spavanja



Dok spavate, uređaj automatski prepoznaje da spavate i prati vaše kretanje tijekom uobičajenog vremena spavanja. U korisničkim postavkama Garmin Connect računa možete postaviti uobičajeno vrijeme spavanja. Statistički podaci o spavanju obuhvaćaju ukupno trajanje spavanja, razine spavanja i razdoblja kretanja u snu. Statistiku spavanja možete pregledati na Garmin Connect računu.

NAPOMENA: Razdoblja drijemanja ne dodaju se statističkim podacima o spavanju.

Postavljanje pametnog telefona


Uparivanje s pametnim telefonom

Vaš *vívofit 4* uređaj mora se upariti izravno putem aplikacije Garmin Connect umjesto putem Bluetooth postavki na pametnom telefonu.

- 1 Iz trgovine aplikacijama na pametnom telefonu instalirajte i otvorite aplikaciju Garmin Connect .
- 2 Pritisnite tipku uređaja  da biste ga uključili.



Prilikom prvog uključivanja uređaj se nalazi u načinu rada za uparivanje.

SAVJET: Možete držati tipku uređaja kako biste vidjeli izbornik i držati ikonu  za ručno otvaranje načina rada za uparivanje.

- 3 Odaberite opciju za dodavanje uređaja Garmin Connect računu:
 - Ako je ovo prvi uređaj koji uparujete s aplikacijom Garmin Connect, slijedite upute na zaslону.
 - Ako ste već uparivali neki uređaj s aplikacijom Garmin Connect, u izborniku postavki odaberite **Uređaji tvrtke Garmin > Dodaj uređaj** i slijedite upute na zaslону.

NAPOMENA: Postavljanje može uključivati nadogradnju softvera koja može potrajati nekoliko minuta (*Nadogradnja softvera, stranica 4*). Neka uređaj bude blizu pametnog telefona do završetka postavljanja.


Nakon završetka postavljanja uređaj neprekidno prati vašu dnevnu aktivnost. Kako biste mogli pratiti svoj napredak u aplikaciji, trebali biste često sinkronizirati uređaj.

Sinkroniziranje podataka s aplikacijom Garmin Connect

Za praćenje napretka u aplikaciji Garmin Connect trebali biste ručno sinkronizirati podatke. Vaš uređaj povremeno automatski sinkronizira podatke s aplikacijom Garmin Connect.

- 1 Uređaj postavite blizu pametnog telefona.
- 2 Otvorite aplikaciju Garmin Connect.

SAVJET: Aplikacija može biti otvorena ili raditi u pozadini.

- 3 Držite tipku uređaja kako biste vidjeli izbornik.
- 4 Držite .
- 5 Pričekajte da se podaci sinkroniziraju.
- 6 Pregledajte trenutne podatke u aplikaciji Garmin Connect.

Povijest

Uređaj prati vaše dnevne korake, statističke podatke o spavanju i mjerene fitness aktivnosti. Povijest se može slati na vaš Garmin Connect račun.

Uređaj čuva podatke o vašoj aktivnosti do 4 tjedna. Nakon što se memorija popuni, uređaj briše najstarije datoteke kako bi se stvorio prostor za nove podatke.

SAVJET: Trebate redovito sinkronizirati podatke kako biste skratili vrijeme potrebno za sinkronizaciju.

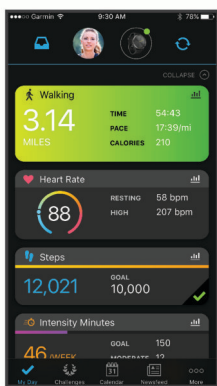
Garmin Connect

Možete se povezati s prijateljima na Garmin Connect računu. Garmin Connect daje vam alate za praćenje, analizu, dijeljenje i podršku. Zabilježite svoj aktivan stil života, uključujući trčanje, hodanje, planinarenje i još mnogo toga.

Možete izraditi besplatan Garmin Connect račun kada uparite uređaj s telefonom s pomoću aplikacije Garmin Connect ili možete posjetiti web-mjesto connect.garmin.com.

Pratite svoj napredak: Možete pratiti svoje dnevne korake, pridružiti se prijateljskom natjecanju sa svojim kontaktima i ostvariti svoje ciljeve.

Analizirajte svoje podatke: Možete vidjeti detaljnije informacije o svojim aktivnostima, uključujući vrijeme, udaljenost, potrošene kalorije te izvješća koja se mogu prilagoditi.



Podijelite svoje aktivnosti: Možete se povezati s prijateljima kako biste međusobno pratili aktivnosti ili postaviti veze na aktivnosti na omiljenim društvenim mrežama.

Upravljajte svojim postavkama: Postavke uređaja i korisničke postavke možete prilagoditi na svom Garmin Connect računu.

Garmin Move IQ™

Kada se vaše kretanje podudara s poznatim obrascima vježbanja, funkcija Move IQ automatski prepoznaje taj događaj i prikazuje ga na vašoj vremenskoj liniji. Move IQ događaji prikazuju vrstu i trajanje aktivnosti, ali oni se neće pojaviti na vašem popisu aktivnosti ili u novostima.

Funkcija Move IQ može automatski pokrenuti mjerenu aktivnost hodanja i trčanja pomoću vremenskih pragova koje ste postavili u aplikaciji Garmin Connect. Te aktivnosti dodaju se na vaš popis aktivnosti.

Prilagođavanje vašeg uređaja

Korištenje pozadinskog osvjetljenja

U bilo kojem trenutku držite tipku uređaja kraće od jedne sekunde kako biste uključili pozadinsko osvjetljenje.

Pozadinsko osvjetljenje isključuje se automatski.

Garmin Connect postavke

Postavke uređaja možete promijeniti u svom Garmin Connect računu putem aplikacije Garmin Connect ili web-mjesta usluge Garmin Connect.

- U aplikaciji Garmin Connect odaberite sliku svog uređaja i zatim odaberite **Postavke uređaja**.
- Na web-mjestu usluge Garmin Connect u widgetu za uređaj odaberite **Postavke uređaja**.

Nakon prilagodbe postavki trebate izaći iz stranice s postavkama i sinkronizirati podatke kako biste primijenili izmjene na uređaj (*Sinkroniziranje podataka s aplikacijom Garmin Connect, stranica 2*).

Postavke uređaja

Na Garmin Connect računu odaberite **Postavke uređaja**.

NAPOMENA: Neke se postavke prikazuju u podkategoriji u izborniku s postavkama.

Alarmi: Postavljanje vremena aktiviranja alarma i učestalost za uređaj.

Tonovi upozorenja: Omogućuje uključivanje i isključivanje tonova upozorenja. Uređaj će se oglasiti ako su tonovi upozorenja uključeni.

Automatsko pokretanje aktivnosti: Omogućuje uređaju automatsko stvaranje i spremanje mjenjenih aktivnosti pomoću funkcije Move IQ. Minimalni vremenski prag za trčanje i hodanje možete postaviti sami.

Automatska sinkronizacija: Omogućuje vam da prilagodite koliko će često uređaj automatski sinkronizirati podatke s Garmin Connect računom.

Tema boja: Omogućuje prilagodbu teme boja na uređaju.

Prilagođeni widget: Omogućuje unos prilagođene poruke za prikaz u slijedu widgeta.

Format datuma: Postavlja format mjeseca i dana.

Zadnji prikazani widget: Postavlja uređaj tako da zadrži trenutni widget umjesto povratka na zadani widget.

Upozorenje za kretanje: Omogućuje uključivanje i isključivanje trake podsjetnika na kretanje.

Move IQ: Omogućuje uključivanje i isključivanje Move IQ događaja. Funkcija Move IQ automatski otkriva aktivnosti kao što su hodanje, trčanje, vožnja bicikla, plivanje ili upotreba orbitreka.

Format za vrijeme: Postavljanje uređaja tako da prikazuje vrijeme u 12-satnom ili 24-satnom formatu.

Udaljenost: Postavljanje uređaja tako da prikazuje prijeđenu udaljenost u kilometrima ili miljama.

Vidljivi widgeti: Omogućuje prilagodbu widgeta koji se prikazuju na uređaju pri uobičajenoj upotrebi i tijekom mjerene aktivnosti. Možete promijeniti redoslijed widgeta u slijedu.

Izgled sata: Omogućuje prilagodbu izgleda sata.

Korisničke postavke

Na Garmin Connect računu odaberite **Korisničke postavke**.

Prilagođ.duž. koraka: Točniji izračun prijeđene udaljenosti pomoću prilagođene duljine koraka. Unesite poznatu udaljenost i broj koraka koji vam je za tu udaljenost potreban, a Garmin Connect će izračunati duljinu vašeg koraka.

Dnevni koraci: Unos ciljnog broja koraka u danu. Ako omogućite opciju Automatski cilj, uređaj će automatski odrediti ciljni broj koraka.

Osobni podaci: Omogućuje unos osobnih pojedinosti kao što su datum rođenja, spol, visina i težina. Uređaj te informacije koristi za poboljšanje preciznosti praćenja aktivnosti.

Spavanje: Omogućuje unos vremena u kojem obično spavate.

Minute intenzivnog vježbanja tjedno: Omogućuje unos tjednog ciljnog broja minuta intenzivnog vježbanja.

Informacije o uređaju

Specifikacije

Vrsta baterije	Dvije baterije SR43 koje može zamijeniti korisnik NAPOMENA: Baterije 301 i 386 istovjetne su baterijama SR43.
Trajanje baterije	1 godinu
Raspon radne temperature	Od -10 ° do 60 °C (od 14 ° do 140 °F)
Bežična frekvencija / protokol	Bluetooth tehnologija, 2,4 GHz pri -3 dBm nominalno
Vodootpornost	Plivanje, 5 ATM ¹

Prikaz informacija o uređaju

Možete vidjeti ID jedinice, verziju softvera i pravne informacije.

- 1 Držite tipku uređaja kako biste vidjeli izbornik.
- 2 Držite **ⓘ**.
- 3 Pritisnite tipku uređaja za kretanje kroz zaslone s podacima.

Postupanje s uređajem

OBAVIJEST

Izbjegavajte snažne udarce i grubo rukovanje jer to može skratiti vijek trajanja proizvoda.

Nemojte pritiskati tipke ispod vode.

Uređaj nemojte čistiti oštrim predmetima.

Izbjegavajte kemijska sredstva za čišćenje, otapala i sredstva za tjeranje kukaca koja mogu oštetiti plastične komponente i površine.

Temeljito isperite uređaj slatkom vodom nakon izlaganja kloru, slanoj vodi, sredstvima za zaštitu od sunca, kozmetičkim proizvodima, alkoholu ili drugim snažnim kemikalijama. Dugotrajna izloženost tim tvarima može oštetiti kućište.

Uređaj nemojte izlagati visokim temperaturama, npr. nemojte ga stavljati u sušilicu za rublje.

Ne skladištite uređaj na mjestima na kojima bi moglo doći do trajne izloženosti ekstremnim temperaturama jer biste time mogli uzrokovati trajnu štetu.

Čišćenje uređaja

- 1 Obrišite uređaj krpom navlaženom blagom otopinom deterdženta.
- 2 Brišite ga dok ne bude suh.

Nakon čišćenja ostavite uređaj da se potpuno osuši.

SAVJET: Dodatne informacije potražite na web-mjestu www.garmin.com/fitandcare.

Nadogradnja softvera

Ako je dostupna nadogradnja softvera, uređaj automatski preuzima nadogradnju kada ga sinkronizirate s Garmin Connect računom.

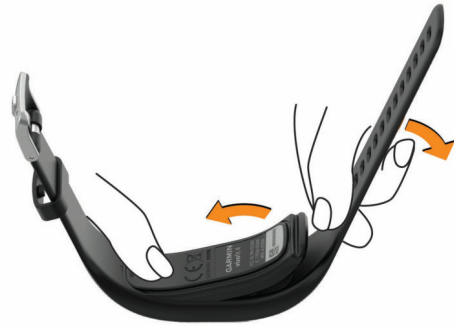
¹ Uređaj može izdržati tlak istovjetan onome na dubini od 50 m. Dodatne informacije potražite na web-mjestu www.garmin.com/waterrating.

Traka napretka i **⬆** prikazuju se tijekom postupka nadogradnje. Nadogradnja može potrajati nekoliko minuta. Tijekom nadogradnje uređaj bi se trebao nalaziti blizu pametnog telefona. Uređaj se ponovno postavlja po dovršetku nadogradnje.

Zamjena narukvice

Posjetite buy.garmin.com ili se obratite zastupniku tvrtke Garmin® i zatražite informacije o dodatnoj opremi.

- 1 Uklonite uređaj s narukvice.



- 2 Umetnite uređaj u narukvicu i rastegnite materijal narukvice oko uređaja.

Oznaka na uređaju mora biti poravnata s oznakom na narukvici.



Zamjenjive baterije

⚠ UPOZORENJE

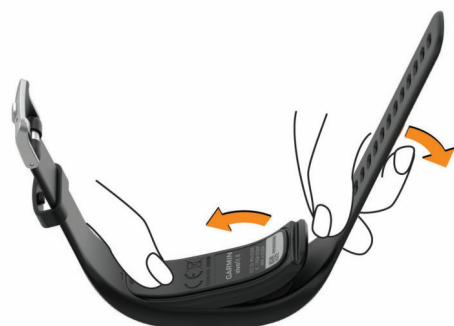
U kutiji proizvoda potražite list *Važni podaci o sigurnosti i proizvodu* koji sadrži upozorenja i druge važne informacije.

Zamjena baterija

Uređaj koristi dvije SR43 baterije. Kada se baterija isprazni, na vašem se računu nakon sinkronizacije prikazuje upozorenje o slaboj bateriji Garmin Connect. Zamjena baterija neće izbrisati vaše podatke ili postavke.

NAPOMENA: Baterije 301 i 386 istovjetne su baterijama SR43.

- 1 Uklonite uređaj s narukvice.



- 2 Pomoću malog križnog odvijača izvadite četiri vijka s prednje strane uređaja.
- 3 Izvadite prednji poklopac i baterije.



- 4 Umetnite nove baterije, pri čemu negativna strana mora biti okrenuta prema unutrašnjosti prednjeg poklopca.
- 5 Provjerite je li brtva oštećena i je li potpuno sjela u stražnje kućište.

OBAVIJEST

Izbočine na brtvi moraju biti poravnate s odgovarajućim utorima na kućištu baterije. Oštećenje brtve može spriječiti pravilno brtvljenje.

- 6 Vratite prednji poklopac i četiri vijka.
- 7 Četiri vijka jednako čvrsto zategnite.
- 8 Umetnite uređaj u narukvicu i rastegnite materijal narukvice oko uređaja.
Oznaka na uređaju mora biti poravnata s oznakom na narukvici.



Rješavanje problema

Izgleda kako mjerač koraka nije precizan

Ako se broj koraka ne čini točnim, isprobajte sljedeće savjete.

- Uređaj nosite na zapešću ruke koja nije dominantna.
- Kada gurate kolica ili kosilicu, uređaj nosite u džepu.
- Uređaj nosite u džepu prilikom aktivnog korištenja ruku.

NAPOMENA: Uređaj određene ponavljajuće pokrete poput pranja suđa, slaganja rublja ili pljeskanja može protumačiti kao korake.

Broj koraka na mom uređaju ne podudara se s brojem koraka na mom Garmin Connect računu

Broj koraka na vašem Garmin Connect računu ažurira se kad sinkronizirate uređaj.

- 1 Sinkronizirajte broj koraka s aplikacijom Garmin Connect (*Sinkroniziranje podataka s aplikacijom Garmin Connect, stranica 2*).
- 2 Pričekajte dok uređaj sinkronizira vaše podatke. Sinkronizacija može potrajati nekoliko minuta.

NAPOMENA: Ako osvježite aplikaciju Garmin Connect, to neće uzrokovati sinkroniziranje vaših podataka ili ažuriranje broja koraka.

Izgleda da mjerenje prijeđene udaljenosti nije precizno

Ako vam se čini da mjerenje prijeđene udaljenosti nije precizno, možete izračunati prilagođenu duljinu koraka putem svojeg Garmin Connect računa (*Korisničke postavke, stranica 3*).

Moj uređaj ne prikazuje ispravno vrijeme

Uređaj ažurira vrijeme i datum prilikom svakog sinkroniziranja s mobilnim uređajem. Za prikaz ispravnog vremena pri promjeni vremenskih zona i na početku ili na kraju ljetnog računanja vremena potrebno je sinkronizirati uređaj.

- 1 Provjerite prikazuje li se na mobilnom uređaju točno lokalno vrijeme.
- 2 Sinkroniziranje uređaja s mobilnim uređajem (*Sinkroniziranje podataka s aplikacijom Garmin Connect, stranica 2*).
Vrijeme i datum automatski se ažuriraju.

Kako upariti novi uređaj s postojećim Garmin Connect računom?

Ako ste već uparili drugi uređaj s aplikacijom Garmin Connect, možete dodati novi uređaj iz izbornika postavki aplikacije.

- 1 Otvorite aplikaciju Garmin Connect.
- 2 U izborniku postavki odaberite **Uređaji tvrtke Garmin > Dodaj uređaj**.
- 3 Slijedite upute na zaslonu.

Je li moj pametni telefon kompatibilan s mojim uređajem?

vivoFit 4 uređaj je kompatibilan s pametnim telefonima koji podržavaju Bluetooth bežičnu tehnologiju.

Dodatne informacije o kompatibilnosti potražite na www.garmin.com/ble.

Savjeti za uparivanje i sinkronizaciju

- Postavite uređaj unutar dometa vašeg pametnog telefona.
- Nakon uparivanja uređaja s Garmin Connect računom, uređaj nije trajno povezan. Sinkronizira se povremeno. Uređaj možete u bilo kojem trenutku sinkronizirati i ručno otvaranjem Garmin Connect računa.
- Ako su vaš uređaj i pametni telefon već povezani, ali se ne sinkroniziraju, isključite Bluetooth tehnologiju u postavkama pametnog telefona i zatim je ponovo uključite.
- Ako su vaš uređaj i pametni telefon već povezani, ali se ne sinkroniziraju, uklonite uređaj iz Garmin Connect računa i zatim ga ponovo uparite (*Uparivanje s pametnim telefonom, stranica 2*).

Nemam pametni telefon

Možete uključiti uređaj i upotrebljavati ga s ograničenim funkcijama dok ne dovršite postupak postavljanja na pametnom telefonu ili računalu. Prije postavljanja možete upotrebljavati isključivo prikaz broja koraka, automatski cilj i traku podsjetnika na kretanje. Vaš uređaj jednom dnevno poništava broj prijeđenih koraka. Uređaj pokušava ponovno postaviti broj koraka dok spavate na temelju vaše razine neaktivnosti od prvog dana upotrebe. Uređaj ne sprema podatke u povijest dok se ne dovrši postavljanje.

Postavite uređaj putem pametnog telefona (*Postavljanje pametnog telefona, stranica 2*) ili računala (*Uparivanje računala, stranica 6*) kako biste mogli upotrebljavati dodatne funkcije uređaja.

NAPOMENA: Za neke je funkcije uređaja potrebno upariti pametni telefon.


Uparivanje računala

Za uparivanje uređaja s računalom možete koristiti opcionalni USB ANT Stick™. Posjetite web-mjesto buy.garmin.com ili se obratite zastupniku tvrtke Garmin i zatražite informacije o dodatnoj opremi i zamjenskim dijelovima.

- 1 Idite na garmin.com/express.
- 2 Slijedite upute na zaslonu kako biste preuzeli i instalirali aplikaciju Garmin Express™.
- 3 Priključite bežični USB ANT Stick u USB priključak.
- 4 Pritisnite tipku uređaja ① kako biste ga uključili.




Prilikom prvog uključivanja uređaja aktivira se način rada za uparivanje.

- 5 Ako je potrebno, pritisnite tipku uređaja dok se ne prikaže .
- 6 Slijedite upute na računalu kako biste uređaj dodali Garmin Connect računu i dovršili postupak postavljanja.

Sinkroniziranje podataka s računalom

Kako biste pratili svoj napredak u aplikaciji Garmin Connect, trebali biste redovito sinkronizirati podatke.

- 1 Uređaj postavite blizu računala.
- 2 Držite tipku uređaja dok se ne prikaže .
- 3 Pričekajte da se podaci sinkroniziraju.
- 4 Pregledajte trenutne podatke u aplikaciji Garmin Connect.

Uređaj se ne uključuje

Ako se vaš uređaj ne uključuje, možda je potrebno zamijeniti baterije.

Idite na [Zamjena baterija, stranica 4](#).

Animacije i neprekinuti niz ciljeva

Uređaj pruža vizualne povratne informacije o vašem napretku do ciljnog broja koraka. Kada ostvarite ciljni broj koraka, na uređaju se prikazuje animacija cilja i nastavlja se praćenje. Kada pritisnete tipku, prikazuje se animacija neprekinutog niza ostvarenog cilja koja pokazuje koliko ste dana zaredom ostvarili ciljni broj koraka ①.



Uparivanje više mobilnih uređaja s uređajem

Uređaj vívofit 4 možete upariti s više mobilnih uređaja. Na primjer, uređaj možete upariti s pametnim telefonom i tabletom. Uparivanje možete ponoviti za svaki dodatni mobilni uređaj ([Uparivanje s pametnim telefonom, stranica 2](#)).

Ponovno postavljanje uređaja


Ako uređaj prestane funkcionirati, možda ga trebate ponovno postaviti. Time nećete izbrisati svoje podatke.

NAPOMENA: Ponovnim postavljanjem uređaja ponovo se postavlja traka podsjetnika na kretanje.

- 1 Tipku uređaja držite pritisnutom 15 sekundi.
- 2 Otpustite tipku uređaja.
Na uređaju se kratko prikazuje trokut, a zatim izgled sata.

Brisanje korisničkih podataka

Sve postavke uređaja možete vratiti na tvornički zadane vrijednosti. Time ćete sa svog uređaja izbrisati sve podatke.

- 1 Držite tipku uređaja kako biste vidjeli izbornik.
- 2 Držite .
- 3 Držite tipku uređaja dok se ne prikaže **NV RST**.
Uređaj će se ponovo postaviti, a zaslon će se uključiti.
- 4 Uparite uređaj i pametni telefon ([Uparivanje s pametnim telefonom, stranica 2](#)).

Dodatak

Dodatne informacije

- Dodatne priručnike, članke i nadogradnje softvera potražite na web-mjestu support.garmin.com.
- Posjetite web-mjesto buy.garmin.com ili se obratite zastupniku tvrtke Garmin i zatražite informacije o dodatnoj opremi i zamjenskim dijelovima.

Indeks

A

aktivnosti **1**
aplikacije **2**

B

baterija
maksimiziranje **3**
zamjena **4**
Bluetooth tehnologija **2, 5**
brisanje, svi korisnički podaci **6**

C

ciljevi **3, 6**

Č

čišćenje uređaja **4**

D

doba dana **5**

G

Garmin Connect **2, 3, 5, 6**
Garmin Express **6**

I

ID jedinice **4**
ikone **1**
izazovi **2**
izbornik **1**

K

koraci **6**
korisnički podaci, brisanje **6**

M

minute intenzivnog vježbanja **2**
mjerač vremena **1**
Move IQ **3**

N

način rada za spavanje **2**
nadogradnje, softver **4**

O

Oprema **6**

P

pametni telefon **2, 5**
uparivanje **5, 6**
podaci **1**
prijenos **3**
spremanje **3**
ponovno postavljanje uređaja **6**
postavke **3**
uređaj **3**
pozadinsko osvjetljenje **3**
praćenje aktivnosti **2, 6**

R

remeni **4**
rješavanje problema **5, 6**

S

softver
nadogradnja **4**
verzija **4**
specifikacije **4**
spremanje aktivnosti **1**
spremanje podataka **3**
stari podaci **2, 3**
slanje na računalo **3, 6**

Š

štoperica **1**

T

tipke **1**

U

uparivanje, pametni telefon **5, 6**
USB ANT Stick **6**

Z

zamjena baterije **4**
zamjenski dijelovi **4**

