

hama

KEZELÉSI ÚTMUTATÓ

Hama FIT move



 Kezelési útmutató





| | |
|--|----------|
| 1. Figyelmeztető jelzések és megjegyzések magyarázata | 4 |
| 2. Biztonsági utasítások | 4 |
| 3. Az okosóra beállítása | 5 |
| 3.1 A „Hama FIT move” alkalmazás letöltése | 5 |
| 3.2 Az okosóra és az okostelefon párosítása | 6 |
| 4. A „Hama FIT move” alkalmazás használata | 8 |
| 4.1 A „Hama FIT move” áttekintése | 9 |
| 4.1.1 Tevékenységadatok | 10 |
| 4.1.2 Lépésszámlálás | 11 |
| 4.1.3 Aktivitásfeljegyzések | 12 |
| 4.1.4 Alváselemzés | 13 |
| 4.1.5 Pulzusszámmérés | 14 |
| 4.1.6 Stresszmérés | 15 |
| 4.1.7 Véroxigénszint (SpO2) | 16 |
| 4.1.8 Környezeti hangszint | 17 |
| 4.1.9 Súly | 18 |
| 4.1.10 VO2max | 19 |
| 4.1.11 Szívfrekvencia-variabilitás (HRV) | 19 |
| 4.1.12 Testenergia | 19 |
| 4.1.13 Menstruációs ciklus | 20 |
| 4.2 Edzés üzemmód | 21 |
| 4.2.1 Tevékenység indítása (GPS-szel) | 22 |
| 4.2.2 Tevékenység indítása (GPS nélkül) | 24 |
| 4.3 Eszközbeállítások | 26 |
| 4.3.1 Kezdőképernyő | 27 |
| 4.3.2 Értesítések | 27 |
| 4.3.3 Hívások | 27 |
| 4.3.4 Ébresztőóra | 27 |
| 4.3.5 Egészségfigyelés | 28 |
| 4.3.5.1 Testenergia | 28 |
| 4.3.5.2 Pulzusszámmérés | 28 |
| 4.3.5.3 Stresszmérés | 28 |
| 4.3.5.4 Véroxigénszint-mérés | 28 |
| 4.3.5.5 Ivási emlékeztető | 28 |
| 4.3.5.6 Mozgási emlékeztető | 29 |
| 4.3.5.7 Környezeti hangszint | 29 |
| 4.3.5.8 Menstruációs ciklus követése | 29 |
| 4.3.6 Eseményemlékeztető | 30 |
| 4.3.7 További beállítások | 31 |
| 4.3.7.1 Automatikus aktivitásérzékelés | 31 |
| 4.3.7.2 Aktivitás típusa | 31 |
| 4.3.7.3 Telefonkeresés | 32 |
| 4.3.7.4 Zenevezérlés | 32 |
| 4.3.7.5 Karmozgás aktiválása | 32 |
| 4.3.7.6 Menstruációs ciklus | 32 |
| 4.3.7.7 Időjárás-értesítés | 32 |
| 4.3.7.8 Világóra | 32 |
| 4.3.7.9 Képernyő fényereje | 32 |



| | |
|--|-----------|
| 4.3.7.10 Parancsikonok | 32 |
| 4.3.7.11 Az okosóra nyelvének beállítása | 33 |
| 4.3.8 Használati utasítás | 33 |
| 4.4 Felhasználói beállítások | 33 |
| 4.4.1 Személyes adatok | 34 |
| 4.4.2 Érmeim | 35 |
| 4.4.3 Adataim | 35 |
| 4.4.4 Egészségi jelentés | 36 |
| 4.4.5 Hírek | 36 |
| 4.4.6 Beállítások | 37 |
| 4.4.7 Segítség | 38 |
| 4.4.8 Kérdések és javaslatok | 38 |
| 4.4.9 Hibaelhárítás | 38 |
| 4.4.10 Frissítések ellenőrzése | 38 |
| 4.4.11 Névjegy | 38 |
| 5. Szavatosság kizárása | 39 |
| 6. Támogatott nyelvek | 39 |



FIGYELMEZTETŐ JELZÉSEK ÉS MEGJEGYZÉSEK MAGYARÁZATA

Köszönjük, hogy Hama terméket választott!

Szánjon rá időt, és első teendőként olvassa el az alábbi utasításokat és megjegyzéseket. A későbbiekben tartsa biztonságos helyen ezt az útmutatót, hogy szükség esetén bármikor használhassa referenciaként.

Ez a kezelési útmutató a „Hama FIT move” alkalmazást ismerteti, amely lehetővé teszi a kompatibilis Hama okosóra funkcióinak teljes körű használatát.

Az okostelefonjával való, *Bluetooth*[®]-on keresztül, vezeték nélkül fennálló kapcsolat révén az alkalmazásban rögzítheti az adatokat, így folyamatosan nyomon követheti sikereit. Ellenőrizze itt, hogy mikor érte el a személyes erőnléti célját!

1. Figyelmeztető jelzések és megjegyzések magyarázata

Figyelmeztetés



A biztonsági utasítások jelölésére használjuk, illetve hogy felhívjuk a figyelmet a különleges veszélyekre és kockázatokra.

Megjegyzés



Akkor használjuk, ha kiegészítő információkat közlünk, vagy fontos tudnivalókra hívjuk fel a figyelmet.

2. Biztonsági utasítások

Figyelmeztetés



Szánjon rá időt, és első teendőként olvassa végig az alábbi utasításokat és megjegyzéseket. A termék használatára vonatkozó információk a hozzá tartozó kezelési útmutatóban találhatóak.

- A termék magánjellegű, nem üzleti célú alkalmazásra készült.
- A terméket kizárólag a rendeltetési céljára használja.
- Ne végezzen semmilyen módosítást a terméken. Ebben az esetben minden garanciaigény megszűnik.
- Ne hagyja, hogy gépjárművel vagy sporteszközzel való utazása közben a termék elterelje a figyelmét a közlekedési helyzetről és a környezetéről.
- Forduljon orvoshoz, mielőtt edzőprogramba kezdene.
- Az edzés közben folyamatosan figyeljen teste reakcióira, és sürgős esetben hívjon orvost.
- Kérjen orvosi tanácsot, ha egészségügyi problémái vannak, mégis használni kívánja a terméket.
- Ez egy fogyasztói termék, nem pedig orvostechnikai eszköz. Ennélfogva sem diagnózis felállítására, sem bármilyen terápiára, gyógyításra vagy betegségmegelőzésre nem alkalmas.



3. Az okosóra beállítása

Ahhoz, hogy okosórájának minden funkciójához hozzáférhessen, telepítse a „Hama FIT move” alkalmazást. Az alábbi bekezdések az alkalmazás letöltésével és beállításával kapcsolatos információkat tartalmazzák.

Megjegyzés



Az okosóra használatára vonatkozó információk a hozzá tartozó kezelési útmutatóban találhatóak.

3.1 A „Hama FIT move” alkalmazás letöltése

Megjegyzés



A támogatott operációs rendszerek a következők:

- iOS 9.0 vagy újabb
- Android 6.0 vagy újabb

Okosórája első bekapcsolása után az eszköz arra kéri, hogy tölts le okostelefonján a hozzátartozó „Hama FIT move” alkalmazást. Az okosóra kijelzőjén megjelenik a megfelelő QR-kód.

- Olvassa be a QR-kódot okostelefonjával, vagy tölts le az alkalmazást a Play Áruházból (Android) vagy az App Store-ból (iOS):



Hama FIT move

link.hama.com/app/fit-move

- Az alkalmazás telepítéséhez kövesse okostelefonja utasításait.



3.2 Az okosóra és az okostelefon párosítása

Megjegyzés

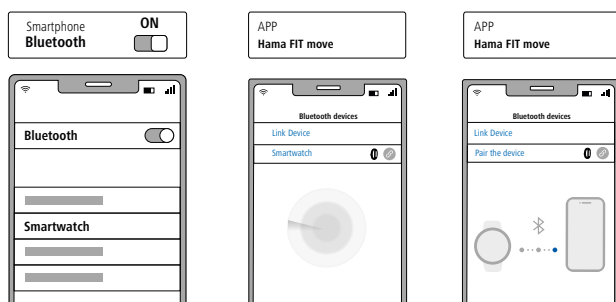



- Ahhoz, hogy okosórája megjelenítse a bejövő hívásokat, SMS-eket, WhatsApp üzeneteket és egyéb értesítéseket, aktiválja az értesítések push üzemmódját az okostelefon beállításában.
- Az alkalmazás beállítása közben megjelennek a lekérdezések, hogy engedélyezi-e, hogy az alkalmazás hozzáférjen eszköze funkcióihoz. Okosórája összes funkciója eléréséhez engedélyezze ezeket a lekérdezéseket.

- Indítsa el az alkalmazást okostelefonján, és erősítse meg az adatvédelmi szabállyal való egyetértését. Válaszoljon a megjelenő kérdésekre.

Az optimális felhasználói élményhez hozzon létre egy felhasználói fiókot. A felhasználói profil létrehozása által akkor is lehívhatja személyes adatait, ha lecseréli okostelefonját. Így személyes adatai bármikor hozzáférhetők. A felhasználói fiók létrehozása nem előfeltétel az alkalmazás használatához.

- A felhasználói fiók létrehozásához érintse meg a **[BEJELENTKEZÉS]** menüpontot, és válassza ki a képernyő alján lévő **[REGISZTRÁLJON MOST]** lehetőséget. Adja meg e-mail-címét és egy jelszót, majd érintse meg a **[KÖVETKEZŐ LÉPÉS]** gombot.
- Adja meg a hitelesítő kódot, amit az Ön által megadott e-mail-címre küldtünk. Szükség esetén ellenőrizze a Spam mappát is.
- A sikeres regisztráció után megadhatja felhasználónevét és személyes adatait, illetve hozzájuk rendelhet egy profilképet. A beállítás folytatásához érintse meg a **[KÖVETKEZŐ LÉPÉS]** elemet.
- Ezt követően az eszköz elindítja az okosóra keresését.
- Az okosórával való kapcsolódáshoz kövesse okostelefonján az alkalmazás utasításait. Okostelefonja Bluetooth-kapcsolatot létesít az okosórájával.



- Az okosóra és az alkalmazás közötti kapcsolathoz válassza ki az okosórát (pl. „Smartwatch 7000”), és érintse meg alul az **[ESZKÖZ CSATLAKOZTATÁSA]** parancsot.
- A kapcsolat megerősítéséhez érintse meg az okosóra kijelzőjén lévő  szimbólumot, és fejezze be az alkalmazásban a beállítást.
- Időtűllépés esetén ismételje meg a műveletet.



- Ezután hajtja végre személyes beállításait. Ezek később módosíthatók az alkalmazásban.
- Okosórája csatlakoztatva van az alkalmazáshoz, így elindul a szinkronizálási folyamat.

Megjegyzés



- Az első használat előtt szinkronizálja okosóráját az alkalmazással. Ha egy tevékenységet azelőtt rögzít, hogy az okosórát először szinkronizálná az alkalmazással, a tevékenység ezután nem kerül átvitelre az alkalmazásba.
- Okosórája és az alkalmazás manuális szinkronizálásának indításához húzza az ujját az alkalmazás kezdőlapján lefelé.
- Az okosóra korlátozott tárhelye miatt szinkronizálja okosóráját legalább heti egyszer az alkalmazással, hogy elkerülje az adatok elvesztését.

Megjegyzés



- Az alkalmazással történő első szinkronizálás után okosórája automatikusan átveszi az okostelefonján beállított időt, dátumot és nyelvet.
- Az okosórája kijelzőjének nyelve az alkalmazásban kiválasztott beállításoktól függ. Amíg a beállítás nem fejeződött be, a kijelző nyelve az angol marad. Válassza ki a kívánt megjelenítési nyelvet az alkalmazásban.
- Az alkalmazás értesíti Önt, ha rendelkezésre áll egy firmware-frissítés az okosórájához. Okosórája hibátlan működéséhez hajtja végre az alkalmazás frissítését.



4. A „Hama FIT move” alkalmazás használata

A következő fejezetekben az alkalmazáson belüli egyes menüpontokat (kártyákat) és a különböző beállítási lehetőségeket ismertetjük.

Megjegyzés



- A kezelési útmutatóban található leírások és ábrák a Hama FIT move alkalmazás 1.5.4 verzióján, és a Smartwatch 8900 okosóra 1.01.00 firmware-verzióján alapulnak.
- Ne feledje, hogy az alkalmazás vagy az okosóra frissítése esetén változások jelentkezhetnek a megnevezésekhez vagy az ábrákhoz képest. Az alkalmazás alapvető használata minden kompatibilis Hama okosóra esetében azonos.
- A funkciók köre a használt okosóra modelljétől függően változik.
- Nem minden menüpont (kártya) jelenik meg alapértelmezés szerint a kezdőképernyőn. Szükség esetén jelenítse meg a kívánt menüpontot (kártyát).

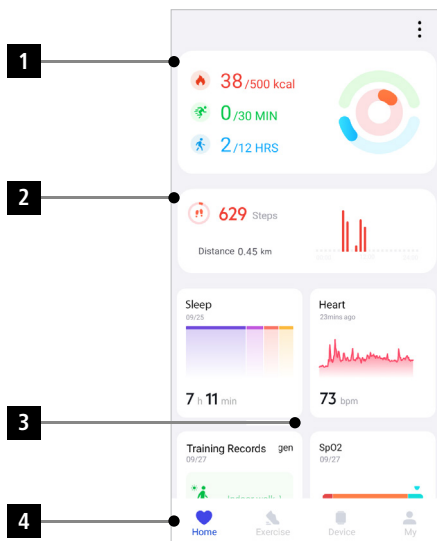


4.1 A „Hama FIT move” áttekintése

A kezdőképernyő belépést biztosít a „Hama FIT move” alkalmazásba.

Az alábbi áttekintés ismerteti a legfontosabb kezelőelemeket és kijelzéseket:

1. A tevékenységadatok megjelenítése
2. Lépésszám megjelenítése
3. További kártyák megjelenítése
4. Menüsor



- A kezdőképernyőn megjelenítendő kártyák kiválasztásához érintse meg a kezdőképernyő alján látható **[FUNKCIÓIKON SZERKESZTÉSE]** elemre. Különböző kártyák közül választhat. Elrejtetheti a kártyákat, és módosíthatja a kártyák sorrendjét.
- A lista tetején lévő és **[−]** szimbólummal jelölt kártyák jelenleg a kezdőképernyőn jelennek meg. A lista alján lévő és **[+]** szimbólummal jelölt kártyák nem jelennek meg.
- A **[−]** vagy **[+]** szimbólum megérintésével eltávolíthat vagy hozzáadhat egy kártyát.
- Továbbá módosíthatja a mentett kártyák sorrendjét, ha a **[≡]** szimbólumot lenyomva tartja, és az adott kártyát a megfelelő helyre húzza.



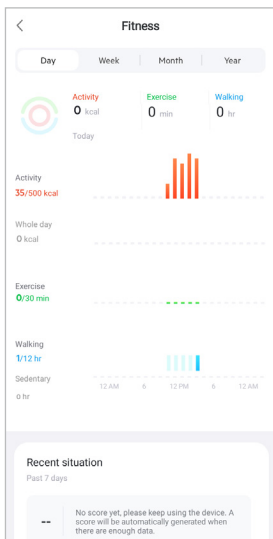
4.1.1 Tevékenységadatok

- Tevékenységadatainak megtekintéséhez érintse meg a kezdőképernyő tetején lévő első ábrát.
- Itt a következő tevékenységadatok áttekintését látja:
 - a tevékenységgel elégetett kalóriák
 - a közepes vagy magas intenzitású tevékenységek időtartama
 - az állásidő („Gyaloglás” = azon órák, amikor legalább egy percet állt és mozgást végzett)
- Alapértelmezés szerint a tevékenységadatok napi nézetét látja. Válassza ki a Day Week Month Year felső menüsorból a megjelenített időintervallumot.
- További információk megtekintéséhez húzza az ujjával az okostelefon képernyőjét felfelé. Lejebb részletesebb adatokat tekinthet meg az aktivitás, edzés és gyaloglás kategóriákkal kapcsolatban.

 38/500 kcal

 0/30 MIN

 2/12 HRS



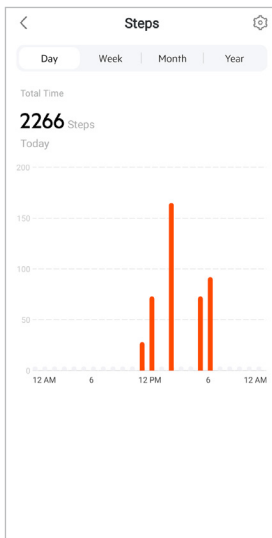


4.1.2 Lépésszámlálás

- A rögzített lépésszám megtekintéséhez érintse meg a kezdőképernyő tetején lévő második ábrát.
- Itt áttekintést láthat az aktuális napon megtett lépésekről.
- Alapértelmezés szerint a lépésszámláló napi nézetét látja. Válassza ki a Day Week Month Year felső menüsorból a megjelenített időintervallumot. Újját a diagramon hosszan balra és jobbra csúsztatva oda-vissza válthat az egyes napok (vagy hetek/hónapok/évek) között. Emellett a beállított lépéscél grafikusán is megjelenik a diagramon.
- További beállítások megadásához érintse meg a [⚙️] szimbólumot (lásd **4.4.3 Adataim** című fejezet).

629 Steps

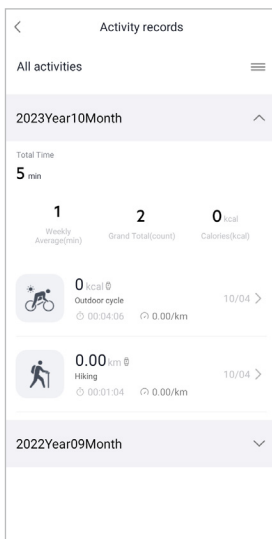
Distance 0.45 km





4.1.3 Aktivitásfeljegyzések

- Edzési tevékenységeinek áttekintéséhez érintse meg az **[AKTIVITÁSFELJEGYZÉSEK]** kártyát.
- Itt napok szerint rendezve láthatja aktivitásának áttekintését. A teljes időtartam, az átlagos heti időtartam, az összesített edzés és az elégetett kalória jelenik meg.
- A kiválasztott hónap lenyitásához és a megfelelő edzési tevékenységek megjelenítéséhez érintse meg a **[∨]** szimbólumot. A nap bezárásához érintse meg a **[^]** szimbólumot.
- Az egy bizonyos sportághoz tartozó tevékenységek megjelenítéséhez érintse meg a **[≡]** szimbólumot.
- Egy rögzített tevékenység részletes nézetének megnyitásához érintse meg a megfelelő tevékenységet. Ezután megtekintheti a tevékenységhez rögzített részletes adatokat. Láthatja például a GPS-en keresztül rögzített útvonalat, a tevékenység időtartamát, a teljesített lépésszámot, a megtett utat, az elégetett kalóriákat vagy a sebességet. Ezenfelül pulzusszámáról részletes kiértékelést kap.





4.1.4 Alváselemzés

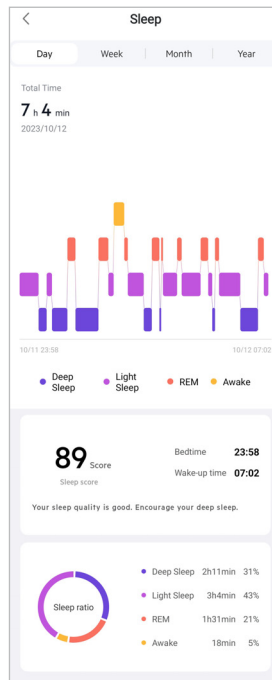
- Alvása elemzésének áttekintéséhez érintse meg az **[ALVÁS]** kártyát.
- Itt láthatja a teljes alvási idő áttekintését, valamint az alvási időtartam felosztását mélyalvásra, könnyű alvásra, ébrenléti fázisokra és REM-fázisokra. A képernyő közepén továbbá az alvás kezdetét és végét láthatja.
- Alapértelmezés szerint az alváselemzés napi nézetét látja.

Válassza ki a Day Week Month Year felső menüsorból a megjelenített időintervallumot.

Újját a diagramon hosszan balra és jobbra csúsztatva oda-vissza válthat az egyes napok (vagy hetek/ hónapok/évek) között. Itt egy hét, egy hónap vagy egy év alvási magatartásának áttekintését láthatja.

A képernyő alján a következő egy hétre, hónapra vagy évre vonatkozó adatok láthatók:

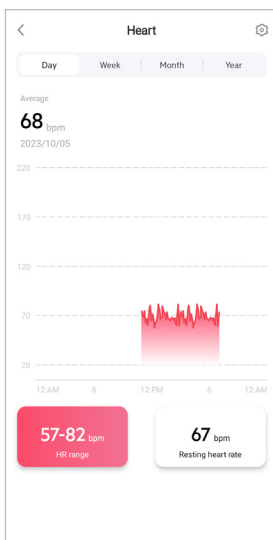
- Napi átlagos alvásidő
- Napi átlagos mélyalvás
- Napi átlagos könnyű alvás
- Alvási fázis átlagos kezdete
- Alvási fázis átlagos vége
- Átlagos REM-fázis
- Átlagos ébrenlét





4.1.5 Pulzusszámmérés

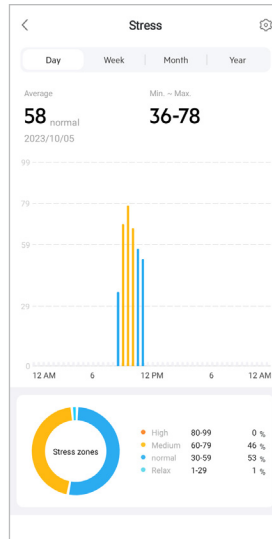
- A pulzusszámmérés áttekintéséhez érintse meg a **[PULZUSSZÁM]** kártyát.
- Itt láthatja az automatikus pulzusszámmérés összes rögzített értékét, valamint az átlagos pulzusszám, a pulzustartomány és a nyugalmi állapotú pulzusszám adott naphoz tartozó áttekintését. Újját a diagramon finoman balra és jobbra csúsztatva előhívhatja az egyes értékeket a megfelelő időpontokkal.
- Alapértelmezés szerint a pulzusszámmérés napi nézetét látja. Válassza ki a **Day** **Week** **Month** **Year** felső menüsorból a megjelenített időintervallumot. Újját a diagramon hosszan balra és jobbra csúsztatva oda-vissza válthat az egyes napok (vagy hetek/hónapok/évek) között.
- További beállítások megadásához érintse meg a **[⚙️]** szimbólumot.





4.1.6 Stresszmérés

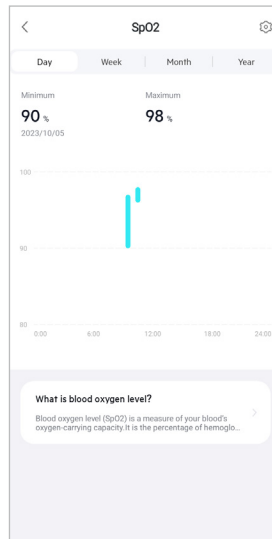
- A stresszmérés áttekintéséhez érintse meg a **[STRESSZ]** kártyát.
- Itt láthatja a stresszmérések összes rögzített értékét, valamint az adott naphoz tartozó átlagos stresszszintje, a stressztartományá áttekintését és a stressztartományát ábrázoló grafikont. Ujját a diagramon finoman balra és jobbra csúsztatva előhívhatja az egyes értékeket a megfelelő időpontokkal.
- Alapértelmezés szerint a stresszmérés napi nézetét látja.
Válassza ki a **Day** **Week** **Month** **Year** felső menüsorból a megjelenített időintervallumot. Ujját a diagramon hosszan balra és jobbra csúsztatva oda-vissza válthat az egyes napok (vagy hetek/hónapok/évek) között.
- További beállítások megadásához érintse meg a **[⚙️]** szimbólumot.





4.1.7 Véroxigénszint (SpO2)

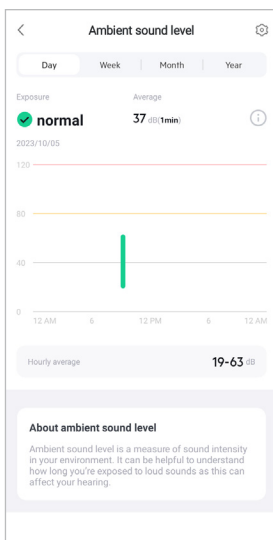
- A véroxigénszint-mérés áttekintéséhez érintse meg az **[SpO2]** kártyát. A mérést okosóráján keresztül manuálisan elvégezheti.
- Másik megoldásként állítsa be az automatikus véroxigénszint-mérést: érintse meg a **[⚙️]** szimbólumot a megfelelő beállítások elvégzéséhez.
- Itt megtekintheti az adott napra vonatkozó véroxigénszint-mérések összes rögzített értékét, illetve a legalacsonyabb és legmagasabb értékeket tartalmazó áttekintést. Újját a diagramon finoman balra és jobbra csúsztatva előhívhatja az egyes értékeket a megfelelő időpontokkal.
- Alapértelmezés szerint a véroxigénszint-mérés napi nézetét látja. Válassza ki a **Day** **Week** **Month** **Year** felső menüsorból a megjelenített időintervallumot. Újját a diagramon hosszan balra és jobbra csúsztatva oda-vissza válthat az egyes napok (vagy hetek/hónapok/évek) között.





4.1.8 Környezeti hangszint

- A mért környezeti hangszint áttekintéséhez érintse meg a [KÖRNYEZETI HANGSZINT] kártyát. A mérést okosóráján keresztül manuálisan elvégezheti.
- Itt megtekintheti az adott napra vonatkozó környezeti hangszint összes rögzített értékét, illetve a legalacsonyabb és legmagasabb értékeket tartalmazó áttekintést. A grafikonon ujját finoman balra és jobbra húzva a további napokra vonatkozó rögzített értékeket jeleníthet meg.
- Alapértelmezés szerint a környezeti hangszint napi nézetét látja. Válassza ki a Day Week Month Year felső menüsorból a megjelenített időintervallumot. Ujját a diagramon hosszan balra és jobbra csúsztatva oda-vissza válthat az egyes napok (vagy hetek/hónapok/évek) között. A mért értékeket ezután folyamatgömbben is láthatja.

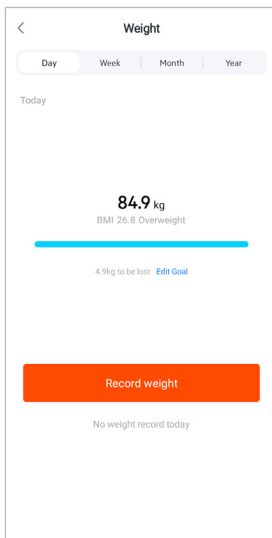




4.1.9 Súly

- A súlyértékek áttekintéséhez érintse meg a **[SÚLY]** kártyát.
- Itt láthatja súlyértékei alakulását, BMI (testtömeg-index)-értékét és a beállított célértékét.
- Az aktuális súlyának rögzítéséhez érintse meg a **[SÚLY FELJEGYZÉSE]** elemet.
- Súly-célértéke szerkesztéséhez érintse meg a **[CÉL SZERKESZTÉSE]** elemet.
- Alapértelmezés szerint a súlyértékek napi nézetét látja.

Válassza ki a **Day** **Week** **Month** **Year** felső menüsorból a megjelenített időintervallumot. Újját a diagramon hosszan balra és jobbra csúsztatva oda-vissza válthat az egyes napok (vagy hetek/hónapok/évek) között. A mért értékeket ezután folyamatgömbben is láthatja.





4.1.10 VO2max

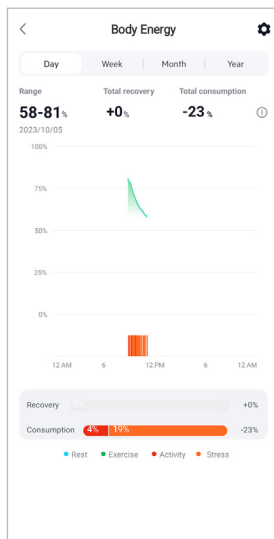
- A **[VO2MAX]** kártyát megérintve áttekintést kaphat viszonylagos VO2max (testsúlykilogrammonkénti oxigén percnként) szintjéről.
- A VO2max mérésének előfeltétele, hogy a **Futás a szabadban**, **Távfutás** vagy **Tájfutás** sport üzemmódok edzésegységeit teljesítse. Eközben a mért edzési pulzusnak legalább 90 másodpercen keresztül a feltehetően maximális pulzusának 75%-a fölé kell mennie. Ezt az Ön által megadott személyes adatokból számolja ki a rendszer.

4.1.11 Szívfrekvencia-variabilitás (HRV)

- A **[SZÍVFREKVENCIA-VARIABILITÁS (HRV)]** kártyát megérintve áttekintést kaphat szívfrekvencia-variabilitásáról.
- A szívfrekvencia-variabilitás (HRV) mérésének előfeltétele, hogy az alkalmazásban be legyen kapcsolva a folyamatos pulzusmérés funkció:
a megfelelő beállítások megadásához érintse meg a [🔧] szimbólumot.

4.1.12 Testenergia

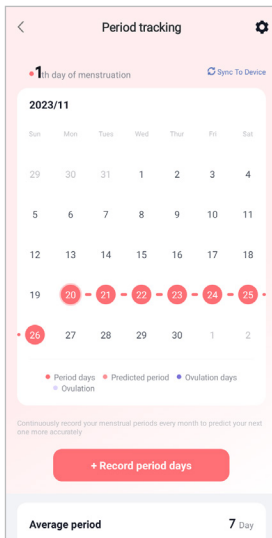
- A testenergia áttekintéséhez érintse meg a **[TESTENERGIA]** kártyát. A testenergia a szívfrekvencia-variabilitás, a stressz, az alvás és a végzett tevékenységek kombinációjából vezethető le, az aktuális napra vonatkozó energiatartalékainak megbecsléséhez.
- Alapértelmezés szerint a testenergia napi nézetét látja.
Válassza ki a Day Week Month Year felső menüsorból a megjelenített időintervallumot. Újját a diagramon hosszan balra és jobbra csúsztatva oda-vissza válthat az egyes napok (vagy hetek/hónapok/évek) között.
- A testenergia okosórán való megjelenítésének előfeltétele, hogy az alkalmazásban be legyen kapcsolva a **Testenergia automatikus felismerése** funkció:
megfelelő beállítások megadásához érintse meg a [🔧] szimbólumot.





4.1.13 Menstruációs ciklus

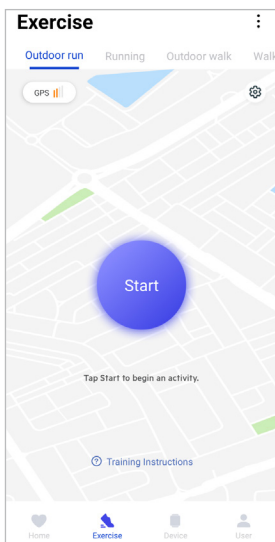
- A havi ciklus áttekintéséhez érintse meg a [MENSTRUÁCIÓS CIKLUS] elemet.
- Az aktuális menstruációs ciklus rögzítéséhez érintse meg a [MENSTRUÁCIÓ NAPJAINAK RÖGZÍTÉSE] elemet.





4.2 Edzés üzemmód

- Az alsó menüsoron érintse meg a **[GYAKORLAT]** elemet egy tevékenység elindításához az alkalmazáson keresztül. Tevékenysége egyidejűleg okosóráján is elindul. A tevékenység ezután akár az alkalmazáson keresztül, akár közvetlenül az okosóráján is vezérelhető.
- Ujját balra és jobbra csúsztatva előre és hátrafelé léptetheti az egyes tevékenységeket.
- Alapértelmezés szerint az alkalmazásban a következő tevékenységek aktiválódnak:
 - Futás a szabadban
 - Futás
 - Gyaloglás a szabadban
 - Gyaloglás
 - Túrázás
 - Kerékpározás a szabadban
- A megjelenítendő tevékenységek kiválasztásához érintse meg a jobb felső sarokban lévő **[⋮]** elemet és a **[SPORTOK SZERKESZTÉSE]** elemet. Összesen 6 tevékenység közül választhat. Elrejtetheti a tevékenységeket, és módosíthatja a tevékenységek sorrendjét.
- A lista tetején lévő és **[−]** szimbólummal jelölt tevékenységek jelennek meg. A lista alján lévő és **[+]** szimbólummal jelölt tevékenységek nem jelennek meg.
- A **[−]** vagy **[+]** szimbólum megérintésével eltávolíthat vagy hozzáadhat egy tevékenységet.
- Ezenkívül a tevékenységek sorrendjét is módosíthatja, ha a **[≡]** szimbólumot lenyomva tartja, és az adott tevékenységet a megfelelő helyre húzza.
- A következő beállításokhoz érintse meg a **[⚙️]** szimbólumot:
 - Rögzítsen egy edzési célt (távolságok, kalóriák, lépések, időtartam).
 - Aktiváljon egy riasztást egy cél elérésekor (1, 3, 5, 10 km).
 - Adjon meg egy pulzusszám-tartományt, és aktiváljon egy riasztást.







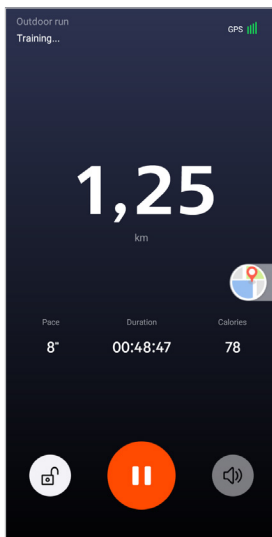


4.2.1 Tevékenység indítása (GPS-szel)

- A következő tevékenységek rögzítése történik GPS-támogatással:
 - Futás a szabadban
 - Gyaloglás a szabadban
 - Túrázás
 - Kerékpározás a szabadban
- A tevékenység megkezdéséhez érintse meg az **[INDÍTÁS]** elemet. A tevékenység elindul az okostelefonon és okosóráján.
- Az aktuális tevékenység közben láthatja a kiválasztott tevékenységhez tartozó eddig megtett összes kilométert, az aktuális sebességet, az eltelt időt és az aktuális pulzusszámot.

Az okostelefon kezelése

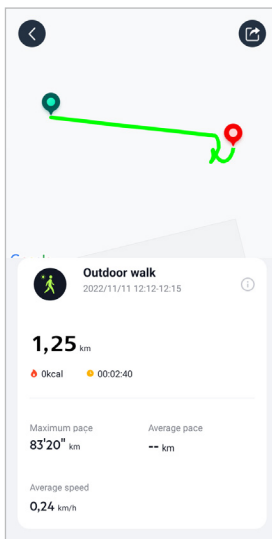
- Érintse meg a  szimbólumot, hogy a tevékenység közben megtekinthesse az aktuális pozícióját és a megtett utat megjelenítő kártyát.
- Ha a tevékenység közben zárolni szeretné a rögzített értékek áttekintését, érintse meg a  szimbólumot.
- A tevékenység megszakításához érintse meg a  szimbólumot.
- A tevékenység befejezéséhez érintse meg a  szimbólumot, és tartsa lenyomva, amíg a szimbólum körüli kör bezáródik, és a tevékenység befejeződik.





A „HAMA FIT MOVE” ALKALMAZÁS HASZNÁLATA

- A tevékenység befejezése után egy áttekintés jelenik meg tevékenységről. Az áttekintésben láthatja a tevékenységhez tartozó összes megtett kilométert, az elégetett kalóriákat, az átlagos pulzusszámot és időtartamát. Ezek között további részletes adatokat talál a sebességről és a lépésszámról. A pulzusszám-mérés és a sebesség adatainak megtekintéséhez ujjával húzza a képernyőt lefelé vagy felfelé.
- A tevékenység eredményeit ki is nyomtathatja vagy képernyőfelvételtként továbbíthatja.



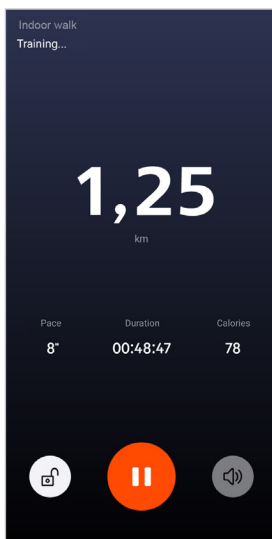


4.2.2 Tevékenység indítása (GPS nélkül)

- Az alábbi tevékenységek rögzítése GPS-támogatás nélkül történik:
 - Futás
 - Gyaloglás
- A tevékenység megkezdéséhez érintse meg az **[INDÍTÁS]** elemet. A tevékenység elindul az okostelefonon és okosóráján.
- Az aktuális tevékenység közben láthatja a kiválasztott tevékenységhez tartozó eddig megtett összes kilométert, az aktuális sebességet, az eltelt időt és az aktuális pulzusszámot.

Az okostelefon kezelése

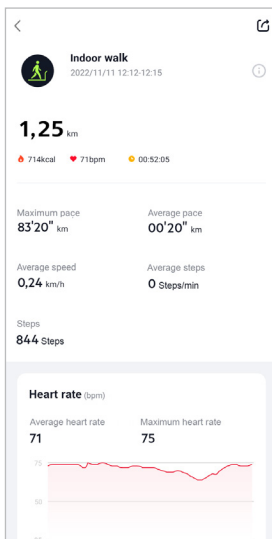
- Ha a tevékenység közben zárni szeretné a rögzített értékek áttekintését, érintse meg a [] szimbólumot.
- A tevékenység megszakításához érintse meg a [] szimbólumot.
- A tevékenység befejezéséhez érintse meg a [] szimbólumot, és tartsa lenyomva, amíg a szimbólum körüli kör bezáródik, és a tevékenység befejeződik.





A „HAMA FIT MOVE” ALKALMAZÁS HASZNÁLATA

- A tevékenység befejezése után egy áttekintés jelenik meg tevékenységről. Az áttekintésben láthatja a tevékenységhez tartozó összes megtett kilométert, az elégetett kalóriákat, az átlagos pulzusszámot és időtartamát. Ezek között további részletes adatokat talál a sebességről és a lépésszámról. A pulzusszám-mérés és a sebesség adatainak megtekintéséhez ujjával húzza a képernyőt lefelé vagy felfelé.
- A tevékenység eredményeit ki is nyomtathatja vagy képernyőfelvételtként továbbíthatja.





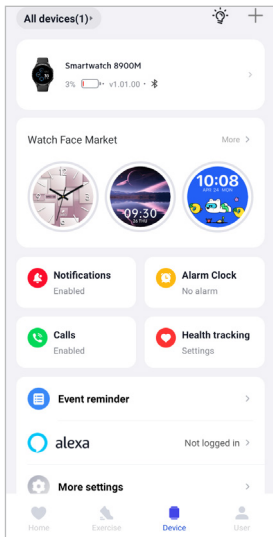
4.3 Eszközbeállítások

- Az okosóra különböző funkcióinak aktiválásához, beállításához és az okosórának az Ön egyéni igényeinek megfelelő testre szabásához érintse meg az alsó menüsor **[ESZKÖZ]** menüpontját.
- Ebben a menüben a képernyő tetején láthatja a csatlakoztatott okosórája különböző adatainak áttekintését is.
- Az okostelefon további eszközökkel való csatlakoztatásához érintse meg a **[+]** jelet.
- Az okosórájával kapcsolatos információk megtekintéséhez vagy a további funkciók eléréséhez érintse meg eszközét.
- Annak vizsgálatához, hogy okosóráján a legújabb szoftververzió van-e telepítve, illetve egy újabb szoftververzió letöltéséhez és az okosórán történő telepítéséhez érintse meg az **[ESZKÖZFRISSÍTÉSEK]** elemet.
- Okosórája újraindításához érintse meg az **[INDÍTSA ÚJRA AZ ESZKÖZT]** elemet, és erősítse meg az ezt követő kérdést. Az újraindítás előtt adatai az alkalmazással szinkronizálásra kerülnek.
- Érintse meg **[AZ ESZKÖZ VISSZA LETT ÁLLÍTVA A GYÁRI BEÁLLÍTÁSOKRA]** elemet, és erősítse meg az ezt követő kérdést az okosóra visszaállításához a gyári beállításokra. Ennek során az összes rögzített felhasználói adat törlésre kerül.
- Az okosóra és az okostelefon kapcsolatának megszüntetéséhez érintse meg az **[ESZKÖZ TÖRLÉSE]** elemet. Okosórájáról az összes személyes adat törlésre kerül.

Megjegyzés



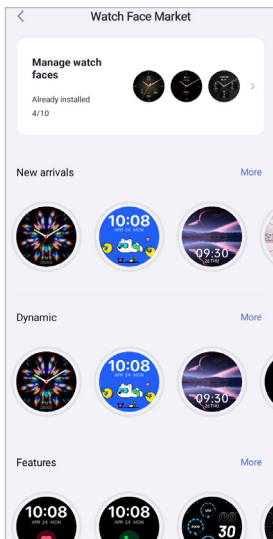
Az okostelefon és az okosóra közötti utolsó szinkronizálás időpontjának megjelenítéséhez érintse meg felül megjelenített eszközt, majd az **[ERRŐL]** elemet.





4.3.1 Kezdőképernyő

- Ha további óralapokat szeretne telepíteni az okosóra kezdőképernyőjéhez, érintse meg a **[SZÁMLAP-PIAC]** elemet. Különböző óralapok közül választhat. Érintse meg a megfelelő óralapot, amelyet szeretne beállítani, és erősítse meg a kiválasztást a **[TELEPÍTÉS]** gombbal. Ha elérte az eszközön telepíthető óralapok maximális számát, a rendszer a meglévő óralapok törlésére szólítja fel.



4.3.2 Értesítések

- A különböző alkalmazásokra és szolgáltatásokra vonatkozó értesítések aktiválásához érintse meg az **[ÉRTESTÍTÉSEK]** elemet. Ha a funkció be van kapcsolva, okosóráján értesítést kap az okostelefonra beérkező üzenetekről. Az alkalmazástól függően vagy értesítést kap az adott alkalmazás és a feladó megjelenítésével, vagy megjelenik az adott üzenet előnézete is.
- Válassza ki minden funkcionál vagy egészségügyi funkcionál, hogy az értesítéseket engedélyezi, elnémítja vagy kikapcsolja.

4.3.3 Hívások

- A bejövő hívásokra vonatkozó értesítési funkció aktiválásához érintse meg a **[HÍVÁSOK]** elemet. Ha a funkció be van kapcsolva, okosóráján értesítést kap a bejövő hívásokról. Láthatja, ki hívja, és szükség esetén elutasíthatja a hívást.
- A funkció aktiválásához érintse meg a képernyő jobb szélén lévő **[ON/OFF]** elemet. Ezután beállíthatja a **[GYAKORI NÉVJEGYEK]** funkciót.

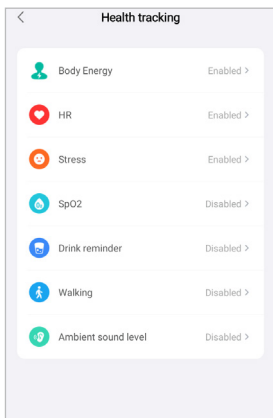
4.3.4 Ébresztőóra

- Ébresztési idők vagy emlékeztetők beállításához érintse meg az **[ÉBRESZTŐÓRA]** elemet.
- Új emlékeztető hozzáadásához érintse meg a képernyő közepén lévő **[+]** jelet.
- A beállított ébresztő aktiválásához érintse meg a képernyő jobb szélén lévő **[ON/OFF]** elemet.
- A létrehozott emlékeztető megérintésével ezt szerkesztheti. Az almenüben beállíthatja az emlékeztető típusát, a hét megfelelő napját, az emlékeztető időpontját, illetve további adatokat.



4.3.5 Egészségfigyelés

- Azon funkciókat, amelyek egészségét felügyelik és emlékeztetik Önt a szükséges mozgásra és/vagy folyadékbevitelre, az **[EGÉSZSÉGFIGYELÉS]** elem megérintésével állíthatja be.



4.3.5.1 Testenergia

- Érintse meg a **[TESTENERGIA]** elemet a funkció ki-/bekapcsolásához az almenüben az elem megérintésével.

4.3.5.2 Pulzusszámmérés

- További beállítások megadásához érintse meg a **[PULZUSSZÁM]** elemet.
- Válassza ki, hogy az értesítéseket engedélyezi, elnémítja vagy kikapcsolja.
- A folyamatos pulzusszámmérés bekapcsolásához érintse meg az elemet. A mérés gyakorisága egy napi 24 órás, intelligens felügyeleten alapul.

4.3.5.3 Stresszmérés

- További beállítások megadásához érintse meg a **[STRESSZ]** elemet.
- Válassza ki, hogy az értesítéseket engedélyezi, elnémítja vagy kikapcsolja.
- A folyamatos stresszmérés bekapcsolásához érintse meg az elemet. A mérés gyakorisága egy napi 24 órás, intelligens felügyeleten alapul.

4.3.5.4 Véroxigénszint-mérés


- További beállítások megadásához érintse meg az **[SPO2]** elemet.
- Válassza ki, hogy az értesítéseket engedélyezi, elnémítja vagy kikapcsolja.
- A folyamatos véroxigénszint-mérés bekapcsolásához érintse meg az elemet. A mérés gyakorisága egy napi 24 órás, intelligens felügyeleten alapul.

4.3.5.5 Ivási emlékeztető


- Érintse meg az **[IVÁSI EMLÉKEZTETŐ]** elemet a funkció ki-/bekapcsolásához az almenüben az elem megérintésével. Ezután adja meg az emlékeztető funkció további beállításait. Okosórája a beállított időközönként automatikusan rezgéssel és értesítéssel emlékezteti, hogy igyon valamit.




4.3.5.6 Mozgási emlékeztető

- Érintse meg a **[GYALOGLÁS]** elemet a funkció ki-/bekapcsolásához az almenüben az  elem megérintésével. Ezután adja meg az emlékeztető funkció további beállításait. Okosórája a beállított időközönként automatikusan rezgéssel és értesítéssel emlékezteti a szükséges mozgásra. További információkat az alkalmazás alján lévő szövegben talál.

4.3.5.7 Környezeti hangszint

- Érintse meg a **[KÖRNYEZETI HANGSZINT]** elemet a funkció ki-/bekapcsolásához az almenüben az  elem megérintésével. További információkat az alkalmazás alján lévő szövegben talál.

4.3.5.8 Menstruációs ciklus követése

- A funkció használatának előfeltétele, hogy be legyen kapcsolva az alkalmazásban: **[TOVÁBBI BEÁLLÍTÁSOK] > [MENSTRUÁCIÓS CIKLUS]**
- A funkció aktiválásával különféle adatokat állíthat be menstruációs ciklusával kapcsolatban és emlékeztetőket kaphat következő menstruációjára vagy termékeny időszakára.
- Az almenük segítségével beállíthatja a havi vérzés hosszát, a menstruációs ciklus hosszát és az utolsó havi vérzés dátumát.
- További beállítások megadásához érintse meg a  szimbólumot.



4.3.6 Eseményemlékeztető

- Érintse meg az **[ESEMÉNY EMLÉKEZTETŐ]** elemet, majd érintse meg a **[HOZZÁADÁS]** gombot az egyes események hozzáadásához.
- Szöveg beírásához érintse meg a szövegmezőket. Ezután rögzítse a dátumot, a pontos időt és az ismétlődések számát.

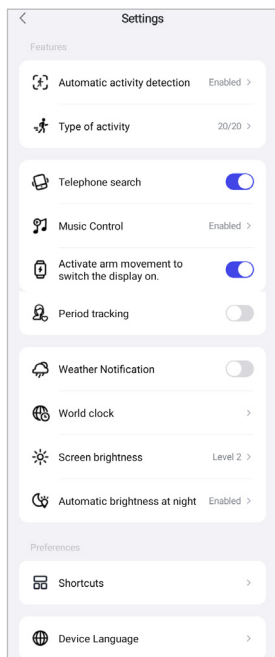
The screenshot shows the 'Event reminder' form with the following fields and values:

| Field | Value |
|------------------|------------|
| Reminder details | 0/75 |
| Notes | 0/150 |
| Date | 2023/11/20 |
| Time | 12:00 |
| Repeat | once |



4.3.7 További beállítások

- További beállítások elvégzéséhez és hasznos funkciók aktiválásához érintse meg a **[TOVÁBBI BEÁLLÍTÁSOK]** elemet.



4.3.7.1 Automatikus aktivitásérzékelés

- Érintse meg az **[AUTOMATIKUS AKTIVITÁSÉRZÉKELÉS]** elemet, és az almenüben kapcsolja be/ki a funkciót az egyes tevékenységeknél (gyaloglás, futás, elliptikus tréner, evezőpad) az **[☑]** elem megérintésével. Amikor ez a funkció be van kapcsolva, az okosóra automatikusan felismeri, ha hosszabb ideig végez egy adott tevékenységet, és megerősítés után rögzíti azt. További információkat az alkalmazás alján lévő szövegben talál.

4.3.7.2 Aktivitás típusa



- Az okosórán rögzítendő sport üzemmódok kiválasztásához érintse meg az **[AKTIVITÁS TÍPUSA]** elemet. 110 sport üzemmód közül választhat, és ebből 20 jeleníthető meg okosóráján. Elrejtheti a tevékenységeket, és módosíthatja a tevékenységek sorrendjét. A következő szinkronizálást követően az okosórával a tevékenységek a beállításoknak megfelelően megjelennek a kijelzőn.
- A lista tetején lévő és **[−]** szimbólummal jelölt tevékenységek aktuálisan megjelennek az okosóra kijelzőjén. A lista alján lévő és **[+]** szimbólummal jelölt tevékenységek nem jelennek meg.
- A **[−]** vagy **[+]** szimbólum megérintésével eltávolíthat vagy hozzáadhat egy tevékenységet.
- Ezenkívül a tárolt tevékenységek sorrendjét is módosíthatja, ha a **[≡]** szimbólumot lenyomva tartja, és az adott tevékenységet a megfelelő helyre húzza.




4.3.7.3 Telefonkeresés

- A funkció bekapcsolásához érintse meg az  elemet a **[TELEFONKERESÉS]** lehetőségnél. E funkció bekapcsolásával az okosóra a szétkapcsolt okostelefonját újra megtalálja.

4.3.7.4 Zenevezérlés

- Érintse meg a **[ZENEVEZÉRLÉS]** elemet, és az almenüben lévő  elem megérintésével aktiválja/deaktiválja a funkciót. Ha ez a funkció be van kapcsolva, akkor okosórájával különféle zenei, ill. streamingszolgáltatásokat vezérelhet az okostelefonján. Elindíthatja vagy leállíthatja a zenét, illetve zeneszámot léptethet előre és hátra.
- A **[ZENESZÁM]** melletti  elem megérintésével tekintheti meg a zeneszámokat okosórája kijelzőjén.


4.3.7.5 Karmozgás aktiválása

- A funkció aktiválásához érintse meg a **[KÉPERNYŐ BEKAPCSOLÁSA A KAR FELEMELÉSÉVEL]** lehetőségnél az  elemet. E funkció bekapcsolásával okosórája kijelzőjét be tudja kapcsolni a csuklója mozgásával.

4.3.7.6 Menstruációs ciklus

- A funkció bekapcsolásához érintse meg az  elemet a **[MENSTRUÁCIÓS CIKLUS]** lehetőségnél. A funkció bekapcsolásával okosóráján követheti menstruációs ciklusát.

4.3.7.7 Időjárás-értesítés

- A funkció bekapcsolásához érintse meg az  elemet az **[IDŐJÁRÁS-ÉRTESTÍTÉS]** lehetőségnél. E funkció bekapcsolásával megtekintheti okosóráján az adott napi és a következő hat napra vonatkozó időjárás-előrejelzéseket.

4.3.7.8 Világóra






- Érintse meg a **[VILÁGÓRA]** elemet a meglévő helyi idők (Berlin, London, New York, Tokió) megtekintéséhez, vagy továbbiak hozzáadásához. Okosóráján megtekintheti a különböző helyi időket.

4.3.7.9 Képernyő fényereje

- A képernyő fényerejének öt fokozatban történő beállításához érintse meg a **[KÉPERNYŐ FÉNYEREJE]** elemet.

4.3.7.10 Parancsikonok

A parancsikonokat az okosórája kijelzőjén keresztül érheti el, ha ujjával a képernyőt balra vagy jobbra húzza.

- Az okosóráján rögzítendő parancsikonok kiválasztásához érintse meg a **[PARANCSIKONOK]** elemet. Különböző parancsikonok közül választhat. Elrejtheti a parancsikonokat, és módosíthatja a parancsikonok sorrendjét. Alapértelmezés szerint a tevékenységi adatok napi nézetei, valamint a pulzusszám és a stressz mérése van beállítva. A következő szinkronizálást követően az okosórával a parancsikonok a beállításoknak megfelelően megjelennek a kijelzőn.
- A lista tetején lévő és  szimbólummal jelölt parancsikonok aktuálisan megjelennek az okosóra kijelzőjén. A lista alján lévő és  szimbólummal jelölt parancsikonok aktuálisan nem jelennek meg.
- A  vagy  szimbólum megérintésével eltávolíthat vagy hozzáadhat parancsikonokat.
- Ezenkívül a tárolt parancsikonok sorrendjét is módosíthatja, ha a  szimbólumot lenyomva tartja, és az adott parancsikont a megfelelő helyre húzza.



4.3.7.11 Az okosóra nyelvének beállítása

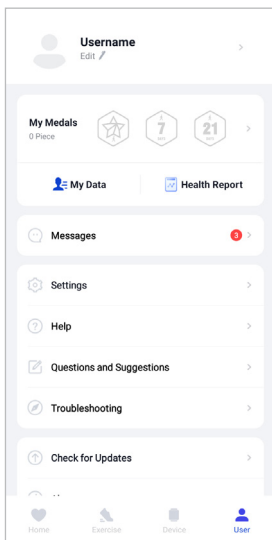
- Az okosóra nyelvének beállításához érintse meg az **[ESZKÖZ NYELVE]** elemet.
- Válassza a **[RENDSZER KÖVETÉSE]** lehetőséget, ha azt szeretné, hogy az okosórája nyelve megegyezzen az alkalmazás vagy az okostelefon nyelvével.
- Alternatív megoldásként 8 nyelv közül választhat, és ezeket az adott nyelv megérintésével manuálisan beállíthatja.

4.3.8 Használati utasítás

- Hasznos tippéért érintse meg a **[HASZNÁLATI UTASÍTÁS]** elemet.

4.4 Felhasználói beállítások

- Az alsó menüsorban érintse meg a **[FELHASZNÁLÓ]** elemet. Itt kezelheti felhasználói fiókját, és megadhatja személyes adatait és céljait. Ezenfelül az alkalmazáshoz további információkat kérhet le, amelyeket a következő fejezetben ismertetünk.





4.4.1 Személyes adatok

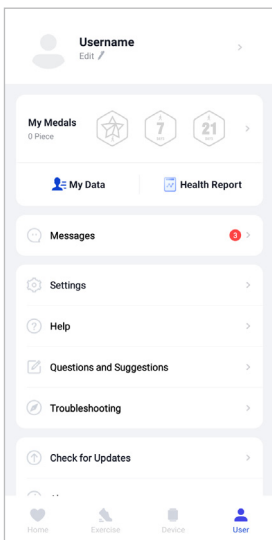
- Neve, neme, születési dátuma, magassága és súlya szerkesztéséhez érintse meg a felhasználói név alatti **[SZERKESZTÉS]** opciót. Kívánság szerint profilképet is beállíthat. Érintse meg a szerkeszteni kívánt bejegyzést.
- A megerősítéshez érintse meg az **[IGEN]** elemet.

| | |
|----------|---------|
| Gender | Male |
| Birthday | 1984/03 |
| Height | 178cm |
| Weight | 84,9kg |
| E-mail | |
| Region | Germany |



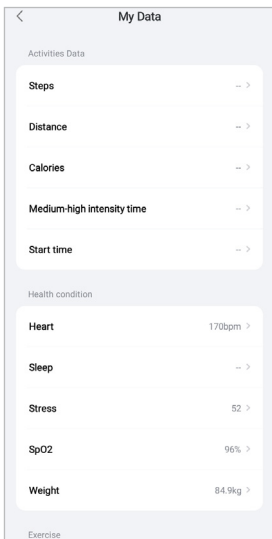
4.4.2 Érmeim

- Az **[ÉRMEK]** alatt megtekintheti személyes sikereit (érmeit). További információkhoz érintse meg a kívánt bejegyzést.



4.4.3 Adataim

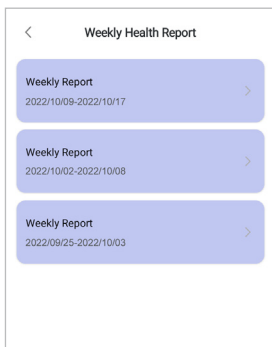
- Az **[ADATAIM]** alatt megtekintheti az összes rögzített értékét. További információkhoz érintse meg a kívánt bejegyzést.





4.4.4 Egészségi jelentés

- Az **[EGÉSZSÉGI JELENTÉS]** alatt megtekintheti az adott héten rögzített összes egészségügyi adatát és tevékenységét. Részletesebb információkhoz érintse meg a megfelelő heti jelentést.



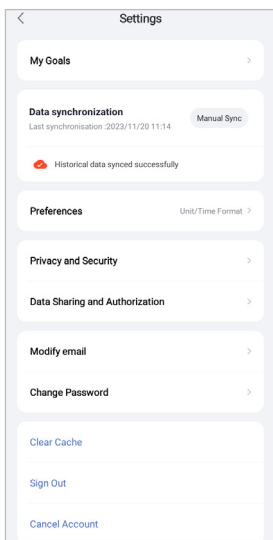
4.4.5 Hírek

- A **[HÍREK]** alatt áttekintést kap az alkalmazás újdonságairól, pl. új funkciókról vagy frissítésekről.



4.4.6 Beállítások

- A **[BEÁLLÍTÁSOK]** alatt különféle beállításokat végezhet, és információkat kérhet le. Megváltoztathatja a felhasználói fiókjához megadott e-mail-címét és jelszavát. Továbbá lehetőségében áll kilépni a felhasználói fiókból vagy akár teljesen törölheti is felhasználói fiókját.
- A megtett lépésszámra és a súlyra vonatkozó személyes céljainak rögzítéséhez érintse meg a **[CÉLJAIM]** elemet.
- Az okosóra és az alkalmazás közötti adatok manuális szinkronizálásának megkezdéséhez érintse meg a **[KÉZI SZINKRONIZÁLÁS]** elemet.
- A távolság, a magasság, a súly és a hőmérséklet mértékegységének megadásához érintse meg az **[ALAPÉRTELMEZETT BEÁLLÍTÁSOK]** elemet. Ezenkívül megadhatja, hogy a hét melyik napja legyen az adatok feldolgozásának első napja a héten.
- Annak beállításához, hogy mely adatok kerüljenek szinkronizálásra az alkalmazásból a felhővel, érintse meg az **[ADATVÉDELEM ÉS BIZTONSÁG]** elemet. Az összes adat törléséhez érintse meg a **[SZEMÉLYES ADATOK TÖRLÉSE A FELHŐBEN]** elemet.
- A rögzített adatok más alkalmazásokkal (pl. Apple Health, Google Fit, Strava) való megosztásának engedélyezéséhez érintse meg az **[ADATÁTVITEL ÉS ENGEDÉLYEZÉS]** elemet.
- Felhasználói fiókja e-mail-címének megváltoztatásához érintse meg az **[E-MAIL CÍM MÓDOSÍTÁSA]** elemet.
- Felhasználói fiókja jelszavának megváltoztatásához érintse meg a **[JELSZÓ MÓDOSÍTÁSA]** elemet.
- Ha törölni szeretné az ideiglenes adatokat az alkalmazásból, érintse meg a **[GYORSÍTÓTÁR TÖRLÉSE]** elemet. A folyamat során nem vesznek el rögzített adatok.
- Az aktuális felhasználói fiókból való kijelentkezéshez érintse meg a **[KIJELENTKEZÉS]** elemet.
- Felhasználói fiókja törléséhez érintse meg a **[FIÓK TÖRLÉSE]** elemet, és erősítse meg az ezt követő kérdést. Ebben az esetben az összes beállítás és rögzített adat törlésre kerül.





4.4.7 Segítség

- A gyakori kérdések válaszainak áttekintéséhez érintse meg a **[SEGÍTSÉG]** elemet. További információkhoz érintse meg a megfelelő kérdést.
- Ha kérdésére nem kapott választ, ellenőrizze a Hibaelhárítás részben található információkat (lásd **4.4.9 Hibaelhárítás** című fejezet), vagy küldje el kérdését a Hama terméktanácsadónak (lásd **4.4.8 Kérdések és javaslatok** című fejezet).

4.4.8 Kérdések és javaslatok

- Ha kérést vagy visszajelzést szeretne küldeni a Hama terméktanácsadónak, érintse meg a **[KÉRDÉSEK ÉS JAVASLATOK]** elemet.
- Válasszon ki egy területet a kérdés részletesebb kifejtéséhez. Ezenkívül képeket is hozzáadhat kéréséhez, és az okosóra és az alkalmazás közötti kapcsolatok naplójának megtekintését is engedélyezheti. Minden kérése esetében adja meg e-mail-címét.
- A kérés elküldéséhez érintse meg az alul található **[ELKÜLDÉS]** elemet.

4.4.9 Hibaelhárítás

- A gyakori kérdésekre adott válaszok áttekintéséhez érintse meg a **[HIBAEELHÁRÍTÁS]** elemet. További információkhoz érintse meg a megfelelő kérdést.
- Ha kérdésére nem talál választ, küldje el kérését a Hama terméktanácsadónak (lásd **4.4.8 Kérdések és javaslatok** című fejezet).

4.4.10 Frissítések ellenőrzése

- A „Hama FIT move” alkalmazás újabb verziójának megkereséséhez érintse meg a **[FRISSÍTÉSEK ELLENŐRZÉSE]** elemet. A rendszer automatikusan átirányítja a Google Play (Android) vagy az App Store (iOS) oldalára.

Megjegyzés



Az okostelefon alapértelmezett beállításainak automatikusan értesíteniük kell Önt az alkalmazás frissítéseiről.

4.4.11 Névjegy

- Az **[ERRŐL]** megérintésével információkat talál az alkalmazásról, például a használt alkalmazás verzióját, az adatvédelmi nyilatkozatot és a felhasználói megállapodást.
- Ha szeretné visszavonni az adatvédelmi szabályzathoz és a felhasználói megállapodásokhoz adott hozzájárulását, érintse meg a **[HOZZÁJÁRULÁS VISSZAVONÁSA]** elemet. Ügyeljen arra, hogy az alkalmazás a hozzájárulások nélkül nem használható.



5. Szavatosság kizárása

A Hama GmbH & Co KG semmilyen felelősséget vagy szavatosságot nem vállal a termék szakszerűtlen telepítéséből, szereléséből és szakszerűtlen használatából, vagy a használati útmutató és/vagy a biztonsági utasítások be nem tartásából eredő károkért.

6. Támogatott nyelvek


Az alábbi lista áttekintést nyújt a „Hama FIT move” alkalmazás által támogatott nyelvekről:


| | Angol | Német | Francia | Spanyol | Olasz | Svéd | Cseh | Lengyel | Finn | Magyar | Holland | Portugál | Orosz | Román | Szlovák | Bolgár | Görög | Norvég | Dán | Szerb | |
|---------------|-------|-------|---------|---------|-------|------|------|---------|------|--------|---------|----------|-------|-------|---------|--------|-------|--------|-----|-------|---|
| Hama FIT move | x | x | x | x | x | x | x | x | x | x | x | x | x | x | x | x | x | x | x | x | x |

hama

Hama GmbH & Co KG
86652 Monheim / Németország

Szerviz és támogatás

 www.hama.com

 +49 9091 502-0

H

The Bluetooth® word mark and logos are registered trademarks owned by Bluetooth SIG, Inc. and any use of such marks by Hama GmbH & Co KG is under license. Other trademarks and trade names are those of their respective owners.

All listed brands are trademarks of the corresponding companies. Errors and omissions excepted, and subject to technical changes. Our general terms of delivery and payment are applied.