

Sadržaj

Početak rada

Izgled	1
Tipke i dodirne radnje	1
Uparivanje s telefonom sa sustavom EMUI	4
Uparivanje s uređajem iPhone	4
Uparivanje uz telefon sa sustavom Android	5
Uparivanje s novim telefonom	6
Prilagođene kartice značajke	6

Pomoćnik

Načini postavke	8
Upravljanje porukama	9
Upravljanje brojčanicima sata	10
Brojčanika sata u obliku naljepnice	11
Brojčanik sata s videozapisima	12
Brojčanik sata iz aplikacije Galerija	13
Glasovni pozivi putem Bluetootha	14
Daljinski okidač	14
Upravljanje reprodukcijom glazbe	15
AI Voice	16
Assistant·TODAY	17

Upravljanje zdravljem

Prepoznavanje pada i poziv za pomoć u hitnim slučajevima	18
Emocionalna dobrobit	19
Uvidi u zdravlje	20
Praćenje spavanja	21
Analiza aritmije pulsnog vala	22
Mjerenje EKG-a	24
Mjerenje pulsa	25
Kalendar menstrualnog ciklusa	26
Mjerenje razine SpO2	27
Svijest o disanju tijekom spavanja	28
Otkrivanje krutosti arterija	29

Vježbanje

Postavke za Vježbanje	31
Prikaz podataka na zaslonu za vježbanje	31
Upotreba karte van mreže	32
Početak vježbanja	33
Povratna ruta	34

Vožnja bicikla	34
Trčanje po stazi	36
Crtanje rute	37
Način za golf	38
Aplikacija Ostanite u formi	40
Način ronjenja	41

Više

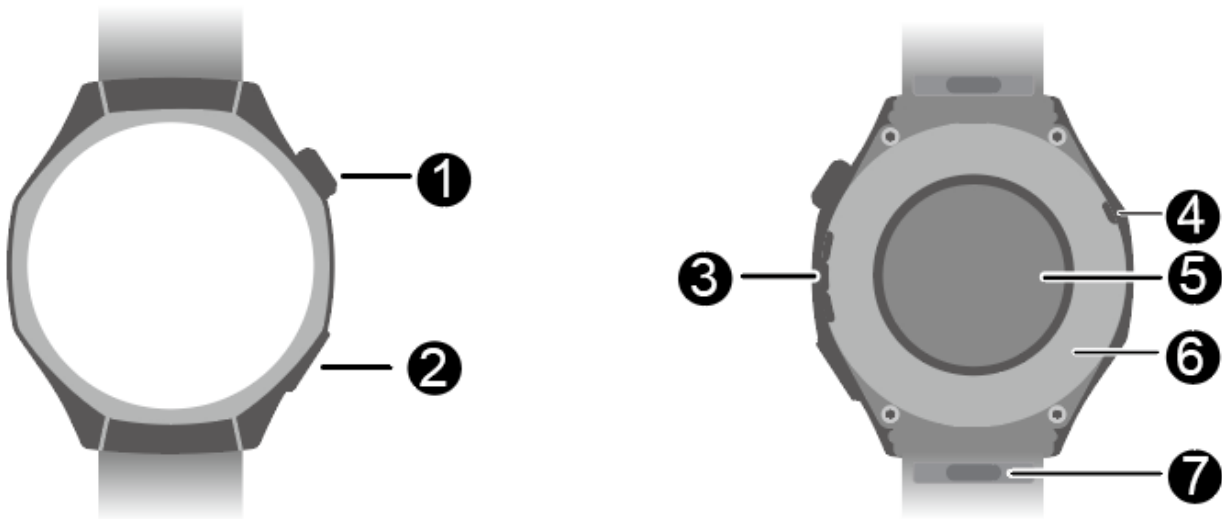
Upravljanje aplikacijama	43
Višezadaćnost	44
Punjenje	44
Povezivanje Bluetooth slušalica	45
Ažuriranja	46

Početak rada

Izgled

 Sljedeće slike služe samo u informativne svrhe. Izgled stvarnog proizvoda ima prednost.

Proizvod na sljedećim slikama je HUAWEI WATCH GT 6 Pro (46 mm).



Više o uređaju:

Br.	Opis
1	Tipka prema gore
2	Tipka prema dolje
3	Zvučnik
4	Mikrofon
5	Senzor pulsa
6	Područje za punjenje
7	Tipka za brzo otpuštanje

Tipke i dodirne radnje

Dodirni zaslon sata u boji podržava raspon dodirnih radnji, kao što su klizanje prema gore, dolje, ulijevo i udesno, kao i dodirivanje te dodirivanje i držanje.

Tipka prema gore

 Radnje se razlikuju tijekom poziva i vježbanja.

Radnja	Značajka
Rotiranje	• U načinu Popisa i Šesterokutne mreže: pomiče prema gore i dolje na popisu aplikacija. - Na prvom zaslonu s popisom aplikacija u načinu Šesterokutne mreže zakrenite kronicu u smjeru suprotno od kazaljke na satu ili kliznite prema dolje na zaslonu kako biste prikazali ili sakrili nazive aplikacija. • U aplikaciji: pomiče prema gore i dolje na zaslonu.  Za prelazak između načina Šesterokutne mreže i Popisa: • u bilo kojem načinu kliznite prema gore po zaslonu dok ne dosegnete zadnji zaslon s popisom aplikacija i dodirnite način Šesterokutna mreža ili Popis kako biste izvršili promjenu. • idite na Postavke > Brojčanik sata i početak > Početak i odaberite stavku Šesterokutna mreža ili stavku Popis.
Pritisak	• Kada je zaslon isključen: uključuje zaslon. • Na početnom zaslonu: vodi vas na zaslon s popisom aplikacija. • Na bilo kojem drugom zaslonu: vraća na početni zaslon. • Utišava dolazne Bluetooth pozive.
Dvostruki pritisak	Kada je zaslon uključen: vodi vas do zaslona s nedavnim zadacima za pregled svih pokrenutih aplikacija. Primjerice, tijekom sesije vježbanja dvaput pritisnite tipku prema gore kako biste prikazali pokrenute zadatke u pozadini, a zatim možete dodirnuti karticu za brojčanike sata i vratiti se na početni zaslon sata.
Pritisak i držanje	• Kada je sat isključen: Uključuje sat. • Kada je sat uključen: Vodi vas na zaslon za ponovno pokretanje / isključivanje. • Prisilno ponovno pokretanje sata kada se tipka pritisne i drži najmanje 12 sekundi.

Tipka prema dolje

Radnja	Značajka
Pritisak	Brza procjena odabranih značajki. Radi postavljanja značajki kojima želite pristupiti: 1 Pritisnite tipku prema gore kako biste otvorili popis aplikacija i idite na Postavke > Tipka prema dolje > Pritisni jednom. 2 Odaberite ciljne aplikacije za prilagođenu postavku. Nakon što završite, vratite se na početni zaslon i pritisnite tipku prema dolje za pristup odabranim značkama.
Pritisak i držanje	Pokreće AI Voice.  • Ova je značajka dostupna samo kada je sat uparen s telefonom tvrtke HUAWEI sa sustavom EMUI 10.1 ili novijom verzijom. • Značajka je podržana samo u određenim državama ili regijama. Na tim tržištima postavke za jezik i regiju moraju biti dosljedne.

Prečaci

Radnja	Značajka
Istodobni pritisak tipke prema gore i tipke prema dolje	Snima snimku zaslona i prenosi je u aplikaciju Galerija na telefonu.

Zaslonske kontrole

Radnja	Značajka
Dodir	Odabire i potvrđuje.
Dodir i držanje	• Na početnom zaslonu: otvara zaslon za uređivanje brojčanika sata. • Na kartici značajke: otvara zaslon za uređivanje kartice.
Klizanje prema gore	Na početnom zaslonu: prikazuje obavijesti.
Klizanje prema dolje	Na početnom zaslonu: Otvara Upravljačku ploču. • Možete omogućiti opciju Pronađi telefon ili postaviti Fokus. • Možete pregledati preostalu razinu napunjenosti baterije i status Bluetooth veze.
Klizanje ulijevo	Na početnom zaslonu: ulazi u kartice prilagođenih značajki.

Radnja	Značajka
Klizanje udesno	Na početnom zaslonu: ulazi u zaslon značajke Assistant-TODAY. U aplikaciji (ne obuhvaća početni zaslon aplikacije): vraća na prethodni zaslon.

Uparivanje s telefonom sa sustavom EMUI

- 1 Instalirajte aplikaciju **Huawei Zdravlje** ().
Ako ste već instalirali aplikaciju **Huawei Zdravlje**, otvorite je, idite na **Ja > Provjeri ažuriranja** i ažurirajte je na najnoviju verziju.
- 2 Idite u aplikaciju **Huawei Zdravlje > Ja > Prijava HUAWEI ID-om**. Ako nemate HUAWEI ID, registrirajte se kako biste ga dobili, a zatim se prijavite.
 Preporučuje se da se račun za odrasle upotrijebi za prijavu radi uspješnog uparivanja i veze između vašeg nosivog uređaja i telefona.
- 3 Uključite nosivi uređaj, odaberite jezik i započnite s uparivanjem.
- 4 Nosivi uređaj smjestite blizu telefona. U aplikaciji **Huawei Zdravlje**, dodirnite  u gornjem desnom kutu, a zatim **Dodaj uređaj**. Pronađite svoj nosivi uređaj u rezultatima pretraživanja i dodirnite **Poveži**. Osim toga, dodirnite **Skeniranje** i započnite uparivanje skeniranjem QR koda koji je prikazan na nosivom uređaju.
- 5 Kada se pojavi poruka **Sinkroniziranje poruke značajkom Bluetooth** na zaslonu aplikacije **Huawei Zdravlje**, dodirnite **Dopusti**.
- 6 Kada se na nosivom uređaju prikaže zahtjev za uparivanje, dodirnite  i pratite upute na zaslonu telefona kako biste dovršili uparivanje.
 Kako biste doživjeli optimalno iskustvo uz proslijeđene obavijesti, provjerite jesu li postavke obavijesti na telefonu pravilne.

Uparivanje s uređajem iPhone

-  Dostupno samo za iOS 13.0 i novije verzije.
- 1 Instalirajte aplikaciju **HUAWEI Zdravlje** ().
Ako ste već instalirali aplikaciju, ažurirajte je na najnoviju verziju.
Ako još niste instalirali aplikaciju, idite u trgovinu **App Store** na telefonu i potražite **HUAWEI Zdravlje** kako biste preuzeli i instalirali aplikaciju.
 - 2 Idite u aplikaciju **HUAWEI Zdravlje > Ja > Prijava HUAWEI ID-om**. Ako nemate HUAWEI ID, registrirajte se kako biste ga dobili, a zatim se prijavite.
 Preporučuje se da se račun za odrasle upotrijebi za prijavu radi uspješnog uparivanja i veze između vašeg nosivog uređaja i telefona.
 - 3 Uključite nosivi uređaj, odaberite jezik i uređaj postavite blizu telefona. Na početnom zaslonu aplikacije **HUAWEI Zdravlje**, dodirnite  u gornjem desnom kutu, a zatim **Dodaj uređaj**. Pronađite svoj nosivi uređaj u rezultatima pretraživanja i dodirnite **Poveži**.

Osim toga, možete dodirnuti **Skeniranje** i započeti uparivanje skeniranjem QR koda koji je prikazan na nosivom uređaju.

- 4 Kada se na vašem nosivom uređaju pojavi zahtjev za uparivanje, dodirnite ✓. Kada se skočni prozor pojavi u aplikaciji **HUAWEI Zdravlje** sa zahtjevom za uparivanje putem Bluetootha, dodirnite **Upari**. Pojaviti će se još jedan skočni prozor na kojem će vas se upitati želite li nosivom uređaju dopustiti prikaz obavijesti s telefona. Dodirnite **Dopusti** i slijedite upute na zaslonu.
 - 5 Pričekajte nekoliko sekundi dok se u aplikaciji **HUAWEI Zdravlje** ne pojavi poruka koja prikazuje uspješno uparivanje.
- i • Neka **HUAWEI Zdravlje** funkcionira u pozadini (i nemojte kliznuti prema gore da zatvorite aplikaciju) kako bi se zajamčila stabilnija veza između vašeg uređaja i aplikacije **HUAWEI Zdravlje**. Time će se omogućiti bolje iskustvo s proslijeđenim obavijestima za nove poruke i dolazne pozive s vašeg telefona.
 - Kako biste doživjeli optimalno iskustvo uz proslijeđene obavijesti, provjerite jesu li postavke obavijesti na telefonu pravilne.

Uparivanje uz telefon sa sustavom Android

- 1 Instalirajte aplikaciju **Huawei Zdravlje** (). Ako ste već instalirali aplikaciju **Huawei Zdravlje**, otvorite je, idite na **Ja > Provjeri ažuriranja** i ažurirajte je na najnoviju verziju. Ako još niste instalirali aplikaciju, idite u **trgovinu aplikacija** na telefonu i potražite **Huawei Zdravlje** kako biste preuzeli i instalirali aplikaciju.
- 2 Idite u aplikaciju **Huawei Zdravlje > Ja > Prijava HUAWEI ID-om**. Ako nemate HUAWEI ID, registrirajte se kako biste ga dobili, a zatim se prijavite.
 - i Preporučuje se da se račun za odrasle upotrijebi za prijavu radi uspješnog uparivanja i veze između vašeg nosivog uređaja i telefona.
- 3 Uključite nosivi uređaj, odaberite jezik i započnite s uparivanjem.
- 4 Nosivi uređaj smjestite blizu telefona. U aplikaciji **Huawei Zdravlje**, dodirnite  u gornjem desnom kutu, a zatim **Dodaj uređaj**. Pronađite svoj nosivi uređaj u rezultatima pretraživanja i dodirnite **Poveži**. Osim toga, dodirnite **Skeniranje** i započnite uparivanje skeniranjem QR koda koji je prikazan na nosivom uređaju.
- 5 Kada se na nosivom uređaju prikaže zahtjev za uparivanje, dodirnite ✓ i pratite upute na zaslonu telefona kako biste dovršili uparivanje.
- 6 Dodirnite **Postavke** i dovršite postavke za zaštitu povezivanja sata/narukvice kako biste zajamčili stabilniju vezu između uređaja i aplikacije **Huawei Zdravlje**. Time će se omogućiti bolje iskustvo s proslijeđenim obavijestima za nove poruke i dolazne pozive s vašeg telefona.
 - i Kako biste doživjeli optimalno iskustvo uz proslijeđene obavijesti, provjerite jesu li postavke obavijesti na telefonu pravilne.

Uparivanje s novim telefonom

Nosivi se uređaj odjednom može povezati samo s jednim telefonom. Stoga, ako sat želite upariti s novim telefonom, najprije morate prekinuti vezu s trenutnim telefonom.

- 1 Otvorite popis aplikacija i idite na **Postavke** > **Sustav i ažuriranja** > **Prekini vezu**.
 . Ako je trenutno povezani telefon iPhone, otvorite **Postavke** i odaberite **Bluetooth** kako biste pronašli nosivi uređaj. Dodirnite ikonu **i** i postavite opciju zaboravljanja uređaja.
- 2 Dodirnite **Prekini vezu** kako biste prekinuli vezu s povezanim telefonom.
- 3 Kada se na nosivom uređaju prikaže zaslon uparivanja, slijedite upute na zaslonu za uparivanje novog telefona.

Prilagođene kartice značajke

Nakon dodavanja često korištenih aplikacija kao kartica značajke jednostavno ćete moći kliznuti ulijevo na početnom zaslonu sata i prikazati te aplikacije te ih otvoriti. Kartica značajke može sadržavati jednu aplikaciju ili više njih, već prema potrebi.

Dodavanje kartice

- 1 Kliznite ulijevo na početnom zaslonu sata kako biste pristupili karticama značajke. Dodirnite i držite bilo koju karticu kako biste otvorili zaslon za uređivanje kartice.
- 2 Dodirnite stavku  i odaberite željenu karticu.
- 3 Sada kada ste gotovi, možete kliznuti ulijevo ili udesno na početnom zaslonu sata kako biste prikazali dodane kartice.

Uređivanje kombinirane kartice

- 1 Kliznite ulijevo na početnom zaslonu sata kako biste pristupili karticama značajke. Dodirnite i držite bilo koju karticu kako biste otvorili zaslon za uređivanje kartice.
- 2 Komponente možete mijenjati klizanjem ulijevo ili udesno na kartici i dodirivanjem opcije **Prilagođeno** na dnu kartice.
 . Komponente kombiniranih kartica mogu se samo zamijeniti, ali ne izbrisati.
 - Za dodavanje prilagođenog načina vježbanja kao kartice značajke, morat ćete najprije dodati ovaj način popisu načina vježbanja u aplikaciji Vježbanje.

Pomicanje/uklanjanje kartice

Kliznite ulijevo na početnom zaslonu sata kako biste pristupili karticama značajke. Dodirnite i držite bilo koju karticu kako biste otvorili zaslon za uređivanje kartice.

- Kako biste pomakli karticu, dodirnite i držite karticu i povucite je na mjesto gdje je želite postaviti.

- Za uklanjanje kartice dodirnite  na dnu kartice ili kliznite prema gore po kartici, a zatim dodirnite **Ukloni**.

Pomoćnik

Načini postavke

Možete brzo omogućiti ili onemogućiti način rada **Ne ometaj** / **Spavanje** u Upravljačkoj ploči na satu.

Omogućavanje načina rada **Ne ometaj**

Omogućite:

Kada je način rada **Ne ometaj** omogućen, sat neće zvoniti ili vibrirati tijekom primanja dolaznih poziva i obavijesti (osim značajke **Alarm**).

1 Kliznite prema dolje od vrha brojačnika sata kako biste pristupili značajci **Upravljačka ploča**, dodirnite **Fokus** i odaberite **Ne ometaj**.

2 Nakon postavljanja, **Upravljačka ploča** prikazuje se kao **Ne ometaj**.

Kako biste onemogućili način rada **Ne ometaj**, idite u značajku **Upravljačka ploča** i dodirnite



. Možete dodirnuti i držati za promjenu načina rada ili izvršavanja drugih postavki.

Zakazani početak:

1 Zaslону s postavkama za način rada **Ne ometaj** možete pristupiti na bilo koji od sljedećih načina:

- Kliznite prema dolje od vrha brojačnika sata kako biste pristupili značajci **Upravljačka ploča**, dodirnite **Fokus** i dodirnite  kraj načina rada **Ne ometaj**.
- Idite na popis aplikacija i dodirnite **Postavke** > **Fokus** > **Ne ometaj**.

2 Dodirnite **Dodaj vrijeme** i postavite **Početak**, **Kraj** i **Ponavljanje**.

Kako biste onemogućili zakazano pokretanje, isključite prekidač kraj odgovarajućeg razdoblja. (Ako je uređaj u načinu rada **Ne ometaj**, najprije isključite prekidač **Ne ometaj**.)

Omogućavanje načina rada **Spavanje**

Omogućite:

Kada je omogućen način rada **Spavanje**, sat neće zvoniti ili vibrirati za dolazne pozive i obavijesti (osim za **Alarm**). Podizanje radi buđenja također će se onemogućiti i sat će aktivirati Jednostavni način.

1 Kliznite prema dolje od vrha brojačnika sata kako biste pristupili značajci **Upravljačka ploča**, dodirnite **Fokus** i odaberite **Spavanje**.

2 Nakon postavljanja, **Spavanje** će se prikazati na Upravljačkoj ploči.

Kako biste onemogućili način rada **Spavanje**, idite u značajku **Upravljačka ploča** i dodirnite



. Možete dodirnuti i držati za promjenu načina rada ili izvršavanja drugih postavki.

Zakazani početak:

- 1 Zaslону s postavkama za način rada **Spavanje** možete pristupiti na bilo koji od sljedećih načina:
 - Kliznite prema dolje od vrha brojačnika sata kako biste pristupili značajci **Upravljačka ploča**, dodirnite **Fokus** i dodirnite  kraj načina rada **Spavanje**.
 - Idite na popis aplikacija i dodirnite **Postavke > Fokus > Spavanje**.

- 2 Dodirnite **Dodaj vrijeme** i postavite **Vrijeme za spavanje, Buđenje i Ponavljanje**.

Kako biste onemogućili zakazano pokretanje, isključite prekidač kraj odgovarajućeg razdoblja. (Ako je uređaj u načinu rada Spavanje, najprije isključite prekidač **Način Mirovanje**.)

Upravljanje porukama

Kada je nosivi uređaj povezan s aplikacijom **Huawei Zdravlje** i omogućena je značajka Obavijesti, nove poruke proslijeđene na statusnu traku telefona sinkronizirat će se s nosivim uređajem.

Omogućavanje značajke Obavijesti

- 1 Otvorite **Huawei Zdravlje**, idite na zaslón s pojedinostima o uređaju, dodirnite **Obavijesti** i uključite **Obavijesti**.
- 2 Na popisu aplikacija u nastavku uključite prekidače za aplikacije od kojih želite primati obavijesti.
 -  Na zaslonu **Obavijesti**, odjeljak **APLIKACIJE** prikazuje popis aplikacija od kojih možete primati obavijesti.

Postavke za proslijeđene obavijesti

Za primanje obavijesti na nosivom uređaju na temelju statusa upotrebe telefona, otvorite **Huawei Zdravlje**, idite na zaslón s pojedinostima o uređaju, dodirnite **Obavijesti** i uključite **Pametne obavijesti** ili **Utišaj obavijesti tijekom upotrebe telefona** (Ovaj je prekidač uključen prema zadanim postavkama).

- **HUAWEI telefoni:** Omogućite **Pametne obavijesti**:
Obavijesti će biti utišane na vašem nosivom uređaju kada upotrebljavate telefon. Nosivi će uređaj nastaviti primati obavijesti, ali neće vibrirati ili zvoniti.
Kada ne upotrebljavate telefon, ali nosite nosivi uređaj, primit ćete obavijesti o primljenim porukama putem nosivog uređaja i vaš telefon neće zvoniti ili vibrirati.
- **Drugi telefoni sa sustavom Android:** kada je omogućena značajka **Utišaj obavijesti tijekom upotrebe telefona**, obavijesti će biti utišane na nosivom uređaju dok upotrebljavate telefon. Nosivi će uređaj nastaviti primati obavijesti, ali neće vibrirati ili zvoniti.
 -  Značajke **Pametne obavijesti** ili **Utišaj obavijesti tijekom upotrebe telefona** nisu dostupne kada je nosivi uređaj uparen s uređajem iPhone.

Prikaz i brisanje nepročitanih poruka

- 1 Kada ga nosite, nosivi će uređaj vibrirati kako bi vas obavijestio o novim porukama proslijeđenim sa statusne trake telefona.
- 2 Nepročitane poruke zadržat će se na nosivom uređaju. Kako biste ih pogledali, kliznite prema gore na početnom zaslonu kako biste otvorili centar za poruke.
- 3 Kako biste izbrisali poruku, učinite sljedeće:
 - kliznite ulijevo po poruci koju želite izbrisati i dodirnite  kako biste je izbrisali.
 - Dodirnite  na dnu popisa poruka kako biste izbrisali sve poruke.

Odgovaranje na SMS poruke

- 1 Kako biste odgovorili na novu SMS poruku ili poruku s aplikacija WhatsApp, Messenger ili Telegram na nosivom uređaju, možete upotrijebiti brze odgovore ili emotikone. Podržane vrste poruka podliježu stvarnoj upotrebi.
- 2 Kako biste prilagodili brze odgovore, otvorite aplikaciju **Huawei Zdravlje**, idite na zaslon s pojedinostima o uređaju i dodirnite **Brzi odgovori**.
- 3 Možete dodirnuti opciju **Dodaj odgovor** kako biste dodali odgovor, dodirnuti postojeći odgovor kako biste ga uredili ili dodirnuti  pored odgovora kako biste ga izbrisali.
 -  • Ta značajka nije dostupna kada je nosivi uređaj uparen s uređajem iPhone.
 - Brzi SMS odgovori funkcioniraju samo sa SIM karticom koja je primila SMS poruku.

Upravljanje brojčanicima sata

Prilagodba brojčanika sata

Možete prilagoditi stil i komponente značajke brojčanika sata sukladno željama.

- 1 Dodirnite i držite bilo gdje na brojčaniku sata (početni zaslon uređaja) kako biste posjetili zaslon za odabir brojčanika sata i kliznite ulijevo ili udesno kako biste odabrali željeni brojčanik sata.
- 2 Dodirnite **Prilagođeno** ispod brojčanika sata i kliznite ulijevo ili udesno kako biste odabrali stil i značajke koje vam se sviđaju.
 - Na zaslonu **Stil** ili **Boja** kliznite prema gore ili dolje kako biste odabrali omiljeni stil ili boju.
 - Na zaslonu **Funkcija** dodirnite komponentu kako biste je zamijenili.
 -  Prilagođavanje je dostupno samo za brojčanike sata ispod koji je gumb **Prilagođeno**. Prilagođene mogućnosti razlikuju se ovisno o brojčaniku sata.

Promjena na drugi brojčanik sata

Na nosivom uređaju

Dodirnite i držite bilo gdje na brojčaniku sata kako biste posjetili zaslon za odabir brojčanika sata i kliznite ulijevo ili udesno kako biste pregledavali dostupne brojčanike sata. Dodirnite brojčanik sata koji želite upotrijebiti kako biste ga odabrali.

U aplikaciji Huawei Zdravlje

- 1 Otvorite aplikaciju **Huawei Zdravlje**, idite na zaslon s pojedinostima o uređaju i dodirnite **Moji brojčanici sata**.
- 2 Odaberite željeni zaslon sata i dodirnite opciju **Primijeni**.
Ako brojčanik sata nije instaliran, najprije ga instalirajte. Nakon što se instalira, uređaj će se automatski prebaciti na odabrani brojčanik sata.

Brisanje brojčanika sata

Na nosivom uređaju

- 1 Dodirnite i držite bilo gdje na brojčaniku sata kako biste posjetili zaslon s izborom brojčanika sata.
 - 2 Kliznite prema gore s dna zaslona i dodirnite opciju **Ukloni** kako biste izbrisali brojčanik sata.
-  Ako želite ponovno upotrijebiti brojčanik sata nakon što se izbriše, možete to učiniti na bilo koji od sljedećih načina:
- Dodirnite i držite bilo gdje na brojčaniku sata kako biste posjetili zaslon za odabir brojčanika sata, kliznite ulijevo na zadnji zaslon, dodirnite , a zatim dodirnite brojčanik sata kako biste ga ponovno upotrijebili.
 - Otvorite aplikaciju **Huawei Zdravlje**, idite na zaslon s pojedinostima o uređaju, dodirnite odjeljak **Moji brojčanici sata** i odaberite i postavite brojčanik sata.

U aplikaciji Huawei Zdravlje

- 1 Otvorite aplikaciju **Huawei Zdravlje**, idite na zaslon s pojedinostima o uređaju i idite na **Moji brojčanici sata > Upravljanje lokalnim brojčanicima sata**.
- 2 Dodirnite  u gornjem desnom kutu ciljnog brojčanika sata kako biste ga izbrisali.

 Ako ne vidite  u gornjem desnom kutu brojčanika sata, to označava da se brojčanik sata ne može izbrisati. Primjerice, **Galerija** se ne može izbrisati.

 - Ako ste kupili brojčanik sata i izbrisali ga putem odjeljka **Moji brojčanici sata > Upravljanje lokalnim brojčanicima sata**, morate ga ponovno instalirati samo kada ga želite ponovno upotrijebiti. Nema potrebe za ponovnim plaćanjem.

Brojčanika sata u obliku naljepnice

Više naljepnica možete odabrati ili prenijeti kako biste izradili jedinstveni brojčanik sata osobnog stila i widgeta te ih izmiješati dodirivanjem zaslona.

- 1 Otvorite aplikaciju **Huawei Zdravlje**, idite na zaslon s pojedinostima o uređaju i idite na **Moji brojčanici sata > Zabavna naljepnica**.



- 2 Odaberite željene naljepnice na zaslonima **Geometrijski**, **Emoji** i **Ljubimac** ili prenesite naljepnice dodirivanjem opcije **Prilagođeno** i zatim **+**.
- 3 Prilagodite postavke za **Izgled**, **Boja pozadine** i **Font**. Možete promijeniti i podatke koji se prikazuju na brojčaniku sata dodirivanjem opcije **Značajke**.
- 4 Dodirnite opciju **Postavi kao zadano** i vaš će nosivi uređaj promijeniti na novo postavljene brojčanik sata u obliku naljepnice. Možete ih promiješati dodirivanjem zaslona.

Brojčanik sata s videozapisima

- i** • Pobrinite se da ste ažurirali aplikaciju Huawei Zdravlje i sat na najnovije verzije.
 - Prilagođeni brojčanici sata s videozapisom nisu dostupni kada je sat uparen s uređajem iPhone.
- 1 Otvorite aplikaciju **Huawei Zdravlje**, idite na zaslon s pojedinostima o uređaju i idite na **Moji brojčanici sata > Video** kako biste pristupili zaslonu s postavkama brojčanika sata s videozapisima.
 - 2 Dodirnite **+**, odaberite način prijenosa, snimite novi videozapis ili odaberite postojeći videozapis koji želite prenijeti i dodirnite **✓**.
 - 3 Dodirnite **Stil**, **Položaj vremena** i **Značajke** kako biste postavili stil i položaj widgeta na brojčanik sata s videozapisima.
 - 4 Dodirnite **Primijeni** i vaš će se sat promijeniti na novo postavljene brojčanik sata s videozapisima.
 - i** • Prenijeti se može samo jedan brojčanik sata s videozapisima. Također možete odabrati unaprijed instalirani brojčanik s videozapisima. Prethodno instalirani brojčanici sata s videozapisima ne mogu se izbrisati.
 - Brojčanici sata s videozapisima služe za prelazak između različitih videozapisa. Sat će prelaziti između različitih videozapisa kada dodirnete brojčanik sata ili uključite zaslon.

Brojčanik sata iz aplikacije Galerija

Postavljanje brojčanika sata aplikacije Galerija

- 1 Otvorite aplikaciju **Huawei Zdravlje**, idite na zaslon s pojedinostima o uređaju i idite na **Moji brojčanici sata > Galerija** kako biste pristupili zaslonu s postavkama brojčanika sata iz aplikacije Galerija.
 - 2 Dodirnite , odaberite **Snimi fotografiju** ili **Odaberite sliku**, zatim odaberite sliku, povucite je kako biste prilagodili dio slike koji želite prikazati i dodirnite  u gornjem desnom kutu kako biste dovršili prijenos.
 - 3 Na zaslonu **Galerija**, postavite parametre **Boja**, **Stil** i **Značajke** po želji.
 - 4 U odjeljku **Ostale postavke**, omogućite ili onemogućite opciju **Podignite za prikaz nove slike** prema želji.
Kada je značajka omogućena i preneseno je više od jedne slike kao brojčanik sata iz aplikacije Galerija, prikazani brojčanik sata promijenit će se na drugu sliku svaki put kada aktivirate zaslon podizanjem zapešća. Kada je značajka onemogućena, podizanjem zapešća prikazat će se samo zadnja prikazana slika. Kako biste je promijenili trebat ćete dodirnuti zaslon.
 - 5 Dodirnite **Primijeni** i nosivi će uređaj promijeniti na brojčanik sata aplikacije Galerija.
-  Značajka brojčanika aplikacije Galerija podržava sljedeće formate slika: .gif, .jpg, .jpeg, .png, .bmp, .psd, .tif, .tiff, .webp i .pcx. Slike u formatu .gif pojavljuju se kao statične slike, a ne kao animacije.

Brojčanik sata aplikacije Galerija za OneHop

Uz OneHop jednostavno možete pretvoriti slike iz aplikacije Galerija na telefonu u brojčanike sata na satu. Ako želite, možete prenijeti više od jedne slike i dodirnuti zaslon s brojčanicima sata kako biste mijenjali slike i uživali u više prilagođenih brojčanika sata.

-  • Kako biste upotrebljavali tu značajku, pobrinite se da je nosivi uređaj povezan s aplikacijom **Huawei Zdravlje**.
- Ta je značajka dostupna samo kada je nosivi uređaj s NFC značajkom uparen s telefonom tvrtke HUAWEI koji podržava NFC.

Prije upotrebe te značajke pobrinite se da je na vaš uređaj primijenjena aplikacija **Galerija**.

- 1 Omogućite NFC na telefonu.
- 2 Otvorite aplikaciju Galerija, odaberite sliku za prijenos i dodirnite NFC područjem na pozadini telefona zaslona nosivog uređaja. Odabrana će se slika prikazati kao brojčanik sata potvrđujući uspješan prijenos.
Kako biste promijenili stil brojčanika sata, otvorite aplikaciju **Huawei Zdravlje**, idite na zaslon s pojedinostima o uređaju i idite na **Moji brojčanici sata > Galerija** te dovršite postavke.

Brisanje slike iz brojčanika sata aplikacije Galerija

Na zaslonu s postavkama aplikacije **Galerija**, dodirnite  kako biste otvorili zaslon za pregled slike, dodirnite  na slici koju želite izbrisati, a zatim se vratite na stranicu s postavkama aplikacije **Galerija** i dodirnite **Spremi**.

Glasovni pozivi putem Bluetootha

 Kako biste upotrebljavali tu značajku, pobrinite se da je nosivi uređaj povezan s aplikacijom **Huawei Zdravlje**.

Sinkroniziranje kontakata

na sat ne možete dodati kontakte. Kada je sat povezan s telefonom putem Bluetootha, kontakti s telefona automatski će se sinkronizirati sa satom.

-  • Ako kontakti nisu automatski sinkronizirani, otvorite popis aplikacija na satu i idite na **Kontakti > Sinkroniziraj kontakte > Sinkroniziraj**.
- Ako ne želite sinkronizirati kontakte, otvorite aplikaciju Huawei Zdravlje, pristupite zaslonu s pojedinostima o uređaju, idite na **Postavke uređaja > Upravljanje aplikacijama > Kontakti** i onemogućite **Sinkroniziranje podataka sa satom**. Ova opcija nije odstupna u aplikaciji HUAWEI Zdravlje na uređajima iPhone. Operacijski sustav iOS 18 podržava autorizaciju kontakata. Možete ići na **Postavke > Aplikacija > HUAWEI Zdravlje > Kontakti** i sinkronizirati kontakte prema potrebi.

Zvanje i odgovaranje na pozive

Za upućivanje poziva: Na nosivom uređaju idite na popis aplikacija, dodirnite **Zapisnik poziva** i odaberite kontakt koji želite nazvati.

-  • Ako upotrebljavate dvije SIM kartice, kada upućujete poziv kontaktu na satu, ne možete odabrati koju ćete SIM karticu upotrijebiti za poziv jer to određuju protokoli telefona. Za pojedinosti se obratite službi za korisnike proizvođača telefona.
- Kada upućujete poziv sa svog sata, zvuk će se reproducirati s vašeg sata, a vaš telefon prikazat će poruku da je Bluetooth poziv u tijeku. Za prebacivanje zvučnog kanala na vaš telefon, morat ćete postaviti svoj telefon na način rada Prijamnik.

Za odgovaranje na poziv: jednostavno dodirnite ikonu Odgovori kako biste primili dolazni poziv na svom nosivom uređaju kada vas podsjeti na dolazni poziv vašeg telefona. Nakon što se odgovori na poziv, zvuk će se reproducirati sa zvučnika nosivog uređaja.

Daljinski okidač

Daljinski okidač omogućuje pokretanje fotoaparata telefona i snimanja fotografija sa zapešća.

-  Ova je značajka dostupna samo kada se uređaj upari s telefonom tvrtke HUAWEI sa sustavom EMUI 10.1 ili novijom verzijom ili uređajem iPhone sa sustavom iOS 13.0 ili novijom verzijom. Ako upotrebljavate iPhone, najprije otvorite fotoaparat.

Daljinski okidač

- 1 Provjerite je li uređaj povezan s aplikacijom **Huawei Zdravlje**. Kliznite prema dolje do vrha početnog zaslona na satu i pobrinite se da se na Upravljačkoj ploči prikazuje , što ukazuje na to da je sat povezan s telefonom.
- 2 Otvorite popis aplikacija na satu i odaberite **Daljinski okidač**, koji će automatski pokrenuti fotoaparat na telefonu. Dodirnite ikonu okidača na zaslonu sata kako biste snimili fotografiju.

Postavljanje mjerača vremena za snimanje fotografije

- 1 Otvorite popis aplikacija na satu i odaberite **Daljinski okidač**, koji će automatski pokrenuti fotoaparat na telefonu. Dodirnite  na zaslonu Daljinski okidač kako biste postavili mjerač vremena za snimanje fotografija i ponovno dodirnite  kako biste se prebacili na drugi mjerač vremena.
- 2 Dodirnite ikonu okidača na zaslonu sata. Fotoaparat telefona snimit će fotografiju čim odbrojavanje završi.

Upravljanje reprodukcijom glazbe

Sat možete upotrijebiti za upravljanje reprodukcijom glazbe na telefonu ili za neovisnu reprodukciju glazbe.

-  Kako biste upotrebljavali tu značajku, nosivi uređaj mora biti odgovarajuće povezan s aplikacijom **Huawei Zdravlje**.

Upravljanje reprodukcijom glazbe na telefonu

- 1 Na telefonu otvorite aplikaciju **Huawei Zdravlje**, idite na zaslon s pojedinostima o uređaju, dodirnite aplikaciju **Glazba** i uključite opciju **Upravljajte glazbom na svom telefonu**.
 -  Ova postavka nije potrebna ako upotrebljavate iPhone.
- 2 Otvorite aplikaciju za reprodukciju glazbe na telefonu i pokrenite reprodukciju.
- 3 Na satu kliznite na početnom zaslonu udesno kako biste otvorili zaslon Assistant TODAY i dodirnite karticu Glazba. Ondje možete pauzirati reprodukciju, mijenjati pjesme i prilagođavati glasnoću.

Sinkronizacija glazbe sa satom

-  Prije sinkronizacije glazbe sa satom pobrinite se da su pjesme već preuzete na telefon putem aplikacije za glazbu i da su u formatu koji sat podržava.

- 1 Otvorite aplikaciju **Huawei Zdravlje**, idite na zaslon s pojedinostima o uređaju i idite na **Glazba > Upravljanje glazbom > Dodaj pjesme**.
- 2 Odaberite pjesme koje želite dodati i dodirnite ✓ u gornjem desnom kutu zaslona.
- 3 Otvorite zaslon upravljanja glazbom, dodirnite opciju **Novi popis za reprodukciju**, izradite naziv popisa za reprodukciju i dodajte željene pjesme. Pjesme koje ste prenijeli na sat možete kategorizirati za lakše upravljanje. U svakom trenutku možete ažurirati postojeći popis za reprodukciju tako što ćete dodirnuti ikonu ⋮ u gornjem desnom kutu zaslona popisa za reprodukciju i zatim opciju **Dodaj pjesme**.
- 4 Glazbene datoteke sinkronizirane sa satom mogu se reproducirati čak i bez internetske veze.
- 5 Kako biste izbrisali dodanu pjesmu, otvorite aplikaciju **Huawei Zdravlje**, idite na zaslon s pojedinostima o uređaju i idite na **Glazba > Upravljanje glazbom**. Na popisu glazbe dodirnite ikonu ⋮ kraj pjesme i odaberite opciju **Izbriši**.

Upravljanje reprodukcijom glazbe na satu

- 1 Na satu pritisnite tipku prema gore kako biste otvorili popis aplikacija, odaberite **Glazba** () ili otvorite drugu aplikaciju za glazbu i dodirnite **U tijeku je reprodukcija**.
- 2 Dodirnite tipku U tijeku je reprodukcija kako biste započeli reprodukciju.
- 3 Na zaslonu za reprodukciju glazbe možete prilagoditi glasnoću i postaviti slijed reprodukcije (kao što je Reproduciraj po redu i Izmiješaj).
- 4 Možete kliznuti prema gore po zaslonu kako biste prikazali popis za reprodukciju i prelazili između traka.

AI Voice

AI Voice na satu olakšava provjeru vremena i postavljanje alarma nakon što se sat poveže s telefonom putem aplikacije **Huawei Zdravlje**.

- Ova je značajka dostupna samo kada se sat upari s telefonom tvrtke HUAWEI sa sustavom EMUI 10.1 ili novijom verzijom.
 - Provjerite dosljednost sljedeće tri postavke: **jezik** i **regija** u dijelu **Postavke** sustava telefona i **država/regija koja je odabrana prilikom registracije** HUAWEI ID-ja (HUAWEI ID se upotrebljava za prijavu u aplikaciju **Huawei Zdravlje**).
 - Značajka je podržana samo u određenim državama ili regijama. Na tim tržištima postavke za jezik i regiju moraju biti dosljedne.

Upotreba aplikacije AI Voice

- 1 Otvorite popis aplikacija, idite na **Postavke > Pametna pomoć > AI Voice** i uključite **Tipka za buđenje**.
- 2 AI Voice možete pokrenuti na bilo koji od sljedećih načina:

- **Pokretanje gumbom:** pritisnite i držite tipku prema dolje kako biste otvorili zaslon za glasovni unos.
- **Upotreba značajke Assistant·TODAY:** kliznite udesno na zaslonu brojčanika sata kako biste otvorili zaslon značajke Assistant·TODAY i dodirnite ikonu za AI Voice kako biste otvorili zaslon za glasovni unos.

3 Izdajte glasovnu naredbu na prikazanom zaslonu, kao što je „Kako je vrijeme danas?” ili „Postavi alarm za sutra u 8 ujutro”.

Glasovno emitiranje

Glasovno emitiranje omogućeno je prema zadanom. Nakon onemogućavanja na satu se više neće reproducirati glasovne poruke.

Kako biste omogućili ovu značajku, otvorite popis aplikacija, idite na **Postavke > Pametna pomoć > AI Voice** i uključite **Emitiranje**.

Glasnoća najavljivanja može se prilagoditi tijekom najavljivanja pritiskom na tipke glasnoće na uparenom telefonu.

Assistant·TODAY

Assistant·TODAY pruža brži i lakši pristup uslugama, uključujući prognozu vremena na zaslonu i kontrole za reprodukciju glazbe.

Otvaranje/zatvaranje aplikacije Assistant·TODAY

Kliznite udesno na početnom zaslonu sata kako biste otvorili aplikaciju Assistant·TODAY. Zatim kliznite ulijevo na zaslonu kako biste izašli iz aplikacije Assistant·TODAY.

Brzi pristup aplikacijama

- 1** Kliznite udesno na početnom zaslonu sata kako biste otvorili aplikaciju Assistant·TODAY.
- 2** Na zaslonu aplikacije Assistant·TODAY dodirnite bilo koju karticu kako biste pristupili zaslonu s pojedinostima prateće aplikacije.

Kontrola zvuka/videozapisa

-  • Kontrole zvuka/videozapisa na telefonu putem značajke Assistant·TODAY na satu dostupne su samo za tekuće aplikacije za zvuk/videozapise prikazane u aplikaciji Upravitelj medijskim sadržajem na telefonu. Određene aplikacije nisu kompatibilne s aplikacijom Upravitelj medijskim sadržajem na telefonu. Ako Upravitelj medijskim sadržajem na telefonu prikazuje poruku koja ukazuje na to da kontrole za reprodukciju nisu podržane, isto se primjenjuje na kontrole na satu.

Upotrijebite karticu Kontrola zvuka/videozapisa na zaslonu aplikacije Assistant·TODAY za upravljanjem reprodukcijom zvuka/videozapisa na telefonu i satu. Napominjemo da će kontrola zvuka/videozapisa na telefonu funkcionirati samo ako je sat povezan na uobičajeni način s telefonom i ako se zvuk/videozapis reproducira na telefonu.

Upravljanje zdravljem

Prepoznavanje pada i poziv za pomoć u hitnim slučajevima

Nakon što se omogući prepoznavanje pada, sat će otkriti vaše držanje putem senzora za ubrzanje na satu. Ako sat otkrije da ste pali i možete postati onesposobljeni, on će omogućiti značajku za poziv u pomoć u hitnim slučajevima.

Kako biste onemogućili prepoznavanje pada, otvorite popis aplikacija na satu, idite na

Postavke > Poziv za pomoć u hitnim slučajevima i isključite **Prepoznavanje pada**.

-  • Sat ne može otkriti sve padove. Ponekad može protumačiti aktivnosti s jakim udarcima kao padove i aktivirati prepoznavanje pada.
- Ako je sat povezan s telefonom putem Bluetootha, a telefon sadržava dvije SIM kartice, unaprijed postavite zadanu karticu za uspostavu hitnih poziva.
- Kada je uparen s uređajem iPhone, sat ne može slati poruke za pomoć.

Postavljanje informacija u hitnom slučaju i kontakta za hitne slučajeve

Informacije u hitnom slučaju mogu pomoći hitnim službama u hitnom slučaju. Kako biste postavili informacije u hitnom slučaju i kontakte za hitne slučajeve, pratite sljedeće korake:

- 1 otvorite **Huawei Zdravlje** i idite na **Ja > Profil > Informacije u hitnom slučaju** kako biste dodali osobne podatke i podatke o zdravstvenoj njezi, kao što je krvna grupa.
- 2 Idite na **Kontakti za hitne slučajeve > Dodaj kontakte u hitnim slučajevima** i odaberite kontakt za hitne slučajeve koji biste željeli dodati. Osim toga, možete dodirnuti  kraj kontakta za hitne slučajeve kako biste izbrisali kontakt. Možete dodati do tri kontakta za hitne slučajeve.
 -  Pobrinite se da kontakte za hitne slučajeve postavite pravilnim redoslijedom. Ako se aktivira poziv za pomoć u hitnim slučajevima, sat će nazvati prvi kontakt za hitne slučajeve i poslati poruke za pomoć svim kontaktima za hitne slučajeve.

Prikaz informacija u hitnom slučaju

Na satu

Otvorite popis aplikacija na satu i idite na **Postavke > Poziv za pomoć u hitnim slučajevima** kako biste pogledali informacije u hitnom slučaju.

Na telefonu

Otvorite **Huawei Zdravlje**, odaberite **Ja > Profil > Informacije u hitnom slučaju** kako biste pogledali informacije u hitnom slučaju.

Prepoznavanje pada i automatski poziv za pomoć u hitnim slučajevima

- 1 Otvorite popis aplikacija na uređaju, idite na **Postavke > Poziv za pomoć u hitnim slučajevima** i omogućite **Prepoznavanje pada**.
- 2 Ako sat otkrije da ste pali i da možete postati onesposobljeni, prikazuje skočni prozor i postavlja vam upit o upućivanju poziva u hitnim slučajevima.
- 3 Ako odaberete  ili ne izvršite nijednu radnju na satu u roku od 60 sekundi, sat aktivira poziv za pomoć u hitnim slučajevima.
 - Ako su kontakti za hitne slučajeve postavljeni, sat će automatski nazvati prvi kontakt za hitne slučajeve i poslati poruku za pomoć koja sadrži vašu trenutačnu lokaciju svim kontaktima za hitne slučajeve.
 - Ako nije postavljen nijedan kontakt za hitne slučajeve, moći ćete odabrati prikazane brojeve javnih hitnih službi.

Ručno pokretanje poziva za pomoć u hitnim slučajevima

Pritisnite tipku prema gore brzo pet puta zaredom kako biste pokrenuli poziv za pomoć u hitnim slučajevima.

- Ako su kontakti za hitne slučajeve postavljeni, sat će automatski nazvati prvi kontakt za hitne slučajeve i poslati poruku za pomoć koja sadrži vašu trenutačnu lokaciju svim kontaktima za hitne slučajeve.
- Ako nije postavljen nijedan kontakt za hitne slučajeve, moći ćete odabrati prikazane brojeve javnih hitnih službi.
-  • Ako je onemogućeno **Prepoznavanje pada**, sat neće pokrenuti poziv za pomoć u hitnim slučajevima nakon prepoznavanja velikog pada. U tom slučaju pritisnite tipku prema gore brzo pet puta zaredom.

Emocionalna dobrobit

-  • Podaci i rezultati mjerenja služe samo kao referenca i ne smiju služiti kao temelj za postavljanje medicinskih dijagnoza ili liječenje. Ako osjetite bilo kakvu nelagodu, potražite liječničku pomoć.
- Ova je značajka dostupna samo na određenim tržištima. Primjerice, značajka nije dostupna u određenim europskim zemljama.

Omogućavanje Dodatni zapisi o emocijama/stresu

- 1 Otvorite popis aplikacija na uređaju i dodirnite aplikaciju **Emocionalna dobrobit**. Ako aplikaciju upotrebljavate prvi put, dodijelite dozvole i pogledajte uvod u aplikaciju i vodič za rad. Zatim ćete biti preusmjereni na zaslon aplikacije **Emocionalna dobrobit**.
- 2 Otvorite **Huawei Zdravlje**, idite na zaslon s pojedinostima o uređaju, dodirnite **Praćenje zdravlja** i uključite **Dodatni zapisi o emocijama/stresu**.

- Kada aplikaciju upotrebljavate prvi put, morat ćete neko vrijeme nosivi uređaj držati uključenim prije nego što podaci o emocionalnom stanju postanu dostupni.
- Podaci o emocionalnom stanju nisu dostupni kada spavate.

Prikazivanje/izmjenjivanje podataka o emocijama

Na nosivom uređaju:

otvorite popis aplikacija na uređaju i dodirnite aplikaciju **Emocionalna dobrobit** kako biste otvorili početni zaslon aplikacije, gdje je trenutačno emocionalno stanje prikazano putem animacije. Kliznite prema gore kako biste pogledali više podataka.

Na telefonu:

idite na **Huawei Zdravlje > Emocionalna dobrobit** kako biste prikazali podatke o emocijama/stresu i pročitajte analizu i savjete prema različitim vremenskim rasponima.

Za prikaz svih povijesnih podataka idite na **Huawei Zdravlje > Emocionalna dobrobit**,

dodirnite  u gornjem desnom kutu i dodirnite **Svi podaci**.

- Ako smatrate da rezultat testa nije točan, dodirnite ikonu za uređivanje kraj podataka o emocijama na vrhu kako biste izmijenili podatke o emocijama.

Podsjetnici na raspoloženje

- 1 Otvorite popis aplikacija na uređaju i dodirnite aplikaciju **Emocionalna dobrobit**.
- 2 Kliznite prema gore kako biste otvorili zaslon **Postavke**, dodirnite **Postavke podsjetnika** i uključite **Raspoloženje** kako bi vam nosivi uređaj slao obavijesti na temelju najnovijeg raspoloženja.
Kada vaš uređaj otkrije da ste nedavno neko vrijeme bili pod stresom, podsjetnici na raspoloženje uključivat će savjete o tome kako da se posložite i oporavite na bolje emocionalno stanje.

Uvidi u zdravlje

Uvod

Ova aplikacija prati promjene u zdravlju. Pruža analizu trenda zdravlja i upozorenja na temelju raspona osobnih podataka o zdravlju, kao što su SpO2, puls, spavanje, trajanje vježbanja, Prsteni aktivnosti i emocionalna dobrobit.

- Uvidi nisu dostupni svakodnevno i možda se neće generirati ako se nosivi uređaj ne nosi dulje razdoblje ili tijekom spavanja.
- Prije nego što možete prikazati podatke na uređaju, morate ga nositi dva dana zaredom. Nosite uređaj često i dulja razdoblja za dobivanje točnijih rezultata.
- Promjene u zdravlju mogu uzrokovati različiti faktori. Uvidi se temelje na složenoj analizi ovih faktora i mogu prepoznati odnose među njima. Kratkotrajne promjene ovih podataka mogle bi biti anomalija ili simptom nečeg ozbiljnijeg.
- Ovo nije medicinski softver i ne može se upotrebljavati kao osnova za postavljanje medicinske dijagnoze. Savjeti o zdravlju pružaju se samo za referencu. Bilo kakvim poboljšanjima zdravlja pristupite na temelju stvarnog zdravlja.

Omogućavanje obavijesti Uvida u zdravlje

Nakon omogućavanja uređaj će vas podsjetiti da prikazete rezultate analize Uvida u zdravlje ako su ažurirani i ako ih na vrijeme ne pogledate.

Kako biste omogućili ovu značajku, otvorite aplikaciju **Huawei Zdravlje**, kliznite prema dolje po zaslonu, dodirnite karticu u odjeljku **Uvidi u zdravlje**, idite na  > **Postavke**, a zatim uključite **Obavijesti Uvida u zdravlje**.

Prikazivanje podataka za Uvide u zdravlje

Na nosivom uređaju:

otvorite popis aplikacija na uređaju i dodirnite **Uvidi u zdravlje** kako biste prikazali pregled izvještaja za Uvide u zdravlje. Kliznite prema gore po zaslonu kako biste prikazali rezultate za svaku stavku. Kada upotrebljavate aplikaciju prvi put, slijedite upute na zaslonu kako biste dovršili autorizaciju.

Na telefonu:

otvorite aplikaciju **Huawei Zdravlje**, kliznite prema gore po zaslonu i dodirnite karticu u odjeljku **Uvidi u zdravlje**. Možete pregledati sljedeće podatke:

- dodirnite **Istaknuti uvidi** kako biste pregledali sažetak izvještaja analize podataka o zdravlju.
- Dodirnite **Trendovi** kako biste pregledali trend za svaku stavku. Trendovi se mogu odražavati na promjene u zdravlju. Nastavite nositi nosivi uređaj ili bilježiti podatke o zdravlju i fizičkoj spremnosti u aplikaciji Huawei Zdravlje kako biste prepoznali trendove.

Praćenje spavanja

Nosivi uređaj pravilno nosite tijekom spavanja i on će automatski snimati trajanje vašeg spavanja i prepoznati jeste li u dubokom snu, laganom snu, REM fazi ili ste budni.

Postavke spavanja

- 1** Otvorite popis s aplikacijama na satu, dodirnite **Spavanje**, kliznite prema gore za pristup zaslonu **Više** i dodirnite **Način Mirovanje**.
- 2** Možete omogućiti opciju **Način Mirovanje** ili **Raspored**.
 - Značajka je **Način Mirovanje** onemogućena prema zadanom. Kada je omogućen, nosivi uređaj neće zvoniti ili vibrirati tijekom dolaznih poziva i obavijesti (osim kada se aktivira alarm). Onemogućit će se i Podizanje radi buđenja, zbog čega će se na uređaju aktivirati pojednostavljeni način.
 - Kada je omogućena opcija **Raspored**, vaš će nosivi uređaj otvoriti/zatvoriti način Mirovanje kao što je zakazano.

Ako želite dodati zakazano razdoblje, dodirnite **Dodaj vrijeme** i postavite **Vrijeme za spavanje**, **Buđenje** i **Ponavljanje**. Zatim dodirnite **U redu**.

Za brisanje zakazanog razdoblja dodirnite cilj, a zatim **Izbriši**. Na satu možete urediti samo prethodno postavljena zakazana razdoblja, ali ih ne možete izbrisati.

Omogućavanje/onemogućavanje značajke HUAWEI TruSleep™

Otvorite aplikaciju **Huawei Zdravlje**, idite na zaslon s pojedinostima o uređaju, zatim idite na **Praćenje zdravlja** > **HUAWEI TruSleep™** i uključite ili isključite prekidač za **HUAWEI TruSleep™**.

HUAWEI TruSleep™ omogućen je prema zadanom. Ako se onemoguće ručno, podaci o spavanju ne mogu se dobiti i analiza spavanja postat će nedostupna.

Prikaz/brisanje podataka o spavanju

Prikaz podataka o spavanju

- Otvorite popis aplikacija na uređaju i odaberite **Spavanje** kako biste provjerili podatke o spavanju tijekom noći i drijemanju, kao i podatke o zdravlju tijekom spavanja. Dodirnite  za više pojedinosti o opisu rezultata.
- Pristupite početnom zaslonu aplikacije **Huawei Zdravlje** i dodirnite karticu **Spavanje** kako biste prikazali detaljne podatke. Na zaslonu **Spavanje** dodirnite  u gornjem desnom kutu, a zatim **Svi podaci** kako biste pristupili zapisima o povijesnim podacima.

Brisanje podataka o spavanju

- 1** Pristupite početnom zaslonu aplikacije **Huawei Zdravlje** i dodirnite karticu **Spavanje**.
- 2** Idite na  > **Svi podaci** i dodirnite ikonu za brisanje u gornjem desnom kutu kako biste odabrali i izbrisali zapise o povijesnim podacima prema potrebi.

Analiza aritmije pulsnog vala

Analiza aritmije pulsnog vala upotrebljava visokoprecizni PPG senzor na nosivom uređaju za otkrivanje abnormalnih ritmova otkucaja srca.

-  Svi podaci i rezultati mjerenja služe samo kao referenca i ne smiju služiti kao temelj za postavljanje medicinskih dijagnoza. Ako osjetite bilo kakvu nelagodu, pravovremeno potražite liječničku pomoć.
- Ova je značajka dostupna samo na određenim tržištima. Za pojedinosti pogledajte službeno web-mjesto tvrtke Huawei.

Aktivacija aplikacije

- 1 Kako biste upotrebljavali tu značajku, najprije ažurirajte aplikaciju **Huawei Zdravlje** na najnoviju verziju.
- 2 Pristupite početnom zaslonu aplikacije **Huawei Zdravlje**, idite na **Srce > Analiza aritmije pulsog vala** i aktivirajte značajku **Analiza aritmije pulsog vala**.

Mjerenje na nosivom uređaju

- 1 Dvaput provjerite nosite li nosivi uređaj pravilno i podlakticu smjestite ravno na stol ili u krilo tako da su ruke i prsti opušteni.
- 2 Otvorite popis aplikacija na uređaju i idite na **Analiza aritmije pulsog vala > Izmjeri**.
- 3 Budite mirni i pričekajte dovršetak mjerenja, a zatim pogledajte svoje rezultate na zaslonu nosivog uređaja. Možete dodirnuti  kako biste pogledali opis rezultata. Za više pojedinosti pristupite početnom zaslonu aplikacije **Huawei Zdravlje** na telefonu i idite na **Srce > Analiza aritmije pulsog vala**.

Omogućavanje automatskih mjerenja i podsjetnika

- 1 Pristupite početnom zaslonu aplikacije **Huawei Zdravlje**, idite na **Srce > Analiza aritmije pulsog vala** i dodirnite  u gornjem desnom kutu, a zatim **Automatsko mjerenje**.
 - 2 Uključite prekidač za **Automatsko otkrivanje aritmije**. Nakon omogućavanja nosivi će uređaj automatski izvoditi mjerenja dok ga nosite u stanju mirovanja. Uključite prekidač za **Upozorenja o aritmiji**. Nakon omogućavanja primat ćete upozorenja putem nosivog uređaja kada se otkriju neuobičajeni ritmovi otkucaja srca.
-  Ako se tijekom mjerenja otkrije da je ritam otkucaja srca neuobičajen, na nosivom će se uređaju prikazati skočna obavijest. Ako nosite nosivi uređaj koji podržava EKG, dobit ćete podsjetnik za EKG mjerenje.
 - Upozorenja će se slati samo kada je dio neuobičajenih rezultata visok iz više mjerenja kako bi se izbjegla nepotrebna zabrinutost. Nosivi će uređaj vibrirati, uključiti zaslon i prikazati upozorenje u skočnom prozoru kada ste budni. Ako otkrije da spavate, prikazat će se samo upozorenje u skočnom prozoru.

Onemogućavanje usluge

Pristupite početnom zaslonu aplikacije **Huawei Zdravlje**, idite na **Srce > Analiza aritmije pulsog vala**, dodirnite  u gornjem desnom kutu, a zatim **Više o > Onemogući uslugu** i pratite upute na zaslonu.

Tumačenje rezultata

Rezultati se mogu razlikovati od rezultata EKG analize. Posavjetujte se s medicinskim stručnjakom o rezultatima. Nemojte samostalno tumačiti rezultate i ne liječite se sami.

Pristupite početnom zaslonu aplikacije **Huawei Zdravlje** i idite na **Srce > Analiza aritmije pulsno vala** radi prikaza svojih podataka u stupčastim grafikonima. Osim toga, možete dodirnuti  u gornjem desnom kutu, a zatim **Pomoć** za više informacija o rezultatima mjerenja.

 Rezultati mjerenja mogu ovisiti o marketinškoj strategiji u različitim zemljama/regijama.

Rezultati mjerenja: nema nepravilnosti ili sumnji na fibrilaciju atrijsku

Mjerenje EKG-a

Elektrokardiogram (EKG) grafički je zapis električne aktivnosti srca. EKG pruža uvid u srčani ritam i može pomoći u prepoznavanju nepravilnih otkucaja srca i probiru potencijalnih zdravstvenih rizika. Podržana su samo jednokratna mjerenja.

-  • Ova je značajka trenutno dostupna samo na satu HUAWEI WATCH GT 6 Pro.
- Ova je značajka dostupna samo na određenim tržištima. Za pojedinosti pogledajte službeno web-mjesto tvrtke Huawei. Prevladava stvarno stanje.

Prije nego što počnete

- Ovu značajku upotrebljavajte u skladu sa zakonima i propisima o medicinskim uređajima u vašoj lokalnoj jurisdikciji.
- Ova značajka nije namijenjena korisnicima mlađim od 18 godina.
- Ova značajka nije namijenjena osobama s ugrađenim elektrostimulatorom srca ili drugim implantatima.
- Snažno elektromagnetsko polje izazvat će velike smetnje EKG signala. Izbjegavajte upotrebljavati ovu značajku u okruženjima snažnog elektromagnetskog polja.
- Svi podaci prikupljeni tijekom upotrebe ove aplikacije služe samo za referencu i ne smiju se upotrebljavati za medicinsko ispitivanje, dijagnozu ili liječenje.

Prije upotrebe

-  Kako biste upotrebljavali tu značajku, najprije ažurirajte aplikaciju **Huawei Zdravlje** na najnoviju verziju.

Ako po prvi put upotrebljavate aplikaciju **EKG**, otvorite aplikaciju **Huawei Zdravlje > Zdravlje > Srce > EKG** i slijedite upute na zaslonu za aktivaciju aplikacije EKG.

Mjerenje EKG-a

- 1** Provjerite nosite li ispravno uređaj. Otvorite popis aplikacija i odaberite **EKG** (). Ako po prvi puta upotrebljavate značajku, odredite na kojem zapešću nosite uređaj. Ovu postavku

možete promijeniti u bilo kojem trenutku na početnom zaslonu aplikacije EKG dodiranjem na ikonu Postavke na dnu zaslona.

- 2 Postavite ruke ravno na stol ili na svoje krilo s opuštenim rukama i prstima.
- 3 Nježno stavite prst ruke na kojoj nije uređaj na elektrodu (tipka prema dolje) i držite ga nepomično. Mjerenje će se automatski pokrenuti.
 -  Tijekom mjerenja budite mirni, dišite ravnomjerno i izbjegavajte pričanje. Držite prst u odgovarajućem kontaktu s elektrodom, ali izbjegavajte prejako pritiskanje.
 - Suha koža prsta može negativno utjecati na mjerenje. Ako primijetite da vam je prst suh, navlažite ga s malo vode kako biste poboljšali vodljivost.
 - Trajanje jednog mjerenja je 30 sekundi.
- 4 Budite mirni i pričekajte dovršetak mjerenja, a zatim pogledajte svoje rezultate na zaslonu sata. Možete dodirnuti  kako biste pogledali opis rezultata. Za više pojedinosti pristupite zaslonu aplikacije **ZdravljeHuawei Zdravlje** i otvorite **Srce > EKG**. Kako biste preuzeli EKG izvješće, dodirnite ikonu za preuzimanje u gornjem desnom kutu zaslona s pojedinostima o EKG-u.

Tumačenje rezultata

- Posavjetujte se s medicinskim stručnjakom o rezultatima mjerenja. Nemojte samostalno tumačiti rezultate i ne liječite se sami.
- Ova značajka ne može otkriti krvne ugruške, srčanu grešku ili druge vrste aritmija ili srčanih problema.
- Ova značajka ne može otkriti srčane udare ili povezane komplikacije. Ako osjećate bol, stiskanje ili pritisak u grudima ili primijetite neke druge simptome, odmah potražite liječničku pomoć.
- Nemojte mijenjati doze lijekova na temelju podatka dobivenih ovom značajkom bez prethodnog savjetovanja s medicinskim stručnjacima.

Mjerenje pulsa

-  Mjerni podaci i rezultati mjerenja služe samo za referencu i nisu namijenjeni za medicinsku upotrebu.
- Za optimalnu točnost mjerenja pulsa dobro pričvrstite uređaj na iznad kosti zapešća za najbolje moguće pristajanje. Tijekom vježbanja ga bolje pričvrstite.
- Na mjerenje pulsa mogu utjecati vanjski čimbenici, kao što su niske temperature okoline, pokreti ruke ili tetovaže na ruci.

Neprekidno praćenje pulsa

- 1 Otvorite aplikaciju **Huawei Zdravlje**, idite na zaslon s pojedinostima o uređaju i idite na **Praćenje zdravlja > Neprekidno praćenje pulsa** i pobrinite se da je omogućeno **Neprekidno praćenje pulsa**.
- 2 Postavite **Način nadgledanja** na **Pametno** ili **Stvarno vrijeme**.

- **Pametno:** automatski prilagođava učestalost mjerenja ovisno o vašem stanju aktivnosti.
- **Stvarno vrijeme:** prati vaš puls u stvarnom vremenu bez obzira na stanje aktivnosti.

3 Pristupite početnom zaslonu aplikacije **Huawei Zdravlje**, dodirnite karticu **Srce**, zatim dodirnite  u gornjem desnom kutu, a zatim **Svi podaci** i prikažite podatke o puls. Možete izbrisati bilo koji zapis o podacima.

-  • Praćenje u stvarnom vremenu povećat će potrošnju energije uređaja, dok Pametno praćenje više štedi energiju.
- Zaslona za praćenje na uređaju prikazuje najviše i najniže pulsove izmjerene na trenutačni dan, kao što su podaci prikazani u odjeljku .

Upozorenja o puls

- 1** Otvorite aplikaciju **Huawei Zdravlje**, idite na zaslon s pojedinostima o uređaju, zatim idite na **Praćenje zdravlja > Neprekidno praćenje pulsa**, uključite **Neprekidno praćenje pulsa** i postavite **Upozorenje za visoki puls** i **Upozorenje za niski puls** prema potrebi.
- 2** Uređaj će vibrirati i prikazati upozorenje kada vaš puls ostane iznad/ispod postavljene vrijednosti više od 10 min tijekom mirovanja.

Pojedinačno mjerenje pulsa

-  Podaci o puls iz pojedinačnih mjerenja neće se sinkronizirati s aplikacijom **Huawei Zdravlje**.
- 1** Otvorite aplikaciju **Huawei Zdravlje**, idite na zaslon s pojedinostima o uređaju, zatim idite na **Praćenje zdravlja > Neprekidno praćenje pulsa** i isključite **Neprekidno praćenje pulsa**.
 - 2** Otvorite popis aplikacija na nosivom uređaju, odaberite **Puls**, započnite mjerenje i pričekajte da se rezultat prikaže.

Kalendar menstrualnog ciklusa

Aktivacija aplikacije

Ako ovu značajku upotrebljavate prvi put, pobrinite se da su sat i telefon povezani i dovršite aktivaciju značajke.

- 1** Pristupite početnom zaslonu aplikacije **Huawei Zdravlje**, dodirnite karticu **Kalendar menstrualnog ciklusa**, preuzmite paket značajki, postavite razdoblje podataka i dodirnite **Započni**.
Ako kartica **Kalendar menstrualnog ciklusa** nije na početnom zaslonu aplikacije Huawei Zdravlje, dodirnite **Uredi** i dodajte karticu.
- 2** Obavijest za aktivaciju pojaviti će se u obliku skočnog prozora na satu kada ga nosite. Ako narukvica nije na zapešću, obavijest će se pohraniti u centru za poruke.
Dodirnite opciju **Otvori aplikaciju** kako biste otvorili zaslon s izjavom o zaštiti privatnosti. Složite se s izjavom o zaštiti privatnosti i bit ćete preusmjereni na početni zaslon za **Kalendar menstrualnog ciklusa**.

Dodirnite **U redu** za povratak na prethodni zaslon.

Bilježenje i prikazivanje mjesečnica na satu

- 1 Pritisnite tipku prema gore na satu kako biste otvorili popis aplikacija, pronađite i odaberite **Kalendar menstrualnog ciklusa** kako biste pristupili početnom zaslonu aplikacije na kojem ćete vidjeti kalendar menstrualnog ciklusa. Dodirnite  s desne strane naziva aplikacije kako biste prelazili između mjesečnog prikaza i prikaza prstenastog grafikona. Na zaslonu za mjesečni prikaz kliznite ulijevo i udesno kako biste prikazali podatke za prethodna i sljedeća tri ciklusa.
- 2 Dodirnite **Uredi** ili  kako biste unijeli vrijednosti **Početak** i **Kraj** mjesečnice. Kliznite prema gore na zaslonu za prikaz više pojedinosti.

Bilježenje mjesečnica u aplikaciji Huawei Zdravlje

- 1 Pristupite početnom zaslonu aplikacije **Huawei Zdravlje**, dodirnite karticu **Kalendar menstrualnog ciklusa**, odaberite određeni datum i uključite opcije **Mjesečnica je započela** ili **Mjesečnica je završila** za bilježenje trajanja razdoblja. Osim toga, možete zabilježiti parametar **Fizički simptomi**.
- 2 Na zaslonu **Kalendar menstrualnog ciklusa** dodirnite  u gornjem desnom kutu kako biste izvršili sljedeće postavke:
 - Dodirnite **Postavke** kako biste uključili ili isključili **Predviđanja ovulacije i plodnog razdoblja** i druge prekidače prema potrebi i postavili **Trajanje mjesečnice** i **Trajanje menstrualnog ciklusa**.
 - Uključite prekidač za opciju **Predviđanja**. Nakon što omogućite opciju, sat će (ako se nosi cijelo vrijeme, osobito tijekom noći) kombinirati praćene podatke o zdravlju, kao što su tjelesna temperatura, puls i brzina disanja radi generiranja boljih predviđanja ciklusa.
 -  Ta je značajka dostupna samo na određenim modelima uređaja. Ako se opcija **Predviđanja** ne može pronaći na uređaju, to znači da značajka nije dostupna. Prednost ima stvarno korisničko sučelje.
 - Dodirnite **Zapisi o mjesečnici** kako biste prikazali **Prosječno trajanje mjesečnice** i **Prosječno trajanje menstrualnog ciklusa**.
 - Dodirnite opciju **Svi podaci** za prikaz povijesnih podataka.

Mjerenje razine SpO2

-  Kako biste osigurali točnost mjerenja veličine SpO2, nosivi uređaj nosite na pravilan način i tako da bude priljubljen. Provjerite je li modul za praćenje u izravnom kontaktu s kožom, bez ikakvih prepreka.

Pojedinačno mjerenje veličine SpO2

- 1 Još jednom provjerite da nosite nosivi uređaj ispravno i budite mirni.

- 2 Otvorite popis aplikacija i kliznite prema gore ili dolje sve dok ne pronađete aplikaciju **SpO₂**, a zatim dodirnite tu opciju.
- 3 Dodirnite **Izmjeri**. (Stvarno sučelje proizvoda ima prednost.)
- 4 Nakon pokretanja mjerenja veličine SpO₂, obavezno budite mirni i neka zaslon uređaja bude okrenut prema gore.

Automatsko mjerenje veličine SpO₂

Kada je omogućena, uređaj će automatski izmjeriti i zabilježiti SpO₂ kada otkrije da mirujete. Ovaj pokazatelj posebno je važan kada spavate ili se nalazite na visokoj nadmorskoj visini.

- 1 Kako biste omogućili ovu značajku, otvorite aplikaciju **Huawei Zdravlje**, idite na zaslon s pojedinostima o uređaju, zatim idite na **Praćenje zdravlja** > **Automatsko mjerenje razine SpO₂** i uključite **Automatsko mjerenje razine SpO₂**.
- 2 Dodirnite opciju **Upozorenje za nisku razinu SpO₂** i postavite donju granicu za primanje upozorenja dok ste budni.

Pregled podataka o veličini SpO₂

Otvorite početni zaslon aplikacije **Huawei Zdravlje**, dodirnite opciju **SpO₂** i odaberite datum za prikaz podataka za SpO₂ na taj dan.

Svijest o disanju tijekom spavanja

Značajka Svijest o disanju tijekom spavanja pomaže u otkrivanju prekida u disanju dok spavate.

Aktivacija aplikacije

-  Ova je značajka dostupna samo na određenim tržištima.
 - Prije upotrebe ove značajke povežite nosivi uređaj s aplikacijom Huawei Zdravlje.
- 1 Otvorite **Huawei Zdravlje**, otvorite zaslon **Zdravlje**, dodirnite karticu **Spavanje**, kliznite prema gore dok ne dosegnete dno zaslona i dodirnite **Svijest o disanju tijekom spavanja**.
 - 2 Ako prvi put upotrebljavate značajku, slijedite upute na zaslonu kako biste je aktivirali. Zatim je **Svijest o disanju tijekom spavanja** omogućena prema zadanom.
 - 3 Sada su postavke dovršene. Nosite uređaj na spavanje i on će otkriti i analizirati prekide u disanju tijekom spavanja.

Prikaz podataka

Idite na **Huawei Zdravlje** > **Zdravlje** > **Spavanje**, dodirnite **Svijest o disanju tijekom spavanja** na dnu zaslona i bit ćete preusmjereni na zaslon značajke gdje možete vidjeti najnoviji rezultat otkrivanja i sažetak zapisa podataka.

Omogućavanje/onemogućavanje Svijest o disanju tijekom spavanja

Idite na **Huawei Zdravlje > Zdravlje > Spavanje > Svijest o disanju tijekom spavanja**,

dodirnite  u gornjem desnom kutu, a zatim **Svijest o disanju tijekom spavanja** i uključite ili isključite prekidač za **Svijest o disanju tijekom spavanja**.

Onemogućavanje usluge

Idite na **Huawei Zdravlje > Zdravlje > Spavanje > Svijest o disanju tijekom spavanja**,

dodirnite  u gornjem desnu kutu, idite na **Više o > Onemogućići uslugu** i pratite upute na zaslonu kako biste dovršili postavke.

Otkrivanje krutosti arterija

Krutost arterija naziva se i elastičnost arterija. Povećanje krutosti rani je pokazatelj oštećenja arterije i mogao bi ukazivati na povećanje rizika od srčane bolesti.

Brzina pulsog vala (BPV) odnosi se na brzinu pri kojoj valovi tlaka putuju po velikim arterijama svaki put kada srce kuca i pumpa krv u arterije. To je učinkovita mjera krutosti arterija. Općenito, brži BPV ukazuje na kruće arterije.

-  • Ova je značajka trenutno dostupna samo na satu HUAWEI WATCH GT 6 Pro.
- Značajka je trenutno podržana samo u određenim državama ili regijama.

Prije nego što počnete

- 1** Ova aplikacija nije namijenjena za korisnike mlađe od 18 godina.
- 2** Ova aplikacija nije namijenjena osobama s ugrađenim elektrostimulatorom srca ili drugim elektroničkim implantatima.
- 3** Ova aplikacija nije prikladna za osobe dijagnosticirane s ozbiljnom aritmijom.
- 4** Ova se aplikacija ne bi smjela upotrebljavati u okolinama sa snažnim elektromagnetskim poljima.
- 5** Ova aplikacija nije namijenjena za medicinsku upotrebu. Svi podaci prikupljeni tijekom upotrebe ove aplikacije služe samo za referencu i ne smiju se upotrebljavati za medicinsko ispitivanje, dijagnozu ili liječenje.

Autorizacija i aktivacija aplikacije Otkrivanje krutosti arterija

- 1** Za prvu upotrebu ove značajke pratite upute na zaslonu u aplikaciji **Huawei Zdravlje** kako biste dovršili registraciju, a zatim unesite račun i lozinku radi prijave.
- 2** Upotrijebite **Huawei Zdravlje** kako biste skenirali QR kod na nosivom uređaju i pratite upute na zaslonu kako biste dovršili uparivanje.
- 3** Idite na **Huawei Zdravlje > Zdravlje > Srce > Otkrivanje krutosti arterija** na telefonu i pratite upute na zaslonu kako biste aktivirali značajku. Ovaj unos brze aplikacije na kartici **Srce** pružen je prema zadanim postavkama. Za prvu upotrebu morat ćete autorizirati dijeljenje podatka i složiti se s korisničkim ugovorom i ugovorom o privatnosti.

Pokretanje mjerenja na satu

Za prvo mjerenje: Nakon aktivacije aplikacije na telefonu morat ćete se kretati do odjeljka **Otkrivanje krutosti arterija** na satu i navesti na kojem zapešću nosite uređaj.

-  Kako bi se zajamčila optimalna točnost, pobrinite se da je odabrano pravilno zapešće i da je sat pričvršćen.

Metoda mjerenja:

- 1** Mjerenje će trajati oko 30 sekundi, tijekom kojih budite mirni, ravnomjerno dišite i nemojte govoriti. Suha koža prsta može negativno utjecati na mjerenje. Ako primijetite da vam je prst suh, navlažite ga s malo vode.
- 2** Nakon završetka mjerenja vratite se na početni zaslon aplikacije kako biste prikazali rezultat.

Prikaz podataka

Kada su sat i telefon povezani putem Bluetootha, podaci će se sinkronizirati s telefonom nakon završetka mjerenja.

- 1** Idite u **Huawei Zdravlje > Zdravlje > Srce > Otkrivanje krutosti arterija** na telefonu i pogledajte posljednji rezultat mjerenja na početnom zaslonu aplikacije **Otkrivanje krutosti arterija**.
- 2** Dodirnite **Prikaži još** kako biste prikazali više podataka.
- 3** Osim toga možete dodirnuti ikonu s četiri točkice u gornjem desnom kutu početnog zaslona aplikacije i zatim **Svi podaci** kako biste prikazali povijesne podatke.

Vježbanje

Postavke za Vježbanje

Možete postaviti vrstu vježbe prema potrebi, uključujući **Cilj**, **Podsjetnici**, **Automatska pauza**, **Prikaz podataka** i **Zakvači na vrh**.

1 Otvorite popis aplikacija na uređaju i dodirnite aplikaciju **Vježbanje**.

2 Dodirnite  kraj vrste vježbe kako biste pristupili zaslonu s postavkama o vježbanju.

• Podsjetnici

Dodirnite **Podsjetnici** i **Interval** kako biste postavili intervalne podsjetnike prema udaljenosti ili vremenu, omogućite ili onemogućite **Puls**.

 • Zvučni podsjetnici na jezicima koji nisu kineski i engleski, primjerice, na njemačkom trenutačno su dostupni na određenim tržištima. Za upotrebu ove značajke pobrinite se da se prijavite u aplikaciju Huawei Zdravlje računom koji je registriran u Europi, povežete nosivi uređaj s aplikacijom Huawei Zdravlje i preuzmete potrebni jezični paket sukladno uputama. Imajte na umu da prijenos može dugo potrajati ako upotrebljavate iPhone.

- Stvarne postavke mogu se razlikovati ovisno o modelu uređaja i vrste vježbe. Ako postavku nije moguće pronaći, to znači da značajka nije dostupna.

• Sprječavanje neželjenog dodirivanja

Dodirnite **Sprječavanje neželjenog dodirivanja** kako biste uključili ili isključili prekidače za **Automatsko zaključavanje krunice** i **Automatsko zaključavanje zaslona**.

• Automatska pauza

Uključite ili isključite prekidač za **Automatska pauza** kako biste omogućili ili onemogućili opciju. Nosivi će uređaj automatski pauzirati vježbu ako otkrije da ste prestali, a nastaviti će s vježbom nakon što ponovno počnete.

• Ukloni

Ova opcija uklanja način vježbanja s popisa **Vježbanje**.

• Zakvači na vrh

Ova opcija zakvačuje način vježbanja na vrh popisa **Vježbanje**.

Osim toga, možete zakvačiti način na vrh putem popisa **Vježbanje** tako da pritisnete i držite način vježbanja i dodirnete ikonu Zakvači.

Prikaz podataka na zaslonu za vježbanje

Možete prilagoditi vrstu podataka o zdravlju i fizičkoj spremnosti koju želite prikazati tijekom vježbanja prema svojim željama.

 Takve prilagođene postavke dostupne su samo određenim načinima vježbanja.

- 1 Pritisnite tipku prema gore na satu kako biste otvorili popis aplikacija, dodirnite **Vježbanje**, pronađite željeni način vježbanja (kao što je **Trčanje na otvorenom**) i dodirnite  kraj njega kako biste pristupili zaslonu s postavkama.
- 2 Dodirnite **Prikaz podataka**, odaberite kartice koje trebate i uključite **Prikaži kartice**.
- 3 Dodirnite **Prilagođene kartice**, odaberite stil prikaza (kao što je **4 ćelije**) i odaberite odgovarajuće podatke (kao što su **Puls** i **Udaljenost**).
- 4 Kada su postavke gotove, moći ćete kliznuti prema gore ili dolje na zaslonu za vježbanje kako biste pregledavali odabrane kartice s podacima i prikazali odgovarajuće podatke tijekom vježbanja. Osim toga, možete dodirnuti i držati podatke prikazane na zaslonu kako biste prilagodili vrstu podataka za prikaz.

Za vraćanje zadanih postavki idite na zaslon **Prikaz podataka** i dodirnite **Ponovno postavi**.

Upotreba karte van mreže

Nakon preuzimanja karte van mreže iz aplikacije **Huawei Zdravlje**, možete pokrenuti navigaciju tako da dodirnete **Rute** ili nakon što na satu odaberete vježbanje na otvorenom. Karta van mreže može se upotrebljavati za navigaciju ili povratak na početnu točku tijekom vježbanja na otvorenom. Osim toga, rute možete uvesti na sat ili izvesti s njega, tako da su rute prikazane na karti. Kada započnete vježbanje na otvorenom, pobrinite se da pozicioniranje pravilno funkcionira prije upotrebe karte van mreže.

Preuzimanje karte van mreže

- 1 Otvorite aplikaciju **Huawei Zdravlje**, pronađite zaslon s pojedinostima o uređaju i dodirnite **Izvanmrežne karte**.
- 2 Dodirnite **Regije**, pronađite ciljnu regiju i kartu i dodirnite **Preuzmi**.
Pobrinite se da ne napustite zaslon tijekom preuzimanja. Nakon završetka preuzimanja kartu možete prikazati putem kartice **Upravljanje preuzimanjima**.
 Značajka Konturne linije dostupna je samo na uređaju HUAWEI WATCH GT 6 Pro i nije dostupna na kartama regija u Hong Kongu (Kina), Makau (Kina) i Tajvanu (Kina).

Brisanje karte van mreže

- 1 Otvorite aplikaciju **Huawei Zdravlje**, pronađite zaslon s pojedinostima o uređaju i dodirnite **Izvanmrežne karte**.
- 2 Dodirnite **Upravljanje preuzimanjima**, odaberite kartu koja će se izbrisati, zatim dodirnite  zdesna, a zatim **Izbriši podatke**.

Postavke karte

- 1 Pritisnite tipku prema gore na satu kako biste otvorili popis aplikacija, a zatim idite na **Postavke > Karte van mreže**.
- 2 Dovršite sljedeće postavke prikaza karte sukladno svojim potrebama.
 - **Način prikaza:** odaberite **Automatski**, **Svijetlo** ili **Tamno**.
 - **Prikaz karte:** odaberite **Automatsko rotiranje** ili **Sjever je gore**.

Više informacija

Kada je karta van mreže, sat crta rutu u stvarnom vremenu, rute koje ste uvezli, označene točke i smjer na vrhu karte radi intuitivnije navigacije. Rute koje ste uvezli možete pretpregledati na karti van mreže.

Početak vježbanja

Sat podržava više načina vježbanja, uključujući vježbe kao što su trčanje i vožnja bicikla, programi za poboljšanje fizičke forme, trening s opremom i druge aktivnosti kao što su rekreacijski sportovi. Možete odabrati način vježbanja na temelju svojih potreba.

Pokretanje vježbanja na satu

- 1 Pritisnite tipku prema gore kako biste otvorili popis aplikacija i dodirnite **Vježbanje**.
- 2 Kliznite prema gore ili dolje po zaslonu i odaberite željeni način vježbanja. Osim toga, možete kliznuti prema gore dok ne dosegnete kraj zaslona i dodirnuti **Dodaj** kako biste dodali druge načine vježbanja.
- 3 Dodirnite ikonu za vježbanje kako biste pokrenuli sesiju vježbanja.
- 4 Tijekom vježbanja možete pritisnuti i držati tipku prema gore za dovršetak vježbanja.

Osim toga, pritisnite tipku prema gore za pauziranje, dodirnite  za nastavak ili dodirnite  za dovršetak vježbanja.

Tijekom vježbanja možete kliznuti prema gore ili dolje po zaslonu kako biste prikazali podatke o fizičkoj spremnosti.

Pokretanje vježbanja u aplikaciji Huawei Zdravlje

- 1 Dvaput provjerite je li sat povezan s aplikacijom **Huawei Zdravlje** i uređaj nosite čvrsto na zapešću. Zatim u aplikaciji **Huawei Zdravlje**, primjerice, idite na **Vježbanje > Trčanje na otvorenom** i dodirnite ikonu trčanja kako biste započeli trčanje.
- 2 Tijekom vježbanja podaci o fizičkoj spremnosti prikazat će se u aplikaciji **Huawei Zdravlje** i na satu. Ako je udaljenost ili trajanje vježbanja prekratko, zapis se neće spremati.
- 3 Tijekom vježbanja možete dodirnuti  na zaslonu aplikacije **Huawei Zdravlje** kako biste pauzirali vježbanje, dodirnite  za nastavak ili držite prema dolje  kako biste završili vježbanje. Nosivi će uređaj prema tome pauzirati, nastaviti ili završiti vježbanje.

Prikazivanje zapisa o vježbanju i statusa vježbanja

Nakon vježbanja možete prikazati zapise o vježbanju i status vježbanja sukladno sljedećem:

Prikazivanje zapisa o vježbanju

- 1 Otvorite popis aplikacija na uređaju i dodirnite aplikaciju **Zapisi o vježbama**.
- 2 Odaberite zapis za prikaz odgovarajućih pojedinosti. Vidjet ćete različite vrste podataka za različite načine vježbanja.

Prikazivanje statusa vježbanja

- 1 Otvorite popis aplikacija na uređaju i dodirnite aplikaciju **Status vježbe**.
- 2 Kliznite prema gore na zaslonu kako biste prikazali podatke kao što su **Indeks sposobnosti trčanja**, **Opterećenje tijekom treninga**, **Indeks treninga**, **Oporavak**, **VO2Max** i **Predviđena vremena**. Vidjet ćete različite vrste podataka za različite načine vježbanja. Prednost ima stvarni prikaz.

Povratna ruta

Kada započnete vježbanje na otvorenom i omogućite značajku Povratna ruta, sat će zabilježiti rutu kojom idete i pomoći vam u navigaciji. Bilo kada tijekom vježbe ili nakon što stignete na svoje odredište, možete upotrebljavati značajku Povratna ruta za povratak na područje iz kojeg ste došli ili bilo gdje gdje ste prolazili.

Na satu uđite u popis aplikacija i dodirnite opciju **Vježbanje** i započnite sesiju na otvorenom. U bilo kojem trenutku tijekom vježbanja, kliznite prema gore na zaslonu za pristup zaslonu rute i odaberite **Povratna ruta** ili **Pravocrtno** kao vodič za povratak u područje odakle ste došli ili bilo gdje gdje ste prolazili.

Ako se **Povratna ruta** i **Pravocrtno** ne prikažu na zaslonu, dodirnite zaslon kako bi se prikazali.

-  • Zaslon rute nije dostupan za trčanje stazom.
- Ta je značajka dostupna samo tijekom vježbanja na otvorenom i bit će nedostupna nakon završetka vježbanja.

Vožnja bicikla

Tijekom vožnje bicikla možete izračunati virtualnu snagu na temelju brzine vožnje bicikla i stupnja te zabilježiti svaki sprint po ravnom ili stupanj penjanja virtualnom snagom, povezivanjem stupnjeva i značajkama za statističke podatke.

-  • Pobrinite se da ste aplikaciju Huawei Zdravlje i sat ažurirali na najnovije verzije.

Uparivanje s dodacima za vožnju bicikla

Prvo uparivanje

- 1 aktivirajte dodatak kako bi se mogao pronaći. Pritisnite tipku prema gore na satu kako biste otvorili popis aplikacija, idite na **Postavke** > **Više veza** > **Uređaji za zdravlje i formu** i dodirnite +.
- 2 Kada su prikazani dostupni uređaji u blizini, pronađite ciljni uređaj na popisu i pratite upute kako biste dovršili uparivanje. Možete dodirnuti i **Dodaj ručno**, odabrati dinamometar, pedometar, brzinomjer ili remen za mjerenje pulsa i pronaći ciljni uređaj, a zatim pratiti upute kako biste dovršili uparivanje.

Prekidanje veze / povezivanje s uparenim dodatkom

- 1 Pritisnite tipku prema gore kako biste otvorili popis aplikacija i idite na **Postavke** > **Više veza** > **Uređaji za zdravlje i formu**.

- 2 Dodirnite naziv povezanog dodatka kako biste pristupili zaslonu za upravljanje uređajem i dodirnite **Prekini vezu**. Dodirnite naziv uparenog dodatka s kojim je trenutačno prekinuta veza kako biste pristupili zaslonu za upravljanje uređajem i dodirnite **Ponovno poveži**.

Postavke virtualne snage

Virtualna snaga procijenjena je na temelju brzine vožnje u stvarnom vremenu, stupnja, tjelesne težine i drugog. Nakon vožnje bicikla možete pogledati prosječnu virtualnu snagu ove sesije u zapisima o vježbanju kako biste lakše izvršili analizu učinkovitosti vožnje bicikla. Mjerenja se temelje na vašoj tjelesnoj težini i dobi. Stoga, prije upotrebe ove značajke pobrinite se da su podaci u aplikaciji **Huawei Zdravlje** točni u odjeljku **Ja > Profil**.

- 1 Pritisnite tipku prema gore kako biste otvorili popis aplikacija i dodirnite **Vježbanje**.
- 2 Kliznite prema gore ili dolje po zaslonu kako biste pronašli i dodirnuti • kraj odjeljka **Vožnja bicikla na otvorenom** kako biste pristupili zaslonu s postavkama.
- 3 Idite na **Upravljanje vožnjom bicikla > Upravljajte biciklima** kako biste unijeli podatke o vozilu (kao što su model i težina vozila).

Početak sesije vožnje bicikla

Početak sesije vožnje bicikla na satu automatski se povezuje s telefonom radi obogaćenog prikaza podataka u stvarnom vremenu na oba uređaja.

- Prije upotrebe ove značajke provjerite je li opcija **Prikaz na telefonu** omogućena tako da otvorite popis aplikacija na satu i odete na **Postavke > Vježbanje > Prikaz na telefonu**.
 - Kako bi se podaci o vožnji bicikla prikazivali na telefonu u stvarnom vremenu, dva uređaja moraju ostati povezana putem Bluetootha tijekom vježbanja.
 - Podaci o ritmu prikazat će se samo na vašem telefonu kada je sat uparen sa senzorom ritma treće strane.
- 1 Pritisnite tipku prema gore kako biste otvorili popis aplikacija i dodirnite **Vježbanje**. Kliznite prema gore ili dolje po zaslonu kako biste pronašli i odabrali **Vožnja bicikla na otvorenom** ili **Vožnja bicikla u zatvorenom**. Ako odaberete opciju **Vožnja bicikla na otvorenom**, kliznite prema gore po zaslonu za pripremu vožnje bicikla na otvorenom kako biste pristupili zaslonu **Više**, odaberite **Rute**, zatim odaberite rutu i započnite vježbanje.
- 2 Dodirnite ikonu za početak vježbanja i vaši će se podaci o vožnji bicikla prikazati na telefonu u stvarnom vremenu. Vrstu prikazanih podataka na telefonu možete prilagoditi sukladno potrebama.

Prikaz podataka o vožnji bicikla

- Remeni za praćenje pulsa: povežite remen sa satom, započnite vježbanje i na satu prikazite podatke koje je prikupio remen za praćenje pulsa. Takvi su podaci dostupni samo kada vježbate i ne podržavaju plivanje u bazenu ili u otvorenim vodama. Kada ne vježbate, prikazat će se podaci koje je prikupio sat.

- Brzinomjeri, pedometri i dinamometri: otvorite popis aplikacija, odaberite **Vježbanje**, dodirnite **Vožnja bicikla na otvorenom** ili **Vožnja bicikla u zatvorenom** i kliznite prema gore ili dolje po zaslonu kako biste pogledali podatke o vožnji bicikla.
- Ako nije povezan nijedan dinamometar, idite na **Huawei Zdravlje > Zapisi o vježbanju** nakon vožnje bicikla kako biste pogledali virtualnu snagu, povezivanje stupnja i više.

Trčanje po stazi

Profesionalna razina načina Trčanje po stazi na satu podržava navigaciju na temelju segmenta i rute na temelju karte u stvarnom vremenu radi obogaćenog prikaza podataka.

- ❗ Za upotrebu ovih značajki pobrinite se da ste aplikaciju Huawei Zdravlje i sat ažurirali na najnovije verzije. Navigacija na temelju segmenta značajka je Trčanje po stazi dostupna samo na određenim modelima sata. Ako se ta opcija ne može pronaći na satu, to znači da značajka nije dostupna. Stvarni prikaz ima prednost.

Postavke vježbi

- 1 Pritisnite tipku prema gore kako biste otvorili popis aplikacija i dodirnite **Vježbanje**.
- 2 Kliznite prema gore ili dolje po zaslonu kako biste pronašli i odabrali **Trčanje po stazi**. Dodirnite opciju  za pristup zaslonu s postavkama.
 - Dodirnite opciju **Cilj** i postavite ciljeve za udaljenost, vrijeme i ukupne potrošene kalorije.
 - Dodirnite opciju **Podsjetnici** kako biste postavili intervale i podsjetnike za puls i opterećenje tijekom treninga. Zvučni podsjetnici reproducirat će se kada se tijekom vježbanja dostigne prethodno postavljeni prag.
 - Dodirnite opciju **Prikaz podataka** i postavite podatke koji će se prikazati na zaslonu za vježbanje.
 - ❗ Možete postaviti podatke koji će se prikazati na zaslonu, kao što su puls, tempo, stupanj i trend nadmorske visine. Stvarni prikaz može se razlikovati ovisno o uređaju.
 - Dovršite druge postavke, kao što je sprječavanje neželjenog dodira, metronom i segmentacija sukladno svojim potrebama.

Uvoz rute iz značajke Trčanje po stazi

Prije početka sesije Trčanja po stazi uvezite rutu preuzetu sa službenog web-mjesta na aplikaciju **Huawei Zdravlje** i sinkronizirajte je sa satom. Ako je ruta u novom gradu, morat ćete preuzeti i kartu grada van mreže.

Ako uvezena ruta sadrži kontrolne točke i podatke o nadmorskoj visini, tijekom vježbanja će se prikazati grafikon krivulje nadmorske visine i podaci za navigaciju na temelju segmenta.

- ❗ Značajka grafikona krivulje nadmorske visine dostupna je samo na uređaju HUAWEI WATCH GT 6 Pro.

- 1 Idite na **Huawei Zdravlje > Ja > Moja ruta > Uvezi rutu**, odaberite preuzetu rutu i spremite je u odjeljak **Moja ruta**.
- 2 Odaberite ciljnu rutu. Dodirnite  u gornjem desnom kutu i zatim **Pošalji na nosivi uređaj** kako biste sinkronizirali rutu na satu.

Početak sesije Trčanje po stazi

- 1 Pritisnite tipku prema gore kako biste otvorili popis aplikacija i idite na **Vježbanje > Trčanje po stazi** kako biste otvorili zaslon za pripremu prije vježbanja.
- 2 Kliznite prema gore kako biste pristupili opciji **Više** i zatim dodirnite **Rute**.
- 3 Odaberite rutu. Dodirnite **Započni vježbanje**, a zatim **IDI** kako biste započeli trčanje.
- 4 Kliznite prema gore ili dolje po zaslonu kako biste prikazali podatke o fizičkoj spremnosti.

Crtanje rute

Crtanje rute unosi umjetničku kreaciju u vaše vježbanje. Krećite se od kontrolne točke do kontrolne točke kako biste nacrtali slike na karti i dodali dašak zabave trčanju.

Odabir rute

- 1 Idite na **Huawei Zdravlje > Vježbanje > Trčanje na otvorenom**. Dodirnite ikonu Ruta za pregled dostupnih ruta u trenutačnom gradu.
- 2 Pobrinite se da je sat povezan s telefonom Bluetooth vezom. Odaberite rutu kako biste otvorili zaslon s pojedinostima o ruti, a zatim dodirnite **Prenesi na nosivi uređaj** za sinkronizaciju rute sa satom.

Pokretanje trčanja pomoću značajke Crtanje rute

- 1 Pritisnite tipku prema gore kako biste otvorili popis aplikacija, a zatim idite na **Vježbanje > Crtanje rute**.
- 2 Odaberite ciljnu rutu. Dodirnite **Vježbajte**, a zatim **POKRENI** za pokretanje trčanja.
- 3 Slijedite navigaciju kako biste prošli sve kontrolne točke. Možete vidjeti napredak kontrolne točke na svom uređaju bilo kada tijekom trčanja, a zatim provjeriti svoje podatke o fizičkoj spremnosti nakon završetka trčanja.

Dijeljenje zapisa značajke Crtanje rute

- 1 Idite na **Huawei Zdravlje > Zdravlje > Zapisi o vježbanju**, odaberite zapis i pregledajte odgovarajuće pojedinosti.
- 2 Dodirnite ikonu dijeljenja u gornjem desnom kutu za dijeljenje na društvenim mrežama.

Brisanje rute

- 1 Pritisnite tipku prema gore kako biste otvorili popis aplikacija, a zatim idite na **Vježbanje > Crtanje rute**.
- 2 Pritisnite i držite rutu značajke Crtanje rute i izbrišite je tako da dodirnete **Izbriši** ispod nje. Također možete pritisnuti i držati rutu, dodirnuti **Odaberi sve** iznad nje, a zatim dodirnuti **Izbriši** za uklanjanje svih ruta.

Način za golf

i Ova je značajka trenutno dostupna samo na satu HUAWEI WATCH GT 6 Pro.

Način za vježbalište nudi detaljne podatke o zamahu, uključujući vrijeme uzmaha/izmaha, tempo zamaha i brzinu zamaha, te animirane demonstracije zamaha i držanja uz savjete.

Način za teren precizno otkriva lokaciju greena i prepreka te omogućuje precizno mjerenje udaljenosti kako bi vam pomogao da poboljšate svoju igru golfa.

i • Praćenje putanje loptice dostupno je samo za zamahe, ne i za puttove.

Način za vježbalište

- 1 Pritisnite tipku prema gore na satu kako biste otvorili popis aplikacija, a zatim idite na **Vježbanje > Golf**.
- 2 Odaberite opciju **Vježbalište** i dodirnite ikonu za pokretanje (ili pritisnite tipku prema dolje) kako biste pokrenuli vježbu za golf.
- 3 Kliznite prema gore ili dolje po zaslonu kako biste pogledali demonstracije zamaha i držanja te pregledali podatke o vježbanju.

Način za teren

i Karte terena za golf dostupne su samo za određene regije ili terene. Ako nije pronađen nijedan teren u blizini nakon što na satu otvorite **Golf > Način za teren > U blizini** ili ako se teren ne prikazuje u aplikaciji **Huawei Zdravlje > Vježbanje > Golf > Karta terena**, to ukazuje na nedostupnost značajke.

- 1 Pritisnite tipku prema gore na satu kako biste otvorili popis aplikacija, a zatim idite na **Vježbanje > Golf**.
- 2 Idite na **Način za teren > U blizini**, pričekajte da pozicioniranje pravilno funkcionira i odaberite ciljni teren.
Ako je teren već preuzet, pronaći ćete ga u izborniku **Preuzeto**. Osim toga možete preuzeti ili izbrisati teren. Za pojedinosti pogledajte odjeljak **Preuzimanje ili brisanje terena**.
- 3 Slijedite upute na zaslonu za postavljanje mjesta te područja početnog udarca, pričekajte da funkcije pozicioniranja pravilno funkcioniraju i dodirnite ikonu za pokretanje (ili pritisnite tipku prema dolje) kako biste pokrenuli sesiju golfa.
- 4 Kliznite ulijevo kako biste otvorili zaslon kartice s rezultatima i zabilježili svoje rezultate za svaku rupu. Kliznite prema gore ili dolje kako biste dobili panoramski prikaz za fairway i green, a zatim provjerite smjer za green (u odjeljku **Prikaz podataka**) i informacije na zaslonu s podacima.
Panoramski prikaz za fairway podržava vektorske karte. Možete izvršiti i sljedeće:
 - Dodirnite kartu za fairway kako biste otvorili zaslon za mjerenje udaljenosti. Zaokrenite krunicu sata kako biste povećali ili smanjili prikaz karte. Ili povucite pozadinu karte kako biste prikazali obris karte.

- Dodirnite prepreku na karti za fairway kako biste otvorili zaslon za mjerenje udaljenosti do prepreke. Zatim možete prebacivati između obrisa prepreke i udaljenosti s prednje i stražnje strane prepreke.
- Dodirnite **Natrag** na dnu kako biste se vratili na početni zaslon.

5 Tijekom sesije golfa dodirnite opciju **Prikaži karticu s rezultatima** za prikaz rezultata, opciju **Pauziraj** za privremeno spremanje igre ili opciju **Završi** za dovršetak sesije i spremanje zapisa o vježbanju. Također u bilo kojem trenutku možete pritisnuti i držati tipku prema gore za dovršetak vježbanja.

Više postavki za Način za teren

-  Postavke Načina za teren razlikuju se ovisno o modelu uređaja. Ako na vašem uređaju nije moguće pronaći određenu postavku značajke, to znači da postavka nije dostupna.
- 1** Pritisnite tipku prema gore na satu kako biste otvorili popis aplikacija, a zatim idite na **Vježbanje > Golf**.
 - 2** Odaberite **Način za teren** i dodirnite  kako biste pristupili zaslonu s postavkama, gdje možete:
 - Dodirnite **Upravljanje terenima** kako biste izbrisali kartu terena ili provjerili ažuriranja. Možete pritisnuti i držati kartu kako biste je izbrisali ili dodirnuti kartu kako biste otvorili zaslon s kartom kako biste izbrisali kartu. Osim toga, možete dodirnuti opciju **Provjerite ažuriranja** kako biste provjerili postoji li nova verzija karte.
 - Omogućite ili onemogućite **Sprječavanje neželjenog dodirivanja** prema potrebi.
 - Dodirnite **Jedinica** kako biste promijenili jedinicu.
 - Postavite opciju **Referentna linija za tee**.
 - Uključite ili isključite prekidače (kao što je prekidač za smjer za green) na zaslonu **Prikaz podataka** u sesiji golfa.

Više o Načinu za teren

- 1** Kako se prebaciti na drugi green ako postoje dva na terenu?
Ažurirajte sat na najnoviju verziju i moći ćete dodirnuti **L/D** na zaslonu za prebacivanje između greenova.
- 2** Kako se prebaciti između rupa tijekom dvoboja?
Sat bi se trebao automatski prebaciti na odgovarajuću rupu kada uđete u njezino područje za početni udarac. Ako se ne prebaci, dodirnite karticu za broj rupe na vrhu početnog zaslona i odaberite ciljnu rupu.
- 3** Kako urediti podatke na kartici s rezultatima?
Tijekom vježbanja kliznite ulijevo po zaslonu za pristup kartici s rezultatima i izvršite izmjenu. Podatke kartice s rezultatima nije moguće urediti nakon dovršetka sesije.

Preuzimanje ili brisanje terena

-  Kako biste upotrebljavali tu značajku, najprije ažurirajte aplikaciju Huawei Zdravlje na najnoviju verziju. Preuzeti tereni automatski će se sinkronizirati sa satom kada je on pravilno povezan s telefonom.

- 1 Idite na **Huawei Zdravlje > Vježbanje > Golf** i dodirnite **Karta terena**.
- 2 Na kartici **Otkrivanje** odaberite ciljni teren i dodirnite opciju **Preuzmi**.
- 3 Nakon dovršetka preuzimanja dodirnite teren kako biste otvorili zaslon s pojedinostima o terenu. Dodirnite  u gornjem desnom kutu, a zatim **Sinkroniziraj sa satom**. Također možete izbrisati preuzeti teren.

Aplikacija Ostanite u formi

Aplikacija pomaže postaviti prilagođeni plan treninga na temelju znanosti kako biste dosegli idealnu težinu ili je održavali, na temelju promjena u težini, kalorijskog deficita, zapisa o prehrani, podataka o vježbanju i više.

Postavljanje početnog cilja

- 1 Na satu pritisnite tipku prema gore za otvaranje popisa aplikacija, a zatim dodirnite aplikaciju **Ostanite u formi**. Dodirnite **Slažem se** na zaslonu za autorizaciju korisnika ako prvi puta upotrebljavate aplikaciju.
- 2 Slijedite upute na zaslonu kako biste postavili aplikaciju. Zatim ćete moći otvoriti početni zaslon aplikacije **Ostanite u formi**.
 -  Ako podaci o težini nisu uneseni, pratite upute na zaslonu kako biste unijeli relevantne podatke koji vam odgovaraju. Sat će generirati plan gubitka težine ili održavanja težine.
 - Ako ste postavili trenutačnu težinu i ciljnu težinu u aplikaciji **Huawei Zdravlje**, takvi će se podaci automatski sinkronizirati sa satom.

Ponovno postavljanje cilja

- 1 Otvorite popis aplikacija na satu i dodirnite aplikaciju **Ostanite u formi**. Kliznite udesno na početnom zaslonu aplikacije i dodirnite **Cilj**.
- 2 Dodirnite opciju **Ponovno postavi cilj** kako biste prilagodili parametre **Težina**, **Vrsta cilja**, **Brzina gubitka** i **Ciljna težina** kako bi vam se generirao novi plan za gubitak ili održavanje težine.

Bilježenje težine

- 1 Otvorite popis aplikacija na satu i dodirnite aplikaciju **Ostanite u formi**.
- 2 Kliznite udesno po početnom zaslonu aplikacije, dodirnite **Zabilježi težinu** i zabilježite trenutačnu težinu.

Bilježenje plana prehrane

- 1 Otvorite popis aplikacija na satu i dodirnite aplikaciju **Ostanite u formi**. Kliznite udesno na početnom zaslonu aplikacije i dodirnite **Današnji unos** kako biste provjerili današnji ukupni unos.
- 2 Dodirnite opciju **Brzo dodaj** ili **Upotrijebite telefon** i, ako je zaslon telefona uključen i otključan, bit ćete automatski preusmjereni na zaslon **Zapisnik plana prehrane** aplikacije **Huawei Zdravlje**, gdje možete zabilježiti prehranu.

-  Bit ćete preusmjereni samo kada se sat upari s telefonom tvrtke HUAWEI. Ako upotrebljavate telefon druge robne marke, pratite upute na satu i zabilježite prehranu u aplikaciji **Huawei Zdravlje** na telefonu.

- 3 Ne zaboravite zabilježiti svaki obrok na zaslonu **Zapisi o kalorijama** na telefonu. Zatim možete prikazati podatke o prehrani na zaslonu **Zapisi o kalorijama** na telefonu ili na zaslonu **Današnji unos** na satu.

Vježbanje

- 1 Otvorite popis aplikacija na satu i dodirnite aplikaciju **Ostanite u formi**.
- 2 Kliznite udesno po zaslonu i dodirnite **Potrošeno kalorija danas**, gdje možete pogledati današnje parametre **Potrošeno (kcal)**, **Mirovanje** i **Aktivnost**.
- 3 Kliznite prema gore po zaslonu, dodirnite **Vježbanje** i bit ćete preusmjereni na aplikaciju **Vježbanje** na satu. Odaberite opciju kako biste započeli sesiju vježbanja. Dodirnite **Program za poboljšanje forme** i, ako je zaslon telefona uključen i otključan, bit ćete automatski preusmjereni na zaslon **Sve serije vježbi za postizanje forme** aplikacije **Huawei Zdravlje**. Dodirnite program za poboljšanje forme kako biste započeli sesiju vježbanja.

-  Bit ćete preusmjereni samo kada se sat upari s telefonom tvrtke HUAWEI.

Više postavki

- 1 Otvorite popis aplikacija na satu i dodirnite aplikaciju **Ostanite u formi**. Kliznite prema gore do zadnjeg zaslona i dodirnite **Više postavki**.
- 2 Uključite ili isključite prekidač **Sinkroniziraj ciljeve** po potrebi. Kada je opcija onemogućena, dnevni cilj za aktivnost koji preporučuje aplikacija Ostanite u formi neće se sinkronizirati s ciljem Kretanje u Prstenima aktivnosti.

Podsjetnici

- 1 Otvorite popis aplikacija na satu i dodirnite aplikaciju **Ostanite u formi**. Kliznite prema gore do zadnjeg zaslona i dodirnite **Podsjetnici**.
- 2 Uključite ili isključite prekidače po potrebi. Kada su svi prekidači za isključeni, nećete primati nikakve obavijesti od aplikacije Ostanite u formi.

Način ronjenja

-  Ova je značajka trenutno dostupna samo na satu HUAWEI WATCH GT 6 Pro.
-  Ronjenje može biti opasno i roniti mogu samo certificirani ronioci u prisutnosti drugog iskusnog ronioca ili instruktora ronjenja.

Trening apneje

Nakon omogućavanja Treninga apneje sat će vas podsjetiti da dišete i zadržite dah u skladu s prilagođenom tablicom treninga i bilježiti podatke o pulsu i SpO2 tijekom sesije treninga.

Kako biste omogućili ovu značajku, idite na **Vježbanje > Ronjenje > Trening apneje** i pratite upute na zaslonu kako biste započeli trening.

Testiranje apneje

Prije testiranja apneje prilagodite svoje disanje, a sat će vas podsjetiti da pokrenete test apneje. Tijekom testiranja bit će dostupni podaci o trajanju držanja daha, puls u stvarnom vremenu i SpO2.

Kako biste omogućili ovu značajku, pritisnite tipku prema gore, idite na **Vježbanje > Ronjenje > Testiranje apneje** i pratite upute na zaslonu kako biste započeli trening. Kada osjetite prvu kontrakciju, pritisnite tipku prema dolje kako biste je zabilježili.

Ronjenje na dah

- 1** Pritisnite tipku prema gore na satu kako biste otvorili popis aplikacija, a zatim idite na **Vježbanje > Ronjenje > Ronjenje na dah**.
- 2** Dodirnite ikonu za postavke zdesna kako biste postavili podsjetnike, alarme, vrstu vode, metode obavijesti i sprječavanje od neželjenog dodira.
- 3** Dodirnite ikonu za početak ili pritisnite tipku prema dolje kako biste započeli vježbanje.
- 4** Pritisnite i držite tipku prema gore za završetak vježbanja.

Zapisi o ronjenju

Pristupite početnom zaslonu aplikacije **Huawei Zdravlje**, dodirnite **Zapisi o vježbanju** i odaberite ciljni zapis o ronjenju kako biste prikazali parametre **Zaroni**, **Grafikoni** i **Pojedinosti**.

Na stranici s karticom **Grafikoni** možete pogledati dubinu ronjenja u odgovarajuće vrijeme.

Dodirnite  u gornjem desnom kutu kako biste pogledali dubinu ronjenja u pejzažnom načinu.

Upravljanje aplikacijama

Instaliranje aplikacija

- 1 Otvorite aplikaciju **Huawei Zdravlje**, idite na zaslon s pojedinostima o uređaju i dodirnite **AppGallery**.
- 2 Odaberite željenu aplikaciju na popisu **Aplikacije** i dodirnite opciju **Instaliraj**. Nakon uspješne instalacije otvorite popis aplikacija na satu i potražite i otvorite novoinstaliranu aplikaciju.

Ažuriranje aplikacija

- 1 Otvorite aplikaciju **Huawei Zdravlje**, idite na zaslon s pojedinostima o uređaju i dodirnite **AppGallery**.
- 2 Otvorite **Upravitelj > Ažuriranja > AŽURIRAJ** kako biste aplikacije ažurirali na njihove najnovije verzije.

Deinstaliranje aplikacija

Na telefonu

- 1 Otvorite aplikaciju **Huawei Zdravlje**, idite na zaslon s pojedinostima o uređaju i dodirnite **AppGallery**.
 - 2 Otvorite **Upravitelj > Upravitelj instalacija > DEINSTALIRAJ** kako biste deinstalirali aplikacije. Nakon dovršetka deinstalacije više nećete pronaći deinstalirane aplikacije na satu.
-  • Deinstalirati se mogu samo aplikacije treće strane. Predinstalirane aplikacije na nosivom uređaju ne mogu se deinstalirati.
 - Ako ste postavili opciju **Onemogućavanje usluge AppGallery** u aplikaciji **Huawei Zdravlje**, morate dodirnuti aplikaciju **AppGallery** i slijediti upute na zaslonu kako biste dodijelili potrebne dozvole i ponovno omogućili aplikaciju **AppGallery**.

Na satu

Otvorite popis aplikacija, dodirnite i držite aplikaciju koju želite deinstalirati sve dok se ne prikaže ikona deinstalacije, dodirnite ikonu deinstalacije i zatim ikonu .

Promjena redoslijeda popisa aplikacija

Otvorite popis aplikacija, dodirnite i držite neku aplikaciju i povucite je na željeno mjesto i otpustite je kada se ostale aplikacije pomaknu s tog mjesta.

Višezadaćnost

Višezadaćnost olakšava prebacivanje između nedavno upotrijebljenih aplikacija i brzo čišćenje svih aplikacija u pozadini.

- 1 Dvaput pritisnite tipku prema gore kada je sat otključan i s uključenim zaslonom kako biste otvorili zaslon za višezadaćnost. Tamo možete vidjeti sve pokrenute aplikacije.
- 2 Kliznite ulijevo ili udesno na zaslonu i izvršite nešto od sljedećeg:
 - Dodirnite karticu aplikacije kako biste otvorili zaslon s pojedinostima o aplikaciji.
 - Držite karticu aplikacije i kliznite prema gore kako biste očistili aplikaciju.
 - Dodirnite  kako biste očistili sve pokrenute aplikacije.
 -  • Ako ste usred sesije vježbanja, držanjem i klizanjem prema gore ne možete očistiti aplikaciju Vježbanje.
 - Dodirivanjem ikone  nećete očistiti aplikacije Glazba i/ili Vježbanje ako se reproducira glazba ili ako ste usred sesije vježbanja.

Punjenje

Mjere opreza u vezi s punjenjem

- Preporučuje se da tijekom punjenja svog uređaja upotrijebite postolje za punjenje tvrtke HUAWEI i mrežni adapter kupljen u službenoj trgovini tvrtke Huawei ili postolje za punjenje i mrežni adapter koji ispunjavaju relevantne sigurnosne propise i standarde. Drugi mrežni adapteri i prijenosni punjači koji ne zadovoljavaju relevantne sigurnosne standarde mogu uzrokovati probleme, kao što su sporo punjenje ili pregrijavanje. Upotrebljavajte ih s oprezom. Ako je postolje za punjenje priključeno na USB priključak drugih uređaja (kao što su stolno računalo, priključna stanica ili punjač s više priključaka), sat se možda ne može napuniti ili sporo puniti. Postolje je magnetizirano i privlači metalne predmete. Provjerite i očistite postolje prije upotrebe. Izbjegavajte izlaganje postolja za punjenje visokim temperaturama dulje vrijeme jer to može oštetiti postolje za punjenje.
- Održavajte metalne kontakte za punjenje i sve priključke za punjenje suhima i čistima kako biste spriječili kratke spojeve ili druge opasnosti. Pobrinite se da je uređaj pravilno postavljen na postolje za punjenje tako da status punjenja bude prikazan na zaslonu uređaja. Kada ikona punjenja prikazuje 100 %, to znači da je uređaj u potpunosti napunjen i automatski se prestao puniti. No neće poslati upozorenje. Uklonite uređaj s postolja za punjenje i odspojite mrežni adapter. U suprotnom razina baterije može pasti neko vrijeme kasnije prije ponovnog punjenja do kapaciteta.
- Sat upotrebljava litij ionsku bateriju. Ne morate više puta puniti i prazniti bateriju kako biste je aktivirali kada sat upotrebljavate prvi put.

- Ako se uređaj ne upotrebljava dulje vrijeme, preporučuje se punjenje baterije jednom svaka dva do tri mjeseca kako bi se produžio životni vijek baterije.

Provjera razine baterije

Prvi način: kliznite prema dolje po početnom zaslonu uređaja kako biste prikazali Upravljačku ploču gdje ćete pronaći razinu napunjenosti baterije.

Drugi način: povežite uređaj s izvorom napajanja i provjerite razinu baterije na zaslonu za punjenje.

Treći način: kada je vaš uređaj povezan s aplikacijom **Huawei Zdravlje**, otvorite aplikaciju i idite na zaslon s pojedinostima o uređaju gdje je prikazana razina napunjenosti baterije.

-  • Razina napunjenosti baterije može se prikazati samo na određenim brojčanicima sata.
- Kada je razina napunjenosti baterije preniska, uređaj će vibrirati kako bi vas upozorio i preporučio trenutačno punjenje.

Punjenje sata

- 1 Priključite postolje za punjenje, a zatim priključite mrežni adapter na izvor napajanja.
- 2 Postavite uređaj na vrh postolja za punjenje i poravnajte metalne kontakte na uređaju s onima na postolju za punjenje dok se na zaslonu uređaja ne pojavi ikona punjenja.

Povezivanje Bluetooth slušalice

Bluetooth slušalice možete upotrijebiti za slušanje glazbe i zvuka nakon povezivanja uređaja sa satom.

Putem aplikacije Postavke sustava sata

- 1 Povežite sat s aplikacijom **Huawei Zdravlje** i postavite Bluetooth slušalice na način rada za uparivanje.
- 2 Otvorite popis aplikacija na satu i idite na **Postavke > Bluetooth**.
- 3 Odaberite ciljne Bluetooth slušalice i pokrenite povezivanje sukladno uputi.

Putem aplikacije Glazba na satu

- 1 Povežite sat s aplikacijom **Huawei Zdravlje** i postavite Bluetooth slušalice na način rada za uparivanje.
- 2 Otvorite popis aplikacija na satu, pronađite i odaberite aplikaciju **Glazba**, dodirnite  u donjem desnom kutu zaslona za reprodukciju glazbe i idite na **Kanal zvuka > Upari**.
- 3 Odaberite ciljne Bluetooth slušalice i pokrenite povezivanje sukladno uputi.

Ažuriranja

Na nosivom uređaju

-  • Ažuriranja se ne mogu izvršiti na nosivom uređaju ako je uređaj uparen s iPhoneom.
- Obavijesti o ažuriranju sustava nosivog uređaja ne mogu se onemogućiti. Nakon ažuriranja vraćanje na stariju verziju nije dostupno.

- 1 Otvorite popis aplikacija na uređaju i idite na **Postavke > Sustav i ažuriranja > Ažuriranja softvera**.
- 2 Dodirnite ikonu ažuriranja i slijedite upute na zaslonu kako biste preuzeli paket i ažurirali uređaj.

Na telefonu

- 1 Otvorite aplikaciju **Huawei Zdravlje**, idite na zaslon s pojedinostima o uređaju i dodirnite ikonu  u gornjem desnom kutu.
- 2 Uključite **Automatsko preuzimanje preko Wi-Fi mreže** i **Automatsko instaliranje ažuriranja i ponovno pokretanje uređaja kada se ne upotrebljava**, a zatim će se nove verzije automatski proslijediti na nosivi uređaj.
- 3 Telefon će provjeriti postoje li dostupna ažuriranja. Zatim slijedite upute na zaslonu kako biste ažurirali nosivi uređaj.