

GARMIN[®]



vívofit[®] jr.

Tutvustus

HOIATUS

Toote hoiatused ja muu olulise teabe leiad toote karbis olevast juhendist *Tähtis ohutus- ja tootealane teave*.

Enne treeningprogrammi alustamist või muutmist pea nõu oma arstiga.

Seadme kasutamine



- Vajuta klahvi ①, et sirvida läbi seadme funktsioonide ja menüü sätete.

- Hoia klahvi 1 sekund, et vaadata menüüd.
- Hoia klahvi 1 sekund, et valida menüü sätteid.
- Hoia klahvi vähem kui 1 sekund, et taustavalgus sisse lülitada.


Taustavalgus kustub automaatselt.

Nutitefoniga paaristamine

Enne vívofit jr. seadme paaristamist nutitefoniga peab vähemalt ühel vanemal olema Garmin Connect konto (lk 5).

Sinu seade peab olema paaristatud otse vívofit jr. rakenduse vahendusel ja mitte nutitelefoni Bluetoothi® sätete kaudu.

- 1** Nutitelefoni rakendusepoest installi ja ava vívofit jr. rakendus.
- 2** Logi sisse oma Garmin Connect kasutajanime ja parooliga.

- 3 Järgi rakenduses olevaid juhiseid, et koostada oma perekond ja lisada iga laps.
- 4 Oma vívofit jr. seadmes vajuta klahvi, kuni ilmub .
Seade siseneb paaristusrežiimi.
- 5 Järgi rakenduses olevaid juhiseid, et lõpetada paigaldamine.
MÄRKUS: saad paaristada kuni kolm mobiilseadet, nagu nt tahvelarvuti või teise vanema nutitelefoniga (lk 26).

vívofit jr. rakendus

Tasuta vívofit jr. rakendus võimaldab sul jälgida lapse igapäevast aktiivsust ja ülesannete arengut.

Tegevuse jälgimine: võimaldab jälgida lapse igapäevaseid samme ja aktiivseid minuteid.

Ülesande areng: võimaldab luua ja hallata ülesandeid, tasustada lõpetatud ülesannete eest müntidega ja vahetada mündid kohandatud auhindade vastu.

Seikluste rada: võimaldab sul jälgida lapse arengut iga päev, mil nad saavutavad 60-minutilise liikumise eesmärgi, tuues välja uusi loomi ja naljakaid fakte.

Perekonna väljakutsed: võimaldab jälgida kogu pere samme, kui paaristad ühilduva Garmin® aktiivsusmonitori iga vanema kontoga.






Sätted: võimaldab kohandada seadet ja kasutajasätteid, sh märguande toone, ikoone, profiilipilte ja muud.

Garmin Connect

Vähemalt ühel vanemal peab olema Garmin Connect konto vívofit jr. rakenduse kasutamiseks. Tasuta konto saab teha siin www.garminconnect.com/start. Sinu Garmin Connect konto võimaldab sul jälgida, analüüsida ja jagada oma treeninguid ning julgustada teisi. Jäädvusta oma aktiivse elustiili sündmused ja osale perekondlikes väljakutsetes, ühendades aktiivsusmonitori Garmin Connect kontoga.

Ikoonid

Ikoonid tähistavad seadme funktsioone.
Vajuta klahvi, et sirvida funktsioone.

	Hetkeaeg. Seade uuendab kellaaega ja kuupäeva, kui sünkroniseerid andmed nutitelefoniga.
	Päevas tehtud sammude koguarv.
	Aktiivsete minutite koguarv päevas ja areng 60-minutilise aktiivsuse eesmärgi suunas.
	Lõpetatud ja määratud ülesannete arv päevas.
	Teenitud müntide koguarv.

Treeningu eesmärk

Lapse tervise parandamiseks soovib USA Haiguste Kontrolli ja Tõrje Keskus iga päev olla füüsiliselt aktiivne vähemalt 60 minutit. Sinna hulka võib kuuluda mõõdukas tempos tegevus, nt reibas kõndimine, või tempokas treening, nt jooksmine.

Seade ergutab lapsi olema aktiivsem, kuvades nende arengu 60-minutilise päevase eesmärgi suunas.

Ülesande areng

Saad kasutada vívofit jr. rakendust, et luua ja määrata koduseid ülesandeid, lisaks uuendada oma lapse ülesannete arengut. Kui su vívofit jr. seade on ühendatud nutitelefoniga, kuvab seade lõpetatud ülesannete arvu ① ja määratud ülesanded ② päeva kohta.



Digitaalsed mündid

Kasuta vívofit jr. rakendust, et tasustada








last lõpetatud ülesannete eest. Kui su vívofit jr. seade on ühendatud nutitelefoni, kuvab seade uuendatud müntide arvu ①.

Münte saab vívofit jr. rakenduses vahetada auhindade vastu. Kasuta rakendust, et luua kohandatud auhindu ja määrata vajalik müntide arv, et auhind kätte saada.

Kui vahetad rakenduses münte auhindade vastu ja ühendad seadme nutitelefoni, kuvab seade müntide uuendatud koguarvu.


Menüü sätted

Menüü vaatamiseks hoi a klahvi all, valikute sirvimiseks vajuta klahvi.

	Paaristab sinu seadme ja saadab andmed Bluetoothi ühendusega nutitelefoni.
	Kuvab ülesande aja valikud.
	Käivitab stopperi.
	Kuvab seadme info.
	Naaseb eelnevale kuvale.

Ülesande taimeri kasutamine







Saad kasutada seadet, et käivitada taimer.

- 1 Hoi a klahvi all menüü vaatamiseks.
- 2 Hoi a .
- 3 Vajuta klahvi, et sirvida läbi ülesande taimeri valikute.
- 4 Hoi a klahvi all, et valida ja käivitada taimer. Seade piiksub ja taimer alustab loendamist ning seade saadab teavituse lähimasse paaristatud nutitelefone. Kui alles on jäänud 3 sekundit, piiksub seade, kuni aeg on ületatud.



NIPP: taimeri peatamiseks hoi a klahvi all.

Ülesande taimeri valikud

Sinu seadmes on eellaetud ülesande taimerid, mida saab kasutada levinumate tegevuste tarbeks. Näiteks saad kasutada kahe minuti taimerit hammaste pesemiseks või mis tahes muu tegevuse jaoks, mis kestab kaks minutit. Iga ülesanne on eelseadistatud kindlate minutitega.

Icoon	Kestvus	Näidistegevus
	2 min	Hambapesu
	5 min	Mänguasjade jagamine
	10 min	Söömise lõpetamine
	15 min	Lugemine
	20 min	Õppetund või praktika
	30 min	Ekraaniaeg

Stopperi kasutamine

- 1 Hoia klahvi all menüü vaatamiseks.
- 2 Hoia .
- 3 Vajuta  taimerit käivitamiseks.

- 4 Vajuta ■ taimeri peatamiseks.
- 5 Vajadusel vajuta ↺ taimeri nullimiseks.
- 6 Hoia klahvi all, et taimerist väljuda.

Liikumistulp (Move Bar)

Pikalt ühe koha peal istumine võib käivitada soovimatu efekti. Move Bar tuletab sulle meelde, et aeg on liikuma hakata. Pärast ühte tundi paigalolekut ilmub liikumistulp ①. Lisalõigud ② ilmuvad pärast igat inaktiivselt oldud 15 minutit.



Mine lühikesele jalutuskäigule, et liikumise teavitus peatada.

Unemonitor

Unerežiimis jälgib seade su und. Saad määrata normaalsed unetunnid vívofit jr. rakenduse sätetes. Vaata oma uneandmeid vívofit jr. rakendusest.



Ajalugu

Seade salvestab su igapäevaseid tegevusi ja unestatistikat. Ajalugu saab saata vívofit jr. rakendusse.

Seade hoiustab treeningandmeid kuni 4 nädala kohta. Kui maht on täis, kustutab seade vanimad failid, et teha ruumi uutele.

Manuaalselt andmete saatmine nutitelefonil

Sinu seade saadab regulaarselt ja automaatselt andmeid lähimasse Bluetoothiga paaristatud seadmesse. Andmeid saad alati saata ka manuaalselt. See võimaldab sul vaadata tegevusi, ülesandeid ja digitaalseid münte vívofit jr. rakendusest.

- 1 Too seade nutitelefonil lähedusse.
- 2 Ava vívofit jr. rakendus.
- 3 vívofit jr. seadmes hoiaklahvi all menüü vaatamiseks.
- 4 Hoiaklahvi .
 ilmub ja punane liikumistulp hakkab liikuma, kui seade saadab andmeid.
- 5 Nutitefonis libista alla, et rakendust värskendada.

Seadme kohandamine

vívofit jr. rakenduse sätted

Kohanda seadme, kasutaja ja rakenduse seadeid vívofit jr. rakenduses.

vívofit jr. rakenduses vali .

Lapsed ja seadme sätted: võimaldab lisada lapsi, paaristada teisi seadmeid ja kohandada seadme sätted. Näiteks saad sisse/välja lülitada märguandetoonid, muuta sammu ikooni ja kohandada lapse ekraaninime.

Perekonna sätted: võimaldab kohandada perekonna sätteid. Näiteks saad lisada perekonnanime, kutsuda lisaks vanemaid või hooldajaid ja määrata administraatori õiguseid.

Rakenduse sätted: võimaldab kohandada rakenduse sätteid. Näiteks saad taastada parooli ja määrata teavituste eelistusi.

Seadme teave

Tehnilised andmed

Patarei tüüp	Kasutaja vahetatav CR1632 patarei
Patarei kestvus	Kuni 1 aasta
Töötemp. vahemik	-10° kuni 60°C

Raadiosagedus/ protokoll	Bluetooth Smart juhtmevaba tehnoloogia
Veekindlus	5 ATM*

*Seade talub survet, mis on võrdne 50 m sügavusega. Lisateavet vt veebilehelt www.garmin.com/waterrating.

Tarkvarauuendus

Kui tarkvarauuendus on saadaval, laadib seade selle automaatselt alla, kui saadad andmed oma nutitelefoni (lk 13).

Uuendamisel ilmub progressitulp. Kui uuendus on valmis, seade taaskäivitub.

Seadme info vaatamine

Vaata seadme infot ja tarkvaraversiooni.

1 Hoia klahvi all, et vaadata menüüd.

2 Hoia .

Seadme hooldus

MÄRKUS

Kasuta seadet heaperemehelikult, et vältida seadme eluea lühenemist.

Ära vajuta klahvi vee all.

Ära puhasta seadet teravate esemetega.

Välti keemiliste puhastusainete ja lahustite kasutamist, kuna need võivad plastosi kahjustada.

Loputa seadet puhta veega pärast kokkupuudet kloori, soolase vee, päikesekreemi, kosmeetika, alkoholi või mõne muu karmitoimelise kemikaaliga. Pikaajaline kokkupuude nende ainetega võib kahjustada seadme korpust.

Ära aseta kõrge temperatuuriga keskkonda, nagu riidekuivatisse.

Ära hoi a seadet pikka aega äärmuslike temperatuuridega kohas – see võib põhjustada jäädavaid kahjustusi.

Seadme puhastamine

- 1 Pühi seadet õrnatoimelises pesuvahendis niisutatud lapiga.
- 2 Pühi kuivaks.

Pärast puhastamist lase seadmel täielikult kuivada.

NIPP: lisainfot leiad
www.garmin.com/fitandcare.

Kasutaja vahetatavad patareid

HOIATUS

Ära kasuta akude eemaldamiseks teravaid esemeid.

Hoi a akud laste ulatusest väljas.

Ära kunagi pane akusid suhu. Allaneelamisel võta kohe ühendust arsti ja kohaliku mürgistuskeskusega.

Vahetatavad noopakud võivad sisaldada perkloriiti. Vaja võib minna erikäitlust. Vaata ka www.dtsc.ca.gov/hazardouswaste/perchlorate.

HOIATUS

Akude õigeks käitlemiseks võta ühendust kohaliku jäätmekäitlusametiga.

Patarei vahetamine

Seade töötab ühe CR1632 patareiga.

1 Eemalda seade rihma seest.



- 2** Kasuta väikest Phillipsi kruvikeerajat, et eemaldada seadme tagant neli kruvi.
- 3** Eemalda tagakaas ja patarei.



- 4** Sisesta uus patarei negatiivse (-) poolega esikaane sisemuse poole
- 5** Veendu, et tihend on terve ja et see sobitub tagakorpusesse.
- 6** Aseta tagakorpus ja kruvid tagasi kohale.
- 7** Pingulda neli kruvi ühtlaselt ja kindlalt.

- 8** Aseta seade painduvasse silikoonrihma, venitades seadme ümber olevat materjali.

Seadmel olev nool peab olema kohakuti rihma sees oleva noolega.



Rihmavahetus

Rihm on loodud sobituma enamikele lastele vanuses 4 kuni 9. Kui rihm on liiga väike, võta ühendust Garmin klienditoega, et hankida infot valikuliste aksessuaaride ja vahetatavate osade kohta.

Eemaldatav seade ühildub vívofit 3 rihmadega.

Rihma vahetamine

Mine www.garmin.ee või võta ühendust oma Garmini edasimüüjaga.

- 1 Võta seade rihma seest välja.



- 2 Aseta seade painduvasse silikoonrihma, venitades seadme ümber olevat materjali.

Seadmel olev nool peab olema kohakuti rihma sees oleva noolega.



Veotsing

Sammude arv ei ole täpne

Kui sammude arv ei tundu olevat õige, proovi järgnevaid nippe.

- Kanna seadet oma mittedomineerival käel.
- Kanna seadet taskus, kui lükkad lapsevankrit või muruniidukit.

MÄRKUS: seade võib pidada mõnda korduvat liigutust sammudeks (nt kätega plaksutamist või hammaste pesemist).

Mu seade ei näita õiget aega

Seade uuendab kellaega ja kuupäeva, kui saadad andmeid nutitelefonile. Saada manuaalselt andmeid nutitelefonile, et su seadmes oleks pärast ajatsooni vahetamist õige aeg, ja et uuendada aega suveajaks.

- 1** Veendu, et su arvuti või mobiil näitab õiget kohalikku aega.
- 2** Saada andmeid nutitelefonile (lk 13). Kellaega ja kuupäeva uuendatakse automaatselt.

Kas mu nutitefon ühildub mu seadmega?

Víofit jr. seade ühildub nutitefonidega, mis kasutavad Bluetoothi juhtmevaba ühendust.

Mine **www.garmin.com/ble**, et leida infot ühildumise kohta.


Mitme mobiilseadme paaristamine

Pärast esmapaigalduse lõpetamist (lk 3) paarista oma víofit jr. seade kuni kahe lisa mobiilseadmega, nt tahvelarvuti või teise lapsevanema nutitefoniga.

- 1** Nutitelefoni või tahvelarvuti rakendusepoest installi ja ava víofit jr. rakendus.
- 2** Logi sisse oma Garmin Connect kasutajanime ja parooliga.
- 3** Järgi rakenduses olevaid juhiseid, et liituda olemasoleva perega.

- 4 Too mobiilseade 3 m kaugusele vívofit jr. seadmest.


MÄRKUS: ole paaristamise ajal 10 m kaugusel teistest mobiilseadmetest.

- 5 Vajadusel lülita Bluetoothi ühendus välja eelnevalt paaristatud mobiilseadmes.
- 6 vívofit jr. seadmes hoi a klahvi all menüü vaatamiseks.
- 7 Hoi a all , et aktiveerida paaristusrežiim.
- 8 Järgi juhiseid, et lõpetada paaristamine.
- 9 Vajadusel korda 1.-8. samme iga lisanduva mobiilseadme jaoks.

Kuidas ma paaristan lisaseadme vívofit jr. rakendusega?

Kui oled juba ühe seadme paaristanud vívofit jr. rakendusega, saad lisada uue seadme rakenduse menüüs.

Kokku saad paaristada kuni kaheksa seadet.

- 1 Ava vívofit jr. rakendus.
- 2 Vali .
- 3 Järgi ekraanil olevaid juhiseid.

Seadme taaskäivitamine

Kui seade ei vasta, peaksid selle taaskäivitama. Toiming ei kustuta sinu andmeid.

MÄRKUS: seadme taaskäivitamine taaskäivitab ka liikumistulba.

- 1 Hoida seadme klahvi 10 sekundit, kuni ekraan lülitub välja.
- 2 Vabasta seadme klahv.
Seade taaskäivitub ja ekraan lülitub sisse.

Mu seade ei lähe tööle

Kui su seade ei lähe tööle, peaksid patarei ära vahetama.

Mine (lk 19).

Lisa

Lisainfo

- Mine www.garmin.com/intosports.
- Mine www.garmin.com/learningcenter.
- Mine <http://buy.garmin.com> või võta ühendust oma Garmin'i edasimüüjaga, et saada infot valikuliste aksessuaaride ja vahetusosade kohta.

Software License Agreement

BY USING THE DEVICE, YOU AGREE TO BE BOUND BY THE TERMS AND CONDITIONS OF THE FOLLOWING SOFTWARE LICENSE AGREEMENT. PLEASE READ THIS AGREEMENT CAREFULLY.

Garmin Ltd. and its subsidiaries ("Garmin") grant you a limited license to use the software embedded in this device (the "Software") in binary executable form in the normal operation

of the product. Title, ownership rights, and intellectual property rights in and to the Software remain in Garmin and/or its third-party providers.

You acknowledge that the Software is the property of Garmin and/or its third-party providers and is protected under the United States of America copyright laws and international copyright treaties. You further acknowledge that the structure, organization, and code of the Software, for which source code is not provided, are valuable trade secrets of Garmin and/or its third-party providers and that the Software in source code form remains a valuable trade secret of Garmin and/or its third-party providers. You agree not to decompile, disassemble, modify, reverse assemble, reverse engineer, or reduce to human readable form the Software or any part thereof or create any derivative works based on the Software. You agree not to export or re-

export the Software to any country in violation of the export control laws of the United States of America or the export control laws of any other applicable country.

© 2016 Garmin Ltd. või selle tütarettevõtte Garmin®, Garmini logo ja vívofit® on ettevõtte Garmin Ltd. või selle tütarettevõtete poolt USA-s ja teistes riikides registreeritud kaubamärgid. Garmin Connect™ on Garmin Ltd. või selle tütarettevõtete poolt registreeritud kaubamärk. Neid ei tohi kasutada ilma Garmini kirjaliku loata.

Bluetooth® märk ja logod on Bluetooth SIG, Inc. omand ning Garmin kasutab neid litsentsi alusel. Teised kaubamärgid ja –nimed on nende vastavate omanike omandid.

M/N: A03009

Käesoleva vivofit JR ingliskeelse kasutusjuhendi (Garmin osanumber 190-02084-00, läbivaadatud versioon A) eestikeelne versioon on koostatud käepärasusest tulenevalt. Vajadusel vaadake kõige uuemat ingliskeelse juhendi versiooni vivofit JR töötamise ja kasutamise kohta.

GARMIN EI VASTUTA KÄESOLEVA EESTIKEELSE JUHENDI SISULISE TÄPSUSE EGA SELLE USALDUSVÄÄRSUSE EEST.



www.garmin.com/support

October 2016