SAMSUNG

FELHASZNÁLÓI KÉZIKÖNYV

SM-L320
SM-L325F
SM-L330
SM-L335F
SM-L500
SM-L505F

Hungarian. 07/2025. Rev.1.1

www.samsung.com

Tartalom

Kezdeti lépések

6 A Galaxy Watch8 / Galaxy Watch8 Classic névjegye

7 Készülék elrendezése és funkciók

7 Óra

12 Vezeték nélküli töltő

13 Az akkumulátor töltése

13 Vezeték nélküli töltés

14 Töltési tippek és elővigyázatossági intézkedések az akkumulátorral kapcsolatban

15 Az energiatakarékos mód használata

16 Az Óra viselése

16 Az óraszíj rögzítése és eltávolítása

18 Az Óra felhelyezése

19 Tippek és elővigyázatossági intézkedések az óraszíjhoz

20 Hogyan viselje az Órát pontos mérésekhez

22 Az Óra be- és kikapcsolása

23 Az Óra csatlakoztatása telefonhoz

23 A Galaxy Wearable alkalmazás telepítése

23 Az Óra csatlakoztatása telefonhoz Bluetooth-on keresztül

25 Távoli kapcsolódás

25 Hálózatok használata

26 A fiókok hozzáadása az Órához

27 A képernyő vezérlése

27 Órakeret

28 Képernyő

29 A képernyő felépítése

30 A képernyő be- és kikapcsolása

31 Képernyőváltás

31 Alkalmazások képernyő

33 Zárképernyő

34 Óra

34 Óra képernyő

34 Az óraszámlap váltása

36 Az Always On Display funkció bekapcsolása

36 Csak Óra mód bekapcsolása

36 A Now bar funkció használata

37 Értesítések

37 Értesítési panel

37 Bejövő értesítések ellenőrzése

38 Alkalmazások kiválasztása értesítések fogadásához

38 Gyorspanel

41 Szövegbevitel

41 Billentyűzetkiosztás

43 További billentyűzetfunkciók

Alkalmazások és funkciók

44 Alkalmazások telepítése és kezelése

44 Play Áruház

44 Alkalmazások kezelése

45 Telefon

45 Bevezető

45 Hívások kezdeményezése

47 Lehetőségek hívás közben

47 Hívások fogadása

48 Névjegyzék

49 Samsung Wallet

49 Bevezető

49 A Samsung Wallet beállítása

49 A Samsung Pay használata

50 Jegyek használata

51 Samsung Health

51 Bevezető

52 Energiapontszám

52 Napi tevékenység

54 Lépések

55 Edzés

62 E heti edzések

63 Futóedző

64 Alvás

66 Gyógyszerek

67 Étel

68 Testösszetétel

71 Tudatos jelenlét

72 Ciklus követése

74 Pulzus

76 Stressz

77 Véroxigén

80 Víz

81 AGE-index

83 Keringési terhelés

84 Antioxidáns-index

85 Együtt

85 Beállít.

86 Samsung Health Monitor

86 Bevezető

87 A biometrikus adatok mérésére vonatkozó óvintézkedések

92 A vérnyomás mérésének megkezdése

94 Az EKG felvételének megkezdése

97 Az alvási apnoé funkció használatának megkezdése

98 GPS

99 Zenék

99 Bevezető

99 A Zene használata

99 Az Órájára mentett hangfájlok kezelése

100 Médiavezérlő

100 Bevezető

101 A zenelejátszó vezérlése

101 A videólejátszó vezérlése

102 Reminder

102 Naptár

103 Bixby

103 Időjárás

104 Ébresztő

104 Világóra

105 Időzítő

105 Stopperóra

106 Galéria
106 Bevezető
106 Az Órájára mentett képek kezelése
107 A Galéria használata
107 Képek megtekintése
108 Az óraszámlap testreszabása
108 Képek törlése
109 Samsung Find
110 Segélykérés küldése
110 Bevezető
110 A segélykérés előbeállítása
111 Segélykérés
112 Segélykérés, ha esés miatt megsérül
113 A helyadatok megosztásának leállítása
113 Hangrögzítő
114 Számológép
115 Iránytű
115 Buds-vezérlő
116 Kameravezérlő
117 Samsung Global Goals
117 SmartThings
117 Google alkalmazások
118 Beállítások
118 Bevezető
118 Samsung account
118 Kapcsolatok
122 Üzemmódok és rutinok
124 Hangok és rezgés
124 Értesítések
125 Kijelző
125 Akkumulátor
126 Gombok és mozdulatok
127 Health
127 Bizt. és adatvédelem
128 Hely
128 Biztonság és vészhelyzetek
128 Fiókok és biztonsági mentés
129 Google
129 Speciális funkciók
130 Eszközkarbantartó
130 Alkalmazások
131 Általános
131 Kisegítő lehetőségek
132 Szoftverfrissítés
132 Óra névjegye

Galaxy Wearable alkalmazás

133 Bevezető
135 Óraszámlapok
136 Alkalmazások képernyő
137 Kártyák
137 Gyorspanel
138 Óra beállításai
138 Bevezető
138 Samsung account
138 Üzemmódok és rutinok
138 Hangok és rezgés
139 Értesítések
139 Kijelző
139 Akkumulátor
139 Gombok és mozdulatok
139 Health
140 Wallet
140 Biztonság és vészhelyzetek
140 Fiókok és biztonsági mentés

141 Speciális funkciók
141 Eszközkarbantartó
141 Alkalmazások
142 Tartalom kezelése
143 Mobilcsomagok (Mobilhálózat-képes modellek)
143 Általános
143 Kisegítő lehetőségek
143 Óra szoftverének frissítése
143 Óra névjegye

144 Óra megkeresése

145 Áruház

Használati megjegyzések

146 A készülék használatára vonatkozó óvintézkedések

148 Jegyzetek a csomag tartalmára és a tartozékokra vonatkozóan

149 A készülék víz- és porállóságának megtartása

150 Túlmelegedés elleni óvintézkedések

151 Az Óra tisztítása és kezelése

152 Legyen óvatos, ha allergiás az Óra bármely anyagára

152 Hogyan találja meg a termék készenléti energiafogyasztási adatait

Függelék

153 Hibakeresés

157 Az akkumulátor eltávolítása

Kezdeti lépések

A Galaxy Watch8 / Galaxy Watch8 Classic névjegye

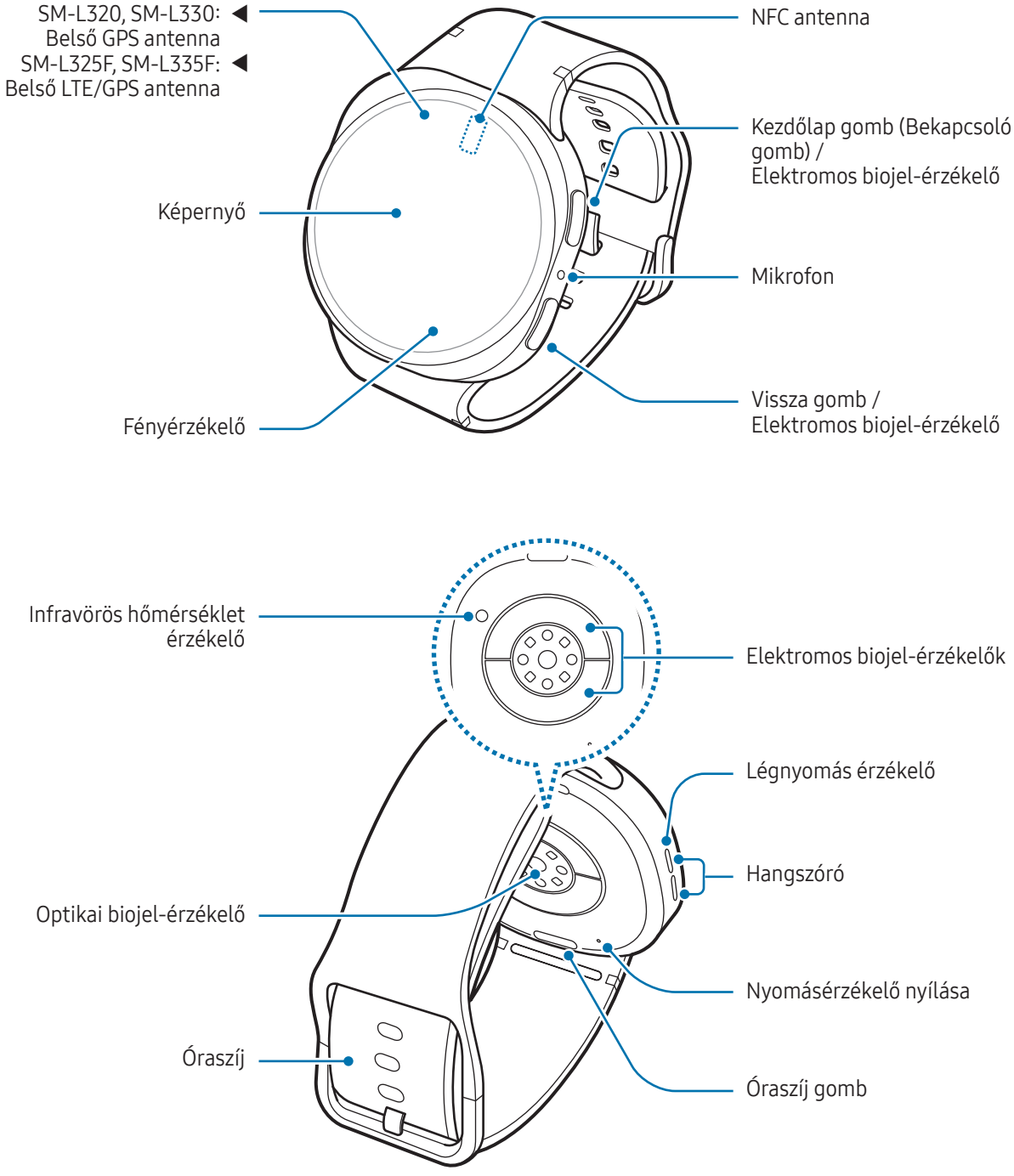
A Galaxy Watch8 / Galaxy Watch8 Classic (a továbbiakban Óra) egy okosóra, amely képes elemezni az edzési szokásait, kezeli az egészségét, és különféle kényelmi alkalmazásokat kínál például a hívásindításhoz és zene lejátszásához. Az órakerettel böngészhet a különböző funkciók között, és a képernyő megérintésével elindíthatja őket, valamint az óraszámlapot is megváltoztathatja ízlésének megfelelően.

A telefonjához csatlakoztatása után használhatja az Órát.

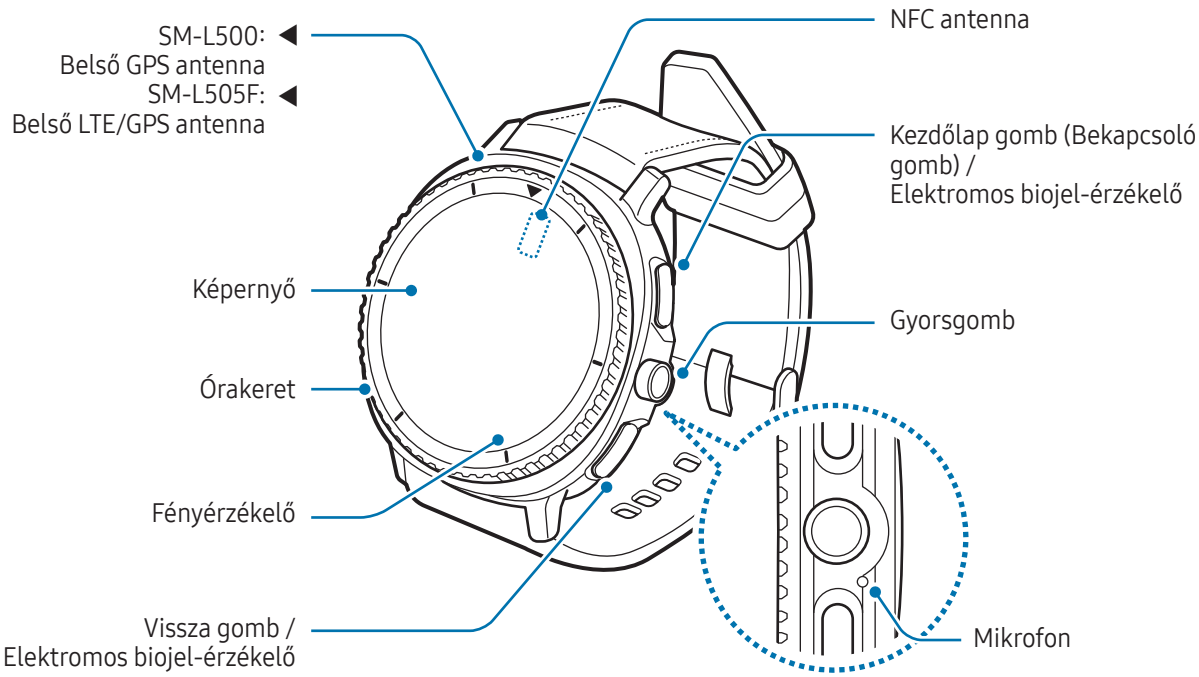
Készülék elrendezése és funkciók

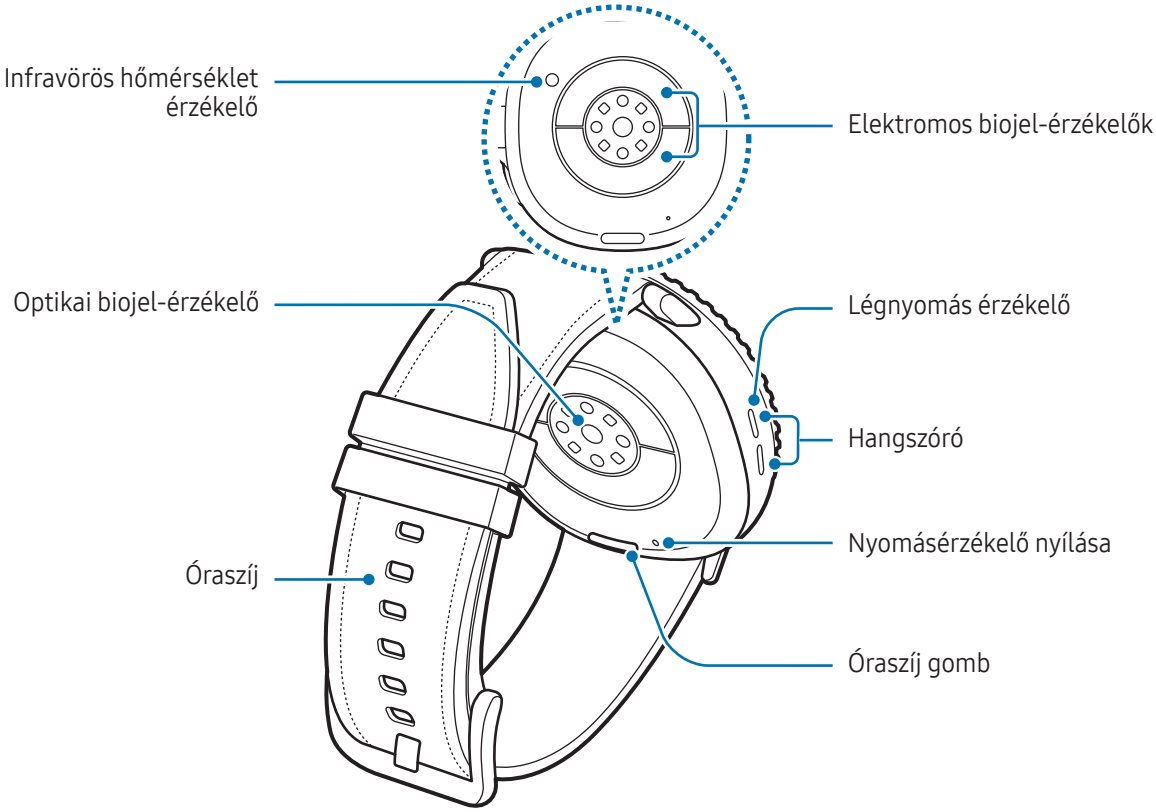
Óra

▶ Galaxy Watch8:



▶ Galaxy Watch8 Classic:





- Használja a készüléket mágneses interfrencia nélküli helyen, hogy a készülék normál módon működhessen.
- Készüléke és egyes (külön értékesített) kiegészítők mágneseket tartalmaznak. Tartsa távol a hitelkártyáktól, beültetett orvostechnikai készülékektől és más olyan készülékektől, amelyekre a mágnesek hatással lehetnek. Orvostechnikai készülékek esetében, tartsa készülékét tőlük 15 cm-nél nagyobb távolságban. Ne használja tovább a készülékét, ha az orvostechnikai készülékével kapcsolatosan bármilyen interferencia gyanúja merül fel, és forduljon orvosához vagy az orvostechnikai készülék gyártójához.
- Ha beültetett műszer van a szívében, ne tegye a készüléket a beültetett eszközhöz közeli zsebbe, például mellzsebbe vagy a kabát belső zsebébe.
- Tartson biztonságos távolságot a mágnesekkel érintett tárgyak, valamint a készülék és egyes (külön megvásárolható) tartozékok között, amelyek mágnest tartalmaznak. A készülékben lévő mágnesek megrongálhatják vagy deaktiválhatják az olyan tárgyakat, mint a hitelkártyák, bérletek, belépő-, beszálló- vagy parkolókártyák.

- A hangszórók használata, például médiafájlok lejátszása közben ne helyezze az Órát közel a füléhez.
- Az óraszíjat tartsa tisztán. A szennyező anyagok, mint por vagy a festékek maradandó foltokat hagyhatnak rajta.
- Ne helyezzen éles tárgyakat az Óra külső nyílásaiba. A belső alkatrészek károsodhatnak a vízállósági funkcióval együtt.
- Ha az Óra bármely része, például az üveg vagy az akril törött, sérülés veszélye állhat fenn. Csak akkor használja az Órát, miután egy Samsung szervizközpontban vagy egy hivatalos márkaszerviz központban megjavíttatta.
- Ha por vagy idegen anyagok jutnak a mikrofonba vagy a hangszóróba, az Óra hangereje csökkenhet vagy bizonyos funkciók működése leállhat. Amennyiben egy éles tárggyal próbálja meg eltávolítani a port vagy idegen anyagot, az Óra sérülhet, és az ronthatja a kinézetét.

- Csatlakoztatási problémák és az akkumulátor gyors merülése következhetnek be az alábbi esetekben:
  - Ha fémmatricákat ragaszt az Óra antennájának területére
  - Ha fémes óraszíjat használ
  - Ha bizonyos funkciók, például hívás vagy a készülék adatkapcsolatának használata közben kezével vagy más tárggyal letakarja az Óra antennájának területét
- Ha a nyomásérzékelő nyílását egy tartozék, például egy matrica eltakarja, a hívások és médialejátszás közben nemkívánatos zajok keletkezhetnek.
- Ne takarja le a fényérzékelő területét kiegészítőkkel, matricákkal vagy fedéllel. Ez ugyanis az érzékelő hibás működését okozhatja.
- Ügyeljen, hogy az Óra mikrofonja ne legyen letakarva, miközben Ön beszél.
- A nyomásérzékelő nyílása biztosítja, hogy az Óra belső alkatrészei és szenzorai helyesen működjenek, amikor olyan környezetben használja az Órát, ahol változik a légnyomás.
- A kézikönyvben található képek egy Galaxy Watch8 Classic-ról készültek.

Gombok

Gomb	Művelet
Kezdőlap gomb	• Ha az Óra ki van kapcsolva, a bekapcsoláshoz tartsa hosszan lenyomva. • Amikor a képernyő ki van kapcsolva, nyomja meg a képernyő bekapcsolásához. • Nyomja meg kétszer vagy tartsa hosszan lenyomva a beállított alkalmazás vagy funkció megnyitásához. • Megnyomásával minden más képernyőről megnyitható az Óra képernyő.
Vissza gomb	• Amikor a képernyő ki van kapcsolva, nyomja meg a képernyő bekapcsolásához. • Nyomja meg a beállított funkció elindításához.
Kezdőlap gomb + Vissza gomb	• Nyomja meg egyidejűleg a képernyőkép rögzítéséhez. • Az Óra kikapcsolásához tartsa hosszan lenyomva egyidejűleg.

A Kezdőlap vagy a Vissza gomb beállítása

Válassza ki az elindítandó alkalmazást vagy funkciót a Kezdőlap gomb vagy a Vissza gomb megnyomásával.

Az Alkalmazások képernyőn érintse meg a Beállítások ikont (⚙) → **Gombok és mozdulatok** menüpontot, majd válasszon egy opciót a **Kezdőlap gomb** vagy a **Vissza gomb** alá.

A gyorsgomb beállítása és használata (Galaxy Watch8 Classic)

A Gyors gomb egy kör alakú gomb a Kezdőlap és a Vissza gombok között, amelyet megnyomva azonnal elindíthatja az edzéshez és a szabadtéri tevékenységekhez szükséges funkciókat.



1 Az Alkalmazások képernyőn érintse meg a Beállítások ikont (⚙) → **Gombok és mozdulatok** elemet.

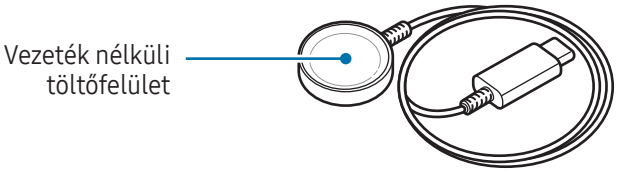
2 Válassza ki a kívánt műveletet a **Gyorsgomb**.

- **Művelet**: állítsa be a Gyorsgombot a gyakorlat vagy funkció elindításához. A kiválasztott művelet határozza meg, hogy mi történik a Gyorsgomb megnyomásakor. Ha azt szeretné, hogy a Gyorsgomb megnyomásakor semmilyen funkció ne induljon el, válassza az **Nincs** jelölőnégyzetet.
  - **Edzések**: beállíthatja, hogy megnyissa a gyakorlatlistát vagy elindítson egy edzést. Edzés közben szüneteltetheti vagy megállíthatja a gyakorlatot, és a Gyorsgomb megnyomásával részletes műveleteket végezhet az egyes gyakorlatokhoz.
  - **Funkciók**: beállíthatja, hogy megnyissa a stopperórát vagy bekapcsolja a zseblámpát vagy a vízzár módot.

- **Művelet indítása ezzel**: beállíthatja, hogy a Gyorsgombot egyszeri vagy kétszeri megnyomásával megnyissa az Ön által beállított gyakorlatot vagy funkciót.

- Ha gyakran tapasztalja, hogy a gombokat akaratlanul nyomja meg a ruhája vastagsága, a kesztyűje vagy az Óra illeszkedése miatt, próbálja meg az alábbi technikák egyikét alkalmazni:
  - Lásd a Hogyan viselje az Órát pontos mérésekhez részt, és próbálja meg újra felvenni az Óráját.
  - Viselje az Órát úgy, hogy a gombok az ellenkező irányba nézzenek. Ha a képernyő fordítva jelenik meg, az Alkalmazások képernyőn érintse meg a Beállítások ikont (⚙) → **Általános** → **Csukló** elemet, és állítsa be a gomb pozícióját úgy, hogy megegyezzen a **Gomb helye** alatti tényleges tájolással.

Vezeték nélküli töltő



Ne tegye ki a vezeték nélküli töltőt víznek, mert nincs az Órához hasonló vízállósági tanúsítványa.

Az akkumulátor töltése

Az Óra első használatbavételét megelőzően, vagy ha hosszabb időn keresztül használaton kívül volt, az akkumulátort fel kell tölteni.

Vezeték nélküli töltés

1 Csatlakoztassa a vezeték nélküli töltőt az USB töltő adapterhez.

2 Helyezze az Órát a vezeték nélküli töltőre úgy, hogy az Óra hátoldalának középső részét a vezeték nélküli töltő középpontjához igazítja. A vezeték nélküli töltés nem biztos, hogy simán működik a kiegészítő vagy a fedél típusától függően. A stabil vezeték nélküli töltéshez ajánlott a fedelet vagy a kiegészítőt leválasztani az Óráról.

3 Amikor teljesen feltöltődött, vegye le az Órát a vezeték nélküli töltőről.

A töltés állapotának ellenőrzése

Ellenőrizheti a töltés állapotát a képernyőn a vezeték nélküli töltés alatt. Ha a töltési állapot nem jelenik meg a képernyőn, az Alkalmazások képernyőn érintse meg a Beállítások ikont ( ) → **Kijelző** elemet és érintse meg a **Töltési infó megjelenítése** kapcsolót a bekapcsolásához.

Az Óra automatikusan bekapcsol, amikor elkezdi a töltést, miközben ki van kapcsolva, és az akkumulátor több mint 10%-ra van feltöltve. Ha úgy szeretné feltölteni az Órát, hogy az kikapcsolva maradjon, az Alkalmazások képernyőn érintse meg a Beállítások ikont ( ) → **Akkumulátor** opciót, majd érintse meg az **Auto. bekapcsolás** kapcsolót a kikapcsoláshoz. A töltés állapotát a képernyőn bármelyik gomb megnyomásával ellenőrizheti, ha kikapcsolt állapotban tölti az Órát.

Töltési tippek és elővigyázatossági intézkedések az akkumulátorral kapcsolatban

Csak a Samsung által jóváhagyott, az Órához tervezett töltőt és kábelt használjon. A nem kompatibilis töltő vagy kábel használata sérülést vagy a készülék meghibásodását okozhatja.

- A töltő helytelen használata a készülék súlyos sérülését okozhatja. A helytelen használatból eredő károkra a garancia nem terjed ki.
- Csak az Órához mellékelt vezeték nélküli töltőt használja. Az Óra harmadik gyártótól származó vezeték nélküli töltővel nem tölthető fel megfelelően.
- Ha az Órát úgy tölti, hogy a vezeték nélküli töltő nedves, a készülék károsodhat. Az Óra töltése előtt alaposan szárítsa meg a vezeték nélküli töltőt.

- Energiatakarékossági okokból használaton kívül húzza ki a töltőt. A töltőnek nincs kikapcsológombja, ezért az áramellátás megszüntetéséhez ki kell húzni az elektromos aljzatból. Használat során a töltőnek a fali aljzathoz csatlakoztatva és könnyen elérhetőnek kell lennie.
- A Galaxy Watch8 Classic és a Galaxy Watch8 nem támogatja a vezeték nélküli energiamegosztás funkciót.
- Az Óra vezeték nélküli töltőtekerccsel rendelkezik. Feltöltheti az akkumulátort vezeték nélküli töltőállomás használatával. Az Óra azonban nem tölthető néhány vezeték nélküli töltőállomással egyes óraszíjak szerkezete miatt, ha az óraszíj fel van csatolva. Az Óra vezeték nélküli töltőállomással történő töltéséhez először távolítsa el az óraszíjat az Óráról. Emellett a vezeték nélküli töltőállomásokat külön értékesítik. Az elérhető vezeték nélküli töltőállomásokkal kapcsolatos további információkért tekintse meg a Samsung honlapját.
- Töltő használata esetén ajánlott jóváhagyott töltőt használni, amely garantálja a töltési teljesítményt.
- Ha akadály van az Óra és a vezeték nélküli töltő között, előfordulhat, hogy nem tölt rendesen. Töltés előtt ellenőrizze, hogy nincs-e izzadság, folyadék vagy por rajtuk.
- Ha az akkumulátor teljesen lemerült, az Óra nem kapcsolható be azonnal a vezeték nélküli töltő csatlakoztatását követően. A bekapcsolása előtt hagyja néhány percig töltődni a lemerült akkumulátort.
- Amennyiben egyszerre több alkalmazást, hálózati alkalmazásokat vagy más eszközökhöz csatlakozó alkalmazásokat használ, az akkumulátor gyorsabban lemerül. Annak érdekében, hogy a készülék nehogy kikapcsoljon az adatok átvitele közben, ezeket az alkalmazásokat mindig az akkumulátor teljes feltöltését követően használja.

- Amikor a vezeték nélküli töltőt egy másik áramforráshoz csatlakoztatja, úgy mint például egy számítógép vagy egy többszörös töltő csomópont, előfordulhat, hogy az Óra nem töltődik fel megfelelően, vagy lassabban töltődik, a gyengébb elektromos áram miatt.
- Az Óra töltés közben is használható, ám ilyenkor tovább tarthat az akkumulátor teljes feltöltése.
- Ha az Óra tápellátása instabil, miközben egyszerre használják és töltik is, lehetséges, hogy a képernyő nem reagál megfelelően. Ha ez történik, vegye le az Órát a vezeték nélküli töltőről.
- Töltés közben az Óra felforrósodhat. Ez normális jelenség, és nincs hatással az Óra élettartamára vagy teljesítményére. Mielőtt viselné az Órát, engedje, hogy hűljön egy ideig a használat előtt. Amennyiben az akkumulátor a szokásosnál jobban felmelegszik, a töltő megszakíthatja a töltési műveletet.
- Ha az Óra nem töltődik megfelelően, vigye el az Órát és a vezeték nélküli töltőt egy Samsung szervizközpontba vagy egy hivatalos márkaszervizbe.
- Ne használjon meghajlott vagy sérült vezeték nélküli töltőkábelt. Ha a vezeték nélküli töltő kábele sérült, ne használja.

Az energiatakarékos mód használata

Kapcsolja be az energiatakarékos módot, hogy megnövelje az akkumulátor élettartamát.

Nyissa meg a gyorspanelt lefelé húzva a képernyő felső szélét, és érintse meg az Energistakarékosság ikont ( ) a funkció bekapcsolásához. Vagy az Alkalmazások képernyőn érintse meg a Beállítások ikont ( ) → **Akkumulátor** elemet, majd a bekapcsoláshoz érintse meg az **Energiatakarékosság** kapcsolót.

Az energiatakarékos mód bekapcsol, és egyes funkciók korlátozva lehetnek.

Ha az akkumulátor töltöttsége egy bizonyos szint alá csökken, megjelenik az energiatakarékos képernyő. Érintse meg a **Bekapcs.** elemet az energiatakarékos mód bekapcsolásához. Ebben az esetben az energiatakarékos mód automatikusan kikapcsol, ha az óra akkumulátora több mint 15%-ra feltöltődik. Ha azonban bekapcsolja az energiatakarékos módot a Beállításokból vagy a gyorspanelből, az energiatakarékos mód nem kapcsol ki automatikusan, még akkor sem, ha az Óra akkumulátora 15%-nál többre van feltöltve.

Az Óra viselése

Az óraszíj rögzítése és eltávolítása

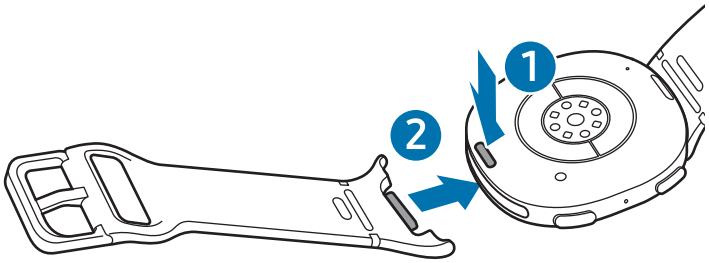
Csatlakoztassa az óraszíjat, mielőtt használni kezdené az Órát. Kihúzhatja az óraszíjat az Órából, és egy újra cserélheti.

Ügyeljen rá, hogy a körme ne sérüljön meg az óraszíjak csatlakoztatásakor vagy eltávolításakor.

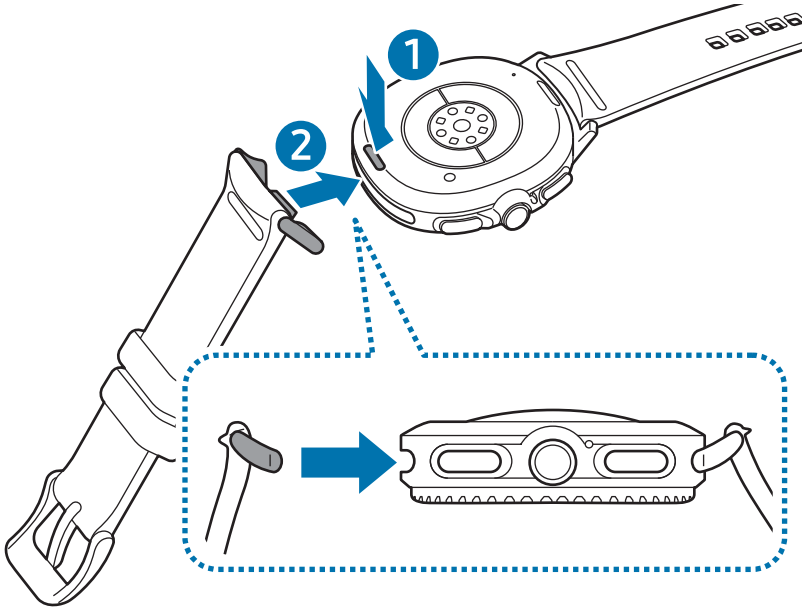
- A rendelkezésre álló óraszíjak a régiótól és modelltől függően eltérőek lehetnek.
- A mellékelt óraszíj mérete a modelltől függően eltérő lehet. Használja a megfelelő óraszíjat, amely illeszkedik a modell méretéhez.

Az óraszíj csatlakoztatása

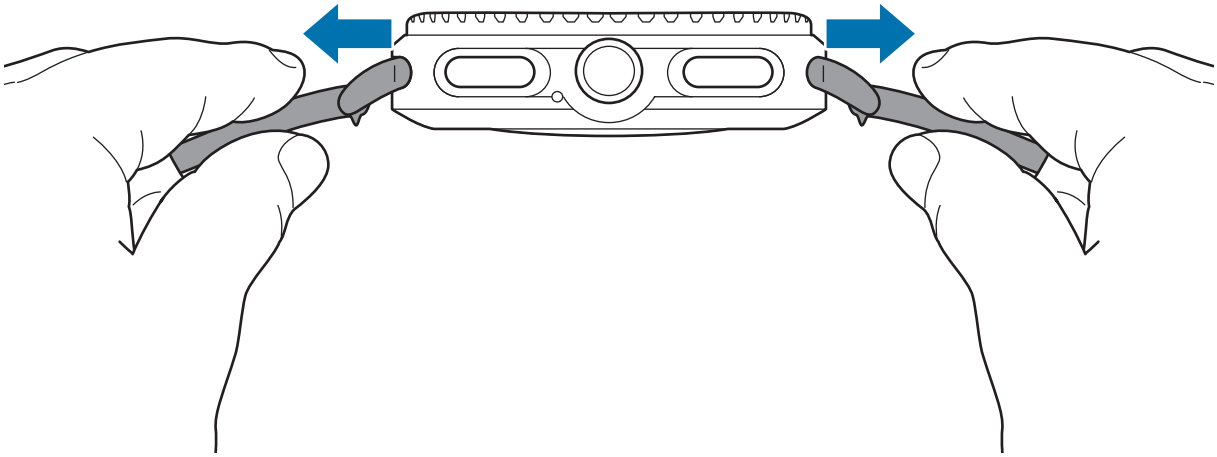
1 ▶ **Galaxy Watch8**: helyezze az Óra hátlapját és az óraszíj belső oldalát felfelé. Igazítsa az óraszíjat a Órához úgy, hogy egy vonalban legyenek, majd rögzítse az óraszíjat az Órához, miközben megnyomja az óraszíj gombot.



► **Galaxy Watch8 Classic**: helyezze az Óra hátlapját és az óraszíj belső oldalát felfelé. Igazítsa az óraszíjat a Órához úgy, hogy egy vonalban legyenek, majd rögzítse az óraszíjat az Órához, miközben megnyomja az óraszíj gombot.

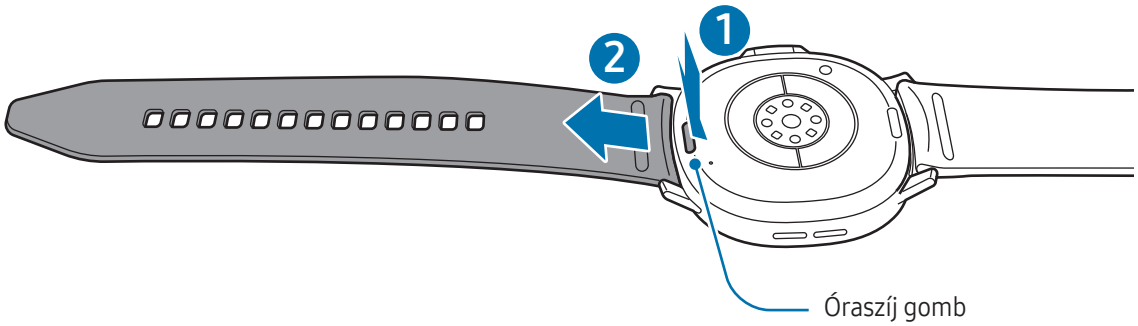


2 Finoman húzza meg az óraszíj mindkét oldalát, hogy megbizonyosodjon arról, hogy szorosan csatlakozik, és nem válik le az Óráról.



Az óraszíj eltávolítása

Távolítsa el az óraszíjat, miközben nyomja az óraszíj gombját.



Az Óra felhelyezése

Helyezze az Órát a csuklója köré. Állítsa be úgy, hogy illeszkedjen a csuklójához, helyezze a rögzítőt az óraszíj valamelyik nyílásába, majd rögzítse a csatot a lezáráshoz. Ha az óraszíj túl szoros, használjon egy másik lyukat, amellyel lazább lesz.

Az óraszíjat ne hajlítgassa túl erősen. Ellenkező esetben kárt tehet az Órában.

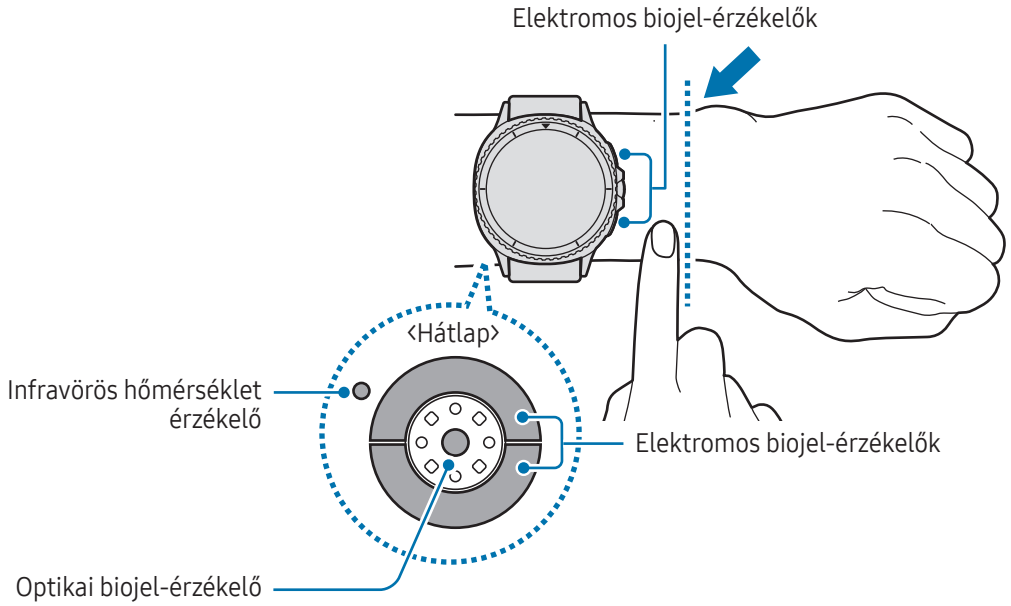
- Fizikai állapotának pontos méréséhez viselje az Órát szorosan az alkarján a csuklója felett. További információkért nézze meg a Hogyan viselje az Órát pontos mérésekhez részt.
- Ha bizonyos anyagok érintkeznek az Óra hátlapjával, akkor azt az Óra az anyag típusától függően úgy érzékelheti, hogy a csuklóján viseli.
- Ha az Óra hátlapi érzékelője és az Ön csuklója nem érintkeznek több mint 10 percig, az Óra felismerheti, hogy nem viseli a csuklóján.

Tippek és elővigyázatossági intézkedések az óraszíjhoz

- A pontos mérés érdekében az Órát úgy kell viselnie, hogy illeszkedjen a csuklójára. A mérés után lazítsa meg az óraszíjat, hogy levegő érje a bőrt. Ajánlott úgy viselni az Órát, hogy az ne legyen túl laza vagy szoros, és a viselése kényelmes érzés legyen normál körülmények között.
- Ha hosszú ideig viseli az Órát, vagy nagy intenzitású gyakorlatot végez a viselése közben, bizonyos tényezők, például súrlódás, nyomás vagy nedvesség miatt bőrirritáció léphet fel. Ha már hosszú ideje viseli az Órát, távolítsa el a csuklójáról egy időre, hogy megőrizhesse bőre egészségét, és hogy a csuklója pihenhessen.
- Bőrirritáció kialakulhat allergia, környezeti tényezők, egyéb tényezők miatt, illetve ha a bőre hosszú ideig van kitéve szappannak vagy verejtéknek. Ebben az esetben azonnal hagyja abba az Óra használatát, és várjon 2-3 napot a tünetek enyhüléséig. Ha a tünetek továbbra is fennállnak vagy súlyosbodnak, hívja az orvosát.
- Az Óra viselése előtt győződjön meg róla, hogy a bőre száraz. Ha hosszú ideig hordja nedvesen az Órát, az hatással lehet a bőrére.
- Ha vízben használja az Órát, távolítsa el az idegen anyagokat a bőréről és az Óráról, és alaposan szárítsa meg a bőrét és a készüléket is a bőrirritáció megelőzése érdekében.
- Vízben ne használjon semmilyen tartozékot, csak az Órát.
- Ha gyakran tapasztalja, hogy a gombokat akaratlanul nyomja meg a ruhája vastagsága, a kesztyűje vagy az Óra illeszkedése miatt, próbálja meg az alábbi technikák egyikét alkalmazni:
  - Lásd a Hogyan viselje az Órát pontos mérésekhez részt, és próbálja meg újra felvenni az Óráját.
  - Viselje az Órát úgy, hogy a gombok az ellenkező irányba nézzenek. Ha a képernyő fordítva jelenik meg, az Alkalmazások képernyőn érintse meg a Beállítások ikont (⚙) → **Általános** → **Csukló** elemet, és állítsa be a gomb pozícióját úgy, hogy megegyezzen a **Gomb helye** alatti tényleges tájolással.

Hogyan viselje az Órát pontos mérésekhez

A pontos mérésekhez az Órát viselje szorosan az alkarja körül a csuklója fölött egy ujjnyi távolságot hagyva, ahogy az az alábbi ábrán látható.



- Ha túlságosan szorosra húzza az Órát, bőrirritáció léphet fel, ha pedig túl lazán hagyja, dörzsölheti a bőrét.
- Ne nézzen közvetlenül az optikai biojel-érzékelő fényeire. Ügyeljen, hogy gyermekek ne nézzenek közvetlenül a fénybe. Ellenkező esetben károsodhat a látása.
- Ha az Óra érintésre forrónak érződik, vegye le, amíg ki nem hűl. Ha hosszabb ideig érintkezik a bőre az Óra forró felületével, alacsony hőmérsékletű égési sérüléseket okozhat.
- Távolítsa el az összes vizet az Órából és az óraszíjból, mielőtt megmérné a testösszetételét és felvenné az EKG-t.
- Ha az infravörös hőmérséklet érzékelőn víz, por vagy foltok vannak, a mérések pontatlanok lehetnek.
- Tisztítsa meg az infravörös hőmérséklet érzékelőt puha ruhával vagy vattapamaccsal.

- A pulzusmérőt csak pulzusa mérésére használja. Az optikai biojel-érzékelő pontossága a környezettől, a mérés körülményeitől és az Ön fiziológiai állapotától függően romolhat.
- Mivel a hideg környezeti hőmérséklet befolyásolhatja a mérést, tartsa magát melegen a pulzusszám ellenőrzésekor télen vagy hideg időben.

- Dohányzás vagy alkohol fogyasztás megváltoztathatja a normál pulzusszámot.
- Ne mozogjon, beszéljen, ásítson vagy vegyen mély levegőt pulzusmérés közben. Ellenkező esetben előfordulhat, hogy a pulzusmérés nem pontos.
- Ha nagyon magas vagy nagyon alacsony a pulzusszáma, akkor a mérés pontatlan lehet.
- A gyermekek pulzusának mérése nem biztos, hogy pontos eredményt ad.
- Ha vékony a csuklója, pontatlan pulzusmérést tapasztalhat, ha az óra laza, ami a fény egyenetlen visszaverődését okozza. Ebben az esetben, az Órát a belső karján viselje.
- Ha a pulzusmérés nem működik megfelelően, mozdítsa az Óra optikai biojel-érzékelőjét jobbra, balra, le vagy föl a csuklóján, illetve viselje az Órát a belső karján úgy, hogy az érzékelő érintkezzen a bőrével.
- Ha az optikai biojel-érzékelő és az elektromos biojel-érzékelők koszosak, törölje meg azokat, és próbálja újra a mérést. Ha idegen anyagok megakadályozzák az egyenletes fényvisszaverődést, a mérés nem biztos, hogy pontos.
- Az optikai biojel-érzékelőt befolyásolhatják a tetoválások, jegyek, és a haj, ha azon a csuklón találhatóak, amelyiken az Órát viseli. Azt eredményezhetik, hogy az Óra nem ismeri fel, hogy viseli azt, és előfordulhat, hogy az Óra funkciók nem működnek megfelelően. Ezért, azon a csuklóján viselje az Óráát, amelyik nem zavarja meg az Óra funkciókat.
- Előfordulhat, hogy a mérési funkciók bizonyos tényezők miatt nem működnek megfelelően, például az optikai biojel-érzékelő fényének blokkolása miatt, a bőr fényességétől, a bőr alatti véráramlástól és az érzékelő területének tisztaságától függően.
- A pontos mérések érdekében használja a Ridge sport óraszíjat. A Ridge sport óraszíj külön kapható lehet a modelltől függően.
- A pontos mérésekhez a csuklójának és a gombok helyzetének meg kell egyeznie az Óra beállításaival. Az Alkalmazások képernyőn érintse meg a Beállítások ikont ( ) → **Általános** → **Csukló** elemet, és ellenőrizze a gombok pozícióját, valamint azt, hogy miképp viseli az Órát.

Az Óra be- és kikapcsolása

Ha olyan helyen tartózkodik, ahol a vezeték nélküli eszközök használatát korlátozzák – például repülőgépen vagy kórházban –, tartsa be a felhatalmazott személyzet által kihelyezett figyelmeztetéseket és az egyéb utasításokat.



Az Óra bekapcsolása

Az Óra bekapcsolásához tartsa néhány másodpercig lenyomva a Kezdőlap gombot.

Amikor először kapcsolja be az Órát, vagy visszaállítja azt, a képernyőn megjelennek az Órának a telefonhoz való csatlakoztatására vonatkozó utasítások. További információkért nézze meg a Az Óra csatlakoztatása telefonhoz részt.

Az Óra kikapcsolása

1 Nyomja le hosszan egyszerre a Kezdőlap gombot és a Vissza gombot. Vagy nyissa meg a gyorspanelt lefelé húzva a képernyő felső szélét, és érintse meg a Kikapcsolás ikont ( ).

2 Érintse meg a Kikapcsolás ikont ( ).

Ha azt szeretné, hogy az Óra kikapcsoljon, amikor hosszan lenyomja a Kezdőlap gombot, az Alkalmazások képernyőn érintse meg a Beállítások ikont ( ) → **Gombok és mozdulatok** lehetőséget, érintse meg a **Nyomva tartás** opciót a **Kezdőlap gomb** alatt, majd válassza a **Kikapcsolás menü** opciót.

Kényszerített újraindítás

Amennyiben az Óra lefagyott, és nem válaszol, az újraindításhoz tartsa hosszan lenyomva egyszerre a Kezdőlap gombot és a Vissza gombot több mint 7 másodpercig.

Vészhelyzeti hívások és orvosi információk

Vészhelyzeti hívást kezdeményezhet, vagy ellenőrizheti a mentett orvosi információkat.

1 Nyomja le hosszan egyszerre a Kezdőlap gombot és a Vissza gombot. Vagy nyissa meg a gyorspanelt lefelé húzva a képernyő felső szélét, és érintse meg a Kikapcsolás ikont ( ).

2 Érintse meg a **Segélyhívás** vagy az **Orvosi adatok** opciót.

Orvosi adatainak és vészhelyzeti kapcsolatainak kezeléséhez nyissa meg a **Galaxy Wearable** alkalmazást a telefonján, és érintse meg az **Óra beállításai** → **Biztonság és vészhelyzetek** lehetőséget.

Az Óra csatlakoztatása telefonhoz

A Galaxy Wearable alkalmazás telepítése

Az Óra és a telefon csatlakoztatásához telepítse a telefonra a Galaxy Wearable alkalmazást.

A telefontól függően a Galaxy Wearable alkalmazást a következő helyekről töltheti le:

- Samsung Android telefonok: **Galaxy Store**
- Egyéb Android telefonok: **Play Áruház**

- Kompatibilis a Google mobilszolgáltatásokat támogató Android telefonokkal.
- A Galaxy Wearable alkalmazás nem telepíthető olyan telefonra, amely nem támogatja az Óra szinkronizálását. Győződjön meg róla, hogy a telefonja kompatibilis-e az Órával.
- Nem tudja csatlakoztatni az Órát táblagéphez vagy számítógéphez.

Az Óra csatlakoztatása telefonhoz Bluetooth-on keresztül

1 Kapcsolja be az Órát.

2 Válassza ki a használni kívánt nyelvet, majd érintse meg az OK ikont ( ).

3 Válasszon országot, régiót, majd érintse meg az **Újraindítás** lehetőséget.
Az Óra kikapcsol és újraindul, majd a képernyőn megjelennek az Óra telefonhoz való csatlakoztatására vonatkozó utasítások.

4 Nyissa meg telefonján a **Galaxy Wearable** alkalmazást.
Ha a Galaxy Wearable alkalmazás nem a legújabb verzió, frissítse a Galaxy Wearable alkalmazást a legújabb verzióra.

5 Érintse meg az **Indítás** lehetőséget.

6 A képernyőn válassza ki a saját Óráját.
Ha nem találja az Óráját, érintse meg a **Segítségkérés** lehetőséget.

7 A csatlakozás befejezéséhez kövesse a képernyőn megjelenő utasításokat.
A csatlakozás befejeződése után, érintse meg az **Indítás** elemet és kövesse a képernyőn megjelenő utasításokat az Óra alapvető kezelésének megismeréséhez.

- A kezdeti beállítási képernyő régiónként különböző lehet.
- A csatlakozás módja a régiótól, modelltől és a telefonjától és a szoftververziótól függően eltérő lehet.
- Az Óra kisebb, mint a normál okostelefonok, ezért a hálózat minősége gyengébb lehet, különösen olyan területeken, ahol gyenge a jel vagy rossz a vétel. Ha Bluetooth-kapcsolat nem érhető el, a mobilhálózat vagy az internetkapcsolat rossz lehet, vagy megszakadhat.
- Amikor először vagy az alaphelyzetbe állítása után csatlakoztatja az Órát egy okostelefonhoz, az adatszinkronizálás, például a névjegyeké gyorsabban lemerítheti az Óra akkumulátorát.
- A támogatott telefonok és funkciók a régiótól, hordozótól, illetve a készülék gyártójától függően eltérők lehetnek.
- Amikor nem tud Bluetooth kapcsolatot létesíteni az Óra és a telefon között, a Leválasztva a telefonról ikon ( ) jelenik meg az Óra képernyő tetején.

Az Óra csatlakoztatása új telefonhoz

Az Óra adatainak visszaállítása nélkül csatlakoztathatja az Óráját egy új telefonhoz, amely ugyanazt a Google-fiókot használja, mint az előző telefonja.

1 Az Alkalmazások képernyőn érintse meg a Beállítások ikont ( ) → **Általános** → **Óra átvitele az új telefonra** elemet → az OK ikont ( ).

2 Az új telefonján nyissa meg a **Galaxy Wearable** alkalmazást, és csatlakozzon az Órához.

Ha az Óra alaphelyzetbe állítása után új telefonhoz szeretné csatlakoztatni az Órát, érintse meg a Beállítások ikont ( ) az Alkalmazások képernyőn, majd érintse meg az **Általános** → **Visszaállítás** lehetőséget.

Távoli kapcsolódás

Az Óra és a telefon Bluetooth-on keresztül csatlakozik. Szinkronizálhatja okostelefonját az Órával, ha mindkét eszköz távolról csatlakozik egymáshoz, még akkor is, ha Bluetooth-kapcsolat nem áll rendelkezésre. A távoli kapcsolat a mobilhálózatát vagy a Wi-Fi-t használja.

Ha a funkció nincs bekapcsolva, nyissa meg a **Galaxy Wearable** alkalmazást a telefonján, érintse meg az **Óra beállításai** → **Speciális funkciók** → **Távoli kapcsolódás** lehetőséget, majd a bekapcsolásához érintse meg a kapcsolót.

Hálózatok használata

Használhat hálózatokat, például Wi-Fi, Bluetooth, NFC vagy mobilhálózatot.

Az Alkalmazások képernyőn érintse meg a Beállítások ikont ( ) → **Kapcsolatok** elemet, majd a bekapcsoláshoz érintse meg a kapcsolót. Ha nem használja a hálózatot, érintse meg a kapcsolót a kikapcsoláshoz.

A mobilhálózathoz érintse meg a **Mobilhálózatok** elemet, és érintse meg az **Automatikus**, **Mindig bekapcsolva** vagy a **Mobilcsomagok** elemet. Ha nem használja a hálózatot, érintse meg a **Mindig kikapcsolva** elemet.

Elképzelhető, hogy modelltől függően egyes funkciók nem érhetők el.

A fiókok hozzáadása az Órához

Regisztrálja a csatlakoztatott telefonon a Samsung- vagy Google-fiókját, és adja hozzá az Órához a különböző Óra funkciók eléréséhez.

Samsung-fiók regisztrálása az Óráján

1 Nyissa meg telefonján a **Galaxy Wearable** alkalmazást.

2 Érintse meg az **Óra beállításai** → **Fiókok és biztonsági mentés** lehetőséget.

3 A Samsung fiókba való bejelentkezéshez érintse meg a **Samsung account** elemet, és kövesse a képernyőn megjelenő utasításokat.
Ha Samsung fiókjába be van jelentkezve, ellenőrizheti a regisztrált Samsung fiókot.

Google-fiók hozzáadása az Órához

1 Nyissa meg telefonján a **Galaxy Wearable** alkalmazást.

2 Érintse meg az **Óra beállításai** → **Fiókok és biztonsági mentés** lehetőséget.

3 Érintse meg a **Google-fiók** lehetőséget.

4 Érintse meg a **Google-fiók hozzáadása** elemet, és kövesse a képernyőn megjelenő utasításokat, hogy hozzáadja Google-fiókját a telefonról az Órához.

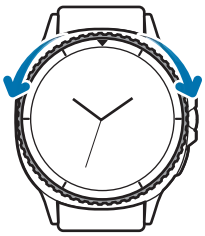
A képernyő vezérlése

Órakeret

Az Óra elforgatható órakerettel vagy érintő órakerettel rendelkezik. Forgassa az órakeretet az óramutató járásával megegyező vagy ellentétes irányban két ujjával, vagy húzza át az érintő órakeretet az óra különböző funkcióinak vezérléséhez.



Érintésérzékeny órakeret
(Galaxy Watch8)



Forgatható órakeret
(Galaxy Watch8 Classic)

- **Görgetés a képernyők között**: forgassa el vagy simítsa az órakeretet másik képernyőkre való lépéshez.
- **Mozgás egyik tételről a másikra**: forgassa el vagy simítsa az órakeretet egyik elemről a másikra mozgáshoz.
- **Beviteli érték beállítása**: forgassa el vagy simítsa az órakeretet a hangerő vagy a fényerő beállításához. A fényerő beállításakor az órakeretet az órajárás irányába forgatva vagy simítva növelheti a fényerőt.
- **A telefon vagy a riasztási funkció használata**: forgassa el vagy simítsa az órakeretet az óramutató járásának megfelelően beérkező hívások fogadásához vagy riasztások elvetéséhez. Forgassa el vagy simítsa az órakeretet az óramutató járásával ellentétesen beérkező hívások elutasításához, vagy ha szeretné bekapcsolni a szundi funkciót riasztáshoz.

- Ügyeljen arra, hogy az elforgatható órakereten ne legyenek idegen anyagok, mint például por vagy homok.
- Ne használja az elforgatható órakeretet mágneses anyagok, úgy mint például mágnesek vagy mágneses karkötők közelében. Az elforgatható órakeret lehetséges, hogy nem működik megfelelően mágneses interferencia hatására.

Ha az órakeret nem működik, vigye el az Órát egy Samsung szervizközpontba vagy egy hivatalos márkaszerviz központba annak szétszerelése nélkül.

Képernyő

- Megérintés: érintse meg a képernyőt.
- Érintés és nyomva tartás: érintse meg a képernyőt körülbelül 2 másodperc hosszan.
- Húzás: érintsen meg hosszan egy elemet, majd húzza a célhelyére.
- Dupla megérintés: érintse meg duplán a képernyőt.
- Simítás: simítson felfelé, lefelé, balra vagy jobbra.
- Közelítés és távolítás: a zoomfunkciók használatához közelítse vagy távolítsa két ujját a képernyőn.

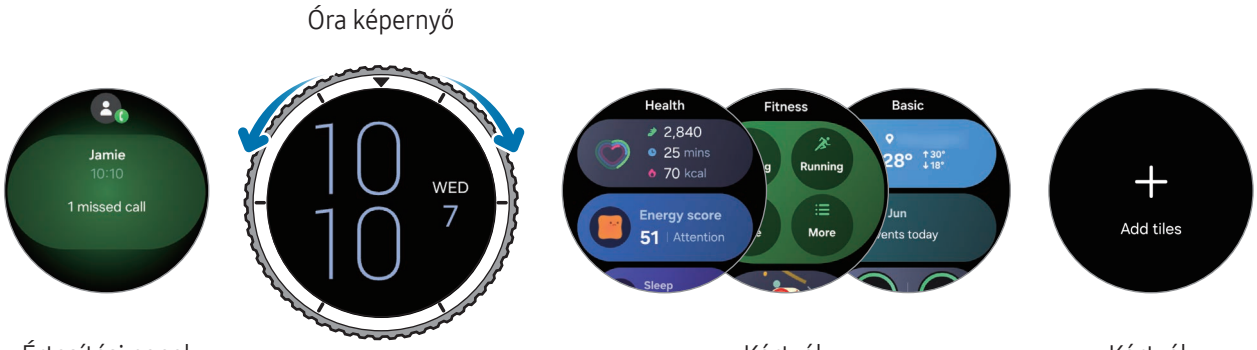
- Ügyeljen arra, hogy más elektromos eszközök ne érjenek a képernyőhöz. Az elektrosztatikus kisülések a képernyő meghibásodását okozhatják.
- A sérülés elkerülése érdekében ne érintse meg a képernyőt éles eszközzel, és ne nyomja túlságosan az ujjával vagy más tárgyakkal.
- Javasoljuk, hogy ne hagyja hosszabb ideig bekapcsolva a képernyőt. Ellenkező esetben szellemképesedés (a képernyő beégése) jelentkezhet.

- A képernyő széleihez közel, az érzékelési területen kívül előfordulhat, hogy az Óra nem érzékeli az érintést.
- Ha a vízzár mód be van kapcsolva, az érintésérzékelő nem biztos, hogy elérhető.

A képernyő felépítése

Az Óra képernyő a Kezdőképernyő kiindulópontja, amely több oldalból áll.

Ellenőrizheti a kártyákat vagy megnyithatja az értesítési panelt a képernyőn balra vagy jobbra simítva vagy az órakeret segítségével.



Az elérhető panelek, kártyák, valamint ezek elrendezése a szoftververziótól függően különböző lehet.

Kártyák kezelése

A kártyákhoz widgeteket adhat hozzá, hogy kényelmes hozzáférést biztosítson a kívánt funkciókhoz.

Érintse meg a **Kártyák hozzáadása** lehetőséget, és válassza ki a hozzáadni kívánt widgeteket.

Amikor hosszan érint meg egy kártyát, beléphet a szerkesztési módba, ahol megváltoztathatja a kártya elrendezését vagy eltávolíthatja a kártyát.

- **Kártya mozgatása**: a mozgatásához érintsen meg hosszan egy kártyát és húzza a kívánt helyre.
- **Kártya eltávolítása**: az eltávolításhoz érintse meg a Törlés ikont (⊖) a kártyán.

A widget elrendezésének megváltoztatásához vagy a widget eltávolításához érintse meg és tartsa lenyomva a kártyát, majd érintse meg a **Szerkesztés** lehetőséget.

- **Widget mozgatása**: a mozgatásához érintsen meg hosszan egy widgetet és húzza a kívánt helyre.
- **Widget eltávolítása**: az eltávolításhoz érintse meg a Törlés ikont (⊖) a widgeten.

A képernyő be- és kikapcsolása

A képernyő bekapcsolása

A képernyő bekapcsolásához használja az alábbi módszerek egyikét:

- **Képernyő bekapcsolása a gombokkal**: nyomja meg a Kezdőlap gombot vagy a Vissza gombot.
- **Kapcsolja be a képernyőt a csuklója felemelésével**: emelje fel azt a csuklóját, amelyiken viseli az Órát. Ha a képernyő nem kapcsol be, miután felemelte a csuklóját, érintse meg a Beállítások ikont ( ) az Alkalmazások képernyőn, érintse meg a **Kijelző** elemet, majd érintse meg az **Ébr. csuklóemeléssel** kapcsolót a **Képernyő ébresztése** alatt a funkció bekapcsolásához.
- **Kapcsolja be a képernyőt a képernyő megérintésével**: érintse meg a képernyőt. Ha a képernyő nem kapcsol be miután megérintette a képernyőt, érintse meg a Beállítások ikont ( ) az Alkalmazások képernyőn, érintse meg a **Kijelző** elemet, majd érintse meg az **Ébr. képernyőérintéssel** kapcsolót a **Képernyő ébresztése** alatt a funkció bekapcsolásához.
- **Kapcsolja be a képernyőt az órakerettel**: forgassa el az órakeretet. Ha a képernyő nem kapcsol be, miután elforgatta az órakeretet, érintse meg a Beállítások ikont ( ) az Alkalmazások képernyőn, érintse meg a **Kijelző** elemet, majd érintse meg az **Ébr. keretelforgatással** kapcsolót a **Képernyő ébresztése** alatt a funkció bekapcsolásához (Galaxy Watch8 Classic).

A képernyő kikapcsolása

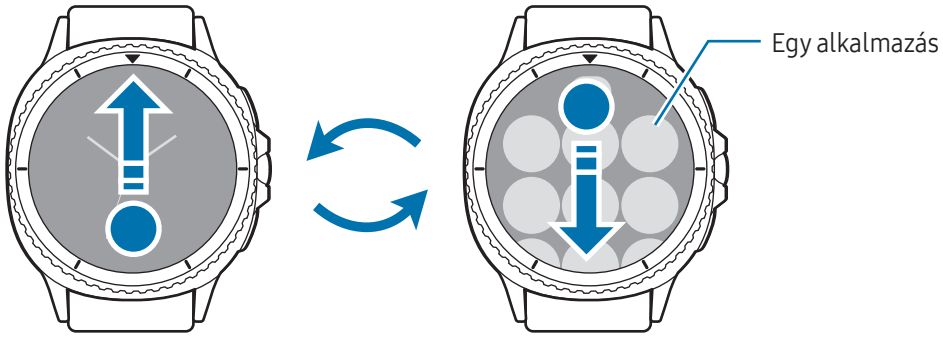
A képernyő kikapcsolásához takarja le a tenyerével vagy másik tárggyal. Emellett a képernyő automatikusan kikapcsol, ha az Órát egy megadott ideig nem használják.

Képernyőváltás

Váltás az Óra és az Alkalmazások képernyő között

Az Alkalmazások képernyő megnyitásához simítson fölfelé az Óra képernyőn.

Ha vissza kíván térni az Óra képernyőre, simítson lefelé az Alkalmazások képernyő tetejéről. Másik lehetőségként nyomja meg a Kezdőlap vagy a Vissza gombot.



Óra képernyő Alkalmazások képernyő

Visszatérés az előző képernyőre

Az előző képernyőre való visszatéréshez simítson jobbra a képernyőn, vagy nyomja meg a Vissza gombot.

Alkalmazások képernyő

Az Alkalmazások képernyő megjeleníti az Órára telepített összes alkalmazáshoz tartozó ikont.

Az elérhető alkalmazások a szoftververziótól függően eltérőek lehetnek.

Alkalmazások megnyitása

Az Alkalmazások képernyőn érintse meg a megnyitni kívánt alkalmazás ikonját.

Ha meg szeretne nyitni egy alkalmazást a legutóbbi alkalmazások listájáról, érintse meg a Legutóbbi alkalmazások ikont ( ) az Alkalmazások képernyőn.

Alkalmazások bezárása

1 Az Alkalmazások képernyőn érintse meg a Legutóbbi alkalmazások ikont ( ).

2 Használja az órakeretet vagy simítson a képernyőn balra vagy jobbra, hogy a bezárni kívánt alkalmazásra lépjen.

3 A bezáráshoz simítson felfelé az alkalmazáson.

Az összes megnyitott alkalmazás bezárásához érintse meg az **Összes bezárása** lehetőséget.

Az Alkalmazások képernyő szerkesztése

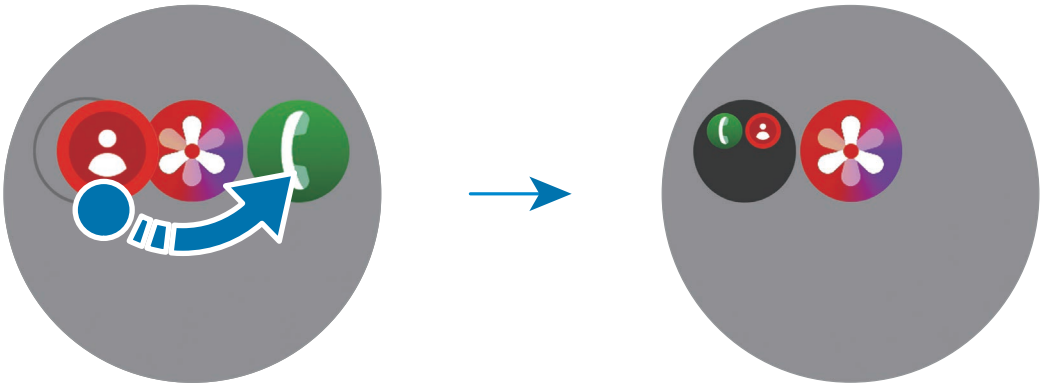
Elemek mozgatása

Elemet húzhat új helyre.

Mappák létrehozása

Húzzon egy alkalmazást egy másik alkalmazás fölé.

Létrejön egy mappa a választott alkalmazásokkal. Érintse meg a **Mappa neve** elemet, és adja meg a mappa nevét.



- **További alkalmazások hozzáadása**

  Érintse meg az Alkalmazások hozzáadása mappához ikont ( ) a mappán. Jelölje be a hozzáadni kívánt alkalmazásokat, és érintse meg a **Kész** elemet. Alkalmazást úgy is hozzáadhat, ha ráhúzza a mappára.

- **Alkalmazások áthelyezése mappából**

  Húzzon egy alkalmazást egy új helyre a mappán kívül.

- **Mappa törlése**

  Érintsen meg hosszan egy mappát, majd érintse meg a **Törlés** elemet → az OK ikont ( ). Csak a mappa törlődik. A mappában található alkalmazások átkerülnek az Alkalmazások képernyőre.

Alkalmazások képernyő nézet beállítása

Válassza ki azt a lehetőséget, amellyel az alkalmazásokat az Alkalmazások képernyőn rács- vagy listanézetben jelenítheti meg. Érintse meg a **Nézet beáll.** lehetőséget az Alkalmazások képernyő alján, és válassza ki a **Nézet** menüpont alatt a kívánt beállítást.

Ha bekapcsolja a **Kiemelt alkalmazások megjelenítése használat alapján** kapcsolót, akkor az Alkalmazások képernyő tetején az óra használatának módja alapján ajánlott alkalmazásokat kaphat.

Zárképernyő

Használja a képernyőzár funkciót az adatai védelmében, úgy mint például az Órára elmentett személyes adatai. A funkció bekapcsolásakor az Óra minden használatkor kérni fogja, hogy oldja fel. Ha azonban egyszer feloldja, miközben viseli az Órát, feloldva marad.

Képernyőzár beállítása

Az Alkalmazások képernyőn érintse meg a Beállítások ikont ( ) → **Bizt. és adatvédelem** → **Zártípus** elemet, és válassza ki a zárási módszert.

- **Minta**: a képernyő feloldásához egy négy vagy több pontból álló mintát kell lerajzolnia.
- **PIN**: a képernyő feloldásához egy számjegyekből álló PIN-kódot kell megadnia.

Óra

Óra képernyő

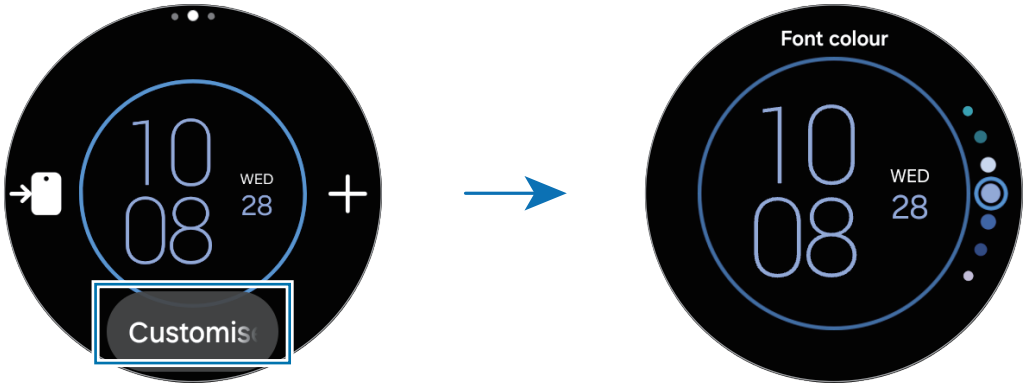
Megnézheti a pontos időt vagy egyéb információkat. Ha nem az Óra képernyő van megnyitva, és szeretne oda visszatérni, nyomja meg a Kezdőlap gombot.

Az óraszámlap váltása

1 Érintse meg hosszan az Óra képernyőt, majd érintse meg az **Óraszámlap hozzáadása** lehetőséget.

2 Használja az órakeretet, illetve simítson a képernyőn fel vagy le, és válasszon ki egy óraszámlapot.
Ha a **További óraszámlapok a Google Play-en** koppint, további óraszámlapokat tölthet le.

3 Érintse meg a **Testreszabás** lehetőséget az óraszámlap testreszabásához. A képernyőn balra vagy jobbra simítva lépjen arra az elemre, amit testre kíván szabni, majd válassza ki a kívánt színt és egyéb dolgokat az órakeret használatával vagy a képernyőn felfelé vagy lefelé simítással. A komplikációk beállításához érintse meg a kívánt komplikációs területet.



Emellett ízlése szerint megváltoztathatja az óraszámlapot és testreszabhatja a telefonjáról. Nyissa meg telefonján a **Galaxy Wearable** alkalmazást, és érintse meg az **Óraszámlapok** elemet.

Alacsony megvilágítású mód bekapcsolása

Néhány óraszámlap elérhető alacsony megvilágítású móddal. Ha az Alacsony megvilágítású mód be van kapcsolva, az óra számlapjának fényereje és színei úgy vannak beállítva, hogy éjszaka vagy gyenge fényviszonyok között jobban láthatóvá tegye az óra számlapját, és csökkentse a szem megerőltetését.

1 Érintse meg hosszan az Óra képernyőt, majd érintse meg az **Óraszámlap hozzáadása** lehetőséget.

2 Válassza a **Klasszikus sportos** vagy a **Klasszikus örökség** opciót a **Klasszikus** alatt.

3 Érintse meg a **Testreszabás** lehetőséget.

4 Csúsztassa balra vagy jobbra a képernyőn az **Félhomály mód** elem áthelyezéséhez.

5 Érintse meg a képernyőt, hogy az Alacsony megvilágítású módot **Auto** vagy **Be** értékre állítsa.

Az óraszámlap testreszabása képpel

Alkalmazzon képet óraszámlapként, miután importált egy képet a telefonjáról. További információkért a képek telefonról történő importálásával kapcsolatban, lásd: Az Órájára mentett képek kezelése.

1 Érintse meg hosszan az Óra képernyőt, majd érintse meg az **Óraszámlap hozzáadása** lehetőséget.

2 Válassza ki a kívánt óraszámlapot a **Fényképek** alatt.

3 Érintse meg a **Testreszabás** lehetőséget.

4 Csúsztassa balra vagy jobbra a képernyőn a **Háttér** vagy **Fénykép** elemre lépéshez.

5 Érintse meg a képernyőt, válasszon ki egy óraszámlapként alkalmazandó képet, és érintse meg az **OK** lehetőséget.
A kép nagyításához vagy kicsinyítéséhez kétszer érintse meg a képet, vagy húzza szét vagy csíptesse össze két ujját a képen. Ha nagyítja a képet, simítson a képernyőn jobbra, hogy a kép egy része jelenjen meg a képernyőn.

Több kép egyidejű kiválasztásához hosszan érintse meg a képet, a képeket az órakeret segítségével vagy a képernyőn balra avgy jobbra simítással válassza ki, majd érintse meg a Kész ( ) ikont. A képek kiválasztása után további képek hozzáadásához, érintse meg a **Fénykép hozzáadása** lehetőséget.

6 Érintse meg az **OK** lehetőséget.

7 Simítson a képernyőn, hogy megváltoztasson más tételeket, például kompilációkat, majd térjen vissza az előző képernyőre.
A kép megjelenik az Óra képernyőjén. Ha az óraszámlaphoz a **Fényképek** lehetőséget választja, és két vagy több képet ad hozzá, a hozzáadott képek sorban megjelennek, amikor megérinti a képernyőt.

Az Always On Display funkció bekapcsolása

Beállíthatja az Óra képernyőt és bizonyos alkalmazások képernyőit, hogy maradjanak végig bekapcsolva, amíg az Órát viseli. Az akkumulátor azonban gyorsabban fog merülni, mint a normál használat közben, ha ezt a funkciót használja.

Ha nem használná a funkciót, nyissa meg a gyorspanelt lefelé húzva a képernyő felső széle felől, és érintse meg az Always On Display ikont ( ). Vagy az Alkalmazások képernyőn érintse meg a Beállítások ikont ( ) → **Kijelző** lehetőséget, majd a kikapcsolásához érintse meg az **Always On Display** kapcsolót.

Csak Óra mód bekapcsolása

Csak Óra módban csak az idő jelenik meg, minden egyéb funkció használhatatlan.

Az Alkalmazások képernyőn érintse meg a Beállítások ikont ( ) → **Akkumulátor** → **Csak óra** lehetőséget, majd érintse meg a **Bekapcs.** opciót.

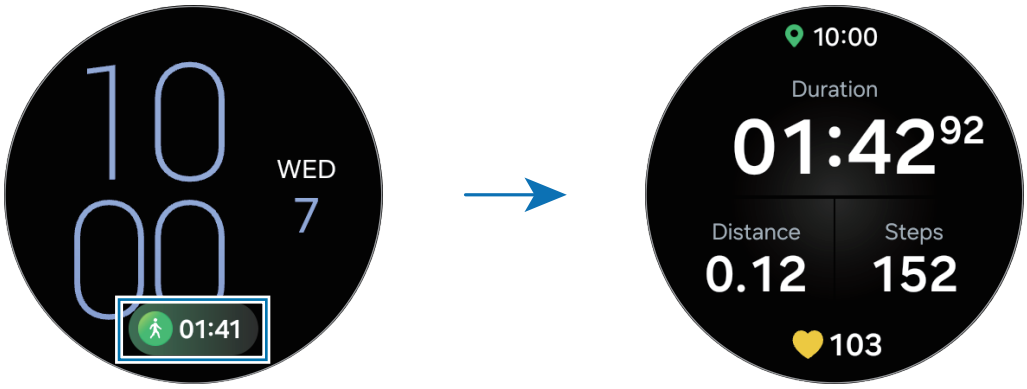
A Csak Óra mód kikapcsolásához nyomja meg és tartsa lenyomva a Kezdőlap gombot. Alternatív lehetőségként helyezze az Órát a vezeték nélküli töltőre, hogy feltöltse egy bizonyos szintig. Az Óra kikapcsol, majd újból bekapcsol.

A Csak Óra üzemmód automatikusan bekapcsol, ha az akkumulátor 1% alá csökken. A Csak óra mód automatikusan kikapcsol, ha az akkumulátor feltöltődik egy bizonyos szintig.

A Now bar funkció használata

Ha bizonyos funkciókat használ, például edzést vagy hangfelvételt rögzít, és megnyomja a Kezdőlap gombot az Óra képernyő megnyitásához, az Óra képernyő alján megjelenik a Now bar, amely az éppen használt funkciót mutatja.

Érintse meg a Now bart, ha közvetlenül a funkció képernyőjének megnyitásával szeretne visszatérni az éppen használt funkció képernyőjére.

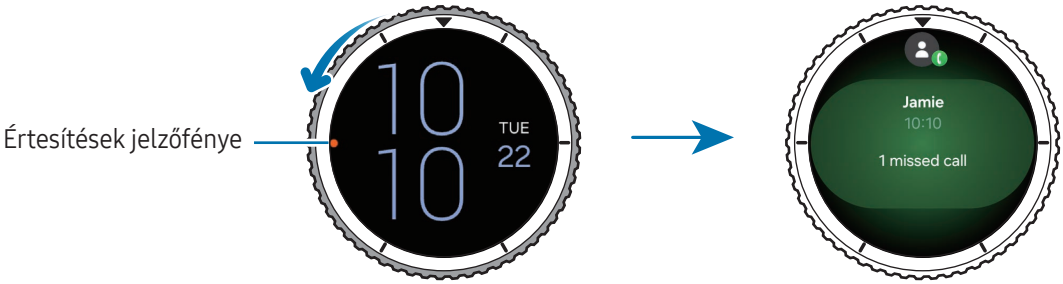


Értesítések

Értesítési panel

Megtekinthet értesítést, mint például egy új üzenetet vagy nem fogadott hívást az értesítési panelen. Az Óra képernyőn forgassa el vagy simítsa az órakeretet az óramutató járásával ellentétes irányba. Alternatív megoldásként, az értesítési panel megnyitásához simítson jobbra a képernyőn.

Ha új értesítései vannak, egy narancsszínű értesítésjelző jelenik meg az Óra képernyőn. Ha az értesítésjelző nem jelenik meg, az Alkalmazások képernyőn érintse meg a Beállítások ikont (⚙) → **Értesítések** → **Speciális beállítások** elemet, és érintse meg az **Új értesítés jelzése az óraszámlapon** kapcsolót a bekapcsolásához.



- Csak akkor kaphat értesítést, ha viseli az Órát.
- A telefon használata közben nem kaphat értesítéseket az Órájára. Ha telefonja használata közben is meg szeretné tekinteni az értesítéseket az Óráján, érintse meg a Beállítások ikont (⚙) az Alkalmazások képernyőn, érintse meg az **Értesítések** → **A telefon értesítései az órán** elemet, majd válassza a **Megjelenítés mindig mindkettőn** opciót.

Bejövő értesítések ellenőrzése

Ha értesítést kap, az értesítéssel kapcsolatos információk (például az értesítés típusa vagy az érkezés ideje) megjelennek a képernyőn. Ha több mint két értesítés érkezett, használja az órakeretet, illetve simítson a képernyőn balra vagy jobbra a többi értesítés ellenőrzéséhez.

Érintse meg az értesítést a részletek ellenőrzéséhez.

Értesítések törlése

Az értesítés ellenőrzése közben simítson fölfelé a képernyőn.

Alkalmazások kiválasztása értesítések fogadásához

Válassza ki azt a telefont vagy Óra alkalmazást, amelyről értesítéseket szeretne kapni az Órájára.

1 Nyissa meg telefonján a **Galaxy Wearable** alkalmazást.

2 Érintse meg az **Óra beállításai** → **Értesítések** → **Alkalmazások értesítései** lehetőséget.

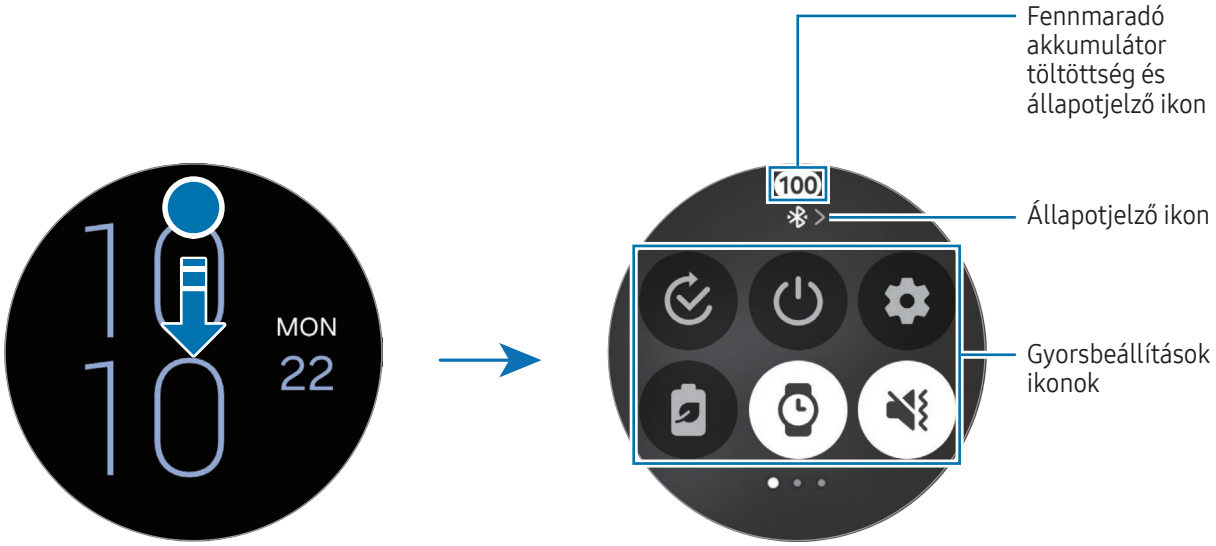
3 Érintse meg az alkalmazások listáján azon alkalmazások melletti kapcsolót, amelyektől értesítéseket szeretne kapni.

Gyorspanel

Ellenőrizze az Óra aktuális állapotát, és konfigurálja a beállításokat a gyorspanelen.

A gyorspanel megnyitásához húzzon lefelé a képernyő felső szélétől. A gyorspanel bezárásához simítson felfelé a képernyőn.

Használja az órakeretet, illetve simítson a képernyőn balra vagy jobbra, hogy a következő vagy előző gyorspanelre váltson.



Az állapotjelző ikonok ellenőrzése

A gyorspanel tetején állapotjelző ikonok jelennek meg, és tájékoztatják az Óra aktuális állapotáról. A táblázatban szereplő ikonok a leggyakoribbak.

Ikon	Jelentés
	A Bluetooth-kapcsolat létrejött
/	Térerő
4G / LTE	LTE-hálózathoz csatlakozva
	Wi-Fi csatlakoztatva
	Az Óra és a telefon távolról kapcsolódik
100	Akkumulátor töltöttségi szintje

- Egyes állapotjelző ikonok, amelyek bizonyos helyzeteket jeleznek, például amikor bizonyos üzemmódokat használ vagy az Órát tölti, szintén megjelennek az Óra képernyőjének tetején. Az állapotjelző ikonok elrejtéséhez az Óra képernyőn érintse meg a Beállítások ikont ( ) az Alkalmazások képernyőn, érintse meg a **Speciális funkciók** → **Állapotjelzők** lehetőséget, majd válassza az **Elrejtés 2 másodperc után** lehetőséget.
- Az állapotjelző ikonok megjelenése a régiótól, szolgáltatótól vagy modelltől függően eltérő lehet.

A gyorsbeállítási ikonok ellenőrzése

A gyorsbeállítási ikonok a gyorspanelen jelennek meg. Érintse meg az ikont az alapbeállítások megváltoztatásához vagy a funkció indításához. A gyorsbeállítási ikont hosszan megérintve részletesebb beállításokat is ellenőrizhet.

A gyorspanelen a gyorsbeállítási ikonok hozzáadásával vagy eltávolításával kapcsolatos további információkért lásd: A gyorspanel szerkesztése.

Ikon	Jelentés
	Nyissa meg a Módbeállításokat
	A bekapcsolási opciók elérése
	A **Beállítások** megnyitása
	Az energiatakarékos mód bekapcsolása
	Az Always On Display funkció bekapcsolása
/ /	Hangos, rezgő vagy csendes mód bekapcsolása
	Kapcsolja be a zseblámpát

Ikon	Jelentés
	Fényerő beállítása
	A ne zavarjanak mód bekapcsolása
	Nyissa meg a Hangerő-beállításokat
	A Wi-Fi hálózat csatlakozása
	Kapcsolja be a Vízzár módot
	Kapcsolja be a Repülő üzemmódot
	Csatlakoztassa a Bluetooth audiót
	Indítsa el a Telefonkereső funkciót
	Az GPS funkció bekapcsolása
	Csatlakozás a mobilhálózathoz (mobilhálózattal rendelkező modellek)
	Az NFC funkció bekapcsolása
	Az érintés-érzékenység funkció bekapcsolása
	Csatlakozás Bluetooth-hoz (mobilhálózattal rendelkező modellek)

- A Módok ikon () a futtatási módtól függően eltérően jelenhet meg, és az üzemmódot az ikon megérintésével kikapcsolhatja, amikor az üzemmódot használja.
- A gyorsbeállítások ikonjai a csatlakoztatott telefon szoftververziójától függően eltérően jelenhetnek meg.

A gyorspanel szerkesztése

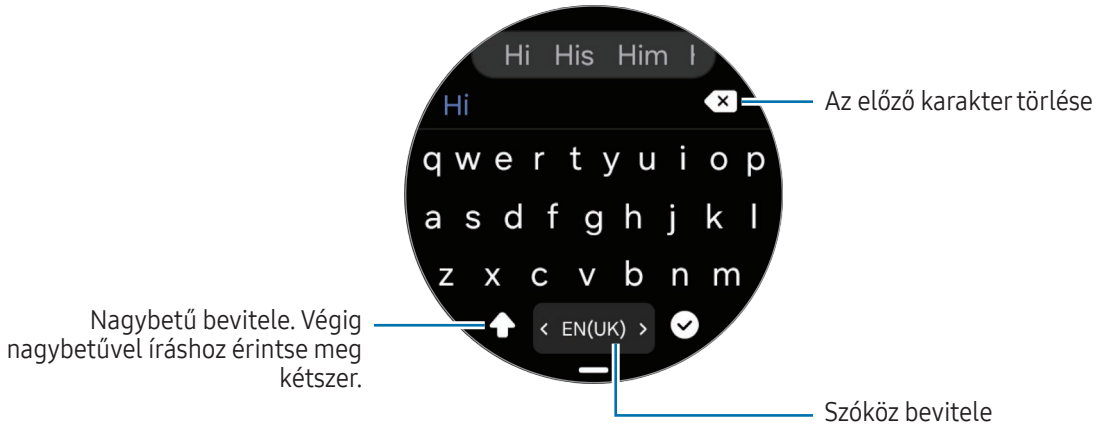
Érintse meg a Szerkesztés ikont (⊕) a gyorsbeállítási ikon elrendezésének megváltoztatására, illetve a gyorsbeállítási ikon hozzáadására vagy eltávolítására szolgáló szerkesztési módba való belépéshez.

- **A gyorsbeállítások ikon mozgatása**: a mozgatásához érintsen meg hosszan egy gyorsbeállítási ikont és húzza a kívánt helyre.
- **Gyorsbeállítások ikon hozzáadása**: érintse meg a Hozzáadás ikont (⊕) a gyorsbeállítási ikonon a hozzáadásához.
- **Gyorsbeállítások ikon eltávolítása**: érintse meg a Törlés ikont (⊖) a gyorsbeállítási ikonon a törléséhez.

Szövegbevitel

Billentyűzetkiosztás

Szöveg bevitelekor billentyűzet jelenik meg.



- A szövegbeviteli képernyő a megnyitott alkalmazástól függően változhat.
- Bizonyos nyelveken a szövegbevitel nem támogatott. Ilyenkor szöveg beírásához módosítania kell a beviteli nyelvet valamelyik támogatott nyelvre.

Beviteli nyelv módosítása

Húzza felfelé a Beviteli módok és beállítások ikont (—), érintse meg a Beállítások ikont (⚙) → **Beviteli nyelvek** → **Nyelvek kezelése** elemet, majd válassza ki a használni kívánt nyelveket. Amennyiben kettő nyelvet választ, lehetőség van a beviteli nyelvek közötti váltásra – ehhez simítson balra vagy jobbra a szóköz billentyűn. Legfeljebb 2 nyelvet adhat meg.

A beviteli nyelveket beállíthatja a Beállítások ikon (⚙) megérintésével is az Alkalmazások képernyőn, és megérintve az **Általános** → **Samsung Billentyűzet** → **Beviteli nyelvek** → **Nyelvek kezelése** menüpontban.

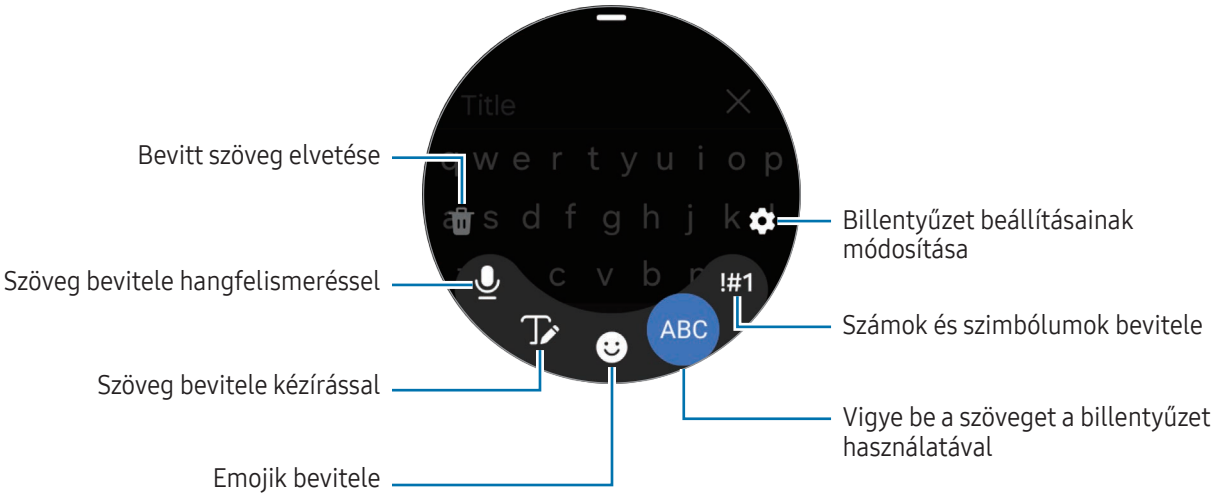
Billentyűzet típusának módosítása

Húzza felfelé a Beviteli módok és beállítások ikont (—), érintse meg a Beállítások ikont (⚙) → **Beviteli nyelvek** elemet, válasszon ki egy nyelvet, majd válassza ki a kívánt billentyűzet típusát.

Egy **3 x 4** kiosztású billentyűzet esetén a gombokon három vagy négy karakter található. Adott karakter beviteléhez érintse meg ismételten a megfelelő gombot, amíg a kívánt karakter meg nem jelenik.

További billentyűzetfunkciók

Húzza felfelé a Bemeneti módok és beállítások ikont (—) a billentyűzet képernyőn további billentyűzetfunkciók használatához.



- Elképzelhető, hogy a nyelvtől, szolgáltatótól vagy modelltől függően egyes funkciók nem érhetők el.
- A hangbevitellel történő szövegbevitel funkció közvetlenül bármely más szövegbeviteli képernyőről is elindítható a Kezdőlap gomb lenyomásával és nyomva tartásával. A funkció használatához érintse meg a Beállítások ikont ( ) az Alkalmazások képernyőn, érintse meg a **Gombok és mozdulatok** lehetőséget, érintse meg a **Kezdőlap gomb** alatti **Nyomva tartás** gombot, majd válassza a **Bixby** lehetőséget.

Alkalmazások és funkciók

Alkalmazások telepítése és kezelése

Play Áruház

Vásárolhat és letölthet alkalmazásokat.

Az Alkalmazások képernyőn érintse meg a Play Áruház ( ) ikont. Böngésszen az alkalmazásokat kategóriák szerint, vagy érintse meg a Keresés ikont ( ), és keressen rá egy kulcsszóra.

- Risztrálja a Google fiókot az Órára a Play Áruház alkalmazás használatához. További információkért nézze meg a Google-fiók hozzáadása az Órához részt.
- Az automatikus frissítési beállítások megváltoztatásához, érintse meg a **Beállítások** elemet és érintse meg az **Automatikus frissítés** kapcsolót a bekapcsolásához vagy kikapcsolásához.
- Amikor letölt egy alkalmazást a telefonjára, ha van társalkalmazás az Órához, akkor az automatikusan települ az Órára.

Alkalmazások kezelése

Alkalmazások eltávolítása vagy tiltása

Nyissa meg telefonján a **Galaxy Wearable** alkalmazást, érintse meg az **Óra beállításai** → **Alkalmazások** elmet, érintsen meg egy alkalmazást, majd válasszon egy lehetőséget.

- **Eltávolít.**: letöltött alkalmazások eltávolítása.
- **Kikapcsol**: a kiválasztott alapértelmezett, az Óráról el nem távolítható alkalmazások letiltása.

- Bizonyos alkalmazások nem biztos, hogy támogatják ezt a funkciót.
- Egyes alkalmazásokat úgy távolíthat el, hogy megérinti és lenyomva tartja az alkalmazást az Óra Alkalmazások képernyőjén, majd megérinti az **Eltávolítás** lehetőséget.

Alkalmazások engedélyezése

Nyissa meg telefonján a **Galaxy Wearable** alkalmazást, érintse meg az **Óra beállításai** → **Alkalmazások** elemet, válassza a Szűrő ikont (), majd érintse meg a **Kikapcsolva** → **OK** lehetőséget. Válasszon ki egy alkalmazást, és érintse meg az **Bekapcsolás** lehetőséget.

Alkalmazások jogosultságainak beállítása

Egyes alkalmazások számára ahhoz, hogy megfelelően működjenek, engedélyt kell adni információk elérésére vagy használatára az Órán.

Az alkalmazások engedélybeállításainak engedélyezéséhez vagy módosításához engedély kategóriánként az Alkalmazások képernyőn érintse meg a Beállítások ikont () → **Alkalmazások** → **Engedélykezelő** lehetőséget. Válasszon egy elemet, és válasszon egy alkalmazást.

Ha nem adja meg a jogosultságokat az alkalmazások számára, előfordulhat, hogy az alkalmazások alapfunkciói nem működnek megfelelően.

Telefon

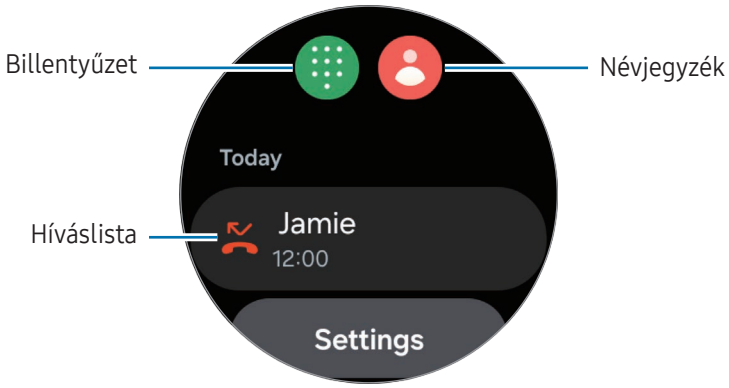
Bevezető

Hívásokat intézhet, valamint megnézheti és megválaszolhatja bejövő hívásait.

Előfordulhat, hogy hívás közben nem lehet tisztán hallani a hangot, és gyenge jellel rendelkező területeken csak rövid hívások érhetők el.

Hívások kezdeményezése

Az Alkalmazások képernyőn érintse meg az Telefon () ikont.



A hívások indításához használja az alábbi módszerek egyikét:

- Érintse meg a Billentyűzet ikont (), írjon be egy számot a billentyűzet segítségével, majd érintse meg a Hívás ikont ().
- Érintse meg a Névjegyzék ikont (), használja az órakeretet vagy görgesse végig a névjegyek listáját, válasszon egy névjegyet, majd érintse meg a Hívás ikont ().
- Használja az órakeretet vagy görgesse végig a híváslistát, válasszon naplóbejegyzést, majd érintse meg a Hívás ikont ().

A hívásokhoz használandó szám kiválasztása (mobilhálózattal rendelkező modellek)

Kiválaszthatja, hogy az Óra száma és a csatlakoztatott okostelefon száma közül melyik számot szeretné használni hívások kezdeményezésekor. Továbbá, ha az Óra olyan okostelefonhoz csatlakozik, amely támogatja a két SIM-kártyát, akkor a hívásokhoz kiválaszthat egy SIM-kártyát.

1 Az Alkalmazások képernyőn érintse meg az Telefon () ikont.

2 Érintse meg a Billentyűzet ikont ().

3 Érintse meg a SIM hívásokhoz ikont (), és válassza ki a kívánt opciót.
- **Telefon**: hívásindítás a csatlakoztatott telefon számával.
- **SIM 1**: hívásindítás a csatlakoztatott telefon 1-es SIM-kártyájának számával.
- **SIM 2**: hívásindítás a csatlakoztatott telefon 2-es SIM-kártyájának számával.
- **Óra**: hívásindítás az Óra számával.

- Bizonyos funkciók nem érhetők el a csatlakoztatott telefontól függően.
- A naplóbejegyzés kiválasztása után a hívógomb hosszú érintésével is kiválaszthat egy számot.

Előzetes preferált szám beállítása (mobilhálózattal rendelkező modellek)

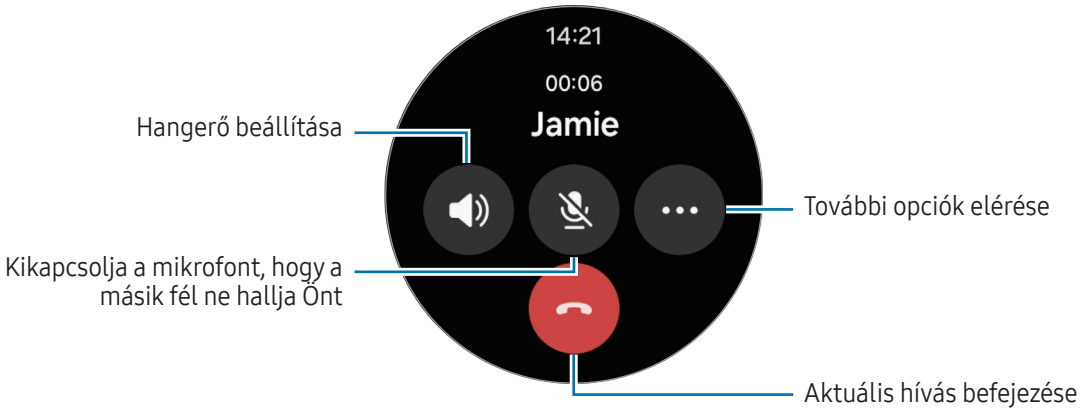
1 Az Alkalmazások képernyőn érintse meg az Telefon () ikont.

2 Érintse meg a **Beállítások** lehetőséget.

3 Érintse meg a **Preferált szám** lehetőséget, és válassza ki a kívánt lehetőséget.
- **Telefon**: beállíthatja a hívásindítást a csatlakoztatott telefon számával.
- **Óra**: beállíthatja hívásindítást az Óra számával.
- **Mindig rákérdez**: beállíthatja, hogy mindig kérdezzen rá, amikor csak hívást indít, hogy melyik számot használja.

Lehetőségek hívás közben

A következő műveletek elérhetők:



A képernyő megjelenése modellenként különböző lehet.

Telefonálás Bluetooth fülhallgatóval

Ha Bluetooth fülhallgató van csatlakoztatva, a hívást arra irányítja a rendszer.

Ha nincs Bluetooth-fülhallgató csatlakoztatva, az Alkalmazások képernyőn érintse meg a Beállítások ikont ( ) → **Kapcsolatok** → **Bluetooth** elemet. Amikor megjelenik az elérhető Bluetooth-készülékek listája, válassza ki a használni kívánt Bluetooth-fülhallgatót.

Hívások fogadása

Hívás fogadása

Bejövő hívás esetén forgassa el vagy simítsa az órakeretet az órajárás irányába. Vagy húzza a Fogadás ikont ( ) a nagy körön kívülre.

Telefonbeszélgetéseket folytathat az Óra belső mikrofonján, hangszóróján vagy egy csatlakoztatott Bluetooth fülhallgatón keresztül.

Hívás elutasítása

Elutasíthatja a bejövő hívásokat, és elutasító üzenetet küldhet a hívónak.

Bejövő hívás esetén forgassa el vagy simítsa az órakeretet az órajárással ellentétesen. Vagy húzza az Elutasítás ikont ( ) a nagy körön kívülre.

Elutasító üzenet küldéséhez húzza felfelé a Gyors elutasító üzenet küldése ikont (—), és válassza ki a kívánt üzenetet.

Nem fogadott hívás

Nem fogadott hívás esetén értesítés jelenik meg az értesítési panelen. Az értesítési panelen ellenőrizheti a nem fogadott hívások értesítéseit. Vagy érintse meg az Alkalmazások képernyőn a Telefon ikont ( ) a nem fogadott hívások ellenőrzéséhez.

Névjegyzék

Hívást indíthat és üzenetet küldhet kapcsolatnak. A csatlakoztatott telefonra elmentett névjegyek az Órán is elmentésre kerülnek.

Az Alkalmazások képernyőn érintse meg az Névjegyzék ( ) ikont.

A telefon kedvenc névjegyeinek listája a névjegyek listájának tetején jelennek meg.

Használja az alábbi keresési módszerek valamelyikét:

- Érintse meg a névjegyek listája tetején található Keresés ikont ( ), és adja meg a keresési feltételt.
- Görgessen végig a névjegyek listájában.
- Használja az órakeretet. Ha gyorsan forgatja el vagy simítja az órakeretet, a lista a kezdőbetűkön gördül végig ábécésorrendben.

Miután kiválasztotta a kívánt névjegyet, tegye a következők valamelyikét:

- : hanghívás kezdeményezése.
- : írjon üzenetet.

Gyakran használt névjegyek kiválasztása a widgeten

Adja hozzá a gyakran használt névjegyeket a **Névjegyzék** widgetből, hogy közvetlenül szöveges üzenetben vagy telefonhívással tudja felvenni velük a kapcsolatot. Hosszan érintse meg a **Névjegyzék** widgetet, érintse meg a **Szerkesztés** → Szerkesztés ikont ( ), válassza ki a kívánt névjegyeket, majd érintse meg a **Kész** opciót.

- A funkció használatához hozzá kell adni a **Névjegyzék** widgetet a kártyához. További információkért nézze meg a Kártyák kezelése részt.
- A **Névjegyzék** widget stílusától függően kettő-négy kapcsolat adható hozzá.

Samsung Wallet

Bevezető

Különböző kényelmes funkciókat használhat a Samsung Wallet-ban. Fizethet, ellenőrizheti a jegyeket vagy beszállókártyákat stb.

További információkat ismerhet meg, például a funkciót támogató kártyákkal kapcsolatban, az alábbi címen: www.samsung.com/samsung-wallet.

Érintse meg a Wallet ikont ( ) az Alkalmazások képernyőn, és válassza ki a kívánt funkciót.

- Ez az alkalmazás nem feltétlenül érhető el a régiótól, szolgáltatótól, modelltől vagy csatlakoztatott telefontól függően.
- Elképzelhető, hogy országtól függően egyes funkciók nem érhetők el.

A Samsung Wallet beállítása

Amikor először futtatja ezt az alkalmazást, vagy újraindítja az adatok visszaállítását követően, a kezdeti beállítások befejezéséhez kövesse a képernyőn megjelenő utasításokat.

1 Nyissa meg telefonján a **Galaxy Wearable** alkalmazást.

2 Érintse meg az **Óra beállításai** → **Wallet** lehetőséget, és kövesse a képernyőn megjelenő utasításokat.

A Samsung Pay használata

Regisztráljon kártyákat a Samsung Pay alkalmazásban, hogy lehetővé tegye mind az online, mind az offline fizetéseket.

- Ha a Samsung Pay szolgáltatással szeretne fizetni, előfordulhat, hogy a régiótól függően a készüléknek Wi-Fi-hez vagy mobilhálózathoz kell csatlakoznia.
- Ez a funkció nem feltétlenül érhető el a régiótól, szolgáltatótól, modelltől vagy csatlakoztatott telefontól függően.
- A kezdeti beállítás és a kártyaregisztráció folyamata a régiótól, szolgáltatótól vagy modelltől függően eltérő lehet.

Kártyaregisztráció

Érintse meg a Wallet ikont ( ) az Alkalmazások képernyőn, és a kártya regisztrációjának befejezéséhez kövesse a képernyőn megjelenő utasításokat.

Fizetés

1 Hosszan nyomja meg a Vissza gombot az Óra képernyőjén vagy a Samsung Pay bevezető képernyőjén.

2 Adja meg a PIN-kódját vagy rajzolja le a mintát, amit beállított.

3 Görgessen a kártyalistán, válasszon egy kártyát a használathoz, majd érintse meg a **FIZETÉS** lehetőséget.

4 Helyezze az Órát közel a kártyaolvasóhoz.
Amikor a kártyaolvasó felismeri a kártyaadatokat, a fizetés megtörténik.

- Előfordulhat, hogy a hálózati kapcsolattól függően a fizetés nem történik meg.
- Az fizetések hitelesítési módszere kártyaolvasónként változhat.

Fizetés visszavonása

Ha fizetést kíván visszavonni, látogasson el a helyre, ahol fizetett.

Görgessen a kártyalistán, hogy kiválassza a használni kívánt kártyát. A fizetés visszavonásának befejezéséhez kövesse a képernyőn megjelenő utasításokat.

Jegyek használata

Adjon hozzá beszállókártyákat és mozi-, sport- és egyéb jegyeket, hogy egy helyen férhessen hozzájuk és használhassa azokat.

Samsung Health

Bevezető

A Samsung Health rögzíti és kezeli a 24 órás tevékenységi és alvási szokásait, hogy bátorítsa egészséges szokások felvételére. A csatlakoztatott telefon Samsung Health alkalmazásában egészséggel kapcsolatos adatokat menthet el és kezelhet.

Miután egy bizonyos ideig folyamatosan edzett az Óra viselése közben, az automatikus edzésérzékelés funkció bekapcsol. Az Óra akkor is értesíti, és néhány követendő nyújtó mozdulatot vagy könnyű mozgásra buzdító képernyőt mutat, ha az Óra felismeri, hogy már több mint 50 perce inaktív. Ha az Óra felismeri, hogy Ön vezet, vagy alszik, előfordulhat, hogy nem értesíti Önt, és nem jeleníti meg a nyújtóképernyőt, bár Ön fizikailag inaktív.

További információkért látogasson el a www.samsung.com/samsung-health oldalra.

- A Samsung Health funkciói kizárólag a szórakozását, jóllétét és erőnléti céljait szolgálják. Nem orvosi használatra valók. Olvassa el figyelmesen az utasításokat ezen funkciók használata előtt.
- Ha a Samsung Health funkciókat úgy használja, hogy közben egy másik viselhető készüléket visel az órájával együtt, például egy Galaxy Gyűrűt, akkor az egyes viselhető készülékek és a telefon közötti eltérő adatszinkronizálási idők miatt eltarthat egy ideig, amíg az összes viselhető készülék adatai integrálódnak. Ennek eredményeképpen előfordulhat, hogy a telefonon található Samsung Health alkalmazás és az Óra közötti mérési adatok átmenetileg nem egyeznek.
- A Samsung Health alkalmazásban megjelenő funkciók sorrendje a beállított érdeklődési körtől függően változhat.

Energiapontszám

Ellenőrizze a naponta mért alvás-, tevékenység- és az alvás közbeni pulzusszám átfogó elemzése alapján az energia-pontszámát, és kapjon útmutatást az egészséges mindennapi életvitelhez a pihenés és a tevékenységek egyensúlyával a Samsung Health alkalmazásból a csatlakoztatott telefonján.

Az energiapontszámot a közelmúltbeli tendenciák elemzésével határozzák meg.

1 Az Alkalmazások képernyőn érintse meg az Egészség ( ) ikont.

2 Érintse meg az **Energiapontszám** opciót, és ellenőrizze a mai napra vonatkozó energiapontszámát, valamint az energiapontszámához kapcsolódó további információkat.
Érintse meg a **Megj. telefonon** lehetőséget a csatlakoztatott telefon Energiapontszám funkciójával kapcsolatos részletes információk ellenőrzéséhez.

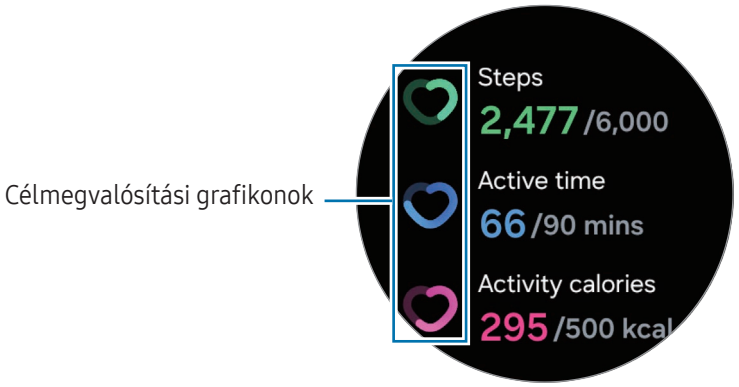
Az Energiapontszám funkció akkor érhető el, ha a csatlakoztatott telefonon a Samsung Health alkalmazás 6.27-es vagy újabb verziója van telepítve.

Napi tevékenység

Ellenőrizze az aktuális napi állapotát, például a lépéseket, az aktív időket, a tevékenységek kalóriáit és azok célértékeit, valamint a kapcsolódó információkat.

A napi tevékenysége ellenőrzése

Érintse meg az Egészség ikont ( ) az Alkalmazások képernyőn és érintse meg a **Napi tevékenység** lehetőséget.



- **Lépések**: ellenőrizze a lépések számát, amiket a nap folyamán megtesz. Ahogy közeledik a lépésszám célértékéhez, a grafikon növekszik.
- **Aktív idő**: ellenőrizze a teljes időt, amiben fizikailag aktív volt a nap alatt. Ha könnyű tevékenységek, például nyújtás vagy séta végzésével közelít az aktív idő célértékéhez, a grafikon növekszik.
- **Mozgással elhasznált kalóriák**: ellenőrizze a teljes kalóriamennyiséget, amelyet a nap folyamán egy tevékenységre fordított. Ahogy közeledik a kalória célértékéhez, a grafikon növekszik.

A napi tevékenységével kapcsolatos további információk ellenőrzéséhez használja az órakeretet vagy simítson felfelé vagy lefelé a képernyőn.

A napi tevékenységi cél beállítása

1 Az Alkalmazások képernyőn érintse meg az Egészség ( ) ikont.

2 Érintse meg a **Napi tevékenység** lehetőséget és érintse meg a **Célok beállítása** elemet.

3 Érintse meg a **Mozgás**, **Idő**, **Kalóriák** opciót, és válassza ki a kívánt tevékenységopciót az egyes célokhoz.

4 Használja az órakeretet, illetve simítson a képernyőn felfelé vagy lefelé a cél beállításához.

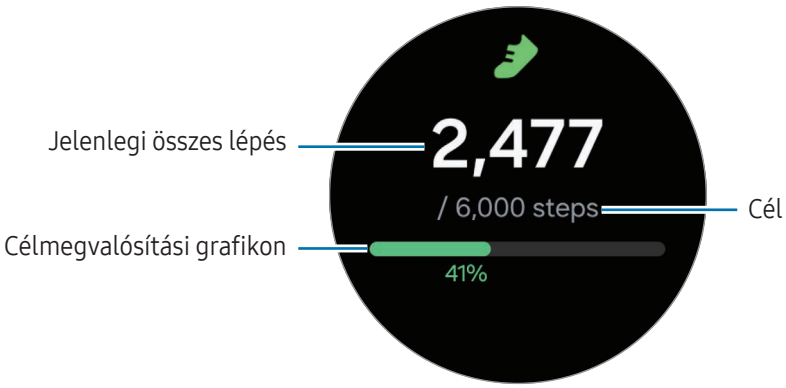
5 Érintse meg a **Kész** lehetőséget.

Lépések

Az Óra számolja a lépéseket, amelyeket megtett.

A lépésszámának mérése

Érintse meg az Egészség ikont ( ) az Alkalmazások képernyőn és érintse meg a **Lépések** lehetőséget.



A lépésekkel kapcsolatos további információk ellenőrzéséhez használja az órakeretet vagy simítson felfelé vagy lefelé a képernyőn.

- Amikor elindítja a lépésszámlálót, a lépésfigyelő figyeli a lépteit, és a lépésszámot némi késéssel jeleníti meg, mert az Óra csak azután ismeri fel pontosan a mozgását, miután már gyalogolt egy keveset. Ezenkívül a lépések pontos számlálása érdekében előfordulhat, hogy az értesítés azt jelzi, hogy egy bizonyos célt elért, és ez az értesítés csak akkor jelenik meg, ha a Samsung Health alkalmazást használja az alkalmazás letöltése és telepítése után.
- Amennyiben autóban vagy vonaton utazás során használja a lépésszámlálót, a vibráció befolyásolhatja a lépésszámot.
- A készülék mintegy 3 métert tekint egy emeletnek. A mért emeletek száma nem feltétlenül felel meg a ténylegesen megmászott emeletek számának.
- A mért emeletszám a környezettől, az Ön mozgásától és az épület tulajdonságaitól függően pontatlan lehet.
- A megmért emeletek száma nem feltétlenül pontos ha víz (zuhany és vízaktivitás) vagy idegen anyagok kerülnek a légnyomás érzékelőbe. Ha bármilyen tisztítószer, izzadság vagy esőcsepp kerül az Órára, használat előtt öblítse le tiszta vízzel majd szárítsa meg az Órát - beleértve a légnyomás-érzékelőt is.

A lépéscélkitűzés beállítása

1 Az Alkalmazások képernyőn érintse meg az Egészség ( ) ikont.

2 Érintse meg a **Lépések** lehetőséget és érintse meg a **Cél beállítása** elemet.

3 Használja az órakeretet, illetve simítson a képernyőn felfelé vagy lefelé a cél beállításához.

4 Érintse meg a **Kész** lehetőséget.

Edzés

Rögzítse az edzésinformációit és tekintse meg az eredményeket.

- A funkció használata előtt kérjen tanácsot engedéllyel rendelkező egészségügyi szakembertől, például orvostól, ha az alábbiak bármelyike érvényes Önre:
  - Ha krónikus betegsége van, például szívbetegsége vagy magas vérnyomása.
  - Ha terhes.
  - Ha nem megfelelő korú az önálló testmozgáshoz.
- Ha szédül, fájdalmat érez, vagy légzési nehézsége támad edzés közben, azonnal hagyja abba az edzést, és kérje ki egy egészségügyi szakember, például orvos tanácsát.
- Pulzusát a rendszer méri, amikor elkezdi a testmozgást. A pontos mérés érdekében, viselje az Órát szorosan az alkarján a csuklója felett. További információkért nézze meg a Hogyan viselje az Órát pontos mérésekhez részt.
- A pontosabb mérés érdekében ne mozogjon, amíg a pulzusa meg nem jelent a képernyőn.
- Előfordulhat, hogy ideiglenesen nem látható a pulzusa különböző körülmények miatt, mint például a környezet, az Ön fizikai állapota vagy az, ahogyan az Órát viseli.

Vegye figyelembe a következőket, mielőtt hideg időben kezd edzeni:

- Kerülje az Óra használatát hidegben. Lehetőleg beltérben használja az Órát.
- Ha az Órát kint, hideg időben használja, használat előtt takarja el az Órát a kabátujjával.

Az edzés megkezdése

1 Az Alkalmazások képernyőn érintse meg az Egészség ( ) ikont.

2 Érintse meg az **Edzés** opciót.

Megkezdheti az edzést közvetlenül az **Edzés** kártyáról, miután hozzáadott edzéseket.

3 Használja az órakeretet, illetve simítson a képernyőn balra vagy jobbra, hogy kiválaszthassa a kívánt edzéstípust.

Ha nincs olyan edzéstípus, amilyet Ön szeretne, érintse meg a **Hozzáadás** lehetőséget, és válassza ki a kívánt edzéstípust. Vagy érintse meg a **Szerkesztés telefonon** lehetőséget, ha a Samsung Health alkalmazásból szeretne hozzáadni egy edzéstípust a telefonjához.

Az edzés elkezdődik. Bizonyos edzéstípusok esetén érintse meg a **Kezdés** gombot az edzés elindításához.

4 Használja az órakeretet, illetve simítson a képernyőn felfelé vagy lefelé, hogy az edzésképernyőn ellenőrizze az edzésinformációkat, például a pulzust, távolságot vagy időt.

Zenét játszhat le, ha a képernyőn balra simít.

- Ha vízi sportot választ (úszás, búvárkodás stb.), a Vízzár üzemmód automatikusan bekapcsol, és előfordulhat, hogy az érintésfelismerés nem áll rendelkezésre. A Vízzár üzemmód megakadályozza a véletlen műveleteket, például a képernyő megérintését vagy a beviteleket a vízben végzett edzés közben.
- Ha az **Úszás (mede.)** vagy **Nyíltvízi úszás** lehetőséget választja, a rögzített érték pontatlan lehet az alábbi esetekben:
  - Ha abbahagyja az úszást a végpont előtt
  - Ha menet közben megváltoztatja az úszásnemet, ütemet
  - Ha abbahagyja a karjai mozgatását a végpont elérése előtt
  - Ha karjai használata nélkül úszik
  - Ha csak egy karral úszik
  - Ha víz alatt úszik
  - Ha az edzés megkezdése után kiszáll a vízből és sétál
  - Ha nem szüneteltetti vagy újraindítja az edzést, hanem befejezi az edzést, amikor pihen
- Ha a Vízzár üzemmód be van kapcsolva, a Vissza gomb megnyomásával válthat az edzés képernyőre.

5 Simítson jobbra a képernyőn és érintse meg a **Befejezés** lehetőséget.
Az edzés szüneteltetéséhez vagy újrakezdéséhez simítson jobbra a képernyőn és érintse meg a **Szünet** vagy **Folytatás** elemet. Alternatív megoldásként tartsa hosszan lenyomva a Vissza gombot.

- Az úszás befejezéséhez először tartsa hosszan lenyomva a Kezdőlap gombot, hogy kikapcsolja a Vízzár üzemmódot, rázza meg az Órát, hogy teljesen eltávolítsa belőle a vizet annak érdekében, hogy a légnyomás érzékelő megfelelően működjön, majd érintse meg az **OK** gombot.
- A zenelejátszás akkor is folytatódik, ha befejezi az edzést. A zene lejátszásának leállításához állítsa le a zenét az edzés befejezése előtt, vagy nyissa meg a **Zenék** alkalmazást vagy a **Médiavezérlő** alkalmazást a zene lejátszásának leállításához.

6 Az edzés befejezése után használja az órakeretet, illetve simítson a képernyőn felfelé vagy lefelé az edzés eredményeinek ellenőrzéséhez.

Több edzés végrehajtása

Különféle edzéseket naplózhat, és végigmehet egy egész programon úgy, hogy az aktuális edzés befejezése után azonnal másik edzést kezd.

Simítson jobbra a képernyőn az edzés közben, érintse meg az **Új** elemet, majd válassza ki a következő elkezdendő edzéstípust.

Az úszás befejezéséhez először tartsa hosszan lenyomva a Kezdőlap gombot, hogy kikapcsolja a Vízzár üzemmódot, rázza meg az Órát, hogy teljesen eltávolítsa belőle a vizet annak érdekében, hogy a légnyomás érzékelő megfelelően működjön, majd érintse meg az **OK** gombot.

A korábbi rekordok megdöntése

Miközben ugyanazon az útvonalon fut vagy kerékpározik, összehasonlíthatja a korábbi és a jelenlegi rekordjait, hogy ellenőrizhesse a fejlődését és motivált maradjon. Ez a funkció csak néhány gyakorlatnál érhető el, és itt a futás példáján keresztül ismertetjük.

1 Az Alkalmazások képernyőn érintse meg az Egészség ( ) ikont.

2 Érintse meg az **Edzés** opciót.

3 Használja az órakeretet vagy simítson a képernyőn balra vagy jobbra, hogy a **Futás** részre lépjen.

4 A képernyő alján érintse meg a Beállítások ikont ( ).

5 Válassza a **Verseny** opciót a **Cél** alatt.

6 Kezdje az edzést a futni kívánt útvonal kiválasztásával, miközben összehasonlíthatja korábbi rekordjait a **Legutóbbi útvonalak** menüpont alatt.

- A legutóbbi útvonalakon csak az 1 km-nél hosszabb edzések érhetőek el.
- Ha nem találja az útvonalat, érintse meg a **Frissítés** gombot, vagy győződjön meg róla, hogy 30 m-en belül van a kiindulási pontjától, és próbálja meg újra.
- Az útvonaltörténet megjelenítéséhez a GPS csatlakoztatása után el kell kezdenie az edzést. Az edzésbeállítások képernyőn érintse meg az **Edzés indítása** opciót, és válassza a **Kézi** elemet.
- Csak az elmúlt 14 nap útvonaltörténete jelenik meg.
- Ha az útvonal több mint 10%-kal tér el az előző rekordtól, a rekordok nem kerülnek összehasonlításra.

Ismétlődő edzések megkezdése

Amikor ismétlődő gyakorlatokat végez, úgy mint például guggolást vagy felhúzást, az Óra csipogással fogja számolni, hányszor ismétli meg a mozgást. Itt a guggolások példáján keresztül ismertetjük.

1 Az Alkalmazások képernyőn érintse meg az Egészség ( ) ikont.

2 Érintse meg az **Edzés** opciót.

3 Használja az órakeretet, illetve simítson a képernyőn balra vagy jobbra, hogy kiválaszthassa a kívánt ismétlődő edzéstípust és meg is kezdhesse.
Ha nincs olyan ismétlődő edzéstípus, amilyet Ön szeretne, érintse meg a **Hozzáadás** lehetőséget, és válassza ki a kívánt edzéstípust. Vagy érintse meg a **Szerkesztés telefonon** lehetőséget, ha a Samsung Health alkalmazásból szeretne hozzáadni egy edzéstípust a telefonjához.

4 Érintse meg az **Kezdés** gombot, és álljon a megfelelő pozícióba a kezdéshez a képernyőn látható testtartást követve.
A számolás csipogással kezdődik.

Ha nem az Órán megjelenített pozícióba kerül, vagy ha a gyakorlat közben megváltozik a pozíciója, előfordulhat, hogy a számlálás nem indul el, vagy nem számol helyesen.

5 Használja az órakeretet, illetve simítson a képernyőn felfelé vagy lefelé, hogy az edzésképernyőn ellenőrizze az edzésinformációkat, például a pulzust, az ismétlések számát vagy a kalóriát.
Zenét játszhat le, ha a képernyőn balra simít.

6 Egy sorozat befejezése után tartson pihenőt. Vagy érintse meg az **Kihagyás** lehetőséget, ha a következő sorozatra szeretne ugrani pihenés nélkül.
Az edzés akkor fog kezdődni, ha megfelelő pozícióba áll a kezdéshez a képernyőn látható testtartást követve.

7 Simítson jobbra a képernyőn és érintse meg a **Befejezés** lehetőséget.
Az edzés szüneteltetéséhez vagy újrakezdéséhez simítson jobbra a képernyőn és érintse meg a **Szünet** vagy **Folytatás** elemet. Alternatív megoldásként tartsa hosszan lenyomva a Vissza gombot.

A zenelejátszás akkor is folytatódik, ha befejezi az edzést. A zene lejátszásának leállításához állítsa le a zenét az edzés befejezése előtt, vagy nyissa meg a **Zenék** alkalmazást vagy a **Médiavezérlő** alkalmazást a zene lejátszásának leállításához.

8 Az edzés befejezése után használja az órakeretet, illetve simítson a képernyőn felfelé vagy lefelé az edzés eredményeinek ellenőrzéséhez.

Edzés saját gyakorlat hozzáadása után

Az Óra által biztosított alapértelmezett edzéstípusokon kívül hozzáadhat saját gyakorlatokat, mérheti az időtartamot és az elégetett kalóriát, majd ellenőrizheti az edzés eredményeit.

1 Az Alkalmazások képernyőn érintse meg az Egészség ( ) ikont.

2 Érintse meg az **Edzés** opciót.

3 Érintse meg a **Hozzáadás** → **Új gyakorlat létrehozása** lehetőséget.

4 Adjon nevet a saját gyakorlatának, és konfigurálja.
- **Rögzítendő adatok**: válassza ki a rögzítendő edzésadatokat.
- **Kategória**: válasszon egy kategóriát a gyakorlatához.

5 Érintse meg a **Mentés** lehetőséget.
Gyakorlata hozzáadásra kerül.

6 Válassza ki a hozzáadott gyakorlatot, és kezdje el.

Saját rutinok létrehozása

Az edzésrutinokat az Ön által választott különböző gyakorlatok kombinálásával állíthatja össze, beleértve a bemelegítéseket és a pihenőidőket is. Például létrehozhat egy olyan edzésrutint, amely váltogatja a nagy intenzitású és az alacsony intenzitású gyakorlatokat, hogy intervallumos edzést hozzon létre.

1 Az Alkalmazások képernyőn érintse meg az Egészség ( ) ikont.

2 Érintse meg az **Edzés** opciót.

3 Érintse meg a **Hozzáadás** → **Edzésrutin létrehozása** opciót.

4 Adjon nevet a saját rutinjának, és konfigurálja.
- **Bemelegítés**: adjon hozzá bemelegítő gyakorlatokat a rutinjához, és állítson be egy bemelegítést, amit az edzés előtt elvégezhet.
- **Gyakorlatok hozzáadása**: válasszon egy gyakorlatot, amelyet hozzáad a rutinjához.
- **Levezetés**: adjon hozzá levezető edzést a rutinjához, hogy regenerálódjon az edzés után, és állítsa be.
- **Szünetek belefoglalása**: adjon pihenőidőket a gyakorlatok közé.
- **Körök**: állítsa be a rutin ismétlésének számát.

5 Érintse meg a **Mentés** lehetőséget.
A rutin hozzáadásra kerül.

6 Válassza ki a hozzáadott rutint, és kezdje el.

A gyorsgomb használata edzés közben (Galaxy Watch8 Classic)

Ha a Samsung Health alkalmazásban beállított egy funkciót a Gyorsgombra, akkor a Gyorsgombot használhatja az edzés elindítására és vezérlésére.

1 Érintse meg a Beállítások ikont ( ) az Alkalmazások képernyőn, és érintse meg a **Gombok és mozdulatok** → **Művelet** opciót.

2 Válassza a **Samsung Health** opciót.
A Gyorsgomb segítségével indítandó gyakorlat vagy megnyitandó gyakorlatlista kiválasztásához érintse meg a Beállítások ikont ( ).

3 Nyomja meg a Gyorsgombot a kiválasztott edzés indításához vagy a gyakorlatlista megnyitásához.

4 Az edzés megkezdése után az edzés vezérléséhez a Gyorsgomb megnyomásával a következőket teheti meg:
- Nyomja meg a Gyorsgombot az edzés közben, hogy szüneteltesse vagy folytassa az edzést.
- Nyomja meg kétszer a Gyorsgombot futás vagy kerékpározás közben, hogy kézzel rögzítsen egy kört.
- Hosszan nyomja meg a Gyorsgombot az edzés közben, hogy befejezze az edzést.
- Hosszan nyomja le a Gyorsgombot egy rutinedzés közben, hogy a következő edzésre váltson. Ha ez az utolsó gyakorlat, befejezheti az edzést.

Az edzés beállítása

1 Az Alkalmazások képernyőn érintse meg az Egészség ( ) ikont.

2 Érintse meg az **Edzés** opciót.

3 Érintse meg a Beállítások ikont ( ) az egyes edzéstípusok alatt, és állítsa be a különböző edzésopciókat.
- **Cél**: kapcsolja be az edzési cél funkciót és állítsa be.
- **Szüneteltetés a cél elérésekor**: állítsa be az Órát, hogy automatikusan szüneteltesse az edzést, ha elér egy célt.
- **Edzési képernyő**: állítsa be a képernyőket, amik megjelennek, miközben az edzést végzi.
- **Ütemezési útmutató**: állítson be célkört, és értesítést kap, ha eléri a célként beállított kört.

  Kézzel is rögzíthet egy kört, ha futás vagy kerékpározás közben kétszer megnyomja a Vissza gombot.
- **Pulzuszónák**: állítson be pulzusszámzónákat, és kapjon értesítéseket, amelyek emlékeztetik Önt, hogy a célpulzusszámzónában eddzen.
- **Auto. szünet**: állítsa be az Óra edzésfunkcióját, hogy automatikusan szüneteljen, amikor abbahagyja az edzést.
- **Edzés indítása**: állítsa be, hogyan kezdje el az edzést.
- **Hangkalauz**: kapcsolja be a hangos útmutatót, hogy hanggal ellenőrizze a célt és a köröket.
- **Képernyő mindig be**: állítsa be, hogy a képernyő mindig bekapcsolva legyen edzés közben.
- **Edzések automatikus észlelése**: kapcsolja be és állítsa be az edzések automatikus felismerése funkciót. További információkért nézze meg a Automatikus edzésfelismerő funkció részt.
- **Sáv**: válassza ki a sávot, amikor a pályán fut.

- **Medence hossza**: állítsa be a medence hosszát.
- **Pozíció ellenőrzése kezdés előtt**: kapcsolja be vagy ki a testtartás-ellenőrzést az edzés megkezdése előtt.

- Bizonyos beállításokat közvetlenül az edzés megkezdése előtt vagy edzés közben is módosíthat. Az edzés megkezdése előtt érintse meg a Beállítások ikont ( ) a visszaszámláló képernyőn vagy a GPS képernyőn. Vagy edzés közben simítson a képernyőn jobbra és érintse meg a **Beállít.** elemet.
- Az elérhető gyakorlás-beállítási lehetőségek a gyakorlás típusától függően változhatnak.

Automatikus edzésfelismerő funkció

Ha az Óra viselése közben egy bizonyos ideig valamilyen tevékenységet végez, az Óra automatikusan felismeri, hogy Ön edz, és rögzíti az edzéssel kapcsolatos információkat, például az edzés típusát, időtartamát és az elégetett kalóriákat.

Ha 90 másodpercnél hosszabb időre megáll, az Óra automatikusan felismeri, hogy abbahagyta az edzést, és befejezi a rögzítést.

- Ellenőrizheti az automatikus edzésfelismerő funkció által támogatott gyakorlatok listáját. Az Alkalmazások képernyőn érintse meg az Egészség ikont ( ) és érintse meg a **Beállít.** → **Észlelni kívánt tev.** lehetőséget. Ha a gyakorlatokat nem ismeri fel automatikusan, kapcsolja be az automatikus edzésfelismerő funkciót, és érintse meg a funkciót használó edzéstípus kapcsolóját a **Észlelni kívánt tev.** alatt.
- Az automatikus edzésfelismerési funkció a gyorsulásérzékelő és a pulzusmérő segítségével mér valamit, úgy mint például az időt, amit edzéssel tölt és az elégetett kalóriákat. A mérések a gyaloglási és edzési szokásaitól, valamint az életstílusától függően pontatlanok lehetnek.

E heti edzések

Ellenőrizheti edzéstörténetét, amely dátum és edzéstípus szerint van rendezve.

1 Az Alkalmazások képernyőn érintse meg az Egészség ( ) ikont.

2 Érintse meg az **Edzések a héten** opciót.

3 Használja az órakeretet, vagy simítson felfelé vagy lefelé a képernyőn, hogy ellenőtizhessen minden edzéselőzményt.

Futóedző

Szerezzen be egy ajánlott futóedzői programot, amely megfelel az Ön futószintjének. Edzés közben edzői üzeneteket kaphat.

A futásszintje mérése

Mielőtt a futóedző funkcióval edzene, végezze el a futótesztet, hogy megmérje futási szintjét.

1 Az Alkalmazások képernyőn érintse meg az Egészség ( ) ikont.

2 Érintse meg a **Futóedző** elemet.

3 Érintse meg a **Következő** elemet.
A Samsung Health alkalmazás megnyílik a csatlakoztatott telefonján.

4 Érintse meg az **Elfogadom** elemet.

5 Adja meg a szükséges adatokat a képernyőn megjelenő utasításokat követve, majd érintse meg a **Következő** gombot.

6 Érintse meg az **Kezdés** gombot az óráján, és indítsa el a futástesztet.
A teszt befejezése után ellenőrizheti a mért futószintet.

Edzés futóedzővel

1 Az Alkalmazások képernyőn érintse meg az Egészség ( ) ikont.

2 Érintse meg a **Futóedző** elemet.

3 Érintse meg a kívánt edzést, érintse meg az **Kezdés** → **Kezdés** elemet.
Futás közben edzői üzeneteket fog kapni a megfelelő ütemezéshez.

Alvás

Elemezze az alvását, és rögzítse azt a pulzus és a mozgás alvás közbeni mérésével.

Ez a funkció csak az Ön általános wellness és fitnesz célját szolgálja. Ezért ne használja orvosi célokra, úgy mint tünetek diagnosztizálására, betegség kezelésére vagy megelőzésére.

- Az alvási szokások négy szakaszának (éber, REM, könnyű, mély) elemzése a mozgásának és a pulzusa alvás közbeni változásainak felhasználásával történik. A csatlakoztatott telefon grafikonján ellenőrizheti az egyes mért alvási állapotokat.
- A részletes alváselemzést csak akkor ellenőrizheti, ha az Óra csatlakoztatva van a telefonjához.
- A mérés előtt úgy töltse fel az Óra akkumulátorát, hogy az 30%-nál magasabb töltöttségen álljon.
- A pontos mérés érdekében, viselje az Órát szorosan az alkarján a csuklója felett. További információkért nézze meg a Hogyan viselje az Órát pontos mérésekhez részt.

Az alvás mérése

1 Aludjon úgy, hogy viseli az Órát.

Az Óra elkezdi mérni az alvását.

2 Érintse meg az Egészség ikont ( ) az Alkalmazások képernyőn ébredés után.

3 Érintse meg az **Alvás** ikont.

4 Használja az órakeretet, illetve simítson a képernyőn felfelé vagy lefelé a mért alvásával kapcsolatos minden információ ellenőrzéséhez.

A horkolásfigyelés funkció használata

1 Az Alkalmazások képernyőn érintse meg az Egészség ( ) ikont.

2 Érintse meg a **Beállít.** → **Alvás** opciót.

3 Érintse meg a **Horkolás észlelése** elemet.

A Samsung Health alkalmazás megnyílik a csatlakoztatott telefonján.

4 A bekapcsolásához érintse meg a kapcsolót.

5 Válassza a **Mindig** lehetőséget a **Horkolás észlelése** alatt, ha meg szeretné mérni a horkolást, amikor alszik.

6 Csatlakoztassa telefonját a töltőhöz, és lefekvés előtt helyezze a telefon mikrofonját úgy, hogy Ön felé nézzen.
A horkolását a többi alvási adatával együtt méri, amikor alvás közben viseli az Órát.

- A horkolásfigyelés funkció bekapcsolható a csatlakoztatott telefon Samsung Health alkalmazásában (6.18 vagy magasabb verzió).
- Előfordulhat, hogy a horkolás nem mérhető, ha a horkolásészlelés funkciót nem állítja **Mindig** értékre, ne csatlakoztassa telefonját a töltőhöz lefekvés előtt, vagy ha a telefon mikrofonját nem úgy helyezi el, hogy az Ön felé nézzen elalvás előtt.

A bőr hőmérséklete alvás közben funkció használata

Rögzítse a bőr hőmérsékletének változását alvás közben, és kapjon segítséget az optimális alvási környezet megteremtéséhez.

1 Az Alkalmazások képernyőn érintse meg az Egészség ( ) ikont.

2 Érintse meg a **Beállít.** → **Alvás** opciót.

3 Érintse meg a **Bőr hőmérséklete alvás közben** kapcsolót a bekapcsolásához.
A bőrhőmérsékletet a többi alvási adatával együtt méri, amikor alvás közben viseli az Órát.

- Ha a bőr hőmérsékletét folyamatosan méri alvás közben, az akkumulátor a normál használatnál gyorsabban fog merülni.
- Az Óra akkor is mérheti a bőr hőmérsékletét, ha nem alszik, mert az Óra alvási állapotnak ismerheti fel a könyvolvasást, tévé- vagy filmnézést is.
- Szorosan viselje az Órát, és győződjön meg arról, hogy az alvás közbeni megfordulás miatt nem keletkezik hely a csuklója és az Óra között.
- Ha egy másik viselhető készüléket visel az Órájával együtt, például a Galaxy Gyűrűt, az alvás közben mért bőrhőmérsékleti adatok nem kerülnek integrálásra, és a Galaxy Gyűrűvel mért adatok jelennek meg.

Gyógyszerek

Felveheti és kezelheti gyógyszereit, és ütemezett időpontokban emlékeztetőket kaphat. A csatlakoztatott telefon Samsung Health alkalmazásában elmentett gyógyszerekkel kapcsolatos információkat is ellenőrizheti és kezelheti.

Ez a funkció nem minden országban érhető el.

Gyógyszerekkel kapcsolatos információk hozzáadása

1 Az Alkalmazások képernyőn érintse meg az Egészség ( ) ikont.

2 Érintse meg a **Gyógyszerek** → **Hozzáadás a telefonon** elemet.
A Samsung Health alkalmazás megnyílik a csatlakoztatott telefonján.

3 Érintse meg az **Kezdés** lehetőséget.

4 Írja be a gyógyszer nevét a keresőmezőbe. Ha nincs a kívánt gyógyszer, érintse meg az **Egyéni gyógyszer hozzáadása** lehetőséget, és adja meg a nevét kézzel.
Ha van recept, érintse meg a **Recept képének használata** vagy a **Olvassa be a receptet a kamerával** lehetőséget, és adja hozzá a gyógyszert.

5 Adja meg a gyógyszer adatait és formáját, ütemezését, emlékeztető stílusát stb. a képernyőn megjelenő utasításokat követve, és fejezze be a kiegészítést.

A bevett gyógyszerek rögzítése

Ha az **Emlékeztető stílusa** a **Közepesen fontos** vagy **Nagyon fontos** beállítást választja, akkor a tervezett gyógyszerelési időpontban kaphat riasztást. Húzza a Bevétel ikont ( ) a nagy körön kívülre, hogy rögzítse a bevett gyógyszert. Vagy forgassa el vagy simítsa az órakeretet az óramutató járásával ellentétesen.

Ha **Kevésbé fontos** az **Emlékeztető stílusa** értéket választja, az értesítési panelen megjelenik egy gyógyszeres értesítés. Érintse meg az értesítési panelt, majd a **Bevétel** elemet.

Szükség szerint a bevett gyógyszerek nyilvántartásának hozzáadása

Hozzáadhat egy nyilvántartást a szükség szerint bevett gyógyszerekről.

1 Az Alkalmazások képernyőn érintse meg az Egészség ( ) ikont.

2 Érintse meg a **Gyógyszerek** → **Napl. szüks. szerinti gyógysz.ként** elemet.

3 Érintse meg a **Bevétel ideje** elemet.

4 Érintse meg a beviteli mezőt, és az órakeret segítségével vagy a képernyőn felfelé vagy lefelé húzva állítsa be a gyógyszer bevételének időpontját.

5 Érintse meg a **Mentés** lehetőséget.

6 Érintse meg a bevett gyógyszereket, és érintse meg a **Bevétel** elemet.
A gyógyszer nevére koppintva beállíthatja az adagolást.

Naplók törlése

1 Az Alkalmazások képernyőn érintse meg az Egészség ( ) ikont.

2 Érintse meg a **Gyógyszerek** elemet, és érintse meg a **Napl. elemek törlése** elemet.

3 Válassza ki a törlendő adatokat, és érintse meg a **Töröl** elemet.

Étel

Rögzítse a kalóriákat, amelyeket egy nap elfogyaszt, és hasonlítsa össze a céljával, ez segít kezelni a testsúlyát.

Kalóriák rögzítése

1 Az Alkalmazások képernyőn érintse meg az Egészség ( ) ikont.

2 Érintse meg az **Étel** elemet.

3 Érintse meg az **Bevitel** elemet, érintse meg az ételtípust a képernyő tetején, majd válasszon ki egy opciót.

4 Használja az órakeretet, illetve simítson a képernyőn felfelé vagy lefelé, hogy beállítsa a kalóriabevitelt, majd érintse meg a **Kész** elemet.

5 Ellenőrizze a mai kalóriabevitelét.
A kalóriabevitellel kapcsolatos további információk ellenőrzéséhez használja az órakeretet vagy simítson felfelé vagy lefelé a képernyőn.

Naplók törlése

1 Az Alkalmazások képernyőn érintse meg az Egészség ( ) ikont.

2 Érintse meg az **Étel** lehetőséget és érintse meg a **Töröl** elemet.

3 Válassza ki a törlendő adatokat, és érintse meg a **Töröl** elemet.

A kalóriabeviteli cél beállítása

1 Az Alkalmazások képernyőn érintse meg az Egészség ( ) ikont.

2 Érintse meg az **Étel** lehetőséget és érintse meg a **Cél beállítása** elemet.

3 Használja az órakeretet, illetve simítson a képernyőn felfelé vagy lefelé a cél beállításához.

4 Érintse meg a **Kész** lehetőséget.

Testösszetétel

Megmérheti testösszetételét, úgy mint például a vázizomzatát vagy testzsírtömegét.

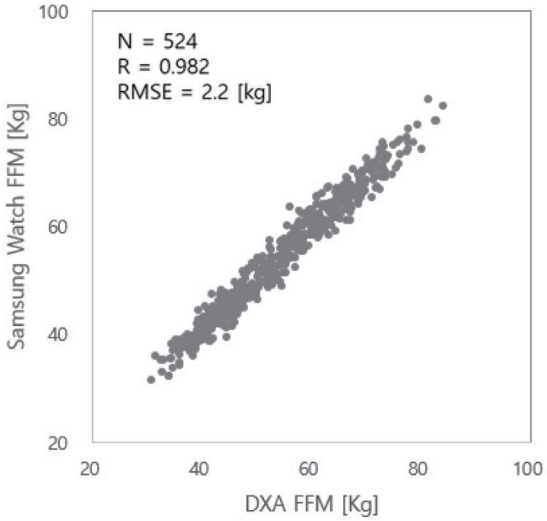
- Ez a funkció csak az Ön általános wellness és fitnesz célját szolgálja. Ezért ne használja orvosi célokra, úgy mint tünetek diagnosztizálására, betegség kezelésére vagy megelőzésére.
- Ne mérje testösszetételét, ha beültetett szívritmus-szabályozó, defibrillátor vagy bármilyen más elektronikus készülék van a teste belsejében.
- Alacsony elektromos áram halad át a testén a testösszetétel mérése közben. Bár emberek számára veszélytelen, ne mérje a testösszetételét, ha várandós.

- A pontos mérés érdekében, viselje az Órát szorosan az alkarján a csuklója felett. További információkért nézze meg a Hogyan viselje az Órát pontos mérésekhez részt.
- A testösszetétel pontos méréséhez meg kell adnia a jelenlegi tényleges magasságát, súlyát és nemét a csatlakoztatott telefon Samsung Health alkalmazásának profiljában, és a tényleges születésnapját pedig a Samsung fiókjában adja meg. Ha a mért testösszetétel eredmények pontatlanok, ellenőrizze a felhasználói profilját a Samsung Health alkalmazásban a telefonján és módosítsa azt.
- A professzionális testösszetételt mérő eszközökkel ellentétben az Óra, amelyet a csuklóján kell viselni, a felsőtest összetételét méri és ebből becsüli meg az egész test összetételét az eredmények biztosítása érdekében.

  Ezért a mért testösszetételi eredmények a következő esetekben pontatlanok lehetnek:

  - Ha a felső és az alsó test összetétele túlságosan kiegyensúlyozatlan
  - Ha Ön rendkívül túlsúlyos
  - Ha Ön nagyon izmos

- Az Óra a testösszetétel méréséhez a bioelektromos impedanciaelemzés (BIA) módszerét használja, ami több mint 98%-os korrelációval rendelkezik az aranyszabványnak tekintett kettős energiájú röntgenabszorpciós mérési (DXA) módszerrel összehasonlítva.



Vegye figyelembe a következőket a testösszetétel mérésének megkezdése előtt:

- Ha Ön 20 évesnél fiatalabb személy, az eredmények nem biztos, hogy pontosak, amikor testösszetételt mérünk.
- Pontosabb testösszetételi eredményeket kaphat, ha betartja a következő mérési feltételeket:
  - Mérjen ugyanabban a napszakban (ajánlott reggel mérni)
  - Mérjen éhgyomorral
  - Azután mérjen, hogy kiment a mosdóba
  - Mérés a menstruációs időszakon kívül
  - A testhőmérsékletet megemelő tevékenységek előtt mérjen, úgy mint például az edzés, zuhanyzás vagy szaunázás.
  - A mérést azután végezze, hogy eltávolítja a fémtárgyakat a testéről, mint például a nyakláncot
  - Az Órához biztosított óraszíj használata fémes óraszíj helyett

A testösszetétel mérése

1 Az Alkalmazások képernyőn érintse meg az Egészség ( ) ikont.

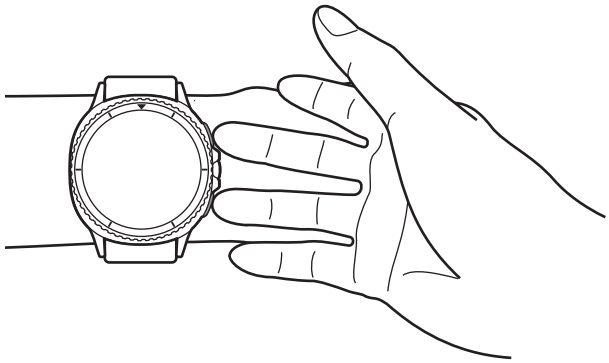
2 Érintse meg a **Testösszetétel** elemet.

3 Érintse meg a **Mérés** lehetőséget.

Részletes információkat szerezhet arról, hogyan kell megmérni a testösszetételt a **A mérés módja** opciót megérintve a képernyőn.

4 Adja meg a testsúlyát, majd érintse meg a **Megerősítés** lehetőséget.

5 Helyezze két ujját a Kezdőlap és a Vissza gombra, és a képernyőn megjelenő utasítások követésével megkezdheti a testösszetétel mérését.



Helyes pozíció testösszetételének méréséhez, amikor az Órát a bal csuklóján viseli, miközben a gombok a jobb oldalon vannak

Helyes mérési testtartás

- Tegye mindkét karját a mellkasa magasságába oly módon, hogy ne érjenek a testéhez.
- Ne hagyja, hogy a két ujja, melyeket a Kezdőlap és a Vissza gombra helyezett, egymáshoz érjenek. Továbbá az Óra többi részéhez se érjen hozzá az ujjaival, a gombok kivételével.
- Maradjon stabil és ne mozogjon a pontos mérési eredmények érdekében.
- A jel szakadozhat, ha az ujja száraz. Ebben az esetben a testösszetételt azután mérje, hogy tonizáló krémet vagy testápolót alkalmazott az ujja bőrének benedvesítésére.
- A mérési eredmények pontatlanok lehetnek a száraz bőrnek vagy hajnak köszönhetően.
- Törölje az Óra hátlapját tisztára, mielőtt pontos mérési eredmények érdekében indít mérést.

6 Ellenőrizheti a mért testösszetétel eredményeket a képernyőn.
A testösszetétellel kapcsolatos további információk ellenőrzéséhez használja az órakeretet vagy simítson felfelé vagy lefelé a képernyőn.

Tudatos jelenlét

Kezelje mentális egészségét a mindennapi életében a hangulata rögzítésével vagy légzőgyakorlatok gyakorlásával.

Hangulatok rögzítése

Kövesse nyomon a hangulatát a mindennapi életben, és találja meg a mentális állapotát befolyásoló tényezőket.

1 Az Alkalmazások képernyőn érintse meg az Egészség ( ) ikont.

2 Érintse meg a **Hangulatjelentés** elemet a **Tudatos jelenlét** alatt.

3 Érintse meg az **Naplózás** gombot, és a képernyőn megjelenő utasításokat követve rögzítse hangulatát.

Légzőgyakorlatok gyakorlása

1 Az Alkalmazások képernyőn érintse meg az Egészség ( ) ikont.

2 Érintse meg a **Légzőgyakorlatok** elemet a **Tudatos jelenlét** alatt.

3 Érintse meg az **Kezdés** elemet, és válassza ki a kívánt légzésgyakorlatot.

4 Indítsa el a légzőgyakorlatot a képernyőn megjelenő utasításokat követve.
A légzőgyakorlat leállításához érintse meg a Leállítás ikont ( ).

Ciklus követése

Adja meg az időszakára vonatkozó információkat, hogy elkezdje nyomon követni a menstruációs ciklusát. Amikor megadja az adatait, előrejelző adatokat kaphat, például a következő előre jelzett menstruációs időpontot. Az alvás közbeni bőrhőmérséklet felhasználható az előrejelzési adatok javítására, ha az Ön régiója támogatja a kapcsolódó funkciót.

Ha az időszak előrejelzése bőrhőmérséklettel funkció támogatott

- A cikluskövetés elérhető a ciklus és az időszak előrejelzéséhez. NEM FOGAMZÁSGÁTLÁSRA SZOLGÁL.
- Ha Ön jelenleg hormonális fogamzásgátlót használ, vagy olyan hormonális kezelés alatt áll, amely gátolja az ovulációt, ez a funkció nem lesz hasznos az ovuláció nyomon követésére.
- Ez az információ csak személyes tájékoztatásra szolgál.
- Az előrejelzések az Óra használatától, a bemeneti adatoktól, a környezeti feltételektől és egyéb tényezőktől függően változhatnak.
- Az előrejelzések pontosságának javítása érdekében ajánlott hetente ötször legalább négy órán át viselni az órát éjszakai alvás közben.
- Nem szolgál betegség vagy egészségügyi állapot diagnosztizálására, gyógyítására, enyhítésére, kezelésére vagy megelőzésére.
- Ne értelmezze és ne tegyen klinikai lépéseket az előrejelzések alapján anélkül, hogy konzultálna szakképzett egészségügyi szakemberrel.
- Ez a funkció nem javallott 18 éven aluli felhasználók számára.
- Az elérhetőség országonként, régiónként, szolgáltatónként, Óramodellenként vagy csatlakoztatott telefononként változhat.

Ha az időszak előrejelzése bőrhőmérséklettel funkció nem támogatott

- Ez a funkció csak a menstruációs ciklus kezelésére és nyomon követésére szolgál. Ezért ne használja orvosi célokra, például a tünetek diagnosztizálására, illetve betegségek kezelésére vagy megelőzésére.
- Ez a funkció nem használható terhességtervezés vagy fogamzásgátlás céljára.
- Az előre jelzett időpontok csak személyes referenciaként szolgálnak. Az előre jelzett időpontok eltérhetnek a tényleges dátumoktól.
- 18 év alatti személyeknek ezt a funkciót gyámmal kell használniuk.
- Ne hozzon orvosi döntéseket az előre jelzett dátumok alapján anélkül, hogy orvosával konzultálna. Továbbá ne használja a Samsung Health alkalmazás által nyújtott információkat, és ne tegyen orvosi lépéseket anélkül, hogy konzultálna szakképzett egészségügyi szakértővel.

- A funkció használatához az Órán kapcsolja be a cikluskövetés funkciót a Samsung Health alkalmazásban a telefonján.
- Az előre jelzett időpontok nem biztos, hogy pontosak, ha Ön jelenleg fogamzásgátlót szed vagy hormonterápiában részesül, hogy elnyomja az ovulációt. (Csak akkor, ha az előrejelzés bőrhőmérséklettel funkció nem támogatott)
- Az előre jelzett dátumok a megadott adatoktól függően változhatnak. (Csak akkor, ha az előrejelzés bőrhőmérséklettel funkció nem támogatott)
- Elképzelhető, hogy modelltől függően egyes funkciók nem érhetők el.

Ciklusinformációk megadása

1 Az Alkalmazások képernyőn érintse meg az Egészség ( ) ikont.

2 Érintse meg a **Ciklus követése** lehetőséget.

3 Érintse meg a **Menstr. bev.** lehetőséget.

4 Érintse meg a beviteli mezőt, használja az órakeretet, illetve simítson a képernyőn felfelé vagy lefelé az időszak kezdődátumának megadásához.

5 Érintse meg a **Mentés** lehetőséget.

6 A cikluskövetéssel kapcsolatos további információk ellenőrzéséhez használja az órakeretet vagy simítson felfelé vagy lefelé a képernyőn.

A menstruációs ciklus előrejelzése a bőr hőmérsékletének mérésével

1 Az Alkalmazások képernyőn érintse meg az Egészség ( ) ikont.

2 Érintse meg a **Beállít.** lehetőséget.

3 Érintse meg a **Menstruáció előrejelz. bőrhőm.ből** elemet.
A Samsung Health alkalmazás megnyílik a csatlakoztatott telefonon, és bekapcsol a **Menstruáció előrejelz. bőrhőm.ből** funkció.

- Ha egy másik viselhető készüléket visel az Órával, például a Galaxy Gyűrűt, a mért bőrhőmérsékleti adatok nem kerülnek integrálásra, és kiválaszthatja, hogy melyik viselhető készüléket használja a menstruációs ciklusa előrejelzéséhez úgy, hogy közvetlenül a csatlakoztatott telefonján lévő Samsung Health alkalmazásban méri a bőrhőmérsékletet.
- Ez a funkció nem minden országban érhető el.

Pulzus

A pulzus mérése és rögzítése.

Az Óra pulzusfigyelője kizárólag fitnesz- és tájékoztatási célt szolgál, és betegségek vagy egyéb állapotok diagnosztizálására, illetve betegségek gyógyítására, enyhítésére, kezelésére vagy megelőzésére nem alkalmas.

A pontos mérés érdekében, viselje az Órát szorosan az alkarján a csuklója felett. További információkért nézze meg a Hogyan viselje az Órát pontos mérésekhez részt.

Vegye figyelembe a következőket a pulzusszám mérésének megkezdése előtt:

- Pihenjen öt percet a mérés elvégzése előtt.
- Ha a mért érték nagyon eltér a várható pulzusszámtól, pihenjen 30 percig, majd mérje meg újra.
- Télen vagy hidegben tartsa magát melegen pulzusszám mérés közben.
- Ha a mérés előtt dohányzik vagy alkoholt fogyaszt, az növeli a pulzusszámot, ami azt okozhatja, hogy az Ön pulzusszáma eltérő lesz a normál pulzusszámtól.

- Ne beszéljen, ásítson vagy vegyen mély levegőt pulzusmérés közben. Ellenkező esetben előfordulhat, hogy a pulzusmérés nem pontos.
- A pulzusmérések változhatnak a mérés módszere és a környezeti körülmények alapján.
- Ha nem működik az érzékelő, ellenőrizze az Óra elhelyezkedését a csuklóján, valamint azt, hogy nincs-e akadályoztatva az érzékelő. Ha az érzékelő működésében továbbra is fennáll a probléma, vigye be a készüléket egy Samsung szervizközpontba vagy egy hivatalos márkaszerviz központba.

Pulzusszám mérése manuálisan

1 Az Alkalmazások képernyőn érintse meg az Egészség ( ) ikont.

2 Érintse meg a **Pulzus** ikont.

3 A pulzusszámmérés indításához érintse meg a **Mérés** elemet.

4 Ellenőrizze a képernyőn a mért pulzust.
A pulzussal kapcsolatos további információk ellenőrzéséhez használja az órakeretet vagy simítson felfelé vagy lefelé a képernyőn.

A Pulzusszámmérés beállításainak megváltoztatása.

1 Az Alkalmazások képernyőn érintse meg az Egészség ( ) ikont.

2 Érintse meg a **Pulzus** ikont.

3 Érintse meg a **Beállít.** lehetőséget és válassza ki a mérési módot a **Mérés** menüpont alatt.
- **Folyamatos mérés**: folyamatosan fogja mérni a pulzusát.
- **10 percenként**: a pulzusát 10 percenként fogja mérni pihenés közben.
- **Csak kézi**: a pulzusát csak manuálisan fogja mérni, amikor megérinti a **Mérés** lehetőséget.

A pulzusszám-riasztás beállítása

Riasztást kérhet, ha pulzusszáma magasabb vagy alacsonyabb az Ön által beállított nyugalmi pulzusszám-értéknél, ami több mint 10 percig tart.

1 Az Alkalmazások képernyőn érintse meg az Egészség ( ) ikont.

2 Érintse meg a **Pulzus** ikont.

3 Érintse meg a **Beállít.** lehetőséget, és állítsa be a pulzustartományt **Pulzusszámjelzés** menüpont alatt.

- **Magas pulzus**: beállíthatja, hogy riasztást kapjon, ha a pulzusa tartósan magasabb, mint a pulzusérték, amit beállított.
- **Alacs. pulzus**: beállíthatja, hogy riasztást kapjon, ha a pulzusa tartósan alacsonyabb, mint a pulzusérték, amit beállított.

Stressz

Ellenőrizze a stressz-szintjét az Óra által gyűjtött biológiai adatai alapján, és csökkentse a stresszt az Óra által biztosított légzőgyakorlatokat követve.

- Minél gyakrabban méri a stressz-szintjét, annál pontosabbak lesznek az eredmények az összegyűlt adatoknak köszönhetően.
- A mért stressz szint nem feltétlenül kapcsolatos az érzelmi állapotával.
- Nem lehet mérni a stressz szintjét, miközben alszik, edz vagy sokat mozog, illetve közvetlenül egy edzés befejezése után.
- A pontos mérés érdekében, viselje az Órát szorosan az alkarján a csuklója felett. További információkért nézze meg a Hogyan viselje az Órát pontos mérésekhez részt.
- Ez a funkció nem minden országban érhető el.

A stressz-szint mérése manuálisan

1 Az Alkalmazások képernyőn érintse meg az Egészség ( ) ikont.

2 Érintse meg a **Stressz** ikont.

3 A stressz-szint mérésének indításához érintse meg a **Mérés** elemet.
Ellenőrizze a képernyőn a mért stressz-szintet.

A stressz csökkentése a Tudatos jelenlét funkcióval

1 Az Alkalmazások képernyőn érintse meg az Egészség ( ) ikont.

2 Érintse meg a **Stressz** ikont.

3 Érintse meg az **Tudatos jelenlét indítása** elemet, és kezdje el rögzíteni a hangulatát és gyakorolja a légzőgyakorlatokat. További információkért nézze meg a Tudatos jelenlét részt.

A stresszmérés beállításainak megváltoztatása

1 Az Alkalmazások képernyőn érintse meg az Egészség ( ) ikont.

2 Érintse meg a **Stressz** ikont.

3 Érintse meg a **Beállít.** lehetőséget és válassza ki a mérési módot a **Mérés** menüpont alatt.

- **Folyamatos mérés**: folyamatosan fogja mérni a stressz-szintjét. Figyelmeztetést is kaphat, ha a stressz-szintje hosszabb ideig **Magas** marad.
- **Csak kézi**: a stressz-szintjét csak manuálisan fogja mérni, amikor megérinti a **Mérés** lehetőséget.

Véroxigén

Mérje meg a vére oxigénszintjét annak ellenőrzésére, hogy a vére megfelelően szállítja-e az oxigént a test különböző részeihez.

Ez a funkció csak az Ön általános wellness és fitnesz célját szolgálja. Ezért ne használja orvosi célokra, úgy mint tünetek diagnosztizálására, betegség kezelésére vagy megelőzésére.

Vegye figyelembe a következőket a véroxigén szintjének mérése megkezdése előtt:

- Pihenjen öt percet a mérés elvégzése előtt.
- Télen vagy hidegben tartsa magát melegen a véroxigén szintjének megmérése közben.
- A mérési módszertől és a mérés körülményeitől függően a véroxigén szintjének mérési eredményei eltérőek lehetnek.

A véroxigén szintjének mérése manuálisan

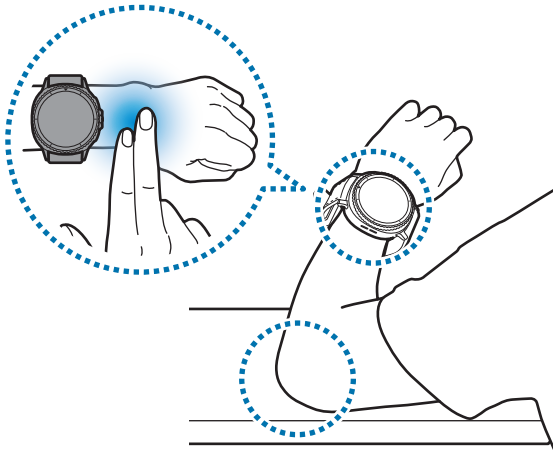
1 Az Alkalmazások képernyőn érintse meg az Egészség ( ) ikont.

2 Érintse meg a **Véroxigén** ikont.

3 A véroxigén szinje mérésének indításához érintse meg a **Mérés** elemet.

Helyes mérési testtartás

- A pontos mérésekhez az Órát viselje szorosan az alkarja körül a csuklója fölött két ujjnyi távolságot hagyva. Továbbá tegye a könyökét az asztalra a csuklóját a szívéhez közel helyezve.



- Ne mozogjon és maradjon a helyes testhelyzetben a mérés befejezéséig.
- Arról is részletes információkat kap, hogy hogyan kell megmérni a véroxigén szintjét **A mérés módja** opciót megérintve a képernyőn.
- Ha a vér oxigénszintjét nem megfelelően méri, lazítson az óraszíjon egy vagy több lyukkal, és viselje az órát közelebb a könyökéhez. A pontos mérés érdekében, viselje az Órát szorosan az alkarján a csuklója felett. A mérés előtt győződjön meg arról, hogy az Óra szoros, de nem érez kellemetlen érzést.

4 Ellenőrizze a képernyőn a mért véroxigénszintet. Ha a nyugalmi véroxigén szintje 95% és 100% közé esik, ez a feltételezett normál tartományon belül van.

A véroxigén szintjének mérése alvás közben

Beállíthatja, hogy folyamatosan mérje a véroxigén szintjét alvás közben.

1 Az Alkalmazások képernyőn érintse meg az Egészség ( ) ikont.

2 Érintse meg a **Beállít.** → **Alvás** opciót.

3 Érintse meg a **Véroxigénszint alvás közben** kapcsolót a bekapcsolásához.
Az alvási véroxigénszintjét a többi alvási adataival együtt méri, amikor alvás közben viseli az Órát.

- Ha folyamatosan méri a véroxigén szintjét alvás közben, az akkumulátor a normál használatnál gyorsabban fog merülni.
- A véroxigén szintjének mérése közben láthatja az optikai biojel-érzékelő pislogó fényét.
- Az Óra akkor is mérheti a véroxigén szintjét, ha nem alszik, mert az Óra alvási állapotnak ismerheti fel a könyvolvasást, tévé- vagy filmnézést is.
- Szorosan viselje az Órát, és győződjön meg arról, hogy az alvás közbeni megfordulás miatt nem keletkezik hely a csuklója és az Óra között.

Víz

Jegyezze fel és kövesse nyomon, hogy mennyi vizet ivott.

Vízfogyasztás rögzítése

1 Az Alkalmazások képernyőn érintse meg az Egészség ( ) ikont.

2 Érintse meg a **Víz** elemet.

3 Érintse meg a **+ 250 ml** elemet minden alkalommal, amikor vizet iszik.
Ha véletlenül helytelen értéket adott hozzá, válassza a **Töröl** elemet, jelölje ki a törlendő adatot, majd érintse meg a **Töröl** gombot.

A csésze űrtartalmának módosításához érintse meg a **Csésze méretének beállítása** opciót, és módosítsa a kívánt űrtartalomra.

Kitűzött fogyasztás beállítása

1 Az Alkalmazások képernyőn érintse meg az Egészség ( ) ikont.

2 Érintse meg a **Víz** → **Cél beállítása** opciót.

3 Használja az órakeretet, illetve simítson a képernyőn felfelé vagy lefelé a napi cél beállításához.

4 Érintse meg a **Kész** lehetőséget.

AGE-index

A fejlett glikációs végtermékek (AGE-k) olyan vegyi anyagok, amelyek a szervezetben lévő fehérjék vagy lipidek cukorral való egyesülése során keletkeznek. Felhalmozódik a test legtöbb részében, beleértve az ereket, a szerveket, az ízületeket és a retinát, öregedést és krónikus betegségeket okozva. A magas cukortartalmú étrend és a rossz életmód (például dohányzás, mozgáshiány, alváshiány) szintén felgyorsíthatja az AGE-k termelődését és felhalmozódását. A legújabb tanulmányok kimutatták, hogy az AGE-index 6 hónap alatt lassan változik, de a magasabb index korai öregedéssel és krónikus betegségekkel jár. A Galaxy Watch8 Classic és a Galaxy Watch8 fejlett optikai biojel-érzékelő segítségével képes mérni a bőrön felhalmozódott AGE-indexet. Ellenőrizze az AGE-indexét alvás közbeni méréssel.

- Ez a funkció csak az Ön általános wellness és fitnesz célját szolgálja. Ezért ne használja orvosi célokra, úgy mint tünetek diagnosztizálására, betegség kezelésére vagy megelőzésére. Az Ön egészségi állapotával kapcsolatos további információkért mindenképpen forduljon orvosához.
- Az AGE-index mérésekor ne használjon olyan csuklót, amelyen bőrproblémák vagy nyílt sebek vannak.
- Az óra olyan fényérzékelőket használ, amelyek a biztonsági előírások által meghatározott határokon belül működnek. A fényérzékeny bőrűeknél azonban előfordulhatnak a fényre adott káros reakciók, például a bőr elszíneződése vagy kiütések. Ne mérje az AGE-indexet, ha fényérzékenységi tünetei vannak.
- A fényérzékenyítő összetevőket tartalmazó kozmetikumok érzékennyé tehetik a bőrt az ultraibolya (UV) sugarakra. Ne mérje az AGE-indexét, ha olyan kozmetikumokat használ, amelyek az alábbi összetevőket tartalmazzák:
  - Retinoidok (például retinol vagy tretinoin)
  - Alfa-hidroxi savak (AHA-k)
  - Béta-hidroxi savak (BHA-k)
  - Néhány illóolaj (például citrusolaj)
  - Egyes gyógyszerek és növényi kivonatok
- Ha nem szeretné mérni az AGE-indexet, az Alkalmazások képernyőn érintse meg az Egészség ikont ( ) → **Beállít.**, majd a **Mérés** alatt lévő **AGE-index (Labs)** kapcsolót a kikapcsoláshoz.

Az AGE-index alvás közbeni mérése előtt vegye figyelembe a következő feltételeket:

Pontosabb AGE-index-eredményeket kaphat, ha bekapcsolt órával fekszik le, ha betartja a következő mérési feltételeket:

- Győződjön meg róla, hogy az Órát viselő csuklója száraz és tiszta.
- Győződjön meg róla, hogy az Óra hátoldalán lévő érzékelők tiszták.
- Az optikai biojel-érzékelőt befolyásolhatják a csuklón lévő tetoválások, hegek és szőrszálak. Fontolja meg, hogy az Órát olyan helyen viselje, ahol nincsenek ilyen zavaró tényezők, vagy a másik csuklóján.
- Ne fogyasszon túlzott mértékben alkoholt az alvásidő előtt.

A fejlett glikációs végtermékek (AGE-k) mérése alvás közben

1 Aludjon úgy, hogy viseli az Órát.

Az AGE-indexe a többi alvási adatával együtt mérésre kerül, amikor az Óra viselése közben alszik.

2 Érintse meg az Egészség ikont ( ) az Alkalmazások képernyőn ébredés után.

3 Érintse meg az **AGE-index** opciót.

4 Használja az órakeretet, illetve simítson a képernyőn felfelé vagy lefelé a mért AGE-indexével kapcsolatos minden információ ellenőrzéséhez.

A csatlakoztatott telefonon a Samsung Health alkalmazásban ellenőrizheti korábbi méréseit és adatait.

- Az AGE-index mérése közben láthatja az optikai biojel-érzékelő pislogó fényét.
- Az Óra akkor is mérheti az AGE-indexét, ha nem alszik, mert az Óra alvási állapotnak ismerheti fel a könyvolvasást, tévé- vagy filmnézést is.
- Szorosan viselje az Órát, és győződjön meg arról, hogy az alvás közbeni megfordulás miatt nem keletkezik hely a csuklója és az Óra között.

Keringési terhelés

A keringési terhelés tendenciáinak nyomon követésével nyomon követheti általános egészségi állapotát és életmódját.

Ez a funkció csak az Ön általános wellness és fitnesz célját szolgálja. Ezért ne használja orvosi célokra, úgy mint tünetek diagnosztizálására, betegség kezelésére vagy megelőzésére.

A keringési terhelés alvás közbeni mérése előtt vegye figyelembe a következő feltételeket:

Pontosabb keringési terhelés-eredményeket kaphat, ha bekapcsolt órával fekszik le, ha betartja a következő mérési feltételeket:

- Győződjön meg róla, hogy az Órát viselő csuklója száraz és tiszta.
- Győződjön meg róla, hogy az Óra hátoldalán lévő érzékelők tiszták.
- A pontos mérésekhez az Órát viselje szorosan az alkarja körül a csuklója fölött két ujjnyi távolságot hagyva.
- Az optikai biojel-érzékelőt befolyásolhatják a csuklón lévő tetoválások, hegek és szőrszálak. Fontolja meg, hogy az Órát olyan helyen viselje, ahol nincsenek ilyen zavaró tényezők, vagy a másik csuklóján.
- Lefekvés előtt ne fogyasszon túlzott mennyiségű alkoholt, ne egyen, és ne végezzen testmozgást.

Az alapvonal beállítása a keringési terhelés mérése előtt

A keringési terhelés relatív változásait az alapvonal beállítása után a keringési terhelés mérésével követheti nyomon.

Ha először használja ezt a funkciót, a következő tizennégy napban több mint három éjszakán át aludjon az óra viselése közben. A pontos mérésekhez legalább 4 óra folyamatos alvás szükséges. Ha változtat az életmódján, például elkezd többet mozogni vagy elkezd gyógyszert szedni, állítsa vissza az alapértéket, hogy az tükrözze a legfrissebb egészségi állapotát.

- Tartsa meg szokásos életmódját az alapérték meghatározásakor, hogy pontosan megkapja egészségi állapotát.
- Az alapvonal csak az órára kerül elmentésre, és nem szinkronizálódik a csatlakoztatott telefonnal. Ha másik órára vált, újra be kell állítania az alapvonalat.

A keringési terhelés mérése alvás közben

1 Aludjon úgy, hogy viseli az Órát.

A keringési terhelés automatikusan mérésre kerül, amikor az óra viselése közben alszik.

2 Érintse meg az Egészség ikont ( ) az Alkalmazások képernyőn ébredés után.

3 Érintse meg a **Keringési terhelés** gombot, és ellenőrizze a keringési terhelés mai változásait a kiindulási értékhez képest.

Érintse meg a **Megj. telefonon** lehetőséget a csatlakoztatott telefon Keringési terhelés funkciójával kapcsolatos részletes információk ellenőrzéséhez.

Szorosan viselje az Órát, és győződjön meg arról, hogy az alvás közbeni megfordulás miatt nem keletkezik hely a csuklója és az Óra között.

Antioxidáns-index

Ellenőrizze az oxidatív stressz szintjét az antioxidáns-index mérésével.

Ez a funkció csak az Ön általános wellness és fitnesz célját szolgálja. Ezért ne használja orvosi célokra, úgy mint tünetek diagnosztizálására, betegség kezelésére vagy megelőzésére.

1 Az Alkalmazások képernyőn érintse meg az Egészség ( ) ikont.

2 Érintse meg az **Antioxidáns-index** opciót.

3 Vegye le az órát a csuklójáról, és érintse meg a **Mérés** lehetőséget.

4 Érintse meg az **OK** gombot a telefonján.

A mérés előrehaladását a Samsung Health alkalmazásban ellenőrizheti a csatlakoztatott telefonon.

5 A képernyőn megjelenő utasításokat követve nyomja a hüvelykujját erősen az óra hátlapjának közepén található optikai biojel-érzékelőre.

6 Ellenőrizze a mért antioxidáns-index eredményeket a képernyőn.

A pontos mérések érdekében a mérések között legalább 10 másodpercet kell várni.

Együtt

Összehasonlíthatja a lépésszámlálási adatait a barátjaiéval, akik szintén használják a Samsung Health alkalmazás együtt funkcióját. Amikor elkezdi a lépéskihívást a barátaival, megtekintheti a kihívás állapotát az Óráján.

1 Az Alkalmazások képernyőn érintse meg az Egészség ( ) ikont.

2 Érintse meg az **Együtt** lehetőséget.
Érintse meg a **Megj. telefonon** lehetőséget a csatlakoztatott telefon Együtt funkciójával kapcsolatos részletes információk ellenőrzéséhez.

Az Órán lévő együtt adatok ellenőrzéséhez kapcsolja be az Együtt funkciót a telefonján futó Samsung Health alkalmazásban.

Beállít.

Konfigurálja az edzéssel és fitnesszel kapcsolatos különféle beállításokat.

Érintse meg az Egészség ikont ( ) az Alkalmazások képernyőn és érintse meg a **Beállít.** lehetőséget.

- **Általános**: beállítja, hogy értesítést kapjon, hogy ösztönözze Önt a napi aktivitási célok elérésére, és értesítést kapjon, ha sikerrel jár.
- **Mérés**: beállíthatja, hogyan történjen a pulzus és a stressz mérése, és be- vagy kikapcsolhatja az alvás közben mérhető kiegészítő funkciókat.
- **Ciklus követése**: kapcsolja be vagy ki azt a funkciót, amely alvás közben méri a bőrhőmérsékletét, hogy megjósolja a menstruációs ciklusát.
- **Edzések automatikus észlelése**: kapcsolja be az automatikus edzésfelismerő funkciót és konfigurálja a beállításokat, például az érzékelendő gyakorlattípusok kiválasztása.
- **Tétlenségi idő**: kapcsolja be a funkciót, hogy 50 percnyi inaktivitás után riasztásokat kapjon, és állítsa be, hogy mikor és milyen napokon szeretne értesítést kapni.
- **Legyen látható más eszközöknek**: adjon engedélyt más eszközöknek, hogy megtalálják az Óráját.
- **Adatok megosztása eszközökkel és szolgáltatásokkal**: beállíthatja az információ megosztását más csatlakoztatott egészségplatform alkalmazásokkal, edzőgépekkel és TV készülékekkel.
- **Adatvédelem**: válassza ki azokat az alkalmazásokat vagy szolgáltatókat, amelyekkel információkat szeretne megosztani a szükséges információk megjelenítéséhez edzés közben.

Elképzelhető, hogy a régiótól, szolgáltatótól vagy modelltől függően egyes funkciók nem érhetők el.

Samsung Health Monitor

Bevezető

Bármikor mérhet biometrikus adatokat, például a vérnyomását vagy az EKG-ját, amikor csak akarja, az Órájához tartozó Samsung Health Monitorral, amely tartalmazza az optikai és az elektromos biojel-érzékelőt is. A mérési előzményeket a Samsung Health Monitor alkalmazással ellenőrizheti a csatlakoztatott telefonján, mivel az Óra és a telefon automatikusan szinkronizálásra került.

Kezelje az egészségét következetesebben orvosával a mérési eredmények alapján.

- Ha nem telepítette a Samsung Health Monitor alkalmazást a csatlakoztatott telefonjára, nyissa meg a **Samsung Health Monitor** alkalmazást az Órán, és kövesse a képernyőn megjelenő utasításokat a letöltésére vonatkozóan a telefonján.
- A Samsung Health Monitor alkalmazást csak a Samsung telefonok támogatják.
- 22 éven aluli személyek nem használhatják a Samsung Health Monitor alkalmazást a biometrikus adatok mérésére.
- Ez az alkalmazás nem minden országban érhető el.

A biometrikus adatok mérésére vonatkozó óvintézkedések

Általános óvintézkedések

- A Samsung Health Monitor alkalmazás nem használható orvosi célokra, mint például a magas vérnyomás, kardiológiai rendellenességek és más szívbetegségek diagnosztizálására. Ne használja ezt az alkalmazást orvosi vélemény vagy kezelés helyettesítésére. Vészhelyzet esetén azonnal forduljon a közeli kórházhoz.
- Ne változtasson a gyógyszerein, a dózisokon vagy a használatukon orvosi ajánlás nélkül.
- A Samsung Health Monitor alkalmazás mérései és eredményei csak tájékoztató jellegűek. Semmilyen körülmények között se használja őket egészségügyi döntések meghozatalához orvosi vélemény nélkül.
- A pontos mérés érdekében, viselje az Órát szorosan az alkarján a csuklója felett. További információkért nézze meg a Hogyan viselje az Órát pontos mérésekhez részt.
- Biztonsági okokból mindig otthon vagy egy biztonságos helyen csatlakoztassa az Órát a telefonjához Bluetooth-on keresztül. Nem javasolt telefonhoz csatlakoztatni nyilvános helyen.

Óvintézkedések a vérnyomás méréséhez

- A mérés előtt készítsen oda egy kényelmes széket és asztalt, amin pihentetheti a karját és ahova leteheti a telefonját.
- Üljön egyenesen egy kényelmes széken, amit előkészített úgy, hogy a hátát meg tudja támasztani.
- Ügyeljen rá, hogy a karja kényelmes helyzetben legyen az asztalon, mikor a vérnyomását méri.
- Pihenjen legalább öt percig kényelmes helyzetben, mielőtt a vérnyomását elkezdené mérni.
- A vérnyomásmérést csendes beltéri helyen végezze.
- Ne mérje a vérnyomását, miközben fizikai aktivitást végez.
- Maradjon mozdulatlan és ne beszéljen, amikor már megkezdte a vérnyomásmérést, és ne mozogjon vagy beszéljen, amíg a mérés be nem fejeződik.
- Ne mérje a vérnyomását olyan gépek közelében, amelyek erős elektromos teret állítanak elő, úgy mint például az MRI (mágneses rezonancián alapuló képalkotó) és röntgen készülékek, elektromágneses lopásgátló rendszerek vagy fémdetektorok.
- Ne mérje a vérnyomását orvosi kezelések alatt, úgy mint például operáció vagy defibrillálás közben.
- Olyan környezetben mérje a vérnyomását, ahol a hőmérséklet 12 °C-40 °C, és a relatív páratartalom 30%-90% közötti.
- Kerülje az alkoholt és a koffeint tartalmazó élelmiszerek fogasztását, a dohányzást és fürdést 30 perccel a vérnyomásmérést megelőzően.
- Győződjön meg róla, hogy a csuklója száraz, amikor a vérnyomást méri és ne mérje, ha testápolót használt vagy erősen izzad.
- Vérnyomásmérés közben szándékosan ne vegyen mély lélegzeteket vagy lélegezzen lassan, hanem a megszokott módon vegye a levegőt.
- Ha terhes, ne használja a Samsung Health Monitor alkalmazást a vérnyomás ellenőrzésére, mivel az eredmények nem biztos, hogy pontosak lesznek.

- Ne mérje a vérnyomását a Samsung Health Monitor alkalmazással, ha az alábbiak közül bármelyik állapotban érintett:
  - aritmia
  - szívbetegség alapbetegség vagy volt már szívinfarktusa
  - keringési vagy perifériás érrendszeri betegség
  - szívbillentyű betegség (aortabillentyű betegsége)
  - myocardiopathia
  - egyéb kardiovaszkuláris betegség
  - végstádiumú veseelégtelenség (ESRD)
  - cukorbetegség
  - neurológiai diszfunkció (például remegés)
  - vérrögképződési rendellenességek vagy ha vérhígítót szed
- Ne használjon olyan csuklót, amelyen tetoválás vagy foltok vannak, amikor a vérnyomását méri, mert az optikai biojel-érzékelőt befolyásolhatják a tetoválások vagy foltok.
- A Samsung Health Monitor alkalmazás a vérnyomást annak a karnak a leolvasott értékei alapján kalibrálja és méri, amelyiken a vérnyomásmérő manométert viseli. Ha a két karja vérnyomása között nagy az eltérés (több mint 10 Hgmm), keresse fel az orvosát.
- Ne használjon olyan Órát a vérnyomása méréséhez, amit más valakinek kalibráltak.
- A Samsung Health Monitor alkalmazás mérhető leolvasási vérnyomástartománya a következő: kalibrálás esetén, a szisztolés vérnyomástartomány 80 Hgmm-170 Hgmm, és a diasztolés vérnyomástartomány 50 Hgmm-110 Hgmm. Mérés esetén, a szisztolés vérnyomástartomány 70 Hgmm-180 Hgmm, és a diasztolés vérnyomás 40 Hgmm-120 Hgmm.
- A jelet befolyásolhatja az egyén bőrének fényessége, a bőr alatti vér mennyisége és az érzékelő tisztasága.

Óvintézkedések az EKG méréshez

- A mérés előtt készítsen oda egy kényelmes széket és asztalt, amin pihentetheti a karját és ahova leteheti a telefonját.
- Üljön egyenesen egy kényelmes széken, amit előkészített úgy, hogy a hátát meg tudja támasztani.
- EKG méréskor ügyeljen rá, hogy a karja kényelmes helyzetben legyen az asztalon.
- Az EKG mérés előtt pihenjen legalább öt percig kényelmes helyzetben.
- Az EKG mérést csendes beltéri helyen végezze.
- Ne mérjen EKG-t, miközben fizikai aktivitást végez.
- Maradjon mozdulatlan és ne beszéljen, amikor már megkezdte az EKG mérést, és ne mozogjon vagy beszéljen, amíg a mérés be nem fejeződik.
- Ne készítsen EKG mérést olyan gépek közelében, amelyek erős elektromos teret állítanak elő, úgy mint például az MRI (mágneses rezonancián alapuló képalkotó) és röntgen készülékek, elektromágneses lopásgátló rendszerek vagy fémdetektorok.
- Ne készítsen EKG mérést orvosi kezelések alatt, úgy mint például operáció vagy defibrillálás közben.
- Olyan környezetben készítsen EKG-t, ahol a hőmérséklet 12 °C-40 °C, és a relatív páratartalom 30%-90% közötti.
- Az EKG mérésekor ügyeljen arra, hogy a csuklója ne legyen túl száraz. Pontosabb EKG-jeleket kaphat, ha az érzékelővel érintkező bőrét benedvesíti közepes mennyiségű izzadsággal, tonizáló krémmel vagy testápolóval.
- Ne mérjen EKG-t, ha beültetett szívritmus-szabályozó, defibrillátor vagy bármilyen más elektronikus készülék van a teste belsejében.
- Ha a pitvarfibrillációtól eltérő ritmuszavarban szenved, ne készítsen EKG-t a Samsung Health Monitor alkalmazással.
- A Samsung Health Monitor alkalmazás nem tudja érzékelni a szívinfarktust. Ha bármilyen szívinfarktusra utaló gyanús tünete van, azonnal vegye fel a kapcsolatot a sürgősségi szolgáltatókkal.
- Pontosabb EKG-eredményeket kaphat, ha betartja a következő mérési feltételeket:
  - A mérést azután végezze, hogy eltávolítja a fémtárgyakat a testéről, mint például a nyakláncot
  - Az Órához biztosított óraszíj használata fémes óraszíj helyett

Óvintézkedések az alvási apnoé funkció használatához

- Ne használja az alvási apnoé funkciót, ha már diagnosztizáltak Önnél alvási apnoét.
- Ne használja a Samsung Health Monitor alkalmazás alvási apnoe funkcióját, ha az alábbi állapotok bármelyikét diagnosztizálták Önnél:
  - Mozgással kapcsolatos állapotok: Parkinson-kór, remegés vagy alvás közbeni periodikus végtagmozgás-zavar (PLMS).
  - Szívbetegségek: szívritmuszavar (CHF), pitvarfibrilláció
  - Tüdőbetegségek: krónikus obstruktív tüdőbetegség (COPD), krónikus hörghurut, tüdőtágulás, tüdőfibrózis
- Ne használja az alvási apnoé funkciót, ha Ön 22 éven aluli.
- Ne használja az alvási apnoe funkciót, ha terhes, vagy ha megfázott, allergiás, asztmás vagy más betegség miatt átmeneti légzési tünetei vannak, mivel az eredmények pontatlanok lehetnek.
- Az alvási apnoé kockázatkimutatásának eredményei alapján ne változtassa meg a gyógyszeradagolást vagy a gyógyszeres kezelés ütemezését anélkül, hogy konzultálna orvosával.
- Az Óra nem képes az obstruktív alvási apnoé minden esetét felismerni. Az Óra érzékeli a közepesen súlyos és súlyos obstruktív alvási apnoé jeleit, de nem észleli a központi alvási apnoét.
- Az Órát a szabályozó hatóságok nem engedélyezték oxigéntelítettség-mérő műszerként.
- A Samsung Health Monitor alkalmazás alvási apnoé funkciója egy előszűrő eszköz, és nem helyettesíti a szakképzett egészségügyi szakember által végzett diagnózist vagy kezelést. Ha nem érzi jól magát, forduljon orvosához, még akkor is, ha az Óra nem észleli az alvási apnoé jeleit.

A vérnyomás mérésének megkezdése

Előbeállítások a vérnyomás méréséhez

Lépjen be a profiljába a Samsung Health Monitor alkalmazásban és kalibrálja az Órát a vérnyomásméréshez. Ha nem ad meg egy profilt, nem tudja megmérni a vérnyomását, ha nem kalibrálja az Órát vagy kér meg valakit, hogy kalibrálja Önnek, a leolvasott értékek érvénytelenek lesznek.

Amikor először méri a vérnyomását a Samsung Health Monitor alkalmazással az Óra megvásárlása után, ügyeljen rá, hogy mandzsettás típusú vérnyomásmérővel kalibrálja az Órát. A kezdeti kalibrálás után 28 naponként kalibrálja újra. A mandzsettás típusú vérnyomásmérő külön kapható.

1 Az Alkalmazások képernyőn érintse meg a Samsung Health Monitor ikont ( ).

2 Érintse meg a **Vérnyomás** → **Alkalm. megny.** elemet.
A Samsung Health Monitor alkalmazás megnyílik a telefonján.

3 Olvassa el a feltételeket, és érintse meg az **Elfogadom** gombot.

4 Adja meg a profiladatait, úgy mint például a név, nem, és a születésnap, és érintse meg a **Folytatás** elemet.

5 Érintse meg az **Az óra kalibrálása** elemet.

6 A vérnyomásmérő madzsettáját a felkarján viselje az Óra viselése nélkül. A vérnyomásmérő felhasználói kézikönyvében további információkat talál arról, hogyan kell helyesen viselni a mandzsettát.

7 Kövesse a képernyőn megjelenő utasításokat a kalibrálás befejezéséhez.

Vérnyomásmérés

A kalibrálás után megmérheti a vérnyomását az Óra optikai biojel-érzékelő segítségével anélkül, hogy bármilyen más orvosi eszközre lenne szüksége, úgy mint például a mandzsettás típusú vérnyomásmérő.

Az Órát ugyanazon a csuklóján kell viselnie mint kalibráláskor.

1 Az Alkalmazások képernyőn érintse meg a Samsung Health Monitor ikont ( ).

2 Érintse meg a **Vérnyomás** → **Mérés** lehetőséget.
Ellenőrizze a mért szisztolés és diasztolés vérnyomást és pulzust a képernyőn.

A vérnyomásmérés ellenőrzése

Ellenőrizze az Óra képernyőjén megjelenő értékeket a vérnyomásmérés után. Ellenőrizheti a korábban leolvasott értékeket és adatokat a csatlakoztatott telefonon futó Samsung Health Monitor alkalmazásban. Megoszthatja, törölheti és kezelheti az eredményeit a telefonon futó Samsung Health Monitor alkalmazásban.

Ha a leolvasott értékei rendellenesen magasak vagy alacsonyak, és szokatlan fizikai tüneteket tapasztal, azonnal forduljon a közeli kórházhoz megfelelő orvosi ellátásért. Ha úgy ítélik meg, hogy nincs vészhelyzetben, legalább még kétszer mérjen újra.

Az EKG felvételének megkezdése

Előbeállítások az EKG mérése előtt

Lépjen be a profiljába a Samsung Health Monitor alkalmazásban az EKG felvétele előtt. Ha nem ad meg egy profilt, nem tudja felvenni az EKG-ját.

1 Az Alkalmazások képernyőn érintse meg a Samsung Health Monitor ikont ( ).

2 Érintse meg az **EKG** → **Alkalm. megny.** elemet.
A Samsung Health Monitor alkalmazás megnyílik a telefonján.

3 Olvassa el a feltételeket, és érintse meg az **Elfogadom** gombot.

4 Adja meg a profiladatait, úgy mint például a név, nem, és a születésnap, és érintse meg a **Folytatás** elemet.

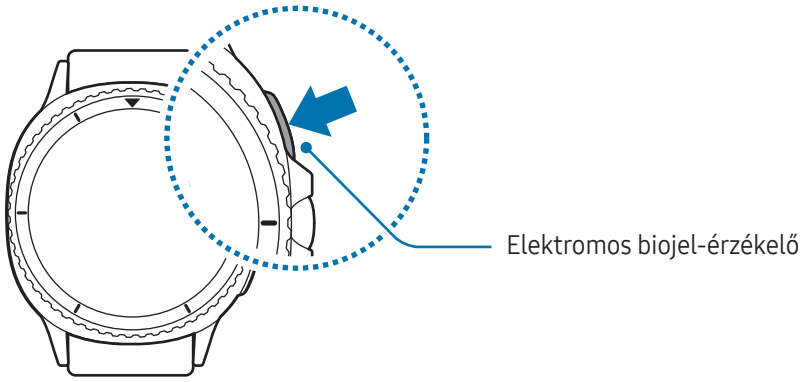
5 Érintse meg az **EKG beállítása** elemet, és kövesse a képernyőn megjelenő utasításokat az előkészületekhez az EKG felvételéhez.

Az EKG felvétele

Kezelje egészségét úgy, hogy az EKG mérési eredményei segítségével előre ellenőrzi a szív állapotát.

1 Az Alkalmazások képernyőn érintse meg a Samsung Health Monitor ikont ( ).

2 Érintse meg az **EKG** → **OK** lehetőséget, majd helyezze az ujját finoman az elektromos biojel-érzékelőre. Ne hagyjon helyet a csuklója és az Óra között.



A mérés megkezdődik és az EKG hullám megjelenik a képernyőn.

3 Ellenőrizze a kapott EKG-eredményt a képernyőn. Érintse meg a **Hozzáadás** lehetőséget további fizikai tünetek kiválasztásához, amelyeket jelenleg tapasztal, majd érintse meg a **Mentés** lehetőséget.

4 Érintse meg a **Kész** lehetőséget.

Az EKG eredményeinek ellenőrzése

Tekintse meg az eredményeket és az EKG hullámot az Óra és a csatlakoztatott okostelefon Samsung Health Monitor képernyőjén az EKG felvételét követően. Az EKG hullám a pulzus ritmusát és a szív elektromos tevékenységét mutatja, és több részre oszlik. Ossza meg orvosával az EKG görbét és az eredményeket, hogy alaposabb ellenőrzésen keresztül pontos diagnózist kaphasson, amikor rendellenes eredményeket talál az EKG hullámban és a leolvasott értékekben.

Megtekintheti a korábbi eredményeket és adatokat a csatlakoztatott telefonon futó Samsung Health Monitor alkalmazásban. Megoszthatja, törölheti és kezelheti az eredményeit a telefonon futó Samsung Health Monitor alkalmazásban.

- **Szinusz ritmus**: a normál szívverési ritmus, ami 50-100 BPM.
- **Pitvarfibrilláció**: az aritmia egyik típusa, ahol a szívverés szabálytalan. Forduljon orvosához.
- **Pitvarfibrilláció magas pulzusszámmal**: ha a pulzus 100-150 BPM között van, amikor az EKG-hullám **Pitvarfibrilláció** van rendezve. Forduljon orvosához.
- **Magas pulzusszám**: ha a pulzus 100-150 BPM között van, amikor az EKG-hullám **Szinusz ritmus** van rendezve. Forduljon orvosához, ha eredményei következetesen **Magas pulzusszám** jeleznek, és nyugalmi pulzusszáma a szokásosnál rendellenesen magasabb.
- **Bizonytalan**: az eredmény típusa nem **Szinusz ritmus** és nem **Pitvarfibrilláció**, és az alábbi valamelyik feltételek közé esik:
  - Korai kamrai összehúzódás (PVC)
  - Ha a pulzusszám kevesebb mint 50 vagy több mint 150 BPM
  - Amikor a pulzus szabálytalan, de nem **Pitvarfibrilláció**

- **Gyenge felvétel**: akkor jelenik meg, ha az EKG mérési eredményei elemzésére használt jelek nem mérhetők megfelelően. Ha ez történik, végezze el újra a mérést.

Forduljon orvosához, ha a **Bizonytalan** vagy a **Gyenge felvétel** jelenik meg, és szokatlan tüneteket tapasztal.

- Ha a **Gyenge felvétel** jelenik meg folyamatosan, törölje át az elektromos biojel-érzékelőt, és végezze el újra az EKG mérést. A jel továbbítása megszakadhat az érzékelőn lévő bőr szárazsága vagy a csuklón lévő hajszál miatt. Ebben az esetben az EKG-t azután vegye fel, hogy tonizáló krémet vagy testápolót alkalmazott vagy eltávolította a hajszálat a csuklójáról.
- Ha az EKG hullám úgy tűnik, hogy fejjel lefelé áll, valószínű, hogy EKG-je nem elemezhető megfelelően. Érintse meg a Beállítások ikont ( ) az Alkalmazások képernyőn, majd érintse meg az **Általános** → **Csukló** lehetőséget, hogy ellenőrizze a beállításokat a csuklóján, ahol viseli az Órát, és a gombok elhelyezkedését. Ezután viselje az Órát a megfelelő irányban, és mérje meg újra az EKG-t.

A szabálytalan szívritmusról szóló értesítés funkció használata

Ha az Ön Órája a szabálytalan szívverést egymás után észleli a szabálytalan szívritmusra figyelmeztető funkcióval, akkor azonosítja a **Pitvarfibrilláció** utaló szabálytalan szívritmus epizódokat. Ebben az esetben az Óra egy értesítést jelenít meg arról, hogy szabálytalan szívritmust észlelt, és felszólítja Önt, hogy végezzen EKG-mérést. Ezzel a funkcióval segítséget kaphat a szív egészségével kapcsolatos potenciális kockázatok kezelésében.

Érintse meg az **EKG készít.** lehetőséget, amikor megjelenik a szabálytalan szívritmus képernyő, és mérje meg az EKG-t.

- Az EKG-mérést követően ezt a funkciót be- és kikapcsolhatja a telefonján futó Samsung Health Monitor alkalmazásban.
- Ez a funkció nem minden országban érhető el.

Az alvási apnoé funkció használatának megkezdése

Előbeállítások az alvási apnoé funkció használata előtt

Az alvási apnoé funkció használata előtt adja meg a profilját a Samsung Health Monitor alkalmazásban. Ha nem ad meg egy profilt, nem tudja használni az alvási apnoé funkciót.

1 Az Alkalmazások képernyőn érintse meg a Samsung Health Monitor ikont ( ).

2 Érintse meg az **Alvási apnoé** → **OK** elemet.
A Samsung Health Monitor alkalmazás megnyílik a telefonján.

3 Olvassa el a feltételeket, és érintse meg az **Elfogadom** gombot.

4 Adja meg a profiladatait, úgy mint például a név, nem, és a születésnap, és érintse meg a **Folytatás** elemet.

5 Kövesse a képernyőn megjelenő utasításokat, hogy felkészüljön az alvási apnoé funkció használatára.

Az alvási apnoé funkció használata

Kezelje egészségét az alvási apnoé tüneteinek otthoni ellenőrzésével anélkül, hogy szakembert kellene felkeresnie.

1 Az Alkalmazások képernyőn érintse meg a Samsung Health Monitor ikont ( ).

2 Érintse meg az **Alvási apnoé** → **Folytatás** elemet, majd érintse meg az **Alvási apnoé funkció** kapcsolót a bekapcsoláshoz.

3 Érintse meg az **OK** elemet, és aludjon úgy, hogy a következő tíz napban két éjjel viseli az Órát.

- Alvás előtt úgy töltse fel az Óra akkumulátorát, hogy az 30%-nál magasabb töltöttségen álljon.
- Az alvási apnoé pontos kimutatásához legalább 4 óra folyamatos alvás szükséges.

Az alvási apnoé kockázatkimutatási eredményeinek ellenőrzése

Az Ön Órája méri a vér oxigénszintjének alvás közbeni relatív csökkenését, és ezt használja fel a légzési zavarok észlelésére, amelyek az alvási apnoé jelei lehetnek. Két éjszakai sikeres alvásmérés után értesítést kaphat, ha az Órája közepesen súlyos vagy súlyos obstruktív alvási apnoé jeleit észleli.

Ha értesítést kap arról, hogy az Óra közepesen súlyos vagy súlyos obstruktív alvási apnoé jeleit észlelte, ossza meg orvosával további speciális vizsgálat céljából. Ha nem észleli az alvási apnoé jeleit, akkor is forduljon orvosához, ha kényelmetlenül érzi magát.

Az eredményeket a csatlakoztatott telefon Samsung Health Monitor alkalmazásán ellenőrizheti.

Ne használja újra az alvási apnoé funkciót, amíg nem konzultált orvosával.

- Az egyes alvási adatok elemzése akár 90 percig vagy tovább is eltarthat.
- A Samsung Health Monitor alkalmazás alvási apnoé funkciója nem az egészségi állapot nyomon követésére vagy ellenőrzésére szolgáló eszköz, ezért várjon legalább 30 napot, mielőtt újra használná, még akkor is, ha úgy gondolja, hogy nem tapasztal semmilyen egészségügyi problémát.

GPS

Az Órának belső GPS antennája van, így valós időben ellenőrizheti tartózkodási helyadatait telefonhoz történő csatlakozás nélkül.

Az Alkalmazások képernyőn érintse meg a Beállítások ikont ( ) → **Hely** elemet, majd a bekapcsoláshoz érintse meg a kapcsolót.

- Amikor az Óra és a telefon csatlakoznak, a funkció a telefon GPS-ét használja. Kapcsolja be a telefon helyfunkcióját a GPS-érzékelő használatához.
- Az Óra belső GPS antennája lesz használatba véve a Samsung Health funkció és az egészségplatform alkalmazásai használatakor, akkor is, ha az Órát az okostelefonjához csatlakoztatta.
- A GPS-jel erőssége csökkenhet olyan helyeken, ahol a jelet alacsonyan fekvő területeken, például épületek között vagy beltérben, erdős vagy hegyvidéki terepen, víz alatt vagy rossz időjárás esetén akadályozzák.

Zenék

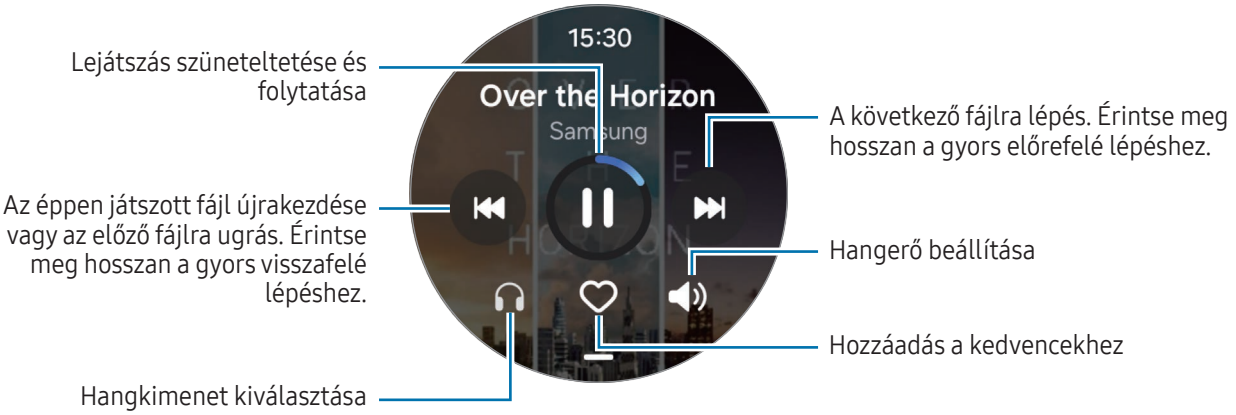
Bevezető

Meghallgathatja az Órára elmentett zenéket.

A Zene használata

Az Alkalmazások képernyőn érintse meg a Zene ( ) ikont.

Húzza a Sor és beállítások ikont felfelé (—), és érintse meg a **Könyvtár** lehetőséget a Könyvtárképernyő megnyitásához. A Könyvtárképernyőn ellenőrizheti a lejátszási listát, zeneszámok, albumok és előadók szerint rendezheti a zenéket.



Az Órájára mentett hangfájlok kezelése

Ellenőrizze az Órán lévő hangfájlokat típus szerint kategorizálva, és tetszés szerinti hozzáadással vagy eltávolítással kezelheti őket. Automatikusan szinkronizálhatja a hangfájlokat a telefonjáról az Órájára.

1 Nyissa meg telefonján a **Galaxy Wearable** alkalmazást.

2 Érintse meg az **Óra beállításai** → **Tartalom kezelése** elemet.

3 Válassza a **Órán lévő számok** lehetőséget.
Megjelennek az Órájára mentett hangfájlok kategóriák szerint rendezve.
- Ha hangfájlokat szeretne küldeni telefonjáról az Órára, érintse meg a Hozzáadás ikont (+), válasszon hangfájlokat, majd érintse meg a **H.ad. órához** lehetőséget.
- Az Órára mentett hangfájlok törléséhez hosszan érintse meg a törölni kívánt fájlt, majd érintse meg a **Töröl** elemet.

Ha telefonja képeit 6 óránként szinkronizálni szeretné az Órával, érintse meg az **Autom. szinkr.** kapcsolót a bekapcsoláshoz. Majd érintse meg a **Szinkronizálandó listák** lehetőséget, válassza ki az Órára importálandó lejátszási listákat, majd érintse meg a **Kész** elemet. A kiválasztott lejátszási listák automatikusan szinkronizálódnak az Órával, amikor a fennmaradó akkumulátor-töltöttség nagyobb mint 15%, és az Órán az energiatakarékos üzemmód ki van kapcsolva.

Médiavezérlő

Bevezető

Kezelheti az Órára vagy a csatlakoztatott telefonra telepített médiaalkalmazást a zene és a videó lejátszásához vagy szüneteltetéséhez.

Az alkalmazás automatikus elindításához az Óráról, amikor a csatlakoztatott telefonon zenét vagy videókat játszik le, érintse meg az Alkalmazások képernyőjén a Beállítások ikont (⚙) → **Speciális funkciók** lehetőséget, majd érintse meg a **Médiavezérlők auto. indítása** kapcsolót a bekapcsoláshoz.

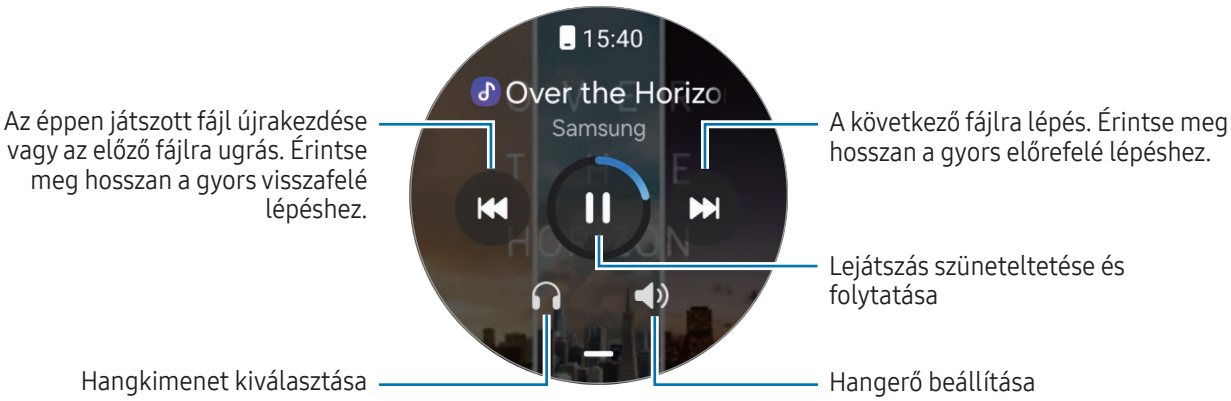
A zenelejátszó vezérlése

1 Az Alkalmazások képernyőn érintse meg a Médiavezérlő ( ) ikont.

2 Válassza a **Telefon** vagy az **Óra** lehetőséget.

Ha a **Telefon** lehetőséget választja, zenét játszik le a csatlakoztatott okostelefon zenei alkalmazásából, és a zenelejátszót az Órával kezelheti.

Ha az **Óra** lehetőséget választja, a zenét az Óra zenei alkalmazásában játszhatja le, és zenét hallgathat az Óra hangszórójával vagy csatlakoztatott Bluetooth fülhallgatóval.



A videólejátszó vezérlése

1 Videót játszhat le a csatlakoztatott telefonon.

2 Az Alkalmazások képernyőn érintse meg a Médiavezérlő ( ) ikont.

Az Órával kezelheti a videólejátszót.

Reminder

Regisztrálja a teendőket emlékeztetőként, és kapjon értesítéseket a beállított feltételeknek megfelelően.

- Helyhez kötött emlékeztetők használatához be kell kapcsolni a GPS-funkciót. A helyhez kötött emlékeztetők nem minden modellen érhetők el.
- Az Órán található emlékeztetők automatikusan szinkronizálásra kerülnek a csatlakoztatott telefonnal, hogy tudjon riasztásokat is fogadni, és a telefonon ellenőrizni azokat.

Reminder használata

Az Alkalmazások képernyőn érintse meg az Emlékeztető ikont ( ).

- Emlékeztetők létrehozásához érintse meg az Emlékeztető írása ikont ( ).
- Az emlékeztetők befejezéséhez érintse meg a Befejezés ikont ( ) vagy válasszon ki egy emlékeztetőt és érintse meg a **Kész** lehetőséget.
- Az emlékeztetők visszaállításához érintse meg a Navigációs fiók ikont ( ) → **Kész** elemet, válasszon egy emlékeztetőt a visszaállításhoz, majd érintse meg a **V.állít.** elemet.
- Emlékeztető törléséhez érintsen meg hosszan egy emlékeztetőt, és érintse meg a **Törlés** elemet.

Naptár

Eseményeket adhat hozzá az Órához és a telefonjához, hogy hatékonyabban kezelhesse időbeosztását.

A telefonon elmentett események automatikusan szinkronizálódnak az Órára, és az Órán is ellenőrizhetők.

1 Érintse meg a Naptár ikont ( ) az Alkalmazások képernyőn és érintse meg az Esemény hozzáadása ikont ( ).

2 Adja meg a dátumot, az időt és az esemény részleteit, majd érintse meg a **Ment** gombot.
A mentett esemény hozzáadódik a listához, és az Ön által beállított időpontban jelenik meg.

Ha dátum szerint szeretné ellenőrizni a heti eseményeket, érintse meg a **Heti nézet** elemet, és válasszon ki egy dátumot.

A naptár ellenőrzéséhez érintse meg a Hónap ikont ( ), és az órakeret segítségével, vagy a képernyőn felfelé vagy lefelé simítva a kívánt hónapra lépjen.

Bixby

A Bixby egy felhasználói felület, amely az Óra kényelmesebb használatát segíti.

Beszélhet a Bixby-hez. A Bixby elindítja a kért funkciót vagy megmutatja a kért információt. További információkért látogasson el a www.samsung.com/bixby oldalra.

- Ügyeljen, hogy az Óra mikrofonja ne legyen letakarva, miközben Ön beszél.
- A Bixby csak néhány nyelven elérhető, és előfordulhat, hogy bizonyos funkciók régiótól függően nem elérhetők.

Bixby felébresztése

A Kezdőlap gomb hosszan nyomva tartása mellett mondja ki, amit szeretne a Bixbynek. A funkció használatához érintse meg a Beállítások ikont ( ) az Alkalmazások képernyőn, érintse meg a **Gombok és mozdulatok** lehetőséget, érintse meg a **Kezdőlap gomb** alatti **Nyomva tartás** gombot, majd válassza a **Bixby** lehetőséget.

Alternatívaként mondja ki az ébresztési kifejezést, például „Hi, Bixby” vagy „Bixby”, majd mondja ki, amit szeretne.

Ébresztési kifejezés beállítása

1 Érintse meg a Beállítások ikont ( ) az Alkalmazások képernyőn, és érintse meg a **Speciális funkciók** → **Bixby** lehetőséget.

2 Érintse meg a **Ébresztés hanggal** → **Ébresztési kifejezés** elemet, és válassza ki a kívánt ébresztési kifejezést.

Időjárás

Nézze meg az Órán a csatlakoztatott telefonon beállított helyek időjárási adatait.

Az Alkalmazások képernyőn érintse meg az Időjárás ( ) ikont.

Az időjárási adatok ellenőrzéséhez, úgy mint például az időjárás egy adott időpontban vagy a heti információk, használja az órakeretet vagy simítson felfelé vagy lefelé a képernyőn.

Egy másik város időjárási információinak hozzáadásához érintse meg a **Helyek kezelése** → **Kezelés telefonon** lehetőséget, és adja hozzá a várost a csatlakoztatott telefonról.

Ébresztő

Egymástól függetlenül állíthatja be és kezelheti az Óra és a telefon riasztásait.

Amikor az Óra a telefonjához Bluetooth-on keresztül kapcsolódik, ellenőrizheti az Óra összes riasztási listáját a telefonján.

Riasztások beállítása

1 Az Alkalmazások képernyőn érintse meg a Riasztás ikont ().

2 Érintse meg a **H.adás az órán** elemet és állítsa be azokat a riasztásokat, amik csak az Órára menjenek ki.
Hozzáadhat riasztást a csatlakoztatott telefonról is megérintve a **H.adás a tel.on** elemet.

3 Érintse meg a beviteli mezőt, használja az órakeretet, illetve simítson a képernyőn felfelé vagy lefelé, hogy beállítsa a riasztás idejét, majd érintse meg a **Tovább** elemet.

4 Állítsa be az egyéb riasztási opciókat, például azt, hogy mikor van szabadságon, és hogy megismétlődjön-e a riasztás, majd érintse meg a **Mentés** lehetőséget.
A mentett riasztás bekerül a riasztások listájába.

A riasztások be- vagy kikapcsolásához érintse meg a kapcsolót a listában található riasztás mellett.

Riasztások kikapcsolása

A riasztás kikapcsolásához húzza az Elvetés ikont () a nagy körön kívülre. Alternatív megoldásként, fordítsa el vagy simítsa az órakeretet az óramutató járásával megegyező irányba.

Ha a szundi funkciót szeretné használni, húzza a Szundi ikont () a nagy körön kívülre. Vagy forgassa el vagy simítsa az órakeretet az óramutató járásával ellentétesen.

Riasztások törlése

Érintsen meg hosszan egy riasztást a riasztások listáján, majd érintse meg a **Törlés** lehetőséget.

Világóra

Az Alkalmazások képernyőn érintse meg a Világóra ikont () a telefonról hozzáadott világórák megtekintéséhez.

Világóra hozzáadásához érintse meg a **H.adás a tel.on** lehetőséget. Vagy ha vannak hozzáadott világórái, érintse meg a **Kezelés telefonon** lehetőséget, és adjon hozzá vagy távolítson el világórát a csatlakoztatott telefonnal.

Időzítő

Időzítőt állíthat be

1 Az Alkalmazások képernyőn érintse meg az Időzítő ikont ( ).

2 Érintse meg az Egyéni ikont ( ).

3 Érintse meg a beviteli mezőt, használja az órakeretet, illetve simítson a képernyőn felfelé vagy lefelé, hogy beállítsa az időtartamot, majd érintse meg az Indítás ikont ( ).

Ha előre beállított értéket választ, az időzítő azonnal elindul. Az órakeretet használva vagy a képernyőn felfelé vagy lefelé simítva több előre beállított értéket is ellenőrizhet.

Egy időzítő elvetése

Amikor az időzítője lejár, húzza az Elvetés ikont ( ) a nagy körön kívülre. Alternatív megoldásként, fordítsa el vagy simítsa az órakeretet az óramutató járásával megegyező irányba.

Az időzítő újraindításához húzza az Ismétlés ikont ( ) a nagy körön kívülre. Vagy forgassa el vagy simítsa az órakeretet az óramutató járásával ellentétesen.

Stopperóra

1 Az Alkalmazások képernyőn érintse meg a Stopperóra ikont ( ).

2 Az órakeretet használva vagy a képernyőn balra vagy jobbra simítva kiválaszthatja a stopperóra kívánt stílusát.
A stopperóra stílusának megváltoztatásához hosszan érintse meg a képernyőt.

3 Egy esemény méréséhez érintse meg az **Indítás** lehetőséget.
Esemény mérése közben köridő rögzítéséhez érintse meg a **Kör** lehetőséget vagy a Köridő ikont ( ).

4 Érintse meg a **Leállít** lehetőséget vagy a Leállítás ikont ( ) az időmérés leállításához.
- Az időmérés újraindításához érintse meg a **Folytatás** lehetőséget vagy a Folytatás ikont ( ).
- A köridők törléséhez érintse meg a **Nullázás** lehetőséget vagy a Nullázás ikont ( ).

Az Alkalmazások képernyőn érintse meg a Beállítások ikont ( ) → **Gombok és mozdulatok** → **Művelet** elemet, és válassza a **Stopperóra** opciót, hogy közvetlenül a Gyorsgombbal indíthassa és vezérelhesse a stopperórát. Használat közben nyomja meg a Gyorsgombot az időmérő leállításához vagy folytatásához, és nyomja meg kétszer a köridő rögzítéséhez. Ha megállt, hosszan nyomja le a Gyorsgombot az összes köridő törléséhez. (Galaxy Watch8 Classic)

Galéria

Bevezető

Hozzáférhet az Órájára mentett vagy a telefonjával szinkronizált képekhez, albumokhoz és történetekhez. Emellett képek segítségével személyre szabhatja az óralapot.

Az Órájára mentett képek kezelése

Ellenőrizze az Óráján lévő képeket típus szerint kategorizálva, és tetszés szerinti hozzáadással vagy eltávolítással kezelheti őket. Automatikusan szinkronizálhatja a képeket a telefonjáról az Órájára.

1 Nyissa meg telefonján a **Galaxy Wearable** alkalmazást.

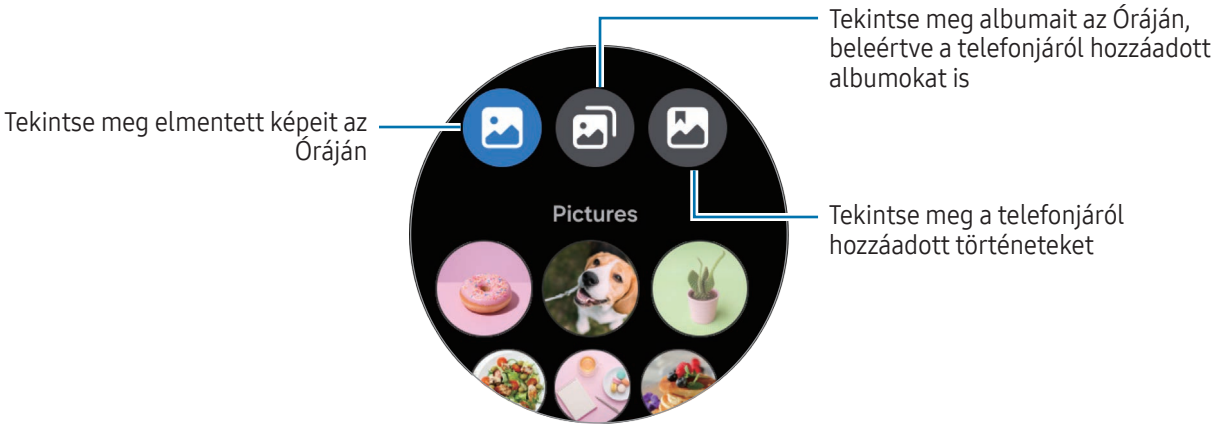
2 Érintse meg az **Óra beállításai** → **Tartalom kezelése** elemet.

3 Válassza a **Képek az órán** lehetőséget.
Megjelennek az Órájára mentett képek kategóriák szerint rendezve.
- Ha képet szeretne küldeni telefonjáról az Órára, érintse meg a Hozzáadás ikont (+), válasszon képeket, majd érintse meg a **Kész** lehetőséget.
- Az Órára mentett képek törléséhez hosszan érintse meg a törölni kívánt fájlt, majd érintse meg a **Töröl** elemet.

Ha telefonja képeit hat óránként szinkronizálni szeretné az Órával, érintse meg az **Albumok auto. szinkronizálása** kapcsolót a bekapcsoláshoz. Majd érintse meg a **Szinkronizálandó albumok** lehetőséget, válassza ki az Órára importálandó albumokat, majd érintse meg a **Kész** elemet. A kiválasztott albumok automatikusan szinkronizálódnak az Órával, amikor a fennmaradó akkumulátor-töltöttség nagyobb mint 15%, és az Órán az energiatakarékos üzemmód ki van kapcsolva.

A Galéria használata

Az Alkalmazások képernyőn érintse meg a Galéria ikont ( ).



Képek megtekintése

Ellenőrizheti és kezelheti az Órára mentett képeket.

1 Az Alkalmazások képernyőn érintse meg a Galéria ikont ( ).

2 Válasszon egy kategóriát.

3 Használja az órakeretet, illetve simítson a képernyőn felfelé vagy lefelé, hogy görgesse a listát, és válasszon ki egy képet.

Közelítés vagy távolítás

Kép ellenőrzése közben érintse meg kétszer a képet, nagyításhoz húzza szét két ujját a képen, kicsinyítéshez pedig csíptesse össze.

Ha kinagyította a képet, megtekintheti a kép többi részét a képernyőn történő görgetéssel.

Az óraszámlap testreszabása

Az óraszámlapon megtekintheti a képeket, miután képekkel személyre szabta. További információkért nézze meg a Az óraszámlap testreszabása képpel részt.

1 Az Alkalmazások képernyőn érintse meg a Galéria ikont ( ).

2 Érintse meg hosszan a használni kívánt képet.
A további képek kiválasztásához használja az órakeretet, illetve simítson a képernyőn balra vagy jobbra, és válassza ki őket.

3 Érintse meg a Hozzáadás telefonhoz ikont ( ), és válassza ki az óraszámlaptípust.

Képek törlése

1 Az Alkalmazások képernyőn érintse meg a Galéria ikont ( ).

2 Érintse meg hosszan a törölni kívánt képet.
Ha több törlendő képet szeretne kiválasztani, használja az órakeretet, vagy húzza a képernyőn balra vagy jobbra, és válassza ki a többi törlendő képet.
Minden kép kiválasztásához érintse meg a **Összes** elemet.

3 Érintse meg a Törlés ikont ( ).

Samsung Find

Ha elveszíti a telefonját vagy egy másik hordozható készüléket, amely ugyanabban a Samsung fiókban van regisztrálva, mint az Óra, az Óra segítségével megtalálhatja azt. Megoszthatja a tartózkodási helyét más, előre beállított személyekkel is.

Ha ez az alkalmazás nem működik megfelelően, az Alkalmazások képernyőn érintse meg a Beállítások ikont ( ) → **Alkalmazások** → **Alkalmazáslista** → **Samsung Find** → **Engedélyek** → **Helyadatok** opciót, és válassza a **Mindig** lehetőséget.

Emberek keresése

1 Az Alkalmazások képernyőn érintse meg a Keresés ikont ( ).

2 Érintse meg az **Emberek** elemet.

3 Válassza ki a megkeresni kívánt személyt a listáról.
A térkép megjeleníti a személy helyét. Érintse meg a Továbbiak ikont ( ) a részletes helyük megtekintéséhez.

A készülék megkeresése

1 Az Alkalmazások képernyőn érintse meg a Keresés ikont ( ).

2 Érintse meg a **Eszközök** elemet.

3 Válassza ki a megkeresni kívánt készüléket a listáról.
A térkép megjeleníti a készüléke helyét. Érintse meg a Továbbiak ikont ( ) a részletes cím megtekintéséhez.

Segélykérés küldése

Bevezető

Vészhelyzetben, beleértve azt is, ha megsérül esés következtében, kezdeményezzen segélyhívást, és küldjön egy segélykérő üzenetet, amely tartalmazza a tartózkodási helyét, a korábban regisztrált kapcsolatoknak. Ezenkívül beállíthatja az Óráját, hogy a segélykérő üzenet elküldése után megjelenjenek rajta az egészségügyi adatai.

- Ha az Óra GPS-funkciója nincs bekapcsolva, és szükség van rá a helyadatok elküldéséhez, akkor az automatikusan bekapcsol, hogy meghatározza a tartózkodási helyét.
- Előfordulhat, hogy régiótól vagy helyzettől függően a helyadatai nem küldődnek el.

A segélykérés előbeállítása

Egészségügyi adatok megadása

Adja meg egészségügyi adatait, például nevét és vércsoportját. Ezek az információk vészhelyzetben közvetlenül az Óráján érhetők el.

1 Nyissa meg telefonján a **Galaxy Wearable** alkalmazást, és érintse meg az **Óra beállításai** → **Biztonság és vészhelyzetek** elemet.

2 Érintse meg az **Orvosi adatok** lehetőséget, adja meg adatait, majd érintse meg a **Mentés** lehetőséget.

Segélykérő küldésekor a beírt egészségügyi adatok megjelennek az Óra segélykérő képernyőjén.

Vészhelyzeti névjegyek regisztrálása

Adjon hozzá olyan névjegyeket, akik segíthetnek segélykérés esetén.

1 Nyissa meg telefonján a **Galaxy Wearable** alkalmazást, és érintse meg az **Óra beállításai** → **Biztonság és vészhelyzetek** elemet.

2 Érintse meg a **Segélykérési partnerek** elemet.

3 Érintse meg a **Segélykérési partner hozzáadása** elemet, válassza ki a kívánt kapcsolatokat a meglévő kapcsolatai közül, majd érintse meg a **Kész** gombot.

Segélykérés

Segélykérés beállítása

1 Nyissa meg telefonján a **Galaxy Wearable** alkalmazást, és érintse meg az **Óra beállításai** → **Biztonság és vészhelyzetek** elemet.

2 Érintse meg a **Sürgősségi SOS** opciót, és állítsa be a segélykérést.

- Segélyhívás kezdeményezésére szolgáló névjegy kiválasztásához érintse meg a **Hívandó segélyhívó szám** elemet, és válasszon ki egy névjegyet, vagy írjon be egyet manuálisan.
- Ha az aktuális tartózkodási helyét tartalmazó segélykérő üzenetet szeretne küldeni a segélyhívó kapcsolatoknak, érintse meg az **SOS küld. a segélykér. névj.eknek** kapcsolót a bekapcsoláshoz. A vészhelyzeti kapcsolattartók üzenetküldéshez történő beállításával kapcsolatos további információkért lásd: Vészhelyzeti névjegyek regisztrálása.
- Ha a segélykérés képernyőjén a visszaszámlálás után automatikusan kezdeményezni szeretné a segélyhívást és elküldene egy segélykérő üzenetet, érintse meg a **A hívás húzással történik** kapcsolót a kikapcsoláshoz, és érintse meg a **Visszaszámlálás** gombot a segélykérés előtti visszaszámlálási idő beállításához.

Segélykérés küldése

1 Vészhelyzet esetén nyomja meg ötször gyorsan az Óra Kezdőlap gombját.

2 Húzza a Vészhelyzeti hívás ikont ( ) a nagy körön kívülre. Vagy forgassa el vagy simítsa az órakeretet az óramutató járásával ellentétesen.
Felhívja a segélyhívó kapcsolattartóját.

3 Ha a hívás befejeződött, húzza a Megosztás indítása ikont ( ) a nagy körön kívülre. Vagy forgassa el vagy simítsa az órakeretet az óramutató járásával ellentétesen.
Jelenlegi tartózkodási helyét megosztjuk vészhelyzeti kapcsolattartóival, és az SOS képernyő megjelenik az óráján.

- Ha nem szeretne hívást kezdeményezni vagy megosztani aktuális tartózkodási helyét, húzza a Mégse ikont ( ) a nagy körön kívülre a segélykérő képernyőn. Alternatív megoldásként, fordítsa el vagy simítsa az órakeretet az óramutató járásával megegyező irányba.
- Ha az **SOS küld. a segélykér. névj.eknek** funkció ki van kapcsolva, akkor az Ön aktuális tartózkodási helyét tartalmazó üzenet nem kerül elküldésre a vészhelyzeti kapcsolattartóknak.

Segélykérés, ha esés miatt megsérül

Segélykérés beállítása, ha esés miatt megsérül

1 Nyissa meg telefonján a **Galaxy Wearable** alkalmazást, és érintse meg az **Óra beállításai** → **Biztonság és vészhelyzetek** elemet.

2 Érintse meg az **Súlyos esés észlelése** opciót, érintse meg a kapcsolót a bekapcsoláshoz, majd állítsa be a segélykérést, amelyet akkor küld a készülék, ha megsérült egy eséstől.

- Ha be szeretné állítani, hogy az Óra milyen feltételek mellett állapítsa meg, hogy Ön esés miatt sérült meg, érintse meg a **Az esések észlelése** opciót.
- Segélyhívás kezdeményezésére szolgáló névjegy kiválasztásához érintse meg a **Hívandó segélyhívó szám** elemet, és válasszon ki egy névjegyet, vagy írjon be egyet manuálisan.
- Ha az aktuális tartózkodási helyét tartalmazó segélykérő üzenetet szeretne küldeni a segélyhívó kapcsolatoknak, amikor esés miatt megsérült, érintse meg az **SOS küld. a segélykér. névj.eknek** kapcsolót a bekapcsoláshoz. A vészhelyzeti kapcsolattartók üzenetküldéshez történő beállításával kapcsolatos további információkért lásd: Vészhelyzeti névjegyek regisztrálása.

Segélykérés küldése, ha esés miatt megsérül

Nagy ütközés esetén az Óra a karja mozgása alapján érzékeli az esés okozta sérülést. Ha az esés után több mint 30 másodpercig nem észlel mozgást, akkor hangjelzés és rezgés mellett megjelenik a riasztás. Ha 60 másodperc elteltével sincs válasz, a rendszer segélyhívást kezdeményez, és a visszaszámlálás után az SOS-üzenet automatikusan elküldésre kerül a korábban regisztrált kapcsolattartónak.

- Ha nagy terheléssel járó gyakorlatot végez, az Óra azt hiheti, hogy egy esés során sérült meg. Ilyen esetben törölje a riasztást, hogy ne küldje el a segélykérő üzenetet.
- Ha a **SOS küld. a segélykér. névj.eknek** funkció ki van kapcsolva, akkor az Ön aktuális tartózkodási helyét tartalmazó üzenet nem kerül elküldésre a vészhelyzeti kapcsolattartóknak.
- Ha kézzel szeretne segélyhívást indítani és segélykérő üzenetet küldeni egy súlyos esés után, nyissa meg a **Galaxy Wearable** alkalmazást a telefonján, érintse meg az **Óra beállításai** → **Biztonság és vészhelyzetek** → **Súlyos esés észlelése** lehetőséget, majd érintse meg a **A hívás húzással történik** lehetőséget a bekapcsoláshoz.

A helyadatok megosztásának leállítása

A helyadatok megosztása közben a Segélykérő értesítés ikon ( ) megjelenik az Óra képernyőn, és ellenőrizheti a megosztás állapotát az értesítési panelen.

A helyadatai megosztásának leállításához érintse meg az értesítési panelt, és érintse meg a **Megoszt. leáll.** → OK ikont ( ).

Ha nem állítja le a segélykérő üzenetek küldését, további, a helyadatokat is tartalmazó üzenetek kerülnek kiküldésre az előzetesen regisztrált névjegyekre az első segélykérő üzenet küldésétől folyamatosan 15 percenként 24 órán keresztül. Az üzenetek azonban csak akkor kerülnek kiküldésre, ha az aktuális tartózkodási helye bizonyos távolságra van a legutóbbi üzenet küldésének helyétől.

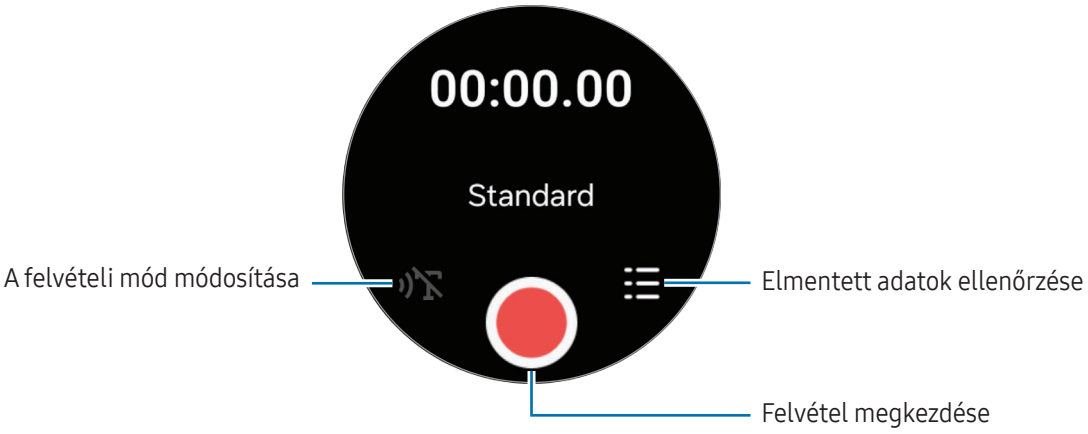
Hangrögzítő

Hangfelvételek rögzítése és lejátszása.

Hangfelvételek készítése

1 Az Alkalmazások képernyőn érintse meg a Hangrögzítő ( ) ikont.

2 A felvétel indításához érintse meg a Felvétel ikont ( ). Beszéljen az Óra mikrofonjába.
A felvétel szüneteltetéséhez érintse meg a Szünet ikont ( ).



3 A felvétel leállításához érintse meg a Leállítás ikont ( ).
A felvétel mentésre kerül. A rögzített hang meghallgatásához válasszon ki egy rögzített fájlt.

Az Óráról rögzített hangfájlok automatikusan szinkronizálódnak a csatlakoztatott telefonra, és átíródnak szövegre, majd megtekintheti az összefoglalót. Az átírt szöveg más nyelvekre is lefordítható. Előfordulhat, hogy ezek a funkciók a csatlakoztatott telefon modelljétől függően nem támogatottak.

A felvételi mód módosítása

Az Alkalmazások képernyőn érintse meg a Hangrögzítő ( ) ikont.

Válassza ki a kívánt üzemmódot.

- : ez a normál rögzítési mód.
- : az Óra rögzíti a hangját legfeljebb 10 percig, szöveggé konvertálja, majd elmenti. A legjobb eredmény érdekében tartsa az Órát a szája közelében, és beszéljen hangosan, tisztán, egy csendes helyen.

  Ha a beszédet szöveggé alakító nyelve nem egyezik meg az Ön által beszélt nyelvvel, az Óra nem fogja felismerni az Ön hangját. A funkció használata előtt, érintse meg a **Beszédleíró** elemet a hangfelvételi képernyőn, hogy beállítsa a beszédet szöveggé alakítás funkció nyelvét.

Számológép

Számításokat végezhet.

Az Alkalmazások képernyőn érintse meg a Számológép ikont ( ).

Érintse meg az Előzmények ikont ( ), és ellenőrizze a számítási előzményeket. Az előzmények törléséhez érintse meg a **Törlés** elemet.

Húzza felfelé az Segédpanel ikont ( ) a tipp kiszámításához, vagy használja az egységátváltó eszközt.

Iránytű

Az Órát használhatja iránytűként.

1 Az Alkalmazások képernyőn érintse meg az Iránytű ikont ( ).

2 Húzza a További információk ikont (—) felfelé, majd érintse meg a **Kalibrálás** lehetőséget az iránytű kalibrálásához úgy, hogy meglengeti a csuklóját, amelyen az Órát viseli.
Kalibrálás után megjelenik az iránytű.

Húzza felfelé a További információk ikont (—) a további információk, például a dőlésszög, a tengerszint feletti magasság és a légköri nyomás ellenőrzéséhez.

- A mágneses anyagok, például a vezeték nélküli töltő jelenléte befolyásolhatja az Óra belső iránytű érzékelőjét, és csökkentheti annak pontosságát. Ezenkívül a mágneses anyagokat tartalmazó fémszalag mágneses fluxus révén befolyásolhatja az Óra belső iránytűjének érzékelőjét, attól függően, hogy hogyan viseli az óraszíjat.
- Az iránytű érzékelőjét mágneses interferencia befolyásolhatja, ami a pontosság csökkenéséhez vezethet, még akkor is, ha az iránytűt sűrűn lakott városban, épületen belül, vagy zárt beltéri helyen, például fedett parkolóban vagy autóban kalibrálták.

Buds-vezérlő

Ellenőrizheti az Órához csatlakoztatott Galaxy Buds akkumulátorának állapotát és megváltoztathatja a beállításait.

Az Alkalmazások képernyőn érintse meg a Buds vezérlő ( ) ikont.

Kameravezérlő

Távolról vezérelheti az Órához csatlakoztatott telefon fényképezőit, és távolról is készíthet képeket vagy videót.

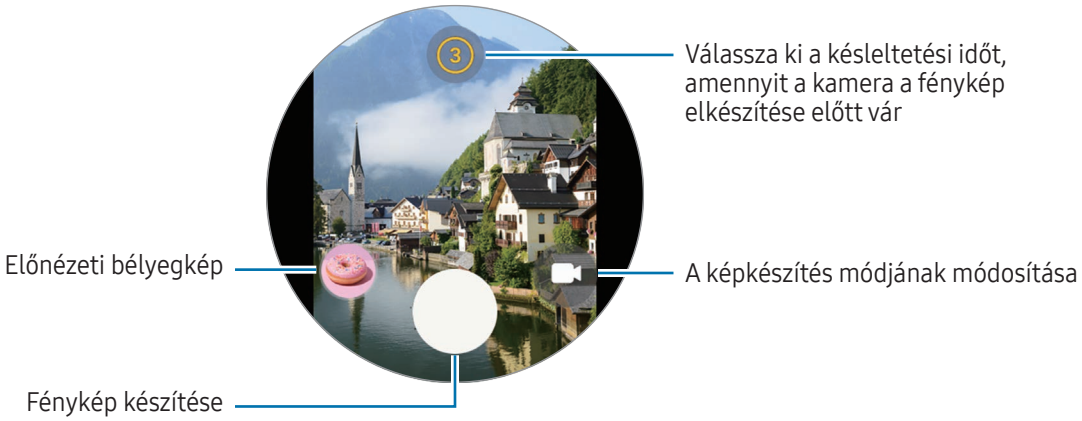
Ez az alkalmazás nem feltétlenül érhetők el a csatlakoztatott telefontól függően.

Fénykép készítése

1 Az Alkalmazások képernyőn érintse meg a Fényképezővezérlő ( ) ikont.

A csatlakoztatott telefonon megnyílik a Fényképező alkalmazás.

2 Ellenőrizze az előnézeti képernyőt, fénykép készítéséhez érintse meg a Fénykép készítése ikont ( ).



Videó felvétele

1 Az Alkalmazások képernyőn érintse meg a Fényképezővezérlő ( ) ikont.

A csatlakoztatott telefonon megnyílik a Fényképező alkalmazás.

2 Érintse meg a Videó ikont ( ), hogy a felvételi módot videóvá alakítsa, majd érintse meg a Felvétel megkezdése ikont ( ) a videó felvételéhez.

Felvétel közben a videóból egy fénykép rögzítéséhez érintse meg a Felvétel ikont ( ).

3 A videó felvételének leállításához érintse meg a Felvétel leállítása ikont ( ).

Samsung Global Goals

Az ENSZ Közgyűlése által 2015-ben kitűzött globális célok olyan célok, amelyek egy fenntartható társadalom létrehozását célozzák. Ezek a célok képesek megszüntetni a szegénységet, küzdeni a társadalmi egyenlőtlenség ellen és megállítani az éghajlatváltozást.

A Samsung Global Goals révén tudjon meg többet a globális célokról, és csatlakozzon a jobb jövőért küzdő mozgalomhoz.

SmartThings

Az órájával vezérelheti a telefonjához csatlakoztatott intelligens készülékeket és Tárgyak internete (Internet of Things - IoT) termékeket.

1 Az Alkalmazások képernyőn érintse meg a SmartThings ikont ( ).

2 Érintse meg az **Minden rutin** vagy az **Összes eszköz** opciót, majd válassza ki a vezérelni kívánt készüléket vagy rutint.

A rutinok vagy készülékek hozzáadásához érintse meg a **Mutatás tel.on** elemet és adja őket hozzá a csatlakoztatott okostelefonhoz.

Ha nem telepítette a SmartThings alkalmazást a csatlakoztatott telefonjára, vagy ha a SmartThings alkalmazás verziója az Óráján és a telefonon nem egyezik, akkor nem fogja tudni használni ezt az alkalmazást. Töltse le az alkalmazás legújabb verzióját a telefonjára, amikor megérinti a **Mutatás tel.on** opciót.

Google alkalmazások

A Google nyújt alkalmazásokat az Óra számára. Lehetséges, hogy némelyik alkalmazás eléréséhez Google fiókra lesz szüksége.

- **Térkép**: keresse meg a helyzetét a térképen és keressen a térképen a GPS segítségével.
- **Messages**: küldjön és fogadjon üzeneteket az Órán vagy a telefonján.
- **Segéd**: használja az Óra funkcióit, vagy keressen információt hangjával.
- **Gemini**: Kommunikálj a Geminivel, hogy különféle funkciókat használhass, például információkeresést vagy tartalomírást.

- Elképzelhető, hogy szolgáltatótól vagy modelltől függően egyes alkalmazások nem érhetők el.
- A Google-alkalmazások használatához az Órának Wi-Fi- vagy mobilhálózathoz való csatlakozásra van szüksége. A mobilhálózattal rendelkező modellek közvetlenül önmagukban is használhatják az alkalmazást, míg a Wi-Fi-s modellekhez Bluetooth-kapcsolat szükséges a telefonhoz.

Beállítások

Bevezető

Testreszabhatja a funkciók és alkalmazások beállításait. Állítsa be az Órát a használati szokásaitól függően konfigurálva a különféle beállításokat.

Az Alkalmazások képernyőn érintse meg a Beállítások ikont ( ).

Elképzelhető, hogy a régiótól, szolgáltatótól vagy modelltől függően egyes funkciók nem érhetők el a Beállításokban.

Samsung account

Regisztrálhatja a Samsung fiókot a csatlakoztatott telefonon, vagy ellenőrizheti a korábban regisztrált Samsung fiókot.

A Beállítások képernyőn érintse meg a **Samsung account** elemet.

Kapcsolatok

Wi-Fi

Kapcsolja be a Wi-Fi funkciót a Wi-Fi hálózathoz való kapcsolódás céljából.

1 A Beállítások képernyőn érintse meg a **Kapcsolatok** → **Wi-Fi** lehetőséget, és a bekapcsolásához érintse meg a kapcsolót.

2 Válasszon egy hálózatot a Wi-Fi hálózatok listájáról.
A jelszót igénylő hálózatok lakatikonnal jelennek meg.

3 Érintse meg a **Kapcsolódás** lehetőséget.

Ha nem sikerül megfelelően csatlakozni egy Wi-Fi hálózathoz, indítsa újra az Óra Wi-Fi funkcióját vagy a vezeték nélküli routert.

Bluetooth

Csatlakozhat a telefonhoz Bluetooth-on keresztül. Csatlakoztathat továbbá más Bluetooth-képes készülékeket is, úgy mint például Bluetooth fülhallgató.

A Beállítások képernyőn érintse meg a **Kapcsolatok** → **Bluetooth** lehetőséget.

A Bluetooth használatával kapcsolatos óvintézkedések

- A Samsung nem vállal felelősséget Bluetoothos szolgáltatáson keresztül küldött vagy fogadott adatok elvesztéséből, elfogásából vagy a velük való visszaélésből fakadó károkért.
- Mindig ellenőrizze, hogy megbízható és megfelelően védett eszközökkel oszt-e meg, és ilyenektől fogad-e adatokat. Ha akadályok vannak a készülékek között a működési távolság csökkenhet.
- Egyes eszközök, főleg a Bluetooth SIG által nem tesztelt vagy nem jóváhagyott eszközök lehet, hogy nem kompatibilisek a készülékkel.
- Ne használja a Bluetooth funkciót illegális célokra (például fájlok illegális másolására, vagy kommunikációs csatornák illegális figyelésére kereskedelmi célokból). A Samsung nem vállal felelősséget a Bluetooth funkció illegális használatából adódó következményekért.

NFC és érintés nélküli fizetések

Ezt a funkciót a szükséges alkalmazások letöltését követően fizetések lebonyolítására, valamint közlekedési és rendezvényjegyek vásárlására használhatja.

A Beállítások képernyőn érintse meg a **Kapcsolatok** → **NFC és érintés nélküli fizetések** lehetőséget.

Az Óra tartalmaz egy beépített NFC antennát. Az NFC antenna sérülésének elkerülése érdekében kezelje körültekintően az Órát.

Fizetések lebonyolítása az NFC funkcióval

Mielőtt az NFC funkciót vásárlásra használhatná, regisztrálnia kell a mobil fizetési szolgáltatásra. A regisztrációra vagy a szolgáltatásra vonatkozó további információkért vegye fel a kapcsolatot szolgáltatójával.

1 A Beállítások képernyőn érintse meg a **Kapcsolatok** → **NFC és érintés nélküli fizetések** lehetőséget, majd a bekapcsolásához érintse meg a kapcsolót.

2 Érintse az Óra érintőképernyőjének tetején található NFC antenna területét az NFC-kártyaolvasóhoz.

Az alapértelmezett alkalmazás beállításához a Beállítások képernyőn érintse meg a **Kapcsolatok** → **NFC és érintés nélküli fizetések** → **Alapértelmezett tárcaalkalmazás** lehetőséget, majd válasszon alkalmazást.

Előfordulhat, hogy a fizetési szolgáltatási lista nem tartalmaz minden elérhető alkalmazást.

Repülő üzemmód

Állítsa be az Órát, hogy kikapcsolja az összes vezeték nélküli funkciót az Órán. Csak hálózaton kívüli szolgáltatásokat használhat.

A Beállítások képernyőn érintse meg a **Kapcsolatok** lehetőséget, majd a bekapcsoláshoz érintse meg a **Repülő üzemmód** kapcsolót.

Kövesse a légitársaság által előírt szabályokat és a légi személyzet utasításait. Amennyiben a készülék használata engedélyezett, mindig Repülő üzemmódban használja.

Mobilhálózatok (Mobilhálózat-képes modellek)

A hálózatok kezelési beállításainak testreszabása.

Érintse meg a Beállítások képernyőn a **Kapcsolatok** → **Mobilhálózatok** lehetőséget, és válassza ki a kívánt hálózati kapcsolati opciót.

- **Automatikus**: beállíthatja, hogy automatikusan használja az Óra mobilhálózatát, amikor a telefonjával megszakad a Bluetooth-kapcsolat.

  - Ha az Óra csatlakoztatva van a telefonhoz Bluetooth révén, az Óra mobilhálózata kikapcsol az akkumulátor kímélése érdekében. Ezután nem fogadhatja az Óra számára érkező üzeneteket és hívásokat.
  - Amikor a telefonjával megszakad a Bluetooth-kapcsolat, az Óra mobilhálózata automatikusan csatlakozik. Ezután fogadhatja az Óra számára érkező üzeneteket és hívásokat.

- **Mindig bekapcsolva**: beállíthatja, hogy az Óra mobilhálózatát mindig használja, függetlenül a telefonnal való kapcsolattól.

- **Mindig kikapcsolva**: beállíthatja, hogy ne használja az Óra mobilhálózatát.
- **Mobilcsomagok**: fizessen elő a szolgáltató mobilcsomagjára vagy további szolgáltatásokra.

- Bizonyos hálózati kapcsolatot igénylő szolgáltatások nem minden szolgáltatónál érhetőek el.
- Ha Ön nem fizet elő a szolgáltató mobilcsomagjára, az Óra mobilhálózata az akkumulátor energiájának kímélése érdekében kikapcsol, és előfordulhat, hogy a hálózati szolgáltatások nem állnak rendelkezésre.

Adathasználat (Mobilhálózat-képes modellek)

Nyomon követheti az adatforgalom mennyiségét és testreszabhatja a korlátozási beállításokat. Beállíthatja úgy az Óra funkciót, hogy automatikusan letiltsa a mobil adatkapcsolatot, ha elérte a megadott mobil adatkorlátot.

A Beállítások képernyőn érintse meg a **Kapcsolatok** → **Adathasználat** lehetőséget.

- **Számlázási ciklus kezdete**: beállíthatja a havi előfizetése adatahasználati kezdődátumát.
- **Adatkorlát beállítása**: bekapcsolhatja vagy kikapcsolhatja a funkciót a mobil adatkapcsolat automatikus letiltásához, ha elérte a megadott mobil adatkorlátot.
- **Adatkorlát**: beállíthatja a mobil adatkorlátot.

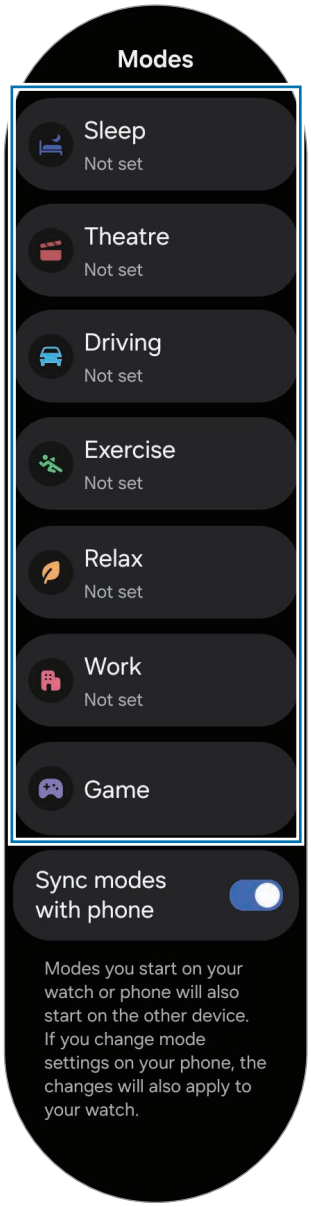
Üzemmódok és rutinok

Üzemmódok használata

Kapcsolja be vagy ki azokat a módokat, amelyek szinkronizálódnak a csatlakoztatott telefonnal az aktuális tevékenysége vagy tartózkodási helye alapján.

A Beállítások képernyőn érintse meg az **Üzemmódok és rutinok** → **Üzemmódok** lehetőséget.

1 Válassza ki a kívánt üzemmódot.



2 Érintse meg a **Bekapcsolás** gombot.

Az automatikusan működő módok esetében a rendszer akkor kapcsol be, ha a rendszer észleli a csatlakoztatott telefonhoz hozzáadott feltételeket.

Az üzemmód beállításainak módosításához érintse meg a **Beáll. telefonon** elemet, és konfigurálja a beállításokat a csatlakoztatott telefonon.

Ha a mód szinkronizálása nem működik a csatlakoztatott telefon és az Óra között, érintse meg a **Módok szinkronizálása a telefonnal** kapcsolót a bekapcsolásához. A csatlakoztatott telefonon minden hozzáadott új mód vagy módbeállítás szinkronizálódik az Órával, csakúgy, mint az üzemmódok működési állapota.

Csak néhány mód érhető el, ha a **Módok szinkronizálása a telefonnal** funkció ki van kapcsolva, vagy ha a csatlakoztatott telefon szoftververziója eltérő.

Rutinok használata

A csatlakoztatott telefonnal szinkronizáló manuális rutinok be- vagy kikapcsolása. Például megváltoztathatja a hangbeállításokat.

A Beállítások képernyőn érintse meg az **Üzemmódok és rutinok** → **Rutinok** lehetőséget.

1 Válassza ki a kívánt rutint, és érintse meg az **Indítás** elemet.

Ha nincsenek rutinok, érintse meg a **Hozzáadás a telefonon** opciót, és adjon hozzá egy kézi rutint a csatlakoztatott telefonon.

2 A futási rutinok leállításához érintse meg a **Leállítás** elemet.

A rutin beállításainak módosításához érintse meg a **Beáll. telefonon** elemet, és konfigurálja a beállításokat a csatlakoztatott telefonon.

Hangok és rezgés

Módosíthatja a hang és rezgés beállításait.

A Beállítások képernyőn érintse meg a **Hangok és rezgés** lehetőséget.

- **Hang** / **Rezgés** / **Némítás**: beállíthatja az Órát a hangos mód, a rezgő vagy a csendes mód használatára.
- **Hang és rezgés**: beállíthatja az Órát, hogy hanggal rezegjen.
- **Rezgés**: beállíthatja a rezgés időtartamát és erősségét.
- **Hívási rezgés**: megváltoztathatja a hívási rezgés beállításait.
- **Értesítő rezgés**: megváltoztathatja az értesítési rezgés beállításait.
- **Rendszer rezgése**: kiválasztja a rezgési visszajelzés fogadásához való műveleteket.
- **Hangerő**: beállíthatja a hangerőt.
- **Csengőhang**: a hívásjelző csengőhang módosítása.
- **Értesítési hang**: az értesítési hang módosítása.
- **Rendszerhangok**: bizonyos műveletekhez hangot engedélyez.

Értesítések

Módosítsa az értesítési beállításokat.

A Beállítások képernyőn érintse meg az **Értesítések** lehetőséget.

- **Alkalmazások értesítései**: válassza ki azt a telefont vagy Óra alkalmazást, amelyről értesítéseket szeretne kapni az Órájára.
- **A telefon értesítései az órán**: beállíthatja, hogyan fogadjon telefonos értesítéseket az óra viselése közben.
- **Ne zavarjanak**: beállításával az Óra a beállított kivételeket leszámítva némít minden hangot.
- **Speciális beállítások**: konfigurálhatja a speciális értesítési beállításokat.
- **Segítség az értesítésekhez**: ellenőrizze az értesítésekkel kapcsolatos további információkat.

Kijelző

Megváltoztathatja a képernyő beállításait.

A Beállítások képernyőn érintse meg a **Kijelző** lehetőséget.

- **Fényerő**: beállítja a képernyő fényerejét.
- **Adaptív fényerő**: beállíthatja, hogy az Óra figyelje a fényerősség beállításait és hasonló fényviszonyok esetén automatikusan alkalmazza azokat.
- **Always On Display**: beállíthatja az Óra képernyőt és bizonyos alkalmazások képernyőit, hogy maradjanak végig bekapcsolva, amíg az Órát viseli. Az akkumulátor azonban gyorsabban fog merülni, mint a normál használat közben, ha ezt a funkciót használja.
- **Képernyő ébresztése**: kiválaszthatja, hogyan kapcsolódjon be a képernyő. További információkért nézze meg a A képernyő bekapcsolása részt.
- **Kijelző időkorlát**: az Óra képernyő kikapcsolása előtti várakozási idő beállítása.
- **Ut. alk. mutat.**: beállíthatja az időt, meddig tartsa bekapcsolva az utoljára használt alkalmazást, miután a képernyő kikapcsolt. Ha a bekapcsolás után a beállított időn belül ismét bekapcsolja a képernyőt, akkor az Óra képernyő helyett az utoljára használt alkalmazás képernyő jelenik meg.
- **Betűtípus**: a kijelző betűstílusának beállítása.
- **Magas érzékenység**: növelje a képernyő érintésérzékenységét, hogy kesztyűben is használható legyen.
- **Töltési infó megjelenítése**: beállításával az Óra megjeleníti a töltési információt, amikor a képernyő ki van kapcsolva töltés közben.

Akkumulátor

Ellenőrizze az akkumulátor töltöttségi szintjét és az Óra fennmaradó használati idejét. Amikor az akkumulátor lemerülőben van, az akkumulátorfogyasztás csökkentése érdekében kapcsolja be a takarékos módot.

A Beállítások képernyőn érintse meg az **Akkumulátor** lehetőséget.

- **Energiatakarékosság**: bekapcsolhatja az energiatakarékos módot annak érdekében, hogy megnövelje az akkumulátor élettartamát.
- **Egészségügyi funkciók korlátozása**: kapcsoljon ki néhány Samsung Health funkciót, hogy meghosszabbítsa az akkumulátor használati idejét, ha az energiatakarékosság be van kapcsolva.
- **Akkumulátorhasználat**: ellenőrizze, mely alkalmazásokat használta azóta, hogy utoljára teljesen feltöltötte az Órát, és mennyire merítették az akkumulátort.

- **Alvó alkalmazások**: válassza ki azokat az alkalmazásokat, amelyeket a háttérben szeretné pihentetni. Az alvó alkalmazások csak alkalmanként futnak a háttérben, hogy meghosszabbítsák az akkumulátor használati idejét.
- **Csak óra**: csak az óra jelenik meg a képernyőn és minden más funkció kikapcsolásra kerül az akkumulátor-fogyasztás csökkentése érdekében. Nyomja meg a Kezdőlap gombot az óra megtekintéséhez. A Csak Óra mód kikapcsolásához nyomja meg és tartsa lenyomva a Kezdőlap gombot. Alternatív lehetőségként helyezze az Órát a vezeték nélküli töltőre, hogy feltöltse egy bizonyos szintig. Az Óra kikapcsol, majd újból bekapcsol.
- **Akkumulátorvédelem**: állítsa be, hogy az óra leállítsa a töltést, amikor az akkumulátor elér egy bizonyos szintet, és folytassa a töltést, amikor az egy bizonyos szint alá csökken.
- **Töltési infó megjelenítése**: beállításával az Óra megjeleníti a töltési információt, amikor a képernyő ki van kapcsolva töltés közben.
- **Auto. bekapcsolás**: állítsa be, hogy az Óra automatikusan bekapcsoljon, amikor kikapcsolt állapotban elkezdi a töltést, és az akkumulátor több mint 10%-ra van feltöltve.

A fennmaradó használati idő azt mutatja, hogy mennyi idő elteltével merül le teljesen az akkumulátor. A fennmaradó használati idő függ az Óra beállításaitól és a használati feltételektől.

Gombok és mozdulatok

Bekapcsolhatja a gombok és mozdulatok funkciót, és konfigurálhatja a beállításokat.

A Beállítások képernyőn érintse meg a **Gombok és mozdulatok** lehetőséget.

- **Gyorsgomb**: válasszon ki egy alkalmazást vagy funkciót, amelyet a Gyorsgomb segítségével szeretne elindítani. További információkért nézze meg a A gyorsgomb beállítása és használata (Galaxy Watch8 Classic) részt. (Galaxy Watch8 Classic)
- **Kezdőlap gomb**: kiválaszthatja, milyen alkalmazást vagy funkciót indítson el a Kezdőlap gomb kétszeri megnyomására vagy hosszan lenyomva tartására.
- **Vissza gomb**: válasszon egy alkalmazást vagy funkciót, amely a Vissza gomb megnyomásával elindul.
- **Dupla csippentés**: állítsa be, hogy a futó alkalmazásokhoz kapcsolódó funkciók, például a hívások fogadása vagy a figyelmeztetések elutasítása akkor induljon el, amikor az Órát viselő kéz hüvelyk- és mutatóujját duplán megérinti. Az óraképernyő alján található Now bart is megnyithatja.
- **Rázás**: a funkciók, például a hívások visszautasítása vagy a figyelmeztetések elutasítása a csukló kétszeri elforgatásával indítható el, amelyen az órát viseli.
- **Kopp-kopp**: állítsa be a kiválasztott funkció elindítását a csukló kétszeri fel-le hajlításával, amelyen az órát viseli.

Health

Konfigurálja az edzéssel és fitnesszel kapcsolatos különféle beállításokat.

A Beállítások képernyőn érintse meg az **Health** lehetőséget.

- **Általános**: beállítja, hogy értesítést kapjon, hogy ösztönözze Önt a napi aktivitási célok elérésére, és értesítést kapjon, ha sikerrel jár.
- **Mérés**: beállíthatja, hogyan történjen a pulzus és a stressz mérése, és be- vagy kikapcsolhatja az alvás közben mérhető kiegészítő funkciókat.
- **Ciklus követése**: kapcsolja be vagy ki azt a funkciót, amely alvás közben méri a bőrhőmérsékletét, hogy megjósolja a menstruációs ciklusát.
- **Edzések automatikus észlelése**: kapcsolja be az automatikus edzésfelismerő funkciót és konfigurálja a beállításokat, például az érzékelendő gyakorlattípusok kiválasztása.
- **Tétlenségi idő**: kapcsolja be a funkciót, hogy 50 percnyi inaktivitás után riasztásokat kapjon, és állítsa be, hogy mikor és milyen napokon szeretne értesítést kapni.
- **Legyen látható más eszközöknek**: adjon engedélyt más eszközöknek, hogy megtalálják az Óráját.
- **Adatok megosztása eszközökkel és szolgáltatásokkal**: beállíthatja az információ megosztását más csatlakoztatott egészségplatform alkalmazásokkal, edzőgépekkel és TV készülékekkel.
- **Adatvédelem**: válassza ki azokat az alkalmazásokat vagy szolgáltatókat, amelyekkel információkat szeretne megosztani a szükséges információk megjelenítéséhez edzés közben.

Bizt. és adatvédelem

Ellenőrizze az Óra biztonsági és adatvédelmi állapotát, és módosítsa a beállításait.

A Beállítások képernyőn érintse meg a **Bizt. és adatvédelem** lehetőséget.

- **Zártípus**: a képernyő zárolási módjának megváltoztatása. További információkért nézze meg a Zárképernyő részt.
- **Csukló érzékelése**: állítsa be annak észlelésére, hogy viseli-e az Órát.
- **Jelszavak, jelkódok és automatikus kitöltés**: változtassa meg a kívánt szolgáltatást, vagy kezelje az összes szolgáltatást a jelszavak, jelkulcsok és automatikus kitöltés tekintetében.
- **Adatvédelem**: adatvédelmi beállítások megváltoztatása, hogy személyre szabott szolgáltatást kapjon az érdeklődési körei és az Óra használati módja alapján.

Hely

A helyinformáció használati beállításainak módosítása.

A Beállítások képernyőn érintse meg a **Hely** lehetőséget.

- **Alkalmazásengedélyek**: megismerheti az alkalmazások listáját, amelyeknek van jogosultsága hozzáférni az Óra helyéhez, és szerkesztheti a jogosultsági beállításokat.
- **Helymeghatározás**: az Óra által használt helyszolgáltatások ellenőrzése.

Biztonság és vészhelyzetek

Kezelheti az orvosi adatait és a vészhelyzeti kapcsolatait. Beállíthatja azt is, hogy vészhelyzetben segélykérést kérjen. További információkért nézze meg a Segélykérés küldése részt.

A Beállítások képernyőn érintse meg a **Biztonság és vészhelyzetek** lehetőséget.

- **Orvosi adatok**: beállítja vagy ellenőrizi az orvosi adatait.
- **Segélykérési névjegyek**: hozzáadhatja vészhelyzeti kapcsolatait.
- **Sürgősségi SOS**: beállíthatja a segélykérést az Óra Kezdőlap gombjának ötszöri megnyomásaként vészhelyzetben.
- **Súlyos esés észlelése**: állítsa be a segélykérést, ha az óra súlyos esést észlel.
- **Vészhelyzeti megosztás**: olyan üzenetet küldhet a vészhelyzeti kapcsolattartóknak, amely tartalmazza az Ön helyadatait és az alacsony akkumulátorszint-figyelmeztetést.
- **Vezeték nélküli vészjelzések**: a vészhelyzeti funkciók, úgy mint például a vezeték nélküli vészhelyzeti riasztások, beállításait módosíthatja.

Fiókok és biztonsági mentés

Az Óra különféle szolgáltatásait akkor használhatja, miután regisztrálta a Samsung vagy Google fiókját a csatlakoztatott telefonján, és hozzáadta azokat az Órájára. Időnként automatikusan biztonsági másolatot készíthet az Óra adatairól és fájljairól a Smart Switch segítségével a csatlakoztatott telefonra.

A Beállítások képernyőn érintse meg a **Fiókok és biztonsági mentés** lehetőséget.

- **Fiókok**: regisztrálhatja a csatlakoztatott telefonon a Samsung- vagy Google-fiókját, és hozzáadhatja azt az Órára. További információkért nézze meg a A fiókok hozzáadása az Órához részt.
- **Biztonsági mentés**: ellenőrizze az Órája adatait, amelyekről automatikusan biztonsági másolat készül a csatlakoztatott telefonon lévő Smart Switch funkcióval.

Google

Módosíthatja a Google beállításait.

A Beállítások képernyőn érintse meg a **Google** lehetőséget.

- **Digitális asszisztens**: használja az Óra funkcióit, vagy keressen információt hangjával.
- **Fiókok**: ellenőrizheti a csatlakoztatott telefonon regisztrált Google fiókot és hozzáadhatja az Órához.
- **Jelszókezelő**: szinkronizálja a Google-fiókban más készülékeken tárolt jelszavakat az órájával. Az alkalmazásokba és weboldalakra automatikusan bejelentkezhet közvetlenül az óráról.

Speciális funkciók

Kapcsolja be a speciális funkciókat.

A Beállítások képernyőn érintse meg a **Speciális funkciók** lehetőséget.

- **Leválasztási jelzések**: beállíthatja, hogy értesítéseket kapjon, ha az Óra viselése közben megszakad a Bluetooth-kapcsolata a telefonnal.
- **Víz alatti mód**: a Vízzár üzemmód bekapcsolása vízben való használat előtt. Ha a vízzár mód be van kapcsolva, az érintésérzékelő nem biztos, hogy elérhető.
- **Állapotjelzők**: módosítsa az Óra képernyőjének tetején lévő állapotjelző ikonok megjelenítési beállításait.
- **Now bar stílusa**: a Now bar megjelenítésének beállítása az óraképernyő alján.
- **Médiavezérlők auto. indítása**: beállíthatja, hogy automatikusan megnyissa a **Médiavezérlő** alkalmazást az Órán, amikor a csatlakoztatott telefonon zenét vagy videót játszik le.
- **Mutatás a Now baron, amikor médiát játszik le a telefonon**: folyamatban lévő ikon megjelenítése az Óra képernyőjének alján, ha a csatlakoztatott telefonon zene vagy videó lejátszása van folyamatban.
- **Bixby**: a Bixby egy felhasználói felület, amely az Óra kényelmesebb használatát segíti. További információkért nézze meg a Bixby részt.

Eszközkarbantartó

A készülék karbantartási funkciója áttekintést ad az Órája akkumulátoráról, a tárhelyről és a memóriáról.

A Beállítások képernyőn érintse meg a **Eszközkarbantartó** elemet.

- **Akkumulátor**: ellenőrzi az akkumulátor töltöttségi szintjét és az Óra fennmaradó használati idejét. Amikor az akkumulátor lemerülőben van, az akkumulátorfogyasztás csökkentése érdekében kapcsolja be a takarékos módot. További információkért nézze meg a Akkumulátor részt.
- **Tárhely**: ellenőrizze a használt és a rendelkezésre álló tárhely állapotát, és a **Kezelés a telefonon** opciót megérintve felszabadíthatja a tárhelyet a felesleges fájlok törlésével, miután ellenőrizte azokat.

A belső tárhely elérhető valós kapacitása kisebb a megadottnál, mivel az operációs rendszer és az alapértelmezett alkalmazások a tárhely egy részét lefoglalják. Az Óra frissítésekor változhat az elérhető kapacitás.

- **Memória**: ellenőrizze a memóriahasználatot, vagy érintse meg a **Tisztítás** opciót, hogy memóriát szabadítson fel a háttéralkalmazások leállításával.

Alkalmazások

Az Óra alkalmazás beállításainak konfigurálása.

A Beállítások képernyőn érintse meg az **Alkalmazások** lehetőséget.

- **Alapért. alkalmazások kiválasztása**: alapértelmezett alkalmazások hasonló funkciókhoz.
- **Egészségplatform**: beállíthatja a profilját az egészségügyi adatok kezelésére, és beállíthatja az információk megosztását más csatlakoztatott egészségügyi alkalmazásokkal.
- **Alkalmazáslista**: kezelje az Óra alkalmazásait. Ezenkívül ellenőrizheti az alkalmazások használati adatait, és eltávolíthatja vagy letilthatja a szükségtelen alkalmazásokat.
- **Engedélykezelő**: ellenőrizheti az összes alkalmazás engedélylistáját, beleértve a rendszeralkalmazásokat is, és módosíthatja az engedélyek beállításait.
- **Samsung-alkalmazások frissítései**: frissítéseket kereshet bizonyos előre telepített Samsung alkalmazásokhoz.

Általános

Szabja testre Órája általános beállításait. Óráját új telefonhoz is csatlakoztathatja, vagy visszaállíthatja az Órát.

A Beállítások képernyőn érintse meg az **Általános** lehetőséget.

- **Keret megérintése**: megváltoztathatja az érintő órakeret beállításait. (Galaxy Watch8)
- **Szövegfelolvasó**: módosíthatja a szövegfelolvasó funkciók beállításait, például a nyelvet, a sebességet és egyéb elemeket, amikor a TalkBack be van kapcsolva.
- **Dátum és idő**: a dátum és idő beállítása manuálisan.

  Válassza le az Órát a telefonról a funkció használatához, mivel az szinkronizálásra került a csatlakoztatott telefonnal.
- **Samsung Billentyűzet**: megváltoztathatja a Samsung billentyűzet beállításait.
- **Billentyűzetlista és alapért.**: kiválaszthatja az alapértelmezettként használni kívánt billentyűzetet, és megváltoztathatja a billentyűzet beállításait.
- **Gyors válaszok**: az órát úgy konfigurálhatja, hogy a csatlakoztatott telefonnal szinkronizált emoji válaszok, javasolt válaszok és egyéni válaszok funkcióit használja.
- **Csukló**: állítsa be az Óra készüléket úgy, hogy a Óra viselése után megfeleljen a csuklónak, amelyen viseli, legyen az a bal vagy a jobb csukló, valamint a gombok tájolásának.
- **Óra átvitele az új telefonra**: az Óra adatainak visszaállítása nélkül csatlakoztathatja az Óráját egy új telefonhoz, amely ugyanazt a Google-fiókot használja, mint az előző telefonja. További információkért nézze meg a Az Óra csatlakoztatása új telefonhoz részt.
- **Visszaállítás**: minden adat törlése az Óráról. Ha azonban az Óráját visszaállítás előtt csatlakoztatja a telefonjához, az Órája adatairól és fájljairól biztonsági másolat készül.

Kisegítő lehetőségek

Konfiguráljon különféle beállításokat, hogy javítsa az Órához való hozzáférést.

A Beállítások képernyőn érintse meg a **Kisegítő lehetőségek** opciót.

- **Ön által használt funkciók**: ellenőrizheti a kisegítő funkciókat, amiket használ.

  Ez a funkció csak a kisegítő lehetőségek használata esetén látható.
- **TalkBack**: a TalkBack funkció bekapcsolása, amely hangos visszajelzéseket nyújt. A funkció használatának megtanulásához szükséges súgóinformációk ellenőrzéséhez érintse meg a **Beállítások** → **Útmutató** vagy **Súgó** elemet.
- **Látássegítő funkciók**: testreszabhatja a beállításokat a látásukban korlátozott felhasználók élményének javítása érdekében.

- **Segítség hallássérülteknek**: testreszabhatja a beállításokat a halláskárosodásban szenvedő felhasználók hozzáférésének javítása érdekében.
- **Műveletek és kézügyesség**: testreszabhatja a beállításokat a hozzáférés javítása érdekében azok számára, akik csökkentett ügyességgel rendelkeznek.
- **Speciális beállítások**: kezelheti az egyéb speciális funkciókat.
- **Telepített alkalm.**: ellenőrizheti az órára telepített kisegítő szolgáltatásokat.

Szoftverfrissítés

Frissítheti az Óra szoftverét a firmware vezeték nélkül (FOTA) szolgáltatáson keresztül. Meg is változtathatja az frissítési beállításokat.

A Beállítások képernyőn érintse meg a **Szoftverfrissítés** lehetőséget.

- **Letöltés és telepítés**: frissítések keresése és telepítése manuálisan.
- **Automatikus frissítés**: állítsa be, hogy az Óra automatikusan telepítsen frissítéseket.

Óra névjegye

Az Óra további adatainak megtekintésére szolgál.

A Beállítások képernyőn érintse meg az **Óra névjegye** lehetőséget.

- **Állapotinformációk**: ellenőrizze az adatokat, mint például a Wi-Fi MAC címét, a Bluetooth címet és a sorozatszámot.
- **Jogi információk**: hozzáférhet az Órával kapcsolatos jogi információkhoz. Továbbá elküldheti az Óra diagnosztikai információit a Samsungnak.
- **Szoftver adatai**: hozzáférhet a szoftververzióhoz és a biztonsági állapothoz.
- **Akkumulátoradatok**: ellenőrizze az akkumulátor információit, például az akkumulátor kapacitását.

Galaxy Wearable alkalmazás

Bevezető

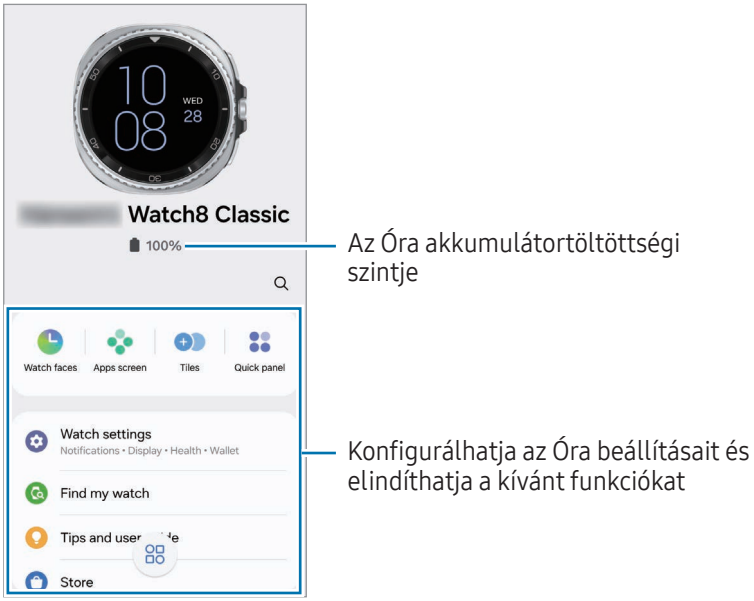
Ellenőrizheti az Óra akkumulátortöltöttségi szintjét és konfigurálhatja a beállításokat a Galaxy Wearable alkalmazásban.

Nyissa meg telefonján a **Galaxy Wearable** alkalmazást.

Ha a beállításokra kulcsszavakkal szeretne rákeresni, érintse meg a Keresés ikont (). Beállításokat a **Javaslatok** alatti címke kiválasztásával is kereshet.

A Galaxy Wearable alkalmazás beállításához érintse meg az Összes készülék ikont () → a További opciók ikont (), majd érintse meg a **Beállít.ok** elemet.

- A Galaxy Wearable alkalmazás használatához az Órát egy telefonhoz kell csatlakoztatnia. További információkért nézze meg a Az Óra csatlakoztatása telefonhoz részt.
- Előfordulhat, hogy egyes funkciók a csatlakoztatott telefon típusától, a szolgáltatótól vagy a modelltől függően nem állnak rendelkezésre.



Készülékkapcsolatok kezelése

Különböző készülékkapcsolatokat kezelhet, például ellenőrizheti a telefonhoz csatlakoztatott viselhető készülékeit, vagy új készüléket csatlakoztathat a Galaxy Wearable alkalmazással.

A csatlakoztatott készülék kezelése

A telefon Galaxy Wearable képernyőjén érintse meg az Összes készülék ikont ( ).

A listán megjelennek a jelenleg és a korábban csatlakoztatott készülékek.

- Az aktuálisan csatlakoztatott készüléknek a telefonról való leválasztásához érintse meg a listában a csatlakoztatott készülék melletti Leválasztás ikont ( ).
- Egy korábban csatlakoztatott készülékhez való újbóli kapcsolódáshoz válassza ki a készüléket a listából, majd érintse meg a **Kapcsolódás** gombot.

Új készülék hozzáadása és készülékek eltávolítása

1 A telefon Galaxy Wearable képernyőjén érintse meg az Összes készülék ikont ( ).

2 Érintse meg az Új készülék hozzáadása ikont ( ), és kövesse a képernyőn megjelenő utasításokat az új viselhető készülék csatlakoztatásához.
Az új viselhető készülék csatlakozik és hozzáadásra kerül a listához.

A viselhető készülékek eltávolításához a listáról érintse meg a További opciók ikont ( ) → **Eszköz eltávolítása** opciót, válasszon egy készüléket, és érintse meg az **Eltávolítás** elemet.

Óraszámlapok

Módosíthatja a képernyőn mutatott óra típusát.

A telefon Galaxy Wearable képernyőjén érintse meg az **Óraszámlapok** elemet.

Válassza ki a kívánt óraszámlapot, és érintse meg a **Testreszabás** elemet vagy a Testreszabás ikont (), hogy megváltoztassa a képernyő színeit vagy komponenseit, például az óramutatókat és számlapokat, és kiválaszthatja az Óra képernyőn megjelenítendő elemeket is.

Saját stílusú óraszámlapok készítése

Változtassa az óraszámlapját egy képmintára, amely egy Ön által készített képből kinyert színkombinációt használ. Bármilyen divathoz hozzáilleszthetti az Óra óraszámlapját.

Ez a funkció csak Samsung vagy Android telefonon érhető el.

1 A telefon Galaxy Wearable képernyőjén érintse meg az **Óraszámlapok** elemet.

2 Válassza a **Saját stílus** opciót a **Mozgó grafika** alatt.

3 Érintse meg a Testreszabás ikont ().

4 Érintse meg a **Háttér** → **Kamera** opciót.
Egy a telefonjára elmentett kép kiválasztásához érintse meg a **Galéria** elemet.

5 Érintse meg a Kép készítése ikont () a kép készítéséhez, majd érintse meg az **OK** gombot.

6 Húzza a képnek azt a részét a körbe, amelyet használni szeretne, vagy állítsa be a kép méretét a használni kívánt szín kiválasztásához.

7 Válasszon egy mintatípust, majd érintse meg a **Kész** elemet.

8 Érintse meg a **Mentés** lehetőséget.
Az óraszámlapja a Saját stílusban lévőre változik.

Galaxy Avatar óraszámlapok készítése

Változtassa az óraszámlapját a saját avatárjává.

Ez a funkció csak olyan Samsung telefonokon érhető el, amelyek támogatják a Galaxy Avatar funkciókat.

1 A telefon Galaxy Wearable képernyőjén érintse meg az **Óraszámlapok** elemet.

2 Válassza a **Galaxy Avatar** opciót az **Animált** alatt.

3 Érintse meg a Testreszabás ikont ( ).

4 Érintse meg a **Karakter** opciót.

5 Érintse meg a Hozzáadás ikont ( ), és kövesse a képernyőn megjelenő utasításokat az avatárja létrehozásához.

6 Válassza a létrehozott avatárt az **Egyéb avatárok** menüpont alatt az Órára történő átviteléhez.

7 Érintse meg a **Mentés** lehetőséget.
Az óraszámlapja a Galaxy Avatarban lévőre változik.

Alkalmazások képernyő

Az alkalmazások átrendezése az Alkalmazások képernyőn és az alkalmazások elrendezési stílusának módosítása. Az Alkalmazások képernyőt úgy is beállíthatja, hogy az óra használatának módja alapján jelenítse meg a kiemelt alkalmazásokat.

A telefon Galaxy Wearable képernyőjén érintse meg az **Alkalmazások képernyő** elemet.

Az alkalmazások átrendezéséhez érintse meg és tartsa lenyomva az áthelyezendő alkalmazást, majd húzza a kívánt helyre.

Kártyák

Testreszabhatja és kezelheti a kártyákat és widgeteket az órán.

A Galaxy Wearable képernyőn a telefonon érintse meg a **Kártyák** elemet.

Kártyák hozzáadása vagy eltávolítása

Érintse meg a Kártyák hozzáadása ikont (+), válassza ki a hozzáadni kívánt widgeteket a **Samsung alkalmazások** alatt, majd érintse meg a **Mentés** elemet.

A widget törléséhez érintse meg a Törlés ikont (⊖) az eltávolítani kívánt widgeteken, majd érintse meg a **Mentés** gombot. Ha a kártya nem rendelkezik widgettel, akkor automatikusan törlődik.

A sorrend átrendezése

Érintsen meg hosszan az elmozdítandó kártyát, húzza a kívánt helyére, majd érintse meg a **Mentés** elemet.

Ha módosítani szeretné a widget elrendezését a kártyán, érintse meg és tartsa lenyomva az áthelyezni kívánt widgetet, húzza a kívánt pozícióba, majd érintse meg a **Mentés** gombot.

Gyorspanel

Válassza ki az Óra gyorspaneljén megjelenítendő gyorsbeállítási ikonokat. Át is rendezheti a gyorsbeállítási ikonokat.

A Galaxy Wearable képernyőn a telefonon érintse meg a **Gyorspanel** elemet.

Gyorsbeállítási ikonok hozzáadása vagy eltávolítása

A gyorsbeállítások ikon hozzáadásához érintse meg a Hozzáadás ikont (⊕) az **Elérhető gombok** alatt, majd érintse meg a **Mentés** lehetőséget. Az ikon törléséhez érintse meg a Törlés ikont (⊖), és érintse meg a **Mentés** elemet.

A gyorsbeállítási ikonok átrendezése

Érintsen meg hosszan egy ikont, húzza a kívánt helyére, majd érintse meg a **Mentés** elemet.

Óra beállításai

Bevezető

Tekintse meg az Óra állapotát, és kofigurálja az Óra beállításait.

A telefon Galaxy Wearable képernyőjén érintse meg az **Óra beállításai** elemet.

Samsung account

Regisztrálhatja a Samsung fiókot a csatlakoztatott telefonon, vagy ellenőrizheti a korábban regisztrált Samsung fiókot.

A telefon Galaxy Wearable képernyőjén érintse meg az **Óra beállításai** → **Samsung account** elemet. További információkért nézze meg a Samsung-fiók regisztrálása az Óráján részt.

Üzemmódok és rutinok

Állítsa be az Óra és a telefon módbeállításainak szinkronizálását.

A telefon Galaxy Wearable képernyőjén érintse meg az **Óra beállításai** → **Üzemmódok és rutinok** elemet.

- **Módok szinkronizálása a telefonnal**: állítsa be az Óra és a telefon módbeállításainak szinkronizálását. A funkció bekapcsolásakor minden, a csatlakoztatott telefonon hozzáadott új mód vagy módbeállítás szinkronizálódik az Óra készülékkel, csakúgy, mint a módok futtatási állapota.

Csak bizonyos módszinkronizálási funkciók támogatottak a csatlakoztatott telefon szoftververziójától függően.

Hangok és rezgés

Módosíthatja a hang és rezgés beállításait.

A telefon Galaxy Wearable képernyőjén érintse meg az **Óra beállításai** → **Hangok és rezgés** elemet. Lásd az Hangok és rezgés alkalmazásokban és funkciókat a további információért.

Értesítések

Módosítsa az értesítési beállításokat.

A telefon Galaxy Wearable képernyőjén érintse meg az **Óra beállításai** → **Értesítések** elemet. Lásd az Értesítések Alkalmazások és funkciók részben a további információkért a lenti funkciókon kívül.

- **Ne zavarjanak szink. telefonnal**: a Ne zavarjanak üzemmód Óra beállításait szinkronizálja a telefonnal.

Kijelző

Megváltoztathatja a képernyő beállításait.

A telefon Galaxy Wearable képernyőjén érintse meg az **Óra beállításai** → **Kijelző** elemet. Lásd az Kijelző alkalmazásokban és funkciókat a további információért.

Akkumulátor

Ellenőrizze az akkumulátor töltöttségi szintjét és az Óra fennmaradó használati idejét. Amikor az akkumulátor lemerülőben van, az akkumulátorfogyasztás csökkentése érdekében kapcsolja be a takarékos módot.

A telefon Galaxy Wearable képernyőjén érintse meg az **Óra beállításai** → **Akkumulátor** elemet. Lásd az Akkumulátor alkalmazásokban és funkciókat a további információért.

Gombok és mozdulatok

Bekapcsolhatja a gombok és mozdulatok funkciót, és konfigurálhatja a beállításokat.

A telefon Galaxy Wearable képernyőjén érintse meg az **Óra beállításai** → **Gombok és mozdulatok** elemet. Lásd az Gombok és mozdulatok alkalmazásokban és funkciókat a további információért.

Health

Konfigurálja az edzéssel és fitnesszel kapcsolatos különféle beállításokat.

A telefon Galaxy Wearable képernyőjén érintse meg az **Óra beállításai** → **Health** elemet. Lásd az Health alkalmazásokban és funkciókat a további információért.

Wallet

Különböző kényelmes funkciókat használhat a Samsung Wallet-ban.

A telefon Galaxy Wearable képernyőjén érintse meg az **Óra beállításai** → **Wallet** elemet.

Ez a funkció nem érhető el minden régióban vagy csatlakoztatott telefonnál.

Biztonság és vészhelyzetek

Kezelheti az orvosi adatait és a vészhelyzeti kapcsolatait. Beállíthatja azt is, hogy vészhelyzetben segélykérést kérjen. Lásd az Biztonság és vészhelyzetek az alkalmazásokban és funkciókat vagy Segélykérés küldése a további információért.

A telefon Galaxy Wearable képernyőjén érintse meg az **Óra beállításai** → **Biztonság és vészhelyzetek** elemet.

Fiókok és biztonsági mentés

Az Óra különféle szolgáltatásait akkor használhatja, miután regisztrálta a Samsung vagy Google fiókját a csatlakoztatott telefonján, és hozzáadta azokat az Órájára. Időnként automatikusan biztonsági másolatot készíthet az Óra adatairól és fájljairól a Smart Switch segítségével a csatlakoztatott telefonra, és elmentheti a biztonsági másolatot a Samsung Cloudba.

A telefon Galaxy Wearable képernyőjén érintse meg az **Óra beállításai** → **Fiókok és biztonsági mentés** elemet.

- Mentse el az Óra adatait és fájljait, amelyekről rendszeres időközönként automatikusan biztonsági másolatot készít a Samsung Cloudba, hogy visszaállíthassa őket, ha az adatok és fájlok a gyári adatok nem szándékos visszaállítása miatt megsérülnek vagy elvesznek.
- Az Óra adatai automatikusan biztonsági mentésre kerülnek hajnali 1 és 5 óra között, ha az óra csatlakoztatva van a telefonhoz, a telefon akkumulátora 30%-nál nagyobb töltöttséggel rendelkezik, és a képernyő ki van kapcsolva.

- **Fiókok**: regisztrálhatja a csatlakoztatott telefonon a Samsung- vagy Google-fiókját, és hozzáadhatja azt az Órára. További információkért nézze meg a A fiókok hozzáadása az Órához részt.
- **Biztonsági mentés**: az adatokról automatikusan biztonsági másolatot készít a csatlakoztatott telefonra, és a **Másolat mentése a Samsung Cloudba** kapcsolót megérintve bekapcsolja, hogy a biztonsági másolatot a Samsung Cloudban tárolja.

Speciális funkciók

Kapcsolja be a speciális funkciókat.

A telefon Galaxy Wearable képernyőjén érintse meg az **Óra beállításai** → **Speciális funkciók** elemet. Lásd az Speciális funkciók Alkalmazások és funkciók részben a további információkért a lenti funkciókon kívül.

- **Távoli kapcsolódás**: beállíthatja úgy az Órát, hogy távolról csatlakozzon az okostelefonhoz a mobilhálózattal vagy a Wi-Fi hálózattal, ha az eszközök között nincs Bluetooth-kapcsolat.

Eszközkarbantartó

A készülék karbantartási funkciója áttekintést ad az Órája akkumulátoráról, a tárhelyről és a memóriáról. Tesztelheti is az Óráját.

A telefon Galaxy Wearable képernyőjén érintse meg az **Óra beállításai** → **Eszközkarbantartó** elemet. Lásd az Eszközkarbantartó Alkalmazások és funkciók részben a további információkért a lenti funkciókon kívül.

- **Diagnosztika**: vizsgálja át az Óráját a Samsung Members használatával.

Alkalmazások

Az Óra alkalmazás beállításainak konfigurálása.

A telefon Galaxy Wearable képernyőjén érintse meg az **Óra beállításai** → **Alkalmazások** elemet. Lásd az Alkalmazások Alkalmazások és funkciók részben a további információkért a lenti funkciókon kívül.

- **Alkalmazásbeállítások**: megváltoztathatja bizonyos Óraalkalmazások részletes beállításait.

Tartalom kezelése

Szinkronizálja a telefonjáról elmentett hangfájlokat vagy képeket az Órára, vagy vigye át őket az Órára.

A telefon Galaxy Wearable képernyőjén érintse meg az **Óra beállításai** → **Tartalom kezelése** elemet.

- **Zenék**
  - **Órán lévő számok**: ellenőrizze és kezelje az Órán lévő hangfájlokat kategóriák szerint. További információkért nézze meg a Az Órájára mentett hangfájlok kezelése részt.
  - **Autom. szinkr.**: a telefon beállítása a Szinkronizálható lejátszási listákként kiválasztott **Szinkronizálandó listák** hozzáadott hangfájlok automatikus szinkronizálására hatóránként az Órával.
  - **Szinkronizálandó listák**: az Órával automatikusan szinkronizálandó lejátszási lista kiválasztása.

  Ez a szolgáltatás csak akkor jelenhet meg, amikor a Samsung Music alkalmazás telepítve van a telefonra, és amikor bekapcsolja az **Autom. szinkr.** funkciót.
- **Galéria**
  - **Képek az órán**: ellenőrizze és kezelje az Órán lévő képeket kategóriák szerint. További információkért nézze meg a Az Órájára mentett képek kezelése részt.
  - **Albumok auto. szinkronizálása**: a telefon beállítása a **Szinkronizálandó albumok** kiválasztott képekhez hozzáadott képek automatikus szinkronizálására az Órával.
  - **Szinkronizálandó albumok**: válasszon ki egy, az Órával automatikusan szinkronizálandó albumot.
  - **Auto. szinkronizálás képkorlátja**: az automatikus szinkronizálás során küldhető képek maximális számának beállítása.

    Szinkronizálandó albumok és a **Auto. szinkronizálás képkorlátja** akkor jelennek meg, amikor bekapcsolja az **Albumok auto. szinkronizálása** funkciót.
  - **Vál. ki a szink. kívánt tört.et**: válassza ki a telefonon elmentett történetet, amelyet szinkronizálni szeretne az Órával.
  - **Legutóbbi történet auto. szink.**: a telefon beállítása úgy, hogy a legutóbbi történetet automatikusan szinkronizálja az Órával.

Fájlszinkronizálás az Óra és a telefon között csak akkor történhet meg, ha az Óra akkumulátora több mint 15% feltöltöttségű, és ha az Órán ki van kapcsolva az energiatakarékos mód.

Mobilcsomagok (Mobilhálózat-képes modellek)

Használjon különféle más szolgáltatásokat a mobilhálózaton keresztül, miután aktiválta azt az Órán.

A telefon Galaxy Wearable képernyőjén érintse meg az **Óra beállításai** → **Mobilcsomagok** elemet.

Általános

Szabja testre Órája általános beállításait. Óráját új telefonhoz is csatlakoztathatja, vagy visszaállíthatja az Órát.

A telefon Galaxy Wearable képernyőjén érintse meg az **Óra beállításai** → **Általános** elemet. Lásd az Általános alkalmazásokban és funkciókat a további információért.

Kisegítő lehetőségek

Konfiguráljon különféle beállításokat, hogy javítsa az Órához való hozzáférést.

A telefon Galaxy Wearable képernyőjén érintse meg az **Óra beállításai** → **Kisegítő lehetőségek** elemet. Lásd az Kisegítő lehetőségek alkalmazásokban és funkciókat a további információért.

Óra szoftverének frissítése

Frissítheti az Óra szoftverét a firmware vezeték nélkül (FOTA) szolgáltatáson keresztül. Meg is változtathatja az frissítési beállításokat.

A telefon Galaxy Wearable képernyőjén érintse meg az **Óra beállításai** → **Óra szoftverének frissítése** elemet. További információkért nézze meg a Szoftverfrissítés részt.

Óra névjegye

Az Óra további adatainak megtekintésére szolgál.

A telefon Galaxy Wearable képernyőjén érintse meg az **Óra beállításai** → **Óra névjegye** elemet. Lásd az Óra névjegye alkalmazásokban és funkciókat a további információért.

Óra megkeresése

Ha elhagyja az Óráját, akkor a Galaxy Wearable alkalmazással, a SmartThings alkalmazás SmartThings Find funkciójával vagy a csatlakoztatott telefonra telepített Samsung Find alkalmazással találhatja meg.

- A SmartThings Find funkció és a Samsung Find alkalmazás támogatása a csatlakoztatott telefon szoftververziójától függően változhat.
- A képernyő automatikusan átkapcsolhat az Óra keresésére, ha a SmartThings Find funkció vagy a csatlakoztatott telefonon lévő Samsung Find alkalmazás rendelkezik ilyen funkcióval. Ha a SmartThings Find funkció és a Samsung Find alkalmazás is támogatva van, akkor a Samsung Find alkalmazás nyílik meg.

Keresés a Galaxy Wearable alkalmazás segítségével

1 A telefon Galaxy Wearable képernyőjén érintse meg az **Óra megkeresése** elemet.

2 Érintse meg az **Indítás** lehetőséget.
Az Óra ekkor hangjelzést ad, rezeg, és a képernyő bekapcsol.

A hangjelzés és rezgés leállításához húzza a Riasztás elvetése ikont ( ) a nagy körön kívülre az Órán. Vagy használja az órakeretet. Leállíthatja a **Leállítás** lehetőség megérintésével is a telefonon.

Az Óra távvezérlése

Ha az Órája elveszett vagy ellopták, érintse meg az **Óra megkeresése** elemet a telefon Galaxy Wearable képernyőjén, érintse meg a **Biztonság beállítása** elemet, és vezérelje távolról az óráját.

- **Óra zárolása**: az Óra zárolása távolról az illetéktelen hozzáférés megelőzése érdekében. Ez a funkció akkor használható, ha a telefon csatlakoztatva van az Órához Bluetooth vagy távoli kapcsolat útján. Ha az Óra le van zárva, oldja fel manuálisan egy előre megadott PIN megadásával vagy csatlakoztassa újra a telefonját az Órához Bluetooth révén vagy oldja fel automatikusan.
- **Óra visszaállítása**: törli az Órán tárolt összes adatot. Az Óra alaphelyzetbe állítását követően az adatok nem állíthatók helyre, és az Óra keresése funkció sem használható. Azonban az adatok, amelyekről biztonsági másolatot készítettek és tároltak, miközben az Óra és a telefon összekapcsolódott a visszaállítás előtt, elérhetők a Samsung Cloudban.

Keresés a SmartThings Find funkcióval a SmartThings alkalmazásból vagy a Samsung Find alkalmazásból

A telefon Galaxy Wearable képernyőjén érintse meg az **Óra megkeresése** elemet.

Megjelenik a SmartThings alkalmazáson keresztül elérhető SmartThings Find képernyő, vagy megnyílik a Samsung Find alkalmazás a telefonon, és ezután ellenőrizheti az elveszett Óra helyét. Az Óra által kiadott hangot követve is keresheti.

Ahhoz, hogy a Samsung Find alkalmazás segítségével megtalálja az Óráját, be kell kapcsolnia a Samsung Find offline készülékkereséssel kapcsolatos funkcióit.

Áruház

Töltse le az Órához használandó alkalmazásokat és óraszámlapokat.

A Galaxy Wearable képernyőn a telefonon érintse meg a **Áruház** elemet.

Használati megjegyzések

A készülék használatára vonatkozó óvintézkedések

Kérjük, hogy a biztonságos és helyes használat érdekében olvassa el ezt az útmutatót, amikor a készüléket használja.

- A leírások a készülék alapértelmezett beállításain alapulnak.
- Bizonyos tartalmak a szolgáltató, a régió, a modell műszaki tulajdonságai, illetve a készülék szoftverének függvényében eltérőek lehetnek.
- Egyes alkalmazások vagy funkciók használatakor a készüléknek szüksége lehet egy Wi-Fi-hez vagy mobilhálózathoz való csatlakozásra.
- A jelentős CPU- és memóriahasználatot igénylő tartalmak (magas minőségű tartalmak) befolyásolják a készülék általános teljesítményét. A tartalommal kapcsolatos alkalmazások a készülék specifikációjának és a környezet függvényében nem biztos, hogy megfelelően fognak működni.
- A Samsung nem vállal felelősséget az olyan alkalmazások okozta teljesítményproblémákért, amelyek nem a Samsungtól származnak.
- A Samsung nem vállal felelősséget a regisztrációs adatbázis vagy az operációs rendszer módosításából adódó teljesítményproblémákért. Az operációs rendszer személyre szabásának kísérlete a készülék vagy az alkalmazások hibás működését eredményezheti.
- A készülék által biztosított szoftverek, hangforrások, háttérképek, képek és más médiatartalmak engedélye korlátozott használatra szól. Ezen anyagok kinyerése és kereskedelmi vagy egyéb célú felhasználása sérti a szerzői jogokat. A felhasználó teljes felelősséggel tartozik a tartalmak illegális felhasználásáért.
- Az olyan adatszolgáltatásokért, mint az üzenetküldés, fel- és letöltés, automatikus szinkronizálás vagy a helymeghatározó szolgáltatások, a szolgáltató adatcsomagtól függően díjat számíthat fel. Nagy mennyiségű adat átvitele esetén ajánlott a Wi-Fi funkció használata.
- Az eszközzel érkező alapértelmezett alkalmazások előzetes figyelmeztetés nélkül frissítésre kerülhetnek, vagy a támogatásuk megszűnhet.
- A készülék operációs rendszere különbözik néhány korábbi Galaxy Watch sorozatétól, így nem tudja használni a korábban vásárolt tartalmat a kompatibilitási problémák miatt.

- A modell műszaki adatai és a támogatott szolgáltatások a régiótól függően eltérőek lehetnek.
- A készülék operációs rendszerének módosítása vagy a nem hivatalos forrásból származó szoftver telepítése a készülék meghibásodásával vagy az adatok sérülésével vagy elvesztésével járhat. Ezek a Samsung licencmegállapodásával ellentétesek és a garancia megszűnését eredményezik.
- Az Órához csatlakoztatott telefon gyártójától és típusától függően elképzelhető, hogy az ebben a kézikönyvben megtalálható funkciók némelyike nem a leírásnak megfelelően működik.
- A képernyőt még erős kültéri napfényben is láthatja, mert automatikusan állítja a kontraszttartományt a környezet alapján. A termék természeténél fogva mozdulatlan grafika hosszabb ideig történő megjelenítése utóképeket (a képernyő beégése) vagy szellemképesedést eredményezhet.
  - Javasoljuk, hogy ne használjon hosszabb ideig állóképet a képernyőn és kapcsolja ki a képernyőt, ha nem használja a készüléket.
  - Beállíthatja, hogy a képernyő automatikusan kikapcsoljon, amikor nem használja. Az Óra Alkalmazások képernyőjén érintse meg a Beállítások ikont (⚙) → **Kijelző** → **Kijelző időkorlát** elemet, majd válassza ki milyen hosszú ideig szeretné, hogy a készülék várjon, mielőtt kikapcsolja a képernyőt.
  - Annak beállításához, hogy a képernyő automatikusan beállítsa a fényerejét a környezettől függően, az Óra Alkalmazások képernyőjén érintse meg Beállítások ikont (⚙) → **Kijelző** elemet, majd érintse meg az **Adaptív fényerő** kapcsolót a bekapcsolásához.
- Térségtől, illetve típustól függően az eszközök használatához az Amerikai Szövetségi Kommunikációs Bizottság (Federal Communications Commission – FCC) jóváhagyása szükséges.

  Ha az eszköz rendelkezik FCC-jóváhagyással, ellenőrizheti az FCC-azonosítóját. Az FCC-azonosítóhoz való hozzáféréshez, az Óra Alkalmazások képernyőjén érintse meg a Beállítások ikont (⚙) → **Óra névjegye** → **Állapotinformációk** elemet. Ha a készülékének nincs FCC-azonosítója, az azt jelenti, hogy nem engedélyezték a készülék értékesítését az Egyesült Államokban és annak területein, és csak a tulajdonos személyes használatára szabad az Egyesült Államokba hozni.
- A készülék mágneseket tartalmaz. Tartsa távol a hitelkártyáktól, beültetett orvostechnikai készülékektől és más olyan készülékektől, amelyekre a mágnesek hatással lehetnek. Orvostechnikai készülékek esetében, tartsa készülékét tőlük 15 cm-nél nagyobb távolságban. Ne használja tovább a készülékét, ha az orvostechnikai készülékével kapcsolatosan bármilyen interferencia gyanúja merül fel, és forduljon orvosához vagy az orvostechnikai készülék gyártójához.

Tájékoztató ikonok

Figyelmeztetés: olyan helyzetekre hívja fel a figyelmet, amelyek az Ön vagy mások sérülését okozhatják

Vigyázat: olyan helyzetek, amelyek a készülék vagy más eszközök károsodását okozhatják

Megjegyzés: jegyzetek, használati tanácsok és kiegészítő információk

Jegyzetek a csomag tartalmára és a tartozékokra vonatkozóan

Tekintse meg a rövid kezelési útmutatót a csomag tartalmáért.

- Az Órához mellékelt tételek és a rendelkezésre álló tartozékok régiónként és szolgáltatótól függően eltérőek lehetnek.
- A mellékelt tartozékok kifejezetten a készülékhez lettek tervezve, és más készülékekkel nem kompatibilisek.
- A megjelenés és a műszaki adatok előzetes értesítés nélkül változhatnak.
- További tartozékokat a Samsung helyi forgalmazójától vásárolhat. Vásárlás előtt győződjön meg róla, hogy azok kompatibilisek-e az Órával.
- Az Óra kivételével előfordulhat, hogy néhány melléklet kiegészítő vagy tartozék eltérő víz- és porállósági tanúsítvánnyal rendelkezik.
- A Samsung által jóváhagyott kiegészítőket használjon. A jóvá nem hagyott tartozékok használata során romolhat a teljesítmény, és előfordulhat meghibásodás, ilyen esetekre nem vonatkozik a garancia.
- Az elérhető kiegészítők listája változhat és teljes mértékben a gyártó cégektől függ. Az elérhető kiegészítőkkel kapcsolatos további információkért tekintse meg a Samsung honlapját.

A készülék víz- és porállóságának megtartása

- A készülék víz- és porálló, és megfelel az alábbi nemzetközi szabványoknak.
  - 5ATM vízállósági besorolási tanúsítvány: úgy vizsgálták, hogy a készüléket 50 m mély édesvízbe merítették 10 percig, magára hagyva, mozdulatlanul, hogy teljesítse az ISO 22810:2010 követelményeit.
  - IPX8 vízállósági besorolási tanúsítvány: úgy vizsgálták, hogy a készüléket 1,5 m mély édesvízbe merítették 30 percig, magára hagyva, mozdulatlanul, hogy teljesítse az IEC 60529 követelményeit.
  - IP6X porállósági besorolási tanúsítvány: azt vizsgálták, hogy megfelel-e az IEC 60529 követelményeinek.
- Használhatja a készüléket testmozgás közben, kézmosáskor, vagy egy esős napon.
- Használhatja a készüléket akkor is, amikor medencében vagy a tengerben úszik ott, ahol a vízszint nem mély.
- A Galaxy készülék vízállósága nem állandó, és a normál kopás miatt idővel csökkenhet, a használati környezettől vagy körülményektől függően. Javasoljuk, hogy évente egyszer vizsgáltassa meg Galaxy készüléke vízállóságát egy Samsung márkaszervizközpontban vagy egy hivatalos márkaszervizközpontban.
- A készülék víz- és porállóságának megőrzése érdekében követnie kell ezeket az útmutatásokat.
  - Úszás után, és mielőtt a medence- vagy tengervíz leszáradna róla, öblítse le a készüléket édesvízzel, és alaposan szárítsa meg egy puha, tiszta ruha segítségével, hogy megőrizze vízállóságát. A vízállóságot befolyásolhatják az uszodavízben lévő fertőtlenítőszerek vagy a tengervízben lévő só.
  - Ha a készüléket az édesvízen kívül más folyadék, például kávé, italok, szappanos víz, olaj, parfüm, naptej, kézfertőtlenítő vagy vegyi termékek, például kozmetikumok, nedvesíti be, öblítse le a készüléket édesvízzel, és alaposan szárítsa meg puha, tiszta ruha segítségével, hogy megőrizze vízállóságát.

- Ne merüljön le a víz alá, ne szabadtüdős búvárkodjon vagy könnyűbúvárkodjon, ne ugorjon a vízbe, illetve ne űzzön vízi sportokat, mint például a vízisíelés vagy a szörfözés, és ne ússzon gyorsan mozgó vízben, például folyóban, a készülék viselése közben. Továbbá, ne tegye ki nagynyomású tisztítógépeknek vagy hasonló dolgoknak. Ez a víznyomás drámai emelkedését eredményezné, ami a cégünk által garantált vízállóság megváltozását okozhatja.
- Ha a készüléket megütik vagy megsérül, a víz- vagy porállósága sérülhet.
- Ne szerelje szét a készüléket megfelelő útmutatás nélkül.
- Ha a készüléket olyan géppel szárítja, amely forró levegőt bocsát ki, például hajszárítóval, vagy ha a készüléket forró környezetben, például szaunában használja, a vízállóság károsodhat a levegő vagy a víz hőmérsékletének drámai megváltozása miatt.

Túlmelegedés elleni óvintézkedések

Ha a túlmelegedés miatt kényelmetlen érzése van a készülék használata közben, azonnal fejezze be a használatát, és vegye le a csuklójáról.

- Az olyan problémák elkerülésének érdekében, mint például a készülék hibás működése, a bőr kellemetlen érzete vagy sérülése, illetve az akkumulátor lemerülése, figyelmeztetés jelenik meg a készüléken, ha elér egy bizonyos hőmérsékletet. Amikor a kezdeti figyelmeztetés megjelenik, a készülék funkciói kikapcsolásra kerülnek, amíg a készülék le nem hűl egy bizonyos hőmérsékletre. A segélyhívás funkció azonban elérhető lesz az LTE modellen.
- Ha a készülék hőmérséklete tovább növekszik, megjelenik egy második figyelmeztetés is. Ekkor a készülék kikapcsol. Ne használja a készüléket, amíg a hőmérséklete nincs az ajánlott üzemelési hőmérséklet-tartományban. Azonban az LTE készülék használatakor a korábban csatlakoztatott segélyhívás funkció engedélyezett marad a befejezéséig, bár a második figyelmeztetés megjelenik.

Ajánlott üzemelési hőmérséklet-tartomány

A készülék ajánlott üzemelési hőmérséklet-tartománya 0 °C és 35 °C közötti. Ha a megadott hőmérsékleti tartományon kívül használja a készüléket, akkor károsodhat, és csökkenhet az akkumulátor élettartama.

Az Óra tisztítása és kezelése

Kövesse ezeket a pontokat, hogy biztosítsa az Óra helyes működését és megőrizze a megjelenését. Ennek elmulasztása károsíthatja az Órát és bőrirritációt okozhat.

- Kapcsolja ki az Órát, és távolítsa el az óraszíjat, mielőtt megtisztítja.
- Kerülje el, hogy a készülék a következőknek legyen kitéve: por, izzadság, tinta, olaj és vegyipari termékek, mint például kozmetikumok, antibakteriális spray, kéztisztító, mosószer és rovarölők. Az Óra külső és belső részei megsérülhetnek vagy gyenge lehet a teljesítmény. Ha az Óra mégis valamelyik előbb felsorolt anyaggal érintkezik, akkor azt tisztítsa meg szöszmentes puha ronggyal.
- Ne használjon szappant, tisztítószereket, csiszolóanyagokat és sűrített levegőt az Óra tisztításához, és ne tisztítsa ultrahanghullámokkal vagy külső hőforrásokkal. Ellenkező esetben kárt tehet az Órában. Bőrirritációt okozhat a szappan, tisztítószerek, kézfertőtlenítők, valamint egyéb az Órán hagyott szerek.
- Ha naptejet, testápolót vagy olajat távolít el, használjon szappanmentes mosószert, majd alaposan öblítse le és szárítsa meg az Órát.
- A hibrid óraszíj nem vízálló. Ne ússzon vagy zuhanyozzon a hibrid óraszíj viselése közben.
- A hibrid óraszíj nyikorgó hangot adhat ki ott, ahol érintkezik az Órával a bőr anyagi tulajdonságai miatt. Ez normális, de elkerülhető ha bőrápolási termékkel kezeli az óraszíjat az érintkezési pontoknál.
- Ne tegye ki az Óra hibrid óraszíját vegyi anyagoknak, közvetlen napfénynek, forró vagy párás környezetnek, illetve víznek. Amennyiben ez mégis megtörténik, a bőr anyagának színe és formája elváltozhat. Ha vizes lesz, törölje le egy puha, szöszmentes ronggyal minél hamarabb, és jól szellőző, árnyékos helyen hagyja száradni.
- Amennyiben a hibrid óraszíj összekoszolódik, törölje le egy puha, szöszmentes ronggyal. Ha szükséges, nedvesítse meg a rongyot tiszta vízzel.

A rendelkezésre álló óraszíjak a régiótól és modelltől függően eltérőek lehetnek. Gondoskodjon róla, hogy megfelelően tisztítsa és karbantartsa az óraszíját.

Legyen óvatos, ha allergiás az Óra bármely anyagára

- A Samsung belső és külső tanúsító hatóságok révén tesztelte az Órában található ártalmas anyagokat, beleértve a bőrrel érintkező összes anyag vizsgálatát, a bőr toxicitási tesztjét és az Óraviselési tesztet.
- Az Óra nikkelt tartalmaz. Tegye meg a szükséges óvintézkedéseket, ha a bőre túlérzékeny vagy allergiás az Órán található bármely anyagra.
  - **Nikkel**: az Óra kis mennyiségű nikkelt tartalmaz, ami az európai REACH rendelet által korlátozott referenciamennyiség alatt van. Ön nem fog érintkezni az Óra belsejében található nikkellel, és az Óra megfelelt a nemzetközi minősítési teszten. Ha azonban Ön érzékeny a nikkelre, óvatosan használja az Órát.
- Csak az Egyesült Államok Fogyasztói Termékbiztonsági Bizottsága (CPSC) szabványainak, az európai országok előírásainak, és más nemzetközi szabványoknak megfelelt anyagok kerültek felhasználásra az Óra készítésekor.
- Ha többet szeretne tudni arról, hogyan kezeli a vegyi anyagokat a Samsung, látogasson el a Samsung weboldalára.

Hogyan találja meg a termék készenléti energiafogyasztási adatait

- Keresd a www.samsung.com/global/ecodesign_energy oldalt.
- Keresés a termék modellszámával.

Elképzelhető, hogy a régiótól, szolgáltatótól vagy modelltől függően a funkció nem érhető el.

Függelék

Hibakeresés

Mielőtt felveszi a kapcsolatot a Samsung szervizközponttal vagy egy hivatalos szervizközponttal, próbálja meg a következő megoldásokat. Elképzelhető, hogy bizonyos helyzetek nem vonatkoznak az Ön Órájára.

Arra is használhatja a Samsung Members alkalmazást, hogy megoldja a készülék használata közben esetleg felmerülő problémákat.

Az Óra hálózati vagy szolgáltatási hibaüzeneteket jelenít meg

- Amikor olyan helyen tartózkodik, ahol gyenge a térerő, a vétel megszakadhat. Változtasson helyet, és próbálja újra. Mozgás közben a hibaüzenetek ismételten megjelenhetnek.
- Előfizetés nélkül bizonyos opciók nem elérhetők. Bővebb információért keresse fel mobilszolgáltatóját.

Az Óra nem kapcsolódik be

Amikor az akkumulátor teljesen lemerült, az Óra nem kapcsolódik be. Az Óra bekapcsolása előtt töltse fel teljesen az akkumulátort.

Az érintésfelismerés lassan vagy helytelenül működik

- A következő helyzetekben előfordulhat, hogy az érintésfelismerés nem működik megfelelően:
  - Ha képernyővédőt vagy opcionális tartozékokat csatlakoztat a képernyőre
  - Ha kesztyűt visel, ha a keze nem tiszta a képernyő érintésekor, vagy ha a képernyőt éles tárggyal vagy az ujjbegyeivel érinti meg
  - Párás környezetben vagy ha víz kerül rá
- Az esetleges ideiglenes szoftverproblémák megszüntetéséhez indítsa újra az Órát.
- Győződjön meg róla, hogy az Óra szoftvere az elérhető legfrissebb verziójú.
- Amennyiben a képernyő karcos vagy sérült, vigye be a készüléket egy Samsung szervizközpontba vagy egy hivatalos márkaszervizbe.

Az Óra lefagy vagy kritikus probléma jelentkezik a rendszerben

Próbálja meg a következő megoldásokat. Ha a probléma nem oldódott meg, vegye fel a kapcsolatot a Samsung szervizközponttal vagy egy hivatalos márkaszervizzel.

Az Óra újraindítása

Amennyiben az Óra lefagy vagy összeomlik, lehet, hogy be kell zárnia alkalmazásokat vagy az Órát ki kell kapcsolnia majd újra bekapcsolni.

Kényszerített újraindítás

Amennyiben az Óra lefagyott, és nem válaszol, az újraindításhoz tartsa hosszan lenyomva egyszerre a Kezdőlap gombot és a Vissza gombot több mint 7 másodpercig.

Az Óra alaphelyzetbe állítása

Amennyiben a fenti módszer nem oldja meg a problémát, állítsa vissza a gyári adatokat.

Az Alkalmazások képernyőn érintse meg a Beállítások ikont (⚙) → **Általános** → **Visszaállítás** → **Visszaállítás** lehetőséget. Alternatív lehetőségként, nyissa meg telefonján a **Galaxy Wearable** alkalmazást, és érintse meg az **Óra beállításai** → **Általános** → **Visszaállít** → **Visszaállít** elemet. Ha az Órája és a telefonja nincs összekapcsolva az Óra alaphelyzetbe állításakor, az Óráján tárolt adatok törlődnek.

Másik Bluetooth-készülék nem találja az Órát

- Győződjön meg róla, hogy az Óra Bluetooth funkciója be van kapcsolva.
- Állítsa alaphelyzetbe az Órát, és próbálkozzon újból.
- Gondoskodjon róla, hogy az Óra és a másik Bluetooth-készülék a Bluetooth-kapcsolat hatótávolságán (10 m) belül legyenek. A környezet és a használt készülékek függvényében a távolság változhat.

Amennyiben a fenti tanácsok nem oldják meg a problémát, vegye fel a kapcsolatot egy Samsung szervizközponttal vagy egy hivatalos márkaszerviz központtal.

A Bluetooth kapcsolat nem jött létre vagy az Óra és a telefon nem csatlakozik

- Győződjön meg róla, hogy a Bluetooth funkció mindkét eszközön be van kapcsolva.
- Biztosítsa, hogy a készülékek között ne legyen akadály, mint fal vagy elektromos berendezés.
- Gondoskodjon róla, hogy a telefonon telepítve legyen a Galaxy Wearable alkalmazás legfrissebb verziója. Ha a Galaxy Wearable alkalmazás nem a legújabb verzió, frissítse a Galaxy Wearable alkalmazást a legújabb verzióra.
- Gondoskodjon róla, hogy az Óra és a másik Bluetooth-készülék a Bluetooth-kapcsolat hatótávolságán (10 m) belül legyenek. A környezet és a használt készülékek függvényében a távolság változhat.
- Indítsa újra mindkét készüléket, és nyissa meg újból a telefonján a **Galaxy Wearable** alkalmazást.

A hívások nem jönnek létre

- Gondoskodjon róla, hogy az Óra egy telefonhoz csatlakozzon Bluetooth-on keresztül.
- Győződjön meg róla, hogy a telefon és az Óra a megfelelő mobilhálózatra csatlakoztak.
- Győződjön meg róla, hogy a hívott telefonszámhoz nincs beállítva híváskorlátozás a telefonon.
- Győződjön meg róla, hogy a hívó telefonszámhoz nincs beállítva híváskorlátozás a telefonon.
- Ellenőrizze, hogy bizonyos módok be vannak-e kapcsolva. Ha néhány módot bekapcsolt, a bejövő hívások lenémításra kerülhetnek, és a képernyő nem biztos, hogy bekapcsol, amikor bejövő hívást kap.

A másik fél nem hallja az Ön hangját hívás közben

- Győződjön meg róla, hogy nem takarja a beépített mikrofont.
- Győződjön meg róla, hogy a mikrofon közel van a szájához.
- Bluetooth-fülhallgató használata esetén ellenőrizze a helyes csatlakoztatást.

Hívás közben a hang visszhangos

Állítsa be a hangerőt vagy álljon más helyre.

A mobilhálózat vagy az internet gyakran szétkapcsol, vagy a hangminőség gyenge

- Győződjön meg róla, hogy nem takarja Óra belső antennáját.
- Amikor olyan helyen tartózkodik, ahol gyenge a térerő, a vétel megszakadhat. Csatlakozási problémája lehet, amely a szolgáltató bázisállomásának hibája miatt merül fel. Változtasson helyet, és próbálja újra.
- Amikor mozgás közben használja a készüléket, a vezeték nélküli szolgáltatások a szolgáltató hálózati hibáinak függvényében elérhetetlenné válhatnak.

Az akkumulátor nem töltődik megfelelően (Samsung által jóváhagyott töltővel)

- Győződjön meg róla, hogy az Óra megfelelően csatlakozik a vezeték nélküli töltőhöz.
- Keressen fel egy Samsung szervizközpontot vagy egy hivatalos márkaszervizt, és cseréltesse ki az akkumulátort. Hozza magával az Ön által használt töltőt és USB-kábelt a jobb szervizszolgáltatás érdekében. Ha a vezeték nélküli töltés nem működik, hozza magával a vezeték nélküli töltőt is.

Az akkumulátor gyorsabban lemerül, mint új korában

- Amikor az Óra vagy az akkumulátor nagyon alacsony vagy nagyon magas hőmérsékletnek van kitéve, a hasznos töltés csökkenhet.
- Az akkumulátor fogyasztása megnő bizonyos alkalmazások használatakor.
- Az akkumulátor fogyóeszköz, ezért a hasznos töltés idővel csökken.

Az Óra érintésre forró

Amikor olyan alkalmazásokat használ, amelyek több energiát igényelnek vagy hosszabb ideig használ alkalmazásokat az Órán, akkor az Óra érintésre melegnek tűnhet. Ez normális jelenség, és nincs hatással az Óra élettartamára vagy teljesítményére.

Ha az Óra túlhevül vagy hosszan tartóan forrónak érződik, egy ideig ne használja. Amennyiben az Óra továbbra is túlmelegszik, vegye fel a kapcsolatot egy Samsung szervizközponttal vagy egy hivatalos márkaszerviz központtal.

Az Óra nem ismeri fel a pillanatnyi tartózkodási helyét

Az Óra a telefon helyadatait használja. Bizonyos helyeken, mint például beltérben a GPS-jelek nem vehetők megfelelően. Tartózkodási helyének megtalálásához állítsa be a Wi-Fi vagy a mobilhálózat használatát.

Az Óra tokja körül vékony rés jelenik meg

- Ez a rés szükséges gyártási tulajdonság, ezért az alkatrészek bizonyos elmozdulása vagy vibrációja előfordulhat.
- Bizonyos idő elteltével az alkatrészek közötti súrlódás a rés bővülését eredményezheti.

Az Óra tárhelyén nincs elegendő hely

Törölje a szükségtelen adatokat, nem használt alkalmazásokat vagy fájlokat tárhely-felszabadítás céljából.

Az akkumulátor eltávolítása

- **Az akkumulátor eltávolításához forduljon hivatalos márkaszervizhez. Az akkumulátor eltávolításával kapcsolatos utasításokhoz, lásd: www.samsung.com/global/ecodesign_energy.**
- Saját biztonsága érdekében **ne kísérelje meg eltávolítani** az akkumulátort. Ha az akkumulátort nem megfelelően távolítják el, az kárt tehet az akkumulátorban és a készülékben, ami személyi sérüléshez vezethet, és a készüléket veszélyessé teheti.
- A Samsung semmiféle olyan kárért vagy veszteségért nem vállal felelősséget (sem szerződéses, sem felelősségjogi alapon, beleértve ebbe a gondatlanság tényállását), amely abból ered, hogy ezen figyelmeztetéseket és utasításokat nem követték pontosan.

Szerzői jog

Copyright © 2025 Samsung Electronics Co., Ltd.

Ezt az útmutatót nemzetközi szerzői jogi törvények védik.

Az útmutató egyetlen része sem reprodukálható, terjeszthető, fordítható le vagy küldhető el semmilyen formában és semmilyen elektronikus vagy mechanikus eszközzel, beleértve a fénymásolást, a hangfelvételt és a különféle adattárhelyeken való tárolást és az azokról történő lekérést.

Védjegyek

- A Samsung név és a Samsung embléma a Samsung Electronics Co., Ltd. bejegyzett védjegye.
- A Bluetooth® a Bluetooth SIG, Inc. világszerte bejegyzett védjegye.
- A Wi-Fi®, Wi-Fi Direct™, Wi-Fi CERTIFIED™, és a Wi-Fi logó a Wi-Fi Alliance bejegyzett védjegyei.
- Az összes többi védjegy és szerzői jog a megfelelő tulajdonosok tulajdona.

HEVC Advance™
Covered by Patents at patentlist.hevcadvance.com