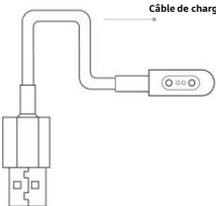


# 【FR】 Manuel d'utilisation du produit LW10

## Manuel d'utilisation du produit LW10

FR

### Comprendre le produit

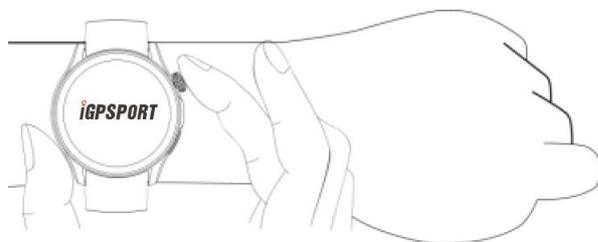
		
<p>Vue de face du produit</p>	<p>Vue arrière du produit</p>	<p>Câble de chargement</p>

### Commencez à utiliser LW10

Les étapes suivantes prendront environ 5 à 10 minutes de votre temps. Veuillez choisir un moment approprié pour commencer.

#### 1 Allumer

Appuyez longuement sur la « couronne numérique » jusqu'à ce que l'écran de démarrage apparaisse



Astuce : Si la montre ne s'allume pas, cela peut être dû à une inactivité prolongée entraînant un épuisement de la batterie. Veuillez charger pendant environ 10 minutes et attendre le démarrage automatique.

## ② Configurer la montre

### Étape 1 : Téléchargez l'application iGPSPORT

Veillez accéder à l'App Store sur votre téléphone mobile, rechercher iGPSPORT et l'installer.

• Pour les téléphones Android, accédez à la boutique d'applications correspondante.

• Pour iPhone, accédez à l'App Store.

Vous pouvez également utiliser votre téléphone pour scanner le code QR ci-dessous pour un accès rapide à l'iGPSPORT **application** dans l'App Store. Ensuite, sélectionnez installer.



### Étape 2 : Associer avec l'application

Entrez dans l'iGPSPORT **application**, cliquez sur le coin supérieur droit "+", accédez à la page de l'appareil, cliquez sur le produit de la montre pour accéder à la page de recherche. Vous pouvez soit cliquer sur l'appareil trouvé pour accéder à la page d'appairage, soit cliquer sur le code QR ci-dessous pour effectuer l'appairage, en scannant le code QR sur la montre pour accéder à la page d'appairage. Suivez les instructions d'appairage et de configuration de « LW10 », et une fois terminée, la montre sera prête à l'emploi.

Avis:

1. Ne procédez pas à l'appairage directement dans la liste Bluetooth du système téléphonique pour éviter que l'application iGPSPORT ne se connecte à la montre.
2. Veillez accorder à l'application iGPSPORT des autorisations telles que « Bluetooth, localisation, appareil photo » sur votre téléphone pour garantir un couplage réussi.

## ③ Commencer l'utilisation

### 1. Fonctionnement par écran tactile

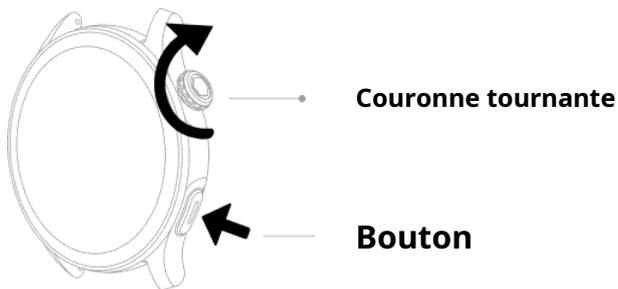
Prend en charge le contrôle tactile plein écran (glisser, appuyer, appuyer longuement)



## 2. Couronne et boutons

### Appuyez sur la couronne

1. Appuyez sur la couronne pour éclairer l'écran lorsqu'il est en mode veille
2. Appuyez sur la couronne du cadran principal de la montre pour accéder au centre d'applications
3. Quitter l'application



### Couronne tournante

1. Faites défiler la vue de l'interface
2. Ajuster le volume des notifications et des appels téléphoniques

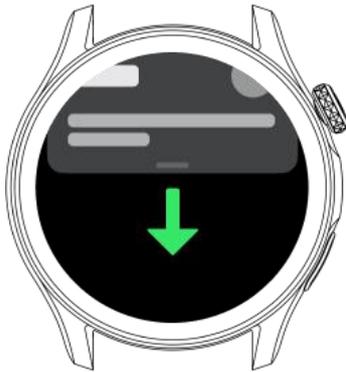
### appuie sur le bouton

1. Appuyez pour accéder rapidement au mode sport
  2. Appuyez longuement pour entrer SOS
  3. retournez à la page précédente
-

# Fonctions du produit

## Centre de notification

Faites glisser votre doigt vers le bas sur le cadran principal de la montre pour accéder au centre de notifications.



Synchronisez les notifications du téléphone du système iOS :

1. Assurez-vous que le Bluetooth de votre téléphone couplé est activé et reste à portée de connexion de la montre (dans un rayon de 10 mètres).
2. Dans les paramètres Bluetooth du système, activez l'autorisation « Partager les notifications système » pour le Bluetooth de votre montre.

Synchronisez les notifications du téléphone du système Android :

1. Assurez-vous que le Bluetooth de votre téléphone couplé est activé et reste à portée de connexion de la montre (dans un rayon de 10 mètres).
  2. Assurez-vous que le système de votre téléphone a accordé les autorisations « Bluetooth », « Localisation », « Notifications » et autres autorisations à l'application iGPSPORT, et laissez l'application fonctionner à tout moment.
-

## Centre de contrôle

Faites glisser votre doigt vers le haut sur le cadran principal de la montre pour accéder au centre de contrôle, activant des fonctionnalités telles que le « Mode de mise au point », « Affichage permanent » et « Verrouillage sous-marin ». Vous pouvez également ajuster rapidement des paramètres tels que « Luminosité ».



### Informations sur l'état

	Niveau de batterie : affiche le pourcentage de batterie restant actuel de la montre
	Connexion Bluetooth : Indique l'état de la connexion Bluetooth entre la montre et le téléphone couplé

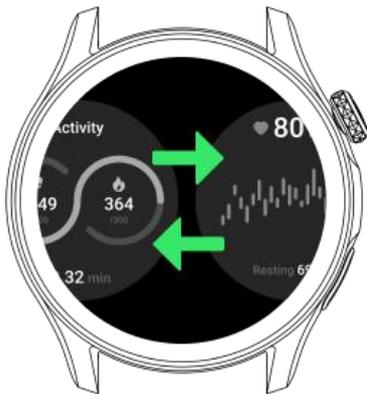
### Fonctions rapides

	Mode de mise au point : choisissez entre le mode veille ou le mode Ne pas déranger
	Mode veille : l'éclairage constant et la fonctionnalité de levage du poignet sont désactivés et un mode amélioré Ne pas déranger est activé. La luminosité est réduite à un niveau normal de 40 %
	Mode Ne pas déranger : aucune notification sonore pour les messages et les appels. Les alarmes et les minuteriers fourniront des notifications normales
	Mode d'affichage permanent : l'activation de ce mode permet à la montre d'afficher en continu le cadran grisé même lorsque l'écran est éteint.
	Lever le poignet pour se réveiller : l'activation de cette fonctionnalité permet à l'écran de s'allumer automatiquement lorsque vous levez le poignet.
	Lampe de poche : ouvrez l'application de lampe de poche pour émettre de la lumière depuis la montre.

	Verrouillage/Éjection d'eau : lorsqu'elle est activée, la montre sera verrouillée pour empêcher la pénétration d'eau. Après le verrouillage, appuyez et maintenez la couronne pour déverrouiller et éjecter l'eau.
	Mode faible consommation : lorsqu'il est activé, seuls le temps et le nombre de pas seront affichés, et les autres suivis d'activité seront désactivés
	Rappel de volume : une fois activé, la montre passe en mode silencieux
	Luminosité de l'écran : faites glisser vers le haut ou vers le bas pour régler la luminosité de l'écran.

## Cartes rapides

Faites glisser votre doigt vers la gauche ou la droite sur le cadran principal de la montre pour basculer rapidement entre les cartes rapides de navigation : recommandations, activité, fréquence cardiaque, exercice, sommeil et météo.



**Activité** : affichez les pas, les calories et la durée des activités intenses de la journée.

**Fréquence cardiaque** : La mesure de la fréquence cardiaque démarre automatiquement sur cette page. Vous pouvez également afficher les données de fréquence cardiaque des 12 dernières heures.

**Exercice** : affichez l'historique de vos exercices pour la semaine et démarrez rapidement le dernier entraînement enregistré.

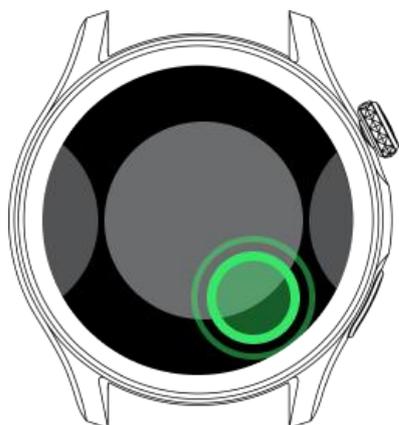
**Sommeil** : affichez la durée du sommeil, l'heure du coucher, l'heure du réveil et le score de sommeil.

**Météo** : vérifiez les conditions météorologiques pour les 5 prochaines heures.

**Recommandations** : applications récemment utilisées, accès rapide aux données de santé et d'activité et contrôle de la lecture de la musique.

Sur la montre LW10, vous pouvez faire glisser votre doigt vers la gauche ou la droite pour accéder à des fonctions telles que Activité, Santé, Sommeil, Météo, Exercice ou Outils.

## Cadran de montre



- 1. Changer le cadran de la montre :** Appuyez et maintenez l'écran pendant 1 seconde sur le cadran de la montre pour accéder à la liste et sélectionnez le cadran de la montre que vous souhaitez modifier.
- 2. Ajouter un nouveau cadran :**
  - un.** Dans l'application iGPSPORT, accédez à la page de l'appareil, puis accédez au Watch Face Market. Choisissez votre cadran de montre préféré.
  - b.** Dans le « Watch Face Market », après avoir sélectionné le cadran de votre choix, appuyez sur « Utiliser ».
  - c.** Dans « Mes cadrans de montre », vous pouvez supprimer les cadrans de montre installés ou gérer ceux actuels.
- 4. Activer le mode d'affichage permanent :**
  - un.** Dans le Centre de contrôle, vous pouvez rapidement activer ou désactiver « Affichage permanent » pour le cadran de la montre.
  - b.** Dans les « Paramètres » de la montre → Affichage et luminosité", vous pouvez activer ou désactiver "Affichage permanent" pour le cadran de la montre.
- 5. Barre d'état :**

Priorité : Verrouillage sous-marin > Veille > Ne pas déranger > Point rouge > Batterie faible

	Verrouillage sous-marin : lorsque le mode de verrouillage sous-marin est activé, une icône de verrouillage sous-marin apparaît en haut du cadran de la montre.
	Mode veille : lorsque le mode veille est activé, une icône de veille apparaît en haut du cadran de la montre.
	Mode Ne pas déranger : lorsque le mode Ne pas déranger est activé, une icône Ne pas déranger apparaît en haut du cadran de la montre.

	<p>Notifications non lues : lorsqu'il y a des messages non lus dans le centre de messagerie, un point rouge apparaîtra sur le cadran de la montre à titre de rappel</p>
	<p>Batterie faible : lorsque le niveau de la batterie est inférieur à 20 %, un indicateur de batterie faible apparaît en haut du cadran de la montre.</p>

## Activité et santé



### 1. Enregistrements d'activité quotidienne

Affichage des données

1. Appuyez sur la couronne de la montre pour accéder au centre d'applications, sélectionnez « Activité » et affichez les calories d'activité, la durée de l'exercice, les heures debout, le nombre de pas et la distance.
2. Sur le côté droit du cadran de la montre, la carte rapide « Activité » vous permet de consulter rapidement les informations clés

Fixer des objectifs : vous pouvez accéder à l'application → Appareil → Paramètres de métriques d'activité à définir quotidiennement objectifs en matière de dépense calorique, de durée de l'exercice, de position debout, de distance d'activité et de nombre de pas.

Rappel d'atteinte des objectifs : allumez l'interrupteur et la montre vous fournira des rappels correspondants lorsque vous atteindrez vos objectifs fixés.



## 2. Suivi de la fréquence cardiaque du nombre de pas

Enregistrer les pas par heure

1. Appuyez sur la couronne rotative pour accéder au centre d'applications, puis cliquez sur "Step Count" pour accéder à l'interface de comptage de pas
2. Calculer le nombre moyen de pas pour la journée

## 3. Suivi de la fréquence cardiaque

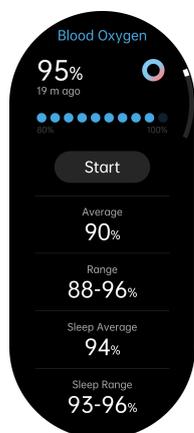
La montre est équipée d'un capteur optique au poignet qui prend en charge la mesure et l'enregistrement continu 24 heures sur 24 de votre fréquence cardiaque, vous aidant ainsi à surveiller les changements de votre état de santé.

	<b>Mesurer la fréquence cardiaque :</b>
	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Portez la montre normalement et gardez votre bras à plat.</li><li>2. Restez immobile pendant 10 secondes pour mesurer votre fréquence cardiaque actuelle.</li></ol>
	Vous pouvez parcourir davantage de données historiques sur votre fréquence cardiaque via l'application iGPSPORT.

**Mesure automatique toute la journée :** Lorsque la montre est connectée au téléphone, vous pouvez accéder à l'application iGPSPORT → Appareil → Paramètres de santé et activez ou désactivez All-jour Suivi automatique dans « Détection des données de santé ». Une fois activée, la montre mesurera et enregistrera automatiquement les changements de votre fréquence cardiaque tout au long de la journée lorsque vous la porterez. Notez que l'activation de la mesure automatique toute la journée peut affecter la durée de vie de la batterie.

**Fréquence cardiaque au repos :** Également connue sous le nom de fréquence cardiaque au repos, elle fait référence au nombre de battements cardiaques par minute dans un état calme et inactif pendant l'éveil. Des activités telles que l'exercice qui entraînent le système cardiovasculaire peuvent aider à maintenir une fréquence cardiaque au repos relativement lente et régulière. La fréquence cardiaque au repos est plus facile à obtenir lorsque des données sur le sommeil sont disponibles.

## 4. Saturation en oxygène du sang

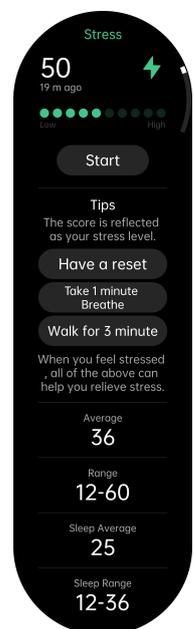


### Mesurer l'oxygène dans le sang :

1. Portez la montre normalement et gardez votre bras à plat.
2. Appuyez sur « Démarrer » et restez immobile pendant 20 secondes pour mesurer votre niveau actuel de saturation en oxygène du sang.

Vous pouvez afficher davantage de données historiques sur la saturation en oxygène du sang via l'application iGPSPOORT.

## 5. Stresser



### Mesurer le stress :

1. Portez la montre normalement et gardez votre bras à plat.
2. Appuyez sur "Démarrer" et restez immobile pendant 20 secondes pour mesurer votre niveau de stress actuel.

Vous pouvez afficher davantage de données historiques sur le stress via l'application iGPSPOORT.

## 6. Suivi du sommeil



Portez la montre pour dormir et elle reconnaîtra automatiquement le moment où vous entrez en veille, les heures de réveil, ainsi que les durées de sommeil profond, de sommeil léger, de mouvements oculaires rapides et d'éveil.

1. Appuyez sur la couronne rotative pour accéder au centre d'applications, cliquez sur « Sommeil » pour accéder et visualiser les enregistrements de sommeil.
2. La montre affichera les données de sommeil pour la journée en cours et le temps passé dans les différentes phases de sommeil.

Vous pouvez également consulter l'historique des données de sommeil via l'application IGPSPORT.

## 7. Suivi du cycle menstruel



### Enregistrez et préisez le cycle menstruel :

1. Lorsque vous êtes en période menstruelle, vous pouvez enregistrer rapidement votre cycle menstruel et vos conditions dans l'application de suivi du cycle menstruel.
2. La montre calculera automatiquement en fonction du cycle que vous avez défini, prédisant les futures périodes menstruelles, les fenêtres de fertilité, les périodes de sécurité et d'autres dates clés pour vous.

## Enregistrer l'exercice

Entrez dans le menu des exercices, choisissez un type d'exercice et vous pourrez commencer à enregistrer votre exercice.



# Exercice

## Type d'exercice :

La montre prend en charge plus de 50 modes d'exercice différents, notamment la marche en extérieur, la marche en salle, la course en extérieur, la course en salle, le cyclisme en extérieur, le cyclisme en salle, l'elliptique, le yoga, etc.

Vous pouvez choisir le mode d'exercice qui correspond à vos préférences et le scénario spécifique pour enregistrer vos données d'exercice.

### Commencer l'exercice :

1. Appuyez sur la couronne rotative pour accéder au centre d'applications, cliquez sur « Exercice » pour accéder à l'interface des exercices. Faites glisser votre doigt vers la gauche ou la droite pour choisir parmi les exercices récemment effectués.
2. Pendant l'exercice, appuyez sur la couronne rotative pour mettre l'exercice en pause.
3. Pendant l'exercice, balayez vers la gauche ou la droite pour effectuer des actions telles que « Suspendre l'exercice », « Terminer l'exercice », « Contrôler la lecture de la musique du téléphone », et bien plus encore.
4. Après chaque séance d'exercices, vous pouvez afficher les données détaillées de l'exercice sur l'écran de fin.
5. Cliquez sur « Plus d'exercices » pour trouver des sports d'intérêt et actualiser la liste d'exercices. Cela vous permet d'ouvrir rapidement le même exercice pour votre prochaine séance.

### Positionnement GPS :

Lorsque vous pratiquez des activités de plein air, le GPS de la montre doit maintenir une connexion avec les satellites. Veuillez noter:

1. Lorsque vous lancez le positionnement GPS, attendez que la montre se connecte aux satellites. Dans les zones ouvertes, cela peut réduire considérablement le temps de positionnement.
2.  Lorsque l'icône clignote, cela indique que l'appareil est en cours de positionnement. Une fois le clignotement arrêté, cela signifie que le positionnement est réussi.
3. Traverser des tunnels, des forêts denses, des immeubles de grande hauteur ou se trouver sous des ponts peut affecter la connexion avec les satellites, provoquant une brève perte de signal. Veuillez essayer de participer à des activités de plein air dans des zones ouvertes pour une meilleure connectivité GPS.

### Avis:

- Si la durée de l'exercice est trop courte, les résultats risquent de ne pas être enregistrés.
- Après avoir terminé une seule séance d'exercice, veuillez cliquer sur le bouton « Fin » pour garantir l'exactitude des données d'exercice enregistrées.
- Vous pouvez cliquer sur les enregistrements d'exercices dans l'application iGPSPORT pour afficher les données historiques détaillées des exercices.

## Dossiers d'exercice :

Après une sauvegarde réussie de l'exercice, il sera stocké sur la page des enregistrements d'exercices, vous permettant de consulter les enregistrements d'exercices antérieurs.

### Avis:

- Veuillez synchroniser les enregistrements d'exercices avec l'application en temps opportun pour éviter un stockage excessif pouvant entraîner l'écrasement des données.

## Plus d'applications

### 1.Exercice de respiration



1. Appuyez sur la couronne rotative pour accéder au centre d'application, cliquez sur « Exercice de respiration » pour accéder à l'interface.
2. Vous pouvez définir la « Fréquence respiratoire » ou la « Durée d'entraînement », puis cliquer sur « Démarrer » pour commencer l'exercice de respiration.
3. Inspirez lentement à mesure que l'animation se développe, puis expirez à mesure que l'animation se contracte.
4. Si vous souhaitez terminer avant la fin de l'animation, faites glisser votre doigt vers la droite sur l'écran ou cliquez sur la couronne rotative, puis appuyez sur « Fin ».

### 2.Alarme



## Régler l'alarme

1. Appuyez sur la couronne rotative pour accéder au centre d'applications, cliquez sur « Alarme » pour accéder à l'interface d'alarme.
2. Cliquez sur "Ajouter une alarme". Pour la première fois que vous ajoutez une alarme, sélectionnez l'heure et cliquez sur « Terminé » pour accéder à la page de modification de l'alarme. Si vous ne choisissez pas de jours répétés, ce sera une alarme unique. Vous pouvez choisir des alarmes répétées, telles que quotidiennes, jours ouvrables, week-end ou jours de semaine spécifiques.
3. Revenez à la page du réveil et complétez les réglages ;

**Rappel plus tard :**Après avoir réglé l'alarme, vous pouvez définir une fonction de rappel ultérieur, ce qui peut vous aider à retarder le rappel d'alarme de 10 minutes.

**Pour mettre fin à l'alarme :**Le rappel du réveil vibrera et sonnera comme rappel. Cliquez sur « Stop » pour mettre fin au rappel du réveil. Si la fonction de rappel est activée, cliquez sur « Rappeler plus tard » pour retarder le rappel de 10 minutes.

**Supprimer une alarme :**Sur l'interface « Réveil », cliquez sur le réveil que vous souhaitez supprimer pour accéder à l'interface d'édition du réveil, puis cliquez sur « Supprimer » pour supprimer le réveil.

## 3.Téléphone



Cliquez sur « Téléphone » dans le centre d'applications pour passer l'appel. Vous pouvez parcourir les enregistrements d'appels récents et les contacts fréquemment utilisés.

1. Vous pouvez passer des appels téléphoniques via l'historique des appels récents, les contacts fréquemment utilisés et les touches de numérotation ;
2. Lorsque votre téléphone reçoit un appel entrant, vous pouvez cliquer sur le « bouton Répondre » pour répondre à l'appel sur votre montre.
3. Les contacts fréquemment utilisés peuvent être définis dans l'application iGPSPORT, cliquez sur « Appareil » – « Appel Bluetooth », modifiez et ajoutez/supprimez les contacts fréquemment utilisés, et vous pouvez ajouter jusqu'à 20 contacts fréquemment utilisés.

Remarque : L'appel doit se dérouler à une bonne distance de communication Bluetooth du téléphone mobile.

## 4. Boussole



Dans le centre d'application, cliquez sur "Boussole" pour accéder à l'application

1. Vous pouvez juger de la direction réelle de votre front par la direction et l'échelle de la flèche.
2. Les directions et les lectures affichées à l'écran peuvent vous aider à trouver la bonne direction.
3. Grâce à « l'altitude » affichée sur l'écran, vous pouvez connaître la hauteur de votre position actuelle par rapport au niveau standard de la mer.

Remarque : L'altitude est calculée sur la base de la pression atmosphérique standard via le capteur de pression atmosphérique. Vous devez connecter l'application pour calibrer la précision de la mesure. Il est recommandé de calibrer toutes les 12 heures ou d'ouvrir l'application lorsque vous êtes prêt à obtenir l'altitude pour garantir que la précision est suffisamment précise.

## 5. Chronomètre



1. Appuyez sur la couronne rotative pour accéder au centre d'applications, puis cliquez sur « Chronomètre » pour accéder à l'interface du chronomètre.
2. Cliquez sur « Démarrer » pour démarrer le chronométrage, cliquez sur « Segment » pour compter les temps, cliquez sur « Arrêter » pour suspendre le chronométrage et cliquez sur « Réinitialiser » pour effacer le chronomètre.
3. Faites glisser votre doigt vers la droite ou appuyez sur la couronne rotative pour quitter l'application chronomètre sans mettre fin à la fonction chronomètre.

## 6. Horloge mondiale



1. Appuyez sur la couronne rotative pour accéder au centre d'applications, cliquez sur « Horloge mondiale » pour accéder à l'interface de l'horloge mondiale.
2. Les cartes de pointage seront affichées ici en fonction des villes, notamment : le nom de la ville, l'heure actuelle et le décalage horaire par rapport à la ville de localisation.
3. Vous pouvez ajouter ou supprimer des villes affichées par l'horloge mondiale sur l'application iGPSPORT, ou vous pouvez les trier selon vos besoins, affichant jusqu'à 10 villes.

## 7. Minuteur



1. Appuyez sur la couronne rotative pour accéder au centre d'application, cliquez sur « Minuterie » pour accéder à l'interface de la minuterie.
2. Vous pouvez choisir la minuterie par défaut, notamment : 1 minute, 2 minutes, 5 minutes, 10 minutes, 30 minutes, 60 minutes. Cliquez à tout moment pour commencer le chronométrage.
3. Vous pouvez également choisir de personnaliser la minuterie, définir la durée de votre compte à rebours et cliquer sur « Personnaliser » pour démarrer le compte à rebours, cliquez sur « II » pour suspendre le compte à rebours, cliquez sur « X » pour terminer le compte à rebours.

## 8.Météo



Après avoir activé l'autorisation de localisation dans l'application et l'avoir synchronisée avec la montre, vous pouvez afficher les informations météorologiques locales sur la montre.

Les conditions météorologiques des 5 dernières heures peuvent être affichées au maximum. Veuillez ouvrir l'application au moins une fois toutes les 5 heures pour synchroniser les conditions météorologiques.

En même temps, de brèves informations météorologiques pour les 3 derniers jours peuvent être affichées.

**Carte météo rapide :** Faites glisser votre doigt vers la droite sur l'interface principale de la montre pour accéder à la carte de raccourci météo. L'écran affichera votre emplacement, la météo, la température et d'autres informations.

### Application météo :

Appuyez sur la couronne rotative pour accéder au centre d'application, cliquez sur « Météo » pour accéder à l'interface météo, l'écran affichera votre emplacement, la météo, la température et d'autres informations ; cliquez sur le menu météo de la ville pour afficher de brèves conditions météorologiques pour les trois prochains jours.

## 9. Photographie télécommandée



Vous devez activer la fonction appareil photo de votre téléphone à l'avance et vous assurer que la connexion Bluetooth entre la montre et le téléphone est réussie. Lors de l'utilisation, vous devez vous assurer que la distance entre les deux n'est pas trop grande, essayez de la garder

à moins de 10 mètres, et aucun objet ne bloque le milieu.

1. Appuyez sur la couronne rotative pour accéder au centre d'applications, cliquez sur « Contrôle de la caméra » pour accéder à l'interface de photographie à distance.
2. Vous pouvez contrôler l'appareil photo du téléphone pour prendre des photos en cliquant sur le « bouton de l'obturateur ».
3. Veuillez vous assurer que la montre est connectée à votre téléphone et activer la fonction appareil photo sur votre téléphone.
4. Le commutateur de retard 3S est activé par défaut. Vous pouvez désactiver le délai et prendre des photos immédiatement.

#### dix. Contrôle de la musique



Une fois que la montre et le téléphone mobile restent connectés, la lecture de musique peut être contrôlée sur la montre. Si vous n'êtes pas connecté, vous serez invité à vous connecter à l'application iGPSport

1. Appuyez sur la couronne rotative pour accéder au centre d'applications, cliquez sur « Contrôle de la musique » pour accéder à la page de contrôle de la musique.
2. Cliquez sur le bouton « Lecture/Pause » pour contrôler le téléphone afin de lire ou de mettre en pause.
3. Cliquez sur la « Touche de volume » pour augmenter et diminuer et sur le bouton de rotation pour contrôler respectivement la diminution et l'augmentation du volume.
4. Cliquez sur "Précédent" ou "Suivant" pour basculer entre la chanson précédente et la chanson suivante.

Astuce : Il est recommandé d'utiliser le lecteur de musique fourni avec le système ou un lecteur de musique grand public, sinon il pourrait s'avérer impossible de contrôler le téléphone pour lire de la musique en raison de problèmes de compatibilité.

## 11. RH de diffusion



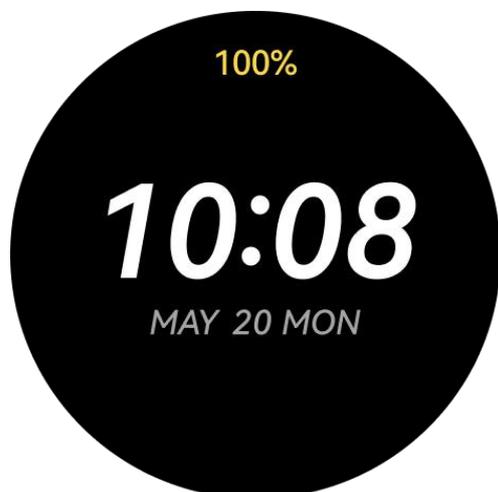
L'activation de la diffusion de la fréquence cardiaque peut transmettre la fréquence cardiaque de la montre aux appareils prenant en charge la fréquence cardiaque Bluetooth standard externe.

Avis:

L'activation de Broadcast HR entraînera la déconnexion de l'application mobile.

L'activation de la poussée de fréquence cardiaque augmentera la consommation d'énergie. Veuillez désactiver la fonction de poussée de fréquence cardiaque à temps lorsque vous ne l'utilisez pas.

## 12. Mode faible consommation



L'entrée en mode faible consommation déconnectera l'application et enregistrera uniquement le nombre d'étapes et l'heure d'affichage, mais pas les autres activités. Après avoir cliqué sur le bouton rotatif, maintenez le bouton rotatif enfoncé pendant 3 secondes pour quitter le mode d'économie d'énergie.

---

## Améliorez votre montre

- Ouvrez l'application « Appareil → Mise à jour du micrologiciel ». Lorsqu'une mise à niveau est poussée, le l'entrée de mise à niveau sera affichée dans les informations de la montre. Accédez à la page de mise à niveau via le portail de mise à niveau, sélectionnez l'option de mise à niveau « Installer » et suivez les invites pour terminer le processus de mise à niveau.
- Pendant le processus de mise à niveau du micrologiciel, assurez-vous que la montre est connectée au smartphone et que la batterie de la montre est supérieure à 30 %. Le processus de mise à niveau peut prendre plusieurs minutes, voire plus, selon le modèle de montre et la taille du fichier d'installation.

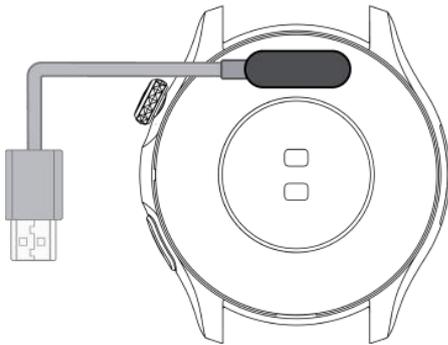
### Avis:

1. N'interrompez pas la connexion tant que la mise à niveau n'est pas terminée, car cela pourrait entraîner des anomalies du système, rendant l'appareil inutilisable.
2. Une fois la mise à niveau terminée, la montre redémarrera automatiquement et se mettra à jour vers la dernière version du micrologiciel.
3. Une fois la mise à jour terminée, assurez-vous que la montre et le smartphone restent connectés et vérifiez si les fonctions de la montre fonctionnent correctement.

---

## Charger la montre

Insérez le câble de chargement dans une source d'alimentation USB standard et fixez l'autre extrémité aux contacts de chargement à l'arrière de la montre. Une fois le chargement réussi, l'interface de la montre affichera un indicateur de charge.



- Le sens d'extension du câble est du même côté que la couronne.
  - Veuillez vous assurer d'utiliser une source d'alimentation USB standard avec une sortie de 5 V.  
⇒ 500 mA ou plus.
  - Essayez les contacts de charge de la montre avant de la charger pour éliminer toute trace de sueur ou d'humidité restante.
-

# Port et entretien

- Il est recommandé d'enlever la montre pendant environ une heure chaque jour. Si vous ressentez une gêne ou une irritation, telle qu'une rougeur, des picotements ou une sensation de brûlure, retirez la montre et laissez votre poignet se reposer.
- Pour maintenir l'hygiène, nettoyez régulièrement la montre et le poignet, surtout après avoir fait de l'exercice ou transpiré. Évitez d'utiliser du désinfectant pour les mains, du gel douche, du savon à vaisselle ou des lingettes nettoyantes sur la montre, car ils peuvent provoquer une irritation cutanée. Utilisez plutôt du savon doux ou de l'eau claire pour nettoyer le bracelet.

## 1. Remplacer le bracelet de la montre

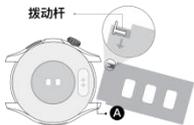
### Retirez le bracelet de la montre



Soulevez la couronne de la rainure de guidage.

1. Poussez vers l'autre côté du bracelet de montre et maintenez-le en place.
2. Retirez doucement le bracelet de la montre du corps de la montre.

### Installez la sangle



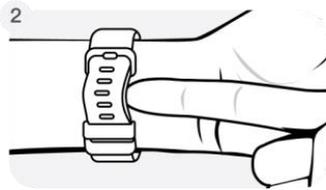
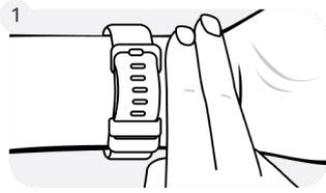
Insérez la goupille métallique à la position « A » sur l'image ci-dessous dans le trou où la sangle se joint.

1. Poussez le levier vers l'autre côté du bracelet de montre et maintenez-le
2. Enfoncez le bracelet dans le corps de la montre
3. Tirez sur la sangle pour confirmer l'installation réussie

## 2. Précautions de port

Pour que la montre mesure vos données avec plus de précision, vous devez faire attention aux deux points suivants :

1. Portez la montre jusqu'à ce qu'elle soit à environ deux doigts de l'os de votre poignet.
2. Ajustez le bracelet de la montre à un niveau de serrage confortable : gardez l'espace entre le bracelet et le poignet de la taille d'un doigt, afin que le dos de la montre puisse être près de la peau et assurer le confort.



---

## Précautions

- Si vous démontez la montre vous-même (sauf pour changer le bracelet), vous perdrez la garantie de sécurité.
  - L'ouverture forcée du boîtier de la montre peut provoquer un court-circuit dans le circuit interne, provoquant de la chaleur ou un incendie.
  - La montre ne convient pas à une utilisation dans des environnements à haute température supérieure à 60°C.°C, ce qui pourrait provoquer une fuite de la batterie, voire une explosion.
  - Ce produit a strictement réussi le test d'étanchéité 3ATM, mais il ne convient pas à la baignade, à la plongée, au canotage ou à d'autres activités impliquant des températures élevées, de l'air chaud et de l'eau courante à grande vitesse ; et la performance d'étanchéité n'est pas permanente, et des dommages à la structure du produit entraîneront une défaillance de la performance d'étanchéité.
  - Les montres doivent être nettoyées fréquemment pour éviter l'accumulation de saleté et de poussière. Vous pouvez utiliser un chiffon doux pour essuyer délicatement la surface, pour garder la montre propre et sèche, éviter d'utiliser un chiffon trop humide et utiliser toute source de chaleur externe (par exemple, un sèche-cheveux) pour garder la montre au sec. Ne nettoyez pas pendant le chargement et n'utilisez pas de produits de nettoyage ou d'air comprimé pendant le nettoyage.
  - N'appuyez pas trop fort sur la couronne numérique de la montre car cela pourrait l'endommager et annuler la garantie.
  - Ne pliez pas à plusieurs reprises le câble attaché au composant de charge et n'enroulez pas le câble dans un coin pointu. Veuillez vérifier régulièrement le câble et l'interface pour éviter les nœuds, les cassures, les courbures ou tout autre dommage.
  - Il est normal que l'interface ou l'utilisation de la montre change en raison des mises à niveau du micrologiciel. Veuillez vous référer à l'introduction de la mise à niveau du produit.
  - Si vous rencontrez une situation anormale (par exemple : mode sans échec, anomalie du capteur, gel de l'interface, etc.), appuyez et maintenez le bouton enfoncé pendant 12 secondes pour redémarrer et récupérer.
-

# Aide et guides

Si vous rencontrez des problèmes lors de l'utilisation du produit, vous pouvez accéder à « Mon → Aide et commentaires → FAQ » dans l'application iGPSPORT pour trouver des solutions, ou contactez le service client officiel.

## Informations sur les spécifications du produit

Nom du produit	LW10
Dimensions	46,8 mm × 46,8 mm × 10,8 mm (caméra de fréquence cardiaque non incluse)
Écran d'affichage	Écran AMOLED HD de 1,43 pouces
Résolution	466 × 466
Capacité de la batterie	370 mAh
Bluetooth Connexion	Bluetooth5.3
Positionnement par satellite	Prise en charge GPS/BD
Pression de l'air Capteur	Prise en charge des mesures d'altitude
Géomagnétique Capteur	Prise en charge de l'application boussole
Niveau d'étanchéité	3ATM
en fonctionnement Température	- 10°C ~ 50°C
Compatible Systèmes	iOS 13.0 ou supérieur / Android 9.0 ou supérieur