



Questo manuale d'istruzione è fornito da trovaprezzi.it. Scopri tutte le offerte per [Samsung Galaxy Fit 3 Oro Rosa](#) o cerca il tuo prodotto tra le [migliori offerte di Smartwatch e Orologi Sportivi](#)

SAMSUNG

MANUALE DELL'UTENTE

SM-R390

Italian. 08/2024. Rev.1.0

www.samsung.com

Sommario

Operazioni preliminari

5 Info su Galaxy Fit3

6 Componenti e funzioni del dispositivo

- 6 Fit
- 9 Cavo di ricarica

10 Batteria

- 10 Ricarica della batteria
- 10 Consigli e precauzioni per la ricarica della batteria

12 Come indossare il Fit

- 12 Applicazione e rimozione del cinturino
- 14 Come mettere il Fit
- 14 Consigli e precauzioni sul cinturino
- 15 Come indossare il Fit per misurazioni accurate

17 Accensione e spegnimento del Fit

18 Connessione del Fit a un telefono

- 18 Installazione dell'applicazione Galaxy Wearable
- 18 Connessione del Fit a un telefono tramite Bluetooth

19 Registrazione di un Samsung account sul Fit

20 Controllo dello schermo

- 20 Touchscreen
- 21 Composizione schermo
- 22 Accensione e spegnimento dello schermo
- 22 Passaggio ad un'altra schermata
- 23 Menu Applicazioni
- 23 Schermata di blocco

24 Orologio

- 24 Schermata Orologio
- 24 Modifica del quadrante
- 24 Attivazione di Always On Display

25 Notifiche

- 25 Pannello delle notifiche
- 26 Controllo delle notifiche in arrivo
- 26 Selezionare le applicazioni da cui ricevere notifiche

27 Pannello rapido

Applicazioni e funzionalità

29 Consultazione e risposta ai messaggi

29 Rifiuto di una chiamata

30 Health

- 30 Introduzione
- 31 Attività giornaliera
- 32 Passi
- 33 Allenamento
- 38 Durata allenamento questa settimana
- 40 Sonno
- 43 Cibo
- 44 Freq. card.
- 46 Stress
- 48 Monitoraggio ciclo
- 49 Acqua
- 50 Ossigeno nel sangue
- 52 Together
- 53 Impostazioni

53 Controller multimediale

54 Calendario

54 Meteo

54 Sveglia

55 Fusi orari

55 Timer

56 Cronometro

56 Trova tel. pers.

56 Trova fascia personale

57 Invio di un SOS

- 57 Introduzione
- 57 Preimpostazione della richiesta di SOS
- 58 Richiesta di SOS
- 59 Richiesta di SOS a seguito di infortunio da caduta
- 59 Interruzione della condivisione delle informazioni di posizione

59 Calcolatrice

60 Camera Remote

61 Impostazioni

- 61 Introduzione
- 61 Modalità
- 61 Notifiche
- 62 Vibrazione
- 62 Schermo
- 63 Health
- 63 Sicurezza e privacy
- 63 Sicurezza ed emergenza
- 64 Funzioni avanzate
- 64 Generale
- 64 Informazioni sulla fascia

Applicazione Galaxy Wearable

65 Introduzione

66 Quadranti orologio

67 Schermata Applicazioni

67 Schede

67 Pannello rapido

68 Impostazioni fascia

- 68 Introduzione
- 68 Samsung account
- 68 Modalità
- 68 Notifiche
- 69 Vibrazione
- 69 Schermo
- 69 Samsung Health
- 69 Sicurezza ed emergenza
- 70 Account e backup
- 71 Funzioni avanzate
- 71 Meteo
- 72 Generale
- 72 Aggiornamento software fascia
- 72 Informazioni sulla fascia

72 Trova fascia personale

Avvisi sull'utilizzo

- 73 Precauzioni sull'utilizzo del dispositivo**
- 75 Note su contenuto della confezione e accessori**
- 76 Mantenimento della resistenza all'acqua e alla polvere del dispositivo**
- 78 Precauzioni contro il surriscaldamento**
- 78 Pulizia e gestione del Fit**
- 79 Prestate attenzione a eventuali allergeni del Fit**

Appendice

- 80 Risoluzione dei problemi**
- 84 Rimozione della batteria**

Operazioni preliminari

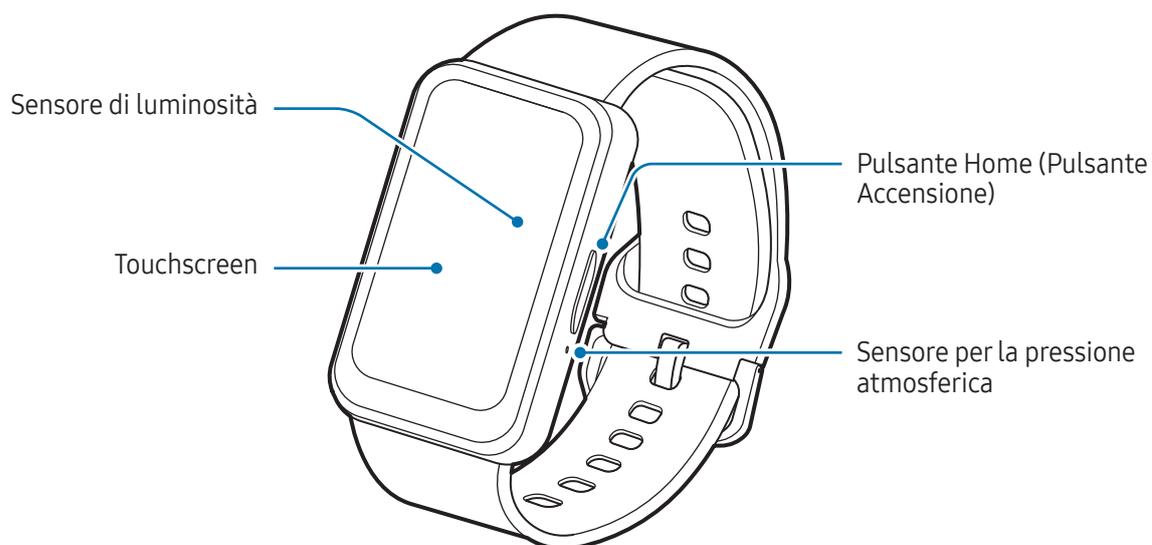
Info su Galaxy Fit3

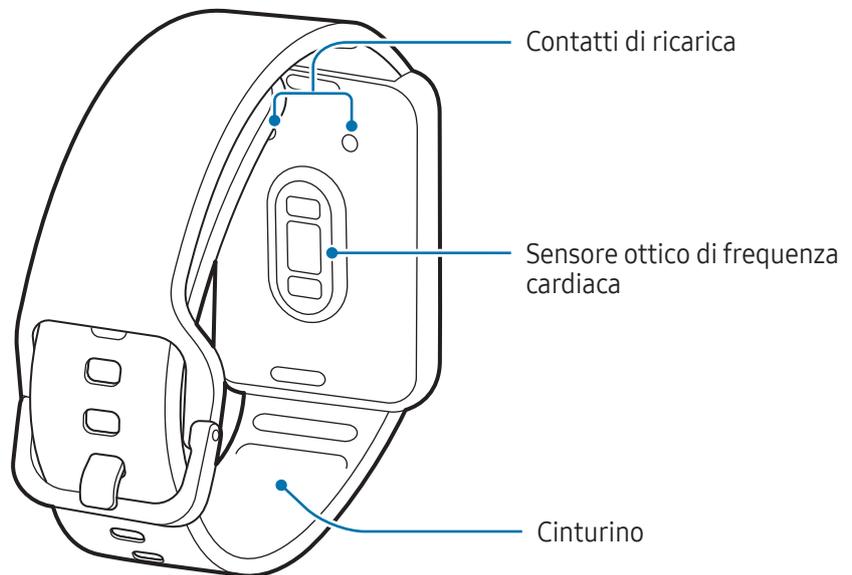
Galaxy Fit3 (di seguito, Fit) è un braccialetto smart in grado di analizzare le abitudini di allenamento, gestire la salute e offrire una serie di applicazioni utili. Potete cercare le funzionalità e avviarle toccando lo schermo, oppure cambiare il quadrante in base ai vostri gusti.

Potete utilizzare il Fit dopo averlo connesso al telefono.

Componenti e funzioni del dispositivo

Fit







- Utilizzate il dispositivo in un luogo senza interferenze magnetiche affinché il dispositivo funzioni correttamente.
- Il dispositivo e alcuni accessori (venduti separatamente) contengono magneti. Tenetelo lontano da carte di credito, dispositivi medici impiantati e altri dispositivi che possano subire l'influenza dei magneti. In caso di dispositivi medici, mantenete il dispositivo a una distanza superiore ai 15 cm. Interrompete l'uso del dispositivo se sospettate eventuali interferenze con il dispositivo medico e consultate il vostro medico, oppure il produttore del vostro dispositivo medico.
- Se avete un dispositivo medico cardiaco impiantato, non inserite il dispositivo in una tasca vicina al dispositivo impiantato, ad esempio la tasca sul petto o quella interna della giacca.
- Mantenete una distanza di sicurezza tra gli oggetti sensibili ai magneti e il dispositivo e alcuni accessori (venduti separatamente) che contengono magneti. Oggetti come carte di credito, libretti bancari, tessere di accesso, carte di imbarco o tessere per il parcheggio potrebbero subire danni o essere disattivati dai magneti contenuti nel dispositivo.



- Assicuratevi che il cinturino rimanga pulito. Il contatto con contaminanti come polvere e tinture, può causare macchie sul cinturino che potrebbe non essere possibile rimuovere completamente.
- Non inserite oggetti appuntiti nei fori esterni del Fit. Le componenti interne potrebbero danneggiarsi e la resistenza all'acqua venir meno.
- L'uso del Fit con il corpo in vetro danneggiato potrebbe comportare il rischio di infortunio. Utilizzate il Fit solo dopo averlo fatto riparare in un Centro assistenza Samsung o in un centro assistenza autorizzato.

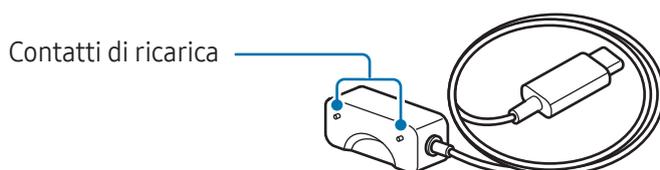


- Nelle seguenti situazioni, possono verificarsi problemi di connettività e un consumo eccessivo della batteria:
 - Se applicate adesivi metallici sull'area dell'antenna del Fit
- Non coprite l'area del sensore di luminosità con accessori, come adesivi o cover. Ciò potrebbe causare il malfunzionamento del sensore.

Tasto

Tasto	Funzione
Pulsante Home	<ul style="list-style-type: none">• Quando il Fit è spento, premete per accenderlo.• Quando il Fit è acceso, tenete premuto per più di 8 secondi per spegnerlo.• Quando lo schermo è spento, premete per accendere lo schermo.• Premete due volte per aprire l'applicazione o la funzionalità impostata. (Impostazioni → Funzioni avanzate → Doppia pressione pulsante Home)• Premete per aprire la schermata Orologio quando vi trovate in una schermata qualsiasi.

Cavo di ricarica



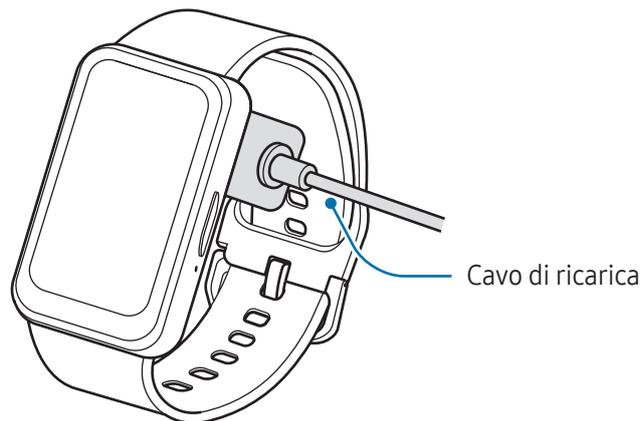
-  Non esponete il cavo di ricarica all'acqua in quanto il cavo di ricarica non è dotato della stessa certificazione di resistenza ad acqua e polvere del Fit.

Batteria

Ricaricate la batteria al primo utilizzo del Fit o quando è rimasto inutilizzato per molto tempo.

Ricarica della batteria

- 1 Collegate il cavo di ricarica all'alimentatore USB.
- 2 Collegate il Fit al cavo di ricarica.



- 3 Quando la batteria è completamente carica, scollegate il Fit dal cavo di ricarica.

Verifica dello stato di ricarica

Durante la ricarica potete verificare lo stato di ricarica sullo schermo. Se lo stato di ricarica non compare sullo schermo, nel menu Applicazioni, toccate **Impostazioni** → **Schermo** e toccate il cursore **Mostra info ricarica** per attivare questa funzione.

Consigli e precauzioni per la ricarica della batteria

- ⚠ Utilizzate solo batterie, caricabatteria e cavi approvati da Samsung appositamente progettati per il Fit. Caricabatteria e cavi non compatibili possono causare lesioni gravi o danneggiare il dispositivo.
- ⚠
 - Il collegamento errato del caricabatteria potrebbe causare gravi danni al dispositivo. I danni causati da un uso improprio non sono coperti dalla garanzia.
 - Utilizzate solo il cavo di ricarica fornito con il Fit. Il Fit non può essere ricaricato correttamente con un cavo di ricarica di terze parti.
 - Ricaricando il Fit con il cavo di ricarica bagnato, il dispositivo potrebbe subire danni. Asciugate bene il cavo di ricarica prima di ricaricare il Fit.



- Per risparmiare energia, scollegate il caricabatteria quando non lo utilizzate. Il caricabatteria non è dotato di interruttore, pertanto dovete scollegarlo dalla presa di corrente quando non è in uso per evitare di consumare energia. Il caricabatteria dovrebbe rimanere vicino alla presa di corrente ed essere facilmente accessibile durante la ricarica.
- Quando utilizzate un caricabatteria, si raccomanda di utilizzare un caricabatteria approvato, che garantisca le prestazioni di ricarica.
- L'eventuale presenza di materiali estranei tra il Fit e il cavo di ricarica potrebbe impedire la ricarica corretta. Verificate l'eventuale presenza di sudore, liquidi o polvere prima di procedere alla ricarica.
- Se la batteria è completamente scarica, il Fit non può essere acceso immediatamente quando viene collegato il cavo di ricarica. Lasciate caricare la batteria per alcuni minuti prima di accenderlo.
- Se utilizzate più applicazioni contemporaneamente o applicazioni che richiedono la connessione a un altro dispositivo, la batteria si consumerà più velocemente. Per evitare che la batteria si scarichi durante il trasferimento dati, utilizzate queste applicazioni dopo aver ricaricato completamente la batteria.
- Connettendo il cavo di ricarica a un'altra fonte di alimentazione, come un computer o un caricabatterie multiplo, il Fit potrebbe non ricaricarsi correttamente o potrebbe farlo più lentamente a causa di una corrente elettrica poco intensa.
- Durante la ricarica potete utilizzare il Fit, ma la batteria viene ricaricata più lentamente.
- Se l'alimentazione del Fit è instabile quando viene contemporaneamente utilizzato e ricaricato, il touchscreen potrebbe non rispondere. In questo caso, disconnettete il Fit dal cavo di ricarica.
- Durante la ricarica il Fit potrebbe surriscaldarsi. Ciò è normale e non dovrebbe influire sulla durata o sulle prestazioni del Fit. Prima di indossare il Fit per utilizzarlo, lasciatelo raffreddare per un po'. Se la batteria dovesse scaldarsi più del solito, il caricabatteria potrebbe interrompere il caricamento.
- Se il Fit non si ricarica correttamente, portate il Fit e il cavo di ricarica presso un centro assistenza Samsung o un centro assistenza autorizzato.
- Evitate di utilizzare un cavo di ricarica piegato o danneggiato. Se il cavo di ricarica è danneggiato, interrompetene l'uso.

Come indossare il Fit

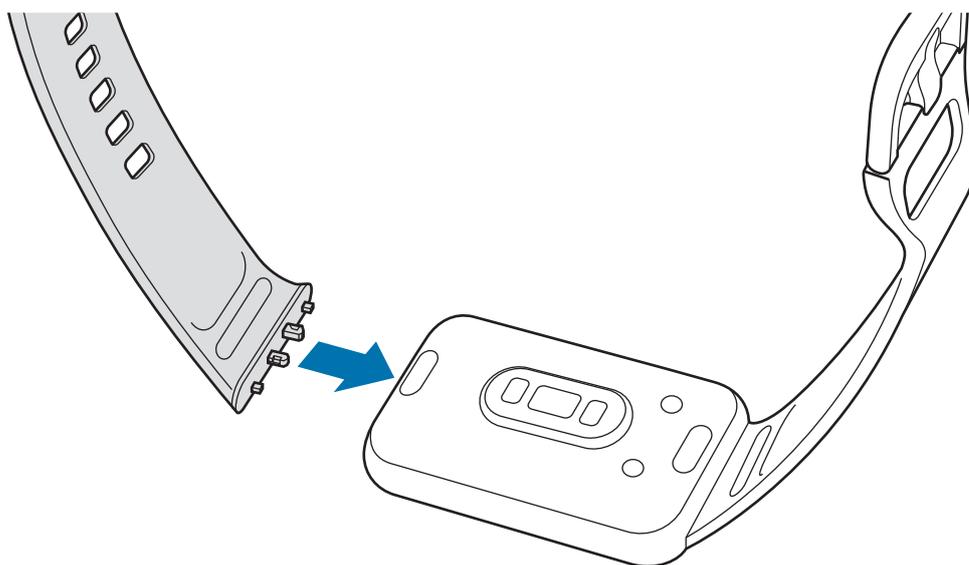
Applicazione e rimozione del cinturino

Agganciate il cinturino prima di utilizzare il Fit. Potete sganciare il cinturino dal Fit e sostituirlo con uno nuovo.

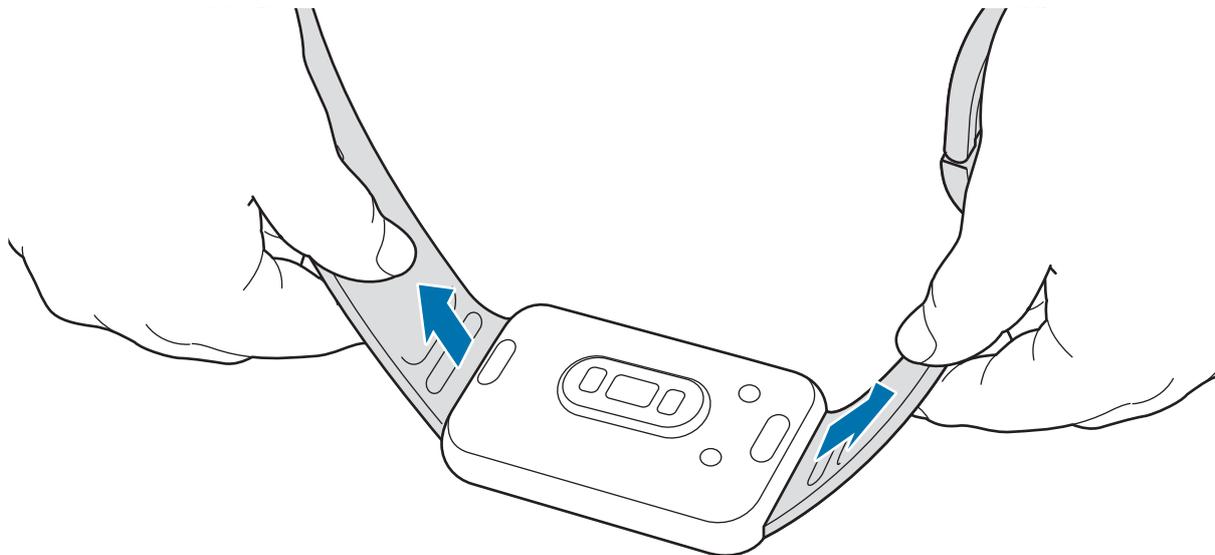
⚠ Attenzione a non danneggiarvi le unghie quando agganciate o rimuovete i cinturini.

📄 Il cinturino in dotazione potrebbe variare in base al paese.

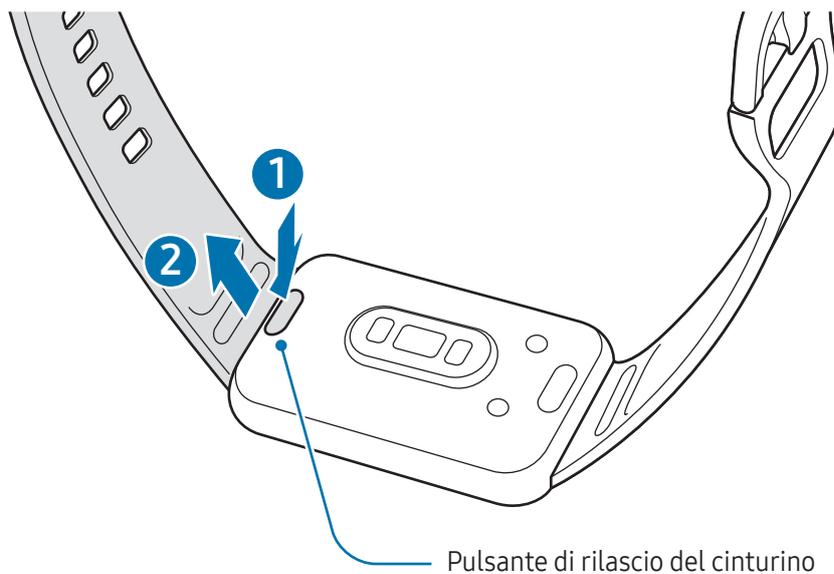
1 Applicate il cinturino al Fit.



- 2 Tirate delicatamente da entrambi i lati del cinturino per agganciarlo saldamente ed evitare che si sganci dal Fit.



Rimuovete il cinturino tenendo premuto il pulsante di rilascio del cinturino.



Come mettere il Fit

Sganciate la fibbia e indossate il Fit intorno al polso. Adattate il cinturino al polso, inserite il fermo in uno dei fori, quindi assicurate la fibbia per chiuderlo. Se il cinturino è troppo stretto, utilizzate il foro successivo.



Non piegate eccessivamente il cinturino. Farlo potrebbe danneggiare il Fit.



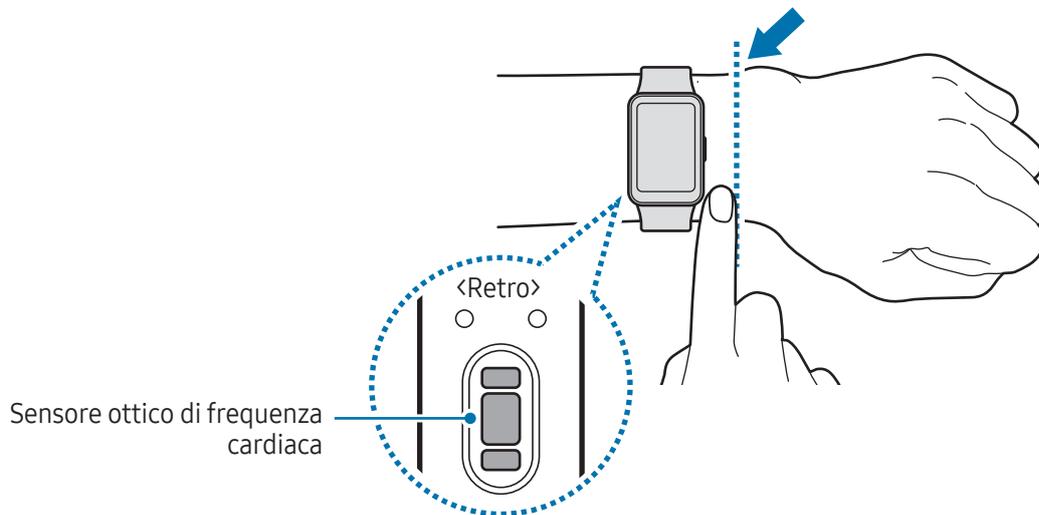
- Per misurare in modo più preciso la vostra condizione fisica, indossate il Fit saldamente intorno alla parte inferiore del braccio, appena sopra il polso. Fate riferimento alla sezione [Come indossare il Fit per misurazioni accurate](#) per maggiori informazioni.
- In caso di contatto di determinati materiali con il retro del Fit, questo è in grado di rilevare che lo state indossando al polso a seconda del tipo di materiale.
- Se il sensore posto sul retro del Fit non è a contatto con il polso per più di 10 minuti, il Fit potrebbe rilevare che non lo state indossando.

Consigli e precauzioni sul cinturino

- Per una misurazione accurata, il Fit va indossato ben aderente al polso. Dopo la misurazione, allentate il cinturino per far prendere aria alla pelle. Si consiglia di indossare il Fit in modo che non sia troppo largo o stretto e che sia comodo in circostanze normali.
- L'uso del Fit per lunghi periodi o per la pratica di attività sportive ad alta intensità può determinare irritazione cutanea a causa di determinati fattori, tra cui attrito, pressione o umidità. Se avete indossato a lungo il Fit, rimuovetelo dal polso per un po' per mantenere la pelle sana e consentire al polso di riposare.
- Allergie ai componenti, i fattori ambientali, il sapone o il sudore possono provocare irritazioni alla pelle a contatto con l'orologio. In questo caso, interrompete immediatamente l'uso del Fit e attendete 2 o 3 giorni finché i sintomi si saranno alleviati. Se i sintomi persistono o peggiorano, contattate il medico.
- Assicuratevi che la pelle sia asciutta prima di indossare il Fit. Se indossate il Fit per molto tempo con la pelle bagnata, questa potrebbe irritarsi.
- Se utilizzate il Fit in acqua, rimuovete i materiali estranei dalla cute e dal Fit e asciugateli bene per evitare irritazioni cutanee.
- In acqua, utilizzate solo i componenti forniti con il Fit.

Come indossare il Fit per misurazioni accurate

Per ottenere misurazioni accurate, indossate saldamente il Fit intorno alla parte inferiore del braccio sopra il polso, lasciando un dito di spazio come mostrato nell'immagine di seguito.



- ❗ Se il Fit è troppo stretto può causare irritazioni cutanee mentre, se è troppo largo, potrebbe causare uno sfregamento.
- Non guardate direttamente le luci del sensore ottico di frequenza cardiaca. Accertatevi che i bambini non guardino direttamente le luci. Farlo potrebbe causare danni alla vista.
- Se il Fit diventa caldo al tatto, rimuovetelo finché non si sarà raffreddato. L'esposizione prolungata della pelle alla superficie calda del Fit potrebbe provocare ustioni a bassa temperatura.



- Utilizzate la funzione frequenza cardiaca solo per misurare la vostra frequenza cardiaca. La precisione del sensore ottico di frequenza cardiaca potrebbe diminuire in base all'ambiente circostante, alle condizioni di misurazione e allo stato fisiologico dell'utente.
- Dato che la misurazione può risentire delle basse temperature, per misurare la frequenza cardiaca in inverno o al freddo, mantenete una temperatura corporea sufficientemente elevata.
- Fumare o consumare alcol prima di una misurazione potrebbe alterare la vostra frequenza cardiaca rispetto a quella normale.
- Durante la misurazione della frequenza cardiaca non muovetevi, non parlate, non sbadigliate e non respirate profondamente. Ciò potrebbe causare imprecisione nella misurazione della frequenza cardiaca.
- Se la frequenza cardiaca è eccessivamente alta o bassa, la misurazione potrebbe risultare imprecisa.
- Quando si misura la frequenza cardiaca dei bambini, il risultato potrebbe non essere preciso.
- Gli utenti con polsi sottili potrebbero ottenere misurazioni della frequenza cardiaca imprecise quando il Fit non è stretto a sufficienza, dovute a un riflesso non uniforme della luce. In questo caso, indossate il Fit dalla parte interna del braccio.
- Se la misurazione della frequenza cardiaca non funziona correttamente, regolate la posizione del sensore ottico di frequenza cardiaca del Fit a destra, sinistra, in alto o in basso sul polso, oppure indossate il Fit sulla parte interna del braccio in modo che il sensore sia a contatto con la pelle.
- Se il sensore ottico di frequenza cardiaca è sporco, pulitelo e provate di nuovo. In presenza di materiali estranei che impediscono un riflesso non uniforme della luce, la misurazione potrebbe non essere precisa.
- Il funzionamento del sensore ottico di frequenza cardiaca potrebbe risentire della presenza di tatuaggi, segni e peli sul polso su cui indossate il Fit. Ciò potrebbe impedire al Fit di riconoscere che lo state indossando e le funzionalità del Fit potrebbero non funzionare correttamente. Quindi, indossate il Fit su un polso che non interferisca con le funzionalità del Fit.
- Le misurazioni potrebbero non funzionare correttamente a causa di determinati fattori, ad esempio l'ostruzione del raggio di luce proveniente dal sensore ottico di frequenza cardiaca, la luminosità dell'incarnato, il flusso sanguigno sottocutaneo e la pulizia dell'area del sensore.

Accensione e spegnimento del Fit

- Attenetevi a tutte le avvertenze e indicazioni specificate dal personale autorizzato quando vi trovate in aree in cui l'utilizzo dei dispositivi senza fili è limitato, come ad esempio su aeroplani e ospedali.



Accensione del Fit

Premete il pulsante Home per accendere il Fit.

Quando accendete il Fit per la prima volta oppure lo ripristinate, sullo schermo compaiono le istruzioni per avviare l'applicazione Galaxy Wearable sul telefono. Fate riferimento alla sezione [Connessione del Fit a un telefono](#) per maggiori informazioni.

Spegnimento del Fit

- 1 Tenete premuto il pulsante Home per più di 8 secondi. In alternativa, aprite il pannello rapido trascinando verso il basso dal bordo superiore dello schermo e toccate .
- 2 Toccate **Spegni**.

- Smettete di premere il pulsante Home Stop quando entrate nelle opzioni di accensione o spegnimento. Continuando a tenere premuto il pulsante Home, potrebbe verificarsi il riavvio forzato del Fit.

Riavvio forzato

Se il Fit si blocca e non risponde, tenete premuto il pulsante Home per più di 11 secondi per riavviarlo.

Connessione del Fit a un telefono

Installazione dell'applicazione Galaxy Wearable

Per connettere il Fit a un telefono, installate l'applicazione Galaxy Wearable sul telefono.

In base al telefono, potete scaricare l'applicazione Galaxy Wearable dalle seguenti sorgenti:

- Telefoni Samsung Android: **Galaxy Store**, **Play Store**
- Altri telefoni Android: **Play Store**



- È compatibile con i telefoni Android che supportano i servizi mobili Google.
- Non potete installare l'applicazione Galaxy Wearable su telefoni che non supportano la sincronizzazione con il Fit. Accertatevi che il telefono sia compatibile con il Fit.
- Non potete connettere il Fit a un tablet o a un computer.

Connessione del Fit a un telefono tramite Bluetooth

- 1 Accendete il Fit.
- 2 Scorrete verso l'alto dalla parte inferiore dello schermo.
A schermo compaiono le istruzioni per aprire l'applicazione Galaxy Wearable.
- 3 Aprite l'applicazione **Galaxy Wearable** sul telefono.
Se l'applicazione Galaxy Wearable non è aggiornata all'ultima versione, aggiornate l'applicazione all'ultima versione.
- 4 Toccate **Continua**.
- 5 Selezionate il Fit sulla schermata.
Se il Fit non è presente, toccate **Problemi di connessione?**
- 6 Seguite le istruzioni sullo schermo per completare la connessione.
A connessione avvenuta, toccate **Avvia** e seguite le istruzioni visualizzate per imparare i controlli di base del Fit.



- La schermata di configurazione iniziale potrebbe variare in base all'area geografica.
- I metodi di connessione potrebbero variare a seconda dell'area geografica, del modello, del telefono e della versione del software.
- Quando connettete il Fit a un telefono per la prima volta oppure dopo averlo ripristinato, la batteria del Fit potrebbe consumarsi più rapidamente durante la sincronizzazione dei dati.
- Le funzioni e i telefoni supportati potrebbero variare in base all'area geografica, al gestore o al produttore del dispositivo.
- Quando non riuscite a stabilire una connessione Bluetooth tra il Fit e il telefono, in alto sulla schermata Orologio compare l'indicatore di stato .

Connessione del Fit a un nuovo telefono

Quando connettete il Fit a un nuovo telefono, il Fit ripristinerà tutti i dati personali. Quando compare il messaggio prima della connessione del Fit a un nuovo telefono, toccate **Backup dei dati** per effettuare il backup dei dati in memoria. Connettendo il Fit a un nuovo telefono, è possibile ripristinare sia i backup di dati manuali sia quelli effettuati in automatico.

- 1 Nel menu Applicazioni, toccate **Impostazioni** → **Generale** → **Ripristina**.

Dopo un ripristino, il Fit entra automaticamente in modalità abbinamento Bluetooth.

- 2 Sul nuovo telefono, aprite l'applicazione **Galaxy Wearable** per effettuare la connessione al Fit.



Se il telefono da connettere è già connesso a un altro dispositivo, aprite l'applicazione **Galaxy Wearable** sul telefono e toccate  → **Connetti nuovo dispositivo** per connettere un nuovo dispositivo.

Registrazione di un Samsung account sul Fit

Registrate il Samsung account sul telefono connesso per accedere alle varie funzionalità del Fit.

- 1 Aprite l'applicazione **Galaxy Wearable** sul telefono.
- 2 Toccate **Impostazioni fascia** → **Samsung account**.
In alternativa, toccate **Impostazioni fascia** → **Account e backup** → **Samsung account**.
- 3 Seguite le istruzioni sullo schermo per effettuare l'accesso al vostro Samsung account sul telefono. Se l'accesso al Samsung account è già effettuato, potete verificare il Samsung account registrato.

Controllo dello schermo

Touchscreen

Toccare

Toccate lo schermo.



Tenere premuto

Tenete premuto sullo schermo per circa 2 secondi.



Scorrere

Scorrete in alto, in basso, verso sinistra o destra.



- Evitate il contatto tra il touchscreen e altri dispositivi elettrici. Le scariche elettrostatiche possono causare il malfunzionamento del touchscreen.
- Per evitare di danneggiare il touchscreen, non toccatelo con oggetti appuntiti e non premete eccessivamente con le dita o altri oggetti.
- Si consiglia di non utilizzare elementi grafici fissi su tutto o parte dello schermo per periodi prolungati. In caso contrario, potrebbe verificarsi la comparsa di immagini residue (burn-in dello schermo) o mosse.

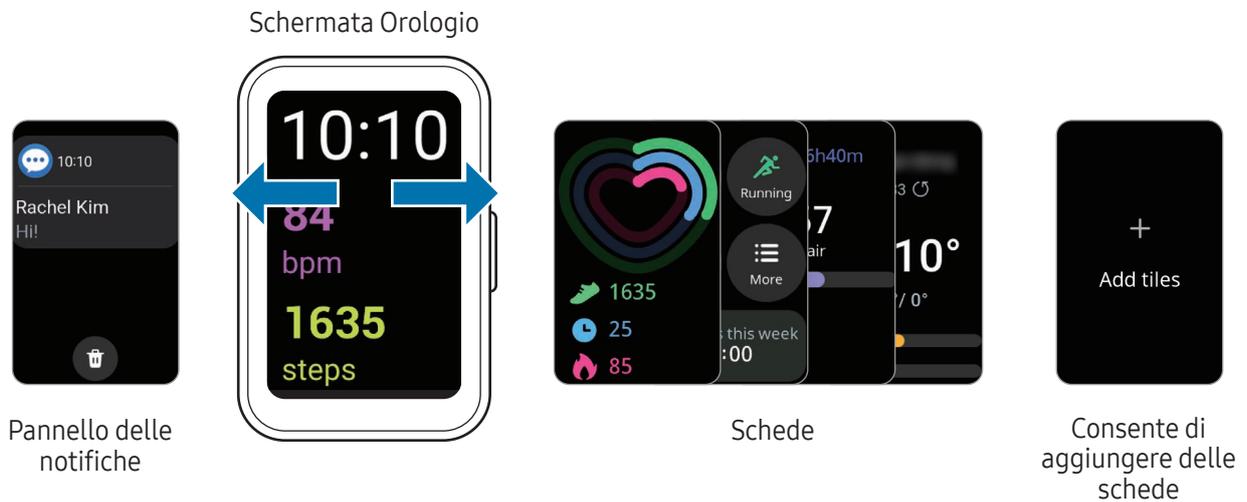


- Il Fit potrebbe non riconoscere l'input tattile in prossimità del bordo dello schermo, che rimane al di fuori dell'area dell'input tattile.
- Il touchscreen non è disponibile quando è attiva la modalità Blocco in acqua.

Composizione schermo

La schermata Orologio è il punto iniziale della schermata Home, composta da diverse pagine.

Potete consultare le schede o aprire il pannello delle notifiche scorrendo sullo schermo verso sinistra o destra.



 I pannelli e le schede disponibili e la loro distribuzione potrebbero variare in base alla versione del software.

Utilizzo delle schede

Per aggiungere una scheda, toccate **Aggiungi schede** e selezionate una scheda.

Tenendo premuto su una scheda, potete accedere alla modalità modifica per modificare la disposizione delle schede o rimuoverle.

- **Spostamento della scheda:** toccate **<** o **>**, quindi toccate **■** nella posizione desiderata.
- **Rimozione della scheda:** toccate **⊖** sulla scheda per rimuoverla.
- **Modifica della scheda:** toccate **Modifica** per configurare la scheda.

 Potete modificare solo alcune schede.

Accensione e spegnimento dello schermo

Accensione dello schermo

Utilizzate i seguenti metodi per accendere lo schermo.

- **Accensione dello schermo tramite pulsante:** premete il pulsante Home.
- **Accensione dello schermo sollevando il polso:** sollevate il polso su cui indossate il Fit. Se lo schermo non si accende dopo aver sollevato il polso, toccate **Impostazioni** nel menu Applicazioni, toccate **Schermo**, quindi toccate il cursore **Alza polso per attivare** sotto **Attivazione schermo** per attivare questa funzione.
- **Accensione dello schermo toccando lo schermo:** toccate lo schermo. Se lo schermo non si accende dopo aver toccato lo schermo, toccate **Impostazioni** nel menu Applicazioni, toccate **Schermo**, quindi toccate il cursore **Tocca sch. per attivare** sotto **Attivazione schermo** per attivare questa funzione.

Spegnimento dello schermo

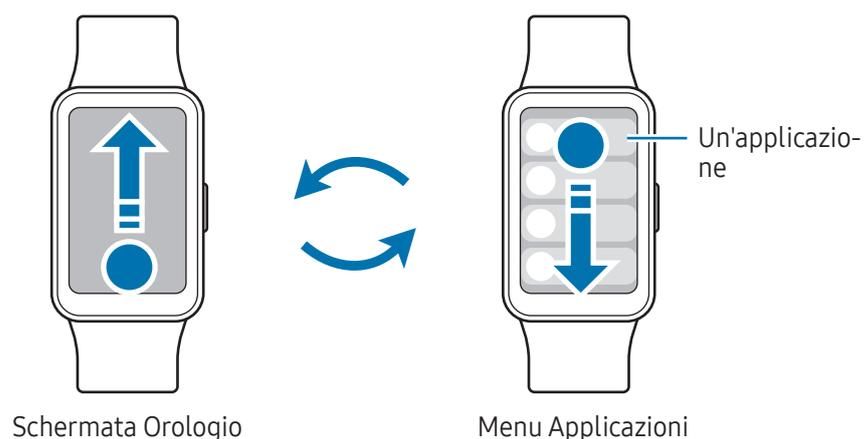
Per spegnere lo schermo, copritelo con il palmo della mano o con un'altra parte del corpo. Inoltre, lo schermo si spegne automaticamente se il Fit non viene utilizzato per un periodo specifico.

Passaggio ad un'altra schermata

Passaggio dalla schermata Fit al menu Applicazioni

Nella schermata Orologio, scorrete verso l'alto o il basso per aprire il menu Applicazioni.

Per tornare alla schermata Orologio, scorrete verso il basso dalla parte superiore del menu Applicazioni. In alternativa, premete il pulsante Home.



Ritorno alla schermata precedente

Per tornare alla schermata precedente, scorrete verso destra sullo schermo.

Menu Applicazioni

Il menu Applicazioni visualizza le icone di tutte le applicazioni installate sul Fit.

Nel menu Applicazioni, selezionate l'applicazione da aprire.



Le applicazioni disponibili potrebbero variare in base alla versione del software.

Schermata di blocco

Utilizzate il blocco schermo per proteggere i dati, ad esempio le informazioni personali salvate sul Fit.

Dopo aver attivato questa funzionalità, il Fit richiede lo sblocco a ogni uso. Tuttavia, sbloccandolo una volta mentre indossate il Fit, questo rimane sbloccato.

Impostazione del blocco schermo

Nel menu Applicazioni, toccate **Impostazioni** → **Sicurezza e privacy** → **Tipo di blocco** e selezionate il metodo di blocco.

- **PIN**: consente di inserire un PIN composto da numeri per sbloccare lo schermo.

Orologio

Schermata Orologio

Potete conoscere l'ora corrente oppure consultare altre informazioni. Quando non siete sulla schermata Orologio, premete il pulsante Home per tornare alla schermata Orologio.

Modifica del quadrante

- 1 Aprite l'applicazione **Galaxy Wearable** sul telefono.
 - 2 Toccate **Quadranti orologio** e selezionate un quadrante.
Selezionando determinati quadranti, ad esempio le **Photos**, potete personalizzarli. Fate riferimento alla sezione [Creazione dei quadranti Foto](#) per maggiori informazioni.
-  Inoltre, potete cambiare il quadrante dal Fit. Tenete premuto sulla schermata Orologio e selezionate un quadrante scorrendo verso sinistra o destra sullo schermo.

Attivazione di Always On Display

Impostate il Fit in modo da visualizzare le informazioni, ad esempio data e ora, con lo schermo spento e mentre indossate il Fit. Tuttavia, utilizzando questa funzionalità la batteria si consuma più rapidamente del normale.

Per utilizzare questa funzione, aprite il pannello rapido trascinando verso il basso dal bordo superiore dello schermo e toccate . In alternativa, nel menu Applicazioni, toccate **Impostazioni** → **Schermo**, quindi toccate il cursore **Always On Display** per attivare questa funzione.

Notifiche

Pannello delle notifiche

Controllate le notifiche, come nuovi messaggi, eventi o chiamate perse sul pannello delle notifiche. Nella schermata Orologio, scorrete verso destra sullo schermo per aprire il pannello delle notifiche.

In caso di nuove notifiche, sulla schermata Orologio compare un indicatore notifiche arancione.

Se l'indicatore notifiche non compare, nel menu Applicazioni, toccate **Impostazioni** → **Notifiche** → **Impostazioni avanzate** e toccate il cursore **Indicatore notifica** per attivare questa funzione.

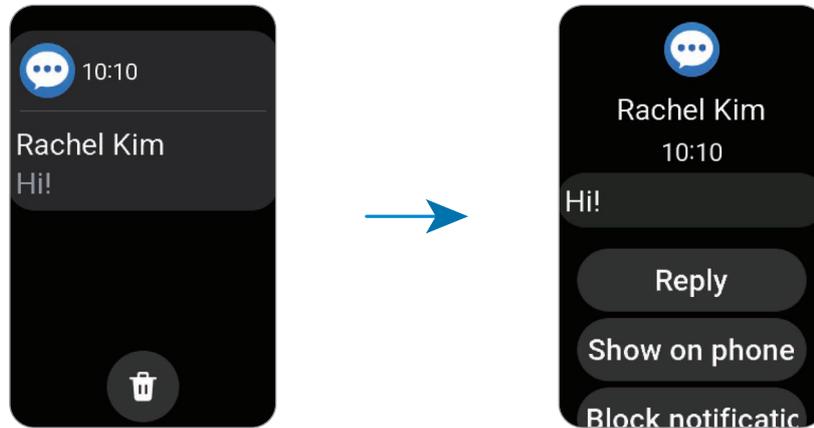


- Potete ricevere notifiche solo mentre indossate il Fit.
- Quando utilizzate il telefono, non potete ricevere le notifiche sul Fit. Per controllare le notifiche sul Fit anche mentre state utilizzando il telefono, toccate **Impostazioni** nel menu Applicazioni, toccate **Notifiche** → **Mostra notifiche dello smartphone sulla fascia**, quindi selezionate **Mostra avvisi anche con smartphone in uso**.

Controllo delle notifiche in arrivo

Quando ricevete una notifica, sullo schermo compaiono le informazioni relative alla notifica, ad esempio il tipo o l'orario in cui l'avete ricevuta. Se ricevete più di due notifiche, scorrete verso l'alto o il basso sullo schermo per controllare altre notifiche.

Toccate la notifica per controllare i dettagli.



Toccate  per eliminare tutte le notifiche.

Selezionare le applicazioni da cui ricevere notifiche

Selezionate un telefono o un'applicazione del Fit per ricevere le notifiche sul Fit.

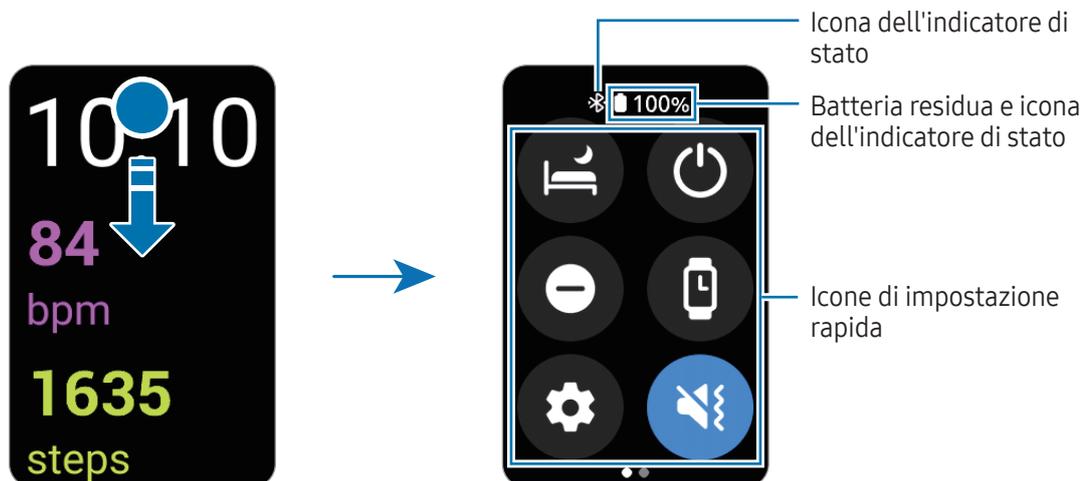
- 1 Aprite l'applicazione **Galaxy Wearable** sul telefono.
- 2 Toccate **Impostazioni fascia** → **Notifiche** → **Notifiche applicazione**.
- 3 Toccate il cursore in corrispondenza delle applicazioni per ricevere le notifiche dall'elenco applicazioni.

Pannello rapido

Controllate lo stato attuale del Fit e configurate le impostazioni dal pannello rapido.

Per aprire il pannello rapido, trascinate verso il basso dal bordo superiore dello schermo. Per chiudere il pannello rapido, scorrete verso l'alto sullo schermo.

Scorrete verso sinistra o destra sullo schermo per passare al pannello rapido successivo o precedente.



Controllo delle icone dell'indicatore di stato

Le icone dell'indicatore di stato compaiono in cima al pannello rapido e vi informano sullo stato del Fit. Le icone più comuni sono riportate nella tabella.

Icona	Significato
✳️	Bluetooth connesso
🔋	Livello di carica della batteria



- Alcune icone dell'indicatore di stato che mostrano determinate situazioni, ad esempio quando usate alcune modalità o ricaricate il Fit, compaiono anche in cima alla schermata Orologio. Per nascondere le icone dell'indicatore di stato nella schermata Orologio, toccate **Impostazioni** nel menu Applicazioni, toccate **Funzioni avanzate** → **Indicatori di stato**, quindi selezionate **Nascondi dopo 2 secondi**.
- Le icone dell'indicatore di stato e il loro aspetto potrebbero variare a seconda dell'area geografica, del gestore o del modello.

Controllo delle icone di impostazioni rapide

Sul pannello rapido compaiono le icone di impostazioni rapide. Toccate l'icona per modificare le impostazioni di base oppure per avviare la funzione. Per accedere a impostazioni più dettagliate, tenete premuta l'icona di impostazioni rapide.

Per maggiori informazioni sull'aggiunta o la rimozione delle icone di impostazioni rapide dal pannello rapido, fate riferimento alla sezione [Aggiunta o rimozione delle icone di impostazioni rapide](#).

Icona	Significato
	Consente di attivare la modalità Sonno
	Consente di accedere alle opzioni di Accensione o spegnimento
	Consente di attivare la modalità Non disturbare
	Consente di attivare Always On Display
	Consente di aprire Impostazioni
	Consente di attivare le modalità vibrazione o silenzioso
	Consente di attivare il flash
	Consente di aprire l'applicazione Trova tel. pers.
	Consente di attivare la modalità Teatro
	Consente di attivare la modalità Offline
	Consente di attivare la modalità Blocco in acqua
	Consente di regolare la luminosità

 L'aspetto delle icone di impostazione rapida può variare a seconda della versione del software del telefono connesso.

Applicazioni e funzionalità

Consultazione e risposta ai messaggi

- 1 Aprite il pannello delle notifiche.
- 2 Toccate la notifica di un nuovo messaggio.

Per visualizzare un messaggio sul telefono, toccate **Mostra su tel.**

Per rispondere a un messaggio dal Fit, toccate **Rispondi** e selezionate un modello di messaggio.

Per eliminare un messaggio, toccate .

Rifiuto di una chiamata

Quando ricevete una chiamata, trascinate  fuori dal cerchio grande.

Per inviare un messaggio di rifiuto al chiamante, toccate **Invia messaggio** e selezionate il messaggio desiderato.

 In caso di chiamata persa, sul pannello delle notifiche compare una notifica di chiamata persa. Nel pannello delle notifiche, visualizzate le notifiche delle chiamate perse.

Health

Introduzione

L'applicazione Health registra e gestisce il vostro sonno e le vostre attività nelle 24 ore per coltivare abitudini sane. Potete salvare e gestire i dati sulla salute sull'applicazione Samsung Health del telefono connesso.

Dopo esservi allenati consecutivamente per un certo periodo di tempo indossando il Fit, si attiva la funzione di rilevamento automatico dell'allenamento. Inoltre, il Fit vi avvisa e vi mostra alcuni esercizi di stretching da eseguire, oppure visualizza una schermata che vi esorterà a svolgere un'attività leggera quando non rileva alcun movimento per più di 50 minuti. Quando il Fit riconosce che state guidando o dormendo, potrebbe non informarvi o mostrare la schermata per lo stretching nonostante siate fisicamente inattivi.

Visitate www.samsung.com/samsung-health per maggiori informazioni.



Le funzionalità sulla salute hanno soltanto uno scopo di svago, benessere e mantenimento della forma. Non sono adatti all'uso medico. Prima di utilizzare queste funzioni, leggete attentamente le istruzioni.

Attività giornaliera

Verificate il vostro stato di salute attuale, controllate passi, tempo di attività, calorie in attività, varie obiettivi e le informazioni.

Controllo dell'attività giornaliera

Toccate **Health** nel menu Applicazioni e toccate **Attività giornaliera**.



- **Passi:** consente di monitorare il numero di passi percorsi nel corso della giornata. Man mano che vi avvicinate all'obiettivo dei passi, il grafico sale.
- **Tempo di attività:** consente di monitorare il tempo totale di attività fisica nel corso della giornata. Man mano che vi avvicinate all'obiettivo del tempo di attività svolgendo attività leggere, ad esempio stretching o camminata, il grafico sale.
- **Cal. attività:** consente di monitorare la quantità totale di calorie bruciate durante un'attività nel corso della giornata. Man mano che vi avvicinate all'obiettivo delle calorie in attività, il grafico sale.

Per visualizzare informazioni aggiuntive relative all'attività quotidiana, scorrete verso l'alto o il basso sullo schermo.

Impostazione dell'obiettivo di attività giornaliera

- 1 Toccate **Health** nel menu Applicazioni.
- 2 Toccate **Attività giornaliera** e toccate **Imposta obiettivi**.
- 3 Selezionate un'opzione di attività.
- 4 Scorrete verso l'alto o il basso sullo schermo per impostare l'obiettivo.
- 5 Toccate .

Passi

Il Fit conta il numero di passi percorsi.

Misurazione del conteggio dei passi

Toccate **Health** nel menu Applicazioni e toccate **Passi**.



Per visualizzare informazioni aggiuntive relative ai passi, scorrete verso l'alto o il basso sullo schermo.



- Quando iniziate a misurare il conteggio dei passi, il rilevatore monitora i passi e ne mostra il conteggio dopo un breve intervallo di tempo, perché il Fit riconosce con precisione il movimento dopo che avete camminato per un po'. Inoltre, per il conteggio accurato dei passi, potrebbe verificarsi un piccolo ritardo prima della notifica che indica il raggiungimento di un determinato obiettivo.
- Se utilizzate il rilevatore dei passi quando viaggiate in macchina o in treno, la vibrazione potrebbe influenzare il conteggio dei passi.
- Un piano viene calcolato come circa 3 metri. I piani misurati potrebbero non corrispondere al numero di piani effettivi saliti.
- La misurazione dei piani potrebbe non essere precisa, in base all'ambiente, ai movimenti dell'utente e alle condizioni degli edifici.
- La misurazione dei piani potrebbe non essere precisa se acqua (dopo una doccia o altre attività in acqua) o corpi estranei entrano nel sensore per la pressione atmosferica. Se l'orologio viene a contatto con detersivi, sudore o gocce di pioggia, prima dell'uso sciacquate con acqua pulita e asciugate accuratamente il Fit, compreso il sensore per la pressione atmosferica.

Impostazione dell'obiettivo dei passi

- 1 Toccate **Health** nel menu Applicazioni.
- 2 Toccate **Passi** e toccate **Imposta obiettivi**.
- 3 Scorrete verso l'alto o il basso sullo schermo per impostare l'obiettivo.
- 4 Toccate .

Allenamento

Registrate le informazioni sull'allenamento e verificate i risultati.



- Consultate un medico qualificato, prima di utilizzare questa funzione, se presentate una qualsiasi delle seguenti condizioni:
 - Se soffrite di una condizione medica cronica, come malattie cardiache o pressione arteriosa elevata
 - In gravidanza
 - Se non avete l'età ideale per fare esercizio autonomamente
- Se avvertite giramenti di testa, dolore o difficoltà respiratorie durante l'allenamento, interrompete subito l'allenamento e consultate un medico.
- Quando iniziate ad allenarvi viene misurata la frequenza cardiaca. Per ottenere misurazioni accurate, indossate il Fit saldamente intorno alla parte inferiore del braccio appena sopra il polso. Fate riferimento alla sezione [Come indossare il Fit per misurazioni accurate](#) per maggiori informazioni.
- Non muovetevi finché sullo schermo non compare la frequenza cardiaca, in modo da ottenere una misurazione più accurata.
- La vostra frequenza cardiaca potrebbe temporaneamente non comparire a causa di diverse condizioni, ad esempio l'ambiente, lo stato fisico oppure il modo in cui indossate il Fit.

Prestate attenzione alle seguenti condizioni prima di allenarvi con temperature basse:

- Evitate l'uso del dispositivo al freddo. Se possibile, utilizzate il dispositivo al chiuso.
- Se utilizzate il dispositivo all'aperto e al freddo, coprite il Fit con le maniche prima di utilizzarlo.

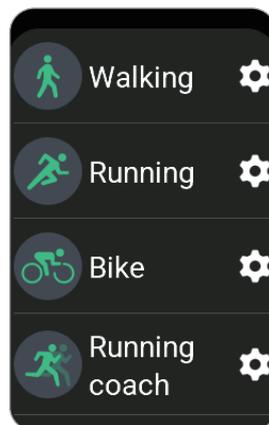
Avvio degli esercizi

1 Toccate **Health** nel menu Applicazioni.

2 Toccate **Allenamento**.

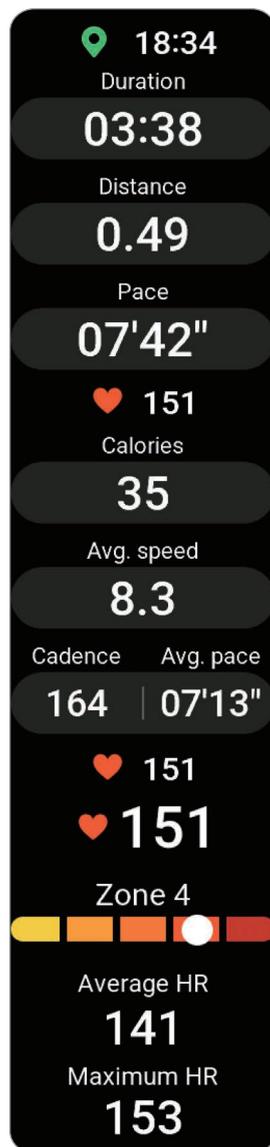
 Potete iniziare l'allenamento direttamente dalla scheda **Allen. multipli** dopo aver aggiunto degli esercizi.

3 Scorrete verso l'alto o il basso sullo schermo per selezionare il tipo di esercizio desiderato.
Se il tipo di esercizio desiderato non è presente, toccate **Aggiungi**, quindi selezionate il tipo di esercizio desiderato.



L'esercizio avrà inizio. Per determinati tipi di esercizio, toccate **Avvia** per iniziare l'esercizio.

- 4 Per consultare le informazioni relative agli esercizi nella schermata di allenamento, ad esempio frequenza cardiaca, distanza o tempo, scorrete verso l'alto o il basso sullo schermo.



Potete riprodurre la musica scorrendo verso sinistra sullo schermo.



- Quando selezionate **Nuoto piscina** o **Nuoto acque lib.**, la modalità Blocco in acqua si attiva automaticamente e il touchscreen non risponde. La modalità Blocco in acqua è una funzionalità che impedisce i tocchi e i comandi involontari sullo schermo quando vi allenate in acqua.
- Selezionando **Nuoto piscina** oppure **Nuoto acque lib.**, il valore registrato potrebbe non essere accurato nei seguenti casi:
 - Se interrompete la nuotata prima di raggiungere il traguardo
 - Se cambiate la bracciata durante l'allenamento
 - Se smettete di muovere le braccia prima di raggiungere il traguardo
 - Se nuotate senza muovere le braccia
 - Se nuotate con un braccio solo
 - Se nuotate sott'acqua
 - Se uscite dall'acqua e iniziate a muovervi sulla terraferma dopo aver avviato l'esercizio
 - Se non mettete in pausa o riprendete l'esercizio, ma terminate l'esercizio durante la fase di recupero

5 Scorrete verso destra sullo schermo e toccate **Fine**.

Per mettere in pausa o riprendere l'esercizio, scorrete verso destra sullo schermo e toccate **Pausa** oppure **Riprendi**.



- Per terminare la nuotata, per prima cosa tenete premuto il pulsante Home per più di 2 secondi per disattivare la modalità Blocco in acqua. Quando la modalità Blocco in acqua viene disattivata, smettete di premere il pulsante Home. Continuando a tenere premuto il pulsante Home, potrebbe verificarsi il riavvio forzato del Fit.
- La riproduzione musicale continuerà anche dopo aver terminato l'allenamento. Per terminare la riproduzione della musica, interrompete la musica prima di terminare l'allenamento oppure aprite l'applicazione **Controller multimediale** per terminare la riproduzione musicale.

6 Scorrete verso l'alto o il basso sullo schermo dopo aver terminato l'esercizio per verificare i risultati.

Esecuzione di più esercizi

Potete registrare diversi esercizi ed eseguire un'intera routine iniziando un altro esercizio subito dopo aver terminato l'esercizio corrente.

Scorrete verso destra sullo schermo mentre vi allenate, toccate **Nuovo**, quindi selezionate il tipo di esercizio successivo per iniziare.



Per terminare la nuotata, per prima cosa tenete premuto il pulsante Home per più di 2 secondi per disattivare la modalità Blocco in acqua. Quando la modalità Blocco in acqua viene disattivata, smettete di premere il pulsante Home. Continuando a tenere premuto il pulsante Home, potrebbe verificarsi il riavvio forzato del Fit.

Impostazione dell'allenamento

- 1 Toccate **Health** nel menu Applicazioni.
 - 2 Toccate **Allenamento**.
 - 3 Toccate  in corrispondenza di ciascun tipo di esercizio e impostate le varie opzioni di allenamento.
 - **Obiettivo:** consente di attivare l'obiettivo per l'esercizio e di impostarlo.
 - **Scherm. Allenam.:** consente di impostare le schermate visualizzate durante l'allenamento.
 - **Guida zona FC:** consente di attivare la funzione e di ricevere avvisi quando raggiungete la frequenza cardiaca impostata.
 - **Guida allo split:** consente di ricevere un avviso quando raggiungete la distanza, il tempo o la durata impostati.
 - **Mess. guida vocale:** consente di ricevere dei messaggi di incoraggiamento per mantenere il giusto ritmo durante l'allenamento.
 - **Pausa autom.:** consente di mettere automaticamente in pausa la funzione allenamento del Fit quando interrompete l'allenamento.
 - **Avvio allenamento:** consente di impostare come iniziare l'allenamento.
 - **Sch. sempre attivo:** consente di tenere sempre attivo lo schermo durante l'allenamento.
 - **Rileva autom. allenamenti:** consente di attivare la funzione di rilevamento automatico dell'allenamento e di impostarla. Fate riferimento alla sezione [Rilevamento automatico dell'allenamento](#) per maggiori informazioni.
 - **Lunghezza piscina:** consente di impostare la lunghezza della piscina.
-  Potete anche cambiare alcune impostazioni prima di iniziare l'esercizio o durante l'esercizio. Prima di iniziare l'esercizio, toccate **Impostaz.** sulla schermata del conto alla rovescia o sulla schermata del GPS. In alternativa, durante l'allenamento, scorrete verso destra sullo schermo e toccate **Impostazioni**.
- Le opzioni disponibili per l'esercizio potrebbero variare in base al tipo di esercizio.

Rilevamento automatico dell'allenamento

Dopo aver svolto un'attività per un certo periodo di tempo indossando il Fit, questo riconosce automaticamente che vi state allenando e registra le informazioni, ad esempio la tipologia e la durata dell'esercizio e le calorie bruciate.



Se interrompete alcuni esercizi per più di un minuto, il Fit riconosce automaticamente che avete interrotto l'allenamento e la registrazione si interrompe.

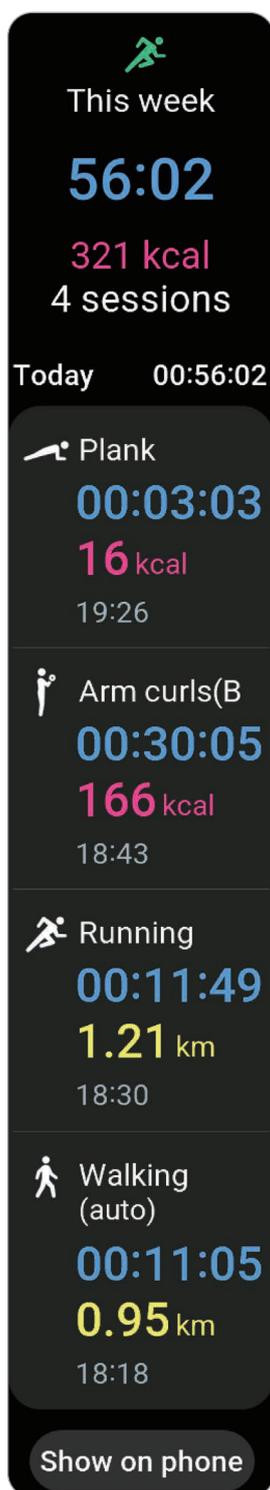
- Potete consultare l'elenco degli allenamenti che sono supportati dal rilevamento automatico dell'allenamento. Nel menu Applicazioni, toccate **Health** e toccate **Impostazioni** → **Attività da rilevare**. Se l'allenamento non viene riconosciuto automaticamente, attivate la funzione di rilevamento automatico dell'allenamento e toccate il cursore del tipo di esercizio che utilizza questa funzione in **Attività da rilevare**.
- La funzione di rilevamento automatico dell'allenamento effettua delle misurazioni, ad esempio il tempo trascorso ad allenarvi e le calorie bruciate utilizzando l'accelerometro. Le misurazioni potrebbero non essere accurate in base al modo di camminare, alle abitudini di allenamento e allo stile di vita.

Durata allenamento questa settimana

Potete consultare la cronologia di allenamento, ordinata per data e tipo di esercizio.

- 1 Toccate **Health** nel menu Applicazioni.
- 2 Toccate **Durata allenamento questa settimana**.

3 Per consultare tutta la cronologia di allenamento, scorrete verso l'alto o il basso sullo schermo.



Sonno

Analizzate e registrate il vostro sonno misurando la frequenza cardiaca e i vostri movimenti mentre dormite.



Lo scopo di questa funzionalità è puramente orientato al benessere e alla forma fisica. Pertanto, non va utilizzata a scopi medici, ad esempio per diagnosticare sintomi o per la cura e la prevenzione di malattie.

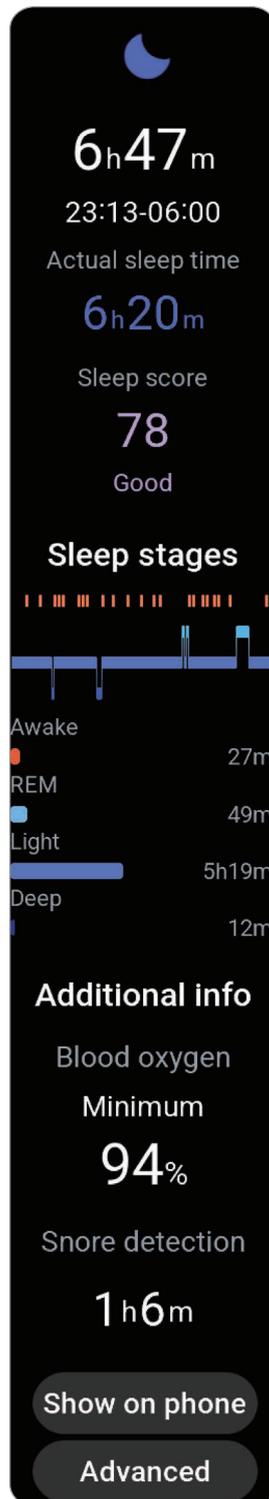


- Le quattro fasi del sonno (veglia, REM, leggero, profondo) saranno analizzate attraverso il vostro movimento e le variazioni della vostra frequenza cardiaca mentre dormite. Potete controllare gli intervalli raccomandati per ogni fase del sonno misurata nel grafico sul telefono connesso.
- Se la frequenza cardiaca è irregolare o il Fit non riesce a riconoscere correttamente la frequenza, il sonno viene analizzato in tre fasi (Agitato, Leggero, Profondo).
- Quando il Fit è connesso al telefono, potete consultare le analisi sul sonno in dettaglio.
- Prima della misurazione, caricate la batteria del Fit fino a superare il 30%.
- Per ottenere misurazioni accurate, indossate il Fit saldamente intorno alla parte inferiore del braccio appena sopra il polso. Fate riferimento alla sezione [Come indossare il Fit per misurazioni accurate](#) per maggiori informazioni.

Monitoraggio del sonno

- 1 Andate a dormire indossando il Fit.
Il Fit inizia a monitorare il vostro sonno.
- 2 Al risveglio, toccate **Health** nel menu Applicazioni.
- 3 Toccate **Sonno**.

- 4 Per visualizzare tutte le informazioni relative al sonno misurato, scorrete verso l'alto o il basso sullo schermo.



Uso del rilevamento del russamento

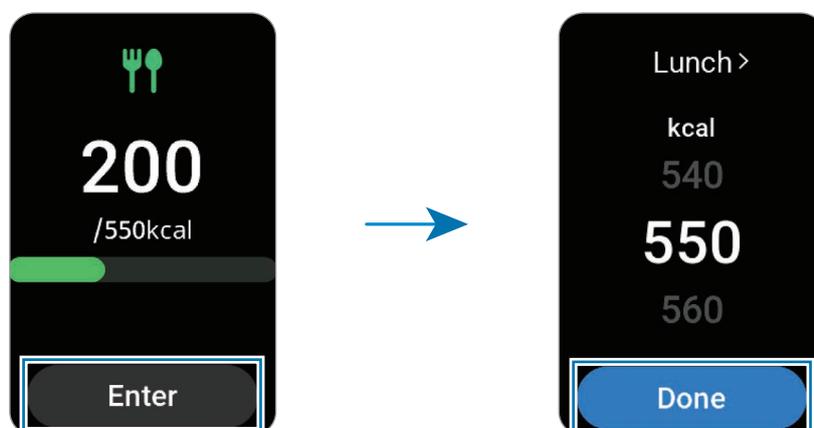
- 1 Toccate **Health** nel menu Applicazioni.
 - 2 Toccate **Impostazioni**.
 - 3 Toccate **Sonno** → **Rilevamento del russare**.
L'applicazione Samsung Health si aprirà sul telefono.
 - 4 Toccate il cursore per attivare questa funzione.
 - 5 Selezionate **Sempre** in **Rileva il russare** per misurare il russamento durante il sonno.
 - 6 Prima di dormire, connettete il telefono al caricabatteria e posizionate il microfono in modo che sia rivolto verso di voi.
Quando indossate il Fit, il russamento sarà misurato mentre dormite insieme agli altri dati relativi al sonno.
-  • Nell'applicazione Samsung Health del telefono connesso è possibile attivare il rilevamento del russamento (versione 6.18 o successiva).
 - La misurazione del russamento potrebbe non avvenire se non impostate la funzionalità di rilevamento del russamento su **Sempre**, se non connettete il telefono al caricabatteria o se non posizionate il microfono del telefono verso di voi prima di dormire.

Cibo

Registrate le calorie assunte durante il giorno e fate un confronto con il vostro obiettivo calorico per aiutarvi a gestire il peso.

Registrazione delle calorie

- 1 Toccate **Health** nel menu Applicazioni.
- 2 Toccate **Cibo**.
- 3 Toccate **Inserisci**, toccate il tipo di pasto nella parte superiore dello schermo, quindi selezionate un'opzione.
- 4 Scorrete verso l'alto o il basso sullo schermo per impostare l'apporto calorico, quindi toccate **Fatto**.



Per visualizzare informazioni aggiuntive relative all'apporto calorico, scorrete verso l'alto o il basso sullo schermo.

Eliminazione dei registri

- 1 Toccate **Health** nel menu Applicazioni.
- 2 Toccate **Cibo** e toccate **Elimina**.
- 3 Selezionate i dati da eliminare e toccate **Elimina**.

Impostazione dell'obiettivo per l'apporto calorico

- 1 Toccate **Health** nel menu Applicazioni.
- 2 Toccate **Cibo** e toccate **Imposta obiet.**
- 3 Scorrete verso l'alto o il basso sullo schermo per impostare l'obiettivo.
- 4 Toccate **Fatto**.

Freq. card.

Misurate e registrate la vostra frequenza cardiaca.



Il rilevatore della frequenza cardiaca del Fit è adatto esclusivamente a scopi informativi e legati al fitness e non è adatto alla diagnosi di patologie o altre condizioni, né alla cura, all'attenuazione, al trattamento o alla prevenzione di una patologia.



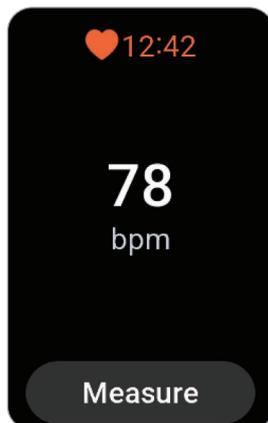
Per ottenere misurazioni accurate, indossate il Fit saldamente intorno alla parte inferiore del braccio appena sopra il polso. Fate riferimento alla sezione [Come indossare il Fit per misurazioni accurate](#) per maggiori informazioni.

Prestate attenzione alle seguenti condizioni prima di misurare la frequenza cardiaca:

- Riposatevi per 5 minuti prima di una misurazione.
- Se la misurazione è molto diversa dalla frequenza cardiaca attesa, riposatevi per 30 minuti, quindi misurate nuovamente.
- In inverno o al freddo, spostatevi in un luogo caldo quando misurate la frequenza cardiaca.
- Fumare o consumare alcol aumenta la frequenza cardiaca pertanto, farlo prima di una misurazione, potrebbe alterare la vostra frequenza cardiaca rispetto a quella normale.
- Non parlate, sbadigliate e non respirate profondamente durante la misurazione della frequenza cardiaca. Ciò potrebbe causare imprecisione nella misurazione della frequenza cardiaca.
- Le misurazioni della frequenza cardiaca potrebbero variare in base al metodo di misurazione e all'ambiente in cui vengono eseguite.
- Se il sensore non funziona, verificate la posizione del Fit sul polso e assicuratevi che il sensore non sia ostruito. Se il sensore continua a presentare lo stesso problema, recatevi presso un Centro Assistenza Samsung o un centro assistenza autorizzato.

Misurazione manuale della vostra frequenza cardiaca

- 1 Toccate **Health** nel menu Applicazioni.
- 2 Toccate **Freq. card.**
- 3 Toccate **Misura** per iniziare la misurazione della frequenza cardiaca.
Controllate sullo schermo la frequenza cardiaca misurata.



Per visualizzare informazioni aggiuntive relative alla frequenza cardiaca, scorrete verso l'alto o il basso sullo schermo.

Modifica delle impostazioni di misurazione della frequenza cardiaca

- 1 Toccate **Health** nel menu Applicazioni.
- 2 Toccate **Freq. card.**
- 3 Toccate **Impostazioni** e selezionate il metodo di misurazione sotto **Misurazione**.
 - **Misura in modo continuo:** la frequenza cardiaca viene misurata continuamente.
 - **Ogni 10 minuti da fermo:** la frequenza cardiaca viene misurata ogni 10 minuti a riposo.
 - **Solo manuale:** la frequenza cardiaca viene misurata manualmente solo quando toccate **Misura**.

Impostazione dell'avviso sulla frequenza cardiaca

Potete ricevere un avviso quando la frequenza cardiaca risulta superiore o inferiore al valore di frequenza cardiaca a riposo impostato per oltre 10 minuti.

- 1 Toccate **Health** nel menu Applicazioni.
- 2 Toccate **Freq. card.**
- 3 Toccate **Impostazioni** e impostate l'avviso sotto **Avviso frequenza cardiaca**.
 - **FC max:** consente di ricevere un avviso quando la frequenza cardiaca è costantemente superiore al valore di frequenza cardiaca impostato.
 - **FC min:** consente di ricevere un avviso quando la frequenza cardiaca è costantemente inferiore al valore di frequenza cardiaca impostato.

Stress

Monitorate il vostro livello di stress tramite i dati biologici raccolti dal Fit e riducete lo stress seguendo l'esercizio di respirazione fornito dal Fit.

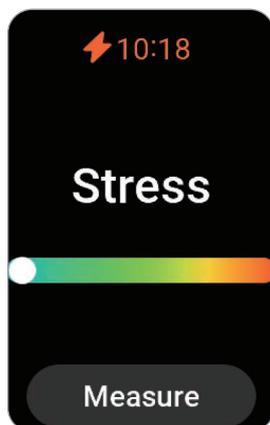


- Più misurate il livello di stress, maggiore sarà la precisione dei risultati grazie ai dati accumulati.
- Il livello di stress misurato non è necessariamente correlato al vostro stato emotivo.
- Il livello di stress potrebbe non essere misurato mentre dormite, vi allenate, vi muovete molto, o subito dopo aver terminato un allenamento.
- Per ottenere misurazioni accurate, indossate il Fit saldamente intorno alla parte inferiore del braccio appena sopra il polso. Fate riferimento alla sezione [Come indossare il Fit per misurazioni accurate](#) per maggiori informazioni.

Misurazione manuale del livello di stress

- 1 Toccate **Health** nel menu Applicazioni.
- 2 Toccate **Stress**.

- 3 Toccate **Misura** per iniziare la misurazione del livello di stress. Controllate sullo schermo il livello di stress misurate.



Riduzione dello stress con l'esercizio di respirazione

- 1 Toccate **Health** nel menu Applicazioni.
- 2 Toccate **Stress**.
- 3 Toccate **+** oppure **-** sotto **Respira** per cambiare l'ora e il numero degli esercizi di respirazione. Per cambiare la durata dell'esercizio di respirazione, toccate **Durata del respiro**.
- 4 Toccate **Avvia** e iniziate a respirare.
Toccate per interrompere l'esercizio di respirazione, toccate **□**.

Modifica delle impostazioni di misurazione dello stress

- 1 Toccate **Health** nel menu Applicazioni.
- 2 Toccate **Stress**.
- 3 Toccate **Impostazioni** e selezionate il metodo di misurazione sotto **Misurazione**.
 - **Misura in modo continuo**: consente di misurare continuamente il livello di stress.
 - **Solo manuale**: consente di misurare il livello di stress manualmente solo quando toccate **Misura**.

Monitoraggio ciclo

Inserite il vostro periodo mestruale per iniziare a monitorare il vostro ciclo. La gestione e il tracciamento del ciclo mestruale consentono di prevedere la data del prossimo ciclo.



- Questa funzionalità è finalizzata esclusivamente alla gestione e al monitoraggio del ciclo mestruale. Pertanto, non va utilizzata a scopi medici, ad esempio per diagnosticare sintomi o per la cura e la prevenzione di malattie.
- Questa funzionalità non va utilizzata come metodo di pianificazione di gravide o di contraccezione.
- Le date previste hanno il solo scopo di riferimento personale. Le date previste potrebbero variare dalle date reali.
- Le minori di 18 anni devono utilizzare questa funzionalità con l'assistenza di un adulto.
- Non assumete decisioni in ambito medico sulla base delle date previste senza consultare un medico. Inoltre, non utilizzate le informazioni fornite dall'applicazione Health e non prendete iniziative in ambito medico senza consultare un medico esperto e qualificato.



- Attivate la funzionalità Monitoraggio del ciclo nell'applicazione Samsung Health sul telefono per utilizzarla sul Fit.
- Le date previste potrebbero variare a seconda delle informazioni inserite.

- 1 Toccate **Health** nel menu Applicazioni.
- 2 Toccate **Monitoraggio ciclo**.
- 3 Toccate **Mestruazione**.
- 4 Scorrete verso l'alto o il basso sullo schermo per impostare la data di inizio del ciclo.
- 5 Toccate **Salva**.

Per visualizzare informazioni aggiuntive relative al monitoraggio del ciclo, scorrete verso l'alto o il basso sullo schermo.

Acqua

Registrate e tenete traccia del numero di bicchieri d'acqua che bevete.

Registrazione del consumo di acqua

- 1 Toccate **Health** nel menu Applicazioni.
- 2 Toccate **Acqua**.
- 3 Toccate **+250 ml** quando bevete un bicchiere d'acqua.
Per cambiare le dimensioni del bicchiere, toccate **Imposta dimensioni tazza** e selezionate un'opzione o impostate la vostra dimensione personalizzata.

Eliminazione dei registri

- 1 Toccate **Health** nel menu Applicazioni.
- 2 Toccate **Acqua** → **Elimina**.
- 3 Selezionate i dati da eliminare e toccate **Elimina**.

Impostazione del consumo obiettivo

- 1 Toccate **Health** nel menu Applicazioni.
- 2 Toccate **Acqua** → **Imposta obiet.**
- 3 Scorrete verso l'alto o il basso sullo schermo per impostare l'obiettivo giornaliero.
- 4 Toccate **Fatto**.

Ossigeno nel sangue

Misurate il livello di ossigeno nel sangue per verificare se il sangue trasporta correttamente l'ossigeno nelle diverse parti del corpo.

 Lo scopo di questa funzionalità è puramente orientato al benessere e alla forma fisica. Pertanto, non va utilizzata a scopi medici, ad esempio per diagnosticare sintomi o per la cura e la prevenzione di malattie.

Prestate attenzione alle seguenti condizioni prima di misurare il livello di ossigeno nel sangue:

- Riposatevi per 5 minuti prima di una misurazione.
- In inverno o al freddo, mantenetevi al caldo quando misurate il livello di ossigeno nel sangue.
- Le misurazioni del livello di ossigeno nel sangue potrebbero variare in base al metodo di misurazione e all'ambiente in cui vengono eseguite.

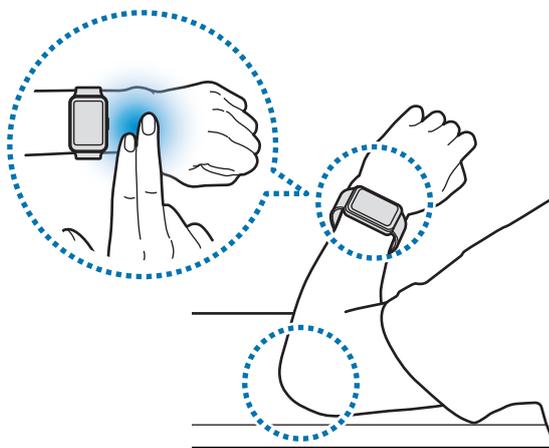
Misurazione manuale del livello di ossigeno nel sangue

- 1 Toccate **Health** nel menu Applicazioni.
- 2 Toccate **Ossigeno nel sangue**.

3 Toccate **Misura** per iniziare la misurazione del livello di ossigeno nel sangue.

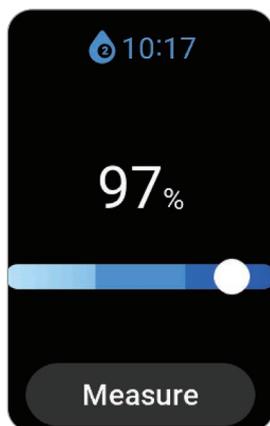
 **Corretta postura per la misurazione**

- Per ottenere misurazioni accurate, indossate saldamente il Fit intorno alla parte inferiore del braccio sopra il polso, lasciando due dita di spazio come mostrato nell'immagine di seguito. Inoltre, poggiate il gomito sul tavolo tenendo il polso vicino al cuore.



- Non muovetevi e restate nella postura corretta fino al termine della misurazione.
- Sullo schermo potete scoprire come misurare in dettaglio il livello di ossigeno nel sangue toccando **Come misurare**.

Controllate sullo schermo il livello di ossigeno nel sangue misurato. Se il livello di ossigeno nel sangue a riposo è compreso tra 95% e 100%, viene considerato nei valori normali.



Misurazione del livello di ossigeno nel sangue durante il sonno

Impostate la misurazione continua del livello di ossigeno nel sangue durante il sonno.

- 1 Toccate **Health** nel menu Applicazioni.
 - 2 Toccate **Impostazioni**.
 - 3 Toccate **Sonno** e toccate il cursore **Ossigeno nel sangue nel sonno** per attivare questa funzione.
Quando indossate il Fit, il livello di ossigeno nel sangue sarà misurato mentre dormite insieme agli altri dati relativi al riposo.
-  • Impostando la misurazione continua del livello di ossigeno nel sangue durante il sonno, la batteria si consuma più rapidamente del normale.
 - Durante la misurazione del livello di ossigeno nel sangue è visibile la luce lampeggiante del sensore ottico di frequenza cardiaca.
 - Il Fit può misurare il livello di ossigeno nel sangue anche quando non state dormendo, in quanto può riconoscere lo stato di sonno anche mentre leggete un libro o guardate la TV o un film.
 - Indossate saldamente il Fit, per assicurarvi che non si creino spazi tra il polso e il Fit durante i movimenti nel sonno.

Together

Confrontate i vostri dati sul conteggio dei passi con gli amici che utilizzano la funzionalità Together sull'applicazione Samsung Health. Quando iniziate le sfide sui passi con gli amici, potete controllare lo stato della sfida dal Fit.

- 1 Toccate **Health** nel menu Applicazioni.
- 2 Toccate **Together**.

Toccate **Imposta su sm.** per visualizzare informazioni dettagliate relative alla funzionalità Together sul telefono connesso.

-  Attivate la funzionalità Together nell'applicazione Samsung Health sul telefono per visualizzare le informazioni insieme sul Fit.

Impostazioni

Configurate le varie impostazioni relative a esercizio e fitness.

Tocate **Health** nel menu Applicazioni e toccate **Impostazioni**.

- **Misurazione:** consente di impostare la misurazione della frequenza cardiaca e dello stress, nonché di attivare o disattivare la misurazione degli altri parametri durante il riposo.
- **Rileva autom. allenamenti:** consente di attivare il rilevamento automatico dell'allenamento e di configurare le impostazioni, ad esempio selezionare i tipi di esercizio da rilevare.
- **Tempo di inattività:** consente di ricevere avvisi dopo 50 minuti di inattività e di impostare ora e giorni in cui volete ricevere la notifica.

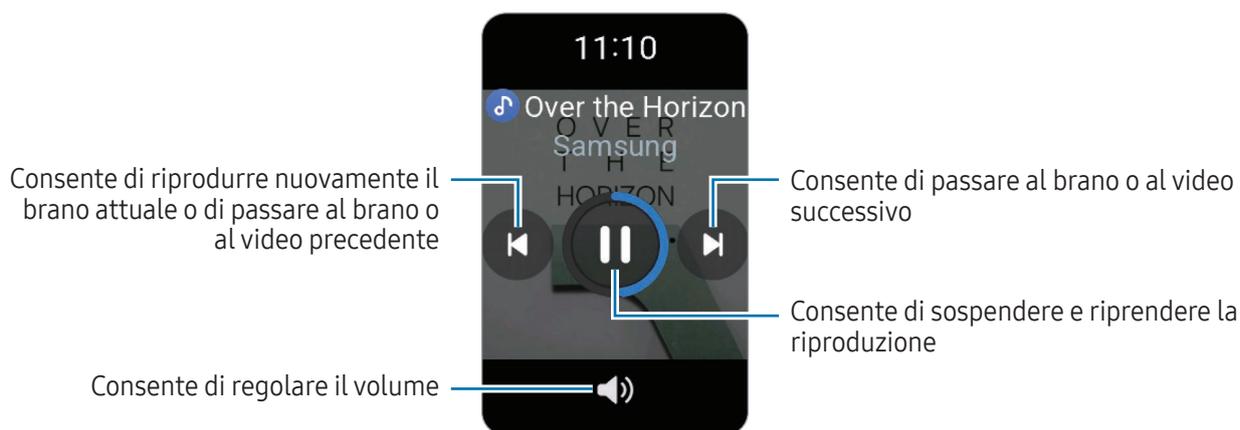
 La disponibilità di alcune funzioni può variare in base all'area geografica, al gestore telefonico o al modello.

Controller multimediale

Controllate l'applicazione multimediale installata sul telefono connesso per riprodurre o mettere in pausa musica o video.

 Per aprire automaticamente questa applicazione dal Fit quando riproducete musica o video sul telefono connesso, nel menu Applicazioni, toccate **Impostazioni** → **Schermo** e toccate il cursore **Mostra comandi multimed.** per attivare questa funzione.

- 1 Riproducete la musica o un video sul telefono connesso.
- 2 Tocate **Controller multimediale** nel menu Applicazioni.
- 3 Controllate il lettore musicale o video tramite il Fit.



Calendario

Sul Fit potete consultare gli eventi in programma della settimana salvati sul telefono.

Toccate **Calendario** nel menu Applicazioni per consultare gli eventi in programma salvati sul telefono.

Per aggiungere il programma, toccate **Mostra su tel.** e aggiungetelo al telefono connesso.

Meteo

Visualizzate le informazioni meteo sul Fit per il luogo salvato sul telefono connesso.

Toccate **Meteo** nel menu Applicazioni.

Per visualizzare le informazioni, ad esempio il meteo per un'ora specifica o le informazioni sulla settimana, scorrete verso l'alto o il basso sullo schermo.

Sveglia

Impostate e gestite singolarmente le sveglie del Fit e del telefono.



Quando il Fit è connesso al telefono tramite Bluetooth, potete consultare l'elenco di tutte le sveglie.

Impostazione delle sveglie

- 1 Toccate **Sveglia** nel menu Applicazioni.
- 2 Toccate **Crea su fascia** per impostare le sveglie solo sul Fit.
Inoltre, potete aggiungere una sveglia dal telefono connesso toccando **Agg. a smartph.**
- 3 Utilizzate la ghiera oppure scorrete verso l'alto o il basso sullo schermo per impostare l'ora della sveglia, quindi toccate **Avanti**.
- 4 Impostate le altre opzioni per le sveglie, ad esempio la data di attivazione e se ripetere la sveglia, quindi toccate **Salva**.
La sveglia salvata viene aggiunta all'elenco delle sveglie.

Per attivare o disattivare le sveglie, toccate il cursore accanto alla sveglia dall'elenco.

Spegnimento delle sveglie

Trascinate  per disattivare una sveglia.

Per utilizzare la funzione di rinvio, trascinate .

Eliminazione delle sveglie

Nell'elenco delle sveglie, tenetene premuta una, quindi toccate **Elimina**.

Fusi orari

Tocate **Fusi orari** nel menu Applicazioni per visualizzare i fusi orari aggiunti dal telefono.

Per aggiungere un fuso orario, toccate **Agg. a smartph**. Oppure, se avete aggiunto dei fusi orari, toccate **Modifica su smartphone**, quindi aggiungete o rimuovete un fuso orario sul telefono connesso.

Timer

Impostazione di un timer

- 1 Toccate **Timer** nel menu Applicazioni.
- 2 Tocate .
- 3 Scorrete verso l'alto o il basso sullo schermo per impostare l'apporto calorico, quindi toccate .

 Selezionando un valore preimpostato, il timer si avvia subito. Potete anche visualizzare più impostazioni predefinite scorrendo verso l'alto o il basso sullo schermo.

Rinvio di un timer

Trascinate  fuori dal cerchio grande quando scade il timer.

Per riavviare il timer, trascinate .

Cronometro

- 1 Toccate **Cronometro** nel menu Applicazioni.
- 2 Selezionate lo stile del cronometro desiderato scorrendo verso sinistra o destra sullo schermo.
Per modificare lo stile del cronometro, tenete premuto sullo schermo.
- 3 Toccate **Avvia** per avviare il cronometro.
Per registrare i tempi parziali mentre cronometrate un evento, toccate .
- 4 Toccate  per interrompere il cronometraggio.
 - Per riprendere il cronometraggio, toccate .
 - Per cancellare i tempi parziali, toccate .

Trova tel. pers.

Se smarrite il telefono, il Fit è in grado di aiutarvi a ritrovarlo.

- 1 Toccate **Trova tel. pers.** nel menu Applicazioni.
- 2 Toccate **Avvia**.
Il telefono emette un suono, vibra e lo schermo si accende.
Per interrompere il suono e la vibrazione, toccate  e trascinate l'icona sul telefono, oppure toccate **Interrompi** sul Fit.

Trova fascia personale

Se non ricordate dove avete messo il Fit, l'applicazione Galaxy Wearable del telefono connesso l'orologio è in grado di aiutarvi a ritrovarlo.

- 1 Aprite l'applicazione **Galaxy Wearable** sul telefono e toccate **Trova fascia personale**.
- 2 Toccate **Avvia**.
Il Fit vibra e lo schermo si accende.

Per interrompere la vibrazione, toccate  sul Fit. Inoltre, potete interromperli toccando **Interrompi** sul telefono.

Invio di un SOS

Introduzione

In caso di emergenza, inclusi i casi in cui vi siete fatti male durante una caduta, effettuate una chiamata di emergenza o mandate un messaggio SOS ai contatti registrati in precedenza, contenente le informazioni sulla vostra posizione. Inoltre, potete impostare il Fit per mostrare le vostre informazioni mediche dopo aver inviato l'SOS.



- Le informazioni sulla vostra posizione potrebbero non essere inviate in base al Paese o alla situazione.
- La disponibilità di alcune funzionalità può variare a seconda della versione del software del telefono connesso e del modello.

Preimpostazione della richiesta di SOS

Inserimento delle informazioni mediche

Inserite le vostre informazioni mediche, come il nome e il gruppo sanguigno. Durante un'emergenza, potete accedere a queste informazioni direttamente dal Fit.

- 1 Aprite l'applicazione **Galaxy Wearable** sul telefono e toccate **Impostazioni fascia** → **Sicurezza ed emergenza**.
- 2 Toccate **Info mediche**, inserite le vostre informazioni, quindi toccate **Salva**.

Quando inviate un SOS, le informazioni mediche inserite compaiono sulla schermata SOS del Fit.

Registrazione dei contatti di emergenza

Aggiungete i contatti che possono aiutarvi quando condividete un'emergenza.

- 1 Aprite l'applicazione **Galaxy Wearable** sul telefono e toccate **Impostazioni fascia** → **Sicurezza ed emergenza**.
- 2 Toccate **Contatti di emergenza**.
- 3 Toccate **Aggiungi contatto di emergenza** e selezionate i contatti tra i vostri contatti esistenti, quindi toccate **Fatto**.

Richiesta di SOS

Impostazione della richiesta di SOS

- 1 Aprite l'applicazione **Galaxy Wearable** sul telefono e toccate **Impostazioni fascia** → **Sicurezza ed emergenza**.
- 2 Toccate **SOS di emergenza** → **impostazioni di SOS di emergenza sullo smartphone** e configurare le impostazioni SOS del telefono connesso.

 La configurazione delle impostazioni SOS del telefono connesso potrebbe non essere disponibile, a seconda della versione del software del telefono connesso e del modello. In questo caso, configurate le impostazioni SOS dell'applicazione Galaxy Wearable.

Invio di una richiesta di SOS

In caso di emergenza, premete cinque volte il pulsante Home del Fit.

Ai numeri di emergenza verrà inviato un messaggio SOS contenente la posizione attuale.

-  Per inviare manualmente una richiesta di SOS, trascinate il pulsante della chiamata o del messaggio fuori dal cerchio grande nella schermata di richiesta SOS.
- La chiamata di emergenza potrebbe non andare a buon fine a seconda della versione del software del telefono connesso. Tuttavia, viene inviato un messaggio SOS contenente le informazioni sulla posizione a prescindere dal software del telefono connesso. Se il messaggio SOS non viene inviato, aprite l'applicazione **Galaxy Wearable** sul telefono, toccate **Impostazioni fascia** → **Sicurezza ed emergenza** → **SOS di emergenza** → **impostazioni di SOS di emergenza sullo smartphone**, quindi toccate il cursore **Invia SOS a contatti di emergenza** per attivare questa funzione.

Richiesta di SOS a seguito di infortunio da caduta

Impostazione della richiesta di SOS a seguito di infortunio da caduta

- 1 Aprite l'applicazione **Galaxy Wearable** sul telefono e toccate **Impostazioni fascia** → **Sicurezza ed emergenza**.
- 2 Toccate **Rilevamento cadute accidentali** e toccate il cursore per attivare questa funzione.
- 3 Toccate **Quando rilevare le cadute** e selezionate la condizione in cui il Fit rileva se vi siete fatti male con una caduta.

Invio di una richiesta di SOS a seguito di infortunio da caduta

In caso di forte impatto, il Fit rileva l'infortunio dovuto a una caduta attraverso il movimento del braccio. Se non viene rilevato alcuno movimento per più di 30 secondi successivi alla caduta, mostra l'avviso e vibra. Se, anche dopo 60 secondi, non c'è nessuna risposta, viene effettuata la chiamata di emergenza e viene inviato automaticamente il messaggio SOS al contatto registrato in precedenza, dopo il conto alla rovescia.



- Se state eseguendo un esercizio intenso, il Fit potrebbe ritenere che vi siate fatti male durante una caduta. Se è così, annullate l'avviso per impedire la richiesta di SOS.
- Questa funzionalità potrebbe variare a seconda della versione del software del telefono connesso e del modello.

Interruzione della condivisione delle informazioni di posizione

Per interrompere la condivisione delle informazioni sulla posizione, aprite l'applicazione **Galaxy Wearable** sul telefono, toccate **Impostazioni fascia** → **Sicurezza ed emergenza** → **SOS di emergenza** → **impostazioni di SOS di emergenza sullo smartphone** → **Impostazioni di Condivisione di emergenza**, quindi toccate **Arresta condivisione**.



- Se non potete interrompere la condivisione delle informazioni sulla posizione sul telefono connesso, toccate la notifica di stato della condivisione dopo aver aperto il pannello delle notifiche sul Fit e toccate **Arresta** →

Calcolatrice

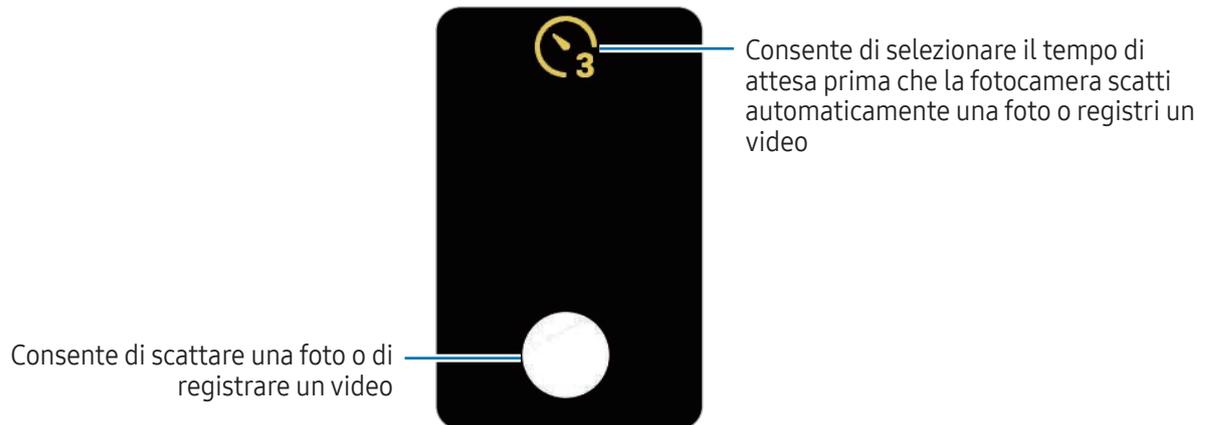
Potete svolgere calcoli.

Toccate **Calcolatrice** nel menu Applicazioni.

Camera Remote

Potete controllare da remoto le fotocamere del telefono connesso al Fit per scattare foto o registrare video a distanza.

- 1 Toccate **Camera Remote** nel menu Applicazioni.
Sul telefono connesso si apre l'applicazione Fotocamera.
- 2 Toccate  per scattare una foto o registrare un video.



La disponibilità di questa applicazione potrebbe variare a seconda del telefono connesso.

Impostazioni

Introduzione

Personalizzate le impostazioni per le funzioni e le applicazioni. Impostate il Fit in base alle vostre abitudini di utilizzo configurando le diverse impostazioni.

Toccate **Impostazioni** nel menu Applicazioni.



La disponibilità di alcune funzioni in Impostazioni può variare in base all'area geografica, al gestore telefonico o al modello.

Modalità

Selezionate la modalità del Fit.

Nel menu Impostazioni, toccate **Modalità**.

- **Mod. Riposo:** consente di attivare la modalità sonno per ridurre l'affaticamento degli occhi prima di dormire, così da evitare i disturbi del sonno.
- **Modalità Teatro:** consente di attivare la modalità Teatro per concentrarsi sulla visione di un film.



Attivando la funzionalità **Sincronizza modalità con smartphone** sul telefono connesso, la modalità Teatro può essere attivata e configurata, ma solo tramite telefono. Per attivare la modalità Teatro solo sul Fit, aprite l'applicazione **Galaxy Wearable** sul telefono, toccate **Impostazioni fascia** → **Modalità**, quindi toccate il cursore **Sincronizza modalità con smartphone** per disattivare questa funzione.

Notifiche

Modificate le impostazioni delle notifiche.

Nel menu Impostazioni, toccate **Notifiche**.

- **Notifiche applicazione:** consente di selezionare un telefono o un'applicazione del Fit per ricevere le notifiche sul Fit.
- **Mostra notifiche dello smartphone sulla fascia:** consente di impostare il Fit per mostrare le notifiche del telefono in base allo stato d'utilizzo del telefono.
- **Disattiva audio not. smartphone:** consente di silenziare le notifiche delle applicazioni sul telefono quando queste vengono mostrate sul Fit.
- **Non disturbare:** consente di silenziare tutte le notifiche, eccetto quelle consentite.
- **Impostazioni avanzate:** consente di configurare le impostazioni avanzate per le notifiche.

Vibrazione

Modificate le impostazioni per la vibrazione.

Nel menu Impostazioni, toccate **Vibrazione**.

- **Vibrazione/Muto**: consente di utilizzare la modalità vibrazione o silenzioso sul Fit.
- **Vibrazione**: consente di impostare la durata e l'intensità della vibrazione.
- **Vibraz. chiamate**: consente di cambiare la vibrazione per le chiamate.
- **Vibrazione notifica**: consente di cambiare la vibrazione per le notifiche.
- **Vibrazione sistema**: consente di selezionare per quali azioni attivare la vibrazione.

Schermo

Modificate le impostazioni dello schermo.

Nel menu Impostazioni, toccate **Schermo**.

- **Luminosità**: consente di regolare la luminosità dello schermo.
- **Luminosità adattiva**: consente di tenere traccia delle modifiche della luminosità e di applicarle automaticamente in condizioni di luminosità simili.
- **Always On Display**: consente di visualizzare le informazioni, come data e ora, quando lo schermo è spento e indossate il Fit. Tuttavia, utilizzando questa funzionalità la batteria si consuma più rapidamente del normale.
- **Attivazione schermo**: consente di selezionare la modalità di attivazione dello schermo. Fate riferimento alla sezione [Accensione dello schermo](#) per maggiori informazioni.
- **Mostra comandi multimed.:** consente di aprire automaticamente l'applicazione **Controller multimediale** sul Fit quando sul telefono connesso vengono riprodotti musica o video.
- **Spegnimento schermo**: consente di regolare la durata della retroilluminazione dello schermo del Fit.
- **Mostra ultima app**: consente di impostare per quanto tempo mantenere attiva l'ultima applicazione dopo aver spento lo schermo. Accendendo nuovamente lo schermo entro l'intervallo di tempo impostato dopo averlo spento, al posto della schermata Orologio compare la schermata dell'ultima applicazione utilizzata.
- **Mostra info ricarica**: consente di visualizzare le informazioni sulla carica del Fit quando lo schermo è spento durante la ricarica.

Health

Configurate le varie impostazioni relative a esercizio e fitness.

Nel menu Impostazioni, toccate **Health**.

- **Misurazione:** consente di impostare la misurazione della frequenza cardiaca e dello stress, nonché di attivare o disattivare la misurazione degli altri parametri durante il riposo.
- **Rileva autom. allenamenti:** consente di attivare il rilevamento automatico dell'allenamento e di configurare le impostazioni, ad esempio selezionare i tipi di esercizio da rilevare.
- **Tempo di inattività:** consente di ricevere avvisi dopo 50 minuti di inattività e di impostare ora e giorni in cui volete ricevere la notifica.

Sicurezza e privacy

Controllate lo stato sicurezza del Fit e modificate le impostazioni.

Nel menu Impostazioni, toccate **Sicurezza e privacy**.

- **Tipo di blocco:** consente di modificare il metodo di blocco dello schermo. Fate riferimento alla sezione [Schermata di blocco](#) per maggiori informazioni.
- **Rilevamento del polso:** consente di rilevare come indossate il Fit.

Sicurezza ed emergenza

Gestite le vostre informazioni mediche e i contatti di emergenza. Inoltre, potete impostare la richiesta di SOS quando vi trovate in emergenza. Fate riferimento alla sezione [Invio di un SOS](#) per maggiori informazioni.

Nel menu Impostazioni, toccate **Sicurezza ed emergenza**.

- **Info mediche:** consente di configurare o consultare le vostre informazioni mediche.
- **Contatti di emergenza:** consente di aggiungere i vostri contatti di emergenza.
- **SOS di emergenza:** consente di richiedere un SOS seguendo le istruzioni nel menu Impostazioni di questa funzionalità.
- **Rilevamento cadute accidentali:** consente di richiedere un SOS quando il Fit rileva una caduta.

Funzioni avanzate

Consente di attivare le funzionalità avanzate.

Nel menu Impostazioni, toccate **Funzioni avanzate**.

- **Avvisi disconnessione:** consente di ricevere avvisi quando il Fit perde la connessione Bluetooth con il telefono connesso mentre lo indossate.
- **Blocco in acqua:** consente di attivare la modalità Blocco in acqua prima di entrare in acqua. Quando la modalità Blocco in acqua è attiva, il touchscreen non è disponibile.
- **Doppia pressione pulsante Home:** consente di selezionare l'applicazione o la funzionalità da avviare quando premete due volte il pulsante Home.
- **Indicatori di stato:** consente di modificare le impostazioni del display per le icone dell'indicatore di stato in cima alla schermata Orologio.

Generale

Personalizzate le impostazioni generali del Fit. Inoltre, potete anche ripristinare il Fit.

Nel menu Impostazioni, toccate **Generale**.

- **Orientamento:** consente di impostare il Fit a seconda del polso su cui lo indossate, se a sinistra o a destra, e l'orientamento del pulsante Home dopo aver indossato il Fit.
- **Ripristina:** consente di eliminare tutti i dati dal Fit.

Informazioni sulla fascia

Accedete alle informazioni aggiuntive sul Fit.

Nel menu Impostazioni, toccate **Informazioni sulla fascia**.

- **Informazioni sullo stato:** consente di conoscere informazioni come indirizzo Bluetooth e numero di serie.
- **Informazioni legali:** consente di accedere alle informazioni legali relative al Fit. Inoltre, potete inviare a Samsung le informazioni diagnostiche del Fit.
- **Informazioni software:** consente di accedere alla versione del software.
- **Informazioni sulla batteria:** consente di controllare le informazioni sulla batteria.

Applicazione Galaxy Wearable

Introduzione

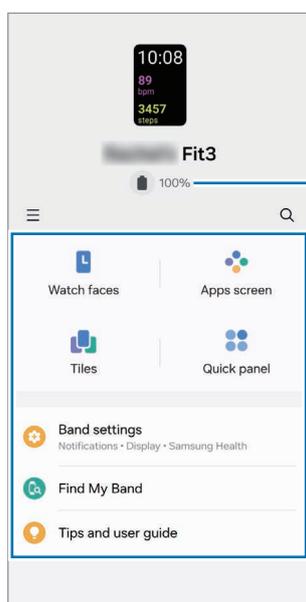
Per connettere il Fit a un telefono, dovete installare l'applicazione Galaxy Wearable sul telefono. Potete controllare la batteria residua del Fit e configurare le impostazioni tramite l'applicazione Galaxy Wearable.

Aprirete l'applicazione **Galaxy Wearable** sul telefono.

Per cercare le impostazioni inserendo parole chiave, toccate **Q**. Inoltre, potete cercare le impostazioni selezionando un tag tra i **Suggerimenti**.



La disponibilità di alcune funzionalità potrebbe variare in base al tipo di telefono connesso.



Batteria residua del Fit

Consente di configurare le impostazioni del Fit e di avviare le funzionalità desiderate

Toccate  per utilizzare le seguenti opzioni aggiuntive:

-  : consente di configurare le impostazioni per l'applicazione Galaxy Wearable.
- **Connetti nuovo dispositivo**: consente di connettere un nuovo dispositivo aggiuntivo. Seguite le istruzioni sullo schermo per completare la connessione. Per connettere un altro Fit, fate riferimento alla sezione [Connessione del Fit a un telefono tramite Bluetooth](#) per maggiori informazioni.
- **Rimuovi dispositivo**: selezionate un dispositivo e toccate **Rimuovi**.



La disponibilità di alcune funzioni può variare in base all'area geografica, al gestore telefonico o al modello.

Quadranti orologio

Potete modificare il tipo di quadrante da visualizzare nella schermata Orologio.

Nella schermata Galaxy Wearable del telefono, toccate **Quadranti orologio**.

Selezionate il quadrante desiderato.



Selezionando determinati quadranti, ad esempio le **Photos**, potete personalizzarli con un tipo di blocco toccando **Personalizza**.

Creazione dei quadranti Foto

Consente di cambiare il quadrante utilizzando un'immagine appena scattata o una foto salvata sul telefono connesso.

- 1 Nella schermata Galaxy Wearable del telefono, toccate **Quadranti orologio**.
- 2 Toccate **Photos**.
- 3 Toccate **Personalizza** → **Sfondo** → **Fotocamera**.
Per selezionare una foto salvata sul telefono, toccate **Galleria**.
- 4 Toccate  per scattare una foto e toccate **OK**.
- 5 Trascinate all'interno del riquadro la porzione della foto da utilizzare, oppure ridimensionate e toccate **Fatto**.
Inoltre, potete modificare l'immagine, ad esempio cambiandone la luminosità.
- 6 Toccate **Salva**.
Il quadrante viene sostituito da quello con Foto.

Schermata Applicazioni

Riorganizzate le applicazioni nel menu Applicazioni.

Nella schermata Galaxy Wearable del telefono, toccate **Schermata Applicazioni**.

Per riorganizzare le applicazioni, tenete premuto  in corrispondenza dell'applicazione da spostare, trascinatela nella posizione desiderata, quindi toccate **Salva**.

Schede

Personalizzate le schede sul Fit. Potete anche decidere come riorganizzarle.

Nella schermata Galaxy Wearable del telefono, toccate **Schede**.

Aggiunta o rimozione delle schede

Tocate le schede che volete aggiungere sotto **Aggiungi schede** oppure toccate  sulle schede da rimuovere, quindi toccate **Salva**.

Riorganizzazione delle schede

Tenete premuta la scheda da spostare, trascinatela nella posizione desiderata, quindi toccate **Salva**.

Pannello rapido

Selezionate le icone visualizzate sul pannello rapido del Fit. Potete anche decidere come riorganizzarle.

Nella schermata Galaxy Wearable del telefono, toccate **Pannello rapido**.

Aggiunta o rimozione delle icone di impostazioni rapide

Tocate  sull'icona che volete aggiungere sotto **Pulsanti disponibili** oppure toccate  sull'icona da rimuovere, quindi toccate **Salva**.

Riorganizzazione delle icone di impostazioni rapide

Tenete premuta l'icona da spostare, trascinatela nella posizione desiderata, quindi toccate **Salva**.

Impostazioni fascia

Introduzione

Controllate lo stato del Fit e configuratene le impostazioni del Fit.

Nella schermata Galaxy Wearable del telefono, toccate **Impostazioni fascia**.

Samsung account

Registrate il Samsung account sul telefono connesso oppure consultate il Samsung account registrato in precedenza.

Nella schermata Galaxy Wearable del telefono, toccate **Impostazioni fascia** → **Samsung account**. Fate riferimento alla sezione [Registrazione di un Samsung account sul Fit](#) per maggiori informazioni.

Modalità

Sincronizzate le impostazioni delle modalità tra Fit e telefono.

Nella schermata Galaxy Wearable del telefono, toccate **Impostazioni fascia** → **Modalità**.

- **Sincronizza modalità con smartphone:** consente di sincronizzare le impostazioni delle modalità tra Fit e telefono. Attivando questa funzionalità, ogni nuova modalità aggiunta o modifica alle impostazioni delle modalità sul telefono connesso viene sincronizzata con il Fit, così come lo stato di esecuzione delle modalità.



La disponibilità di alcune funzionalità di sincronizzazione delle modalità può variare a seconda della versione del software del telefono connesso.

Notifiche

Modificate le impostazioni delle notifiche.

Nella schermata Galaxy Wearable del telefono, toccate **Impostazioni fascia** → **Notifiche**. Per maggiori informazioni sulle altre funzionalità diverse da quelle elencate, fate riferimento alla sezione [Notifiche](#) in Applicazioni e funzionalità.

- **Sincronizza Non dist. e smartph.:** consente di sincronizzare le impostazioni Non disturbare del Fit e del telefono.

Vibrazione

Modificate le impostazioni per la vibrazione.

Nella schermata Galaxy Wearable del telefono, toccate **Impostazioni fascia** → **Vibrazione**. Fate riferimento alla sezione [Vibrazione](#) in Applicazioni e funzionalità per maggiori informazioni.

Schermo

Modificate le impostazioni dello schermo.

Nella schermata Galaxy Wearable del telefono, toccate **Impostazioni fascia** → **Schermo**. Fate riferimento alla sezione [Schermo](#) in Applicazioni e funzionalità per maggiori informazioni.

Samsung Health

Configurate le varie impostazioni relative a esercizio e fitness.

Nella schermata Galaxy Wearable del telefono, toccate **Impostazioni fascia** → **Samsung Health**. Fate riferimento alla sezione [Health](#) in Applicazioni e funzionalità per maggiori informazioni.

Sicurezza ed emergenza

Gestite le vostre informazioni mediche e i contatti di emergenza. Inoltre, potete impostare la richiesta di SOS quando vi trovate in emergenza.

Nella schermata Galaxy Wearable del telefono, toccate **Impostazioni fascia** → **Sicurezza ed emergenza**. Fate riferimento alla sezione [Invio di un SOS](#) o [Sicurezza ed emergenza](#) in Applicazioni e funzionalità per maggiori informazioni.

Account e backup

Potete utilizzare diverse funzionalità del Fit dopo aver registrato il Samsung account sul telefono connesso. Inoltre, potete effettuare con regolarità il backup automatico o manuale dei dati del Fit e salvare il backup su Samsung Cloud per ripristinarli quando desiderate.

Nella schermata Galaxy Wearable del telefono, toccate **Impostazioni fascia** → **Account e backup**.



- Effettuate con regolarità il backup automatico o manuale dei dati su Samsung Cloud, in modo da poterli ripristinare se danneggiati o smarriti a causa di un ripristino dei dati di fabbrica indesiderato.
- Per l'applicazione Health, sul Fit vengono salvati solo i dati relativi ai 7 giorni precedenti. Per consultare i dati salvati da più di 7 giorni, installate l'applicazione Samsung Health sul telefono connesso ed effettuate automaticamente il backup dei dati.
- **Samsung account:** consente di registrare il Samsung account sul telefono connesso oppure di consultare il Samsung account registrato in precedenza. Fate riferimento alla sezione [Registrazione di un Samsung account sul Fit](#) per maggiori informazioni.
- **Samsung Cloud:** consente di impostare il backup automatico dei dati del Fit su Samsung Cloud. Inoltre, potete effettuare il backup dei dati del Fit e ripristinare i dati del vecchio Fit manualmente tramite Samsung Cloud, anche se non avete più il vecchio Fit. Fate riferimento alla sezione [Samsung Cloud](#) per maggiori informazioni.

Samsung Cloud

Effettuate il backup dei dati del Fit su Samsung Cloud e ripristinateli in un secondo momento.

Backup automatico dei dati su Samsung Cloud

Potete impostare il backup automatico dei dati del Fit su Samsung Cloud.

- 1 Nella schermata Galaxy Wearable del telefono, toccate **Impostazioni fascia** → **Account e backup**.
- 2 Toccate il cursore **Backup automatico** per attivare questa funzione.

Backup manuale dei dati su Samsung Cloud

Potete effettuare il backup manuale dei dati del Fit su Samsung Cloud.

- 1 Nella schermata Galaxy Wearable del telefono, toccate **Impostazioni fascia** → **Account e backup**.
- 2 Toccate **Esegui backup dati** → **Backup**.
- 3 Toccate **Fatto**.

Ripristino dei dati da Samsung Cloud

Potete ripristinare sul Fit i dati di backup da Samsung Cloud.

- 1 Nella schermata Galaxy Wearable del telefono, toccate **Impostazioni fascia** → **Account e backup**.
- 2 Toccate **Ripristina dati** e selezionate i dati del Fit da ripristinare.
- 3 Toccate **Ripristina**.
- 4 Toccate **Fatto**.

Funzioni avanzate

Consente di attivare le funzionalità avanzate.

Nella schermata Galaxy Wearable del telefono, toccate **Impostazioni fascia** → **Funzioni avanzate**. Fate riferimento alla sezione [Funzioni avanzate](#) in Applicazioni e funzionalità per maggiori informazioni.

Meteo

Configurate le impostazioni per la funzionalità meteo del Fit.

Nella schermata Galaxy Wearable del telefono, toccate **Impostazioni fascia** → **Meteo**.

- **Impostazioni:** consente di modificare i dettagli delle impostazioni per la funzionalità meteo del Fit.

Generale

Personalizzate le impostazioni generali del Fit. Inoltre, potete anche ripristinare il Fit.

Nella schermata Galaxy Wearable del telefono, toccate **Impostazioni fascia** → **Generale**. Per maggiori informazioni sulle altre funzionalità diverse da quelle elencate, fate riferimento alla sezione [Generale](#) in Applicazioni e funzionalità.

- **Risposte rapide:** consente di impostare delle risposte rapide per il messaggio ricevuto.
- **Rifiuta chiamate con messaggi:** consente di impostare il messaggio di rifiuto delle chiamate ricevute.

Aggiornamento software fascia

Aggiornate il software del Fit attraverso il servizio Firmware Over-The-Air (FOTA). Inoltre, potete modificare le impostazioni di aggiornamento.

Nella schermata Galaxy Wearable del telefono, toccate **Impostazioni fascia** → **Aggiornamento software fascia**.

- **Scarica e installa:** consente di verificare e di installare gli aggiornamenti manualmente.
- **Aggiornamento automatico:** consente di impostare l'installazione automatica degli aggiornamenti sul Fit.

Informazioni sulla fascia

Accedete alle informazioni aggiuntive sul Fit.

Nella schermata Galaxy Wearable del telefono, toccate **Impostazioni fascia** → **Informazioni sulla fascia**. Fate riferimento alla sezione [Informazioni sulla fascia](#) in Applicazioni e funzionalità per maggiori informazioni.

Trova fascia personale

Consente di ritrovare il Fit smarrito.

Nella schermata Galaxy Wearable del telefono, toccate **Trova fascia personale**.

Tocate **Avvia** per verificare la posizione attuale del Fit. Fate riferimento alla sezione [Trova fascia personale](#) in Applicazioni e funzionalità per maggiori informazioni.

Avvisi sull'utilizzo

Precauzioni sull'utilizzo del dispositivo

Quando utilizzate il dispositivo, leggete il presente manuale per garantirne un uso sicuro e corretto.

- Le descrizioni si basano sulle impostazioni predefinite del dispositivo.
- Alcuni contenuti potrebbero variare da quelli del dispositivo in base all'area geografica, alle specifiche del modello o al software del dispositivo.
- Samsung non è responsabile per i problemi di prestazione o incompatibilità causati dalla modifica delle impostazioni di registro o del software del sistema operativo. Il tentativo di personalizzare il sistema operativo potrebbe causare il malfunzionamento del dispositivo o delle applicazioni.
- Il software, i suoni, gli sfondi, le immagini e gli altri contenuti multimediali forniti con il dispositivo sono concessi in licenza per uso limitato. Scaricare e utilizzare questi materiali per scopi commerciali o altri scopi costituisce una violazione delle leggi sul copyright. La piena responsabilità per l'utilizzo illegale dei contenuti multimediali spetta agli utenti.
- Le applicazioni predefinite fornite con il dispositivo sono soggette ad aggiornamenti e potrebbero non essere più supportate senza preavviso.
- Il sistema operativo del dispositivo è diverso da alcune serie precedenti di Galaxy Fit e non potete utilizzare i contenuti acquistati in precedenza a causa di problemi di compatibilità.
- La modifica del sistema operativo del dispositivo o l'installazione di software da fonti non ufficiali può causare il malfunzionamento del dispositivo e il danneggiamento o la perdita dei dati. Tali azioni costituiscono una violazione dell'accordo di licenza Samsung e annullano la garanzia.
- Alcune funzionalità potrebbero differire nella realtà da quanto descritto in questo manuale, in base al produttore e al modello del telefono connesso al Fit.

- Regolando automaticamente il contrasto in base all'ambiente circostante, il touchscreen resta chiaramente visibile anche all'aperto in condizioni di luce solare intensa. Data la natura del prodotto, la visualizzazione prolungata di elementi grafici fissi può causare la comparsa di immagini residue (burn-in dello schermo) o mosse.
 - Si consiglia di non utilizzare elementi grafici fissi su tutto o parte del touchscreen per periodi prolungati e di spegnerlo quando non utilizzate il dispositivo.
 - Potete impostare lo spegnimento automatico del touchscreen quando non lo utilizzate. Nel menu Applicazioni del Fit, toccate **Impostazioni** → **Schermo** → **Spegnimento schermo**, quindi selezionate quanto tempo deve trascorrere prima che il touchscreen si spenga.
 - Per impostare la regolazione automatica del touchscreen in base all'ambiente circostante, nel menu Applicazioni del Fit, toccate **Impostazioni** → **Schermo**, quindi toccate il cursore **Luminosità adattiva** per attivare questa funzione.
- A seconda dell'area geografica o del modello, alcuni dispositivi richiedono l'approvazione da parte della Federal Communications Commission (FCC).

Se il dispositivo è approvato da FCC, potete consultare l'identificativo FCC del Fit. Per accedere all'identificativo FCC, nel menu Applicazioni del Fit, toccate **Impostazioni** → **Informazioni sulla fascia** → **Informazioni sullo stato**. Se il dispositivo non possiede un identificativo FCC, significa che non è stato autorizzato alla vendita negli Stati Uniti o nei suoi territori e che può essere portato negli Stati Uniti dal proprietario solo ed esclusivamente per uso personale.
- Il dispositivo contiene dei magneti. Tenetelo lontano da carte di credito, dispositivi medici impiantati e altri dispositivi che possano subire l'influenza dei magneti. In caso di dispositivi medici, mantenete il dispositivo a una distanza superiore ai 15 cm. Interrompete l'uso del dispositivo se sospettate eventuali interferenze con il dispositivo medico e consultate il vostro medico, oppure il produttore del vostro dispositivo medico.

Icone informative

-  **Avvertenza:** indica situazioni che potrebbero causare lesioni alle persone
-  **Attenzione:** indica situazioni che potrebbero causare danni al vostro dispositivo o ad altri apparecchi
-  **Nota:** indica note, suggerimenti per l'uso o informazioni aggiuntive

Note su contenuto della confezione e accessori

Controllate la guida di riferimento rapido per informazioni sul contenuto della confezione.

- Gli elementi forniti con il Fit e gli accessori disponibili possono variare in base all'area geografica o al gestore telefonico.
- Gli elementi forniti sono stati creati soltanto per il presente dispositivo e potrebbero non essere compatibili con altri dispositivi.
- I componenti e le specifiche del dispositivo sono soggette a modifiche senza preavviso.
- Potrete acquistare accessori aggiuntivi da un rivenditore Samsung di zona. Accertatevi che siano compatibili con il Fit prima di acquistarli.
- Ad esclusione del Fit, alcuni accessori potrebbero non essere dotati della stessa certificazione di resistenza agli spruzzi d'acqua ed alla polvere.
- Utilizzate accessori approvati da Samsung. L'utilizzo di accessori non approvati potrebbe causare problemi di prestazione e malfunzionamenti non coperti dalla garanzia.
- La disponibilità di tutti gli accessori potrebbe variare in base alle società produttrici. Per maggiori informazioni sugli accessori disponibili, fate riferimento al sito Web di Samsung.

Mantenimento della resistenza all'acqua e alla polvere del dispositivo

- Il dispositivo è resistente all'acqua e alla polvere e soddisfa i seguenti standard internazionali.
 - Certificazione di resistenza all'acqua 5ATM: è stata testata immergendo il dispositivo a una profondità di 50 m in acqua dolce per 10 minuti, lasciandolo fermo, come previsto dai requisiti della norma ISO 22810:2010.
 - Certificazione di resistenza all'acqua IPX8: è stata testata immergendo il dispositivo a una profondità di 1,5 m in acqua dolce per 30 minuti, lasciandolo fermo, come previsto dai requisiti della norma IEC 60529.
 - Certificazione di resistenza alla polvere IP6X: il dispositivo è stato testato per soddisfare i requisiti della norma IEC 60529.
- Potete utilizzare il dispositivo quando fate esercizio fisico, vi lavate le mani o in una giornata di pioggia.
- Potete utilizzare il dispositivo quando nuotate in piscina o in mare, dove il livello dell'acqua non è troppo profondo.
- La resistenza all'acqua del dispositivo Galaxy non è permanente e può diminuire nel tempo. Si raccomanda di far testare la resistenza all'acqua del dispositivo Galaxy una volta all'anno presso un centro assistenza Samsung o un centro assistenza autorizzato.
- Per mantenere la resistenza all'acqua e alla polvere del dispositivo è necessario attenersi alle seguenti linee guida.
 - Dopo aver nuotato e prima che l'acqua della piscina o del mare si sia asciugata, sciacquate il dispositivo con acqua dolce e asciugatelo accuratamente con un panno morbido e pulito per mantenerne la resistenza all'acqua. La resistenza all'acqua può essere influenzata dai disinfettanti presenti nell'acqua delle piscine o dal sale dell'acqua di mare.
 - Se il dispositivo si bagna con liquidi diversi dall'acqua dolce, ad esempio caffè, bevande, acqua saponata, olio, profumo, crema solare, disinfettante per le mani o prodotti chimici come i cosmetici, sciacquate il dispositivo con acqua dolce e asciugatelo accuratamente con un panno morbido e pulito per mantenere la sua resistenza all'acqua.

- Quando indossate il dispositivo, non restate in immersione sott'acqua, non praticate snorkeling, immersioni o scuba diving né sport acquatici come lo sci nautico o il surf e non nuotate in acque in rapido movimento, come quelle di un fiume. Inoltre, non esponetelo a macchine per la pulizia ad alta pressione o simili. Ciò comporterebbe un drastico aumento della pressione dell'acqua, che potrebbe modificare la resistenza all'acqua garantita dalla nostra azienda.
- Se il dispositivo subisce urti o si danneggia, la sua capacità di resistenza all'acqua e alla polvere potrebbe risentirne.
- Non smontate il dispositivo senza una guida adeguata.
- Se asciugate il dispositivo con un apparecchio che emette aria calda, ad esempio un asciugacapelli, o se utilizzate il dispositivo in un ambiente caldo come una sauna, la resistenza all'acqua potrebbe essere compromessa da un drastico cambiamento della temperatura dell'aria o dell'acqua.

Precauzioni contro il surriscaldamento

Se avvertite fastidio dovuto a surriscaldamento durante l'utilizzo del dispositivo, interrompetene immediatamente l'uso e rimuovetelo dal polso.

- Se il dispositivo raggiunge una temperatura troppo alta, comparirà un avviso di modo da evitare problemi, quali malfunzionamento, consumo eccessivo della batteria o fastidio e danni alla pelle. Quando compare il primo avviso, le funzionalità del dispositivo vengono disattivate finché il dispositivo si raffredda e raggiunge una specifica temperatura.
- Se la temperatura del dispositivo continua ad aumentare, comparirà un secondo avviso. A questo punto, il dispositivo si spegne. Non utilizzate il dispositivo finché la sua temperatura non rientra nei limiti di temperatura di esercizio raccomandati.

Limite di temperatura di esercizio raccomandata

La temperatura di esercizio raccomandata del dispositivo è compresa tra 0 °C e 35 °C. L'utilizzo del dispositivo al di fuori dei limiti di temperatura raccomandati potrebbe causare danni al dispositivo o ridurre la vita della batteria.

Pulizia e gestione del Fit

Seguite questi punti per assicurarvi che il Fit funzioni correttamente e conservi il suo aspetto. In caso contrario, il Fit potrebbe danneggiarsi causando irritazioni cutanee.

- Spegnete il Fit e rimuovete il cinturino prima di pulirlo.
- Non esponete il dispositivo a polvere, sudore, inchiostro, olio e prodotti chimici come cosmetici, spray antibatterici, detersivi mani, detersivi e insetticidi. Le parti esterne e interne del Fit potrebbero danneggiarsi oppure le prestazioni potrebbero diminuire. Se il Fit viene esposto ad una delle sostanze di cui sopra, utilizzate un panno morbido per pulirlo.
- Non utilizzate saponi, agenti pulenti, materiali abrasivi e aria compressa per pulire il Fit e non pulitelo con onde a ultrasuoni o fonti di calore esterne. Farlo potrebbe danneggiare il Fit. I residui di saponi, detersivi, igienizzanti per mani o agenti pulenti sul Fit potrebbero causare irritazioni alla cute.

- Quando rimuovete creme, lozioni oppure oli solari, utilizzate detergenti senza sapone, quindi sciacquate e asciugate bene il Fit.
- Pulite il polso e il braccialetto dopo un allenamento o dopo aver sudato. Pulite il braccialetto con acqua dolce, strofinatelo con un po' di alcol e asciugate bene il Fit.
- Se il cinturino del Fit si macchia o presenta materiali estranei, pulitelo utilizzando un pennello con setole morbide umido.



Il cinturino in dotazione potrebbe variare in base al paese. Assicuratevi di pulire e di mantenere il cinturino in maniera corretta.

Prestate attenzione a eventuali allergeni del Fit

- Samsung ha testato i materiali nocivi contenuti nel Fit avvalendosi di enti di certificazione interni ed esterni, incluso il test di tutti i materiali a contatto con la cute, test di tossicità cutanea e la prova di usura del Fit.
- Il Fit contiene nichel. Adottate le necessarie precauzioni se la vostra cute è ipersensibile oppure se soffrite di allergie ad altri materiali di cui si compone il Fit.
 - **Nichel:** il Fit contiene una piccola quantità di nichel, al di sotto del valore di riferimento stabilito dal regolamento europeo REACH. Non sarete esposti al nichel contenuto all'interno del Fit, dato che il dispositivo ha superato tutti i test di certificazione internazionali. Tuttavia, se siete ipersensibili al nichel, utilizzate il Fit con cautela.
- Il Fit viene prodotto utilizzando solo materiali in linea con gli standard della U.S. Consumer Product Safety Commission (CPSC), le normative dei paesi europei e gli altri standard internazionali.
- Per maggiori informazioni sulla modalità di gestione delle sostanze chimiche da parte di Samsung, fate riferimento al sito web Samsung.

Appendice

Risoluzione dei problemi

Prima di rivolgervi a un centro assistenza Samsung o a un centro assistenza autorizzato, provate le seguenti soluzioni. Alcune delle seguenti soluzioni potrebbero non essere applicabili al Fit.

Inoltre, potete utilizzare Samsung Members per risolvere eventuali problemi riscontrati durante l'uso del dispositivo.

Il Fit non si accende

Se la batteria è completamente scarica, il Fit non si accende. Caricate completamente la batteria prima di accendere il Fit.

Il touchscreen risponde lentamente o in modo non corretto

- L'uso di una pellicola protettiva o di accessori opzionali sul touchscreen può comprometterne il corretto funzionamento.
- Se indossate dei guanti, se non avete le mani pulite, se toccate lo schermo con oggetti appuntiti o con la punta delle dita, il touchscreen potrebbe non funzionare correttamente.
- Il touchscreen potrebbe non funzionare correttamente in presenza di umidità o se esposto ad acqua.
- Riavviate il Fit per eliminare eventuali problemi temporanei del software.
- Assicuratevi che il software del Fit sia aggiornato all'ultima versione.
- Se il touchscreen è graffiato o danneggiato, recatevi presso un centro assistenza Samsung o un centro assistenza autorizzato.

Il Fit si blocca o si verifica un problema

Tentate le seguenti soluzioni. Se il problema persiste, contattate un centro assistenza Samsung o un centro assistenza autorizzato.

Riavvio del Fit

Se il Fit si blocca o è lento, potrebbe essere necessario chiudere le applicazioni o spegnere il Fit e accenderlo di nuovo.

Riavvio forzato

Se il Fit si blocca e non risponde, tenete premuto il pulsante Home per più di 11 secondi per riavviarlo.

Ripristino del Fit

Se dopo aver tentato le soluzioni suggerite il problema persistesse, ripristinate il dispositivo ai dati di fabbrica.

Nel menu Applicazioni, toccate **Impostazioni** → **Generale** → **Ripristina** → **Ripristina**. In alternativa, aprite l'applicazione **Galaxy Wearable** sul telefono e toccate **Impostazioni fascia** → **Generale** → **Ripristina** → **Ripristina**. Prima di ripristinare i dati di fabbrica, ricordate di effettuare un backup di tutti i dati importanti memorizzati nel Fit.

Un altro dispositivo Bluetooth non riesce a localizzare il Fit

- Ripristinate il Fit e provate di nuovo.
- Accertatevi che il Fit e l'altro dispositivo Bluetooth si trovino entro la distanza di connessione Bluetooth (10 m). La distanza potrebbe variare in base all'ambiente in cui viene utilizzato il dispositivo.

Se i suggerimenti precedenti non risultassero utili per la risoluzione del problema, contattate un Centro assistenza Samsung o un centro assistenza autorizzato.

Non viene stabilita una connessione Bluetooth oppure il Fit e il telefono sono disconnessi

- Accertatevi che il Bluetooth sul telefono sia attivo.
- Accertatevi che tra i dispositivi non ci siano ostacoli, come muri o apparecchiature elettriche.
- Accertatevi che sul telefono sia installata l'ultima versione dell'applicazione Galaxy Wearable. Se l'applicazione Galaxy Wearable non è aggiornata all'ultima versione, aggiornate l'applicazione all'ultima versione.
- Accertatevi che il Fit e l'altro dispositivo Bluetooth si trovino entro la distanza di connessione Bluetooth (10 m). La distanza potrebbe variare in base all'ambiente in cui viene utilizzato il dispositivo.
- Riavviate entrambi i dispositivi e aprite di nuovo l'applicazione **Galaxy Wearable** sul telefono.

Il Fit non rileva la frequenza cardiaca

- Indossate il Fit saldamente intorno alla parte inferiore del braccio appena sopra il polso.
- Nel menu Applicazioni, toccate **Impostazioni** → **Health** → **Freq. card.**, quindi selezionate **Misura in modo continuo**.
- Selezionate un quadrante che contenga le informazioni sulla frequenza cardiaca.

Impossibile effettuare o ricevere una chiamata

- Accertatevi che il Fit sia connesso a un telefono tramite Bluetooth.
- Assicuratevi che sul telefono non sia impostato il blocco chiamate per il numero chiamante.
- Controllate se sono attive alcune modalità. Se sono attive alcune modalità, l'audio delle chiamate ricevute potrebbe disattivarsi e lo schermo non accendersi. Accendete lo schermo e visualizzate la chiamata in arrivo.

La batteria non si carica bene (con caricabatteria approvati da Samsung)

- Accertatevi che il Fit sia connesso correttamente al caricabatteria wireless.
- Recatevi presso un centro assistenza Samsung o un centro assistenza autorizzato e fate sostituire la batteria.

La batteria si scarica più rapidamente rispetto a quando l'avete acquistata

- Esponendo il Fit o la batteria a temperature molto fredde o molto calde, la carica utile potrebbe diminuire.
- Il consumo di batteria aumenta quando utilizzate alcune applicazioni.
- La batteria è deperibile e la capacità di carica diminuisce nel tempo.

Il Fit risulta caldo al tocco

Quando utilizzate applicazioni che richiedono maggiori prestazioni oppure utilizzate a lungo applicazioni sul Fit, questo potrebbe risultare caldo al tocco. Ciò è normale e non dovrebbe influire sulla durata o sulle prestazioni del Fit.

Se il Fit si surriscalda o risulta caldo al tatto per un tempo prolungato, non utilizzatelo per qualche minuto. Se il Fit continua a surriscaldarsi, contattate un Centro assistenza Samsung o un centro assistenza autorizzato.

Il Fit non rileva la vostra posizione corrente

Il Fit utilizza le informazioni relative alla posizione del vostro telefono. I segnali GPS potrebbero essere ostruiti in alcuni luoghi, ad esempio al chiuso. Impostate l'utilizzo del Wi-Fi o di una rete mobile sul telefono per rilevare la posizione corrente.

I dati memorizzati nel Fit sono andati persi

Effettuate sempre una copia di backup di tutti i dati importanti memorizzati sul Fit. Altrimenti, se i dati sono danneggiati o andati persi non potete ripristinarli. Samsung non è responsabile per la perdita dei dati memorizzati sul Fit.

Intorno alla scocca del Fit c'è un piccolo spazio vuoto

- Tale spazio è una caratteristica di fabbrica necessaria e le parti potrebbero subire piccole oscillazioni o vibrazioni.
- Nel tempo l'attrito tra le parti potrebbe far aumentare tale spazio.

Lo spazio di archiviazione del Fit è insufficiente

Per liberare spazio di archiviazione, eliminate i dati non necessari e le applicazioni o i file inutilizzati.

Rimozione della batteria

- **Per rimuovere la batteria, contattate un centro assistenza autorizzato. Per le istruzioni sulla rimozione della batteria, visitate www.samsung.com/global/ecodesign_energy.**
- Per la vostra sicurezza, **non dovete tentare di rimuovere** la batteria. Una rimozione non corretta potrebbe causare danni alla batteria e al dispositivo, provocare infortuni e rendere il dispositivo non sicuro.
- Samsung declina ogni responsabilità per eventuali danni o perdite (sia derivanti dal contratto che da azione illecita, negligenza inclusa) causati dal mancato preciso rispetto delle presenti avvertenze e precauzioni, fatto salvo decesso o infortunio attribuibili a negligenza da parte di Samsung.

Il dispositivo e gli accessori illustrati in questo manuale potrebbero variare in base al Paese nel quale i prodotti vengono distribuiti.

Copyright

Copyright © 2024 Samsung Electronics Co., Ltd.

Questo manuale è protetto dalle leggi internazionali sul copyright.

Nessuna parte di questo manuale può essere riprodotta, distribuita, tradotta o trasmessa in alcuna forma o tramite alcun mezzo, elettronico o meccanico, compresi fotocopie, registrazione o salvataggio in qualsiasi sistema di archiviazione o di recupero delle informazioni.

Marchi commerciali

- SAMSUNG e il logo SAMSUNG sono marchi commerciali registrati di Samsung Electronics Co., Ltd.
- Bluetooth® è un marchio commerciale registrato in tutto il mondo di Bluetooth SIG, Inc.
- Tutti gli altri marchi e copyright sono proprietà dei rispettivi proprietari.