

**Įspėjimas:** prieš pradėdami arba keisdami pratimų programą, būtinai pasitarkite su savo gydytoju.

**Įtaiso naudojimas**



- Tam, kad pereitumėte prie kitos įtaiso funkcijos arba meniu parinkties, paspauskite mygtuką ①.
- Tam, kad peržiūrėtumėte meniu, palaikykite mygtuką paspaustą 1 sekundę.
- Tam, kad pasirinktumėte meniu parinktį, palaikykite mygtuką paspaustą 1 sekundę.
- Tam, kad įjungtumėte foninį ekranėlio apšvietimą, palaikykite mygtuką paspaustą trumpiau nei 1 sekundę. Foninis apšvietimas išsijungia automatiškai.

**Judėjimo juosta („Move Bar“)**

Ilgą laiką sėdint gali prasidėti nepageidaujami medžiagų apykaitos būsenos pokyčiai. Judėjimo juosta primena, kad reikia judėti. Judėjimo juosta ① atsiranda prabėgus vienai valandai neveiklumo. Papildomi segmentai ② atsiranda kas 15 minučių neveiklumo.



Judėjimo juostą galite panaikinti nueidami nedidelį atstumą.

**Miego stebėjimas („Sleep Tracking“)**

Jums miegant įtaisas stebi Jūsų judesius. „vívofit jr.“ aplikacijos nustatymuose galite nustatyti Jums įprastas miego valandas. Savo miego statistiką galite peržiūrėti „vívofit jr.“ aplikacijoje.

**Aktyvumo tikslas („Activity Goal“)**

Tam, kad vaikų sveikata būtų geresnė, tokios organizacijos kaip JAV Ligų kontrolės ir prevencijos centras, rekomenduoja kasdien bent 60 minučių fiziškai judėti. Tai gali būti vidutinio intensyvumo veikla, pavyzdžiui, vaikščiojimas sparčiu žingsniu, arba didelio intensyvumo veikla, pavyzdžiui, bėgiojimas.

Šis įtaisas skatina vaikus būti aktyviais, rodydamas kaip jiems sekasi siekti kasdieninio 60 minučių tikslo.

**Atliktos užduotys („Chore Progress“)**

Su „vívofit jr.“ aplikacija galite sukurti ir priskirti užduočių, o taip pat atnaujinti, kiek užduočių vaikas jau yra atlikęs. Kai „vívofit jr.“ įtaisas yra prisijungęs prie išmaniojo telefono, įtaise rodomas atnaujintas atliktų užduočių skaičius ① iš visų tai dienai skirtų užduočių ②.



**Uždirtbos monetos („Coins Earned“)**

Naudodami „vívofit jr.“ aplikaciją galite monetomis apdovanoti už atliktas užduotis. Kai „vívofit jr.“ įtaisas yra prisijungęs prie išmaniojo telefono, įtaise rodomas atnaujintas monetų skaičius ①.



„vívofit jr.“ aplikacijoje monetas galima iškeisti į apdovanojimus. Aplikacijoje galite sukurti savo apdovanojimus ir nustatyti monetų skaičių, už kurį galima gauti apdovanojimą. Aplikacijoje iškeitus monetas ir įtaisu prisijungus prie išmaniojo telefono, įtaise rodomas atnaujintas monetų skaičius.

**Susiejimas su išmaniuoju telefonu**

Prieš susiejant „vívofit jr.“ įtaisu su išmaniuoju telefonu, bent vienas iš tėvų privalo turėti „Garmin Connect™“ paskyrą. Įtaisu reikia susieti tiesiogiai per „vívofit jr.“ aplikaciją, bet ne per išmaniojo telefono „Bluetooth®“ nustatymus.

1. Išmaniojo telefono aplikacijų parduotuvėje įdiekite ir paleiskite „vívofit jr.“ aplikaciją;
2. Prisijunkite su savo „Garmin Connect“ naudotojo vardu ir slaptažodžiu;
3. Vykdydami aplikacijoje rodomas instrukcijas, sukurkite naują šeimos aprašymą ir įrašykite visus vaikus;
4. Paspauskite ir laikykite paspaustą „vívofit jr.“ įtaiso mygtuką, kol atsiras simbolis . Įtaisas pereina į susiejimo režimą;
5. Vykdydami aplikacijoje rodomas instrukcijas, užbaikite nustatymų procesą.

Pastaba: galite susieti iki trijų mobiliųjų įtaisų, pavyzdžiui, planšetinį kompiuterį arba kito iš tėvų išmanųjį telefoną.

**„vívofit jr.“ aplikacija**

Nemokama „vívofit jr.“ aplikacija suteikia galimybę stebėti Jūsų vaikų aktyvumą per dieną ir atliktas užduotis.

**Aktyvumo stebėjimas („Activity tracking“):** suteikia galimybę stebėti, kiek Jūsų vaikai per dieną nuejo žingsnių ir kiek minučių buvo aktyvūs.

**Atliktos užduotys („Chore progress“):** suteikia galimybę sukurti ir valdyti užduotis, monetomis apdovanoti už atliktas užduotis ir iškeisti monetas į numatytus apdovanojimus.

**Nuotykių takas („Adventure trail“):** suteikia galimybę stebėti, kaip Jūsų vaikai kiekvieną dieną siekia 60 minučių aktyvumo tikslo, ir jį pasiekus parodo naujų gyvūnų arba įdomių faktų.

**Šeimos iššūkiai („Family challenges“):** suteikia galimybę stebėti visų šeimos narių nueitus žingsnius, susiejus su kiekvieno iš tėvų paskyromis suderinamam „Garmin“ aktyvumo stebėjimo įtaisu.

**Nustatymai („Settings“):** suteikia galimybę tinkinti savo įtaisu ir naudotojo nustatymus, įskaitant garsinius signalus, piktogramas, profilio nuotraukas ir kita.

**„Garmin Connect“**

Bent vienas iš tėvų privalo turėti „Garmin Connect“ paskyrą, kad galėtų naudotis „vívofit jr.“ aplikacija. Nemokamą paskyrą galite sukurti apsilonkę adresu [www.garminconnect.com/start](http://www.garminconnect.com/start). Jūsų „Garmin Connect“ paskyra suteikia galimybę stebėti, analizuoti, dalintis ir skatinti vieniems kitus. Užfiksukite savo aktyvaus gyvenimo būdo įvykius ir dalyvaukite šeimos iššūkiuose prijungdami prie savo „Garmin Connect“ paskyros suderinamą aktyvumo stebėjimo įtaisu.

**Kaip susieti papildomą įtaisu su „vívofit jr.“ aplikacija?**

Jeigu jau turite su „vívofit jr.“ susietą įtaisu, aplikacijos meniu galite pridėti dar vieną įtaisu. Iš viso galite susieti iki aštuonių įtaisų.

1. Paleiskite „vívofit jr.“ aplikaciją;
2. Paspauskite simbolį ;
3. Vykdykite ekrane rodomas instrukcijas.

**Kelių mobiliųjų įtaisų susiejimas**

Užbaigę pradinius nustatymus, „vívofit jr.“ įtaisu galite susieti su dar dviem mobiliaisiais įtaisais, pavyzdžiui, planšetiniu kompiuteriu arba kito iš tėvų išmaniuoju telefonu.

1. Išmanijame telefone arba planšetiniame kompiuteryje per aplikacijų parduotuvę įdiekite ir paleiskite „vívofit jr.“ aplikaciją;
2. Prisijunkite su savo „Garmin Connect“ naudotojo vardu ir slaptažodžiu;
3. Vykdydami ekrane rodomas instrukcijas prisijunkite prie jau esamo šeimos aprašymo;
4. Laikykite savo mobiliąjį įtaisu ne didesniu kaip 3 m atstumu nuo „vívofit jr.“ įtaiso;
5. Jeigu reikia, anksčiau susietuose mobiliuosiuose įtaisuose išjunkite Bluetooth belaidį ryšį;
6. Savo „vívofit jr.“ įtaise palaikykite nuspaustą mygtuką, kad atvertumėte meniu;
7. Laikykite , kad įsijungtų susiejimo režimas;
8. Vykdydami aplikacijoje rodomas instrukcijas užbaikite susiejimo procesą;
9. Jeigu norite prijungti dar vieną mobiliąjį įtaisu, kiekvienam pakartokite visus žingsnius nuo 1 iki 8.

**Piktogramos**

Piktogramos reiškia įtaiso funkcijas. Paspausdami mygtuką galite pereiti prie kitos funkcijos.

	Dabartinė data. Įtaisas atnaujina laiką ir datą, kai sinchronizujete duomenis su išmaniuoju telefonu.
	Visų tą dieną nueitų žingsnių skaičius.
	Visų tos dienos aktyviai praleistų minučių skaičius ir progresas siekiant 60 minučių aktyvumo tikslo.
	Per dieną atliktų ir priskirtų užduočių skaičius.
	Visų uždirbtų monetų skaičius.


**Meniu parinktys**

Laikydami paspaustą mygtuką galite peržiūrėti meniu, o paspausdami mygtuką galite keisti parinktį.

	Susieja įtaisu ir Bluetooth ryšiu siunčia duomenis į išmanųjį telefoną.
	Rodo užduočių laikmačio parinktį.
	Paleidžia laikmatį.
	Rodo įtaiso informaciją.
	Sugrįžta į ankstesnę langą.

### Užduočių laikmačio naudojimas







Jrenginyje galite paleisti atgalinės atskaitos laikmatį.

1. Palaikykite mygtuką nuspausta, kad atvertumėte meniu;
  2. Palaikykite mygtuką nuspausta, kai ekrane rodomas simbolis ;
  3. Mygtuko paspaudimais pereikite prie reikiamo laikmačio nustatymo;
  4. Palaikykite mygtuką nuspausta, kad pasirinktumėte ir paleistumėte laikmatį.
- Jrenginys pypiteli ir pradeda atgalinį laiko skaičiavimą, o taip pat nusiunčia pranešimą į artimiausią iš susietų išmaniųjų telefonų. Likus 3 sekundėms, įtaisas ima pypsėti, kol išsenka laikas.





**Patarimas:** laikydami paspaustą mygtuką galite sustabdyti laikmatį.

### Užduočių laikmačio parinktys

Jūsų įtaise jau yra nustatytų laiko trukmių, kurias galite panaudoti įprastinei veiklai. Pavyzdžiui, dviejų minučių trukmės laikmatį galite naudoti valyti dantis arba bet kokiai kitai veiklai, kuri trunka dvi minutes. Kiekvienai užduočiai yra nustatyta tam tikra trukmė minutėmis.

Piktograma	Trukmė	Veiklos pavyzdys
	2 min.	Dantų valymas
	5 min.	Pasidalijimas žaislais
	10 min.	Valgymas
	15 min.	Skaitymas
	20 min.	Pamoka arba treniruotė
	30 min.	Laikas prie ekrano

### Chronometro naudojimas

1. Palaikykite mygtuką nuspausta, kad atvertumėte meniu;
2. palaikykite mygtuką nuspausta, kai ekrane bus simbolis ;
3. paleiskite chronometrą paspausdami mygtuką, kai ekrane bus simbolis ;
4. sustabdykite chronometrą paspausdami mygtuką, kai ekrane bus simbolis ;
5. jeigu reikia iš naujo nustatyti chronometrą, paspauskite mygtuką, kai ekrane bus simbolis ;
6. palaikykite mygtuką nuspausta, kad išjungtumėte chronometrą.

### Naudotojo keičiama baterija

**Įspėjimas:** nebandykite išimti baterijų aštriu daiktu!

**Įspėjimas:** laikykite baterijas vaikams nepasiekiamoje vietoje!

**Įspėjimas:** jokiu būdu nedėkite baterijų į burną! Jeigu prarijote, kreipkitės į savo gydytoją arba vietos apsinuodijimų kontrolės biurą.

**Įspėjimas:** keičiamose monetos formos baterijose gali būti perchlorato. Gali būti taikomi specialios priežiūros reikalavimai.

**Dėmesio:** dėl tinkamo baterijų perdavimo kreipkitės į vietos atliekų tvarkymo centrą.

### Baterijos keitimas

Įtaise naudojama viena CR1632 baterija.

1. Išimkite įtaisą iš apyrankės;



2. Mažu kryžminiu atsuktuvu atsukite keturis varžtus įtaiso nugarėlėje;
3. Nuimkite dangtelį ir išimkite bateriją;





### Istorija

Įtaisas stebi Jūsų dienos aktyvumo ir miego statistiką. Šią istoriją galima perkelti į „vívofit jr.“ aplikaciją. Įtaisas duomenis apie Jūsų aktyvumą išsaugo iki 4 savaičių. Prispildžius įtaiso atminčiai, jis ištrina seniausius failus, kad paruoštų vietos naujiems duomenims.


### Duomenų siuntimas į išmanųjį telefoną rankiniu būdu

Jūsų įtaisas periodiškai siunčia duomenis Bluetooth ryšiu į artimiausią susietą įtaisą. Be to, bet kada galite siųsti duomenis rankiniu būdu. Tokiu būdu „vívofit jr.“ aplikacijoje galite peržiūrėti aktyvumą, užduotis ir monetas.

1. Laikykite įtaisą arti išmaniojo telefono;
2. Atverkite „vívofit jr.“ aplikaciją;
3. „vívofit jr.“ įtaise palaikykite mygtuką nuspausta, kad atvertumėte meniu;
4. Laikykite mygtuką nuspausta, kol ekrane rodomas simbolis . Atsiras simbolis  ir ims judėti raudona juosta, reiškianti, kad siunčiami duomenys;
5. savo išmaniajame telefone, perbraukite žemyn, kad atnaujintumėte aplikacijos duomenis.

### „vívofit jr.“ aplikacijos nustatymai

„vívofit jr.“ aplikacijoje galite tinkinti savo įtaiso, naudotojo ir aplikacijos nustatymus.

„vívofit jr.“ aplikacijoje pasirinkite piktogramą .

**Vaikų ir įtaiso nustatymai („Children and device settings“):** suteikia galimybę pridėti vaikus, susieti su papildomais įtaisais ir tinkinti įtaiso nustatymus. Pavyzdžiui, galite įjungti arba išjungti įspėjimų garsus, pakeisti žingsnių piktogramą ir užrašyti rodomą vaiko vardą.

**Šeimos nustatymai („Family settings“):** suteikia galimybę tinkinti šeimos nustatymus.

Pavyzdžiui, galite redaguoti pavardę, pakviesti kitą iš tėvų arba globėjų bei nustatyti administravimo privilegijas.

**Aplikacijos nustatymai („App settings“):** suteikia galimybę tinkinti aplikacijos nustatymus.

Pavyzdžiui, galite iš naujo nustatyti slaptažodį ir nustatyti pranešimų nuostatas.

### Įtaiso nustatymas iš naujo

Jeigu įtaisas nustotų reaguoti, Jums gali tekti jį nustatyti iš naujo. Šis veiksmas neištrina Jūsų duomenų.

**Pastaba:** nustatant įrenginį iš naujo taip pat iš naujo nustatoma ir judėjimo juosta.

1. Laikykite įtaiso mygtuką paspaustą 10 sekundžių, kol ekranas išsijungs;
2. Paleiskite įtaiso mygtuką. Po įrenginio nustatymo ekranas įsijungs.

### Ar mano išmanusis telefonas suderinamas su mano įtaisu?

„vívofit jr.“ įtaisas yra suderinamas su išmaniaisiais telefonais naudojant Bluetooth Smart belaidžio ryšio technologiją. Informacijos apie suderinamumą rasite apsilankę adresu [www.garmin.lt/vai-mans-talrunis-ir-savietojams](http://www.garmin.lt/vai-mans-talrunis-ir-savietojams).

4. Įstatykite naują bateriją neigiama puse (-) nukreiptą į įtaiso vidų;
  5. Patikrinkite, ar sandariklis yra nepažeistas ir ar tinkamai įstatytas į dangtelį;
  6. Vėl uždėkite dangtelį ir įstatykite keturis varžtus;
  7. Vienodai ir tvirtai prisukite keturis varžtus;
  8. Įstatykite įtaisą į lanksčią silikoninę apyrankę.
- Rodyklės ant įtaiso kryptis turi sutapti su rodyklės ant apyrankės kryptimi.



### Keičiama apyrankė

Apyrankės ilgis tinka daugumai vaikų nuo 4 iki 9 metų amžiaus. Jeigu apyrankė per trumpa, galite susisiekti su „Garmin“ pagalbos klientams tarnyba dėl informacijos apie pasirenkamus priedus ir keičiamas dalis. Keičiamas įtaisas yra suderinamas su „vívofit 3“ apyrankėmis.

### Apyrankės keitimas

Apsilankykite svetainėje [www.garmin.lt](http://www.garmin.lt) arba kreipkitės į savo „Garmin“ atstovą dėl informacijos apie pasirenkamus priedus.

1. Išimkite įtaisą iš apyrankės;
2. Įstatykite įtaisą į tamprią silikoninę apyrankę aptempdami apyrankės medžiagą apie įtaisą. Rodyklės ant įtaiso kryptis turi sutapti su rodyklės ant apyrankės kryptimi.

### Įtaiso priežiūra

Nebandykite valyti įtaiso aštriu daiktu!

Nenaudokite cheminių valiklių, tirpiklių ir vabzdžių repelentų, galinčių pažeisti plastikinius komponentus ir apdailą!

Po įtaiso kontakto su chloruotu arba jūros vandeniu, kremu nuo saulės, kosmetikos priemonėmis, alkoholiu arba kitokiais agresyviais chemikalais, kruopščiai nuplaukite įtaisą gėlu vandeniu. Ilgesnis šių medžiagų poveikis gali pakenkti korpusui. Saugokite įtaisą nuo stipraus sukrėtimo ir grubaus poveikio, kadangi tai gali sutrumpinti produkto tarnavimo laiką.

Nelaikykite įtaiso tokiose vietose, kur jį ilgą laiką galėtų veikti ekstremalios temperatūros, kadangi dėl to jis gali sugesti.

Nedėkite įtaiso ten, kur jį gali veikti aukštesnė temperatūra, pavyzdžiui, į drabužių dėžiovyles.

Nespauskite mygtukų po vandeniu!


### Techninės charakteristikos

Baterijos tipas	Naudotojo keičiama CR1632 baterija
Baterijos veikimo laikas	Iki 1 metų
Atsparumas vandeniui	5 atm.*
Radio dažnis ir protokolai	Bluetooth Smart belaidė technologija
Darbinė temperatūra	Nuo -10 °C iki 60 °C (nuo 14 °F iki 140 °F)

\* įtaisas atlaiko slėgį, atitinkantį 50 m gylį. Daugiau informacijos rasite apsilankę svetainėje [www.garmin.lt/udensizturibas-klase](http://www.garmin.lt/udensizturibas-klase).

### Įtaiso informacijos peržiūrėjimas

Galite peržiūrėti įtaiso identifikacinį numerį ir programinės įrangos versiją.

1. Palaikykite mygtuką nuspausta, kad atvertumėte meniu;
2. Palaikykite mygtuką nuspausta, kai ekrane rodomas simbolis .