



English V1.02



# tūw™ Smartwatch & App คู่มือผู้ใช้



Tracking Ūr Wellness



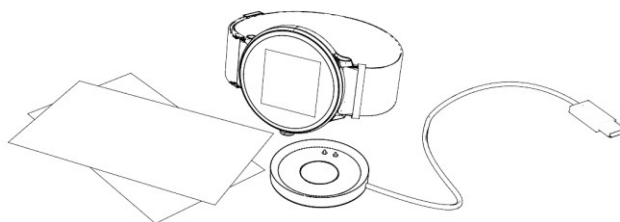
ยินดีต้อนรับส่วนนวัตกรรมใหม่ของการติดตามสุขภาพ,  
tūw™ smartwatch จาก byDzyne™  
อุปกรณ์อัจฉริยะออกแบบมาโดยเฉพาะเพื่อ  
ตรวจสอบไลฟ์สไตล์ประจำวันของคุณ,  
ช่วยปรับปรุงสุขภาพโดยรวมของคุณ



Tracking Your Wellness

## ในกล่องมีอะไรบ้าง?

- เครื่อง **tūw™ Smartwatch**
- อุปกรณ์ชาร์จ USB (ไม่รวมอะแดปเตอร์ที่รองรับ USB)
- คู่มือผู้ใช้ Smartwatch
- แอปและคู่มือภาษาที่แนบมาด้วย
- \* โปรดอ่านคู่มือผู้ใช้ฉบับสมบูรณ์ก่อนใช้งาน



## คุณสมบัติและแอปของ tūw™ Smartwatch

tūw™ Smartwatch ได้รับการออกแบบมาเพื่อติดตามไลฟ์สไตล์ประจำวันของคุณ ด้วยฟังก์ชันที่ใช้งานได้ง่าย

แอปพลิเคชัน tūw™ Smartwatch จะช่วยด้านการออกกำลังกายของคุณ ด้วยคุณสมบัติเพิ่มเติมที่สามารถปรับแต่งได้ และช่วยให้คุณยกระดับสุขภาพโดยรวม

### คุณสมบัติและแอปของ tūw™ Smartwatch

- |                                                                                                          |                                                                                                          |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  หน้าจอติดตามผล       |  จับเวลาทอยหลัง       |
|  วัดอัตราการเต้นหัวใจ |  ค้นหามือถือ          |
|  ตรวจสอบการนอนหลับ    |  นาฬิกาจับเวลา        |
|  Bluetooth 5.0        |  โหมดกีฬา             |
|  IP67 กันน้ำ          |  แบตเตอรี่ 200mAh     |
|  ดีไซน์ทันสมัย        |  สายรัดปรับเปลี่ยนได้ |



- ตรวจสอบการสวมใส่
- ถ่ายภาพ
- นาฬิกาปลุก
- ตรวจสอบอัตราหัวใจ
- การตรวจสอบการตกไข่
- การติดตามและจัดเก็บข้อมูลสุขภาพ
- การแจ้งเตือน
- แจ้งเตือนเมื่อไม่มีการเคลื่อนไหว

# สารบัญ

|                                              |    |
|----------------------------------------------|----|
| ทำความรู้จักกับ <b>tuw™ Smartwatch</b> ..... | 6  |
| การชาร์จ Smartwatch .....                    | 6  |
| อายุการใช้งานของแบตเตอรี่ .....              | 7  |
| การสวมใส่ Smartwatch .....                   | 7  |
| วิธีการเปลี่ยนสาย .....                      | 8  |
| เปิด/ปิด/แสดงหน้าจอ .....                    | 8  |
| ตั้งค่าผ่านแอป <b>tuw™ Smartwatch</b> .....  | 9  |
| สร้างบัญชีของคุณ .....                       | 10 |
| เชื่อมต่อแอปเข้ากับ Smartwatch .....         | 12 |
| การซิงค์แอปเข้ากับคลาวด์ .....               | 12 |
| นาฬิกา/หน้าเริ่มต้น .....                    | 13 |
| หน้าเริ่มต้น .....                           | 14 |
| ติดตามผลการออกกำลังกาย .....                 | 15 |
| ติดตามผลการนอนหลับ .....                     | 16 |
| วัดอัตราการเต้นของหัวใจ .....                | 17 |
| ตรวจสอบการตกไข่ .....                        | 19 |
| โหมดกีฬา .....                               | 22 |
| การแจ้งเตือน .....                           | 24 |
| นาฬิกาปลุก .....                             | 24 |
| แจ้งเตือนเมื่อไม่มีการเคลื่อนไหว .....       | 25 |
| ถ่ายภาพ .....                                | 25 |
| เวลาแสดงผลหน้าจอ .....                       | 26 |
| จับเวลาตอยหลัง .....                         | 26 |
| ค้นหาโทรศัพท์ .....                          | 27 |
| นาฬิกาจับเวลา .....                          | 27 |
| รับสาย / ปิดเสียง/ ปฏิเสธสาย .....           | 28 |
| ตรวจจับการสวมใส่ .....                       | 28 |
| เปลี่ยนข้อมูลผู้ใช้ .....                    | 29 |
| รีเซ็ตรหัสผ่าน .....                         | 29 |
| การตั้งค่า .....                             | 30 |
| ล้างข้อมูล .....                             | 30 |
| ข้อมูลจำเพาะและวัสดุ .....                   | 30 |
| การดูแลทำความสะอาด .....                     | 30 |
| ข้อจำกัดความรับผิดชอบของผลิตภัณฑ์ .....      | 31 |
| การรับประกันหนึ่งปี .....                    | 31 |
| ข้อกำหนดของ FCC .....                        | 31 |

Smartwatch นี้ถูกออกแบบมาเพื่อใช้ร่วมกับ **tuw™ Smartwatch App** (สามารถดาวน์โหลดได้บน iOS และ Google Play Store) สำหรับคำแนะนำให้ทำการเชื่อมต่อ smartwatch ของคุณผ่าน Bluetooth และโปรดอ่านคู่มือผู้ใช้ต่อไปเพื่อดูวิธีการใช้แอป

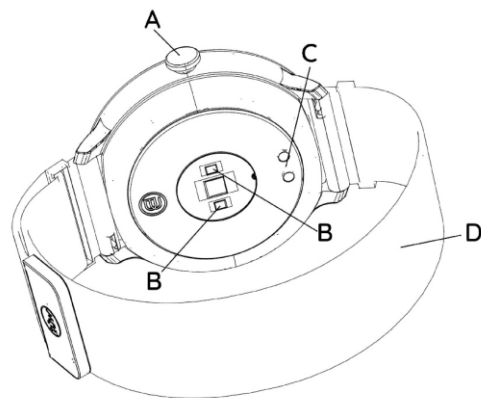
# ทำความรู้จักกับ tw™ Smartwatch

**A.** เปิด/ปิด

**B.** PPG LED สีเขียว และ เซ็นเซอร์สัมผัสกับผิวหนังเพื่อตรวจสอบ  
เมื่อเซ็นเซอร์ทำงานจะปรากฏไฟ LED สีเขียว

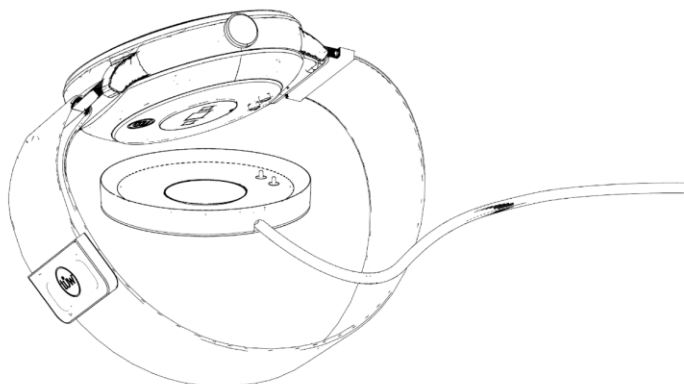
**C.** จุดสัมผัสทองแดงสำหรับการชาร์จ

**D.** สายสแตนเลสสตีลปรับได้อย่างอิสระ



## การชาร์จ Smartwatch

นำอุปกรณ์ชาร์จ USB ออกจากด้านล่างของกล่อง และแนบเข้ากับ  
ด้านหลังของ smartwatch เชื่อมต่อ USB เข้ากับอุปกรณ์ชาร์จแบบใดก็ได้ที่สนับสนุน (output: 5V 1A) ตรวจสอบให้แน่ใจว่าแพ่งทองแดงของ  
นาฬิกาสัมผัสกับแพ่งทองแดงของที่ชาร์จ



# อายุแบตเตอรี่

เมื่อแบตเตอรี่ของ smartwatch ต่ำ ไอคอนสายฟ้าสีแดงจะปรากฏขึ้นบนหน้าจอแสดงผล เมื่อแบตเตอรี่หมดโดยสิ้นเชิง smartwatch จะปิดโดยอัตโนมัติ เมื่อวางลงบนแท่นชาร์จ smartwatch จะเปิดโดยอัตโนมัติ ไอคอนสายฟ้าจะปรากฏขึ้นและกลายเป็น สีเขียวเข้มเมื่อชาร์จ smartwatch เต็ม ในขณะที่ชาร์จหน้าจอนาฬิกาจะปรากฏขึ้น แต่ไม่สามารถใช้งานฟังก์ชันอื่นได้ \*



\* แบตเตอรี่จะใช้งานได้ยาวนานสูงสุด 5 วัน ขึ้นอยู่กับการใช้งาน และจะใช้เวลาประมาณ 2 ชั่วโมงในการชาร์จจนเต็ม อย่าพยายามเปลี่ยนแบตเตอรี่ด้วยตัวเองเพราะอาจทำให้เกิดความเสียหายต่อ **tūw™ Smartwatch** การกึ่งแบตเตอรี่ลิเธียมไอออนใน **tūw™ Smartwatch** ของคุณจะต้องถูกกำจัดตามกฎหมายและแนวทางด้านสิ่งแวดล้อมในพื้นที่ของคุณ

## การสวมใส่ Smartwatch

**tūw™ Smartwatch** ได้รับการออกแบบให้ปรับได้ ด้วยสายแม่เหล็ก เพียงยกแถบแม่เหล็กเพื่อยึดสาย เมื่ออยู่บนข้อมือของคุณ ดึงสายรัดแม่เหล็กให้แน่นแล้วปล่อยส่วนที่เหลือให้อยู่บนสาย



# การเปลี่ยนสาย

- ปลดล๊อคสายโดยการเลื่อนหัวแม่เหล็กออกจากช่องปรับขนาด และวางอุปกรณ์คว่ำหน้าลงบนผ้าสะอาด
- มองหาส่วนที่เชื่อมต่อด้วยสปริงบนสาย และเลื่อนปุ่มของพินเข้าด้านในตรงกลาง จากนั้นเอียงเพื่อถอดสายออกจากตัวเครื่อง
- เมื่อแยกตัวเครื่องจากสายแล้ว ให้ทำการย้ายสลักไปยังสายใหม่
- ในการติดตั้งสายใหม่ นำปลายสายด้านหนึ่งใส่ไปบริเวณช่องที่ไหล่ของตัวเครื่อง แล้วออกแรงดึงพินเข้าด้านในตรงกลางเพื่อทำการล๊อคสายเข้าในช่อง ทำเช่นเดียวกันกับสายอื่น เมื่อสลักทั้งสองด้านถูกใส่ให้เข้าล๊อคแล้ว ตรวจสอบอีกครั้งว่าสลักทั้งสองด้านถูกล๊อคอย่างแน่นหนา

\* แม้ว่าจะอาบน้ำหรือใช้ชีวิตประจำวันก็จะเป็นอันตรายต่อโลหะ แต่หากต้องสัมผัสกับความชื้นอย่างต่อเนื่อง, โดนสารเคมีรุนแรง, ความชื้นจากเหงื่อ, และโดนน้ำเป็นประจำ อาจทำให้เกิดผลกระทบต่อรูปลักษณ์ของสายได้

## เปิด / ปิด / แสดงหน้าจอ

เปิด **tūw™ Smartwatch** ด้วยการกดปุ่มด้านข้างค้างไว้ 3 วินาที smartwatch ของคุณจะสั่นและโลโก้ **tūw™** จะปรากฏบนหน้าจอ

- ปิดอุปกรณ์ smartwatch ของคุณง่ายๆ เพียงกดปุ่มด้านข้างค้างไว้ 3 วินาที จนกว่าโลโก้ **tūw™** จะหายไปจากหน้าจอ และ smartwatch จะสั่นอีกครั้ง หรือปิดหน้าจอไปด้านข้างจนพบภาพเหมือนทางด้านขวา (ไอคอนปิดเครื่อง) กดภาพนี้ค้างไว้ 3 วินาทีเพื่อทำการปิดเครื่อง smartwatch

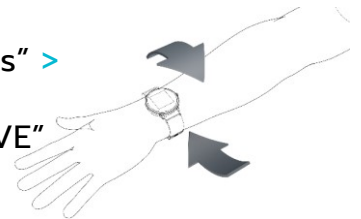


- การแสดงหน้าจอสามารถทำได้หลายวิธีเช่น สัมผัสที่หน้าจอ กดปุ่มด้านข้าง
- หรือเพียงแค่พลิกข้อมือ  
คุณสามารถตั้งเวลาการแสดงผลของหน้าจอและความไวในการตอบสนองได้ผ่านแอป  
เปิดแอป > แตะที่ Settings > My Smartwatch Settings  
> แตะที่ "Turn Wrist"



- เพื่อปรับระยะเวลาการแสดงผลของหน้าจอและความไวในการตอบสนองของ smartwatch

เปิดแอป > แตะที่ "Settings" > "My Smartwatch Settings" > แตะที่ "Turn Wrist"  
> กำหนดเวลาและความไวในการตอบสนองที่ต้องการ > "SAVE"





# ตั้งค่าแอป tūw™ Smartwatch ของคุณ

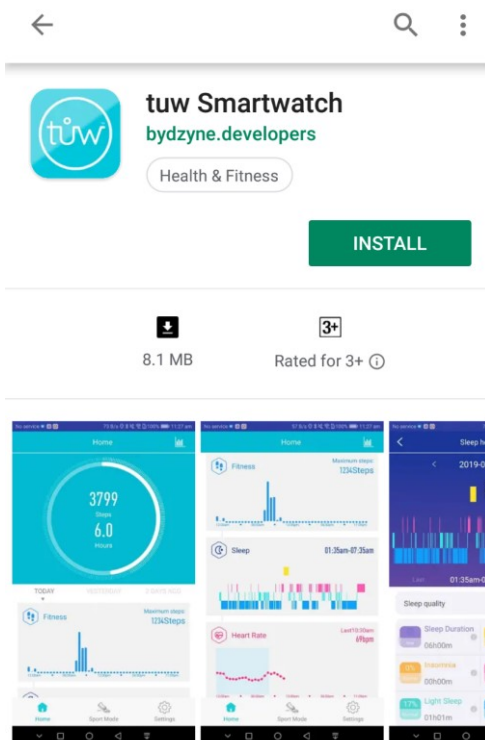
เพื่อประสบการณ์การใช้งานที่ดีที่สุดกับ smartwatch เราขอแนะนำให้ใช้งานด้วย **tūw™ Smartwatch** แอปบน Android หรือ iOS คุณสามารถหาแอปนี้ได้จากช่องทางดังกล่าวตามแต่อุปกรณ์ของคุณ

- Google play store สำหรับอุปกรณ์ Android เช่น Samsung, Huawei, หรือ LG
- Apple App store สำหรับอุปกรณ์ IOS เช่น iPhone หรือ iPad



ดาวน์โหลดและติดตั้งแอปในโทรศัพท์มือถือของคุณ เมื่อติดตั้งแล้วให้เปิดฟังก์ชัน Bluetooth บนอุปกรณ์ เปิดแอปและแตะที่หน้าจอเพื่อรับคำแนะนำในการสร้างบัญชี **tūw™ Smartwatch**

\*มือถือบางรุ่นอาจต้องเปิด *Location* จึงจะสามารถใช้งานผ่านแอปได้

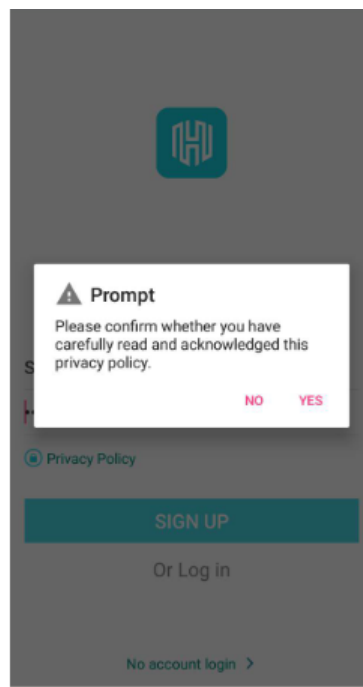
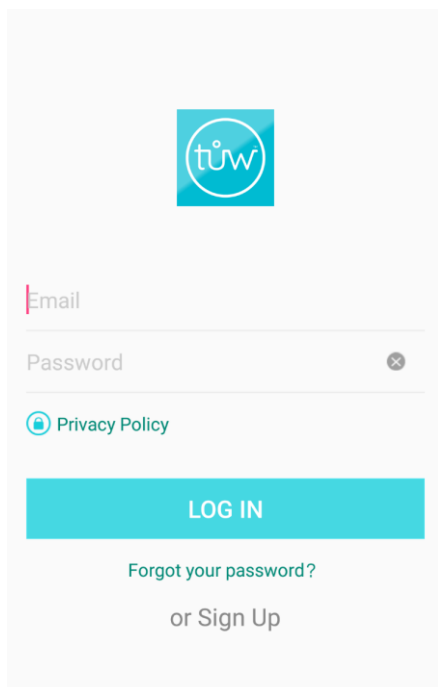


# สร้างบัญชีผู้ใช้

คุณจำเป็นต้องสร้างบัญชีผู้ใช้ในการใช้ติดตามและดูแลสุขภาพของคุณในแต่ละวัน  
เปิดแอป > แตะที่ “Or Sign Up” > กรอกอีเมลของคุณ > สร้างรหัสผ่านที่ประกอบด้วยตัวอักษร 6 ถึง 20 ตัว

ระบบจะบอกให้คุณยืนยันการสร้างบัญชีและได้รับทราบนโยบายความเป็นส่วนตัวเรียบร้อยแล้ว  
หลังจากที่กด “YES” บัญชีของคุณจะถูกสร้างและพร้อมเข้าใช้งานได้ทันที

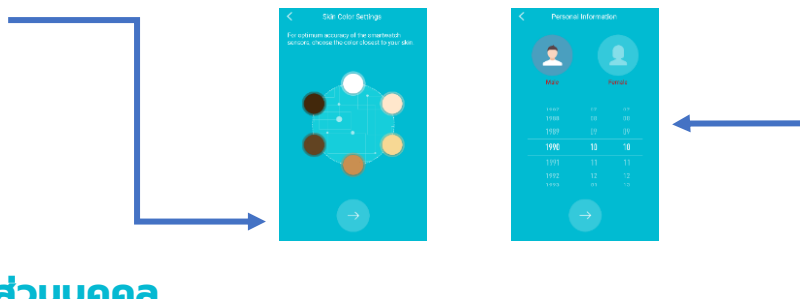
- หากต้องการเชื่อมต่อ **tūw™ Smartwatch App** เข้ากับบัญชีของ ByDzyne™ ให้ใช้อีเมลเดียวกันกับที่สมัครบัญชี
- หากคุณมีบัญชีผู้ใช้อยู่แล้ว แตะที่ “Log In” และกรอกรหัสผ่าน 6 ถึง 20 ตัวอักษรของคุณลงไป



# สร้างบัญชีผู้ใช้

## การตั้งค่าสีผิวเริ่มต้น

ในการที่จะให้ smartwatch ตรวจสอบสุขภาพของคุณอย่างมีประสิทธิภาพ , คุณจะถูกระบุตามว่าสีใดใกล้เคียงกับสีผิวของคุณมากที่สุด ให้แตะที่สีนั้นๆ และกดปุ่มลูกศรด้านล่างเพื่อดำเนินการต่อ



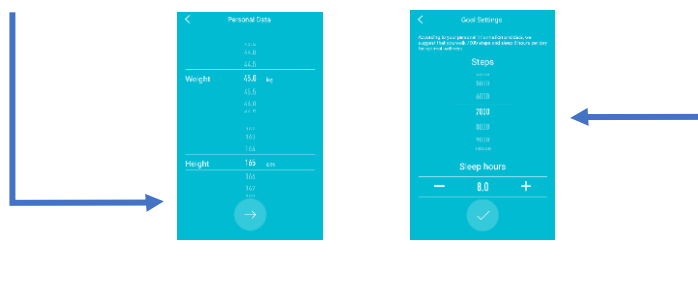
## ข้อมูลส่วนบุคคล

ข้อมูลส่วนบุคคลนี้จะเป็นส่วนสำคัญที่จะช่วยให้ smartwatch สามารถทำให้คุณบรรลุเป้าหมายที่ต้องการได้

1. ระบุเพศของคุณโดยการแตะภาพที่ปรากฏอยู่ด้านบนของหน้าจอ
2. จากนั้นเลือก วัน,เดือน,ปีเกิดของคุณ
3. หลังจากเสร็จสมบูรณ์กดลูกศรด้านล่างเพื่อดำเนินการต่อ

## ป้อนข้อมูลส่วนบุคคลของคุณ

1. เลื่อนไปยังตัวเลขที่ระบุความสูงและน้ำหนักของคุณ
2. จากนั้นกดลูกศรด้านล่างเพื่อดำเนินการต่อ



## กรอกเป้าหมาย

ตามข้อมูลส่วนบุคคลของคุณ แอปจะคำนวณค่าที่แนะนำในการเดิน/วิ่งและพักผ่อนของคุณในหนึ่งวัน ซึ่งคุณสามารถปรับแต่งเป้าหมายเหล่านี้เพื่อให้สอดคล้องกับไลฟ์สไตล์ของคุณได้

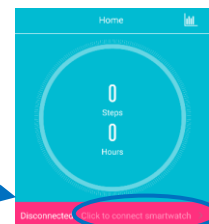
1. เลื่อนไปยังตัวเลขที่ต้องการเพื่อปรับแต่งเป้าหมายจำนวนก้าวต่อวัน
2. กดสัญลักษณ์ "-" หรือ "+" เพื่อปรับแต่งจำนวนชั่วโมงในการพักผ่อนที่คุณต้องการ
3. เมื่อเสร็จสิ้น กดเครื่องหมายถูกด้านล่างของหน้าจอเพื่อดำเนินการต่อ

# วิธีการเชื่อมต่อแอปกับ Smartwatch

คุณควรเชื่อมต่อแอปเข้ากับ Smartwatch เพื่อให้มีการเชื่อมต่อและส่งข้อมูลซึ่งกันและกันอยู่ตลอดเวลาผ่าน Bluetooth ตรวจสอบให้แน่ใจว่า Bluetooth ที่โทรศัพท์ของคุณเปิดอยู่เสมอเพื่อให้มีการเชื่อมต่อข้อมูล

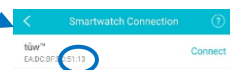
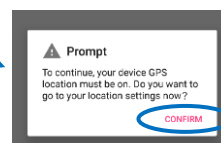
## 1. วิธีการเชื่อมต่อแอปกับ Smart watch

เปิดแอป > ไปที่หน้า dashboard > แตะที่ "Click to connect smartwatch" (ด้านขวาของแถบสีชมพู)\*  
คุณจะได้รับแจ้งเตือนว่าให้เปิด GPS เพื่อระบุตำแหน่งจากนั้น คลิก "Confirm"



## 2. การเชื่อมต่อเข้ากับ Tūw™ Smartwatch

แตะที่ "Connect" เพื่อเชื่อมต่อเครื่อง **tūw™** ของคุณ  
เพื่อตรวจสอบหมายเลขเครื่องของคุณ  
ให้ทำการแตะหน้าจอของ smartwatch ค้างไว้  
ประมาณ 4 วินาที เครื่องจะแสดงไอดีเฉพาะของ **tūw™ smartwatch** ของคุณ



## 3. วิธีการตัดการเชื่อมต่อกับ Smartwatch:

เปิดแอป > แตะที่ไอคอน "Settings" > แตะที่ "My Smartwatch Settings"  
> แตะที่ปุ่ม "Disconnect"

\* smartwatch สามารถเก็บข้อมูลได้มากที่สุด 7 วันโดยไม่มีการเชื่อมต่อเข้ากับมือถือ

\* มือถือของคุณจะต้องเปิดรับแจ้งเตือนอยู่เสมอ(สามารถเปิดได้ที่)

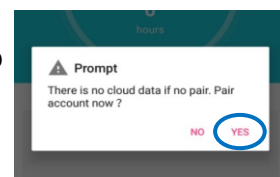
Settings > Apps > tūw Smartwatch > Permissions > Location)

# เชื่อมต่อแอปเข้ากับ cloud

หลังจากเชื่อมต่อ smartwatch เข้ากับแอปแล้ว จะมีการแจ้งเตือนให้เชื่อมต่อข้อมูลระหว่างแอปและCloud เพื่อเก็บรักษาข้อมูล ถ้าคุณไม่ได้ทำการลงชื่อเข้าใช้ในรหัสส่วนตัว แอปจะทำการบันทึกข้อมูลไว้บนมือถือของคุณ  
จนกว่าจะมีการเชื่อมต่อเข้ากับบัญชีผู้ใช้จึงจะมีการอัปโหลดข้อมูลไปยัง

## วิธีการปิดการเชื่อมต่อ:

เปิดแอป > แตะที่ไอคอน "Settings" > แตะที่  
"My Smartwatch Settings" > แตะที่ปุ่ม "Sync to cloud"



## นาฬิกา

นาฬิกาจะเป็นหน้าเริ่มต้นของ **tūw™ Smartwatch** ปิดหน้าจอไปด้านหลังหรือล่างเพื่อเปลี่ยนรูปแบบของ นาฬิกาตามที่คุณต้องการ การใช้คุณสมบัติเพิ่มเติม ของ **tūw™ Smartwatch** สามารถทำได้ง่ายๆเพียง ปิดหน้าจอจากซ้ายไปขวา (หรือขวาไปซ้าย) การแตะ หน้าจอค้างไว้ 1 วินาทีจะเป็นการแสดงผลหมายเลข mac และเวอร์ชันของเครื่อง



*\*เมื่อsmartwatchได้ทำการเชื่อมต่อกับมือถือผ่าน แอป **tūw™ Smartwatch** โซนเวลาจะถูกตั้งค่าให้ โดยอัตโนมัติตามการตั้งค่าของโทรศัพท์มือถือ*

# หน้าเริ่มต้น

หน้าเริ่มต้นของนาฬิกาอัจฉริยะ **tuw™ Smartwatch** คือผู้ช่วยส่วนตัวของคุณในการติดตามสุขภาพของแต่ละวัน พีเจอร์นี้จะคอยเก็บรายละเอียดทุกกิจกรรมที่เกิดขึ้นในหนึ่งวันของคุณ และยังช่วยให้คุณได้ตั้งเป้าหมายการออกกำลังกายและบรรลุมันในหนึ่งวันอีกด้วย คุณสามารถดูข้อมูลอ้างอิงเหล่านี้เพื่อประเมินเป้าหมายที่เหมาะสมสำหรับตัวคุณเอง

## ส่วนที่ 1: การนับก้าว และ สรุปเวลา

คุณสามารถตรวจสอบก้าวที่เดิน รวมไปถึงระยะเวลาเป็นชั่วโมง ด้วยการกดคำว่า "TODAY", "YESTERDAY", "2 DAYS AGO"

## ส่วนที่ 2: ฟิตเนส

ในส่วนของฟิตเนสนี้จะแสดงจำนวนก้าวที่เดินทั้งหมดในแต่ละวัน โดยมีกราฟที่จะแสดงให้เห็นว่าวันไหนคุณมีการเดินมากที่สุด และที่ส่วนนี้เพื่อเข้าสู่หน้าแสดงผลการออกกำลังกาย ในหน้านี้คุณสามารถตรวจสอบข้อมูลทั้งหมดไม่ว่าจะเป็นจำนวนก้าวที่เดิน, ระยะทาง, และแคลอรี่ที่เผาผลาญไปได้

## ส่วนที่ 3: การนอน

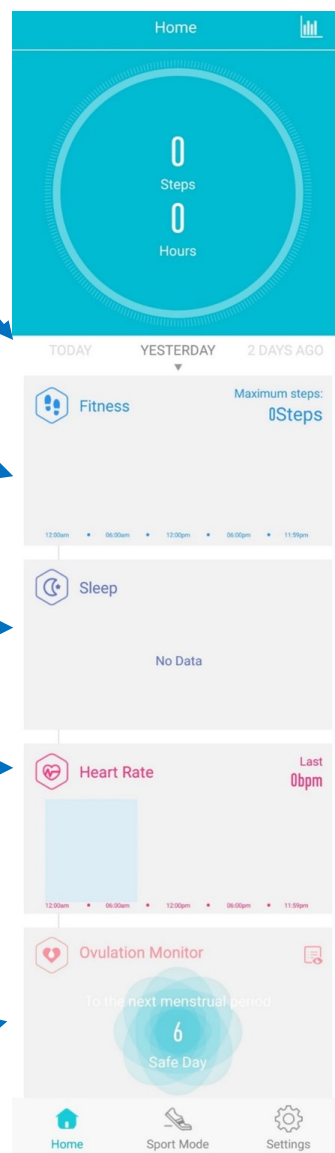
แผนภาพในส่วนของการนอนนี้ จะคอยติดตามและเก็บผลลัพธ์รูปแบบการนอนของคุณ และที่ส่วนนี้เพื่อเข้าสู่หน้าแสดงผลการนอน ในหน้านี้คุณ将会เห็นถึงรายละเอียดการนอนซึ่งแสดงคำอธิบายโดยละเอียดเกี่ยวกับวัฏจักรการนอนหลับของคุณ

## ส่วนที่ 4: อัตราการเต้นหัวใจ

ในส่วนของการอัตราการเต้นของหัวใจนี้จะแสดงอัตราการเต้นของหัวใจล่าสุดรวมถึงช่วงเวลาก่อนหน้านี้โดยระบุเวลาที่ทำการตรวจวัดด้วย กราฟนี้จะแสดงค่าของอัตราการเต้นของหัวใจตลอดทั้งวัน และที่ส่วนนี้เพื่อเข้าสู่หน้าแสดงผลอัตราการเต้นหัวใจอย่างละเอียด และที่ไอคอนสี่ชมพูเพื่อตรวจสอบอัตราการเต้นของหัวใจ

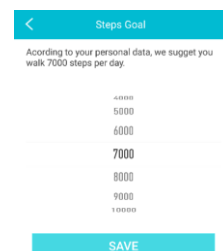
## ส่วนที่ 5: การตรวจสอบการตกไข่

การตรวจสอบการตกไข่สุรปรอบประจำเดือนของคุณโดยการกำหนดระยะเวลาของคุณและแสดงสถิติความน่าจะเป็นการตั้งครรภ์รายวัน และที่ส่วนนี้เพื่อดูรายละเอียดการติดตามการตกไข่และรายละเอียดการป้อนข้อมูลเช่นรอบการมีประจำเดือนและสถานะการตั้งครรภ์



# ติดตามผลการออกกำลังกาย

หน้าจอติดตามผลการออกกำลังกายจะคอยติดตามการออกกำลังกายของคุณผ่านทาง smartwatch และจะเก็บข้อมูลเหล่านั้นไว้ที่แอปมือถือ smartwatch ซึ่งจะบอกจำนวนก้าวที่เดินในแต่ละวัน, จำนวนแคลอรีที่เผาผลาญไปได้, และระยะทางที่เดิน เมื่อคุณสามารถบรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้ smartwatch จะสั่นและจะมีภาพแสดงความยินดีกับความสำเร็จปรากฏขึ้น เป้าหมายเริ่มต้นจะถูกตั้งค่าไว้ที่ 9,000 ก้าว ซึ่งคุณสามารถปรับเปลี่ยนได้ง่ายๆผ่านแอปในมือถือ smartwatch จะทำการเก็บข้อมูลของคุณทุกๆ 30 นาที และจะรวบรวมข้อมูลไว้ว่าคุณเดินไปถึงกี่ก้าว, เผาผลาญไปที่แคลอรี, และเป็นระยะทางเท่าไร เพื่อที่จะช่วยคำนวณและบอกคุณว่าคุณยังขาดการเดินอีกกี่ก้าวจึงจะบรรลุเป้าหมาย



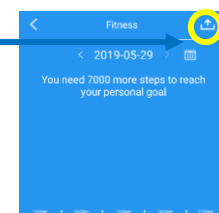
## วิธีการเปลี่ยนเป้าหมาย:

เปิดแอป > แตะที่ไอคอน "Settings"

> แตะที่ "step goal" > เลื่อนไปยังเป้าหมายที่คุณต้องการ  
> "SAVE"

## วิธีดูรายงานผลของแต่ละวัน:

เปิดแอป > ไปที่หน้าเริ่มต้น > แตะที่คำว่า "Fitness" > แตะที่คำเหล่านี้ "Steps", "Distance" or "Calorie"



## วิธีการดูประวัติการออกกำลังกาย:

เปิดแอป > ไปที่หน้าเริ่มต้น > แตะที่คำว่า "Fitness" > ระบุวันที่ต้องการตรวจสอบด้วยการกดภาพปฏิทินที่มุมบนขวา  
> "Confirm"

| Steps   | Distance | Calories |
|---------|----------|----------|
| 0       | 0.0km    | 0kcal    |
| 09:00am |          | 0        |
| 08:30am |          | 0        |
| 08:00am |          | 0        |

# ติดตามผลการนอน

การติดตามผลการนอนจะช่วยให้คุณพัฒนาคุณภาพการนอน โดยรวมได้ด้วยการแสดงให้เห็นถึงรูปแบบและแนวโน้มที่เกิดขึ้น คุณสมบัตินี้จะตรวจจับเมื่อคุณเริ่มนอนหลับไปจนถึงตอนตื่น เครื่องจะบันทึกและแสดงระยะเวลาการนอนหลับรวมโดยอัตโนมัติ รวมถึงระยะเวลาการนอนหลับลึกและไม่ลึก ในช่วงเวลา 24 ชั่วโมง smartwatch จะแสดงเวลานอนหลับและคุณภาพการนอนหลับของคุณจากคืนที่บันทึกไว้ล่าสุด การแสดงผลการนอนหลับในแอปจะช่วยให้คุณตรวจสอบรูปแบบการนอนรวมไปถึงประวัติการนอนได้อีกด้วย



**\*ข้อมูลการนอนหลับจะใช้งานตลอดเวลา**

**วิธีการดูข้อมูลการนอนหลับบน Smartwatch:**

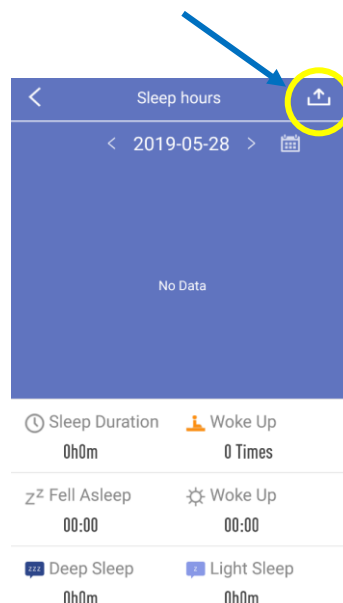
ปิดจอไปทางซ้ายหรือขวาเพื่อไปที่ฟิเจอร์การนอน หากไม่มีการเคลื่อนไหวอื่นใน 3 วินาที เครื่องจะพักหน้าจอโดยอัตโนมัติ

**วิธีการเปลี่ยนเป้าหมาย:**

เปิดแอป > แตะที่ไอคอน "Settings" > แตะที่ "Sleep" > เลื่อนและเลือกระยะเวลาการนอนที่ต้องการ > "SAVE"

**วิธีการดูประวัติการนอน:**

เปิดแอป > แตะที่ส่วน "Sleep" > แตะที่รูปปฏิทินด้านบนขวาของหน้าจอ > เลือกวันที่ต้องการ > "Confirm"





# วัดอัตราการเต้นของหัวใจ

คุณสมบัติวัดอัตราการเต้นของหัวใจนี้จะวัดอัตราการเต้นหัวใจล่าสุดของผู้ใช้แบบเรียลไทม์, เป็นจังหวะต่อเนื่อง, พร้อมกราฟของอัตราการเต้นหัวใจเฉลี่ยของคุณตลอดทั้งวัน ปิดไปทางซ้ายหรือขวาเพื่อเข้าถึงหน้าจอนี้และการวัดจะเริ่มขึ้น หลังจากนั้นไม่กี่วินาทีผลลัพธ์จะปรากฏขึ้นและทำการวัดต่อไปตามเวลาจริง หลังจากประมาณ 60 วินาทีหน้าจอจะเข้าสู่โหมดสลับโดยอัตโนมัติ

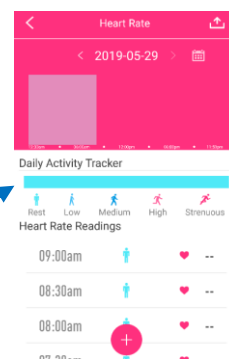


เมื่อคุณเปิดการใช้งาน การวัดอัตราการเต้นของหัวใจอัตโนมัติผ่านทางแอป เครื่องจะทำการเก็บข้อมูลของคุณโดยอัตโนมัติทุกๆ 30 นาที

แอปยังช่วยให้คุณสามารถตั้งค่าการเตือนเมื่อหัวใจเต้นเร็วผิดปกติ และปรับแต่งคุณสมบัติอื่นๆเกี่ยวกับการเต้นของหัวใจได้ รวมไปถึงการดูประวัติการวัดที่เก็บไว้ทั้งหมด

## คุณสมบัติเพิ่มเติมผ่านทางแอป:

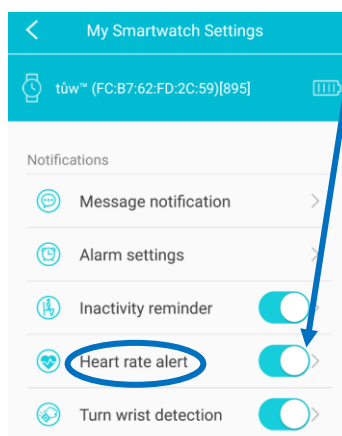
ที่หน้าจอเริ่มต้นของโหมดวัดอัตราการเต้นหัวใจ คุณสามารถดูโซนอัตราการเต้นของหัวใจ ซึ่งติดตามความหนักของการฝึกซ้อมของคุณ และช่วงเวลาที่อยู่ในสภาวะที่นิ่งอยู่กับที่



## วิธีการ เปิด/ปิด การวัดอัตราการเต้นของหัวใจ:

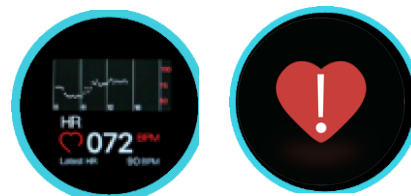
เปิดแอป > แตะที่ไอคอน "Settings" > แตะที่ "My Smartwatch Settings"

> แตะที่ลูกศร "Switch settings" > แตะที่ปุ่ม "Heart rate alert" เพื่อเปิดหรือปิด



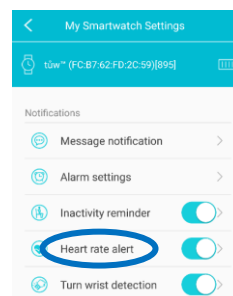
# วัดอัตราการเต้นหัวใจ

เมื่อเปิดโหมดการวัดอัตราการเต้นของหัวใจอัตโนมัติ คุณสามารถเข้าไปตั้งค่าการแจ้งเตือนการเต้นของหัวใจ รวมถึงการแจ้งเตือนหากหัวใจมีการเต้นที่ผิดปกติ หากอัตราการเต้นหัวใจของคุณอยู่ในระดับที่ผิดปกติจากที่ตั้งค่าไว้ smartwatch จะสั่นและแสดงภาพหัวใจแจ้งเตือนขึ้นมา



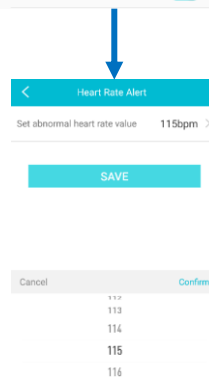
## วิธีการเปิด / ปิด การแจ้งเตือนการเต้นของหัวใจ:

เปิดแอป > แตะที่ไอคอน "Settings" >  
แตะที่ "My Smartwatch Settings" >  
แตะที่ปุ่ม "Heart rate alert"



## วิธีการตั้งค่าอัตราการเต้นของหัวใจที่ผิดปกติ:

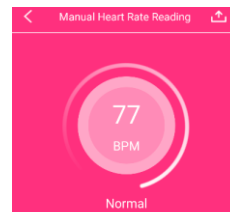
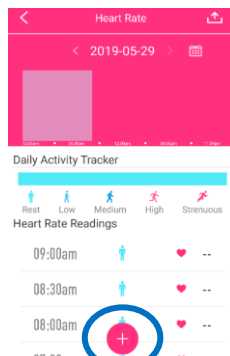
เปิดแอป > แตะที่ไอคอน "Settings" >  
แตะที่ "My Smartwatch Settings" >  
แตะที่ลูกศร "Heart rate alert" >  
แตะที่ลูกศร "abnormal heart rate value" >  
ตั้งค่าอัตราการเต้นหัวใจที่ต้องการ "CONFIRM" > "SAVE"



## วัดอัตราการเต้นของหัวใจด้วยตนเอง

### เพื่อดำเนินการอ่านอัตราการเต้นของหัวใจด้วยตนเอง:

เปิดแอป > หน้า "Home" > แตะที่ส่วน "Heart Rate" (ด้านล่างของหน้าจอ) >  
กดปุ่ม "+" > กดไอคอน "Play/Pause button"



# ตรวจสอบการตกไข่

การตรวจสอบการตกไข่\* จะช่วยให้คุณวางแผนการเจริญพันธุ์ของคุณ และช่วยให้คุณได้รับการอัปเดตด้วยการแจ้งเตือนข้อมูลที่ขับเคลื่อนด้วย tūw™ Smartwatch ด้วยการใช้ข้อมูลเฉพาะของคุณ คุณสมบัตินี้จะบันทึก, วิเคราะห์, และตรวจสอบการตกไข่ของคุณ ติดตามความเปลี่ยนแปลงของคุณอย่างใกล้ชิดด้วยการทำนายความอุดมสมบูรณ์และปฏิทินสำหรับการติดตามช่วงเวลาและการตกไข่ คุณสามารถตั้งค่าส่วนการตรวจสอบการตกไข่บนแผงควบคุมหน้าแรก ได้โดยการแตะที่ไอคอนกล่องเล็ก ๆ ที่มุมขวาบน

\*เมื่อคุณดาวน์โหลดแอปไปยังโทรศัพท์ของคุณให้กด “ใช่” เมื่อระบบถามว่าคุณต้องการตั้งค่าการตรวจสอบการตกไข่หรือไม่

\*\* การตรวจสอบการตกไข่จะใช้ได้กับผู้ใช้งานเพศหญิงเท่านั้น

## เพื่อเริ่มการติดตามการตกไข่

### บันทึกวันที่มีประจำเดือน

เปิดแอป > แตะที่ส่วน “Ovulation Monitor” > “Personal Information” > แตะที่ “Record menstruation cycle” > “CONFIRM”  
ระบบจะถามคุณเพื่อ “ตั้งสถานะเป็นบันทึกการมีประจำเดือน?”  
เลือก “Yes”

### ป้อนข้อมูลส่วนบุคคล:

- ช่วงเวลาที่มีประจำเดือน > แตะที่ลูกศร > เลือกวันที่ > “CONFIRM”
- ระยะเวลาประจำเดือน > แตะที่ลูกศร > เลือกวัน > “CONFIRM” > “SAVE”
- แตะที่ปุ่ม “Intelligent prediction” สำหรับวันที่คาดการณ์ว่าจะมีประจำเดือน การตรวจสอบการตกไข่บนหน้าแดชบอร์ดจะแสดงสถิติความน่าจะเป็นการตั้งครรภ์รายวัน

## พยายามตั้งครรภ์

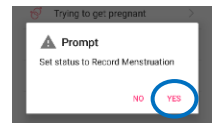
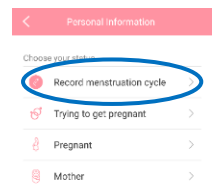
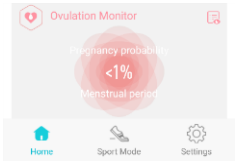
เปิดแอป > แตะที่ส่วน “Ovulation Monitor” > “Personal Information” > แตะที่ “Trying to get pregnant” >

ระบบจะถามคุณเพื่อ “ตั้งสถานะเป็นบันทึกการมีประจำเดือนหรือไม่?”  
เลือก “Yes”

### ป้อนข้อมูลส่วนบุคคล:

ช่วงเวลาที่มีประจำเดือน > แตะที่ลูกศร > เลือกวันที่ > “CONFIRM” > “SAVE”

ระยะเวลาประจำเดือน > แตะที่ลูกศร > เลือกวัน > “CONFIRM” > “SAVE”  
แตะที่ปุ่ม “Intelligent prediction” สำหรับวันที่คาดการณ์ว่าจะมีประจำเดือน



# ตรวจสอบการตกไข่

## โหมดตั้งครรภ์:

เปิดแอป > แตะที่ส่วน "Ovulation Monitor" > "Personal Information" > แตะที่ "Pregnant" > ระบบจะถามคุณว่า "ต้องการตั้งค่าสถานะว่าตั้งครรภ์?" ตอบ "Yes"  
> คลิก "วันที่คาดว่าจะคลอด" เพื่อใส่วัน

## ป้อนข้อมูลส่วนบุคคล :

วันที่คาดว่าจะคลอด > แตะที่ลูกศร > เลือกวันที่ > "CONFIRM" > "SAVE"

สำหรับการคำนวณการทำนายที่ชาญฉลาดของวันที่คาดว่าจะคลอดบุตร:

วันที่มีประจำเดือนครั้งสุดท้าย > แตะที่ลูกศร > เลือกวันที่ > "CONFIRM" > "SAVE"



การตรวจสอบการตกไข่ในหน้าเริ่มต้นจะแสดงการนับถอยหลังรายวันของคุณจนถึงวันคลอด



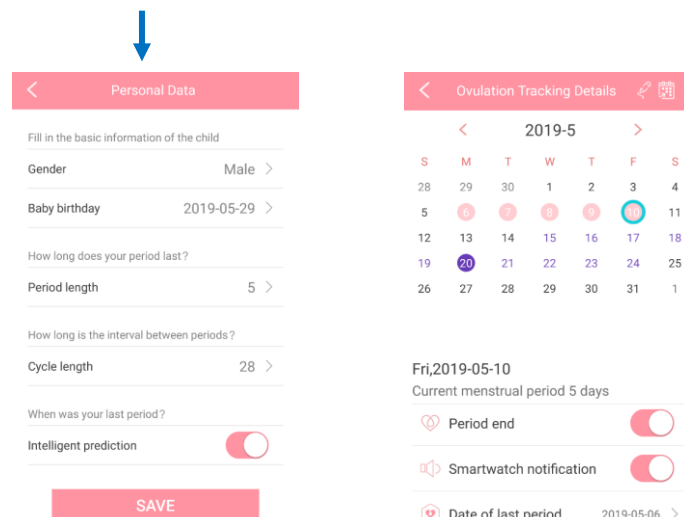
# การตรวจสอบการตกไข่

## Mother

เปิดแอป > แตะที่ส่วน“Ovulation Monitor” > “Personal Information” > แตะที่ “Mother” > ระบบจะถามคุณว่าต้องการตั้งค่าสถานะเป็นแม่ใช่หรือไม่, ตอบ “Yes”

ป้อนข้อมูลส่วนบุคคล:

- ระบุเพศของลูก > แตะที่ลูกศร > “CONFIRM” > “SAVE”
- ป้อนวันที่คาดว่าจะลูกจะเกิด > แตะที่ลูกศร > “CONFIRM” > “SAVE”
- ช่วงเวลาที่มีประจำเดือน > แตะที่ลูกศร > เลือกวันที่ > “CONFIRM” > “SAVE”
- ระยะเวลาประจำเดือน > แตะที่ลูกศร > เลือกวัน > “CONFIRM” > “SAVE”
- แตะที่ Intelligent prediction เพื่อคาดคะเนช่วงเวลาที่มมีประจำเดือน



The image shows two screenshots of a mobile application. The left screenshot is titled 'Personal Data' and contains fields for 'Gender' (set to Male), 'Baby birthday' (2019-05-29), 'Period length' (5), 'Cycle length' (28), and 'Intelligent prediction' (a toggle switch). A 'SAVE' button is at the bottom. The right screenshot is titled 'Ovulation Tracking Details' and shows a calendar for May 2019. The current date is Friday, May 10. Below the calendar, it says 'Current menstrual period 5 days' and shows two toggle switches for 'Period end' and 'Smartwatch notification', both of which are turned on. At the bottom, it shows 'Date of last period' as 2019-05-06. A blue arrow points down to the 'Personal Data' screen, and another blue arrow points up to the 'Ovulation Tracking Details' screen.

## ปฏิบัติการตกไข่:

บันทึกช่วงเวลาที่มมีประจำเดือนของคุณลงในปฏิทินของแอป และคอยติดตามช่วงเวลาที่มมีประจำเดือนของคุณด้วยโปรแกรมช่วยคำนวณเวลาการตกไข่ ตรวจสอบช่วงประจำเดือนที่ผ่านมาและวันที่ตามปฏิบัติการตกไข่ เพื่อการติดตามการตกไข่ที่ดีที่สุด

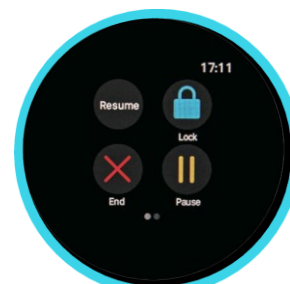
มีปฏิทินช่วยสำรวจความอุดมสมบูรณ์รายเดือน เพื่อระบุวันที่มมีโอกาสสูงสุดที่จะตั้งครรภ์

# โหมดเล่นกีฬา

เปิดการทำงานของโหมดเล่นกีฬา เมื่อคุณกำลังจะเริ่มกิจกรรมต่างๆ เพื่อติดตามระยะเวลาที่ทำการกิจกรรม, แคลอรี่ที่เผาผลาญ, อัตราการเต้นหัวใจแบบเรียลไทม์, และจำนวนก้าวทั้งหมดตลอดช่วงเวลาที่ทำการกิจกรรม ปิดหน้าจอ smartwatch ไปทางซ้ายหรือขวาเพื่อหาภาพ sport และแตะหนึ่งครั้งเพื่อเริ่มการทำงาน จากนั้น smartwatch จะเริ่มติดตามเวลาที่ใช้, แคลอรี่ (kcal), อัตราการเต้นหัวใจ (bpm), และจำนวนก้าว หากไม่มีการเคลื่อนไหวเป็นระยะเวลาประมาณ 3 วินาที หน้าจอจะเข้าสู่โหมด sleep โดยอัตโนมัติ เพื่อล็อค, หยุด, หรือออกจากโหมดนี้ ให้ทำการปิดหน้าจอจากทางซ้ายไปขวา จากนั้นเลือกสิ่งที่ต้องการจากหน้าจอนี้ ข้อมูลแต่ละส่วนจะแยกถูกเก็บไว้ในแอป

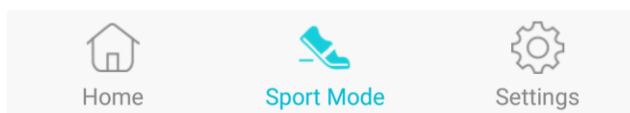


- ปุ่มล็อค/ปลดล็อค สามารถใช้งานได้เพื่อป้องกันการสัมผัสโดยไม่ตั้งใจ
- ปุ่ม pause จะทำให้สามารถหยุดเวลาการบันทึกชั่วคราวได้ และสามารถดำเนินการต่อได้เมื่อต้องการ
- smartwatch นี้มีความสามารถในการตรวจจับว่าคุณกำลังออกกำลังกายอยู่หรือไม่ หาก smartwatch พิจารณาว่าคุณไม่ได้เคลื่อนไหวมันจะออกจากโหมดกีฬาโดยอัตโนมัติ



## วิธีการเข้าแดชบอร์ดของโหมดเล่นกีฬาผ่านแอป:

เปิดแอป > แตะที่ไอคอน "Sport Mode" ที่ด้านล่างของหน้าจอ



โหมดเล่นกีฬาภายในแอปจะแบ่งเป็น 2 โหมด:

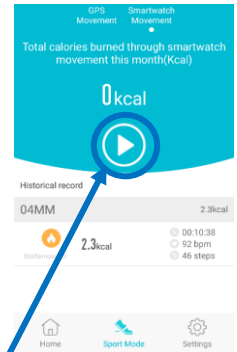
1. การเคลื่อนไหวพร้อมกับ Smartwatch – ติดตามข้อมูลในปัจจุบันและอดีตว่ามีการเผาผลาญไปเท่าไร และคุณยังสามารถเริ่มการทำงานโหมดเล่นกีฬาได้จาก smartwatch โดยตรงอีกด้วย
2. การติดตามผ่าน GPS- ติดตามเวลาและสถานที่จริงที่คุณวิ่งหรือเดิน ผ่านทางมือถือของคุณ

# คุณสมบัติของโหมดเล่นกีฬา

## ความเคลื่อนไหวผ่าน Smartwatch

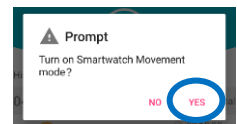
หน้าจอแสดงผลความเคลื่อนไหวของ Smartwatch จะแสดงบันทึกประวัติของแคลอรี่ที่เผาผลาญทุกวัน ข้อมูลจะถูกแบ่งตามเวลาของวัน (เช้า, บ่าย, และกลางคืน), ระยะเวลากิจกรรม, การอ่านอัตราการเต้นของหัวใจโดยเฉลี่ย, และจำนวนก้าวที่บันทึกไว้

ในการรับรายละเอียดข้อมูลเพิ่มเติมให้แตะที่ไอคอน "รูปไอ" เพื่อดูสถิติที่บันทึกไว้รวมถึงความเร็ว, ระยะเวลาออกกำลังกาย, อัตราการเต้นของหัวใจโดยเฉลี่ย, ระยะทาง, และจำนวนการหยุดชั่วคราว มีกราฟ 3 กราฟที่แสดงการอ่านอัตราการเต้นหัวใจ, จำนวนการออกกำลังกาย, และการนับจำนวนก้าว



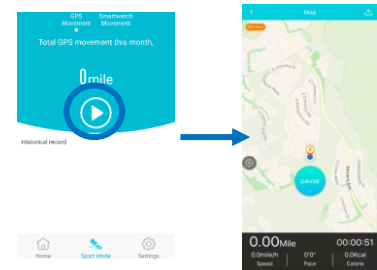
## วิธีเข้าถึงโหมดการเคลื่อนไหวของ Smartwatch และเปิดโหมดกีฬาบน Smartwatch ผ่านแอป

เปิดแอป > แตะที่ไอคอน "Sport Mode" ที่ด้านล่างของหน้าจอ > แตะที่ "Smartwatch Movement" ที่ด้านบนของจอ > แตะที่ไอคอน "Play button" ระบบจะแจ้งให้คุณเปิดคุณสมบัติของโหมดกีฬาบน smartwatch



## ความเคลื่อนไหวผ่าน GPS

การติดตามผ่าน GPS มีแผนที่ตำแหน่งปัจจุบันและสถิติการออกกำลังกายของคุณ เช่น ความเร็วในการเคลื่อนที่ และแคลอรี่ที่เผาผลาญ ข้อมูลเหล่านี้จะถูกบันทึกไว้ในแอป



## วิธีเข้าถึงโหมดความเคลื่อนไหวผ่าน GPS:

เปิดแอป > แตะที่ไอคอน "Sport Mode" ที่ด้านล่างของจอ > แตะที่ "GPS Movement" ที่ด้านบนของจอ > แตะที่ไอคอน "Play button" > แตะที่วงกลม "start sport"

คุณสามารถหยุดการทำงานชั่วคราวได้โดยแตะและปิดวงกลม "Pause" ลง และเพื่อติดตาม GPS ต่อไปให้แตะ "continue" ในการสิ้นสุดการทำงานแตะ "done" จะมีข้อความถามว่าคุณต้องการหยุดการทำงานหรือไม่ ตอบ "YES"

\*ความแรงของสัญญาณ GPS อาจลดลงในสถานที่ซึ่งมีสิ่งกีดขวางสัญญาณ เช่น สภาพอากาศไม่ดี ทั้งในและระหว่างอาคารบางแห่ง หรือในพื้นที่ที่มีระดับต่ำ

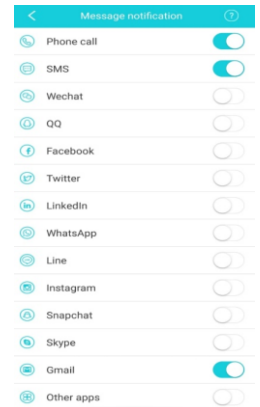
## การแจ้งเตือน

รับการแจ้งเตือนกันที่จาก (โทรศัพท์, SMS, Facebook และอื่น ๆ ) โดยตรงไปยัง smartwatch ของคุณ ด้วยการเปิดการแจ้งเตือนแต่ละรายการผ่านแอป เมื่อข้อความแจ้งเตือนเข้ามาเช่น SMS smartwatch จะสั่นและแสดงข้อความของคุณ หากไม่มีกิจกรรมหลังจาก 3 วินาทีหน้าจอจะปิดโดยอัตโนมัติ

**วิธีเปิดการใช้งานข้อความแจ้งเตือน:**

เปิดแอป > แตะที่ไอคอน "Settings" > แตะที่ "My Smartwatch Settings" > แตะที่ลูกศร "Message notification" > เลือกแอปต่างๆที่ต้องการด้วยการแตะที่ปุ่ม\*

\*โทรศัพท์ของคุณจะต้องตั้งค่าให้รับการแจ้งเตือน (มักพบได้ในการตั้งค่าโทรศัพท์ > การแจ้งเตือน) ข้อความแจ้งเตือนจะปรากฏขึ้นเพื่อขออนุญาตเลือก "allow"

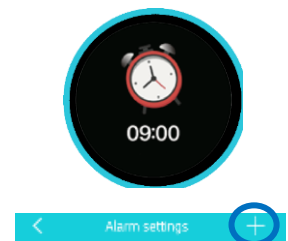


## นาฬิกาปลุก

คุณสามารถสร้างการเตือนส่วนตัวผ่านทางแอป และ smartwatch ของคุณจะสั่นเมื่อมีการเตือนเกิดขึ้น หลังจาก smartwatch สั่น 10 ครั้งเครื่องจะปิดโดยอัตโนมัติ คุณสามารถตั้งค่าการเตือนหลายครั้งและรับการแจ้งเตือนตามเวลาที่กำหนด รวมไปถึงใช้ไอคอนเพื่อปรับแต่งภาพขณะสัญญาณเตือน

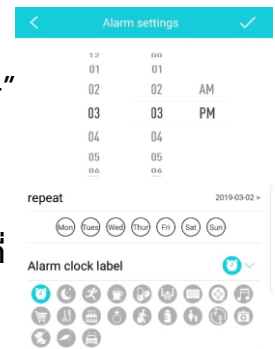
**วิธีการตั้งค่านาฬิกาปลุก:**

เปิดแอป > แตะที่ไอคอน "Settings" > แตะที่ "My Smartwatch Settings" > แตะที่ลูกศร "Alarm settings" > แตะที่เครื่องหมาย "+" ที่มุมบนขวาของหน้าจอ > ตั้งเวลาที่ต้องการ



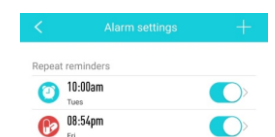
**วิธีการตั้งค่าการเตือนซ้ำ:**

เปิดแอป > แตะที่ไอคอน "Settings" > แตะที่ "repeat" > เลือกวันที่ต้องการ > เลือกเวลา > แตะที่ "Confirm"



**วิธีการเปลี่ยนภาพขณะแจ้งเตือน:**

เปิดแอป > แตะที่ "Alarm Clock Label" > เลือกภาพไอคอนที่ต้องการ และเครื่องจะทำการอัปเดตให้โดยอัตโนมัติ





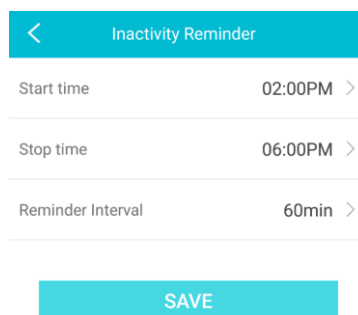
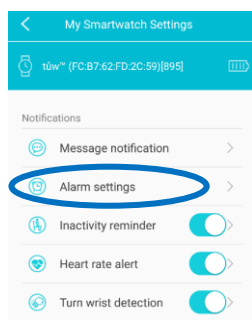
# การแจ้งเตือนเมื่อไม่มีการเคลื่อนไหว

การแจ้งเตือนนี้จะวัดจากช่วงเวลาที่ท่านไม่มีการเคลื่อนไหว และจะแจ้งเตือนคุณเมื่อท่านไม่ได้เคลื่อนไหวนานเกินไป หากท่านอยู่กับที่นานกว่าระยะเวลาที่ท่านตั้งไว้ smartwatch จะสั่นเตือนเพื่อให้คุณลุกมาเดินไปรอบๆบ้าง



## วิธีการตั้งค่าการแจ้งเตือนเมื่อไม่มีการเคลื่อนไหว:

เปิดแอป > แตะที่ไอคอน "Settings" > แตะที่ "My Smartwatch Settings" > แตะที่ปุ่ม "Inactivity Reminder" > แตะที่ลูกศรเพื่อตั้งค่าเวลาเริ่มต้นที่ต้องการ, เวลาสิ้นสุด, และระยะเวลาก่อนการแจ้งเตือน



## ถ่ายภาพ

คุณสามารถถ่ายภาพผ่านsmartwatchของคุณเมื่อคุณเปิดคุณสมบัติ "ถ่ายรูป" ในแอป

หมายเหตุ: แอปไม่สามารถถ่ายภาพได้เมื่อ smartwatch กำลังวัดอัตราการเต้นของหัวใจ

## วิธีการเปิดคุณสมบัติโหมดถ่ายภาพ:

เปิดแอป > แตะที่ไอคอน "Settings" > แตะที่ "My Smartwatch Settings" > แตะที่ลูกศร "Take Photo"

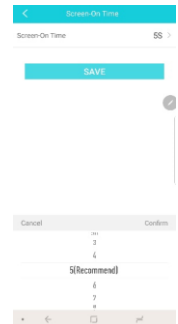
นี่เป็นการเปิดโหมดกล้องบนโทรศัพท์มือถือของคุณทันที และหน้าจอจับภาพบน smartwatch คลิกที่ไอคอนสีขาวบนหน้าจอ หรือเขย่า smartwatch เพื่อถ่ายภาพ กดไอคอนสีขาวค้างไว้สักครู่เพื่อออกจากฟังก์ชันถ่ายภาพ



## เวลาการแสดงผล

คุณสามารถกำหนดระยะเวลาที่หน้าจอ smartwatch ของคุณใช้งานได้ผ่าน แอป

เปิดแอป > แตะที่ไอคอน "Settings" > แตะที่ "My Smartwatch Settings" > ลูกศร "Screen-On Time" > แตะที่ลูกศร "Screen-On Time" > เลือกระยะเวลาที่ต้องการ > "Confirm" > "SAVE"



## การจับเวลาถอยหลัง

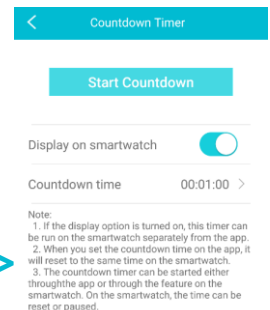
ตัวจับเวลานับถอยหลังนั้นยอดเยี่ยมสำหรับการฝึกซ้อมตามช่วงเวลา คุณสามารถเริ่ม หยุดชั่วคราว และรีเซ็ตได้โดยตรงจาก tuw™ Smartwatch ของคุณ และตั้งค่าตัวจับเวลานับถอยหลังที่คุณต้องการผ่านแอป ปิดไปทางซ้ายหรือขวาบนหน้าจอ smartwatch เพื่อค้นหาโหมดนับถอยหลังกด "เริ่ม" และตัวจับเวลาจะเริ่มนับถอยหลัง เมื่อถึงศูนย์สมารถกดจะสั้นจนกว่าคุณจะกด "รีเซ็ต" คุณยังสามารถใช้ปุ่มหยุดชั่วคราวและเล่นต่อระหว่างการนับถอยหลังที่ใช้งานอยู่ การตั้งค่าเริ่มต้นสำหรับคุณสมบัตินี้คือ 1 นาทีและสามารถเปลี่ยนแปลงได้ผ่านแอป ตัวจับเวลานับถอยหลังสามารถเริ่มได้ทั้งผ่านแอปหรือผ่านหน้าจอแสดงผลบน smartwatch



### วิธีการตั้งค่าหรือเปลี่ยนเวลานับถอยหลัง:

เปิดแอป > แตะที่ไอคอน "Settings" > แตะที่ "My Smartwatch Settings" > แตะที่ลูกศร "Countdown timer" > แตะที่ปุ่ม "Start Countdown" > เลือกเวลาที่ต้องการ > "Confirm"

หากเปิดการแสดงผลบนหน้าจอ สามารถจับเวลาแยกกันระหว่างแอปและ smartwatch ได้



### วิธีเปิดการแสดงผลบนหน้าจอ:

เปิดแอป > แตะที่ไอคอน "Settings" > แตะที่ "My Smartwatch Settings" > แตะที่ลูกศร "Countdown timer" > แตะที่ปุ่ม "display on smartwatch"

### วิธีการเริ่มจับเวลาผ่านทางแอป:

เปิดแอป > แตะที่ไอคอน "Settings" > แตะที่ "My Smartwatch Settings" > แตะที่ลูกศร "Countdown timer" > แตะที่ปุ่ม "Start Countdown" > เลือกระยะเวลาที่ต้องการ > "Confirm"

### วิธีการกำหนดเวลานับถอยหลัง:

เปิดแอป > แตะที่ไอคอน "Settings" > แตะที่ "My Smartwatch Settings" > แตะที่ลูกศร "Countdown timer"

> แตะที่ลูกศร "countdown time" > เลือกเวลานับถอยหลังที่ต้องการ > "Confirm" หลังจากที่คุณตั้งค่าการใช้งานผ่านแอป เวลาบน smartwatch จะถูกรีเซ็ตกลับไปตามที่คุณตั้งค่าไว้เสมอ จนกว่าจะมีการตั้งค่าอีกครั้ง

## ค้นหาโทรศัพท์

คุณสมบัติค้นหาโทรศัพท์จะช่วยคุณค้นหาโทรศัพท์ที่วางผิดตำแหน่ง เพียงแตะคำว่า "find phone" บน smartwatch หากคุณเชื่อมต่อผ่าน bluetooth โทรศัพท์ของคุณจะดังเป็นเวลา 1 นาทีหรือจนกว่าคุณจะแตะที่ไอคอน smartwatch โทรศัพท์อีกครั้งเพื่อปิด

**วิธีการเปิด / ปิด การค้นหาโทรศัพท์:**

เปิดแอป > แตะที่ไอคอน "Settings" > แตะที่ "My Smartwatch Settings" > แตะที่ลูกศร "Extra Features" > แตะที่ปุ่ม "Find phone"

*\*หาก smartwatch และโทรศัพท์ไม่ได้เชื่อมต่อกันผ่านทาง Bluetooth®, คุณสมบัตินี้จะใช้งานไม่ได้*

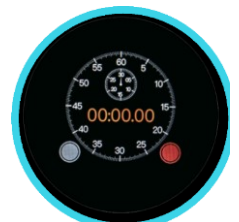


## นาฬิกาจับเวลา

ใช้คุณสมบัตินาฬิกาจับเวลาในตัวเพื่อกำหนดเวลากิจกรรมออกกำลังกายของคุณ – เริ่ม, หยุดชั่วคราว, และหยุด / รีเซ็ตได้อย่างง่ายดายด้วยสัมผัสเดียว คุณสมบัตินี้ถูกตั้งค่าเป็น เปิด โดยค่าเริ่มต้นและสามารถปิดได้ผ่านทางแอป บนหน้าจอ smartwatch ของคุณให้แตะไอคอนสี่เหลี่ยมที่ด้านล่างขวาเพื่อเริ่มตัวจับเวลาและไอคอนจะเปลี่ยนเป็นสีแดง ในการหยุดจับเวลาให้กดปุ่มสีแดง หากต้องการรีเซ็ตเวลาให้แตะไอคอนสี่เหลี่ยมที่ด้านล่างซ้าย หลังจากนาฬิกาจับเวลาทำงานเป็นเวลา 1 นาทีหน้าจอจะปิดโดยอัตโนมัติ แตะที่หน้าจอหนึ่งครั้งและหน้าจอนาฬิกาจับเวลาจะปรากฏขึ้นอีกครั้ง

**วิธีการตั้งค่าเปิด/ปิด นาฬิกาจับเวลา:**

เปิดแอป > แตะที่ไอคอน "Settings" > แตะที่ "My Smartwatch Settings" > แตะที่ลูกศร "Extra Features" > แตะที่ปุ่ม "Stopwatch feature"



## รับสาย / ปิดเสียง / ปฏิเสธสาย

หากกำลังเชื่อมต่อกับโทรศัพท์ของคุณผ่านbluetooth จะช่วยให้คุณใช้ฟังก์ชันนี้ได้ Smartwatch จะสั่นเมื่อมีสายเรียกเข้าและจะแสดงหมายเลขของผู้โทร หากหมายเลขโทรศัพท์อยู่ในรายชื่อผู้ติดต่อของคุณชื่อผู้โทรจะปรากฏขึ้นด้วย คุณสามารถเลือกปิดเสียงหรือปฏิเสธสายเรียกเข้าได้

### วิธีการเปิดการรับสายในแอป:

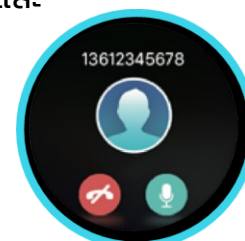
เปิดแอป > แตะที่ไอคอน "Settings" > แตะที่ลูกศร "message notification" > แตะที่ปุ่ม "Phone Call"

### วิธีการปิดเสียงเรียกเข้าบน Smartwatch:

เมื่อมีสายเรียกเข้า, smartwatch จะสั่น  
แตะที่รูปไมโครโฟน ที่ด้านล่างขวาของจอ เพื่อปิดเสียงเรียกการเรียกเข้าและหยุดการสั่นของ smartwatch

### วิธีการปฏิเสธสายเรียกเข้าบน Smartwatch:

เมื่อมีสายเรียกเข้า, smartwatch จะสั่น  
แตะที่ปุ่มสีแดงที่ด้านล่างซ้ายของจอเพื่อปฏิเสธการรับสาย smartwatch จะเชื่อมโยงไปยังโทรศัพท์และตัดการเชื่อมต่อสายนั้น

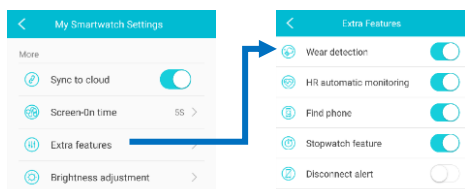


## ตรวจสอบการสวมใส่

คุณสมบัติการตรวจสอบการสวมใส่มีเพื่อให้แน่ใจว่าคุณจะใส่ **tūw™ Smartwatch** เพื่อตรวจสอบคุณสมบัติต่างๆเช่นอัตราการเต้นของหัวใจ หากsmartwatchอยู่บนแขนของคุณ การวัดจะถูกดำเนินการ หาก smartwatch ตรวจพบว่าไม่ได้อยู่บนแขนของคุณไฟเซ็นเซอร์สีเขียวจะกะพริบจากนั้นหน้าจอจะเปลี่ยนเป็นโหมดสแตนด์บายดังนั้นจึงไม่สามารถทำการวัดใดๆได้

### วิธีเปิดการตรวจสอบการสวมใส่:

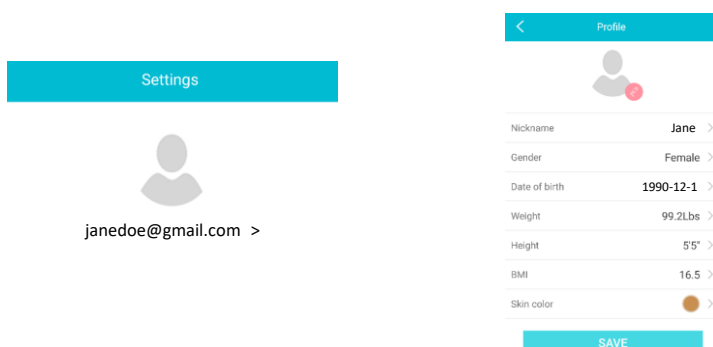
เปิดแอป > แตะที่ไอคอน "Settings" > แตะที่ "My Smartwatch Settings" > แตะที่ลูกศร "Switch settings" > แตะที่ปุ่ม "Wear detection"



# เปลี่ยนข้อมูลผู้ใช้

วิธีการเปลี่ยนข้อมูลส่วนตัวของคุณ:

เปิดแอป > แตะที่ไอคอน "Settings" > แตะที่ชื่อเล่นของคุณใต้ภาพโปรไฟล์ > แตะที่ข้อมูล (ชื่อเล่น, เพศ, วันเดือนปีเกิด, น้ำหนัก, ส่วนสูง, ค่าดัชนีมวลกายและสีผิว) ที่คุณต้องการเปลี่ยน > แตะที่ "Confirm" > "SAVE"



## รีเซ็ตรหัสผ่าน

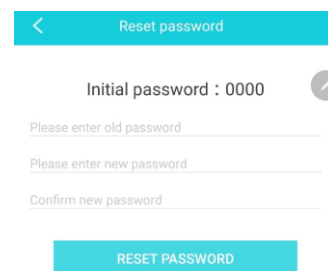
แอปนี้มาพร้อมกับรหัสผ่านเริ่มต้น 0000 หากคุณต้องการรีเซ็ตรหัสผ่านสามารถทำได้หลังจากเชื่อมต่อ smartwatch กับโทรศัพท์ของคุณแล้ว

เปิดแอป > แตะที่ "Connect device" > แตะที่ "My Smartwatch Settings" > แตะที่ลูกศร "Reset device password" > ใส่รหัสผ่านเก่าหรือใหม่ > แตะที่ "Reset password"

หากคุณลืมรหัสผ่านให้แตะหน้าจอ smartwatch ค้างไว้ 6 วินาที ซึ่งจะล้างรหัสผ่านของคุณ เมื่อคุณเลือก "reset password" รหัสผ่านเก่าของคุณจะกลายเป็นรหัสผ่านเริ่มต้นคือ: 0000 โปรดปฏิบัติตามคำแนะนำเกี่ยวกับการรหัสผ่าน

รีเซ็ตเหล่านี้เพื่อสร้างรหัสผ่านใหม่

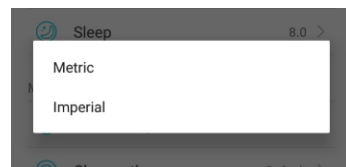
\* คุณสามารถเชื่อมต่อ smartwatch กับโทรศัพท์มือถือของคุณโดยไม่ต้องใช้รหัสผ่าน



# ตั้งค่าระบบเอง

## วิธีการเปลี่ยนหน่วยการวัด:

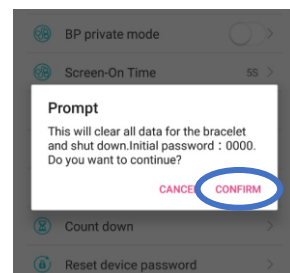
เปิดแอป > แตะที่ไอคอน "Settings" > แตะที่ "Unit setting" > เลือกระหว่าง Metric หรือ Imperial แอปจะทำการบันทึกความเปลี่ยนแปลงให้โดยอัตโนมัติ



# ล้างข้อมูล

## วิธีการล้างข้อมูลบน Smartwatch และคืนค่าเป็นการตั้งค่าเริ่มต้น:

เปิดแอป > แตะที่ "Connect Device" > แตะที่ "My Smartwatch Settings" > แตะที่ลูกศร "Clear Data" หลังจากเปิดใช้งานคุณสมบัตินี้ smartwatch จะล้างข้อมูลทั้งหมดและตั้งค่าฟังก์ชันทั้งหมดให้เปลี่ยนเป็นค่าเริ่มต้น



# ดูแลและทำความสะอาด

**tūw™ Smartwatch** และสายของคุณถูกออกแบบมาให้สวมใส่ได้ทั้งกลางวันและกลางคืน สิ่งสำคัญคือการทำให้เซ็นเซอร์ของ smartwatch สะอาดอยู่เสมอเพื่อให้แน่ใจว่ามีการวัดที่แม่นยำ เช็ดหน้าจอ ด้านหลังเครื่อง และสายของ smartwatch ด้วยผ้าสะอาดที่ไม่มีขุยขุย (ถ้าจำเป็นให้ใช้ผ้าสะอาดชุบน้ำหมาดๆเช็ดเบาๆ) เช็ดชิ้นส่วนทุกชิ้นให้แห้งด้วยผ้าที่ไม่มีขุย สายสแตนเลสสตีลแพชั่นเป็นอุปกรณ์เสริมที่ทันสมัย

tūw™ Smartwatch มีมาตรฐาน IP67 ป้องกันน้ำ 1 เมตร - แม้ว่าจะอาบน้ำหรือใช้ชีวิตประจำวันก็จะเป็นอันตรายต่อโลหะ แต่หากต้องสัมผัสกับความชื้นอย่างต่อเนื่อง, โดรนสารเคมีรุนแรง, ความชื้นจากเหงื่อ, และโดนน้ำเป็นประจำ อาจทำให้เกิดผลกระทบต่อรูปลักษณะของสายได้ ไม่แนะนำให้ใช้น้ำเป็นเวลานาน, ใช้น้ำในห้องอาบน้ำ, ว่ายน้ำ, หรือกิจกรรมทางน้ำอื่น ๆ หลีกเลี่ยงการชาร์จอุปกรณ์ในสภาพเปียก หากโดนน้ำให้เช็ดให้แห้งก่อนใช้อีกครั้ง

## ข้อมูลจำเพาะและวัสดุ

- สนับสนุน Android 5.1 หรือ IOS 8.0 หรือสูงกว่า
- หน้าจอ: IPS 1.22" หน้าจอสัมผัสสี่, 240\*240
- ซีพียูหลัก: NRF 52832
- แบตเตอรี่: 200mAh Li-Polymer
- IP67 กันน้ำลึก (1M)
- ด้านหน้า Smartwatch: กระดาษนิรภัย
- ด้านหลัง Smartwatch: โพลีคาร์บอเนต
- สายแม่เหล็กคุณภาพสูงถอดเปลี่ยนได้
- Bluetooth 5.0

## ข้อจำกัดความรับผิดชอบของผลิตภัณฑ์

**tūw™ Smartwatch** เป็นผลิตภัณฑ์สุขภาพทั่วไปที่มีวัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริมสมรรถภาพทางกายโดยการติดตามการออกกำลังกายและกิจกรรมแอโรบิก **tūw™ Smartwatch** ไม่ใช่อุปกรณ์ทางการแพทย์และไม่ได้มีวัตถุประสงค์เพื่อใช้ในการวินิจฉัย ตรวจสอบ ป้องกัน หรือรักษาโรค คุณไม่ควรใช้ข้อมูลนี้เพื่อวินิจฉัยหรือรักษาสุขภาพ หรือโรคโดยไม่ปรึกษากับผู้ให้บริการดูแลสุขภาพที่มีคุณภาพ ก่อนที่จะเริ่มโปรแกรมออกกำลังกายใดๆ โปรดปรึกษาแพทย์ของคุณ

## รับประกันหนึ่งปี

ByDzyne™ รับประกันว่าในช่วงระยะเวลาการรับประกันหนึ่งปีนับจากวันที่ซื้อผลิตภัณฑ์ ฮาร์ดแวร์และอุปกรณ์เสริมที่รวมอยู่จะปราศจากข้อบกพร่องในด้านวัสดุและฝีมือ การรับประกันหนึ่งปีไม่รับประกันการสึกหรอและฉีกขาดตามปกติ ที่เกิดจากอุบัติเหตุการใช้งาน และการเก็บรักษาอย่างไม่ถูกต้องและการซ่อมแซมหรือดัดแปลงโดยไม่ได้รับอนุญาต หากต้องการข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับการรับประกันโปรดติดต่อฝ่ายบริการลูกค้าผ่านระบบตัวสนับสนุน Backoffice หรืออีเมล [Support@ByDzyne.com](mailto:Support@ByDzyne.com) จะต้องส่งหลักฐานการซื้อที่ถูกต้องเมื่อทำการเรียกร้องภายใต้การรับประกันนี้ หากคุณส่งการเรียกร้องที่ถูกต้องภายใต้การรับประกัน ByDzyne จะซ่อมแซมหรือเปลี่ยน **tūw™ Smartwatch** หรืออุปกรณ์เสริมของคุณตามดุลยพินิจของบริษัท

## คำชี้แจงการปฏิบัติตามข้อกำหนดของ FCC

อุปกรณ์นี้สอดคล้องกับส่วนที่ 15 ของกฎ FCC การทำงานภายใต้เงื่อนไขดังต่อไปนี้: (a) อุปกรณ์นี้ต้องไม่ก่อให้เกิดการรบกวนที่เป็นอันตราย (b) อุปกรณ์นี้ต้องยอมรับการรบกวนใดๆ ที่ได้รับ รวมถึงการรบกวนที่อาจทำให้เกิดการทำงานที่ไม่พึงประสงค์



[ByDzyne.com/tuw](https://ByDzyne.com/tuw)