

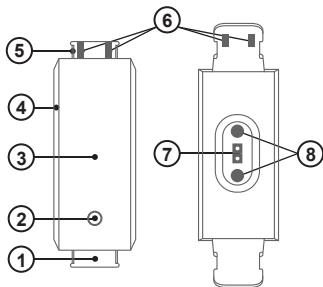
**Nous vous remercions d'avoir choisi le FontaFit 165CH Calor. Avant la mise en service, veuillez lire attentivement le mode d'emploi et respecter les consignes de sécurité.**

## Contenu de l'emballage :

- Traceur de fitness FontaFit 165CH Calor
- Bracelet
- Ce mode d'emploi

## Vue d'ensemble :

1. Fixation inférieure du bracelet
2. Bouton sensible au toucher
3. Écran TFT de 0,96 pouce
4. Boîtier
5. Fixation supérieure du bracelet
6. Connecteur de charge USB
7. Capteur optique
8. Capteur de température

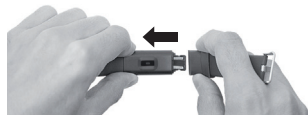


## Mise en service

FontaFit 165CH Calor est équipé d'une batterie lithium-polymère rechargeable. Chargez complètement le tracker avant de l'utiliser pour la première fois. Le FontaFit 165CH Calor peut être rechargé avec n'importe quel chargeur avec port USB-A ou via le port USB-A d'un ordinateur. Branchez la prise de charge USB du tracker sur une source d'alimentation USB ; un symbole de batterie s'affiche à l'écran ; la batterie est en train de se charger. Le temps de charge est d'environ 1 à 2 heures, selon l'état de charge de la batterie. Dès que l'appareil est entièrement chargé, la représentation change à l'écran. Retirer le tracker de la source d'alimentation une fois qu'il est complètement chargé.

## Mise en place du bracelet

Placez les deux côtés du bracelet sur les fixations du 165CH Calor et faites-les glisser jusqu'à la butée en direction du boîtier.



## Installation de l'application

Télécharger et installer l'application „FontaFit plus“ en scannant le code QR ou en suivant le lien : (URL : [www.fontastic.eu/fontafit\\_plus](http://www.fontastic.eu/fontafit_plus))



**Remarque :** l'application Android requiert Android 4.4 ou une version ultérieure. L'application iOS requiert iOS 9 ou une version ultérieure.

## Connexion et utilisation de l'application

**Remarque :** votre tracker fitness 165CH Calor doit être connecté à votre téléphone portable via l'application (FontaFit plus). Ne connectez pas la montre de fitness et votre smartphone directement l'un à l'autre via la fonction Bluetooth® du smartphone. Si l'appairage a déjà été effectué directement via Bluetooth®, 165CH Calor doit d'abord être supprimée du répertoire Bluetooth® des appareils connectés sur le smartphone.

L'appairage doit être effectué via l'application FontaFit Pro comme décrit ci-dessous :


1. Activez le Bluetooth® sur votre smartphone.
2. Allumez la montre de fitness, démarrez l'app FontaFit plus et sélectionnez dans la zone „Réglages“, „AJOUTER“. Dès que le „165CH Calor“ se trouve dans la liste, sélectionnez-le et attendez que la connexion soit établie.
3. Dans la section „Profil“ sous „Paramètres du profil“, vous pouvez saisir vos données telles que le sexe, la taille, le poids, etc.

**Remarque :** vous ne pouvez connecter qu'un seul fitness tracker via l'application. L'utilisation simultanée de plusieurs montres de fitness via un smartphone n'est pas supportée.

**Remarque :** les données personnelles servent à calculer correctement la consommation de calories et la distance. Après une connexion réussie, la date et l'heure sont transférées du smartphone à la montre de fitness.

## Mise en marche/arrêt

**Pour l'allumer,** appuyez et maintenez le bouton pendant 6 à 8 secondes ; FontaFit 165CH Calor s'allume.

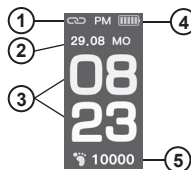
**Pour l'éteindre,** appuyez plusieurs fois sur le bouton jusqu'à ce que le menu „PLUS“ s'affiche. Maintenez le bouton enfoncé pendant environ 3 secondes pour ouvrir le menu et faites défiler le menu jusqu'à ce que le symbole  apparaisse. Appuyez maintenant sur le bouton et maintenez-le enfoncé jusqu'à ce que la montre s'éteigne.

## Affichage à l'écran

FontaFit 165CH Calor dispose d'un écran couleur sur lequel sont affichés la date, l'heure, la connexion au smartphone, les pas effectués, le pouls, la pression artérielle, l'oxygène dans le sang, les calories dépensées, la température corporelle et les notifications.

**Attention :** la date et l'heure ne sont actualisées qu'après la connexion avec le smartphone. Un réglage manuel n'est pas possible.

1. Connexion
2. Date
3. Heure
4. État de charge de la batterie
5. Étapes



Il y a 2 cadrans au choix. Ceux-ci peuvent être réglés dans le menu sous „PLUS“.

## Activer les points du sous-menu

En tapant sur la touche , vous faites défiler le menu principal.

En tapant sur la touche et en la maintenant enfoncée pendant environ 3 secondes, vous accédez au sous-menu correspondant à l'élément de menu principal affiché (le cas échéant).

En tapant sur la touche et en la maintenant enfoncée pendant environ 3 secondes dans un sous-menu, vous confirmez la sélection ou revenez au menu principal.

## Guidage du menu

- Date/heure**
- Pas** - calories, distance
- BPM** - pouls, tension artérielle, oxygène
- Température corporelle**
- Sport** - Course à pied - temps, calories / Saut à la corde - temps, calories / Sit-Ups - temps, calories
- Messages**
- Plus** - Appareil photo, Recherche, Apparence, Réinitialisation, Code QR, Éteindre/MAC

## Étapes

En touchant l'élément de menu „PAS“, le nombre de pas s'affiche. Si vous maintenez le bouton enfoncé pendant 3 secondes, les calories et la distance parcourue s'affichent également.

## Sommeil

Vous trouverez les données de l'analyse du sommeil dans l'app FontaFit plus dans la rubrique „Sommeil“.

**Remarque :** l'analyse du sommeil est active de 20:00 à 10:00 heures. Il n'est pas possible d'enregistrer une analyse du sommeil pendant la journée.

## Fréquence cardiaque

L'ouverture de l'option de menu „BPM“ permet de démarrer la mesure du pouls, de la pression artérielle et de l'oxygène dans le sang.

## Mesure de la température

En ouvrant l'option de menu „Temp“, vous pouvez activer la mesure de la température en touchant le bouton (2).

## Veillez noter que :

Portez le bracelet à environ 1 cm au-dessus de l'os du poignet et veillez à ce qu'il soit bien ajusté à votre peau. La qualité de la mesure peut être influencée par les facteurs suivants, entre autres :

- Faible circulation sanguine
- Tatouages
- Mouvements saccadés
- Application de crèmes
- Capteurs encrassés

**Remarque :** grâce à la mesure optoélectronique du pouls (photopléthysmographie), dans laquelle votre flux sanguin est enregistré par des LED vertes et des photodiodes, le tracker affiche également des valeurs lorsque le bracelet est trop lâche ou n'est pas porté. Pour la mesure du pouls, veillez donc à ce que le bracelet soit correctement ajusté.

**Remarque :** il ne s'agit pas d'un appareil médical : les données du podomètre et du pouls, la fonction de pression artérielle et de saturation en oxygène et la température corporelle ne sont pas adaptées à un usage médical.

## Sport

Certains sports sont préprogrammés dans le menu „SPORT“. En tapant sur la touche et en la maintenant enfoncée pendant environ 3 secondes, vous accédez au sous-menu. Vous pouvez y choisir entre la course, la corde à sauter et les abdos. Vous pouvez arrêter les activités en cours en tapant sur le bouton et en le maintenant enfoncé.

## Notifications

Les notifications ou les appels entrants s'affichent directement. Dans le menu „MESSAGES“, vous pouvez afficher les dernières notifications.

**Remarque :** Dans l'application FontaFit plus, dans la zone „RÉGLAGES“ sous „MESSAGES“, vous devez au préalable donner l'autorisation de recevoir des notifications via le 165CH Calor dans l'application de messagerie correspondante.

## Plus

Si le fitness tracker est connecté à votre smartphone et à portée de main, vous disposez des autres options de menu suivantes :

- Appareil photo du smartphone Déclencheur
- Localisateur de téléphone portable
- Réinitialisation
- Code QR pour télécharger l'application FontaFit plus
- Arrêt/Affichage Adresse MAC

## Consignes de sécurité

- N'ouvrez jamais l'appareil.
- L'appareil est hydrofuge, pas étanche.
- N'utilisez jamais l'appareil s'il présente des dommages visibles.
- Pour plus d'informations sur la résistance à l'eau, consultez notre site web [www.fontastic.eu](http://www.fontastic.eu).

## Caractéristiques techniques :

- Transmission : BT 4.2
- Écran : 0,96 pouce TFT
- Batterie : Li-polymère 90 mAh
- Prise de charge USB
- Autonomie : 4-6 jours
- Temps de veille : 15 jours
- Protection contre les éclaboussures : IPX7
- Poids du tracker : 23 g
- Matériau du bracelet : TPU

## FAQ

Si vous avez des questions sur la montre de fitness ou l'application, consultez la section FAQ de notre site web à l'adresse [www.fontastic.eu/faq?fontafit](http://www.fontastic.eu/faq?fontafit), ou scannez le code QR ci-contre.



Si vous avez besoin d'une assistance technique, veuillez contacter notre équipe d'assistance à l'adresse [support.fontastic.eu](mailto:support.fontastic.eu).



Nous déclarons par la présente que cet appareil porte le marquage CE conformément aux dispositions et aux spécifications. Il est donc conforme aux exigences essentielles de la directive RED 2014/53/UE.

Le texte complet de la déclaration de conformité UE est disponible à l'adresse suivante : [www.d-parts.de/konfo](http://www.d-parts.de/konfo)

## Remarque concernant la protection de l'environnement

À partir de la date de transposition de la directive européenne 2012/19/UE dans le droit national, les dispositions suivantes s'appliquent : Les appareils électriques et électroniques ne doivent pas être jetés avec les ordures ménagères. Le consommateur est légalement tenu de rapporter les appareils électriques et électroniques en fin de vie dans les points de collecte publics prévus à cet effet ou au point de vente. Les détails à ce sujet sont réglés par la législation nationale respective. Le symbole sur le produit, le mode d'emploi ou l'emballage indique ces dispositions. En recyclant, en valorisant les matériaux ou en recourant à d'autres formes de valorisation des appareils usagés, vous apportez une contribution importante à la protection de notre environnement.