

# TESLA

## TESLA Ring G55

Uživatelský manuál / User guide v1.1

**Vážený zákazníku,  
děkujeme, že jste si vybral TESLA Ring G55.**

### **DŮLEŽITÉ BEZPEČNOSTNÍ POKYNY**

- Neopravujte prsten ani nabíjecí stanici, vystavujete se tak nebezpečí poranění, riziku poškození a ztrátě záruky.
- Výrobce a dovozce do Evropské Unie neodpovídá za škody nebo poranění způsobené provozem prstenu a příslušenství.

### **PROVOZNÍ A BEZPEČNOSTNÍ PODMÍNKY**

- Používejte a skladujte prsten a příslušenství v suchu v rozmezí teplot 0 °C až 45 °C.
- Pokud teplota okolí klesne pod 5 °C, může být výdrž baterie snížena.
- Pokud je teplota okolí nebo prstenu příliš vysoká nebo nízká, může dojít k selhání funkcí a neočekávaným chybám.
- Nepoužívejte žádná topná zařízení, jako jsou mikrovlnné trouby nebo vysoušeče vlasů k jeho sušení.
- Neprovádějte žádné úpravy prstenu, baterie nebo příslušenství, aby nedošlo k poškození a vzniku újmy na majetku nebo zdraví.
- Neumisťujte a nepoužívejte prsten a příslušenství v místech s vysokou teplotou, může dojít k poruše, požáru nebo výbuchu!
- V případě přehřátí prstenu nebo baterie jej ponořte do chladné vody.
- V případě mechanického poškození prstenu kontaktujte autorizovaný servis TESLA.
- Prsten a příslušenství mohou obsahovat malé části, uchovávejte jej mimo dosah dětí.

### **POUŽÍVÁNÍ VÝROBKU**

Před použitím prstenu si přečtěte a dodržujte následující opatření k zajištění optimálního výkonu prstenu a vyhnout se nebezpečným situacím.

Různá denní doba nebo aktivity mohou způsobit různé velikosti prstů, proto může být někdy obtížné sejmout prsten z prstu.

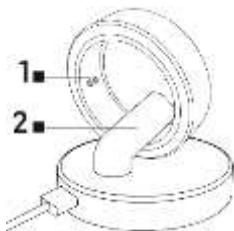
Pokud dojde k zaseknutí:

- Použijte studenou vodu s mýdlem k navlhčení prstu a pomalým otáčením prstenu jej sejměte.
- Zvedněte ruku nad úroveň srdce, dokud krevní tlak neklesne, poté zkuste prsten sundat.

Při nošení prstenu udržte vnitřní dotykovou část prstenu suchou. Pokud dojde ke kontaktu s vodou, osušte prsten i prst do sucha. Pokud v dotykovém místě nastanou příznaky jako např. vyrážka, zarudnutí, otok apod, přestaňte prsten používat a nechejte prst odpočinout, v případě trvajících problémů vyhledejte lékaře.

## PRVNÍ POUŽITÍ

Nabijte baterii v prstenu. Připojte napájecí kabel do 5 V USB napájecího adaptéru (není součástí balení) a druhý konec napájecího kabelu připojte do nabíjecí základny. Natočte prsten tak, aby se nabíjecí kontakt na prstenu jemně připnul do magnetické nabíjecí základny (2).



### Prsten se nabíjí

Indikátor 1 problikává během nabíjení červenou barvou.

### Plně nabitá baterie

Indikátor 1 problikává zelenou barvou, poté zhasne.

Nasaďte prsten na prst tak, aby senzory uvnitř prstenu měly dobrý kontakt s pokožkou. Pokud je prsten nasazen příliš volně, může docházet k nesprávnému sběru dat.

Prsten je možné nosit během sprchování, krátkého plavání, potápění atd. Nedoporučujeme jej ponořit na dobu delší než 30 minut do hloubky více než 100 metrů. Nedoporučujeme nošení prstenu při práci s těžkými nebo ostrými předměty. Prsten může poškrábat jiné povrchy nebo může být poškrábán. Vyvarujte se kontaktu s jinými bateriemi nebo elektronickými zařízeními s bateriemi, existuje riziko zkratu, podobně jako u jiných standardních kovových prstenu.

## APLIKACE PRO MOBILNÍ TELEFON

Zapněte Bluetooth ve svém telefonu, nainstalujte aplikaci „Ring TESLA“, kterou naleznete v Google Play/Apple Store a následujte průvodce pro párování s prstenem.

### SPUŠTĚNÍ APLIKACE

Nastavte údaje profilu – pohlaví, výška, hmotnost, datum narození. Systém podle zadaných hodnot automaticky navrhne délku kroku, kterou můžete dále upravit. Nastavení správné délky kroku má vliv na počítání vzdálenosti pro aktivity a cvičení.

Povolte všechna oprávnění, která aplikace „Ring TESLA“ požaduje:

- ANDROID: povolte oprávnění aplikace „Oznámení“, „Poloha“ a „Zařízení v okolí“.
- iOS: povolte oprávnění aplikace „Oznámení“, „Poloha“, „Bluetooth“ a „Místní síť“.

Spárujte TESLA Ring G55 v aplikaci. Klikněte na tlačítko „Přidat TESLA Ring“ pro vyhledání prstenu a vyberte nalezený TESLA Ring G55 pro párování.

### Záložka NASTAVENÍ

#### Cíl

V položce „Cíl“ můžete nastavit požadované denní cíle pro splnění – počet kroků, spálené kalorie, nebo dobu aktivity. Pokud v mobilním telefonu pro aplikaci povolíte oznámení, bude vás aplikace informovat, jakmile bude cíl splněn. Cíle můžete nastavit rozdílně i pro jednotlivé dny v týdnu – zapnete položku „Cíl denního cvičení“ a poté nastavte hodnoty pro každý den zvlášť.

## Profil

Nastavení profilu uživatele – pohlaví, výška, hmotnost, datum narození. Systém podle zadaných hodnot automaticky navrhne délku kroku, kterou můžete dále upravit. Nastavení správné délky kroku má vliv na počítání vzdálenosti pro aktivity a cvičení.

## Ostatní

Nastavení formátu, jednotek zobrazovaných hodnot a oznámení aplikace.

- Formát jednotky: metrický/imperiální
- Jednotka teploty: °C/Fahrenheit
- Pripomenutí k pohybu: při neaktivitě dostanete oznámení do vašeho telefonu.
- Pripomenutí slabé baterie: pokud úroveň nabití baterie klesne pod 5 %, dostanete oznámení do vašeho telefonu.
- Upozornění na srdeční frekvenci: pokud dojde k překročení nastavené maximální hodnoty srdeční frekvence, dostanete oznámení do vašeho telefonu.

## Firmware

Informace o aktuální verzi firmware prstenu, kontrola aktualizací nebo vymazání dat.

## Vymazání dat (Reset)

- Klikněte na tlačítko RESETOVAT a následně volbu potvrďte tlačítkem OK. Po úspěšném provedení vymazání dat (aplikace vás informuje oznámením) aplikaci zavřete a data uložená v paměti prstenu budou vymazána.
- Pro vymazání uložených dat v aplikaci přejděte do nastavení mobilního telefonu > aplikace „Ring TESLA“ a vymažte uložená data aplikace. Po dalším spuštění aplikace proveďte nové nastavení (profil, cíl atd.) a proveďte znova párování prstenu. Postup pro vymazání dat u se může lišit dle vašeho mobilního telefonu a operačního systému. V případě potřeby se obraťte na podporu nebo servis výrobce mobilního telefonu.

## Apple Health

Nastavení propojení a sdílení dat pro aplikaci Zdraví u mobilních zařízení Apple s operačním systémem iOS.

## Záložka PŘEHLED

### Aktivita

Zobrazuje denní informace o počtu kroků, kalorií a doby aktivit.

Kliknutím na pole Aktivita zobrazíte:

- Přehled se zobrazením doby aktivit v průběhu aktuálního dne. Posunutím vlevo/vpravo zobrazíte přehled aktivit v přecházejících dnech. Stisknutím a posunutím „bílé“ linky se můžete pohybovat v časové ose a zobrazit detailní informace o počtu kroků, kalorií atd.
- Přehled za posledních 7 dní od vybraného dne, kliknutím na vybraný den zobrazíte podrobnosti aktivity.

Kliknutím na ikonu Kalendář můžete vybrat v kalendáři den a zobrazit podrobnosti aktivit. Podrobné zobrazení výsledků a hodnocení výsledků aktivity naleznete také v záložce **AKTIVITA**.

Kroky v aplikaci jsou orientačním údajem, který závisí na počtu pohybů prstu ruky. Zobrazení počtu kroků a vzdálenosti může být ovlivněno některými pohyby rukou, například psaní na klávesnici nebo jiné mechanické práci rukou.

### **Záznamy o cvičení**

Kliknutím na pole „Záznamy o cvičení“ zobrazíte informace o uložených aktivitách, zobrazované informace se liší podle vybraného cvičení. Kliknutím na ikonu „Začněte cvičit“ zobrazíte seznam cvičení.

- Cvičení se zaznamenáním údajů s GPS:  
Pro funkčnost je nutné mít v dosahu TESLA Ring G55 a také mobilní telefon se spárovanou aplikací Ring TESLA. Vyberte aktivitu, potvrďte připojení mobilního telefonu, vyčkejte na načtení údajů polohy (GPS) a zobrazení aktuální polohy. Nastavte požadované cíle a klikněte na tlačítko start pro zahájení cvičení.
- Cvičení bez zaznamenávání údajů GPS:  
Zvolte aktivitu, nastavte požadované cíle a klikněte na tlačítko start pro zahájení.

Spuštěné cvičení můžete na mobilním telefonu pozastavit, ukončit nebo zamknout, aby nedošlo k nechtěnému pozastavení nebo ukončení. Pro odemknutí klikněte a držte tlačítko „Odemknout“ po dobu 3 sekund. Při pozastavení můžete kliknutím na tlačítko „Pokračovat“ pro další zaznamenání aktivit nebo kliknutím na tlačítko „Dokončit“ pro ukončení. Uloženy budou pouze záznamy cvičení, které trvalo déle než 1 minutu nebo byl zaznamenán dostatečný počet dat pro vybranou aktivitu a zvolené cíle.

### **Spánek**

Kliknutím na pole „Spánek“ zobrazíte:

- Rozdělení stavu spánku: Klidný (Hluboký)/Lehký/REM/Probuzení a zobrazení doby usnutí a probuzení posledního spánku. Posunutím vlevo/vpravo zobrazíte přehled spánku v předcházejících dnech. Stisknutím a posunutím „bílé“ linky se můžete pohybovat v časové ose průběhu a zobrazit detailní informace o druhu a času.
- Poměr spánku podle druhu a doby posledního spánku.
- Hodnocení kvality spánku.
- Měření probíhá pouze v intervalu 20:00 hodin až 10:00 hodin.

Kliknutím na ikonu „Kalendář“ můžete vybrat v kalendáři den a zobrazit podrobnosti spánku. Podrobné zobrazení výsledků a hodnocení spánku naleznete také v záložce **SPÁNEK**.

### **Tepová frekvence**

Zobrazuje změřené hodnoty tepové frekvence aktuálního dne. Měření tepové frekvence probíhá automaticky, můžete však provést i ruční měření kliknutím na ikonu „Změřit tepovou frekvenci“.

Kliknutím na pole „Tepová frekvence“ zobrazíte:

- Hodnoty změřené v průběhu aktuálního dne nebo průměrné hodnoty tepové frekvence aktuálního týdne nebo měsíce. Posunutím vlevo/vpravo zobrazíte přehled předcházejících dat za den/týden/měsíc. Stisknutím a posunutím „bílé“ linky se můžete pohybovat v časové ose průběhu a zobrazit detailní informace tepové frekvence a času.

- Zóny srdečního tepu a hodnocení.

Kliknutím na ikonu „Kalendář“ můžete vybrat v kalendáři den a zobrazit podrobnosti tepové frekvence. Kliknutím na ikonu „Statistika“ zobrazíte seznam a hodnocení ručních měření hodnot tepové frekvence. Ruční měření slouží především pro měření tepové frekvence v průběhu nebo po skončení cvičení a uložení změřených hodnot do seznamu.

### **Obsah kyslíku v krvi**

Zobrazuje informace o okysličení krve posledního provedeného měření. Pro změření hodnot klikněte na tlačítko „Změřit obsah kyslíku“ v krvi.

Kliknutím na pole „Obsah kyslíku v krvi“ zobrazíte:

- Detailní informace posledního měření.
- 7 posledních záznamů.

Kliknutím na ikonu „Statistika“ zobrazíte seznam a hodnocení měření hodnot okysličení krve.

### **Variabilita srdeční frekvence (HRV)**

Zobrazuje změřené hodnoty variability srdeční frekvence aktuálního dne. Měření variability srdeční frekvence probíhá automaticky, můžete však provést i ruční měření kliknutím na ikonu „Změřit variabilitu srdeční frekvence“.

Kliknutím na pole „Variabilita srdeční frekvence“ zobrazíte:

- Hodnoty změřené v průběhu aktuálního dne nebo průměrné hodnoty tepové frekvence aktuálního týdne nebo měsíce. Posunutím vlevo/vpravo zobrazíte přehled přecházejících dat za den/týden/měsíc. Stisknutím a posunutím „bílé“ linky se můžete pohybovat v časové ose průběhu a zobrazit detailní informace tepové frekvence a času.

Kliknutím na ikonu „Kalendář“ můžete vybrat v kalendáři den a zobrazit podrobnosti uložených hodnot variability srdeční frekvence. Kliknutím na ikonu „Statistika“ zobrazíte seznam a hodnocení ručních měření hodnot variability srdeční frekvence. Ruční měření slouží především pro měření variability srdeční frekvence v průběhu nebo po skončení cvičení a uložení změřených hodnot do seznamu.

### **Stres**

Zobrazuje informace o hodnotě stresového stavu provedeného měření. Pro změření hodnot klikněte na ikonu „Změřit stres“.

Kliknutím na pole „Stres“ zobrazíte:

- Detailní informace posledního měření.
- 7 posledních záznamů.

Kliknutím na ikonu „Statistika“ zobrazíte seznam měření hodnot stresového stavu.

### **Menstruační cyklus**

Zobrazuje předpokládanou předpověď menstruačního cyklu podle zadaných hodnot.





Kliknutím na pole Menstruační cyklus zobrazíte náhled na aktuální měsíc v kalendáři, kliknutím na šipku vpravo/vlevo změníte zobrazovaný měsíc.

Nastavení kalendáře:




- Připomenutí upozornění  
Nastavte notifikační oznámení aplikace na vybrané možnosti: Připomenutí menstruace / Připomenutí ovulace / Připomenutí dne ovulace / Připomenutí na konci ovulace.
- Nastavení cyklu  
Nastavte správné hodnoty cyklu, Počet menstruačních dnů / Počet dní mezi cykly / Datum posledního začátku menstruace.

Jakmile nastavíte správné hodnoty, budou v kalendáři barevně zvýrazněny dny pro ovulaci, den ovulace a předpověď období menstruace. V průběhu období menstruace dojde ke změně barevného označení ze světle růžové (předvídat období) na tmavě růžovou (menstruace).

Barevné označení dnů menstruačního cyklu zobrazeného měsíce je také uvedeno v popisku kalendáře.

-  Růžová tmavá – menstruace
-  Růžová světlá – předvídaní období menstruace
-  Modrá – den ovulace
-  Zelená – období ovulace

Barvy dní jednotlivých částí cyklu, které začínali v předcházejícím nebo pokračují v následujícím měsíci, jsou vyobrazeny rozdílným odstínem.

-  Hnědo/fialová – období menstruace
-  Modrá tmavá – den ovulace
-  Zelená tmavá – období ovulace

Předpověď menstruačního cyklu v kalendáři je orientační údaj. Udržujte vstupní hodnoty aktualizované pro včasné upozornění na odhadovaný začátek cyklu.

## Záložka AKTIVITA

Zobrazuje podrobné informace:

- Přehled se zobrazením doby aktivit v průběhu aktuálního dne nebo průměrné hodnoty aktuálního týdne nebo měsíce. Posunutím vlevo/vpravo zobrazíte přehled přecházejících dat Den/Týden/Měsíc. Stisknutím a posunutím „bílé“ linky se můžete pohybovat v časové ose průběhu a zobrazit detailní informace počtu kroků, kalorií a doby.
- Objem fyzické aktivity.
- Přehled za posledních 7 dní od vybraného dne, kliknutím na vybraný den zobrazíte podrobnosti aktivity.
- Záznamy o cvičení.
- Porovnání výsledků podle pohlaví a věku.

Kliknutím na ikonu Kalendář můžete vybrat v kalendáři den a zobrazit podrobnosti aktivit.

Kroky v aplikaci jsou orientačním údajem, který závisí na počtu pohybů prstu ruky. Zobrazení počtu kroků a vzdálenosti může být ovlivněno některými pohyby rukou, například psaním na klávesnici nebo jiné mechanické práci rukou.

## **Záložka SPÁNEK**

Zobrazuje informace o předchozím spánku.

Kliknutím na pole „Spánek“ zobrazíte:

- Rozdělení stavu spánku na Klidný (Hluboký)/Lehký/REM/Probuzení a zobrazení doby usnutí a probuzení spánku aktuální den/týden /měsíc. Posunutím vlevo/vpravo zobrazíte přehled spánku předcházející den/týden/měsíc. Stisknutím a posunutím „bílé“ linky se můžete pohybovat v časové ose průběhu a zobrazit detailní časové informace o spánku.
- Poměr spánku podle druhu a doby posledního spánku.
- Hodnocení kvality spánku.
- Analýza spánku, účinnost a načasování.
- Průměrná tepová frekvence během spánku.
- Průměrná tepová frekvence (variabilita srdeční frekvence).
- Teplota, rozdíl od průměrné tělesné teploty.
- Stav aktivity během spánku.
- Vývoj spánku za posledních 7 dní.
- Porovnání spánku, doby usnutí a probuzení a času spánku podle pohlaví a věku.

Kliknutím na ikonu Kalendář můžete vybrat v kalendáři den a zobrazit podrobnosti spánku.

V rámci softwarové náročnosti operačního systému a požadavků společnosti Google/Apple na zabezpečení aplikací, je nutné přizpůsobovat i funkce aplikace. Udržujte také operační systém vašeho telefonu aktualizovaný na nejnovější verzi. Aplikace vyžaduje operační systém Android 5.0 nebo iOS 10.0 a vyšší, Bluetooth 5.1, jinak není možné garantovat její funkčnost.

Společnost TESLA Electronic LTD si vyhrazuje právo na provádění změn aplikace i firmware chytrého prstenu TESLA Ring G55. Některé funkce mohou být přidány, změněny nebo odstraněny.

## **ŘEŠENÍ PROBLÉMŮ S APLIKACÍ**

- Zkontrolujte, zda-li je prsten správně nabitý a spárovaný v aplikaci Ring TESLA.
- Zkontrolujte nastavení mobilního telefonu, zda-li máte povoleny všechny funkce a oprávnění ANDROID: povolte oprávnění aplikace „Oznámení“, „Poloha“ a „Zařízení v okolí“. iOS: povolte oprávnění aplikace „Oznámení“, „Poloha“, „Bluetooth“ a „Místní síť“.
- Zkontrolujte verzi aplikace a v případě dostupnosti nové verze proveďte aktualizaci.
- Zkontrolujte firmware chytrého prstenu a v případě dostupnosti nové verze proveďte aktualizaci.

## **PAMĚŤOVÉ ÚLOŽIŠTĚ A SYNCHRONIZACE**

TESLA Ring G55 má vestavěnou paměť a může uchovávat data až 7 dní (v závislosti na četnosti měření a způsobu využití) bez připojení k aplikaci Ring TESLA. Doporučujeme provedení synchronizace každý den, nejméně alespoň jednou za 3 až 4 dny, abyste neztratili žádná data. Synchronizace dat mezi prstenem a aplikací bude provedena automaticky po připojení.



Pokud není prováděna synchronizace, jsou v prstenu ukládána pouze nejnovější data což znamená, že nová data přepíše ty nejstarší.

## Péče o baterii

Dobijte baterii do plné kapacity každých 3 až 5 dní (v případě nízkého stavu baterie i dříve), i když prsten nepoužíváte. Výdrž baterie se odvíjí od počtu aktivit nebo provedených měření.

## ČIŠTĚNÍ A ÚDRŽBA

Umyjte prsten jemnou mýdlovou vodou, poté jej opláchněte čistou vodou a důkladně osušte.

## ODSTRAŇOVÁNÍ PROBLÉMŮ

Problém	Řešení
Prsten nefunguje.	Zkontrolujte, že je prsten nabitý.
	Připojte prsten k nabíjecímu stojanu.
Prsten neměří.	V případě častého měření může dojít k selhání. Neklikejte na měření příliš často.
	Zkontrolujte, zda máte prsten správně nasazený, není příliš volný a zda jsou měřicí senzory na spodní straně prstu. Odpojte a připojte prsten v aplikaci a zkuste měření po chvíli znova. Zkontrolujte, zda máte zapnutou funkci Bluetooth, případně ji restartujte (vypněte a znovu zapněte).
Některé dny nebo data nejsou uložena.	Prsten byl vybitý, nemohl měřit data.
	Prsten nebyl správně nebo vůbec nasazený.
	Data v aplikaci nebo prstenu byla vymazána.
Menstruační kalendář nejde vypnout.	Pro vymazání dat a vypnutí menstruačního kalendáře vymažte data aplikace uložená v paměti telefonu.

## TECHNICKÁ PODPORA

Potřebujete poradit s nastavením a používáním TESLA Ring G55?

Kontaktujte nás: [www.tesla-electronics.eu](http://www.tesla-electronics.eu)

## SPOTŘEBNÍ MATERIÁL A PŘÍSLUŠENSTVÍ

Spotřební materiál můžete zakoupit v oficiálním obchodě značky TESLA [eshop.tesla-electronics.eu](http://eshop.tesla-electronics.eu).

## ZÁRUČNÍ OPRAVA

Pro záruční opravu kontaktujte prodejce, u kterého jste TESLA Ring zakoupili.

## Záruka se NEVZTAHUJE na:

- běžné opotřebení.
- nedodržení „Důležitých bezpečnostních pokynů“ uvedených v uživatelském manuálu.
- elektromechanické nebo mechanické poškození způsobeném nevhodným použitím.
- škodu způsobenou přírodním živlem jako je voda, oheň, statická elektřina, přepětí atd.
- škodu způsobenou neoprávněnou opravou.

## VÝLUKY ZE ZÁRUKY

Záruka se nevztahuje na opotřebení prstenu v důsledku běžného užívání. Mezi typické opotřebení obvyklým užíváním se řadí např. změna barvy, struktury nebo poškození povrchu, vybití nebo snížení kapacity baterie uplynutím obvyklé životnosti 6 měsíců.

## PROHLÁŠENÍ O SHODĚ

My, TESLA Electronics LTD, prohlašujeme, že toto zařízení je v souladu se základními požadavky a dalšími příslušnými ustanoveními norem a předpisů relevantních pro daný typ zařízení.



Tento produkt splňuje požadavky Evropské Unie.



Pokud je tento symbol připojen k produktu, informujte se prosím o místním systému separovaného sběru elektrických a elektronických výrobků. Postupujte prosím podle místních předpisů a staré výrobky nelikvidujte v běžném domácím odpadu. Správná likvidace starého produktu pomáhá předejít potenciálním negativním důsledkům pro životní prostředí a lidské zdraví.

Vzhledem k tomu, že se produkt vyvíjí a vylepšuje, vyhrazujeme si právo na úpravu uživatelského manuálu. Aktuální verzi tohoto uživatelského manuálu naleznete vždy na [www.tesla-electronics.eu](http://www.tesla-electronics.eu).

Design a specifikace mohou být změněny bez předchozího upozornění, tiskové chyby vyhazeny.

**Vážený zákazník,  
ďakujeme, že ste si vybral TESLA Ring G55.**

### **DÔLEŽITÉ BEZPEČNOSTNÉ POKYNY**

- Neopravujte prsteň ani nabíjaciu stanicu, vystavujete sa tak nebezpečenstvu poranenia, riziku poškodenia a strate záruky.
- Výrobca a dovozca do Európskej únie nezodpovedá za škody alebo poranenia spôsobené prevádzkou prsteňa a príslušenstva.

### **PREVÁDZKOVÉ A BEZPEČNOSTNÉ PODMIENKY**

- Krúžok a príslušenstvo používajte a skladujte na suchom mieste pri teplote od 0 °C do 45 °C.
- Životnosť batérie sa môže skrátiť, ak teplota okolia klesne pod 5 °C.
- Ak je teplota okolia alebo teplota prstenca príliš vysoká alebo nízka, môže dôjsť k zlyhaniu funkcie a neočakávaným chybám.
- Na sušenie nepoužívajte žiadne ohrievacie zariadenia, ako sú mikrovlnné rúry alebo sušiče vlasov.
- Na krúžku, batérii ani príslušenstve nevykonávajte žiadne úpravy, aby ste predišli poškodeniu a zraneniu majetku alebo zdravia.
- Prsteneц a príslušenstvo neumiestňujte ani nepoužívajte v oblastiach s vysokou teplotou, môže dôjsť k poruche, požiaru alebo výbuchu!
- Ak sa prsteň alebo batéria prehrejú, ponorte ich do studenej vody.
- V prípade mechanického poškodenia prstenca sa obráťte na autorizované servisné stredisko TESLA.
- Prsteneц a príslušenstvo môžu obsahovať malé časti, uchovávajte ich mimo dosahu detí.

### **POUŽÍVANIE VÝROBKU**

Pred použitím krúžku si prečítajte a dodržiavajte nasledujúce bezpečnostné opatrenia, aby ste zabezpečili optimálny výkon krúžku a predišli nebezpečným situáciám.

Rôzne denné doby alebo činnosti môžu spôsobiť rôzne veľkosti prstov, preto môže byť niekedy ťažké prsteň z prsta odňať.

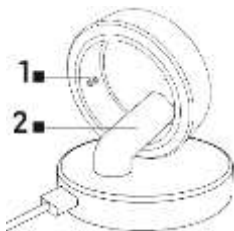
Ak dôjde k zaseknutiu:

- Prsteneц si navlhčite studenou vodou a mydlom a pomaly ho otáčajte, aby ste ho odstránili.
- Zdvihnite ruku nad úroveň srdca, kým neklesne krvný tlak, a potom sa pokúste prsteň odstrániť.

Pri nosení prsteňa udržiavajte vnútornú dotykovú časť prsteňa suchú. Ak dôjde ku kontaktu s vodou, utrite prsteň a prst do sucha. Ak sa v mieste dotyku objavia príznaky ako vyrážka, začervenanie, opuch atď. prestaňte prsteň používať a nechajte prst odpočívať; ak problémy pretrvávajú, vyhľadajte lekára.

## PRVÉ POUŽITIE

Nabite batériu v prsteni. Pripojte napájací kábel do 5 V USB napájacieho adaptéra (nie je súčasťou balenia) a druhý koniec napájacieho kábla pripojte do nabíjacej základne. Natočte prsteň tak, aby sa nabíjací kontakt na prsteni jemne pripol do magnetickej nabíjacej základne (2).



### Prsteň sa nabíja

Indikátor 1 preblikáva počas nabíjania červenou farbou.

### Plne nabitá batéria

Indikátor 1 preblikáva zelenou farbou, potom zhasne.

Nasaďte prsteň na prst tak, aby senzory vo vnútri prsteňa mali dobrý kontakt s pokožkou. Ak je prsteň nasadený príliš voľne, môže dochádzať k nesprávnemu zberu dát.

Prsteň je možné nosiť počas sprchovania, krátkeho plávania, potápania atď. Neodporúčame ho ponoriť na dobu dlhšiu ako 30 minút do hĺbky viac ako 100 metrov. Neodporúčame nosenie prsteňa pri práci s ťažkými alebo ostrými predmetmi. Prsteň môže poškriabať iné povrchy alebo môže byť poškriabaný. Vyvarujte sa kontaktu s inými batériami alebo elektronickými zariadeniami s batériami, existuje riziko skratu, podobne ako u iných štandardných kovových prsteňov.

## APLIKÁCIA PRE MOBILNÝ TELEFÓN

Zapnite na svojom telefóne funkciu Bluetooth, nainštalujte aplikáciu „Ring TESLA“, ktorú nájdete v obchode Google Play/Apple Store, a podľa sprievodcu ju spárujte s prsteňom.

### SPUSTENIE APLIKÁCIE

Nastavte údaje profilu – pohlavie, výška, hmotnosť, dátum narodenia. Systém podľa zadaných hodnôt automaticky navrhne dĺžku kroku, ktorú môžete ďalej upraviť. Nastavenie správnej dĺžky kroku má vplyv na počítanie vzdialenosti pre aktivity a cvičenia.

Povoľte všetky oprávnenia, ktoré aplikácia „Ring TESLA“ požaduje:

- ANDROID: povoľte oprávnenie aplikácie „Oznámenia“, „Poloha“ a „Zariadenia v okolí“.
- iOS: povoľte oprávnenia aplikácie „Oznámenia“, „Poloha“, „Bluetooth“ a „Miestna sieť“.

Spárujte TESLA Ring G55 v aplikácii. Kliknite na tlačidlo „Pridať TESLA Ring“ pre vyhľadanie prsteňa a vyberte nájdený TESLA Ring G55 pre spárovanie.

### Záložka NASTAVENIE

#### Cieľ

V položke „Cieľ“ môžete nastaviť požadované denné ciele pre splnenie – počet krokov, spálené kalórie, alebo dobu aktivity. Ak v mobilnom telefóne pre aplikáciu povolíte oznámenie, bude vás aplikácia informovať, akonáhle bude cieľ splnený. Ciele môžete nastaviť rozdielne aj pre jednotlivé dni v týždni – zapnete položku „Cieľ denného cvičenia“ a potom nastavte hodnoty pre každý deň zvlášť.

## Profil

Nastavenie profilu užívateľa – pohlavie, výška, hmotnosť, dátum narodenia. Systém podľa zadáných hodnôt automaticky navrhne dĺžku kroku, ktorú môžete ďalej upraviť. Nastavenie správnej dĺžky kroku má vplyv na počítanie vzdialenosti pre aktivity a cvičenia.

## Ostatné

Nastavenie formátu, jednotiek zobrazovaných hodnôt a oznámenia aplikácie.

- Formát jednotky: metrický/imperiálny
- Teplota jednotky: °C/Fahrenheit
- Pripomenutie k pohybu: pri neaktivite dostanete oznámenie do vášho telefónu.
- Pripomenutie slabej batérie: ak úroveň nabitia batérie klesne pod 5 %, dostanete oznámenie do vášho telefónu.
- Upozornenie na srdcovú frekvenciu: ak dôjde k prekročeniu nastavenej maximálnej hodnoty srdcovej frekvencie, dostanete oznámenie do vášho telefónu.

## Firmware

Informácie o aktuálnej verzii firmware prsteňa, kontrola aktualizácií alebo vymazanie dát.

## Vymazanie dát (Reset)

- Kliknite na tlačidlo RESETOVAŤ a následne voľbu potvrdte tlačidlom OK. Po úspešnom vykonaní vymazania dát (aplikácia vás informuje oznámením) aplikáciu zatvorte a dáta uložené v pamäti prsteňa budú vymazané.
- Pre vymazanie uložených dát v aplikácii prejdite do nastavenia mobilného telefónu > aplikácie „Ring TESLA“ a vymažte uložené dáta aplikácie. Po ďalšom spustení aplikácie vykonajte nové nastavenie (profil, cieľ atď.) a vykonajte znova párovanie prsteňa. Postup pre vymazanie dát u sa môže líšiť podľa vášho mobilného telefónu a operačného systému. V prípade potreby sa obráťte na podporu alebo servis výrobcu mobilného telefónu.

## Apple Health

Nastavenie prepojenia a zdieľania dát pre aplikáciu Zdravie u mobilných zariadení Apple s operačným systémom iOS.

## Záložka PREHĽAD

### Aktivita

Zobrazuje denné informácie o počte krokov, kalórií a doby aktivít.

Kliknutím na pole Aktivita zobrazíte:

- Prehľad so zobrazením doby aktivít v priebehu aktuálneho dňa. Posunutím vľavo/vpravo zobrazíte prehľad aktivít v predchádzajúcich dňoch. Stlačením a posunutím „bielej“ linky sa môžete pohybovať v časovej osi a zobrazíť detailné informácie o počte krokov, kalórií atď.
- Prehľad za posledných 7 dní od vybraného dňa, kliknutím na vybraný deň zobrazíte podrobnosti aktivity.

Kliknutím na ikonu **Kalendár** môžete vybrať v kalendári deň a zobraziť podrobnosti aktivít. Podrobné zobrazenie výsledkov a hodnotenie výsledkov aktivity nájdete aj v záložke **AKTIVITA**. Kroky v aplikácii sú orientačným údajom, ktorý závisí od počtu pohybov prsta ruky. Zobrazenie počtu krokov a vzdialenosti môže byť ovplyvnené niektorými pohybmi rúk, napríklad písanie na klávesnici alebo inej mechanickej práci rúk.

### Záznamy o cvičení

Kliknutím na pole „Záznamy o cvičení“ zobrazíte informácie o uložených aktivitách, zobrazované informácie sa líšia podľa vybraného cvičenia. Kliknutím na ikonu „Začnite cvičiť“ zobrazíte zoznam cvičení.

- Cvičenie so zaznamenaním údajov s GPS:  
Pre funkčnosť je nutné mať v dosahu TESLA Ring G55 a tiež mobilný telefón so spárovanou aplikáciou Ring TESLA. Vyberte aktivitu, potvrdte pripojenie mobilného telefónu, počkajte na načítanie údajov polohy (GPS) a zobrazenie aktuálnej polohy. Nastavte požadované ciele a kliknite na tlačidlo štart pre začatie cvičenia.
- Cvičenie bez zaznamenávania údajov GPS:  
Zvoľte aktivitu, nastavte požadované ciele a kliknite na tlačidlo štart pre začatie.

Spustené cvičenie môžete na mobilnom telefóne pozastaviť, ukončiť alebo zamknúť, aby nedošlo k nechcenému pozastaveniu alebo ukončeniu. Pre odomknutie kliknite a držte tlačidlo „Odomknúť“ po dobu 3 sekúnd. Pri pozastavení môžete kliknutím na tlačidlo „Pokračovať“ pre ďalšie zaznamenanie aktivít alebo kliknutím na tlačidlo „Dokončiť“ pre ukončenie. Uložené budú iba záznamy cvičení, ktoré trvalo dlhšie ako 1 minútu alebo bol zaznamenaný dostatočný počet dát pre vybranú aktivitu a zvolené ciele.

### Spánok

Kliknutím na pole „Spánok“ zobrazíte:

- Rozdelenie stavu spánku: Pokojný (Hlboký)/Lahký/REM/Prebudenie a zobrazenie doby zaspánia a prebudenia posledného spánku. Posunutím vľavo/vpravo zobrazíte prehľad spánku v predchádzajúcich dňoch. Stlačením a posunutím „bielej“ linky sa môžete pohybovať v časovej osi priebehu a zobraziť detailné informácie o druhu a čase.
- Pomer spánku podľa druhu a doby posledného spánku.
- Hodnotenie kvality spánku.
- Meranie prebieha iba v intervale 20:00 hodín až 10:00 hodín.

Kliknutím na ikonu „Kalendár“ môžete vybrať v kalendári deň a zobraziť podrobnosti spánku. Podrobné zobrazenie výsledkov a hodnotenie spánku nájdete aj v záložke **SPÁNOK**.

### Tepová frekvencia

Zobrazuje zmerané hodnoty tepovej frekvencie aktuálneho dňa. Meranie tepovej frekvencie prebieha automaticky, môžete však vykonať aj ručné meranie kliknutím na ikonu „Zmerať tepovú frekvenciu“.

Kliknutím na pole „Tepová frekvencia“ zobrazíte:

- Hodnoty zmerané v priebehu aktuálneho dňa alebo priemernej hodnoty tepovej frekvencie aktuálneho týždňa alebo mesiaca. Posunutím vľavo/vpravo zobrazíte prehľad predchádzajúcich dát za deň/týždeň /mesiac. Stlačením a posunutím „bielej“ linky sa môžete pohybovať v časovej osi priebehu a zobraziť detailné informácie tepovej frekvencie a času.
- Zóny srdcového tepu a hodnotenia.

Kliknutím na ikonu „Kalendár“ môžete vybrať v kalendári deň a zobraziť podrobnosti tepovej frekvencie. Kliknutím na ikonu „Štatistika“ zobrazíte zoznam a hodnotenie ručných meraní hodnôt tepovej frekvencie. Ručné meranie slúži predovšetkým na meranie tepovej frekvencie v priebehu alebo po skončení cvičenia a uloženie nameraných hodnôt do zoznamu.

### **Obsah kyslíka v krvi**

Zobrazuje informácie o okysličení krvi posledného vykonaného merania. Pre zmeranie hodnôt kliknite na tlačidlo „Zmerať obsah kyslíka“ v krvi.

Kliknutím na pole „Obsah kyslíka v krvi“ zobrazíte:

- Detailné informácie posledného merania.
- 7 posledných záznamov.

Kliknutím na ikonu „Štatistika“ zobrazíte zoznam a hodnotenie meraní hodnôt okysličenia krvi.

### **Variabilita srdcovej frekvencie (HRV)**

Zobrazuje zmerané hodnoty variability srdcovej frekvencie aktuálneho dňa. Meranie variability srdcovej frekvencie prebieha automaticky, môžete však vykonať aj ručné meranie kliknutím na ikonu „Zmerať variabilitu srdcovej frekvencie“.

Kliknutím na pole „Variabilita srdcovej frekvencie“ zobrazíte:

- Hodnoty zmerané v priebehu aktuálneho dňa alebo priemernej hodnoty tepovej frekvencie aktuálneho týždňa alebo mesiaca. Posunutím vľavo/vpravo zobrazíte prehľad prechádzajúcich dát za deň/týždeň /mesiac. Stlačením a posunutím „bielej“ linky sa môžete pohybovať v časovej osi priebehu a zobraziť detailné informácie tepovej frekvencie a času.

Kliknutím na ikonu „Kalendár“ môžete vybrať v kalendári deň a zobraziť podrobnosti uložených hodnôt variability srdcovej frekvencie. Kliknutím na ikonu „Štatistika“ zobrazíte zoznam a hodnotenie ručných meraní hodnôt variability srdcovej frekvencie. Ručné meranie slúži predovšetkým na meranie variability srdcovej frekvencie v priebehu alebo po skončení cvičenia a uloženie zmeraných hodnôt do zoznamu.

### **Stres**

Zobrazuje informácie o hodnote stresového stavu vykonaného merania. Pre zmeranie hodnôt kliknite na ikonu „Zmerať stres“.

Kliknutím na pole „Stres“ zobrazíte:

- Detailné informácie posledného merania.
- 7 posledných záznamov.

Kliknutím na ikonu „Štatistika“ zobrazíte zoznam meraní hodnôt stresového stavu.

### Menštruačný cyklus

Zobrazuje predpokladanú predpoveď menštruačného cyklu podľa zadaných hodnôt.

Kliknutím na pole Menštruačný cyklus zobrazíte náhľad na aktuálny mesiac v kalendári, kliknutím na šípku vpravo/vľavo zmeníte zobrazovaný mesiac.

Nastavenie kalendára:

- Pripomenutie upozornenia  
Nastavte notifikačné oznámenie aplikácie na vybrané možnosti: Pripomenutie menštruácie / Pripomenutie ovulácie / Pripomenutie dňa ovulácie / Pripomenutie na konci ovulácie.
- Nastavenie cyklu  
Nastavte správne hodnoty cyklu, Počet menštruačných dní / Počet dní medzi cyklami / Dátum posledného začiatku menštruácie.

Akonáhle nastavíte správne hodnoty, budú v kalendári farebne zvýraznené dni pre ovuláciu, deň ovulácie a predpoveď obdobia menštruácie. Počas obdobia menštruácie dôjde k zmene farebného označenia zo svetlo ružovej (predvídať obdobie) na tmavo ružovú (menštruácia).

Farebné označenie dní menštruačného cyklu zobrazeného mesiaca je uvedené aj v nadpise kalendára.

- Tmavo ružová – menštruácia
- Svetlo ružová – predpoveď menštruácie
- Modrá – deň ovulácie
- Zelená – obdobie ovulácie

Farby dní jednotlivých častí cyklu, ktoré sa začali v predchádzajúcom mesiaci alebo pokračujú v nasledujúcom mesiaci, sú znázornené iným odtieňom.

- Hnedá/fialová – menštruácia
- Tmavomodrá – deň ovulácie
- Tmavo zelená – obdobie ovulácie

Predpoveď menštruačného cyklu v kalendári je orientačný údaj. Udržujte vstupné hodnoty aktualizované pre včasné upozornenie na odhadovaný začiatok cyklu.

### Záložka AKTIVITA

Zobrazuje podrobné informácie:

- Prehľad so zobrazením doby aktivít v priebehu aktuálneho dňa alebo priemernej hodnoty aktuálneho týždňa alebo mesiaca. Posunutím vľavo/vpravo zobrazíte prehľad prechádzajúcich dát Deň/Týždeň/Mesiac. Stlačením a posunutím „bielej“ linky sa môžete pohybovať v časovej osi priebehu a zobraziť detailné informácie počtu krokov, kalórií a doby.



- Objem fyzickej aktivity.
- Prehľad za posledných 7 dní od vybraného dňa, kliknutím na vybraný deň zobrazíte podrobnosti aktivity.
- Záznamy o cvičení.
- Porovnanie výsledkov podľa pohlavia a veku.

Kliknutím na ikonu Kalendár môžete vybrať v kalendári deň a zobraziť podrobnosti aktivít.

Kroky v aplikácii sú orientačným údajom, ktorý závisí od počtu pohybov prsta ruky. Zobrazenie počtu krokov a vzdialenosti môže byť ovplyvnené niektorými pohybmi rúk, napríklad písaním na klávesnici alebo inej mechanickej práci rúk.

## Záložka SPÁNOK

Zobrazuje informácie o predchádzajúcom spánku.

Kliknutím na pole „Spánok“ zobrazíte:

- Rozdelenie stavu spánku na Pokojný (Hlboký)/Lahký/REM/ Prebudenie a zobrazenie doby zaspania a prebudenia spánku aktuálny deň/týždeň /mesiac. Posunutím vľavo/vpravo zobrazíte prehľad spánku predchádzajúci deň/týždeň/mesiac. Stlačením a posunutím „bielej“ linky sa môžete pohybovať v časovej osi priebehu a zobraziť detailné časové informácie o spánku.
- Pomer spánku podľa druhu a doby posledného spánku.
- Hodnotenie kvality spánku.
- Analýza spánku, účinnosť a načasovanie.
- Priemerná tepová frekvencia počas spánku.
- Priemerná tepová frekvencia (variabilita srdcovej frekvencie).
- Teplota, rozdiel od priemernej telesnej teploty.
- Stav aktivity počas spánku.
- Vývoj spánku za posledných 7 dní.
- Porovnanie spánku, doby zaspania a prebudenia a času spánku podľa pohlavia a veku.

Kliknutím na ikonu Kalendár môžete vybrať v kalendári deň a zobraziť podrobnosti spánku.

V rámci softvérovej náročnosti operačného systému a požiadaviek spoločnosti Google/Apple na zabezpečenie aplikácií, je nutné prispôbovať aj funkcie aplikácie. Udržujte tiež operačný systém vášho telefónu aktualizovaný na najnovšiu verziu. Aplikácia vyžaduje operačný systém Android 5.0 alebo iOS 10.0 a vyšší, Bluetooth 5.1, inak nie je možné garantovať jej funkčnosť.

Spoločnosť TESLA Electronic LTD si vyhradzuje právo na vykonávanie zmien aplikácie aj firmware chytrého prsteňa TESLA Ring G55. Niektoré funkcie môžu byť pridané, zmenené alebo odstránené.

## RIEŠENIE PROBLÉMOV S APLIKÁCIOU

- Skontrolujte, či je prsteň správne nabitý a spárovaný v aplikácii Ring TESLA.
- Skontrolujte nastavenie mobilného telefónu, či máte povolené všetky funkcie a oprávnenia ANDROID: povoľte oprávnenia aplikácie „Oznámenia“, „Poloha“ a „Zariadenia v okolí“.
- iOS: povoľte oprávnenia aplikácie „Oznámenia“, „Poloha“, „Bluetooth“ a „Miestna sieť“.
- Skontrolujte verziu aplikácie av prípade dostupnosti novej verzie vykonajte aktualizáciu.
- Skontrolujte firmvér chytrého prsteňa av prípade dostupnosti novej verzie vykonajte aktualizáciu.

## UKLADANIE DO PAMÄTE A SYNCHRONIZÁCIA

TESLA Ring G55 má zabudovanú pamäť a dokáže uchovávať údaje až 7 dní (v závislosti od frekvencie meraní a používania) bez pripojenia k aplikácii Ring TESLA. Odporúčame vykonávať synchronizáciu každý deň, aspoň raz za 3 až 4 dni, aby ste predišli strate akýchkoľvek údajov. Synchronizácia údajov medzi prsteňom a aplikáciou sa vykoná automaticky po pripojení.

Ak sa synchronizácia nevykoná, v prsteni sa uložia len najnovšie údaje, čo znamená, že nové údaje prepíšu najstaršie údaje.

### Starostlivosť o batériu

Batériu dobíjajte na plnú kapacitu každých 3 až 5 dní (skôr, ak je batéria vybitá), aj keď prsteň nepoužívate. Výdrž batérie závisí od počtu vykonaných aktivít alebo meraní.

## ČISTENIE A ÚDRŽBA

Umyte prsteň jemnou mydlovou vodou, potom ho opláchnite čistou vodou a dôkladne osušte.

## ODSTRAŇOVANIE PROBLÉMOV

Problém	Riešenie
Prsteň nefunguje.	Skontrolujte, že je prsteň nabitý.
	Pripojte prsteň k nabíjaciemu stojanu.
Prsteň nemeria.	V prípade častého merania môže dôjsť k zlyhaniu. Neklikajte na meranie príliš často.
	Skontrolujte, či máte prsteň správne nasadený, nie je príliš voľný a či sú meracie senzory na spodnej strane prsta. Odpojte a pripojte prsteň v aplikácii a skúste meranie po chvíli znova. Skontrolujte, či máte zapnutú funkciu Bluetooth, prípadne ju reštartujte (vypnite a znovu zapnite).
Niektoré dni alebo dáta nie sú uložené.	Prsteň bol vybitý, nemohol merať dáta.
	Prsteň nebol správne alebo vôbec nasadený.
	Dáta v aplikácii alebo prsteni boli vymazané.
Menštruačný kalendár sa nedá vypnúť.	Pre vymazanie dát a vypnutie menštruačného kalendára vymažte dáta aplikácie uložené v pamäti telefónu.

## TECHNICKÁ PODPORA

Potrebuje poradiť s nastavením a používaním TESLA Ring G55?

Kontaktujte nás: [www.tesla-electronics.eu](http://www.tesla-electronics.eu)

## SPOTREBNÝ MATERIÁL A PRÍSLUŠENSTVO

Spotrebný materiál môžete zakúpiť v oficiálnom obchode značky TESLA [eshop.tesla-electronics.eu](http://eshop.tesla-electronics.eu).

## ZÁRUČNÁ OPRAVA

Pre záručnú opravu kontaktujte predajcu, u ktorého ste TESLA Ring zakúpili.

## Záruka sa NEVZŤAHUJE na:

- bežné opotrebenie.
- nedodržanie „Dôležitých bezpečnostných pokynov“ uvedených v užívateľskom manuáli.
- elektromechanické alebo mechanické poškodenie spôsobené nevhodným použitím.
- škodu spôsobenú prírodným živlom ako je voda, oheň, statická elektrina, prepätie atď.
- škodu spôsobenú neoprávnenou opravou.

## VYLÚČENIA ZO ZÁRUKY

Záruka sa nevzťahuje na opotrebovanie prsteňa spôsobené bežným používaním. Typické opotrebovanie spôsobené bežným používaním zahŕňa napríklad zmenu farby, poškodenie štruktúry alebo povrchu, vybitie batérie alebo zníženie kapacity po uplynutí bežnej životnosti 6 mesiacov.

## VYHLÁSENIE O ZHODE

My, TESLA Electronics LTD, vyhlasujeme, že toto zariadenie je v súlade so základnými požiadavkami a ďalšími príslušnými ustanoveniami noriem a predpisov relevantných pre daný typ zariadenia.



Tento produkt spĺňa požiadavky Európskej Únie.



Pokiaľ je tento symbol pripojený k produktu, informujte sa prosím o miestnom systéme separovaného zberu elektrických a elektronických výrobkov. Postupujte prosím podľa miestnych predpisov a staré výrobky nelikvidujte v bežnom domácom odpade. Správna likvidácia starého produktu pomáha predísť potenciálnym negatívnym dôsledkom pre životné prostredie a ľudské zdravie.

Vzhľadom na to, že sa produkt vyvíja a vylepšuje, vyhradzuje si právo na úpravu užívateľského manuálu. Aktuálnu verziu tohto užívateľského manuálu nájdete vždy na [www.tesla-electronics.eu](http://www.tesla-electronics.eu).

Dizajn a špecifikácie môžu byť zmenené bez predchádzajúceho upozornenia, tlačové chyby vyhradené.

**Dear customer,  
Thank you for choosing the TESLA Ring G55.**

### **IMPORTANT SAFETY INSTRUCTIONS**

- Do not repair the ring or the charging station, risk of injury, risk of damage and loss of warranty.
- The manufacturer and importer into the European Union is not responsible for damage or injury caused by the operation of the ring and accessories.

### **OPERATING AND SAFETY CONDITIONS**

- Use and store the ring and accessories in a dry place within a temperature range of 0 °C to 45 °C.
- Battery life may be reduced if the ambient temperature drops below 5 °C.
- If the ambient temperature or the ring temperature is too high or low, function failure and unexpected errors may occur.
- Do not use any heating devices such as microwave ovens or hair dryers to dry it.
- Do not make any modifications to the ring, battery or accessories to prevent damage and injury to property or health.
- Do not place or use the ring and accessories in areas of high temperature, failure, fire or explosion may result!
- If the ring or battery overheats, immerse it in cool water.
- In case of mechanical damage to the ring, contact an authorized TESLA service center.
- The ring and accessories may contain small parts, keep out of the reach of children.

### **USE OF THE PRODUCT**

Before using the ring, read and observe the following precautions to ensure optimum performance of the ring and to avoid hazardous situations.

Different times of the day or activities may cause different finger sizes, so it may sometimes be difficult to remove the ring from your finger.

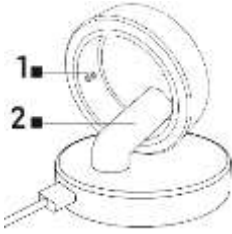
If a jam occurs:

- Use cold water and soap to wet the finger and slowly rotate the ring to remove it.
- Raise your hand above the level of your heart until the blood pressure drops, then try to remove the ring.

When wearing the ring, keep the inner touching part of the ring dry. If contact with water occurs, wipe the ring and finger dry. If symptoms such as rash, redness, swelling etc. occur at the touch point, stop using the ring and allow the finger to rest; if problems persist, see a doctor.

### **FIRST USE**

Charge the battery in the ring. Connect the power cable to the 5 V USB power adapter (not included) and connect the other end of the power cable to the charging base. Twist the ring so that the charging contact on the ring gently clips into the magnetic charging base (2).



### **Ring is charging**

Indicator 1 flashes red during charging.

### **Battery fully charged**

Indicator 1 flashes green, then turns off.

Place the ring on your finger so that the sensors inside the ring have good contact with the skin. If the ring is fitted too loosely, incorrect data collection may occur.

The ring can be worn during showering, short swimming, diving etc. We do not recommend submerging it for more than 30 minutes at a depth of more than 100 meters. We do not recommend wearing the ring when working with heavy or sharp objects. The ring may scratch other surfaces or be scratched. Avoid contact with other batteries or electronic devices with batteries, there is a risk of short circuit, similar to other standard metal rings.

## **MOBILE PHONE APPLICATIONS**

Turn on Bluetooth on your phone, install the „Ring TESLA ” app from Google Play/Apple Store and follow the guide to pair with the ring.

### **STARTING THE APPLICATION**

Set profile data – gender, height, weight, date of birth. Based on the entered values, the system will automatically suggest a step length, which you can further adjust. Setting the correct stride length affects the distance calculation for activities and exercises.

Allow all permissions that the „Ring TESLA ” app requests:

- ANDROID: enable „Notification”, „Location” and „Nearby devices” app permissions.
- iOS: enable „Notification”, „Location”, „Bluetooth” and „Local Area Network” app permissions.

Pair the TESLA Ring G55 in the app. Click the „Add TESLA Ring” button to search for a ring and select the found TESLA Ring G55 to pair.

## **SETTINGS tab**

### **Goal**

In the „Goal” item, you can set the desired daily goals for fulfillment – the number of steps, burned calories, or activity time. If you enable notifications for the app on your mobile phone, the app will notify you when the goal is met. You can set goals differently even for individual days of the week – turn on the item „Daily exercise goal” and then set the values for each day separately.

### **Profile**

User profile settings – gender, height, weight, date of birth. Based on the entered values, the system will automatically suggest a step length, which you can further adjust. Setting the correct stride length affects the distance calculation for activities and exercises.

## Other

Setting the format, units of displayed values and application notifications.

- Unit Format: Metric/Imperial
- Temperature unit: °C/Fahrenheit
- Movement reminder: you will receive a notification on your phone when you are inactive.
- Low battery reminder: if the battery level drops below 5 %, you will receive a notification on your phone.
- Heart rate alert: if the set maximum heart rate value is exceeded, you will receive a notification on your phone.

## Firmware

Information about the current version of the ring's firmware, checking for updates or erasing data.

### Erasing data (Reset)

- Click on the RESET button and then confirm the choice with the OK button. After successful deletion of data (the application informs you with a notification), close the application and the data stored in the ring's memory will be deleted.
- To delete the saved data in the application, go to the mobile phone settings > „Ring TESLA” application and delete the saved data of the application. After starting the application again, make new settings (profile, destination, etc.) and pair the ring again. The procedure for deleting data may differ depending on your mobile phone and operating system. If necessary, contact the support or service of the mobile phone manufacturer.

## Apple Health

Connection and data sharing settings for the Health application on Apple mobile devices with the iOS operating system.

## OVERVIEW tab

### Activity

Displays daily information about steps, calories and activity time.

Click the Activity field to see:

- Overview showing activity time during the current day. Swipe left/right to see an overview of activities in the past days. By pressing and moving the „white” line, you can move in the timeline and see detailed information about the number of steps, calories etc.
- Overview for the last 7 days from the selected day, click on the selected day to view the activity details.

Click the Calendar icon to select a day in the calendar and view activity details. You can also find a detailed display of the results and evaluation of the activity results in the **ACTIVITY tab**.

The steps in the application are indicative data, which depends on the number of movements of the finger of the hand. The step count and distance display may be affected by some hand movements, such as typing on a keyboard or other mechanical hand work.

## Exercise Records

Click on the „Exercise Records“ field to view information about saved activities, the displayed information varies according to the selected exercise. Click the „Start Exercise“ icon to view a list of exercises.

- Training with GPS data recording:  
For functionality, you must have the TESLA Ring G55 within range, as well as a mobile phone with a paired Ring TESLA app. Select the activity, confirm the mobile phone connection, wait for the location data (GPS) to be loaded and the current location to be displayed. Set the desired goals and click the start button to begin the exercise.
- Exercise without GPS data recording:  
Choose an activity, set the desired goals and click the start button to begin.

You can pause, end, or lock a running workout on your mobile phone to prevent it from being paused or ended accidentally. To unlock, click and hold the "Unlock" button for 3 seconds. When paused, you can click the "Continue" button to continue recording activities or click the "Finish" button to exit. Only exercise records that last longer than 1 minute or have recorded enough data for the selected activity and selected goals will be saved.

## Sleep

Click on the „Sleep“ field to see:

- Sleep state division: Calm (Deep)/Light/REM/Wake up and display the time of falling asleep and waking up from the last sleep. Swipe left/right to see an overview of sleep in the previous days. By pressing and moving the "white" line, you can move in the progress timeline and view detailed information about the species and time.
- Sleep ratio by type and time of last sleep.
- Assessment of sleep quality.
- The measurement only takes place between 8:00 p.m. and 10:00 a.m.

Click the „Calendar“ icon to select a day on the calendar and view sleep details. You can also find a detailed view of the results and sleep evaluation in the **SLEEP** tab.

## Heart rate

Displays the current day's measured heart rate values. The heart rate is measured automatically, but you can also take a manual measurement by clicking the „Measure heart rate“ icon.

Click on the „Heart Rate“ field to see:

- Values measured during the current day or average heart rate values for the current week or month. Swipe left/right to see an overview of previous data for a day/week/month. By pressing and moving the „white“ line, you can move through the progress timeline and view detailed heart rate and time information.
- Heart rate zones and ratings.

Click the „Calendar“ icon to select a day on the calendar and view heart rate details. Click the „Statistics“ icon to view a list and rating of manual heart rate measurements. Manual measurement is mainly used for measuring heart rate during or after exercise and saving the measured values in a list.

## **Blood oxygen content**

Displays information about the blood oxygenation of the last measurement taken. To measure the values, click the „Measure oxygen content" button in the blood.

Click on the „Blood Oxygen Content" field to view:

- Detailed information of the last measurement.
- 7 recent records.

Click on the „Statistics" icon to view a list and rating of blood oxygenation measurements.

## **Heart Rate Variability (HRV)**

Displays the current day's heart rate variability measurements. Heart rate variability is measured automatically, but you can also take a manual measurement by clicking the „Measure Heart Rate Variability" icon.

Click on the „Heart Rate Variability" box to see:

- Values measured during the current day or average heart rate values for the current week or month. Swipe left/right to see an overview of passing data per day/week /month. By pressing and moving the „white" line, you can move through the timeline of the progress and view detailed heart rate and time information.

Click the „Calendar" icon to select a day on the calendar and view the details of the stored heart rate variability values. Click on the "Statistics" icon to view a list and rating of manual measurements of heart rate variability values. Manual measurement is primarily used to measure heart rate variability during or after exercise and save the measured values in a list.

## **Stress**

Displays information about the value of the stress state of the measurement. Click the „Measure Stress" icon to measure the values.

Click on the „Stress" box to see:

- Detailed information of the last measurement.
- 7 recent records.

Click on the „Statistics" icon to view a list of stress state value measurements.

## **Menstrual cycle**

Shows the expected prediction of the menstrual cycle according to the entered values.

Click the Menstrual Cycle field to preview the current month in the calendar, click the right/left arrow to change the displayed month.

Calendar settings:

- Reminder notice  
Set the notification notification of the application to the selected options: Period reminder/Ovulation reminder/Ovulation day reminder/Ovulation end reminder.



- **Cycle settings**  
Set the correct cycle values, Number of menstrual days/Number of days between cycles/Date of last period start.

Once you set the correct values, the calendar will highlight the days for ovulation, the day of ovulation and the prediction of the menstrual period in color. During the menstrual period, the color marking changes from light pink (anticipate period) to dark pink (menstruation).

The colour coding of the days of the menstrual cycle of the displayed month is also indicated in the calendar caption.

- Pink dark – menstruation
- Pink light – menstruation period prediction
- Blue – day of ovulation
- Green – ovulation period

The colours of the days of each part of the cycle, which began in the previous month or continue in the following month, are depicted in a different shade.

- Brown/purple – period of menstruation
- Dark blue – day of ovulation
- Dark green – period of ovulation

The prediction of the menstrual cycle in the calendar is indicative. Keep input values updated for early warning of estimated cycle start.

### **ACTIVITY tab**

Displays detailed information:

- An overview showing the activity time during the current day or the average value of the current week or month. Swipe left/right to view the Day/Week /Month transition data overview. By pressing and moving the „white" line, you can move through the progress timeline and view detailed information on the number of steps, calories and time.
- Volume of physical activity.
- Overview for the last 7 days from the selected day, click on the selected day to view the activity details.
- Exercise records.
- Comparison of results by gender and age.

Click the Calendar icon to select a day in the calendar and view activity details.

The steps in the application are indicative data, which depends on the number of movements of the finger of the hand. The step count and distance display may be affected by some hand movements, such as typing on a keyboard or other mechanical hand work.

### **SLEEP tab**

Displays information about previous sleep.

Click on the „Sleep" box to see:

- Division of sleep state into Calm (Deep)/Light/REM/ Wake up and display the current day/week/month of falling asleep and waking up from sleep. Swipe left/right to view the sleep overview of the previous day/week/month. By pressing and moving the "white" line, you can move in the progress timeline and view detailed time information about sleep.
- Sleep ratio by type and time of last sleep.
- Assessment of sleep quality.
- Sleep analysis, efficiency and timing.
- Average heart rate during sleep.
- Average heart rate (heart rate variability).
- Temperature, difference from average body temperature.
- Activity status during sleep.
- Sleep development over the last 7 days.
- Comparison of sleep, sleep-wake time, and sleep time by gender and age.

Click the Calendar icon to select a day on the calendar to view sleep details.

As part of the software complexity of the operating system and the requirements of Google/Apple for application security, it is necessary to adapt the functions of the application as well. Also, keep your phone's operating system updated to the latest version. The application requires the operating system Android 5.0 or iOS 10.0 and higher, Bluetooth 5.1, otherwise its functionality cannot be guaranteed.

TESLA Electronic LTD reserves the right to make changes to the application and firmware of the TESLA Ring G55 smart ring. Some features may be added, changed or removed.

## **SOLVING PROBLEMS WITH THE APPLICATION**

- Check that the ring is properly charged and paired in the Ring TESLA app.
- Check your mobile phone settings to see if you have all features and permissions enabled  
ANDROID: enable „Notification", „Location" and „Nearby devices" application permissions.  
iOS: enable „Notification", „Location", „Bluetooth" and „Local Area Network" application permissions.
- Check the app version and update if a new version is available.
- Check the smart ring firmware and update if a new version is available.

## **MEMORY STORAGE AND SYNCHRONISATION**

The TESLA Ring G55 has built-in memory and can store data for up to 7 days (depending on frequency of measurements and usage) without connecting to the Ring TESLA app. We recommend performing a synchronization every day, at least once every 3 to 4 days to avoid losing any data. The data synchronization between the ring and the app will be done automatically when connected.

If synchronization is not performed, only the most recent data is stored in the ring which means that the new data will overwrite the oldest data.

## BATTERY CARE

Recharge the battery to full capacity every 3 to 5 days (sooner if the battery is low), even when you are not using the ring. Battery life is based on the number of activities or measurements taken.

## CLEANING AND MAINTENANCE

Wash the ring with mild soapy water, then rinse with clean water and dry thoroughly.

## TROUBLESHOOTING

Problem	Solution
The ring doesn't work.	Check that the ring is charged.
	Connect the ring to the charging stand.
The ring does not measure.	In case of frequent measurement, failure may occur. Do not click the measurement too often.
	Check that you have the ring on correctly, that it is not too loose and that the measuring sensors are on the underside of the finger. Disconnect and connect the ring in the app and try the measurement again after a while. Make sure you have Bluetooth turned on or restart it (turn it off and on again).
Some days or dates are not saved.	The ring was discharged, it couldn't measure data.
	The ring was not fitted correctly or at all.
	The data in the app or ring has been deleted.
The menstrual calendar cannot be turned off.	To clear the data and turn off the menstrual calendar, clear the application data stored in the phone memory.

## TECHNICAL SUPPORT

Need help setting up and using the TESLA Ring G55?

Contact us: [www.tesla-electronics.eu](http://www.tesla-electronics.eu)

## CONSUMABLES AND ACCESSORIES

You can buy consumables in the official store of the TESLA brand [eshop.tesla-electronics.eu](http://eshop.tesla-electronics.eu).

## WARRANTY REPAIR

For warranty repair, contact the retailer where you purchased the TESLA Ring.

## The warranty does NOT apply to:

- standard tear and wear.
- failure to observe the „Important Safety Instructions“ listed in the user manual.
- electromechanical or mechanical damage caused by improper use.
- damage caused by natural elements such as water, fire, static electricity, overvoltage etc.
- damage caused by unauthorized repair.

## EXCLUSIONS FROM WARRANTY

The warranty does not cover wear and tear on the ring due to normal use. Typical wear and tear due to normal use includes, for example, discoloration, texture or surface damage, battery discharge or reduction in capacity after the normal life of 6 months.

## DECLARATION OF CONFORMITY

We, TESLA Electronics LTD, declare that this equipment is in compliance with the essential requirements and other relevant provisions of the standards and regulations relevant to the type of equipment.



This product meets the requirements of the European Union.



If this symbol is attached to the product, please inquire about your local separate collection system for electrical and electronic products. Please follow local regulations and do not dispose of old products in normal household waste. Proper disposal of the old product helps prevent potential negative consequences for the environment and human health.

As the product is being developed and improved, we reserve the right to modify the user manual. You can always find the current version of this user manual at [www.tesla-electronics.eu](http://www.tesla-electronics.eu).

Design and specifications are subject to change without notice, printing errors reserved.

**Sehr geehrter Kunde,  
vielen Dank, dass Sie sich für den TESLA Ring G55 entschieden haben.**

### **WICHTIGE SICHERHEITSANWEISUNGEN**

- Reparieren Sie den Ring oder die Ladestation nicht, es besteht Verletzungsgefahr, Beschädigungsgefahr und Garantieverlust.
- Der Hersteller und Importeur in die Europäische Union übernimmt keine Haftung für Schäden oder Verletzungen, die durch den Betrieb des Rings und des Zubehörs entstehen.

### **BETRIEBS – UND SICHERHEITSBEDINGUNGEN**

- Verwenden und lagern Sie den Ring und das Zubehör an einem trockenen Ort in einem Temperaturbereich von 0 °C bis 45 °C.
- Die Lebensdauer der Batterien kann sich verkürzen, wenn die Umgebungstemperatur unter 5 °C fällt.
- Wenn die Umgebungstemperatur oder die Temperatur des Rings zu hoch oder zu niedrig ist, können Funktionsausfälle und unerwartete Fehler auftreten.
- Verwenden Sie zum Trocknen des Rings keine Heizgeräte wie Mikrowellenherde oder Haartrockner.
- Nehmen Sie keine Veränderungen am Ring, an der Batterie oder am Zubehör vor, um Schäden und Verletzungen an Eigentum oder Gesundheit zu vermeiden.
- Stellen Sie den Ring und das Zubehör nicht an Orten mit hohen Temperaturen auf, da dies zu Fehlfunktionen, Feuer oder Explosionen führen kann!
- Falls der Ring oder die Batterie überhitzt, tauchen Sie sie in kühles Wasser.
- Im Falle einer mechanischen Beschädigung des Rings wenden Sie sich an ein autorisiertes TESLA-Servicezentrum.
- Der Ring und das Zubehör können Kleinteile enthalten, bewahren Sie sie außerhalb der Reichweite von Kindern auf.

### **VERWENDUNG DES PRODUKTS**

Lesen und beachten Sie vor der Verwendung des Rings die folgenden Sicherheitshinweise, um eine optimale Leistung des Rings zu gewährleisten und gefährliche Situationen zu vermeiden.

Unterschiedliche Tageszeiten oder Aktivitäten können zu unterschiedlichen Fingergrößen führen, so dass es manchmal schwierig sein kann, den Ring von Ihrem Finger zu entfernen.

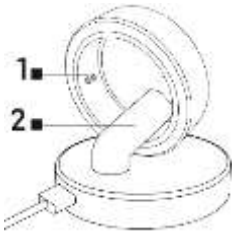
Falls eine Verklebung auftritt:

- Benutzen Sie kaltes Wasser und Seife, um den Finger zu befeuchten, und drehen Sie den Ring langsam, um ihn zu entfernen.
- Heben Sie die Hand über die Höhe Ihres Herzens, bis der Blutdruck sinkt, und versuchen Sie dann, den Ring zu entfernen.

Wenn Sie den Ring tragen, halten Sie den inneren, berührenden Teil des Rings trocken. Wenn Sie mit Wasser in Berührung gekommen sind, wischen Sie den Ring und den Finger trocken. Wenn an der Berührungsstelle Symptome wie Ausschlag, Rötung, Schwellung usw. auftreten, hören Sie auf, den Ring zu tragen, und lassen Sie den Finger ruhen; bei anhaltenden Problemen suchen Sie einen Arzt auf.

## ERSTER GEBRAUCH

Laden Sie den Akku im Ring auf. Verbinden Sie das Netzkabel mit dem 5-V-USB-Netzteil (nicht im Lieferumfang enthalten) und verbinden Sie das andere Ende des Netzkabels mit der Ladestation. Drehen Sie den Ring so, dass der Ladekontakt am Ring sanft in die magnetische Ladestation einrastet (2).



### **Ring lädt.**

Anzeige 1 blinkt während des Ladevorgangs rot.

### **Batterie vollständig geladen.**

Anzeige 1 blinkt grün und erlischt dann.

Legen Sie den Ring so auf Ihren Finger, dass die Sensoren im Ring guten Kontakt zur Haut haben. Wenn der Ring zu locker sitzt, kann es zu falschen Datenerfassungen kommen.

Der Ring kann beim Duschen, kurzen Schwimmen, Tauchen usw. getragen werden. Wir empfehlen, ihn nicht länger als 30 Minuten in einer Tiefe von mehr als 100 Metern einzutauchen. Wir empfehlen, den Ring nicht zu tragen, wenn Sie mit schweren oder scharfen Gegenständen arbeiten. Der Ring kann andere Oberflächen zerkratzen oder zerkratzt werden. Vermeiden Sie den Kontakt mit anderen Batterien oder elektronischen Geräten mit Batterien, es besteht die Gefahr eines Kurzschlusses, ähnlich wie bei anderen Standard-Metallringen.

## MOBILE TELEFON-ANWENDUNGEN

Schalten Sie Bluetooth auf Ihrem Telefon ein, installieren Sie die „Ring TESLA“-App von Google Play/Apple Store und folgen Sie der Anleitung zum Koppeln mit dem Ring.

### **STARTEN DER ANWENDUNG**

Legen Sie Profildaten fest – Geschlecht, Größe, Gewicht, Geburtsdatum. Basierend auf den eingegebenen Werten schlägt das System automatisch eine Schrittlänge vor, die Sie weiter anpassen können. Die Einstellung der richtigen Schrittlänge hat Einfluss auf die Distanzberechnung für Aktivitäten und Übungen.

Erlauben Sie alle Berechtigungen, die die App anfordert:

- **ANDROID:** Aktivieren Sie die App-Berechtigungen „Benachrichtigung“, „Standort“ und „Geräte in der Nähe“.
- **iOS:** Aktivieren Sie die App-Berechtigungen „Benachrichtigung“, „Standort“, „Bluetooth“ und „Lokales Netzwerk“.

Koppeln Sie den TESLA Ring G55 in der App. Klicken Sie auf die Schaltfläche „Ring TESLA hinzufügen“, um nach einem Ring zu suchen, und wählen Sie den gefundenen TESLA Ring G55 zum Koppeln aus.

## **Registerkarte EINSTELLUNGEN**

### **Ziel**

Im Punkt „Ziel“ können Sie die gewünschten Tagesziele zur Erfüllung festlegen – die Anzahl der Schritte, den Kalorienverbrauch oder die Aktivitätszeit. Wenn Sie Benachrichtigungen für die App auf Ihrem Mobiltelefon aktivieren, benachrichtigt Sie die App, wenn das Ziel erreicht ist. Sie können Ziele auch für einzelne Wochentage unterschiedlich festlegen – schalten Sie den Punkt „Tägliches Trainingsziel“ ein und legen Sie dann die Werte für jeden Tag separat fest.

### **Profil**

Benutzerprofileinstellungen – Geschlecht, Größe, Gewicht, Geburtsdatum. Basierend auf den eingegebenen Werten schlägt das System automatisch eine Schrittlänge vor, die Sie weiter anpassen können. Die Einstellung der richtigen Schrittlänge hat Einfluss auf die Distanzberechnung für Aktivitäten und Übungen.

### **Andere**

Festlegen des Formats, der Einheiten der angezeigten Werte und der Anwendungsbenachrichtigungen.

- Einheitenformat: Metrisch/Imperial
- Temperatureinheit: °C/Fahrenheit
- Bewegungserinnerung: Sie erhalten eine Benachrichtigung auf Ihrem Telefon, wenn Sie inaktiv sind.
- Erinnerung an niedrigen Batteriestand: Wenn der Batteriestand unter 5 % sinkt, erhalten Sie eine Benachrichtigung auf Ihrem Telefon.
- Herzfrequenzalarm: Wenn der eingestellte maximale Herzfrequenzwert überschritten wird, erhalten Sie eine Benachrichtigung auf Ihrem Telefon.

### **Firmware**

Informationen über die aktuelle Version der Ring-Firmware, Suche nach Updates oder Löschung von Daten.

### **Daten löschen (Reset)**

- Klicken Sie auf die Schaltfläche RESET und bestätigen Sie die Auswahl anschließend mit der Schaltfläche OK. Nach erfolgreichem Löschen der Daten (die Anwendung informiert Sie mit einer Benachrichtigung) schließen Sie die Anwendung und die im Speicher des Rings gespeicherten Daten werden gelöscht.
- Um die in der Anwendung gespeicherten Daten zu löschen, gehen Sie zu den Mobiltelefoneinstellungen > „Ring TESLA“-Anwendung und löschen Sie die gespeicherten Daten der Anwendung. Nehmen Sie nach dem erneuten Starten der Anwendung neue Einstellungen vor (Profil, Ziel usw.) und koppeln Sie den Ring erneut. Die Vorgehensweise zum Löschen von Daten kann je nach Mobiltelefon und Betriebssystem unterschiedlich sein. Wenden Sie sich bei Bedarf an den Support oder Service des Mobiltelefonherstellers.

### **Apple Health**

Verknüpfungs – und Datenfreigabeeinstellungen für die Health-App auf Apple-Mobilgeräten mit dem Betriebssystem iOS.

## Registerkarte ÜBERSICHT

### Aktivität

Zeigt tägliche Informationen zu Schritten, Kalorien und Aktivitätszeit an.

Klicken Sie auf das Feld „Aktivität“, um Folgendes anzuzeigen:

- Übersicht über die Aktivitätszeit am aktuellen Tag. Wischen Sie nach links/rechts, um eine Übersicht der Aktivitäten der vergangenen Tage anzuzeigen. Durch Drücken und Verschieben der „weißen“ Linie können Sie sich in der Zeitleiste bewegen und detaillierte Informationen zu Schrittzahl, Kalorien usw. einsehen.
- Übersicht über die letzten 7 Tage ab dem ausgewählten Tag. Klicken Sie auf den ausgewählten Tag, um die Aktivitätsdetails anzuzeigen.

Klicken Sie auf das Kalendersymbol, um einen Tag im Kalender auszuwählen und Aktivitätsdetails anzuzeigen. Eine detaillierte Anzeige der Ergebnisse und Auswertung der Aktivitätsergebnisse finden Sie auch im Reiter **AKTIVITÄT**.

Bei den Schritten in der Anwendung handelt es sich um Richtwerte, die von der Anzahl der Bewegungen des Fingers der Hand abhängen. Die Schrittzahl und die Entfernungsanzeige können durch einige Handbewegungen, wie z. B. das Tippen auf einer Tastatur oder andere mechanische Handarbeiten, beeinträchtigt werden.

### Übungsaufzeichnungen

Klicken Sie auf das Feld „Übungsaufzeichnungen“, um Informationen zu gespeicherten Aktivitäten anzuzeigen. Die angezeigten Informationen variieren je nach ausgewählter Übung. Klicken Sie auf das Symbol „Übung starten“, um eine Liste der Übungen anzuzeigen.

- Training mit GPS-Datenaufzeichnung:  
Für die Funktionalität müssen Sie den TESLA Ring G55 in Reichweite haben, sowie ein Mobiltelefon mit gekoppelter Ring TESLA App. Wählen Sie die Aktivität aus, bestätigen Sie die Mobilfunkverbindung, warten Sie, bis die Standortdaten (GPS) geladen und der aktuelle Standort angezeigt werden. Legen Sie die gewünschten Ziele fest und klicken Sie auf die Schaltfläche „Start“, um mit der Übung zu beginnen.
- Übung ohne GPS-Datenaufzeichnung:  
Wählen Sie eine Aktivität, legen Sie die gewünschten Ziele fest und klicken Sie auf den Start-Button, um zu beginnen.

Sie können ein Lauftraining auf Ihrem Mobiltelefon pausieren, beenden oder sperren, um zu verhindern, dass es versehentlich pausiert oder beendet wird. Zum Entsperrn klicken Sie auf die Schaltfläche „Entsperrn“ und halten Sie sie 3 Sekunden lang gedrückt. Wenn die Aufzeichnung angehalten ist, können Sie auf die Schaltfläche „Weiter“ klicken, um mit der Aufzeichnung von Aktivitäten fortzufahren, oder auf die Schaltfläche „Fertig stellen“, um den Vorgang zu beenden. Es werden nur Trainingsaufzeichnungen gespeichert, die länger als 1 Minute dauern oder genügend Daten für die ausgewählte Aktivität und die ausgewählten Ziele aufgezeichnet haben.



## **Schlaf**

Klicken Sie auf das Feld „Schlaf“, um Folgendes anzuzeigen:

- Unterteilung des Schlafzustands: Ruhe (tief)/Leicht/REM/Aufwachen und Anzeige der Zeit des Einschlafens und des Aufwachens aus dem letzten Schlaf. Wischen Sie nach links/rechts, um eine Übersicht über den Schlaf der vergangenen Tage anzuzeigen. Durch Drücken und Verschieben der „weißen“ Linie können Sie sich in der Fortschrittszeitleiste bewegen und detaillierte Informationen zu Art und Zeitpunkt anzeigen.
- Schlafverhältnis nach Art und Zeitpunkt des letzten Schlafs.
- Beurteilung der Schlafqualität.
- Die Messung findet nur zwischen 20:00 und 10:00 Uhr statt.

Klicken Sie auf das Symbol „Kalender“, um einen Tag im Kalender auszuwählen und Schlafdetails anzuzeigen. Eine detaillierte Ansicht der Ergebnisse und Schlafauswertung finden Sie auch im Reiter **SCHLAF**.

## **Herzfrequenz**

Zeigt die gemessenen Herzfrequenzwerte des aktuellen Tages an. Die Herzfrequenz wird automatisch gemessen, Sie können aber auch eine manuelle Messung durchführen, indem Sie auf das Symbol „Herzfrequenz messen“ klicken.

Klicken Sie auf das Feld „Herzfrequenz“, um Folgendes anzuzeigen:

- Während des aktuellen Tages gemessene Werte oder durchschnittliche Herzfrequenzwerte für die aktuelle Woche oder den aktuellen Monat. Wischen Sie nach links/rechts, um eine Übersicht der vorherigen Daten für einen Tag/eine Woche /einen Monat anzuzeigen. Durch Drücken und Verschieben der „weißen“ Linie können Sie durch die Fortschrittszeitleiste navigieren und detaillierte Herzfrequenz – und Zeitinformationen anzeigen.
- Herzfrequenzzonen und – bewertungen.

Klicken Sie auf das Symbol „Kalender“, um einen Tag im Kalender auszuwählen und Details zur Herzfrequenz anzuzeigen. Klicken Sie auf das Symbol „Statistik“, um eine Liste und Bewertung der manuellen Herzfrequenzmessungen anzuzeigen. Die manuelle Messung wird hauptsächlich dazu verwendet, die Herzfrequenz während oder nach dem Training zu messen und die Messwerte in einer Liste zu speichern.

## **Blutsauerstoffgehalt**

Zeigt Informationen über die Blutsauerstoffsättigung der letzten durchgeführten Messung an. Um die Werte zu messen, klicken Sie auf die Schaltfläche „Sauerstoffgehalt im Blut messen“.

Klicken Sie auf das Feld „Blutsauerstoffgehalt“, um Folgendes anzuzeigen:

- Detaillierte Informationen zur letzten Messung.
- 7 aktuelle Rekorde.

Klicken Sie auf das Symbol „Statistik“, um eine Liste und Bewertung der Blutsauerstoffmessungen anzuzeigen.

## **Herzfrequenzvariabilität (HRV)**

Zeigt die Herzfrequenzvariabilitätsmessungen des aktuellen Tages an. Die Herzfrequenzvariabilität wird automatisch gemessen, Sie können jedoch auch eine manuelle Messung durchführen, indem Sie auf das Symbol „Herzfrequenzvariabilität messen“ klicken.

Klicken Sie auf das Feld „Herzfrequenzvariabilität“, um Folgendes anzuzeigen:

- Während des aktuellen Tages gemessene Werte oder durchschnittliche Herzfrequenzwerte für die aktuelle Woche oder den aktuellen Monat. Wischen Sie nach links/rechts, um eine Übersicht der Durchgangsdaten pro Tag/Woche /Monat anzuzeigen. Durch Drücken und Verschieben der „weißen“ Linie können Sie sich durch die Zeitleiste des Fortschritts bewegen und detaillierte Herzfrequenz – und Zeitinformationen anzeigen.

Klicken Sie auf das Symbol „Kalender“, um einen Tag im Kalender auszuwählen und die Details der gespeicherten Herzfrequenzvariabilitätswerte anzuzeigen. Klicken Sie auf das Symbol „Statistik“, um eine Liste und Bewertung der manuellen Messungen der Herzfrequenzvariabilitätswerte anzuzeigen. Die manuelle Messung dient in erster Linie dazu, die Herzfrequenzvariabilität während oder nach dem Training zu messen und die Messwerte in einer Liste zu speichern.

## **Stress**

Zeigt Informationen über den Wert des Spannungszustands der Messung an. Klicken Sie auf das Symbol „Stress messen“, um die Werte zu messen.

Klicken Sie auf das Feld „Stress“, um Folgendes anzuzeigen:

- Detaillierte Informationen zur letzten Messung.
- 7 aktuelle Rekorde.

Klicken Sie auf das Symbol „Statistik“, um eine Liste der Spannungszustandswertmessungen anzuzeigen.

## **Menstruationszyklus**

Zeigt die erwartete Vorhersage des Menstruationszyklus gemäß den eingegebenen Werten.





Klicken Sie auf das Feld „Menstruationszyklus“, um eine Vorschau des aktuellen Monats im Kalender anzuzeigen. Klicken Sie auf den Rechts-/Linkspfeil, um den angezeigten Monat zu ändern.

Kalendereinstellungen:




- Erinnerungshinweis  
Stellen Sie die Benachrichtigungsbenachrichtigung der Anwendung auf die ausgewählten Optionen ein: Periodenerinnerung/Ovulationserinnerung/Ovulationstag-Erinnerung/Ovulationsende-Erinnerung.
- Zykluseinstellungen  
Stellen Sie die richtigen Zykluswerte ein: Anzahl der Menstruationstage/Anzahl der Tage zwischen den Zyklen/Datum des Beginns der letzten Periode.

Sobald Sie die richtigen Werte eingestellt haben, hebt der Kalender die Tage des Eisprungs, den Tag des Eisprungs und die Vorhersage der Menstruationsperiode farblich hervor. Während der Menstruation wechselt die Farbmarkierung von hellrosa (vor der Periode) zu dunkelrosa (Menstruation).

Die Farbe der Tage des Menstruationszyklus des angezeigten Monats wird ebenfalls in der Kalenderbeschriftung angegeben.

-  Rosa dunkel – Menstruation
-  Rosa Licht – Vorhersage der Menstruationsperiode
-  Blau – Tag des Eisprungs
-  Grün – Ovulationsperiode

Die Farben der Tage jedes Teils des Zyklus, der im Vormonat begonnen hat oder im Folgemonat fortgesetzt wird, sind in einem anderen Farbton dargestellt.

-  Braun/violett – Menstruationsblutung
-  Dunkelblau – Tag des Eisprungs
-  Dunkelgrün – Ovulationsperiode

Die Vorhersage des Menstruationszyklus im Kalender ist indikativ. Halten Sie die Eingabewerte auf dem neuesten Stand, um frühzeitig vor dem voraussichtlichen Zyklusstart zu warnen.

### **Registerkarte AKTIVITÄT**

Zeigt detaillierte Informationen an:

- Eine Übersicht, die die Aktivitätszeit des aktuellen Tages oder den Durchschnittswert der aktuellen Woche oder des aktuellen Monats anzeigt. Wischen Sie nach links/rechts, um die Übersicht der Übergangsdaten für Tag/Woche/Monat anzuzeigen. Durch Drücken und Verschieben der „weißen“ Linie können Sie sich durch die Fortschrittszeitleiste bewegen und detaillierte Informationen zu Schrittzahl, Kalorien und Zeit anzeigen.
- Umfang der körperlichen Aktivität.
- Übersicht über die letzten 7 Tage ab dem ausgewählten Tag. Klicken Sie auf den ausgewählten Tag, um die Aktivitätsdetails anzuzeigen.
- Übungsaufzeichnungen.
- Vergleich der Ergebnisse nach Geschlecht und Alter.

Klicken Sie auf das Kalendersymbol, um einen Tag im Kalender auszuwählen und Aktivitätsdetails anzuzeigen.

Bei den Schritten in der Anwendung handelt es sich um Richtwerte, die von der Anzahl der Bewegungen des Fingers der Hand abhängen. Die Anzeige der Schrittzahl und Distanz kann durch bestimmte Handbewegungen beeinträchtigt werden, beispielsweise durch das Tippen auf einer Tastatur oder andere mechanische Handarbeiten.

### **Registerkarte SCHLAF**

Zeigt Informationen zum vorherigen Schlaf an.

Klicken Sie auf das Feld „Ruhezustand“, um Folgendes anzuzeigen:

- Unterteilung des Schlafzustands in ruhig (tief)/leicht/REM/Aufwachen und Anzeige des aktuellen Tages/Woche/Monats des Einschlafens und Aufwachens aus dem Schlaf. Wischen Sie nach links/rechts, um die Schlafübersicht des vorherigen Tages/der vorherigen Woche/des vorherigen Monats anzuzeigen. Durch Drücken und Verschieben der „weißen“ Linie können Sie sich in der Fortschrittszeitleiste bewegen und detaillierte Zeitinformationen zum Schlaf anzeigen.
- Schlafverhältnis nach Art und Zeitpunkt des letzten Schlafs.
- Beurteilung der Schlafqualität.
- Schlafanalyse, Effizienz und Timing.
- Durchschnittliche Herzfrequenz im Schlaf.
- Durchschnittliche Herzfrequenz (Herzfrequenzvariabilität).
- Temperatur, Differenz zur durchschnittlichen Körpertemperatur.
- Aktivitätsstatus im Schlaf.
- Schlafentwicklung in den letzten 7 Tagen.
- Vergleich von Schlaf, Schlaf-Wach-Zeit und Schlafzeit nach Geschlecht und Alter.

Klicken Sie auf das Kalendersymbol, um einen Tag im Kalender auszuwählen und Schlafdetails anzuzeigen.

Aufgrund der Softwarekomplexität des Betriebssystems und der Anforderungen von Google/Apple an die Anwendungssicherheit ist es erforderlich, auch die Funktionen der Anwendung anzupassen. Halten Sie außerdem das Betriebssystem Ihres Telefons auf dem neuesten Stand. Die Anwendung erfordert das Betriebssystem Android 5.0 oder iOS 10.0 und höher, Bluetooth 5.1, ansonsten kann die Funktionalität nicht gewährleistet werden.

TESLA Electronic LTD behält sich das Recht vor, Änderungen an der Anwendung und Firmware des TESLA Ring G55 Smart Rings vorzunehmen. Einige Funktionen können hinzugefügt, geändert oder entfernt werden.

## **PROBLEME MIT DER ANWENDUNG LÖSEN**

- Überprüfen Sie, ob der Ring ordnungsgemäß aufgeladen und in der Ring TESLA -App gekoppelt ist.
- Überprüfen Sie die Einstellungen Ihres Mobiltelefons, um zu sehen, ob alle Funktionen und Berechtigungen aktiviert sind  
ANDROID: Aktivieren Sie die Anwendungsberechtigungen „Benachrichtigung“, „Standort“ und „Geräte in der Nähe“.  
iOS: Aktivieren Sie die Anwendungsberechtigungen „Benachrichtigung“, „Standort“, „Bluetooth“ und „Lokales Netzwerk“.
- Überprüfen Sie die App-Version und aktualisieren Sie, wenn eine neue Version verfügbar ist.
- Überprüfen Sie die Smart-Ring-Firmware und aktualisieren Sie sie, wenn eine neue Version verfügbar ist.

## SPEICHERUNG UND SYNCHRONISATION

Der TESLA Ring G55 verfügt über einen eingebauten Speicher und kann Daten bis zu 7 Tage lang speichern (je nach Häufigkeit der Messungen und Nutzung), ohne dass eine Verbindung zur Ring TESLA-App erforderlich ist. Wir empfehlen, jeden Tag eine Synchronisierung durchzuführen, mindestens einmal alle 3 bis 4 Tage, um Datenverluste zu vermeiden. Die Datensynchronisation zwischen dem Ring und der App wird automatisch durchgeführt, wenn eine Verbindung besteht.

Wird die Synchronisierung nicht durchgeführt, werden nur die neuesten Daten im Ring gespeichert, was bedeutet, dass die neuen Daten die ältesten Daten überschreiben.

## AKKU-PFLEGE

Laden Sie den Akku alle 3 bis 5 Tage auf volle Kapazität auf (bei niedrigem Akkustand auch früher), auch wenn Sie den Ring nicht benutzen. Die Lebensdauer der Batterie hängt von der Anzahl der Aktivitäten oder Messungen ab.

## REINIGUNG UND PFLEGE

Waschen Sie den Ring mit mildem Seifenwasser, spülen Sie ihn anschließend mit klarem Wasser ab und trocknen Sie ihn gründlich ab.

## FEHLERBEHEBUNG

<b>Problem</b>	<b>Lösung</b>
Der Ring funktioniert nicht.	Überprüfen Sie, ob der Ring aufgeladen ist.
	Verbinden Sie den Ring mit der Ladestation.
Der Ring misst nicht.	Bei häufiger Messung kann es zu Fehlern kommen. Klicken Sie nicht zu oft auf die Messung.
	Überprüfen Sie, ob Sie den Ring richtig angelegt haben, dass er nicht zu locker sitzt und dass sich die Messsensoren an der Unterseite des Fingers befinden. Trennen und verbinden Sie den Ring in der App und versuchen Sie die Messung nach einer Weile erneut. Stellen Sie sicher, dass Bluetooth aktiviert ist, oder starten Sie es neu (schalten Sie es aus und wieder ein).
Einige Tage oder Daten werden nicht gespeichert.	Der Ring war tot, er konnte die Daten nicht messen.
	Der Ring wurde nicht richtig oder überhaupt nicht angebracht.
	Die Daten in der App oder im Ring wurden gelöscht.
Der Menstruationskalender kann nicht ausgeschaltet werden.	Um die Daten zu löschen und den Menstruationskalender auszuschalten, löschen Sie die im Telefonspeicher gespeicherten Anwendungsdaten.

## TECHNISCHER SUPPORT

Benötigen Sie Hilfe bei der Einrichtung und Verwendung des TESLA Ring G55?

Kontaktieren Sie uns: [www.tesla-electronics.eu](http://www.tesla-electronics.eu)

## VERBRAUCHSMATERIALIEN UND ZUBEHÖR

Sie können Verbrauchsmaterialien im offiziellen Store der Marke TESLA kaufen:  
[eshop.tesla-electronics.eu](https://eshop.tesla-electronics.eu).

## GARANTIEREPARATUR

Für eine Garantiereparatur wenden Sie sich an den Händler, bei dem Sie den TESLA Ring gekauft haben.

### Die Garantie gilt NICHT für:

- normale Abnutzung.
- Nichtbeachtung der in der Bedienungsanleitung aufgeführten „Wichtigen Sicherheitshinweise“.
- elektromechanische oder mechanische Schäden durch unsachgemäßen Gebrauch.
- Schäden, die durch natürliche Elemente wie Wasser, Feuer, statische Elektrizität, Überspannung usw. verursacht werden.
- Schäden, die durch unbefugte Reparaturen verursacht wurden.

## AUSSCHLÜSSE VON DER GARANTIE

Die Garantie deckt keine Abnutzung des Rings durch normalen Gebrauch ab. Typische Abnutzungserscheinungen aufgrund von normalem Gebrauch sind z. B. Verfärbungen, Beschädigungen der Textur oder der Oberfläche, Entladung der Batterie oder Verringerung der Kapazität nach der normalen Lebensdauer von 6 Monaten.

## KONFORMITÄTSERKLÄRUNG

Wir, TESLA Electronics LTD, erklären, dass dieses Gerät den wesentlichen Anforderungen und anderen relevanten Bestimmungen der für den Gerätetyp relevanten Normen und Vorschriften entspricht.



Dieses Produkt erfüllt die Anforderungen der Europäischen Union.



Wenn dieses Symbol auf dem Produkt angebracht ist, erkundigen Sie sich bitte nach Ihrem örtlichen Sammelsystem für elektrische und elektronische Produkte. Bitte befolgen Sie die örtlichen Vorschriften und entsorgen Sie alte Produkte nicht im normalen Hausmüll. Die ordnungsgemäße Entsorgung des Altprodukts trägt dazu bei, mögliche negative Folgen für die Umwelt und die menschliche Gesundheit zu vermeiden.

Da das Produkt weiterentwickelt und verbessert wird, behalten wir uns das Recht vor, das Benutzerhandbuch zu ändern. Die aktuelle Version dieser Bedienungsanleitung finden Sie stets unter [www.tesla-electronics.eu](https://www.tesla-electronics.eu).

Design und Spezifikationen können ohne vorherige Ankündigung geändert werden. Druckfehler bleiben vorbehalten.

**Drogi Kliencie,  
Dziękujemy za wybranie TESLA Ring G55.**

### **WAŻNE INSTRUKCJE BEZPIECZEŃSTWA**

- Nie naprawiaj pierścienia ani stacji ładującej, ryzyko obrażeń, ryzyko uszkodzenia i utraty gwarancji.
- Producent i importer na terenie Unii Europejskiej nie ponosi odpowiedzialności za szkody lub obrażenia powstałe w wyniku działania pierścionka i akcesoriów.

### **WARUNKI UŻYTKOWANIA I BEZPIECZEŃSTWA**

- Pierścień i akcesoria należy używać i przechowywać w suchym miejscu w temperaturze od 0 °C do 45 °C.
- Żywotność baterii może ulec skróceniu, jeśli temperatura otoczenia spadnie poniżej 5 °C.
- Jeśli temperatura otoczenia lub temperatura pierścienia jest zbyt wysoka lub niska, może wystąpić awaria funkcji i nieoczekiwane błędy.
- Do suszenia nie należy używać żadnych urządzeń grzewczych, takich jak kuchenki mikrofalowe lub suszarki do włosów.
- Nie dokonuj żadnych modyfikacji pierścienia, baterii ani akcesoriów, aby zapobiec uszkodzeniom i obrażeniom mienia lub zdrowia.
- Nie umieszczaj ani nie używaj pierścienia i akcesoriów w miejscach o wysokiej temperaturze, ponieważ może to spowodować awarię, pożar lub wybuch!
- W przypadku przegrzania pierścienia lub baterii należy zanurzyć je w chłodnej wodzie.
- W przypadku mechanicznego uszkodzenia pierścienia należy skontaktować się z autoryzowanym centrum serwisowym TESLA.
- Pierścień i akcesoria mogą zawierać małe części, dlatego należy je przechowywać w miejscu niedostępnym dla dzieci.

### **UŻYTKOWANIE PRODUKTU**

Przed użyciem pierścienia należy przeczytać i przestrzegać poniższych środków ostrożności, aby zapewnić optymalne działanie pierścienia i uniknąć niebezpiecznych sytuacji.

Różne pory dnia lub aktywności mogą powodować różny rozmiar palca, dlatego zdjęcie pierścionka z palca może być czasami trudne.

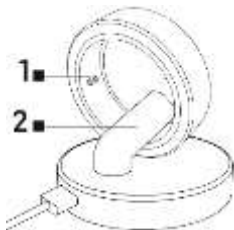
Jeśli dojdzie do zakleszczenia:

- Użyj zimnej wody i mydła, aby zwilżyć palec i powoli obracaj pierścień, aby go zdjąć.
- Podnieś rękę powyżej poziomu serca, aż ciśnienie krwi spadnie, a następnie spróbuj usunąć pierścień.

Podczas noszenia pierścienia, wewnętrzna dotykowa część pierścienia powinna być sucha. Jeśli dojdzie do kontaktu z wodą, wytrzyj pierścień i palec do sucha. Jeśli w miejscu dotyku wystąpią objawy, takie jak wysypka, zaczerwienienie, obrzęk itp., należy zaprzestać używania pierścienia i pozwolić palcowi odpocząć; jeśli problemy nie ustąpią, należy skontaktować się z lekarzem.

## PIERWSZE UŻYCIĘ

Naładuj akumulator w ringu. Podłącz kabel zasilający do zasilacza USB 5 V (brak w zestawie), a drugi koniec kabla zasilającego podłącz do stacji ładującej. Przekręć pierścień tak, aby styk ładowania na pierścieniu delikatnie wsunął się w magnetyczną podstawę ładującą (2).



### Pierścień się ładuje.

Wskaźnik 1 miga na czerwono podczas ładowania.

### Bateria w pełni naładowana

Wskaźnik 1 miga na zielono, a następnie gaśnie.

Założ pierścień na palec tak, aby czujniki wewnątrz pierścienia miały dobry kontakt ze skórą. Jeśli pierścień zostanie założony zbyt luźno, może dojść do nieprawidłowego gromadzenia danych.

Pierścień można nosić podczas brania prysznica, krótkiego pływania, nurkowania itp. Nie zalecamy zanurzania go na dłużej niż 30 minut na głębokości większej niż 100 metrów. Nie zalecamy noszenia pierścienia podczas pracy z ciężkimi lub ostrymi przedmiotami. Pierścień może zarysować inne powierzchnie lub zostać zarysowany. Unikaj kontaktu z innymi bateriami lub urządzeniami elektronicznymi wyposażonymi w baterie, istnieje ryzyko zwarcia, podobnie jak w przypadku innych standardowych pierścieni metalowych.

## APLIKACJE NA TELEFONY KOMÓRKOWE

Włącz Bluetooth w swoim telefonie, zainstaluj aplikację „Ring TESLA” ze sklepu Google Play/Apple Store i postępuj zgodnie z instrukcją, aby sparować z pierścieniem.

### URUCHOMIENIE APLIKACJI

Ustaw dane profilowe – płeć, wzrost, waga, data urodzenia. Na podstawie wprowadzonych wartości system automatycznie zasugeruje długość kroku, którą możesz dodatkowo dostosować. Ustawienie prawidłowej długości kroku wpływa na obliczanie dystansu dla czynności i ćwiczeń.

Zezwól na wszystkie uprawnienia, o które prosi „Ring TESLA” aplikacja:

- ANDROID: włącz uprawnienia aplikacji „Powiadomienia”, „Lokalizacja” i „Urządzenia w pobliżu”.
- iOS: włącz uprawnienia aplikacji „Powiadomienia”, „Lokalizacja”, „Bluetooth” i „Sieć lokalna”.

Sparuj TESLA Ring G55 w aplikacji. Kliknij przycisk „Dodaj pierścień TESLA”, aby wyszukać pierścieni i wybrać znaleziony pierścień TESLA Ring G55 do sparowania.



## Zakładka USTAWIENIA

### Cel

W pozycji „Cel” możesz ustawić pożądane dzienne cele do realizacji – liczbę kroków, spalone kalorie czy czas aktywności. Jeśli włączysz powiadomienia dla aplikacji na swoim telefonie komórkowym, aplikacja powiadomi Cię, gdy cel zostanie osiągnięty. Cele możesz wyznaczać inaczej nawet dla poszczególnych dni tygodnia – włącz opcję „Dzienny cel ćwiczeń”, a następnie ustaw wartości dla każdego dnia z osobna.

### Profil

Ustawienia profilu użytkownika – płeć, wzrost, waga, data urodzenia. Na podstawie wprowadzonych wartości system automatycznie zasugeruje długość kroku, którą możesz dodatkowo dostosować. Ustawienie prawidłowej długości kroku wpływa na obliczanie dystansu dla czynności i ćwiczeń.

### Inny

Ustawianie formatu, jednostek wyświetlanych wartości i powiadomień aplikacji.

- Format jednostek: metryczny/imperialny
- Jednostka temperatury: °C/Fahrenheita
- Przypomnienie o ruchu: otrzymasz powiadomienie na swój telefon, gdy będziesz nieaktywny.
- Przypomnienie o niskim stanie baterii: jeśli poziom baterii spadnie poniżej 5%, otrzymasz powiadomienie na swoim telefonie.
- Alert tętna: w przypadku przekroczenia ustawionej wartości maksymalnego tętna otrzymasz powiadomienie na swoim telefonie.

### Firmware

Informacje o aktualnej wersji oprogramowania pierścienia, sprawdzaniu dostępności aktualizacji lub kasowaniu danych.

### Kasowanie danych (Reset)

- Kliknij na przycisk RESETUJ, a następnie potwierdź wybór przyciskiem OK. Po pomyślnym usunięciu danych (aplikacja poinformuje Cię o tym powiadomieniem) zamknij aplikację, a dane zapisane w pamięci pierścienia zostaną usunięte.
- Aby usunąć zapisane dane w aplikacji należy przejść do ustawień telefonu komórkowego > aplikacja „Ring TESLA” i usunąć zapisane dane aplikacji. Po ponownym uruchomieniu aplikacji dokonaj nowych ustawień (profil, miejsce docelowe itp.) i ponownie sparuj pierścień. Procedura usuwania danych może się różnić w zależności od telefonu komórkowego i systemu operacyjnego. W razie potrzeby skontaktuj się z pomocą techniczną lub serwisem producenta telefonu komórkowego.

### Apple Health

Konfigurowanie połączenia i udostępniania danych dla aplikacji Apple Health na urządzeniach mobilnych Apple z systemem operacyjnym iOS.

## Zakładka PRZEGLĄD

### Aktywność

Wyświetla codzienne informacje dotyczące kroków, kalorii i czasu aktywności.

Kliknij pole Aktywność, aby zobaczyć:

- Przegląd pokazujący czas aktywności w bieżącym dniu. Przesuń w lewo/w prawo, aby zobaczyć przegląd działań z ostatnich dni. Naciskając i przesuwając „białą” linię, możesz poruszać się po osi czasu i wyświetlać szczegółowe informacje dotyczące liczby kroków, kalorii itp.
- Przegląd za ostatnie 7 dni od wybranego dnia. Kliknij na wybrany dzień, żeby zobaczyć szczegóły aktywności.

Kliknij ikonę Kalendarza, aby wybrać dzień w kalendarzu i wyświetlić szczegóły aktywności. Szczegółowe zestawienie wyników i ocenę wyników aktywności znajdziesz także w zakładce **AKTYWNOŚĆ**.

Kroki w aplikacji są danymi orientacyjnymi, które zależą od liczby ruchów palca ręki. Na liczbę kroków i wyświetlaną odległość mogą wpływać niektóre ruchy rąk, takie jak pisanie na klawiaturze lub inna mechaniczna praca rąk.

### **Zapisy ćwiczeń**

Kliknij pole „Zapisy ćwiczeń”, aby wyświetlić informacje o zapisanych ćwiczeniach. Wyświetlane informacje różnią się w zależności od wybranego ćwiczenia. Kliknij ikonę „Rozpocznij ćwiczenie”, aby wyświetlić listę ćwiczeń.

- Trening z rejestracją danych GPS:  
Aby zapewnić funkcjonalność, musisz mieć w zasięgu TESLA Ring G55 oraz telefon komórkowy ze sparowaną aplikacją Ring TESLA. Wybierz aktywność, potwierdź połączenie z telefonem komórkowym, poczekaj na załadowanie danych o lokalizacji (GPS) i wyświetlenie aktualnej lokalizacji. Ustaw pożądane cele i kliknij przycisk Start, aby rozpocząć ćwiczenie.
- Ćwicz bez rejestracji danych GPS:  
wybierz aktywność, ustaw żądane cele i kliknij przycisk Start, aby rozpocząć.

Możesz wstrzymać, zakończyć lub zablokować bieżący trening w telefonie komórkowym, aby zapobiec jego przypadkowemu wstrzymaniu lub zakończeniu. Aby odblokować kliknij i przytrzymaj przycisk „Odblokuj” przez 3 sekundy. Po wstrzymaniu możesz kliknąć przycisk „Kontynuuj”, aby kontynuować nagrywanie, lub kliknąć przycisk „Zakończ”, aby wyjść. Zapisane zostaną tylko zapisy ćwiczeń, które trwają dłużej niż 1 minutę lub zawierają wystarczającą ilość danych dla wybranej aktywności i wybranych celów.

### **Sen**

Kliknij pole „Sen”, aby zobaczyć:

- Podział stanu snu: Spokojny (Głęboki)/Lekki/REM/Obudź się i wyświetla czas zasypiania i wybudzania z ostatniego snu. Przesuń w lewo/w prawo, aby zobaczyć przegląd snu w poprzednich dniach. Naciskając i przesuwając „białą” linię, możesz poruszać się po osi czasu postępu i przeglądać szczegółowe informacje o gatunku i czasie.
- Wskaźnik snu według rodzaju i czasu ostatniego snu.
- Ocena jakości snu.
- Pomiar odbywa się wyłącznie w godzinach 20:00 - 10:00.

Kliknij ikonę „Kalendarz”, aby wybrać dzień w kalendarzu i wyświetlić szczegóły snu. Szczegółowy podgląd wyników i ocenę snu znajdziesz także w zakładce **SLEEP**.

## **Tętno**

Wyświetla wartości tętna zmierzone w bieżącym dniu. Tętno mierzone jest automatycznie, ale możesz także dokonać pomiaru ręcznego, klikając ikonę „Zmierz tętno”.

Kliknij pole „Tętno”, aby zobaczyć:

- Wartości zmierzone w bieżącym dniu lub średnie wartości tętna w bieżącym tygodniu lub miesiącu. Przesuń w lewo/w prawo, aby zobaczyć przegląd poprzednich danych za dzień/tydzień /miesiąc. Naciskając i przesuwając „białą linię”, możesz poruszać się po osi czasu postępu i przeglądać szczegółowe informacje o tętnie i czasie.
- Strefy tętna i oceny.

Kliknij ikonę „Kalendarz”, aby wybrać dzień w kalendarzu i wyświetlić szczegóły tętna. Kliknij ikonę „Statystyki”, aby wyświetlić listę i ocenę ręcznych pomiarów tętna. Pomiar ręczny służy głównie do pomiaru tętna podczas lub po wysiłku i zapisywania zmierzonych wartości na liście.

## **Zawartość tlenu we krwi**

Wyświetla informacje o natlenowaniu krwi z ostatniego wykonanego pomiaru. Aby zmierzyć wartości, kliknij przycisk „Zmierz zawartość tlenu” we krwi.

Kliknij pole „Zawartość tlenu we krwi”, aby wyświetlić:

- Szczegółowe informacje o ostatnim pomiarze.
- 7 ostatnich wpisów.

Kliknij ikonę „Statystyki”, aby wyświetlić listę i ocenę pomiarów natlenienia krwi.

## **Zmienność tętna (HRV)**

Wyświetla pomiary zmienności tętna z bieżącego dnia. Zmienność tętna jest mierzona automatycznie, ale możesz także dokonać pomiaru ręcznie, klikając ikonę „Zmierz zmienność tętna”.

Kliknij pole „Zmienność tętna”, aby zobaczyć:

- Wartości zmierzone w bieżącym dniu lub średnie wartości tętna w bieżącym tygodniu lub miesiącu. Przesuń w lewo/w prawo, aby zobaczyć przegląd danych przekazywanych dziennie /tygodniowo/miesięcznie. Naciskając i przesuwając „białą linię”, możesz poruszać się po osi czasu postępu i przeglądać szczegółowe informacje o tętnie i czasie.
- Kliknij ikonę „Kalendarz”, aby wybrać dzień w kalendarzu i wyświetlić szczegóły zapisanych wartości zmienności tętna. Kliknij ikonę „Statystyki”, aby wyświetlić listę i ocenę ręcznych pomiarów wartości zmienności tętna. Pomiar ręczny służy przede wszystkim do pomiaru zmienności tętna podczas lub po wysiłku fizycznym i zapisywania zmierzonych wartości na liście.

## **Stres**

Wyświetla informację o wartości stanu napięcia pomiaru. Kliknij ikonę „Zmierz stres”, aby zmierzyć wartości.

Kliknij pole „Stres”, aby zobaczyć:

- Szczegółowe informacje o ostatnim pomiarze.
- 7 ostatnich wpisów.

Kliknij ikonę „Statystyka”, aby wyświetlić listę pomiarów wartości stanu napięcia.

### **Cykl miesięczkowy**

Pokazuje oczekiwaną prognozę cyklu miesięczkowego zgodnie z wprowadzonymi wartościami.

Kliknij pole Cykl menstruacyjny, aby wyświetlić podgląd bieżącego miesiąca w kalendarzu, kliknij strzałkę w prawo/lewo, aby zmienić wyświetlany miesiąc.

Ustawienia kalendarza:

- Przypomnienie  
Ustaw powiadomienie aplikacji na wybrane opcje: Przypomnienie o okresie/Przypomnienie o owulacji/Przypomnienie o dniu owulacji/Przypomnienie o zakończeniu owulacji.
- Ustawienia cyklu  
Ustaw prawidłowe wartości cykli, liczbę dni menstruacyjnych, liczbę dni pomiędzy cyklami, datę rozpoczęcia ostatniej miesiączki.

Po ustawieniu prawidłowych wartości kalendarz podświetli kolorem dni owulacji, dzień owulacji oraz przewidywaną miesiączkę. Podczas miesiączki kolor oznaczenia zmienia się z jasnoróżowego (okres oczekiwania) na ciemnoróżowy (miesiączka).

Kodowanie kolorystyczne dni cyklu menstruacyjnego wyświetlanego miesiąca jest również wskazane w podpisie kalendarza.

- Różowy ciemny – miesiączka
- Różowe światło – przewidywanie miesiączki
- Niebieski – dzień owulacji
- Zielony – okres owulacji

Kolory dni każdej części cyklu, która rozpoczęła się w poprzednim miesiącu lub jest kontynuowana w następnym miesiącu, są przedstawione w innym odcieniu.

- Brązowy/fioletowy – miesiączka
- Ciemnoniebieski – dzień owulacji
- Ciemnozielony – okres owulacji

Przewidywanie cyklu miesięczkowego w kalendarzu ma charakter orientacyjny. Aktualizuj wartości wejściowe, aby wcześniej ostrzec o przewidywanym rozpoczęciu cyklu.

## Zakładka AKTYWNOŚĆ

Wyświetla szczegółowe informacje:

- Przegląd pokazujący czas aktywności w bieżącym dniu lub średnią wartość z bieżącego tygodnia lub miesiąca. Przesuń w lewo/w prawo, aby wyświetlić przegląd danych przejścia Dzień/Tydzień /Miesiąc. Naciskając i przesuwając „białą linię”, możesz poruszać się po osi czasu postępów i przeglądać szczegółowe informacje dotyczące liczby kroków, kalorii i czasu.
- Objętość aktywności fizycznej.
- Przegląd za ostatnie 7 dni od wybranego dnia. Kliknij na wybrany dzień, żeby zobaczyć szczegóły aktywności.
- Zapisy ćwiczeń.
- Porównanie wyników według płci i wieku.

Kliknij ikonę Kalendarza, aby wybrać dzień w kalendarzu i wyświetlić szczegóły aktywności.

Kroki w aplikacji są danymi orientacyjnymi, które zależą od liczby ruchów palca ręki. Na liczbę kroków i wyświetlaną odległość mogą wpływać niektóre ruchy rąk, takie jak pisanie na klawiaturze lub inna mechaniczna praca rąk.

## Zakładka SEN

Wyświetla informacje o poprzednim śnie.

Kliknij pole „Sen”, aby zobaczyć:

- Podział stanu snu na Spokojny (Głęboki)/Lekki/REM/Obudź się i wyświetl aktualny dzień/tydzień/miesiąc zasypiania i wybudzania ze snu. Przesuń w lewo/w prawo, aby wyświetlić przegląd snu z poprzedniego dnia/tygodnia/miesiąca. Naciskając i przesuwając „białą” linię, możesz poruszać się po osi czasu postępu i przeglądać szczegółowe informacje o czasie snu.
- Wskaźnik snu według rodzaju i czasu ostatniego snu.
- Ocena jakości snu.
- Analiza snu, jego efektywność i czas.
- Średnie tętno podczas snu.
- Średnie tętno (zmiennosc tętna).
- Temperatura, różnica od średniej temperatury ciała.
- Stan aktywności podczas snu.
- Rozwój snu w ciągu ostatnich 7 dni.
- Porównanie snu, czasu snu i czuwania oraz czasu snu według płci i wieku.

Kliknij ikonę Kalendarza, aby wybrać dzień w kalendarzu i wyświetlić szczegóły snu.

W związku ze złożonością oprogramowania systemu operacyjnego i wymaganiami Google/Apple dotyczącymi bezpieczeństwa aplikacji, konieczne jest również dostosowanie funkcji aplikacji. Należy także aktualizować system operacyjny telefonu do najnowszej wersji. Aplikacja wymaga systemu operacyjnego Android 5.0 lub iOS 10.0 i nowszego, Bluetooth 5.1, w przeciwnym razie nie można zagwarantować jej funkcjonalności.

TESLA Electronic LTD zastrzega sobie prawo do wprowadzania zmian w aplikacji i oprogramowaniu inteligentnym pierścienia TESLA Ring G55. Niektóre funkcje mogą zostać dodane, zmienione lub usunięte.

## **ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW Z APLIKACJĄ**

- Sprawdź, czy pierścień jest prawidłowo naładowany i sparowany w aplikacji Ring TESLA.
- Sprawdź ustawienia swojego telefonu komórkowego, aby sprawdzić, czy masz włączone wszystkie funkcje i uprawnienia  
ANDROID: włącz uprawnienia aplikacji „Powiadomienia”, „Lokalizacja” i „Urządzenia w pobliżu”.  
iOS: włącz uprawnienia aplikacji „Powiadomienia”, „Lokalizacja”, „Bluetooth” i „Sieć lokalna”.
- Sprawdź wersję aplikacji i zaktualizuj ją, jeśli dostępna jest nowa wersja.
- Sprawdź oprogramowanie sprzętowe inteligentnego pierścienia i zaktualizuj je, jeśli dostępna jest nowa wersja.

## **PRZECHOWYWANIE I SYNCHRONIZACJA PAMIĘCI**

TESLA Ring G55 ma wbudowaną pamięć i może przechowywać dane do 7 dni (w zależności od częstotliwości pomiarów i użytkowania) bez łączenia się z aplikacją Ring TESLA. Zalecamy wykonywanie synchronizacji codziennie, co najmniej raz na 3 do 4 dni, aby uniknąć utraty danych. Synchronizacja danych między pierścieniem a aplikacją zostanie wykonana automatycznie po nawiązaniu połączenia.

Jeśli synchronizacja nie zostanie wykonana, w pierścieniu będą przechowywane tylko najnowsze dane, co oznacza, że nowe dane zastąpią najstarsze dane.

## **PIELĘGNACJA BATERII**

Baterię należy ładować do pełna co 3 do 5 dni (wcześniej, jeśli poziom naładowania baterii jest niski), nawet jeśli pierścień nie jest używany. Żywotność baterii zależy od liczby wykonanych aktywności lub pomiarów.

## **CZYSZCZENIE I KONSERWACJA**

Pierścień umyć wodą z mydłem, następnie spłukać czystą wodą i dokładnie wysuszyć.

## ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW

Problem	Rozwiązanie
Pierścień nie działa.	Sprawdź, czy pierścień jest naładowany. Podłącz pierścień do podstawki ładującej.
Pierścień nie mierzy.	W przypadku częstych pomiarów może wystąpić awaria. Nie klikaj pomiaru zbyt często. Sprawdź, czy pierścionek jest prawidłowo założony, czy nie jest zbyt luźny i czy czujniki pomiarowe znajdują się na spodniej stronie palca. Odłącz i podłącz pierścień w aplikacji i po chwili spróbuj ponownie dokonać pomiaru. Upewnij się, że masz włączony Bluetooth lub uruchom go ponownie (wyłącz i włącz ponownie).
Niektóre dni lub daty nie są zapisywane.	Pierścień był rozładowany, nie mógł mierzyć danych. Pierścień nie został założony prawidłowo lub w ogóle. Dane w aplikacji lub pierścieniu zostały usunięte.
Kalendarza menstruacyjnego nie można wyłączyć.	Aby wyczyścić dane i wyłączyć kalendarz menstruacyjny, usuń dane aplikacji zapisane w pamięci telefonu.

### WSPARCIE TECHNICZNE

Potrzebujesz pomocy w konfiguracji i obsłudze TESLA Ring G55?

Skontaktuj się z nami: [www.tesla-electronics.eu](http://www.tesla-electronics.eu)

### MATERIAŁY EKSPLOATACYJNE I AKCESORIA

Materiały eksploatacyjne kupisz w oficjalnym sklepie marki TESLA [eshop.tesla-electronics.eu](http://eshop.tesla-electronics.eu).

### NAPRAWA GWARANCYJNA

W sprawie naprawy gwarancyjnej skontaktuj się ze sprzedawcą, u którego zakupiono pierścień TESLA.

#### Gwarancja NIE dotyczy:

- normalne zużycie.
- nieprzestrzeganie „Ważnych instrukcji bezpieczeństwa” wymienionych w instrukcji obsługi.
- uszkodzeń elektromechanicznych lub mechanicznych powstałych na skutek nieprawidłowego użytkowania.
- uszkodzeń spowodowanych przez czynniki naturalne, takie jak woda, ogień, elektryczność statyczna, przepięcie itp.
- uszkodzeń spowodowanych nieautoryzowaną naprawą.

#### WYŁĄCZENIA Z GWARANCJI

Gwarancja nie obejmuje zużycia pierścienia wynikającego z normalnego użytkowania. Typowe zużycie wynikające z normalnego użytkowania obejmuje na przykład przebarwienia, uszkodzenia tekstury lub powierzchni, rozładowanie baterii lub zmniejszenie pojemności po normalnym okresie użytkowania wynoszącym 6 miesięcy.

## DEKLARACJA ZGODNOŚCI

My, TESLA Electronics LTD, oświadczamy, że niniejszy sprzęt jest zgodny z zasadniczymi wymaganiami i innymi odpowiednimi postanowieniami norm i przepisów właściwych dla typu sprzętu.



Produkt ten spełnia wymagania Unii Europejskiej.



Jeżeli do produktu dołączony jest ten symbol, należy zapytać o lokalny system oddzielnej zbiórki produktów elektrycznych i elektronicznych.

Należy przestrzegać lokalnych przepisów i nie wyrzucać starych produktów do zwykłych odpadów domowych. Właściwa utylizacja starego produktu pomaga zapobiec potencjalnym negatywnym skutkom dla środowiska i zdrowia ludzkiego.

W związku z rozwojem i udoskonalaniem produktu zastrzegamy sobie prawo do modyfikacji instrukcji obsługi. Aktualną wersję niniejszej instrukcji obsługi można zawsze znaleźć na stronie [www.tesla-electronics.eu](http://www.tesla-electronics.eu).

Projekt i specyfikacje mogą ulec zmianie bez powiadomienia, błędy w druku zastrzeżone.



**Kedves vásárló!**  
**Köszönjük, hogy a TESLA Ring G55-öt választotta.**

## **FONTOS BIZTONSÁGI UTASÍTÁSOK**

- Ne javítsa meg a gyűrűt vagy a töltőállomást, sérülésveszély, sérülésveszély és a garancia elvesztése.
- A gyártó és az Európai Unióba importáló nem vállal felelősséget a gyűrű és a tartozékok működéséből eredő károkért vagy sérülésekért.

## **ÜZEMELTETÉSI ÉS BIZTONSÁGI FELTÉTELEK**

- A gyűrűt és tartozékait száraz helyen, 0 °C és 45 °C közötti hőmérséklet-tartományban használja és tárolja.
- Az akkumulátor élettartama csökkenhet, ha a környezeti hőmérséklet 5 °C alá csökken.
- Ha a környezeti hőmérséklet vagy a gyűrű hőmérséklete túl magas vagy alacsony, akkor működési zavarok és váratlan hibák léphetnek fel.
- Ne használjon semmilyen fűtőberendezést, például mikrohullámú sütőt vagy hajszáritót a szárításhoz.
- Ne végezzen semmilyen módosítást a gyűrűn, az akkumulátoron vagy a tartozékokon, hogy megelőzze a tulajdon – és egészségkárosodást, illetve sérülést.
- Ne helyezze vagy használja a gyűrűt és a tartozékokat magas hőmérsékletű területeken, meghibásodás, tűz vagy robbanás következhet be!
- Ha a gyűrű vagy az akkumulátor túlmelegszik, merítse hideg vízbe.
- A gyűrű mechanikai sérülése esetén forduljon a TESLA hivatalos szervizközpontjához.
- A gyűrű és a tartozékok apró alkatrészeket tartalmazhatnak, tartsa gyermekek elől elzárva.

## **A TERMÉK HASZNÁLATA**

A gyűrű használata előtt olvassa el és tartsa be az alábbi óvintézkedéseket a gyűrű optimális teljesítményének biztosítása és a veszélyes helyzetek elkerülése érdekében.

A különböző napszakok vagy tevékenységek eltérő ujjméretet okozhatnak, ezért néha nehéz lehet levenni a gyűrűt az ujjáról.

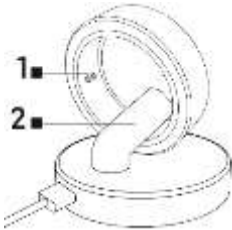
Ha elakadás lép fel:

- Hideg vízzel és szappannal nedvesítse be az ujját, és lassan forgassa el a gyűrűt, hogy eltávolítsa.
- Emelje a kezét a szíve szintje fölé, amíg a vérnyomása le nem esik, majd próbálja meg eltávolítani a gyűrűt.

A gyűrű viselésekor tartsa szárazon a gyűrű belső, érintkező részét. Ha vízzel érintkezik, törölje szárazra a gyűrűt és az ujját. Ha az érintkezési ponton olyan tünetek jelentkeznek, mint kiütés, bőrpír, duzzanat stb. hagyja abba a gyűrű használatát, és hagyja pihenni az ujját; ha a problémák továbbra is fennállnak, forduljon orvoshoz.

## ELSŐ HASZNÁLAT

Töltse fel az akkumulátort a gyűrűben. Csatlakoztassa a tápkábelt az 5 V-os USB hálózati adapterhez (nem tartozék), a tápkábel másik végét pedig a töltőaljzathoz. Csavarja el a gyűrűt úgy, hogy a gyűrűn lévő töltőérintkező finoman bepattanjon a mágneses töltőtálpba (2).



### A gyűrű töltődik

Az 1. jelzőfény pirosan villog töltés közben.

### Az akkumulátor teljesen feltöltve

Az 1. jelzőfény zölden villog, majd kialszik.

Helyezze a gyűrűt az ujjára úgy, hogy a gyűrűben lévő érzékelők jól érintkezzenek a bőrrel. Ha a gyűrű túl lazán van felszerelve, helytelen adatgyűjtés történhet.

A gyűrű viselhető zuhanyozás, rövid úszás, búvárkodás stb. során. Nem javasoljuk, hogy 30 percnél tovább merüljön 100 méternél nagyobb mélységben. Nem javasoljuk a gyűrű viselését, ha nehéz vagy éles tárgyakkal dolgozik. A gyűrű megkarcolhatja más felületeket, vagy megkarcolódhat. Kerülje az érintkezést más akkumulátorokkal vagy akkumulátorral ellátott elektronikus eszközökkel, mert fennáll a rövidzárlat veszélye, hasonlóan más szabványos fémgyűrűkhöz.

## MOBILTELEFONOS ALKALMAZÁSOK

Kapcsolja be a Bluetooth-t a telefonján, telepítse a „Ring TESLA” alkalmazást a Google Play/Apple Store áruházból, és kövesse az útmutatót a gyűrűvel való párosításhoz.

### AZ ALKALMAZÁS INDÍTÁSA

Állítsa be a profiladatokat – nem, magasság, súly, születési dátum. A beírt értékek alapján a rendszer automatikusan javaslatot tesz egy lépéshosszra, amelyet Ön tovább állíthat. A helyes lépéshossz beállítása hatással van a tevékenységek és gyakorlatok távolságszámítására.

Engedélyezze az alkalmazás által kért összes engedélyt Ring TESLA:

- ANDROID: engedélyezze az „Értesítés”, „Helyszín” és „Közeli eszközök” alkalmazásengedélyeket.
- iOS: engedélyezze az „Értesítés”, „Helyszín”, „Bluetooth” és „Helyi hálózat” alkalmazásengedélyeket.

Párosítsa a TESLA Ring G55-öt az alkalmazásban. Kattintson az „Add TESLA Ring” gombra egy gyűrű kereséséhez, és válassza ki a talált TESLA Ring G55 párosítást.

## **BEÁLLÍTÁSOK föltre**

### **Cél**

A "Cél" menüpontban beállíthatja a teljesítéshez szükséges napi célokat – lépések számát, elégetett kalóriákat vagy aktivitási időt. Ha engedélyezi az alkalmazás értesítéseit mobiltelefonján, az alkalmazás értesíti Önt, ha a célt elérte. Különböző célokat állíthat be a hét egyes napjaira is – kapcsolja be a "Napi edzescél" elemet, majd állítsa be az értékeket minden napra külön.

### **Profil**

Felhasználói profil beállításai – nem, magasság, súly, születési dátum. A beírt értékek alapján a rendszer automatikusan javaslatot tesz egy lépéshosszra, amelyet Ön tovább állíthat. A helyes lépéshossz beállítása hatással van a tevékenységek és gyakorlatok távolságszámítására.

### **Egyéb**

A formátum, a megjelenített értékek mértékegységei és az alkalmazásértesítések beállítása.

- Mértékegység formátuma: metrikus/birodalmi
- Hőmérséklet mértékegysége: °C/Fahrenheit
- Mozgási emlékeztető: értesítést kap a telefonjára, ha inaktív.
- Alacsony akkumulátor-emlékeztető: ha az akkumulátor töltöttségi szintje 5% alá csökken, értesítést kap a telefonján.
- Pulzusfigyelmeztetés: a beállított maximális pulzusérték túllépése esetén értesítést kap a telefonjára.

### **Firmware**

Információk a gyűű firmware-ének aktuális verziójáról, frissítések kereséséről vagy adatok törléséről.

### **Adatok törlése (visszaállítás)**

- Kattintson a RESET gombra, majd erősítse meg a választást az OK gombbal. Sikeres adattörlés után (az alkalmazás értesítéssel értesíti), zárja be az alkalmazást, és a gyűű memóriájában tárolt adatok törlődnek.
- Az alkalmazásban mentett adatok törléséhez lépjen a mobiltelefon beállítások > „Ring TESLA” alkalmazásba, és törölje az alkalmazás mentett adatait. Az alkalmazás újraindítása után végezze el az új beállításokat (profil, rendeltetési hely stb.), és párosítsa újra a gyűűt. Az adatok törlésének folyamata mobiltelefonjától és operációs rendszerétől függően eltérő lehet. Ha szükséges, forduljon a mobiltelefon gyártójának támogatásához vagy szervizéhez.

### **Apple Health**

Connection és adatmegosztási beállítások a Health alkalmazáshoz iOS operációs rendszert futtató Apple mobil eszközön.

## **ÁTTEKINTÉS lap**

### **Activity**

Napi információkat jelenít meg a lépésekről, kalóriákról és az aktivitási időről.

Kattintson a Tevékenység mezőre a következők megtekintéséhez:

- Áttekintés, amely az aktuális nap tevékenységi idejét mutatja. Csúsztassa balra/jobbra az elmúlt napok tevékenységeinek áttekintését. A „fehér” vonal megnyomásával és mozgatásával mozoghat az idővonalon, és részletes információkat láthat a lépések számáról, kalóriákról stb.
- A kiválasztott nap utolsó 7 napjának áttekintése, kattintson a kiválasztott napra a tevékenység részleteinek megtekintéséhez.

Kattintson a Naptár ikonra egy nap kiválasztásához a naptárban, és tekintse meg a tevékenység részleteit. Az eredmények részletes megjelenítését és a tevékenység eredményeinek értékelését is megtalálja a **TEVÉKENYSÉG** fülön.

Az alkalmazás lépései tájékoztató jellegűek, amelyek a kéz ujjának mozdulatainak számától függenek. A lépésszámlálást és a távolság kijelzését befolyásolhatja néhány kézmozdulat, például a billentyűzeten történő gépelés vagy más mechanikus kézi munka.

### **Gyakorlati jegyzőkönyvek**

Kattintson az „Exercise Records” mezőre a mentett tevékenységek információinak megtekintéséhez, a megjelenített információk a kiválasztott gyakorlattól függően változnak. A gyakorlatok listájának megtekintéséhez kattintson a „Gyakorlat indítása” ikonra.

- Edzés GPS adatrögzítéssel:  
A működőképességhez hatótávolságon belül kell lennie a TESLA Ring G55-nek, valamint egy mobiltelefonnak párosított Ring TESLA alkalmazással. Válassza ki a tevékenységet, erősítse meg a mobiltelefon-kapcsolatot, várja meg, amíg a helyadatok (GPS) betöltődnek, és megjelenik az aktuális hely. Állítsa be a kívánt célokat, és kattintson a Start gombra a gyakorlat megkezdéséhez.
- Edzés GPS adatrögzítés nélkül:  
Válasszon ki egy tevékenységet, állítsa be a kívánt célokat, majd kattintson a Start gombra a kezdéshez.

Szüneteltethet, befejezhet vagy zárolhat egy futóedzést mobiltelefonján, hogy elkerülje a véletlen szüneteltetését vagy befejezését. A feloldáshoz kattintson és tartsa lenyomva a „Feloldás” gombot 3 másodpercig. Szüneteltetve kattintson a „Folytatás” gombra a tevékenységek rögzítésének folytatásához, vagy kattintson a „Befejezés” gombra a kilépéshez. Csak az 1 percnél hosszabb ideig tartó, vagy a kiválasztott tevékenységhez és a kiválasztott célokhoz elegendő adatot tartalmazó edzésrekordok kerülnek mentésre.

### **Alvás**

Kattintson az „Alvó” mezőre, hogy megtekinthesse:

- Alvó állapot felosztása: Nyugodt (mély)/Könnyű/REM/Ébredés, és megjeleníti az elalvás és az utolsó alvásból való felébredés időpontját. Csúsztassa balra/jobbra az előző napok alvásának áttekintését. A „fehér” vonal megnyomásával és mozgatásával mozoghat az előrehaladási idővonalon, és részletes információkat tekinthet meg a fajról és az időpontról.
- Az alvási arány típusa és az utolsó alvás ideje szerint.
- Az alvás minőségének felmérése.
- A mérés csak 20:00 és 10:00 között történik.

Kattintson a „Naptár” ikonra egy nap kiválasztásához a naptárban, és megtekintheti az alvás részleteit. Az eredményekről és az alvásértékelésről részletes nézetet is találhat az **ALVÁS** lapon.

### **Pulzusszám**

Megjeleníti az aktuális napi mért pulzusértékeket. A pulzuszám mérés automatikusan történik, de manuális mérést is végezhet a „Pulzuszám” ikonra kattintva.

Kattintson a „Pulzusszám” mezőre a következők megtekintéséhez:

- Az aktuális napon mért értékek vagy az aktuális hét vagy hónap átlagos pulzusértékei. Csúsztassa balra/jobbra az egy nap/hét /hónap korábbi adatainak áttekintését. A „fehér” vonal megnyomásával és mozgatásával mozoghat a haladási idővonalon, és megtekintheti a részletes pulzusszám – és időinformációkat.
- Pulzuszónák és értékelések.

Kattintson a „Naptár” ikonra egy nap kiválasztásához a naptárban, és megtekintheti a pulzusszám részleteit. Kattintson a „Statisztika” ikonra a kézi pulzuszám mérések listájának és értékelésének megtekintéséhez. A kézi mérést elsősorban edzés közbeni vagy utáni pulzuszám mérésre, valamint a mért értékek listába történő mentésére használják.

### **A vér oxigéntartalma**

Információkat jelenít meg az utolsó mérés során mért vér oxigénellátásáról. Az értékek méréséhez kattintson a vérben található „Oxigéntartalom mérése” gombra.

Kattintson a „Blood Oxygen Content” mezőre a megtekintéséhez:

- Részletes információ az utolsó mérésről.
- 7 friss rekord.

Kattintson a „Statisztika” ikonra a véroxigenizációs mérések listájának és értékelésének megtekintéséhez.

### **Heart Rate Variability (HRV)**

Megjeleníti az aktuális napi pulzusszám variabilitás méréseit. A pulzusszám ingadozás mérése automatikusan történik, de manuális mérést is végezhet, ha rákattint a „Pulzusszám ingadozás mérése” ikonra.

Kattintson a „Pulzusszám változása” mezőre, hogy megtekinthesse:

- Az aktuális napon mért értékek vagy az aktuális hét vagy hónap átlagos pulzusértékei. Csúsztassa balra/jobbra a napi/hét /hónaponkénti áthaladó adatok áttekintésének megtekintéséhez. A „fehér” vonal megnyomásával és mozgatásával mozoghat az előrehaladás idővonalán, és megtekintheti a részletes pulzusszám – és időinformációkat.

Kattintson a „Naptár” ikonra, hogy kiválasszon egy napot a naptárban, és megtekinthesse a tárolt pulzusszám változási értékek részleteit. Kattintson a „Statisztikák” ikonra a szívritmus-változékonysági értékek manuális méréseinek listájának és értékelésének megtekintéséhez. A kézi mérés elsősorban a pulzusszám változékonyságának mérésére szolgál edzés közben vagy után, és a mért értékeket listába menti.

## Stressz

Információkat jelenít meg a mérés feszültségi állapotának értékéről. Kattintson a "Stressz mérése" ikonra az értékek méréséhez.

Kattintson a „Stressz” mezőre, hogy megtekinthesse:

- Részletes információ az utolsó mérésről.
- 7 friss rekord.

A „Statisztika” ikonra kattintva megtekintheti a feszültségállapot-érték mérések listáját.

## Menstruációs ciklus

Megjeleníti a menstruációs ciklus várható előrejelzését a megadott értékek alapján.

Kattintson a Menstruációs ciklus mezőre az aktuális hónap előnézetének megtekintéséhez a naptárban, kattintson a jobb/bal nyílra a megjelenített hónap módosításához.

A naptár beállításai:

- Emlékeztető értesítés  
Állítsa be az alkalmazás értesítési értesítését a kiválasztott opciókra: Időszak emlékeztető/Ovulációs emlékeztető/Ovuláció napjának emlékeztetője/Ovuláció végére emlékeztető.
- Ciklusbeállítások  
Állítsa be a megfelelő ciklusértékeket, a menstruációs napok száma/a ciklusok közötti napok száma/az utolsó menstruáció kezdetének dátuma.

Miután beállította a helyes értékeket, a naptár színesen kiemeli az ovuláció napjait, az ovuláció napját és a menstruációs időszak előrejelzését. A menstruációs időszak alatt a színjelölés világos rózsaszínről (várható időszak) sötét rózsaszínre változik (menstruáció).

A naptár feliratában a megjelenített hónap menstruációs ciklus napjainak színkódolása is fel van tüntetve.

- Rózsaszín sötét – menstruáció
- Rózsaszín fény – menstruációs időszak előrejelzése
- Kék – az ovuláció napja
- Zöld – ovulációs időszak

A ciklus minden olyan részének napjai, amelyek az előző hónapban kezdődtek vagy a következő hónapban folytatódnak, más-más árnyalatban vannak ábrázolva.

- Barna/lila – menstruációs időszak
- Sötétkék – az ovuláció napja
- Sötétzöld – ovulációs időszak

A naptárban a menstruációs ciklus előrejelzése tájékoztató jellegű. Tartsa frissítve a bemeneti értékeket a becsült cikluskezdet korai figyelmeztetése érdekében.

## TEVÉKENYSÉG lap

Részletes információkat jelenít meg:

- Áttekintés, amely az aktuális nap tevékenységi idejét vagy az aktuális hét vagy hónap átlagos értékét mutatja. Csúsztassa balra/jobbra a nap/hét /hónap átmenet adatok áttekintésének megtekintéséhez. A „fehér” vonal megnyomásával és mozgatásával mozoghat az előrehaladási idővonalon, és részletes információkat tekinthet meg a lépések számáról, a kalóriákról és az időről.
- A fizikai aktivitás mennyisége.
- A kiválasztott nap utolsó 7 napjának áttekintése, kattintson a kiválasztott napra a tevékenység részleteinek megtekintéséhez.
- Gyakorlati jegyzőkönyvek.
- Az eredmények összehasonlítása nem és életkor szerint.

Kattintson a Naptár ikonra egy nap kiválasztásához a naptárban, és tekintse meg a tevékenység részleteit.

Az alkalmazás lépései tájékoztató jellegűek, amelyek a kéz ujjának mozdulatainak számától függenek. A lépésszámlálást és a távolság kijelzését befolyásolhatja néhány kézmozdulat, például a billentyűzeten történő gépelés vagy más mechanikus kézi munka.

## SLEEP lap

Információkat jelenít meg az előző alvásról.

Kattintson az „Alvó” mezőre, hogy megtekinthesse:

- Az alvási állapot felosztása Nyugodt (Mély)/Könnyű/REM/ Ébredés és az elalvás és az alvásból való felébredés aktuális napjának/hetének/hónapjának megjelenítése. Csúsztassa balra/jobbra az előző nap/hét/hónap alvásáttekintésének megtekintéséhez. A „fehér” vonal megnyomásával és mozgatásával mozoghat az előrehaladási idővonalon, és megtekintheti az alvással kapcsolatos részletes időinformációkat.
- Az alvási arány típusa és az utolsó alvás ideje szerint.
- Az alvás minőségének felmérése.
- Alváselemzés, hatékonyság és időzítés.
- Átlagos pulzusszám alvás közben.
- Átlagos pulzusszám (szívritmus-variabilitás).
- Hőmérséklet, eltérés az átlagos testhőmérséklettől.
- Alvás közbeni aktivitási állapot.
- Alvásfejlődés az elmúlt 7 napban.
- Az alvás, az alvás-ébredés és az alvási idő összehasonlítása nem és életkor szerint.

Kattintson a Naptár ikonra egy nap kiválasztásához a naptárban az alvás részleteinek megtekintéséhez.

Az operációs rendszer szoftveres összetettsége és a Google/Apple alkalmazásbiztonsági követelményei miatt szükség van az alkalmazás funkcióinak adaptálására is. Ezenkívül frissítse telefonja operációs rendszerét a legújabb verzióra. Az alkalmazáshoz Android 5.0 vagy iOS 10.0 vagy újabb operációs rendszer szükséges, Bluetooth 5.1, ellenkező esetben a működése nem garantálható.

A TESLA Electronic LTD fenntartja a jogot a TESLA Ring G55 intelligens gyűrű alkalmazásának és firmware-jének módosítására. Egyes funkciók hozzáadhatók, módosíthatók vagy eltávolíthatók.

## **PROBLÉMÁK MEGOLDÁSA AZ ALKALMAZÁSSAL**

- Ellenőrizze, hogy a gyűrű megfelelően fel van-e töltve és párosítva van-e a Ring TESLA alkalmazásban.
- Ellenőrizze mobiltelefonja beállításait, és ellenőrizze, hogy minden funkció és engedély engedélyezett-e  
ANDROID: engedélyezze az „Értesítés”, „Helyszín” és „Közeli eszközök” alkalmazásengedélyeket.  
iOS: engedélyezze az „Értesítés”, „Helyszín”, „Bluetooth” és „Helyi hálózat” alkalmazásengedélyeket.
- Ellenőrizze az alkalmazás verzióját, és frissítse, ha elérhető új verzió.
- Ellenőrizze az intelligens gyűrű firmware-ét, és frissítse, ha elérhető új verzió.

## **MEMÓRIATÁROLÁS ÉS SZINKRONIZÁLÁS**

A TESLA Ring G55 beépített memóriával rendelkezik, és a Ring TESLA alkalmazáshoz való csatlakozás nélkül akár 7 napig is képes adatokat tárolni (a mérések gyakoriságától és a használattól függően). Az adatok elvesztésének elkerülése érdekében javasoljuk a szinkronizálás elvégzését minden nap, legalább 3-4 naponta egyszer. A gyűrű és az alkalmazás közötti adatszinkronizálás automatikusan megtörténik, amikor csatlakozik.

Ha a szinkronizálás nem történik meg, a gyűrűben csak a legfrissebb adatok tárolódnak, ami azt jelenti, hogy az új adatok felülírják a legrégebbi adatokat.

### **Az akkumulátorral való törődés**

Az akkumulátort 3-5 naponta (alacsony töltöttség esetén hamarabb) töltse fel teljes kapacitásig, még akkor is, ha nem használja a gyűrűt. Az akkumulátor élettartama a végzett tevékenységek vagy mérések számától függ.

## **TISZTÍTÁS ÉS KARBANTARTÁS**

Mossa le a gyűrűt enyhe szappanos vízzel, majd öblítse le tiszta vízzel és alaposan szárítsa meg.



## HIBAELHÁRÍTÁS

Probléma	Megoldás
A gyűrű nem működik.	Ellenőrizze, hogy a gyűrű fel van-e töltve. Csatlakoztassa a gyűrűt a töltőállványhoz.
A gyűrű nem mér.	Gyakori mérés esetén hiba léphet fel. Ne kattintson túl gyakran a mérésre. Ellenőrizze, hogy megfelelően van-e felhúzva a gyűrű, nincs-e túl laza, és hogy a mérőérzékelők az ujj alján vannak-e. Válassza le és csatlakoztassa a gyűrűt az alkalmazásban, majd kis idő múlva próbálja meg újra a mérést. Győződjön meg arról, hogy a Bluetooth be van kapcsolva, vagy indítsa újra (kapcsolja ki, majd újra be).
Néhány nap vagy dátum nem kerül mentésre.	A gyűrű lemerült, nem tudott adatokat mérni. A gyűrű nem volt megfelelően vagy egyáltalán nem volt felszerelve. Az alkalmazásban vagy a gyűrűben lévő adatokat törölték.
A menstruációs naptár nem kapcsolható ki.	Az adatok törléséhez és a menstruációs naptár kikapcsolásához törölje a telefon memóriájában tárolt alkalmazásadatokat.

## MŰSZAKI TÁMOGATÁS SEGÍTSÉGRE

van szüksége a TESLA Ring G55 beállításához és használatához?

Lépjön kapcsolatba velünk: [www.tesla-electronics.eu](http://www.tesla-electronics.eu).

## FOGYÓANYAGOK ÉS KIEGÉSZÍTŐK

A fogyóeszközöket a TESLA márka hivatalos boltjában [eshop.tesla-electronics.eu](http://eshop.tesla-electronics.eu) vásárolhatja meg.

## GARANCIA JAVÍTÁS

Garanciális javítással kapcsolatban forduljon ahhoz a kereskedőhöz, ahol a TESLA gyűrűt vásárolta.

## A garancia NEM vonatkozik:

- normális öltözék.
- a felhasználói kézikönyvben felsorolt „Fontos biztonsági előírások” figyelmen kívül hagyása.
- nem rendeltetésszerű használatból eredő elektromechanikus vagy mechanikai sérülések.
- természeti elemek, például víz, tűz, statikus elektromosság, túlfeszültség stb.
- jogosulatlan javítás által okozott károk.

## A GARANCIA KIZÁRÁSAI

A garancia nem terjed ki a gyűri normál használatból eredő kopására. A normál használatból eredő tipikus kopás például az elszíneződés, a textúra vagy a felület sérülése, az akkumulátor lemerülése vagy a kapacitás csökkenése a 6 hónapos normál élettartam után.

## MEGFELELŐSÉGI NYILATKOZAT

Mi, a TESLA Electronics LTD kijelentjük, hogy ez a berendezés megfelel az alapvető követelményeknek és a szabványok és előírások egyéb vonatkozó rendelkezéseinek, amelyek a berendezés típusára vonatkoznak.



Ez a termék megfelel az Európai Unió követelményeinek.



Ha ez a szimbólum szerepel a terméken, kérjük, érdeklődjön az elektromos és elektronikus termékek helyi szelektív gyűjtési rendszeréről. Kérjük, kövesse a helyi előírásokat, és ne dobja a régi termékeket a normál háztartási hulladék közé. A régi termék megfelelő ártalmatlanítása segít megelőzni a környezetre és az emberi egészségre gyakorolt esetleges negatív következményeket.

A termék fejlesztése és továbbfejlesztése során fenntartjuk a jogot a használati útmutató módosítására. A használati útmutató aktuális verziója mindig megtalálható a [www.tesla-electronics.eu](http://www.tesla-electronics.eu) oldalon.

A kivitel és a műszaki adatok előzetes értesítés nélkül változhatnak, a nyomtatási hibák jogát fenntartjuk.

**Gentile cliente,  
grazie per aver scelto il TESLA Ring G55.**

### **IMPORTANTI ISTRUZIONI DI SICUREZZA**

- Non riparare l'anello o la stazione di ricarica, rischio di lesioni, rischio di danni e perdita di garanzia.
- Il produttore e importatore nell'Unione Europea non è responsabile per danni o lesioni causati dal funzionamento dell'anello e degli accessori.

### **CONDIZIONI DI UTILIZZO E SICUREZZA**

- Utilizzare e conservare l'anello e gli accessori in un luogo asciutto a una temperatura compresa tra 0 °C e 45 °C.
- La durata della batteria potrebbe ridursi se la temperatura ambiente scende al di sotto di 5 °C.
- Se la temperatura ambiente o la temperatura dell'anello è troppo alta o troppo bassa, potrebbero verificarsi malfunzionamenti ed errori imprevisti.
- Non utilizzare dispositivi di riscaldamento come forni a microonde o asciugacapelli per asciugare l'anello.
- Non apportare modifiche all'anello, alla batteria o agli accessori per evitare danni e lesioni alle cose o alla salute.
- Non collocare o utilizzare l'anello e gli accessori in aree ad alta temperatura, per evitare guasti, incendi o esplosioni!
- Se l'anello o la batteria si surriscaldano, immergerli in acqua fresca.
- In caso di danni meccanici all'anello, contattare un centro di assistenza TESLA autorizzato.
- L'anello e gli accessori possono contenere parti di piccole dimensioni; tenere fuori dalla portata dei bambini.

### **USO DEL PRODOTTO**

Prima di utilizzare l'anello, leggere e osservare le seguenti precauzioni per garantire prestazioni ottimali dell'anello ed evitare situazioni pericolose.

In base alle diverse ore del giorno o alle diverse attività, le dimensioni delle dita possono variare, per cui a volte può risultare difficile togliere l'anello dal dito.

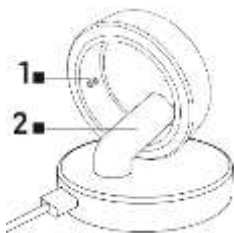
Se si verifica un inceppamento:

- Utilizzare acqua fredda e sapone per bagnare il dito e ruotare lentamente l'anello per rimuoverlo.
- Sollevare la mano al di sopra del livello del cuore finché la pressione sanguigna non scende, quindi provare a rimuovere l'anello.

Quando si indossa l'anello, mantenere asciutta la parte interna dell'anello. In caso di contatto con l'acqua, asciugare l'anello e il dito. Se nel punto di contatto si verificano sintomi quali eruzioni cutanee, arrossamenti, gonfiori, ecc.

## PRIMO UTILIZZO

Caricare la batteria nell'anello. Collega il cavo di alimentazione all'adattatore di alimentazione USB da 5 V (non incluso) e collega l'altra estremità del cavo di alimentazione alla base di ricarica. Ruotare l'anello in modo che il contatto di ricarica sull'anello si inserisca delicatamente nella base di ricarica magnetica (2).



### L'anello si sta caricando

L'indicatore 1 lampeggia in rosso durante la ricarica.

### Batteria completamente carica

L'indicatore 1 lampeggia in verde, quindi si spegne.

Posiziona l'anello al dito in modo che i sensori all'interno dell'anello abbiano un buon contatto con la pelle. Se l'anello è montato troppo allentato, potrebbe verificarsi una raccolta dati errata.

L'anello può essere indossato durante la doccia, il nuoto breve, le immersioni, ecc. Si consiglia di non immergerlo per più di 30 minuti a una profondità superiore a 100 metri. Si sconsiglia di indossare l'anello quando si lavora con oggetti pesanti o appuntiti. L'anello potrebbe graffiare altre superfici o graffiarsi. Evitare il contatto con altre batterie o dispositivi elettronici con batterie, c'è il rischio di cortocircuito, simile ad altri anelli metallici standard.

## APPLICAZIONI PER TELEFONO CELLULARE

Attiva il Bluetooth sul tuo telefono, installa l'app „Ring TESLA” da Google Play/Apple Store e segui la guida per associare l'anello.

### AVVIO DELL'APPLICAZIONE

Imposta i dati del profilo: sesso, altezza, peso, data di nascita. In base ai valori inseriti, il sistema suggerirà automaticamente una lunghezza del passo, che è possibile regolare ulteriormente. L'impostazione della lunghezza del passo corretta influisce sul calcolo della distanza per attività ed esercizi.

Consenti tutte le autorizzazioni richieste dall'app:

- ANDROID: abilita le autorizzazioni delle app „Notifiche”, „Posizione” e „Dispositivi nelle vicinanze”.
- iOS: abilita le autorizzazioni dell'app „Notifica”, „Posizione”, „Bluetooth” e „Rete locale”.

Associa il TESLA Ring G55 nell'app. Fare clic sul pulsante „Aggiungi Ring TESLA” per cercare un anello e selezionare il TESLA Ring G55 trovato da associare.

## Scheda IMPOSTAZIONI

### Obiettivo

Nella voce „Obiettivo" è possibile impostare gli obiettivi giornalieri desiderati da raggiungere: il numero di passi, le calorie bruciate o il tempo di attività. Se abiliti le notifiche per l'app sul tuo cellulare, l'app ti avviserà quando l'obiettivo viene raggiunto. Puoi impostare obiettivi in modo diverso anche per i singoli giorni della settimana: attiva la voce "Obiettivo di allenamento giornaliero" e quindi imposta i valori per ogni giorno separatamente.

### Profilo

Impostazioni del profilo utente: sesso, altezza, peso, data di nascita. In base ai valori inseriti, il sistema suggerirà automaticamente una lunghezza del passo, che è possibile regolare ulteriormente. L'impostazione della lunghezza del passo corretta influisce sul calcolo della distanza per attività ed esercizi.

### Altro

Impostazione del formato, delle unità dei valori visualizzati e delle notifiche dell'applicazione.

- Formato unità: metrico/imperiale
- Unità di temperatura: °C/Fahrenheit
- Promemoria movimento: riceverai una notifica sul tuo telefono quando sei inattivo.
- Promemoria batteria scarica: se il livello della batteria scende sotto il 5%, riceverai una notifica sul tuo telefono.
- Avviso frequenza cardiaca: se viene superato il valore della frequenza cardiaca massima impostata, riceverai una notifica sul tuo telefono.

### Firmware

Informazioni sulla versione corrente del firmware dell'anello, controllo degli aggiornamenti o cancellazione dei dati.

### Cancellazione dei dati (Reset)

- Cliccare sul pulsante RESET e poi confermare la scelta con il pulsante OK. Dopo aver eliminato con successo i dati (l'applicazione ti informa con una notifica), chiudi l'applicazione e i dati archiviati nella memoria dell'anello verranno eliminati.
- Per eliminare i dati salvati nell'applicazione, andare alle impostazioni del telefono cellulare > applicazione „Ring TESLA" ed eliminare i dati salvati dell'applicazione. Dopo aver riavviato l'applicazione, effettua nuove impostazioni (profilo, destinazione, ecc.) e associa nuovamente l'anello. La procedura per l'eliminazione dei dati può variare a seconda del telefono cellulare e del sistema operativo. Se necessario, contattare il supporto o il servizio del produttore del telefono cellulare.

### Apple Health

Impostazioni di connessione e condivisione dei dati per l'applicazione Salute sui dispositivi mobili Apple con sistema operativo iOS.

## Scheda PANORAMICA

### Attività

Visualizza le informazioni giornaliere su passi, calorie e durata dell'attività.

Fare clic sul campo Attività per visualizzare:

- Panoramica che mostra il tempo di attività durante il giorno corrente. Scorri verso sinistra/destra per visualizzare una panoramica delle attività degli ultimi giorni. Premendo e spostando la linea „bianca" è possibile spostarsi nella timeline e visualizzare informazioni dettagliate sul numero di passi, calorie, ecc.
- Panoramica degli ultimi 7 giorni dal giorno selezionato, fare clic sul giorno selezionato per visualizzare i dettagli dell'attività.

Fare clic sull'icona Calendario per selezionare un giorno nel calendario e visualizzare i dettagli dell'attività. È inoltre possibile trovare una visualizzazione dettagliata dei risultati e la valutazione dei risultati dell'attività nella scheda **ATTIVITÀ**.

I passaggi nell'applicazione sono dati indicativi, che dipendono dal numero di movimenti del dito della mano. Il conteggio dei passi e la visualizzazione della distanza potrebbero essere influenzati da alcuni movimenti della mano, come la digitazione su una tastiera o altri lavori manuali meccanici.

### **Registro degli esercizi**

Fare clic sul campo „Registro degli esercizi" per visualizzare le informazioni sulle attività salvate, le informazioni visualizzate variano in base all'esercizio selezionato. Fare clic sull'icona „Inizia esercizio" per visualizzare un elenco di esercizi.

- Allenamento con registrazione dati GPS:  
per il funzionamento è necessario avere a portata di mano il TESLA Ring G55 e un telefono cellulare con l'app Ring TESLA accoppiata. Selezionare l'attività, confermare la connessione del cellulare, attendere il caricamento dei dati di posizione (GPS) e la visualizzazione della posizione attuale. Imposta gli obiettivi desiderati e fai clic sul pulsante di avvio per iniziare l'esercizio.
- Esercizio senza registrazione dei dati GPS:  
scegli un'attività, imposta gli obiettivi desiderati e fai clic sul pulsante di avvio per iniziare.

Puoi mettere in pausa, terminare o bloccare un allenamento di corsa sul tuo telefono cellulare per evitare che venga messo in pausa o terminato accidentalmente. Per sbloccare, fare clic e tenere premuto il pulsante „Sblocca" per 3 secondi. Durante la pausa, è possibile fare clic sul pulsante „Continua" per continuare a registrare le attività o fare clic sul pulsante „Fine" per uscire. Verranno salvati solo i record degli allenamenti che durano più di 1 minuto o che contengono dati sufficienti per l'attività selezionata e gli obiettivi selezionati.

### **Sonno**

Fare clic sul campo „Sonno" per visualizzare:

- Divisione dello stato del sonno: Calmo (Profondo)/Leggero/REM/Sveglia e visualizza l'ora in cui ci si addormenta e ci si sveglia dall'ultimo sonno. Scorri verso sinistra/destra per visualizzare una panoramica del sonno nei giorni precedenti. Premendo e spostando la linea "bianca" è possibile spostarsi nella timeline di avanzamento e visualizzare informazioni dettagliate sulla specie e sull'ora.
- Rapporto del sonno per tipo e ora dell'ultimo sonno.
- Valutazione della qualità del sonno.
- La misurazione avviene solo tra le 20:00 e le 10:00.

Fare clic sull'icona „Calendario" per selezionare un giorno sul calendario e visualizzare i dettagli del sonno. È inoltre possibile trovare una visualizzazione dettagliata dei risultati e della valutazione del sonno nella scheda **SONNO**.

### **Frequenza cardiaca**

Visualizza i valori della frequenza cardiaca misurati del giorno corrente. La frequenza cardiaca viene misurata automaticamente, ma puoi anche effettuare una misurazione manuale facendo clic sull'icona „Misura frequenza cardiaca".

Fare clic sul campo „Frequenza cardiaca" per visualizzare:

- Valori misurati durante il giorno corrente o valori medi della frequenza cardiaca della settimana o del mese corrente. Scorri verso sinistra/destra per visualizzare una panoramica dei dati precedenti per un giorno/settimana /mese. Premendo e spostando la linea „bianca", è possibile spostarsi nella sequenza temporale dei progressi e visualizzare informazioni dettagliate sulla frequenza cardiaca e sul tempo.
- Zone e valutazioni della frequenza cardiaca.

Fare clic sull'icona „Calendario" per selezionare un giorno sul calendario e visualizzare i dettagli sulla frequenza cardiaca. Fare clic sull'icona "Statistiche" per visualizzare un elenco e una valutazione delle misurazioni manuali della frequenza cardiaca. La misurazione manuale viene utilizzata principalmente per misurare la frequenza cardiaca durante o dopo l'esercizio e per salvare i valori misurati in un elenco.

### **Contenuto di ossigeno nel sangue**

Visualizza le informazioni sull'ossigenazione del sangue dell'ultima misurazione effettuata. Per misurare i valori, fare clic sul pulsante „Misura del contenuto di ossigeno" nel sangue.

Fare clic sul campo „Contenuto di ossigeno nel sangue" per visualizzare:

- Informazioni dettagliate dell'ultima misurazione.
- 7 record recenti.

Fare clic sull'icona „Statistiche" per visualizzare un elenco e una valutazione delle misurazioni dell'ossigenazione del sangue.

### **Variabilità della frequenza cardiaca (HRV)**

Visualizza le misurazioni della variabilità della frequenza cardiaca del giorno corrente. La variabilità della frequenza cardiaca viene misurata automaticamente, ma puoi anche effettuare una misurazione manuale facendo clic sull'icona „Misura variabilità della frequenza cardiaca".

Fare clic sulla casella „Variabilità della frequenza cardiaca" per visualizzare:

- Valori misurati durante il giorno corrente o valori medi della frequenza cardiaca della settimana o del mese corrente. Scorri verso sinistra/destra per visualizzare una panoramica dei dati in transito per giorno/settimana /mese. Premendo e spostando la linea „bianca", è possibile spostarsi lungo la sequenza temporale dei progressi e visualizzare informazioni dettagliate sulla frequenza cardiaca e sul tempo.

Fare clic sull'icona „Calendario" per selezionare un giorno sul calendario e visualizzare i dettagli dei valori di variabilità della frequenza cardiaca memorizzati. Fare clic sull'icona „Statistiche" per visualizzare un elenco e una valutazione delle misurazioni manuali dei valori di variabilità della frequenza cardiaca. La misurazione manuale viene utilizzata principalmente per misurare la variabilità della frequenza cardiaca durante o dopo l'esercizio e salvare i valori misurati in un elenco.

### **Sollecitazione**

Visualizza informazioni sul valore dello stato di sollecitazione della misurazione. Fare clic sull'icona „Misura stress" per misurare i valori.

Fare clic sulla casella „Stress" per visualizzare:

- Informazioni dettagliate dell'ultima misurazione.
- 7 record recenti.

Fare clic sull'icona „Statistiche" per visualizzare un elenco di misurazioni del valore dello stato di sollecitazione.

### **Ciclo mestruale**

Mostra la previsione prevista del ciclo mestruale in base ai valori immessi.

Fare clic sul campo Ciclo mestruale per visualizzare un'anteprima del mese corrente nel calendario, fare clic sulla freccia destra/sinistra per modificare il mese visualizzato.

Impostazioni del calendario:

- Avviso di sollecito  
Imposta la notifica di notifica dell'applicazione sulle opzioni selezionate: Promemoria ciclo/Promemoria ovulazione/Promemoria giorno ovulazione/Promemoria fine ovulazione.
- Impostazioni del ciclo  
Impostare i valori corretti del ciclo, Numero di giorni mestruali/Numero di giorni tra i cicli/Data di inizio dell'ultimo ciclo.

Una volta impostati i valori corretti, il calendario evidenzierà a colori i giorni destinati all'ovulazione, il giorno dell'ovulazione e la previsione del ciclo mestruale. Durante il periodo mestruale, il colore della marcatura passa dal rosa chiaro (periodo anticipato) al rosa scuro (mestruazioni).

Il colore dei giorni del ciclo mestruale del mese visualizzato è indicato anche nella didascalia del calendario.

- Rosa scuro – mestruazioni
- Luce rosa – previsione del periodo mestruale
- Blu – giorno dell'ovulazione
- Verde – periodo di ovulazione

I colori dei giorni delle singole parti del ciclo, iniziato nel mese precedente o continuato nel mese successivo, sono rappresentati in una tonalità diversa.



- Marrone/viola – mestruazioni
- Blu scuro – giorno dell'ovulazione
- Verde scuro – periodo di ovulazione

La previsione del ciclo mestruale nel calendario è indicativa. Mantieni aggiornati i valori di input per avisare tempestivamente dell'inizio del ciclo stimato.

## Scheda ATTIVITÀ

Visualizza informazioni dettagliate:

- Una panoramica che mostra il tempo di attività durante il giorno corrente o il valore medio della settimana o del mese corrente. Scorrere verso sinistra/destra per visualizzare la panoramica dei dati di transizione giorno/settimana /mese. Premendo e spostando la linea „bianca" è possibile spostarsi nella timeline di avanzamento e visualizzare informazioni dettagliate su numero di passi, calorie e tempo.
- Volume di attività fisica.
- Panoramica degli ultimi 7 giorni dal giorno selezionato, fare clic sul giorno selezionato per visualizzare i dettagli dell'attività.
- Registri degli esercizi.
- Confronto dei risultati per sesso ed età.

Fare clic sull'icona Calendario per selezionare un giorno nel calendario e visualizzare i dettagli dell'attività.

I passaggi nell'applicazione sono dati indicativi, che dipendono dal numero di movimenti del dito della mano. Il conteggio dei passi e la visualizzazione della distanza potrebbero essere influenzati da alcuni movimenti della mano, come la digitazione su una tastiera o altri lavori manuali meccanici.

## Scheda SLEEP

Visualizza le informazioni sul sonno precedente.

Fare clic sulla casella „Sonno" per visualizzare:

- Divisione dello stato di sonno in Calmo (Profondo)/Leggero/REM/ Sveglia e visualizzazione del giorno/settimana/mese corrente in cui ci si addormenta e ci si sveglia dal sonno. Scorrere verso sinistra/destra per visualizzare la panoramica del sonno del giorno/settimana/mese precedente. Premendo e spostando la linea "bianca", è possibile spostarsi nella sequenza temporale di avanzamento e visualizzare informazioni dettagliate sull'ora del sonno.
- Rapporto del sonno per tipo e ora dell'ultimo sonno.
- Valutazione della qualità del sonno.
- Analisi, efficienza e timing del sonno.
- Frequenza cardiaca media durante il sonno.
- Frequenza cardiaca media (variabilità della frequenza cardiaca).
- Temperatura, differenza rispetto alla temperatura corporea media.
- Stato dell'attività durante il sonno.
- Sviluppo del sonno negli ultimi 7 giorni.
- Confronto tra sonno, tempo sonno-veglia e tempo di sonno per sesso ed età.

Fare clic sull'icona Calendario per selezionare un giorno nel calendario e visualizzare i dettagli del sonno.

A causa della complessità del software del sistema operativo e dei requisiti di Google/Apple per la sicurezza dell'applicazione è necessario adattare anche le funzioni dell'applicazione. Inoltre, mantieni aggiornato il sistema operativo del tuo telefono alla versione più recente. L'applicazione richiede il sistema operativo Android 5.0 o iOS 10.0 e versioni successive, Bluetooth 5.1, altrimenti la sua funzionalità non può essere garantita.

TESLA Electronic LTD si riserva il diritto di apportare modifiche all'applicazione e al firmware dello smart ring TESLA Ring G55. Alcune funzionalità potrebbero essere aggiunte, modificate o rimosse.

## **RISOLVERE PROBLEMI CON L'APPLICAZIONE**

- Verifica che l'anello sia caricato e accoppiato correttamente nell'app Ring TESLA.
- Controlla le impostazioni del tuo telefono cellulare per vedere se hai tutte le funzionalità e le autorizzazioni abilitate  
ANDROID: abilita i permessi delle applicazioni „Notifiche”, „Posizione” e „Dispositivi nelle vicinanze”.  
iOS: abilita i permessi delle applicazioni „Notifica”, „Posizione”, „Bluetooth” e „Rete locale”.
- Controlla la versione dell'app e aggiorna se è disponibile una nuova versione.
- Controlla il firmware dello smart ring e aggiorna se è disponibile una nuova versione.

## **MEMORIZZAZIONE E SINCRONIZZAZIONE**

Il TESLA Ring G55 dispone di una memoria integrata e può memorizzare i dati per un massimo di 7 giorni (a seconda della frequenza delle misurazioni e dell'utilizzo) senza collegarsi all'app Ring TESLA. Si consiglia di eseguire una sincronizzazione quotidiana, almeno una volta ogni 3-4 giorni, per evitare di perdere i dati. La sincronizzazione dei dati tra l'anello e l'app avviene automaticamente al momento della connessione.

Se la sincronizzazione non viene eseguita, nell'anello vengono memorizzati solo i dati più recenti, il che significa che i nuovi dati sovrascriveranno quelli più vecchi.

## **Cura della batteria**

Ricaricare la batteria al massimo ogni 3-5 giorni (prima se la batteria è scarica), anche quando non si utilizza l'anello. La durata della batteria dipende dal numero di attività o misurazioni effettuate.

## **PULIZIA E MANUTENZIONE**

Lavare l'anello con acqua leggermente saponata, quindi risciacquare con acqua pulita e asciugare accuratamente.

## RISOLUZIONE DEI PROBLEMI

Problema	Soluzione
L'anello non funziona.	Controlla che l'anello sia carico. Collega l'anello al supporto di ricarica.
L'anello non misura.	In caso di misurazioni frequenti potrebbero verificarsi guasti. Non fare clic sulla misurazione troppo spesso. Controlla di aver indossato correttamente l'anello, che non sia troppo lento e che i sensori di misurazione siano sotto il dito. Scollega e collega l'anello nell'app e riprova la misurazione dopo un po'. Assicurati di avere il Bluetooth attivato o riattivato (spegnilo e riaccendilo).
Alcuni giorni o date non vengono salvati.	L'anello era scarico, non poteva misurare i dati. L'anello non è stato montato correttamente o non è stato montato affatto. I dati nell'app o nell'anello sono stati eliminati.
Il calendario mestruale non può essere disattivato.	Per cancellare i dati e disattivare il calendario mestruale, cancellare i dati dell'applicazione archiviati nella memoria del telefono.

## SUPPORTO TECNICO

Hai bisogno di aiuto per configurare e utilizzare il TESLA Ring G55?

Contattaci: [www.tesla-electronics.eu](http://www.tesla-electronics.eu)

## CONSUMI E ACCESSORI

Puoi acquistare i materiali di consumo nel negozio ufficiale del marchio TESLA

[eshop.tesla-electronics.eu](http://eshop.tesla-electronics.eu).

## RIPARAZIONE IN GARANZIA

Per la riparazione in garanzia, contattare il rivenditore presso cui è stato acquistato il TESLA Ring.

## La garanzia NON si applica a:

- normale usura.
- mancata osservanza delle „Istruzioni importanti per la sicurezza" elencate nel manuale utente.
- danni elettromeccanici o meccanici causati da un uso improprio.
- danni causati da elementi naturali quali acqua, fuoco, elettricità statica, sovratensione, ecc.
- danni causati da riparazioni non autorizzate.

### ESCLUSIONI DALLA GARANZIA

La garanzia non copre l'usura dell'anello dovuta al normale utilizzo. L'usura tipica dovuta al normale utilizzo comprende, ad esempio, lo scolorimento, la consistenza o i danni superficiali, lo scaricamento della batteria o la riduzione della capacità dopo la normale durata di 6 mesi.

### DICHIARAZIONE DI CONFORMITÀ

Noi, TESLA Electronics LTD, dichiariamo che questa apparecchiatura è conforme ai requisiti essenziali e ad altre disposizioni pertinenti degli standard e dei regolamenti relativi al tipo di apparecchiatura.



Questo prodotto soddisfa i requisiti dell'Unione Europea.



Se questo simbolo è attaccato al prodotto, informarsi sul sistema di raccolta differenziata locale per i prodotti elettrici ed elettronici.

Si prega di seguire le normative locali e di non smaltire i vecchi prodotti nei normali rifiuti domestici. Il corretto smaltimento del vecchio prodotto aiuta a prevenire potenziali conseguenze negative per l'ambiente e la salute umana.

Poiché il prodotto viene sviluppato e migliorato, ci riserviamo il diritto di modificare il manuale dell'utente. È sempre possibile trovare la versione attuale di questo manuale utente su

[www.tesla-electronics.eu](http://www.tesla-electronics.eu).

Il design e le specifiche sono soggetti a modifiche senza preavviso, con riserva di errori di stampa.

**Stimate client,**  
**Vă mulțumim că ați ales TESLA Ring G55.**

## **INSTRUCȚIUNI DE SIGURANȚĂ IMPORTANTE**

- Nu reparați inelul sau stația de încărcare, risc de rănire, risc de deteriorare și pierdere a garanției.
- Producătorul și importatorul în Uniunea Europeană nu este responsabil pentru daune sau vătămări cauzate de funcționarea inelului și a accesoriilor.

## **CONDIȚII DE UTILIZARE ȘI SIGURANȚĂ**

- Utilizați și depozitați inelul și accesoriile într-un loc uscat într-un interval de temperatură cuprins între 0 °C și 45 °C.
- Durata de viață a bateriei poate fi redusă dacă temperatura ambientală scade sub 5 °C.
- Dacă temperatura ambientală sau temperatura inelului este prea ridicată sau prea scăzută, pot apărea defecțiuni de funcționare și erori neașteptate.
- Nu utilizați dispozitive de încălzire, cum ar fi cuptoarele cu microunde sau uscătoarele de păr, pentru a-l usca.
- Nu efectuați nicio modificare la inel, baterie sau accesorii pentru a preveni deteriorarea și vătămarea proprietății sau a sănătății.
- Nu așezați sau nu utilizați inelul și accesoriile în zone cu temperaturi ridicate, pot apărea defecțiuni, incendii sau explozii!
- Dacă inelul sau bateria se supraîncălesc, scufundați-le în apă rece.
- În cazul deteriorării mecanice a inelului, contactați un centru de service TESLA autorizat.
- Inelul și accesoriile pot conține piese mici, păstrați-le departe de îndemâna copiilor.

## **UTILIZAREA PRODUSULUI**

Înainte de a utiliza inelul, citiți și respectați următoarele precauții pentru a asigura performanța optimă a inelului și pentru a evita situațiile periculoase.

Diferitele momente ale zilei sau activități pot cauza dimensiuni diferite ale degetelor, astfel încât uneori poate fi dificil să scoateți inelul de pe deget.

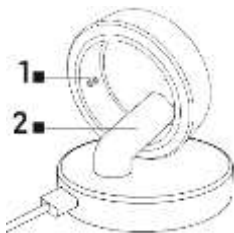
Dacă apare un blocaj:

- Utilizați apă rece și săpun pentru a umezi degetul și rotiți încet inelul pentru a-l îndepărta.
- Ridicați mâna deasupra nivelului inimii până când tensiunea arterială scade, apoi încercați să scoateți inelul.

Atunci când purtați inelul, păstrați uscată partea interioară care atinge inelul. În cazul contactului cu apa, uscați inelul și degetul. Dacă apar simptome precum erupții cutanate, roșeață, umflături etc. la punctul de atingere, nu mai utilizați inelul și lăsați degetul să se odihnească; dacă problemele persistă, consultați un medic.

## **PRIMA UTILIZARE**

Încărcați bateria în inel. Conectați cablul de alimentare la adaptorul de alimentare USB de 5 V (nu este inclus) și conectați celălalt capăt al cablului de alimentare la baza de încărcare. Răsuciți inelul astfel încât contactul de încărcare de pe inel să se prindă ușor în baza magnetică de încărcare (2).



### **Inelul se încarcă**

Indicatorul 1 clipește roșu în timpul încărcării.

### **Baterie complet încărcată**

Indicatorul 1 clipește în verde, apoi se stinge.

Puneți inelul pe deget, astfel încât senzorii din interiorul inelului să aibă un contact bun cu pielea. Dacă inelul este montat prea slab, poate apărea o colectare incorectă a datelor.

Inelul poate fi purtat în timpul dușului, înot scurt, scufundări etc. Nu recomandăm scufundarea mai mult de 30 de minute la o adâncime mai mare de 100 de metri. Nu recomandăm purtarea inelului atunci când lucrați cu obiecte grele sau ascuțite. Inelul poate zgâria alte suprafețe sau poate fi zgâriat. Evitați contactul cu alte baterii sau dispozitive electronice cu baterii, există riscul de scurtcircuit, similar altor inele metalice standard.

## **APLICAȚII DE TELEFON MOBIL**

Activați Bluetooth pe telefon, instalați aplicația „Ring TESLA” din Google Play/Apple Store și urmați ghidul pentru a asocia inelul.

### **PORNIREA APLICAȚIEI**

Setați datele de profil – sex, înălțime, greutate, data nașterii. Pe baza valorilor introduse, sistemul va sugera automat o lungime de pas, pe care o puteți ajusta în continuare. Setarea lungimii corecte a pasului afectează calculul distanței pentru activități și exerciții.

Permiteți toate permisiunile pe care aplicația „Ring TESLA” le solicită:

- ANDROID: activați permisiunile aplicației „Notificare”, „Locație” și „Dispozitive din apropiere”.
- iOS: activați permisiunile aplicației „Notificare”, „Locație”, „Bluetooth” și „Rețea locală”.

Asociați TESLA Ring G55 în aplicație. Faceți clic pe butonul „Adăugați inel TESLA” pentru a căuta un inel și selectați inelul TESLA G55 găsit pentru a asocia.

## **Fila SETĂRI**

### **Obiectiv**

În elementul „Obiectiv”, puteți seta obiectivele zilnice dorite pentru îndeplinire – numărul de pași, calorii arse sau timpul de activitate. Dacă activați notificările pentru aplicație pe telefonul dvs. mobil, aplicația vă va anunța când obiectivul este îndeplinit. Puteți seta obiective diferite chiar și pentru anumite zile ale săptămânii – activați elementul „Obiectiv zilnic de exercițiu” și apoi setați separat valorile pentru fiecare zi.

## Profil

Setări profil utilizator – sex, înălțime, greutate, data nașterii. Pe baza valorilor introduse, sistemul va sugera automat o lungime de pas, pe care o puteți ajusta în continuare. Setarea lungimii corecte a pasului afectează calculul distanței pentru activități și exerciții.

## Alte

Setarea formatului, unităților de valori afișate și notificărilor aplicației.

- Format de unitate: Metric/Imperial
- Unitate de temperatură: °C/Fahrenheit
- Memento de mișcare: veți primi o notificare pe telefon când sunteți inactiv.
- Memento baterie scăzută: dacă nivelul bateriei scade sub 5%, veți primi o notificare pe telefon.
- Alertă de ritm cardiac: dacă valoarea maximă setată a ritmului cardiac este depășită, veți primi o notificare pe telefon.

## Firmware

Informații despre versiunea curentă a firmware-ului inelului, verificarea actualizărilor sau ștergerea datelor.

## Ștergerea datelor (Resetare)

- Faceți clic pe butonul RESET și apoi confirmați alegerea cu butonul OK. După ștergerea cu succes a datelor (aplicația vă informează printr-o notificare), închideți aplicația și datele stocate în memoria inelului vor fi șterse.
- Pentru a șterge datele salvate în aplicație, accesați setările telefonului mobil > aplicația „Ring TESLA” și ștergeți datele salvate ale aplicației. După ce porniți din nou aplicația, faceți noi setări (profil, destinație etc.) și asociați din nou inelul. Procedura de ștergere a datelor poate diferi în funcție de telefonul mobil și de sistemul de operare. Dacă este necesar, contactați asistența sau service-ul producătorului de telefon mobil.

## Apple Health

Connection și setări de partajare a datelor pentru aplicația Health pe dispozitivele mobile Apple cu sistemul de operare iOS.

## Fila PREZENTARE GENERALĂ

### Activitate

Afișează informații zilnice despre pași, calorii și timpul de activitate.

Faceți clic pe câmpul Activitate pentru a vedea:

- Prezentare generală care arată timpul de activitate în timpul zilei curente. Glisați la stânga/dreapta pentru a vedea o prezentare generală a activităților din ultimele zile. Apăsând și mutând linia „albă”, vă puteți deplasa în cronologia și puteți vedea informații detaliate despre numărul de pași, calorii etc.
- Prezentare generală pentru ultimele 7 zile din ziua selectată, faceți clic pe ziua selectată pentru a vedea detaliile activității.

Faceți clic pe pictograma Calendar pentru a selecta o zi din calendar și pentru a vedea detaliile activității. De asemenea, puteți găsi o afișare detaliată a rezultatelor și evaluarea rezultatelor activității în fila **ACTIVITATE**.

Pașii din aplicație sunt date orientative, care depind de numărul de mișcări ale degetului mâinii. Numărul de pași și afișarea distanței pot fi afectate de unele mișcări ale mâinii, cum ar fi tastarea pe tastatură sau alte lucrări mecanice ale mâinii.

### Înregistrări exercițiu

Faceți clic pe câmpul „Înregistrări exercițiu” pentru a vizualiza informații despre activitățile salvate, informațiile afișate variază în funcție de exercițiul selectat. Faceți clic pe pictograma „Începeți exercițiul” pentru a vedea o listă de exerciții.

- Antrenament cu înregistrarea datelor GPS:  
pentru funcționalitate, trebuie să aveți în rază de acțiune TESLA Ring G55, precum și un telefon mobil cu o aplicație Ring TESLA asociată. Selectați activitatea, confirmați conexiunea la telefonul mobil, așteptați ca datele de locație (GPS) să fie încărcate și afișarea locației curente. Setați obiectivele dorite și faceți clic pe butonul de pornire pentru a începe exercițiul.
- Exercițiu fără înregistrarea datelor GPS:  
alegeți o activitate, setați obiectivele dorite și faceți clic pe butonul de pornire pentru a începe.

Puteți întrerupe, încheia sau bloca un antrenament de alergare pe telefonul mobil pentru a preveni întreruperea acestuia sau terminarea accidentală. Pentru a debloca, faceți clic și țineți apăsat butonul „Deblocare” timp de 3 secunde. Când sunteți întrerupt, puteți face clic pe butonul „Continuare” pentru a continua activitățile de înregistrare sau puteți face clic pe butonul „Terminare” pentru a ieși. Vor fi salvate doar înregistrările de exerciții care durează mai mult de 1 minut sau care au înregistrat suficiente date pentru activitatea selectată și obiectivele selectate.

### Somn

Faceți clic pe câmpul „Sleep” pentru a vedea:

- Diviziunea stării somnului: Calm (Adinc)/Lumină/REM/Trezește-te și afișează ora adormirii și trezirii din ultimul somn. Glisați la stânga/dreapta pentru a vedea o prezentare generală a somnului din zilele precedente. Apăsând și mutând linia „albă”, vă puteți deplasa în cronologia progresului și puteți vizualiza informații detaliate despre specie și timp.
- Raportul de somn în funcție de tipul și timpul ultimului somn.
- Evaluarea calității somnului.
- Măsurarea are loc doar între orele 20:00 și 10:00.

Faceți clic pe pictograma „Calendar” pentru a selecta o zi din calendar și pentru a vedea detaliile despre somn. De asemenea, puteți găsi o vizualizare detaliată a rezultatelor și a evaluării somnului în fila **SOMN**.

### Ritm cardiac

Afișează valorile măsurate ale ritmului cardiac din ziua curentă. Frecvența cardiacă este măsurată automat, dar puteți efectua și o măsurătoare manuală făcând clic pe pictograma „Măsurăți ritmul cardiac”.



Faceți clic pe câmpul „Rătă cardiacă” pentru a vedea:

- Valori măsurate în timpul zilei curente sau valori medii ale ritmului cardiac pentru săptămâna sau luna curentă. Glisați la stânga/dreapta pentru a vedea o prezentare generală a datelor anterioare pentru o zi/săptămână /lună. Apăsând și mutând linia „albă”, puteți trece prin cronologia progresului și puteți vizualiza informații detaliate despre ritmul cardiac și timpul.
- Zone de ritm cardiac și evaluări.

Faceți clic pe pictograma „Calendar” pentru a selecta o zi din calendar și pentru a vedea detaliile ritmului cardiac. Faceți clic pe pictograma „Statistici” pentru a vedea o listă și o evaluare a măsurătorilor manuale ale ritmului cardiac. Măsurarea manuală este utilizată în principal pentru măsurarea ritmului cardiac în timpul sau după exercițiu și salvarea valorilor măsurate într-o listă.

### **Conținutul de oxigen din sânge**

Afișează informații despre oxigenarea sângelui la ultima măsurătoare efectuată. Pentru a măsura valorile, faceți clic pe butonul „Măsurați conținutul de oxigen” din sânge.

Faceți clic pe câmpul „Conținut de oxigen din sânge” pentru a vizualiza:

- Informații detaliate despre ultima măsurătoare.
- 7 înregistrări recente.

Faceți clic pe pictograma „Statistici” pentru a vizualiza o listă și o evaluare a măsurătorilor de oxigenare din sânge.

### **Variabilitatea ritmului cardiac (HRV)**

Afișează măsurătorile variației ritmului cardiac din ziua curentă. Variabilitatea ritmului cardiac este măsurată automat, dar puteți efectua și o măsurare manuală făcând clic pe pictograma „Măsurați variabilitatea ritmului cardiac”.

Faceți clic pe caseta „Variabilitatea ritmului cardiac” pentru a vedea:

- Valori măsurate în timpul zilei curente sau valori medii ale ritmului cardiac pentru săptămâna sau luna curentă. Glisați la stânga/dreapta pentru a vedea o prezentare generală a transmiterii datelor pe zi/săptămână /lună. Apăsând și mutând linia „albă”, puteți trece prin cronologia progresului și puteți vizualiza informații detaliate despre ritmul cardiac și timpul.

Faceți clic pe pictograma „Calendar” pentru a selecta o zi din calendar și pentru a vedea detaliile valorilor stocate ale variabilității ritmului cardiac. Faceți clic pe pictograma „Statistici” pentru a vizualiza o listă și o evaluare a măsurătorilor manuale ale valorilor variabilității ritmului cardiac. Măsurarea manuală este utilizată în primul rând pentru a măsura variabilitatea ritmului cardiac în timpul sau după efort și pentru a salva valorile măsurate într-o listă.

### **Stress**

Afișează informații despre valoarea stării de tensiune a măsurării. Faceți clic pe pictograma „Măsurați stresul” pentru a măsura valorile.

Faceți clic pe caseta „Stres” pentru a vedea:

- Informații detaliate despre ultima măsurătoare.
- 7 înregistrări recente.

Faceți clic pe pictograma „Statistici” pentru a vizualiza o listă de măsurători ale stării de stres.

### **Ciclu menstrual**

Afișează predicția așteptată a ciclului menstrual în funcție de valorile introduse.

Faceți clic pe câmpul Ciclu menstrual pentru a previzualiza luna curentă în calendar, faceți clic pe săgeata dreapta/stânga pentru a schimba luna afișată.

Setări calendar:

- Notă de memento  
Setați notificarea de notificare a aplicației la opțiunile selectate: Memento perioada / Memento ovulație / Memento ziua ovulației / Memento sfârșitul ovulației.
- Setări de ciclu  
Setați valorile corecte ale ciclului, Numărul de zile menstruale / Numărul de zile dintre cicluri / Data ultimei începuturi a menstruației.

Odată ce ați setat valorile corecte, calendarul va evidenția zilele pentru ovulație, ziua ovulației și predicția perioadei menstruale în culori. În timpul perioadei menstruale, marcajul de culoare se schimbă de la roz deschis (perioadă anticipată) la roz închis (menstruație).

Codul de culori al zilelor din ciclul menstrual al lunii afișate este, de asemenea, indicat în legenda calendarului.

- Roz închis – menstruație
- Lumina roz – prezicerea perioadei menstruale
- Albastru – ziua ovulației
- Verde – perioada de ovulație

Culorile zilelor din fiecare parte a ciclului, care a început în luna precedentă sau continuă în luna următoare, sunt reprezentate într-o nuanță diferită.

- Maro/violet – perioada menstruală
- Albastru închis – ziua ovulației
- Verde închis – perioada de ovulație

Predicția ciclului menstrual din calendar este orientativă. Păstrați valorile de intrare actualizate pentru avertizare timpurie a începerii ciclului estimat.

## Fila ACTIVITATE

Afișează informații detaliate:

- O prezentare generală care arată timpul de activitate în timpul zilei curente sau valoarea medie a săptămânii sau lunii curente. Glisați la stânga/dreapta pentru a vedea prezentarea generală a datelor de tranziție Zi/Săptămână /Lună. Apăsând și mutând linia „albă”, puteți trece prin cronologia progresului și puteți vizualiza informații detaliate despre numărul de pași, calorii și timp.
- Volumul activității fizice.
- Prezentare generală pentru ultimele 7 zile din ziua selectată, faceți clic pe ziua selectată pentru a vedea detaliile activității.
- Înregistrări de exerciții.
- Compararea rezultatelor în funcție de sex și vârstă.

Faceți clic pe pictograma Calendar pentru a selecta o zi din calendar și pentru a vedea detaliile activității.

Pașii din aplicație sunt date orientative, care depind de numărul de mișcări ale degetului mâinii. Numărul de pași și afișarea distanței pot fi afectate de unele mișcări ale mâinii, cum ar fi tastarea pe tastatură sau alte lucrări mecanice ale mâinii.

## Fila SOMN

Afișează informații despre somnul anterior.

Faceți clic pe caseta „Sleep” pentru a vedea:

- Împărțirea stării de somn în Calm (Adinc)/Lumină/REM/ Trezire și afișați ziua/săptămâna/luna curentă în care adormiți și treziți din somn. Glisați la stânga/dreapta pentru a vedea prezentarea generală a somnului din ziua/săptămâna/luna anterioară. Apăsând și mutând linia „albă”, vă puteți deplasa în cronologia progresului și puteți vizualiza informații detaliate despre timpul somnului.
- Raportul de somn în funcție de tipul și timpul ultimului somn.
- Evaluarea calității somnului.
- Analiza somnului, eficiență și sincronizare.
- Ritmul cardiac mediu în timpul somnului.
- Ritmul cardiac mediu (variabilitatea ritmului cardiac).
- Temperatura, diferență față de temperatura medie a corpului.
- Starea activității în timpul somnului.
- Dezvoltarea somnului în ultimele 7 zile.
- Comparație între timp de somn, timp de trezire și timp de somn în funcție de sex și vârstă.

Faceți clic pe pictograma Calendar pentru a selecta o zi din calendar pentru a vedea detaliile despre somn.

Ca parte a complexității software a sistemului de operare și a cerințelor Google/Apple pentru securitatea aplicației, este necesar să se adapteze și funcțiile aplicației. De asemenea, mențineți sistemul de operare al telefonului actualizat la cea mai recentă versiune. Aplicația necesită sistemul de operare Android 5.0 sau iOS 10.0 și o versiune ulterioară, Bluetooth 5.1, altfel funcționalitatea acestuia nu poate fi garantată.

TESLA Electronic LTD își rezervă dreptul de a face modificări aplicației și firmware-ului inelului inteligent TESLA Ring G55. Unele caracteristici pot fi adăugate, modificate sau eliminate.

## **REZOLVAREA PROBLEMELOR CU APLICAȚIA**

- Verificați dacă inelul este încărcat și asociat corespunzător în aplicația Ring TESLA.
- Verificați setările telefonului mobil pentru a vedea dacă aveți toate funcțiile și permisiunile activate  
ANDROID: activați permisiunile aplicației „Notificare”, „Locație” și „Dispozitive din apropiere”.  
iOS: activați permisiunile aplicației „Notificare”, „Locație”, „Bluetooth” și „Rețea locală”.
- Verificați versiunea aplicației și actualizați dacă este disponibilă o nouă versiune.
- Verificați firmware-ul inelului inteligent și actualizați dacă este disponibilă o nouă versiune.

## **STOCAREA MEMORIEI ȘI SINCRONIZAREA**

TESLA Ring G55 are memorie încorporată și poate stoca date timp de până la 7 zile (în funcție de frecvența măsurărilor și de utilizare) fără a se conecta la aplicația TESLA Ring. Vă recomandăm să efectuați o sincronizare în fiecare zi, cel puțin o dată la 3 sau 4 zile, pentru a evita pierderea oricăror date. Sincronizarea datelor între inel și aplicație se va face automat atunci când sunteți conectat.

Dacă sincronizarea nu este efectuată, în inel sunt stocate doar cele mai recente date, ceea ce înseamnă că datele noi vor suprascrie cele mai vechi date.

## **Îngrijirea bateriei**

Reîncărcați bateria la capacitate maximă la fiecare 3 până la 5 zile (mai devreme dacă bateria este descărcată), chiar și atunci când nu utilizați inelul. Durata de viață a bateriei se bazează pe numărul de activități sau măsurători efectuate.

## **CURĂȚARE ȘI ÎNTREȚINERE**

Spălați inelul cu apă blândă cu săpun, apoi clătiți cu apă curată și uscați bine.

## DEPANARE

Problemă	Soluție
Inelul nu merge.	Verificați dacă inelul este încărcat. Conectați inelul la suportul de încărcare.
Inelul nu măsoară.	În cazul măsurătorilor frecvente, poate apărea defecțiune. Nu faceți clic prea des pe măsurare. Verificați dacă aveți inelul pus corect, că nu este prea slăbit și că senzorii de măsurare sunt pe partea inferioară a degetului. Deconectați și conectați inelul în aplicație și încercați din nou măsurarea după un timp. Asigurați-vă că aveți Bluetooth activat sau reporniți-l (dezactivați-l și porniți-l din nou).
Unele zile sau date nu sunt salvate.	Inelul era mort, nu putea măsura datele. Inelul nu a fost montat corect sau deloc. Datele din aplicație sau inel au fost șterse.
Calendarul menstrual nu poate fi dezactivat.	Pentru a șterge datele și a dezactiva calendarul menstrual, ștergeți datele aplicației stocate în memoria telefonului.

## SUPORT TEHNIC

Aveți nevoie de ajutor pentru configurarea și utilizarea TESLA Ring G55?

Contactați-ne: [www.tesla-electronics.eu](http://www.tesla-electronics.eu)

## CONSUMABLE ȘI ACCESORII

Puteți cumpăra consumabile din magazinul oficial al mărcii TESLA [eshop.tesla-electronics.eu](http://eshop.tesla-electronics.eu).

## REPARAȚIE GARANȚIE

Pentru reparații în garanție, contactați distribuitorul de la care ați achiziționat inelul TESLA.

### Garanția NU se aplică pentru:

- uzura normală.
- nerespectarea „Instrucțiunilor importante de siguranță” enumerate în manualul de utilizare.
- daune electromecanice sau mecanice cauzate de o utilizare necorespunzătoare.
- daune cauzate de elemente naturale precum apa, incendiu, electricitate statică, supratensiune etc.
- daune cauzate de reparații neautorizate.

## EXCLUDERI DIN GARANȚIE

Garanția nu acoperă uzura inelului cauzată de utilizarea normală. Uzura tipică datorată utilizării normale include, de exemplu, decolorarea, deteriorarea texturii sau a suprafeței, descărcarea bateriei sau reducerea capacității după durata de viață normală de 6 luni.

## DECLARAȚIE DE CONFORMITATE

Noi, TESLA Electronics LTD, declarăm că acest echipament este în conformitate cu cerințele esențiale și cu alte prevederi relevante ale standardelor și reglementărilor relevante pentru tipul de echipament.



Acest produs îndeplinește cerințele Uniunii Europene.



Dacă acest simbol este atașat produsului, vă rugăm să întrebați despre sistemul dvs. local de colectare separată pentru produse electrice și electronice. Vă rugăm să respectați reglementările locale și să nu aruncați produsele vechi la gunoiul menajer normal. Eliminarea corectă a vechiului produs ajută la prevenirea potențialelor consecințe negative asupra mediului și sănătății umane.

Pe măsură ce produsul este dezvoltat și îmbunătățit, ne rezervăm dreptul de a modifica manualul de utilizare. Puteți găsi întotdeauna versiunea actuală a acestui manual de utilizare la [www.tesla-electronics.eu](http://www.tesla-electronics.eu).

Designul și specificațiile pot fi modificate fără notificare, erorile de tipărire fiind rezervate.