

# Sommario

## Introduzione

Tasti e gesture	1
Associare l'orologio al telefono	3
Accendere/spegnere e riavviare l'orologio	4
Caricare l'orologio	5

## Monitoraggio dell'attività fisica

Avvio dell'attività fisica	8
Stato attività fisica	9
Tracciare le attività quotidiane	10
Rilevamento automatico dell'attività fisica	11
Percorso di ritorno	11

## Gestione salute

Introduzione ai tre anelli nel registro Attività nell'orologio	12
Monitoraggio del sonno	12
Misurazione dei livelli di ossigeno nel sangue (SpO2)	13
Monitorare la frequenza cardiaca	14
Test dei livelli di stress	17
Promemoria attività	18
Previsione del ciclo mestruale	18

## Comodità

Ricevere notifiche ed eliminare messaggi	20
Rispondere o rifiutare le chiamate in arrivo	21
Controllare il registro chiamate	21
Riprodurre musica	21
Usare il cronometro o il timer	22
Impostare una sveglia	23
Usare la torcia	24
Utilizzo dell'app Pressione atmosferica	24
Avvisi di condizioni meteorologiche gravi	25
Usare la bussola	25
Bollettini meteo	25
Trovare il telefono usando l'orologio	26
Otturatore remoto	26
Connettere gli auricolari	27
Attivare la modalità Non disturbare	27

## Altre istruzioni

Indossare l'orologio	28
Regolare e sostituire il cinturino dell'orologio	28

Impostare i quadranti dell'orologio della Galleria	32
Quadranti di orologio animati	32
Display sempre attivo	33
Quadranti	33
Impostare i contatti preferiti (usare un orologio per effettuare/ricevere una chiamata)	34
Impostazione di ora e lingua	34
Regolazione della suoneria	35
Personalizzare il tasto in basso	35
Scegliere le app preferite	35
Regolare la luminosità dello schermo	35
Aggiornare l'orologio	36
Visualizzazione del nome Bluetooth, indirizzo MAC, modello, numero di serie e versione	36
Ripristinare l'orologio alle impostazioni di fabbrica	37

# Introduzione

## Tasti e gesture

L'orologio è dotato di un touchscreen a colori, che risponde attivamente al tocco e su cui puoi scorrere in diverse direzioni.

### Tasto su

Operazione	Funzione	Note
Premere	<ul style="list-style-type: none"><li>• Attivazione dello schermo dell'orologio quando è spento.</li><li>• Accesso alla lista delle app dalla schermata Home.</li><li>• Ritorno alla schermata Home.</li></ul>	Alcuni scenari fanno eccezione, ad esempio chiamate e attività fisica.
Tenere premuto	<ul style="list-style-type: none"><li>• Accensione dell'orologio quando è spento.</li><li>• Accesso alla schermata di riavvio/spegnimento quando l'orologio è acceso.</li></ul>	-

### Tasto giù

Operazione	Funzione	Note
Premere	Apertura dell'app per l'attività fisica. Accesso alla funzione personalizzata impostata.	Alcuni scenari fanno eccezione, ad esempio chiamate e attività fisica.


Operazione	Funzione	Note
Tenere premuto	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Blocco o sblocco dello schermo</li> <li>• Attivazione dell'assistente vocale.</li> </ul>	<p>La funzione di blocco/sblocco è disponibile solamente con i modelli seguenti: HONOR MagicWatch Series, HONOR Watch versione VIVIENNE TAM, HONOR Watch Magic/Dream Series e HUAWEI WATCH GT Series.</p> <p>Se usi HUAWEI WATCH GT 2, HUAWEI WATCH GT 2e o HUAWEI WATCH GT 2 Pro, puoi premere solamente il pulsante Su per bloccare o sbloccare lo schermo e premere il tasto Giù per passare da una schermata all'altra durante gli allenamenti. Lo schermo dell'orologio è bloccato per impostazione predefinita durante gli allenamenti di nuoto e non è possibile sbloccarlo.</p> <p>L'assistente vocale è disponibile solamente con telefoni con EMUI 10.1.</p>

## Gesture

Operazione	Funzione
Toccare	Selezione e conferma.
Toccare e tenere premuto sulla schermata Home	Cambio del quadrante dell'orologio.
Scorrere verso l'alto sulla schermata Home	Visualizzazione delle notifiche.
Scorrere verso il basso sulla schermata Home	Visualizzazione del menu scorciatoie.
Scorrere a destra o a sinistra	Visualizzazione dei dati relativi a frequenza cardiaca, allenamento, informazioni meteo.
Scorrere verso destra	Ritorno alla schermata precedente.

## Attivare lo schermo


- Premi il tasto Su.
- Solleva o ruota il polso verso l'interno.
- Scorri verso il basso sulla schermata Home per aprire il menu scorciatoie. Attiva **Mostra orologio** e lo schermo rimarrà acceso per 5 minuti.

 Puoi attivare la funzione **Alza il polso per riattivare lo schermo** all'interno dell'app Huawei Health accedendo alla schermata dei dettagli dell'orologio.

## Disattivare lo schermo

- Solleva o ruota il polso verso l'esterno.
- Lo schermo dell'orologio si spegnerà automaticamente 5 secondi dopo, se viene attivato e non viene eseguita alcuna operazione entro questo periodo di tempo. Se viene eseguita una


qualsiasi operazione, lo schermo dell'orologio si spegnerà 15 secondi dopo essere stato attivato.

-  Dalla schermata Home, premi il tasto su e vai in **Impostazioni > Display > Avanzate** per regolare il tempo dopo il quale l'orologio entra in modalità sospensione e lo schermo si spegne. La durata è impostata su **Automatico** per impostazione predefinita.


## Associare l'orologio al telefono

Se hai appena rimosso l'orologio dalla confezione, premi il tasto su e tienilo premuto finché l'orologio non vibra e visualizza una schermata di avvio. Per impostazione predefinita, l'orologio è pronto per essere associato via Bluetooth.


### • Per utenti Android:




- 1** Cerca l'app Huawei Health all'interno di un app store e installala. Se l'hai già installata, assicurati che sia aggiornata.
- 2** Apri l'app Huawei Health e segui le istruzioni sullo schermo per concedere le autorizzazioni necessarie all'app. Accedi a **Dispositivi > Aggiungi sveglia > Smart Watch** e tocca il dispositivo che desideri associare.
- 3** Tocca **ASSOCIA** e l'app cercherà automaticamente i dispositivi Bluetooth disponibili nelle vicinanze. Una volta trovato, tocca il nome dell'orologio per iniziare l'associazione.
- 4** Quando viene visualizzata la richiesta di associazione sulla schermata dell'orologio, tocca  per associare l'orologio al telefono. Conferma l'associazione anche sul telefono.

### • Per utenti iOS:

- 1** Cerca l'app Huawei Health all'interno di un app store e installala. Se l'hai già installata, assicurati che sia aggiornata.
- 2** Apri l'app Huawei Health, accedi a **Dispositivi > + > Smart Watch** e tocca il dispositivo che desideri associare.
- 3** Tocca **ASSOCIA** e l'app cercherà automaticamente i dispositivi Bluetooth disponibili nelle vicinanze. Una volta trovato, tocca il nome dell'orologio per iniziare l'associazione.
- 4** Quando appare la richiesta di associazione sulla schermata dell'orologio, tocca  per associare l'orologio al telefono.


### **HUAWEI WATCH GT 2 / HONOR MagicWatch 2 (46 mm) / HONOR Watch GS Pro / HUAWEI WATCH GT 2 Pro** segui i seguenti passi per la procedura di associazione:

- 1** Accedi all'app store sul telefono e cerca Huawei Health. Scarica e installa l'app e assicurati che sia aggiornata.
- 2** Sul telefono accedi a Impostazioni > Bluetooth. L'orologio dovrebbe apparire automaticamente, tocca il dispositivo, quindi tocca  per completare l'associazione..
- 3** Apri l'app Health e accedi alla schermata delle impostazioni, tocca + nell'angolo in alto a destra e seleziona gli smart watch. Seleziona il modello di dispositivo.


- 4 Tocca ASSOCIA e l'app cercherà automaticamente i dispositivi Bluetooth disponibili nelle vicinanze. Una volta trovato, tocca il nome dell'orologio per iniziare l'associazione.
  - 5 Quando viene visualizzata la richiesta di associazione sulla schermata dell'orologio, tocca  per associare l'orologio al telefono. Conferma l'associazione anche sul telefono.
-  • Quando esegui l'associazione per la prima volta, puoi usare il telefono per scansionare il codice QR sullo schermo dell'orologio per scaricare l'app Huawei Health.
  - Se l'orologio non risponde dopo aver toccato  per confermare la richiesta di associazione, premi il tasto giù e tienilo premuto per sbloccare l'orologio e avviare nuovamente la procedura di associazione.
  - L'orologio mostrerà un'icona sullo schermo per informarti che l'associazione è andata a buon fine. Quindi riceverà informazioni (come la data e l'ora) dal telefono.
  - Se l'associazione non è riuscita, sullo schermo dell'orologio verrà visualizzata un'icona per informarti. Quindi l'orologio tornerà alla schermata di avvio.
  - Un orologio può essere connesso con un solo telefono per volta e viceversa. Se desideri associare l'orologio a un altro telefono, disconnetti l'orologio dal telefono corrente tramite l'app Huawei Health, quindi associa l'orologio a un altro telefono tramite l'app Huawei Health.

## Accendere/spegnere e riavviare l'orologio

### Accendere l'orologio

- Quando l'orologio è spento, tieni premuto il tasto in alto per accenderlo.
- Quando l'orologio è spento, si accenderà automaticamente se lo carichi.
-  • Se accendi l'orologio quando il livello della batteria è quasi esaurito, riceverai un promemoria per caricarlo e lo schermo dell'orologio si spegnerà dopo 2 secondi. Non potrai accendere l'orologio finché non lo avrai caricato.

### Spegnere l'orologio

- Quando l'orologio è acceso, tieni premuto il tasto in alto, quindi tocca **Spegni**.
- Quando l'orologio è acceso, premi il tasto in alto nella schermata Home, scorri verso l'alto o verso il basso fino a trovare **Impostazioni**, tocca l'opzione, accedi a **Sistema > Spegni**, quindi tocca  per confermare.
- Se il livello della batteria è molto basso, l'orologio vibrerà e si spegnerà automaticamente.

### Riavviare l'orologio

- Quando l'orologio è acceso, tieni premuto il tasto in alto, quindi tocca **Riavvia**.

- Quando l'orologio è acceso, premi il tasto in alto nella schermata Home, scorri fino a trovare **Impostazioni**, tocca l'opzione, accedi a **Sistema > Riavvia**, quindi tocca ✓ per confermare la scelta.

### **Forzare il riavvio dell'orologio**

- Tieni premuto il tasto in alto per almeno 16 secondi per forzare il riavvio dell'orologio.

## **Caricare l'orologio**

### **Carica**

- 1** Collega la porta USB Tipo-C e l'alimentatore, quindi collega l'alimentatore.
- 2** Appoggia l'orologio sulla base di carica, in modo che i contatti sull'orologio e la base siano allineati. Attendi finché non viene visualizzata l'icona di carica sullo schermo dell'orologio.
- 3** Una volta completamente carico, sullo schermo dell'orologio verrà visualizzato 100% e la carica si arresterà automaticamente. Se il livello della batteria è inferiore al 100% e il caricabatterie è ancora collegato all'orologio, la carica inizierà automaticamente.


- Usa il cavo di carica dedicato, la base di carica, una tensione di uscita nominale di 5 V e una corrente di uscita nominale di 1 A o superiore per caricare l'orologio. Usa un caricabatterie Huawei standard con un'uscita nominale di 2 A per caricare HUAWEI WATCH GT 2 Pro. Caricando l'orologio con un caricabatterie o con un power bank non Huawei, i tempi di carica potrebbero aumentare, il dispositivo potrebbe non riuscire a caricarsi completamente, si potrebbe verificare un surriscaldamento o altri problemi simili. Pertanto, ti consigliamo di acquistare un caricabatterie Huawei ufficiale da un punto vendita Huawei ufficiale.
- Usa un adattatore Huawei o altri adattatori conformi agli standard di sicurezza locali e internazionali. Gli adattatori che non sono conformi agli standard di sicurezza possono causare problemi alla sicurezza.
- Mantieni la superficie della base di carica pulita. Assicurati che l'orologio sia posizionato correttamente sulla base di carica e che mostri lo stato di carica. Non posizionare oggetti di metallo sui contatti del caricabatterie per troppo a lungo oppure non mettere e rimuovere ripetutamente oggetti metallici sui contatti, in quanto ciò può causare cortocircuiti e altri rischi (se usi un cinturino in metallo, assicurati che i contatti metallici sull'orologio siano a contatto con quelli del caricabatterie durante la carica. Cerca di evitare che le maglie metalliche del cinturino tocchino i contatti metallici del caricabatterie).
- Solo HUAWEI WATCH GT 2 Pro può essere caricato mediante la funzione di carica da un telefono. Attualmente, l'orologio può essere caricato usando i seguenti modelli di telefoni: HUAWEI Mate 20 Pro, HUAWEI Mate 30, HUAWEI Mate 30 Pro, HUAWEI P30 Pro, HONOR V30, HUAWEI P40 Pro e HUAWEI P40 Pro+.
- Non caricare o usare l'orologio in un ambiente pericoloso, assicurati che non ci sia nulla di infiammabile o di esplosivo nelle vicinanze. Quando usi la base di carica, assicurati che non vi sia alcun liquido residuo o altri oggetti estranei sulla porta USB della base di carica. Tieni la base di carica lontana dai liquidi e da qualsiasi materiale infiammabile. Non toccare i contatti di carica quando il dispositivo è in fase di carica, né esporti ad altri rischi di sicurezza inutili.
- Nella base di carica vi sono dei magneti; a causa della loro natura attireranno altri oggetti metallici, quindi è importante verificarne la presenza prima di usare il caricabatterie. La base di carica contiene materiali metallici. È importante che essa non si surriscaldi posizionandola al sole o in ambienti troppo caldi.
- Ti consigliamo di sollevare la base di carica per fissarla all'orologio. Assicurati che il lato dell'orologio con i tasti sia allineato con la porta di ricarica della base. Dopo che la base e l'orologio sono stati collegati correttamente, controlla se viene visualizzata l'icona di carica. Se non vedi l'icona di carica, potrebbe essere necessario cambiare leggermente la posizione della base fino a stabilire il contatto e a visualizzare l'icona di carica.



- Quando trasporti e riponi la base di carica, assicurati che il caricabatterie rimanga asciutto, specialmente la porta USB della base, e pulito per impedire che oggetti esterni entrino nella porta USB in quanto possono causare danni al caricabatterie e rischi alla sicurezza.
- L'orologio si spegne automaticamente quando il livello della batteria è troppo basso. Dopo che è stato caricato per qualche tempo, l'orologio si accenderà automaticamente.

### Tempo di carica

L'orologio verrà caricato completamente entro due ore. Quando l'indicatore di carica mostra il 100%, l'orologio è completamente carico. Scollega l'orologio dall'adattatore di alimentazione una volta che è completamente carico.

-  Carica l'orologio in un ambiente asciutto e ben ventilato.
- Prima di iniziare la carica, assicurati che la porta di ricarica e l'estremità in metallo siano asciutti e puliti per evitare cortocircuiti o altri rischi.
- Prima di caricare, assicurati che la porta di ricarica sia asciutta. Rimuovi eventuali macchie di acqua o sudore.
- La base di carica non è resistente all'acqua, quindi mantienila sempre asciutta.
- Ti consigliamo di tenere la temperatura ambiente compresa tra 0 e 45 °C.
- Per proteggere la batteria, la corrente di carica si riduce se la temperatura ambiente è bassa, prolungando così il tempo di carica senza influenzare la durata della batteria.

### Controllare il livello della batteria

Utilizza uno dei seguenti tre metodi per controllare il livello della batteria:

**Metodo 1:** quando l'orologio è collegato al caricabatterie, puoi controllare il livello della batteria nella schermata di carica che viene visualizzata automaticamente. Premi il tasto su per uscire dalla schermata di carica.

**Metodo 2:** scorri la schermata Home dall'alto verso il basso, quindi controlla il livello della batteria nel menu a discesa.

**Metodo 3:** controlla il livello della batteria nella schermata dei dettagli del dispositivo nell'app Huawei Health.

# Monitoraggio dell'attività fisica


## Avvio dell'attività fisica

L'orologio supporta più modalità di attività fisica. Scegli una modalità di attività fisica e inizia ad allenarti.

### Corsi di running


Nell'orologio è stata preinstallata una serie di corsi di running, dal livello base a quello avanzato, che offrono una guida personalizzata e in tempo reale. Puoi scegliere diversi corsi sull'orologio.

- 1 Dalla schermata Home premi il tasto Su, scorri fino a trovare **Allenamento**, tocca l'opzione, seleziona **Corsi di running**, scegli un corso che desideri utilizzare, quindi inizia a correre come richiesto dall'orologio.
- 2 Durante l'attività fisica, premi il pulsante Su per mettere in pausa o terminare il corso, bloccare la schermata o regolare il volume delle notifiche. Premi il pulsante Giù per cambiare schermata e visualizzare i vari dati dell'attività fisica.
- 3 Dopo un'attività fisica, tocca **Record allenamento** per visualizzare i registri dettagliati dell'attività fisica, inclusi gli effetti dell'allenamento, le prestazioni complessive, la velocità, i passi, il dislivello totale, la frequenza cardiaca, la zona di frequenza cardiaca, la cadenza, il ritmo e il VO<sub>2</sub>max.

 Per visualizzare dati dettagliati sull'attività fisica, puoi anche aprire l'app Huawei Health e toccare **Dettagli esercizio**.

### Avvio dell'attività fisica


#### Avviare un'attività fisica tramite l'orologio:

- 1 Dalla schermata Home premi il tasto Su, scorri fino a trovare **Allenamento**, quindi tocca l'opzione.
- 2 Scorri verso l'alto o il basso fino a trovare il tuo tipo di attività fisica. Prima di un'attività fisica puoi toccare l'icona Impostazioni situata accanto a ciascuna modalità di attività fisica per configurare le impostazioni relative a obiettivo, promemoria e visualizzazione.  
 Non c'è un'icona Impostazioni accanto alla modalità Triathlon. In modalità Triathlon, premi il tasto giù per passare al modulo successivo.
- 3 Tocca l'icona di avvio per iniziare un allenamento. Durante un'attività fisica, tocca e tieni premuta la schermata dei dati di attività fisica fino a quando l'orologio non vibra, tocca i dati di attività fisica che preferisci (come frequenza cardiaca, velocità, distanza e tempo), quindi scegli cosa visualizzare sullo schermo in tempo reale.
- 4 Durante l'attività fisica, premi il pulsante Su per mettere in pausa o terminare il corso, bloccare la schermata o regolare il volume delle notifiche. Premi il pulsante Giù per cambiare schermata e visualizzare i vari dati dell'attività fisica. (Ad esempio, nella modalità di corsa all'esterno, durante l'attività fisica, puoi visualizzare una serie di dati accanto a frequenza cardiaca, ritmo, distanza, tempo, passi, cadenza, calorie totali e dislivello totale; diverse modalità di attività fisica visualizzano diversi tipi di dati).

- 5** Dopo un'attività fisica, premi il pulsante Su e tocca l'icona di arresto o tieni premuto il pulsante Su per terminare una sessione di allenamento. Tocca **Record allenamento** per visualizzare i registri dettagliati dell'attività fisica.

### Avviare un'attività fisica tramite l'app Huawei Health:

Per iniziare un'attività fisica tramite l'app Huawei Health, avvicina il telefono all'orologio per assicurarti che siano connessi correttamente.

- 1** Apri l'app Huawei Health, tocca **Esercizio**, scegli una modalità di attività fisica, quindi tocca l'icona di avvio per iniziare un'attività fisica.
- 2** Dopo aver iniziato un'attività fisica, l'orologio si sincronizzerà e visualizzerà la frequenza cardiaca, il conteggio dei passi, la velocità e il tempo dell'attività fisica.
- 3** Durante un'attività fisica, l'app Huawei Health visualizza il tempo di attività fisica e altri dati.
  -  Se la distanza o il tempo di attività fisica è troppo breve, i risultati non verranno registrati.
  - Per evitare di scaricare la batteria, assicurati di tenere premuta l'icona di arresto dopo un'attività fisica per terminarla.
  - Connetti l'orologio al telefono con l'app Huawei Health e avvia un'attività fisica nell'app. Quando esegui l'avvio dell'app, si sincronizzano i dati tra orologio e app. Durante un'attività fisica all'aperto, i dati relativi a frequenza cardiaca, ritmo e distanza saranno sincronizzati dall'orologio all'app. Per un'attività fisica al chiuso, i dati sulla frequenza cardiaca verranno sincronizzati dall'orologio all'app, mentre i dati su ritmo e distanza saranno calcolati dall'app.
  - Dopo un'attività fisica, apri l'app Huawei Health, tocca **Dettagli esercizio** per visualizzare i dati dettagliati dell'attività fisica. Tocca e tieni premuto un registro per eliminarlo dall'app. Il registro sarà ancora disponibile nell'orologio. Nell'orologio è possibile salvare fino a 10 registri di attività fisica. Se sono presenti più di 10 registri, quelli meno recenti vengono sovrascritti da quelli nuovi. I registri nell'orologio non possono essere eliminati manualmente. Puoi ripristinare le impostazioni di fabbrica dell'orologio per cancellare i registri di attività fisica. Tuttavia, vengono cancellati anche tutti gli altri dati presenti nell'orologio.

## Stato attività fisica

L'app dello stato dell'attività fisica sul dispositivo può mostrare la variazione del tuo stato di forma fisica e il carico di allenamento degli ultimi sette giorni. Puoi rivedere e modificare il tuo piano di attività fisica corrente con l'aiuto di questa app. L'app può inoltre mostrare i tempi di recupero, i livelli di efficienza elevata, lo stato di picco, le interruzioni dell'allenamento e i livelli di efficienza bassa. Nella schermata del carico di allenamento, puoi visualizzare il carico di allenamento degli ultimi sette giorni. Il carico di allenamento è

classificato come Alto, Basso o Ottimale, e puoi determinare il tuo livello in base al tuo stato di forma fisica.

L'app dello stato dell'attività fisica tiene traccia principalmente del carico di allenamento e delle variazioni del VO<sub>2</sub>max.

Il dispositivo raccoglie dati sul carico di allenamento dalle modalità di allenamento che tengono traccia della frequenza cardiaca, come corsa, camminata e pedalata, e raccoglie i dati sul VO<sub>2</sub>max quando inizi un'attività fisica di corsa all'esterno. Il dispositivo non può visualizzare lo stato dell'attività fisica se non ha rilevato alcun valore VO<sub>2</sub>max. La variazione del VO<sub>2</sub>max verrà visualizzata solo se usi la modalità di corsa all'esterno almeno una volta alla settimana (almeno 2,4 chilometri entro 20 minuti per ciascun allenamento) e il dispositivo rileva almeno due valori VO<sub>2</sub>max con un intervallo di più di una settimana.

Dalla schermata Home premi il tasto su, scorri fino a trovare **Stato allenamento**, toccalo, quindi scorri verso l'alto sullo schermo per visualizzare lo stato dell'attività fisica.

- i La variazione dello stato di forma fisica (VO<sub>2</sub>max) è un indicatore importante dello stato dell'attività fisica. Il dispositivo visualizzerà la variazione del VO<sub>2</sub>max e lo stato dell'attività fisica solo se utilizzi la modalità di corsa all'esterno almeno una volta alla settimana e il dispositivo raccoglie almeno due valori VO<sub>2</sub>max con un intervallo superiore a una settimana.

## Tracciare le attività quotidiane

L'orologio è dotato di un sensore di movimento, perciò è in grado di tracciare e visualizzare i tuoi passi, la quantità di calorie bruciate, l'intensità dell'attività fisica e i tempi di riposo.

Indossa l'orologio correttamente per poter registrare automaticamente i dati relativi a calorie, distanza, passi, durata delle attività di intensità da moderata ad alta e altre attività.

Per visualizzare i registri delle attività, procedi come segue.

### Metodo 1: Visualizzare i registri delle attività sull'orologio

Dalla schermata Home premi il tasto in alto, scorri fino a trovare **Registri attività** e tocca l'opzione; potrai quindi scorrere verso l'alto o verso il basso per visualizzare i dati relativi a calorie, distanza, passi, durata delle attività a intensità da moderata ad alta e altre attività.

### Metodo 2: Visualizzare i registri delle attività tramite l'app Huawei Health

Apri l'app Huawei Health e consulta i registri delle attività nella schermata Home.

- i • Per visualizzare i registri delle attività tramite l'app Huawei Health, assicurati che l'orologio sia connesso al telefono.
- I dati dell'attività fisica sull'orologio possono essere sincronizzati con l'app Huawei Health, ma i dati registrati nell'app non possono essere sincronizzati con l'orologio.

## Rilevamento automatico dell'attività fisica

Il dispositivo può rilevare automaticamente lo stato dell'attività fisica. Dopo aver attivato **Rilevamento automatico allenamenti** andando in **Impostazioni > Impostazioni allenamento** sul dispositivo, questo ti ricorderà di iniziare a registrare l'allenamento quando rileva un aumento dell'attività. Puoi scegliere di ignorare o avviare la registrazione della sessione di attività fisica. Attualmente, questa funzione può rilevare le attività fisiche di corsa, ellittica e vogatore.

## Percorso di ritorno




L'orologio registrerà i percorsi e ti fornirà servizi di navigazione. Dopo aver raggiunto la destinazione desiderata, puoi usare la funzione del percorso di ritorno per ottenere assistenza per tornare al luogo da dove sei partito.

Nell'orologio, entra nell'elenco delle app, scorri sullo schermo e tocca **Allenamento**. Attiva una sessione di allenamento individuale all'esterno. Scorri sullo schermo e seleziona **Percorso di ritorno** o **Percorso dritto** per tornare al punto di partenza.

# Gestione salute

## Introduzione ai tre anelli nel registro Attività nell'orologio

I tre anelli presenti nel registro Attività sull'orologio, mostrano tre tipi di dati: i passi, l'attività di intensità da moderata ad alta e le ore attive.

- 1)  Passi: questo anello indica la proporzione di passi nel conteggio dei passi impostati come obiettivo. L'obiettivo predefinito è 10.000 passi. Puoi cambiare le impostazioni dell'obiettivo in Huawei Health, in base alle tue preferenze.
- 2)  Durata dell'attività di intensità da moderata ad alta (unità: minuti): l'obiettivo predefinito è 30 minuti. Il tuo dispositivo indossabile calcolerà la durata totale dell'attività di intensità da moderata ad alta sulla base del ritmo e dell'intensità della frequenza cardiaca. Per mantenerti in salute, ti consigliamo di fare sessioni di esercizio da cinque a 30 minuti alla settimana a un'intensità moderata.
- 3)  Ore attive: questo anello rappresenta il numero di ore in cui sei stato in piedi durante la giornata. Se hai camminato per più di 1 minuto in un'ora, per esempio per 1 minuto tra le 10:00 e le 11:00, quest'ora verrà conteggiata come un'ora attiva. Rimanere seduti troppo a lungo fa male alla salute. Ti consigliamo di alzarti una volta ogni ora e di avere almeno 12 ore attive durante la giornata.

## Monitoraggio del sonno

L'orologio raccoglie dati sul sonno e identifica lo stato del sonno quando lo indossi mentre dormi. Rileva automaticamente quando ti addormenti, quando ti svegli e le fasi di sonno leggero o profondo. Puoi sincronizzare e visualizzare i dati del sonno in dettaglio nell'app Huawei Health.

L'orologio misura i dati del sonno dalle 20:00 alle 20:00 del giorno seguente (24 ore in totale). Ad esempio, se dormi per 11 ore dalle 19:00 alle 06:00, l'orologio conterà il tempo per cui hai dormito prima delle 20:00 come relativo al primo giorno e il resto del tempo per cui hai dormito come relativo al secondo giorno.

Dalla schermata Home, premi il tasto in alto, scorri fino a trovare **Sonno**, quindi tocca l'opzione e scorri verso l'alto sullo schermo per visualizzare la durata del sonno notturno e la durata del sonnellino. La durata del sonno durante il giorno viene visualizzata alla voce **Sonnellini**.

Potrai visualizzare i dati relativi al sonno della cronologia nell'app Huawei Health. Apri l'app Huawei Health e tocca Sonno per visualizzare le statistiche sul sonno giornaliero, settimanale, mensile e annuale.

**i** I sonnellini che fai durante il giorno vengono conteggiati alla voce **Sonnellini**. Se fai un sonnellino di meno di 30 minuti a mezzogiorno o ti sei spostato troppo durante un pisolino a mezzogiorno, l'orologio potrebbe aver erroneamente stabilito che eri sveglio.

All'interno dell'app Huawei Health, puoi attivare **HUAWEI TruSleep™**.

Dopo aver attivato **HUAWEI TruSleep™**, l'orologio raccoglierà i tuoi dati sul sonno, rileverà quando ti addormenti, quando ti svegli e quando il tuo sonno è leggero, profondo o in fase REM, e identificherà i momenti in cui ti svegli e la qualità della respirazione per fornirti un'analisi della qualità del sonno e suggerimenti per aiutarti a capire e migliorare la qualità del sonno.

Quando l'orologio rileva che stai dormendo, disattiverà automaticamente Display sempre attivo, i promemoria dei messaggi, le notifiche delle chiamate in arrivo, Alza il polso per riattivare lo schermo e altre funzionalità per non disturbare il sonno.

## Misurazione dei livelli di ossigeno nel sangue (SpO<sub>2</sub>)

- 1** Indossa l'orologio correttamente e tieni il braccio fermo.
- 2** Dalla schermata Home premi il tasto Su, scorri fino a trovare **SpO<sub>2</sub>**. Tocca **SpO<sub>2</sub>**. L'orologio misurerà quindi la frequenza cardiaca corrente.  
Se non indossi l'orologio o lo indossi in modo errato, verrà visualizzato un messaggio di errore. Leggi le istruzioni sullo schermo per indossarlo correttamente e tocca **Riprova** per riavviare la misurazione.

Nota:

- la misurazione verrà interrotta se scorri verso destra sullo schermo dell'orologio, se inizi un'attività fisica con l'app Huawei Health o se ricevi una notifica per una chiamata in arrivo o una sveglia.
- Per garantire la precisione della misurazione della frequenza cardiaca, indossa l'orologio correttamente e assicurati che il cinturino sia allacciato. Assicurati che il cinturino sia a diretto contatto con la pelle.
- Rimani il più fermo possibile durante la misurazione.
- Ogni misurazione dura circa 1 minuto e il livello di SpO<sub>2</sub> visualizzato viene aggiornato ogni 3 secondi.
- Durante la misurazione, l'orologio misurerà anche la frequenza cardiaca.

- Per misurare il livello di ossigeno nel sangue durante l'arrampicata in montagna, scorri verso l'alto o verso il basso nella schermata di arrampicata, seleziona **SpO2**, quindi tocca **Misura**.
- Per usare questa funzione, aggiorna HUAWEI WATCH GT 2 e HONOR MagicWatch 2 alla versione 1.0.6.32 o successiva, oppure HUAWEI WATCH GT 2e alla versione 1.0.1.20 o successiva. Aggiorna l'app Huawei Health alla versione 10.0.5.311 o successiva.
- Questa funzione non è disponibile per gli utenti in Giappone, Corea del Sud o Taiwan (China).

## Monitorare la frequenza cardiaca

HUAWEI WATCH GT 2 / HONOR MagicWatch 2 / HUAWEI WATCH GT 2 Pro / HONOR Watch GS Pro è dotato di un sensore ottico per la frequenza cardiaca in grado di monitorare il cuore per tutta la giornata. Per utilizzare questa funzione, attiva **Frequenza cardiaca continua** all'interno dell'app Huawei Health.

- Quando l'orologio rileva che l'utente si è addormentato, passerà a utilizzare la luce non visibile per misurare la frequenza cardiaca, permettendoti di dormire bene la notte.

### Misurazione della frequenza cardiaca

- 1 Tieni il braccio fermo e indossa l'orologio correttamente.
  - 2 Dalla schermata Home premi il tasto in alto e scorri fino a trovare **Frequenza cardiaca**. Tocca **Frequenza cardiaca**. L'orologio misurerà quindi la frequenza cardiaca attuale.
  - 3 Per mettere in pausa la misurazione della frequenza cardiaca, scorri verso destra sullo schermo dell'orologio.  
Di solito sono necessari circa dai 6 ai 10 secondi per visualizzare il primo valore di misurazione (da 1 a 2 secondi se è attivato **Monitoraggio continuo della frequenza cardiaca** nell'app Huawei Health e **MODALITÀ MONITORAGGIO** è impostato su **Tempo reale**) e in seguito i dati vengono aggiornati ogni 5 secondi. Per una misurazione completa occorrono circa 45 secondi.
- Per garantire una misurazione più accurata della frequenza cardiaca, indossa l'orologio correttamente e assicurati che il cinturino sia allacciato. Assicurati che l'orologio sia ben fissato al polso. Assicurati che la cassa dell'orologio sia a diretto contatto con la pelle, senza ostruzioni.


### Misurare la frequenza cardiaca durante l'attività fisica individuale

Durante un allenamento, l'orologio è in grado di mostrare la frequenza cardiaca in tempo reale e la zona di frequenza cardiaca, segnalando quando la frequenza supera il limite massimo. Per risultati migliori durante l'allenamento, ti consigliamo di scegliere l'attività fisica in base alla tua zona di frequenza cardiaca.

- Impostare il metodo di calcolo della zona di frequenza cardiaca  
L'intervallo della frequenza cardiaca può essere calcolato in base alla percentuale della frequenza cardiaca massima, detta anche percentuale HRR. Per impostare il metodo di




calcolo dell'intervallo di frequenza cardiaca, apri l'app Huawei Health, accedi a **Personale > Impostazioni > Frequenza cardiaca e avvisi** e imposta **Metodi di misurazione** su **Percentuale massima frequenza cardiaca** o **Percentuale HRR**.

-  Se viene selezionato **Percentuale frequenza cardiaca massima** come metodo di calcolo, la zona di frequenza cardiaca per diversi tipi di attività fisica (Estrema, Anaerobica, Aerobica, Brucia grassi e Riscaldamento) verrà calcolata in base alla frequenza cardiaca massima (per impostazione predefinita "220 - età").  

$$\text{Frequenza cardiaca} = \text{Frequenza cardiaca massima} \times \text{Percentuale frequenza cardiaca massima}$$
- Se viene selezionata la percentuale HRR come metodo di calcolo, l'intervallo della frequenza cardiaca per diversi tipi di attività fisica (Anaerobica avanzata, Anaerobica di base, Acido lattico, Aerobica avanzata e Aerobica di base) verrà calcolato in base alla riserva frequenza cardiaca (HRmax - HRrest).  

$$\text{Frequenza cardiaca} = \text{Riserva frequenza cardiaca} \times \text{Percentuale di riserva frequenza cardiaca} + \text{Frequenza cardiaca a riposo}$$
- I metodi di calcolo della zona di frequenza cardiaca durante la corsa non sono modificati dalle impostazioni nell'app Huawei Health. Per la maggior parte dei percorsi di corsa, **Percentuale HRR** è selezionata per impostazione predefinita.

L'orologio mostrerà colori diversi quando la frequenza cardiaca raggiunge le zone corrispondenti durante l'attività fisica.

- Misurare la frequenza cardiaca durante un allenamento
  - 1** Dopo avere iniziato l'attività fisica, scorri sullo schermo dell'orologio per controllare la frequenza cardiaca in tempo reale e la zona di frequenza cardiaca.
  - 2** Dopo aver terminato l'attività fisica, nella schermata risultati attività fisica è possibile controllare la frequenza cardiaca media e massima, nonché la zona di frequenza cardiaca.
  - 3** Puoi visualizzare grafici che mostrano le variazioni della frequenza cardiaca, la frequenza cardiaca massima e la frequenza cardiaca media per ciascun allenamento in **Registri esercizi** nell'app Huawei Health.
-  La frequenza cardiaca non verrà visualizzata se allontani l'orologio dal polso durante l'attività fisica. Tuttavia, l'orologio continuerà a cercare la frequenza cardiaca per qualche istante. La misurazione riprenderà quando indosserai di nuovo l'orologio.
- L'orologio registra la frequenza cardiaca quando l'hai connesso al telefono e hai avviato una sessione di attività fisica nell'app Huawei Health.


### Monitoraggio continuo della frequenza cardiaca

Per attivare questa funzione, connetti l'orologio al telefono tramite l'app Huawei Health e attiva **Monitoraggio continuo della frequenza cardiaca** all'interno dell'app Huawei Health. Una volta attivata questa funzione, l'orologio può misurare la frequenza cardiaca in tempo reale.

Imposta **MODALITÀ MONITORAGGIO** su **Intelligente** o **Tempo reale**.

- Modalità intelligente
  - 1 La misurazione della frequenza cardiaca verrà eseguita ogni 10 minuti per attività a bassa intensità (ad esempio quando non si è in movimento).
  - 2 La misurazione della frequenza cardiaca verrà eseguita ogni 10 minuti per attività di intensità moderata (ad esempio quando cammini).
  - 3 La misurazione della frequenza cardiaca verrà eseguita una volta al secondo per attività ad alta intensità (ad esempio quando corri) e sono necessari dai 6 ai 10 secondi per visualizzare il primo valore della frequenza cardiaca (anche se questo intervallo può variare da persona a persona).
- Modalità in tempo reale: La misurazione della frequenza cardiaca verrà eseguita una volta al secondo per qualsiasi fascia di intensità dell'attività fisica.

Quando questa funzione è attivata, l'orologio misurerà continuamente la frequenza cardiaca in tempo reale. Puoi visualizzare i grafici per la frequenza cardiaca nell'app Huawei Health.

-  L'uso della modalità in tempo reale aumenta il consumo di energia dell'orologio, mentre la modalità intelligente regola l'intervallo di misurazione della frequenza cardiaca in base all'intensità dell'attività, riducendo così il consumo di energia.


### Misurazione della frequenza cardiaca a riposo

Per frequenza cardiaca a riposo si intende la frequenza cardiaca quando viene misurata in un ambiente tranquillo e rilassato quando sei sveglio. È un indicatore generale di salute cardiovascolare.

Il momento migliore per misurare la frequenza cardiaca a riposo è al mattino, appena svegli. La frequenza cardiaca effettiva a riposo potrebbe non essere visualizzata o misurata con precisione se è stata misurata al momento sbagliato.

Per misurare automaticamente la frequenza cardiaca, attiva **Monitoraggio continuo della frequenza cardiaca** nell'app Huawei Health.

Se viene visualizzato "--" come lettura della frequenza cardiaca a riposo, questo indica che l'orologio non è stato in grado di misurarla. In questo caso, assicurati di misurare la frequenza cardiaca a riposo in un ambiente tranquillo e rilassato quando sei sveglio. Ti consigliamo di misurare la frequenza cardiaca a riposo immediatamente dopo il risveglio al mattino per ottenere il risultato più accurato possibile.

-  Se disattivi l'opzione **Monitoraggio continuo della frequenza cardiaca** dopo aver controllato la frequenza cardiaca a riposo, la stessa mostrata all'interno dell'app Huawei Health non varierà.

### Avviso frequenza cardiaca

Dopo aver iniziato un'attività fisica utilizzando l'orologio, l'orologio vibrerà per avvisare che il valore della frequenza cardiaca ha superato il limite superiore per più di 10 secondi. Per visualizzare e configurare il limite della frequenza cardiaca, procedi come segue:

Apri l'app Huawei Health, accedi a **Personale > Impostazioni > Frequenza cardiaca e avvisi** e seleziona il limite di frequenza cardiaca desiderato.

- Il limite di frequenza cardiaca predefinito è di 200 - età, ottenuto dalle informazioni personali inserite.
- Se disattivi la guida vocale per le singole attività fisiche, verrai avvisato solo tramite vibrazioni e messaggi delle card.
- Gli avvisi sulla frequenza cardiaca sono disponibili solo durante le attività fisiche attive e non vengono generati durante il monitoraggio quotidiano.

Per attivare gli **Avvisi di frequenza cardiaca elevata** per la frequenza cardiaca a riposo, apri l'app Huawei Health, tocca **Dispositivi** quindi il dispositivo, accedi a **Monitoraggio continuo della frequenza cardiaca > Avviso frequenza elevata** e imposta il limite superiore della frequenza cardiaca. Quindi tocca **OK**. Quando non svolgi attività fisica, riceverai un avviso quando la frequenza cardiaca a riposo rimane al di sopra del limite impostato per più di 10 minuti.

## Test dei livelli di stress

Puoi usare l'orologio per testare il livello di stress su base singola o periodica.

- Per misurare il livello di stress su base singola: Apri l'app Huawei Health e tocca **Stress**, poi **Test di resistenza**. Quando usi questa funzione per la prima volta, dovrai calibrare il valore di stress. Segui le istruzioni sullo schermo nell'app Huawei Health per rispondere al questionario, per ottenere risultati più accurati nel test dello stress.
- Per misurare il livello di stress su base periodica: Apri l'app Huawei Health, tocca **Dispositivi**, quindi tocca il nome del dispositivo, attiva **Test automatico livelli di stress** e segui le istruzioni sullo schermo per calibrare il valore di stress. Assicurati di indossare correttamente l'orologio e l'orologio verificherà periodicamente il tuo livello di stress.

Visualizzare i dati di stress:

- Visualizzare i dati di stress sull'orologio: Premi il tasto in alto nella schermata Home, scorri verso l'alto o verso il basso fino a trovare **Stress** e toccalo per visualizzare il grafico che indica la variazione dello stress, che include il grafico a barre dello stress, il livello di stress e l'intervallo di stress.
- Visualizzare i dati di stress nell'app Huawei Health: Apri l'app Huawei Health, tocca **Stress** per visualizzare l'ultimo livello di stress e la curva di stress giornaliera, settimanale, mensile e annuale, con i relativi consigli. Allo stesso tempo, puoi fare riferimento ai contenuti in **ASSISTENTE PER IL SOLLIEVO DELLO STRESS** per ridurre lo stress e restare rilassato.

- i • I test dello stress sono disponibili solo con un HUAWEI WATCH GT 2 / HONOR MagicWatch 2 / HUAWEI WATCH GT 2 Pro / HONOR Watch GS Pro e richiedono un telefono Android.
- Durante il test dello stress, indossa l'orologio correttamente e resta fermo.
- L'orologio non sarà in grado di rilevare con precisione il livello di stress durante l'attività fisica o quando muovi il polso troppo spesso. In questo caso, l'orologio non eseguirà un test dello stress.
- L'accuratezza dei dati può essere influenzata da caffeina, nicotina, alcol e alcuni farmaci psicotropi. Inoltre, anche malattie cardiache, asma, esercizio fisico o una posizione di utilizzo errata possono influire sui dati.
- L'orologio non è un dispositivo medico e i dati sono solo di riferimento.

## Promemoria attività

Quando Promemoria attività è attivato, il dispositivo monitorerà la tua attività durante il giorno a intervalli regolari (per impostazione predefinita è 1 ora). Il dispositivo vibrerà e accenderà lo schermo per ricordarti se non ti sei mosso durante quel periodo di tempo, in modo da poter mantenere un buon equilibrio tra attività e riposo per tutto il giorno.


Se non desideri essere disturbato, disattiva Promemoria attività all'interno dell'app Huawei Health. Per farlo, apri l'app Huawei Health, tocca **Monitoraggio salute** e disattiva **Promemoria attività**.

- i • Il dispositivo non vibrerà per inviarti notifiche mentre la modalità Non disturbare è attivata o stai dormendo.
- Il dispositivo invierà promemoria di attività solo tra le 8:00 e le 12:00 e tra le 14:00 e le 22:00.

## Previsione del ciclo mestruale

Il dispositivo può prevedere il ciclo mestruale sulla base delle registrazioni dei dati aggiunti nell'app e prevedere la mestruazione, nonché la finestra fertile. I dati e i promemoria di Calendario ciclo mestruale possono essere visualizzati sull'orologio, ma i dati possono essere registrati usando l'app Calendario ciclo mestruale nell'app Huawei Health.

- 1** Apri l'app Huawei Health, tocca **Calendario ciclo**, quindi concedi l'autorizzazione corrispondente per la quick app.
  - i Se Calendario ciclo mestruale non viene visualizzato sulla schermata Home, tocca **MODIFICA** accanto al pulsante e aggiungi la scheda alla schermata Home.
- 2** Puoi registrare il tuo ciclo mestruale e modificare il ciclo e la durata medi nell'app. Usa l'icona Altro (tre puntini) per attivare i promemoria del ciclo.
- 3** Puoi impostare promemoria per l'inizio e la fine del ciclo e della finestra fertile.

-  Puoi visualizzare e modificare i dati del ciclo mestruale nella scheda **Registrazione**.
- Il dispositivo indossabile ti ricorderà l'inizio del ciclo il giorno prima, alle 8:00, e tutti gli altri promemoria sono relativi al giorno dell'evento e quel giorno stesso ne riceverai uno alle 8:00.
- Se in quel momento indossi l'orologio, vibrerà per ricordartelo, tocca lo schermo per visualizzare l'informazione. Se in quel momento non indossi l'orologio, esso non vibrerà né si illuminerà per avisarti. Toccando lo schermo non rivelerai alcuna informazione, puoi solamente visualizzare il promemoria.
- I test del ciclo mestruale sono disponibili solo con HUAWEI WATCH GT 2/HUAWEI WATCH GT 2e/HONOR MagicWatch 2 e necessitano di un telefono Android.

# Comodità

## Ricevere notifiche ed eliminare messaggi

### Ricevere notifiche


Assicurati che l'orologio sia associato al telefono tramite l'app Huawei Health, quindi esegui le seguenti operazioni:

**Per utenti Android:** Apri l'app Huawei Health, tocca **Dispositivi**, quindi tocca il dispositivo. Tocca **Notifiche** e attiva **Notifiche**. Attiva l'opzione per le app per le quali desideri ricevere notifiche.

**Per utenti iOS:** Apri l'app Huawei Health, tocca **Dispositivi**, quindi tocca il dispositivo. Tocca **Notifiche** e attiva **Notifiche**. Attiva l'opzione per le app per le quali desideri ricevere notifiche.

L'orologio vibrerà per avisarti quando viene visualizzato un nuovo messaggio sulla barra di stato del telefono.

Scorri verso l'alto o verso il basso sullo schermo dell'orologio per visualizzare il contenuto del messaggio. Sull'orologio puoi salvare un massimo di 10 messaggi non letti. Se sono presenti più di 10 messaggi non letti, verranno mostrati solo gli ultimi 10 messaggi. Ciascun messaggio può essere visualizzato su una sola schermata.

-  La smart band può mostrare messaggi dalle seguenti app: SMS, E-mail, Calendario e diverse piattaforme social.
- Non puoi rispondere direttamente sull'orologio quando ricevi un messaggio SMS, un messaggio WeChat o un'e-mail.
- L'orologio riceverà comunque le notifiche, ma non ti avviserà se è in modalità Non disturbare, se è in modalità Sospensione o se rileva che non lo stai indossando.
- Se ricevi un nuovo messaggio mentre ne stai leggendo un altro, l'orologio mostrerà il nuovo messaggio.
- Quando l'orologio è in modalità Non disturbare o Sospensione o durante l'attività, riceverà comunque le notifiche, ma non ti avviserà. Scorri a destra sulla schermata Home dell'orologio per visualizzare i nuovi messaggi.
- Se il telefono e l'orologio sono connessi, il telefono invierà un avviso all'orologio tramite Bluetooth quando ricevi una chiamata o un messaggio in arrivo sul telefono. A causa del leggero ritardo nell'invio di informazioni tramite Bluetooth, il telefono e l'orologio non riceveranno l'avviso nello stesso momento.
- I promemoria e le notifiche delle chiamate in arrivo sull'orologio non saranno interessati se anche altri dispositivi Bluetooth sono collegati al telefono.
- Puoi ricevere messaggi vocali e immagini da app di social media di terze parti, ma non puoi ascoltare messaggi vocali o visualizzare immagini.

## Eliminare i messaggi

Per eliminare un messaggio, scorri verso destra su di esso. Per eliminare tutti i messaggi, tocca **Elimina tutto**.

## Rispondere o rifiutare le chiamate in arrivo

Quando l'orologio è connesso al telefono e ricevi una chiamata, l'orologio vibrerà e mostrerà il numero e il nome di chi sta chiamando. Puoi rispondere o rifiutare la chiamata.

- i • Le informazioni relative alla chiamata in arrivo mostrate sull'orologio corrispondono a quelle mostrate sul telefono. Se il chiamato è sconosciuto, verrà mostrato solo il numero di telefono. Se il numero è salvato nei contatti, verrà visualizzato il nome del chiamante.
- L'orologio non vibra e lo schermo non si accende quando ricevi una chiamata in modalità **Non disturbare** o quando non indossi l'orologio.
- Puoi interrompere la vibrazione dell'orologio premendo il tasto in alto.
- Puoi rifiutare una chiamata in arrivo toccando l'icona di rifiuto sulla schermata dell'orologio.
- Puoi regolare il volume durante le chiamate.

## Controllare il registro chiamate

- 1** Dalla schermata Home premi il tasto in alto, scorri fino a trovare il **Registro chiamate**, toccalo per visualizzare i registri chiamate.
- 2** Tocca una voce per richiamare.
- 3** Scorri verso il basso nella parte inferiore dello schermo e tocca **Elimina** per eliminare tutti i registri chiamate.

## Riprodurre musica



- i La funzione musicale è disponibile solo con Android.

- 1** Apri l'app Huawei Health, tocca **Dispositivi**, tocca il nome del dispositivo, quindi tocca **Musica**.
- 2** Tocca **Gestisci la musica > Aggiungi brani**, seleziona la musica che preferisci dall'elenco e tocca ✓ nell'angolo in alto a destra dello schermo.
- 3** Dalla schermata Home premi il tasto su, scorri fino a trovare **Musica**, quindi tocca l'opzione.
- 4** Scegli la musica che hai aggiunto nell'app Huawei Health, quindi tocca l'icona di riproduzione per riprodurre la musica.

- La musica può essere riprodotta tramite app di social media di terze parti solo con file MP3 e AAC (LC-AAC) che possono essere aggiunti localmente all'orologio.
- Puoi anche creare una playlist procedendo come segue. Tocca **Nuova playlist** nell'app Huawei Health, quindi aggiungi alla playlist la musica sincronizzata con l'orologio.
- Nella schermata di riproduzione della musica dell'orologio puoi passare da un brano all'altro, regolare il volume e selezionare una modalità di riproduzione, ad esempio riproduzione in ordine, riproduzione casuale, ripetizione del brano corrente e ripetizione dell'elenco. Scorri verso l'alto per visualizzare l'elenco della musica, tocca l'icona Impostazioni nell'angolo in basso a destra dello schermo per eliminare musica o connetti l'orologio agli auricolari Bluetooth e usa gli auricolari per controllare la riproduzione della musica sia sull'orologio che sul telefono. Questa funzione è disponibile solo sui telefoni Android.
- Per usare l'orologio per controllare la riproduzione di musica sul telefono, apri l'app Huawei Health, tocca **Dispositivi**, quindi tocca il nome del dispositivo, tocca **Musica** e attiva **Controlla musica del telefono**.
- Puoi usare l'orologio per controllare la riproduzione musicale nelle app di terze parti sul telefono.




## Usare il cronometro o il timer


### Cronometro

Dalla schermata Home premi il tasto in alto, scorri fino a trovare **Cronometro**, quindi tocca l'opzione. Tocca  per avviare il cronometro. Tocca  per reimpostare il cronometro. Scorri verso destra sullo schermo dell'orologio per uscire dal cronometro.

### Timer

Dalla schermata Home premi il tasto in alto, scorri fino a trovare **Timer**, quindi tocca l'opzione. Per impostazione predefinita, sono disponibili 8 modalità di conto alla rovescia: 1 minuto, 3 minuti, 5 minuti, 10 minuti, 15 minuti, 30 minuti, 1 ora e 2 ore. Scegli una modalità di conto alla rovescia a seconda della situazione.

Tocca  per avviare il conto alla rovescia, tocca  per metterlo in pausa e tocca  per interromperlo.


Puoi anche personalizzare il timer. Nella schermata Timer, tocca **Personalizza**, imposta il tempo, quindi tocca  per avviare il conto alla rovescia. Scorri verso destra sullo schermo dell'orologio per uscire dal timer.



## Impostare una sveglia

Puoi usare l'app Huawei Health per impostare una sveglia intelligente o una sveglia per eventi sull'orologio. La sveglia intelligente ti sveglierà se rileva che sei in sonno leggero durante un periodo preimpostato. Questo aiuta a svegliare gradualmente il cervello e farti sentire più rinfrescato.

Metodo 1: Impostare una sveglia tramite l'orologio

- 1 Dalla schermata Home premi il tasto su, scorri fino a trovare **Sveglia**, tocca l'opzione, quindi tocca + per aggiungere una sveglia.
- 2 Imposta l'ora della sveglia e il ciclo di ripetizione, poi tocca **OK**.
- 3 Tocca una sveglia per modificarla o eliminarla.
  -  Se non imposti il ciclo di ripetizione, la sveglia si attiva una sola volta per impostazione predefinita.
  - Al momento il dispositivo vibrerà solamente ma non suonerà per avvertirti.



Metodo 2: Impostazione di una sveglia intelligente/sveglia evento tramite l'app Huawei Health

**Per utenti Android:**

- 1 Apri l'app Huawei Health, tocca **Dispositivi**, tocca il nome del tuo dispositivo, quindi accedi a **Sveglia** > **SVEGLIA INTELLIGENTE** o accedi a **Sveglia** > **ALLARMI EVENTI**.
- 2 Imposta l'ora della sveglia, il tag e il ciclo di ripetizione.
- 3 Tocca ✓ nell'angolo in alto a destra per salvare le impostazioni.
- 4 Scorri verso il basso sulla schermata Home per assicurarti che le impostazioni della sveglia siano sincronizzate con l'orologio.
- 5 Tocca una sveglia per modificarla o eliminarla.

**Per utenti iOS:**

- 1 Apri l'app Huawei Health, tocca **Dispositivi**, quindi tocca il nome del tuo dispositivo dall'elenco dei dispositivi.
- 2 Accedi a **Sveglia** > **ALLARMI EVENTI** o accedi a **Sveglia** > **SVEGLIA INTELLIGENTE**.
- 3 Imposta l'ora della sveglia, il tag e il ciclo di ripetizione.
- 4 Tocca **Salva**.
- 5 Scorri verso il basso sulla schermata Home per assicurarti che le impostazioni della sveglia siano sincronizzate con l'orologio.
- 6 Tocca una sveglia per modificarla o eliminarla.

- Le sveglie evento impostate sull'orologio possono essere sincronizzate con l'app Huawei Health. Puoi impostare fino a cinque sveglie evento.
- Puoi impostare una sola sveglia intelligente per l'orologio.
- La sveglia evento suonerà all'ora specificata. Se imposti un nome per la sveglia evento, l'orologio mostrerà il tag. Altrimenti, verrà mostrato solamente l'orario.
- Quando suona una sveglia, tocca  sullo schermo dell'orologio, premi il tasto su o scorri verso destra sullo schermo dell'orologio per posporre di 10 minuti. Per disattivare la sveglia, tocca  sullo schermo dell'orologio o tieni premuto il tasto su.
- Quando suona una sveglia, si spegnerà automaticamente dopo che l'hai posposta tre volte se non vengono eseguite altre operazioni.
- Attualmente, solo le sveglie impostate su telefoni Huawei o Honor con EMUI 8.1 o versione successiva, o Magic UI 2.0 o versione successiva, possono essere sincronizzate con l'orologio.

## Usare la torcia

Dalla schermata Home premi il tasto in alto, scorri fino a trovare **Torcia**, quindi tocca l'opzione per accendere la torcia. Tocca lo schermo per spegnere la torcia e tocca di nuovo lo schermo per accenderla. Scorri verso sinistra sullo schermo dell'orologio per uscire da Torcia.

## Utilizzo dell'app Pressione atmosferica

Puoi controllare l'altitudine e la pressione atmosferica della posizione corrente sul tuo orologio.

Dalla schermata Home premi il tasto in alto, scorri fino a trovare **Barometro** e toccalo per controllare l'altitudine e la pressione atmosferica nella tua posizione corrente e mostrare un grafico che mostra i cambiamenti atmosferici del giorno corrente.

### Altitudine:

Intervallo di misurazione dell'altitudine: da -800 a 8800 metri.

### Pressione atmosferica:

Intervallo di misurazione della pressione atmosferica: da 300 a 1100 hPa.

Scorri verso l'alto o verso il basso per controllare rispettivamente l'altitudine e la pressione atmosferica.

## Avvisi di condizioni meteorologiche gravi

Il tuo orologio supporta gli avvisi di condizioni meteorologiche gravi. Quando l'orologio rileva che la pressione dell'aria dell'ambiente circostante cambia rapidamente e la variazione supera il valore impostato, ti ricorda di spostarti per tempo in un'area sicura.

Premi il pulsante **Su** sull'orologio per entrare nell'elenco app, scorri sullo schermo e tocca **Barometro**, quindi tocca **Impostazioni** nella schermata **Pressione aria**, quindi attiva **Avvisi** e imposta la diminuzione di pressione per cui desideri attivare l'avviso.

- i • Questa funzione è principalmente usata per monitorare la pressione dell'aria in luoghi all'esterno fissi (per esempio, campeggio all'aperto). Non è applicabile a scenari al chiuso o ad alcune attività all'esterno (come i trasporti).
  - Gli allarmi relativi al maltempo vengono influenzati nei seguenti scenari: piscine, ascensori o luoghi chiusi e spazi confinati.
  - L'informazione dell'allarme è a puro scopo di riferimento e non può essere usata come standard per pianificare la sicurezza della propria vita e proprietà.

## Usare la bussola

Dalla schermata Home premi il tasto in alto, scorri fino a trovare **Bussola**, tocca l'opzione, quindi segui le istruzioni visualizzate per calibrarla. Dopo che è stata calibrata correttamente, l'orologio visualizzerà il quadrante della bussola.

## Bollettini meteo

Puoi controllare il meteo nella tua zona attraverso/grazie all'orologio.

Metodo 1: Controllare le informazioni meteo su un quadrante in grado di visualizzare i dati meteo

Assicurati di utilizzare un quadrante che mostri le informazioni meteo; potrai controllare le informazioni meteo più aggiornate nella schermata Home.

Metodo 2: Visualizzare le informazioni meteo sulla schermata meteo

Scorri verso destra sullo schermo fino a trovare la schermata meteo; potrai controllare la tua posizione, le ultime previsioni meteorologiche, la temperatura e la qualità dell'aria.

Metodo 3: Visualizzare le informazioni meteo nell'app Meteo

Dalla schermata Home, premi il tasto in alto, scorri fino a trovare **Meteo**, selezionalo, quindi potrai controllare la tua posizione, le ultime previsioni meteorologiche, la temperatura e la qualità dell'aria.

- Per controllare le informazioni meteo sull'orologio, ti consigliamo di aprire l'app Huawei Health, toccare **Dispositivi**, toccare il nome del dispositivo e quindi attivare **Bollettini meteo**.
- Le informazioni meteo visualizzate sull'orologio potrebbero differire leggermente da quelle visualizzate sul telefono, poiché le informazioni vengono raccolte da diverse fonti meteorologiche.
- Assicurati di aver concesso al telefono e all'app Huawei Health l'autorizzazione ad accedere alla tua posizione. Per le versioni precedenti a EMUI 9.0, seleziona **Usa GPS, WLAN e rete mobile** come modalità di posizionamento anziché **Usa solo GPS**.

## Trovare il telefono usando l'orologio

Dalla schermata Home, premi il tasto in alto, scorri fino a trovare **Trova telefono** oppure scorri verso il basso sulla schermata Home e tocca **Trova telefono**. Verrà visualizzata un'animazione sullo schermo. Se il telefono si trova nel raggio di azione del Bluetooth, verrà riprodotta una suoneria per avisarti, anche in modalità silenziosa.

Tocca lo schermo dell'orologio o sblocca lo schermo del telefono per interrompere la riproduzione della suoneria.


- Puoi utilizzare questa funzione solo quando il telefono e l'orologio sono connessi.

## Otturatore remoto

Quando l'orologio è connesso al telefono, apri **Otturatore remoto** sull'orologio per avviare la fotocamera del telefono e scattare una foto toccando l'icona della fotocamera sullo schermo dell'orologio.

- Questa funzione è disponibile solo con EMUI 8.1 o Magic UI 2.0. La funzione Otturatore remoto fotocamera viene visualizzata sull'orologio solo quando l'orologio è connesso al telefono.
- L'orologio necessita di una connessione stabile con il telefono e l'app Huawei Health deve essere in esecuzione in background durante l'uso.
- Non potrai visualizzare in anteprima o visualizzare le immagini sull'orologio. Verranno salvate nella Galleria del telefono.
- L'app Huawei Health deve essere aggiornata alla versione 10.0.5.515 o successiva, l'orologio HUAWEI WATCH GT 2e deve essere aggiornato alla versione 1.0.2.18 e l'orologio HUAWEI WATCH GT 2/HONOR MagicWatch 2 deve essere aggiornato alla versione 1.0.7.16.


## Connettere gli auricolari

- 1 Dalla schermata Home premi il tasto su e accedi a **Impostazioni** > **Auricolari**.
- 2 L'orologio cercherà automaticamente l'elenco degli auricolari Bluetooth da associare. Seleziona il nome degli auricolari e segui le istruzioni sullo schermo per completare l'associazione.
  -  • Se gli auricolari Bluetooth sono connessi tramite l'orologio e rispondi a una chiamata dall'orologio, l'audio verrà riprodotto dall'altoparlante dell'orologio. L'audio per le chiamate non può ancora passare dagli auricolari.
  - Se desideri utilizzare gli auricolari Bluetooth per le chiamate, connetti gli auricolari al telefono e rispondi anche alle chiamate dal telefono.

## Attivare la modalità Non disturbare

Per attivare la modalità Non disturbare, scorri verso il basso sulla schermata Home dell'orologio, tocca **Non disturbare**, quindi tocca **✓** per confermare.

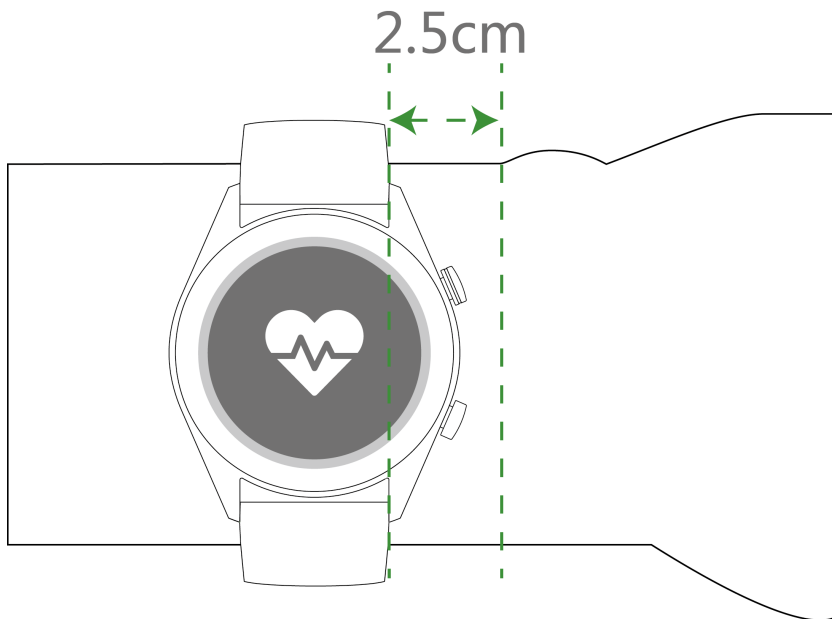
Se l'orologio entra in modalità Non disturbare:

- 1 L'orologio non vibra per le chiamate in arrivo, ma puoi comunque rispondere o rifiutare le chiamate in arrivo con l'orologio.
- 2 I messaggi e le notifiche non vengono visualizzati sull'orologio e la funzione Alza il polso per riattivare lo schermo è disattivata.
  -  • Se l'orologio non supporta la funzione di chiamata, non potrai rispondere o rifiutare le chiamate in arrivo con l'orologio.

# Altre istruzioni

## Indossare l'orologio

Tieni l'area di monitoraggio della frequenza cardiaca dell'orologio a contatto con la parte superiore del polso, come mostrato nella figura seguente. Per garantire la precisione della misurazione della frequenza cardiaca, indossa l'orologio correttamente e non sopra l'articolazione del polso. Non indossarlo troppo sciolto o troppo stretto, ma assicurati che sia ben saldo sul polso.



- i** • L'orologio utilizza materiali atossici che hanno superato severi test sulle allergie cutanee. Puoi indossarlo senza preoccupazioni. Se si manifestano irritazioni cutanee mentre indossi l'orologio, togliilo e consulta un medico.
- Indossa l'orologio correttamente per un maggiore comfort.
- Puoi indossare l'orologio sul polso che preferisci.

## Regolare e sostituire il cinturino dell'orologio

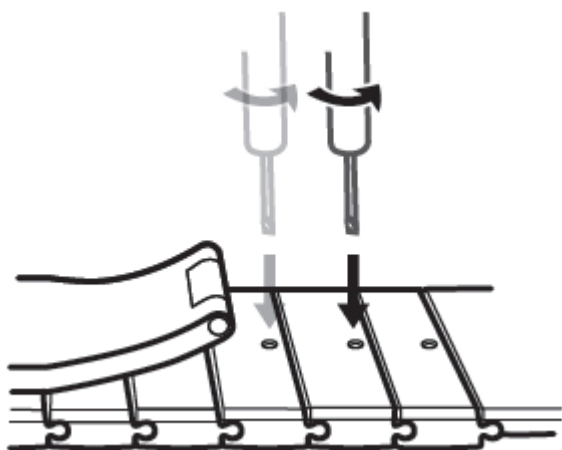
### Regolare il cinturino

Per gli orologi con cinturini non metallici e fibbie a T, puoi regolare il cinturino per adattarlo comodamente a seconda della circonferenza del polso.

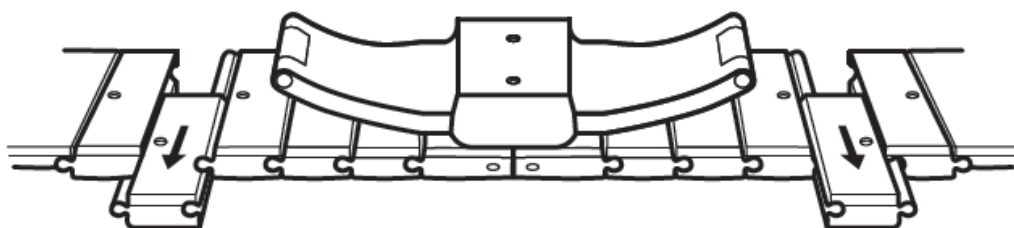
Se il cinturino è realizzato in materiali metallici, puoi regolarlo come segue:

Regolazione dei bracciali con maglie in metallo

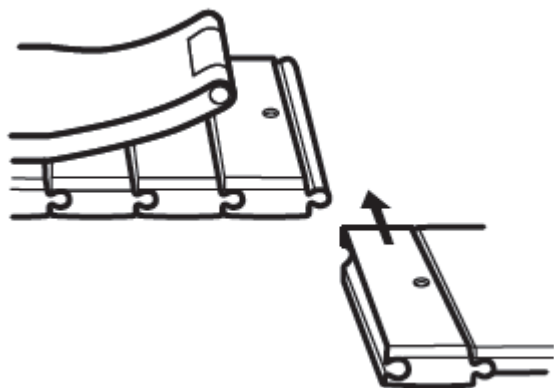
1. Utilizza il cacciavite fornito con l'orologio per rimuovere le viti dalle maglie che desideri rimuovere.



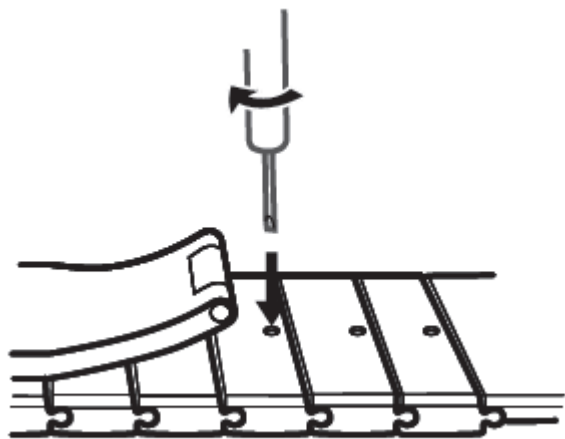
2. Rimuovi una maglia da entrambi i lati del fermaglio assicurandoti che il quadrante dell'orologio sia ancora centrato.



3. Riasssembla il bracciale.

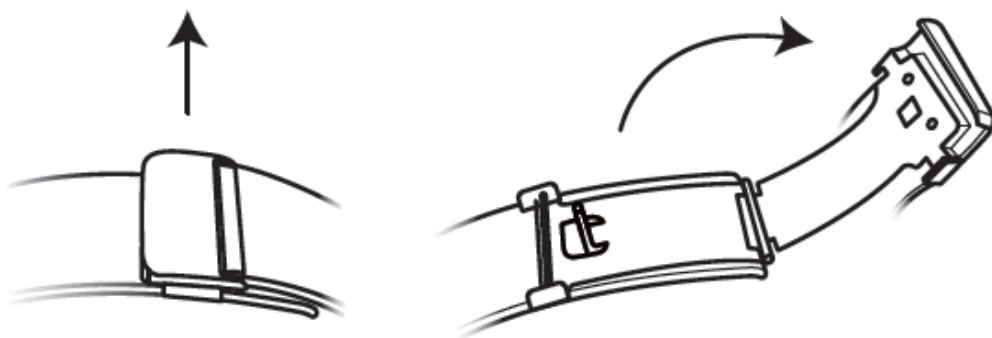


4. Fissa nuovamente le viti.

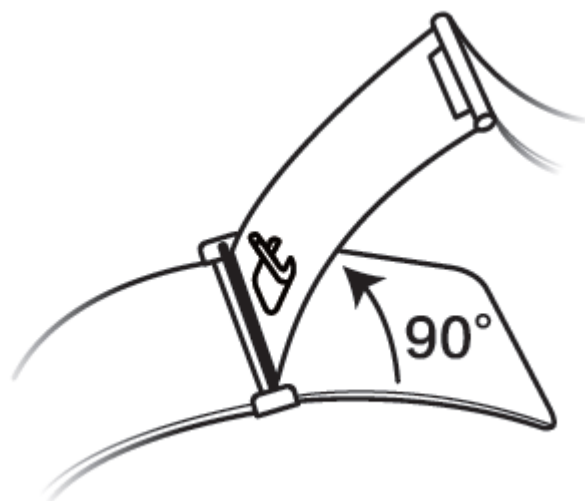


Regolazione dei bracciali con maglia milanese in metallo

1. Slaccia il fermaglio.

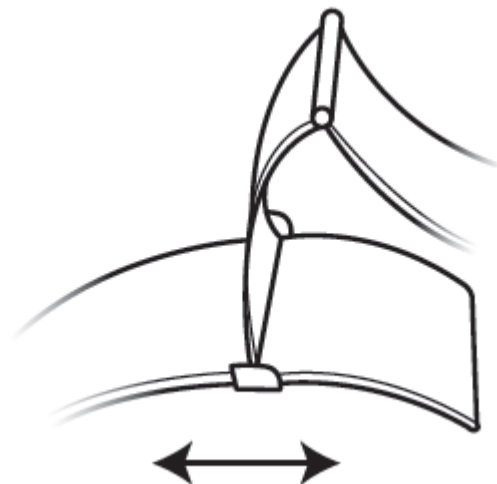


2. Tira la piastra inferiore verso l'alto in modo da ottenere un angolo di 90° con il cinturino.

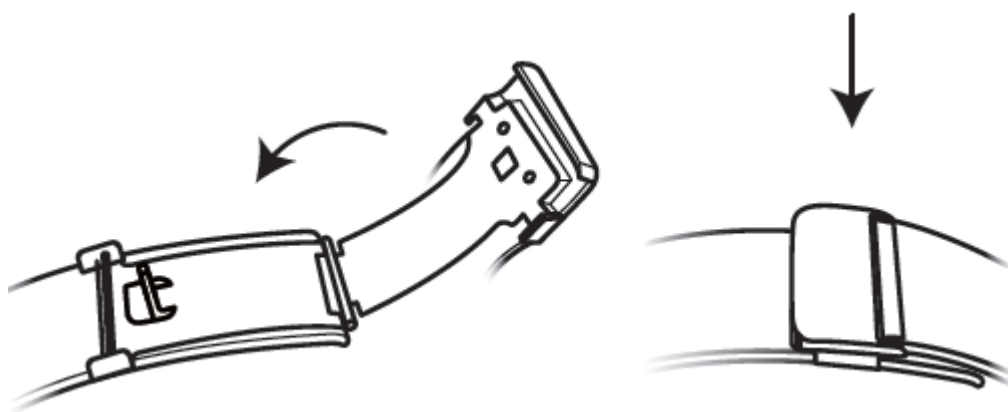


3. Fai scorrere il fermaglio per regolare la lunghezza.



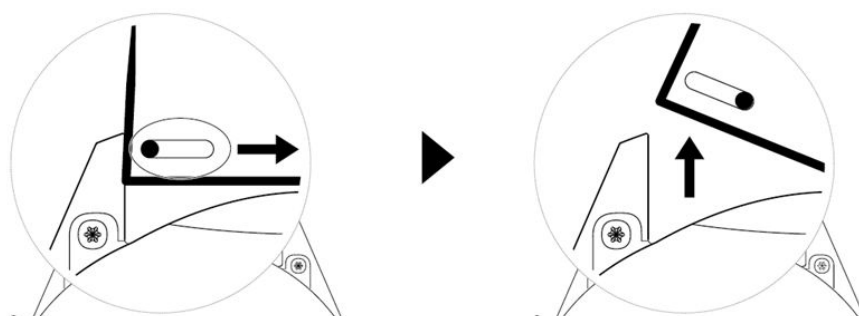


4. Allinea la piastra alle scanalature e chiudila nuovamente in basso. Termina fissando il fermaglio.

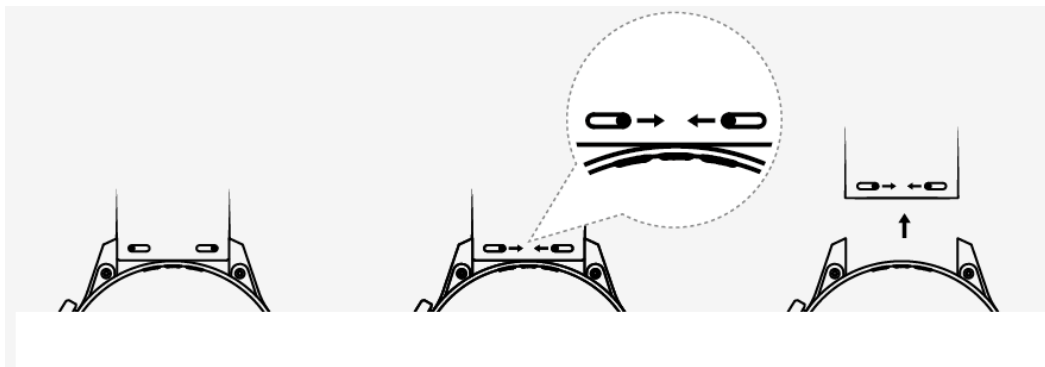


### Rimuovere e installare il cinturino

Per rimuovere un cinturino non metallico, sblocca il fissaggio, rimuovi il cinturino corrente, quindi rilascia il perno a molla, come mostrato nella figura seguente. Esegui l'operazione precedente in ordine inverso per montare un nuovo cinturino.



Per rimuovere un cinturino in metallo, procedi come illustrato nella figura seguente. Esegui l'operazione precedente in ordine inverso per montare un nuovo cinturino.



## Impostare i quadranti dell'orologio della Galleria

- i • Disponibile solo su telefoni Android. Se stai usando iOS, dissocia il dispositivo, quindi associalo a un telefono Android e segui le istruzioni per trasferire le foto. Le foto verranno salvate e potrai annullare l'associazione del dispositivo e associarlo nuovamente al tuo telefono iOS.
    - Questa funzione richiede che l'app Health sia aggiornata alla versione 10.0.0.633 o successiva e che l'orologio sia aggiornato alla versione 1.0.1.16 o successiva.
- 1** Apri l'app Huawei Health, tocca **Dispositivi**, accedi a **Quadranti orologio > Altro > Miei** e tocca **Galleria**.
  - 2** Tocca **+** e scegli di caricare un'immagine dalla Galleria del telefono oppure di scattare una nuova foto. Quindi seleziona l'immagine preferita e tocca **Salva**.
  - 3** Sulla schermata della **Galleria** nell'app Huawei Health, tocca **Style** per personalizzare il font e il colore della data e dell'ora visualizzate.
  - 4** Tocca **Layout** per regolare la posizione della data e dell'ora visualizzate.
    - i • Solo le immagini ferme possono essere utilizzate come quadranti dell'orologio. Non ci sono restrizioni sul formato di file
      - È possibile trasferire un massimo di 5 immagini alla volta. Se trasferisci più immagini, un'immagine verrà selezionata in modo casuale e visualizzata ogni volta che lo schermo si riattiva. Puoi alternare le immagini toccando lo schermo quando è acceso.


## Quadranti di orologio animati


Per installare i quadranti di orologio animati, apri l'app Huawei Health, vai in **Dispositivi**, tocca il nome del tuo dispositivo, tocca **Altro** vicino a **Quadranti orologio**, tocca **Consigliato**, seleziona i quadranti di orologio animati e procedi con l'installazione.

## Display sempre attivo

Quando il dispositivo entra in modalità standby, verrà visualizzato Display sempre attivo. Display sempre attivo è disattivato per impostazione predefinita. Per attivare questa funzione, procedi come segue.

Dalla schermata Home del dispositivo, vai in **Impostazioni > Display > Display sempre**

**attivo**, scorri verso sinistra o destra sullo schermo, quindi tocca  per completare la configurazione.

-  Attualmente, solo i quadranti preinstallati sul dispositivo possono essere utilizzati come Display sempre attivo.


## Quadranti


Per scaricare e installare quadranti ancora più fantastici, procedi come segue.

- 1 Apri l'app Huawei Health, tocca **Dispositivi**, quindi il nome del dispositivo, tocca **Altro** accanto a **Quadranti orologio** e potrai visualizzare una varietà di quadranti.
- 2 Scegli il quadrante che preferisci, quindi tocca **INSTALLA**. Dopo l'installazione, l'orologio passerà automaticamente a questo nuovo quadrante.
- 3 Scegli un quadrante installato, tocca **IMPOSTA COME PREDEFINITO** e l'orologio passerà a questo quadrante.


### Eliminare un quadrante:

Per eliminare un quadrante, apri l'app Huawei Health, tocca **Dispositivi** quindi il nome del dispositivo, tocca **Altro** accanto a **Quadranti orologio**, tocca **Miei**, scegli un quadrante

installato che desideri eliminare, quindi tocca  nell'angolo in alto a destra dello schermo e anche il quadrante installato sull'orologio verrà eliminato. Alcuni quadranti preinstallati non possono essere eliminati.

-  La schermata dei quadranti non è disponibile sui telefoni iOS. Per scaricare nuovi quadranti, ti consigliamo di associare temporaneamente l'orologio a un telefono Android. Quando i quadranti dell'orologio scaricati sono stati sincronizzati con l'orologio, associa di nuovo l'orologio al telefono iOS.
- Per scaricare o eliminare i quadranti, aggiorna l'orologio e l'app Huawei Health alle ultime versioni.
- Potrebbe non essere possibile scaricare o eliminare i quadranti in determinati paesi e regioni. Per ulteriori informazioni, contatta il Customer Service per maggiori dettagli.


## Impostare i contatti preferiti (usare un orologio per effettuare/ricevere una chiamata)

- 1 Apri l'app Huawei Health e tocca **Dispositivi**. Tocca il nome del dispositivo per accedere alla schermata delle impostazioni dell'orologio. Tocca **Contatti preferiti**.
- 2 Procedi come segue.
  - Tocca **AGGIUNGI** per visualizzare l'elenco contatti del telefono. Poi seleziona i contatti da aggiungere.
  - Tocca **Sequenza** per ordinare i contatti che hai aggiunto.
  - Tocca **Rimuovi** per rimuovere un contatto che hai aggiunto.
- 3 Dalla schermata Home premi il tasto in alto e scorri fino a trovare **Contatti** per chiamare i contatti preferiti dall'orologio.
  -  1 Puoi aggiungere all'orologio un massimo di 10 contatti preferiti.
  - 2 Assicurati che l'orologio e il telefono siano connessi prima di effettuare una chiamata dall'orologio.
  - 3 Puoi regolare il volume delle chiamate durante la chiamata.
  - 4 Puoi salvare un massimo di 30 registri di chiamata.



## Impostazione di ora e lingua

Non è necessario impostare l'ora e la lingua sull'orologio. Quando l'orologio è connesso al telefono, le impostazioni di ora e lingua sul telefono verranno sincronizzate automaticamente con l'orologio.


Se sul telefono vengono cambiati lingua, orario o formato di visualizzazione, i cambiamenti saranno sincronizzati automaticamente con l'orologio alla connessione tra telefono e orologio.

-  • Per utenti iOS: Vai in: **Impostazioni > Generale > Lingua e Zona > Lingua iPhone**, imposta la lingua e l'area geografica, quindi connetti l'orologio al telefono per sincronizzare le impostazioni.
- Per utenti Android: Vai in: **Impostazioni > Sistema > Lingua e inserimento > Lingua e area geografica**, imposta la lingua, quindi connetti l'orologio al telefono per sincronizzare le impostazioni.




## Regolazione della suoneria

-  Questa funzione è disponibile solo su HUAWEI WATCH GT 2 (46 mm) versione 1.0.2.28 o successiva e su HUAWEI WATCH GT 2 Pro.
  - Per utilizzare questa funzione, aggiorna l'app Huawei Health alla versione 10.0.0.651 o successiva.
- 1** Dalla schermata Home dell'orologio, premi il pulsante Su, scorri sullo schermo e vai in **Impostazioni > Suoni > Volume**, quindi scorri per regolare il volume della suoneria.
  - 2** Se è stata attivata la modalità silenziosa, il telefono vibrerà soltanto per avisarti di chiamate e messaggi in arrivo. Altrimenti, l'orologio suonerà e vibrerà quando riceve nuove chiamate o messaggi.
-  La suoneria dell'orologio per chiamate in arrivo, allarmi e notifiche è il tono predefinito e non può essere personalizzata.

## Personalizzare il tasto in basso

- 1** Dalla schermata Home premi il tasto in alto e accedi a **Impostazioni > Tasto in basso**.
  - 2** Tocca un'app dall'elenco. Questa app verrà aperta quando premi il tasto in basso.
-  Per impostazione predefinita, premendo il tasto in basso si aprirà l'App attività fisica.

## Scegliere le app preferite

- 1** Sull'orologio, vai in **Impostazioni > Display > Preferiti** e seleziona le app che usi più spesso, come Scheda dei trasporti, Alipay, Sonno, Stress, Frequenza cardiaca, Musica, Meteo e Registri attività.
  - 2** Una volta terminato, tocca **OK**. Ora puoi visualizzare le tue app preferite scorrendo verso destra o verso sinistra sullo schermo principale.
-  Questa funzione è disponibile solo su HUAWEI WATCH GT 2e e HUAWEI WATCH GT 2 Pro. Se usi un orologio di una serie GT 2 diversa, segui le informazioni più recenti per gli ultimi aggiornamenti.
  - Nella schermata dei Preferiti, tocca  per spostare l'app all'inizio dell'elenco.
  - Nella schermata dei Preferiti, tocca  per rimuovere l'app dall'elenco.
  - Puoi selezionare fino a sei app.

## Regolare la luminosità dello schermo

Dalla schermata Home premi il tasto in alto e accedi a **Impostazioni > Display > Luminosità** per regolare la luminosità dello schermo. Per impostazione predefinita, la luminosità è

impostata su **Auto**, per cui si regola automaticamente in base all'ambiente in cui ti trovi. Il livello 5 rappresenta l'impostazione di luminosità massima, il livello 1 quella minima.

## Aggiornare l'orologio

### Metodo 1:

Connetti l'orologio al telefono tramite l'app Huawei Health, apri l'app, tocca **Dispositivi**, tocca il nome del dispositivo, seleziona **Aggiornamento firmware**, quindi segui le istruzioni sullo schermo per aggiornare l'orologio in caso di nuovi aggiornamenti.

### Metodo 2:

- Per utenti Android: apri l'app Huawei Health, tocca **Dispositivi**, tocca il nome del dispositivo, quindi attiva **Download automatico dei pacchetti di aggiornamento mediante Wi-Fi**. Se ci sono nuovi aggiornamenti, l'orologio mostrerà i promemoria degli aggiornamenti. Segui le istruzioni sullo schermo per aggiornare l'orologio.
- Per utenti iOS: apri l'app Huawei Health, tocca la foto del profilo nell'angolo in alto a sinistra della schermata Home, tocca **Impostazioni** e attiva **Download automatico dei pacchetti di aggiornamento mediante Wi-Fi**. Se ci sono nuovi aggiornamenti, l'orologio mostrerà i promemoria degli aggiornamenti. Segui le istruzioni sullo schermo per aggiornare l'orologio.

 Durante l'aggiornamento, l'orologio si disconetterà automaticamente dal telefono.

## Visualizzazione del nome Bluetooth, indirizzo MAC, modello, numero di serie e versione

### Visualizzazione del nome Bluetooth:

- Sul dispositivo, vai in **Impostazioni > Informazioni**. Il nome visualizzato in **Nome dispositivo** è il nome Bluetooth del dispositivo.
- In alternativa, apri l'app Huawei Health e accedi alla schermata delle impostazioni del dispositivo. Il nome del dispositivo connesso è il nome Bluetooth.

### Visualizzazione dell'indirizzo MAC:

Sul dispositivo, vai in **Impostazioni > Informazioni** per visualizzare l'indirizzo MAC.

### Visualizzazione del numero di serie (SN):

Sul dispositivo, vai in **Impostazioni > Informazioni**. Il numero di serie del dispositivo è visualizzato accanto a **SN**:

### Modello:

- Sul dispositivo, vai in **Impostazioni > Informazioni**, il nome del modello è visualizzato sotto **Modello**.
- I caratteri incisi al laser dopo la parola "MODEL" sul retro del dispositivo rappresentano il nome del modello.

**Visualizzazione della versione:**

- sul dispositivo, vai in **Impostazioni** > **Informazioni** per visualizzare la versione del dispositivo.
- Apri l'app Huawei Health, vai alla schermata delle impostazioni del dispositivo, quindi tocca **Aggiornamento firmware** per verificare la versione del dispositivo.

## Ripristinare l'orologio alle impostazioni di fabbrica

Metodo 1: Dalla schermata Home premi il tasto in alto, scorri fino a trovare **Impostazioni**, tocca l'opzione, accedi a **Sistema** > **Reset**, quindi tocca ✓ per confermare. Tutti i dati sull'orologio verranno rimossi quando ripristini le impostazioni di fabbrica, perciò fai attenzione prima di confermare.

Metodo 2: Apri l'app Huawei Health, tocca **Dispositivi**, tocca il nome del dispositivo, quindi tocca **Ripristina impostazioni di fabbrica**.