



---

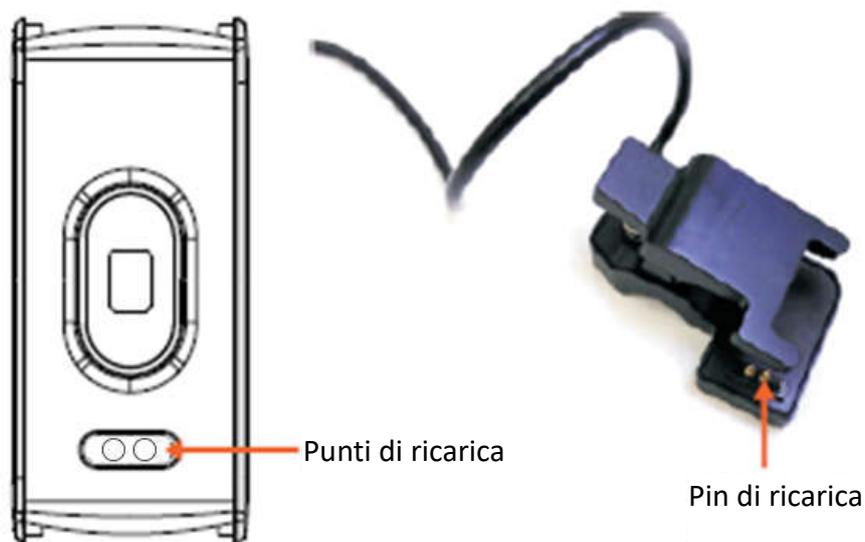
**Manuale d'uso**  
**Modello: BFH-250**

## 1. Panoramica del prodotto



1. Schermo
2. Tasto funzione
3. Sensore di frequenza cardiaca
4. Punti di ricarica

Collegare i pin di ricarica del cavo USB ai punti di ricarica sul retro dell'orologio. Dopo il collegamento riuscito per la ricarica, l'icona di ricarica viene visualizzata sullo schermo dell'orologio.



---

## 2. Abbinamento

Per sincronizzare i dati tra l'orologio e il telefono cellulare, installare l'App "Denver Smart Life".

### 2.1 Installazione dell'App

Cercare e installare l'App "Denver Smart Life" su Google Play o App Store. Oppure scansionare il seguente codice QR per installare direttamente l'App.



Per Android



Per iOS

### 2.2 Collegamento dell'orologio al telefono cellulare

1. Abilitare il Bluetooth sullo smartphone.
2. Avviare "Denver Smart Life" sul proprio smartphone, imposta il profilo nell'opzione Impostazioni.
3. Toccare "Collega dispositivo" nell'opzione Impostazioni.
4. Selezionare il nome di questo orologio per connettersi
5. Seguire le istruzioni sullo schermo per completare la connessione dell'orologio.

## 3. Accesso alle funzionalità

1. Premere ripetutamente il tasto funzione per scorrere le pagine del menu principale.
2. Premere a lungo il tasto funzione per confermare la selezione o accedere alle pagine delle opzioni secondarie.

**Nota:** quando lo schermo dell'orologio è spento, alzare la mano o premere il tasto funzione per accendere lo schermo.

---

## 4. Descrizione delle caratteristiche

### *Quadrante*



Su un quadrante, premere a lungo il tasto funzione per accedere alle opzioni del quadrante, quindi premere il tasto funzione per selezionare il quadrante dell'orologio preferito.

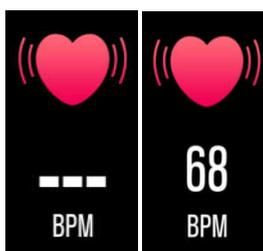
### *Pedometro*



L'orologio registra automaticamente i passi fatti, le calorie bruciate e la distanza percorsa.

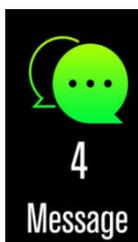
Premere il tasto funzione per alternare passi, calorie e distanza  
I dati misurati possono essere sincronizzati con l'App.

### *Frequenza cardiaca*



Premere il tasto funzione per passare alla pagina della frequenza cardiaca e iniziare a misurare la frequenza cardiaca. I dati misurati possono essere sincronizzati con l'App.

### *Messaggio*



---

Premere il tasto funzione per passare alla pagina dei messaggi.  
La notifica include chiamate in arrivo e nuovi messaggi SMS, QQ, WeChat e Whatsapp.

### *Multi-Sport*



Nella pagina Sport, premere a lungo il tasto funzione per entrare in una particolare modalità sportiva.

Sono disponibili quattro modalità sportive: camminata, corsa, escursionismo, ciclismo.

Per uscire da una modalità sportiva, premere il tasto funzione: i dati vengono registrati.

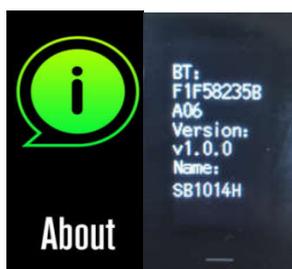
**Nota:** Se il periodo di sport è inferiore a 1 minuto, i dati non vengono registrati.

### *Altre funzionalità*



Premere a lungo il tasto funzione per accedere alle opzioni secondarie della pagina "Altro". Le opzioni includono le funzionalità menzionate di seguito.

### *Informazioni*



Premere a lungo il tasto funzione per mostrare l'indirizzo BT Mac, il nome del

---

dispositivo e la versione del firmware dell'orologio.

### *Spegnimento in corso*



Premere a lungo il tasto funzione per spegnere l'orologio.

### *Trova telefono*



Se l'orologio è collegato all'App, la pagina "Trova telefono" presenta più opzioni. Premere a lungo il tasto funzione: il telefono Android squillerà. Se si utilizza un iPhone, è necessario visualizzare il Denver Smart Life sullo schermo.

### *Promemoria sedentarietà*



Impostare i requisiti dettagliati sull'App per il promemoria di sedentarietà, come l'ora di inizio/fine, l'intervallo e le impostazioni di ripetizione. Quando il periodo di sedentarietà scade, l'orologio vibra.

### *Avviso assunzione acqua*



Impostare i requisiti dettagliati sull'App per il promemoria di assunzione acqua,

---

come l'ora di inizio/fine, l'intervallo e le impostazioni di ripetizione. Quando arriva il momento di bere acqua, l'orologio vibra.

### *Sveglia*



È possibile impostare cinque allarmi sull'App. Quando arriva l'ora dell'allarme, l'orologio vibra e l'icona sulla schermata dell'orologio si anima.

### *Controllo gestuale*

È possibile impostare lo stile di controllo gestuale sull'App per attivare la schermata dell'orologio.

- Sollevamento della mano: alzando la mano, lo schermo si accende.
- Rotazione del polso: ruotando il polso verso se stessi, lo schermo si accende.