



fitbit versa 2



Bruksanvisning
Version 1.0

Innehållsförteckning

| | |
|--|-----------|
| Kom igång | 6 |
| Vad finns i lådan..... | 6 |
| Ställ in Versa 2 | 7 |
| Ladda din klocka..... | 7 |
| Konfigurera med din telefon eller surfplatta..... | 8 |
| Anslut till Wi-Fi..... | 8 |
| Se dina data i Fitbit-appen..... | 8 |
| Lås upp Fitbit Premium | 9 |
| Bära Versa 2 | 10 |
| Placering vid daglig användning jämfört med vid träning..... | 10 |
| Handdominans..... | 11 |
| Byt armband | 12 |
| Ta bort ett armband | 12 |
| Fäst ett armband | 13 |
| Grundläggande | 14 |
| Navigera på Versa 2..... | 14 |
| Grundläggande navigering..... | 14 |
| Knappgenvägar..... | 16 |
| Anpassa inställningarna..... | 18 |
| Kontrollera batterinivån | 19 |
| Ställ in enhetslås | 19 |
| Justera Alltid-på-skärmen | 20 |
| Stäng av skärmen | 21 |
| Ta hand om din Versa 2..... | 21 |
| Appar and urtavlor | 22 |
| Byt urtavlan | 22 |
| Öppna appar | 22 |
| Organisera appar | 22 |
| Ladda ner ytterligare appar | 22 |
| Ta bort appar | 23 |
| Uppdatera appar..... | 23 |
| Röstkontroller | 24 |
| Ställ in Alexa..... | 24 |
| Interagera med Alexa..... | 24 |

| | |
|--|-----------|
| Kontrollera dina Alexa-larm, påminnelser och tidtagare | 25 |
| Livsstil | 26 |
| Starbucks..... | 26 |
| Strava..... | 26 |
| Väder..... | 26 |
| Kolla vädret | 26 |
| Lägg till eller ta bort en stad | 27 |
| Meddelanden | 28 |
| Konfigurera meddelanden..... | 28 |
| Se inkommande meddelanden | 28 |
| Hantera meddelanden..... | 29 |
| Stäng av meddelanden..... | 29 |
| Svara på eller avvisa telefonsamtal..... | 30 |
| Svara på meddelanden..... | 30 |
| Tidsregistrering | 31 |
| Använd appen Alarm | 31 |
| Avvisa eller snooza ett larm..... | 31 |
| Använd Timer-appen..... | 31 |
| Aktivitet och sömn | 32 |
| Se din statistik..... | 32 |
| Spåra ett dagligt aktivitetsmål..... | 33 |
| Välj ett mål..... | 33 |
| Spåra din timaktivitet..... | 33 |
| Spåra din sömn..... | 34 |
| Sätt ett sömnmål | 34 |
| Ställ in påminnelse om läggdags | 34 |
| Lär dig om dina sömnvanor | 34 |
| Se din puls..... | 34 |
| Öva på guidad andning | 35 |
| Fitness och träning | 36 |
| Spåra din träning automatiskt..... | 36 |
| Spåra och analysera träning med Träningsappen..... | 36 |
| GPS-krav..... | 37 |
| Spåra ett träningspass..... | 37 |
| Anpassa dina träningsinställningar och genvägar | 38 |
| Kontrollera din workoutsammanfattning..... | 38 |

| | |
|--|-----------|
| Kontrollera din puls..... | 39 |
| Standardpulsszoner..... | 39 |
| Anpassad pulsszon | 40 |
| Träna med Fitbit Coach..... | 40 |
| Dela din aktivitet..... | 41 |
| Spåra dina konditionsträningspoäng..... | 41 |
| Musik och podcast..... | 42 |
| Anslut Bluetooth-hörlurar eller -högtalare | 42 |
| Lyssna på din egen musik och dina egna podcast | 43 |
| Styr musik med Versa 2..... | 43 |
| Välj musikkälla | 43 |
| Styr musik | 44 |
| Styr musik med Spotify-appen | 44 |
| Använd Pandora på Versa 2 (Endast USA) | 44 |
| Använd Deezer på Versa 2..... | 44 |
| Fitbit Pay | 45 |
| Använd kredit- och betalkort | 45 |
| Ställ in Fitbit Pay..... | 45 |
| Genomför köp..... | 45 |
| Ändra ditt standardkort | 47 |
| Betala för transitering | 47 |
| Uppdatera, starta om och rensa | 48 |
| Uppdatera Versa 2 | 48 |
| Starta om Versa 2..... | 48 |
| Avstängning Versa 2 | 48 |
| Rensa Versa 2 | 49 |
| Felsökning | 50 |
| Pulssignal saknas | 50 |
| GPS-signalen saknas..... | 50 |
| Kan inte ansluta till Wi-Fi..... | 51 |
| Andra problem | 51 |
| Allmän info och specifikationer | 52 |
| Sensorer..... | 52 |
| Material..... | 52 |
| Trådlös teknik..... | 52 |
| Haptisk återkoppling | 52 |

| | |
|--|-----------|
| Batteri | 52 |
| Minne..... | 52 |
| Skärm..... | 53 |
| Armbandsstorlek | 53 |
| Miljöförhållanden..... | 53 |
| Läs mer..... | 53 |
| Returpolicy och garanti..... | 53 |
| Reglerings- och säkerhetsanvisningar | 54 |
| USA: Deklaration från Federal Communications Commission (FCC)..... | 54 |
| Kanada: Deklaration från Industry Canada (IC) | 55 |
| Europeiska unionen (EU) | 56 |
| IP-betyg | 57 |
| Argentina..... | 57 |
| Australien och Nya Zeeland..... | 57 |
| Vitryssland | 57 |
| Tullunion | 57 |
| Kina..... | 57 |
| Indien | 59 |
| Indonesien..... | 59 |
| Israel..... | 59 |
| Japan..... | 59 |
| Mexiko..... | 59 |
| Marocko | 60 |
| Nigeria | 60 |
| Oman..... | 60 |
| Pakistan..... | 60 |
| Filippinerna | 61 |
| Serbien | 61 |
| Sydkorea..... | 61 |
| Taiwan | 62 |
| Förenade Arabemiraten | 64 |
| Vietnam..... | 65 |
| Zambia..... | 65 |
| Säkerhetsförklaring | 65 |

Kom igång

Förbättra dagen med Fitbit Versa 2, den exklusiva hälso- och smarta sportklockan med Amazon Alexa inbyggt, träningsfunktioner, appar och mer. Ägna en stund åt att läsa igenom vår fullständiga säkerhetsinformation på [fitbit.com/safety](https://www.fitbit.com/safety).

Vad finns i lådan

Din Versa 2-låda innehåller:



Klocka med litet armband
(färg och material varierar)



Laddningskabel



Extra armband i stor
storlek

De avtagbara armbanden för Versa 2 finns i olika färger och material och dessa säljs separat.

Ställ in Versa 2

För den bästa upplevelsen kan du använda Fitbit-appen för iPhones och iPads eller Android-telefoner.

För att skapa ett Fitbit-konto anger du längd, vikt och kön när du tillfrågas. Dessa används för att beräkna din steglängd och uppskatta avstånd, basal ämnesomsättning samt kaloriförbränning. Efter du konfigurerat ditt konto kommer ditt förnamn, ditt efternamns initial och dina foton att vara synliga för alla andra Fitbit-användare. Du kan välja att dela med dig av annan information, men merparten av den information du anger är privat som standard.

Ladda din klocka

På fulladdad Versa 2 har batteriets livslängd på över 5 dagar. Batteriets livslängd och laddningscykler varierar med användning och andra faktorer. De faktiska resultaten kommer att variera.

Så här laddar du Versa 2:

1. Anslut laddningskabeln till USB-porten på din dator, eller en UL-certifierad USB-vägggladdare eller en annan lågenergiladdningsenhet.
2. Tryck ihop klämman och placera Versa 2 i laddningsvaggan. Stiften på laddningsvaggan måste vara i linje med guldkontakterna på klockans baksida. Den laddade procenten visas på skärmen.




Medan klockan laddas, nudda skärmen för att kontrollera batterinivån. Tryck igen för att använda Versa 2.

Konfigurera med din telefon eller surfplatta

Ställ in Versa 2 med Fitbit-appen för iPhones och iPads eller Android-telefoner. Fitbit-appen är kompatibel med de vanligaste telefonerna och surfplattorna. För mer information, se fitbit.com/devices.

Så här kommer du igång:

1. Hämta Fitbit-appen:
 - Apple App Store för iPhones och iPads
 - Google Play Store för Android-telefoner
2. Installera appen och öppna den.
 - Om du redan har ett Fitbit-konto, logga in på ditt konto > tryck på fliken  Idag > din profilbild > **Ställ in en enhet**.
 - Om du inte har ett Fitbit-konto trycker du på **Gå med i Fitbit**. Du leds genom en rad frågor för att skapa ett Fitbit-konto.
3. Fortsätt att följa instruktionerna på skärmen för att ansluta Versa 2 till ditt konto.

Läs igenom guiden när du är klar med installationen för att lära dig mer om din nya klocka och utforska Fitbit-appen.

Anslut till Wi-Fi

Under installationen uppmanas du att ansluta Versa 2 till ditt Wi-Fi-nätverk. Versa 2 använder Wi-Fi för att snabbt ladda ner spellistor och appar från Fitbit app-galleriet och för snabbare uppdateringar av operativsystemet.

Versa 2 kan ansluta till öppna, WEP, WPA personliga och WPA2 personliga Wi-Fi-nätverk. Din klocka kommer inte att ansluta till 5GHz, WPA-företag eller offentliga Wi-Fi-nätverk som kräver mer än ett lösenord för att ansluta — till exempel inloggningar, prenumerationer eller profiler. Om du ser fält för ett användarnamn eller en domän när du ansluter till Wi-Fi-nätverket på en dator, stöds inte nätverket.

För bästa resultat, koppla din Versa 2 till ditt Wi-Fi-nätverk hemma eller på jobbet. Se till att du känner till nätverkslösenordet innan du ansluter.

För mer information, se help.fitbit.com.

Se dina data i Fitbit-appen

Synkronisera Versa 2 för att överföra dina data till Fitbit-appen, där du kan se tränings- och sömndata, registrera mat och vatten, delta i utmaningar och mycket mer. För bästa resultat ska du hålla igång synkroniseringen under hela dagen så att Versa 2 regelbundet synkroniseras med appen. Hel synkronisering krävs för vissa funktioner på Versa 2, till exempel Amazon Alexa.

Lås upp Fitbit Premium

Fitbit Premium hjälper dig att bygga sunda vanor genom att erbjuda skräddarsydda workouts, insikt i hur ditt beteende påverkar din hälsa och personliga planer som hjälper dig att nå dina mål. Specialutgåvan av Versa 2 kommer med en 3-månaders gratisversion av Fitbit Premium i vissa länder.

Fitbit Premium inkluderar:

- Detaljerade program anpassade efter dina hälso- och träningsmål
- Insikter om din aktivitet och framsteg genom program
- Steg-för-steg-workout med Fitbit Coach

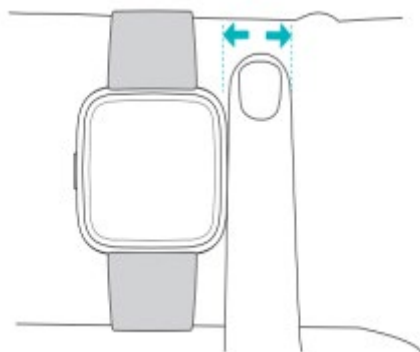
För mer information, se help.fitbit.com.

Bära Versa 2

Placera Versa 2 runt din handled. Om du behöver fästa ett armband av en annan storlek eller om du köpte ett armband kan du hitta instruktioner under [“Byta armband”](#) på sidan 12.

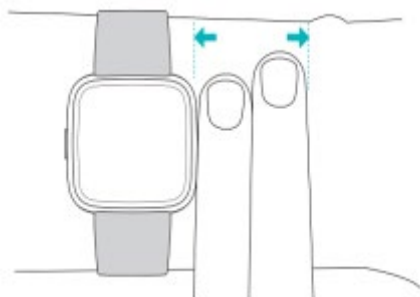
Placering vid daglig användning jämfört med vid träning

När du inte tränar ska du bära Versa 2 en fingerbredd ovanför ditt handledsben.



För optimerad pulsavläsning under träning:


- Under en workout kan du experimentera med att bära enheten högre på handleden (2 fingerbredder) för bättre passform. Många träningsformer som till exempel cykling eller tyngdlyftning gör att du ofta böjer din handled, vilket kan störa pulssignalen om klockan är längre ner på din handled.



- Bär din Fitbit-enhet ovanpå handleden och se till att enhetens baksida är i kontakt med din hud.
- Överväg att dra åt armbandet för din workout och lossa det när du är klar. Armbandet ska sitta tight men inte sammandragande (ett åtdraget armband begränsar blodflödet, vilket kan påverka hjärtfrekvenssignalen).

Handdominans

För större noggrannhet måste du ange om du bär Versa 2 på din dominanta eller icke dominanta hand. Den hand du använder när du äter och skriver är din dominanta hand. Som standard är handledsinställningen inställd på icke-dominant. Om du bär Versa 2 på din dominerande hand, ändra handledsinställningen i Fitbit-appen.

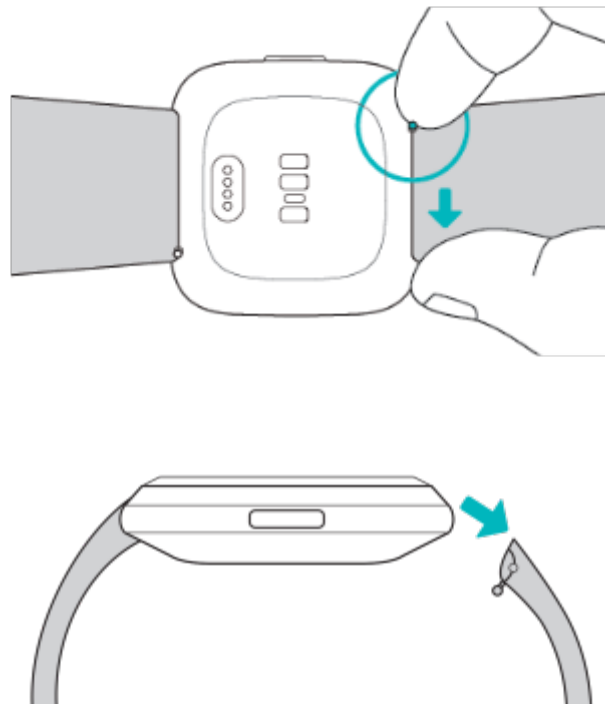
Från fliken Idag  i Fitbit-appen nuddar du din profilbild > Versa 2-panelen > **Handled** > **Dominant**.

Byt armband

Versa 2 levereras med ett armband i liten storlek och ett ytterligare nedre armband i stor storlek i lådan. Både det övre och nedre armbandet kan bytas ut mot tillbehörsarmband som säljs separat på [fitbit.com](https://www.fitbit.com). Se “Armbandsstorlekar” på sida 53 för armbandsmått. Alla armband i Versa-serien är kompatibla med alla enheter i Fitbit Versa-serien.

Ta bort ett armband

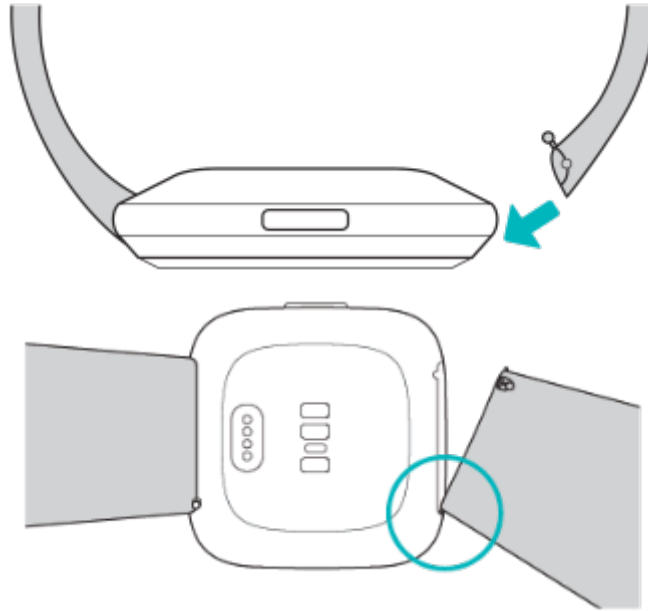
1. Vänd Versa 2 och hitta snabblösarspaken.
2. Medan du trycker snabbblåset inåt skjuter du försiktigt bort armbandet från klockan för att lossa det.



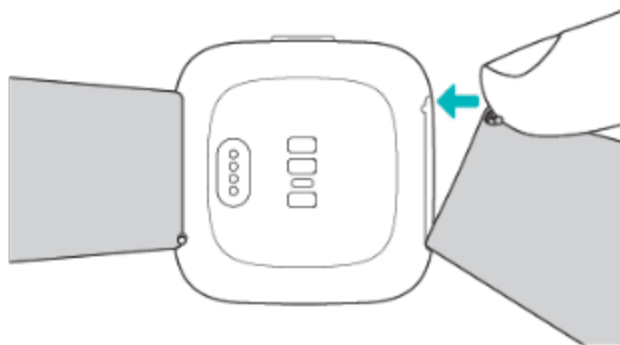
3. Upprepa på den andra sidan.

Fäst ett armband

1. För att fästa ett armband håller du bandet vid 45° vinkel och skjuter stiftet (på den motsatta sidan från snabblåset) i gropen på klockan.



2. Medan du trycker in snabblösarspaken skjuter du den andra änden av armbandet på plats.



3. När båda ändarna av stiftet är på plats, släpp snabblåset.

Grundläggande

Lär dig hur du hanterar inställningarna för Versa 2, anger en personlig PIN-kod, navigerar på skärmen och mer.

Navigera på Versa 2

Versa 2 har en AMOLED-pekkskärm och 1 knapp.

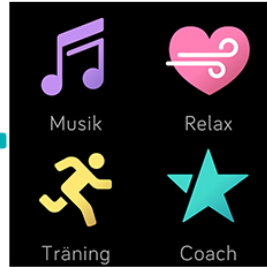
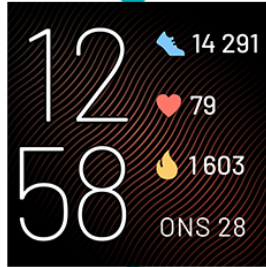
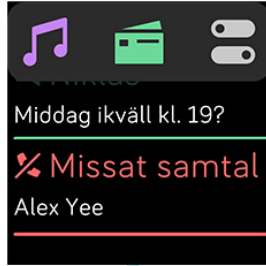
Navigera på Versa 2 genom att nudda skärmen, svepa från sida till sida och upp och ner eller trycka på knappen. För att bevara batteriet stängs klockans skärm av när den inte används, såvida du inte aktiverar inställningen för Alltid-på-skärm. För mer information, se [“Justera Alltid-på-skärm”](#) på sidan 20.

Grundläggande navigering

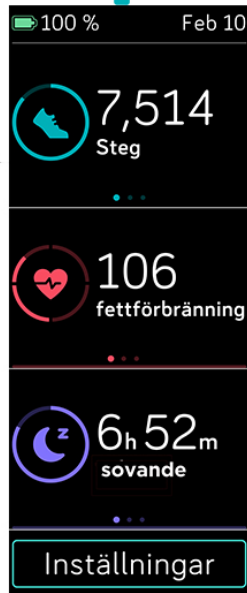
Startskärmen är en klocka.

- Svep ner från toppen av skärmen för att se meddelanden och få tillgång till fjärrstyrning av musik, Fitbit Pay eller Alexa och snabbinställningar. Genvägarna försvinner efter 2 sekunder. Svep ner för att se dem igen.
- Svepa uppåt för att se din dagliga statistik.
- Dra åt vänster för att se apparna på din klocka.
- Nudda knappen för att gå tillbaka till en tidigare skärm eller återgå till urtavlan.

**DRA NEDÅT FÖR ATT SE
AVISERINGAR OCH GENVÄGAR**



**DRA ÅT VÄNSTER
FÖR ATT SE APPAR**



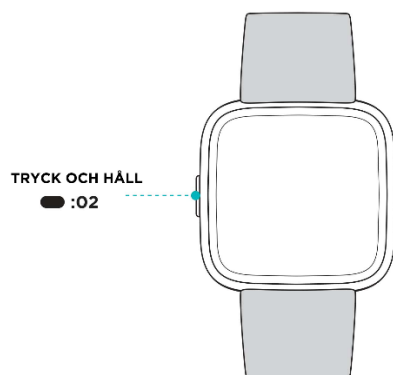
**DRA UPP FÖR
ATT SE FITBIT IDAG**

Knappgenvägar


Tryck och håll ned knappen på din Versa 2 för ett snabbare sätt att komma åt vissa inställningar.

Välj en genväg

Håll knappen intryckt i 2 sekunder för att aktivera Alexa eller Fitbit Pay. För mer information om dessa funktioner, se [“Röstkontroller”](#) på sidan 24 och [“Använd kredit- och betalkort”](#) på sidan 45.











Första gången du använder kortkommandot väljer du vilken funktion den aktiverar. Om du senare vill ändra vilken funktion som aktiveras när du håller ner knappen

öppnar du appen Inställningar  på din klocka och nuddar **Vänster knapp** alternativ.

Snabbinställningar

Svep ner från toppen av klockskärmen och nudda ikonen för snabbinställningar  för att komma åt vissa inställningar.

| | |
|---|--|
| Stör inte  | <p>När inställningen Stör inte är på:</p> <ul style="list-style-type: none">• Meddelanden, målfirande och påminnelser om att flytta får inte klockan att vibrera eller att skärmen slås på.• Du ser en ikon Stör inte  längst upp på skärmen när du sveper upp för att se din statistik. <p>Du kan inte aktivera Stör inte och viloläge samtidigt.</p> |
|---|--|

| | |
|--|---|
| <p>Viloläge </p> | <p>När inställningen för viloläge är på:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Meddelanden får inte klockan att vibrera eller att skärmen slås på. • Skärmens ljusstyrka är inställd på att dämpa. • Urtavlan för alltid på skärmen är avstängd. • Om du vrider på handleden får inte klockans skärm att slås på. • Du ser en vilolägeikon  längst upp på skärmen när du sveper upp för att se din statistik. <p>Viloläge stängs inte automatiskt av om du inte ställer in ett schema för viloläge. Om du vill schemalägga viloläge att automatiskt slås på under vissa timmar öppnar du appen Inställningar  och nuddar Viloläge > Schema. Viloläge stängs automatiskt av vid tidpunkten för planeringen, även om du har aktiverat det manuellt.</p> <p>Du kan inte aktivera Stör inte och viloläge samtidigt.</p> |
| <p>Väck skärm </p> | <p>När du ställer in Väck skärm på Auto (rörelse), tänds skärmen varje gång du vrider handleden.</p> <p>När du ställer in Väck skärm Manual (knapp) trycker du på knappen för att slå på skärmen.</p> |
| <p>Ikon för ljusstyrka </p> | <p>Justera skärmens ljusstyrka.</p> |
| <p>Skärmen alltid påslagen </p> | <p>För mer information, se “Justera Alltid-på-skärm” på sidan 20.</p> |

Anpassa inställningarna

Hantera grundinställningar i appen Inställningar :

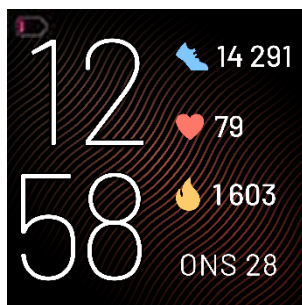
| | |
|-------------------------|--|
| Ljusstyrka | Ändra skärmens ljusstyrka. |
| Skärmtimeout | Välj hur länge skärmen ska vara på när du slutar interagera med din klocka. |
| Skärmen alltid påslagen | Justera alltid inställningar för skärmbilden, inklusive informationen du ser på klockans urtavla. |
| Viloläge | Justera inställningarna för viloläge, inklusive att ställa in ett schema för läget för att automatiskt slå på och stänga av. |
| Stör inte | Justera Stör inte inställningarna, inklusive om läget ska aktiveras automatiskt när du använder appen Träning. |
| Väck skärm | Ändra om skärmen slås på när du vrider handleden. |
| Vibrationer | Justera klockans vibrationsstyrka. |
| Mikrofon | Välj om din klocka ska få åtkomst till mikrofonen. |
| Vänster knapp | Välj funktionen som knappen aktiverar. |
| Alexa | Slå på eller stäng av meddelanden. |
| Bluetooth | Hantera anslutna Bluetooth-enheter. |
| Puls | Slå på eller stäng av pulsspårning. |

Nudda en inställning för att justera den. Svep uppåt för att se hela listan med inställningar.

Kontrollera batterinivån

Svep ner från toppen av skärmen. Vänta i två sekunder tills genvägsfacket försvinner. Batterinivåikonen är längst upp till vänster.

Om batteriet på din klocka är svagt (mindre än 24 timmar kvar) ser du en röd batterilampa på urtavlan. Om batterinivån på din klocka är kritiskt låg (mindre än 4 timmar kvar) blinkar den röda batterilampan.




Wi-Fi fungerar inte på Versa 2 när batteriet är 25 % eller mindre och du kan inte uppdatera din enhet.

Ställ in enhetslås

För att hålla din klocka säker kan du aktivera enhetslås i Fitbit-appen. Den uppmanar dig att ange en personlig fyrsiffrig PIN-kod för att låsa upp klockan. Enhetslås aktiveras automatiskt när du ställer in Fitbit Pay för att göra kontaktlösa betalningar från din klocka och du måste då ange en kod. Om du inte använder Fitbit Pay är enhetslås frivilligt.

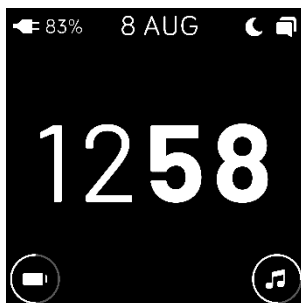
Aktivera enhetslås eller återställ PIN-koden i Fitbit-appen:

Från fliken Idag  i Fitbit-appen nuddar du din profilbild > Versa 2-panelen > **Enhetslås**.

För mer information, se help.fitbit.com.

Justera Alltid-på-skärmen


Slå på Alltid-på-skärmen för att visa tiden på klockan, även om du inte interagerar med skärmen. Välj att också visa klockans batterinivå och dina framsteg mot 2 av din core-statistik.



För att slå på eller stänga av den här funktionen, svep nedåt från toppen av klockan och nudda snabbinställningsikonen  > Ikon för Alltid-på-skärm , eller hitta **Alltid på skärm** i Inställningsappen .



Observera att aktivering av denna funktion påverkar batteriets livslängd på klockan. När Displayen är påslagen har Versa 2 är batteriets livslängd upp till 2 dagar.

Om du vill justera vad som visas på skärmen när Alltid-på-skärm är på öppnar du appen Inställningar  > **Alltid på skärm** > **Anpassa**.

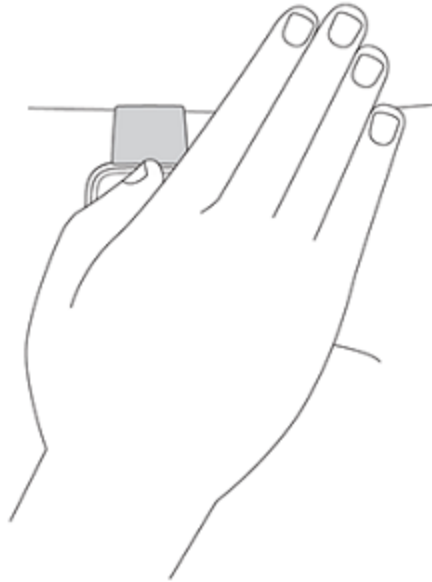
| | |
|----------------|---|
| Klockutförande | Välj mellan en digital eller analog urtavla. |
| Statusfältet | Slå på en återstående batteriindikator. |
| Corestatistik | Visa dina framsteg mot två corestatistik efter ditt val. |
| Off-timmar | Ställ in skärmen så att den stängs av under vissa timmar. |

Alltid-på-skärmen stängs automatiskt av när klockans batteri är kritiskt lågt.

För mer information, se help.fitbit.com.

Stäng av skärmen

För att stänga av skärmen på Versa 2 när den inte används täcker du kort klockans urtavla med din motsatta hand, trycker på knappen eller vänder handleden från kroppen.



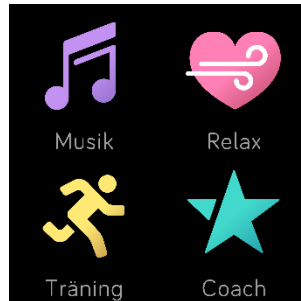
Observera att om du sätter på inställningen för Alltid-på-skärm stängs inte skärmen av.

Ta hand om din Versa 2


Det är viktigt att rengöra och torka Versa 2 regelbundet. För mer information, se [fitbit.com/productcare](https://www.fitbit.com/productcare).

Appar and urtavlor

Fitbit app-galleriet och klock-galleriet erbjuder appar och urtavlor du kan använda för att anpassa din klocka och uppfylla en mängd olika hälso-, tränings-, tids- och vardagsbehov.



Byt urtavlan

1. Från fliken Idag  i Fitbit-appen nuddar du din profilbild > Versa 2-panelen.
2. Nudda **Urtavlor** > **Alla klockor**.
3. Bläddra bland tillgängliga urtavlor. Nudda urtavlan för att se en detaljerad vy.
4. Nudda **Välj** för att lägga till urtavlan till Versa 2.

Öppna appar


Svep åt vänster på urtavlan för att se de appar som finns installerade på din klocka. Nudda en app för att öppna den.

Organisera appar

Om du vill ändra placeringen av en app på Versa 2 nuddar du håller inne på en app tills den väljs och drar sedan den till en ny plats. Du vet att appen är vald när den ökar något i storlek och klockan vibrerar.

Ladda ner ytterligare appar


Lägg till nya appar på Versa 2 från Fitbit app-galleriet.

1. Från fliken Idag  i Fitbit-appen nuddar du din profilbild > Versa 2-panelen.
2. Nudda **Appar** > **Alla appar**.
3. Bläddra bland tillgängliga appar. När du hittar en du vill installera, nuddar du den.
4. Nudda **Installera** för att lägga till appen till Versa 2.

För mer information, se help.fitbit.com.

Ta bort appar

Du kan ta bort de flesta appar installerade på Versa:

1. Från fliken Idag  i Fitbit-appen nuddar du din profilbild > Versa 2-panelen.
2. Nudda **Appar**.
3. Gå till fliken Mina appar och hitta appen du vill ta bort. Du kanske måste svepa upp för att hitta den.
4. Nudda appen > **Ta bort**.

Uppdatera appar


Appar uppdateras via Wi-Fi vid behov. Versa 2 söker efter uppdateringar när den är ansluten till laddaren och inom ditt Wi-Fi-nätverk.

Du kan också manuellt uppdatera appar. För mer information, se help.fitbit.com.

Röstkontroller


Kontrollera vädret, ställ in tidtagare och larm, kontrollera dina smarta hem enheter och mer genom att prata med din klocka.

Ställ in Alexa

1. Från fliken **Idag**  i Fitbit-appen nuddar du din profilbild > Versa 2-panelen.
2. Nudda **Amazon Alexa** > **Logga in med Amazon**.
3. Nudda **Komma igång**.
4. Logga in på ditt Amazon-konto eller skapa ett om det behövs.
5. Läs om vad Alexa kan göra och nudda **Stänga** för att återgå till dina enhetsinställningar i Fitbit-appen.

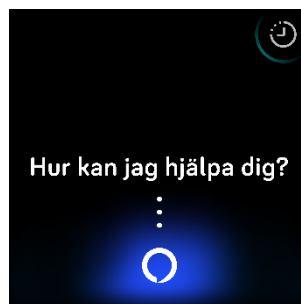
För att ändra språket Alexa känner igen eller koppla bort ditt Amazon-konto, nudda **Amazon Alexa** panel på enhetsinställningssidan och justera dina inställningar.

Interagera med Alexa

1. Aktivera Alexa.
 - Om du valde Alexa som din genväg, håll knappen på klockan i 2 sekunder.
 - Sveg ner från toppen av skärmen och nudda Alexa-ikonen  om du valde en annan genväg.

Fitbit-appen måste fortsätta köras i bakgrunden på din telefon.

2. Säg din förfrågan.



Du behöver inte säga "Alexa" innan du ber om din begäran. Till exempel:




- Ställ en tidtagare på 10 minuter.
- Ställ ett alarm på 08:00
- Vad är temperaturen utanför?
- Påminn mig att äta middag klockan 18:00
- Hur mycket protein innehåller ett ägg?



Observera att säga "Alexa" inte aktiverar Alexa på din klocka - du måste öppna Alexa med en knappgenväg eller Alexa-ikonen innan mikrofonen i klockan slås på. Mikrofonen stängs av när du stänger Alexa, eller när klockans skärm stängs av.

För extra funktionalitet, installera Amazon Alexa-appen på din telefon. Med appen kan din klocka få tillgång till ytterligare Alexa-färdigheter. Observera att inte alla färdigheter fungerar med Versa 2, eftersom de måste kunna visa feedback som text på klockans skärm. Versa 2 har ingen högtalare, så du kommer inte att höra Alexa svara.




För mer information, se help.fitbit.com.

Kontrollera dina Alexa-larm, påminnelser och tidtagare

1. Aktivera Alexa.
 - Om du valde Alexa som din genväg, håll knappen på klockan i 2 sekunder.
 - Svep ner från toppen av skärmen och nudda Alexa-ikonen  om du valde en annan genväg.
2. Nudda varningsikonen  och svep åt vänster eller höger för att navigera mellan larm, påminnelser och tidtagare.
3. Nudda en inställning för att aktivera eller avaktivera den. För att justera eller avbryta en påminnelse eller timer nuddar du Alexa-ikonen  och säger din förfrågan.

Observera att Alexas larm och tidtagare är separata från dem du ställer in i Alarm-appen  eller Timer-app .

Livsstil

Använd appar som Starbucks , Strava  och väder  för att hålla kontakten med det du bryr dig mest om. Se “[Appar och urtavlor](#)” på sidan [22](#) för instruktioner om hur du lägger till och tar bort appar.

För mer information, se help.fitbit.com.


Starbucks

Lägg till ditt Starbucks-kort eller Starbucks Rewards-programnummer i Fitbit app-galleriet i Fitbit-appen och synkronisera din klocka. Använd sedan Starbucks-appen

 för att betala från din handled.


För mer information, se help.fitbit.com.

Strava

Anslut dina Strava- och Fitbit-konton i Fitbit-appen för att se dina löpnings- och cykeldata i Strava-appen  på din klocka.

För mer information, se help.fitbit.com.

Väder

Se vädret på din nuvarande plats, samt 2 ytterligare platser du väljer i Väder-appen  på din klocka.



Kolla vädret

Öppna Väder-appen för att se förhållandena på din nuvarande plats. Svep åt vänster för att se vädret på andra platser som du lagt till.

Om vädret för din nuvarande plats inte visas kan du kontrollera att du har aktiverat platstjänster för Fitbit-appen. Om du byter plats kan du synkronisera klockan för att se din nya plats i Väder-appen.

Välj din temperaturenhet i Fitbit-appen. För mer information, se help.fitbit.com.

Lägg till eller ta bort en stad


1. Från fliken Idag  i Fitbit-appen nuddar du din profilbild > Versa 2-panelen.
2. Nudda **Appar**.
3. Nudda kugghjulsikonen  bredvid **Väder**. Du kan behöva svepa uppåt för att hitta appen.
4. Nudda **Lägg till stad** för att lägga till upp till 2 ytterligare platser eller nudda **Redigera** > X-ikonen för att radera en plats. Observera att du inte kan radera din nuvarande plats.
5. Synkronisera din klocka med Fitbit-appen för att se den uppdaterade listan över platser på din klocka.

Meddelanden

Versa 2 kan visa meddelanden, samtal, textmeddelanden, kalender och appmeddelanden från din telefon för att hålla dig informerad. Håll din klocka inom 10 meter från telefonen för att få meddelanden.

Konfigurera meddelanden

Kontrollera att telefonens Bluetooth är påslagen och att telefonen kan ta emot meddelanden (ofta under Inställningar > Meddelanden). Konfigurera sedan meddelanden:

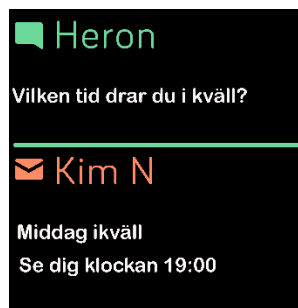
1. Från fliken Idag  i Fitbit-appen nuddar du din profilbild > Versa 2-panelen.
2. Nudda **Meddelanden**.
3. Följ instruktionerna på skärmen för att parkoppla din klocka om du inte redan har gjort det. Meddelanden för samtal, textmeddelanden och kalenderhändelser aktiveras automatiskt.
4. Om du vill aktivera meddelanden från appar som är installerade på din telefon, inklusive Fitbit och WhatsApp, nuddar du **Appmeddelanden** och aktiverar de meddelanden du vill se.

Observera att om du har en iPhone, iPad eller Windows 10-enhet visar Versa 2 meddelanden från alla kalendrar som synkroniseras med kalenderappen. Om du har en Android-telefon visar Versa 2 kalendermeddelanden från den kalenderapp du väljer under installationen.

För mer information, se help.fitbit.com.

Se inkommande meddelanden

Ett meddelande gör att klockan vibrerar. Om du inte läser meddelandet när det kommer fram kan du kontrollera det senare genom att svepa nedåt på klockskärmen.



Om klockans batterinivå är kritiskt låg kommer meddelanden inte att Versa 2 vibrerar eller att skärmen slås på.

Hantera meddelanden

Versa 2 lagrar upp till 30 meddelanden, varefter de äldsta ersätts efterhand som du får nya.


Så här hanterar du meddelanden:

- Svep ner från toppen av skärmen för att se dina meddelanden och nudda valfritt meddelande för att expandera det.
- Om du vill ta bort ett meddelande nuddar du det för att expandera, svep sedan till botten och nudda **Klar**.
- Om du vill ta bort alla meddelanden samtidigt sveper du överst på dina meddelanden och nuddar **Rensa alla**.



Stäng av meddelanden

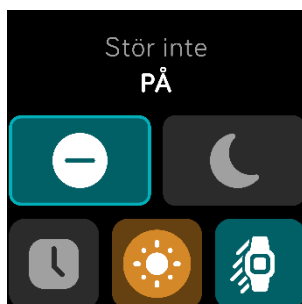
Stäng av vissa meddelanden i Fitbit-appen eller stäng av alla meddelanden i snabbinställningarna i Versa 2. När alla meddelanden är avstängda, vibrerar inte din klocka och skärmen slås inte på när din telefon får ett meddelande.

Så här stänger du av vissa meddelanden:

1. Från fliken Idag  i Fitbit-appen på din telefon nuddar du din profilbild > Versa 2-panelen > **Meddelanden**.
2. Stäng av de meddelanden du inte längre vill se på din klocka.
3. Synkronisera din klocka för att spara ändringarna.

Så här stänger du av alla meddelanden:

1. Svep ner från toppen av skärmen och nudda snabbinställningsikonen .
2. Nudda ikonen Stör inte . Alla meddelanden, inklusive målfirande och påminnelser om att flytta, är avstängda.



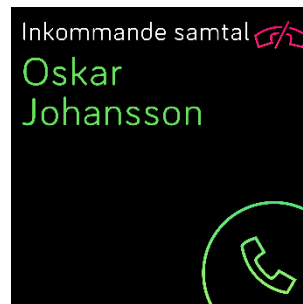
Observera att om du använder inställningen Stör ej på telefonen får du inga meddelanden förrän du stänger av den här inställningen.

Svara på eller avvisa telefonsamtal

Om du parkopplar till en iPhone eller Android-telefon (8.0+), låter Versa 2 dig acceptera eller avvisa inkommande telefonsamtal. Om din telefon använder en äldre version av Android OS kan du avvisa men inte ta emot samtal från klockan.

För att ta emot ett samtal, nudda den gröna telefonikonen på klockans skärm. Observera att du inte kan prata i klockan. När du tar emot ett telefonsamtal svarar du på samtalet på din närliggande telefon.

Namnet på uppringaren visas om personen finns i din kontaktlista, annars ser du ett telefonnummer.



Svara på meddelanden

Svara direkt på textmeddelanden och meddelanden från utvalda appar på din klocka med förinställda snabbsvar eller genom att tala ditt svar till Versa 2. Den här funktionen är för närvarande endast tillgänglig för klockor som är parkopplade med en Android-telefon. Håll din telefon i närheten med Fitbit-appen som körs i bakgrunden för att svara på meddelanden från din klocka.

Så här svarar du på ett meddelande:

1. Nudda meddelandet på din klocka. Sveg nedåt från urtavlan för att se de senaste meddelandena.
2. Nudda **Svara**. Om du inte ser ett alternativ för att svara på meddelandet så innebär det att snabbsvar inte är tillgängliga för appen som skickade meddelandet.
3. Välj ett textsvar från listan med snabbsvar eller tryck på emoji-ikonen 🤔 för att välja en emoji. Nudda **Fler svar** eller **Fler emojis** för att se ytterligare alternativ.
4. För att svara på ett meddelande med din röst nuddar du mikrofonikonen 🗣️ och talar in ditt meddelande. Om meddelandet är korrekt, nudda **Skicka** eller nudda **Försök igen** för att försöka igen. Om du upptäcker ett misstag efter att du skickat meddelandet nuddar du **Ångra** inom 3 sekunder för att avbryta meddelandet.
 - För att ändra det språk som känns igen av mikrofonen, nudda ikonen med 3 punkter ●●● bredvid språk och välj ett annat språk.

För mer information, inklusive hur du anpassar snabba svar, se help.fitbit.com.

Tidsregistrering

Larm vibrerar för att väcka eller påminna dig vid en tidpunkt du ställer in. Ställ in upp till 8 larm som du vill ska inträffa en gång eller flera dagar i veckan. Du kan också ta tid på händelser med stoppuret eller ställa in en nedräkningstimer.

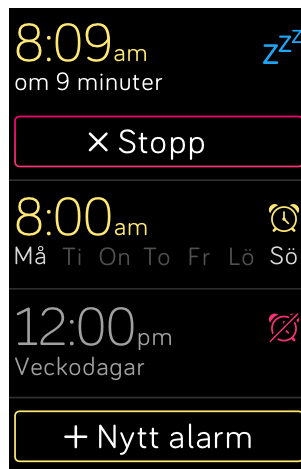
Använd appen Alarm

Ställ in en gång eller återkommande larm med appen Alarm 🕒. När ett alarm sätter igång vibrerar klockan. För mer information, se help.fitbit.com.

Avvisa eller snooza ett larm

Avvisa larmet genom att nudda kryssmarkeringen. För att snooza alarmet i 9 minuter, nudda ZZZ-ikonen.

Snooza larmet så många gånger du vill. Versa går automatiskt i snooze-läge om du ignorerar larmet i mer än 1 minut.



Använd Timer-appen

Ta tid på händelser med stoppuret eller ställ in en nedräkningstimer med Timer-appen på din klocka 🕒. Du kan köra stoppuret och nedräkningstimern samtidigt.

Om Alltid-på-skärm är aktiv fortsätter skärmen att visa stoppuret eller nedräkningstimern tills den slutar eller du lämnar appen.

Observera att larm och tidtagare som du ställer in med Alexa är separata från dem du ställer in i Alarm-appen och Timer-apparna. Mer information finns i “Röststyrning” på sidan 24.

För mer information, se help.fitbit.com.

Aktivitet och sömn

Versa 2 uppdaterar kontinuerligt olika typer av statistik när du bär den, inklusive timaktivitet, puls och sömn. Data synkroniseras automatiskt hela dagen när klockan är inom Fitbit-appens räckvidd.

Se din statistik

Svep upp från urtavlan på din klocka för att komma åt Fitbit Idag, som visar upp till 7 av denna statistik:

| | |
|----------------|---|
| Core-statistik | Åtgärder i dag, täckt avstånd, golv klättrade, brända kalorier, aktiva minuter och målhistorik under de senaste sju dagarna |
| Steg per timme | Steg som tagits i timmen och antalet timmar du nådde upp till ditt mål för aktiva timmar |
| Puls | Aktuell puls och din pulszon eller vilopuls (om ej i en zon), tid i varje pulszon och din konditionspoäng |
| Träning | Antal dagar du nådde ditt träningsmål denna vecka och upp till fem av dina senaste spårade träningar |
| Cykelspårning | Information om var du befinner dig i din menstruationscykel, om tillämpligt |
| Sömn | Varaktighet och kvalitet av din sömn, och din sömnhistoria under de senaste sju dagarna |
| Vatten | Vattenintag som loggats idag och historik över de senaste 7 dagarna |
| Livsmedel | Kalorier som ätits, resterande kalorier och din makronäringsfördelning i procent |
| Vikt | Vikt kvar att gå ner eller upp för att nå ditt mål, din nuvarande vikt och dina framsteg sedan du senast satte ditt viktmål |
| Medaljer | Nästa dagliga medalj och livstidsmedalj du kommer att låsa upp |

Svep åt vänster eller höger på varje panel för att visa den fullständiga uppsättningen statistik. Nudda +-ikonen på vatten- eller viktpanelen för att logga en post.

Om du vill arrangera om panelerna trycker du på och håller ned en rad och drar den uppåt eller nedåt för att ändra positionen. Nudda **Inställningar** längst ner på skärmen för att välja vilken statistik som visas.

Hitta din fullständiga historik och annan information som identifierats av din klocka i Fitbit-appen.

Spåra ett dagligt aktivitetsmål

Versa 2 spårar dina framsteg mot ett dagligt aktivitetsmål som du väljer själv. När du når ditt mål vibrerar klockan och firar dina framsteg.

Välj ett mål

Sätt ett mål som hjälper dig att komma igång med din hälso- och träningsresa. Till att börja med är ditt mål 10 000 steg per dag. Välj att öka eller minska antalet steg, eller ändra ditt mål till aktiva minuter, tillryggalagd sträcka eller brända kalorier.

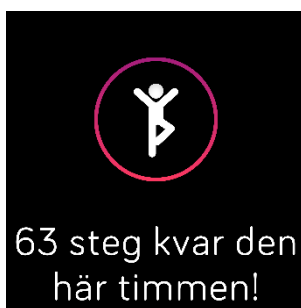
För mer information, se help.fitbit.com.

Spåra framstegen mot ditt mål på Versa 2. Mer information finns i “[Se din statistik](#)” på sidan [32](#).

Spåra din timaktivitet

Versa 2 hjälper dig att hålla dig aktiv hela dagen genom att hålla reda på när du är stillastående och påminner dig om att röra på dig.

Klockan påminner dig om att gå åtminstone 250 steg varje timme. Du kommer att känna en vibration och se en påminnelse på din skärm 10 minuter före timmens slut om du inte har gått 250 steg. När du uppfyller 250-stegsmålet efter att ha fått påminnelsen känner du en andra vibration och ser ett gratulationsmeddelande.



För mer information, se help.fitbit.com.

Spåra din sömn

Använd Versa 2 i sängen för att automatiskt spåra din sömntid, sömnstadier (tid tillbringad i REM, lätt sömn och djup sömn) och Sleep Score (kvaliteten på din sömn). För att se din sömnstatistik, synkronisera din klocka när du vaknar och kolla appen. Du kan behöva vänta några minuter för att se din sömnstatistik medan Fitbit-appen analyserar dina sömndata.

För mer information, se help.fitbit.com.

Sätt ett sömnmål

Till en början har du ett sömnmål på 8 timmars sömn per natt. Anpassa detta mål för att möta dina behov.

För mer information, se help.fitbit.com.

Ställ in påminnelse om läggdags

Fitbit-appen kan rekommendera konsekventa läggnings- och väckningstider för att förbättra hur konsekvent din sömncykel är. Du kan välja påminnelse om läggdags när det är dags att börja göra sig redo att sova.

För mer information, se help.fitbit.com.

Lär dig om dina sömnvanor

Versa 2 spårar flera sömnvärden, inklusive när du lägger dig, hur länge du sover, din tid tillbringad i varje sömnstadium och den totala sömnkvaliteten. Spåra din sömn med Versa 2 och kolla Fitbit-appen för att förstå hur dina sömnmönster ser ut jämförts med dina kamraters. Med ett Fitbit Premium-prenumeration kan du se mer information om din sömnscore för att hjälpa dig bygga en bättre sömnrutin och vakna och känna dig uppfriskad.

För mer information, se help.fitbit.com.


Se din puls



Versa 2 spårar din puls under hela dagen. Svep upp från urtavlan för att se din realtids- och vilopuls. Mer information finns i ["Se din statistik"](#) på sidan 32. Vissa urtavlor visar din realtidspuls på klockskärmen.

Under en workout visar Versa 2 din pulszone för att hjälpa dig att rikta in träningsintensiteten efter eget val.

För mer information, se ["Kontrollera din hjärtfrekvens"](#) på sidan 39.

Öva på guidad andning

Relax-appen  på Versa 2 erbjuder personligt guidade andningssessioner som hjälper dig att hitta stunder av lugn under dagen. Du kan välja mellan två och fem minuter långa sessioner.

1. På Versa 2 öppnar du Relax-appen .
2. Tvåminuters-sessionen är det första alternativet. Nudda kugghjulsikonen  för att välja femminuters-sessionen eller stäng av vibrationen som är valfri. Tryck sedan på tillbaka-knappen på din klocka för att återgå till Relax-skärmen.



3. Nudda uppspelningsikonen för att starta sessionen och följ instruktionerna på skärmen.

Efter träningen ser du en sammanfattning som visar din anpassning (hur väl du följde andningsuppmaningarna), din puls vid början och slutet av sessionen och hur många dagar du slutförde en guidad andningssession denna vecka.

Alla meddelanden inaktiveras automatiskt under sessionen.

För mer information, se help.fitbit.com.



Fitness och träning

Spåra aktivitet med Träningsappen  och slutför guidade workouts med Fitbit

Coach-appen  direkt på din handled.

Synkronisera Versa 2 med Fitbit-appen och dela din aktivitet med vänner och familj, samt jämför din övergripande konditionsnivå med dina kamrater och mycket mer.

Under en workout kan du spela musik via musikappen , Pandora-appen  eller

Deezer-appen  på din klocka eller styr musik som spelas på din telefon. Om du vill spela musik lagrad på din klocka öppnar du appen och väljer den musik du vill lyssna på. S-Gå sedan tillbaka till Tränings- eller Fitbit Coach-appen och starta en workout. För fjärrstyrning av musik medan du tränar, sveper du ner från toppen av skärmen och nuddar musikkontrollikonen . Observera att du måste parkoppla en Bluetooth-ljudenhet, till exempel hörlurar eller en högtalare, till Versa 2 för att höra musik som är lagrad på din klocka.

Mer information finns i [“Musik och podcasts”](#) på sidan 42.

Spåra din träning automatiskt

Versa 2 känner igen och registrerar automatiskt många aktiviteter med hög rörelse som är minst 15 minuter lång. Synkronisera enheten för att se grundläggande statistik om din aktivitet i din träningshistorik.

För mer information, inklusive hur du ändrar minsta varaktighet innan en aktivitet spåras, se help.fitbit.com.


Spåra och analysera träning med Träningsappen

Registrera specifik Träning – som till exempel löpning, cykling eller styrketräning – med träningsappen på Versa 2 för att se statistik i realtid, såsom pulsdata, brända kalorier, förfluten tid samt en träningsammanfattning efter workouten på din handled. För fullständig workoutstatistik, samt rutt- och tempoinformation om du använde GPS, kan du granska din träningshistorik i Fitbit-appen.






Obs! Versa 2 använder GPS-sensorerna på din närliggande telefon för att fånga GPS-data.

GPS-krav

Ansluten GPS är tillgänglig för alla telefoner med GPS-sensorer som stöds.

1. Slå på Bluetooth och GPS på din telefon.
2. Se till att Versa 2 är parkopplad till din telefon.
3. Se till att Fitbit-appen har behörighet att använda GPS- eller platstjänster.
4. Kontrollera att ansluten GPS är påslagen för träningen.
 - a. Öppna Träningsappen och svep för att hitta den träning du vill spåra.
 - b. Nudda kugghjulsikonen  och se till att GPS är **På**. Du kan behöva svepa uppåt för att hitta detta alternativ.
5. Ha telefonen med dig medan du tränar.

Spåra ett träningspass

1. På Versa 2 nuddar du Träningsappen .
2. Svep för att hitta en övning och tryck för att välja den.
3. Nudda uppspelningsikonen  för att starta träningen, eller nudda flaggikonen  för att välja ett mål för tid, avstånd eller kalorier beroende på aktivitet.
4. När du är klar med din workout eller vill pausa, nudda pausikonen .
5. Nudda ikonen för att återuppta din workout, eller nudda flaggikonen  för att avsluta.
6. När du frågas, bekräfta att du vill avsluta workouten. En sammanfattning av workouten visas.
7. Nudda **Klar** för att stänga sammanfattningsskärmen.

Anmärkningar:



- Versa 2 visar 3 realtidsstatistik efter eget val. Svep eller nudda på mitten av skärmen för att se all din realtidsstatistik. Du kan justera statistiken du ser i inställningarna för varje övning.
- Om du ställer in ett träningsmål vibrerar din klocka när du är halvvägs till målet och när du når målet.
- Om träningen använder GPS ser du en ikon längst upp till vänster när din klocka är ansluten till telefonens GPS-sensorer. När skärmen säger "ansluten" och Versa 2 vibrerar är GPS ansluten.





Anpassa dina träningsinställningar och genvägar

Anpassa olika inställningar för varje träningstyp direkt på din klocka. Inställningarna inkluderar:

| | |
|-------------------|---|
| Kopplad GPS | Spåra din rutt med GPS |
| Automatisk paus | Pausa en aktivitet automatiskt när du stannar |
| Visa varv | Ta emot notiser när du når vissa milstolpar under din workout |
| Upptäck löpning | Registrera löpning automatiskt utan att öppna Träningsappen |
| Skärmen alltid på | Håll skärmen på under träning |

1. På Versa 2 nuddar du Träningsappen .
2. Svep igenom listan över träningspass tills du hittar den du vill anpassa.
3. Nudda kugghjulsikonen  och svep igenom listan över inställningar.
4. Nudda en inställning för att justera den.
5. När du är klar nuddar du tillbakaknappen för att återgå till träningskärmen och tryck på uppspelningsikonen för att starta workouten.

Så här ändrar eller ordnar du övningsgenvägarna i Träningsappen:

1. Från fliken Idag  i Fitbit-appen nuddar du din profilbild > Versa 2-panelen.
2. Nudda **Genvägar till workout**.
 - Om du vill lägga till en ny träningsgenväg nuddar du ikonen + och väljer en träning.
 - Ta bort en genväg genom att dra åt vänster på en genväg.
 - Om du vill ordna en genväg till övningen nuddar du **Redigera**, och håll inne Hamburgerikonen , dra det sedan upp eller ner.

Kontrollera din workoutsammanfattning

Efter att du avslutat en workout visar Versa 2 en sammanfattning av din statistik.



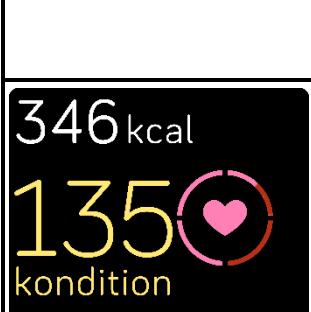
Synkronisera din klocka för att spara workouten i din träningshistorik, där du kan hitta ytterligare statistik och se rutt och tempo om du använde ansluten GPS.


Kontrollera din puls

Pulszoner hjälper dig att rikta in träningsintensiteten efter eget val. Versa 2 visar din nuvarande zon och framsteg mot din maximala puls bredvid din pulsavläsning. I Fitbit-appen kan du se hur mycket tid du spenderat i vissa zoner under en viss dag eller träning. Tre zoner baserade på American Heart Associations rekommendationer finns tillgängliga och du kan även skapa en anpassad zon om du har en specifik puls som du vill sikta på.

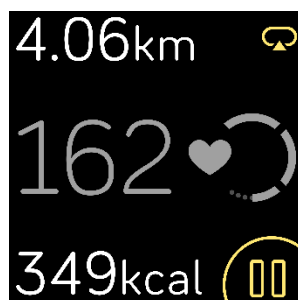
Standardpulszoner

Standardpulszonerna beräknas med hjälp av din uppskattade maxpuls. Fitbit beräknar din maxpuls med den allmänna formeln på 220 minus din ålder.

| Ikön | Zon | Beräkning | Beskrivning |
|---|-------------------|-------------------------------------|---|
|  | Utanför zonen | Under 50 % av din maxpuls | Din puls kan vara förhöjd men inte tillräckligt för att det ska betraktas som träning. |
|  | Fettförbränning | Mellan 50 % och 69 % av din maxpuls | Detta är en träningszon med låg till mellan hög intensitet. Detta kan vara en bra zon för de som precis börjat träna. Det kallas fettförbränningszonen eftersom en högre andel kalorier bränns från fett, men den totala kaloriförbränningsgraden är lägre. |
|  | Konditionsträning | Mellan 70 % och 84 % av din maxpuls | Detta är en träningszon med mellan hög till hög intensitet. I den här zonen anstränger du dig utan att överanstränga dig. För de flesta är detta träningszonen att sikta på. |

| Ikon | Zon | Beräkning | Beskrivning |
|---|------|----------------------------|---|
|  | Topp | Mer än 85 % av din maxpuls | Detta är en träningszon med hög intensitet. Den här zonen är avsedd för korta, intensiva sessioner som förbättrar prestation och hastighet. |

Observera att pulsvärdet visas i grått om din klocka söker efter en starkare avläsning.





Anpassad pulszon

Konfigurera en anpassad pulszon eller en anpassad maxpuls i Fitbit-appen om du har ett visst mål i åtanke. Elitidrottare kan till exempel ha ett mål som skiljer sig från American Heart Associations rekommendationer.

För mer information, se help.fitbit.com.

Träna med Fitbit Coach

Fitbit Coach-appen  ger guidad kroppsviktsworkout på din handled för att hjälpa dig att hålla dig vältränad, var du än är.

1. På Versa 2 nuddar du Fitbit Coach-appen. 
2. Svep för att hitta en workout.
3. Klicka på den workout du vill ha och nudda uppspelningsikonen för att starta. Nudda menyikonen uppe till höger för att förhandsgranska workouten.

För mer information, se help.fitbit.com.

Dela din aktivitet

När du har avslutat en workout kan du synkronisera din klocka med Fitbit-appen för att dela din statistik med vänner och familj.

För mer information, se help.fitbit.com.

Spåra dina konditionsträningspoäng

Registrera din övergripande kardiovaskulära träning på din handled eller i Fitbit-appen. Se ditt konditionskort för kondition och konditionsnivå, vilket visar hur du ligger till jämfört med dina kamrater.

På din klocka, svep upp till Fitbit Idag och hitta hjärtfrekvenspanelen. Svep åt vänster för att se din tid i varje hjärtfrekvenszon för dagen. Svep åt vänster igen för att se ditt konditionskort för konditionsnivå.

För mer information, se help.fitbit.com.


Musik och podcast

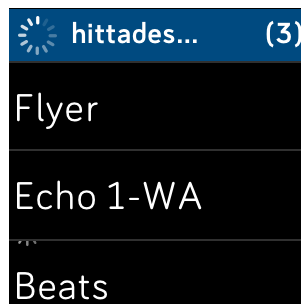
Spara dina favoritspellistor på Versa 2 och lyssna sedan på musik och podcasts med Bluetooth-hörlurar eller annan ljudenhet utan att behöva telefonen.

Anslut Bluetooth-hörlurar eller -högtalare

Anslut upp till 8 Bluetooth-ljudenheter för att lyssna på spellistor på din klocka. När du lägger till en ny Bluetooth-enhet, se till att både enheten och Versa 2 är i parkopplingsläge.

Så här parkopplar du en ny Bluetooth-ljudenhet:

1. Börja med att aktivera parkopplingsläge på dina Bluetooth-hörlurar eller högtalare.
2. Öppna Versa 2 **Inställningar** app  > **Bluetooth**.
3. Nudda + **Ljudenhet**. Versa 2 söker efter närliggande enheter.



4. När Versa 2 hittar närliggande Bluetooth-ljudenheter, visas en lista på skärmen. Nudda namnet på enheten du vill parkoppla.


När parkopplingen är klar visas en bock på skärmen.

Så här lyssnar du på musik med en annan Bluetooth-ljudenhet:

1. Öppna Versa 2 **Inställningar** app  > **Bluetooth**.
2. Nudda den ljudenhet du vill använda eller parkoppla en ny enhet. Vänta sedan ett ögonblick medan enheten ansluts.

För mer information, se help.fitbit.com.

Lyssna på din egen musik och dina egna podcast



Med musikappen  på Versa kan du lagra flera timmar av dina favoritlåtar och podcast att spela direkt från din handled. För att ladda ner spellistor till din klocka behöver du en dator som kan ansluta till samma Wi-Fi-anslutning som din klocka och gratis Fitbit Connect-app. Tänk på att du bara kan överföra filer som du äger eller som inte kräver en licens. Musikspår från abonnemangstjänster stöds inte för nedladdning till musikappen. För information om stöd av abonnemangstjänster, se “Använd Deezer på Versa 2” på sida 44 och “Använd Pandora på Versa 2 (endast USA)” på sida 44.

För mer information, se help.fitbit.com.


Styr musik med Versa 2

Styr musik och podcasts som spelas på Versa 2 eller på din telefon.


Välj musikkälla

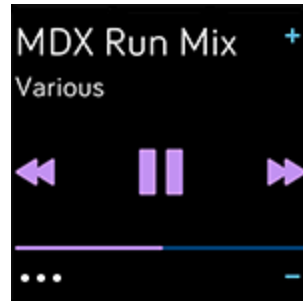
1. Sveg ner från toppen av skärmen och nudda musikkontrollikonen .
2. Nudda  ikonen med 3 punkter.
3. Nudda telefon- eller klockikonen för att byta källa.

Om du har en Android-telefon aktiverar du Bluetooth Classic för att styra musik på din telefon:


1. Öppna Inställningsappen  på Versa 2 > **Bluetooth** > **Återställ fjärrstyrning av musik**.
2. På din telefon navigerar du till Bluetooth-inställningarna där parkopplade enheter listas. Din telefon söker efter tillgängliga enheter.
3. Nudda **Versa 2 (Klassisk)**.

Styr musik

1. Medan musik spelas, svep ner från toppen av skärmen och nudda musikkontrollikonen .
2. Spela upp eller pausa ljudspåret eller nudda pilikonerna för att hoppa till nästa spår eller föregående spår. Nudda + och - för att styra volymen.




Styr musik med Spotify-appen

Använd Spotify-appen  i Versa 2 för att kontrollera Spotify på din telefon, dator eller annan Spotify Connect-enhet. Navigera mellan spellistor, som låtar och växla mellan enheter från din klocka. Observera att appen inte stöder musikuppspelning offline, så din parkopplade telefon måste förbli i närheten och ansluten till Internet. Du behöver ett Spotify Premium-prenumeration för att använda den här appen. För mer information om Spotify Premium, se support.spotify.com.


För mer information, se help.fitbit.com.

Använd Pandora på Versa 2 (Endast USA)

Med Pandora-appen  för Versa 2 kan du hämta upp till 3 av dina mest spelade Pandora-stationer eller populära behandlade workoutstationer direkt till din klocka. Observera att du behöver ett betalt abonnemang på Pandora och en Wi-Fi-anslutning för att ladda ner stationer. För mer information om Pandora-abonnemang, se help.pandora.com.

För mer information, se help.fitbit.com.

Använd Deezer på Versa 2

Med Deezer-appen  för Versa 2 kan du hämta dina Deezer-spellista och flöden direkt till din klocka. Observera att du behöver ett betalt abonnemang på Deezer och en Wi-Fi-anslutning för att ladda ner musik. För mer information om Deezer-abonnemang, se support.deezer.com.

För mer information, se help.fitbit.com.

Fitbit Pay

Versa 2 inkluderar ett inbyggt NFC-chip, vilket låter dig använda dina kredit- och betalkort på klockan.


Använd kredit- och betalkort

Ställ in Fitbit Pay i plånbok-avsnittet i Fitbit-appen och använd sedan din klocka för att göra inköp i butiker som accepterar kontaktlösa betalningar.

Vi lägger ständigt till nya platser och kortutgivare till vår lista över partners. För att kontrollera om ditt betalkort fungerar med Fitbit Pay, se fitbit.com/fitbit-pay/banks.

Ställ in Fitbit Pay

För att använda Fitbit Pay, lägg till minst ett kredit- eller betalkort från en deltagande bank till avsnittet Plånbok i Fitbit-appen. Plånbok är den plats där du lägger till och tar bort betalkort, anger ett standardkort för din klocka, redigerar en betalningsmetod och granskar senaste inköp.

1. Från fliken Idag  i Fitbit-appen nuddar du din profilbild > Versa 2-panelen.
2. Nudda **Plånbok**-panelen.
3. Följ anvisningarna på skärmen för att lägga till ett betalkort. I vissa fall kan din bank kräva ytterligare verifiering. Om du lägger till ett kort för första gången kan du bli uppmanad att ställa in en fyrsiffrig PIN-kod för din klocka. Observera att du också behöver aktivera lösenordsskydd för din telefon.
4. När du har lagt till ett kort följer du instruktionerna på skärmen för att aktivera meddelanden för din telefon (om du inte redan har gjort det) för att slutföra installationen.


Du kan lägga till upp till sex betalkort i Plånbok och välja vilket kort som ska ställas in som standardbetalningsalternativ på klockan.

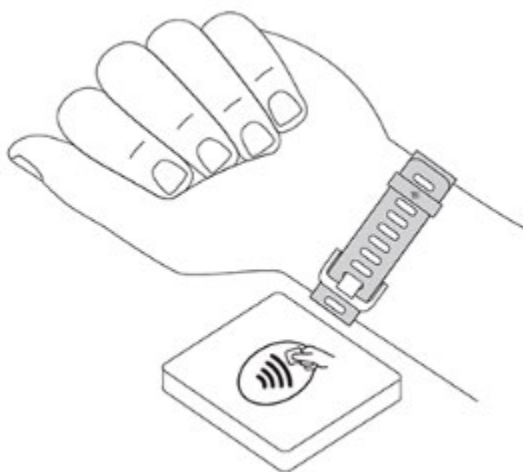
Genomför köp

Använd Fitbit Pay för att köpa varor i alla butiker som accepterar kontaktlösa betalningar. För att avgöra om butiken accepterar Fitbit Pay, leta efter symbolen nedan på betalningsterminalen:



Alla kunder förutom i Australien:

1. Avaktivera Fitbit Pay.
 - Om du valde Fitbit Pay som din genväg, håll knappen på klockan i 2 sekunder.
 - Svep ner från toppen av skärmen och nudda Fitbit Pay-ikonen  om du valde en annan genväg.
2. Om du uppmanas ska du ange din fyrsiffriga PIN-kod för klockan. Ditt standardkort visas på skärmen.
3. För att betala med ditt standardkort håller du din handled nära betalterminalen. För att betala med ett annat kort, svep för att hitta det kort du vill använda och håll sedan din handled nära betalningsterminalen.



Kunder i Australien:

1. Om du har ett kredit- eller betalkort från en australiensisk bank ska du hålla din klocka nära betalningsterminalen för att betala. Om ditt kort är från en bank utanför Australien, eller om du vill betala med ett kort som inte är ditt standardkort, slutför du steg 1-3 i avsnittet ovan.
2. Om du uppmanas ska du ange din fyrsiffriga PIN-kod för klockan.
3. Om inköpsbeloppet överstiger 100 AUD ska du följa instruktionerna på betalningsterminalen. Om du uppmanas att ange en PIN-kod anger du PIN-koden för ditt kort (inte din klocka).


När betalningen lyckas vibrerar din klocka och du får se en bekräftelse på skärmen.

Om betalningsterminalen inte känner igen Fitbit Pay måste du se till att urtavlan befinner sig nära läsaren och att kassören vet att du använder kontaktlös betalning.

För extra säkerhet måste du bära Versa 2 på din handled för använda Fitbit Pay.

För mer information, se help.fitbit.com.

Ändra ditt standardkort

1. Från fliken Idag  i Fitbit-appen nuddar du din profilbild > Versa 2-panelen.
2. Nudda **Plånbok**-panelen.
3. Hitta det kort du vill ställa in som standardalternativ.
4. Nudda **Ställ in som standard på Versa 2**.

Betala för transitering

Använd Fitbit Pay för att nudda på- och avstigning på biljettläsare som accepterar kontaktlösa kredit- eller betalkortbetalningar. Följ stegen som anges i för att betala med din klocka "[Använd kredit- och betalkort](#)" på sidan 45.

Betala med samma kort på din Fitbit-enhet när du nuddar på överföringsläsaren i början och slutet av din resa. Kontrollera att enheten är laddad innan du påbörjar din resa.

Uppdatera, starta om och rensa

Några felsökningssteg kan innebära att du måste starta om din klocka, medan rensning kan behövas om du vill ge din Versa 2 till en annan person. Uppdatera din klocka för att få nya uppdateringar för Fitbit-operativsystemet.

Uppdatera Versa 2

Uppdatera din klocka för att få de senaste funktionerna och produktuppdateringarna.

När en uppdatering är tillgänglig visas ett meddelande i Fitbit-appen. När du har startat uppdateringen visas ett statusfält på Versa 2 och i Fitbit-appen tills uppdateringen är klar. Håll din klocka och telefon nära varandra under uppdateringsprocessen.

Obs! Uppdatering av Versa 2 kan vara krävande för batteriet. Vi rekommenderar att du kopplar klockan till laddaren innan du börjar en uppdatering.



För mer information, se help.fitbit.com.

Starta om Versa 2

För att starta om din klocka, tryck och håll in tillbakaknappen under 10 sekunder tills du ser Fitbit-logotypen på skärmen.

Om du startar om din klocka startas enheten om, men inga data raderas.

Versa 2 har små hål på enheten för höjdmätaren och mikrofonen. Försök inte starta om enheten genom att föra in några föremål, t.ex. pappersgem, i de här hålen, eftersom det kan skada din Versa 2.

Avstängning Versa 2

För att stänga av din klocka, öppna Inställningsappen  > **Om** > **Stäng av**.

För att slå på din klocka, tryck på knappen.

För information om hur du lagrar Versa 2 på lång sikt, se help.fitbit.com.

Rensa Versa 2

Om du vill ge din Versa 2 till en annan person eller vill returnera den ska du först rensa dina personuppgifter:

På Versa öppnar du appen Inställningar  > **Om** > **Fabriksåterställning**.

Felsökning

Om Versa 2 inte fungerar korrekt kan du gå igenom våra felsökningssteg nedan. Besök help.fitbit.com för mer information.

Pulssignal saknas

Versa 2 spårar din puls kontinuerligt medan du tränar och under hela dagen. Om hjärtfrekvenssensorn på klockan har svårt att upptäcka en signal visas streckade linjer.

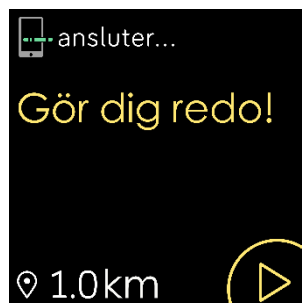


Om din enhet inte upptäcker någon pulssignal kan du först kontrollera att pulsspårning är aktiverat i Inställningsappen på enheten. Se sedan till att din klocka sitter som den ska, antingen genom att flytta den högre upp eller längre ner på din handled eller genom att dra åt eller lossa armbandets. Se till att din Versa 2 har kontakt med din hud. Efter att ha hållit din arm stilla och rak under en kort stund bör du se din puls igen.

För mer information, se help.fitbit.com.

GPS-signalen saknas


Miljöfaktorer som höga byggnader, tät skog, branta backar och till och med ett tjockt molntäcke kan störa din telefons förmåga att ansluta till GPS-satelliter. Om din telefon söker efter en GPS-signal under en träning kommer du att se att "ansluter" visas längst upp på skärmen.



För bästa resultat, vänta på att telefonen hittar signalen innan du börjar din workout.

Kan inte ansluta till Wi-Fi

Om Versa 2 inte kan ansluta till Wi-Fi kan du ha angett ett felaktigt lösenord eller så kan lösenordet ha ändrats:

1. Från fliken Idag  i Fitbit-appen nuddar du din profilbild > Versa 2-panelen.
2. Nudda **Wi-Fi-inställningar** > **Nästa**.
3. Nudda det nätverk du vill använda > **Ta bort**.
4. Nudda **Lägg till nätverk** och följ anvisningarna på skärmen för att ansluta till ditt Wi-Fi-nätverk.

Anslut en annan enhet till ditt nätverk för att kontrollera om ditt Wi-Fi-nätverk fungerar korrekt; om den ansluts framgångsrikt, försök igen att ansluta din klocka.

Om Versa 2 inte kan ansluta till Wi-Fi måste du först försäkra dig om att du kopplar din klocka till ett kompatibelt nätverk. För bästa resultat använder du ditt Wi-Fi-nätverk hemma eller på jobbet. Versa 2 kan inte ansluta till 5 GHz Wi-Fi, WPA-företag eller offentliga nätverk som kräver inloggningar, abonnemang eller profiler. För en lista över kompatibla nätverkstyper, se [“Anslut till Wi-Fi”](#) på sida 8.

Efter att du har kontrollerat att nätverket är kompatibelt, starta om klockan och försök att ansluta till Wi-Fi igen. Om du ser att andra nätverk visas i listan över tillgängliga nätverk men inte det du vill ansluta till flyttar du din klocka närmare routern.

Om du försöker ladda ner personlig musik eller podcast, se till att Versa 2 och din dator är anslutna till samma Wi-Fi-nätverk. För en starkare Wi-Fi-anslutning, håll din klocka nära din router.

För mer information, se help.fitbit.com.

Andra problem

Om du upplever något av följande problem startar du om enheten:

- Synkroniserar inte
- Reagerar inte på att nudda, svep eller knapptryckningar
- Registrerar inte steg eller andra data

Se [“Starta om Versa 2”](#) på sidan 48 för instruktioner om hur du startar om din klocka.

För mer information eller för att kontakta kundsupport, se help.fitbit.com.

Allmän info och specifikationer

Sensorer

Fitbit Versa 2 innehåller följande sensorer och motorer:

- En MEMS 3-axlig accelerometer som spårar rörelsemönster
- En höjdmätare som spårar förändringar i höjd
- Ett optiskt aktivitetsarmband
- En sensor för omgivningsljus
- En mikrofon
- Vibrationsmotor

Material

Botten och spännet på Versa 2 är gjorda av anodiserat aluminium. Även om anodiserat aluminium kan innehålla spår av nickel, vilket kan orsaka allergiska reaktioner hos personer med nickelkänslighet, följer mängden nickel i alla Fitbit-produkter Europeiska unionens stränga nickeldirektiv.

Versa 2 klassiska armband är tillverkade av en premiumkomfortabel silikon som liknar den som används i många sportklockor.

Trådlös teknik

Versa 2 innehåller en Bluetooth 4.0-radiomottagare, Wi-Fi-chip och NFC-chip.

Haptisk återkoppling

Versa 2 innehåller en vibrationsmotor för larm, mål, meddelanden, påminnelser och appar.

Batteri

Versa 2 innehåller ett laddningsbart litiumpolymerbatteri.

Minne

Versa 2 lagrar dina data, inklusive daglig statistik, sömninformation och träningshistorik, i 7 dagar. Synkronisera din klocka med Fitbit-appen för att komma åt dina historiska data. Se till att synkroniseringsalternativet för hela dagen är aktiverat.

Skärm

Versa 2 har en AMOLED-skärm i färg.

Armbandsstorlek

Armbandstorlekarna visas nedan. Observera att tillbehörsarmbanden som säljs separat kan variera något.

| | |
|-------------------------|---|
| Armband i liten storlek | Passar en handled på mellan 140 mm - 180 mm (5,5 - 7,1 tum) I omkrets |
| Armband i stor storlek | Passar en handled på mellan 180 mm - 220 mm (7,1 - 8,7 tum) I omkrets |

Miljöförhållanden

| | |
|--|--|
| Driftstemperatur | -10 °C till 45 °C (14 °F till 113 °F) |
| Icke-driftstemperatur | -20 °C till -10 °C (-4 °F till 14 °F) 45 °C till 60 °C (113 °F till 140 °F) |
| Vattentålighet | Vattentålig upp till 50 meter |
| Maximal driftshöjd för att kunna fungera | 8 534 m (28 000 fot) |

Läs mer

Om du vill veta mer om din klocka, hur du spårar dina framsteg i Fitbit-appen och hur du bygger sunda vanor med Fitbit Premium kan du besöka help.fitbit.com.

Returpolicy och garanti

Du kan hitta garantiinformation och returpolicy för fitbit.com på fitbit.com/legal/returns-and-warranty.

Reglerings- och säkerhetsanvisningar

Meddelande till användaren: Reglerande innehåll för vissa regioner kan också ses på din enhet. För att visa innehållet:

Inställningar > Om > Regulatorisk information

USA: Deklaration från Federal Communications Commission (FCC)

Model FB507:

FCC ID: XRAFB507

Notice to the User: The FCC ID can also be viewed on your device. To view the content:

Settings > About > Regulatory Info

Supplier's Declaration of Conformity

Unique Identifier: FB507

Responsible Party – U.S. Contact Information

199 Fremont Street, 14th Floor
San Francisco, CA
94105
United States
877-623-4997

FCC Compliance Statement (for products subject to Part 15)

This device complies with Part 15 of the FCC Rules.

Operation is subject to the following two conditions:

1. This device may not cause harmful interference and
2. This device must accept any interference, including interference that may cause undesired operation of the device.

FCC Warning

Changes or modifications not expressly approved by the party responsible for compliance could void the user's authority to operate the equipment.

Note: This equipment has been tested and found to comply with the limits for a Class B digital device, pursuant to part 15 of the FCC Rules. These limits are designed to provide reasonable protection against harmful interference in a residential installation. This equipment generates, uses and can radiate radio frequency energy and, if not installed and used in accordance with the instructions, may cause harmful interference to radio communications. However, there is no guarantee that interference will not occur in a particular installation. If this equipment does cause harmful interference to radio or television reception, which can be determined by turning the equipment off and on, the user is encouraged to try to correct the interference by one or more of the following measures:

- Reorient or relocate the receiving antenna.
- Increase the separation between the equipment and receiver.
- Connect the equipment into an outlet on a circuit different from that to which the receiver is connected.
- Consult the dealer or an experienced radio/TV technician for help.

This device meets the FCC and IC requirements for RF exposure in public or uncontrolled environments.

Kanada: Déclaration från Industry Canada (IC)

Model/Modèle FB507

IC: 8542A-FB507

Notice to the User: The IC ID can also be viewed on your device. To view the content:

Settings > About > Regulatory Info

Avis à l'utilisateur: L'ID de l'IC peut également être consulté sur votre appareil. Pour voir le contenu:

Paramètres > À propos > Informations réglementaires

This device meets the IC requirements for RF exposure in public or uncontrolled environments.

Cet appareil est conforme aux conditions de la IC en matière de RF dans des environnements publics ou incontrôlée

IC Notice to Users English/French in accordance with current issue of RSS GEN:

This device complies with Industry Canada license exempt RSS standard(s).

Operation is subject to the following two conditions:

1. this device may not cause interference, and

2. this device must accept any interference, including interference that may cause undesired operation of the device.

Cet appareil est conforme avec Industrie Canada RSS standard exempts de licence (s). Son utilisation est soumise à Les deux conditions suivantes:

1. cet appareil ne peut pas provoquer d'interférences et
2. cet appareil doit accepter Toute interférence, y compris les interférences qui peuvent causer un mauvais fonctionnement du dispositif

Europeiska unionen (EU)

Simplified EU Declaration of Conformity

Hereby, Fitbit, Inc. declares that the radio equipment type Model FB507 is in compliance with Directive 2014/53/EU. The full text of the EU declaration of conformity is available at the following internet address: www.fitbit.com/safety

Vereinfachte EU-Konformitätserklärung

Fitbit, Inc. erklärt hiermit, dass die Funkgerätypen Modell FB507 die Richtlinie 2014/53/EU erfüllen. Der vollständige Wortlaut der EU-Konformitätserklärungen kann unter folgender Internetadresse abgerufen werden: www.fitbit.com/safety

Declaración UE de Conformidad simplificada

Por la presente, Fitbit, Inc. declara que el tipo de dispositivo de radio Modelo FB507 cumple con la Directiva 2014/53/UE. El texto completo de la declaración de conformidad de la UE está disponible en la siguiente dirección de Internet: www.fitbit.com/safety

Déclaration UE de conformité simplifiée

Fitbit, Inc. déclare par la présente que les modèles d'appareils radio FB507 sont conformes à la Directive 2014/53/UE. Les déclarations UE de conformité sont disponibles dans leur intégralité sur le site suivant : www.fitbit.com/safety

Dichiarazione di conformità UE semplificata

Fitbit, Inc. dichiara che il tipo di apparecchiatura radio Modello FB507 è conforme alla Direttiva 2014/53/UE. Il testo completo della dichiarazione di conformità UE è disponibile al seguente indirizzo Internet: www.fitbit.com/safety



IP-betyg

Model FB507 has a water resistance rating of IP X8 under IEC standard 60529, up to a depth of 50 meters.

Please refer to the beginning of this section for instructions on how to access your product's IP rating.

Argentina



Australien och Nya Zeeland



Vitryssland



Tullunion



Kina

Notice to the User: Regulatory content can also be viewed on your device.
Instructions to view content from your menu:

Settings > About > Regulatory Info

China RoHS

| 部件名称 Part Name | 有毒和危险品 Toxic and Hazardous Substances or Elements | | | | | |
|--------------------------------|--|------------|-----------|-----------------|---------------|----------------------|
| | 铅 (Pb) | 水银 (Hg) | 镉 (Cd) | 六价铬 (Cr(VI)) | 多溴化苯 (PBB) | 多溴化二 苯醚 (PBDE) |
| Model FB507 | | | | | | |
| 表带和表扣 (Strap and Buckle) | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 电子 (Electronics) | -- | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 电池 (Battery) | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 充电线 (Charging Cable) | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |

本表格依据 SJ/T 11364 的规定编制

○ = 表示该有害物质在该部件所有均质材料中的含量均在 GB/T 26572规定的限量要求以下 (indicates that the content of the toxic and hazardous substance in all the Homogeneous Materials of the part is below the concentration limit requirement as described in GB/T 26572).

X = 表示该有害物质至少在该部件的某一均质材料中的含量超出 GB/T 26572规定的限量要求 (indicates that the content of the toxic and hazardous substance in at least one Homogeneous Material of the part exceeds the concentration limit requirement as described in GB/T 26572).



CMIIT ID 2019DJ7444

Frequency band: 2400-2483.5 MHz NFC: 13.56MHz
 Transmitted power: Max EIRP, 15.4dBm
 Occupied bandwidth: BLE: 2MHz, BT: 1MHz, NFC: 2.3 kHz, WiFi: 20MHz
 Modulation system: BLE: GFSK, BT: GFSK/QPSK/8PSK, NFC: ASK, WiFi:
 DSSS/OFDM
 CMIIT ID displayed: On packaging

Indien

Notice to the User: Regulatory content for this region can also be viewed on your device. To view the content:

Settings > About > Regulatory Info

Indonesien

| |
|--------------------------|
| 62652/SDPPI/2019 3788 |
|--------------------------|

Israel

מספר אישור אלחוטי של משרד התקשורת הוא 55-02932.
אסור להחליף את האנטנה המקורית של המכשיר ולא לעשות בו כל שינוי טכני אחר

Japan

Notice to the User: Regulatory content for this region can also be viewed on your device. To view the content:

Settings > About > Regulatory Info



R 201-190454

Mexiko



La operación de este equipo está sujeta a las siguientes dos condiciones:

1. Es posible que este equipo o dispositivo no cause interferencia perjudicial y
2. Este equipo o dispositivo debe aceptar cualquier interferencia, incluyendo la que pueda causar su operación no deseada

Marocko



AGREE PAR L'ANRT MAROC

Numéro d'agrément: MR 20768 ANRT 2019

Date d'agrément: 29/08/2019

Nigeria

Connection and use of this communications equipment is permitted by the Nigerian Communications Commission.

Oman

OMAN - TRA
TRA/TA-
R/7991/19
D090258

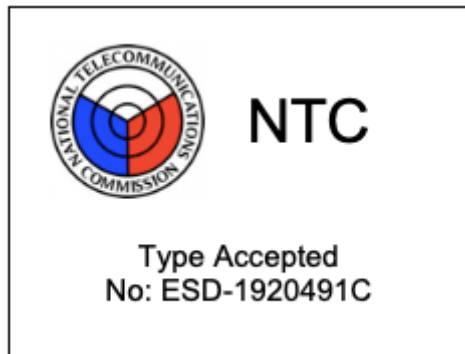
Pakistan

TAC No: 9.9585/2019



Model: FB507
Serial No: Refer to retail box
Year of Manufacture: 2019

Filippinerna



Serbien



Sydkorea

클래스 B 장치 (가정 사용을 위한 방송 통신 기기) : EMC 등록 주로 가정용 (B 급)으로하고, 모든 지역에서 사용할 수 있습니다 얻을이 장치.

" 해당 무선설비는 전파통신 가능성이 있으므로 인명안전과 관련된 서비스는 할 수 없습니다. "

Translation:

Class B devices (broadcast communications equipment for home use): EMC registration is mainly for household use (B class) and can be used in all areas get this device.

Taiwan

注意！

依據 低功率電波輻射性電機管理辦法

第十二條 經型式認證合格之低功率射頻電機，非經許可，公司、商號或使用者均不得擅自變更頻率、加大功率或變更原設計之特性及功能

第十四條

低功率射頻電機之使用不得影響飛航安全及干擾合法通信；經發現有干擾現象時，應立即停用，並改善至無干擾時方得繼續使用。

前項合法通信，指依電信法規定作業之無線電通信。

低功率射頻電機須忍受合法通信或工業、科學及醫療用電波輻射性電機設備之干擾。

Translation:

Article 12

Without permission, any company, firm or user shall not alter the frequency, increase the power, or change the characteristics and functions of the original design of the certified lower power frequency electric machinery.

Article 14

The application of low power frequency electric machineries shall not affect the navigation safety nor interfere a legal communication, if an interference is found, the service will be suspended until improvement is made and the interference no longer exists. The foregoing legal communication refers to the wireless telecommunication operated according to the telecommunications laws and regulations. The low power frequency electric machinery should be able to tolerate the interference of the electric wave radiation electric machineries and equipment for legal communications or industrial and scientific applications.

使用過度恐傷害視力」

使用30分鐘請休息10分鐘。2歲以下幼兒不看螢幕，2歲以上每天看螢幕不要超過1小時。

Translation:

“Excessive use may cause damage to vision”

Rest for 10 minutes after every 30 minutes.

Children under 2 years old should stay away from this product. Children 2 years old or more should not see the screen for more than 1 hour.

電池警語：

此裝置使用鋰電池。

若未遵照下列準則，則裝置內的鋰離子電池壽命可能會縮短或有損壞裝置、發生火災、化學品灼傷、電解液洩漏及／或受傷的風險。

- 請勿拆解、鑿孔或損壞裝置或電池。
- 請勿取出或嘗試取出使用者不可自行更換的電池。
- 請勿將電池曝露於火焰、爆炸或其他危險中。
- 請勿使用尖銳物品取出電池。

Translation:

Battery warning:

This device uses a lithium-ion battery.

If the following guidelines are not followed, the life of the lithium-ion battery in the device may be shortened or there is a risk of damage to the device, fire, chemical burn, electrolyte leakage and / or injury.

- Do not disassemble, puncture or damage the device or battery.
- Do not remove or try to remove the battery that the user can not replace.
- Do not expose the battery to flames, explosions or other hazards.
- Do not use sharp objects to remove the battery.

Taiwan RoHS

| | | | | | | |
|---|--|---------------|---------------|---|-------------------------------------|---|
| 設備名稱：智慧型手錶 ， 型號（型式）： FB507 Equipment name Type designation (Type) | | | | | | |
| 單元 Unit | 限用物質及其化學符號 Restricted substances and its chemical symbols | | | | | |
| | 鉛Lead (Pb) | 汞Mercury (Hg) | 鎘Cadmium (Cd) | 六價鉻 Hexavalent chromium (Cr ⁺⁶) | 多溴聯苯 Polybrominated biphenyls (PBB) | 多溴二苯醚 Polybrominated diphenyl ethers (PBDE) |
| 錶帶和錶扣 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 電子 | - | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 電池 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 充電線 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 備考1. “超出0.1 wt %” 及 “超出0.01 wt %” 係指限用物質之百分比含量超出百分比含量基準值。 Note 1 : “Exceeding 0.1 wt %” and “exceeding 0.01 wt %” indicate that the percentage content of the restricted substance exceeds the reference percentage value of presence condition. | | | | | | |
| 備考2. “0” 係指該項限用物質之百分比含量未超出百分比含量基準值。 Note 2 : “0” indicates that the percentage content of the restricted substance does not exceed the percentage of reference value of presence. | | | | | | |
| 備考3. “-” 係指該項限用物質為排除項目。 Note 3 : The “-” indicates that the restricted substance corresponds to the exemption. | | | | | | |

Förenade Arabemiraten

TRA Registered No: ER73716/19
 Dealer No: DA35294/14
 Model: FB507
 Type: Smartwatch

Vietnam



Zambia



ZMB / ZICTA / TA / 2019 / 8 / 21

Säkerhetsförklaring

Denna utrustning har testats för överensstämmelse med säkerhetscertifiering enligt specifikationerna i EN-standarderna: EN60950-1: 2006 + A11: 2009 + A1: 2010 + A12: 2011 + A2: 2013.

©2019 Fitbit, Inc. Alla rättigheter förbehålls. Fitbit och Fitbit-logotypen är varumärken eller registrerade varumärken som tillhör Fitbit i USA och andra länder. En mer fullständig lista över Fitbit-varumärken finns på <http://www.fitbit.com/legal/trademark-list>. Tredje parts varumärken som omnämns tillhör respektive ägare.