



MANUALE UTENTE

OROLOGIO DA ARBITRO SPINTSO S1

VERSION 2.0/IT



SEZIONI

2. INFORMAZIONI GENERALI E ABBREVIAZIONI	4
3. ATTIVAZIONE	4
4. RICARICA	4
5. CONNESSIONE ALL'APP	5
6. MANUTENZIONE GENERALE	6
7. FUNZIONI SPINTSO	8
8. FUNZIONI STANDARD	22
9. SCORCIATOIE	24
10. APP FEATURES	25
11. PROPRIETÀ	27
12. GARANZIA E CONTATTI	28

Leggere l'intero manuale prima di utilizzare l'orologio Spintso.

2. INFORMAZIONI GENERALI E ABBREVIAZIONI



3. ATTIVAZIONE

3.1. CONTENUTO

Sono inclusi i seguenti prodotti:

- Orologio da arbitro Spintso S1
- Cavo di ricarica USB
- Guida rapida e scheda informativa

3.2. RIMUOVERE LA PROTEZIONE

Prima di utilizzare l'orologio, rimuovere la protezione dello schermo e la sottile pellicola trasparente che copre il sensore di frequenza cardiaca.

3.3. ATTIVAZIONE

Premere e tenere premuto il pulsante A finché la barra sullo schermo raggiungerà il livello massimo. Rilasciare il pulsante. Verranno visualizzati brevemente gli archi del logo Spintso. Quando comparirà il quadrante, l'orologio sarà pronto all'utilizzo.

4. RICARICA

Collegare il cavo di ricarica incluso dall'orologio alla porta USB-A. Assicurarsi che i contatti a molla della clip di ricarica siano allineati correttamente all'interfaccia di ricarica dell'orologio. Nel caso in cui il dispositivo sia bagnato, asciugare l'esterno dell'orologio prima della ricarica.

Il display dell'orologio si illuminerà brevemente e indicherà lo stato della ricarica se connesso al caricabatterie.

Il tempo di ricarica è di circa due ore. La ricarica risulterà completa quando il display mostrerà una batteria completamente carica. Premere il pulsante A per mostrare lo stato di ricarica corrente.



5. CONNESSIONE ALL'APP

5.1. INSTALLAZIONE VIA TELEFONO

Cercare l'app "Spintso watch" su App Store per iPhone, oppure su Google Play per Android.

Installare l'app Spintso sul proprio telefono.



5.2. CONNETTERE L'OROLOGIO

Assicurarsi che il Bluetooth sia attivo sul proprio telefono e sull'orologio.

Telefono: di norma, simbolo blu di "Bluetooth".

Orologio: simbolo bianco di "Modalità aereo". (Predefinito)



Aprire l'app Spintso sul proprio telefono e selezionare la scheda "OROLOGIO". Successivamente, selezionare **"AGGIUNGI OROLOGIO SPINTSO"**. Attendere finché l'orologio Spintso non verrà visualizzato nella lista sottostante, quindi selezionare S1.

Infine, confermare la nuova associazione sullo schermo dell'orologio.

L'app Spintso potrebbe chiedere di aggiornare il software. Se lo stato della batteria supera il 50%, sarà possibile selezionare "Sì" per aggiornare.



6. MANUTENZIONE GENERALE

6.1. ATTIVAZIONE SCHERMO

È possibile attivare lo schermo premendo il pulsante A oppure ruotando il polso. Lo schermo si oscura e si disattiva automaticamente dopo un periodo di tempo configurabile. Quando lo schermo si oscura, è possibile toccare lo schermo per mantenerlo attivo.

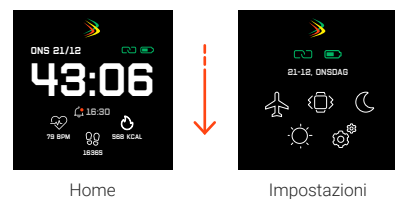
6.2. MODIFICA QUADRANTE

È possibile modificare il quadrante mentre l'orologio mostra il quadrante corrente. Premere lo schermo touch finché non appariranno tre puntini. Scorrere a destra o a sinistra per scegliere tra i diversi quadranti. Selezionare il quadrante preferito toccando lo schermo.



6.3. NAVIGAZIONE DALLA SCHERMATA "HOME"

6.3.1 IMPOSTAZIONI



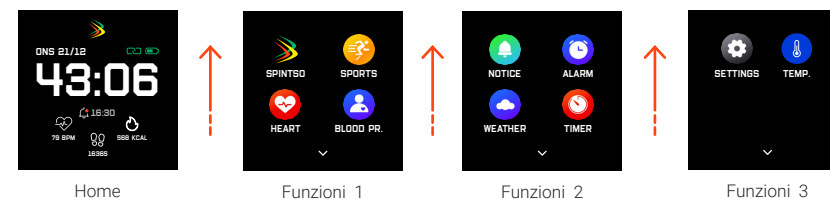
Tornare alla schermata "Home" scorrendo verso l'alto oppure premendo il pulsante A.

6.3.2 SCORCIATOIE



Tornare alla schermata "Home" scorrendo verso l'alto oppure premendo il pulsante A.

6.3.2 FUNZIONI



Tornare alla schermata "Home" scorrendo verso l'alto oppure premendo il pulsante A.

6.4. DISATTIVAZIONE

Selezionare "Spegnimento" nelle impostazioni oppure premere e tenere premuto il pulsante A per 16 secondi per spegnere l'orologio.

7. FUNZIONI SPINTSO

Le funzioni Spintso disponibili sono: orologio arbitro, orologio interval training, cronometro e registro attività. È possibile selezionare una funzione toccando l'icona corrispondente.

7.1. OROLOGIO ARBITRO

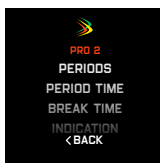
PRO 1 e PRO 2 sono due tradizionali orologi da gara e funzionano come i nostri precedenti orologi. YOUTH è un nuovo orologio da gara in cui si possono registrare gol e penalità. Tutte le gare sono impostate individualmente per organizzare tre diversi tipi di partita.



7.1.1. IMPOSTAZIONI DI GARA

Toccare lo schermo e selezionare "Impostazioni di gara" Quindi selezionare PRO 1, PRO 2 o Youth

SESSIONI: impostare tra 1 e 9 sessioni. Confermare premendo il pulsante A oppure cancellare scorrendo a destra.



TEMPO SESSIONE: impostare sessioni individuali da 00:00 e 99:59. (mm:ss). Scorrendo a sinistra per impostare il tempo della sessione successiva. Confermare tutte le impostazioni delle sessioni premendo il pulsante A oppure eliminare tutte le impostazioni delle sessioni scorrendo a destra.

INTERVALLO: impostare una sessione individuale di intervallo tra 00:00 e 99:59. (mm:ss). Scorrendo a sinistra per impostare il tempo dell'intervallo successivo. Confermare tutte le impostazioni dell'intervallo premendo il pulsante A oppure eliminare tutte le impostazioni dell'intervallo scorrendo a destra.

SEGNALE: selezionare VIBRAZIONE toccando lo schermo. Impostare la forza della vibrazione tra 1 e 5 oppure in silenzioso. Confermare premendo il pulsante A oppure cancellare scorrendo a destra.

START/STOP: questa opzione definisce quando iniziare, mettere in pausa e ricominciare la gara tramite il pulsante A. Selezionare PRESSIONE BREVE, PRESSIONE LUNGA o PRESSIONE DOPPIA toccando lo schermo.

PRESSIONE BREVE: il pulsante A si attiva immediatamente.

PRESSIONE LUNGA: il pulsante A si attiva dopo essere stato premuto per 1,5 sec (per evitare pressioni accidentali del pulsante).

PRESSIONE DOPPIA: il pulsante A si attiva immediatamente dopo essere stato premuto due volte (per evitare pressioni accidentali del pulsante, ma il tempo viene anche controllato più rapidamente rispetto a PRESSIONE LUNGA).

7.1.1.1. IMPOSTAZIONI YOUTH SUPPLEMENTARI

COLORE SQUADRA: selezionare tra 11 colori per la squadra di casa e la squadra ospite. Confermare premendo il pulsante A oppure cancellare scorrendo a destra.

TEMPO PENALITÀ: impostare il tempo per le penalità tra 00:00 e 99:59. (mm:ss). Confermare premendo il pulsante A oppure cancellare scorrendo a destra.

7.1.2. GARA

Toccare lo schermo per selezionare una gara valida. PRO 1, PRO 2 o Youth.

7.1.2.1. INDICAZIONI GARA

L'orologio indica tutti gli eventi vibrando.

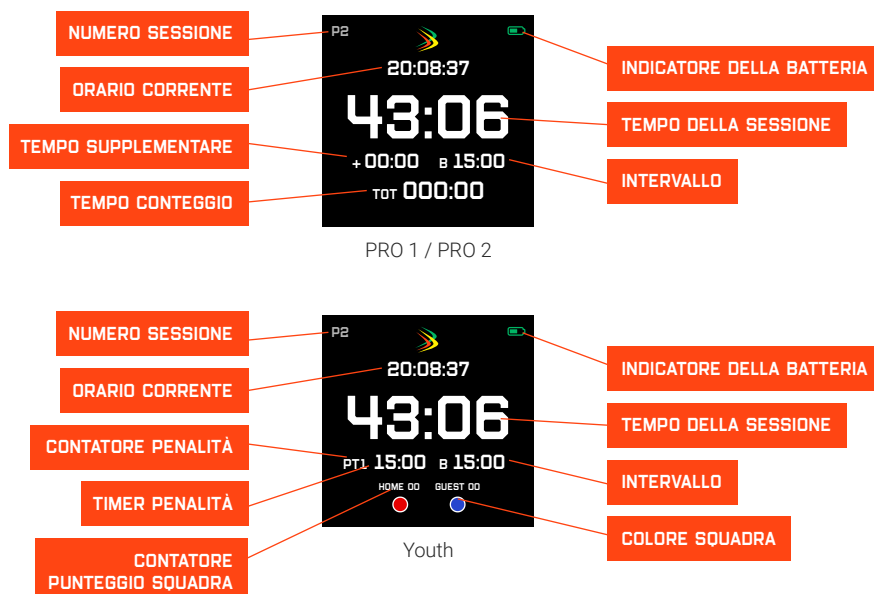
Vibrazione BREVE: 1,0 secondi. Si attiva all'inizio di una sessione e quando si accede/si esce dal menù Youth.

Vibrazione MEDIA: 2,0 secondi. Si attiva interrompendo una sessione e quando la sessione penalità Youth equivale a zero.

Vibrazione LUNGA: 5 secondi. Si attiva al termine della sessione e dell'intervallo.

Vibrazione PROMEMORIA: tre vibrazioni, ripetute ogni 10 secondi. Si attiva dopo un'interruzione (Pausa) durante una sessione.

7.1.2.2. MATCH CLOCKS AND DISPLAY INDICATOR



Orario corrente: mostra l'orario corrente. Il formato 12/24h è selezionato dalle impostazioni del telefono.

Tempo della sessione: mostra il restante tempo di gioco.

Numero sessione (P): mostra la sessione corrente.

Indicatore della batteria: lo stato attuale della batteria è indicato dal grado di riempimento del simbolo della batteria.

Tempo supplementare (+): mostra quanto a lungo è stata interrotta la sessione corrente.

Intervallo (B): mostra il tempo che resta prima dell'inizio della sessione successiva. Visibile solo durante l'intervallo.

Tempo conteggio (TOT): mostra il tempo continuo trascorso dall'inizio della sessione corrente e continua il conteggio durante l'intervallo. All'inizio della sessione successiva, il tempo di conteggio corrisponderà alla somma di tutte le sessioni di gioco precedenti e continuerà a conteggiare. Contatore penalità (PT): mostra le penalità meno recenti attualmente attive. Il numero massimo di penalità durante una gara è nove.

Timer penalità: mostra il tempo restante prima che a un giocatore sia consentito rientrare in campo. Se sono contemporaneamente attive penalità supplementari, le penalità più recenti appariranno quando quelle precedenti saranno terminate e non più visibili.

Contatore punteggio squadra: mostra il numero di gol registrati per ogni squadra. Il numero massimo di gol è limitato a 99.

Colore squadra: mostra il colore della squadra di casa e la squadra ospite.

7.1.2.3. PREPARAZIONE DELLA GARA

Ricarica: assicurarsi che il proprio orologio sia sufficientemente carico per poter durare durante la/le gara/e. Nota: l'orologio consuma più batteria del normale durante una gara, a causa della visibilità continuamente attiva del display. Assicurarsi che l'orologio sia completamente carico prima dell'inizio delle gare.

Configurazione: assicurarsi che tutte le impostazioni di gara siano configurate correttamente prima dell'inizio della gara. Nota: è necessario impostare l'inizio di ogni sessione e intervallo separatamente, nel caso in cui la partita consista, ad esempio, di 2 sessioni/intervalli o più.

7.1.2.4. GESTIONE GENERALE DELLE GARE

Una gara valida può essere selezionata durante il riscaldamento pre-partita.

Le seguenti azioni vengono intraprese dopo aver selezionato una gara (PRO 1, PRO 2 o YOUTH)

- Lo schermo resta sempre acceso.
- Lo schermo touch è disattivato.
- Il Bluetooth è disattivato.
- Tutte le notifiche e le sveglie sono disattivate.
- Vengono visualizzati il numero delle sessioni di gioco, la prima sessione di gioco e il primo intervallo.
- Tutte le funzioni dell'orologio possono essere controllate tramite il pulsante A.
- Il feedback a vibrazione per l'uso del pulsante e per gli eventi è abilitato.

7.1.2.5. GESTIONE GARA PRO 1/PRO 2

- Avviare la gara premendo il pulsante A. L'attivazione del pulsante dipende dalle impostazioni di pressione breve, lunga o doppia. Per l'orologio da gara PRO, consigliamo di attivare la pressione doppia. Assicura un controllo rapido e sicuro dell'orologio da gara.
- Se l'orologio da gara viene attivato troppo presto per errore, è possibile resettare la sessione di gioco corrente. Per farlo, premere e tenere premuto il pulsante A per 6 secondi. Dopo 3 secondi, verrà visualizzato un messaggio intermittente per indicare che la sessione sta per essere resettata.
- Durante la sessione di gioco, è possibile mettere in pausa premendo il pulsante A. Il tempo supplementare inizierà a essere conteggiato e l'orologio vibrerà ogni 10 secondi per segnalare all'arbitro che la sessione è in pausa. Premere il pulsante A per riprendere la sessione. Il tempo supplementare verrà messo in pausa.
- La fine della sessione è indicata da una vibrazione di 5 secondi, quindi inizierà il conteggio dell'intervallo.
- La fine dell'intervallo è indicata da una vibrazione di 5 secondi.
- Avviare la nuova sessione premendo il pulsante A. L'inizio di una nuova sessione di gioco è sempre manuale e può essere avviata prima o dopo che l'intervallo abbia raggiunto lo zero.
- Per uscire dalla modalità orologio da gara, premere e tenere premuto il pulsante A per 6 secondi. Dopo 3 secondi, verrà visualizzato un messaggio intermittente per indicare che si sta per uscire dalla modalità di gara. È possibile uscire dalla modalità di gara solo quando la partita sarà terminata, oppure dopo aver resettato una sessione di gara.

7.1.2.6. ESEMPIO GARA PRO 2X45, INTERVALLO 15

Tutte le azioni di avvio/pausa/riavvio sono effettuate tramite il pulsante A.

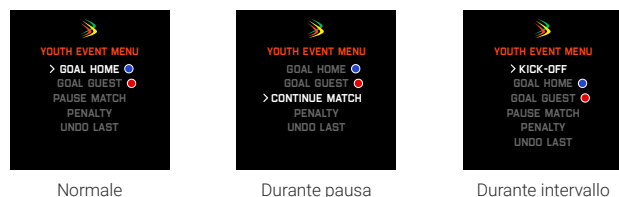


7.1.2.7. GESTIONE GARA YOUTH

- Avviare la gara premendo il pulsante A. L'attivazione del pulsante dipende dalle impostazioni di pressione breve, lunga o doppia. Per l'orologio da gara Youth, consigliamo di attivare la pressione breve. Assicura un controllo pratico dell'orologio da gara e del menù eventi Youth.
- Se l'orologio da gara viene attivato troppo presto per errore, è possibile resettare la sessione di gioco corrente. Per farlo, premere e tenere premuto il pulsante A per 6 secondi. Dopo 3 secondi, verrà visualizzato un messaggio intermittente per indicare che la sessione sta per essere resettata.
- Dopo l'inizio della gara, sarà possibile accedere al menù eventi Youth premendo il pulsante A. L'accesso, l'uscita e la selezione nel menù eventi saranno confermati da brevi indicazioni. Il menù Youth e le opzioni sono descritte separatamente.
- La fine della sessione è indicata da una vibrazione di 5 secondi, quindi inizierà il conteggio dell'intervallo.
- La fine dell'intervallo è indicata da una vibrazione di 5 secondi.
- Per iniziare una nuova sezione, premere il pulsante A e selezionare "Avvia" nel menù eventi Youth. L'inizio di una nuova sessione di gioco è sempre manuale e può essere avviata prima o dopo che l'intervallo abbia raggiunto lo zero.
- Per uscire dalla modalità orologio da gara, premere e tenere premuto il pulsante A per 6 secondi. Dopo 3 secondi, verrà visualizzato un messaggio intermittente per indicare che si sta per uscire dalla modalità di gara. È possibile uscire dalla modalità di gara solo quando la partita sarà terminata, oppure dopo aver resettato una sessione di gara.

7.1.2.7.1. MENÙ EVENTI YOUTH

Le opzioni del menù eventi Youth differiscono leggermente a seconda del momento della gara.



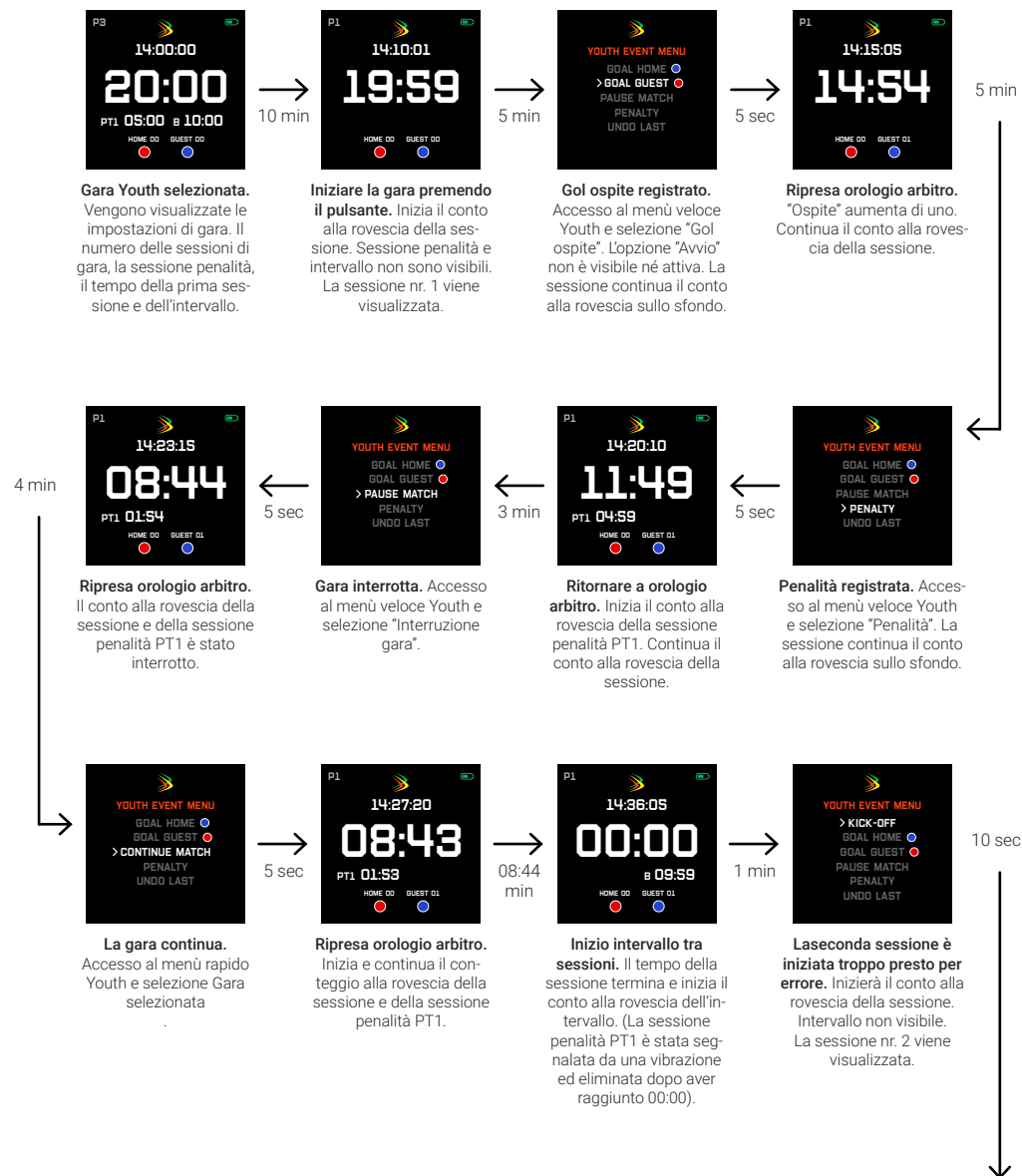
Navigazione menù

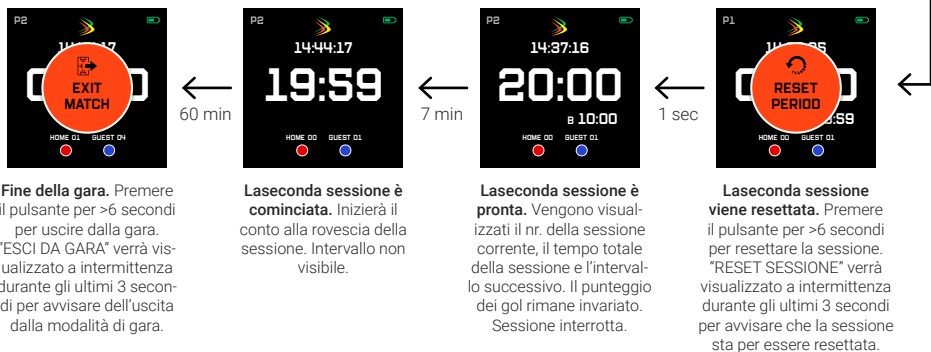
- Dopo l'inizio della gara, sarà possibile accedere al menù premendo il pulsante A. Il primo elemento nella lista è evidenziato e pronto per l'attivazione.
- Sfogliare il menù premendo ripetutamente il pulsante A. L'elemento selezionato viene evidenziato dopo aver rilasciato il pulsante.
- Per attivare l'elemento evidenziato, premere e tenere premuto il pulsante A per 2 secondi. Rilasciare il pulsante dopo aver percepito la vibrazione di conferma.
- L'uscita dal menù avviene automaticamente dopo 5 secondi, se non si continua a tenere premuto il pulsante. L'elemento evidenziato non viene perciò attivato.
- Il menù è progettato per attivazioni rapide. Se si ricordano le diverse posizioni degli elementi nel menù, non sarà nemmeno necessario guardare il display. Ad esempio:
 - Registrare gol in casa: Premere e rilasciare, premere e tenere premuto, attendere la vibrazione, rilasciare.
 - Registrare gol ospite: Premere e rilasciare, premere e tenere premuto, attendere la vibrazione, rilasciare.
 - Interruzione gara: premere e rilasciare tre volte, premere e tenere premuto, attendere la vibrazione, rilasciare.
 - E così via.

Elementi menù

- Avvio: inizia sessioni da 2 a 9.
- Gol in casa: aggiunta di un gol al contatore gol in casa.
- Gol ospite: aggiunta di un gol al contatore gol ospite.
- Interruzione gara: l'orologio della sessione e i timer penalità attivi vengono messi in pausa. Le vibrazioni vengono attivate ogni 10 secondi per segnalare che l'orologio da gara è in pausa.
- Cont. gara: l'orologio della sessione e i timer penalità attivi riprendono.
- Penalità: il conto alla rovescia delle penalità viene attivato. Anche i timer penalità supplementari (massimo 9) possono essere attivati, ma rimarranno nascosti fino a che il timer meno recente raggiungerà lo zero. L'orologio vibrerà quando il timer penalità raggiungerà lo zero. Un timer penalità che non avrà raggiunto lo zero prima della fine della sessione verrà messo in pausa e riprenderà poi all'inizio della sessione successiva. A ogni penalità viene assegnato un numero unico (1-9).
- Annulla ultimo: annulla l'ultima azione. (Gol o penalità)

7.1.2.8. ESEMPIO GARA YOUTH 3X20, INTERVALLO 10





7.2. OROLOGIO INTERVAL TRAINING

La funzione "Interval training" dell'orologio assiste l'arbitro durante la preparazione del test obbligatorio di idoneità fisica. Ad esempio: nella 4.a Divisione in Svezia, l'arbitro di calcio corre per 75 metri e cammina per 25 metri sotto 17/20 secondi, ripetuto per 44 volte.

7.2.1. IMPOSTAZIONI "INTERVAL"

Selezionare le impostazioni sullo schermo toccando l'icona corrispondente alle impostazioni "Interval".

SESSIONI: impostare tra 1 e 99 sessioni. Confermare premendo il pulsante A oppure cancellare scorrendo a destra.

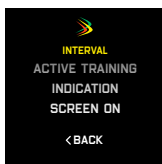
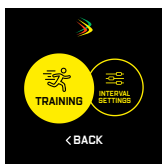
ALLENAMENTO ATTIVO: impostare il tempo di allenamento attivo (sessione di corsa) tra 00:00 e 99:59. (mm:ss). Confermare premendo il pulsante A oppure cancellare scorrendo a destra.

RIPOSO ATTIVO: impostare il tempo di riposo attivo (sessione di camminata) tra 00:00 e 99:59. (mm:ss). Confermare premendo il pulsante A oppure cancellare scorrendo a destra.

SESSIONE RIPOSO: impostare la sessione di riposo (tempo prima di iniziare la prossima sessione di allenamento) tra 00:00 e 99:59. (mm:ss). Confermare premendo il pulsante A oppure cancellare scorrendo a destra.

SEGNALE: selezionare VIBRAZIONE toccando lo schermo. Impostare la forza della vibrazione tra 1 e 5 oppure in silenzioso. Confermare premendo il pulsante A oppure cancellare scorrendo a destra.

SCHERMO ATTIVO: selezionare "Sempre attivo" oppure "Attivo per 60 secondi". (Attivare ruotando il polso)



7.2.2. INTERVAL TRAINING

Selezionare "Allenamento" sullo schermo toccando l'icona ALLENAMENTO.

7.2.2.1. INDICAZIONI DI ALLENAMENTO

L'orologio indica tutti gli eventi vibrando.

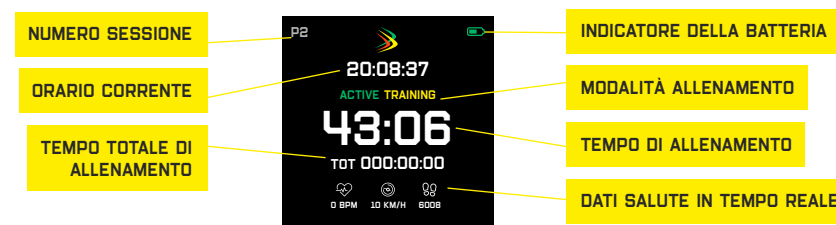
L'inizio dell'allenamento è indicato da una vibrazione di 1 secondo.

Il termine dell'allenamento attivo e del periodo di riposo è indicato da una vibrazione di 5 secondi.

La pausa dell'allenamento è indicata da una vibrazione di 2 secondi.

La ripresa dell'allenamento è indicata da una vibrazione di 1 secondo.

7.2.2.2. DISPLAY INTERVAL TRAINING



Orario corrente: mostra l'orario corrente. Il formato 12/24h è selezionato dalle impostazioni del telefono.

Modalità allenamento: mostra la modalità di allenamento corrente. Allenamento attivo, riposo attivo o sessione di riposo.

Numero sessione (P): Mostra la sessione corrente. Ogni sessione consiste di un allenamento attivo e di una sessione di riposo attivo.

Tempo di allenamento: mostra il tempo di allenamento restante per ogni sessione di allenamento.

Tempo totale di allenamento (TOT): mostra il tempo totale di allenamento e conteggia durante l'allenamento.

Indicatore della batteria: lo stato attuale della batteria è indicato dal grado di riempimento del simbolo della batteria.

Dati salute in tempo reale: mostra la frequenza cardiaca corrente, la velocità e il numero di passi.

7.2.2.3. GESTIONE INTERVAL TRAINING

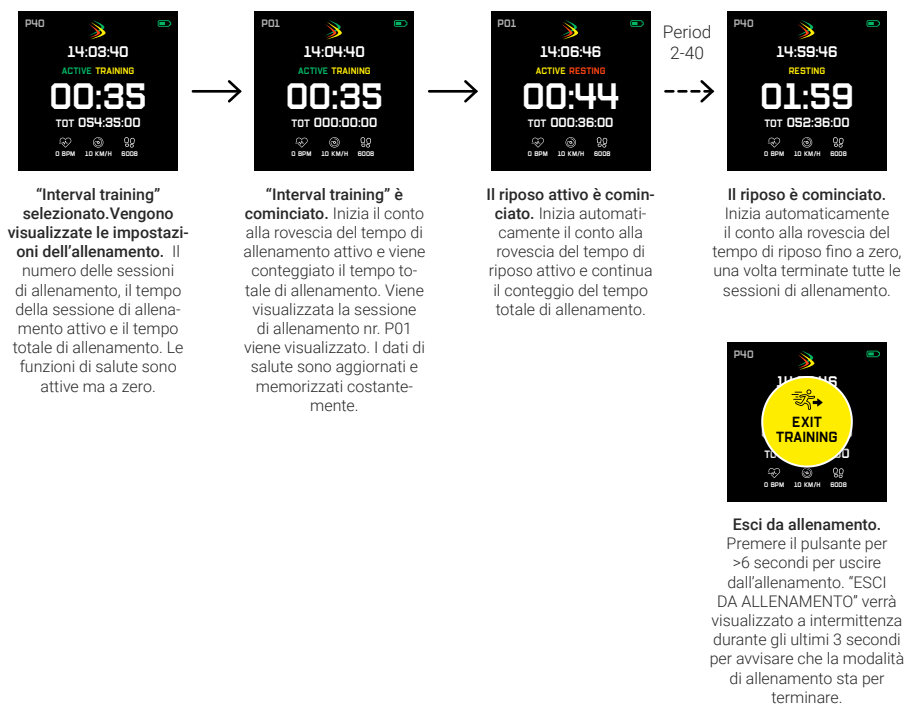
Le seguenti azioni vengono intraprese dopo aver selezionato una gara:

- Lo schermo touch è disattivato.
- Viene visualizzato il numero delle sessioni di allenamento, il tempo della prima sessione di allenamento e il tempo totale di allenamento.
- L'avvio, la pausa e la ripresa dell'allenamento sono controllati tramite il pulsante A.
- Il feedback a vibrazione per l'uso del pulsante e per gli eventi è abilitato.

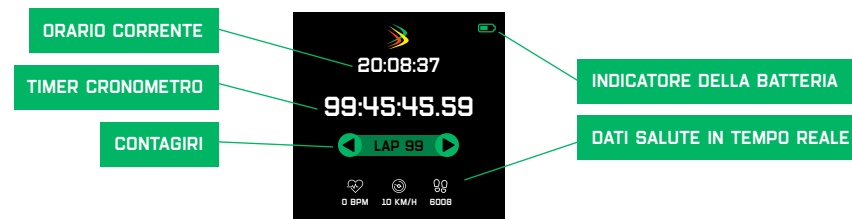
Iniziare l'allenamento premendo il pulsante A.

Durante l'allenamento, è possibile interrompere l'orologio "Interval training" e riavviarlo premendo il pulsante A.

Per uscire dalla modalità "Interval training", premere e tenere premuto il pulsante A per 6 secondi. Dopo 3 secondi, verrà visualizzato un messaggio intermittente per indicare che si sta per uscire dalla modalità allenamento.



7.3. CRONOMETRO



Orario corrente: mostra l'orario corrente. Il formato 12/24h è selezionato dalle impostazioni del telefono.

Timer cronometro: mostra il tempo totale oppure il contagiri.

Contagiri: mostra TOT 00 oppure GIRO 01-99. TOT mostra il tempo totale e GIRO mostra i giri individuali.

Indicatore della batteria: lo stato attuale della batteria è indicato dal grado di riempimento del simbolo della batteria.

Dati salute in tempo reale: mostra la frequenza cardiaca corrente, la velocità e il numero di passi.

7.3.2. GESTIONE CRONOMETRO

Le seguenti azioni vengono intraprese dopo aver selezionato una gara:

- Lo schermo touch è disattivato durante il conteggio.
- È possibile cominciare l'allenamento, registrare un nuovo giro e interrompere l'allenamento tramite il pulsante A.
- Il feedback a vibrazione per l'uso del pulsante e per gli eventi è abilitato.

Avviare il cronometro premendo il pulsante A.

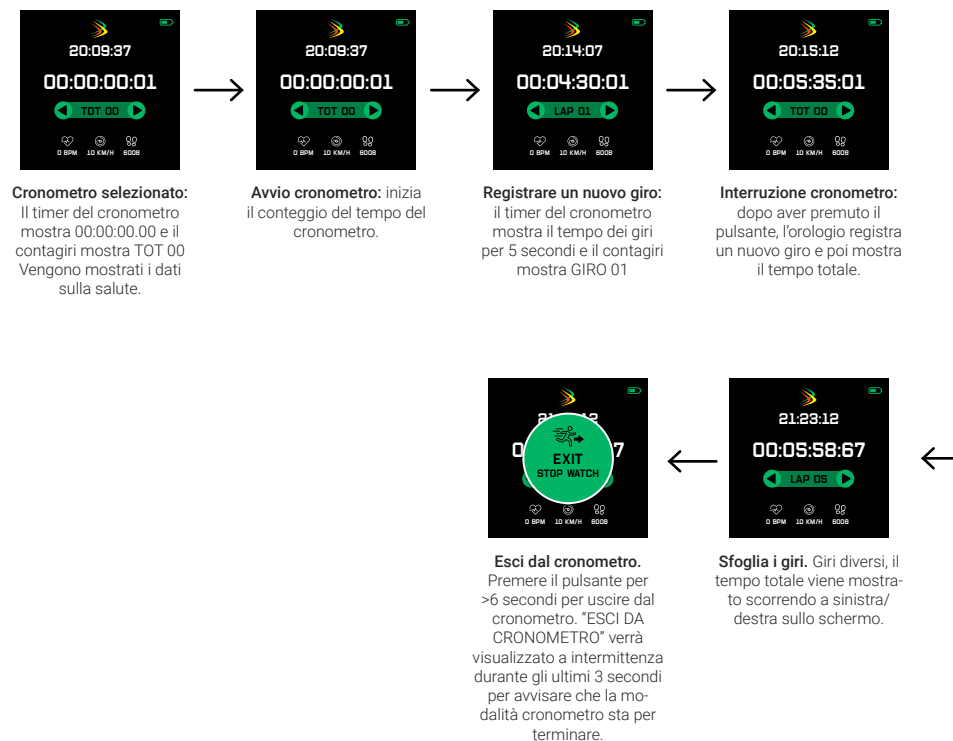
Una volta avviato il cronometro, è possibile registrare nuovi giri premendo il pulsante A.

È possibile interrompere la sessione premendo il pulsante A per 2 secondi finché non avverrà la seconda vibrazione di conferma.

È possibile controllare il tempo dei giri solo dopo aver interrotto la sessione. Per farlo, scorrere a sinistra/destra sullo schermo.

Per uscire dalla modalità cronometro, premere e tenere premuto il pulsante A per 6 secondi. Dopo 3 secondi, verrà visualizzato un messaggio intermittente per indicare che si sta per uscire dalla modalità allenamento.

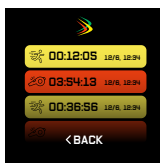
7.3.3. STOP WATCH EXAMPLE



7.4. REGISTRO ATTIVITÀ

Tutti i dati sulla salute e gli event log delle gare e degli allenamenti Spintso vengono memorizzati nel registro attività.

- Le gare sono in rosso e gli allenamenti in giallo.
- Il numero massimo di registrazioni memorizzate sull'orologio è 12. La registrazione meno recente verrà rimossa dall'elenco quando l'elenco sarà pieno.
- Scorrere verso l'alto o verso il basso tra le registrazioni.
- Toccare lo schermo per selezionare la registrazione di attività desiderata.
- Eliminare e tornare indietro scorrendo verso destra oppure premendo il pulsante A.



7.4.1. GARA

Il registro delle gare include le statistiche sulla salute per l'intera gara, inclusi intervalli, singole sessioni e tutte le sessioni in totale. Include anche un event log che traccia tutti gli eventi della gara controllata dall'orologio.

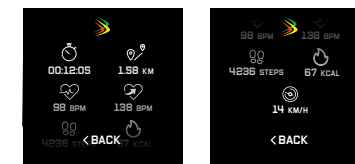
Toccare lo schermo per selezionare un'opzione.



7.4.1.1. SALUTE

Vengono registrati i seguenti dati sulla salute:

- Misurazione tempo
- Distanza
- Frequenza cardiaca media
- Frequenza cardiaca massima
- Numero passi
- Calorie bruciate
- Velocità media



Scorrere verso l'alto o verso il basso per sfogliare i dati sulla salute.

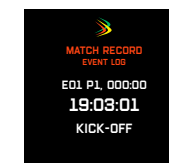
7.4.1.2. EVENT LOG

Tramite l'event log, è possibile visualizzare il momento esatto e la sessione durante i quali si è verificato un evento durante la gara.

Nelle gare PRO, è anche possibile visualizzare il tempo del conteggio del timer. Nelle gare Youth verrà invece visualizzato il tempo della sessione.

Possono essere memorizzati fino a 99 eventi in una gara. Gli eventi memorizzati nelle gare PRO sono per esempio:

- AVVIO
- INTERRUZIONE TEMPO
- AVVIO TEMPO
- FINE SESSIONE
- RESET SESSIONE



Gli eventi supplementari memorizzati nelle gare YOUTH sono per esempio:

- GOL OSPITE 01, GOL OSPITE 02...
- PENALITÀ 01, PENALITÀ 02...
- ANNULLA GOL OSPITE 02

Scorrere verso l'alto o verso il basso per sfogliare gli eventi.

7.4.2. ALLENAMENTO

Il registro allenamenti include le statistiche sulla salute per i programmi di allenamento Spintso.

Vengono registrati i seguenti dati sulla salute:

- Misurazione tempo
- Distanza
- Frequenza cardiaca media
- Frequenza cardiaca massima
- Numero passi
- Calorie bruciate
- Velocità media



8. FUNZIONI STANDARD

8.1. SPORT

Sono inclusi i seguenti programmi di allenamento: Corsa, camminata, bicicletta, arrampicata, tapis roulant, spinning, yoga, pallacanestro, calcio e badminton.

Nella sezione sport, è inoltre possibile selezionare "REGISTRO" per visualizzare tutte le registrazioni dei dati sulla salute di attività di allenamento precedenti.

- I dati sulla salute sono presentati in tempo reale durante l'allenamento. Far scorrere l'area dei dati sulla salute da sinistra a destra sullo schermo per sfogliare diversi dati sulla salute.
- Premere il pulsante A per interrompere l'allenamento. Durante la pausa, è possibile riavviare l'allenamento oppure uscire dall'allenamento.



8.2. FREQUENZA

Misura la frequenza cardiaca corrente e mostra i risultati sul quadrante dell'orologio.



8.3. PRESSIONE SANGUIGNA

Misura la pressione sanguigna corrente e mostra i risultati sul quadrante dell'orologio. I risultati vengono inoltre sincronizzati con l'APP e memorizzati. La pressione sanguigna può essere attivata solo manualmente.



8.4. NOTIFICHE

Qui è possibile sfogliare, visualizzare ed eliminare le notifiche inviate all'orologio.

- Sull'APP è possibile abilitare e disabilitare le notifiche. È inoltre possibile impostare con precisione le notifiche da inoltrare.
- Con questo orologio è anche possibile rifiutare o accettare chiamate in arrivo.



8.5. SVEGLIA

Visualizza, abilita e disabilita le sveglie.

- Le sveglie possono essere modificate solo sull'APP.
- Possono essere impostate massimo 5 sveglie. Sono supportate sveglie singole o ripetute.
- Una sveglia che non è stata spenta all'avvio si attiverà nuovamente dopo 10 minuti.

Una sveglia attivata durante la modalità gara di Spintso si attiverà dopo la gara.



8.6. METEO

Mostra il meteo attuale. Scorrere a sinistra per visualizzare le condizioni meteo dei giorni seguenti.



8.7. TIMER

Impostare il tempo toccando i simboli più/meno. Successivamente, premere il simbolo play per avviare il timer. Una volta raggiunto lo zero, suonerà la sveglia.

Uscire dal timer scorrendo a destra oppure premendo il pulsante A. Se il timer è attivo, premere prima il simbolo stop.



8.8. TERMOMETRO

Misura la temperatura corporea attuale.

8.9. IMPOSTAZIONI

8.9.1. LUMINOSITÀ

La luminosità dello schermo può essere regolata in cinque modalità



8.9.2. LINGUA

L'orologio supporta l'inglese e una lingua supplementare. La lingua opzionale può essere selezionata sull'APP. Le lingue opzionali al momento della stesura di questo manuale sono: Cinese, francese, tedesco, italiano, spagnolo, svedese e turco.

8.9.3. SPEGNIMENTO

Opzione che consente lo spegnimento dell'orologio.

8.9.4. RIPRISTINO DI FABBRICA

Opzione che consente di eliminare tutti i dati sull'orologio e impostare i parametri predefiniti.

8.9.5. INFO

Mostra il nome del dispositivo, l'indirizzo MAC e la versione del firmware.

9. SCORCIATOIE DALLA SCHERMATA “HOME”

9.1. SCORRIMENTO VERSO IL BASSO

Scorrere verso il basso per accedere alle impostazioni rapide. Modificare un'impostazione toccando l'icona.



Modalità aereo

Disabilita il Bluetooth.



Vibrazione

Attiva/disattiva la vibrazione. Questa impostazione non influisce sulla vibrazione delle funzioni Spintso.



Non disturbare

Disabilita le vibrazioni e le notifiche. Questa impostazione non influisce sulle sveglie e sulla vibrazione delle funzioni Spintso.



Luminosità

La luminosità dello schermo può essere regolata in cinque modalità.



Impostazioni

Scorciatoie per visualizzare le impostazioni.

9.2. SCORRERE A DESTRA/SINISTRA

Scorrere a destra o a sinistra per accedere rapidamente alle funzioni Spintso, alla frequenza cardiaca e a un riassunto dei dati giornalieri sulla salute.

10. FUNZIONI APP

Sull'APP è possibile accedere a tre schede: “Orologio”, “Home” e “Il mio profilo”.



10.1. OROLOGIO

Nella scheda “Orologio” è possibile accedere alle seguenti funzioni:

AGGIUNGI OROLOGIO SPINTSO: Toccare per iniziare la ricerca dell'orologio Spintso.

QUADRANTE: Configurare il quadrante personale.

NOTIFICHE PUSH: Abilitare/disabilitare o selezionare quali notifiche inoltrare all'orologio.

CHIAMATE IN ARRIVO: Scegliere se visualizzare le chiamate in arrivo sull'orologio.

ANTI-PERDITA: Abilitare/disabilitare la funzione anti-perdita. L'orologio vibra quando perde la connessione Bluetooth con il telefono.

NON DISTURBARE: Abilitare/disabilitare la funzione “Non disturbare”.

SVEGLIE: Impostare fino a 5 sveglie attive sull'orologio.

SEDENTARIETÀ: Impostare una sessione di tempo e quanto spesso la funzione “Sedentarietà” si attivi sull'orologio.

UNITÀ DI MISURA: È possibile selezionare il sistema metrico o imperiale.

FORMATO DATA: Selezionare l'ordine preferito di anno, mese e giorno.

SHOCK: Selezionare la ripetizione delle vibrazioni. Non valida sulle funzioni Spintso.

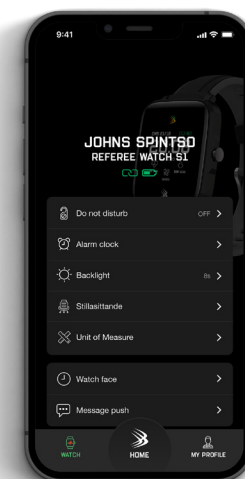
RETROILLUMINAZIONE: Opzione per impostare la retroilluminazione del quadrante dopo l'attivazione. Non valida sulle funzioni Spintso.

RUOTARE IL POLSO: Abilitare/disabilitare o impostare quando l'orologio possa attivare lo schermo ruotando il polso.

LINGUA: Selezionare la lingua preferita sull'orologio.

AGGIORNAMENTO FIRMWARE: È possibile aggiornare il software se risulta disponibile una versione più recente. Assicurarsi che l'orologio e la batteria del telefono siano carichi almeno al 50% prima di aggiornare il nuovo software.

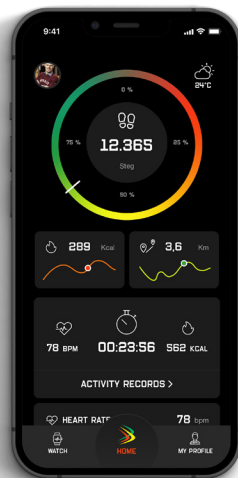
DISCONNETTERE Scollegare l'orologio dal telefono.



10.2. HOME

Nella scheda "Home" viene mostrato un riassunto di tutti i dati sulla salute.

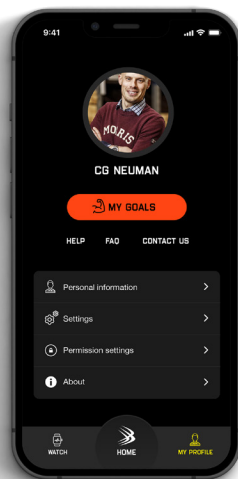
- Numero giornaliero dei passi, calorie bruciate e distanza.
- Registri di allenamento e di gara: I registri includono, ad esempio: numero di passi, distanza, calorie bruciate, frequenza cardiaca media, frequenza cardiaca massima e velocità media
- I registri di gara includono le statistiche sulla salute per tre categorie: per l'intera gara, inclusi gli intervalli; solo durante le sessioni di gioco; per ogni singola sessione. I registri delle gare includono anche un event log dove vengono visualizzati tutti gli eventi controllati dall'orologio.
- Frequenza cardiaca: è possibile selezionare le statistiche per giorno, settimana e mese.
- Pressione sanguigna: Nota: le misurazioni della pressione sanguigna possono essere attivate solo manualmente. Il caricamento delle misurazioni sull'APP è automatico e le statistiche possono essere mostrate per giorno, settimana e mese.
- Monitoraggio del sonno: statistiche su sonno profondo, sonno leggero e risveglio durante la notte. Le statistiche vengono mostrate per giorno, settimana e mese.
- Temperatura corporea: è possibile selezionare le statistiche per giorno, settimana e mese.
- Peso: modificare e memorizzare il peso.



10.3. IL MIO PROFILO

Nella scheda "Il mio profilo" è possibile modificare gli obiettivi di salute e le impostazioni personali.

- Toccare il cerchio nella parte superiore per modificare il profilo e aggiungere un'immagine.
- Selezionare "Supporto" o "FAQ" in caso di bisogno di assistenza.
- Riparazione caratteri: Attivare solo se i caratteri risultano corrotti.
- Riparazione UI: Attivare solo se le grafiche dell'orologio risultano corrotte.
- Impostazioni: qui è possibile selezionare, ad esempio, se sincronizzare le letture della frequenza cardiaca con Google Fit o Apple Health.
- Impostazioni di autorizzazione: qui è possibile impostare le autorizzazioni del telefono per abilitare tutte le funzioni dell'orologio e dell'APP.
- Info: mostra la versione corrente dell'APP e un link alla nostra politica sulla privacy.



11. PROPRIETÀ OROLOGIO S1

- Tempo di operatività durante un normale utilizzo: 10-15 giorni.
- Tempo di operatività durante le gare (display sempre attivo e GPS): 9 ore.
- Tempo di ricarica 0-100%: circa 2 ore.
- Peso incluso cinturino: 33 grammi.
- Diametro esterno cassa orologio: 40 x 45 mm.
- Vestibilità standard cinturino: 20 mm.
- Display: 240x240 pixel; schermo touch: 33 mm
- Bluetooth: 5.0; raggio 8-10 m.
- Monitoraggio integrato temperatura corporea e sensore frequenza cardiaca.
- Grado di protezione: IP67
- Conforme ai seguenti standard/direttive: CE, RoHS, UKCA, FCC e Giteki.

12. GARANZIA E CONTATTI

Garanzia prodotto: Garanzia limitata di 2 anni a partire dalla data iniziale di acquisto del consumatore.

SPINTSO AB, Artillerigatan 42 114 45 Stoccolma, Svezia

E-mail: info@spintso.se, Phone: +46 (0) 243 190 90, Web: www.spintso.com.

Misurazioni dati sulla salute

Nota: le letture effettuate dall'orologio dei sensori di salute non possono essere usati per alcuna finalità medica. La sottile pellicola di protezione in plastica sul sensore di frequenza cardiaca deve essere rimossa prima di effettuare le misurazioni.

Normativa

Tutti i contrassegni di qualificazione si trovano sul retro dell'orologio.

Conformità UE

La dichiarazione di conformità UE può essere fornita su richiesta. Si prega di inviare una e-mail a info@spintso.com

Unione europea, informazioni sullo smaltimento

Quando il prodotto raggiungerà il termine del suo ciclo di vita, dovrà essere smaltito adeguatamente. Si prega di smaltire il prodotto presso l'impianto di riciclaggio assegnato dalle autorità.

UKCA (UK)

La dichiarazione di conformità UK può essere fornita su richiesta. Si prega di inviare una e-mail a info@spintso.com

FCC (USA)

Questo dispositivo è conforme al paragrafo 15 del regolamento FCC. FCC ID: 2AKUO-S1PRO

Giteki (Giappone)

Il certificato di conformità può essere fornito su richiesta. Si prega di inviare una e-mail a info@spintso.com. Numero identificativo certificazione: R 210-169490

Condizioni generali

I termini e le condizioni generali di Spintso sono disponibili su <https://www.spintso.com/general-terms-and-conditions>

