

User guide



 about-time
A1s⁺

Contents

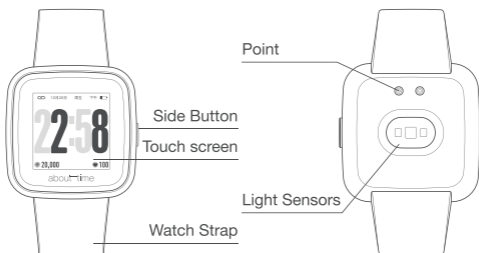
English 01-15

中文 16-29

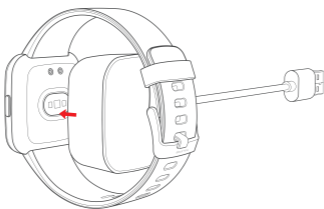
日本語 30-41

Description of appearance

- Product Instructions



- Remove Strap and Charge Mode



- Packaging List

Fitness Smart Watch ×1 Charger Dock ×1
Charging cable ×1 User guide ×1

Initial Use Instructions

• Instruction about Function Interface

After starting device, at time page, slip upward and downward to switch different watch face. Slip leftward and rightward to switch different function pages.



Note: “Physical period remind” shows after setting the gender as “Female” in your profile.

Some interfaces on bracelet are closed by default, such as find cellphone, countdown, stopwatch. If need to turn on, do setting on APP, Settings > My device > switch setting.

• Software Download



1. Search “about time” in APP Store for iOS users.
2. Search “about time” through Google Play, for Android users.



about time

• Connecting Device

Under the interface of “APP settings > Device”, pull under the interface and find Equipment Model.






After connected the device model, “A1S” will be shown under the list of “My Device” in the APP. Also in the left top of the device the sign “” will be present. Please reconnect if the sign “” is showing.

• Connection and Matching Notifications


1. Make sure the phone Bluetooth is turned on.
2. Make sure the device is full battery and is turned on or charged before using.
3. Make sure the device is within 50cm range while connecting with the phone.
4. If Android phone cannot find any device through APP, please check if it allows "about time" to use Bluetooth in the Phone Permission Settings.

Introduction of Main Functions

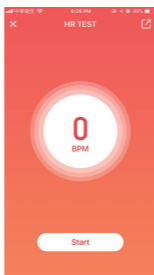
★ **Attention:** To ensure the data is valid, please input the right gender, height, weight and color of the skin through APP personal information.

1.  **Power On/ Off**
When device is off, push side button for 3 seconds, shows booting logo and come to the time page, if no operate in 5 seconds, screen will be off and in standby status. Push side button for 3 seconds to turn off the device.
2.  **Watch Face**
At time page, slip upward and downward to switch different time display style, if no operate in 5 seconds, screen will be off and in standby status automatically.
3.  **Activity Detection**
At time page, slip leftward and come to activity detection page, show current steps, distance and calories.
4.  **Sports Reach Reminder**
You can set a sports target value on your APP, When the number of moving steps reaches the target value, the device will vibrate reminder.
5.  **Manual Heart Rate Test and Automatic Monitoring**
On heart rate detection manual page, device will detect automatically. The device will continuously collect data and will present those results constantly on the screen.

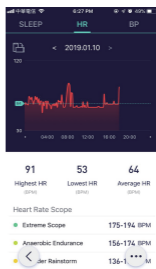
After accumulating data for 60 seconds, the device will enter into standby mode and this is not dependent upon receiving results to the test. The data tested through the device will not be saved.

At the bottom of heart rate page on APP, or under shortcut mode in the setting page, click the icon  to detect heart rate manually. User can find the Heart Rate icon at the bottom of the APP interface. Tap the icon and the device enters the manual Heart Rate Test Interface. While in this mode, the user can use the device to test their heart rate manually. The data tested through the device will not be saved.

Turn on the button for the 24 hours Automatic Heart Rate Test through APP, then the device will automatically collect the heart rate of the user every ten minutes and will present captured data every 10 minutes. After syncing, test results and details will be presented through the APP.



The APP Test Modes



Heart Rate Data Panel

Blood Oxygen Detection


Attention: This watch is not a medical device. The measured Hear Rate Variability/ Blood Oxygen data are for reference only and does not have any medical advice.



- **Device Side Measurement**

Slip screen leftward or rightward, and switch to blood oxygen page, equipment monitoring data real-time display blood oxygen data for 5 minutes, if the monitoring process shows 0% SPO2, please check whether the wearing a posture is correct, is the device sensor Close to the skin?

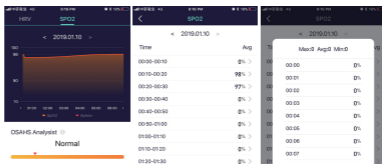
- **APP Manual Measurement**

At the bottom of the APP's data panel,  Into the blood oxygen manual test interface, continuously monitor and display the real-time blood oxygen value, until Click pause to stop monitoring. Monitoring data will not be saved.

- **Blood oxygen monitoring in the night**

Open blood oxygen night monitoring switch in APP. The device will automatically monitor the blood oxygen data at 00:00-07:00 every day, real-time monitoring, and the data report can be detailed in the APP data panel. In data panel click on the blood oxygen analysis module into the data panel, The panel will display data from 00:00 to 07:00, the results of the analysis, main indicator, interventions.

A. You can view every ten minutes of data, continue clicking on a single average, You can look at each minute of data.




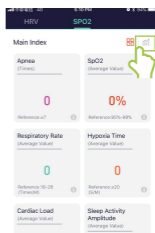
Analysis data panel Every ten minutes data Every minute data

B. Open the oxygen night monitoring switch, according to wear the day night monitoring blood oxygen data, The results of the report are displayed in the analysis results in the panel, divided into normal, mild, moderate, severe several levels.

C. Click at the bottom of the panel "breath pauses common sense", Can see the "apnea syndrome" related content.

C. Turn on the “hypoxic wake” switch on “intervention”, When the equipment detected the blood oxygen continues too low, may be affect your health, the equipment will vibrate the reminder for notification.

E. Click  icon, Enter the analysis data panel, To view about the blood oxygen/apnea, cardiac load, sleep activity, pulse variability, respiratory rate, low oxygen time several big module chart report, click on the name of each report, and to view the corresponding detailed data.



Call Reminder

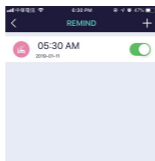
While call is coming, device keeps vibrating, click volume button to set as mute, press for 3 seconds to refuse call.



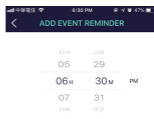
Alarm Clock and Events Reminder

Multiple alarms can be set through “Settings” in the APP. Snooze reminders for the alarms can be set within the APP.

This function can also add tags for important things which happening in the future. When set time arrives, the device will vibrate and show those tags.



Remind



Once 2019-01-10 >

Default Alarm Mode Edit Alarm Clock Mode



Notifications/ Pushes

When a new message arrives, the device vibrates and the screen shows relevant notifications and corresponding icons.

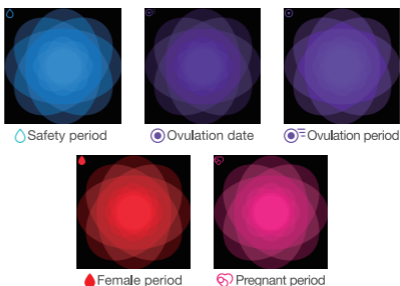
Note: please switch on APP notifications first; Relevant communication tools should be set to allow contents to be shown on the device screen.

10.



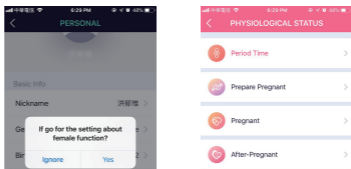
Physical Period Reminder

Device shows the physical status based on current setting, the function is used to push proper sweet reminder in different physical status for the user.



A. How to turn on the function?

User can set their gender in their profile within the APP. If the gender is "female", the system reminds the user promptly to set up her physiological period (If unnecessary then tap to skip). There are four statuses for female physiological period. They are "Period", "Preparing for Pregnancy", "Pregnancy", "Postpartum". User information and status will be saved in the APP.

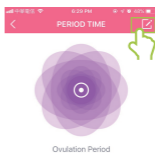


B. How to modify current physiological status on user's device?

On setting page, click the icon  to access to femalepage, and modify the setting.

C. How to change different physiological states?

Access to female page, click the icon  on top right, then modify setting.



11.



Countdown

On App, come to countdown setting page, click start countdown and set countdown time to confirm, then device starts countdown with showing time and sand clock icon, complete countdown with vibration and showing time and sand clock icon. If you use countdown function often, could set usual countdown time on APP, then while you switch to countdown page at device end, press screen to start countdown directly.

12.



Find cellphone

Make sure APP "about time" run at backstage, at device end, switch to find cellphone page, click the screen, then cellphone alarm.

Note: your cellphone should be set as ring mode in advance.

13.



Run Mode

At Run page, click and come to Run mode, click button to start running with vibration reminder, press button for 3 seconds to finish and quit Run mode with vibration reminder.

At data page, show running time, distance, heart rate, calories and steps.








14.



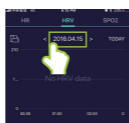
Stopwatch

After turn on stopwatch on APP, stopwatch page is showed at device end, at stopwatch page, click start button to do timing with vibration reminder, press button for 3 seconds to finish with vibration reminder.

Attention: While in stopwatch mode, all rest reminders and pushes notifications will be temporarily blocked. The maximum time-count reaches up to 99 min 59 sec.

15.  **Sedentary Reminder**
This function can be turned on using the APP. The user can set a time value for the warning. When the device detects that the user has sat or kept still for the set time limit, the device will vibrate to remind the user to move around.
16.  **Heart Rate Warning**
Using the APP, the user can choose to turn on the heart rate warning and preset the upper limit of their heart rate. If the device detects that the user's heart rate has reached or exceeded the preset value, it will vibrate and display the following icon on the device screen .
17.  **Take Picture**
To use the device to take a remote photograph, the user can turn on the Camera Mode in the APP, then quickly shaking the waist.
18.  **Waterproof**
This device is life waterproof and suitable for hands washing, rain or cold shower, not suitable for plunge, dive or soak.
19.  **Low Power State**
When the bracelet is too low, to avoid power consumption too fast and influence use, the monitoring function of heart rate, BP and sleep will be automatically blocked.
20.  **HRV**
If you need to know wear time "heart rate variability" (According to the changes of each cycle of heart rate, reflecting the degree of heart rate changes, law, you can determine its impact on cardiovascular activity). In the app settings, Open the HRV night monitor switch, The equipment will monitor the HRV data from 00:00-07:00 in real time, Come to HRV page, show HRV health index, at this page, slip upwards to show the scope about normal, light abnormal, abnormal. Detail data is showed on dashboard.
Attention: This watch is not a medical device. The measured HRV is for reference only and does not have any medical advice.

- A. Open the HRV data panel, you can view the HRV health index, based on the monitoring data to determine whether the user is abnormal. Fatigue, tension, or excitement, The exponent is normal, indicating that the user is in a relaxed state.
- B. Select the date on the data panel to wear the bracelet, can check out the daily HRV data charts. Sliding HRV data charts, can see the average difference in heartbeat cycles per 10 minutes.
- C. At the bottom of the data panel, you can look at the HRV data for each minute, Lorentz scatter diagram (Compare the same lorentz scatter reference graph and click the comment for each image).



Heart Health Index



HRV data trends of the day



Day | Week | Month

Heart Rate Variability (HRV)



Day | Week | Month

Every minutes HRV data



Lorentz Scatter Diagram



Lorentz Scatter Plot Reference



Lorentz scatter diagram



Lorentz Scatter Plot Reference



Lorentz Plot Analysis

HRV data is insufficient and relevant analysis cannot be carried out. Please keep on the wearing it or wear it correctly. The longer time you wear, the more reliable the analysis results would be.

Lorentz scatter point reference graph



Baton




Slow, small head, basically consistent in form from middle part to tail, most common among patients with coronary heart disease

Annotations for each image

21.




Fatigue test

At the bottom of the APP's data pane, click  enter into the fatigue test interface, After the test, select whether or not to save the test results according to the popup window.



Breath rate test

At the bottom of the APP's data pane, click  enter into the respiratory rate test interface. The test duration is one minute. Please maintain the correct posture during the test. The test results will not be saved.

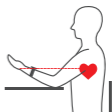


Sleeping Monitor

Switch to sleep monitoring page, show total sleep time and sleep quality last night.

! Note

- Do not use a charger with a current greater than 5V2A. Charging time is 90 minutes.
- Do not charge if the device is water damaged.
- Do not soak the device, and do not wear it to swim, dive and take hot shower.
- This is an electronic monitoring product; data received from it cannot be used as medical reference and is for reference only.
- The photoelectric sensor is a highly-sensitive component, and should be careful not to be damaged by hard objects. The device may be sweat stained or have dust attached after wearing it for a period of time. User can use soft cloth to clean regularly.



? Q&A

- **Q : What if the update fails?**
A : If the initial upgrade fails, please reconnect the device "Dfulang". The system will automatically begin the update.
- **Q : Where to set APP permissions?**
A : Android Phone – Settings – Find "about time" Application – Set to "Trust this software".
 1. If the phone has a Security Management or Clean Up APP, please add the " about time " application to the White List (Trusted List).
 2. In System Settings, under Permission Manager, set "about time" as a trusted application in order to allow phone calls and incoming messages to be shown on the device display.

- **Q : Why is the sleeping heart rate test result inaccurate?**
A : Wearable devices monitors human activities through electronic sensors, and they are at the consumer electronics level. It's normal for certain deviation. The user should treat data objectively.
- **Q : How to set the time display?**
A : The device will match the time display format of the phone when synced.
- **Q : How to reset password?**
A : At sleep page, press screen for 6 seconds, device vibrate once and reconnect with initial password "0000".

Specifications

Product Name	Fitness Smart Watch
Chipset	nRF52840
Sensor	OSRAM SFH7060
Weight	41.7g
Data Transfer	Bluetooth 4.0
Battery	Polymer Lithium
Volume of Battery	220mAh
Charging Voltage	5V
Charging Current	180mA
Working Temperature	-5°C-45°C
Waterproof	Yes (Life Waterproof)

Device Requirement : Android 4.4 / above; Bluetooth 4.0;
 Phone 4S / above; iOS 9.0 / above.

After-sales service / Warranty terms

About Time Technologies Limited Warranty This Limited Warranty ("Limited Warranty") applies to about time branded hardware products ("Product(s)") sold by About Time Technologies Limited. ("About Time"). About Time's warranty obligations are to the original purchaser ("you") only. This Limited Warranty cannot be assigned or transferred. This Limited Warranty is limited to the terms set forth below. This Limited Warranty applies only to Products purchased in the United States. Limited Warranty About Time provides the following limited warranty to you if you purchased the Product(s) from About Time on About Time's website, www.ticwear.com, or if you purchased the Product(s) from an authorized reseller. Product(s) purchased from other sources are not covered by this Limited Warranty. About Time warrants that the Product(s) will be free from material defects in materials and workmanship under normal use for a period of one (1) year from the date of your purchase ("Warranty Period"). Your sole and exclusive remedies for warranty claims submitted to Mobvoi within the Warranty Period pursuant to this Limited Warranty are as follows: For all Product(s) that contain or develop material defects in materials or workmanship during the Warranty Period, About Time will, at its sole option, either: (i) repair the Product(s); (ii) replace the Product(s) with a new or refurbished Product(s) (replacement Product(s) being of identical model or functional equivalent); or (iii) provide to you a refund of the price you paid for the Product(s) (excluding taxes and shipping costs). Any Product(s) that are repaired or replaced under this Limited Warranty will have warranty coverage under this Limited Warranty for the longer of: (a) ninety (90) days from the date of repair or replacement; or (b) the remaining original Warranty Period. Replacement parts used in the repair of the Product(s) may be new, equivalent to new, or refurbished. Procedure for Making a Limited Warranty Claim To make a warranty claim pursuant to this Limited Warranty, you must contact Mobvoi and provide relevant information within the Warranty Period by visiting warranty.ticwear.com. The information must include: (1) proof of purchase from Mobvoi or an authorized reseller, (2) a description of the problem or defect, (3) the date the defect was first discovered,

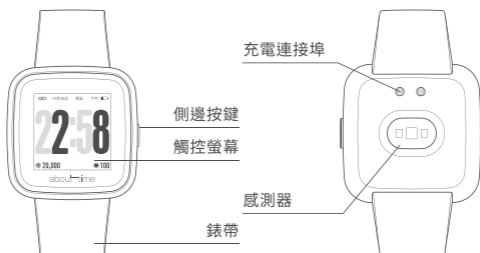
and (4) your address and phone number. After reviewing your claim, Mobvoi will notify you whether your claim is denied or conditionally accepted, or whether Mobvoi needs additional information. If Mobvoi requests additional information, you must provide the information within 30 days of About Time's request or your claim becomes void. If your claim is conditionally accepted, Mobvoi will send you a Return Merchandise Authorization ("RMA"). You must return the Product(s) to About Time (at the address provided by About Time), along with the proof of purchase and the RMA, within 30 days of the date Mobvoi sent you the RMA. If you fail to return the Product(s), proof of purchase, and RMA, along with any other information requested by About Time, within this 30-day period, your claim becomes void. If upon receiving the Product Mobvoi determines that you do not have a valid claim under this Limited Warranty (including, but not limited to, because the Product(s) do not suffer from a defect covered by this Limited Warranty), About Time reserves the right to deny your claim. If About Time accepts your claim, About Time will provide a remedy as described in this Limited Warranty. (b) return the Product(s) to About Time with proof of purchase from About Time or an authorized reseller as directed by About Time to the address specified by Mobvoi in connection with the RMA. Exclusions This Limited Warranty applies only to Product(s) manufactured by or for About Time that are marked with the "about time" trade name or logo and contain a valid about time serial number. This Limited Warranty is void if the serial number is removed from the Product(s). This Limited Warranty does not apply to, and specifically excludes, the following: (a) consumable parts, such as batteries, unless the consumable part has been damaged due to a defect in materials or workmanship in a nonconsumable part of the Product(s); (b) normal wear and tear and cosmetic damage, including, but not limited to, scratches, dents and broken plastic; (c) defects or damage caused by misuse; accident (including, without limitation, collision, fire, and the spillage of food or liquid); neglect; abuse; alteration; unusual stress; modification; improper or unauthorized repair, installation, wiring, or testing; improper storage; third-party applications downloaded to the Product(s) or companion applications that connect to and communicate with the Product(s); (d) damage caused by operating the Product(s) outside the permitted or intended uses described by Mobvoi; (e) damage caused by use with non-About Time products; (f) any non-About Time hardware products or any software, even if packaged or sold with the Product(s);

and (g) modifications of the Product(s) firmware or software by anyone other than About Time. About Time reserves the right to disable the Product(s) if About Time suspects fraud or if About Time determines that the Product(s) are counterfeit, stolen or lost in shipment. About Time does not warrant that the operation of the Product(s) will be uninterrupted or error-free. About Time is not responsible for damage arising from failure to follow instructions relating to the use of the Product(s). Limitation of Damages and Implied Warranties

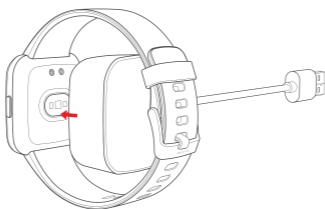
Website: <https://www.abouttime-tech.com> Manufacturers' warranties may not apply in all cases, depending on factors such as use of the product, where the product was purchased, or who you purchased the product from. Please review the warranty carefully, and contact the manufacturer if you have any questions

外觀說明

· 產品說明



· 充電方式



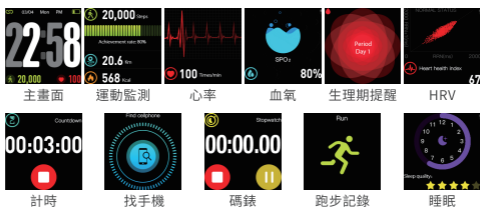
· 配備內容

- | | |
|------------|---------|
| 健康智慧手錶 × 1 | 充電器 × 1 |
| 充電線 × 1 | 說明書 × 1 |

初次使用說明

產品功能介面

產品開機後可在時間介面上下滑動，並切換不同風格；而左右滑動是將各種功能做切換。



注：“生理期提醒”需在個人資料一性別選擇“女”才會顯示。
計時、找手機、碼錶三種介面目前是關閉狀態，您可在APP設備 > 開啟。



軟體下載

1. iOS到APP Store 搜尋下載“about time”。
2. Android到Google Play等應用市場搜尋下載“about time”。



about time

連接產品

在APP設備 > 產品介面—拉到搜尋設備型號並連接，連接成功後會在APP“我的設備”顯示型號“A1S”，同時產品屏幕上可以看見藍牙連接成功的符號 ，若是  此符號表示尚未連接成功，請重新操作。

連接注意事項

1. 確認手機藍牙是否開啟。
2. 確認產品是否電量充足（使用前請先開機確認或充電）。

3. 配對時，手機與產品的距離請保持在50公分以內。
4. Android手機若在APP搜尋不到，請在手機權限的設定 > 檢查是否允許“about time”使用藍牙。

主功能介紹

★ 注意：為確保數據有效，請在APP個人資料的部分輸入正確訊息。


-  **開 / 關機**
產品在關機狀態下長按側邊鍵3s，會出現開機畫面，隨後屏幕顯示時間介面，持續5s無任何操作將自動呈現待機狀態；側邊鍵長按3s即可關機。
-  **多種時間介面風格**
在時間介面上下滑動可切換不同風格的介面，持續5s無任何操作將自動呈現待機狀態。
-  **運動監測**
在時間介面往左滑會進入運動監測的介面，顯示當前步數、距離及卡路里。
-  **運動達標顯示**
可在APP設定目標值，當運動步數達標後，產品會以震動作為提醒。
-  **睡眠監測**
在APP切換至睡眠監測介面，顯示昨晚總睡眠時間和睡眠品質。
-  **計時**
在APP的計時介面設定時間後即可開始，產品會在計時開始時顯示時間和沙漏的標誌，結束時會以震動提醒同時顯示時間和沙漏標誌；在APP設定快捷啟動開關，即可在產品切換計時介面直接啟動。
-  **找手機**
保持“about time”在手機後台運行，將產品切換至找手機介面，點擊屏幕 > 手機鈴響；注意保持手機為鈴響模式。
-  **遙控拍照**
通過APP進入拍照介面，快速晃動手腕遙控手機拍照。

心率手動監測和自動監測

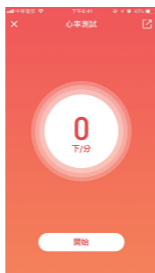
切換至心率介面後產品會自動監測，測得結果並會連續測量並顯示數值，無論是否測出結果，累積測試60s後產品將自動呈現待機狀態，而在產品上測得的心率值並不會留下紀錄。

9.



可在APP的心率詳情介面底部或設置介面裡的快捷模式點擊測試圖標  進行測試心率，測得結果不會留下紀錄。

在APP打開心率自動監測的開關，產品將會24hr自動監測心率，每10mins測得一次數據，所有數據結果可在APP上查看詳情。



APP測試模式



心率數據面板

跑步紀錄

在跑步介面點擊進入跑步紀錄，點擊開始鍵 > 開始跑步，產品同時會震動提醒，長按3s > 跑步結束，產品同時震動提醒；在APP上會顯示跑步時間、跑步距離、運動心率、卡路里和步數。

10.



碼錶

在APP打開碼錶開關後，產品會有碼錶的介面；切換到碼錶介面後點擊開始鍵 > 開始跑秒，產品同時會震動提醒，長按3s > 跑秒結束，產品同時震動提醒。

11.



注意：進入碼錶介面後，產品會臨時暫停其他提醒和推播功能；碼錶的最大計時一時間為99分59秒。

12. 

血氧監測

• 設備端測量

在產品主畫面左右滑動切換到血氧介面，產品監測會五分鐘測量一次血氧數，檢測過程中如顯示 0% SPO2，請檢查配戴姿勢是否正確，感測器是否緊貼皮膚。

• APP手動測量

在APP的數據面板下方點  進入血氧手動監測介面，連續監測並顯示血氧數據，直到手動暫停才停止監測，測得結果不會留下紀錄。

• 血氧夜間監測

在APP開啟“血氧夜間監測”開關，設備將在每天 00:00-07:00自動監測血氧數據，所有數據將會顯示在APP中；在數據介面點擊“血氧”進入“分析數據”，介面將會展示00:00-07:00的數據圖、分析結果等。

注意：此手錶非醫療設備，測量之心律變動性分析/血氧數據僅供參考趨勢依據，不具任何醫療建議。


A. 可查看每十分鐘的數據，繼續點擊可看到平均值並可詳細了解每分鐘數據。




B. 打開“血氧夜間監測”開關後，會根據配戴當天的夜間監測血氧數據，出現“分析結果”此欄位的報告結果，分為“正常”、“輕度”、“中度”、“重度”四個等級。


C. 打開“干預手段”中“低氧喚醒”的開關後，當產品監測到人體血氧數值過低並持續一段時間，產品會以震動提醒進行通知。


D. 點擊介面下方“呼吸暫停嘗試”，可查看“呼吸暫停綜合症”的知識問答。

- E. 點擊  圖示，進入到分析數據圖表介面，可查看包括“血氧/呼吸暫停”、“心臟負荷”、“睡眠活動”、“心率異樣性”、“呼吸速率”、“低氧時間”六大版面圖表的報告，點擊每項名稱可查看相對應的數據。



13.  **訊息提醒 / 推播**
有新訊息時，產品會震動提醒，並顯示詳細訊息內容；對應的訊息顯示對應的圖標。
注：請在APP打開提醒開關。

14.  **來電提醒**
有新來電時，產品會震動提醒並顯示來電訊息，點擊音量圖標可靜音，點擊掛斷圖標可掛斷來電。

15.  **鬧鐘和事件提醒**
在APP鬧鐘介面可設定多組鬧鐘，並能設置鬧鐘的重複時間，而產品將會在相應時間提醒；更可在未來的重要時間單獨設定 > 事件提醒並添加標籤，產品將會設定的時間發出震動，同時螢幕顯示標籤。

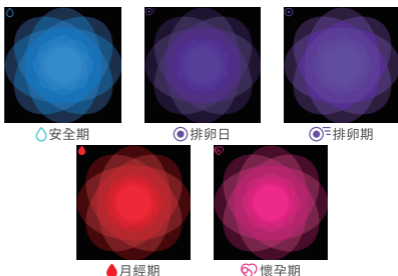


16.  **久坐提醒**
本功能需先在APP打開設定後，產品應能監測用戶坐著或相對靜止狀態並達到一定時間，將會震動提醒。

17. 

生理期提醒

產品會顯示當前設定的生理狀態，此功能可根據用戶的不同生理狀態適時的溫馨提醒。



A. 如何開啟生理期提醒？

需在APP註冊帳戶的個人資料 > 性別設定，當性別為“女”時，系統會提示前往設定女性生理週期（如不需此功能，請點選“忽略”）；請根據自身真實情況進行設定“只記經期”、“備孕期”、“懷孕期”和“寶媽期”四種不同女性生理狀態訊息並保存。



B. 如何進入女性主頁？

在APP設置介面，點擊女性圖標 ，即可進入。

C. 如何更改生理狀態？

進入女性主頁，點擊右上角圖標 ，即可修改。



18. 

HRV

如需了解在配戴期間的“心率異樣性”（理解心跳週期的變化情況，反映心率變化程度、規律，並可判斷對心血管活動的影響）。

可在APP開關設置中，打開“HRV夜間監測”後，產品將會在配戴當天00:00-07:00做監測，進入HRV介面可查看數據或HRV健康指數，上下滑動會看到正常、程度異常等參考區間；詳細資訊可在APP介面中查看。

注意：此手錶非醫療設備，測量之HRV數據僅供參考趨勢依據，不具任何醫療建議。

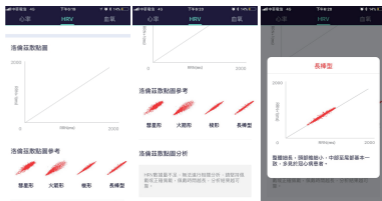
- 點擊HRV數據介面，可查看HRV健康指數，根據監測的數據來判定用戶使否處於疲勞、緊張或興奮的生理狀態，判定指數正常時，則表示用戶目前無異狀。
- 在數據介面上方選擇配戴的日期，則可查看當天HRV數據的走勢圖；滑動走勢圖，可查看每十分鐘的心跳週期及差異平均值。
- 在數據介面向下方可查看每分鐘的HRV數據、Lorenz散點圖（對比相似的Lorenz散點參考圖，並查看每種圖像的注解）。



當天HRV數據走勢圖



每分鐘HRV數據



Lorenz散點圖

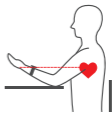
Lorenz散點參考圖

圖像注解

19.  **心率警報**
本功能需先在APP打開並設定心率上限值，當產品監測到心率值等同或高於設定值時，將會震動提醒並在螢幕顯示 。
20.  **防水**
此產品為生活防水，可短暫接觸液體；洗手、下雨及冷水淋浴可以配戴；接觸液體後，請及時進行清潔。
注：勿在跳水、潛水、泡澡等或熱水相關活動下使用。
21.  **低電狀態**
在產品電量過低時，產品會顯示低電圖標；為避免電量耗電過快而影響使用，心率、血壓、睡眠的監測功能將會自動關閉；此時請盡快對產品進行充電。
22.  **疲勞度監測**
點擊  進入疲勞度監測介面，監測完畢後，APP會彈出視窗選擇是否保存監測結果。
23.  **呼吸率監測**
點擊  進入呼吸率監測介面，監測時常為1mins，監測過程中請保持正確配戴姿勢，監測結過將不會被保存。

! 注意事項

- 建議使用充電電壓=5V，充電電流=2A的充電器，使用過高電壓/過高電流的充電器進行充電容易導致產品損壞；一般充電時間為90mins—120mins。使用充電電流<2A的充電器進行充電會導致無法充電或者充電時間延長。
- 禁止在有水漬的情況下充電。
- 禁止跳水、潛水、泡澡等或熱水相關活動下使用。
- 此產品為電子監測，不作為醫療建議（數據僅供參考）。
- 血壓監測方法：檢測時，暫時不說話、保持身體放鬆和靜止，並讓手錶與心臟同高（如右圖）。
- 感測器屬於精密電子元件，要小心硬物和碰傷；配戴一段時間後，可能會有汗漬或灰塵附著在表面，可用螢幕擦拭巾定期清潔。



⚡ 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。

? Q&A

- Q：更新失敗如何處理？
A：如初次更新失敗，請在APP重新搜索連接“Dfulang”，連接成功後，將會彈出更新提醒；如未彈出，請前往APP的“設備”>“韌體更新”中進行查看。
- Q：心率和睡眠檢測為什麼不準？
A：本產品屬於消費性電子產品，通過感測器來監測人體活動，監測方面受監測條件影響，存在一定誤差屬正常現象，請客觀看待產品監測數據。
- Q：哪裡可設定APP權限？
A：Android手機 > 設定 > 應用程式 > about time > 權限，設定信任軟件。
 1. 如手機安裝安全管理或清理加速等應用程式，請將“about time”設定為信任軟件。
 2. 產品的來電等提醒功能需要獲取手機系統的權限才能正常使用，請在手機系統中將“about time”設定為信任軟件并賦予產品獲取相關信息的權限。
- Q：如何設定時間顯示方式？
A：產品同步手機的時間顯示方式；如手機設置為12hr制則產品即為12hr制。
- Q：如何重設密碼？
A：在產品睡眠監測介面長按螢幕6s，產品震動一次後恢復連接初始密碼“0000”。

基本參數

產品名稱	健康智慧手錶
主控晶片	nRF52840
感測器	OSRAM SFH7060
重量	41.7g
數據傳輸	藍牙 4.0
電池類型	聚合物鋰電池
電池容量	220mAh
充電電壓	5V
充電電流	180mA
運轉溫度	-5°C-45°C
防水	生活防水

設備相容性 : Android 4.4以上; 藍牙 4.0;
iPhone 4S以上; iOS 9.0以上

售後服務及保固條款

關於您所購買的 about time A1/A1S 在關於時間科技股份有限公司總代理（以下皆簡稱本公司）將依以下內容，為您提供售後服務。請務必閱讀「維修服務條款」及「保固條款」，同意條款內容後再申請售後服務。在申請維修前請先上網站，又或是閱讀使用說明書的「故障排除」，確認是否故障。申請維修方式請在維修申請書上填寫必填項目後，連同送修產品和保固卡，寄送至您當地的維修服務中心。

- 臺灣境內送修注意事項：本公司僅接受以郵寄或透過宅配業者寄送之送修產品，請勿親自將產品送至維修服務中心。

保固條款

除「維修服務條款」外，在保固期內的 about time A1/A1S 同時適用本條款。閱讀本條款時，請務必一併參閱「維修服務條款」。

- 萬一您在依使用說明書正常使用的狀況下發生故障，保固期內提供免費維修。
- 保固期為購買日起6個月，和您開始使用的時間、使用期間無關。
- 在維修後保固期間也不會改變。
- 本保固卡，僅限於臺灣版 about time A1/A1S 在臺灣境內使用時。
- 若有以下情形，即使在保固期之內，本公司也將酌收維修費用。
 1. 未出示或未附上保固卡。
 2. 未填寫保固卡上的必填事項（住址、姓名、經銷店名、購買日期等），或保固卡上未蓋有店名章（或是未貼上代替店名章之物）。出示字句在未經許可的情況下遭竄改的保固卡也需繳交維修費。
 3. 無法判別產品的製造編號，或是產品的製造編號的號碼不同。
 4. 未依使用說明書上的使用方式使用所導致的故障和損傷。
 5. 購買後運送、移動時的掉落、不當的管理或是保管所造成的故障和損害。
 6. 由於液晶破裂、進水（腐蝕）、掉落、衝擊、加壓、異物混入等所造成的故障和損傷。
 7. 因火災、地震、風災、水災、雷擊、鹽害、有害氣體、異常電壓、異物混入或其他天災地變等所造成的故障和損傷。
 8. 主機電池蓋內的進水檢測標籤遺失。
 9. 因連接其他機器而導致本產品發生故障和損傷。
 10. 使用專用品以外之物品所造成的故障和損傷。
 11. 更換或補充消耗性零件時。

維修服務條款

運送送修產品時的注意事項：

- 運送送修產品時，請將主機和附屬配件仔細包裝好，以防發生損傷或損壞等。
- 經本公司判斷送修產品是因包裝不足而在運送過程中遺失或損壞時，恕本公司不受理該產品之維修申請。
- 請確認保固卡上的必填事項（住址、姓名、經銷店名、購買日期等）有確實填寫、上面蓋有店名章（或貼上可代替店章之物），並貼有和主機製造編號相同的製造編號標籤。確認後請將產品連同保固卡一併寄送至您當地的維修服務中心。
- 在使用特定軟體或附屬配件之際發生問題時，請務必將該軟體或附屬配件一起送修。
- 請事先取下您在購買後所加上的物品（吊飾、保護貼、貼紙等裝飾品）。即便產品仍在保固期內，在維修、檢查的作業過後，本公司也有可能無法將產品以您送修時的狀態送還給您。
- 關於運送過程中所發生的意外，本公司一概不予負責。
- 送修產品無論是否超過保固期限，請您自行負擔將產品寄送至您當地的維修服務中心的運費。

關於維修

- 本公司不提供到府維修的服務。
- 不論基於任何理由，本公司都無法歸還在維修中被更換的零件。
- 即使與維修申請之內容無關，為確保產品的功能，本公司可能會對其他必要部分進行最低限度的維修。
- 主機記憶體內儲存有、或曾經儲存過以使用說明書上未記載的使用方法所製作的資料或未經關於時間科技股份有限公司承認的軟體等。
- 本公司判斷送修產品符合上述情況時。

關於維修費用

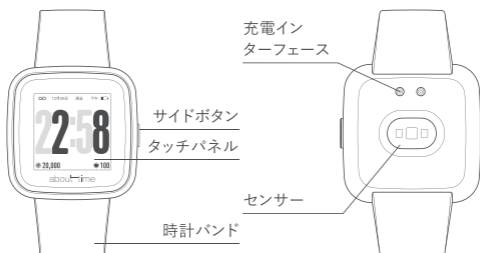
- 保固期結束後，本公司將酌收維修費用。
- 產生維修費用時，在臺灣境內本公司將以貨到付款方式寄還送修產品。
- 關於記憶體內的任何資料，本公司一概不予負責。

其他注意事項

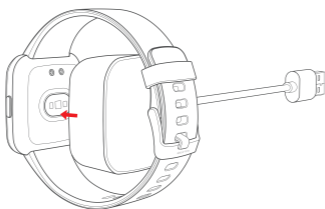
- 在任何條件之下，本保固卡皆無法補發。
- 本公司並無販賣維修用的零件。
- 在產品結束生產後，本公司會將維修用的零件保存1年。在保存期間結束後，本公司將無法提供維修服務。此外，即便是在保存期間內，本公司也有可能會因規制等其他因素而無法提供維修服務，敬請見諒。
- 關於本產品的故障及衍生於維修的損害，本公司一概不予負責。

外観の説明

・全体紹介



・充電方法



・パッキングリスト

Fitness Smart Watch×1 充電器×1
充電ケーブル×1 取扱説明書×1

初回使用の説明

・デバイスの機能インターフェースについて

電源をオンにしてから時刻表示画面になります。上下スライドで時刻表示画面のスタイルを切り替えることができます。左右スライドで機能を切り替えることができます。



ホーム画面 運動モニタリング 心拍数 血液酸素 生理リマインダー HRV

タイマー スマホを探す ストップウォッチ ウォーキング 睡眠

※「生理リマインダー」は個人ファイルに性別が「女性」である場合に表示されます。

注:タイマー、スマホを探す、ストップウォッチ画面は既定でオフになっています。使用する必要があるとき、アプリの設定画面にデバイスのスイッチ設定でオンにします。



・アプリのダウンロード

1. iOSの場合、APP Storeで「about time」を検索してダウンロードしてください。
2. Androidの場合、Google Playなどで「about time」を検索してダウンロードしてください。



about time

・端末の接続






アプリの設定 > 端末画面で端末モデルを検索し接続します。接続が完了するとアプリの「端末の管理」に端末モデル「A1S」が表示され、端末の時間画面の左隅にBluetooth接続完了マーク  が表示されます。 マークが表示されると、接続に失敗したため、操作を繰り返してください。

・ 接続に関する注意事項

1. スマホのBluetoothがオンになっていることを確認してください。
2. 端末が完全に充電されていることを確認してください。使用前に起動または充電してください。
3. ペアリングの際、端末をスマホから50cm以内に置いてください。
4. Androidデバイスのアプリで端末を検索できない場合、スマホの権限設定で「about time」のBluetooth使用許可を確認してください。

主要機能紹介

★ **ご注意:** データが有効であるように、実際の性別、身長、体重、肌の色をAPPのプロファイルに入力してください。

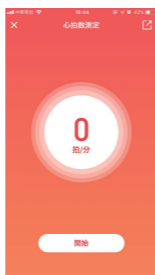
1.  **電源オン/オフ**
デバイスは電源オフの状態です。サイドボタンを3秒ほど長押しすると、スタート画面になり、それから時刻表示画面に入ります。何も操作をしないで5秒経過すると画面が自動的に消灯します。サイドボタンを3秒ほど長押しすると、電源オフになります。
2.  **多様な時刻表示スタイル**
時刻表示画面に、上下スライドで時刻表示画面のスタイルを切り替えることができます。何も操作をしないで5秒経過すると自動的に消灯します。
3.  **運動モニタリング**
左スライドで運動モニタリング画面に入り、現在のウォーキング歩数や距離や消費カロリーが表示されます。
4.  **運動目標達成通知**
アプリで運動の目標値を設定すると、運動歩数が目標値に達する場合、端末が振動して運動目標の達成を通知します。
5.  **睡眠モニタリング**
睡眠モニタリング画面に切り替え、前日夜のトータル睡眠時間と睡眠の質が表示されます。

心拍数の手動観測と自動観測

心拍数画面に切り替えると、端末は自動的に観測を行い、結果を検出した後、心拍数を連続的に測定してリアルタイムで表示します。結果が測定されたかどうかに関係なく、端末は累積で60秒間テスト後に自動的にロックされ、スタンバイ状態になります。端末で測定した心拍数は一切保存されません。



アプリの心拍数詳細画面のボトムまたは設定画面のショートカットモードで心拍数測定アイコン をクリックして手で心拍数を測ることができます。アプリで測定した心拍数は一切保存されません。アプリで心拍数の自動観測を有効にすると、端末は24時間で自動的に心拍数を観測し、データを10分ごとに収集し、10分ごとに表示します。データを同期させると、アプリでテスト結果の詳細を確認できます。



アプリのテストモード



心拍数のデータパネル

ウォーキング

ランニング画面でクリックしてランニングモードに入り、「スタート」ボタンを押してランニングを始め、それとともにブレスレットが振動してリマインドします。「ストップ」ボタンを3秒ほど長押しすると、ランニングモードが中止になり、それとともにブレスレットが振動してリマインドします。データ画面にリアルタイムでランニング時間、距離、心拍数、カロリー及び歩数を示します。



8.




血中酸素モニタリング

・端末側測定

デバイスのホーム画面を左または右スライドで血中酸素画面に入ります。に血液酸素のデータがリアルタイムで5分間表示されます。観測時に0% SPO2が表示される場合、着用姿勢が正しいこと、端末のセンサーが皮膚に密着しているかを確認してください。

・アプリ側手動測定

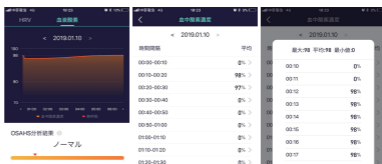
APPのデータパネルの最下部で  をタップして血液酸素の手動測定画面に入ると、血液酸素値を連続的に観測し、リアルタイムで表示することができます。手動で一時停止すると、観測を停止できます。観測データは一切保存されません。

・血液酸素の夜間観測

アプリで「血液酸素の夜間観測」を有効にすると、端末は毎日00:00-07:00の間に自動的に血液酸素のデータをリアルタイムで観測します。データ報告の詳細はアプリのデータパネルで確認できます。


データパネルで「血液酸素」モジュールをタップして「データ分析」パネルに入ると、着用日の00:00-07:00間のデータチャート、分析結果、主要指標、介入手段が表示されます手段。

A. 10分ごとのデータを確認できます。単一の平均値をタップすると、1分ごとのデータの詳細を確認できます。



データ分析パネル 10分ごとのデータ 1分ごとのデータ


B. アプリで「血液酸素の夜間観測」を有効にすると、着用当日の夜間に観測した血液酸素のデータにより、パネルの「分析結果」に結果報告が表示され、「普通」、「軽度」、「中等度」および「重度」レベルに分かれています。

- C.  アイコンをタップしてデータ分析のチャート報告パネルに入ると、「血液酸素/無呼吸」、「心臓ワークロード」、「睡眠活動」、「心拍変動」、「呼吸数」、「低酸素時間」を含むいくつかのモジュールチャートを確認できます。各報告をタップすると、それぞれの詳細データを確認できます。




- D. 「介入手段」の「低酸素呼び起こし」を有効にすると、身体の血液酸素レベルが低い場合は、健康に影響する可能性があるとして端末が検出し、振動にて通知します。
- E. パネルの最下部で「無呼吸常識」をタップすると、「無呼吸症候群」に関するクイズを確認できます。

メッセージ通知 / プッシュ通知


9.  新着情報がある場合、端末は振動し、メッセージの内容を表示します。メッセージに対応するアイコンが表示されます。

注: まずアプリで通知を有効にしてください。



着信通知

10.  着信時にデバイスは継続的に振動して通知します。音量ボタンをクリックするとミュートになります。「ストップ」ボタンを3秒長押しすると着信拒否になります。サイレントモードに切り替え、タップし続けると拒否できます。


長時間着席通知

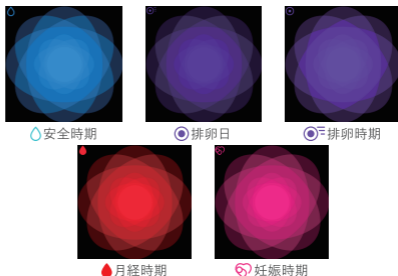
11.  この機能を使用するには、まずアプリで開いて設定する必要があります。着用者の着座または相対的静止状態の持続時間が設定値に達したことを端末が検出すると、立ち上がって動くべきだと振動して通知します。

心拍数アラーム

12.  アプリで心拍数アラーム機能を有効にし、心拍数の上限を設定します。端末が検出した心拍数が設定値以上の場合、振動して通知し、画面にを表示します  。

13.  リモートカメラ
アプリでカメラ画面に入り、すぐにあなたの手首を速く振ると、カメラを遠隔操作できます。

14.  生理リマインダー
デバイスに現在の生理状況が表示され、ユーザーの生理状態によってリマインドを送ります。また、ユーザーの生理状態に気を配ってリアタイムでリマインドを送ります。



A. 機能をオンにする方法

APPに登録して個人情報の性別を入力しなければなりません。性別が「女」である場合、「女性生理周期機能を設定しませんか」という通知が出て、(必要でない場合、「あとで」をタップしてください。)
「進む」をタップして設定画面に入り、個人の事情に応じて「生理記録のみ」、「妊活中」、「妊娠中」、「出産後」から選択し、保存してください。



B. 選択したあと詳しい情報を変更する方法

設定画面で女性アイコン



をクリックして女性画面に入って設定を変更することができます。



C. 「生理記録のみ」、「妊活中」、「妊娠中」、「出産後」の選択を変更する方法

女性画面に入ってから、

右上側のアイコン



をクリックして設定を変更することができます。



15.



ストップウォッチ

アプリでストップウォッチをオンにしてから、デバイスがストップウォッチ画面が出てきます。ストップウォッチ画面に切り替え、「スタート」ボタンをクリックして、ストップウォッチが開始し、それとともにブレスレットが振動してリマインドします。「ストップ」ボタンを3秒ほど長押しすると、ストップウォッチを中止し、それとともにブレスレットが振動してリマインドします。

ご注意:ストップウォッチ画面に入ると、端末は、プッシュ通知を必要とするすべての機能を一時的に使用出来なくなります。ストップウォッチの最大計時時間は99分59秒になります。

16.



タイマー

アプリのカウントダウン設定画面で時刻を設定してから、この時刻になるまでの時間と砂時計のアイコンが表示されます。カウントダウンが終了するとき、振動してリマインドするとともに、時刻と砂時計のアイコンが表示されます。日常的なシチュエーションに対しショートカットを作り、デバイス側でカウントダウン画面に切り替える次第直接に起動することができます。

17.



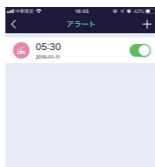
スマホを探す

「about time」をバックグラウンドで起動させたままに、「スマホを探す」画面に切り替え、スクリーンをクリックしてから、スマホが鳴ります。スマホの着信音を鳴らせるように設定することは前提です。

18. 

アラームとイベントのリマインダー

アプリのアラーム設定画面で複数のアラームとそれぞれの繰り返しを設定すると、端末はそれに応じて通知します。さらに、これからの重要なイベントに対して、個々のリマインダーとタグを設定すると、端末は設置された日時に振動して、画面にタグを表示します。



アラート



アラームクロックインタフェースの編集

19. 

防水

本製品の防水保護等級は生活防水であり、手洗い、雨、冷水シャワーの際は着用しても良いです。

注：ダイビング、潜水、浸水、ホットシャワーの際の着用はお控えください。

20. 

HRV

着用期間中の「心拍変動」(すなわち、心拍数変化の程度および規則性を反映する連続心周期の差の変化であり、心血管活動に対する影響を判断できる)を確認する場合、アプリの設定で「HRV夜間観測」を有効にすると、端末は着用当日の00:00-07:00の間のHRVデータをリアルタイムで観測します。HRV画面に入り、HRVの健康指標を閲覧できます。上スライドで通常、軽度異常、異常などの参照情報を閲覧することができます。詳細はアプリのデータパネルで閲覧することができます。

- A. HRVデータパネルを開くと、HRV健康指標を確認できます。観測したデータでユーザーが異常であるかどうか、すなわち、疲労、緊張または興奮の生理学的状態を判断することができます。測定された指標が正常である場合、ユーザーは弛緩した状態にいます。

- B. データパネルの最上部で着用日を選択すると、当日のHRVデータチャートを確認できます。チャートをスライドさせると、10分ごとの心周期の差の平均値を確認できます。
- C. データパネルの最下部で1分ごとのHRVデータ、ローレンツ曲線の詳細を確認できます(同様のローレンツ曲線参考図を比較し、タップすると各画像の注釈を確認できます)。



当日のHRVデータチャート

1分ごとのHRVデータ




ローレンツ曲線



ローレンツ曲線参考図

各画像の注釈

バッテリー不足状態

21.  バッテリーの残量が少なくなり、バッテリー不足を通知する場合、過度のバッテリー消費による使用への影響を避けるために、心拍数、血圧、睡眠の観測機能が自動的に使用出来なくなります。

疲労度観測

22.  アプリのデータパネルの最下部で  をタップすると、疲労度テスト画面に入ります。テストが完了した後、アプリのポップアップウィンドウに従ってテスト結果を保存するかどうかを選択します。

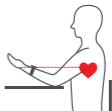
23. (肉)

呼吸数観測

アプリのデータパネルの最下部で (肉) をタップすると、呼吸数テスト画面に入ります。テスト期間は1分であり、テスト中に適切に着用してください。テスト結果は一切保存されません。

! 注意事項

- 充電電圧 > 5V、充電電流 > 2Aのアダプターの使用はお控えください。充電時間は90分となります。
- 水がついたまま充電しないでください。
- ダイビング、潜水、浸水、ホットシャワーの際の着用はお控えください。
- 本製品は医療用参照品ではなく、電子観測製品です。データはすべて参照用になります。
- 光電センサーは非常に敏感な部品ですので、硬いものにぶつからないようにご注意ください。しばらく着用すると、汗や埃が表面に付着しますので、柔らかい布での定期的なお手入れをお勧めします。



? Q&A

- Q: アップグレードに失敗した場合はどうしますか。
A: アップグレードに失敗した場合、アプリで「Dfulang」の端末に接続し直してください。システムが自動的にアップグレードを通知します。
- Q: 心拍数(睡眠)検査はなぜ正確でないのですか。
A: こちらのリストバンド端末は、電子センサーで人体の活動を観測する消費レベルの製品です。一部の誤差が発生するのは正常であり、データを客観的に扱ってください。
- Q: 時間表示モードはどのように設定しますか。
A: こちらの端末は、スマホの時間表示モードに一致します。スマホが12時間制の場合、端末も12時間制になります。
- Q: どうやってパスワードを再設定しますか。
A: 睡眠画面でスクリーンを6秒ほど長押し、プレスレットが一回振動してから、パスワードが最初の「0000」に戻ります。

- Q : APP権限はどのように設定しますか。
- A : Androidで「設定」-「権限」-「about time」-「このアプリを信用する」を設定します。
 1. スマホにセキュリティ管理や最適化アプリがインストールされている場合は、「about time」をホワイトリスト(信頼リスト)に設定してください。
 2. 発信者番号通知などの機能に権限が必要なため、スマホシステムの権限管理プログラムで「about time」を信用してください。

基本パラメータ

商品名	Fitness Smart Watch
マスターチップ	nRF52840
光電センサー	OSRAM SFH7060
本体の重さ	41.7g
データ伝送	Bluetooth 4.0
バッテリーの種類	ポリマーリチウム電池
バッテリー容量	220mAh
充電電圧	5V
充電電流	180mA
動作温度	-5°C-45°C
防水	生活防水

端末要件: Android 4.4以上; スマホBluetooth 4.0;
iPhone 4S以上; iOS 9.0以上

