

HARMONIQ

# Smartwatch

Superior Series



**RO** Manualul fizic este disponibil în limba română.  
Versiunile în english, български și magyar pot fi accesate pe eMAG prin scanarea codului QR din imaginea din listing.

**EN** The English, Bulgarian and Hungarian versions are available on eMAG by scanning the QR code in the listing image.

**BG** Английската, българската и унгарската версия са налични в eMAG чрез сканиране на QR кода от изображението в обявата.

**HU** Az angol, bolgár és magyar nyelvű változatok elérhetők az eMAG-on, ha beolvasod a hirdetés képen található QR-kódot.

# Cuprins

1.Ce conține pachetul HARMONIQ Smartwatch?.....	1
2.Aspecte importante de utilizare.....	1
3.Încărcarea corectă.....	2
4.Pornirea și oprirea ceasului.....	2
5.Asocierea și dezasocierea ceasului cu aplicația.....	3
6.Utilizarea butoanelor laterale și setare fundal.....	10
7.Funcții SMART.....	12
8.Statistici și activități sportive .....	16
9.Setări.....	17
10.Informații utile despre aplicație.....	18
11.Întrebări frecvente și depanare.....	19
12.Specificații.....	22

Îți mulțumim că ai ales **Harmoniq Smartwatch** și că susții business-ul mic de familie din România! Cutia și elementele interioare sunt realizate din carton reciclabil – te rugăm să le reciclezi conform normelor în vigoare.

Pentru a proteja resursele, emitem factura exclusiv în format electronic. O poți accesa din contul tău eMAG, urmând pașii:

**Contul meu → Comenzi → Vezi detalii comandă → Factura.**

Garanția produsului este de 24 luni, iar în cazul în care ai careva probleme cu produsul, nu ezita să ne contactezi la adresa de email

**support@harmoniq-official.com**

📌 **Atenție!** Service-ul se face exclusiv prin brandul Harmoniq. Produsul nu va apărea în secțiunea Contul meu → Service din eMAG. Pentru orice problemă, te rugăm să ne contactezi direct.

## 1. Ce conține pachetul HARMONIQ Smartwatch?

- 1 x Ceas Harmoniq Smartwatch
- 2 x Curele (stil silicon + metalic)
- 2 x Folii de protecție
- 1 x Cablu de încărcare magnetic
- 1 x Manual de utilizare
- 1 x Ghid garanție & card client

## 2. Aspecte importante de utilizare

Ceasul permite **apeluri Bluetooth** și conversații direct de pe ecranul său. Distanța recomandată între ceas și telefon este de max. 20m în spațiu deschis. Este **rezistent la apă și praf (IP68 / 3ATM)** – poate fi scufundat până la 30 minute, la max. 30m adâncime.

Include funcții precum **Always-On Display** și **Water Drain**.

**Display AMOLED** generos de 1.32 inch, protejat de cele 2 folii incluse.

### **Important:**

Activează modul „Nu deranjați” înainte de a intra în apă.

Nu utiliza ceasul în apă sărată, băi fierbinți, saună sau cu lichide agresive.

După contactul cu apă, folosește funcția de eliminare a apei (vezi capitolul dedicat).

## 3. Încărcarea corectă

Înainte de prima utilizare, încarcă ceasul complet timp de **2 ore**.

Conectează cablul USB la un laptop, PC, TV sau adaptor de priză cu specificații max. **5V – 1A și max. 20W** (verifică secțiunea “Output” pe adaptor).

Conectează mufa magnetică cu pini la partea din spate a ceasului (cele 2 contacte metalice). Asigură-te că ceasul este poziționat corect – pe ecran va apărea procentajul bateriei.

**Atenție!** Utilizarea unor cabluri de încărcare sau surse de alimentare diferite de cele recomandate în acest manual poate duce la pierderea garanției.

## 4. Pornirea și oprirea ceasului

**Atenție!** Ceasul vine presetat în modul depozitare. Pentru a-l activa, conectează-l mai întâi la încărcător.

**Pornire:** Ține apăsat timp de 2–4 secunde pe butonul lateral mijlociu. Pe ecran va apărea logo-ul de pornire, urmat de un mesaj care îți recomandă să descarci aplicația DaFit. După asocierea cu telefonul, ceasul este gata de utilizare.

**Oprire:** Ține apăsat timp de 5–7 secunde pe butonul lateral inferior. Vor apărea două pictograme – una pentru oprire, cealaltă pentru repornire. Apasă pictograma din stânga pentru a opri complet ceasul.

## 5. Asocierea și dezasocierea ceasului cu aplicația

### 5.1. Descărcarea aplicației pe telefon

Pentru a conecta ceasul Harmoniq cu telefonul tău, este necesar să instalezi aplicația DaFit.

**Metoda 1:** La prima pornire a ceasului, pe ecran va apărea un mesaj. Glisează de la dreapta la stânga. Se va afișa un cod QR – scanează-l cu telefonul pentru a descărca aplicația DaFit.

**Metoda 2:** Accesează Setări → About → Glisează în jos → Scanează Qr-Code

### 5.2. Asocierea ceasului cu telefonul cu sistem iOS și cu sistem Android

#### 5.2.1. Sistem de Operare iOS (iPhone)

Deschide aplicația **DaFit**. Vor apărea notificări tip pop-up prin care îți se solicită acordul pentru: reclame personalizate, acces Bluetooth, locație și notificări.

– Poți alege **Allow** (Permite) sau **Ask App Not to Track** (Nu permite urmărirea) pentru reclame.

– Selectează **Allow** pentru Bluetooth.

– Selectează **Allow While Using App** pentru locație.

După acordarea permisiunilor, va apărea fereastra care solicită conectarea aplicației la **Health** (Sănătate). Alege ce date vrei să fie sincronizate (sau optează pentru **Turn On All** – recomandat), apoi apasă **Allow** în colțul din dreapta sus.

Apasă **Start to Use** pentru a continua. Dacă ai mai folosit aplicația, poți apăsa **Log In** pentru autentificare.

Selectează țara și apasă **Done**.

Creează un nume de utilizator, poți adăuga și o fotografie, apoi apasă **Next Step**.

Introdu informațiile tale (vârstă, înălțime, greutate etc.) pentru ca ceasul Harmoniq să poată măsura corect activitatea ta. Apasă **Next Step**.

Creează un cont **DaFit** folosind o adresă de e-mail și o parolă. Bifează că ești de acord cu **User Agreement** și **Privacy Policy**, apoi apasă **Next Step**.

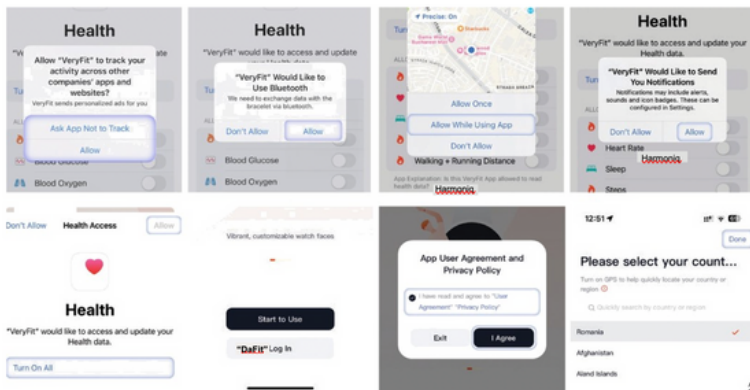
În următorul meniu, selectează **Watch/Bracelet** pentru a începe asocierea cu ceasul.

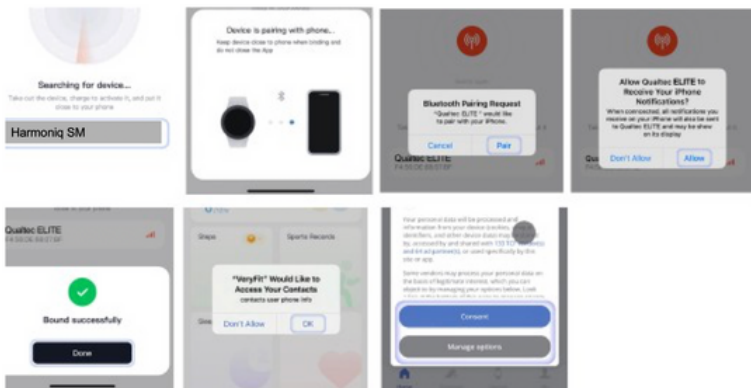
Aplicația va căuta dispozitivul. Selectează ceasul **HarmoniQ** (denumirea poate fi diferită, ex: „DT10” sau un cod).

Când apare fereastra pop-up de asociere Bluetooth, apasă **Pair** (Asociază), apoi **Allow** pentru notificări.

Apasă **Done** pentru finalizare.

La final, oferă acordul pentru prelucrarea datelor apăsând **Consent** (Accept) sau gestionează preferințele din **Manage Options**.





### 5.2.2. Sistem de Operare iOS (Android)

Deschide aplicația **DaFit**. La lansare, vei fi întrebat dacă accepți politica de confidențialitate. Apasă **I Agree** (Accept).

Apasă **Start to Use** pentru a începe. Dacă ai mai folosit aplicația, poți apăsa **Log In** pentru a te autentifica în cont.

Selectează opțiunea **Watch/Bracelet** pentru a adăuga un dispozitiv nou.

Aplicația îți va cere permisiunea de acces la **Locație**. Apasă **Yes** și apoi **Allow While Using App** sau **Allow**. Dacă locația este dezactivată, activeaz-o din setările telefonului.

Dacă **Bluetooth** nu este activat, aplicația va cere să-l pornești. Apasă **Allow**.

Aplicația va începe căutarea dispozitivelor. Selectează ceasul tău **HarmoniQ** (numele poate fi generic, ex: Smartwatch, DT10 sau un cod).

După asociere, apasă **Done** (Gata).

Selectează țara și completează datele tale personale (înălțime, greutate, vârstă etc.) pentru o măsurare corectă. Apasă **Next Step**.

Poate apărea o fereastră pop-up cu instrucțiuni sau politici de utilizare. Apasă **OK**.

Creează un cont **DaFit** folosind un e-mail și parolă. Bifează că ești de acord cu *User Agreement* și *Privacy Policy*, apoi apasă **Next Step**.

Acordă permisiunea pentru notificări – apasă **Allow Notifications**, apoi **Turn On** în fereastra următoare.

Vei fi redirecționat către setările telefonului. Caută aplicația **DaFit**, activează notificările (comutatorul să fie colorat) și confirmă apăsând **Allow**.

Revin-o în aplicație. În dreptul *System Notifications Permission* trebuie să apară **Enabled**. Apasă **Save** pentru confirmare.

În meniul aplicației, mergi la *Device > Notifications* și activează opțiunile:

**Message Notifications** – Activ

**Call Alert** – Activ

**Music Control** – Activ

Confirmă apăsând **Yes** pentru a reveni în aplicație.

Permite accesul aplicației la contacte, apeluri și jurnalul de apeluri atunci când apare fereastra pop-up. Apasă **Allow**.

⚙️ Setări recomandate pentru funcționare optimă:

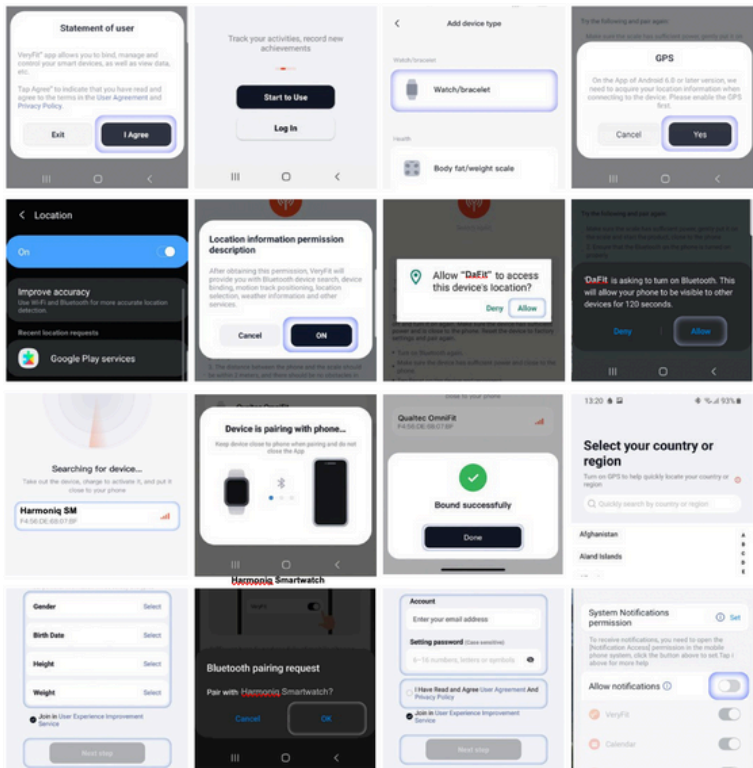
Accesează **Setări > Aplicații > DaFit > Permișiuni** și asigură-te că toate permisiunile sunt activate.

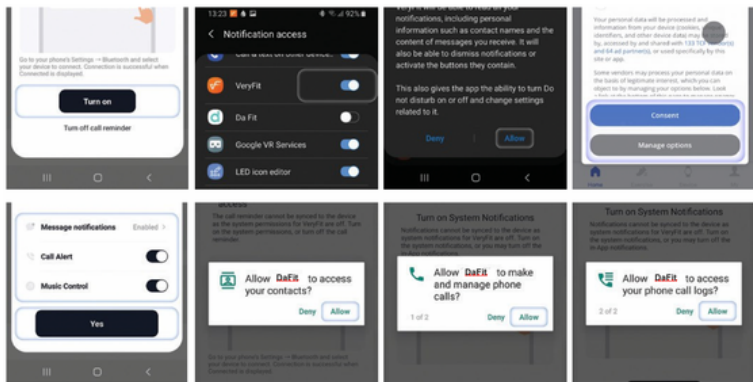
În meniul **Setări > Conexiuni > Bluetooth**, caută ceasul asociat și apasă pe roțița de setări. Activează opțiunile **Calls** și **Message Access**.

În aplicația DaFit, mergi la **Device > Notifications** și bifează **Allow Notifications**.

**i** Important:

Dacă întâmpini dificultăți la conectare, verifică secțiunea **Depanare** din capitolul 12 al acestui manual.





### 5.3. Deconectarea ceasului și asocierea cu un alt dispozitiv

#### iOS (iPhone)

Deschide aplicația **DaFit** și accesează meniul **Device** din partea de jos.

În partea de sus a ecranului, apasă pe numele ceasului **HarmoniQ Smartwatch**.

Derulează în jos și apasă **Delete Device** (Șterge dispozitivul), apoi confirmă cu **Yes**.

Va apărea o fereastră pop-up care te va direcționa către meniul Bluetooth al telefonului.

În lista Bluetooth, apasă pe simbolul (i) din dreptul **HarmoniQ Smartwatch**, apoi selectează **Forget This Device** pentru a finaliza deconectarea.

#### Android

Deschide aplicația **DaFit** și accesează meniul **Device** din bara de jos.

Apasă pe numele ceasului afișat în partea de sus.

Derulează și selectează **Delete Device** (Șterge dispozitivul), apoi confirmă cu **Yes**.

Accesează meniul **Bluetooth** al telefonului. Dacă ceasul este încă listat, apasă pe roțița de setări din dreptul **HarmoniQ Smartwatch**, apoi selectează **Forget This Device** pentru deconectare completă.

### **Conectarea la un nou telefon**

După ce ai urmat pașii de mai sus pentru deconectare, îți recomandăm să:

**Dezinstalezi aplicația DaFit** de pe telefonul vechi.

**Verifici lista Bluetooth** a telefonului și să te asiguri că dispozitivul HarmoniQ nu mai este salvat.

Apoi poți urma pașii din **Capitolul 5** (corespunzători sistemului tău de operare) pentru a asocia ceasul cu un nou dispozitiv.

### **Important:**

Dacă nu urmezi acești pași complet, este posibil ca noua conexiune să nu funcționeze corect. Pentru soluții, consultă **Capitolul 12 – Depanare**.

**Important!** Poartă ceasul pe încheietura mâinii neutilizate – pe stânga dacă ești dreptaci și pe dreapta dacă ești stângaci, la aproximativ un deget distanță de osul proeminent al încheieturii.



**Important!** Pentru rezultate cât mai precise, este important ca senzorul (aflat pe spatele ceasului) să fie bine lipit de încheietură în momentul efectuării oricărei măsurători.

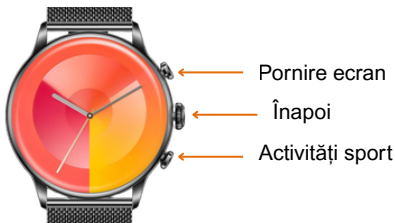
**Important!** În aplicația DaFit, din bara de jos, accesează meniul cu iconița „Persoană” (My), apoi apasă pe adresa de e-mail sau porecla afișată. Completează datele necesare pentru ca aplicația, împreună cu ceasul, să poată seta corect parametrii specifici vârstei și constituției tale.



**Important!** Valorile obținute nu sunt destinate utilizării medicale, ci au un scop pur informativ, legat de activități de fitness și wellness. Rezultatele pot diferi față de cele oferite de dispozitivele medicale.

## 6. Utilizarea butoanelor laterale și setare fundal

### 6.1. Butoane laterale și schimbarea fundalului



Pentru a schimba fundalul ceasului, accesează aplicația DaFit, apoi din meniul principal (bara de jos), selectează meniul Device (Dispozitiv). Alege ceasul din listă și glisează spre stânga până ajungi la secțiunea Watch Faces. Aici poți:

- Alege un fundal predefinit din galeria aplicației.
- Sau poți selecta opțiunea Photo pentru a-ți personaliza propriul fundal, folosind o imagine din galeria telefonului.

În acest caz, poți alege și culoarea textului (dată și oră) și poziția acestuia. Apasă Install pentru a aplica fundalul pe ceas. De asemenea, îți poți salva fundalurile preferate direct în aplicația DaFit și le poți schimba rapid, rotind butonul din mijloc al ceasului Harmoniq.

## 6.2. Pagina de comenzi rapide

Pentru accesarea acesteia, glisați în jos din pagina principală.



**Atenție!** Activarea funcției „Nu deranjați” face ca ceasul să nu mai primească apeluri și notificări, iar funcția de aprindere a ecranului la rotirea încheieturii nu va funcționa.

**Important!** Activați modul „Nu deranjați” înainte să introduceți ceasul în apă, apoi folosiți funcția de scoatere a apei.

## 7. Funcții SMART



**Activitate:** Poți urmări numărul de pași făcuți, kaloriile arse, minutele de mișcare din acea zi (antrenament) și orele în care ai fost activ(ă) în picioare.

**Important:** Țelurile zilnice de activitate pot fi setate din aplicația

**DaFit:** Accesează meniul **Home** (acasă) → prima rubrică de sus (unde apar valorile „kcal”, „min” și „hr”) → apoi apasă pe câmpul **Goal** (Scop) pentru a le personaliza.

**Atenție!** Valorile afișate sunt doar orientative și nu sunt destinate utilizării medicale. Ele au scop informativ pentru activitate fizică și bunăstare generală. Rezultatele pot varia față de cele oferite de dispozitive medicale.



**Listă Antrenamente:** Din această secțiune poți selecta tipul de antrenament pe care îl urmezi. Vei găsi opțiuni pentru exerciții precum mers rapid, alergare, ciclism, antrenamente aerobice și altele, în funcție de modelul ceasului. Ceasul va monitoriza activitatea aleasă și îți va oferi informații relevante despre intensitate, durată, calorii arse și alți parametri de efort.

**Atenție!** Valorile obținute nu sunt destinate utilizării în scopuri medicale, și pot fi diferite față de cele indicate de dispozitivele medicale dedicate.



**Istoric Antrenamente:** Din această aplicație poți accesa istoricul activităților tale – de la pași și puls, până la date legate de somn, calorii sau antrenamente. Astfel, poți urmări în timp progresul tău și ajusta obiectivele în funcție de nevoile personale



**Workout / Antrenament:** Funcția de monitorizare a ritmului cardiac îți permite să urmărești bătăile inimii în timp real, pe parcursul zilei sau în timpul activităților fizice.



Această funcție îți permite să **măsori nivelul de saturație a oxigenului în sânge (SpO<sub>2</sub>)** – un indicator important al stării tale generale de sănătate.

Ceasul folosește senzori optici care emit lumină pentru a detecta cantitatea de oxigen transportată de celulele roșii din sânge.



Funcția de **măsurare a tensiunii arteriale** îți oferă o estimare a valorilor sistolice și diastolice direct de pe ceas. Măsurarea se face prin senzori optici, fără a fi nevoie de manșetă. Rezultatele sunt orientative și nu înlocuiesc un dispozitiv medical.



Funcția **Sleep** monitorizează automat somnul tău pe timpul nopții. Ceasul analizează durata și calitatea somnului, împărțindu-l în etape: ușor, profund și REM. Informațiile pot fi vizualizate în aplicația DaFit, pentru o mai bună înțelegere a obiceiurilor tale de odihnă.



Ceasul include două jocuri simple pentru relaxare: **2048** și **Rocket Anger**. **2048** este un joc de logică în care trebuie să combini numere identice până ajungi la cifra 2048. **Rocket Anger** este un joc arcade în care controlezi o rachetă și eviți obstacole, testându-ți reflexele.



Funcția de **apel Bluetooth** îți permite să efectuezi și să primești apeluri direct de pe ceas, dacă este conectat la telefon. De asemenea, poți **vizualiza mesajele** primite în timp real. Totul, fără să scoți telefonul din buzunar.



Aplicația **Relax** te ajută să reduci stresul prin exerciții de respirație ghidată. Poți alege durata sesiunii, iar ceasul îți va indica ritmul corect de inspirație și expirație. Este ideală pentru momentele în care ai nevoie de calm și reconectare.



Funcția **Calculator** îți permite să efectuezi rapid calcule simple direct de pe ceas. Este utilă pentru situații de zi cu zi, fără a fi nevoie să folosești telefonul. Interfața este intuitivă și ușor de folosit



Funcția **Lanternă(Flashlight)** transformă ecranul ceasului într-o sursă de lumină albă, utilă în întuneric. Poate fi activată rapid din meniul principal. Este ideală pentru momentele când ai nevoie de puțină lumină, dar nu ai telefonul la îndemână.



Funcțiile **Cronometru (Stopwatch)** și **Temporizator (Timer)** sunt ideale pentru măsurarea timpului în diverse activități. Cronometrul îți permite să pornești, oprești și resetezi măsurarea timpului.

Temporizatorul îți oferă posibilitatea de a seta o durată exactă, după care ceasul te va notifica prin vibrație.



Funcția **Ceas alarmă** îți permite să setezi alarme direct de pe ceas, fără a folosi telefonul. Poți programa alarme zilnice, personalizate, cu sau fără vibrație. Ceasul te va notifica discret la ora setat.



Funcția **Vremea** îți afișează condițiile meteo actuale și prognoza pe următoarele zile. Informațiile sunt sincronizate automat din aplicația de pe telefon. Poți verifica rapid temperatura, starea cerului și șansele de precipitații, direct de pe ceas.



Funcția **Media Player** îți permite să controlezi muzica redată pe telefon direct de pe ceas. Poți da play, pauză, schimba melodiile și ajusta volumul. Este utilă în timpul antrenamentelor sau când telefonul nu este la îndemână.



Funcția **Asistent vocal** îți permite să activezi asistentul telefonului (Siri, Google Assistant, etc.) direct de pe ceas. Printr-o simplă apăsare, poți da comenzi vocale fără să atingi telefonul. Este ideală pentru multitasking și acces rapid la funcții.



Funcția **Stress** monitorizează nivelul tău de stres pe baza ritmului cardiac și a variațiilor acestuia. Ceasul analizează datele și îți oferă o estimare a nivelului de stres în timp real. Poți folosi și funcția de respirație ghidată pentru a reduce tensiunea.



Funcția **Monitorizare menstruație** este dedicată utilizatoarelor și permite urmărirea ciclului menstrual direct de pe ceas. Poți introduce informații despre perioadele menstruale, simptome și durata ciclului. Aplicația îți oferă estimări pentru următoarea menstruație și perioada fertilă, ajutând la o mai bună planificare și autocunoaștere.



Funcția **Setări** îți permite să personalizezi afișajul, să reglezi luminozitatea, să activezi modul „Nu deranjați” și să gestionezi notificările. Tot aici poți vizualiza informații despre produs (versiune software, denumire Bluetooth etc.) și accesa codul QR pentru descărcarea aplicației **DaFit**. Este centrul de control al ceasului tău Harmoniq.



Funcția **Find Phone** te ajută să-ți găsești rapid telefonul atunci când nu știi unde l-ai lăsat. Printr-o simplă atingere pe ceas, telefonul va emite un sunet, chiar dacă este pe silențios. Este extrem de utilă acasă, la birou sau în deplasare.



Funcția **Foto** îți permite să controlezi camera telefonului direct de pe ceas. Poți face poze de la distanță printr-o simplă atingere pe ecranul ceasului. Este perfectă pentru selfie-uri sau fotografiile de grup fără a atinge telefonul.

## 8. Statistici și activități sportive

1. Antrenamentele și detaliile acestora se salvează atât în ceas, în secțiunea **Sports Records (Jurnal antrenament)**, cât și în aplicația **DaFit**, în meniul principal **Home** → **Workout Record**.
2. După ce ai purtat ceasul în timpul antrenamentelor și al somnului timp de câteva zile, poți accesa din aplicație o serie de **rapoarte detaliate** pentru a analiza progresul și starea generală de sănătate.
3. Prin funcția **Workout**, poți selecta sportul dorit și seta un obiectiv personalizat: distanță, calorii sau durată.
4. În aplicația **DaFit**, din meniul **Exercise**, poți începe o sesiune sportivă sau accesa programe speciale de antrenament și cursuri video ghidate pentru diferite tipuri de exerciții, direct pe telefonul tău.
5. Deși **HarmoniQ Smartwatch** nu are funcția de detectare automată a antrenamentelor, poți **pune pauză sau relua manual** oricând activitatea. Pauza se face direct din ecranul de antrenament, fără întreruperi în salvarea datelor.
6. Ceasul include **peste 200 de sporturi** din care poți selecta până la 20 să fie afișate în meniul principal **Workout**.
7. De asemenea, **HarmoniQ Smartwatch** are **detectare automată a caloriilor consumate**, pe baza activității fizice și a parametrilor personali setați în aplicație.

**⚠️ Atenție:** Valorile afișate de ceas (ex. calorii, distanță, ritm cardiac) sunt estimative și nu trebuie folosite în scopuri medicale. Pot exista diferențe față de dispozitivele medicale certificate.

## 9. Setări

Reglează luminozitatea ecranului în funcție de preferințele tale sau condițiile de lumină. Setează timpul de inactivitate după care ecranul se stinge automat. Alege modul de afișare al meniului (ex: *listă*, *grilă*). Configurează comenzile rapide afișate prin glisare (*Quick Settings*). Activează funcția de aprindere automată a ecranului la mișcarea încheieturii. Activează sau dezactivează funcția Always-On Display.



**Display**



**Vibration & Ring**



**Do not Disturb**



**Low Power Mode**



**Phone**



**Drain**



**System**



**About**



← Selectează intensitatea vibrației la apeluri și notificări

← Activează modul „Nu Deranjați” pentru a opri notificările

← Activează modul de economisire a bateriei pentru a prelungi autonomia

← Modifică statusul conexiunii Bluetooth cu telefonul

← Usucă telefonul după contactul cu apa

← Pornire, Oprire sau Restart în caz de malfuncții

← Informații despre dispozitiv

## 10. Informații utile despre aplicație



Aplicația **DaFit** îți oferă control total asupra ceasului tău Harmoniq și acces la funcții esențiale pentru sănătate și fitness. După conectarea cu smartwatch-ul, aplicația se împarte în patru secțiuni principale: **Activity**, **Fitness Programme**, **Device** și **My Account**, fiecare cu un rol bine definit

În secțiunea **Activity**, poți urmări pașii, kaloriile arse, pulsul, tensiunea arterială, oxigenul din sânge și calitatea somnului. Toate aceste date sunt prezentate zilnic într-un mod clar și accesibil, oferindu-ți o imagine completă asupra stării tale generale. Știai că aplicația poate monitoriza indicatori care odinioară necesitau echipamente medicale dedicate?

Secțiunea **Fitness Programme** este dedicată antrenamentelor. Ai la dispoziție peste 100 de sporturi, funcție de GPS prin telefon, trasee pe hartă și posibilitatea de a urmări în timp real date precum ritmul, distanța sau pulsul. Tot aici poți vizualiza istoricul antrenamentelor și seta obiective personalizate. DaFit îți permite să alegi până la 20 de sporturi favorite, afișate direct pe ceas.

În secțiunea **Device**, poți configura notificările, alarmele, mementourile de hidratare și sedentarism, controlul camerei foto, muzicii, dar și funcția de localizare a telefonului. Tot de aici poți schimba fundalul ceasului, ajusta luminozitatea și activa funcții precum „Aprindere la ridicarea mâinii” sau „Mod Nu deranjați”. Este uimitor cum un ceas atât de compact îți oferă control complet asupra telefonului.

Ultima secțiune, **My Account**, este spațiul personal din aplicație. Aici setezi profilul tău (vârstă, greutate, înălțime), obiectivele zilnice și poți activa sincronizarea automată a datelor cu servicii precum Google Fit sau Apple Health. Aplicația ajustează toate calculele în funcție de datele tale personale – astfel, numărul de calorii arse și zonele de puls sunt adaptate exact stilului tău de viață.

## 11. Întrebări frecvente și depanare

### 1. De ce nu găsesc ceasul în lista Bluetooth?

Asigură-te că ceasul nu este deja conectat automat la un alt telefon asociat anterior.

### 2. De ce nu pot primi apeluri pe ceas?

Pe Android: mergi la conexiunea Bluetooth → Harmoniq → Rotița de setări → Bifează „Apeluri”.

Pe orice sistem: verifică dacă toate permisiunile sunt acordate. Dacă nu, dezinstalează aplicația, resetează ceasul și refă asocierea.

### 3. De ce nu primesc notificări?

- ✓ Activează notificările în aplicația DaFit → Device → Notifications
- ✓ Dezactivează modul „Nu deranjați” de pe ceas
- ✓ Pe iPhone: mergi la conexiunea Bluetooth → Harmoniq → Bifează „Share System Notifications”
- ✓ Activează funcția „Background App Refresh” pentru aplicația DaFit
- ✓ Verifică dacă aplicațiile selectate pot afișa notificări în bara de notificări (ex. WhatsApp)
- ✓ Pe Android: permite rularea în fundal și accesul complet la notificări și locație

### 4. Nu pot conecta ceasul la un alt telefon.

Șterge asocierea din aplicația DaFit de pe vechiul telefon și oprește Bluetooth-ul pe acesta. Apoi conectează-l la noul dispozitiv.

### 5. Ceasul se deconectează frecvent.

- ✓ Actualizează aplicația DaFit
- ✓ Menține ceasul și telefonul în apropiere
- ✓ Pe Android: asigură rularea aplicației în fundal → Settings → Apps → DaFit → Battery → Unrestricted
- ✓ Pe iOS: dezactivează „Low Power Mode”

## **6. Ceasul nu se încarcă sau nu pornește?**

- ✓ Conectează-l la încărcător timp de 30 secunde
- ✓ Ține apăsat 25 sec. pe butonul lateral superior
- ✓ Dacă nu funcționează, schimbă sursa de alimentare

## **7. Cum schimb fundalul ceasului?**

Aplicația DaFit → Device → Watch Faces → alegi un fundal sau încarci o poză proprie din galerie.

## **8. Diferențe între datele de pe ceas și telefon / dispozitive medicale**

Ceasul folosește senzori optici (fotoplețismografie), diferiți de metodele medicale clasice (ex. ECG sau sfigmomanometru), deci pot exista variații.

## **9. Ce curea se potrivește?**

Compatibil cu orice curea de 18 mm.

## **10. Cum resetez ceasul la setările din fabrică?**

Meniu ceas → Settings → System → Reset

## **11. Cum actualizez aplicația DaFit?**

Intră în App Store sau Google Play → căută DaFit → apasă „Actualizează”.

## **12. Cum actualizez firmware-ul ceasului?**

Aplicația DaFit → Device → numele ceasului → „Device Update”. Este necesar minimum 30% baterie.

## **13. Ce aplicații pot folosi cu Harmoniq?**

Ceasul funcționează exclusiv cu aplicația DaFit.

## **14. Pot instala aplicații pe ceas?**

Nu, Harmoniq nu suportă aplicații terțe.

### **15. Care este autonomia?**

Între 2 și 10 zile, în funcție de utilizare. Cu AOD activ: 1-2 zile.

### **16. Ce fac dacă nu pornește ecranul?**

- ✓ Conectează-l la încărcător
- ✓ Ține apăsat 25 secunde butonul lateral
- ✓ Așteaptă 1 minut cu ceasul conectat

### **17. Cum schimb unitatea de măsură (grade, mile/km, ora)?**

Aplicația DaFit → My → Unit Setup

### **18. De ce nu mi se monitorizează somnul?**

- ✓ Poartă ceasul bine fixat
- ✓ Somnul trebuie să dureze minim 3 ore
- ✓ Monitorizarea pulsului trebuie să fie activă
- ✓ Algoritmul ignoră treziri peste 15 minute

### **19. Ce înseamnă „Necunoscut” la apeluri?**

Se întâmplă dacă contactul are emoji, caractere speciale sau multiple numere salvate.

### **20. Ce limbi sunt disponibile?**

Română, Maghiară, Bulgară, Engleză și alte limbi disponibile în aplicația DaFit  
→ Device → More Settings → Device Language

### **21. Ecranul nu se aprinde când întorc mâna**

- ✓ Activează funcția în setări
- ✓ Dezactivează „Nu deranjați”
- ✓ Așteaptă 1-2 secunde, aprinderea nu este instantă

## 22. Ceasul are garanție?

Da, 2 ani pentru persoane fizice. Garanția este inclusă în pachet.

## 23. Cum vă pot contacta?

☎ Telefon / WhatsApp: +40 790 900 004

✉ Email: [support@harmoniq-official.com](mailto:support@harmoniq-official.com)

## 12. Specificații

Specificație	Detalii
Nume aplicație	Moyoung
Dimensiuni	Diametru: 44mm, Grosime: 11mm
Tip Ecran	1.43inch AMOELED
Rezoluție	466*466
Material Ecran	Sticlă
Tip Atingere	Full Touch COF
Material Carcasă	Plastic+Aliaj de Zinc
Material Curea	Curea de Silicon / Curea Metalică
Motor Vibrații	0827 cu Sârmă Sudată
Buton	Trei Butoane, inclusive unul cu funcție de rotire
Capacitate Baterie	300mAh
Nivel de Rezistență la Apă	IP67

Tim de Încărcare	2 Ore
Tim în standby	25-30 Zile
Tim de utilizare	10-15 Zile
Metodă de Încărcare	Încărcare Magnetică
Difuzor	0815 cu Sârmă Sudată
Microfoane	Rezistență ridicată – Sensibilitate 45DB
Model Procesor CPU	Sifli 561
Versiune Bluetooth	BT5.3
Model Cip Ritm Cardiac	HRS3605
Cip pentru Apeluri	LIS2DOCTR
RAM+Stocare Internă	RAM928KB ROM256Mb



**Producător, importator, reprezentant UE:**

HarmoniQ Prim SRL, Str. Grigore Ureche 3, Mezanin, la Societatea Civilă de Avocatură Tomașeschi & Asociații, 700023, Iași, România

© 2025 HarmoniQ Prim SRL. HarmoniQ® este marcă înregistrată la EUIPO. Toate drepturile rezervate.

**Gyártó, importőr, EU képviselő:**

HarmoniQ Prim SRL, Grigore Ureche utca 3, Mezanin, Tomașeschi & Társ ügyvédi iroda, 700023, Jászvásár, Románia

© 2025 HarmoniQ Prim SRL. A HarmoniQ® az EUIPO-nál bejegyzett védjegy. Minden jog fenntartva.

**Производитель, импортер, представитель в ЕС:**

HarmoniQ Prim SRL, ул. Григоре Уреке 3, мезонин, Адвокатское Общество Томашески и Ассоции, 700023, Яссы, Румыния

© 2025 HarmoniQ Prim SRL. HarmoniQ® — зарегистрированная торговая марка в EUIPO. Все права защищены.

HARMONIQ

# Okosóra

Superior sorozat



# tartalom

1. Mit tartalmaz a HARMONIQ okosóra csomagja?.....	1
2. A használat fontos szempontjai.....	1
3. Helyes töltés.....	2
4. Az óra be- és kikapcsolása.....	2
5. Az óra párosítása és a párosítás megszüntetése az alkalmazással.....	3
6. Az oldalsó gombok használata és a háttér beállítása.....	10
7. SMART funkciók.....	12
8. Statisztikák és sporttevékenységek .....	16
9. Beállítások.....	17
10. Hasznos információk az alkalmazásról.....	18
11. GYIK és hibaelhárítás.....	19
12. Specifikációk.....	22

Köszönjük, hogy a Harmoniq okosórát választotta, és ezzel támogatja ezt a romániai családi kisvállalkozást! A doboz és a belső elemek újrahasznosítható kartonból készültek – kérjük, a hatályos előírásoknak megfelelően hasznosítsa újra őket.

Az erőforrások védelme érdekében a számlát kizárólag elektronikus formátumban állítjuk ki. Az alábbi lépéseket követve érheti el eMAG-fiókjából:

**Fiókom → Rendelések → Rendelés részleteinek megtekintése → Számla.**

A termékre 24 hónap garancia vonatkozik, és ha bármilyen problémája adódna a termékkel, kérjük, forduljon hozzánk bizalommal az e-mail címen.

**support@harmoniq-official.com**

📌 Figyelem! A szolgáltatást kizárólag a Harmoniq márka biztosítja. A termék nem jelenik meg az eMAG Fiókom → Szolgáltatás részében. Bármilyen probléma esetén kérjük, vegye fel velünk a kapcsolatot közvetlenül.

## 1. Mit tartalmaz a HARMONIQ okosóra csomag?

- 1 x Harmoniq okosóra
- 2 x Pánt (szilikon + fém stílusú)
- 2 db védőfólia
- 1 x Mágneses töltőkábel
- 1 db felhasználói kézikönyv
- 1 x Jótállási útmutató és vásárlói kártya

## 2. A használat fontos szempontjai

Az óra lehetővé teszi a Bluetooth-os hívásokat és beszélgetéseket közvetlenül a képernyőjéről. Az óra és a telefon közötti ajánlott távolság nyílt terepen maximum 20 m.

Víz- és porálló (IP68 / 3ATM) – akár 30 percig is vízbe meríthető, maximum 30 méteres mélységben.

Olyan funkciókat tartalmaz, mint az Always On Display és a Water Drain.

**Nagyméretű, 1,32 hüvelykes AMOLED kijelző, amelyet a mellékelt 2 fólia véd.**

#### Fontos:

Kapcsolja be a Ne zavarj módot, mielőtt belép a vízbe.

Ne használja az órát sós vízben, forró fürdőben, szaunában vagy agresszív folyadékokkal együtt.

Vízzel való érintkezés után használja a víz eltávolítására szolgáló funkciót (lásd a vonatkozó fejezetet).

### 3. Helyes berakodás

Első használat előtt tölts fel teljesen az órát 2 órán keresztül.

Csatlakoztassa az USB-kábelt egy laptophoz, PC-hez, TV-hez vagy egy maximum 5V – 1A és maximum 20W teljesítményű fali adapterhez (ellenőrizze az adapter „Kimenet” részét).

Csatlakoztassa a mágneses csatlakozót az óra hátuljához (a 2 fém érintkezőhöz). Győződj meg róla, hogy az óra megfelelően van elhelyezve – az akkumulátor töltöttségi szintje megjelenik a képernyőn.

**Figyelem! A jelen kézikönyvben ajánlottól eltérő töltőkábelek vagy tápegységek használata érvénytelenítheti a jótállást.**

### 4. Az óra be- és kikapcsolása

**Figyelem! Az óra tárolási módban érkezik. Aktiválásához először csatlakoztassa a töltőhöz.**

**Bekapcsolás:** Nyomja meg és tartsa lenyomva a középső oldalsó gombot 2-4 másodpercig. A bekapcsolási logó megjelenik a képernyőn, majd egy üzenet, amely a DaFit alkalmazás letöltését javasolja. A telefonnal való párosítás után az óra használatra kész.

**Kikapcsolás:** Nyomja meg és tartsa lenyomva az alsó oldalsó gombot 5–7 másodpercig. Két ikon jelenik meg – az egyik a kikapcsoláshoz, a másik az újraindításhoz. Nyomja meg a bal oldali ikont az óra teljes kikapcsolásához.

## 5. Az óra párosítása és a párosítás megszüntetése az alkalmazással

### 5.1. Az alkalmazás letöltése a telefonra

A Harmoniq óra és a telefon összekapcsolásához telepítenie kell a DaFit alkalmazást.

**1. módszer: Amikor először bekapcsolja az órát, egy üzenet jelenik meg a képernyőn. Pöccintsen jobbról balra. Megjelenik egy QR-kód – olvassa be a telefonjával a DaFit alkalmazás letöltéséhez.**

**2. módszer: Lépjen a Beállítások → Névjegy → Húzza lefelé → QR-kód beolvasása menüpontra**

### 5.2. Az óra párosítása iOS és Android telefontal

#### 5.2.1. iOS (iPhone) operációs rendszer

Nyisd meg a DaFit alkalmazást. Felugró értesítések jelennek meg, amelyek a hozzájárulásodat kérik a következőkhöz: személyre szabott hirdetések, Bluetooth-hozzáférés, helymeghatározás és értesítések.

– Kiválaszthatja, hogy engedélyezi-e a hirdetések követését, vagy hogy megkéri-e az alkalmazást a nem követésre.

– Válassza a Bluetooth engedélyezése lehetőséget.

– Válassza az Alkalmazás használata közben a helymeghatározáshoz lehetőséget.

Az engedélyek megadása után megjelenik egy ablak, amely arra kéri, hogy csatlakoztasd az alkalmazást az Egészségügyhöz. Válaszd ki, hogy mely adatokat szeretnéd szinkronizálni (vagy válaszd az Összes bekapcsolása lehetőséget – ajánlott), majd koppints az Engedélyezés gombra a jobb felső sarokban.

A folytatáshoz kattintson a Használat indítása gombra. Ha korábban már használta az alkalmazást, a bejelentkezéshez kattintson a Bejelentkezés gombra.

Válassza ki az országot, és nyomja meg a Kész gombot.

Hozz létre egy felhasználónevet, hozzáadhatsz egy fotót is, majd kattints a Tovább gombra. Add meg az adataidat (életkor, magasság, súly stb.), hogy a Harmoniq óra pontosan mérni tudja az aktivitásodat. Kattints a Tovább gombra.

Hozz létre egy DaFit fiókot e-mail címeddel és jelszavaddal. Ellenőrizd, hogy elfogadod-e a Felhasználói szerződést és az Adatvédelmi irányelveket, majd kattints a Tovább gombra.

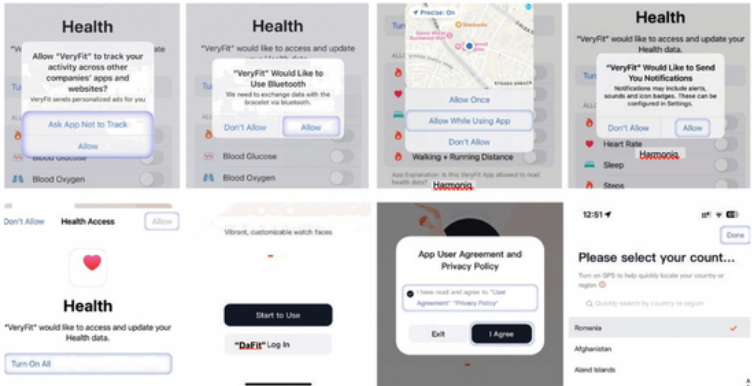
A következő menüben válaszd az Óra/Karkötő lehetőséget az óráddal való párosítás megkezdéséhez.

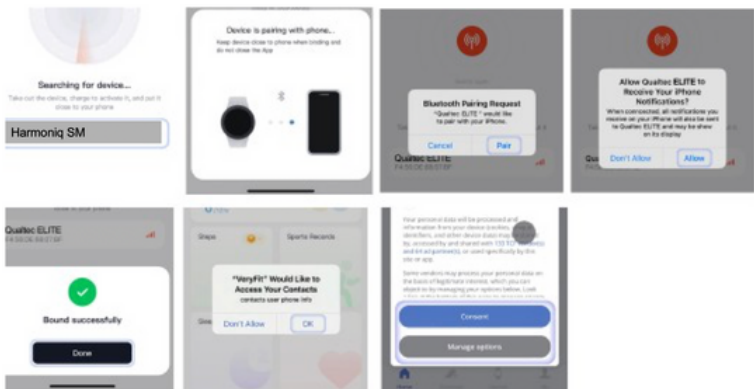
Az alkalmazás megkeresi az eszközödet. Válaszd ki a HarmoniQ órát (a név eltérő lehet, pl. "DT10" vagy egy kód).

Amikor megjelenik a Bluetooth párosítási felugró ablak, koppintson a Párosítás, majd az Értesítések engedélyezése lehetőségre.

A befejezéshez nyomja meg a Kész gombot.

Végül, a Hozzájárulás (Elfogadom) gombra kattintva vagy a Beállítások kezelése részben a beállítások kezelésével járuljon hozzá az adatfeldolgozáshoz.





## 5.2.2. iOS operációs rendszer (Android)

Nyisd meg a DaFit alkalmazást. Indításkor a rendszer megkérdezi, hogy elfogadod-e az adatvédelmi irányelveket. Koppints az Elfogadom gombra.

A kezdéshez koppintson a Használat indítása gombra. Ha korábban már használta az alkalmazást, a Bejelentkezés gombra koppintva jelentkezhet be fiókjába.

Új eszköz hozzáadásához válassz az Óra/Karkötő lehetőséget.

Az alkalmazás engedélyt fog kérni a tartózkodási helyed eléréséhez. Koppints az Igen, majd az Alkalmazás használata közben engedélyezési vagy az Engedélyezés lehetőségre.

Ha a tartózkodási hely le van tiltva, engedélyezd a telefonod beállításaiiban.

Ha a Bluetooth nincs engedélyezve, az alkalmazás kérni fogja a bekapcsolását. Koppintson az Engedélyezés gombra.

Az alkalmazás elkezd keresni az eszközöket. Válassz ki a HarmoniQ órát (a név lehet általános, pl. Smartwatch, DT10 vagy egy kód).

Párosítás után koppintson a Kész gombra.

Válassz ki az országodat, és add meg a személyes adataidat (magasság, súly, életkor stb.) a pontos méréshez. Kattints a Tovább gombra.

Megjelenhet egy felugró ablak utasításokkal vagy használati szabállyal. Kattintson az OK gombra.

Hozz létre egy DaFit fiókot e-mail címmel és jelszóval. Ellenőrizd, hogy elfogadod-e a Felhasználói szerződést és az Adatvédelmi irányelveket, majd kattints a Tovább gombra.

Értesítések engedélyezése – kattintson az Értesítések engedélyezése gombra, majd a következő ablakban a Bekapcsolás gombra.

Átírányítunk a telefonod beállításaihoz. Keresd meg a DaFit alkalmazást, engedélyezd az értesítéseket (a kapcsolónak színesnek kell lennie), és erősítsd meg az Engedélyezés gombbal.

Térj vissza az alkalmazásba. A Rendszerértesítések engedélye mellett az Engedélyezve feliratnak kell megjelennie. Kattints a Mentés gombra a megerősítéshez.

Az alkalmazás menüjében lépjen az Eszköz > Értesítések menüpontra, és engedélyezze a következő beállításokat:

### **Üzenetértesítések – Activ Hívásjelzés – Activ Zenevezérlés – Activ**

Az Igen gombbal erősítse meg az alkalmazáshoz való visszatérést.

Engedélyezd az alkalmazásnak a névjegyeid, hívásaid és hívásnaplód elérését, amikor megjelenik a felugró ablak. Koppints az Engedélyezés gombra.

 Az optimális működéshez ajánlott beállítások:

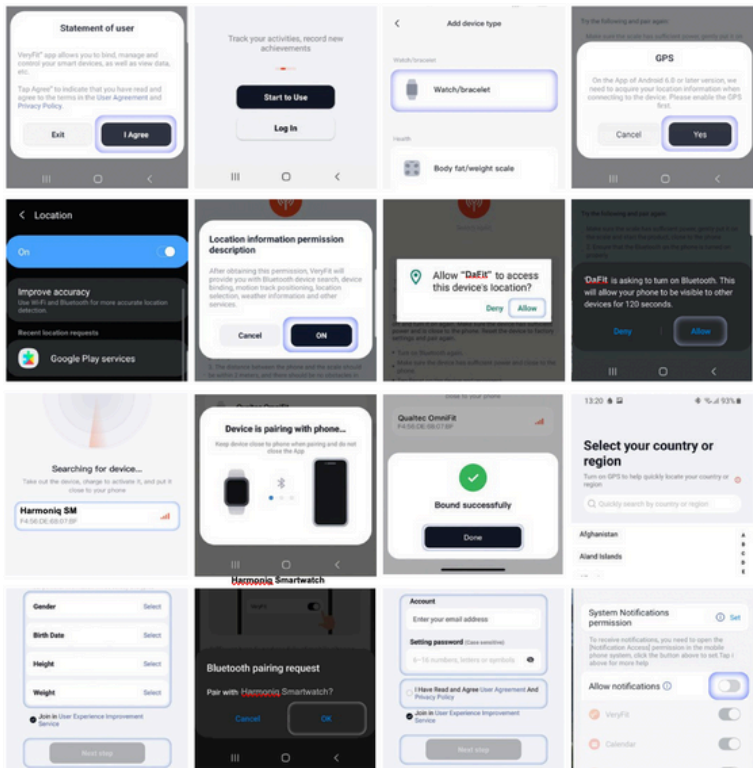
Lépj a Beállítások > Alkalmazások > DaFit > Engedélyek menüpontra, és ellenőrizd, hogy minden engedély engedélyezve van-e.

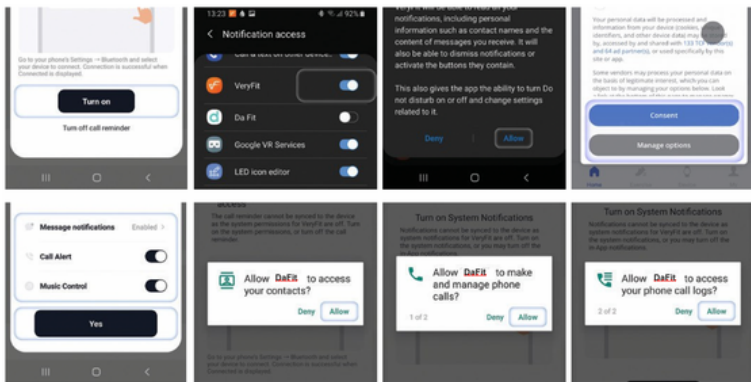
A Beállítások > Kapcsolatok > Bluetooth menüben keresd meg a párosított órát, és nyomd meg a beállító kereket. Engedélyezd a Hívások és üzenetek elérése opciókat.

A DaFit alkalmazásban lépjen az Eszköz > Értesítések menüpontra, és jelölje be az Értesítések engedélyezése jelölőnégyzetet.

### **i Fontos:**

Ha csatlakozási nehézségei vannak, tekintse meg a Hibaelhárítás részt a kézikönyv 12. fejezetében.





### 5.3. Az óra leválasztása és párosítása egy másik eszközzel

**iOS (iPhone)** Nyisd meg a DaFit alkalmazást, és lépj be az Eszközök menübe az alján. A képernyő tetején koppintson a Harmoniq okosórája nevére. Görgessen le, és koppintson az Eszköz törlése lehetőségre, majd erősítse meg az Igen gombbal. Megjelenik egy felugró ablak, amely a telefon Bluetooth menüjébe irányít. A Bluetooth listában koppintson a Harmoniq Smartwatch melletti (i) szimbólumra, majd válassza az Eszköz elfelejtése lehetőséget a leválasztás befejezéséhez.

**Android** Nyisd meg a DaFit alkalmazást, és lépj be az Eszközök menübe az alsó sávon. Kattintson a tetején megjelenő óra nevére. Görgessen lejjebb, és válassza ki az Eszköz törlése lehetőséget, majd erősítse meg az Igen gombbal.

Lépj be a telefonod Bluetooth menüjébe. Ha az óra továbbra is szerepel a listában, koppints a Harmoniq Smartwatch melletti fogaskerékre, majd válaszd az Eszköz elfelejtése lehetőséget a teljes leválasztáshoz.

☑ Új telefon csatlakoztatása Miután a fenti lépéseket követte a leválasztáshoz, a következőket javasoljuk:

**Távolítsd el a DaFit alkalmazást a régi telefonodról.**

**Ellenőrizd a telefonod Bluetooth-listáját, és győződj meg róla, hogy a Harmoniq eszköz már nincs mentve.**

Ezután követheti az 5. fejezetben található lépéseket (az operációs rendszerének megfelelően) az óra új eszközzel való párosításához.

⚠ **Fontos:**

Ha nem követi maradéktalanul ezeket a lépéseket, előfordulhat, hogy az új kapcsolat nem fog megfelelően működni. A megoldásokat lásd a 12. fejezetben – Hibaelhárítás.

**Fontos! Viseld az órát a nem domináns csuklódon – a balodon, ha jobbkezes vagy, és a jobbdon, ha balkezes vagy, körülbelül egy ujjnyi távolságra a kiemelkedő csuklócsontról.**



**Fontos! A legfontosabb eredmények érdekében fontos, hogy a mérés során a szenzor (az óra hátulján található) szilárdan rögzítve legyen a csuklójához.**

**Fontos! A DaFit alkalmazásban az alsó sávból lépj be a „Személy” ikonnal (My) ellátott menübe, majd kattints a megjelenített e-mail címre vagy becenévre. Add meg a szükséges adatokat, hogy az alkalmazás az órával együtt helyesen tudja beállítani a korodnak és alkatodnak megfelelő paramétereket.**



**Fontos! A mért értékek nem orvosi célra szolgálnak, hanem pusztán tájékoztató jellegűek, fitness- és wellness tevékenységekhez kapcsolódnak. Az eredmények eltérhetnek az orvostechnikai eszközök által nyújtott eredményektől.**

## 6. Az oldalsó gombok használata és a háttér beállítása

### 6.1. Oldalsó gombok és a háttér megváltoztatása



Az óra számlapjának megváltoztatásához nyissa meg a DaFit alkalmazást, majd a főmenüből (alsó sáv) válassza az Eszköz menüt. Válassza ki az óráját a listából, és húzza balra az ujját, amíg el nem éri az Óra számlapok részt. Itt a következőket teheti:

- Válasszon egy előre definiált hátteret az alkalmazás galériájából.
- Vagy választhatja a Fotó lehetőséget a saját háttérének testreszabásához a telefon galériájából származó kép felhasználásával.

Ebben az esetben a szöveg (dátum és idő) színét és pozícióját is kiválaszthatod. Nyomd meg a Telepítés gombot a háttérkép alkalmazásához az órára. Kedvenc háttérképeidet közvetlenül a DaFit alkalmazásban is elmentheted, és gyorsan megváltoztathatod őket a Harmoniq óra középső gombjának elforgatásával.

## 6.2. Gyorsbillentyűk oldal

A hozzáféréshez húzza lefelé az ujját a főoldalról.



**Figyelem!** A „Ne zavarj” funkció aktiválása letiltja az óra hívások és értesítések fogadását, és a csukló forgatásakor a képernyő elforgatása sem fog működni.  
**Fontos!** Aktiválja a Ne zavarj módot, mielőtt vízbe helyezi az órát, majd használja a víztávoltítási funkciót.

## 7. SMART függvények



**Aktivitás:** Nyomon követheti a megtett lépések számát, az elégetett kalóriákat, a napi mozgással töltött percek (edzés), és az álló helyzetben töltött órákat.

**Fontos:** A napi aktivitási célok a DaFit alkalmazásból állíthatók be: Nyissa meg a Kezdőlap menüt → az első oszlopot felül (ahol a "kcal", "perc" és "óra" értékek jelennek meg) → majd koppintson a Cél mezőre a testreszabáshoz.

**Figyelem!** A megjelenített értékek csak tájékoztató jellegűek, és nem orvosi felhasználásra szolgálnak. Tájékoztató jellegűek a fizikai aktivitás és az általános jólét szempontjából. Az eredmények eltérhetnek az orvostechnikai eszközök által nyújtott eredményektől.



**Edzéslista:** Ebben a részben kiválaszthatod az edzés típusát. Az óra modelljétől függően olyan gyakorlatokat találsz, mint a gyors gyaloglás, futás, kerékpározás, aerob edzés és egyebek. Az óra figyelmeztet a kiválasztott tevékenységet, és releváns információkat nyújt az intenzitásról, az időtartamról, az elégetett kalóriákról és egyéb erőfeszítési paramétereikről.

**Figyelem!** A mért értékek nem orvosi használatra szolgálnak, és eltérhetnek a speciális orvostechnikai eszközök által jelzett értékektől.



**Edzéselőzmények:** Ebből az alkalmazásból hozzáférhetsz az aktivitási előzményeidhez – a lépésszámtól és a pulzusszámtól kezdve az alvásadatokon, kalóriákon és edzéseken át. Így nyomon követheted az időbeli fejlődésedet, és a személyes igényeid alapján módosíthatod a céljaidat.



**Edzés: A pulzsmérő funkció lehetővé teszi a szívverés valós idejű nyomon követését, a nap folyamán vagy fizikai aktivitás közben.**



Ez a funkció lehetővé teszi a vér oxigénszaturációs szintjének ( $SpO_2$ ) mérését – amely az általános egészségi állapot fontos mutatója.

Az óra optikai érzékelőket használ, amelyek fényt bocsátanak ki a vörösvértestek által szállított oxigén mennyiségének érzékelésére.



A vérnyomásmérési funkció közvetlenül az óráról becslést ad a szisztolés és diasztolés értékekről. A mérés optikai érzékelőkön keresztül történik, mandzsetta használata nélkül. Az eredmények tájékoztató jellegűek, és nem helyettesítik az orvostechnikai eszköz használatát.



Az Alvás funkció automatikusan figyeli az alvásodat az éjszaka folyamán. Az óra elemzi az alvás időtartamát és minőségét, szakaszokra osztva azt: könnyű, mély és REM alvás. Az információk a DaFit alkalmazásban tekinthetők meg, hogy jobban megértsd a pihenési szokásaidat.



Az óra két egyszerű játékot tartalmaz a kikapcsolódáshoz: a 2048-at és a Rocket Anger-t. A 2048 egy logikai játék, amelyben azonos számokat kell kombinálnod, amíg el nem éred a 2048-as számot. A Rocket Anger egy árkádjáték, amelyben egy rakétát irányítasz, és elkerülsz az akadályokat, próbára téve a reflexeidet.



A Bluetooth hívás funkció lehetővé teszi, hogy közvetlenül az óráról kezdeményezz és fogadj hívásokat, ha az csatlakoztatva van a telefonodhoz. A bejövő üzeneteket valós időben is megtekintheted. Mindezt anélkül, hogy kivennéd a telefonodat a zsebedből.



A Relax alkalmazás irányított légzőgyakorlatokkal segít csökkenteni a stresszt. Kiválaszthatod a gyakorlat időtartamát, az óra pedig jelzi a belégzés és kilégzés helyes ritmusát. Ideális azokra a pillanatokra, amikor nyugalomra és a kapcsolatfelvételre van szükséged.



A Számológép funkcióval gyorsan elvégezhetesz egyszerű számításokat közvetlenül az óradról. Hasznos a mindennapi helyzetekben anélkül, hogy a telefonodat kellene használnod. A kezelőfelület intuitív és könnyen használható.



A Zseblámpa funkció fehér fényforrássá alakítja az óra képernyőjét, ami sötétben hasznos. Gyorsan aktiválható a főmenüből. Ideális azokra az esetekre, amikor egy kis fényre van szükséged, de nincs kéznél a telefonod.



A Stopperóra és az Időzítő funkciók ideálisak az idő mérésére különféle tevékenységek során.

A stopperóra lehetővé teszi az időmérés elindítását, leállítását és nullázását.

Az időzítő lehetővé teszi a pontos időtartam beállítását, amely lejártá után az óra rezgéssel jelzi.



Az Ébresztőóra funkcióval közvetlenül az óradról állíthatsz be ébresztőket, telefon használata nélkül. Beállíthatsz napi, személyre szabott ébresztőket rezgéssel vagy anélkül. Az óra diszkréten értesít a beállított időpontban.



Az Időjárás funkció megmutatja az aktuális időjárási viszonyokat és a következő néhány napra vonatkozó előrejelzést. Az információk automatikusan szinkronizálódnak a telefonodon lévő alkalmazással. Gyorsan ellenőrizheted a hőmérsékletet, az égbolt állapotát és a csapadék valószínűségét közvetlenül az órádon.



A Médialejátszó funkcióval közvetlenül az óráról vezérelheted a telefonodon lejátszott zenét. Lejátszhatod, szüneteltetheted, válthatsz zeneszámokat, és állíthatod a hangerőt. Hasznos edzés közben, vagy amikor a telefonod nincs kéznél.



A Hangasszisztens funkció lehetővé teszi, hogy közvetlenül az óráról aktiváld a telefonod asszisztensét (Siri, Google Asszisztens stb.). Egyetlen megnyomással hangparancsokat adhatsz ki anélkül, hogy a telefonhoz kellene érned. Ideális multitaskinghoz és a funkciók gyors eléréséhez.



A Stressz funkció a pulzusszám és a pulzusszám-változékonyság alapján figyeli a stressz-szintet. Az óra elemzi az adatokat, és valós idejű becslést ad a stressz-szintedről. A lélegzésvezérelt funkció segítségével csökkentheted a feszültséget.



A Menstruációkövető funkció kifejezetten női felhasználók számára készült, és lehetővé teszi a menstruációs ciklus nyomon követését közvetlenül az óráról. Megadhatasz információkat a menstruációs időszakaidról, a tüneteidről és a ciklus hosszáról. Az alkalmazás becsléseket ad a következő menstruációra és a termékeny időszakra vonatkozóan, segítve a tervezést és az önismeret növelését.



A Beállítások funkció lehetővé teszi a kijelző testreszabását, a fényerő beállítását, a Ne zavarj mód engedélyezését és az értesítések kezelését. Megtekintheti a termékinformációkat (szoftververzió, Bluetooth név stb.) és a QR-kód használatával letöltheti a DaFit alkalmazást. Ez a Harmoniq órája vezérlőközpontja.



A Telefon keresése funkció segít gyorsan megtalálni a telefonodat, ha nem tudod, hol hagytad. Egy egyszerű koppintással az órán a telefonod hangot ad ki, még akkor is, ha néma üzemmódban van. Rendkívül hasznos otthon, az irodában vagy útközben.



A Fotó funkció lehetővé teszi, hogy közvetlenül az óradról vezérelj a telefonod kameráját. Távolról is készíthetsz fotókat egyetlen koppintással az óra képernyőjén. Tökéletes szelfikhez vagy csoportképekhez anélkül, hogy a telefonodhoz kellene érned.

## 8. Sportstatisztikák és sporttevékenységek

1. Az edzések és azok részletei mind az órán, a Sportrekordok részben (Edzésnapló), mind a DaFit alkalmazásban, a Főmenü → Edzésnapló menüpontjában kerülnek mentésre.
  2. Miután edzés közben viselte az órát, és néhány napig aludt, az alkalmazásból részletes jelentésekhez férhet hozzá, amelyekkel elemezheti a haladását és az általános egészségi állapotát.
  3. Az Edzés funkció segítségével kiválaszthatod a kívánt sportot, és személyre szabott célt állíthatsz be: távolság, kalória vagy időtartam.
  4. A DaFit alkalmazásban, a Gyakorlatok menüből közvetlenül a telefonodon indíthatsz sportfoglalkozást, vagy hozzáférhetsz speciális edzésprogramokhoz és vezetett videótanfolyamokhoz különböző típusú gyakorlatokhoz.
  5. Bár a Harmoniq okosóra nem rendelkezik automatikus edzésészleléssel, bármikor manuálisan szüneteltetheti vagy folytathatja a tevékenységét. A szüneteltetés közvetlenül az edzésképernyőn történik, az adatmentés megszakítása nélkül.
  6. Az óra több mint 200 sportot tartalmaz, amelyek közül akár 20-at is kiválaszthatsz, hogy megjelenjen a fő Edzés menüben.
  7. A Harmoniq okosóra automatikusan érzékeli az elégetett kalóriákat, a fizikai aktivitás és az alkalmazásban beállított személyes paraméterek alapján.
- ⚠ Figyelmeztetés:** Az óra által megjelenített értékek (pl. kalória, távolság, pulzusszám) becsült értékek, és nem szabad orvosi célokra használni. Eltérések lehetnek a tanúsított orvostechnikai eszközöktől.

## 9. Beállítások

Állítsa be a képernyő fényerejét az Ön preferenciái vagy a fényviszonyok szerint. Állítsa be az üresjáratú időt, amely után a képernyő automatikusan kikapcsol. Válassza ki a menü megjelenítési módját (pl. lista, rács). Konfigurálja a csúsztatással megjelenített parancsikonokat (Gyorsbeállítások). Engedélyezze az automatikus képernyővilágítás funkciót a csukló mozgásakor. Engedélyezze vagy tiltsa le az Always-On Display funkciót.



**Display**



**Vibration & Ring**



**Do not Disturb**



**Low Power Mode**



**Phone**



**Drain**



**System**



**About**



← Rezgés intenzitásának kiválasztása hívásokhoz és értesítésekhez

← Kapcsolja be a Ne zavarj módot az értesítések leállításához

← Aktiválja az akkumulátor-takarékos módot az akkumulátor élettartamának meghosszabbításához

← A telefon Bluetooth-kapcsolatának állapotának módosítása

← Vízrel való érintkezés után szárítsa meg a telefonját.

← Indítás, leállítás vagy újraindítás meghibásodás esetén

← Eszközinformációk

## 10. Hasznos információk az alkalmazásról



A DaFit alkalmazás teljes irányítást biztosít a Harmoniq órád felett, és hozzáférést biztosít az alapvető egészségügyi és fitness funkciókhoz. Miután csatlakoztattad az okosórádhoz, az alkalmazás négy fő részre oszlik: Aktivitás, Fitnessprogram, Eszköz és Fiókom, mindegyiknek jól definiált szerepköre van.

Az Aktivitás részben nyomon követheted a lépéseket, az elégetett kalóriákat, a pulzusszámot, a vérnyomást, a vér oxigénszintjét és az alvás minőségét. Mindezeket az adatokat naponta, világos és könnyen hozzáférhető módon mutatjuk be, így teljes képet kaphatsz az általános egészségi állapotodról. Tudtad, hogy az alkalmazás olyan mutatókat is képes figyelni, amelyekhez korábban külön orvosi felszerelésre volt szükség?

A Fitnessprogram részleg az edzésnek van szentelve. Több mint 100 sportág közül választhatsz, telefonos GPS-funkcióval, térképes útvonalakkal, valamint valós idejű adatok, például tempó, távolság vagy pulzuskövetési lehetőséggel rendelkezel. Itt megtekintheted az edzéselőzményeidet és személyre szabott célokat is beállíthatsz. A DaFit segítségével akár 20 kedvenc sportág közül is választhatsz, amelyek közvetlenül az órán jelennek meg.

Az Eszköz részben konfigurálhatod az értesítéseket, riasztásokat, hidratálási és mozgásszegény életmódra vonatkozó emlékeztetőket, a kamera vezérlését, a zenét és a telefon helyét. Innen módosíthatod az óra háttérét, beállíthatod a fényerőt, és engedélyezheted az olyan funkciókat, mint az „Ébresztés” vagy a „Ne zavarj mód”. Elképesztő, hogy egy ilyen kompakt óra hogyan biztosít teljes irányítást a telefonod felett.

Az utolsó rész, a Fiókom, a személyes tered az alkalmazásban. Itt állíthatod be a profildat (életkor, súly, magasság), a napi céljaidat, és engedélyezheted az automatikus adatszinkronizációt olyan szolgáltatásokkal, mint a Google Fit vagy az Apple Health. Az alkalmazás az összes számítást a személyes adataid alapján módosítja – így az elégetett kalóriák száma és a pulzuszónák pontosan az életmódodhoz igazodnak.

## 11. GYIK és hibaelhárítás

### 1. Miért nem találok az órát a Bluetooth listában?

Győződjön meg róla, hogy az órája nincs automatikusan csatlakoztatva egy másik, korábban párosított telefonhoz.

### 2. Miért nem tudok hívásokat fogadni az órámon?

Androidon: lépjen a Bluetooth-kapcsolat → Harmoniq → Beállítások görgő → Jelölje be a „Hívások” lehetőséget.

Bármelyik rendszeren: ellenőrizd, hogy minden engedély megvan-e. Ha nem, távolítsd el az alkalmazást, állítsd vissza az órát, és párosítsd újra.

### 3. Miért nem kapok értesítéseket?

✓ Engedélyezze az értesítéseket a DaFit alkalmazásban → Eszköz → Értesítések ✓  
Kapcsolja ki a „Ne zavarj” módot az órán ✓ iPhone-on: lépjen a Bluetooth-kapcsolat → Harmoniq menüpontra → Jelölje be a „Rendszerértesítések megosztása” lehetőséget ✓  
Engedélyezze a DaFit alkalmazás „Alkalmazásfrissítés háttérben” funkcióját ✓  
Ellenőrizze, hogy a kiválasztott alkalmazások megjeleníthetnek-e értesítéseket az értesítési sávon (pl. WhatsApp) ✓  
Androidon: engedélyezze a háttérben való futást, valamint a teljes hozzáférést az értesítésekhez és a helyadatokhoz

### 4. Nem tudom az órát másik telefonhoz csatlakoztatni.

Töröld a párosítást a DaFit alkalmazásból a régi telefonodon, és kapcsold ki rajta a Bluetooth-t. Ezután csatlakoztasd az új eszközödhöz.

### 5. Az óra gyakran lecsatlakozik.

✓ Frissítsd a DaFit alkalmazást ✓ Tartsd kéznél az órát és a telefonodat ✓  
Androidon: győződj meg róla, hogy az alkalmazás a háttérben fut → Beállítások → Alkalmazások → DaFit → Akkumulátor → Korlátlan ✓  
iOS-en: tiltsd le az „Alacsony energiafogyasztású módot”

#### **6. Az óra nem töltődik vagy nem kapcsol be?**

✓ Csatlakoztassa a töltőhöz 30 másodpercig ✓ Nyomja le és tartsa lenyomva a felső oldalsó gombot 25 másodpercig ✓ Ha nem működik, cserélje ki a tápegységet

#### **7. Hogyan tudom megváltoztatni az óra hátterét?**

DaFit alkalmazás → Eszköz → Óraszámok → válassz hátteret, vagy töltsd fel saját fotódat a galériából.

#### **8. Az órán és a telefonon/orvostechikai eszközökön megjelenített adatok közötti különbségek**

Az óra optikai érzékelőket (fotopletizmográfia) használ, amelyek eltérnek a klasszikus orvosi módszerektől (pl. EKG vagy vérnyomásmérő), így eltérések előfordulhatnak.

#### **9. Melyik öv illik hozzám?**

Bármely 18 mm-es szíjjal kompatibilis.

#### **10. Hogyan állíthatom vissza az órát a gyári beállításokra?**

Menü → Beállítások → Rendszer → Visszaállítás

#### **11. Hogyan frissíthetem a DaFit alkalmazást?**

Menj az App Store-ba vagy a Google Play-be → keresd meg a DaFit alkalmazást → nyomd meg a „Frissítés” gombot.

#### **12. Hogyan frissíthetem az óra firmware-jét?**

DaFit alkalmazás → Eszköz → óra neve → „Eszközfrissítés”. Legalább 30%-os akkumulátortöltöttség szükséges.

#### **13. Milyen alkalmazásokat használhatok a Harmoniq-kal?**

Az óra kizárólag a DaFit alkalmazással működik.

#### **14. Telepíthetek alkalmazásokat az órára?**

Nem, a Harmoniq nem támogatja a harmadik féltől származó alkalmazásokat.

### **15. Mi az autonómia?**

2 és 10 nap között, használatától függően. Aktív AOD esetén: 1-2 nap.

### **16. Mit tegyek, ha a képernyő nem kapcsol be?**

✓ Csatlakoztasd a töltőhöz ✓ Tartsd lenyomva az oldalsó gombot 25 másodpercig ✓ Várj 1 percet csatlakoztatott órával

### **17. Hogyan tudom megváltoztatni a mértékegységet (fok, mérföld/km, óra)?**

DaFit alkalmazás → Saját → Egységbeállítás

### **18. Miért nem figyelik az alvásomat?**

✓ Viselje biztonságosan az órát ✓ Az alvásnak legalább 3 órán át kell tartania  
✓ A pulzusz mérésnek aktívnak kell lennie ✓ Az algoritmus figyelmen kívül hagyja a 15 percnél hosszabb felébredéseket

### **19. Mit jelent az „Ismeretlen” hívásoknál?**

Ez akkor fordul elő, ha a kapcsolathoz emoji, speciális karakterek vagy több szám van mentve.

### **20. Milyen nyelvek érhetők el?**

Román, magyar, bolgár, angol és más nyelvek elérhetők a DaFit alkalmazásban  
→ Eszköz → További beállítások → Eszköz nyelve

### **21. A képernyő nem világít, amikor elfordítom a kezem**

✓ Aktiválja a funkciót a beállításokban ✓ Kapcsolja ki a „Ne zavarjon” funkciót  
✓ Várjon 1-2 másodpercet, a gyújtás nem azonnali

## 22. Van garancia az órára?

Igen, 2 év magánszemélyek számára. A garancia benne van a csomagban.

## 23. Hogyan vehetem fel Önnel a kapcsolatot?

☎ Telefon / WhatsApp: +40 790 900 004 ✉ Email: support@harmoniq-official.com

## 12. Műszaki adatok

Specifikáció	Részletek
Alkalmazás neve	Moyoung
méret	Átmérő: 44 mm, Vastagság: 11 mm
Képernyő típusa	1,43 hüvelykes AMOELED
Felbontás	466*466
Képernyő anyaga	Üveg
Érintés típusa	Teljes érintésű COF
Ház anyaga	Műanyag + Egyéb cinkből
Pánt anyaga	Szilikon szíj / Fém szíj
Vibrációs motor	0827 hegesztett huzallal
gomb	Három gomb, köztük egy forgatható funkcióval
Akkumulátor kapacitása	300mAh
Vízállósági szint	IP67

Töltési idő	2 Érc
Készenléti idő	25-30 nap
Használati idő	10-15 nap
Töltési módszer	Mágneses töltés
hangszóró	0815 hegesztett huzallal
MIKROFON	Nagy ellenállás – 45 dB érzékenység
CPU processzor modell	Sifli 561
Bluetooth-verzió	BT5.3
Modell Cip Ritm Cardiac	HRS3605
Hívja a Chipet	LIS2DOCTR
RAM+belső tárhely	928 KB RAM, 256 MB ROM



**Gyártó, importőr, EU-s képviselő:**

Harmoniq Prim SRL, Str. Grigore Ureche 3, Mezzanine, a Tomaşeschi & Asociații Polgári Ügyvédi Irodánál, 700023, Iași, Románia © 2025 Harmoniq Prim SRL. A Harmoniq® az EUIPO bejegyzett védjegye. Minden jog fenntartva.

**Gyártó, importőr, EU képviselő:**

Harmoniq Prim SRL, Grigore Ureche utca 3, Mezanin, Tomaşeschi & Társ ügyvédi iroda, 700023, Jászvásár, Románia © 2025 Harmoniq Prim SRL. A Harmoniq® az EUIPO-nál bejegyzett védjegy. Minden jog fenntartva.

**Gyártó, importőr, képviselő az EU-ban:**

Harmoniq Prim SRL, ul. Grigore Ureke 3, mezzanine, Tomaszeski és Társai Ügyvédi Kamara, 700023, Iasi, Románia © 2025 Harmoniq Prim SRL. A Harmoniq® az EUIPO bejegyzett védjegye. Minden jog fenntartva.

HARMONIQ

# Smartwatch

Superior Series



# content

1.What does the HARMONIQ Smartwatch package contain?.....	1
2. Important aspects of use.....	1
3. Correct charging.....	2
4.Turning the clock on and off.....	2
5.Pairing and unpairing the watch with the app.....	3
6.Using the side buttons and setting the background.....	10
7. SMART functions.....	12
8. Statistics and sports activities .....	16
9.Settings.....	17
10. Useful information about the application.....	18
11. FAQ and Troubleshooting.....	19
12.Specifications.....	22

Thank you for choosing Harmoniq Smartwatch and supporting the small family business in Romania! The box and interior elements are made of recyclable cardboard – please recycle them according to the regulations in force.

To protect resources, we issue the invoice exclusively in electronic format. You can access it from your eMAG account by following these steps:

**My Account → Orders → View order details → Invoice.**

The product warranty is 24 months, and if you have any problems with the product, do not hesitate to contact us at the email address

**support@harmoniq-official.com**

📌 Attention! Service is provided exclusively through the Harmoniq brand. The product will not appear in the My Account → Service section of eMAG. For any problem, please contact us directly.

## 1. What does the HARMONIQ Smartwatch package contain?

- 1 x Harmoniq Smartwatch
- 2 x Straps (silicone + metal style)
- 2 x Protective films
- 1 x Magnetic charging cable
- 1 x User Manual
- 1 x Warranty guide & customer card

## 2. Important aspects of use

The watch allows Bluetooth calls and conversations directly from its screen. The recommended distance between the watch and the phone is max. 20m in open space.

It is water and dust resistant (IP68 / 3ATM) – it can be submerged for up to 30 minutes, at a maximum depth of 30m.

It includes features like Always-On Display and Water Drain.

**Generous 1.32-inch AMOLED display, protected by the 2 included films.**

 Important:

Turn on Do Not Disturb mode before entering the water.

Do not use the watch in salt water, hot baths, saunas or with aggressive liquids. After contact with water, use the water removal function (see dedicated chapter).

### 3. Correct loading

Before first use, fully charge the watch for 2 hours.

Connect the USB cable to a laptop, PC, TV or wall adapter with specifications max. 5V – 1A and max. 20W (check the “Output” section on the adapter).

Connect the magnetic pin connector to the back of the watch (the 2 metal contacts). Make sure the watch is positioned correctly – the battery percentage will appear on the screen.

**Warning! Using charging cables or power supplies other than those recommended in this manual may void your warranty.**

### 4. Turning the clock on and off

**Attention! The watch comes preset in storage mode. To activate it, first connect it to the charger.**

**Power on:** Press and hold the middle side button for 2–4 seconds. The power-on logo will appear on the screen, followed by a message recommending you download the DaFit app. After pairing with your phone, the watch is ready to use.

**Power off:** Press and hold the bottom side button for 5–7 seconds. Two icons will appear – one for power off, the other for restart. Press the icon on the left to power off the watch completely.

## 5. Pairing and unpairing the watch with the app

### 5.1. Downloading the application to your phone

To connect the Harmoniq watch with your phone, you need to install the DaFit app.

**Method 1: When you first turn on your watch, a message will appear on the screen. Swipe from right to left. A QR code will appear – scan it with your phone to download the DaFit app.**

**Method 2: Go to Settings → About → Swipe down → Scan Qr-Code**

### 5.2. Pairing the watch with your iOS and Android phone

#### 5.2.1. iOS (iPhone) Operating System

Open the DaFit app. Pop-up notifications will appear asking for your consent for: personalized ads, Bluetooth access, location, and notifications.

- You can choose to Allow or Ask App Not to Track for ads.
- Select Allow for Bluetooth.
- Select Allow While Using App for location.

After granting permissions, a window will appear asking you to connect the app to Health. Choose what data you want to sync (or opt for Turn On All – recommended), then tap Allow in the top-right corner.

Click Start to Use to continue. If you have used the app before, you can click Log In to log in.

Select the country and press Done.

Create a username, you can also add a photo, then click Next Step.

Enter your information (age, height, weight, etc.) so that the Harmoniq watch can accurately measure your activity. Press Next Step.

Create a DaFit account using an email address and password. Check that you agree to the User Agreement and Privacy Policy, then click Next Step.

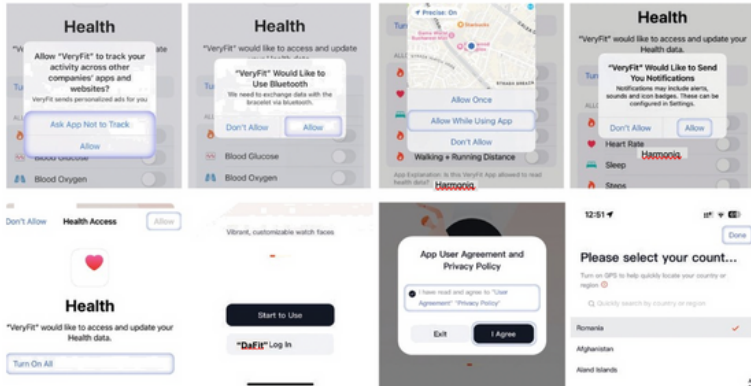
In the next menu, select Watch/Bracelet to start pairing with your watch.

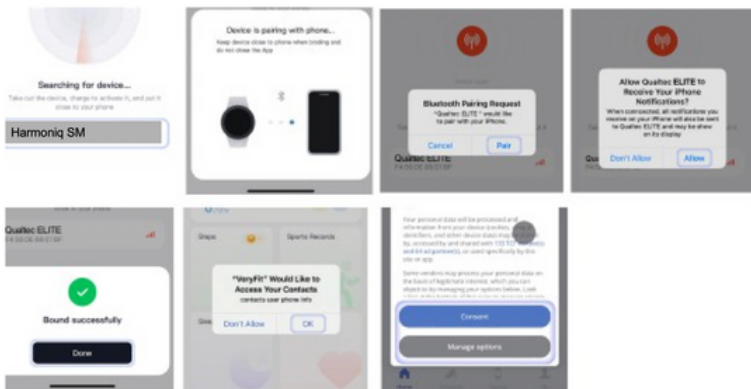
The app will search for your device. Select your Harmoniq watch (the name may be different, e.g. "DT10" or a code).

When the Bluetooth pairing pop-up appears, tap Pair, then tap Allow for notifications.

Press Done to finish.

Finally, consent to data processing by clicking Consent (Accept) or manage preferences in Manage Options.





### 5.2.2. iOS Operating System (Android)

Open the DaFit app. Upon launch, you will be asked if you agree to the privacy policy. Tap I Agree.

Tap Start to Use to get started. If you've used the app before, you can tap Log In to log in to your account.

Select the Watch/Bracelet option to add a new device.

The app will ask for permission to access your Location. Tap Yes and then Allow While Using App or Allow. If location is disabled, enable it in your phone's settings.

If Bluetooth is not enabled, the app will ask you to turn it on. Tap Allow.

The app will start searching for devices. Select your Harmoniq watch (the name can be generic, e.g. Smartwatch, DT10 or a code).

After pairing, tap Done.

Select your country and fill in your personal details (height, weight, age, etc.) for an accurate measurement. Click Next Step.

A pop-up window may appear with instructions or usage policies. Click OK.

Create a DaFit account using an email and password. Check that you agree to the User Agreement and Privacy Policy, then click Next Step.

Grant permission for notifications – click Allow Notifications, then Turn On in the next window.

You will be redirected to your phone's settings. Search for the DaFit app, enable notifications (the switch should be colored) and confirm by pressing Allow.

Return to the app. Next to System Notifications Permission, Enabled should appear. Click Save to confirm.

In the application menu, go to Device > Notifications and enable the options:

**Message Notifications – Activ Call Alert – Activ Music Control – Activ**

Confirm by pressing Yes to return to the application.


Allow the app to access your contacts, calls, and call log when the pop-up window appears. Tap Allow.

 Recommended settings for optimal operation:

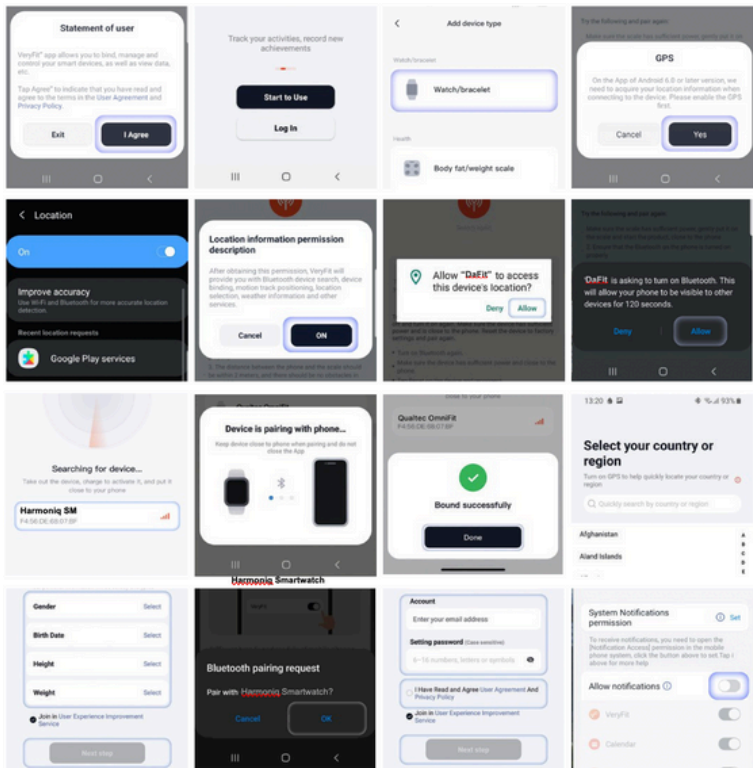
Go to Settings > Apps > DaFit > Permissions and make sure all permissions are enabled.

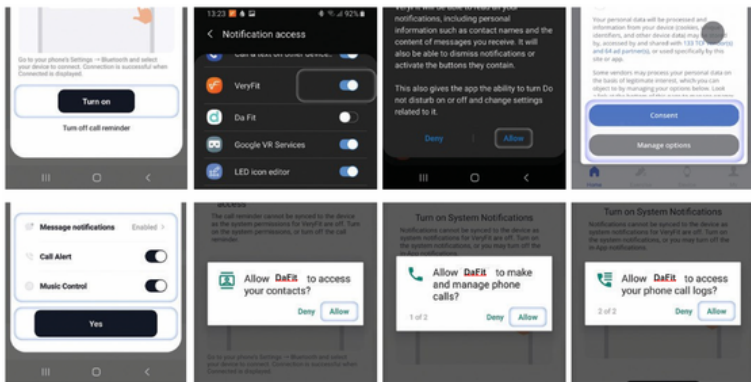
In the Settings > Connections > Bluetooth menu, find the paired watch and press the settings wheel. Enable the Calls and Message Access options.

In the DaFit app, go to Device > Notifications and check Allow Notifications.


 Important:

If you are having difficulty connecting, check the Troubleshooting section in Chapter 12 of this manual.





### 5.3. Disconnecting the watch and pairing with another device


 iOS (iPhone) Open the DaFit app and access the Device menu at the bottom.

At the top of the screen, tap the name of your Harmoniq Smartwatch.


Scroll down and tap Delete Device, then confirm with Yes.

A pop-up window will appear that will direct you to your phone's Bluetooth menu.

In the Bluetooth list, tap the (i) symbol next to Harmoniq Smartwatch, then select Forget This Device to complete the disconnection.

 Android Open the DaFit app and access the Device menu in the bottom bar. Click on the watch name displayed at the top. Scroll and select Delete Device, then confirm with Yes.


Go to your phone's Bluetooth menu. If the watch is still listed, tap the settings cog next to Harmoniq Smartwatch, then select Forget This Device to completely disconnect.

 Connecting to a new phone After following the steps above to disconnect, we recommend that you:

**Uninstall the DaFit app from your old phone.**

**Check your phone's Bluetooth list and make sure the Harmoniq device is no longer saved.**

You can then follow the steps in Chapter 5 (appropriate for your operating system) to pair your watch with a new device.

 Important:

If you do not follow these steps completely, your new connection may not work properly. For solutions, see Chapter 12 – Troubleshooting.

**Important! Wear the watch on your non-dominant wrist – on your left if you are right-handed and on your right if you are left-handed, about a finger's breadth away from the prominent wrist bone.**



**Important! For the most accurate results, it is important that the sensor (located on the back of the watch) is firmly attached to your wrist when taking any measurement.**

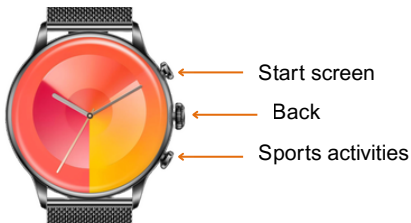
**Important! In the DaFit app, from the bottom bar, access the menu with the "Person" icon (My), then click on the email address or nickname displayed. Fill in the necessary data so that the app, together with the watch, can correctly set the parameters specific to your age and constitution.**



**Important! The values obtained are not intended for medical use, but are purely informative, related to fitness and wellness activities. The results may differ from those provided by medical devices.**

## **6. Using the side buttons and setting the background**

### **6.1. Side buttons and changing the background**



To change the watch face, access the DaFit app, then from the main menu (bottom bar), select the Device menu. Choose your watch from the list and swipe left until you reach the Watch Faces section. Here you can:

- Choose a predefined background from the app's gallery.
- Or you can select the Photo option to customize your own background, using an image from your phone's gallery.

In this case, you can also choose the color of the text (date and time) and its position. Press Install to apply the wallpaper to your watch. You can also save your favorite wallpapers directly in the DaFit app and quickly change them by rotating the middle button of the Harmoniq watch.

## 6.2. Shortcuts page

To access it, swipe down from the main page.



**Attention! Activating the "Do Not Disturb" function will stop the watch from receiving calls and notifications, and the screen turning function when turning the wrist will not work.**

**Important! Activate Do Not Disturb mode before putting your watch in water, then use the water removal function.**

## 7. SMART functions



**Activity:** You can track the number of steps taken, calories burned, minutes of movement that day (workout), and hours you were active on your feet.

**Important:** Daily activity goals can be set from the DaFit app: Access the Home menu → the first column at the top (where the values "kcal", "min" and "hr" appear) → then tap the Goal field to customize them.

**Attention!** The values displayed are for guidance only and are not intended for medical use. They are for informational purposes for physical activity and general well-being. The results may vary from those provided by medical devices.



**Workout List:** From this section you can select the type of workout you are doing. You will find options for exercises such as brisk walking, running, cycling, aerobic training and others, depending on the watch model. The watch will monitor the chosen activity and provide you with relevant information about intensity, duration, calories burned and other effort parameters.

**Attention!** The values obtained are not intended for medical use, and may differ from those indicated by dedicated medical devices.



**Workout History:** From this app, you can access your activity history – from steps and heart rate, to sleep data, calories, and workouts. This way, you can track your progress over time and adjust your goals based on your personal needs.



**Workout:** The heart rate monitoring feature allows you to track your heartbeat in real time, throughout the day or during physical activities.



This feature allows you to measure your blood oxygen saturation level (SpO<sub>2</sub>) – an important indicator of your overall health.

The watch uses optical sensors that emit light to detect the amount of oxygen carried by red blood cells.



The blood pressure measurement function gives you an estimate of your systolic and diastolic values directly from your watch. The measurement is done via optical sensors, without the need for a cuff. The results are indicative and do not replace a medical device.



The Sleep function automatically monitors your sleep during the night. The watch analyzes the duration and quality of your sleep, dividing it into stages: light, deep and REM. The information can be viewed in the DaFit app, for a better understanding of your rest habits.



The watch includes two simple games for relaxation: 2048 and Rocket Anger. 2048 is a logic game where you have to combine identical numbers until you reach the number 2048. Rocket Anger is an arcade game where you control a rocket and avoid obstacles, testing your reflexes.



The Bluetooth calling feature lets you make and receive calls directly from your watch, if it's connected to your phone. You can also view incoming messages in real time. All without taking your phone out of your pocket.



The Relax app helps you reduce stress through guided breathing exercises. You can choose the duration of the session, and the watch will indicate the correct rhythm of inhalation and exhalation. It is ideal for moments when you need calm and reconnect.



The Calculator feature lets you quickly perform simple calculations right from your watch. It's useful for everyday situations without having to use your phone. The interface is intuitive and easy to use.



The Flashlight function turns the watch screen into a white light source, useful in the dark. It can be quickly activated from the main menu. It's ideal for those times when you need a little light but don't have your phone handy.



The Stopwatch and Timer functions are ideal for measuring time in various activities.

The stopwatch allows you to start, stop, and reset the time measurement.

The timer gives you the ability to set an exact duration, after which the watch will notify you by vibration.



The Alarm Clock feature lets you set alarms directly from your watch, without using your phone. You can set daily, personalized alarms with or without vibration. The watch will discreetly notify you at the set time.



The Weather feature shows you current weather conditions and the forecast for the next few days. The information is automatically synced from the app on your phone. You can quickly check the temperature, sky conditions, and chance of precipitation, right on your watch.



The Media Player feature lets you control music playing on your phone directly from your watch. You can play, pause, change songs, and adjust the volume. It's useful during workouts or when your phone isn't at hand.



The Voice Assistant feature allows you to activate your phone's assistant (Siri, Google Assistant, etc.) directly from your watch. With a simple press, you can give voice commands without touching your phone. It's ideal for multitasking and quick access to features.



The Stress feature monitors your stress level based on your heart rate and heart rate variability. The watch analyzes the data and gives you a real-time estimate of your stress level. You can also use the guided breathing feature to help reduce tension.



The Period Tracker feature is dedicated to female users and allows you to track your menstrual cycle directly from your watch. You can enter information about your menstrual periods, symptoms, and cycle length. The app provides you with estimates for your next period and fertile window, helping you plan and gain self-awareness.



The Settings feature allows you to customize the display, adjust the brightness, enable Do Not Disturb mode, and manage notifications. You can also view product information (software version, Bluetooth name, etc.) and access the QR code to download the DaFit app. It is the control center of your Harmoniq watch.



The Find Phone feature helps you quickly find your phone when you don't know where you left it. With a simple tap on the watch, your phone will make a sound, even if it's on silent. It's extremely useful at home, in the office, or on the go.



The Photo feature lets you control your phone's camera directly from your watch. You can take photos remotely with a simple tap on the watch screen. It's perfect for selfies or group photos without touching your phone.

## 8. Sports statistics and activities

1. Workouts and their details are saved both on the watch, in the Sports Records section (Workout Journal), and in the DaFit app, in the main menu Home → Workout Record.
  2. After wearing the watch during workouts and sleep for a few days, you can access a series of detailed reports from the app to analyze your progress and overall health.
  3. Through the Workout function, you can select the desired sport and set a personalized goal: distance, calories or duration.
  4. In the DaFit app, from the Exercise menu, you can start a sports session or access special training programs and guided video courses for different types of exercises, directly on your phone.
  5. Although the Harmoniq Smartwatch does not have automatic workout detection, you can manually pause or resume your activity at any time. Pausing is done directly from the workout screen, without interrupting data saving.
  6. The watch includes over 200 sports, from which you can select up to 20 to be displayed in the main Workout menu.
  7. The Harmoniq Smartwatch also has automatic detection of calories consumed, based on physical activity and personal parameters set in the app.
- ⚠ Warning:** The values displayed by the watch (e.g. calories, distance, heart rate) are estimates and should not be used for medical purposes. There may be differences from certified medical devices.

## 9. Settings

Adjust the screen brightness according to your preferences or lighting conditions. Set the idle time after which the screen automatically turns off. Choose the menu display mode (e.g. list, grid). Configure the shortcuts displayed by sliding (Quick Settings). Enable the automatic screen lighting function when moving your wrist.



**Display**

← Enable or disable the Always-On Display function.



**Vibration & Ring**

← Select vibration intensity for calls and notifications



**Do not Disturb**

← Turn on Do Not Disturb mode to stop notifications



**Low Power Mode**

← Activate battery saving mode to extend battery life



**Phone**

← Change the status of the Bluetooth connection with your phone



**Drain**

← Dry your phone after contact with water.



**System**

← Start, Stop or Restart in case of malfunctions



**About**

← Device information

## 10. Useful information about the application



The DaFit app gives you full control over your Harmoniq watch and access to essential health and fitness features. Once connected to your smartwatch, the app is divided into four main sections: Activity, Fitness Programme, Device and My Account, each with a well-defined role.

In the Activity section, you can track steps, calories burned, heart rate, blood pressure, blood oxygen, and sleep quality. All of this data is presented daily in a clear and accessible way, giving you a complete picture of your overall health. Did you know that the app can monitor indicators that once required dedicated medical equipment?

The Fitness Programme section is dedicated to training. You have over 100 sports available, GPS function via phone, routes on the map and the possibility to track data such as pace, distance or pulse in real time. Here you can also view your training history and set personalized goals. DaFit allows you to choose up to 20 favorite sports, displayed directly on the watch.

In the Device section, you can configure notifications, alarms, hydration and sedentary reminders, camera control, music, and phone location. From here, you can also change the watch's background, adjust the brightness, and enable features like "Wake up" or "Do not disturb mode." It's amazing how such a compact watch gives you complete control over your phone.

The last section, My Account, is your personal space in the app. Here you set your profile (age, weight, height), daily goals, and you can enable automatic data synchronization with services like Google Fit or Apple Health. The app adjusts all calculations based on your personal data – so the number of calories burned and heart rate zones are tailored exactly to your lifestyle.

## 11. FAQ and troubleshooting

### 1. Why can't I find the watch in the Bluetooth list?

Make sure your watch is not already automatically connected to another previously paired phone.

### 2. Why can't I receive calls on my watch?

On Android: go to Bluetooth connection → Harmoniq → Settings wheel → Check "Calls".

On any system: check if all permissions are granted. If not, uninstall the app, reset the watch, and re-pair.

### 3. Why am I not receiving notifications?

✓ Enable notifications in the DaFit app → Device → Notifications ✓ Disable "Do Not Disturb" mode on the watch ✓ On iPhone: go to Bluetooth connection → Harmoniq → Check "Share System Notifications" ✓ Enable the "Background App Refresh" function for the DaFit app ✓ Check if the selected apps can display notifications in the notification bar (e.g. WhatsApp) ✓ On Android: allow running in the background and full access to notifications and location

### 4. I can't connect the watch to another phone.

Delete the pairing from the DaFit app on your old phone and turn off Bluetooth on it. Then connect it to your new device.

### 5. The watch disconnects frequently.

✓ Update the DaFit app ✓ Keep your watch and phone nearby ✓ On Android: ensure the app runs in the background → Settings → Apps → DaFit → Battery → Unrestricted ✓ On iOS: disable "Low Power Mode"

## **6. The watch won't charge or turn on?**

✓ Connect it to the charger for 30 seconds ✓ Press and hold the top side button for 25 seconds ✓ If it doesn't work, change the power supply

## **7. How do I change the clock background?**

DaFit app → Device → Watch Faces → choose a background or upload your own photo from the gallery.

## **8. Differences between data on the watch and phone / medical devices**

The watch uses optical sensors (photoplethysmography), different from classic medical methods (e.g. ECG or sphygmomanometer), so there may be variations.

## **9. Which belt fits?**

Compatible with any 18 mm strap.

## **10. How do I reset the watch to factory settings?**

Menu ceas → Settings → System → Reset

## **11. How do I update the DaFit app?**

Go to the App Store or Google Play → search for DaFit → press "Update".

## **12. How do I update the watch firmware?**

DaFit app → Device → watch name → "Device Update". Minimum 30% battery required.

## **13. What apps can I use with Harmoniq?**

The watch works exclusively with the DaFit app.

## **14. Can I install apps on the watch?**

No, Harmoniq does not support third-party applications.

### **15. What is autonomy?**

Between 2 and 10 days, depending on use. With active AOD: 1-2 days.

### **16. What do I do if the screen doesn't turn on?**

✓ Connect it to the charger ✓ Hold down the side button for 25 seconds ✓  
Wait 1 minute with the watch connected

### **17. How do I change the unit of measurement (degrees, miles/km, hour)?**

DaFit app → My → Unit Setup

### **18. Why isn't my sleep being monitored?**

✓ Wear the watch securely ✓ Sleep must last at least 3 hours ✓ Heart rate monitoring must be active ✓ The algorithm ignores awakenings over 15 minutes

### **19. What does "Unknown" mean on calls?**

This happens if the contact has emojis, special characters, or multiple numbers saved.

### **20. What languages are available?**

Romanian, Hungarian, Bulgarian, English and other languages available in the DaFit app → Device → More Settings → Device Language

### **21. The screen doesn't light up when I turn my hand**

✓ Activate the function in settings ✓ Deactivate "Do Not Disturb" ✓ Wait 1-2 seconds, the ignition is not instant

## 22. Does the watch have a warranty?

Yes, 2 years for individuals. The warranty is included in the package.

## 23. How can I contact you?

☎ Phone / WhatsApp: +40 790 900 004 ✉ Email: [support@harmoniq-official.com](mailto:support@harmoniq-official.com)

## 12. Specifications

Specification	Details
Application name	Moyoung
size	Diameter: 44mm, Thickness: 11mm
Screen Type	1.43inch AMOELED
Resolution	466*466
Screen Material	Glass
Touch Type	Full Touch COF
Housing Material	Plastic+Others from Zinc
Strap Material	Silicone Strap / Metal Strap
Vibration Motor	0827 with Welded Wire
button	Three Buttons, including one with a rotating function
Battery Capacity	300mAh
Water Resistance Level	IP67

Charging Time	2 Ore
Standby time	25-30 Days
Usage time	10-15 Days
Charging Method	Magnetic Charging
loudspeaker	0815 with Welded Wire
MICROPHONE	High resistance – 45DB sensitivity
CPU Processor Model	Sifli 561
Bluetooth version	BT5.3
Model Cip Ritm Cardiac	HRS3605
Call Chip	LIS2DOCTR
RAM+Internal Storage	RAM928KB ROM256Mb



**Manufacturer, importer, EU representative:**

Harmoniq Prim SRL, Str. Grigore Ureche 3, Mezzanine, at the Civil Law Firm Tomaşeschi & Asociații, 700023, Iași, Romania © 2025 Harmoniq Prim SRL. Harmoniq® is a registered trademark at EUIPO. All rights reserved.

**Manufacturer, importer, EU representative:**

Harmoniq Prim SRL, Grigore Ureche Street 3, Mezanin, Tomaşeschi & Partners Law Office, 700023, Iași, Romania © 2025 Harmoniq Prim SRL. Harmoniq® is a registered trademark of the EUIPO. All rights reserved.

**Manufacturer, importer, representative in the EU:**

Harmoniq Prim SRL, ul. Grigore Ureke 3, mezzanine, Bar Association of Tomaszski and Associates, 700023, Iasi, Romania © 2025 Harmoniq Prim SRL. Harmoniq® is a registered EUIPO trademark. All rights reserved.

HARMONIQ

# Смарт часовник

Превъзходна серия



# съдържание

1. Какво съдържа комплектът HARMONIQ Smartwatch?.....	1
2. Важни аспекти на употребата.....	1
3. Правилно зареждане.....	2
4. Включване и изключване на часовника.....	2
5. Сдвояване и раздвояване на часовника с приложението.....	3
6. Използване на страничните бутони и задаване на фона.....	10
7. SMART функции.....	12
8. Статистика и спортни дейности .....	16
9. Настройки.....	17
10. Полезна информация за приложението.....	18
11. ЧЗВ и отстраняване на неизправности.....	19
12. Спецификации.....	22

Благодарим ви, че избрахте HarmoniQ Smartwatch и подкрепяте малкия семеен бизнес в Румъния! Кутията и вътрешните елементи са изработени от рециклируем картон – моля, рециклирайте ги съгласно действащите разпоредби.

За да защитим ресурсите, издаваме фактурата изключително в електронен формат. Можете да получите достъп до нея от вашия eMAG акаунт, като следвате следните стъпки:

**Моят акаунт → Поръчки → Преглед на подробности за поръчката → Фактура.**

Гаранцията на продукта е 24 месеца, а ако имате някакви проблеми с продукта, не се колебайте да се свържете с нас на имейл адреса

**support@harmoniQ-official.com**

★ Внимание! Услугата се предоставя изключително чрез марката HarmoniQ. Продуктът няма да се показва в секцията „Моят акаунт“ → „Услуги“ на eMAG. За всеки проблем, моля, свържете се директно с нас.

## 1. Какво съдържа пакетът HARMONIQ Smartwatch?

- 1 x Ceas HarmoniQ Smartwatch
- 2 x Каишки (силиконови + метални)
- 2 x Защитни фолиа
- 1 x Магнитен кабел за зареждане
- 1 x Ръководство за потребителя
- 1 x Ръководство за гаранция и клиентска карта

## 2. Важни аспекти на употребата

Часовникът позволява Bluetooth разговори директно от екрана си. Препоръчителното разстояние между часовника и телефона е максимално 20 м на открито пространство.

Устойчив е на вода и прах (IP68 / 3ATM) – може да бъде потопен до 30 минути, на максимална дълбочина от 30 м.

Включва функции като Always-On Display и Water Drain.

**Голям 1,32-инчов AMOLED дисплей, защитен от 2-те включени филма.**

 **Важно:**

Включете режим „Не безпокойте“, преди да влезете във водата.

Не използвайте часовника в солена вода, горещи вани, сауни или с агресивни течности.

След контакт с вода, използвайте функцията за отстраняване на вода (вижте съответния раздел).

### 3. Правилно зареждане

Преди първа употреба, заредете напълно часовника за 2 часа.

Свържете USB кабела към лаптоп, компютър, телевизор или стенен адаптер със спецификации макс. 5V – 1A и макс. 20W (вижте раздела „Изход“ на адаптера).

Свържете магнитния конектор към задната част на часовника (2-та метални контакта). Уверете се, че часовникът е правилно позициониран – процентът на батерията ще се покаже на екрана.

**Внимание!** Използването на кабели за зареждане или захранващи устройства, различни от препоръчаните в това ръководство, може да анулира гаранцията ви.

### 4. Включване и изключване на часовника

**Внимание!** Часовникът е предварително настроен в режим на съхранение. За да го активирате, първо го свържете към зарядното устройство.

**Включване:** Натиснете и задръжте средния страничен бутон за 2–4 секунди. На екрана ще се появи логото за включване, последвано от съобщение, препоръчващо да изтеглите приложението DaFit. След вдвояване с телефона ви, часовникът е готов за употреба.

**Изключване:** Натиснете и задръжте долния страничен бутон за 5–7 секунди. Ще се появят две икони – едната за изключване, другата за рестартиране. Натиснете иконата отляво, за да изключите часовника напълно.

## 5. Сдвояване и раздвояване на часовника с

### приложението

#### 5.1. Изтегляне на приложението на телефона ви

За да свържете часовника Harmony с телефона си, трябва да инсталирате приложението DaFit.

**Метод 1:** Когато включите часовника си за първи път, на екрана ще се появи съобщение. Плъзнете отлясно наляво. Ще се появи QR код – сканирайте го с телефона си, за да изтеглите приложението DaFit.

**Метод 2:** Отидете в **Настройки** → **Относно** → **Плъзнете надолу** → **Сканирайте QR код**

#### 5.2. Сдвояване на часовника с вашия iOS и Android телефон

##### 5.2.1. Операционна система iOS (iPhone)

Отворете приложението DaFit. Ще се появят изскачащи известия с искане за вашето съгласие за: персонализирани реклами, достъп до Bluetooth, местоположение и известия.

– Можете да изберете да разрешите или да помолите приложението да не проследява реклами.

– Изберете „Разрешаване за Bluetooth“.

– Изберете „Разрешаване при използване на приложението“ за местоположение.

След предоставяне на разрешения ще се появи прозорец, който ще ви подкани да свържете приложението със Health. Изберете кои данни искате да синхронизирате (или изберете „Включи всички – препоръчително“), след което докоснете „Разреша“ в горния десен ъгъл.

Щракнете върху „Старт, за да продължите“. Ако сте използвали приложението преди, можете да щракнете върху „Вход“, за да влезете.

Изберете държавата и натиснете Готово.

Създайте потребителско име, можете също да добавите снимка, след което щракнете върху Следваща стъпка.

Въведете информацията си (възраст, ръст, тегло и др.), за да може часовникът Harmony да измерва точно активността ви. Натиснете „Следваща стъпка“.

Създайте DaFit акаунт, използвайки имейл адрес и парола. Проверете дали сте съгласни с Потребителското споразумение и Политиката за поверителност, след което щракнете върху Следваща стъпка.

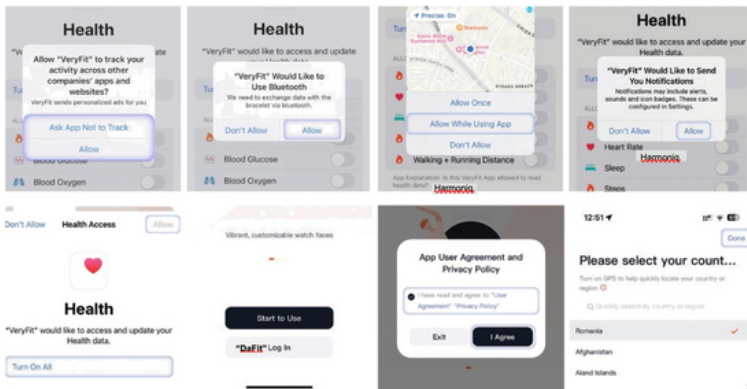
В следващото меню изберете Часовник/Гривна, за да започнете сдвояването с часовника си.

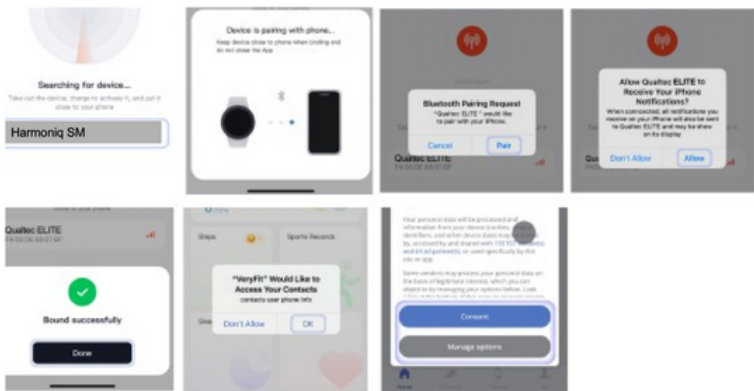
Приложението ще търси вашето устройство. Изберете вашия часовник Harmony (името може да е различно, например „DT10“ или код).

Когато се появи изскачащ прозорец за Bluetooth сдвояване, докоснете Сдвояване, след което докоснете Разрешаване на известия.

Натиснете Готово, за да завършите.

Накрая, съгласете се с обработката на данни, като щракнете върху „Съгласие (Приемам)“ или управлявайте предпочитанията в „Управление на опциите“.





## 5.2.2. Операционна система iOS (Android)

Отворете приложението DaFit. След стартирането ще бъдете попитани дали сте съгласни с политиката за поверителност. Докоснете „Съгласен съм“.

Докоснете „Старт, за да използвате“, за да започнете. Ако сте използвали приложението преди, можете да докоснете „Вход“, за да влезете в акаунта си.

Изберете опцията Часовник/Гривна, за да добавите ново устройство.

Приложението ще поиска разрешение за достъп до вашето местоположение.

Докоснете „Да“ и след това „Разрешаване при използване на приложението“ или „Разрешаване“. Ако местоположението е деактивирано, активирайте го в настройките на телефона си.

Ако Bluetooth не е активиран, приложението ще ви помоли да го включите.

Докоснете „Разреша“.

Приложението ще започне да търси устройства. Изберете вашия часовник HarmoniQ (името може да е общо, например Smartwatch, DT10 или код).

След сдвояване докоснете Готово.

Изберете вашата държава и попълнете личните си данни (ръст, тегло, възраст и др.) за точно измерване. Кликнете върху „Следваща стъпка“.

Може да се появи изскачащ прозорец с инструкции или правила за употреба.

Щракнете върху OK.

Създайте DaFit акаунт, използвайки имейл и парола. Проверете дали сте съгласни с Потребителското споразумение и Политиката за поверителност, след което щракнете върху Следваща стъпка.

Дайте разрешение за известия – щракнете върху „Разрешаване на известия“, след което върху „Включване“ в следващия прозорец.

Ще бъдете пренасочени към настройките на телефона си. Потърсете приложението DaFit, активирайте известията (превключвателят трябва да е оцветен) и потвърдете, като натиснете „Разреша“.

Върнете се в приложението. До „Разрешение за системни известия“ трябва да се покаже „Активирано“. Кликнете върху „Запазване“, за да потвърдите.

В менюто на приложението отидете на Устройство > Известия и активирайте опциите:

**Известия за съобщения – Activ; Предупреждение за повикване – Activ; Управление на музика – Activ**

Потвърдете, като натиснете „Да“, за да се върнете към приложението.

Разрешете на приложението достъп до вашите контакти, обаждания и регистър на обажданията, когато се появи изскачащият прозорец. Докоснете „Разреша“.

⚙️ Препоръчителни настройки за оптимална работа:

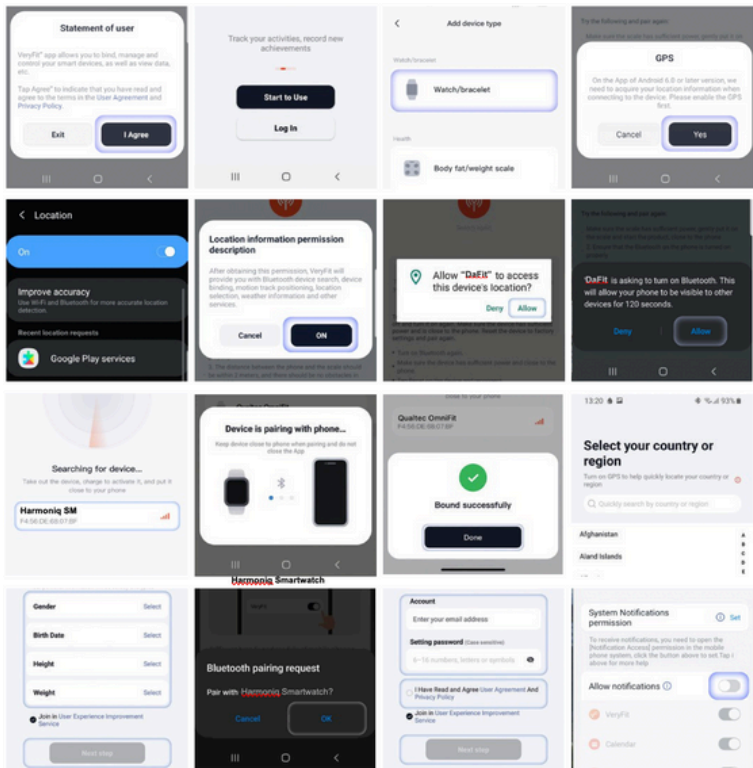
Отидете в Настройки > Приложения > DaFit > Разрешения и се уверете, че всички разрешения са активирани.

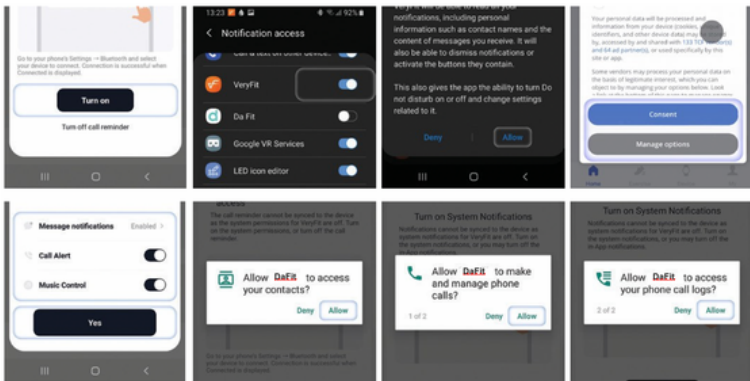
В менюто Настройки > Връзки > Bluetooth намерете сдвоения часовник и натиснете колелцето за настройки. Активирайте опциите за повиквания и достъп до съобщения.

В приложението DaFit отидете на Устройство > Известия и отметнете „Разрешаване на известия“.

**i** Важно:

Ако имате затруднения с свързването, проверете раздела „Отстраняване на неизправности“ в Глава 12 от това ръководство.





### 5.3. Изключване на часовника и сдвояване с друго устройство

**iOS (iPhone)** Отворете приложението DaFit и отворете менюто „Устройство“ в долната част.

В горната част на екрана докоснете името на вашия HarmoniQ Smartwatch.

Превъртете надолу и докоснете „Изтриване на устройство“, след което потвърдете с „Да“.

Ще се появи изскачащ прозорец, който ще ви насочи към Bluetooth менюто на вашия телефон.


В списъка с Bluetooth докоснете символа (i) до HarmoniQ Smartwatch, след което изберете Forget This Device (Забравете това устройство), за да завършите прекъсването на връзката.

**Android** Отворете приложението DaFit и отворете менюто „Устройство“ в долната лента.

Кликнете върху името на часовника, показано в горната част.

Превъртете и изберете Изтриване на устройство, след което потвърдете с Да.

Отидете в менюто Bluetooth на телефона си. Ако часовникът все още е в списъка, докоснете зъбното колело за настройки до Harmony Smartwatch, след което изберете „Забрави това устройство“, за да изключите напълно връзката.

 Свързване с нов телефон След като изпълните стъпките по-горе за прекъсване на връзката, ви препоръчваме да:

**Деинсталирайте приложението DaFit от стария си телефон.**

**Проверете списъка с Bluetooth устройства на телефона си и се уверете, че устройството Harmony вече не е запазено.**

След това можете да следвате стъпките в Глава 5 (подходяща за вашата операционна система), за да сдвоите часовника си с ново устройство.

 **Важно:**

Ако не следвате тези стъпки изцяло, новата ви връзка може да не работи правилно. За решения вижте Глава 12 – Отстраняване на неизправности.

**Важно! Носете часовника на недоминиращата си китка – на лявата, ако сте десничар, и на дясната, ако сте левичар, на около ширината на пръст от изпъкналата кост на китката.**



**Важно! За най-точни резултати е важно сензорът (разположен на гърба на часовника) да е здраво прикрепен към китката ви, когато правите каквото и да е измерване.**

**Важно! В приложението DaFit, от долната лента, отворете менюто с иконата „Лице“ (Моят), след което щракнете върху показания имейл адрес или прякор. Попълнете необходимите данни, за да може приложението, заедно с часовника, правилно да зададе параметрите, специфични за вашата възраст и телосложение.**



**Важно! Получените стойности не са предназначени за медицинска употреба, а са чисто информативни, свързани с фитнес и уелнес дейности. Резултатите може да се различават от тези, предоставяни от медицински устройства.**

## 6. Използване на страничните бутони и задаване на фона

### 6.1. Странични бутони и промяна на фона



За да промените циферблата на часовника, отворете приложението DaFit, след което от главното меню (долната лента) изберете менюто „Устройство“. Изберете часовника си от списъка и плъзнете наляво, докато стигнете до секцията „Циферблати“. Тук можете да:

- Изберете предварително зададен фон от галерията на приложението.
- Или можете да изберете опцията „Снимка“, за да персонализирате свой собствен фон, използвайки изображение от галерията на телефона си.

В този случай можете също да изберете цвета на текста (дата и час) и неговата позиция. Натиснете „Инсталирай“, за да приложите тапета към часовника си. Можете също така да запазите любимите си тапети директно в приложението DaFit и бързо да ги сменят, като завъртите средния бутон на часовника Harmony.

## 6.2. Страница с преки пътища

За да получите достъп до него, плъзнете надолу от главната страница.



**Внимание!** Активирането на функцията „Не безпокойте“ ще спре часовника да приема повиквания и известия, а функцията за завъртане на екрана при завъртане на китката няма да работи. **Важно!** Активирайте режим „Не ме безпокойте“, преди да поставите часовника си във вода, след което използвайте функцията за отвеждане на водата.

## 7. SMART функции



**Активност:** Можете да проследявате броя на направените стъпки, изгорените калории, минутите движение през деня (тренировка) и часовете, през които сте били активни на крака.

**Важно:** Целите за дневна активност могат да се задават от приложението DaFit: Влезте в менюто Начало → първата колона в горната част (където се показват стойностите "kcal", "min" и "hr") → след това докоснете полето Цел, за да ги персонализирате.

**Внимание!** Показаните стойности са само за ориентир и не са предназначени за медицинска употреба. Те са с информационна цел за физическа активност и общо благосъстояние. Резултатите може да се различават от тези, предоставяни от медицински устройства.



**Списък с тренировки:** От този раздел можете да изберете вида тренировка, която правите. Ще намерите опции за упражнения като бързо ходене, бягане, колоездене, аеробни тренировки и други, в зависимост от модела на часовника. Часовникът ще следи избраната активност и ще ви предоставя подходяща информация за интензивността, продължителността, изгорените калории и други параметри на усилието.

**Внимание!** Получените стойности не са предназначени за медицинска употреба и могат да се различават от посочените от специализирани медицински устройства.



**История на тренировките:** От това приложение можете да получите достъп до историята на активността си – от стъпки и пулс до данни за съня, калории и тренировки. По този начин можете да проследявате напредъка си във времето и да коригирате целите си въз основа на личните си нужди.



**Тренировка:** Функцията за наблюдение на сърдечния ритъм ви позволява да проследявате сърдечния си ритъм в реално време, през целия ден или по време на физически дейности.



Тази функция ви позволява да измервате нивото на кислородна сатурация в кръвта (SpO<sub>2</sub>) – важен показател за цялостното ви здраве. Часовникът използва оптични сензори, които излъчват светлина, за да засече количеството кислород, пренасяно от червените кръвни клетки.



Функцията за измерване на кръвно налягане ви дава приблизителна оценка на систоличното и диастоличното налягане директно от вашия часовник. Измерването се извършва чрез оптични сензори, без да е необходим маншет. Резултатите са ориентировъчни и не заместват медицинско устройство.



Функцията „Сън“ автоматично следи съня ви през нощта. Часовникът анализира продължителността и качеството на съня ви, разделяйки го на етапи: лек, дълбок и REM. Информацията може да бъде прегледана в приложението DaFit за по-добро разбиране на вашите навици за почивка.



Часовникът включва две прости игри за релаксация: 2048 и Rocket Anger. 2048 е логическа игра, в която трябва да комбинирате еднакви числа, докато стигнете до числото 2048. Rocket Anger е аркадна игра, в която управлявате ракета и избягвате препятствия, тествайки рефлексите си.



Функцията за Bluetooth обаждания ви позволява да осъществявате и приемате обаждания директно от часовника си, ако е свързан с телефона ви. Можете също така да преглеждате входящите съобщения в реално време. Всичко това, без да вадите телефона си от джоба.



Приложението Relax ви помага да намалите стреса чрез дихателни упражнения с насоки. Можете да изберете продължителността на сесията, а часовникът ще показва правилния ритъм на вдишване и издишване. То е идеално за моменти, когато имате нужда от спокойствие и възстановяване на връзката.



Функцията „Калкулатор“ ви позволява бързо да извършвате прости изчисления директно от часовника си. Тя е полезна за ежедневни ситуации, без да се налага да използвате телефона си. Интерфейсът е интуитивен и лесен за използване.



Функцията „Фенерче“ превръща екрана на часовника в източник на бяла светлина, полезен в тъмното. Тя може бързо да се активира от главното меню. Идеална е за онези моменти, когато имате нужда от малко светлина, но нямате телефон под ръка.



Функциите хронометър и таймер са идеални за измерване на времето при различни дейности. Хронометърът ви позволява да стартирате, спирате и нулирате измерването на времето. Таймерът ви дава възможност да зададете точна продължителност, след която часовникът ще ви уведоми чрез вибрация.



Функцията „Алармен часовник“ ви позволява да настройвате аларми директно от часовника си, без да използвате телефона си. Можете да задавате ежедневни, персонализирани аларми със или без вибрация. Часовникът дискретно ще ви уведоми в зададения час.



Функцията „Времето“ ви показва текущите метеорологични условия и прогнозата за следващите няколко дни. Информацията се синхронизира автоматично от приложението на вашия телефон. Можете бързо да проверите температурата, състоянието на небето и вероятността от валежи директно на часовника си.



Функцията Медиен плейър ви позволява да контролирате музиката, която се възпроизвежда на телефона ви, директно от часовника ви. Можете да възпроизвеждате, поставяте на пауза, да сменяте песни и да регулирате силата на звука. Това е полезно по време на тренировки или когато телефонът ви не е под ръка.



Функцията „Гласов асистент“ ви позволява да активирате асистента на телефона си (Siri, Google Assistant и др.) директно от часовника си. С едно просто натискане можете да давате гласови команди, без да докосвате телефона си. Идеална е за многозадачност и бърз достъп до функции.



Функцията за стрес следи нивото ви на стрес въз основа на сърдечната честота и вариабилността на сърдечната честота. Часовникът анализира данните и ви дава оценка в реално време за нивото ви на стрес. Можете също да използвате функцията за насочено дишане, за да намалите напрежението.



Функцията за проследяване на менструалния цикъл е предназначена за жени и ви позволява да проследявате менструалния си цикъл директно от часовника си. Можете да въвеждате информация за менструалните си цикли, симптомите и продължителността на цикъла. Приложението ви предоставя прогнози за следващия ви цикъл и фертилен прозорец, помагайки ви да планирате и да придобиете самосъзнание.



Функцията „Настройки“ ви позволява да персонализирате дисплея, да регулирате яркостта, да активирате режим „Не безпокойте“ и да управлявате известията. Можете също така да видите информация за продукта (версия на софтуера, име на Bluetooth и др.) и да получите достъп до QR кода, за да изтеглите приложението DaFit. Това е контролният център на вашия часовник HarmonyX.



Функцията „Намери телефон“ ви помага бързо да намерите телефона си, когато не знаете къде сте го оставили. С едно просто докосване на часовника, телефонът ви ще издаде звук, дори и да е на безшумен режим. Това е изключително полезно у дома, в офиса или в движение.



Функцията „Снимка“ ви позволява да управлявате камерата на телефона си директно от часовника. Можете да правите снимки дистанционно с едно просто докосване на екрана на часовника. Това е идеално за селфита или групови снимки, без да докосвате телефона си.

## 8. Спортна статистика и дейности

1. Тренировките и техните подробности се запазват както на часовника, в секцията „Спортни записи“ (Дневник на тренировките), така и в приложението DaFit, в главното меню „Начало“ → „Запис на тренировка“.
  2. След като носите часовника по време на тренировки и сън в продължение на няколко дни, можете да получите достъп до поредица от подробни отчети от приложението, за да анализирате напредъка и цялостното си здраве.
  3. Чрез функцията „Тренировка“ можете да изберете желаните спорт и да зададете персонализирана цел: разстояние, калории или продължителност.
  4. В приложението DaFit, от менюто „Упражнения“, можете да започнете спортна сесия или да получите достъп до специални тренировъчни програми и видео курсове с насоки за различни видове упражнения, директно на телефона си.
  5. Въпреки че смарт часовникът HarmonyQ няма автоматично разпознаване на тренировка, можете ръчно да поставите на пауза или да възобновите дейността си по всяко време. Паузирането се извършва директно от екрана за тренировка, без да се прекъсва запазването на данни.
  6. Часовникът включва над 200 спорта, от които можете да изберете до 20, които да се показват в главното меню „Тренировка“.
  7. Умният часовник HarmonyQ също така има автоматично разпознаване на консумираните калории, базирано на физическа активност и лични параметри, зададени в приложението.
- ⚠ Предупреждение:** Стойностите, показвани от часовника (напр. калории, разстояние, пулс), са приблизителни и не трябва да се използват за медицински цели. Възможно е да има разлики от сертифицираните медицински устройства.

## 9. Настройки

Регулирайте яркостта на екрана според вашите предпочитания или условия на осветление. Задайте времето на неактивност, след което екранът автоматично се изключва. Изберете режим на показване на менюто (напр. списък, мрежа). Конфигурирайте преките пътища, показвани чрез плъзгане (Бързи настройки). Активирайте функцията за автоматично осветяване на екрана при движение на китката ви. Активирайте или деактивирайте функцията „Винаги включен дисплей“.



**Display**



**Vibration & Ring**



**Do not Disturb**



**Low Power Mode**



**Phone**



**Drain**



**System**



**About**



← Изберете интензитет на вибрация за повиквания и известия

← Включете режим „Не безпокойте“, за да спрете известията

← Активирайте режим за пестене на батерията, за да удължите живота ѝ

← Промяна на състоянието на Bluetooth връзката с телефона ви

← Подсушете телефона си след контакт с вода.

← Стартиране, спиране или рестартиране в случай на неизправност

← Информация за устройството

## 10. Полезна информация за приложението



Приложението DaFit ви дава пълен контрол над вашия часовник Harmony и достъп до основни функции за здраве и фитнес. След като се свърже с вашия смарт часовник, приложението е разделено на четири основни раздела: Дейност, Фитнес програма, Устройство и Моят акаунт, всеки с добре дефинирана роля.

В секцията „Активност“ можете да следите стъпки, изгорени калории, сърдечен ритъм, кръвно налягане, кислород в кръвта и качество на съня. Всички тези данни се представят ежедневно по ясен и достъпен начин, давайки ви пълна картина на цялостното ви здраве. Знаете ли, че приложението може да следи показатели, които някога са изисквали специално медицинско оборудване?

Разделът „Фитнес програма“ е посветен на тренировките. На разположение са над 100 спорта, GPS функция през телефона, маршрути на картата и възможност за проследяване на данни като темпо, разстояние или пулс в реално време. Тук можете също да видите историята на тренировките си и да си зададете персонализирани цели. DaFit ви позволява да изберете до 20 любими спорта, показвани директно на часовника.

В секцията „Устройство“ можете да конфигурирате известия, аларми, напомнания за хидратация и заседнал начин на живот, управление на камерата, музика и местоположение на телефона. Оттук можете също да промените фона на часовника, да регулирате яркостта и да активирате функции като „Събуждане“ или „Режим „Не ме безпокойте““. Удивително е как такъв компактен часовник ви дава пълен контрол над телефона ви.

Последният раздел, „Моят акаунт“, е вашето лично пространство в приложението. Тук задавате профила си (възраст, тегло, ръст), дневни цели и можете да активирате автоматична синхронизация на данни с услуги като Google Fit или Apple Health. Приложението настройва всички изчисления въз основа на вашите лични данни – така броят на изгорените калории и зоните на пулса са съобразени точно с вашия начин на живот.

## 11. ЧЗВ и отстраняване на неизправности

### 1. Защо не мога да намеря часовника в списъка с Bluetooth устройства?

Уверете се, че часовникът ви не е вече автоматично свързан с друг, преди това сдвоен телефон.

### 2. Защо не мога да приемам повиквания на часовника си?

На Android: отидете на Bluetooth връзка → Harmony → Колело с настройки → Отметнете „Разговори“.

На всяка система: проверете дали всички разрешения са предоставени. Ако не, деинсталирайте приложението, нулирайте часовника и го сдвоете отново.

### 3. Защо не получавам известия?

✓ Активирайте известията в приложението DaFit → Устройство → Известия ✓ Деактивирайте режима „Не безпокойте“ на часовника ✓ На iPhone: отидете на Bluetooth връзка → Harmony → Отметнете „Споделяне на системни известия“ ✓ Активирайте функцията „Обновяване на приложението във фонов режим“ за приложението DaFit ✓ Проверете дали избраните приложения могат да показват известия в лентата за известия (напр. WhatsApp) ✓ На Android: позволете работа във фонов режим и пълен достъп до известия и местоположение

### 4. Не мога да свържа часовника с друг телефон.

Изтрийте сдвояването от приложението DaFit на стария си телефон и изключете Bluetooth на него. След това го свържете с новото си устройство.

### 5. Часовникът често се изключва.

✓ Актуализирайте приложението DaFit ✓ Дръжте часовника и телефона си наблизо ✓ На Android: уверете се, че приложението работи във фонов режим → Настройки → Приложения → DaFit → Батерия → Неограничено ✓ На iOS: деактивирайте „Режим на ниска мощност“

## **6. Часовникът не се зарежда или не се включва?**

✓ Свържете го към зарядното за 30 секунди ✓ Натиснете и задръжте горния страничен бутон за 25 секунди ✓ Ако не работи, сменете захранването

## **7. Как да променя фона на часовника?**

Приложение DaFit → Устройство → Циферблати на часовника → изберете фон или качете своя собствена снимка от галерията.

## **8. Разлики между данните на часовника и телефона/медицинските устройства**

Часовникът използва оптични сензори (фотоплетизмография), различни от класическите медицински методи (напр. ЕКГ или сфигмоманометър), така че може да има вариации.

## **9. Кой колан е подходящ?**

Съвместим с всяка 18 мм каишка.

## **10. Как да върна часовника към фабричните настройки?**

Център за менюта → Настройки → Система → Нулиране

## **11. Как да актуализирам приложението DaFit?**

Отидете в App Store или Google Play → потърсете DaFit → натиснете „Актуализиране“.

## **12. Как да актуализирам фърмуера на часовника?**

Приложение DaFit → Устройство → име на часовник → „Актуализация на устройството“. Изисква се минимум 30% батерия.

## **13. Какви приложения мога да използвам с Harmony?**

Часовникът работи изключително с приложението DaFit.

## **14. Мога ли да инсталирам приложения на часовника?**

Не, Harmony не поддържа приложения на трети страни.

### 15. Какво е автономност?

Между 2 и 10 дни, в зависимост от употребата. С активен AOD: 1-2 дни.

### 16. Какво да направя, ако екранът не се включи?

✓ Свържете го към зарядното устройство ✓ Задръжете страничния бутон за 25 секунди ✓ Изчакайте 1 минута със свързан часовник

### 17. Как да променя мерната единица (градуси, мили/км, час)?

Приложение DaFit → Моят → Настройка на устройството

### 18. Защо не се следи сънят ми?

✓ Носете часовника сигурно ✓ Сънят трябва да продължи поне 3 часа ✓ Мониторингът на пулса трябва да е активен ✓ Алгоритъмът игнорира събужданията след 15 минути

### 19. Какво означава „Неизвестен“ при повиквания?

Това се случва, ако контактът има запазени емоджита, специални символи или няколко номера.

### 20. Какви езици са налични?

Румънски, унгарски, български, английски и други езици, налични в приложението DaFit → Устройство → Още настройки → Език на устройството

### 21. Екранът не светва, когато завъртя ръката си

✓ Активирайте функцията в настройките ✓ Деактивирайте „Не безпокойте“ ✓ Изчакайте 1-2 секунди, запалването не е мигновено

### 22. Има ли часовникът гаранция?

Да, 2 години за физически лица. Гаранцията е включена в пакета.

### 23. Как мога да се свържа с вас?

☎ Телефон / WhatsApp: +40 790 900 004 ✉ Емейл: support@harmoniq-official.com

## 12. Спецификации

Спецификация	Детайли
Име на приложението	Мойонг
размер	Диаметър: 44 мм, Дебелина: 11 мм
Тип екран	1.43-инчов AMOLED
Резолуция	466*466
Материал на екрана	Стъкло
Типизиране с докосване	Пълно докосване COF
Материал на корпуса	Пластмаса + Други от цинк
Материал на каишката	Силиконова каишка / Метална каишка
Вибрационен мотор	0827 със заварена тел
бутон	Три бутона, включително един с функция на въртене
Капацитет на батерията	300mAh
Ниво на водоустойчивост	IP67

Време за зареждане	2 руда
Време на готовност	25-30 дни
Време за употреба	10-15 дни
Метод на зареждане	Магнитно зареждане
високоговорител	0815 със заварена тел
МИКРОФОН	Високо съпротивление – чувствителност 45DB
Модел на процесора	Шифли 561
Версия на Bluetooth	BT5.3
Модел Cip Ritm Cardiac	HRS3605
Чип за обаждане	LIS2DOCTR
RAM + Вътрешна памет	RAM928KB ROM256Mb



**Производител, вносител, представител за ЕС:**

HarmoniQ Prim SRL, ул. Grigore Ureche 3, Mezzanine, в кантората за гражданско право Tomaşeschi & Asociații, 700023, Яш, Румъния © 2025 HarmoniQ Prim SRL. HarmoniQ® е регистрирана търговска марка в EUIPO. Всички права запазени.

**Производител, вносител, представител за ЕС:**

HarmoniQ Prim SRL, улица Grigore Ureche 3, Адвокатска кантора Mezanin, Tomaşeschi & Partners, 700023, Яш, Румъния © 2025 HarmoniQ Prim SRL. HarmoniQ® е регистрирана търговска марка на EUIPO. Всички права запазени.

**Производител, вносител, представител в ЕС:**

HarmoniQ Prim SRL, ul. Grigore Ureke 3, mezzanine, Bar Association of Tomaszeski and Associates, 700023, Яси, Румъния © 2025 HarmoniQ Prim SRL. HarmoniQ® е регистрирана търговска марка на EUIPO. Всички права запазени.