PORTUGUÊS

PORTUGUÊS

ÍNDICE

Introdução

222 Glossário
223 Apresentação
225 Navegação

As funções em detalhe

227 TIME
234 ACTIVITY
236 FAN
238 CONNECT

Informações adicionais

240 Resolução de problemas e outros tópicos
242 Repor as definições do utilizador

GLOSSÁRIO

Vista geral de todos os termos relevantes

TIME	**Modo com funções de hora**
DATE	Função de data
ALARM	Função de alarme
TIMER	Função de contagem decrescente
CHRONO	Função de cronómetro
AM	Período das OO.OO – 12.OO
PM	Período das 12.OO – 24.OO
Swatch .beat	Hora da Internet
ACTIVITY	**Modo com funções de atividade**
%TODAY	Nível de concretização do objetivo
KCAL	Calorias diárias queimadas
STEPS	Quantidade de passos
Objetivo diário	Metas definidas para atividade em 24 h
FAN	**Modo com funções de fã**
FAN HEAT	Ação global da atividade de fã, potência e número de palmas e número de la-ola/ondas
FAN RANK	Pontuações de atividades de fã

CONNECT	**Ligação entre relógio e smartphone**
SYNC	Sincronização de dados
Definições	Definições da app no smartphone
MY PROFILE	Definições de perfil no smartphone
BACKUP	Guardar ficheiros no armazenamento em nuvem
ON	Comutar funções para ON
OFF	Comutar funções para OFF

APRESENTAÇÃO

Diverte-te durante a corrida com o Swatch Touch Zero Two.

TIME

Time. Date. Alarm. Timer. Chrono. Swatch .beat

ACTIVITY

Mede a atividade. Estabelece objetivos. Verifica o teu desempenho. Conta os teus passos.

FAN

Mede a potência das palmas e de la-ola/ondas.

APP DE COMUNIDADE

Liberta o teu potencial com a app. Partilha-o com os outros.

À PROVA DE ÁGUA

3 bar.

PILHA DE LONGA DURAÇÃO

Pilha de longa autonomia.

APRESENTAÇÃO

O mostrador do relógio explicado

Funções TIME

Horas

Objetivo/recom-pensas

Sincronização de dados

Bluetooth ativado

ALARM ativado

Minutos

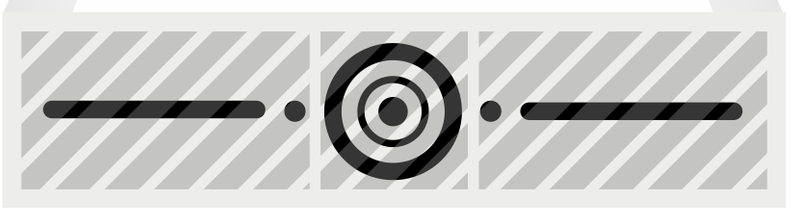
Pilha fraca

Informações FAN e ACTIVITY

Segundos/ano

Modos do relógio

A área tátil no mostrador



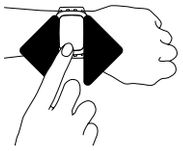
Secção esquerda Secção central Secção direita

NAVEGAÇÃO

Controla o relógio com um dedo

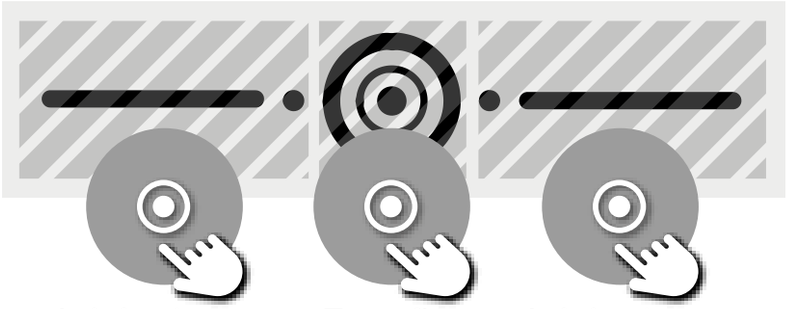
Deslizar com o dedo

- Acede e comuta entre modos
- Ajusta as definições



Toque rápido

- Acede e navega nas funções
- Inicia, para e continua as funções
- Confirma as definições



Pressão contínua

- Acede às definições
- Comuta as funções para ON/OFF

Pressiona continuamente na secção direita para retroiluminação

NAVEGAÇÃO

Acede a todas as funções com apenas alguns passos

Modo de baixo consumo (ecrã inicial)

O relógio passa para o modo de baixo consumo* durante a inatividade.

*As funções ativadas continuam a funcionar em segundo plano.

Modos

Os modos TIME, ACTIVITY e FAN incluem todas as funções principais do relógio.

Funções

Em cada modo, podes aceder a funções específicas e visualizá-las em detalhe.

Definições

Ajusta as definições TIME* às tuas necessidades.

*Não há definições disponíveis para ACTIVITY.

Acede rapidamente às definições TIME com uma única pressão contínua.

Acede às definições TIME no modo TIME pressionando continuamente.

Comuta entre modos deslizando o dedo.

Estas funções estão disponíveis no modo TIME:

Usa toques rápidos para navegar nestas funções.

A TIME (HORA)

B DATE (DATA)

C ALARM (ALARME)

D TIMER (TEMPORIZADOR)

E CHRONO (CRONÓMETRO)

F Swatch .beat

A Acede às definições TIME (HORA):

Desliza o dedo para aceder ao modo TIME.

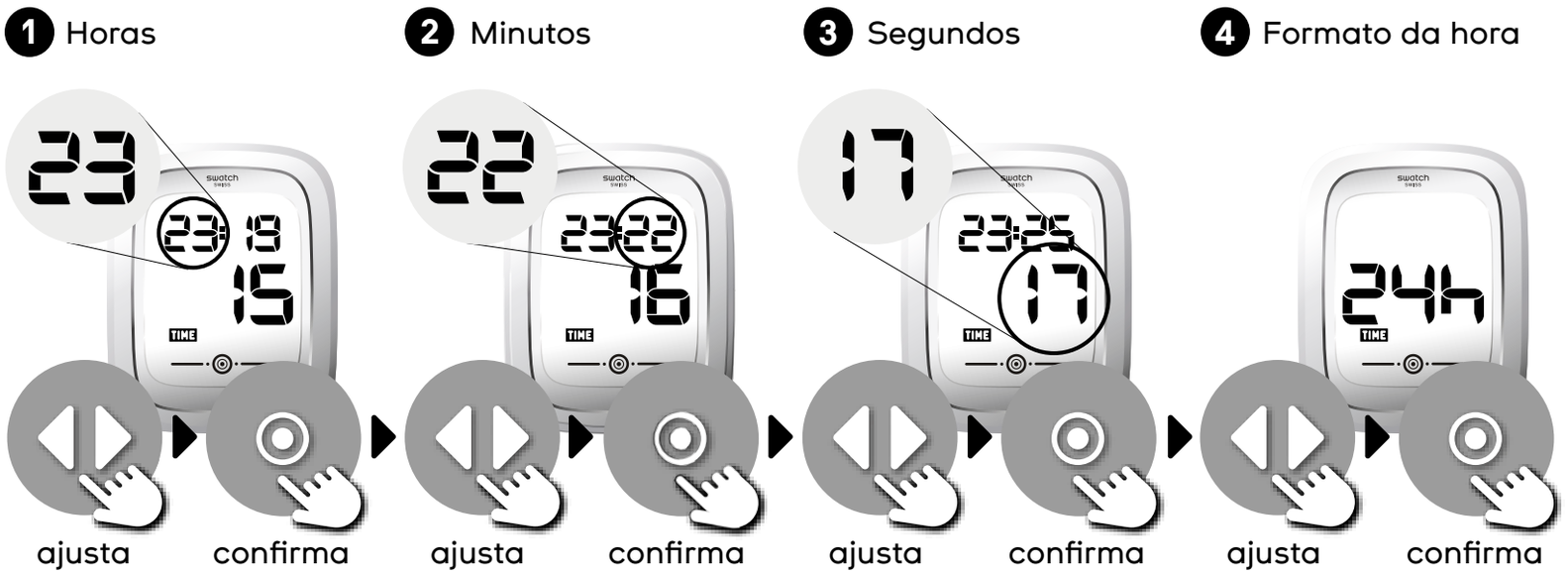
Toca rapidamente para navegar pelas funções TIME. Acede a TIME.

Pressiona continuamente para aceder às definições TIME.

Acede rapidamente às definições TIME a partir do modo de baixo consumo com uma única pressão contínua.

1. Desliza o dedo para ajustar as horas. Toca rapidamente para confirmar.
2. Desliza o dedo para ajustar os minutos. Toca rapidamente para confirmar.
3. Desliza o dedo para ajustar os segundos. Toca rapidamente para confirmar.
4. Desliza o dedo para ajustar o formato 12/24*. Toca rapidamente para confirmar.

* A alteração do formato da hora altera também o formato da data.



B Aceder às definições DATE (DATA):

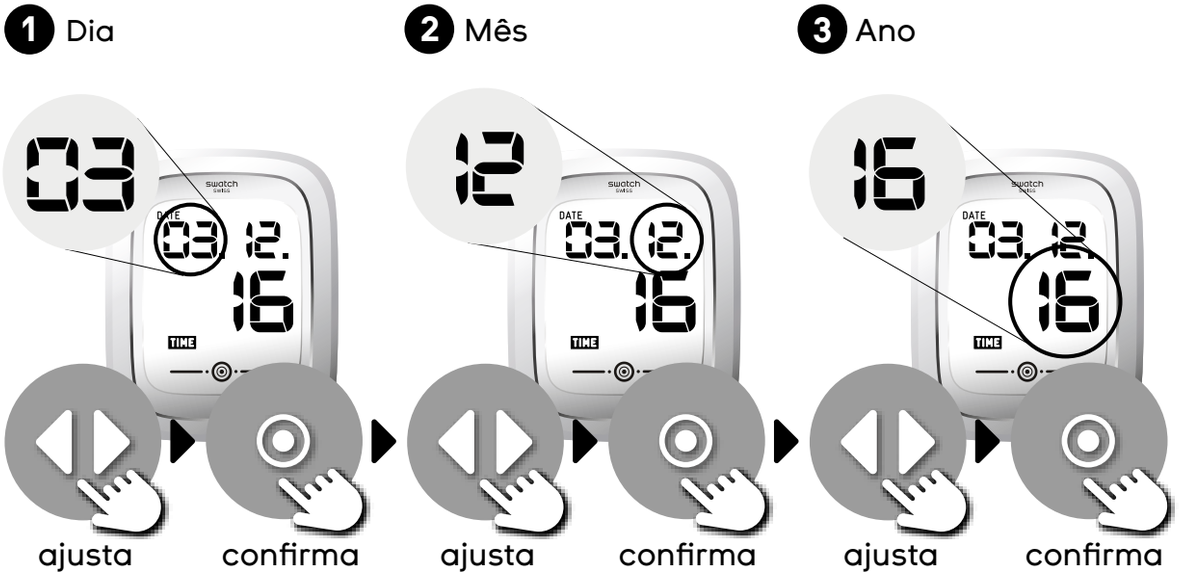
Desliza o dedo para aceder ao modo TIME.

Toca rapidamente para navegar pelas funções TIME. Acede a DATE.

Pressiona continuamente para aceder às definições DATE.

1 Desliza o dedo para ajustar os dias. Toca rapidamente para confirmar.
2 Desliza o dedo para ajustar os meses. Toca rapidamente para confirmar.
3 Desliza o dedo para ajustar os anos. Toca rapidamente para confirmar.

Acede rapidamente às definições DATE a partir do modo de baixo consumo com um toque rápido e pressionando continuamente de seguida.



C Aceder às definições ALARM* (ALARME):

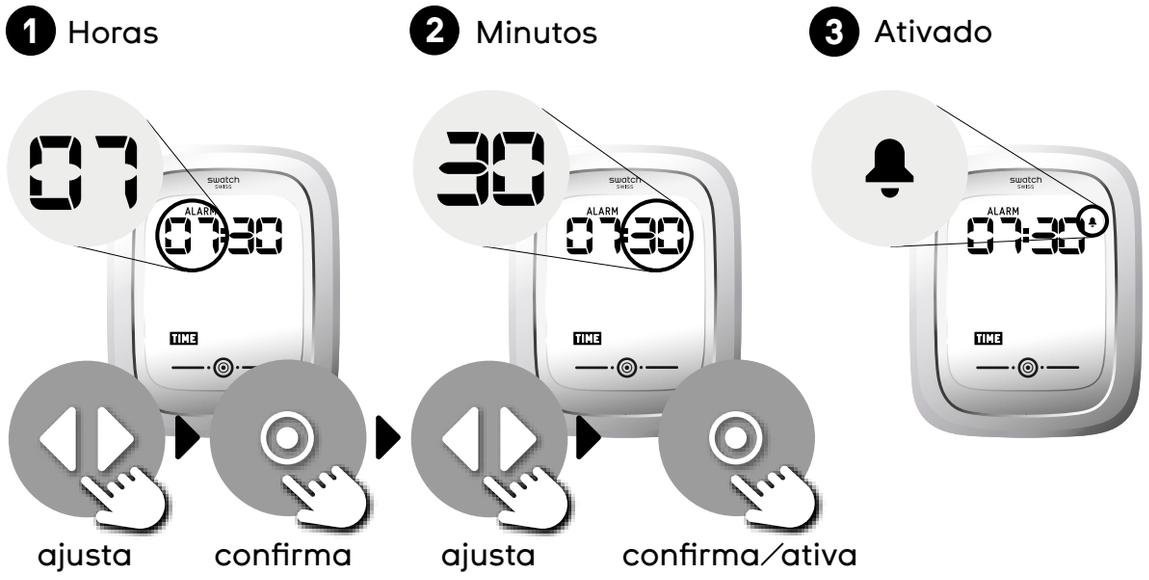
Desliza o dedo para aceder ao modo TIME.

Toca rapidamente para navegar pelas funções TIME. Acede a ALARM.

Pressiona continuamente para comutar ALARM para ON (ou OFF).

1 Desliza o dedo para ajustar as horas. Toca rapidamente para confirmar.
2 Desliza o dedo para ajustar os minutos. Toca rapidamente para confirmar.
3 O símbolo de alarme indica ALARM ativado.

* Os tons de toque de ALARM podem ser alterados a partir da app móvel.



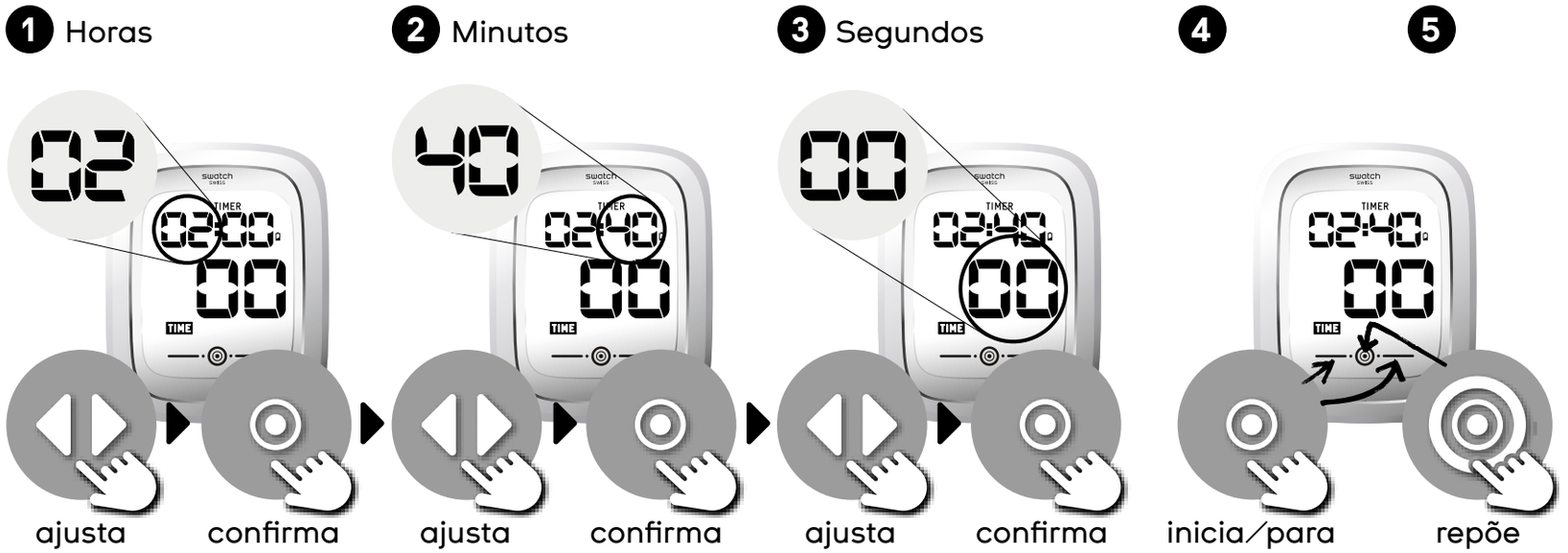
D Aceder às definições TIMER (TEMPORIZADOR):

Desliza o dedo para aceder ao modo TIME.

Toca rapidamente para navegar pelas funções TIME. Acede a TIMER.

Pressiona continuamente para aceder às definições TIMER.

1. Desliza o dedo para ajustar as horas. Toca rapidamente para confirmar.
2. Desliza o dedo para ajustar os minutos. Toca rapidamente para confirmar.
3. Desliza o dedo para ajustar os segundos. Toca rapidamente para confirmar.
4. Dá toques rápidos na secção esquerda ou direita para iniciar, parar e continuar.
5. Pressiona continuamente a secção central para repor (apenas no modo de configuração do temporizador).



E Aceder às definições CHRONO (CRONÓMETRO):

Desliza o dedo para aceder ao modo TIME.

Toca rapidamente para navegar pelas funções TIME. Acede a CHRONO.

1 CHRONO começa a funcionar imediatamente após um toque rápido na secção esquerda ou direita. Toca de novo nas mesmas secções para parar CHRONO. Para continuar, toca novamente.
2 Pressiona continuamente a secção central para repor o valor OO.OO.OO.O.

inicia/para/continua repõe

Se CHRONO estiver comutado para ON, o relógio não entra automaticamente em modo de baixo consumo.

F Aceder ao Swatch .beat*:

Desliza o dedo para aceder ao modo TIME.

Toca rapidamente para navegar pelas funções TIME. Acede a BEAT.

Pressiona continuamente para aceder às definições BEAT.

1 Desliza o dedo para ajustar as horas. Toca rapidamente para confirmar.
2 Swatch .beat (hora da Internet).
O que é? A Swatch dividiu o dia em 1000 beats (batimentos).
Um Swatch .beat equivale a 1 minuto e 26,4 segundos.

1 Swatch .beat

2

Porquê utilizar a hora da Internet?
Descobre os benefícios ao pormenor.
Digitaliza o código QR ou visita o nosso site www.swatch.com/internet-time

swatch .beat

Estas funções estão disponíveis no modo ACTIVITY (ATIVIDADE):

Usa toques rápidos para navegar nestas funções.

CURRENT ACTIVITY (ATIVIDADE ATUAL)

- Verifica o teu nível de atividade agora.
- Quanto mais ativo fores, maior será o número:
  O significa nenhuma atividade; 999 é o nível máximo de atividade.
- O valor é atualizado a cada 5 segundos.
- A média da atividade por hora é registada e exibida graficamente na app.

%TODAY (%HOJE)

- Está predefinido um objetivo médio. Define o teu próprio objetivo diário na app.
- O teu objetivo diário é definido para a tua atividade média ao longo de 24 horas.
- Verifica a percentagem que atingiste: O,O% significa que não fizeste nada; 100% significa que o objetivo foi alcançado (indicação com o símbolo do troféu).
- O valor é atualizado a cada minuto.
- Ele é registado a todas as horas e transferido quando sincronizado com a app.

KCAL

Calorias queimadas diariamente com base no contador de passos.

STEPS* (PASSOS)

Número de passos dados diariamente.

Navegar em ACTIVITY*:

Desliza o dedo para aceder ao modo ACTIVITY.

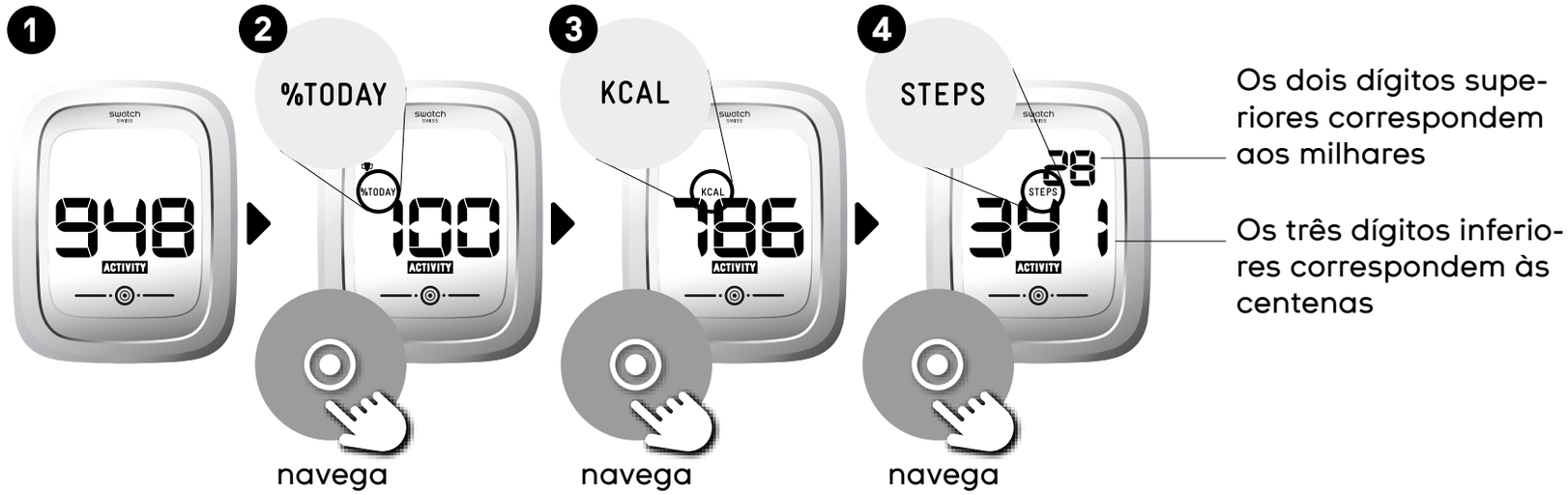
Toca rapidamente para navegar pelas funções ACTIVITY.

1. CURRENT ACTIVITY (ATIVIDADE ATUAL).
2. %TODAY (%HOJE).
3. KCAL.
4. STEPS* (PASSOS).

Com outro toque rápido voltas a CURRENT ACTIVITY.

* Não é possível efetuar modificações nestas funções, apenas são fornecidas informações.

* O contador de passos está sempre ligado.



- Passos máx. memorizados por dia: 65.000. Posteriormente, aparece “FULL” para o dia.
- Os dados são armazenados por um período máx. de 31 dias.
- O valor de % hoje é reposto para 0% à meia-noite.

Os cálculos do contador de passos baseiam-se nas medidas médias do corpo. Ajusta o relógio às medidas exatas do teu corpo através da app no teu smartphone, para obter resultados ainda mais precisos.

As seguintes funções estão disponíveis no modo FAN:

Usa toques rápidos para navegar nestas funções.

A FAN HEAT (ENTUSIASMO DE FÃ)

- A função FAN HEAT apresenta um resumo do teu desempenho de: 1. atividade de fã; 2. o número e a potência das palmas; e 3. o número de la-ola/ondas.
- O valor só é monitorizado e exibido quando comutares FAN HEAT para ON.
- Quanto mais la-ola/ondas e palmas, mais alto será o valor: O significa sem ação; 999 é o nível de ação máximo.
- O valor é atualizado a cada 5 segundos.
- O entusiasmo médio do fã de cada 5 minutos é registado e exibido com um gráfico na tua app.

B FAN RANK (CLASSIFICAÇÃO DE FÃ)

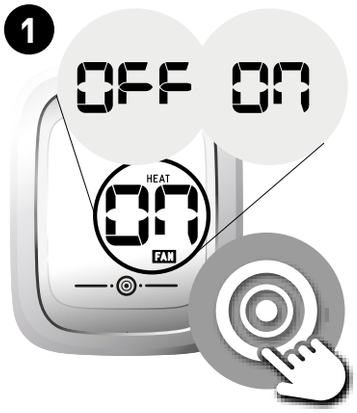
- O FAN RANK exibe a tua classificação.
- A informação é enviada para ti a partir da app.

A Comuta FAN HEAT para ON ou OFF.

Desliza o dedo para aceder ao modo FAN.

Toca rapidamente para navegar pelas funções de FAN. Acede a HEAT.

1 Pressiona continuamente para comutar a função HEAT para ON ou OFF*.



comuta para ON/OFF

* Após 3 horas, a função FAN HEAT comuta automaticamente para OFF.

É possível armazenar no relógio um máx. de 10x 3 horas de sessões FAN HEAT. As sessões registadas para além disso substituem continuamente as sessões mais antigas. Por isso, sincroniza regularmente o relógio (fazendo o upload dos dados no smartphone) para evitar perda de dados.

B Navegar pelas funções de FAN RANK.

Desliza o dedo para aceder ao modo FAN.

Toca rapidamente para navegar pelas funções de FAN. Acede a RANK.

2 Vê as funções RANK**.

navega

** Não podem ser feitas alterações em FAN RANK.

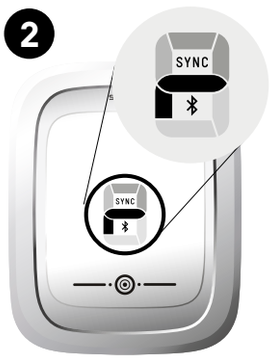
A informação de RANK só pode ser atualizada através da app no teu smartphone. Por isso, sincroniza regularmente o relógio (fazendo o upload dos dados no smartphone) para teres a informação de RANK mais precisa.

Iniciar a sincronização:

Pressiona continuamente a secção esquerda para comutar a função Bluetooth para ON.

1 O ícone Bluetooth a piscar indica que é possível iniciar BACKUP a partir da app.
2 A figura em rotação indica que está a ser feito o upload dos dados.

comuta para ON



Antes de estabelecer a ligação, certifica-te de que o Bluetooth está ativado no teu smartphone. Ao emparelhar os dois dispositivos ou sincronizar os dados, mantém o relógio e o smartphone tão próximos quanto possível.

Na app, seleciona SETTINGS／MY PROFILE (DEFINIÇÕES／O MEU PERFIL) e seleciona BACKUP para iniciar o processo de cópia de segurança. Para evitar a perda de dados, efetua regularmente a cópia de segurança dos dados.

Após a transferência dos dados, desativa a tua ligação Bluetooth. Enquanto a função Bluetooth estiver ligada, não será possível aceder a qualquer função.

Mais diversão com a app

Expande as tuas possibilidades. Basta transferir a app Swatch Touch Zero e estabelecer a ligação do relógio com o smartphone.

O relógio Swatch Touch Zero Two é compatível com a maioria dos dispositivos iOS® e Android™ a executar as últimas versões do software.

Transfere a app em:
- App Store
- Google Play™

Em alternativa, vai a www.swatch.com e transfere a app diretamente do site.

Nota: As atualizações de software do teu relógio podem ser automaticamente instaladas via Bluetooth; a transferência pode demorar até 15 minutos. Não interrompas a ligação.

Os dispositivos Android suportados possuem as seguintes especificações:
Versão Bluetooth 4.BLE, Android 4.4 ou superior.

A maioria dos dispositivos iOS é suportada. O Swatch Touch Zero Two suporta atualmente os seguintes dispositivos:
iPhone® 4S ou superior.

É necessário ter a última versão do iOS instalada no teu dispositivo.

RESOLUÇÃO DE PROBLEMAS E OUTROS TÓPICOS

Resolução de problemas

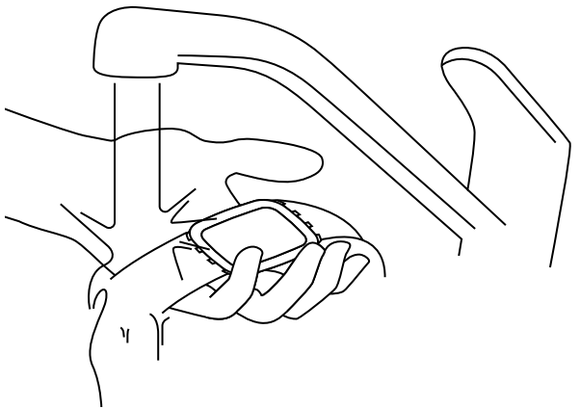
1 Caso seja exibido um ecrã com barras em vez de números, retira a pilha e volta a inseri-la após **2 minutos** para reiniciar o relógio. Se o problema persistir, contacta a loja Swatch mais próxima.

Limpeza

2 Lava cuidadosamente a bracelete do relógio utilizando apenas água fria. Não utilizes sabão ou detergentes.

1

2



RESOLUÇÃO DE PROBLEMAS E OUTROS TÓPICOS

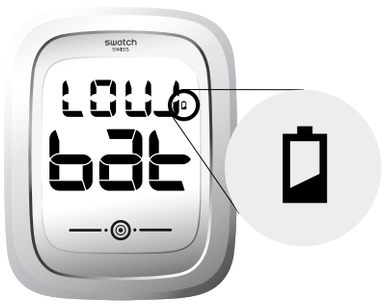
Pilha

1 Quando o símbolo da pilha aparece no relógio, a pilha está fraca. Substitui a pilha assim que possível.
2 Para substituir a pilha, dirige-te à loja Swatch mais próxima.

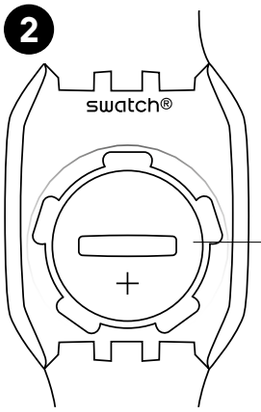
Aviso sonoro

O sinal sonoro audível está desligado por defeito e pode ser ligado (ou desligado) com a app Swatch Touch Zero.

1



2



CR2032
20.00 X 3.20/3.00 V

Quando a pilha estiver quase esgotada, a contagem de passos e a atividade deixam de ser registadas, a função FAN deixa de estar acessível e não será possível ativar a ligação Bluetooth, bem como a função de retroiluminação.

Atenção, existe risco de sobreaquecimento e ferimentos se a pilha for substituída por um tipo de pilha errado. Elimina as pilhas usadas de acordo com as instruções.

Ao colocar a nova pilha tem cuidado para não quebrar o borne lateral (+). O borne (–) encontra-se no fundo do compartimento da pilha.

REPOR AS DEFINIÇÕES DO UTILIZADOR

Como repor

1. Retira a pilha. Aguarda 2 minutos. Volta a colocar a pilha e aguarda até que o seguinte processo seja concluído:
   - O relógio emite um aviso sonoro durante 2 segundos.
   - O sistema reinicia e o aviso sonoro para.
   - O mostrador liga-se durante 5 segundos.
2. Aguarda mais um segundo. A seguir, toca em simultâneo nas 3 secções de ecrã tátil até o mostrador exibir “tESt.”
3. Toca rapidamente em (tESt) e desliza com o dedo, escolhendo “Inlt O6.” Toca rapidamente mais uma vez para entrar na função.
4. Pressiona continuamente (YES) para confirmar o restauro dos dados.
5. Desliza com o dedo para “End” e toca rapidamente para confirmar e para reiniciar o relógio: o relógio emite um aviso sonoro durante 2 segundos até que o reinício seja concluído.

2

pressiona continuamente as três secções em simultâneo

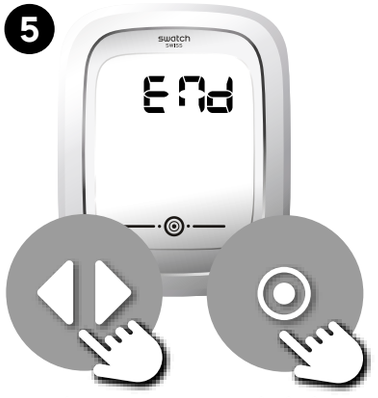
3

ajusta inicia

4

confirma

5



ajusta reinicia