OOQE

WATCH ULTRA 3

HANDBUCH DEUTSCH

Inhaltsverzeichnis

Packungsinhalt	2
Technische Daten	2
Aufladen Ihrer OOQE WATCH ULTRA 3	3
OOQE WATCH ULTRA 3 ein-/ausschalten	4
Laden Sie die Da Fit-App herunter.	4
Koppeln mit Ihrem Smartphone	4
Wählen Sie die gewünschten Benachrichtigungen aus.	5
OOQE WATCH ULTRA 3 trennen	5
Verschiedene Aktionen	7
Erweiterte Funktionen im Überblick	9
Weitere Funktionen über die Da Fit App	11
Warnungen und Hinweise	14

Herzlichen Glückwunsch zu Ihrem Kauf

Willkommen bei OOQE! Wir wünschen Ihnen viel Spaß mit Ihrer OOQE Watch Ultra 3

Das OOQE-Team ist immer bereit

Bei Fragen, Anmerkungen oder Mängeln schreiben Sie uns bitte eine E-Mail an info@ooqe.de. Wir tun unser Bestes, um innerhalb eines Arbeitstages zu antworten!

Lernen Sie die OOQE WATCH ULTRA 3 kennen

Die OOQE Watch Ultra 3 ist eine fortschrittliche Smartwatch mit bahnbrechenden Sensoren, Innovationen und Funktionen, um wichtige körperliche Parameter zu messen, Ihre sportlichen Aktivitäten und Ihr Gewicht zu verwalten und den Alltag einfacher zu machen. Die OOQE Watch Ultra 3 ist nicht dazu bestimmt, medizinische und/oder wissenschaftliche Daten bereitzustellen.

Packungsinhalt

• OOQE Watch Ultra 3
• OOQE Watch Ultra 3-Armbänder. Die abnehmbaren Armbänder der OOQE Watch Ultra 3 sind in verschiedenen Farben und Materialien erhältlich.
• OOQE-Schnellladegerät
• Digitale Bedienungsanleitung

Spezifikationen

• Batterieleistung: 280 mAh
• Wasserbeständigkeit: IP67
• Durchmesser: 44 mm
• Gewicht des Uhrengehäuses: 34 Gramm
• Drahtlose Verbindung: Bluetooth 5.3
• Funktioniert auf Android 4.4 und höher und IOS 8.0 und höher
• Ladezeit: 1-2 Stunden

Aufladen Ihrer OOQE WATCH YLTRA 3

1. Schließen Sie das mitgelieferte Ladekabel an einen UL/CE-zertifizierten USB-Adapter an und stecken Sie ihn in eine Steckdose. Für eine optimale Batterielebensdauer verwenden Sie einen Adapter mit einer Nennspannung von 5 V und 0,5 A. Wenn Sie keinen USB-Adapter haben, können Sie das Kabel auch direkt an Ihren Laptop, PC oder Ihre Powerbank anschließen. Diese haben oft einen Ausgang von 0,5A.
2. Platzieren Sie den Magnetkopf des Ladekabels auf der Rückseite der Uhr. Stellen Sie sicher, dass die Ladepunkte auf der Rückseite der Uhr ordnungsgemäß mit dem Magnetkopf befestigt sind.
3. Bei erfolgreicher Verbindung wird das Ladesymbol auf dem Bildschirm angezeigt.
4. Wenn die Uhr vollständig aufgeladen ist, hält sie bei durchschnittlicher Nutzung 5–8 Tage. Sie können die Akkulaufzeit auch verlängern, indem Sie den „ENERGIESPARMODUS“ aktivieren.

OOQE WATCH ULTRA 3 ein-/ausschalten

Halten Sie auf dem Startbildschirm (Zifferblatt) die Taste auf der rechten Seite der Uhr 5 Sekunden lang gedrückt, um sie ein- und auszuschalten.

Dazugehörige Da Fit-App herunterladen

Laden Sie die „Da Fit"-App im App Store oder Google Play Store herunter. Oder scannen Sieden QR-Code mit der Kamera Ihres Smartphones undgelangen Sie direkt zum Da Fit-Downloadbildschirm.

Mit Ihrem Smartphone koppeln

Für iPhone-Geräte:

1. Schalten Sie Bluetooth auf Ihrem Smartphone ein.
2. Öffnen Sie die Da Fit-App auf Ihrem Smartphone.
HINWEIS: Nicht in den Bluetooth-Einstellungen koppeln, sondern über die App!
3. Gehen Sie in Da Fit auf „HINZUFÜGEN".
4. Wählen Sie das Symbol „OOQE WU3".
5. Meldung „Bluetooth-Pairing-Anfrage OOQE WU3 möchte mit Ihrem iPhone koppeln" wird angezeigt. Drücken Sie „Koppeln". Dann kommt die Meldung „Möchten Sie zulassen, dass OOQE WU3 Ihnen Benachrichtigungen vom iPhone anzeigt". Drücken Sie „Zulassen", wenn Sie die Benachrichtigungen erhalten möchen.
6. Die Uhr ist jetzt mit Ihrem Smartphone gekoppelt!

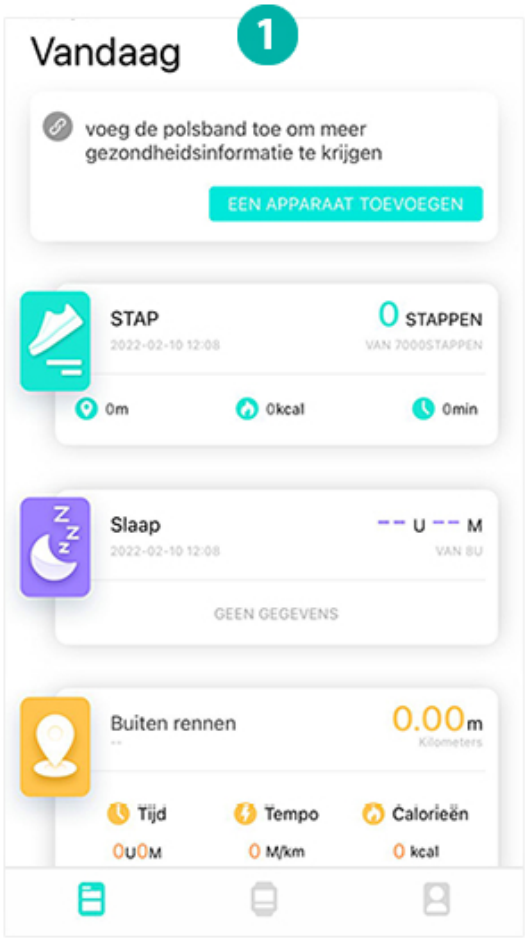
Für Android-Smartphones:
1. Schalten Sie Bluetooth auf Ihrem Smartphone ein.
2. Öffnen Sie die Da Fit App auf Ihrem Smartphone.
Hinweis: Nicht in den Bluetooth-Einstellungen koppeln, sondern über die App!
3. Gehen Sie in Da Fit zu „GERÄT HINZUFÜGEN".
4. Wählen Sie das Symbol „OOQE WU3".
5. Drücken Sie „Bestätigen" und dann „Weiter".
6. Benachrichtigung „Bluetooth-Kopplungsanfrage." „Link zu OOQE WU3?" erscheint. Drücken Sie „Koppeln".
7. Die Uhr ist jetzt mit Ihrem Smartphone gekoppelt!

Legen Sie fest, welche Benachrichtigungen Sie auf der Uhr erhalten

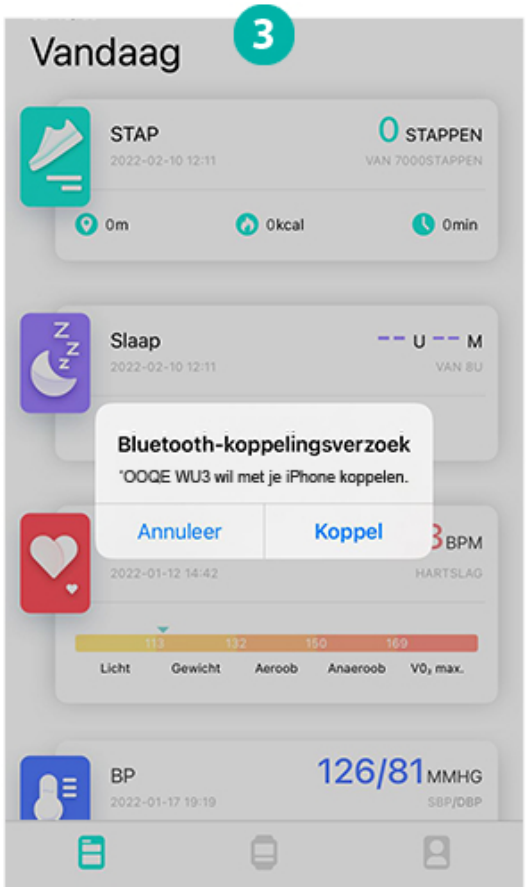
Wählen Sie aus, welche App-Benachrichtigungen und Nachrichten auf Ihrer Uhr angezeigt werden sollen:
1. Öffnen Sie in Da Fit „Benachrichtigungen" und aktivieren Sie die gewünschten oder „Andere".
2. ehen Sie in die Telefoneinstellungen zu „Benachrichtigungen" und aktivieren Sie die gewünschten Optionen. Bei iPhones auch „Vorschau" einschalten.

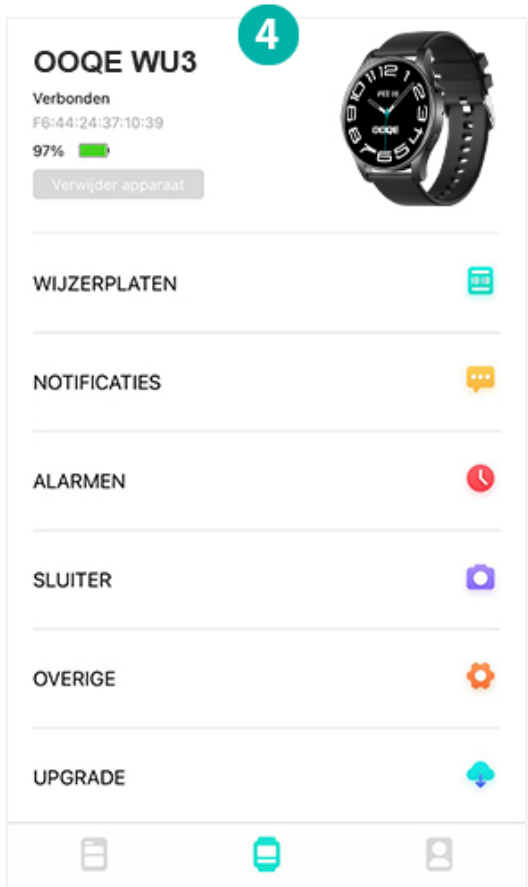
OOQE WATCH ULTRA 3 trennen

Für iPhone-Geräte: Öffnen Sie die Da Fit-App, drücken Sie „ENTFERNEN" und bestätigen Sie. Gehen Sie zu Einstellungen > Bluetooth, wählen Sie das (i) bei „OOQE WU3" und drücken Sie „Dieses Gerät vergessen". Die Verbindung ist getrennt.
Für Android-Smartphones: Öffnen Sie die Da Fit-App und drücken Sie „ENTFERNEN". Bestätigen Sie die Aktion und die Verbindung wird nun getrennt.


1
Vandaag
voeg de polsband toe om meer gezondheidsinformatie te krijgen
EEN APPARAAT TOEVOEGEN
STAP
2022-02-10 12:08
0 STAPPEN
VAN 7000STAPPEN
0m
0kcal
0min
Slaap
2022-02-10 12:08
-- U -- M
VAN 8U
GEEN GEGEVENS
Buiten rennen
0.00m
Kilometers
Tijd
Tempo
Calorieën
0U0M
0 M/km
0 kcal

2
EEN APPARAAT TOEVOEGEN
OOQE WU3
F6:44:24:37:10:39
Zoeken


3
Vandaag
STAP
2022-02-10 12:11
0 STAPPEN
VAN 7000STAPPEN
0m
0kcal
0min
Slaap
2022-02-10 12:11
-- U -- M
VAN 8U
Bluetooth-koppelingsverzoek
"OOQE WU3 wil met je iPhone koppelen.
Annuleer
Koppel
BPM
2022-01-12 14:42
HARTSLAG
113
132
150
169
Licht
Gewicht
Aeroob
Anaeroob
VO2 max.
BP
2022-01-17 19:19
126/81 MMHG
SBP/DBP


4
OOQE WU3
Verbonden
F6:44:24:37:10:39
97%
Verwijder apparaat
WIJZERPLATEN
NOTIFICATIES
ALARMEN
SLUITER
OVERIGE
UPGRADE

Verschiedene Aktionen auf OOQE WATCH ULTRA 3

• **Bildschirm einschalten:** Drücken Sie den Knopf auf der rechten Seite der Uhr. Oder heben Sie Ihre Hand und der Bildschirm schaltet sich dank Smart Sensor automatisch ein. Über die Einstellungen können Sie den Smart Sensor auch deaktivieren.
• **Zifferblatt ändern:** Halten Sie das Zifferblatt 2 Sekunden lang gedrückt und wischen Sie nach links oder rechts, um das Zifferblatt zu ändern. Sie können auch den Knopf auf der rechten Seite der Uhr drehen, um das Zifferblatt zu ändern. Mit der Da Fit-App haben Sie
Zugriff auf über 100 Hintergründe: Öffnen Sie die DaFit-App und drücken Sie „GESICHTSGALERIE". Wählen Sie ein Zifferblatt und drücken Sie „Anwenden". Warten Sie, bis das Zifferblatt heruntergeladen ist.
• **Zifferblatt personalisieren:** Öffnen Sie die Da Fit-App und gehen Sie zu „Hintergrund". Drücken Sie „Bearbeiten" und wählen Sie ein voreingestelltes Bild, machen Sie sofort ein Foto von etwas das Ihnen gefällt, oder wählen Sie ein Foto aus Ihrem Fotoalbum. Sie können die Farbe der Zeitanzeige ändern und Ihrem Hintergrund auch Schrittzähler, Schlafanalyse und Herzfrequenzmesser hinzufügen. Drücken Sie auf „Speichern". Das ausgewählte Foto ist jetzt Ihr Hintergrund. Legen Sie los und erstellen Sie Ihr ganz persönliches Zifferblatt!
• **Zurück zum Startbildschirm:** Drücken Sie kurz die Uhr Taste oder wischen Sie zurück, bis das Zifferblatt erscheint.
• **Menu:**Wischen Sie auf dem Startbildschirm nach rechts, um das App-Menü zu öffnen und durch Funktionen zu navigieren. Wischen Sie nach links, um Favoriten anzuzeigen, fügen Sie sie mit dem Pluszeichen (+)

hinzu und entfernen Sie sie, indem Sie 2 Sekunden lang drücken und das Minuszeichen (–) wählen.

• **Menu weergave veranderen:** Sie können auch das Anzeigemenü ändern und eine andere Anzeige auswählen. Navigieren Sie dazu zum Startbildschirm (Breite anpassen) und drücken Sie auf dem Einstellungsbildschirm auf Symbol > Anzeige > Symbol -Menü anzeigen. Hier können Sie aus 8 verschiedenen Menüpunkten wählen. Wählen Sie eine aus, die Ihnen praktisch erscheint.

• **Menü Grundeinstellungen:** Wischen Sie nach unten, um auf die Grundeinstellungen zuzugreifen, z. B. das Ein- und Ausschalten der Anruffunktion, das Anpassen der Helligkeit (HINWEIS: Hohe Helligkeit verkürzt die Akkulaufzeit), das Ändern der Menüanzeige und das Aufrufen von (umfangreichen) Einstellungen.

• **Einstellungen:** Hier können Sie die Bildschirm- Timeout-Zeit anpassen, den Smart Sensor ein- und ausschalten, die Ton- und Vibrationsfunktion anpassen, den Schlafmodus ein- und ausschalten, den Batterie-sparmodus aktivieren, Telefoneinstellungen ändern, neu starten, ausschalten und zurücksetzen.

• **Bildschirmuhr:** Wählen Sie eine Bildschirmuhr, die dezent angezeigt wird, wenn die Uhr gesperrt ist.

•**TELEFON:** Schalten Sie „TELEFON“ ein, um die Telefonfunktion der Uhr zu aktivieren. Sie können jetzt auf der Uhr Anrufe tätigen, empfangen, beantworten und auflegen. Schalten Sie die Funktion aus, wenn Sie über Ihr Telefon telefonieren möchten.

• **MEDIA AUDIO:** Aktivieren Sie „MEDIA AUDIO“, um Audio wie Musik und Videos auf der Uhr zu hören. Deaktivieren Sie es, um Audio auf dem gekoppelten Gerät (Telefon, Lautsprecher, Ohrhörer usw.) abzuspielen.

Erweiterte Funktionen im Überblick

• **NACHRICHTEN:** Wischen Sie nach oben, um „NACHRICHTEN“ anzuzeigen. Hier finden Sie Benachrichtigungen von WhatsApp, Facebook, Instagram, verpassten Anrufen, Nachrichten und anderen Apps.
• **AKTIVITÄTSTRACKER:** Hier können Sie die Anzahl der zurückgelegten Schritte sehen. Wischen Sie nach oben, um verbrannte Kalorien und andere Messwerte anzuzeigen. Wischen Sie noch weiter nach oben, um den Fortschritt im Tages- und Wochenverlauf anzuzeigen.
• **SCHLAF:** Sehen Sie sich hier die Gesamtzahl der geschlafenen Stunden an. Wischen Sie nach oben, um die Schlafanalyse anzuzeigen. Eine umfangreiche
• **HERZ:** Drücken Sie das Symbol „HERZ“ und warten Sie, bis die Herzfrequenzmessung abgeschlossen ist. Wischen Sie nach oben, um die Analyse Ihres Werts anzuzeigen.
• **ÜBUNG:** Wählen Sie das gewünschte Sportprogramm und starten Sie Ihre sportliche Aktivität. Die Uhr misst nun Ihre sportliche Leistung: Anzahl der Schritte, zurückgelegte Strecke (km), Anzahl der verbrannten Kalorien (kcal) und Ihren Blutdruck (Bpm) während des Trainings. Wischen Sie nach oben, um den Sportintensitätsmesser zu öffnen, in dem Sie die Intensität Ihres Trainings nachvollziehen können. Um die Sportaktivität zu beenden oder zu pausieren, wischen Sie nach rechts.
• **ZIELE SETZEN:** Sie können auch konkrete Ziele für die Sportprogramme festlegen. Drücken Sie auf das Symbol neben dem Sportprogramm, um Zeitziele, Kalorienziele, Distanzziele oder offene Ziele festzlegen.

• **BLUTDRUCK:** Drücken Sie das Symbol „BLUTDRUCK“. Warten Sie, bis die Messung abgeschlossen ist. Wischen Sie nach oben, um Details zum Messwert und den Blutdruckwerten für die gesamte Woche anzuzeigen. Sie können dies auch in der App einsehen.
• **SPO2:** Drücken Sie das Symbol „SPO2”. Warten Sie, bis die Blutsättigungsmessung abgeschlossen ist. Wischen Sie nach oben, um Details zum Messwert anzuzeigen.
• **WETTER:** Sehen Sie sich das heutige Wetter an und wischen Sie nach oben, um das Wetter für die kommenden Tage/Wochen anzuzeigen.
• **KAMERA:** Öffnen Sie die Da Fit App und drücken Sie „FOTOAUSLÖSER“. Wenn Sie jetzt Ihre Hand schütteln oder auf die Uhr drücken, macht Ihr Telefon ein Foto. Sie können jetzt Gruppenfotos mit sich selbst aus der Ferne über die Uhr machen!zelf ertussen!
• **OOQE PLAYER:** Hier können Sie Musik, Videos und Filme genießen sowie Töne auf der Uhr abspielen. Sie können die Lautstärke auch durch Drücken des Symbols anpassen. Um Audio auf dem gekoppelten Gerät statt auf der Uhr wiederzugeben, gehen Sie zu Einstellungen > Telefon > Medien-Audio.
• **SPRACHASSISTENT:** Drücken Sie auf den Bildschirm und sprechen Sie Sprachbefehle. Sie können beispielsweise direkt jemanden anrufen, die Wettervorhersage prüfen oder blitzschnell navigieren.
• **TELEFON FINDEN:** Wenn Sie Ihr Telefon verlieren, können Sie es leicht wiederfinden. Drücken Sie „TELEFON SUCHEN“. Ihr Telefon gibt jetzt einen lauten Ton aus und beginnt zu vibrieren.
• **INSTITUTIONEN:** Hier können Sie allerlei Einstellungen nach Ihren Wünschen anpassen.
• **Timer, Alarm, Stoppuhr und Rechner**

Weitere Funktionen über die Da Fit App

Heute

• **AKTIVITÄT:** Drücken Sie „AKTIVITÄT“, um Schritte, zDistanz und Gesamtzeit für Tag, Woche und Monat einzusehen. Über das Symbol oben rechts sehen Sie die Schritt-Historie mit Datum.
• **SCHLAF:** Drücken Sie das „Schlaf“-Symbol, um Ihre Schlafanalyse anzuzeigen. Hier können Sie unter anderem sehen, wie lange Ihr Tiefschlaf und Leichtschlaf dauern und Ihren Schlafqualitätswert. Wenn Sie oben rechts auf das Symbol klicken, sehe Sie haben alle in der Vergangenheit Schlafmessungen registriert mit dem entsprechenden Datum.
• **Herzfrequenz:** Drücken Sie das Symbol „Herzfrequenz“ um eine detaillierte Ansicht und Analyse Ihrer Herzfrequenzmessungen anzuzeigen. Wenn Sie oben rechts auf das Symbol drücken, werden Ihnen alle aufgezeichneten Messungen der Vergangenheit mit dem entsprechenden Datum angezeigt.
• **Blutdruck:** Drücken Sie das Symbol „Blutdruck“. um eine detaillierte Übersicht und Analyse Ihrer Blutdruck-messungen anzuzeigen. Wenn Sie oben rechts auf das Symbol drücken, werden Ihnen alle aufgezeichneten Messungen der Vergangenheit mit dem entsprechenden Datum angezeigt.
• **Blutsauerstoff:** Drücken Sie „Blutsauerstoff“, um eine Zusammenfassung und ein Diagramm Ihrer Werte zu sehen. Über das Symbol oben rechts können Sie vergangene Messungen mit Datum einsehen.

• **Physiologischer Zyklus (nur für Frauen):** Tippen Sie auf „Physiologischer Zyklus“, um Ihren Zyklus einzusehen und Vorhersagen zu erhalten.
• **Gewicht:** Tippen Sie auf das Symbol „Gewicht“, um Einblick in Ihr Gewicht im Zeitverlauf zu erhalten. Hier siehst Du auch Deinen BMI-Wert und ob dieser einem gesunden Wert entspricht. Wenn Sie oben rechts auf das Symbol klicken, werden Ihnen alle erfassten Gewichtsmessungen der Vergangenheit angezeigt.

Training & Entspannung

• **Klasse:** Wählen Sie Programme aus, die Ihnen beim Abnehmen, Muskelaufbau oder Entspannen helfen.
• **Ausbildung:** Hier können Sie die GPS-Verbindung für Ihre Outdoor- und Indoor-Aktivitäten einschalten und Echtzeitdaten abrufen. Wählen Sie zwischen Laufen, Gehen oder Radfahren. Über „Trainingsdaten anzeigen“ erhältst Du eine detaillierte Auswertung Deiner sportlichen Aktivitäten. Zudem werden alle vergangenen Trainingseinheiten gespeichert, sodass Sie Einblick in Ihre Fortschritte erhalten. Ziele setzen: Über das Symbol kannst du Trainingsziele setzen.

Einstellung

• **ZIFFERBLÄTTER:** Wählen Sie ein neues Zifferblatt und laden Sie es hoch. Über „Watch Face Gallery“ stehen über 100 Designs zur Verfügung. Erstellen Sie eigene Zifferblätter mit „Bearbeiten“.
• **BENACHRICHTIGUNGEN:** Wählen Sie „Benachrichtigungen“, um Apps für Nachrichten auf Ihrer Uhr festzulegen. HINWEIS: Diese Benachrichtigungen müssen

auch auf Ihrem Telefon aktiviert sein (siehe Seite 5).
• **Gerät suchen:** Hierauf kannst du drücken, wenn du deine Uhr verloren hast. Ihre Uhr gibt dann einen lauten Ton von sich und beginnt zu vibrieren.
• **ALARME:** Hier können Sie Alarmzeiten einstellen. Drücken Sie (+), um mehrere Weckzeiten einzustellen.
• **Weltzeituhr:** Sie können bis zu 6 Weltzeituhren von 6 verschiedene Städte hinzufügen.
• **AUSLÖSER:** Machen Sie Fotos aus der Ferne mit der Uhr.
• **LIEBLINGSKONTAKTE:** Hier können Sie 8 Kontakte aus Ihrer Kontaktliste hinzufügen. Wählen Sie die gewünschten Kontakte aus und drücken Sie oben rechts auf „Bestätigen". Sie wurden jetzt zu Ihrer Kontaktliste in der App hinzugefügt. Drücken Sie „Bestätigen", um sie auf Ihre Uhr hochzuladen. Wenn Sie jetzt auf Ihrer Uhr zu „KONTAKTE" gehen, werden Ihnen diese Kontakte angezeigt und Sie

• **ANDERE:**
-Erinnerungen zum Verschieben aktivieren
-Herzfrequenz den ganzen Tag aktivieren
-Batteriesparmodus aktivieren
-Nicht stören: Legen Sie eine Zeit fest, in der die Uhr in den Lautlosmodus wechselt.-Lautlosmodus.
-Sprache wählen
-Einheit wählen
-Automatische Sperre: Legen Sie fest, nach wie vielen
-Sekunden der Bildschirm gesperrt wird (kurze Sperrzeit spart Akku).
-Zurücksetzen
-Trinkwassererinnerung aktivieren
-Ein- und ausschalten
-Physiologische Zykluserinnerungen (für Frauen): Erinnerungen für Periodentage aktivieren

Warnungen und Hinweise

• Zum Aufladen der Uhr empfehlen wir die Verwendung eines USB-Adapters mit einer maximalen Leistung von 5 V 0,5 A (500 mA). Adapter mit höherer Leistung können die Batterielebensdauer verkürzen. Alternativ kannst du es auch am Laptop oder PC aufladen, diese verfügen meist über eine Leistung von 0,5A.
• Reinigen Sie die Uhr regelmäßig, insbesondere die Unterseite. Halten Sie die Uhr so trocken wie möglich.
• Vermeiden Sie harte Stöße und extreme Hitze.
• Zerlegen Sie die Uhr nicht und versuchen Sie nicht, sie zu reparieren.
• Verwenden Sie die Uhr nicht für medizinische Zwecke. Fragen Sie Ihren Arzt nach medizinischem Rat.

EU-KONFORMITÄT

Einhaltung der EMV-Richtlinie:
Dieses Produkt entspricht den Schutzanforderungen der Richtlinie 2014/30/EU der EU-Kommission zur Angleichung der Rechtsvorschriften der Mitgliedstaaten über die elektromagnetische Verträglichkeit.

ROHS-Richtlinie:
Dieses Produkt entspricht den europäischen Richtlinien zu gefährlichen Stoffen.

CE RoHS