**Amazfit T-Rex - FAQ**

# Specifiche di Amazfit T-Rex

|  |  |
| --- | --- |
| Informazioni generali e specifiche dell'hardware | |
| Dimensioni | 47,7 x 47,7 x 13,5 mm |
| Peso | 58 g (cinturino incluso)/39 g (cinturino escluso) |
| Livello di resistenza all'acqua e alla polvere | 5 ATM |
| Display e schermo tattile | Schermo AMOLED single-touch TP da 1,3" e risoluzione 360 x 360 |
| Sensori | Sensore di frequenza cardiaca PPG, accelerometro triassiale, sensore di luce ambientale, sensore geomagnetico |
| Posizionamento | GPS + GLONASS |
| NFC | Nessuno |
| Connessione | DA14585 BT5.0 BLE |
| Microfono | Nessuno |
| Altoparlante | Nessuno |
| Batteria | 390 mAh LiPo |
| Porta di alimentazione | Pin pogo a 2 pin |
| Tempo di ricarica | Meno di 2 ore a 0,8 C |
| Durata della batteria | 20 giorni (presupponendo 150 notifiche, 30 sollevamenti del polso, 5 minuti di altre operazioni ogni giorno e 30 minuti di corsa ogni due giorni) |
| Motore della vibrazione | Rotore |
| Materiale della scocca | Materiale altamente polimerico |
| Pulsanti | UP, DOWN, SELECT, BACK, con design antiscivolo |
| Accessori | Base di ricarica magnetica (la stessa dei modelli GT) |

|  |  |
| --- | --- |
| Attività | |
| Modalità di allenamento | Corsa all'aperto, camminata, ciclismo all'aperto, corsa in interni, arrampicata, trail running, escursionismo, ciclismo al coperto, ellittica, allenamento libero, nuoto in piscina, sci, nuoto in acque aperte |
| Visualizzazione dei percorsi e dei dati | √ |
| Visualizzazione dei dati degli allenamenti | √ |
| Avviso relativo al ritmo | √ |
| Avviso del range della frequenza cardiaca | √ |
| Avviso relativo alla distanza | √ |
| Salute | |
| Contapassi | √ |
| Avviso di completamento | √ |
| Impostazione degli obiettivi | √ |
| Rilevamento del sonno | √ |
| Valutazione degli effetti dell'allenamento | X |
| Monitoraggio manuale della frequenza cardiaca | √ |
| Monitoraggio della frequenza cardiaca per tutto il giorno | √ |
| Frequenza cardiaca a riposo | √ |
| Curva della frequenza cardiaca | √ |
| Avviso di inattività | √ |
| Altre funzioni | |
| App di terze parti | X |
| Sveglia | √ |
| Controllo da remoto della riproduzione della musica su cellulare | √ |
| Timer | Cronometro, conto alla rovescia |
| Avvisi delle notifiche | Chiamate in arrivo, SMS, app, calendario ed eventi personalizzati |
| Previsioni del tempo | Previsioni del tempo per il giorno stesso e a 7 giorni e avvisi anticipati |
| Funzione di ricerca del cellulare | √ |
| Funzione di sblocco del cellulare | √ |
| Bussola | √ |
| Indicazione della pressione dell'aria e delle coordinate geografiche | X |
| Modalità DND | Preimpostata, automatica |
| Pagamento del biglietto dell'autobus tramite NFC | X |
| Simulazione della carta di accesso | X |
| Trasmissione Bluetooth | √ |
| Avviso di batteria scarica | √ |
| Visualizzazione dello stato di avanzamento della carica | √ |
| Selezione della modalità di indossamento | √ |
| Aggiornamento OTA | √ |

# 

# Dotazione standard di Amazfit T-Rex

Orologio, cinturino, base di ricarica, manuale utente

# Download dell'APP e registrazione

L'app per Amazfit T-Rex è disponibile nell'App Store di Apple (per iOS) e nel Google Play Store (per Android). Cerca "Amazfit" per scaricare e installare l'app.

Scansiona il codice QR contenuto nel manuale di Amazfit T-Rex per scaricare e installare l'app Amazfit.

Sono disponibili 6 metodi per registrare l'account, seleziona quello che preferisci (Mi account, Wechat, Google, Facebook, Line, e-mail).

# Come faccio ad associare il mio Amazfit T-Rex?

Scarica l'app Amazfit dall'app store, registrati o accedi con il tuo account.

Apri l'app e accedi a Profilo > Aggiungi dispositivo > Orologio > Amazfit T-Rex per cercare i dispositivi nelle vicinanze.

Una volta trovato il dispositivo, segui le istruzioni riportate sull'orologio per completare l'associazione.

4) Solitamente, una volta associato, l'orologio deve essere aggiornato. Attendi il completamento del processo di aggiornamento. Per un corretto aggiornamento, con la rete mobile e il Bluetooth attivati, tieni anche l'orologio vicino al cellulare.

6) Per dissociare l'orologio, apri l'app Amazfit > Amazfit T-Rex e seleziona Dissocia nella pagina del dispositivo.

# Devo tenere il Bluetooth sempre attivo per il collegamento con Amazfit T-Rex?

No, non devi tenere il Bluetooth sempre attivato sul telefono.

Attiva il Bluetooth per sincronizzare i dati, ricevere le notifiche, aggiornare il firmware e impostare le sveglie.

Quando disattivi il Bluetooth l'orologio continuerà a monitorare i passi, il sonno, le attività e a vibrare in caso di attivazione delle sveglie.

# Non riesco a registrarmi all'app Amazfit, cosa devo fare?

* Controlla se l'account utente e la password da te inseriti sono corretti.
* Passa dalla rete Wi-Fi alla rete 3G/4G nelle impostazioni del telefono.
* Elimina i dati di Bluetooth Share ed elimina la cache/i dati dell'app.
* Riavvia il telefono.

Se i passaggi descritti sopra non funzionano, inoltra una segnalazione tramite l'app Amazfit e invia il tuo ID al servizio di assistenza clienti.

# Cosa devo fare se non ricevo le notifiche?

I contenuti visualizzati sull'orologio corrispondono a quelli che vedi nella barra delle notifiche del cellulare. Riesci a vedere le notifiche SMS nella barra delle notifiche del tuo telefono? Tieni presente che gli avvisi vengono mostrati sull'orologio solo se compaiono sul telefono.

Un elenco pre-impostato delle applicazioni esistenti sul tuo cellulare non comparirà nell'app Amazfit. Solo le applicazioni che generano notifiche appariranno nell'elenco e si aggiungeranno nel corso del tempo mano a mano che arrivano le notifiche.

Segui i passaggi seguenti per risolvere il problema:

A. Attiva gli avvisi delle app nell'app.

1) Apri l'app Amazfit e tocca Profilo in basso a destra.

2) Tocca Dispositivi > Amazfit T-Rex.

3) Tocca Avvisi delle app per consentire all'app Amazfit di accedere alle notifiche.

4) Attiva Avvisi delle app.

5) Tocca Gestione app in basso al centro dello schermo e seleziona l'app per cui attivare l'avviso.

​​

Nota: se attivi l'opzione Ricevi gli avvisi delle app solo quando lo schermo è spento, riceverai gli avvisi delle app solo quando lo schermo del telefono è spento.

B. Assicurati che il Bluetooth sia attivo sul tuo cellulare.

C. Verifica se la modalità DND (modalità silenziosa) è attiva sull'orologio. In tal caso, disattivala.

D. Assicurati che la barra delle notifiche del telefono funzioni.

F. Accedi alle impostazioni del telefono, trova le notifiche delle app, disattiva e attiva la relativa opzione, riavvia il telefono e l'app Amazfit e riprova.

G. Accedi all'app Amazfit > Profilo > Dispositivi > Amazfit T-Rex > Esegui in background per verificare le impostazioni e assicurati che l'app Amazfit venga eseguita in background.

Se stai usando un iPhone, accedi alle Impostazioni > Notifiche > Messaggi/App Amazfit > Attiva tutti gli avvisi. Assicurati anche di avere attivato Altri nell'app Amazfit.

​​​​

# Posso associare Amazfit T-Rex con un account già associato a un altro orologio Amazfit?

Sì, puoi associare Amazfit T-Rex con un account già associato ad altri modelli,

ma non puoi collegarli nello stesso momento. Solo uno dei dispositivi può essere attivo e connesso al cellulare, mentre l'altro verrà disconnesso.

Nota: non puoi associare due orologi Amazfit T-Rex a uno stesso account contemporaneamente.

# Caricamento dell'orologio

Collega l'orologio alla base di ricarica e quindi collega l'altra estremità del cavo USB all'alimentatore USB. Lo stato di carica in corso verrà quindi visualizzato sull'orologio. Assicurati che la direzione del contatto di ricarica sulla base coincida con quella dei contatti metallici sull'orologio quando li colleghi. Una volta inserito correttamente l'orologio rimarrà ben fissato alla base.

Durante la carica, il display dell'orologio si spegnerà automaticamente; tocca lo schermo per visualizzare l'avanzamento del processo di carica.

Requisiti per la carica: ti consigliamo di usare la porta USB del computer o un caricabatterie per cellulari di marca.

# Amazfit T-Rex è impermeabile?

Sì. Il grado di impermeabilità di Amazfit T-Rex è pari a 5 ATM. Può essere utilizzato per attività in acque poco profonde, come in una piscina o al mare. Tuttavia, NON può essere utilizzato nelle saune, nelle sorgenti termali e durante le immersioni.

Note:

Conformemente alle norme GB/T 30106-2013 / ISO 22820:2010, un dispositivo resistente all'acqua fino a 50 metri di profondità possiede un grado di impermeabilità di 5 ATM.

Precauzioni:

I. Questo prodotto è impermeabile fino a 50 metri di profondità (5 ATM). Può essere usato quando si nuota in piscina o al mare in acque poco profonde. Non può essere usato quando si effettuano immersioni, sci nautico o altre attività che prevedono getti d'acqua ad alta velocità o immersioni in acque profonde. Non indossare l'orologio alle terme o all'interno di saune.

II. Non immergere l'orologio nell'acqua per periodi di tempo prolungati. Non usare l'orologio sott'acqua. Se l'orologio entra in contatto con l'acqua, asciugalo accuratamente con un panno morbido e pulito.

III. Evita di esporre l'orologio a variazioni di temperatura improvvise (ad esempio, usando un asciugacapelli per soffiare aria calda sull'orologio).

IV. Questo prodotto non è resistente a liquidi corrosivi come soluzioni acide o alcaline e reagenti chimici.

V. L'impermeabilità non è una caratteristica permanente e potrebbe diminuire nel corso del tempo. Non verificare nuovamente l'impermeabilità dell'orologio o non ri-sigillarlo affinché risulti impermeabile. Anche le cadute e altri impatti possono influire sull'impermeabilità del dispositivo. Danni o difetti derivanti da un uso scorretto o improprio non sono coperti dalla garanzia.

# Quali sono le specifiche del display e dello schermo tattile di Amazfit T-Rex?

**Display**: Amazfit T-Rex è dotato di uno schermo rotondo AMOLED da 1,3 pollici con una risoluzione di 360 x 360.

**Schermo tattile**: lo schermo tattile è realizzato in Gorilla Glass 3 di Corning, il quale previene efficacemente i graffi causati dal normale utilizzo quotidiano. Tuttavia, tieni presente che oggetti duri, come ad esempio granelli di sabbia (contenenti quarzo) o chiavi, possono danneggiare il vetro del quadrante. Uno strato di rivestimento anti-impronta sul vetro può contribuire a tenere lo schermo liscio e pulito, proteggendolo dalle impronte digitali o da altri agenti contaminanti.

**Rivestimento anti-impronta**: è costituito da uno strato oleofobico, uno strato idrofobico e da un rivestimento anti-contaminazione. Il rivestimento anti-impronta contribuisce a mantenere lo schermo liscio e pulito, proteggendolo dalle impronte digitali

o da altri agenti contaminanti.

# Qual è il limite di temperatura esterna per Amazfit T-Rex?

-40°~70°

# Posso usare un power bank portatile per caricare Amazfit T-Rex?

Sì. Per caricare il dispositivo a una corrente inferiore a 5,0 V CC ti consigliamo di usare un power bank portatile di un marchio ben conosciuto.

Nota: alcuni power bank portatili potrebbero presentare dei problemi e non caricare completamente l'orologio dato che la maggior parte di essi è dotato di una funzione di spegnimento automatico che si attiva quando raggiungono la massima alimentazione. Questa funzione consente di risparmiare energia interrompendo il processo di carica quando il cellulare riduce la corrente perché quasi completamente carico. Quindi, se l'orologio è quasi completamente carico e la corrente viene ridotta, il power bank portatile potrebbe interrompere l'alimentazione ritenendo che l'orologio abbia raggiunto la carica massima.

# Come faccio a sincronizzare l'app Strava/Salute di Apple?

Scarica l'app Amazfit per associare e connettere l'orologio. Nell'app Amazfit, puoi sincronizzare i dati dell'orologio con l'app Strava/Salute di Apple.

1. Accedi all'app Amazfit.

2. Tocca Aggiungi account nella pagina Profilo e scegli l'app Strava/Salute di Apple da aggiungere.

# Posso usare un caricabatterie veloce per cellulari per caricare il mio orologio Amazfit?

Puoi usare un caricabatterie veloce con una tensione di uscita di 5 V per caricare l'orologio.

# Perché la batteria del mio orologio (T-Rex) si scarica velocemente?

La durata della batteria dell'orologio T-Rex è di 20 giorni (presupponendo 150 notifiche, 30 sollevamenti del polso, 5 minuti di altre operazioni ogni giorno e 30 minuti di corsa ogni due giorni)

Le funzioni dell'orologio Amazfit T-Rex che consumano più batteria sono la vibrazione, il posizionamento GPS e l'illuminazione dello schermo. Se corri spesso, ricevi messaggi push frequentemente, usi un quadrante non predefinito o imposti una durata di schermo acceso troppo lunga, è normale che la batteria dell'orologio si scarichi velocemente. Se non usi queste funzioni spesso, carica completamente l'orologio, attiva la modalità DND, imposta la luminosità dello schermo al livello più basso, spegni il Bluetooth, imposta il quadrante predefinito e controlla il consumo della batteria dopo aver tenuto l'orologio a riposo per 24 ore. Se il livello della batteria è superiore al **3%** invia una segnalazione per permetterci di esaminare e individuare il problema.

# Perché il mio orologio non vibra?

Innanzitutto, verifica se la modalità DND è attiva; in tal caso, disattivala.

Se non è attiva, prova a impostare diverse sveglie e, quando la sveglia si attiva e suona, verifica se sull'orologio compare una schermata con la sveglia che suona senza che il dispositivo vibri. In tal caso, è difficile per noi esaminare il problema da remoto. Inviaci l'orologio in modo che possiamo analizzarlo.

# Uso dei pulsanti fisici

**Pulsante SELECT:**

Tieni premuto il pulsante per 2 secondi per accendere l'orologio.

Premilo per accendere lo schermo.

Premilo quando ti trovi nel quadrante per aprire l'elenco degli allenamenti (puoi anche personalizzare questo comando nelle impostazioni del sistema per avviare rapidamente altre funzioni).

Premilo quando ti trovi in altre pagine per accedere al livello successivo del menu o a una sotto-pagina quando ti trovi in una pagina elenco.

Tienilo premuto per 10 secondi per spegnere il dispositivo.

**Pulsante BACK:**

Premilo per accendere lo schermo.

Premilo quando ti trovi nel quadrante per spegnere lo schermo.

Premilo quando ti trovi in altre schermate per tornare alla pagina precedente.

Tienilo premuto quando ti trovi nelle altre schermate per tornare velocemente al quadrante.

**Pulsanti UP e DOWN:**

Premili quando ti trovi nel quadrante per passare da un widget all'altro.

Premili quando ti trovi in una schermata elenco per modificare la voce selezionata.

Premili quando ti trovi in una pagina lunga per scorrere verso l'alto e verso il basso.

# Cos'è la modalità di risparmio energetico?

La modalità di risparmio energetico consente di ridurre al minimo il consumo della batteria dell'orologio e di aumentarne la durata. Se la modalità di risparmio energetico è attiva, l'orologio registra solamente il numero di passi compiuti e le ore di sonno. Tutte le altre funzioni sono disabilitate.

Per disattivare la modalità di risparmio energetico, tieni premuto il pulsante SELECT.

# Come faccio a misurare la mia frequenza cardiaca?

1) Scorri verso sinistra sul quadrante per accedere alla pagina Frequenza cardiaca e tocca il pulsante Misurazione nella parte inferiore della pagina per iniziare a misurare la frequenza cardiaca. Durante la misurazione è necessario indossare correttamente l'orologio e tenere il retro dell'orologio ben aderente alla pelle fino alla rilevazione di una frequenza cardiaca stabile.

2) Se vuoi attivare la funzione di misurazione per tutto il giorno, apri l'app Amazfit e accedi a Profilo > Amazfit T-Rex > Rilevazione della frequenza cardiaca > Metodo di rilevazione e attiva la funzione di rilevamento automatico della frequenza cardiaca.

Nota: se la funzione di misurazione per tutto il giorno è attiva, l'orologio misurerà regolarmente la frequenza cardiaca. Scorri due volte verso l'alto sul quadrante per visualizzare l'ultimo valore di frequenza cardiaca misurato. Toccalo per accedere ai dettagli della frequenza cardiaca per tutto il giorno.

# Cosa sono la modalità DND, DND smart e DND Ora?

Attiva la modalità DND: una volta attivata, l'orologio non vibrerà più quando ricevi delle notifiche o degli avvisi di chiamate in arrivo dal cellulare. Tocca nuovamente per disabilitare la modalità DND.

Modalità DND a tempo: puoi personalizzare l'arco di tempo in cui attivare o disattivare automaticamente la modalità DND.

Smart DND: dopo esserti addormentato con l'orologio indossato, questo attiverà automaticamente la modalità DND.

# Come vengono suddivise le zone di frequenza cardiaca quando si corre indossando l'orologio?

Le zone di frequenza cardiaca dell'orologio si suddividono in Rilassato, Leggero, Intensivo, Aerobico, Anaerobico e VO2 max.

Ad esempio, se un utente ha 25 anni, la frequenza cardiaca massima sarà pari a: 220 - età = 220 - 25 = 195, e se il valore della frequenza cardiaca misurato dall'orologio è compreso tra 50% - 60% della frequenza cardiaca massima, l'orologio la considererà come la zona leggera. Se il valore è compreso tra 60% - 70%, sarà considerata come zona intensiva e così via; questa è la modalità che usiamo per dividere le zone.

Nota: non è prevista un'interfaccia di blocco schermo per Amazfit T-Rex durante la corsa; se alzi il polso mentre corri potresti accendere lo schermo, mentre se abbassi il braccio lo schermo si spegnerà immediatamente.

# Come faccio a impostare la modalità DND sul mio orologio?

La modalità DND deve essere impostata sull'orologio. Per impostarla scorri verso il basso nella schermata di sistema dell'orologio > icona della luna nella parte inferiore > tocca l'icona della luna per impostare la modalità DND. Se il colore di sfondo dell'icona è bianco significa che la modalità DND è attiva.

# Come faccio a controllare i dettagli delle notifiche sull'orologio e a eliminarle?

Se ricevi una notifica, lo schermo dell'orologio si accenderà automaticamente mostrandone il contenuto. Per visualizzare una notifica non letta, accedi all'elenco delle notifiche e tocca quella che ti interessa per accedere alla pagina dei dettagli della notifica in questione.

# Perché l'avviso di chiamata in arrivo sull'orologio non mostra il nome del chiamante?

* Apri l'app Amazfit e attiva l'opzione Mostra informazioni dei contatti nella pagina Profilo > Amazfit T-Rex > Chiamata in arrivo. Quando ricevi una chiamata sul telefono, il nome del chiamante verrà visualizzato nell'orologio.
* Controlla le impostazioni e la gestione delle applicazioni sul tuo telefono per essere sicuro che l'app Amazfit sia autorizzata ad accedere ai tuoi contatti.
* Per ogni numero di telefono aggiungi il prefisso del paese.
* Verifica anche se è presente il simbolo "-" o un altro trattino nei contatti e numeri di telefono.
* Se installi altri software di gestione nel telefono, assicurati di consentire all'app Amazfit di accedere ai tuoi contatti.

# Come faccio a sincronizzare i dati? Cosa devo fare se si verifica un errore di connessione?

1) I dati vengono sincronizzati automaticamente quando il Bluetooth del cellulare viene attivato e l'app Amazfit viene aperta. In alternativa, puoi scorrere verso il basso sull'interfaccia principale dell'app Amazfit per sincronizzare manualmente i dati.

2) Se si verifica un errore di connessione, prova con i metodi seguenti: innanzitutto, scorri verso il basso sull'interfaccia principale dell'app Amazfit per sincronizzare manualmente i dati. Se non funziona, forza la chiusura dell'app Amazfit e quindi riaprila.

Nota: l'app non è in grado di sincronizzare i dati sull'orologio quando questo viene usato per registrare un allenamento o riprodurre la musica.

# La misurazione della mia frequenza cardiaca non sembra precisa. Cosa devo fare?

Una misurazione non precisa della frequenza cardiaca può essere dovuta alla taglia e al livello di aderenza del cinturino del dispositivo. Un cinturino largo che si muove attorno al polso o che presenta spazi considerevoli tra il dispositivo e la pelle può facilmente causare una misurazione non precisa. Per una misurazione più precisa della frequenza cardiaca assicurati di indossare il dispositivo nella parte alta del polso e in modo che aderisca piuttosto bene alla pelle.

Il sensore della frequenza cardiaca è incline a misurazioni non precise poiché si tratta fondamentalmente di un pulsossimetro che monitora l'indice di perfusione del sangue nella pelle. Ciò accade perché la perfusione della pelle, ovvero la misurazione di quanto sangue fluisce attraverso la pelle, varia notevolmente da una persona all'altra. Ciò vale specialmente per chi ha una pelle scura, peli sul polso, tatuaggi e cicatrici.

Se la misurazione non ti sembra precisa, prova quanto indicato di seguito:

1) Effettua una seconda misurazione se pensi che la prima non fosse corretta.

2) Tieni il dispositivo attaccato alla pelle e non dondolare il braccio.

3) Pulisci il sensore della frequenza cardiaca.

Se il problema persiste con l'ultima versione ROM, apri l'app Amazfit, tocca Profilo, scorri verso l'alto fino a Tag comportamento, tocca Tag comportamento e Corsa. Tieni il dispositivo vicino al telefono e assicurati che non vi siano oggetti tra di essi. Quindi tocca Inizio e invia i dati seguendo i passaggi successivi al termine dell'allenamento.

# Come faccio ad attivare le notifiche delle app?

Apri l'app Amazfit > Profilo > Amazfit T-Rex > Avvisi delle app > Seleziona le applicazioni da mostrare sull'orologio.

# Quali tipi di esercizi sono inclusi nell'orologio?

Amazfit T-Rex supporta 13 tipi di allenamento: Corsa all'aperto, Camminata, Ciclismo all'aperto, Tapis roulant, Ciclismo al coperto, Nuoto in piscina, Nuoto in acque aperte, Ellittica, Arrampicata, Trail running, Sci, Allenamento libero, Escursionismo (il Triathlon sarà aggiunto prossimamente). Corsa all'aperto, Camminata, Ciclismo all'aperto, Nuoto in acque aperte, Arrampicata, Trail running e Sci supportano inoltre la registrazione del percorso tramite GPS.

Dopo aver sbloccato il dispositivo, premi il pulsante SELECT sul quadrante per aprire rapidamente l'elenco degli allenamenti. Una volta aperto l'elenco, scorri verso l'alto o verso il basso sullo schermo oppure premi il pulsante UP o DOWN per selezionare il tipo di allenamento desiderato. Tocca la voce in questione sullo schermo o premi il pulsante SELECT per accedervi.

# Cosa succede se non viene visualizzata l'icona di carica?

Il problema potrebbe essere dovuto alla batteria scarica. In tal caso, ti consigliamo di caricare il dispositivo per mezz'ora, dopodiché potrai visualizzare nuovamente l'icona di carica.

# Come faccio a usare la funzione di corsa?

1) Preparazione dell'allenamento

Dopo aver effettuato l'accesso alla pagina di preparazione di Corsa all'aperto, l'orologio cercherà automaticamente il segnale GPS. Una volta trovato, tocca VAI o premi il pulsante SELECT per attivare la modalità Corsa all'aperto e iniziare il cronometraggio. Puoi anche scorrere verso l'alto sullo schermo o premere il pulsante DOWN per passare dalla schermata di avvio a quella delle impostazioni. All'apertura di Corsa all'aperto verrà attivata la funzione di posizionamento GPS (durante il posizionamento il dispositivo ti informerà che il segnale è migliore negli spazi aperti e nella parte inferiore sarà disponibile il pulsante Salta; se scegli di saltare questa fase il GPS continuerà a effettuare il posizionamento automatico negli allenamenti di corsa successivi, ma i percorsi precedenti, per i quali la posizione non è stata rilevata correttamente, non verranno registrati, con ripercussioni sulla distanza, il ritmo, i percorsi, ecc.).

Dopo il corretto posizionamento GPS, tocca Inizio per avviare il conto alla rovescia; l'orologio mostrerà l'indicazione "Indossa l'orologio in maniera aderente per una misurazione della frequenza cardiaca più precisa", quindi passerà all'interfaccia dei dati relativi alla corsa.

2) Durante l'allenamento

Durante l'allenamento, sull'orologio verranno mostrati in tempo reale i dati relativi, come la durata, la distanza, il ritmo/la velocità e la frequenza cardiaca.

Lo schermo dell'orologio non si spegnerà dopo aver effettuato l'accesso all'interfaccia Allenamento, ma verrà automaticamente bloccato durante l'allenamento.

3) Pausa dell'allenamento

Premi il pulsante SELECT per mettere in pausa l'allenamento; premilo nuovamente per riprendere l'allenamento.

4) Fine dell'allenamento

Dopo aver effettuato l'accesso alla pagina In pausa, tocca Salva per terminare l'allenamento, Continua per tornare alla pagina Allenamento e Abbandona per scegliere di non salvare l'allenamento in questione. Una volta terminato l'allenamento, l'orologio mostra e salva i relativi dettagli e potrai accedervi nuovamente dall'orologio stesso o dall'app Amazfit in un secondo momento.

Percorso nell'orologio: Orologio > Dati degli allenamenti.

Percorso nell'app Amazfit: app Amazfit > Allenamento > Vedi più allenamenti.

# Come faccio a inviare un feedback?

* Apri l'app Amazfit e fai clic su Profilo in basso a destra.
* Scorri verso l'alto fino a Feedback.
* Descrivi il problema usando degli snapshot.
* Fai clic sia sul log dell'app che sull'orologio nella parte inferiore prima di inviare il feedback.
* Trova l'ID Amazfit in alto a sinistra e condividilo con l'assistenza Amazfit.

# Informazioni sul posizionamento GPS

Quando accedi alla pagina di preparazione dell'allenamento per un allenamento all'aperto come la corsa, l'orologio avvia automaticamente il posizionamento GPS e ti avvisa non appena rileva la tua posizione. L'orologio disattiva il posizionamento GPS automaticamente quando esci dalla pagina di preparazione dell'allenamento o finisci l'allenamento.

Il processo di ricerca del segnale GPS durerà al massimo 5 minuti. Se, trascorso questo tempo, non è possibile rilevare la posizione ti verrà chiesto di ripetere la procedura. Se non cominci l'allenamento entro 10 minuti dal rilevamento della posizione, l'orologio disattiverà automaticamente il posizionamento per ridurre il consumo della batteria. Per cominciare nuovamente l'allenamento devi ripetere il processo di rilevamento della posizione.

1) Suggerimenti per il posizionamento:

Il posizionamento GPS deve essere effettuato in uno spazio aperto all'esterno. Attendi il completamento del processo di rilevamento della posizione prima di cominciare l'allenamento. Se ti trovi in un luogo affollato, alza l'orologio all'altezza del petto per velocizzare il processo di posizionamento.

2) GPS assistito (AGPS):

AGPS sfrutta le informazioni dell'orbita dei satelliti GPS per fare in modo che l'orologio esegua il posizionamento GPS in maniera più veloce.

L'orologio, quando è connesso al telefono tramite Bluetooth, sincronizza e aggiorna attivamente i dati AGPS con l'app Amazfit ogni giorno. Se l'orologio non sincronizza i dati con l'app Amazfit per sette giorni consecutivi, i dati AGPS scadranno con possibili ripercussioni sulla velocità di posizionamento.

# Termini tecnici utili per il nuoto in piscina

**Lunghezza corsia:** è la lunghezza delle corsie della piscina in cui nuoti. L'orologio calcola i dati relativi all'attività di nuoto sulla base della lunghezza della corsia che hai impostato.

Pertanto, ogni volta che cambi piscina, devi reimpostare la lunghezza della corsia in modo che l'orologio possa rilevare correttamente i dati relativi all'attività di nuoto.

**Giro:** nella modalità Nuoto in piscina, nuota per una distanza pari alla lunghezza della corsia impostata.

**Bracciata:** esegui un giro completo del braccio mentre indossi l'orologio al polso.

**Velocità delle bracciate:** il numero di bracciate al minuto.

**DPB:** abbreviazione di distanza per bracciata, indica la distanza percorsa dopo una bracciata completa.

**SWOLF:** lo SWOLF è un parametro importante per i nuotatori e utilizza i valori registrati per fare una valutazione globale della velocità di nuotata. SWOLF per la modalità Nuoto in piscina = durata di un giro (in secondi) + numero delle bracciate in un singolo giro. Lo SWOLF per la modalità Nuoto in acque aperte è calcolato utilizzando una distanza di un giro pari a 100 metri. Più basso è il valore, maggiore è l'efficienza della nuotata.

**Riconoscimento dello stile di nuoto**

L'orologio riconosce il tipo di bracciate nella modalità di nuoto e mostra lo stile di nuoto che utilizzi più frequentemente.

|  |  |
| --- | --- |
| Stile libero | Nuoto in stile libero |
| Rana | Nuoto a rana |
| Dorso | Nuoto a dorso |
| Farfalla | Nuoto a farfalla |
| Misto | In un allenamento di nuoto è stato riconosciuto più di uno stile e la frequenza tra i diversi stili non presenta particolari differenze. |

# Scarto del GPS

Con scarto del GPS si intende che al momento del [posizionamento GPS](https://www.baidu.com/s?wd=GPS定位&tn=SE_PcZhidaonwhc_ngpagmjz&rsv_dl=gh_pc_zhidao) vi è una grande differenza tra la tua posizione effettiva e la posizione rilevata dal GPS e durante gli allenamenti il percorso rilevato potrebbe discostarsi da quello effettivamente seguito.

# Fattori che impediscono al GPS di registrare i percorsi

1. Grandi edifici nelle vicinanze

2. Paesaggi complessi e ambienti con segnali elettrici

3. Condizioni meteo scarse, come tempeste di sabbia, temporali, ecc.

4. Minore presenza di satelliti GPS nella zona in cui ci si trova

# Come faccio a cambiare la lingua dell'orologio?

Se modifichi la lingua nel telefono verrà modificata anche la lingua nell'orologio; se l'orologio non supporta determinate lingue, verrà visualizzata la lingua inglese.

# Perché i dati sul sonno non sono precisi?

L'algoritmo utilizzato è progettato per rilevare i movimenti durante il sonno nelle normali ore dedicate al riposo (18:00 - 10:00). Se dormi al di fuori della tradizionale fascia oraria, i dati sul sonno non verranno registrati o visualizzati.

Il rilevamento del sonno si basa principalmente sul "movimento del corpo" + "frequenza cardiaca". I movimenti del corpo si riferiscono all'attività fisica e, più nello specifico, all'attività del polso su cui indossi il cinturino/l'orologio (potrebbero quindi esserci delle differenze nei risultati relativi al sonno). Quando i movimenti del corpo sono minimi e la frequenza cardiaca è bassa durante il sonno, si parla di sonno profondo. Movimenti del corpo maggiori e una frequenza cardiaca alta indicano invece un sonno leggero.

# Uso dello schermo tattile mentre si nuota

Dopo che hai cominciato a nuotare, l'orologio disabilita le funzioni dello schermo tattile in modo da evitare tocchi intenzionali sullo schermo e interferenze causate dall'acqua. In questo caso, puoi usare i pulsanti dell'orologio per eseguire le varie operazioni. L'orologio riabilita le funzioni dello schermo tattile dopo che hai terminato l'attività di nuoto.

# Perché ho ricevuto il messaggio "Spazio insufficiente. Continuare?" quando ho toccato Corsa?

Questo messaggio indica che lo spazio di archiviazione dell'orologio è esaurito. Tocca Annulla, quindi connettiti all'app per sincronizzare i dati.

Se tocchi Continua parte dei dati non sincronizzati verrà sovrascritta, causandone la perdita. Amazfit T-Rex può salvare fino a 20 allenamenti.

# Quali impostazioni sono disponibili per gli esercizi?

Scorri verso sinistra fino ad Allenamento nell'interfaccia principale dell'orologio, trova Impostazioni di allenamento, quindi tocca questa opzione per impostare gli obiettivi e gli avvisi degli esercizi, la visualizzazione della frequenza cardiaca in tempo reale, ecc.

Sono disponibili tre tipi di obiettivi degli esercizi: distanza, durata e calorie. Quando raggiungi un obiettivo impostato in precedenza, l'orologio vibra per avvisarti.

La funzione Promemoria esercizio supporta cinque tipologie: distanza, ritmo, HR sicura, intervallo HR e velocità. Se imposti un avviso, l'orologio vibrerà per avvertirti non appena raggiungi l'obiettivo impostato durante un allenamento.

Se la funzione di pausa automatica è attiva, l'orologio rileverà automaticamente lo stato dell'allenamento. Quando interrompi l'allenamento, l'orologio sospende automaticamente l'esercizio corrente. L'orologio ricomincerà a registrare i dati quando riprendi l'allenamento.

Il grafico in tempo reale mostra la frequenza cardiaca e il ritmo in tempo reale. Se la funzione del grafico in tempo reale è attiva, verrà disegnata una curva rappresentante le variazioni della frequenza cardiaca o del ritmo durante gli allenamenti.

Nota: alcuni allenamenti non supportano le quattro impostazioni riportate sopra. Queste impostazioni possono variare leggermente a seconda del tipo di allenamento.

# Come faccio a calibrare la corsa in interni?

Una volta terminata la corsa in interni, seleziona Calibrare e salvare quando salvi i dati. Se l'orologio registra una distanza superiore a 0,5 km, la distanza calibrata ottimizzerà l'algoritmo in modo da rendere i successivi dati sulla distanza più precisi.

Se i dati sulla distanza continuano a non essere precisi dopo aver calibrato più volte, puoi selezionare Ricalibrare.

# Perché non riesco ad aggiornare l'orologio?

* Disconnettiti dall'app Amazfit e accedi nuovamente. Quando apri l'app Amazfit, questa si connetterà con l'orologio ed eseguirà l'aggiornamento automaticamente.
* Disinstalla/installa l'app Amazfit, accedivi ed esegui nuovamente la connessione.
* Elimina i dati di Bluetooth Share e le cache delle app se stai usando un telefono Android.
* Riavvia il telefono.

Prima di aggiornare il dispositivo, ti consigliamo di caricare completamente il dispositivo oppure assicurati che il livello della batteria sia almeno al 10%. Durante l'aggiornamento tieni acceso lo schermo del telefono e non eseguire altre operazioni sullo stesso.

# Come faccio a impostare la bussola?

Amazfit T-Rex supporta la funzione della bussola. L'orologio rileva automaticamente l'orientamento e il grado correnti quando apri la pagina della bussola. Se necessario, puoi calibrare la bussola muovendo il polso mentre indossi l'orologio, disegnando un 8 nell'aria fino a quando l'orologio non vibra. A questo punto, la funzione della bussola è pronta per essere usata.

# Il caricabatterie e il cinturino dell'orologio Amazfit T-Rex sono compatibili con la serie GT?

Il caricabatterie di Amazfit T-Rex è compatibile con la serie GT, il cinturino no.

# Amazfit T-Rex supporta quadranti personalizzati?

Al momento non sono supportati, ma questa funzione potrebbe essere introdotta in un secondo momento. Resta aggiornato seguendo i canali ufficiali.