



fitbit ionic



사용 설명서
버전 4.6

목차

시작하기	6
제품 구성.....	6
Ionic 설정하기	7
위치 충전하기.....	7
휴대폰 또는 태블릿으로 설정하기.....	8
Windows 10 PC 로 설정하기	9
Wi-Fi 에 연결하기	9
Fitbit 앱에서 데이터 보기	10
Ionic 착용하기.....	10
하루 종일 착용 및 운동 시 착용 비교.....	10
잘 쓰는 손	11
밴드 교체하기.....	11
밴드 분리하기	12
밴드 장착하기	12
기본 사항	13
Ionic 탐색하기.....	13
기본 사항 탐색	13
버튼 바로 가기	15
설정 조정하기.....	18
배터리 수준 확인하기.....	19
기기 잠금 설정하기.....	20
화면 끄기.....	20
Ionic 관리하기.....	20
앱 및 시계 페이스	21
앱 열기.....	21
앱 정리하기.....	21
앱 제거하기.....	21
앱 업데이트하기.....	21

추가 앱 다운로드하기.....	22
시계 페이스 변경하기.....	22
휴대폰에서 보내는 알림	23
알림 설정하기.....	23
수신 알림 확인하기.....	23
알림 관리하기.....	24
알림 끄기.....	24
휴대폰 전화 수락 또는 거부하기.....	25
메시지에 응답하기(Android 휴대폰).....	26
시간 지키기	27
알람 앱 사용하기.....	27
알람 해제 또는 스누즈하기.....	27
타이머 앱 사용하기.....	28
활동 및 건강.....	29
통계 확인하기.....	29
일일 활동 목표 모니터링하기.....	30
목표 선택하기	30
시간당 활동 모니터링하기.....	30
수면 추적하기.....	31
수면 목표 설정하기	31
수면 습관에 대해 알아보기.....	31
심박수 확인하기.....	32
심호흡 가이드 세션 수행하기.....	32
운동 및 심장 건강	34
자동으로 운동 모니터링하기.....	34
운동 앱을 사용하여 운동 모니터링 및 분석하기.....	34
운동 모니터링하기	34
운동 설정 및 바로 가기 사용자 지정하기.....	35
운동 요약 확인하기	36
심박수 확인하기.....	36

사용자 지정 심박수 구간.....	38
액티브존 미닛 획득하기	38
활동 공유하기.....	39
심장 강화 피트니스 점수 보기.....	39
음악 및 팟캐스트	40
Bluetooth 이어폰 또는 스피커 연결하기.....	40
개인용 음악 및 팟캐스트 듣기.....	41
Windows 10 PC 에서 음악 및 팟캐스트 추가하기	41
Mac 에서 음악 및 팟캐스트 추가하기.....	43
Ionic 을 사용하여 음악 제어하기.....	45
음원 선택하기	45
음악 제어하기	46
Pandora 앱으로 음악 듣기(미국만 해당).....	46
Deezer 앱으로 음악 듣기	46
Fitbit Pay	48
신용 카드 및 직불 카드 사용하기.....	48
Fitbit Pay 설정하기	48
구매하기	48
기본 카드 변경하기	50
교통비 결제하기.....	50
날씨	51
날씨 확인하기.....	51
도시 추가 또는 제거하기.....	51
업데이트, 다시 시작 및 지우기	52
Ionic 다시 시작하기.....	52
Ionic 지우기.....	52
Ionic 업데이트하기.....	52
문제 해결.....	53
심박수 신호 누락.....	53
GPS 신호 누락	53

Wi-Fi 에 연결할 수 없음	54
기타 문제.....	54
일반 정보 및 사양	56
센서 및 구성품.....	56
소재	56
무선 기술.....	56
햅틱 피드백.....	56
배터리	56
메모리	57
디스플레이	57
밴드 크기.....	57
환경 조건.....	57
자세히 알아보기.....	57
반품 정책 및 보증.....	57

시작하기

건강한 라이프스타일을 위한 워치인 Fitbit Ionic을 사용해 주셔서 감사합니다. 다이내믹 운동 세션, 내장 GPS, 지속적인 심박수 모니터링 등 원하는 목표를 달성하기 위한 안내를 찾으세요.

잠시 시간을 내어 fitbit.com/safety에 나와 있는 전체 안전 정보를 검토하세요. Ionic은 의학적 또는 과학적 데이터를 제공하기 위한 것이 아닙니다.

제품 구성

Ionic 구성품:



라지 밴드가 장착된 워치



충전 케이블



추가 스몰 밴드

Ionic의 분리형 밴드는 다양한 색상과 소재로 제공되며, 별도로 판매됩니다.

Ionic 설정하기

최상의 경험을 위해 iPhone, iPad 또는 Android 휴대폰용 Fitbit 앱을 사용하세요. Windows 10 기기에서도 Ionic을 설정할 수 있습니다. 호환되는 휴대폰이나 태블릿이 없는 경우 Bluetooth를 지원하는 Windows 10 PC를 사용하세요. 전화, 문자, 캘린더 및 스마트폰 앱 알림을 사용하려면 휴대폰이 필요합니다.

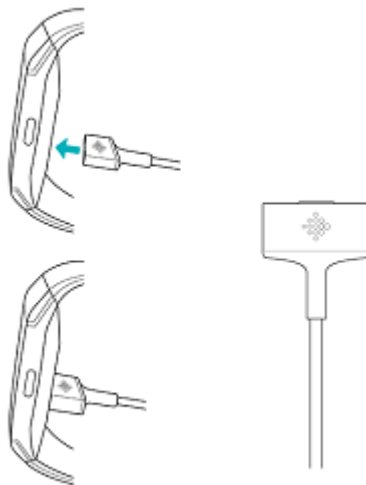
Fitbit 계정을 만들려는 경우 보폭을 계산하고 이동 거리, 기초 대사율 및 칼로리 소모량을 추산하기 위해 생년월일, 키, 체중, 성별을 입력하라는 메시지가 표시됩니다. 계정을 설정한 후에는 이름, 성(이니셜) 및 프로필 사진이 다른 모든 Fitbit 사용자에게 표시됩니다. 다른 정보는 공유하도록 선택할 수 있지만 계정을 생성하기 위해 입력하는 정보의 대부분은 기본적으로 공개되지 않습니다.

위치 충전하기

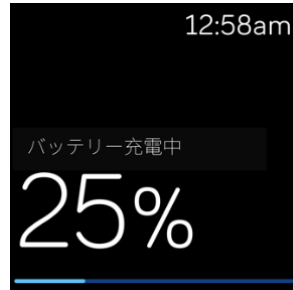
완전히 충전된 Ionic의 배터리 사용 시간은 5일입니다. 배터리 사용 시간 및 충전 주기는 사용 방법 및 기타 요인에 따라 달라지므로 실제 결과는 다양합니다.

Ionic을 충전하는 방법:

1. 충전 케이블을 컴퓨터의 USB 포트, UL 인증 USB 벽면 충전기 또는 다른 저전력 충전 기기에 꽂습니다.
2. 위치 뒷면에 있는 포트 근처에서 충전 케이블의 다른 끝이 자력으로 장착될 때까지 잡고 있습니다. 충전 케이블의 핀이 위치 뒷면의 포트에 잘 맞춰졌는지 확인합니다.



완전히 충전될 때까지는 최대 2시간이 소요됩니다. 위치가 충전되는 동안 화면을 누르거나 아무 버튼을 눌러 배터리 수준을 확인할 수 있습니다.




휴대폰 또는 태블릿으로 설정하기

Fitbit 앱으로 Ionic을 설정하세요. Fitbit 앱은 대부분의 주요 스마트폰 및 태블릿과 호환됩니다.



시작하는 방법:

1. Fitbit 앱을 다운로드합니다.
 - iPhone 및 iPad의 경우 [Apple App Store](#)
 - Android 휴대폰의 경우 [Google Play 스토어](#)
 - Windows 10 기기의 경우 [Microsoft Store](#)
2. 앱을 설치하고 엽니다.
 - 이미 Fitbit 계정이 있는 경우 계정에 로그인하고 투데이 탭  > 프로필 사진 > 기기 설정을 누릅니다.
 - Fitbit 계정이 없는 경우 **Fitbit 가입**을 누르면 Fitbit 계정을 만들기 위해 답해야 하는 질문들이 표시됩니다.

3. 계속해서 화면의 지침을 따라 Ionic을 계정에 연결합니다.


설정을 완료하고 나면 새 위치에 대한 안내를 자세히 읽은 후 Fitbit 앱을 살펴봅니다.

자세한 내용은 help.fitbit.com을 참조하세요.

Windows 10 PC로 설정하기

호환되는 휴대폰이 없는 경우 Bluetooth를 지원하는 Windows 10 PC 및 Fitbit 앱으로 Ionic을 설정하여 동기화할 수 있습니다.

컴퓨터용 Fitbit 앱을 다운로드하는 방법:

1. PC에서 시작 버튼을 클릭하고 Microsoft Store를 엽니다.
2. “Fitbit 앱”을 검색하여 찾은 후 **무료**를 클릭하여 앱을 컴퓨터에 다운로드합니다.
3. 기존 Microsoft 계정으로 로그인하려면 **Microsoft 계정**을 클릭합니다. 아직 Microsoft 계정이 없는 경우 화면의 지침을 따라 새 계정을 만듭니다.
4. 앱을 엽니다.
 - 이미 Fitbit 계정이 있는 경우 계정에 로그인하고 계정 아이콘  > **기기 설정**을 누릅니다.
 - Fitbit 계정이 없는 경우 **Fitbit 가입**을 누르면 Fitbit 계정을 만들기 위해 답해야 하는 질문들이 표시됩니다.
5. 계속해서 화면의 지침을 따라 Ionic을 계정에 연결합니다.

설정을 완료하고 나면 새 위치에 대한 안내를 자세히 읽은 후 Fitbit 앱을 살펴봅니다.

Wi-Fi에 연결하기

설정 중에 Ionic을 Wi-Fi 네트워크에 연결하라는 메시지가 표시됩니다. Ionic은 Wi-Fi를 사용하여 Pandora나 Deezer에서 음악을 더 빠르게 전송하고, Fitbit 앱 갤러리에서 앱을 더 빠르게 다운로드하며, OS 업데이트를 더 빠르고 안정적으로 수행합니다.

Ionic은 개방형, WEP, WPA 개인용 및 WPA2 개인용 Wi-Fi 네트워크에 연결할 수 있습니다. 위치는 비밀번호 이상, 예를 들어 로그인, 구독 또는 프로필이 필요한 5GHz, WPA 엔터프라이즈 또는 공용 Wi-Fi 네트워크에 연결되지 않습니다. 컴퓨터의 Wi-Fi 네트워크에 연결할 때 사용자 이름 또는 도메인에 대한 필드가 나타날 경우 해당 네트워크는 지원되지 않습니다.

최상의 결과를 위해서는 Ionic을 가정용 Wi-Fi 네트워크에 연결하세요. 연결하기 전에 네트워크 비밀번호를 알고 있어야 합니다.

자세한 내용은 help.fitbit.com을 참조하세요.

Fitbit 앱에서 데이터 보기

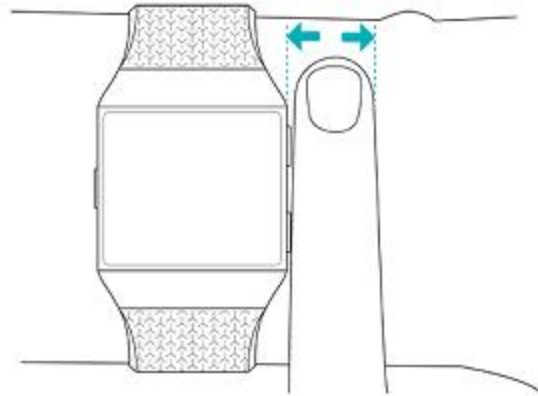
휴대폰이나 태블릿에서 Fitbit 앱을 열어 활동 및 수면 데이터를 확인하고, 음식 및 물 섭취량을 기록하고, 챌린지에 참여하는 등 여러 작업을 수행할 수 있습니다.

Ionic 착용하기

Ionic을 손목에 착용하세요. 크기가 다른 밴드를 장착해야 하거나 다른 밴드를 구입한 경우 "[밴드 교체하기](#)"(11페이지)에서 지침을 확인하세요.

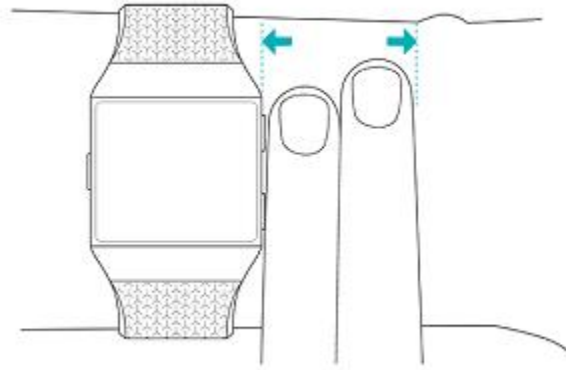
하루 종일 착용 및 운동 시 착용 비교

운동하지 않을 때는 손목뼈에서 손가락 한 개 너비 위에 Ionic을 착용하세요.



운동 시 심박수 모니터링을 최적화하려면 다음 주의 사항을 따르세요.


- 운동 중에는 위치를 손목에서 조금 더 올려 더 안정적으로 착용해 보세요. 또한, 자전거 타기나 웨이트 리프팅과 같은 다양한 운동으로 인해 손목을 자주 굽히게 될 때 위치가 손목의 낮은 부위에 있으면 심박수 신호에 방해가 될 수 있습니다.



- 위치를 손목 위쪽에 착용하고 기기 뒷면이 피부에 닿도록 하세요.
- 운동 전에는 밴드를 조이고 운동을 마치면 밴드를 느슨하게 풀어 보세요. 밴드는 너무 조이지 말고 편안하게 착용해야 합니다(밴드를 너무 짝 조이면 혈류가 제한되어 심박수 신호를 감지하는 데 방해가 될 수 있음).

잘 쓰는 손

정확도를 높이기 위해서는 Ionic을 주로 사용하는 손에 착용하는지, 아니면 주로 사용하지 않는 손에 착용하는지를 지정해야 합니다. 주로 사용하는 손은 글을 쓰고 식사를 하는 데 사용하는 손입니다. 시작할 때 손목 설정은 주로 사용하지 않는 손으로 설정되어 있습니다. Ionic을 주로 사용하는 손에 착용할 경우, 다음과 같이 Fitbit 앱에서 착용 손목 설정을 변경하세요.

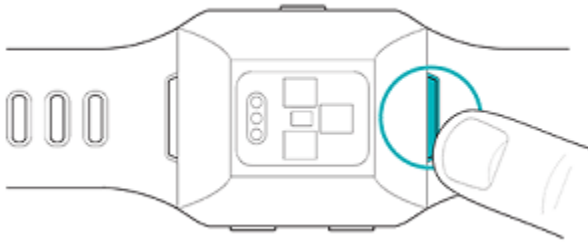
Fitbit 앱의 투데이 탭  에서 프로필 사진 > Ionic 타일 > 손목 > **주로 사용하는 손**을 누르세요.

밴드 교체하기

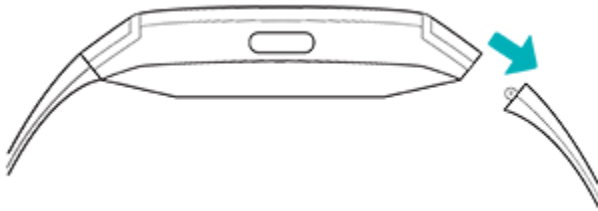
Ionic에는 라지 밴드가 장착되어 있으며 스몰 밴드가 추가로 제공됩니다. 밴드에는 두 개의 분리된 밴드(상단 및 하단)가 있으며 별도로 판매되는 액세서리 밴드와 교체할 수 있습니다. 밴드 크기는 "[밴드 크기](#)"(57페이지)에서 확인하세요.

밴드 분리하기

1. Ionic을 뒤집어서 밴드 래치를 찾습니다.



2. 이 래치를 풀려면, 스트랩에 있는 평평한 금속 버튼을 누릅니다.
3. 위치에서 밴드를 부드럽게 당겨 분리합니다.

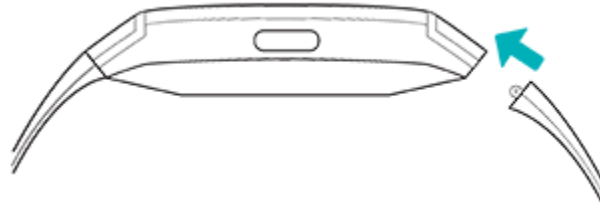


4. 다른 쪽도 위 과정을 반복합니다.

밴드를 분리하기 어렵거나 걸린 듯하다면 부드럽게 앞뒤로 움직여 분리하세요.

밴드 장착하기

밴드를 장착하려면 제자리에 끼워질 때까지 밴드를 위치 끝 안쪽으로 누릅니다. 버클이 있는 밴드가 위치 상단에 장착됩니다.



기본 사항

설정을 관리하고, 개인 PIN 코드를 설정하고, 화면을 탐색하고, 위치를 관리하는 등 다양한 사용 방법을 알아봅니다.

Ionic 탐색하기

Ionic에는 컬러 LCD 터치 스크린과 버튼 3개(뒤로, 맨 위, 맨 아래)가 있습니다.



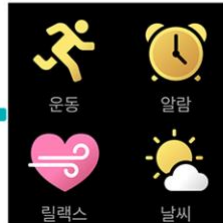
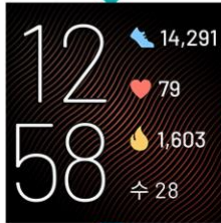
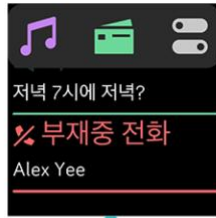
화면을 누르거나, 좌우 및 상하로 살짝 밀거나, 버튼을 눌러 Ionic을 탐색하세요. 배터리를 보존하기 위해 Ionic 화면은 사용하지 않을 때 꺼집니다. 화면을 켜려면 화면을 두 번 누르거나 아무 버튼이나 누릅니다.

기본 사항 탐색

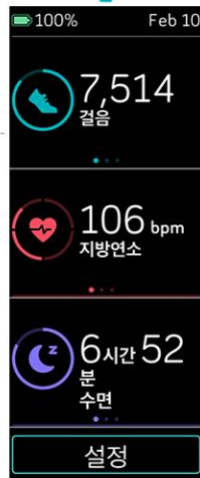
홈 화면은 시계입니다.

- 알림을 확인하려면 화면을 아래로 살짝 미세요.
- 음악제어, Fitbit Pay 및 빠른 설정에 대한 바로 가기에 액세스하려면 화면을 다시 위에서 아래로 살짝 미세요. 바로 가기는 2초 후 사라집니다. 다시 표시하려면 화면을 아래로 살짝 미세요.
- 일일 통계를 확인하려면 화면을 위로 살짝 미세요.
- 위치의 앱을 확인하려면 화면을 왼쪽으로 살짝 미세요.
- 이전 화면이나 시계 페이스로 돌아가려면 뒤로 버튼을 누르세요.

알림 및 단축을 보려면
아래로 스 와이프



왼쪽으로 스와이프
하여 '앱' 확인하기



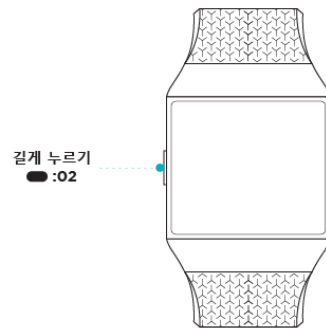
Fitbit Today 확인을 위해 위로
스 와이프 해주세요


버튼 바로 가기

Ionic의 버튼을 길게 누르면 더 빠르게 특정 기능을 이용하고, 알림을 확인하고, 앱을 열 수 있습니다.

바로 가기 선택

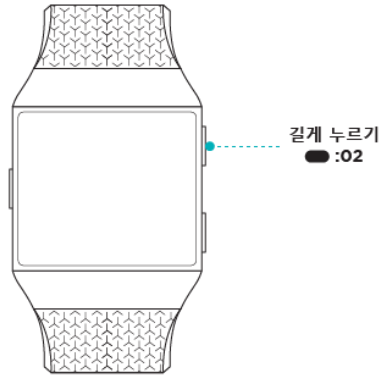
뒤로 버튼을 2초 동안 눌러 Fitbit Pay, 음악제어, 알림 또는 특정 앱을 활성화하세요.



버튼 바로 가기를 처음으로 사용할 때 어떤 기능을 활성화할지 선택합니다. 버튼을 눌렀을 때 활성화되는 기능을 나중에 변경하려면 위치에서 설정 앱  을 열고 **왼쪽 버튼** 옵션을 누르면 됩니다.

알림

알림을 확인하려면 상단 버튼을 길게 누릅니다.



위 또는 아래로 살짝 밀어 알림을 스크롤합니다.


앱 바로 가기








Ionic의 버튼을 눌러 즐겨찾는 앱에 빠르게 액세스할 수 있습니다. 이러한 바로 가기에 액세스하려면 시계 화면으로 이동하세요. 버튼은 다음과 같이 매핑되어 있습니다.

- 상단 버튼—첫 번째 앱 화면의 왼쪽 상단에 있는 앱을 엽니다.
- 하단 버튼—첫 번째 앱 화면의 왼쪽 하단에 있는 앱을 엽니다.

앱의 순서를 변경하여 Ionic을 사용자 지정하세요. 자세한 내용은 "[앱 정리하기](#)"(21페이지)에서 확인하세요.


빠른 설정

화면을 위에서 아래로 살짝 밀니다. 알림이 표시되면 다시 아래로 살짝 밀어 제어 센터를 엽니다.
빠른 설정 아이콘  을 눌러 특정 설정에 액세스합니다.

<p>방해 금지 </p>	<p>방해 금지 설정이 켜져 있는 경우:</p> <ul style="list-style-type: none"> 알림, 목표 달성 축하 및 미리 알림이 음소거됩니다. 통계를 확인하기 위해 화면을 위로 살짝 밀면 화면 상단에 방해 금지 아이콘  이 표시됩니다. <p>방해 금지와 수면 모드는 동시에 켤 수 없습니다.</p>
<p>수면 모드 </p>	<p>수면 모드 설정이 켜져 있는 경우:</p> <ul style="list-style-type: none"> 알림, 목표 달성 축하 및 미리 알림이 음소거됩니다. 화면의 밝기가 어둡게 설정됩니다. 손목을 돌렸을 때 화면이 꺼진 상태로 유지됩니다. 통계를 확인하기 위해 화면을 아래로 살짝 밀면 화면 상단에 수면 모드 아이콘  이 표시됩니다. <p>수면 모드는 수면 일정을 설정하면 자동으로 꺼집니다. 일정을 설정하려면 설정 앱  을 열고 수면 모드 > 예약을 누릅니다. 그러면 직접 컷더라도 수면 모드가 예약한 시간에 자동으로 꺼집니다.</p> <p>방해 금지와 수면 모드는 동시에 켤 수 없습니다.</p>
<p>화면 깨우기 </p>	<p>화면 깨우기를 자동으로 설정한 경우 손목을 돌릴 때마다 화면이 켜집니다.</p> <p>화면 깨우기를 수동으로 설정한 경우 디스플레이를 켜려면 버튼이나 화면을 누릅니다.</p>
<p>밝기 </p>	<p>화면 밝기를 조정합니다.</p>

설정 조정하기

설정 앱  에서 다음과 같은 기본 설정을 관리하세요.

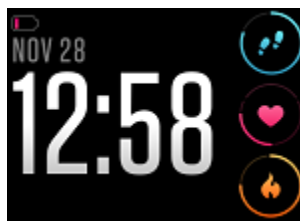
액티브존 미닛	액티브존 미닛 주간 목표 알림을 켜거나 끕니다.
Bluetooth	연결된 Bluetooth 기기를 관리합니다.
방해 금지	운동 앱  을 사용하는 중에 모든 알림을 끄거나 방해 금지 모드가 자동으로 켜지도록 선택할 수 있습니다.
심박수 모니터링	심박수 모니터링을 켜거나 끕니다.
심박수 구간 알림	매일 활동을 하는 동안 받게 되는 심박수 구간 알림을 켜거나 끄세요. 자세한 내용은 help.fitbit.com 에서 확인하세요.
왼쪽 버튼	뒤로 버튼으로 활성화할 기능을 선택합니다.
화면 시간 초과	위치 사용을 멈춘 후 화면이 얼마나 오랫동안 켜져 있도록 할지 선택합니다.
화면 깨우기	손목을 돌렸을 때 화면을 켜지 여부를 변경합니다.
수면 모드	수면 모드 설정(해당 모드가 자동으로 켜지거나 꺼지도록 하는 일정 설정 등)을 조정합니다.
진동	위치의 진동 세기를 조정합니다.

설정을 눌러 조정합니다. 위로 살짝 밀어 전체 설정 목록을 확인합니다.

배터리 수준 확인하기

화면을 위에서 아래로 살짝 밀니다. 배터리 수준 아이콘은 왼쪽 상단에 있습니다.

위치의 배터리 수준이 부족하면(24시간이 채 남지 않은 경우) 시계 페이스에 빨간색 배터리 표시기가 나타납니다. 배터리 수준이 매우 부족하면(4시간이 채 남지 않은 경우) 배터리 표시기가 깜박입니다.




배터리 수준이 25% 이하이면 Wi-Fi가 Ionic에서 작동하지 않으며, 기기를 업데이트할 수 없습니다.

기기 잠금 설정하기

워치의 보안을 유지하려면 Fitbit 앱에서 기기 잠금 설정을 켜세요. 워치의 잠금을 해제하려면 개인 네 자릿수 PIN 코드를 입력해야 합니다. 워치에서 비접촉식 결제를 하기 위해 Fitbit Pay를 설정한 경우 기기 잠금 설정이 자동으로 켜지고 코드를 설정해야 합니다. Fitbit Pay를 사용하지 않는 경우 기기 잠금 설정은 선택 사항입니다.

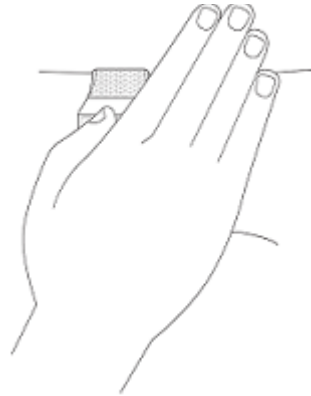
Fitbit 앱에서 기기 잠금 설정을 켜거나 PIN 코드를 재설정합니다.

Fitbit 앱의 투데이 탭  에서 프로필 사진 > Ionic 타일 > 기기 잠금 설정을 누르세요.

자세한 내용은 help.fitbit.com을 참조하세요.

화면 끄기

사용하지 않을 때 워치의 화면을 끄려면 워치 페이스를 반대쪽 손으로 잠시 가리거나, 뒤로 버튼을 누르거나, 손목을 몸 반대쪽으로 돌리세요.

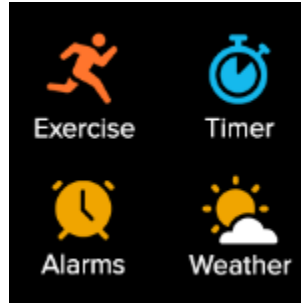


Ionic 관리하기

Ionic은 정기적으로 세척하고 말려야 합니다. 자세한 내용은 fitbit.com/productcare에서 확인하세요.

앱 및 시계 페이스

Fitbit 앱 갤러리 및 시계 갤러리에서는 위치를 맞춤 설정하고 다양한 건강, 피트니스, 시간 지키기 및 일상적인 요구 사항을 충족하기 위한 앱과 시계 페이스를 제공합니다.



앱 열기


시계 페이스에서 왼쪽으로 살짝 밀어 위치에 설치된 앱을 확인하세요. 앱을 눌러 여세요.

앱 정리하기

Ionic에서 앱의 위치를 변경하려면 앱을 길게 눌러 선택하고 새 위치로 끌어다 놓습니다. 아이콘의 크기가 살짝 커지고 위치가 진동하면 앱이 선택된 것입니다.

앱 제거하기


다음 단계를 따라 Ionic에 설치된 대부분의 앱을 제거할 수 있습니다.

1. Fitbit 앱의 투데이 탭  에서 프로필 사진 > Ionic 타일을 누릅니다.
2. **앱**을 누릅니다.
3. 나의 앱 탭에서 제거할 앱을 누릅니다. 앱을 찾으려면 위로 살짝 밀어야 할 수 있습니다.
4. **제거**를 누릅니다.


앱 업데이트하기

앱은 필요에 따라 Wi-Fi를 통해 업데이트됩니다. Ionic은 충전기에 연결되어 있고 Wi-Fi 네트워크 범위 내에 있을 때 업데이트를 검색합니다.

다음과 같이 앱을 수동으로 업데이트할 수도 있습니다.

1. Fitbit 앱의 투데이 탭  에서 프로필 사진 > Ionic 타일을 누릅니다.
2. **앱**을 누릅니다.
3. 나의 앱 탭에서 업데이트할 앱을 찾습니다. 앱을 찾으려면 위로 살짝 밀어야 할 수 있습니다.
4. 앱 옆에 있는 분홍색 **업데이트** 버튼을 누릅니다.


추가 앱 다운로드하기

1. Fitbit 앱의 투데이 탭  에서 프로필 사진 > Ionic 타일을 누릅니다.
2. **앱 > 모든 앱**을 누릅니다.
3. 사용할 수 있는 앱을 찾습니다. 설치할 시계 페이스를 찾으면 누릅니다.
4. **설치**를 눌러 Ionic에 앱을 추가합니다.



자세한 내용은 help.fitbit.com을 참조하세요.

시계 페이스 변경하기

Fitbit 시계 갤러리에서는 위치를 맞춤화할 수 있는 다양한 시계 페이스를 제공합니다.

1. Fitbit 앱의 투데이 탭  에서 프로필 사진 > Ionic 타일을 누릅니다.
2. **시계 페이스 > 모든 시계**를 누릅니다.
3. 사용 가능한 시계 페이스를 찾습니다. 시계 페이스를 누르면 상세 보기가 표시됩니다.
4. **선택**을 눌러 Ionic에 시계 페이스를 추가합니다.

다음과 같이 최대 5개의 시계 페이스를 저장하고 시계 페이스 간에 전환할 수 있습니다.


- 저장한 시계 페이스가 5개보다 적은 경우 새 시계 페이스를 선택하면 이는 자동으로 저장됩니다.
- 위치에 저장된 시계 페이스를 표시하려면 시계 앱  을 열고 화면을 살짝 밀어 사용할 시계 페이스를 찾은 후 눌러서 선택합니다.
- Fitbit 앱에 저장된 시계 페이스를 표시하려면 투데이 탭  > 프로필 사진 > 기기 이미지 > **시계 페이스**를 누릅니다. 저장한 시계 페이스는 내 시계 페이스에서 볼 수 있습니다.
 - 시계 페이스를 제거하려면 시계 페이스 > **시계 페이스 제거**를 누릅니다.
 - 저장한 시계 페이스로 전환하려면 시계 페이스 > **선택**을 누릅니다.

휴대폰에서 보내는 알림

Ionic에서는 휴대폰의 전화, 문자, 캘린더 및 앱 알림을 표시하여 최신 소식을 알려줄 수 있습니다. 알림을 받으려면 위치가 휴대폰으로부터 30피트 이내에 있도록 하세요.

알림 설정하기

휴대폰의 Bluetooth가 켜져 있고 휴대폰에서 알림을 받을 수 있는지 확인하세요(흔히 설정 > 알림 아래에 있음). 그런 다음, 다음과 같이 알림을 설정합니다.

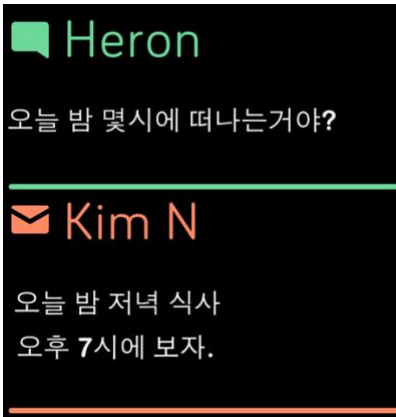
1. Fitbit 앱의 투데이 탭 에서 프로필 사진 > Ionic 타일을 누릅니다.
2. **알림**을 누릅니다.
3. 위치를 아직 페어링하지 않은 경우 화면의 안내를 따라 페어링합니다. 전화, 문자 및 캘린더 알림은 자동으로 켜집니다.
4. Fitbit 및 WhatsApp 등 휴대폰에 설치된 앱의 알림을 켜려면 **앱 알림**을 누른 다음, 확인할 알림을 켭니다.

iPhone 또는 iPad를 사용하는 경우 Ionic에는 캘린더 앱에 동기화된 모든 캘린더의 알림이 표시되며, Android 휴대폰을 사용하는 경우에는 설정 시 선택한 캘린더 앱의 캘린더 알림이 표시됩니다.

자세한 내용은 help.fitbit.com을 참조하세요.

수신 알림 확인하기

알림이 수신되면 위치가 진동으로 알려줍니다. 수신 시 읽지 않은 알림은 나중에 화면 상단을 아래로 살짝 밀어 확인할 수 있습니다.



위치의 배터리가 매우 부족하면 알림이 있어도 Ionic이 진동하거나 화면이 켜지지 않습니다.

알림 관리하기

Ionic은 최대 30개 알림을 저장할 수 있고, 그 이후에는 가장 오래된 알림을 수신한 새 알림으로 바꿉니다.


알림을 관리하는 방법:

- 화면 상단을 아래로 살짝 밀어 알림을 확인하고 알림을 눌러 펼칩니다.
- 알림을 삭제하려면 알림을 눌러서 펼친 다음, 화면을 살짝 밀어 아래로 이동한 후 **지우기**를 누릅니다.
- 한 번에 모든 알림을 삭제하려면 화면을 살짝 밀어 알림 상단으로 이동한 후 **모두 지우기**를 누릅니다.



알림 끄기

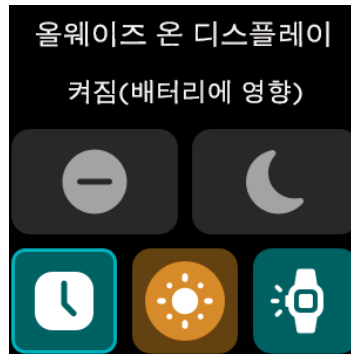
Fitbit 앱에서 특정 알림을 끄거나 Ionic의 빠른 설정에서 모든 알림을 끄세요. 모든 알림을 끄면 휴대폰에서 알림을 수신해도 위치가 진동하지 않으며 화면이 켜지지 않습니다.

특정 알림을 끄는 방법:

1. 휴대폰에 있는 Fitbit 앱의 투데이 탭  에서 프로필 사진 > Ionic 타일 > **알림**을 누릅니다.
2. 위치에서 더 이상 수신을 원하지 않는 알림을 끕니다.

모든 알림을 끄는 방법:

1. 화면을 위에서 아래로 살짝 밀니다. 알림이 표시되면 다시 아래로 살짝 밀어 제어 센터를 엽니다. 빠른 설정 아이콘  을 누릅니다.
2. 방해 금지 아이콘  을 누릅니다. 목표 달성 축하 및 미리 알림을 비롯한 모든 알림이 꺼집니다.



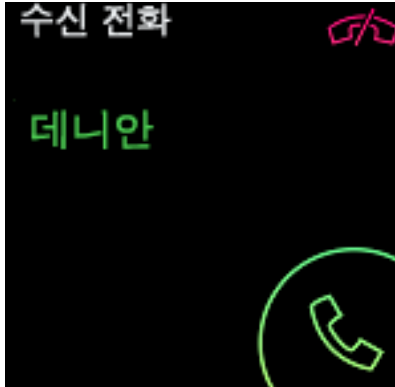
휴대폰에서 방해 금지 설정을 사용하는 경우에는 이 설정을 끌 때까지 위치에서 알림이 수신되지 않습니다.

휴대폰 전화 수락 또는 거부하기

iPhone 또는 Android(8.0 이상) 휴대폰에 페어링된 경우 Ionic을 통해 수신 전화를 수락하거나 거부할 수 있습니다. 휴대폰에 이전 버전의 Android OS가 탑재된 경우 위치에서 전화를 거부할 수 있으나 수락할 수는 없습니다.

통화를 수락하려면 위치 화면의 녹색 전화기 아이콘을 누릅니다. 위치로는 통화할 수 없습니다. 전화 통화를 수락하면 근처에 있는 휴대폰에서 전화를 받습니다. 전화를 거부하려면, 빨간색 전화기 아이콘을 눌러 발신자를 음성 사서함으로 전환합니다.


연락처 목록에 있는 사람인 경우 발신자 이름이 표시되고, 그렇지 않으면 전화번호가 표시됩니다.



메시지에 응답하기(Android 휴대폰)

미리 설정된 빠른 답장으로 위치의 특정 앱에서 문자 메시지 및 알림에 바로 응답할 수 있습니다. 위치에서 메시지에 응답하려면 휴대폰을 백그라운드에서 Fitbit 앱이 실행되고 있는 상태로 근처에 두세요.

메시지에 응답하려면 다음 단계를 따르세요.


1. 응답할 알림을 엽니다.
2. **답장**을 누릅니다. 메시지에 답장하는 옵션이 나타나지 않으면 알림을 보낸 앱에 대해 답장을 사용할 수 없는 것입니다.
3. 빠른 답장 목록에서 텍스트 답장을 선택하거나 이모티콘 아이콘 을 눌러 이모티콘을 선택합니다.

빠른 답장을 사용자 지정하는 방법 등 자세한 내용은 help.fitbit.com에서 확인하세요.

시간 지키기

알람은 설정한 시간에 진동하여 잠을 깨우고 알림을 제공합니다. 일주일에 한 번 또는 수일간 알람이 울리도록 최대 8개의 알람을 설정할 수 있습니다. 또한 스톱워치로 이벤트 시간을 측정하거나 카운트다운 타이머를 설정할 수 있습니다.

알람 앱 사용하기

알람 앱  으로 한 번 또는 반복되는 알람을 설정하세요. 알람이 울리면 위치가 진동합니다.

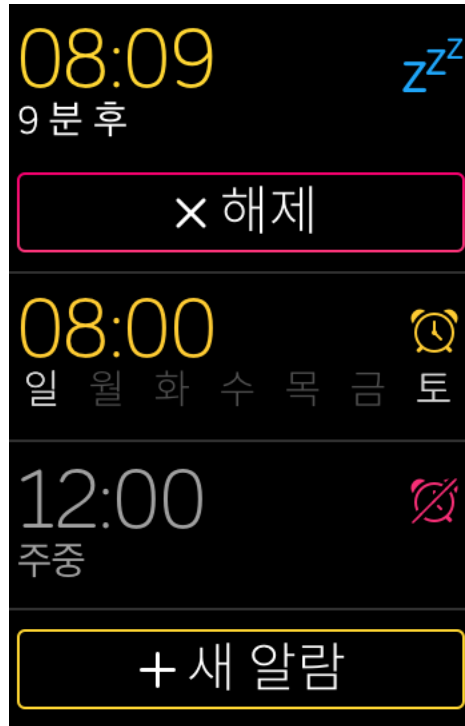
알람을 설정할 때 스마트 알람을 켜서 위치가 설정된 알람 시간 30분 전부터 깨우기 가장 좋은 시간을 찾을 수 있도록 하세요. 그러면 깊은 수면 중에 깨우는 것이 방지되므로 상쾌한 기분으로 잠에서 깰 가능성이 더 커집니다. 스마트 알람에서 깨우기 가장 좋은 시간을 찾지 못하는 경우에는 알람이 설정된 시간에 울립니다.

자세한 내용은 help.fitbit.com을 참조하세요.


알람 해제 또는 스누즈하기

알람을 해제하려면 확인 표시를 누르세요. 알람을 9분 동안 스누즈하려면 zzz 아이콘을 누릅니다.

원하는 횟수만큼 알람을 스누즈하세요. 1분 넘게 알람을 무시하면 Ionic은 자동으로 스누즈 모드로 전환됩니다.



타이머 앱 사용하기

워치의 타이머 앱  을 사용하여 카운트다운 타이머를 설정하거나 스톱워치로 이벤트 시간을 측정하세요. 스톱워치와 카운트다운 타이머는 동시에 실행할 수 있습니다.

자세한 내용은 help.fitbit.com을 참조하세요.

활동 및 건강

Ionic은 착용할 때마다 시간당 활동, 심박수, 수면 등 다양한 통계를 지속적으로 모니터링합니다. 하루 종일 데이터가 자동으로 Fitbit 앱과 동기화됩니다.

통계 확인하기

워치의 시계 페이스에서 위로 살짝 밀어 Fitbit Today에 액세스하면 다음 통계 중 최대 7개의 항목을 볼 수 있습니다.

심박수	현재 심박수 및 심박수 구간 또는 안정시 심박수(구간에 없는 경우), 심박수 구간별 시간 및 심장 강화 피트니스 점수
중요 통계	오늘의 걸음 수, 이동 거리, 오른 층수, 칼로리 소모량, 액티브존 미닛 및 지난 7일간의 목표 기록
시간당 걸음 수	이 시간에 걸은 걸음 수, 시간당 활동 목표를 충족한 시간
운동	이번 주에 운동 목표를 달성한 일수, 최근에 모니터링한 운동 최대 5개
수면	수면 시간, 수면 스코어 및 지난 7일간의 수면 기록
음식	섭취 칼로리, 남은 칼로리 및 다량 영양소 분석(백분율)
생리 주기 모니터링	생리 주기의 현재 단계에 대한 정보(해당하는 경우)
물	오늘 기록한 물 섭취량 및 지난 7일간의 기록
무게	목표에 도달하기까지 감량 또는 증량해야 하는 체중, 현재 체중 및 마지막으로 목표를 설정한 이후의 진행 상황
배지	다음번에 획득할 일일 배지 및 통산 배지

각 타일에서 왼쪽 또는 오른쪽으로 살짝 밀면 전체 통계 세트를 확인할 수 있습니다. 물 타일 또는 체중 타일의 + 아이콘을 눌러 항목을 기록합니다.

타일의 순서를 다시 지정하려면 한 행을 길게 누른 후 위 또는 아래로 끌어 놓아 위치를 변경할 수 있습니다. 화면 하단의 **설정**을 누르고 표시할 통계를 선택합니다.

Fitbit 앱에서 위치를 통해 감지되는 모든 기록 및 기타 정보를 확인해 보세요.

일일 활동 목표 모니터링하기

Ionic에서는 선택한 일일 활동 목표에 대한 달성률을 모니터링합니다. 목표를 달성하면 축하하는 의미로 위치가 진동합니다.

목표 선택하기

건강 및 피트니스 여정을 시작하는 데 도움이 되는 목표를 설정하세요. 시작할 때 목표는 하루에 10,000걸음으로 설정되어 있습니다. 걸음 수를 변경하거나 기기에 따라 다른 활동 목표를 선택하세요.

자세한 내용은 help.fitbit.com을 참조하세요.

Ionic에서 목표 달성률을 모니터링하세요. 자세한 내용은 "[통계 확인하기](#)"(29페이지)에서 확인하시기 바랍니다.

시간당 활동 모니터링하기

Ionic은 정지해 있을 때를 모니터링하여 움직이라고 알려줌으로써 하루 종일 활동적일 수 있도록 도와줍니다.

알림은 시간당 250걸음 이상 걷도록 알려줍니다. 250걸음을 걷지 않은 경우 해당 시간 10분 전에 진동이 울리고 화면에 알림이 표시됩니다. 알림을 받은 후 250걸음 목표를 달성하면 두 번째 진동이 울리고 축하 메시지가 표시됩니다.



자세한 내용은 help.fitbit.com을 참조하세요.

수면 추적하기

수면 시간, 수면 단계(렘수면, 얕은 수면, 깊은 수면), 수면 스코어(수면의 질) 등 수면에 관한 기본 통계를 자동으로 모니터링하려면 Ionic을 착용하고 잠자리에 드세요. Ionic에서는 잠재적인 호흡 곤란 문제를 발견하는 데 도움이 되도록 밤중 예상 산소량 변화도 모니터링합니다. 수면 통계를 확인하려면 잠에서 깨어났을 때 위치를 동기화하고 Fitbit 앱을 확인하거나 위치에서 시계 페이스를 위로 살짝 밀어 Fitbit 투데이에서 수면 통계를 확인하세요.

자세한 내용은 help.fitbit.com을 참조하세요.

수면 목표 설정하기

시작할 때 하룻밤 수면 목표는 8시간으로 설정되어 있습니다. 이 목표를 필요에 맞게 사용자 지정하세요.

자세한 내용은 help.fitbit.com을 참조하세요.

수면 습관에 대해 알아보기

Fitbit Premium을 구독하여 수면 점수 및 또래와 나를 비교한 내용에 관해 자세히 알아보세요. 이는 수면 루틴을 개선하고 더 상쾌한 기분으로 잠에서 깨는 데 도움이 될 수 있습니다.

자세한 내용은 help.fitbit.com을 참조하세요.


심박수 확인하기



Ionic에서는 하루 종일 심박수를 모니터링합니다. 시계 페이스를 위로 살짝 밀어 실시간 심박수와 안정시 심박수를 확인하세요. 자세한 내용은 "[통계 확인하기](#)"(29페이지)에서 확인하세요. 특정 시계 페이스의 경우 시계 화면에 실시간 심박수를 표시합니다.

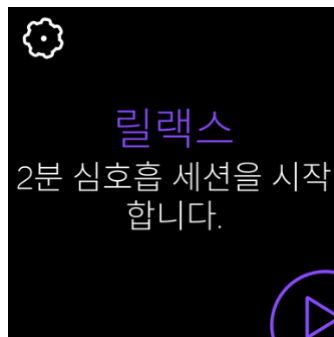
운동 중에 Ionic의 심박수 구간을 통해 선택한 트레이닝 강도를 목표로 지정할 수 있습니다.

자세한 내용은 "[심박수 확인하기](#)"(36페이지)에서 확인하세요.

심호흡 가이드 세션 수행하기

Ionic의 Relax 앱 에서는 심심호흡 가이드 세션을 맞춤 설정하여 하루 중 고요한 순간을 찾도록 도와줍니다. 세션 중에는 모든 알림이 자동으로 비활성화됩니다.

1. Ionic에서 Relax 앱 을 엽니다.
2. 2분 세션이 첫 번째 옵션입니다. 설정 아이콘 을 눌러 5분 세션을 선택하거나 진동 옵션을 끕니다. Relax 화면으로 돌아가려면 위치의 뒤로 버튼을 누릅니다.



3. 실행 아이콘을 눌러 세션을 시작하고 화면에 표시되는 지침을 따릅니다.




운동 후, 호흡 일치도(호흡 프롬프트 이행 정도), 세션 시작 및 종료 시 심박수, 이번 주 심호흡 가이드 세션 완료한 일수가 요약되어 나타납니다.



자세한 내용은 help.fitbit.com을 참조하세요.

운동 및 심장 건강

운동을 자동으로 모니터링하거나 운동 앱으로 활동을 모니터링하여 실시간 통계 및 운동 후 요약 확인하세요.


Fitbit 앱을 확인하여 친구 및 가족과 활동을 공유하고, 동료들과 비교했을 때 전반적인 피트니스 수준이 어떤지를 확인하는 등 여러 작업을 수행할 수 있습니다.

운동 중에 위치의 음악 앱 , Pandora 앱  또는 Deezer 앱  을 통해 음악을 재생하거나,

Spotify - Connect & Control 앱  을 통해 Spotify 에서 음악 재생을 제어하거나, 휴대폰에서 음악 재생을 제어할 수 있습니다. 위치에 저장된 음악을 재생하려면 앱을 열고 듣고 싶은 음악을 선택합니다. 그런 다음 운동 앱으로 돌아가서 운동을 시작합니다. 운동 중에 음악 재생을 제어하려면 화면을 위에서 아래로 살짝 밀습니다. 알림이 표시되면 다시 아래로 살짝 밀어 제어 센터를 엽니다. 음악제어 아이콘  을 누릅니다. 위치에 저장된 음악을 들으려면 이어폰이나 스피커 같은 Bluetooth 오디오 기기를 Ionic 에 페어링해야 합니다.


자세한 내용은 "음악 및 팟캐스트"(40페이지)에서 확인하세요.

자동으로 운동 모니터링하기


Ionic에서는 15분 이상 움직임이 컸던 활동을 자동으로 인식하고 기록합니다. 휴대폰의 Fitbit 앱에서 활동에 관한 기본 통계를 확인할 수 있습니다. 투데이 탭  에서 운동 타일을 누르세요.





자세한 내용은 help.fitbit.com 을 참조하세요.

운동 앱을 사용하여 운동 모니터링 및 분석하기

Ionic의 운동 앱  으로 특정 운동을 모니터링하여 심박수 데이터, 칼로리 소모량, 경과 시간, 운동 후 요약 등 실시간 통계를 손목에서 확인하세요. GPS를 사용한 경우 전체 운동 통계 및 운동강도 맵을 확인하려면 Fitbit 앱에서 운동 타일을 누르세요.

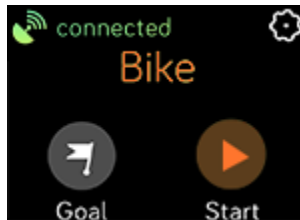
운동 모니터링하기

1. Ionic에서 운동 앱  을 열고 화면을 살짝 밀어 운동을 찾습니다.

2. 운동을 눌러서 선택합니다. 더 많은 운동 유형을 보려면 하단의 **더 보기**를 누릅니다.
3. 실행 아이콘  을 눌러 운동을 시작하거나 깃발 아이콘  을 눌러 활동에 따라 시간, 이동 거리 또는 칼로리 목표를 선택합니다.
4. 운동을 마쳤거나 일시 정지하려면 일시 정지 아이콘  을 누릅니다.
5. 실행 아이콘을 눌러 운동을 재개하거나 깃발 아이콘  을 눌러 종료합니다.
6. 프롬프트가 표시되면 운동을 끝내려고 함을 확인합니다. 운동 요약 내용이 나타납니다.
7. **완료**를 눌러 요약 화면을 닫습니다.

참고:



- Ionic에서는 3가지 실시간 통계를 표시합니다. 가운데 통계를 살짝 밀어 실시간 통계를 모두 확인하세요.
- 운동 목표를 설정해 놓으면 목표의 절반을 이룬 경우 및 목표를 달성한 경우 위치에서 알려줍니다.
- GPS를 사용하는 운동을 하는 경우 위치가 GPS 신호에 연결되면 왼쪽 상단에 아이콘이 나타납니다. 화면에 "연결됨"이라고 표시되고 Ionic이 진동하면 GPS가 연결된 것입니다.






운동 설정 및 바로 가기 사용자 지정하기

위치에서 각 운동 유형에 대한 설정을 사용자 지정할 수 있습니다. 설정에는 다음과 같은 항목이 있습니다.

랩 표시	운동 중 특정 주요 기록 달성 시 알림 받기
자동 랩 설정	랩 표시가 자동 으로 설정된 경우 랩 카운트 방식을 사용자 지정
통계 사용자 지정	운동을 모니터링할 때 표시할 통계 선택
GPS	GPS를 사용하여 경로를 모니터링
자동 일시 중지	이동을 멈추면 달리기나 자전거 타기를 자동으로 일시 중지
달리기 감지	운동 앱을 열지 않아도 자동으로 달리가 모니터링됨
화면 항상 켜기	운동 중 화면을 켜 두기

1. Ionic에서 운동 앱  을 엽니다.
2. 화면을 살짝 밀어 운동을 찾습니다.
3. 설정 아이콘  을 누르고 설정 목록을 살짝 밀니다.
4. 설정 목록을 위로 살짝 밀니다.
5. 설정을 눌러 조정합니다.
6. 완료하고 나면 뒤로 버튼을 눌러 운동 화면으로 돌아간 다음, 운동을 시작합니다.

운동 앱  에서 운동 바로 가기를 변경하거나 순서를 바꾸려면 다음 단계를 따르세요.

1. Fitbit 앱의 투데이 탭  에서 프로필 사진 > Ionic 타일을 누릅니다.
2. **운동 바로 가기를** 누릅니다.
 - 새 운동 바로 가기를 추가하려면 + 아이콘을 누르고 운동을 선택합니다.
 - 운동 바로 가기를 제거하려면 바로 가기를 왼쪽으로 살짝 밀니다.
 - 운동 바로 가기의 순서를 다시 지정하려면 **편집**(iPhone만 해당)을 누르고 메뉴 아이콘  을 길게 누른 후 위나 아래로 드래그합니다.

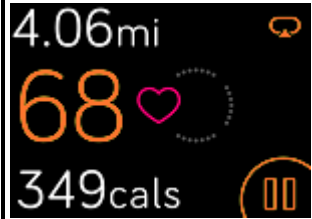
운동 요약 확인하기

운동을 마친 후, Ionic은 통계 요약을 표시합니다.

GPS를 사용한 경우 추가 통계 및 운동강도 맵을 보려면 Fitbit 앱에서 운동 타일을 확인하세요.

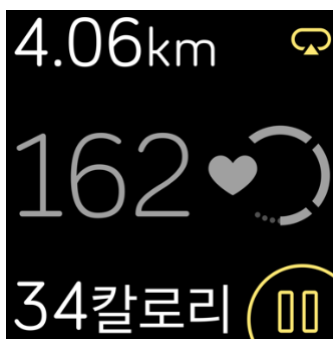
심박수 확인하기

Ionic에서는 여유 심박수(최대 심박수와 안정시 심박수의 차이)를 사용하여 심박수 구간을 맞춤화합니다. 선택하는 운동 강도를 목표로 하는 데 도움이 되도록 운동 시 위치에서 심박수 및 심박수 구간을 확인하세요. 심박수 구간에 진입하면 Ionic에서 알려 줍니다.

아이콘	구간	계산	설명
	구간 미달	여유 심박수의 40% 미만	지방 연소 구간에 진입하기 전에는 심장이 느리게 됩니다.

아이콘	구간	계산	설명
	지방 연소 구간	여유 심박수의 40%~59%	지방 연소 구간에서는 빠르게 걷기와 같은 중간 강도의 활동을 하고 있을 가능성이 큼니다. 심박수가 올라가고 호흡이 빨라질 수 있지만, 대화는 나눌 수 있는 상태입니다.
	심장 강화 구간	여유 심박수의 60%~84%	심장 강화 구간에서는 달리기나 스피닝과 같은 격렬한 활동을 하고 있을 가능성이 큼니다.
	최대 심박 구간	여유 심박수의 85% 초과	최대 심박 구간에서는 전력 질주나 고강도 인터벌 트레이닝 등 운동 성과 및 속도를 높이는 짧은 고강도 활동을 하고 있을 가능성이 큼니다.

워치가 더 강한 측정값을 검색하는 경우 심박수 값은 회색으로 나타납니다.



사용자 지정 심박수 구간


이러한 심박수 구간을 사용하는 대신, Fitbit 앱에서 특정 심박수 구간을 목표로 사용자 지정 구간을 만들 수 있습니다.



자세한 내용은 help.fitbit.com을 참조하세요.

액티브존 미닛 획득하기

지방 연소 구간, 심장 강화 구간 또는 최대 심박 구간에서 보낸 시간에 대해 액티브존 미닛을 얻어보세요. 시간을 극대화하는 데 도움이 되도록 심장 강화 구간이나 최대 심박 구간에서는 분마다 2배의 액티브존 미닛을 얻게 됩니다.

지방 연소 구간에서의 1분 = 액티브존 미닛 1분
심장 강화 구간 또는 최대 심박 구간에서의 1분 = 액티브존 미닛 2분

운동 앱  사용 시 심박수 구간에 진입할 때 알림을 받으려면 다음 단계를 따르세요.

1. 위치에서 운동 앱  을 엽니다.
2. 모니터링할 운동을 누릅니다.
3. 오른쪽 상단의 설정 아이콘  을 누릅니다.
4. **구간 알림**을 켭니다.

운동 중에 다른 심박수 구간에 진입하고 나서 어느 정도 시간이 지나면 위치가 진동하여 지금 하는 운동의 강도를 알 수 있습니다. 다음과 같이 위치 진동 횟수로 현재 구간을 알 수 있습니다.

약한 진동 = 구간 미만
한 번 진동 = 지방 연소 구간
두 번 진동 = 심장 강화 구간
세 번 진동 = 최대 심박 구간

처음 시작할 때 주간 목표는 액티브존 미닛 150분으로 설정되어 있습니다. 목표를 달성하면 알림을 받게 됩니다.

활동 공유하기

운동을 마친 후, Fitbit 앱을 열어 친구 및 가족과 통계를 공유할 수 있습니다.

자세한 내용은 help.fitbit.com을 참조하세요.

심장 강화 피트니스 점수 보기

Fitbit 앱에서 전반적인 심혈관 건강 상태를 조회하세요. 동료들과 비교한 결과를 보여주는 심장 강화 피트니스 점수 및 심장 강화 피트니스 레벨을 확인하시기 바랍니다.

위치를 위로 살짝 밀어 Fitbit Today로 이동한 다음, 심박수 타일을 찾습니다. 왼쪽으로 살짝 밀어 하루 동안의 심박수 구간별 지속 시간을 확인합니다. 다시 왼쪽으로 살짝 밀어 심장 강화 피트니스 점수 및 심장 강화 피트니스 수준을 확인합니다.

자세한 내용은 help.fitbit.com을 참조하세요.


음악 및 팟캐스트

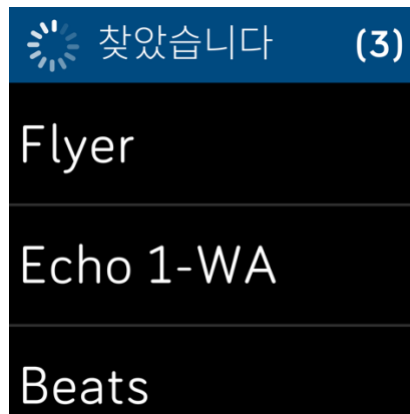
좋아하는 재생 목록을 Ionic에 저장하고 휴대폰 없이도 Bluetooth 이어폰이나 스피커로 음악 및 팟캐스트를 들을 수 있습니다.

Bluetooth 이어폰 또는 스피커 연결하기

최대 8개의 Bluetooth 오디오 기기를 연결하여 위치에서 음악을 들었습니다.


새 Bluetooth 오디오 기기를 페어링하는 방법:

1. Bluetooth 이어폰이나 스피커에서 페어링 모드를 활성화합니다.
2. Ionic에서 **설정** 앱  > **Bluetooth**를 엽니다.
3. **+ 오디오 기기**를 누릅니다. Ionic이 근처에 있는 기기를 검색합니다.
4. Ionic이 근처에 있는 Bluetooth 오디오 기기를 찾으면 화면에 목록을 표시합니다. 페어링할 기기의 이름을 누릅니다.




페어링이 완료되면 체크 표시가 화면에 나타납니다.

다른 Bluetooth 기기로 음악을 듣는 방법:

1. Ionic에서 **설정** 앱  > **Bluetooth**를 엽니다.
2. 사용할 기기를 누르거나 새 기기를 페어링합니다. 그런 다음 기기가 연결될 때까지 잠시 기다립니다.

자세한 내용은 help.fitbit.com을 참조하세요.

개인용 음악 및 팟캐스트 듣기

Ionic에서 음악 앱  을 사용하면 몇 시간 분량의 좋아하는 노래 및 팟캐스트를 저장하여 손목에서 바로 재생할 수 있습니다. 재생 목록을 위치에 다운로드하려면 위치와 같은 Wi-Fi에 연결할 수 있는 컴퓨터와 무료 Fitbit Connect 앱이 필요합니다. 소유하고 있거나 라이선스가 필요 없는 파일만 전송할 수 있습니다. 음악 앱에서는 음악 구독 서비스의 노래를 다운로드할 수 없습니다. 지원되는 구독 서비스에 대한 내용은 "[Deezer 앱으로 음악 듣기](#)" (46페이지) 및 "[Pandora 앱으로 음악 듣기\(미국만 해당\)](#)"(46페이지)를 확인하세요.

지침은 help.fitbit.com에서 확인하세요.

Windows 10 PC에서 음악 및 팟캐스트 추가하기

iTunes 보관함 또는 Windows Media Player에서 개인용 음악 및 팟캐스트의 재생 목록을 Ionic에 다운로드합니다. Fitbit 데스크톱 앱에서 끌어 놓기 기능을 사용하여 재생 목록을 만들어 트랙을 추가할 수도 있습니다.

재생 목록 만들기

위치에 다운로드할 노래나 팟캐스트로 구성된 재생 목록을 1개 이상 만듭니다.

iTunes를 사용하는 경우, 재생 목록을 사용 중인 위치와 공유하도록 앱을 승인해야 합니다.

컴퓨터에서 iTunes를 열고 **편집 > 환경설정 > 고급 > 다른 응용 프로그램과 iTunes 보관함 XML 공유 > 확인**을 선택합니다.



Fitbit 앱 설치하기

아직 설치하지 않았으면 컴퓨터에 Fitbit 앱을 설치합니다.

1. PC에서 시작 버튼을 클릭하고 Microsoft Store를 엽니다.
2. “Fitbit 앱”을 검색하여 찾은 후 **무료**를 클릭하여 앱을 다운로드합니다.
3. 기존 Microsoft 계정으로 로그인하려면 **Microsoft 계정**을 클릭합니다. 아직 Microsoft 계정이 없는 경우 화면의 지침을 따라 새 계정을 만듭니다.
4. 앱이 설치되었으면 앱을 열고 Fitbit 계정으로 로그인합니다.



Wi-Fi에 연결하기

다음과 같이 Ionic과 PC를 동일한 Wi-Fi 네트워크에 연결할 수 있는지 확인합니다.


1. Fitbit 앱의 투데이 탭 에서 프로필 사진 > Ionic 타일을 누릅니다.
2. **Wi-Fi 설정**을 클릭합니다.
3. **네트워크 추가**를 클릭하고 화면의 지침을 따라 Wi-Fi 네트워크를 추가하거나 네트워크 목록에 해당 네트워크가 이미 있는지 확인합니다.
4. 네트워크 이름 > **연결**을 클릭합니다.
5. 컴퓨터가 어떤 네트워크에 연결되어 있는지 확인하려면 화면에서 Wi-Fi 기호 를 클릭합니다. 위치와 동일한 Wi-Fi 네트워크에 연결하세요.

브라우저를 통해 사용 중인 Wi-Fi 네트워크에 로그인해야 하는 경우, 이 네트워크는 Ionic에서 지원되지 않습니다. 자세한 내용은 help.fitbit.com에서 확인하세요.

재생 목록 다운로드하기

1. 최상의 결과를 위해 Fitbit 앱에서 위치를 동기화한 다음, 휴대폰 및 컴퓨터에서 일시적으로 Bluetooth를 비활성화합니다.
2. 위치를 충전기에 꽂습니다.
3. 사용 중인 PC에서 Fitbit 앱을 열고 음악 아이콘 을 클릭합니다.
4. **개인용 음악**을 클릭합니다.
5. Ionic에서 음악 앱 을 연 다음, **음악 전송**을 누릅니다. 전송 버튼을 보려면 위로 살짝 밀어야 할 수 있습니다.



6. Ionic이 연결되는 동안 잠시 기다립니다. 때때로 연결하는 데 1~2분이 걸릴 수 있습니다.
7. 메시지가 표시되면 컴퓨터의 화면에 표시되는 지침에 따라 위치에 다운로드하려는 재생 목록을 선택합니다. 재생 목록을 선택하면 다운로드가 자동으로 시작됩니다.
8. 첫 번째 재생 목록을 선택하는 데 시간이 다소 소요되는 경우에는 Wi-Fi 연결을 해제하여 배터리를 보존할 수 있습니다. **음악 전송** 버튼을 다시 눌러 다시 연결하고, 계속해서 재생 목록을 선택합니다.
9. 다운로드가 완료되면 Bluetooth 이어폰 또는 스피커를 Ionic에 페어링하고 음악 앱  을 열어 재생 목록을 듣습니다. 음악 앱에서 음악을 듣기 위해 휴대폰과 컴퓨터가 가까이 있을 필요는 없습니다.

자세한 내용은 help.fitbit.com을 참조하세요.

Mac에서 음악 및 팟캐스트 추가하기

iTunes Library에서 Ionic으로 개인용 음악 및 팟캐스트의 재생 목록을 다운로드합니다.

재생 목록 만들기



iTunes에서 노래 또는 팟캐스트 재생 목록을 1개 이상 만들어 위치로 다운로드합니다.

재생 목록을 위치와 공유하도록 iTunes 앱을 승인해야 합니다.

컴퓨터에서 iTunes를 열고 **편집 > 환경설정 > 고급 > 다른 응용 프로그램과 iTunes 보관함 XML 공유 > 확인**을 선택합니다.

Wi-Fi에 연결하기

Ionic과 Mac을 동일한 Wi-Fi 네트워크에 연결할 수 있는지 확인합니다.

1. Fitbit 앱의 투데이 탭 에서 프로필 사진 > Ionic 타일을 누릅니다.
2. **Wi-Fi 설정**을 누릅니다.
3. **네트워크 추가**를 누르고 화면의 지침을 따라 Wi-Fi 네트워크를 추가하거나 네트워크 목록에 해당 네트워크가 이미 있는지 확인합니다.
4. 네트워크 이름 > **연결**을 누릅니다.
5. 컴퓨터가 어떤 네트워크에 연결되어 있는지 확인하려면 화면에서 Wi-Fi 기호 를 클릭합니다. 위치와 동일한 Wi-Fi 네트워크에 연결하세요.


브라우저를 통해 사용 중인 Wi-Fi 네트워크에 로그인해야 하는 경우, 이 네트워크는 Ionic에서 지원되지 않습니다. 자세한 내용은 help.fitbit.com에서 확인하세요.

Fitbit Connect 설치하기


iTunes 보관함에서 Ionic으로 음악을 다운로드하는 데 사용할 수 있는 Fitbit Connect라는 무료 소프트웨어 애플리케이션을 설치합니다.

1. Mac에서 fitbit.com/setup으로 이동합니다.
2. 아래로 스크롤하여 **Mac용 다운로드** 옵션을 클릭합니다.
3. **Fitbit Connect.pkg 설치**를 두 번 클릭하면 Fitbit Connect 설치 프로그램이 열립니다.
4. **계속**을 클릭하여 설치 프로그램을 진행합니다.

재생 목록 다운로드하기

1. 최상의 결과를 위해 Fitbit 앱에서 위치를 동기화한 다음, 휴대폰 및 컴퓨터에서 일시적으로 Bluetooth를 비활성화합니다.
2. 위치를 충전기에 꽂습니다.
3. 컴퓨터의 Fitbit Connect 창에서 **음악 관리**를 클릭합니다.
4. Fitbit 계정에 로그인합니다.
5. Ionic에서 음악 앱 을 연 다음, **음악 전송**을 누릅니다. 전송 버튼을 보려면 위로 살짝 밀어야 할 수 있습니다.





6. Wi-Fi를 통해 Ionic이 연결되는 동안 잠시 기다립니다. 때때로 1~2분이 걸릴 수 있습니다.
7. 메시지가 표시되면 화면에 표시되는 지침에 따라 Ionic에 다운로드하려는 재생 목록을 선택합니다. 재생 목록을 선택하면 다운로드가 자동으로 시작됩니다.
8. 첫 번째 재생 목록을 선택하는 데 시간이 다소 소요되는 경우에는 Wi-Fi 연결을 해제하여 배터리를 보존할 수 있습니다. **음악 전송** 버튼을 다시 눌러 다시 연결하고, 계속해서 재생 목록을 선택합니다.
9. 다운로드가 완료되면 Bluetooth 이어폰 또는 스피커를 Ionic에 페어링하고 음악 앱  을 열어 재생 목록을 듣습니다. 음악 앱에서 음악을 듣기 위해 휴대폰과 컴퓨터가 가까이 있을 필요는 없습니다.

자세한 내용은 help.fitbit.com을 참조하세요.


Ionic을 사용하여 음악 제어하기

Ionic 또는 휴대폰에서 음악 및 팟캐스트 재생을 제어합니다.


음원 선택하기

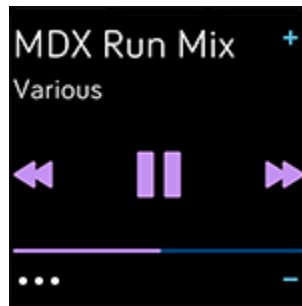
1. 화면을 위에서 아래로 살짝 밀니다. 알림이 표시되면 다시 아래로 살짝 밀어 제어 센터를 엽니다. 음악제어 아이콘  을 누릅니다.
2. 3개의 점 아이콘  을 누릅니다.
3. 휴대폰 또는 위치 아이콘을 눌러 음원을 전환합니다.

Android 또는 Windows 10 휴대폰을 사용하는 경우 다음과 같이 Bluetooth 클래식을 켜서 휴대폰의 음악을 제어할 수 있습니다.


1. Ionic에서 설정 앱  을 열고 **Bluetooth > 음악제어 복원**을 선택합니다.
2. 휴대폰에서 페어링된 기기 목록이 표시되는 Bluetooth 설정으로 이동합니다. 휴대폰에서 사용 가능한 기기를 스캔합니다.
3. **Ionic(클래식)**을 누릅니다.

음악 제어하기

1. 음악 재생 중에 화면을 위에서 아래로 살짝 밀니다. 알림이 표시되면 다시 아래로 살짝 밀어 제어 센터를 엽니다. 음악제어 아이콘  을 누릅니다.
2. 트랙을 재생 또는 일시 정지하거나 화살표 아이콘을 눌러 다음 트랙 또는 이전 트랙으로 건너뛸니다(오디오 소스에서 허용하는 경우). + 및 - 아이콘을 눌러 볼륨을 조절합니다.




Pandora 앱으로 음악 듣기(미국만 해당)

Ionic에서 Pandora 앱  으로 가장 많이 재생된 Pandora 스테이션이나 인기 있는 엄선된 운동 스테이션을 위치로 직접 다운로드하세요. 스테이션을 다운로드하려면 Pandora를 유료 구독하고 Wi-Fi에 연결해야 합니다. Pandora 구독에 관한 자세한 내용은 help.pandora.com에서 확인하세요.

지침은 help.fitbit.com에서 확인하세요.

Deezer 앱으로 음악 듣기

Ionic에서 Deezer 앱  으로 Deezer 재생 목록과 Flow를 위치에 직접 다운로드하세요. 음악을 다운로드하려면 Deezer를 유료 구독하고 Wi-Fi에 연결해야 합니다. Deezer 구독에 관한 자세한 내용은 support.deezer.com에서 확인하세요.

지침은 help.fitbit.com에서 확인하세요.

Fitbit Pay

Ionic에는 NFC 칩이 내장되어 있으며, 이 칩을 통해 위치에 있는 신용 카드 및 직불 카드를 사용할 수 있습니다.


신용 카드 및 직불 카드 사용하기

Fitbit 앱의 월렛 섹션에서 Fitbit Pay를 설정하고 위치를 사용하여 비접촉식 결제를 허용하는 매장에서 물품을 구입하세요.

Fitbit에서는 항상 파트너 목록에 새 지역 및 카드 발급사를 추가하고 있습니다. 사용 중인 결제 카드로 Fitbit Pay를 이용할 수 있는지를 확인하려면 fitbit.com/fitbit-pay/banks를 참조하세요.

Fitbit Pay 설정하기

Fitbit Pay를 사용하려면 참여 은행에서 발급한 1개 이상의 신용 카드 또는 직불 카드를 Fitbit 앱의 월렛 섹션에 추가합니다. 월렛에서 결제 카드를 추가 및 제거하고, 위치에 대한 기본 카드를 설정하고, 결제 방법을 편집하며, 최근 구매를 검토할 수 있습니다.

1. Fitbit 앱의 투데이 탭 에서 프로필 사진 > Ionic 타일을 누릅니다.
2. 월렛 타일을 누릅니다.
3. 화면의 지침을 따라 결제 카드를 추가합니다. 은행에서 추가 확인을 요구하는 경우도 있을 수 있습니다. 카드를 처음 추가하는 경우 위치에 네 자릿수 PIN 코드를 설정하라는 메시지가 표시될 수 있습니다. 또한 휴대폰에 암호 보호가 활성화되어 있어야 합니다.
4. 카드를 추가한 후 화면에 표시되는 지침을 따라 휴대폰에 대한 알림을 켜서(아직 알림을 켜지 않은 경우) 설정을 완료합니다.


최대 6개의 결제 카드를 월렛에 추가하고 기본 결제 옵션으로 설정할 카드를 선택할 수 있습니다.

구매하기

비접촉 결제를 승인하는 모든 매장에서 Fitbit Pay를 사용하여 구매를 합니다. 매장에서 Fitbit Pay를 승인하는지 확인하려면 결제 단말기에서 아래 기호를 찾습니다.



호주 지역의 고객을 제외한 모든 고객:

1. Fitbit Pay를 활성화합니다.
 - 버튼 바로 가기로 Fitbit Pay를 선택한 경우 위치의 뒤로 버튼을 2초 동안 길게 누릅니다.
 - 다른 버튼 바로 가기를 선택한 경우, 화면을 위에서 아래로 살짝 밀니다. 알림이 표시되면 다시 아래로 살짝 밀어 제어 센터를 엽니다. 다른 버튼 바로 가기를 선택한 경우 Fitbit Pay 아이콘  을 누릅니다.
2. 프롬프트가 표시되면 4자리수 위치 PIN 코드를 입력합니다. 기본 카드가 화면에 나타납니다.



3. 기본 카드로 결제하려면 결제 단말기 근처에 손목을 댍니다. 다른 카드로 결제하려면 화면을 살짝 밀어 사용할 카드를 찾은 후 결제 단말기 근처에 손목을 대세요.



호주 지역의 고객:

1. 호주 은행에서 발급된 신용 카드 또는 직불 카드를 가지고 있으면 지불할 결제 단말기 근처에 위치를 댍니다. 호주 이외 국가의 은행에서 발급된 카드를 사용하려는 경우 또는 기본 카드가 아닌 카드로 결제하려는 경우 위 섹션의 1~3단계를 완료하세요.

2. 프롬프트가 표시되면 4자리수 워치 PIN 코드를 입력합니다.
3. 구매 금액이 \$100 AU를 초과하는 경우 결제 단말기의 지침을 따릅니다. PIN 코드를 묻는 메시지가 표시되면 워치가 아닌 카드의 PIN 코드를 입력하세요.


결제가 성공하면 워치가 진동하고 화면에 확인이 나타납니다.

결제 단말기가 Fitbit Pay를 인식하지 못하면 워치 면이 판독기 근처에 있고 출납원이 비접촉 결제를 사용하고 있음을 알고 있는지 확인하세요.

보안 강화를 위해 Fitbit Pay를 사용하려면 손목에 Ionic을 착용해야 합니다.

자세한 내용은 help.fitbit.com을 참조하세요.

기본 카드 변경하기


1. Fitbit 앱의 투데이 탭 에서 프로필 사진 > Ionic 타일을 누릅니다.
2. 월렛 타일을 누릅니다.
3. 기본 옵션으로 설정할 카드를 찾습니다.
4. **Ionic에서 기본값으로 설정**을 누릅니다.

교통비 결제하기

비접촉식 신용 카드 또는 직불 카드 결제를 승인하는 교통카드 판독기에 Fitbit Pay를 컨 채로 워치를 댄다가 떼세요. 워치로 결제하려면 "**신용 카드 및 직불 카드 사용하기**"(48페이지)의 단계를 따르세요.

교통카드 판독기에 Fitbit 워치를 대서 대중교통 이용을 시작하고 마치는 경우 똑같은 카드로 결제하세요. 대중교통 이용을 시작하기 전에 기기에 요금이 청구되는지 확인하시기 바랍니다.

날씨

현재 위치의 날씨뿐만 아니라 날씨 앱 에서 선택하는 추가 위치 2곳의 날씨가 위치에 표시됩니다.



날씨 확인하기

날씨 앱을 열어 현재 위치의 날씨를 확인하세요. 추가한 다른 위치의 날씨를 확인하려면 화면을 왼쪽으로 살짝 밀니다.

현재 위치의 날씨가 표시되지 않으면 Fitbit 앱에 대해 위치 서비스가 켜져 있는지 확인하세요. 위치를 변경하는 경우 또는 현재 위치에 대한 업데이트된 데이터가 보이지 않는 경우 날씨 앱에서 새 위치 및 최신 데이터를 확인하려면 위치를 동기화하세요.

Fitbit 앱에서 온도 단위를 선택하세요. 자세한 내용은 help.fitbit.com에서 확인하세요.

도시 추가 또는 제거하기

1. Fitbit 앱의 투데이 탭 에서 프로필 사진 > Ionic 타일을 누릅니다.
2. **앱을** 누릅니다.
3. 나의 앱 탭에서 **날씨** 옆에 있는 설정 아이콘 을 누릅니다. 앱을 찾으려면 화면을 위로 살짝 밀어야 할 수 있습니다.
4. **도시 추가**를 눌러 최대 2곳의 위치를 추가하거나 **편집 > x** 아이콘을 눌러 위치를 삭제합니다. 현재 위치는 삭제할 수 없습니다.

업데이트, 다시 시작 및 지우기

일부 문제 해결 단계에서는 위치를 다시 시작해야 할 수 있지만, Ionic을 다른 사람에게 주려는 경우에는 위치 안의 앱과 데이터를 삭제하는 것이 유용합니다. 위치를 업데이트하여 새 Fitbit OS 업데이트를 적용하세요.

Ionic 다시 시작하기

위치의 위치를 다시 시작하려면 Fitbit 로고가 화면에 나타날 때까지 뒤로 및 하단 버튼을 몇 초 동안 길게 누릅니다.

Ionic의 뒷면에는 작은 구멍(고도계 센서)이 있습니다. 이 구멍에 클립과 같은 물건을 넣어서 기기를 다시 시작하려고 하면 위치가 손상될 수 있으므로 그렇게 하지 마세요.

Ionic 지우기

Ionic을 다른 사람에게 주거나 반품하려는 경우 먼저 다음과 같이 개인 데이터를 지우세요.

Ionic에서 설정 앱  > 정보 > 초기화를 엽니다.

Ionic 업데이트하기

위치를 업데이트하여 개선된 최신 기능 및 제품 업데이트를 적용하세요.

업데이트를 설치할 준비가 되면 Fitbit 앱에 알림이 나타납니다. 업데이트를 시작하고 나면 업데이트가 다운로드되는 동안 Ionic과 Fitbit 앱에 진행률 표시줄이 나타나며, 다운로드가 완료되면 설치됩니다. 업데이트 시에는 위치와 휴대폰을 가까이 두어야 합니다.

최상의 결과를 위해 위치가 충전되어 있고 Wi-Fi 네트워크에 연결될 수 있는지 확인하세요.

Ionic을 업데이트하면 배터리가 많이 소모될 수 있으므로 업데이트를 시작하기 전에 위치를 충전기에 연결하는 것이 좋습니다.

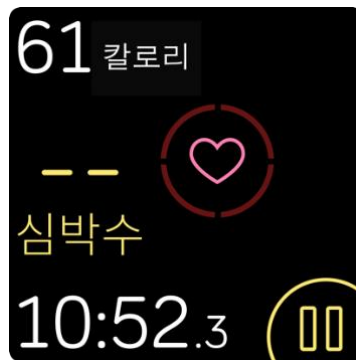
자세한 내용은 help.fitbit.com을 참조하세요.


문제 해결

Ionic이 제대로 작동하지 않는 경우 아래의 문제 해결 단계를 확인하세요. 자세한 내용은 help.fitbit.com에서 확인하시기 바랍니다.

심박수 신호 누락

Ionic은 운동하는 동안뿐 아니라 하루 종일 심박수를 계속 모니터링합니다. 위치의 심박수 센서에서 신호를 잘 감지하지 못하면 점선이 표시됩니다.



위치에서 심박수 신호를 감지하지 못하는 경우 먼저 위치의 설정 앱  에서 심박수 모니터링 기능이 켜져 있는지 확인하세요. 그런 다음, 손목에 착용한 위치를 위아래로 움직이거나 밴드를 조이거나 풀어 위치를 올바르게 착용하고 있는지 확인하시기 바랍니다. Ionic이 피부에 닿아 있어야 합니다. 팔을 편 채로 가만히 두고 잠시 기다리면 심박수가 다시 표시될 것입니다.

자세한 내용은 help.fitbit.com을 참조하세요.

GPS 신호 누락


고층 빌딩, 울창한 숲, 가파른 언덕, 두꺼운 구름 등 환경적 요인이 GPS 위성에 연결하는 위치의 기능을 방해할 수 있습니다. 운동 중에 위치가 GPS 신호를 검색하는 경우, 화면 상단에 "연결 중"이 나타납니다. Ionic에서는 GPS 위성에 연결하지 못하는 경우 다음에 GPS 운동을 시작할 때까지 위치에서 연결 시도를 중단합니다.

최상의 결과를 위해 운동을 시작하기 전에 Ionic이 신호를 찾을 때까지 기다립니다.

자세한 내용은 help.fitbit.com을 참조하세요.

Wi-Fi에 연결할 수 없음

Ionic이 Wi-Fi에 연결되지 않는 경우, 잘못된 비밀번호를 입력했거나 비밀번호가 변경되었을 수 있습니다.

1. Fitbit 앱의 투데이 탭 에서 프로필 사진 > Ionic 타일을 누릅니다.
2. **Wi-Fi 설정 > 다음**을 누릅니다.
3. 사용하려는 네트워크 > **제거**를 누릅니다.
4. **네트워크 추가**를 누르고 화면에 표시되는 지침에 따라 Wi-Fi 네트워크에 다시 연결합니다.

Wi-Fi 네트워크가 올바르게 작동하는지 확인하려면 다른 기기를 네트워크에 연결하세요. 잘 연결된다면 위치에 다시 연결해 보세요.

그렇게 해도 Ionic이 Wi-Fi에 연결되지 않는 경우, 위치를 연결하려는 네트워크가 호환 가능한지 확인해야 합니다. 최상의 결과를 위해 가정용 Wi-Fi 네트워크를 사용하세요. Ionic은 5GHz Wi-Fi, WPA 엔터프라이즈 또는 로그인이나 구독, 프로필이 필요한 공용 네트워크에 연결할 수 없습니다. 호환 가능한 네트워크 유형의 목록은 "[Wi-Fi에 연결하기](#)"(9페이지)를 확인하세요.

네트워크가 호환 가능한지 확인한 후, 위치를 다시 시작하고 다시 Wi-Fi에 연결을 시도합니다. 사용 가능한 네트워크 목록에 다른 네트워크는 표시되지만 원하는 네트워크는 표시되지 않는 경우, 위치를 라우터에 더 가까이 이동합니다.

개인용 음악 또는 팟캐스트를 다운로드하려는 경우, Ionic과 컴퓨터가 동일한 Wi-Fi 네트워크에 연결되어 있는지 확인하세요. 더 강한 Wi-Fi 연결을 위해서는 위치를 라우터에 더 가까이 둡니다.

자세한 내용은 help.fitbit.com을 참조하세요.

기타 문제

다음과 같은 문제가 발생하면 위치를 다시 시작하세요.

- 동기화되지 않음
- 누르거나, 살짝 밀거나, 버튼을 눌러도 응답 없음
- 걸음 수나 다른 데이터를 모니터링하지 않음
- 알림이 표시되지 않음

지침은 "Ionic 다시 시작하기"(52페이지)에서 확인하세요.

자세한 내용은 help.fitbit.com을 참조하세요.

일반 정보 및 사양

센서 및 구성품

Fitbit Ionic에는 다음 센서와 모터가 들어 있습니다.

- 동작 패턴을 모니터링하는 MEMS 3축 가속도계
- 고도 변화를 모니터링하는 고도계
- GLONASS를 사용하는 GPS 수신기: 운동 중 사용자의 위치 모니터링
- 광학 심박수 트래커
- 주변광 센서
- 진동 모터

소재

Ionic의 하우징과 버클은 양극 산화 처리된 알루미늄으로 제작되었습니다. 양극 산화 처리된 알루미늄에는 미량의 니켈이 함유될 수 있으며 니켈에 민감한 사용자에게는 알레르기 반응을 일으킬 수 있지만, 모든 Fitbit 제품에 함유된 니켈의 양은 유럽 연합의 엄격한 니켈 지침을 충족합니다.

Ionic과 함께 제공되는 밴드는 다양한 스포츠용 위치에 사용되는 것과 유사한 유연하고 견고한 탄성중합체 소재로 제작되었으며 라텍스가 함유되어 있지 않습니다. 천연 가죽 소재의 액세서리 밴드도 출시되어 있습니다.

무선 기술

Ionic에는 Bluetooth 4.0 무선 송수신기, Wi-Fi 칩과 NFC 칩이 내장되어 있습니다.

햅틱 피드백

Ionic에는 알람, 목표, 알림, 미리 알림 및 앱에 사용되는 진동 모터가 들어 있습니다.

배터리

Ionic에는 충전용 리튬 폴리머 배터리가 들어 있습니다.

메모리

Ionic에서는 일일 통계, 수면 정보, 운동 기록 등의 데이터를 7일 동안 저장합니다. Fitbit 앱에서 기록 데이터를 확인하세요.

디스플레이

Ionic에는 컬러 LCD 디스플레이가 있습니다.

밴드 크기

밴드 크기는 아래에 나와 있습니다. 별도로 판매되는 액세서리 밴드는 약간씩 다를 수 있습니다.

스몰 밴드	손목 둘레 13.9cm~17cm(5.5인치~6.7인치)에 맞춤
라지 밴드	손목 둘레 17cm~20.5cm(6.7인치~8.1인치)에 맞춤

환경 조건

작동 온도	-10°~45°C (14°~113°F)
비작동 온도	-20°~-10°C (-4°~14°F) 45°~60°C (113°~140°F)
생활 방수	50m 방수
최대 작동 고도	9,144m (30,000피트)

자세히 알아보기

위치에 대한 정보, Fitbit 앱에서 진행 상황을 모니터링하는 방법 및 Fitbit Premium으로 건강한 습관을 기르는 방법을 자세히 알아보려면 help.fitbit.com을 방문하세요.

반품 정책 및 보증

보증 정보와 fitbit.com 반품 정책은 [Fitbit 웹 사이트](http://fitbit.com)에서 확인할 수 있습니다.

Regulatory and Safety Notices

Model Name: FB503

Notice to the User: Regulatory content for certain regions can also be viewed on your device. To view the content:

Settings > About > Regulatory Info

USA: Federal Communications Commission (FCC) statement

FCC ID: XRAFB503

Notice to the User: The FCC ID can also be viewed on your device. To view the content:

Settings > About > Regulatory Info

This device complies with Part 15 of the FCC Rules.

Operation is subject to the following two conditions:

1. This device may not cause harmful interference and
2. This device must accept any interference, including interference that may cause undesired operation of the device.

FCC Warning

Changes or modifications not expressly approved by the party responsible for compliance could void the user's authority to operate the equipment.

Note: This equipment has been tested and found to comply with the limits for a Class B digital device, pursuant to part 15 of the FCC Rules. These limits are designed to provide reasonable protection against harmful interference in a residential installation. This equipment generates, uses and can radiate radio frequency energy and, if not installed and used in accordance with the instructions, may cause harmful interference to radio communications. However, there is no guarantee that interference will not occur in a particular installation. If this equipment does cause harmful interference to radio or television reception, which can be determined by turning the equipment off and on, the user is encouraged to try to correct the interference by one or more of the following measures:

- Reorient or relocate the receiving antenna.
- Increase the separation between the equipment and receiver.
- Connect the equipment into an outlet on a circuit different from that to which the receiver is connected.

- Consult the dealer or an experienced radio/TV technician for help.

This device meets the FCC and IC requirements for RF exposure in public or uncontrolled environments.

Canada: Industry Canada (IC) statement

IC: 8542A-FB503

Notice to the User: The IC ID can also be viewed on your device. To view the content:

Settings > About > Regulatory Info

This device meets the IC requirements for RF exposure in public or uncontrolled environments.

Cet appareil est conforme aux conditions de la IC en matière de RF dans des environnements publics ou incontrôlée

IC Notice to Users English/French in accordance with current issue of RSS GEN:

This device complies with Industry Canada license exempt RSS standard(s).

Operation is subject to the following two conditions:

1. this device may not cause interference, and
2. this device must accept any interference, including interference that may cause undesired operation of the device.

Cet appareil est conforme avec Industrie Canada RSS standard exempts de licence (s). Son utilisation est soumise à Les deux conditions suivantes:

1. cet appareil ne peut pas provoquer d'interférences et
2. cet appareil doit accepter Toute interférence, y compris les interférences qui peuvent causer un mauvais fonctionnement du dispositif

European Union (EU)

Simplified EU Declaration of Conformity

Hereby, Fitbit, Inc. declares that the radio equipment type Model FB503 is in compliance with Directive 2014/53/EU. The full text of the EU declaration of conformity is available at the following internet address: www.fitbit.com/safety

Vereinfachte EU-Konformitätserklärung

Fitbit, Inc. erklärt hiermit, dass die Funkgerätypen Modell FB503 die Richtlinie 2014/53/EU erfüllen. Der vollständige Wortlaut der EU-Konformitätserklärungen kann unter folgender Internetadresse abgerufen werden: www.fitbit.com/safety

Declaración UE de Conformidad simplificada

Por la presente, Fitbit, Inc. declara que el tipo de dispositivo de radio Modelo FB503 cumple con la Directiva 2014/53/UE. El texto completo de la declaración de conformidad de la UE está disponible en la siguiente dirección de Internet: www.fitbit.com/safety

Déclaration UE de conformité simplifiée

Fitbit, Inc. déclare par la présente que les modèles d'appareils radio FB503 sont conformes à la Directive 2014/53/UE. Les déclarations UE de conformité sont disponibles dans leur intégralité sur le site suivant : www.fitbit.com/safety

Dichiarazione di conformità UE semplificata

Fitbit, Inc. dichiara che il tipo di apparecchiatura radio Modello FB503 è conforme alla Direttiva 2014/53/UE. Il testo completo della dichiarazione di conformità UE è disponibile al seguente indirizzo Internet: www.fitbit.com/safety

Safety Statement

This equipment has been tested to comply with safety certification in accordance with the specifications of EN Standard: EN60950-1:2006 + A11:2009 + A1:2010 + A12:2011 + A2:2013 & EN62368-1:2014 + A11:2017.

Frequency Information

Frequency range (MHz): 2400-2483.5

Customs Union



Australia and New Zealand

Notice to the User: Regulatory content for this region can also be viewed on your device. To view the content:

- Tap Settings > About > Regulatory Info.



Belarus



China

Notice to the User: Regulatory content can also be viewed on your device. Instructions to view content from your menu:

Settings > About > Regulatory Info

China RoHS

部件名称 Part Name	有毒和危险物品 Toxic and Hazardous Substances or Elements					
Model FB503	铅 (Pb)	水银 (Hg)	镉 (Cd)	六价铬 (Cr(VI))	多溴化苯 (PBB)	多溴化二 苯醚 (PBDE)
表带和表扣 (Strap and Buckle)	0	0	0	0	0	0
电子 (Electronics)	--	0	0	0	0	0
电池 (Battery)	0	0	0	0	0	0
充电线 (Charging Cable)	0	0	0	0	0	0

China RoHS

部件名称	有毒和危险品					
Part Name	Toxic and Hazardous Substances or Elements					
Model FB503	铅 (Pb)	水银 (Hg)	镉 (Cd)	六价铬 (Cr(VI))	多溴化苯 (PBB)	多溴化二 苯醚 (PBDE)

本表格依据 SJ/T 11364 的规定编制

O = 表示该有害物质在该部件所有均质材料中的含量均在 GB/T

26572 规定的限量要求以下 (indicates that the content of the toxic and hazardous substance in all the Homogeneous Materials of the part is below the concentration limit requirement as described in GB/T 26572).

X = 表示该有害物质至少在该部件的某一均质材料中的含量超出 GB/T

26572 规定的限量要求 (indicates that the content of the toxic and hazardous substance in at least one Homogeneous Material of the part exceeds the concentration limit requirement as described in GB/T 26572).



CMIIT ID 2017DJ4947

India

Notice to the User: Regulatory content for this region can also be viewed on your device. To view the content:

Settings > About > Regulatory Info

Israel

התאמה אישור 61887-51

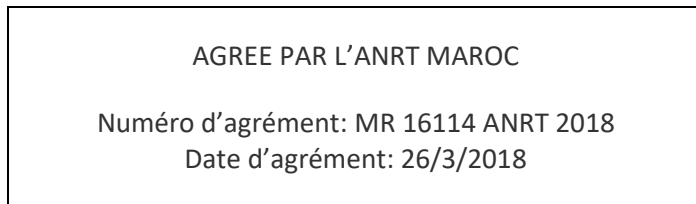
Japan

Notice to the User: Regulatory content for this region can also be viewed on your device. To view the content:

Settings > About > Regulatory Info



Morocco



Nigeria

Connection and use of this communications equipment is permitted by the Nigerian Communications Commission.

Oman

OMAN-TRA/TA-R/4605/17

D090258

Pakistan

Model No.: FB503

TAC No.: 9.6090/2018



Model: FB503
Serial No: Refer to retail box
Year of Manufacture: 2018

Philippines

Model FB503



Serbia



И 005 17

Singapore

Complies with IMDA
Standards DA107950

South Korea

Notice to the User: Regulatory content for this region can also be viewed on your device. To view the content:

Settings > About > Regulatory Info



클래스 B 장치 (가정 사용을 위한 방송 통신 기기) : EMC 등록 주로 가정용 (B 급)으로 하고, 모든 지역에서 사용할 수 있습니다 얻을이 장치.

" 해당 무선설비는 전파혼신 가능성이 있으므로 인명안전과 관련된 서비스는 할 수 없습니다. "



Taiwan

Notice to the User: Regulatory content for this region can also be viewed on your device. To view the content:

Settings > About > Regulatory Info



CCAJ17LP4710T8

Model FB503

注意！

依據 低功率電波輻射性電機管理辦法

第十二條

經型式認證合格之低功率射頻電機，非經許可，公司、商號或使用者均不得擅自變更頻率、加大功率或變更原設計之特性及功能

第十四條

低功率射頻電機之使用不得影響飛航安全及干擾合法通信；經發現有干擾現象時，應立即停用，並改善至無干擾時方得繼續使用。

前項合法通信，指依電信法規定作業之無線電通信。

低功率射頻電機須忍受合法通信或工業、科學及醫療用電波輻射性電機設備之干擾。

Translation:

Low power warning:

According to the management method of low power radio wave radiating motor.

Article 12

Without permission, any company, firm or user shall not alter the frequency, increase the power, or change the characteristics and functions of the original design of the certified lower power frequency electric machinery.

Article 14

The application of low power frequency electric machineries shall not affect the navigation safety nor interfere a legal communication, if an interference is found, the service will be suspended until improvement is made and the interference no longer exists. The foregoing legal communication refers to the wireless telecommunication operated according to the telecommunications laws and regulations. The low power frequency electric machinery should be able to tolerate the interference of the electric wave radiation electric machineries and equipment for legal communications or industrial and scientific applications.

電池警語：

此裝置使用鋰電池。

若未遵照下列準則，則裝置內的鋰離子電池壽命可能會縮短或有損壞裝置、發生火災、化學品灼傷、電解液洩漏及 / 或受傷的風險。

- 請勿拆解、鑿孔或損壞裝置或電池。
- 請勿取出或嘗試取出使用者不可自行更換的電池。
- 請勿將電池曝露於火焰、爆炸或其他危險中。
- 請勿使用尖銳物品取出電池。

Translation:

Battery warning:

This device uses a lithium-ion battery.

If the following guidelines are not followed, the life of the lithium-ion battery in the device may be shortened or there is a risk of damage to the device, fire, chemical burn, electrolyte leakage and / or injury.

- Do not disassemble, puncture or damage the device or battery.
- Do not remove or try to remove the battery that the user cannot replace.
- Do not expose the battery to flames, explosions or other hazards.
- Do not use sharp objects to remove the battery.

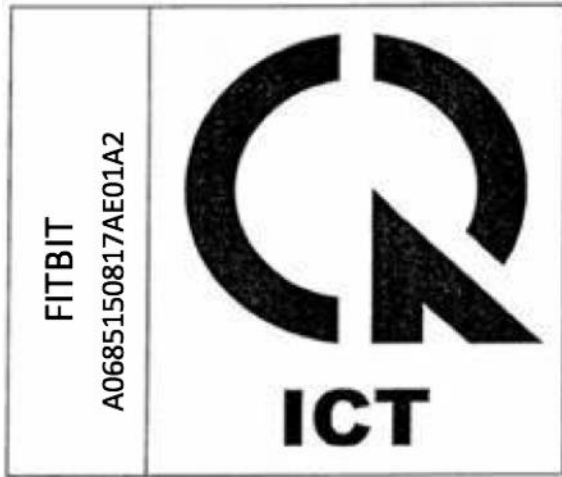
設備名稱：智慧型手錶 ， Equipment name		型號（型式）：FB503 Type designation (Type)				
單元 Unit	限用物質及其化學符號 Restricted substances and its chemical symbols					
	鉛Lead (Pb)	汞Mercury (Hg)	鎘Cadmium (Cd)	六價鉻 Hexavalent chromium (Cr ⁶⁺)	多溴聯苯 Polybrominated biphenyls (PBB)	多溴二苯醚 Polybrominated diphenyl ethers (PBDE)
錶帶	○	○	○	○	○	○
電子	—	○	○	○	○	○
錶扣	○	○	○	○	○	○
充電線	○	○	○	○	○	○
<p>備考1. “超出0.1 wt %”及“超出0.01 wt %”係指限用物質之百分比含量超出百分比含量基準值。 Note 1 : “Exceeding 0.1 wt %” and “exceeding 0.01 wt %” indicate that the percentage content of the restricted substance exceeds the reference percentage value of presence condition.</p> <p>備考2. “○”係指該項限用物質之百分比含量未超出百分比含量基準值。 Note 2 : “○” indicates that the percentage content of the restricted substance does not exceed the percentage of reference value of presence.</p> <p>備考3. “—”係指該項限用物質為排除項目。 Note 3 : The “—” indicates that the restricted substance corresponds to the exemption.</p>						

United Arab Emirates

TRA Registered No.: ER56752/17

Dealer No.: 35294/14

Vietnam



Zambia

Model FB503



ZMB/ZICTA/TA/2018/3/39

©2021 Fitbit LLC. All rights reserved. Fitbit and the Fitbit logo are trademarks or registered trademarks of Fitbit in the US and other countries. A more complete list of Fitbit trademarks can be found at <http://www.fitbit.com/legal/trademark-list>. Third-party trademarks mentioned are the property of their respective owners.