



# fitbit versa



使用手冊

版本 2.6

# 目錄

---

<b>開始</b> .....	<b>7</b>
包裝盒內物品 .....	7
<b>設定 Versa</b> .....	<b>8</b>
為手錶充電 .....	8
使用手機或平板電腦進行設定 .....	9
使用 Windows 10 電腦進行設定 .....	11
連線到 Wi-Fi .....	11
在 Fitbit 應用程式中查看您的資料 .....	12
<b>佩戴 Versa</b> .....	<b>13</b>
整日佩戴和運動時的佩戴方式 .....	13
慣用手 .....	15
<b>更換錶帶</b> .....	<b>15</b>
移除錶帶 .....	15
安裝錶帶 .....	16
<b>基本資訊</b> .....	<b>18</b>
<b>瀏覽 Versa</b> .....	<b>18</b>
基本導覽 .....	18
按鈕快捷鍵 .....	19
調整設定 .....	23
查看電池電量 .....	23

設定裝置鎖定 .....	24
關閉螢幕 .....	24
保養 Versa .....	25
<b>應用程式與錶面 .....</b>	<b>26</b>
開啟應用程式 .....	26
排序應用程式 .....	26
移除應用程式 .....	26
更新應用程式 .....	27
下載其他應用程式 .....	27
變更錶面 .....	27
<b>手機通知 .....</b>	<b>29</b>
設定通知 .....	29
查看傳入通知 .....	29
管理通知 .....	31
關閉通知 .....	31
接聽或拒接來電 .....	32
回覆訊息 (Android 手機) .....	32
<b>計時 .....</b>	<b>34</b>
使用「鬧鐘」應用程式 .....	34
解除或休眠鬧鐘 .....	34
使用計時器應用程式 .....	35
<b>活動與健康 .....</b>	<b>36</b>

表示比分 .....	36
追蹤每日活動目標 .....	37
選擇目標 .....	37
追蹤每小時的活動 .....	37
追蹤您的睡眠 .....	38
設定睡眠目標 .....	38
瞭解您的睡眠習慣 .....	38
查看您的心率 .....	38
練習引導式呼吸 .....	39
<b>運動和心臟健康 .....</b>	<b>40</b>
自動追蹤您的運動 .....	40
使用運動應用程式追蹤與分析運動 .....	40
GPS 要求 .....	41
追蹤運動 .....	41
自訂運動設定與快捷鍵 .....	42
查看您的運動摘要 .....	43
查看您的心率 .....	44
自訂心率區間 .....	45
賺取活動區間分鐘數 .....	45
分享您的活動 .....	46
檢視心肺健康分數 .....	46
<b>音樂與播客 .....</b>	<b>47</b>

連線藍牙耳機或喇叭 .....	47
收聽個人音樂與播客 .....	48
使用 Windows 10 電腦新增音樂和播客 .....	48
使用 Mac 新增音樂和播客 .....	50
使用 Versa 控制音樂.....	53
選擇音樂來源 .....	53
音樂控制 .....	53
透過 Pandora 應用程式聽音樂 (進適用於美國).....	54
透過 Deezer 應用程式聽音樂 .....	54
<b>Fitbit Pay .....</b>	<b>55</b>
使用信用卡和轉帳卡 .....	55
設定 Fitbit Pay .....	55
購物 .....	57
變更預設卡片 .....	58
支付交通費用 .....	59
<b>天氣 .....</b>	<b>60</b>
查看天氣 .....	60
新增或移除城市 .....	60
<b>更新、重新啟動和清除 .....</b>	<b>61</b>
重啟 Versa .....	61
清除 Versa .....	61
更新 Versa .....	61
<b>疑難排解.....</b>	<b>63</b>

找不到心率訊號 .....	63
沒有 GPS 訊號 .....	63
無法連線至 Wi-Fi .....	64
其他問題 .....	65
<b>一般資訊和規格 .....</b>	<b>66</b>
感應器與元件 .....	66
材質 .....	66
無線技術 .....	66
觸覺反饋 .....	66
電池 .....	66
記憶體 .....	67
顯示幕 .....	67
錶帶大小 .....	67
環境條件 .....	67
瞭解詳情 .....	68
退貨政策和保固 .....	68

# 開始

---

歡迎使用 Fitbit Versa，這款產品能夠全天伴您左右，可連續使用 4 天以上，透過其個人化深入見解、音樂等多種功能協助您達成目標。

請花點時間前往 [fitbit.com/safety](https://fitbit.com/safety) 檢視完整的安全資訊。Versa 不適用於提供醫療或科學資料。

## 包裝盒內物品

Versa 包裝盒內含：



裝有小號錶帶的智慧手錶  
(各種不同的顏色和材質)



充電座



額外的大號錶帶  
(各種不同的顏色和材質)

Versa 的可拆式錶帶具有各種不同的顏色和材質，可單獨購買。

# 設定 Versa

---

若要獲得最佳體驗，請使用適用於 iPhone 和 iPad 或 Android 手機的 Fitbit 應用程式。您也可以可以在 Windows 10 裝置上設定 Versa。如果沒有相容的手機或平板電腦，可使用啟用藍牙功能的 Windows 10 電腦。請記得，讀取來電、簡訊、行事曆與智慧型手機應用程式通知都需要手機。

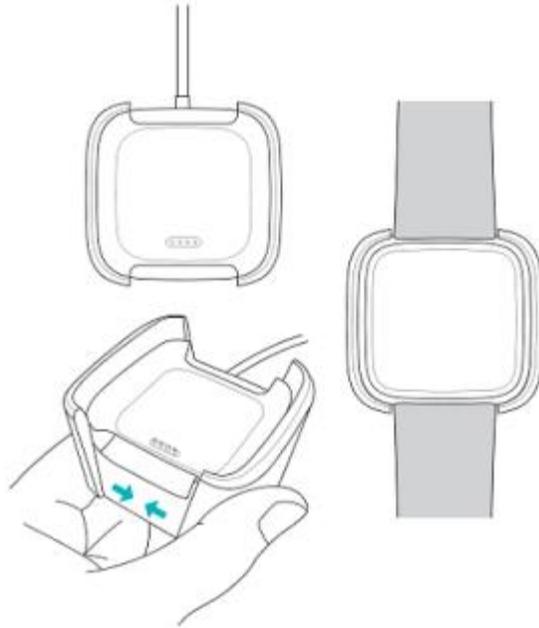
為建立 Fitbit 帳戶，手機會提示您輸入出生日期、身高、體重和性別等資訊，以計算步長，並估算距離、基礎代謝率和卡路里燃燒量。設定帳戶之後，所有其他 Fitbit 使用者都能夠看見您的名字、姓氏和個人檔案相片。您可以選擇分享其他資訊，但您為建立帳戶而提供的多數資訊將會預設為私密。

## 為手錶充電

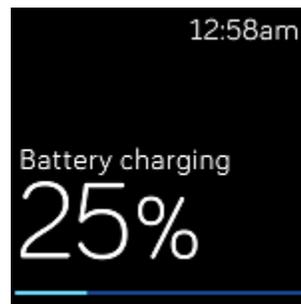
充飽電的 Versa，電池續航力高達 4 天。由於電池續航力與充電週期會因為使用因素與其他因素而有所不同；實際結果可能也會有所不同。

為 Versa 充電：

1. 請將充電線插入電腦的 USB 連接埠，符合 UL 認證的 USB 壁式充電器，或是其他低電量充電裝置。
2. 捏住夾扣，然後將 Versa 放入充電座。充電座上的針腳必須對齊智慧手錶背面的金色接點。螢幕上會顯示已充電的百分比。



手錶充電時，您可以輕觸螢幕兩次，以開啟螢幕及查看電池電量。再次輕觸即可使用 Versa。



## 使用手機或平板電腦進行設定

使用 Fitbit 應用程式設定 Versa。Fitbit 應用程式與多數流行的手機和平板電腦相容。



請執行以下操作以便開始進行：

1. 下載 Fitbit 應用程式：

- [Apple App Store](#) 用於 iPhone 和 iPad
- [Google Play Store](#) 用於 Android 手機
- Windows 10 裝置請使用 [Microsoft Store](#)

2. 安裝應用程式，然後開啟。

- 如果您已有 Fitbit 帳戶，請登入您的帳戶 > 輕觸「今天」標籤  > 您的個人檔案相片 > 設定裝置。
- 如果您沒有 Fitbit 帳戶，請輕觸加入 **Fitbit**，頁面會引導您回答一系列問題以建立 Fitbit 帳戶。

3. 繼續依照畫面說明將 Versa 連接至您的帳戶。

設定完畢後，請詳閱指南，進一步瞭解新手錶，然後再探索 Fitbit 應用程式。

有關更多資訊，請參閱 [help.fitbit.com](https://help.fitbit.com)。

## 使用 Windows 10 電腦進行設定

如果您沒有相容的手機，可以使用啟用藍牙的 Windows 10 電腦以及 Fitbit 應用程式設定與同步 Versa。

若要在電腦上取得 Fitbit 應用程式：

1. 按下電腦上的「開始」按鈕，然後開啟「Microsoft Store」。
2. 搜尋「Fitbit 應用程式」並在找到時按一下**免費**字樣來將應用程式下載至您的電腦。
3. 按一下 **Microsoft 帳戶**，使用現有的 Microsoft 帳戶登入。如果您沒有 Microsoft 帳戶，請依照畫面說明建立一個新帳戶。
4. 開啟應用程式。
  - 如果您已擁有 Fitbit 帳戶，請登入您的帳戶，然後輕觸帳戶圖示  > **設定裝置**。
  - 如果您沒有 Fitbit 帳戶，請輕觸**加入 Fitbit**，頁面會引導您回答一系列問題以建立 Fitbit 帳戶。
5. 繼續依照畫面說明將 Versa 連接至您的帳戶。

設定完畢後，請詳閱指南，進一步瞭解新手錶，然後再探索 Fitbit 應用程式。

## 連線到 Wi-Fi

設定期間，系統將提示您將 Versa 連線到 Wi-Fi 網路。Versa 會使用 Wi-Fi，以便更快速地從 Pandora 或 Deezer 傳輸音樂，從 Fitbit 應用程式庫中下載應用程式，也能更快速、穩定地更新作業系統。

Versa 可連線至開放、WEP、WPA 個人模式和 WPA2 個人模式的 Wi-Fi 網路。您的手錶無法連線至需要除密碼外尚需其他程序 (例如登入、訂閱或設定檔案) 才能連線的 5GHz、WPA 企業或公用 Wi-Fi 網路。電腦連線 Wi-Fi 網路時，若出現需要填寫使用者名稱或網域的欄位，則表示該網路不受支援。

為獲得最佳效果，請將 Versa 連線到家用 Wi-Fi 網路。連線前請確定您知道網路密碼。

有關更多資訊，請參閱 [help.fitbit.com](https://help.fitbit.com)。

## 在 Fitbit 應用程式中查看您的資料

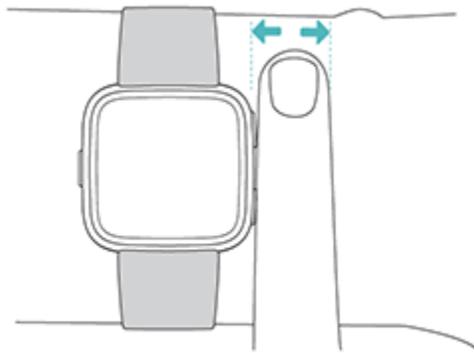
開啟手機或平板電腦的 Fitbit 應用程式查看您的活動和睡眠資料、記錄食物與飲水、參與挑戰以及更多項目。

## 佩戴 Versa

將 Versa 佩戴在手腕上。如果您需要安裝不同尺寸的錶帶，或者您購買了其他錶帶，請參閱「[更換錶帶](#)」(見頁數 15) 中的指示。

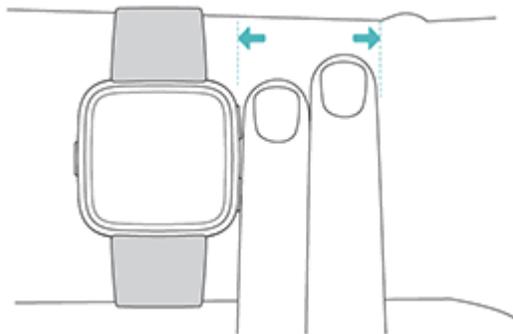
### 整日佩戴和運動時的佩戴方式

當您沒有運動時，請將 Versa 佩戴在離腕骨上方一個手指寬的位置。



若要在運動時獲得最佳的心率追蹤：

- 請在運動時，將智慧手錶佩戴在手腕上較高之處，使其更為服貼。有些運動 (例如騎自行車或舉重) 經常需要彎曲手腕，如果智慧手錶滑至手腕下方，可能會影響心率訊號。



- 請將智慧手錶佩戴在手腕頂端，並且確定裝置的背面與肌膚接觸。

- 可以考慮在運動前將錶帶調緊，運動後將錶帶調鬆。錶帶應該緊貼而不應該緊縮 (否則將限制血液流動，進而影響心率訊號)。

## 慣用手

為了獲得更高的準確性，您必須指定將 Versa 佩戴慣用手或是非慣用手。慣用手也就是您平常用來寫字和吃東西的手。開始時，手腕設定會設定為非慣用手。如果您日後決定要將 Versa 佩戴在慣用手，請在 Fitbit 應用程式中變更手腕設定：

從 Fitbit 應用程式的「今天」 標籤中，輕觸您的個人檔案相片 > Versa 動態磚 > 手腕 > 慣用手。

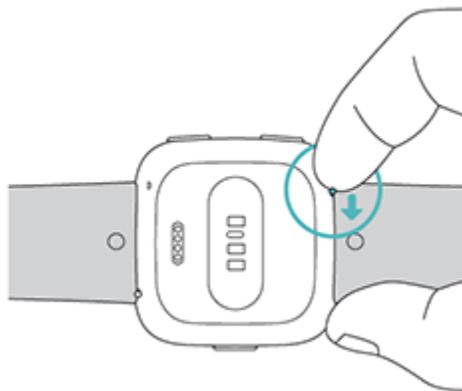
## 更換錶帶

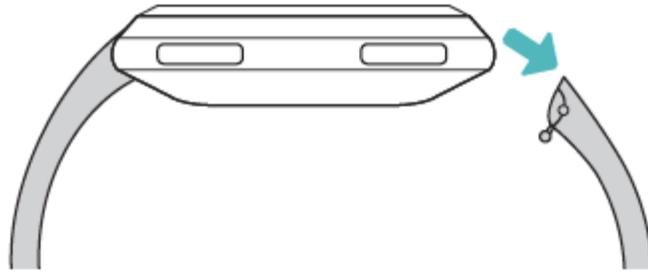
Versa 包裝盒內隨附一條小號錶帶 (已安裝) 和一條額外的大號底部錶帶。頂部和底部錶帶都可以用配件錶帶替換，配件錶帶可在 [fitbit.com](https://www.fitbit.com) 單獨購買。如果要進行錶帶測量，請參閱「錶帶大小」，見頁數 67。

Fitbit Versa 2 和 Fitbit Versa Lite Edition 錶帶能夠與 Versa 相容。

## 移除錶帶

1. 將 Versa 翻到背面，找到快速釋放桿。
2. 向內按壓快速卸除桿時，輕輕將錶帶從智慧手錶拉出以將其釋放。

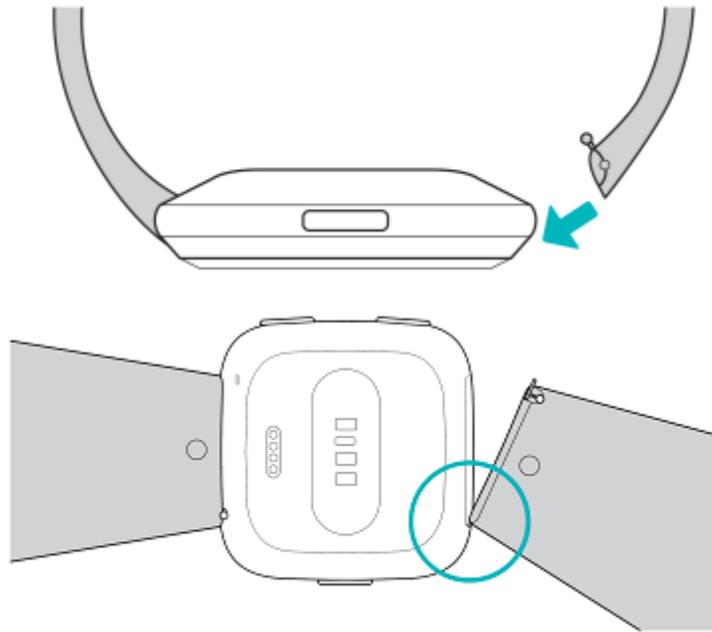




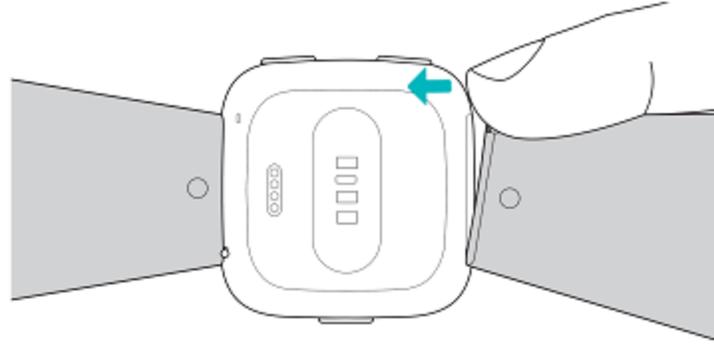
3. 另一側重複進行同樣的步驟。

## 安裝錶帶

1. 若要安裝錶帶，請握住錶帶，以 45 度角將針腳 (快速卸除桿的對面側) 滑入智慧手錶的凹槽中。



2. 向內按壓快速釋放桿時，將錶帶的另一端滑入相應位置。



3. 當針腳的兩端均已插入後，鬆開快速釋放桿。

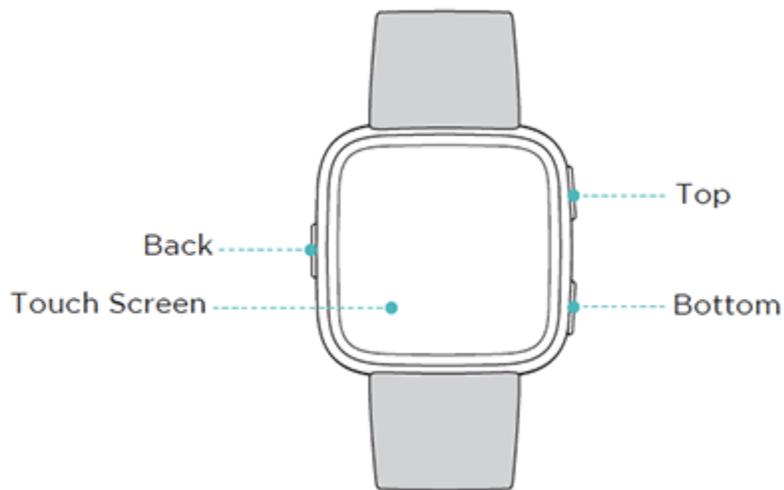
## 基本資訊

---

瞭解如何管理設定、設定個人 PIN 碼、瀏覽畫面及保養智慧手錶等等。

### 瀏覽 Versa

Versa 採用觸控螢幕，內建彩色 LCD 和三個按鈕：返回、頂部和底部。



若要透過輕觸畫面瀏覽 Versa，請向左右或上下滑動，或是按下按鈕。為節省電量，未使用 Versa 時螢幕會自動關閉。若要開啟螢幕，請輕觸兩下螢幕或是按下任何按鈕。

### 基本導覽

主畫面是時鐘。

- 向下滑動可檢視通知。
- 從螢幕頂端向下滑動，即可再次存取音樂控制、Fitbit Pay 以及快速設定快捷鍵。快捷鍵會在 2 秒後消失。向下滑動會再次出現。
- 向上滑動可檢視每日統計資料。
- 向左滑可查看手錶上的應用程式。

- 按下返回按鈕，可回到前一個畫面或返回錶面。

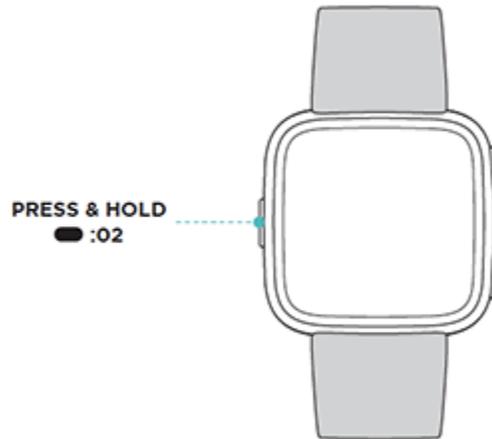


## 按鈕快捷鍵

按住 Versa 上的按鈕，可快速存取某些功能，查看通知以及開啟應用程式。

## 選擇快捷鍵

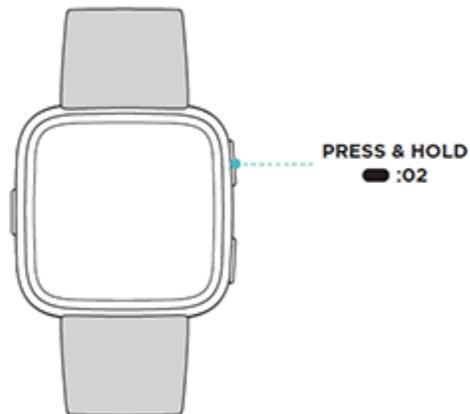
按住返回按鈕 2 秒鐘以啟動 Fitbit Pay (在支援 Fitbit Pay 功能的智慧手錶上)、音樂控制、通知或特定應用程式。



您可在初次使用按鈕快捷鍵時，選擇要啟動的功能。之後若要變更按住按鈕時所啟動的功能，請開啟智慧手錶上的設定應用程式 ，然後輕觸**左側按鈕**選項。

## 通知

若要查看通知，請按住頂部按鈕：



向上或向下滑動以捲動查看通知。

## 應用程式快捷鍵

按下 Versa 上的按鈕，即可快速存取您最愛的應用程式。如需存取這些快捷鍵，請導覽至錶面。按鈕的對應功能如下：

- 頂部按鈕 - 開啟位於第一個應用程式畫面左上方的應用程式。
- 底部按鈕 - 開啟位於第一個應用程式畫面左下方的應用程式。

透過重新排序應用程式自訂 Versa。若需要更多資訊，請參閱「[排序應用程式](#)」(見頁面 26)。

## 快速設定

從螢幕頂端向下滑動。顯示通知後，再次向下滑動開啟控制中心。輕觸快速設定圖示  存取某些設定。

請勿打擾 	當請勿打擾設定開啟時： <ul style="list-style-type: none"><li>• 通知、目標祝賀和提醒都會靜音。</li><li>• 當您向上滑動以查看統計資料時，會在螢幕頂端看見「請勿打擾」圖示 。</li></ul> 您無法同時開啟「請勿打擾」和「睡眠模式」。
睡眠模式 	當睡眠模式設定開啟時： <ul style="list-style-type: none"><li>• 通知、目標祝賀和提醒都會靜音。</li><li>• 螢幕亮度會設定為黯淡。</li><li>• 轉動手腕時，螢幕會變暗。</li><li>• 當您向上滑動以查看統計資料時，會在螢幕頂端看見「睡眠模式」圖示 。</li></ul>

	<p>當您設定睡眠排程時，睡眠模式會自動關閉。如要設定排程，請開啟設定應用程式  並輕觸<b>睡眠模式 &gt; 排程</b>。睡眠模式會在排定的時間自動關閉，即便手動開啟也會如此。</p> <p>您無法同時開啟「請勿打擾」和「睡眠模式」。</p>
<p>螢幕喚醒 </p>	<p>如果您將「螢幕喚醒」設定為「自動」，每次轉動手腕時螢幕就會開啟。</p> <p>如果您將「螢幕喚醒」設定為「手動」，按一下按鈕或輕觸螢幕來開啟顯示幕。</p>
<p>亮度 </p>	<p>調整螢幕亮度。</p>

## 調整設定

在「設定」應用程式中管理基本設定：

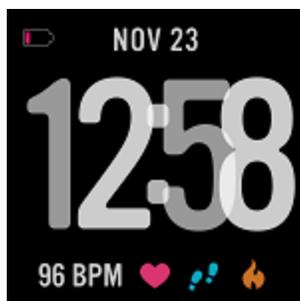
活動區間分鐘數	開啟或關閉活動區間分鐘每周目標通知
藍牙	管理已連線的藍牙裝置。
亮度	更改螢幕亮度。
請勿打擾	在使用運動應用程式  時，關閉所有通知或選擇自動開啟請勿打擾。
心率	開啟或關閉心率追蹤。
心率區間通知	啟用或關閉每天活動時接收的心率提示。有關更多資訊，請造訪 <a href="http://help.fitbit.com">help.fitbit.com</a> 。
左側按鈕	選擇此返回按鈕所啟動的功能。
螢幕休眠	針對停止操作手錶後螢幕維持開啟的時間進行設定。
螢幕喚醒	更改轉動手腕時是否開啟螢幕。
睡眠模式	調整「睡眠模式」設定，包括設定此模式自動開啟和關閉的時程。
振動	調整手錶的振動強度。

輕觸要調整的設定。向上滑動即可看見完整的設定清單。

## 查看電池電量

從螢幕頂端向下滑動。電池電量圖示位於左上方。

如果智慧手錶的電池電量不足 (剩餘電量不足以支撐 24 小時)，錶面上會出現紅色電池電量指示燈。如果智慧手錶的電池電量嚴重不足 (剩餘電量不足以支撐 4 小時)，電池電量指示燈將閃爍。



---

如果電池電量為 25% 或更低，則 Versa 上的 Wi-Fi 將無法使用，而且也無法更新裝置。

---

## 設定裝置鎖定

裝置鎖定在支援 Fitbit Pay 的智慧手錶上可用。為保障智慧手錶安全，請在 Fitbit 應用程式中開啟裝置鎖定，開啟時會提示您輸入個人 4 位數的 PIN 碼，才能將智慧手錶解鎖。當您設定了 Fitbit Pay 以便透過智慧手錶進行感應式付款時，裝置鎖定會自動開啟。如果您選擇不使用 Fitbit Pay，則裝置鎖定為選用功能。

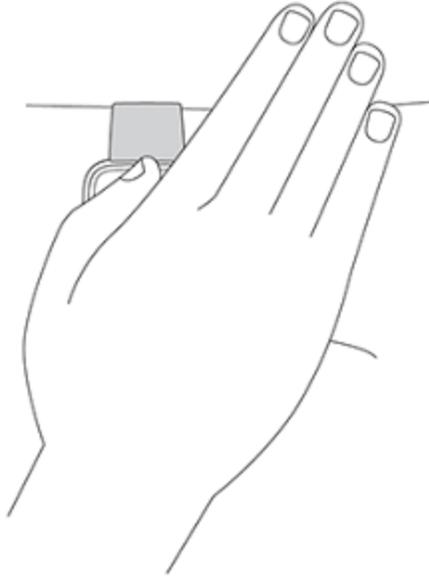
開啟裝置鎖定或是在 Fitbit 應用程式重設 PIN 碼：

從 Fitbit 應用程式的「今天」 標籤中，輕觸您的個人檔案相片 > Versa 動態磚 > 裝置鎖定。

有關更多資訊，請參閱 [help.fitbit.com](https://help.fitbit.com)。

## 關閉螢幕

若要在不使用智慧手錶時關閉螢幕，請用另一隻手快速蓋過錶面，按下返回按鈕，或是將手腕轉離身體。



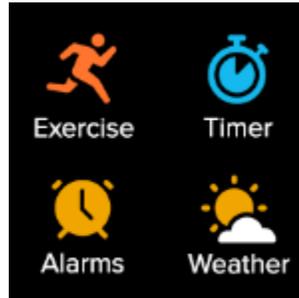
## 保養 Versa

請務必定期清潔 Versa 並保持乾燥。有關更多資訊，請造訪 [fitbit.com/productcare](https://fitbit.com/productcare)。

## 應用程式與錶面

---

Fitbit 應用程式庫和時鐘庫提供多種應用程式與錶面，可打造具有個人特色的手錶，並滿足各種健康、健身、計時和日常需求。



### 開啟應用程式

從錶面，向左滑動查看手錶上安裝的應用程式。若要開啟某個應用程式，請輕觸該應用程式。

### 排序應用程式

要在 Versa 上變更應用程式的位置，請按住應用程式直至選取，然後拖曳至新位置。如果應用程式的圖示稍微放大，同時智慧手錶振動，即表示已選取該應用程式。

### 移除應用程式

您可以移除安裝在 Versa 上的大多數應用程式：

1. 從 Fitbit 應用程式的「今天」 標籤中，輕觸您的個人檔案相片 > Versa 動態磚。
2. 輕觸**應用程式**。
3. 在「我的應用程式」標籤中，找到想要移除的應用程式。您可能需要向上滑動才能找到。
4. 輕觸**移除**。

## 更新應用程式

必要時，應用程式會在連線 Wi-Fi 的狀態下更新。當插入充電器，且剛好在 Wi-Fi 網路範圍內時，Versa 會搜尋應用程式是否有更新版本。

您也可以手動更新應用程式：

1. 從 Fitbit 應用程式的「今天」 標籤中，輕觸您的個人檔案相片 > Versa 動態磚。
2. 輕觸**應用程式**。
3. 在「我的應用程式」標籤中，找到想要更新的應用程式。您可能需要向上滑動才能找到。
4. 輕觸應用程式旁的粉紅色**更新**按鈕。

## 下載其他應用程式

1. 從 Fitbit 應用程式的「今天」 標籤中，輕觸您的個人檔案相片 > Versa 動態磚。
2. 輕觸**應用程式** > **所有應用程式**。
3. 瀏覽可用的應用程式。找到要安裝的應用程式時，輕觸該應用程式。
4. 輕觸**安裝**，將應用程式新增到 Versa。

有關更多資訊，請參閱 [help.fitbit.com](https://help.fitbit.com)。

## 變更錶面

Fitbit 時鐘庫提供各式各樣的錶面來個人化您的智慧手錶。

1. 從 Fitbit 應用程式的「今天」 標籤中，輕觸您的個人檔案相片 > Versa 動態磚。
2. 輕觸**錶面** > **所有時鐘**。
3. 瀏覽可用的錶面。輕觸錶面以查看詳細檢視。
4. 輕觸**選取**，即可將錶面新增到 Versa。

最多儲存 5 個錶面並且切換：

- 選取一個新的錶面時，此錶面將自動儲存，除非您已經有 5 個儲存的錶面。
- 若要從智慧手錶上查看您儲存的錶面，請開啟「時鐘」應用程式  並滑動螢幕以找到想要使用的錶面。輕觸選擇。
- 若要查看 Fitbit 應用程式中儲存的錶面，請輕觸「今天」標籤  > 您的個人檔案相片 > 您的裝置影像 > **錶面**。請在「我的錶面」中查看已經儲存的錶面。
  - 若要移除錶面，請輕觸錶面 > **移除時鐘畫面**。
  - 若要切換為儲存的錶面，請輕觸錶面 > **選擇**。

# 手機通知

---

Versa 可以顯示來自手機的通話、簡訊、行事曆和應用程式通知，讓您不會遺漏任何資訊。讓智慧手錶保持在距離手機 30 英尺的範圍內，以便接收通知。

## 設定通知

檢查手機藍牙是否開啟，以及手機是否能夠接收通知 (通常在「設定」>「通知」下查看)。接著設定通知：

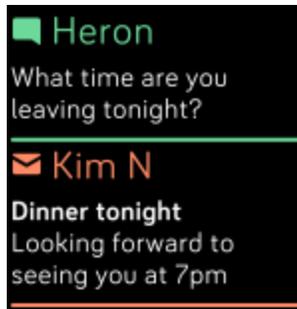
1. 從 Fitbit 應用程式的「今天」 標籤中，輕觸您的個人檔案相片 > Versa 動態磚。
2. 輕觸**通知**。
3. 如果您尚未配對智慧手錶，請依照畫面說明來進行配對。通話、簡訊和行事曆通知會自動開啟。
4. 若要開啟來自您手機上安裝的應用程式 (包括 Fitbit 和 WhatsApp) 的通知，請輕觸**應用程式通知**，然後開啟要查看的通知。

請注意，如果您是使用 iPhone 或 iPad，Versa 會顯示所有已同步至「行事曆」應用程式的行事曆所傳送的通知。如果您是使用 Android 手機，Versa 會顯示您在設定期間所選擇的「行事曆」應用程式所傳送的行事曆通知。

有關更多資訊，請參閱 [help.fitbit.com](https://help.fitbit.com)。

## 查看傳入通知

有任何通知手錶都會振動。如果通知送入時您沒有讀取，稍後可從螢幕頂端向下滑動來查看通知。



---

如果智慧手錶的電池電量嚴重不足，則收到通知時 Versa 不會振動，螢幕也不會開啟。

---

## 管理通知

Versa 可儲存最多 30 條通知，超過 30 條後，新接收的通知將取代最早的通知。

若要管理通知：

- 從螢幕頂端向下滑動即可查看通知，輕觸任何通知即可將其展開。
- 若要刪除通知，請輕觸以將其展開，然後滑動至底端並輕觸**清除**。
- 若要一次刪除所有通知，滑到通知頂部，輕觸**全部清除**。

## 關閉通知

關閉 Fitbit 應用程式中的某些通知，或是在 Versa 的快速設定中關閉所有通知。如果關閉所有通知，則手機接收通知時，智慧手錶不會振動，螢幕也不會開啟。

若要關閉某些通知：

1. 從手機上的 Fitbit 應用程式「今天」 標籤中，輕觸您的個人檔案相片 > Versa 動態磚 > **通知**。
2. 關閉不想要在手錶上收到的通知。

若要關閉所有通知：

1. 從螢幕頂端向下滑動。顯示通知後，再次向下滑動開啟控制中心。輕觸快速設定圖示。
2. 輕觸「請勿打擾」圖示。會關閉所有通知 (包括目標慶祝和提醒)。



請注意，如果您在手機上使用「請勿打擾」設定，在關閉此設定之前，您都不會在智慧手錶上收到任何通知。

## 接聽或拒接來電

如果與 iPhone 或 Android (8.0+) 手機配對，Versa 可以允許您接聽或拒接來電。如果您的手機執行的是較舊的 Android 作業系統版本，您只能拒接 (而不能接聽) 手錶的來電。

若要接聽來電，請在手錶螢幕上輕觸綠色電話圖示。請注意，您無法直接對手錶講話 - 請使用附近的手機接聽來電。若要拒接來電，請輕觸紅色的電話圖示，讓來電者進入語音信箱。

如果來電者為聯絡人清單中的聯絡人，將會顯示其名稱，否則將顯示電話號碼。



## 回覆訊息 (Android 手機)

使用智慧手錶的預設快速回覆以直接回應來自所選應用程式的簡訊和通知。隨時將手機放在近處並在背景中執行 Fitbit 應用程式，以便回覆來自智慧手錶的訊息。

回覆訊息：

1. 開啟您想要回覆的通知。
2. 輕觸**回覆**。如果您沒有看見用來回覆訊息的選項，表示傳送通知的應用程式無法使用回覆功能。
3. 從快速回覆清單選擇一條文字回覆，或是輕觸表情符號圖示  以選擇一個表情符號。

如需瞭解更多資訊，包括如何自訂快速回覆，請造訪 [help.fitbit.com](https://help.fitbit.com)。

# 計時

鬧鐘會依照您設定的時間振動以喚醒或提醒您。您可以設定最多 8 個鬧鐘，作為單次使用或在一週的多日響起。您也可以使用碼錶計時，或設定倒數計時器。

## 使用「鬧鐘」應用程式

使用「鬧鐘」應用程式  設定單次或循環鬧鐘。鬧鐘關閉時，智慧手錶會振動。

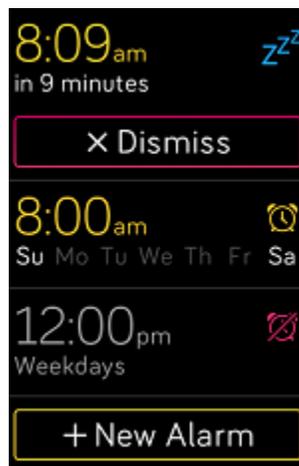
當設定鬧鐘時，開啟「智慧喚醒」，讓智慧手錶在您設定的鬧鐘時間前 30 分鐘裡尋找喚醒您的最佳時間。如此可避免在您深睡期間將您喚醒，讓您在醒來時精神百倍。如果「智慧喚醒」找不到叫醒您的最佳時間，鬧鐘將會以設定的時間發出提醒。

有關更多資訊，請參閱 [help.fitbit.com](https://help.fitbit.com)。

## 解除或休眠鬧鐘

若要解除鬧鐘，請輕觸勾號。要讓鬧鐘休眠 9 分鐘，請輕觸 ZZZ 圖示。

設定鬧鐘休眠的次數沒有限制。如果忽略鬧鐘超過 1 分鐘，Versa 將自動進入休眠模式。



## 使用計時器應用程式

您可以透過智慧手錶上的計時器應用程式 ，用碼錶為活動計時或設定倒數計時器。您可以同時執行碼錶和倒數計時器。

有關更多資訊，請參閱 [help.fitbit.com](https://help.fitbit.com)。

## 活動與健康

無論何時佩戴，Versa 都會持續追蹤各種統計資料，包括每小時活動、心率和睡眠。資料會全天自動同步至 Fitbit 應用程式。

### 表示比分

在手錶上從錶面向上滑動即可存取 Fitbit Today，以顯示這些統計資料 (最多 7 個)：

心率	目前的心率以及您的心率區間或是靜息心率 (如果不在一個區間中)、每個心率區間所花費的時間，以及您的心肺健康分數
核心統計資料	今天行走的步數、移動的距離、攀爬樓層數、卡路里燃燒量、活動區間分鐘數和過去 7 天的目標歷程記錄
每小時的步數	這個小時已走的步數以及您達到每小時活動目標的小時數
運動	您在本週達成運動目標的天數以及您最近追蹤的運動 (最多 5 個)
睡眠	睡眠時間和睡眠分數，以及過去 7 天的睡眠歷程記錄
食物	攝取的卡路里、剩餘的卡路里以及按百分比劃分的主要營養素細分圖
月經週期追蹤	月經週期目前階段的資訊，如果適用
飲水量	今天記錄的水份攝取量以及過去 7 天的歷程記錄
體重	達成目標還需要減輕或是增加多少體重、您目前的體重以及您自從上次設定目標之後的進度
徽章	您將解鎖的下一個每日和終生徽章

可向左或向右滑動每個動態磚，以檢視完整的統計資料。輕觸水份動態磚或體重動態磚上的 + 圖示，以記錄項目。

如要重新排序動態磚，請按住一行，然後上下拖曳以變更其位置。輕觸螢幕底部的設定以選擇查看哪種統計資料。

在 Fitbit 應用程式上找到手錶偵測到的完整歷史記錄與其他資訊。

## 追蹤每日活動目標

Versa 會針對您選擇的每日活動目標追蹤進度。達到目標後，您的手錶會振動並顯示祝賀。

### 選擇目標

設定目標，幫助您立即邁向健康與健身的旅程。若要開始，您的目標為每天行走 10,000 步。根據裝置，選擇改變步數，或選取不同的活動目標。

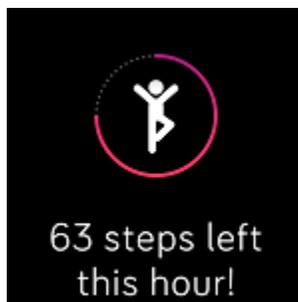
有關更多資訊，請參閱 [help.fitbit.com](https://help.fitbit.com)。

在 Versa 上追蹤您的目標進度。若需更多資訊，請參閱「[查看您的統計資料](#)」，見頁數 36。

## 追蹤每小時的活動

Versa 能追蹤您靜止的時間，提醒您活動，從而幫助您一整天都能保持活動力。

該提醒功能會督促您每小時至少行走 250 步。如果您在該小時結束前 10 分鐘尚未行走 250 步，便會感受到振動，並且在畫面上看到提醒。若您在收到提醒後完成 250 步的目標，會振動第二次，並顯示祝賀訊息。



有關更多資訊，請參閱 [help.fitbit.com](https://help.fitbit.com)。

## 追蹤您的睡眠

睡覺時若佩戴 Versa，Versa 會自動追蹤您的睡眠時間與睡眠階段 (REM、淺度睡眠以及深度睡眠的睡眠時間)、睡眠分數 (睡眠品質) 的基本統計資料。Versa 還可以追蹤整晚的估計的氧氣變化，幫助您發現潛在的睡眠干擾。若要查看您的睡眠統計資料，請在醒來後同步您的智慧手錶，並檢查您的 Fitbit 應用程式，或在智慧手錶上從錶面向上滑動以查看 Fitbit Today 中的睡眠統計資料。

有關更多資訊，請參閱 [help.fitbit.com](https://help.fitbit.com)。

## 設定睡眠目標

開始時，睡眠目標為每晚 8 小時。自訂此目標以符合您的需要。

有關更多資訊，請參閱 [help.fitbit.com](https://help.fitbit.com)。

## 瞭解您的睡眠習慣

使用 Fitbit Premium 訂閱，您可以查看更多關於您的睡眠分數和同年齡之人對比的詳情以幫助您創建更好的作息規律，醒來會感覺精力充沛。

有關更多資訊，請參閱 [help.fitbit.com](https://help.fitbit.com)。

## 查看您的心率

Versa 可以追蹤整天的心率。從錶面向上滑動以查看您的即時心率與靜息心率。有關更多資訊，請參閱「[查看您的統計資料](#)」(見頁面 36)。特定錶面可在時鐘螢幕上顯示您的即時心率。

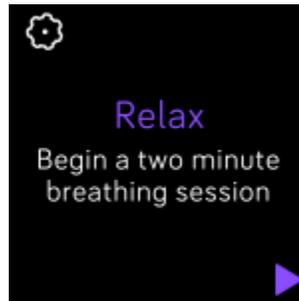
運動期間，Versa 會顯示您的心率區間，幫助您找出所要的訓練強度。

如需瞭解更多資訊，請參閱「[查看您的心率](#)」(見頁面 44)。

## 練習引導式呼吸

Versa 的「放鬆」應用程式  提供個人化的經指引的呼吸練習，在您經過一天的疲累後，幫助您享受寧靜片刻。練習期間，會自動停用所有通知。

1. 在 Versa 上，開啟「放鬆」應用程式 。
2. 2 分鐘練習是第一選擇。輕觸齒輪圖示  選擇 5 分鐘的練習或關閉可選振動。按下智慧手錶的返回按鈕，即可返回放鬆畫面。



3. 輕觸播放圖示開始練習，然後依照畫面說明操作。



運動後您會看到摘要，顯示您的配合情況 (是否嚴格遵照提示呼吸)、練習開始和結束時的心率，以及本週有幾天進行過引導式呼吸練習。

有關更多資訊，請參閱 [help.fitbit.com](https://help.fitbit.com)。

## 運動和心臟健康

---

使用「運動」應用程式自動追蹤運動或追蹤活動，查看即時統計資料和運動後摘要。

檢閱 Fitbit 應用程式，來與親朋好友分享活動，查看您的整體健康水平與同齡人相比如何等多項功能。

運動期間，您可以透過手錶的「音樂」應用程式 、Pandora 應用程式  或 Deezer 應用程式 ，使用 Spotify - Connect & Control 應用程式  控制 Spotify 中的音樂播放或透過手機控制音樂播放。若要播放儲存在手錶上的音樂，請開啟應用程式，然後選擇想要收聽的音樂。然後返回「運動」應用程式，開始運動。運動時若要控制音樂播放，請從螢幕頂端向下滑動。顯示通知後，再次向下滑動開啟控制中心。輕觸音樂控制圖示 。請注意，您必須將 Ionic 與藍牙音訊裝置配對 (例如耳機或喇叭)，才能欣賞儲存於智慧手錶中的音樂。

若需要更多資訊，請參閱「音樂與播客」，見頁數 47。

## 自動追蹤您的運動

Versa 會自動識別並記錄多項時間至少 15 分鐘的高運動量活動。在手機的 Fitbit 應用程式查看有關您活動的基本統計資料。在「今天」標籤 ，輕觸運動動態磚。

有關更多資訊，請參閱 [help.fitbit.com](https://help.fitbit.com)。

## 使用運動應用程式追蹤與分析運動

使用 Versa「運動」應用程式  追蹤特定運動，以在手腕的裝置上查看即時統計資料，包括心率資料、卡路里燃燒量、經過的時間以及運動後摘要。有關完整的運動統計資料和運動強度地圖 (如果使用了 GPS)，請在 Fitbit 應用程式中輕觸運動動態磚。

---

Versa 會使用附近手機上的 GPS 感測器來擷取 GPS 資料。

---

## GPS 要求

所有具備 GPS 感應器的受支援手機都可以使用 GPS 連線功能。有關更多資訊，請造訪 [help.fitbit.com](http://help.fitbit.com)。

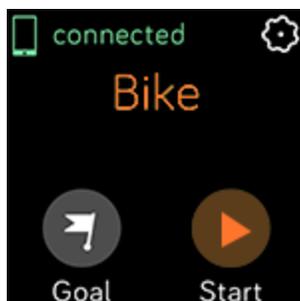
1. 開啟手機上的藍牙和 GPS。
2. 請確定 Versa 已與您的手機配對。
3. 確定 Fitbit 應用程式有使用 GPS 或定位服務的權限。
4. 確認運動時已經開啟 GPS。
  - a. 開啟「運動」應用程式，然後滑動找到您想要追蹤的運動。
  - b. 輕觸齒輪圖示 ，並確保 GPS 連線設定為**開啟**。您可能要向上滑動才能找到此選項。
5. 運動時請隨身帶著手機。

## 追蹤運動

1. 在 Versa 中開啟運動應用程式  滑動來尋找運動。
2. 輕觸運動進行選擇。若要查看其他運動類型，輕觸底部的**更多**。
3. 輕觸播放圖示  以開始運動，或輕觸旗幟圖示 ，依據活動而選擇時間、距離或卡路里目標。
4. 完成運動或想要暫停時，請輕觸暫停圖示 。
5. 輕觸播放圖示即可繼續運動，或輕觸旗幟圖示  結束運動。
6. 出現提示時，確認想要結束運動。即會顯示您的運動摘要。
7. 輕觸**完成**，關閉摘要畫面。

注意：

- Versa 會顯示 3 種即時統計資料。滑動中間的統計資料，查看所有即時統計資料。
- 如果您已設定運動目標，當達成一半目標或完全達成目標時，智慧手錶會振動。
- 如果運動時使用 GPS，手錶嘗試連線手機的 GPS 感測器時，畫面左上方會出現圖示。當螢幕顯示「已連線」且 Versa 振動，代表 GPS 已連線。



## 自訂運動設定與快捷鍵

在智慧手錶上自訂每種運動類型的設定。設定包括：

顯示圈數	在運動期間達到特定里程碑時接收通知
自動圈數設定	在將顯示圈數設定為自動時，自訂如何計算圈數
自訂統計資料	選擇在追蹤運動時希望查看哪些統計資料
GPS 連線功能	使用 GPS 追蹤您的路線
自動暫停	在您停止移動時自動暫停跑步或騎腳踏車
跑步偵測	自動追蹤跑步而無需開啟運動應用程式
始終開啟螢幕	運動時保持螢幕開啟

1. 在 Versa 上開啟「運動」應用程式 。
2. 滑動以找到某個運動。
3. 輕觸齒輪圖示 ，或滑動設定清單。
4. 輕觸要調整的設定。
5. 完成後，按下按鈕返回至運動畫面，然後開始運動。

在「運動」應用程式  中變更或重新排序運動快捷鍵：

1. 從 Fitbit 應用程式的「今天」  標籤中，輕觸您的個人檔案相片 > Versa 動態磚。
2. 輕觸運動快捷鍵。

- 如需新增新運動快捷鍵，請輕觸+ 圖示並選擇運動。
- 若要移除運動快捷鍵，請按住快捷鍵向左滑動。
- 若要重新排序運動快捷鍵，請輕觸編輯 (iPhone 適用)，按住功能表圖示 ，然後向上或向下拖曳。

## 查看您的運動摘要

完成運動後，Versa 會顯示您的統計資料摘要。

檢閱 Fitbit 應用程式中的運動動態磚，查看其他統計資料和運動強度地圖 (如果使用了 GPS)。

## 查看您的心率

Versa 使用心率儲備個人化心率區間，心率儲備代表最大心率和靜息心率之間的差異。為了幫助您達成所選訓練強度，請在運動時檢查智慧手錶中的心率和心率區間。在進入心率區間時，Versa 會發出通知。

圖示	區域	計算結果	描述
<p>273 cal 68 below zone 30:01.4</p>	區間以下	心率儲備低於 40%	低於脂肪燃燒區間，心跳速度會更緩慢。
<p>303 cal 110 fat burn 27:31.9</p>	脂肪燃燒區	心率儲備在 40% 和 59% 之間	在脂肪燃燒區間，您可能在進行中等強度的活動，例如快走。雖然心率和呼吸頻率可能會升高，但是您還是可以正常交談。
<p>346 cal 135 cardio 32:18.4</p>	心肺訓練區	心率儲備在 60% 和 84% 之間	在心肺訓練區，您可能正在進行高強度的活動，例如跑步或室內腳踏車。

圖示	區域	計算結果	描述
	峰值區	心率儲備在 85% 以上	在峰值區間，您可能正在進行提升效能和速度的簡短極高強度活動，例如短跑或高強度間隔訓練。

請注意，如果您的手錶正在搜尋較強的讀數，心率值會顯示灰色。



## 自訂心率區間

除了使用這些心率區間外，您可以在 Fitbit 應用程式中自訂區間來將特定心率範圍作為目標。

有關更多資訊，請參閱 [help.fitbit.com](https://help.fitbit.com)。

## 賺取活動區間分鐘數

透過在脂肪燃燒區、心肺訓練區或峰值區的時間，賺取活動區間分鐘數。為了幫助您充分利用時間，心肺訓練或峰值區的每分鐘可以賺取雙倍活動區間分鐘數。

脂肪燃燒區間 1 分鐘 = 1 活動區間分鐘數

心肺訓練區或峰值區 1 分鐘 = 2 活動區間分鐘數

當使用運動應用程式  時，如果要在進入心率區間時接收通知：

1. 開啟智慧手錶上的「運動」應用程式 。
2. 輕觸您想要追蹤的運動。
3. 輕觸右上角的齒輪圖示 。
4. 開啟**區間通知**。

在運動時，進入不同心率區間片刻後，您的智慧手錶會振動，方便您瞭解自己的運動強度。智慧手錶振動的次數代表您正處於哪個區間：

輕微振動 = 區間以下

- 1 下振動 = 脂肪燃燒區間
- 2 下振動 = 心肺訓練區間
- 3 下振動 = 峰值區間

一開始，您的每週目標可以設定為 150 活動區間分鐘數。當您達成目標時，您會收到通知。

## 分享您的活動

完成運動後，開啟 Fitbit 應用程式，和親朋好友分享您的統計資料。

有關更多資訊，請參閱 [help.fitbit.com](https://help.fitbit.com)。

## 檢視心肺健康分數

在手錶或 Fitbit 應用程式中檢視您整體的心血管健康狀況。查看您的心肺健康分數和心肺有氧健康指數，瞭解您與同齡人的比較情況。

在您的手錶上向上滑動到 Fitbit Today 並找到心率動態磚。向左滑動即可查看當天在每個心率區間花費的時間。再次向左滑動可查看您的心肺健康分數和心肺有氧健康指數。

有關更多資訊，請參閱 [help.fitbit.com](https://help.fitbit.com)。

# 音樂與播客

在 Versa 上儲存您最愛的播放清單，然後使用藍牙耳機或喇叭收聽音樂和播客，無需使用手機。

## 連線藍牙耳機或喇叭

最多可連線 8 台藍牙音訊裝置，以收聽智慧手錶中的音樂。

配對新的藍牙音訊裝置：

1. 在藍牙耳機或喇叭上啟用配對模式。
2. 在 Versa 上，開啟「設定」應用程式  > 藍牙。
3. 輕觸 **+** 音訊裝置。Versa 會搜尋附近的裝置。
4. 當 Versa 找到附近的藍牙音訊裝置時，會在畫面上顯示清單。輕觸要配對的裝置名稱。



配對完成後，畫面上會出現一個勾號。

使用其他藍牙裝置收聽音樂：

1. 在 Versa 上，開啟「設定」應用程式  > 藍牙。
2. 輕觸想要使用的裝置，或是配對新的裝置。然後等待一段時間讓裝置連線。

有關更多資訊，請參閱 [help.fitbit.com](https://help.fitbit.com)。

## 收聽個人音樂與播客

使用 Versa 上的「音樂」應用程式 ，就能在智慧手錶上儲存和播放您最愛的歌曲和播客，連播放好幾個小時也沒問題。若要將播放清單下載至您的智慧手錶，您的電腦須能連接至與智慧手錶相同的 Wi-Fi，且需要有免費的 Fitbit Connect 應用程式。請謹記，您只能傳輸自己所擁有或是不需要授權的檔案。音樂訂閱服務中的歌曲不支援下載至「音樂」應用程式。如需瞭解有關受支援訂閱服務的資訊，請參閱「[透過 Deezer 應用程式聽音樂](#)」(頁碼 54) 和「[透過 Pandora 應用程式聽音樂 \(限美國地區\)](#)」，見頁碼 54。

如需操作說明，請造訪 [help.fitbit.com](http://help.fitbit.com)。

## 使用 Windows 10 電腦新增音樂和播客

從 iTunes Library 或 Windows Media Player，將個人音樂以及播客的播放清單下載到 Versa。請注意：您也可使用拖放功能新增您的曲目，以便在 Fitbit 桌上型電腦應用程式中建立播放清單。

### 建立播放清單

建立至少 1 個歌曲或播客的播放清單以便下載至您的手錶。

如果您使用 iTunes，請確定您已許可應用程式將您的播放清單與您的手錶分享：

開啟電腦的 iTunes > 編輯 > 偏好 > 進階 > 將 iTunes Library XML 與其他應用程式分享 > 確定。

### 安裝 Fitbit 應用程式

如果您還沒有安裝 Fitbit 應用程式，請先在電腦上進行安裝：

1. 按下電腦上的「開始」按鈕，然後開啟「Microsoft Store」。
2. 搜尋「Fitbit 應用程式」並在找到時按一下免費下載應用程式。
3. 按一下 **Microsoft 帳戶**，使用現有的 Microsoft 帳戶登入。如果您沒有 Microsoft 帳戶，請依照畫面說明建立一個新帳戶。
4. 安裝應用程式之後，開啟應用程式，並且登入您的 Fitbit 帳戶。

## 連接到 Wi-Fi

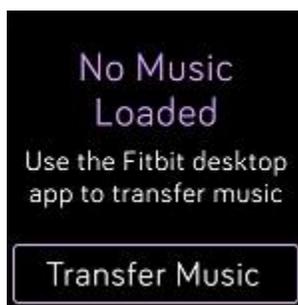
確認 Versa 和您的電腦可連線至同一個 Wi-Fi 網路：

1. 從 Fitbit 應用程式的「今天」 標籤中，輕觸您的個人檔案相片 > Versa 動態磚。
2. 按一下 **Wi-Fi 設定**。
3. 按一下 **新增網路**，然後依照畫面說明連線 Wi-Fi 網路，或檢查網路清單以確保列在清單中。
4. 按一下網路名稱 > **連線**。
5. 若要查看電腦目前所連接的網路，請按一下螢幕上的 Wi-Fi 符號 。連線與智慧手錶相同的 Wi-Fi 網路。

請注意，如果 Wi-Fi 網路需要您透過瀏覽器登入，則 Versa 不支援此 Wi-Fi 網路。有關更多資訊，請參閱 [help.fitbit.com](https://help.fitbit.com)。

## 下載您的播放清單

1. 為獲得最佳效果，請在 Fitbit 應用程式同步手錶，然後暫時停用手機與電腦的藍牙。
2. 將您的手錶插入充電器。
3. 在您的電腦中，開啟 Fitbit 應用程式，然後按一下音樂圖示 。
4. 按一下 **個人音樂**。
5. 開啟 Versa 上的「音樂」應用程式 ，然後輕觸**傳輸音樂**。請注意，您可能需要向上滑動才看到傳輸按鈕。



6. 請稍待片刻，讓 Versa 連線。請注意有時候連線會需要一到兩分鐘時間。

7. 出現提示時，請依照電腦上的畫面說明選擇您要下載到手錶的播放清單。選擇播放清單後，系統將自動開始下載。
8. 請注意如果挑選第一個播放清單時花費好幾分鐘，可能會為了節省電池而中斷 Wi-Fi 連線。再一次輕觸**傳輸音樂**按鈕，重新連線並繼續選擇播放清單。
9. 下載完成後，將藍牙耳機或是喇叭與 Versa 配對，然後開啟「音樂」應用程式  以聆聽播放清單。從「音樂」應用程式聆聽音樂時，手機和電腦不必在身邊。

有關更多資訊，請參閱 [help.fitbit.com](http://help.fitbit.com)。

## 使用 Mac 新增音樂和播客

從 iTunes Library 將個人音樂與播客的播放清單下載到 Versa。

### 建立播放清單

在 iTunes 中，建立至少 1 個歌曲或播客的播放清單以便下載至您的手錶。

確定您已經核准 iTunes 應用程式將您的播放清單與手錶分享：

開啟電腦的 iTunes > **編輯** > **偏好** > **進階** > 將 iTunes Library XML 與其他應用程式分享 > **確定**。

### 連接到 Wi-Fi

確認 Versa 和您的 Mac 可連線至同一個 Wi-Fi 網路：

1. 從 Fitbit 應用程式的「今天」  標籤中，輕觸您的個人檔案相片 > Versa 動態磚。
2. 輕觸 **Wi-Fi 設定**
3. 輕觸**新增網路**，然後依照畫面說明連線 Wi-Fi 網路，或檢查網路清單以確保列在清單中。
4. 輕觸網路名稱 > **連線**。
5. 若要查看電腦目前所連接的網路，請按一下螢幕上的 Wi-Fi 符號 。連線與智慧手錶相同的 Wi-Fi 網路。

請注意，如果 Wi-Fi 網路需要您透過瀏覽器登入，則 Versa 不支援此 Wi-Fi 網路。有關更多資訊，請參閱 [help.fitbit.com](http://help.fitbit.com)。

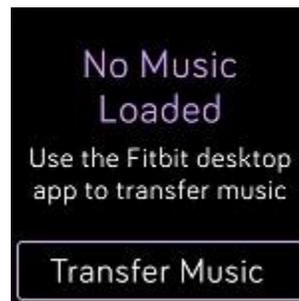
## 安裝「Fitbit Connect」

安裝「Fitbit Connect」免費軟體應用程式，即可從 iTunes Library 將音樂下載到 Versa。

1. 在 Mac 上前往 [fitbit.com/setup](http://fitbit.com/setup)。
2. 向下捲動並按一下**下載 Mac 版**的選項。
3. 按兩下**安裝 Fitbit Connect.pkg**。Fitbit Connect 安裝程式開啟。
4. 按一下**繼續**以瀏覽安裝程式。

## 下載您的播放清單

1. 為獲得最佳效果，請在 Fitbit 應用程式同步手錶，然後暫時停用手機與電腦的藍牙。
2. 將您的手錶插入充電器。
3. 在電腦的「Fitbit Connect」視窗中，按一下**管理我的音樂**。
4. 登入您的 Fitbit 帳戶。
5. 開啟 Versa 上的「音樂」應用程式 ，然後輕觸**傳輸音樂**。請注意，您可能需要向上滑動才看到傳輸按鈕。



6. 請稍待片刻，讓 Versa 透過 Wi-Fi 進行連線。請注意有時候連線會需要一到兩分鐘時間。
7. 出現提示時，請依照畫面說明選擇您要下載到 Versa 的播放清單。選擇播放清單後，系統將自動開始下載。

8. 請注意如果挑選第一個播放清單時花費好幾分鐘，可能會為了節省電池而中斷 Wi-Fi 連線。再一次輕觸**傳輸音樂**按鈕，重新連線並繼續選擇播放清單。
9. 下載完成後，將藍牙耳機或是喇叭與 Versa 配對，然後開啟「音樂」應用程式  以聆聽播放清單。從「音樂」應用程式聆聽音樂時，手機和電腦不必在身邊。

有關更多資訊，請參閱 [help.fitbit.com](https://help.fitbit.com)。

# 使用 Versa 控制音樂

在 Versa 或手機上控制播放的音樂和播客

## 選擇音樂來源

1. 從螢幕頂端向下滑動。顯示通知後，再次向下滑動開啟控制中心。輕觸音樂控制圖示 。
2. 輕觸 3 個點  圖示。
3. 輕觸手機或是手錶圖示以變更來源。

如果您有 Android 或是 Windows 10 手機，請開啟經典藍牙以控制您手機上的音樂：

1. 開啟 Versa 上的「設定」應用程式  > 藍牙 > 恢復音樂控制。
2. 在手機上導覽到列出已配對裝置的藍牙設定。您的手機將掃描可用的裝置。
3. 輕觸 **Versa (標準)**。

## 音樂控制

1. 播放音樂時，從螢幕頂端向下滑動。顯示通知後，再次向下滑動開啟控制中心。輕觸音樂控制圖示 。
2. 播放、暫停或輕觸箭頭圖示跳至下一首曲目或上一首曲目 (如果音源支援)。輕觸 + 和 - 圖示來控制音量。



## 透過 Pandora 應用程式聽音樂 (進適用於美國)

使用 Versa 的 Pandora 應用程式 ，最多可以將 3 個最常播放的 Pandora 電台或精心規畫的流行運動電台直接下載到智慧手錶。請注意，您必須付費訂閱 Pandora，且需要有 Wi-Fi 連線，才能下載電台。關於 Pandora 訂閱的詳細資訊，請造訪 [help.pandora.com](https://help.pandora.com)。

如需操作說明，請造訪 [help.fitbit.com](https://help.fitbit.com)。

## 透過 Deezer 應用程式聽音樂

使用 Versa 的 Deezer 應用程式 ，可以將 Deezer 播放清單和 Flow 直接下載至智慧手錶。請注意，您必須付費訂閱 Deezer，且需要有 Wi-Fi 連線，才能進行下載。如需瞭解關於 Deezer 訂閱的詳細資訊，請造訪 [support.deezer.com](https://support.deezer.com)。

如需操作說明，請造訪 [help.fitbit.com](https://help.fitbit.com)。

# Fitbit Pay

Versa 的某些版本包括內建的 NFC 晶片，讓您能夠使用 Fitbit Pay 功能，輕觸智慧手錶進行感應式付款。若要瞭解您的智慧手錶是否支援此功能，請查看智慧手錶的背面。若在心率感測器周圍的文字有列出 Fitbit Pay，即表示您的智慧手錶配有 NFC 晶片。



## 使用信用卡和轉帳卡

在 Fitbit 應用程式的「錢包」部分設定 Fitbit Pay，即可使用您的手錶在接受非接觸式支付的商店購物。

我們的夥伴合作清單會一直新增新的地點和發卡機構。若要查看您的支付卡是否支援 Fitbit Pay，請造訪 [fitbit.com/fitbit-pay/banks](https://fitbit.com/fitbit-pay/banks)。

## 設定 Fitbit Pay

要使用 Fitbit Pay，請在 Fitbit 應用程式的「錢包」部分中，新增至少 1 張活動參與銀行的信用卡或轉帳卡。在「錢包」部分，您可新增和移除付款卡片、為手錶設定預設卡片、編輯付款方式，也可查看最近的購物記錄。

1. 從 Fitbit 應用程式的「今天」 標籤中，輕觸您的個人檔案相片 > Versa 動態磚。
2. 輕觸**錢包**動態磚。

3. 依照畫面說明新增付款卡片。在某些情況下，您的銀行可能需要額外驗證。如果您是第一次新增卡片，系統將提示您為手錶設定一個 4 位數的 PIN 碼。請注意，您還需要為手機啟用密碼保護。
4. 新增卡片後，請依照畫面說明開啟手機通知 (如果還沒開啟的話)，如此才算完成設定。

您可在錢包中新增多達 6 張付款卡片，並且選擇 1 張卡片設定為預設的付款選項。

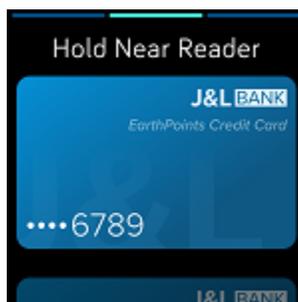
## 購物

在支援非接觸式支付的任一商店使用 Fitbit Pay 購物。要判斷商店是否接受 Fitbit Pay，請在付款終端機上尋找以下符號：

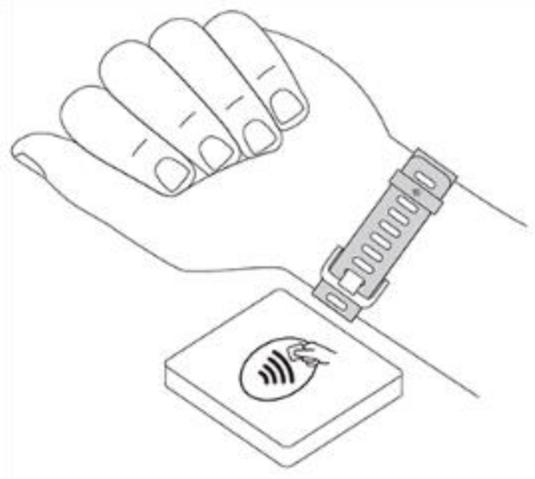


所有客戶(澳大利亞除外)：

1. 啟動 Fitbit Pay。
  - 如果您已選擇 Fitbit Pay 作為按鈕快捷鍵，請按住智慧手錶上的返回按鈕 2 秒鐘。
  - 如果您選擇不同的按鈕快捷鍵，請從螢幕頂端向下滑動。顯示通知後，再次向下滑動開啟控制中心。如果選擇了其他按鈕快捷鍵，輕觸 Fitbit Pay 圖示 。
2. 如果出現提示，請輸入 4 位數手錶 PIN 碼。您的預設卡片會出現在螢幕上。



3. 若要使用預設卡片支付，請將手腕置於付款終端機的附近。若要使用不同的卡片支付，請滑動找到想要使用的卡片，然後將手腕置於付款終端機的附近。



澳洲客戶：

1. 如果使用澳洲銀行的信用卡或轉帳卡，在付款終端機附近舉起手錶就能付款。如果使用非澳大利亞銀行的卡片，或者希望使用非預設卡片支付，請完成上一節的步驟 1-3。
2. 如果出現提示，請輸入 4 位數手錶 PIN 碼。
3. 如果購買金額超過 100 澳洲元，請遵照付款終端機的指示進行。如果提示輸入 PIN 碼，請輸入卡片 (而不是手錶) 的 PIN 碼。

付款成功時，手錶會振動，螢幕將出現確認訊息。

如果付款終端機無法識別 Fitbit Pay，請務必讓錶面靠近讀卡器，並告知收銀員您要進行感應式付款。

---

為了提升安全性，Versa 必須佩戴在手腕上才能使用 Fitbit Pay。

---

有關更多資訊，請參閱 [help.fitbit.com](https://help.fitbit.com)。

## 變更預設卡片

1. 從 Fitbit 應用程式的「今天」 標籤中，輕觸您的個人檔案相片 > Versa 動態磚。
2. 輕觸**錢包**動態磚。
3. 找到您想要設定為預設選項的卡片。

4. 輕觸設定為 Versa 上的預設選項。

## 支付交通費用

使用 Fitbit Pay 可在接受感應式信用卡或轉帳卡支付的讀卡機上輕觸開啟或關閉。若要使用智慧手錶付款，請遵照「[使用信用卡和轉帳卡](#)」(見頁面 55)。

---

在您車程開始和結束時輕觸讀卡機，即可透過 Fitbit 手錶使用同一張卡片進行付款。車程開始之前，請確保您的裝置已充電。

---

# 天氣

---

在您的智慧手錶上的「天氣」應用程式  中查看目前位置的天氣情況，以及您在其中選擇的其他 2 個位置的天氣情況。

## 查看天氣

開啟「天氣」應用程式，查看您目前所在位置的天氣狀況。向左滑動以檢視您已新增的位置的天氣。

如果沒有出現目前位置的天氣情況，請檢查 Fitbit 應用程式是否開啟位置服務。如果位置發生變化或目前位置的資料沒有更新，則同步智慧手錶來查看天氣應用程式中的新位置和最新資料。

在 Fitbit 應用程式中選擇溫度單位。如需瞭解更多資訊，請參閱 [help.fitbit.com](https://help.fitbit.com)。

## 新增或移除城市

1. 從 Fitbit 應用程式的「今天」  標籤中，輕觸您的個人檔案相片 > Versa 動態磚。
2. 輕觸 **應用程式**。
3. 在我的應用程式標籤中，輕觸齒輪圖示 ，位於**天氣**旁邊。您可能需要向上滑動才能找到應用程式。
4. 輕觸**新增城市**，最多可新增 2 個額外位置或輕觸**編輯** > **x** 圖示來刪除位置。請注意：您無法刪除目前位置。

## 更新、重新啟動和清除

---

某些疑難排解步驟可能會需要您重新啟動手錶，然而如果您想要把 Versa 贈與其他人，清除功能將會派上用場。更新您的智慧手錶以接收新的 Fitbit OS 更新。

### 重啟 Versa

要重啟手錶，請同時按住返回按鈕和下部按鈕幾秒，直到螢幕出現 Fitbit 標誌為止。

重新啟動手錶即可重新啟動裝置，但不會刪除任何資料。

---

Versa 的裝置背面有一個小孔 (測高儀感應器)。請勿嘗試將任何物品 (如回形針) 插入此孔來重新啟動裝置，否則可能會損壞智慧手錶。

---

### 清除 Versa

如果您想要將 Versa 給其他人使用或想要退貨，請先清除您的個人資料：

在 Versa 上，開啟「設定」應用程式  > 關於 > 恢復原廠設定。

### 更新 Versa

更新手錶以取得最新增強功能和產品最新資訊。

當準備要安裝更新時，Fitbit 應用程式會出現一個通知。開始更新後，Versa 與 Fitbit 應用程式都會出現進度條，顯示下載及安裝更新的進度。在更新過程中，請將您的智慧手錶放在手機附近。

為了獲得最佳效果，請確保手錶已經充電並且可以連線到 Wi-Fi 網路。

---

更新 Versa 可能需要耗用大量電量。我們建議將手錶插入充電器，之後再開始更新。

---

有關更多資訊，請參閱 [help.fitbit.com](https://help.fitbit.com)。

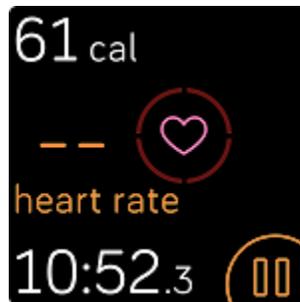
## 疑難排解

---

如果您的 Versa 不能正確運行，請查看下面的疑難排解步驟。請造訪 [help.fitbit.com](https://help.fitbit.com) 取得更多資訊。

### 找不到心率訊號

Versa 可持續追蹤您運動時及整天的心率。如果手錶上的心率感測器無法偵測到訊號，會顯示虛線。

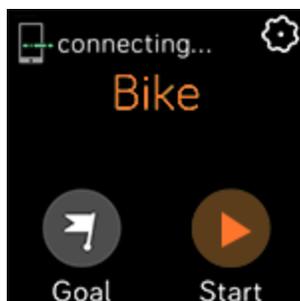


如果您的智慧手錶無法偵測到心率訊號，請先確定在「設定」應用程式  中，心率追蹤功能已開啟。接下來，請確定已經正確佩戴智慧手錶，您可以透過上下調整手腕上的智慧手錶，或是拉緊或鬆開錶帶進行確認。Versa 應與皮膚接觸。伸直手臂並等待一段時間後，應該就能再次看見心率。

有關更多資訊，請參閱 [help.fitbit.com](https://help.fitbit.com)。

### 沒有 GPS 訊號

環境因素可能干擾手機與 GPS 衛星之間的連線，例如高聳的建築、茂密的森林、陡峭的山嶺，甚至是雲層過厚等等。運動期間，如果手機正在搜尋 GPS 訊號，螢幕上方會出現「連線中」。



為獲得最佳效果，請等到手機搜尋到訊號後再開始運動。

## 無法連線至 Wi-Fi

如果 Versa 無法連線至 Wi-Fi，可能是您輸入了錯誤的密碼，或是密碼已經更改：

1. 從 Fitbit 應用程式的「今天」 標籤中，輕觸您的個人檔案相片 > Versa 動態磚。
2. 輕觸 **Wi-Fi 設定** > 下一步。
3. 輕觸您想要使用的網路 > 刪除。
4. 輕觸**新增網路**，然後依照畫面說明重新連接 Wi-Fi 網路。

若要檢查 Wi-Fi 網路是否正常運作，請將其他裝置連線至網路；如果連線成功，則再次嘗試連接手錶。

如果 Versa 仍然無法連線到 Wi-Fi，請確認要連線的網路與智慧手錶相容。為獲得最佳效果，請使用家用 Wi-Fi 網路。Versa 無法連線到需要登入、訂閱或設定檔的 5GHz Wi-Fi、WPA enterprise 或公用網路。關於相容網路類型的清單，請參閱「[連線到 Wi-Fi](#)」見頁碼 11。

確認網路相容後，重新啟動手錶，然後再次嘗試連線 Wi-Fi。如果可用網路清單中出現其他網路，但不是您慣用的網路，請靠近路由器。

如果要下載個人音樂或播客，請確認 Versa 和電腦已連線到同一個 Wi-Fi 網路。為了提升 Wi-Fi 連線效能，請將手錶靠近路由器。

有關更多資訊，請參閱 [help.fitbit.com](http://help.fitbit.com)。

## 其他問題

如果遇到以下任何問題，請重新啟動智慧手錶：

- 無法同步
- 對於輕觸、滑動或是按下按鈕的動作沒有反應
- 無法追蹤步數或其他資料
- 不會顯示通知

如需指示，請參見「[重新啟動 Versa](#)」，見頁數 61。

有關更多資訊，請參閱 [help.fitbit.com](http://help.fitbit.com)。

# 一般資訊和規格

---

## 感應器與元件

Fitbit Versa 內含以下感應器和馬達：

- MEMS 3 軸式加速度計，可追蹤您的運動模式
- 測高儀，可追蹤高度變化
- 光學心率智慧手環
- 環境光感測器
- 振動馬達

## 材質

Versa 的夾扣和扣環是由鋁合金製成。雖然鋁合金可能含有微量的鎳，對鎳敏感的人可能會因而出現過敏反應，但所有 Fitbit 產品的鎳含量均符合歐盟嚴格的鎳指令 (Nickel Directive)。

Versa 的經典錶帶是由具有彈性且耐用的彈性材質製成，與許多運動智慧手錶的材質類似。

## 無線技術

Versa 內含一個藍牙 4.0 無線電收發機、Wi-Fi 晶片，支援 Fitbit Pay 的裝置則內含 NFC 晶片。

## 觸覺反饋

Versa 內含一個振動馬達，應用於鬧鐘、目標、通知、提醒與應用程式。

## 電池

Versa 內含可充電式鋰聚合物電池。

## 記憶體

Versa 會將您的資料儲存 7 天，包括每日統計資料、睡眠資訊和運動歷程。請在 Fitbit 應用程式中查看歷史資料記錄。

## 顯示幕

Versa 配備彩色 LCD 顯示幕。

## 錶帶大小

錶帶尺寸如下所示。請注意，另售的配件錶帶可能稍有不同。

小號錶帶	適合 140 公釐到 180 公釐 (5.5 - 7.1 英吋) 的手腕周長
大號錶帶	適合 180 到 220 公釐 (7.1 - 8.7 英吋) 的手腕周長

## 環境條件

作業溫度	14° 至 113° F (-10° 至 45° C)
非作業溫度	-4° 到 14° F (-20° 到 -10° C)  113° 至 140° F (45° 至 60° C)
防水	防水深達 50 公尺
最高運行海拔	8,534 公尺 (28,000 英呎)

## 瞭解詳情

如需獲取有關於您的智慧手錶的詳細資訊，以及如何在 Fitbit 應用程式中追蹤進度及如何透過 Fitbit Premium 養成健康習慣的更多資訊，請前往 [help.fitbit.com](https://help.fitbit.com)。

## 退貨政策和保固

有關保固資訊和 fitbit.com 退貨政策，請造訪[我們的網站](#)。

# Regulatory and Safety Notices

---

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

Model FB504:

FCC ID: XRAFB504

Model FB505

FCC ID: XRAFB505

**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

Model/Modèle FB504

IC: 8542A-FB504

Model/Modèle FB505

IC: 8542A-FB505

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

**Settings > About > Regulatory Info**

**Avis à l'utilisateur: L'ID de l'IC peut également être consulté sur votre appareil. Pour voir le contenu:**

**Paramètres > À propos > Informations réglementaires**

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)

Model FB505

### **Simplified EU Declaration of Conformity**

Hereby, Fitbit, Inc. declares that the radio equipment type Model FB505 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](http://www.fitbit.com/safety)

### **Vereinfachte EU-Konformitätserklärung**

Fitbit, Inc. erklärt hiermit, dass die Funkgerätypen Modell FB505 die Richtlinie 2014/53/EU erfüllen. Der vollständige Wortlaut der EU-Konformitätserklärungen kann unter folgender Internetadresse abgerufen werden: [www.fitbit.com/safety](http://www.fitbit.com/safety)

### **Declaración UE de Conformidad simplificada**

Por la presente, Fitbit, Inc. declara que el tipo de dispositivo de radio Modelo FB505 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](http://www.fitbit.com/safety)

### **Déclaration UE de conformité simplifiée**

Fitbit, Inc. déclare par la présente que les modèles d'appareils radio FB505 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](http://www.fitbit.com/safety)

### **Dichiarazione di conformità UE semplificata**

Fitbit, Inc. dichiara che il tipo di apparecchiatura radio Modello FB505 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](http://www.fitbit.com/safety)

## Customs Union

Model FB504 and FB505



## Australia and New Zealand

Model FB504 and FB505



## Belarus

Model FB504 and FB505



## China

Model FB505

**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	有毒和危险品					
Part Name	Toxic and Hazardous Substances or Elements					
Model FB505	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

## China RoHS

部件名称	有毒和危险品					
Part Name	Toxic and Hazardous Substances or Elements					
Model FB505	铅 (Pb)	水银 (Hg)	镉 (Cd)	六价铬 (Cr(VI))	多溴化苯 (PBB)	多溴化二 苯醚 (PBDE)
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

本表格依据 SJ/T 11364 的规定编制

0 = 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 2018DJ1829

## India

Model FB505

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

**Settings > About > Regulatory Info**

## Indonesia

Model FB505

55114/SDPPI/2018 3788
--------------------------

## Israel

Model FB505

התאמה אישור 51-63726

המוצר של המודולארי בחלק טכני שינוי כל לבצע אין.

## Japan

Model FB505

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

**Settings > About > Regulatory Info**

## Mexico



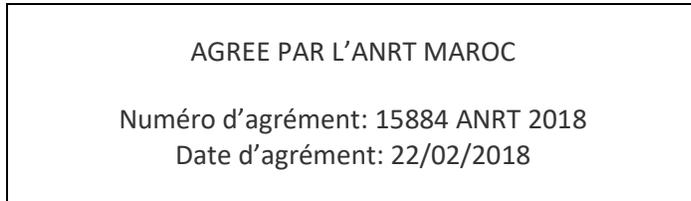
Model FB504 and FB505

La operación de este equipo está sujeta a las siguientes dos condiciones:

1. Es posible que este equipo o dispositivo no cause interferencia perjudicial y
2. Este equipo o dispositivo debe aceptar cualquier interferencia, incluyendo la que pueda causar su operación no deseada

## Morocco

Model FB505



## Nigeria

Model Name FB505

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

## Oman

Model FB505

OMAN-TRA/TA-R/5205/18

D090258

## Pakistan

Model No.: FB505

TAC No.: 9.6090/2018



**Model: FB505**  
**Serial No: Refer to retail box**  
**Year of Manufacture: 2018**

## Philippines

Model FB505



## Serbia

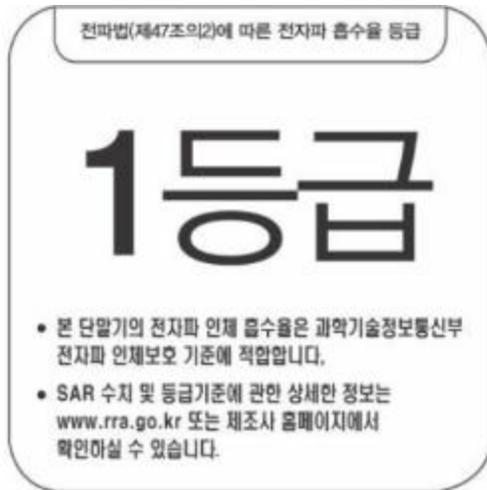
Model FB505



И 005 18

## South Korea

Model FB505



클래스 B 장치 (가정 사용을위한 방송 통신 기기) : EMC 등록 주로 가정용 (B 급)으로하고, 모든 지역에서 사용할 수 있습니다 얻을이 장치.

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



## Taiwan

Model FB505

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.

使用過度恐傷害視力」

使用 30 分鐘請休息 10 分鐘。 2 歲以下幼兒不看螢幕，2 歲以上每天看螢幕不要超過 1 小時。

Translation:

“Excessive use may cause damage to vision”

Rest for 10 minutes after every 30 minutes.

Children under 2 years old should stay away from this product. Children 2 years old or more should not see the screen for more than 1 hour.

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.

Taiwan RoHS

設備名稱：智慧型手錶 Equipment name		型號（型式）：FB505 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 <sup>6+</sup> )	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

Model FB505

TRA Registered No: ER/61589/18

Dealer No: 35294/14

Zambia

Model FB505



ZMB/ZICTA/TA/2018/2/50

©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.