

SONY®

# Guida per l'utente

SmartBand

SWR10

# Indice

<b>Informazioni di base.....</b>	<b>3</b>
Introduzione.....	3
Panoramica sull'hardware.....	3
Caricare lo SmartBand.....	3
Montaggio.....	4
Accensione e spegnimento di SmartBand.....	5
<b>Configurazione dello SmartBand.....</b>	<b>6</b>
Fase preliminare all'utilizzo dello SmartBand.....	6
Riconnettere lo SmartBand.....	7
Modalità giorno e modalità notte.....	7
Ripristino di SmartBand.....	8
<b>Impostazioni per lo SmartBand.....</b>	<b>9</b>
Utilizzo dell'applicazione SmartBand.....	9
Modalità notte automatica.....	9
Notifiche.....	10
Sveglia di SmartBand.....	10
Notifiche di avviso fuori intervallo.....	11
Notifiche delle chiamate in arrivo.....	12
Controllare le applicazioni dallo SmartBand.....	12
<b>Registrazione delle attività tramite l'applicazione Lifelog.....</b>	<b>13</b>
Utilizzo dell'applicazione Lifelog.....	13
Impostazione degli obiettivi.....	15
Registrazione del sonno con lo SmartBand.....	15
Creazione di Life Bookmark.....	16
<b>Informazioni importanti.....</b>	<b>17</b>
Informazioni legali.....	17

# Informazioni di base

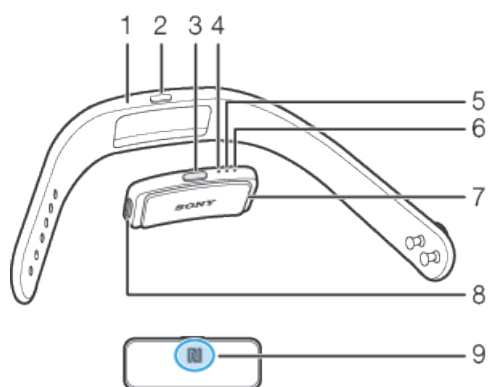
## Introduzione

Lo SmartBand è progettato per essere portato al polso e per connettersi al dispositivo Android™ al fine di monitorare le attività giornaliere. Tramite l'applicazione Lifelog del dispositivo Android™, è possibile sincronizzare i dati con lo SmartBand per vedere i passi effettuati, controllare quanto le ore di sonno e molto altro ancora. Lo SmartBand dispone anche di una funzione di vibrazione per notificare sveglie, messaggi e chiamate in arrivo. È anche possibile utilizzare lo SmartBand per controllare la riproduzione dei file multimediali sul dispositivo Android™.

Anche se non è connesso a un dispositivo Android™, lo SmartBand raccoglie informazioni sul numero di passi effettuati e altri dati su camminate, corse e ore di sonno, oltre ai Life Bookmark. Lo SmartBand può archiviare questi dati per un massimo di due settimane.

- ! Per utilizzare lo SmartBand con il dispositivo Android™, verificare che quest'ultimo disponga del software Android™ 4.4 o di una versione successiva e che supporti lo standard di risparmio energetico Bluetooth® 4.0. Inoltre, tenere presente che è necessaria una connessione Internet attiva per sincronizzare i dati tra lo SmartBand e il dispositivo Android™.

## Panoramica sull'hardware

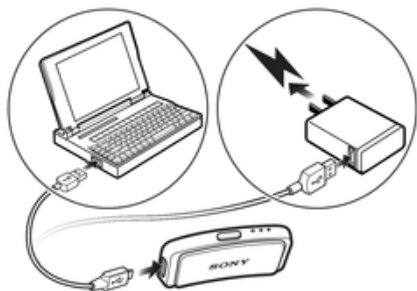


- |   |                                   |
|---|-----------------------------------|
| 1 | Cinturino                         |
| 2 | Coperchio del tasto di accensione |
| 3 | Tasto di accensione               |
| 4 | LED notifica A                    |
| 5 | LED notifica B                    |
| 6 | LED notifica C                    |
| 7 | Core                              |
| 8 | Porta micro USB                   |
| 9 | Area di rilevamento NFC           |

## Caricare lo SmartBand

Al primo utilizzo, è necessario caricare lo SmartBand per circa 30 minuti. Si consiglia di utilizzare i caricabatterie Sony.

## Per caricare SmartBand




- 1 Collegare un'estremità del cavo USB al caricabatterie o alla porta USB di un computer.
- 2 Collegare l'altra estremità del cavo nella posta micro USB di SmartBand.

## Stato del LED notifica della batteria

Il LED di notifica A lampeggia continuamente	La batteria è in caricamento e non è ancora completamente carica
Il LED di notifica A è acceso	Batteria completamente carica

## Per verificare il livello della batteria dello SmartBand

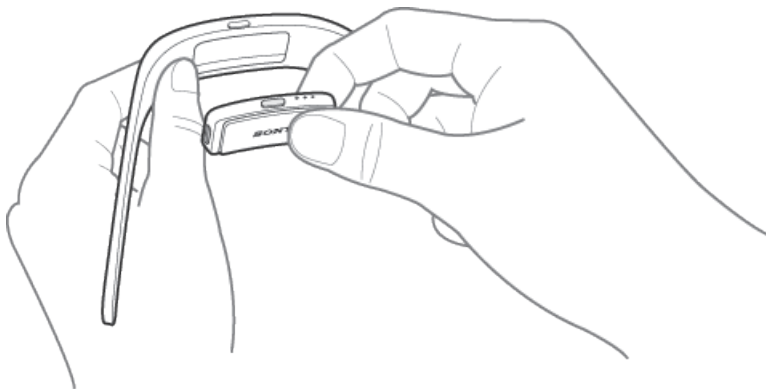
- 1 Dalla **Schermata iniziale** del dispositivo Android™, sfiorare , quindi trovare e sfiorare **Smart Connect**.
- 2 Sfiore **Dispositivi** > SmartBand.

## Notifica relativa al livello della batteria in esaurimento

Quando lo SmartBand è acceso e il livello della batteria è inferiore al 5%, lo SmartBand emette due brevi vibrazioni e viene visualizzata una finestra popup nell'Applicazione SmartBand per ricordare che la batteria dello SmartBand è in esaurimento.

## Montaggio

### Per assemblare SmartBand



- 1 Selezionare il cinturino che si preferisce.
- 2 Inserire il core all'interno del cinturino in modo che il tasto di accensione sia inserito al di sotto del relativo coperchio.

## Accensione e spegnimento di SmartBand

### Per accendere lo SmartBand

- Tenere premuto il tasto di accensione dello SmartBand finché il dispositivo non vibra.
- ! Quando si accende lo SmartBand per la prima volta, si avvia automaticamente in modalità di associazione e viene riprodotto il LED notifica A intermittente finché lo SmartBand non si collega a un dispositivo.

### Per spegnere SmartBand

- Tenere premuto il tasto di accensione finché tutti i LED notifica non vengano attivati contemporaneamente e in seguito spenti uno alla volta.

# Configurazione dello SmartBand

## Fase preliminare all'utilizzo dello SmartBand

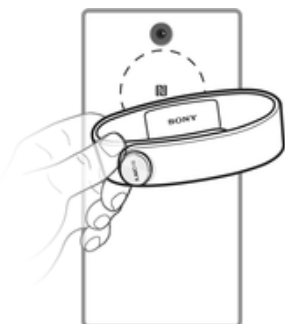
Affinché lo SmartBand funzioni al meglio, è necessario che sia collegato al dispositivo Android™ e che in quest'ultimo siano installate le versioni più recenti delle seguenti applicazioni: Smart Connect™, Applicazione SmartBand e Lifelog.

Se lo SmartBand viene configurato tramite NFC, l'utente verrà indirizzato a Google Play™, da dove potrà installare le applicazioni necessarie per utilizzare lo SmartBand.

Se lo SmartBand viene configurato tramite Bluetooth®, è necessario effettuare alcuni passaggi aggiuntivi per installare le applicazioni di Google Play™ e per connetterlo al dispositivo Android™.

- ! L'applicazione Smart Connect è preinstallata su tutti i dispositivi Android™ di Sony Mobile. Assicurarsi di aver effettuato l'aggiornamento alla versione più recente.
- 💡 Dopo aver installato l'Applicazione SmartBand, l'applicazione non viene posizionata sulla schermata delle applicazioni. È possibile accedervi in **Dispositivi** dall'applicazione Smart Connect, dopo aver connesso lo SmartBand al dispositivo Android™.

## Per configurare lo SmartBand tramite NFC



- 1 Verificare che lo SmartBand sia stato caricato per almeno 30 minuti.
  - 2 **Dispositivo Android™**: assicurarsi di aver installato o aggiornato l'applicazione Smart Connect all'ultima versione da Google Play™.
  - 3 **Dispositivo Android™**: assicurarsi che la funzione NFC sia abilitata e che lo schermo sia attivo e sbloccato.
  - 4 Posizionare il dispositivo Android™ su SmartBand in modo che le aree NFC dei dispositivi entrino di nuovo a contatto, quindi seguire le istruzioni visualizzate sul dispositivo Android™ per installare le applicazioni Applicazione SmartBand e Lifelog.  viene brevemente visualizzato nella barra di stato e in modo permanente nel riquadro di notifica, quando è attiva una connessione con lo SmartBand.
- ! Per avviare automaticamente l'applicazione Lifelog, avvicinare le aree NFC di entrambi i dispositivi, dopo aver completato l'installazione di tutte le applicazioni e aver attivato e connesso lo SmartBand.
  - 💡 È possibile trascinare verso il basso la barra di stato per aprire il riquadro di notifica e accedere rapidamente all'Applicazione SmartBand e a Lifelog.

### Per configurare lo SmartBand tramite Bluetooth®

- 1 Verificare che lo SmartBand sia stato caricato per almeno 30 minuti.
  - 2 **Dispositivo Android™**: assicurarsi di aver installato o aggiornato l'applicazione Smart Connect all'ultima versione da Google Play™.
  - 3 Avviare l'applicazione Smart Connect.
  - 4 Attivare lo SmartBand.
  - 5 **Dispositivo Android™**: attivare la funzione Bluetooth®, quindi eseguire la ricerca dei dispositivi Bluetooth® e selezionare **SWR10** dall'elenco di quelli disponibili.
  - 6 Seguire le istruzioni per installare l'Applicazione SmartBand e Lifelog.  viene brevemente visualizzato nella barra di stato e in modo permanente nel pannello di notifica, una volta stabilita una connessione con lo SmartBand.
- ! Tutte le applicazioni richieste per il funzionamento dello SmartBand sono disponibili in Google Play™.
- 💡 È possibile trascinare verso il basso la barra di stato per aprire il riquadro di notifica e accedere rapidamente all'Applicazione SmartBand e a Lifelog.

## Riconnettere lo SmartBand

Nel caso in cui si perda la connessione, ad esempio, quando il dispositivo Android™ connesso esce dal raggio di copertura, lo SmartBand esegue automaticamente una serie di tentativi di riconnessione. Se dopo un certo periodo di tempo non vengono rilevate connessioni, lo SmartBand smette di effettuare tentativi di riconnessione. In questo caso, è possibile utilizzare il tasto di accensione per riprendere i tentativi di riconnessione; in alternativa, utilizzare la funzione NFC per riconnettere i due dispositivi.

### Per forzare il riavvio dei tentativi di riconnessione

- Premere brevemente il tasto di accensione/spegnimento.

### Per riconnettere lo SmartBand tramite NFC

- 1 **Dispositivo Android™**: assicurarsi che la funzione NFC sia abilitata e che lo schermo sia attivo e sbloccato.
  - 2 Posizionare il dispositivo Android™ sullo SmartBand in modo che le rispettive aree di rilevamento NFC entrino in contatto.  viene brevemente visualizzato nella barra di stato e in modo permanente nel riquadro di notifica, una volta stabilita la connessione con lo SmartBand.
- 💡 È possibile trascinare verso il basso la barra di stato per aprire il riquadro di notifica e accedere rapidamente all'Applicazione SmartBand e a Lifelog.

## Modalità giorno e modalità notte

Lo SmartBand dispone di due modalità principali: la modalità notte e quella giorno. Ogni modalità è indicata da differenti sequenze dei LED di notifica. In modalità giorno, lo SmartBand vibra per notificare sveglie e messaggi o chiamate in arrivo. Inoltre, registra i dati sulle attività, come passi percorsi e durata delle corse o delle camminate. In modalità notte, lo SmartBand registra il sonno ed è in grado di svegliare l'utente, se ha impostato una sveglia. Tutte le altre funzioni sono disattivate.

Modalità	Sequenza dei LED notifica
Modalità giorno	I LED notifica si illuminano uno alla volta e poi si spengono.
Modalità notte	I LED notifica passano da una a due luci accese.

### **Per verificare la modalità dello SmartBand**

- Premere brevemente il tasto di accensione. Il LED notifica lampeggiando a intermittenza, in base alla sequenza prevista dalla modalità giorno o notte.

### **Per passare dalla modalità giorno a quella notte**

- Tenere premuto il tasto di accensione per due secondi.

## **Ripristino di SmartBand**

Ripristinare SmartBand in caso di comportamenti imprevisti o se si desidera collegarlo a un nuovo dispositivo.

### **Per ripristinare SmartBand**

- 1 Spegnere SmartBand.
- 2 Tenere premuto il tasto di accensione fino a che il LED notifica A inizia a lampeggiare.



# Impostazioni per lo SmartBand

## Utilizzo dell'applicazione SmartBand

È possibile visualizzare e modificare le impostazioni dello SmartBand da Applicazione SmartBand, accessibile da **Dispositivi** nell'applicazione Smart Connect.



- 1 Attivare e disattivare la modalità notte automatica. Impostare il periodo di tempo durante il quale la modalità notte automatica deve essere operativa.
- 2 Attivare o disattivare la funzione di notifica. Selezionare le notifiche da inoltrare allo SmartBand.
- 3 Attivare o disattivare la funzione di sveglia Smart. Aggiungere, modificare o eliminare le sveglie Smart.
- 4 Abilitare le notifiche della sveglia dai dispositivi Xperia™.
- 5 Attivare o disattivare la funzione Fuori raggio di copertura.
- 6 Attivare o disattivare le notifiche per le chiamate in arrivo.
- 7 Selezionare un'applicazione da controllare tramite lo SmartBand. Cercare, scaricare e installare nuove applicazioni da Google Play™.
- 8 Leggere i suggerimenti relativi allo SmartBand.


## Modalità notte automatica

È possibile impostare lo SmartBand in modo che passi automaticamente dalla modalità giorno alla modalità notte all'ora e per la durata selezionate. La modalità notte automatica si attiva solo se lo SmartBand non rileva movimenti all'ora di attivazione preimpostata. Se rileva movimenti, attende che l'utente si fermi. Se vengono rilevati movimenti durante la mattina, la modalità giorno potrebbe attivarsi fino a un'ora prima dell'orario di interruzione della modalità notte preimpostato. Se l'ora di interruzione preimpostata viene raggiunta senza che siano rilevati movimenti, lo SmartBand rimane in modalità notte e passa a quella giorno solo quando viene rilevato un movimento.

### Per attivare la funzione relativa alla modalità notte automatica

- 1 Dalla **Schermata iniziale** del dispositivo Android™, sfiorare **☰**, quindi trovare e sfiorare **Smart Connect**.
- 2 Sfiore **Dispositivi > SmartBand > SmartBand**.
- 3 Trascinare lo slider accanto a **Modalità notte automatica** verso destra.


### Per impostare un intervallo relativo alla modalità notte automatica

- 1 Dalla **Schermata iniziale** del dispositivo Android™, sfiorare  quindi trovare e sfiorare **Smart Connect**.
- 2 Sfiore **Dispositivi > SmartBand > SmartBand**.
- 3 Sfiore **Modalità notte automatica**.
- 4 Regolare le impostazioni per l'intervallo di tempo, quindi sfiorare **Imposta**.
- 5 Toccare **Fine**.


## Notifiche

Tutte le notifiche visualizzate nella barra di stato su un dispositivo Android™ connesso possono essere inoltrate allo SmartBand. In caso di notifica in arrivo, lo SmartBand vibra una volta e il LED notifica A inizia a lampeggiare ogni 6 secondi. Utilizzare l'Applicazione SmartBand per selezionare le notifiche da inoltrare allo SmartBand.

### Per attivare la funzione di notifica

- 1 Dalla **Schermata iniziale** del dispositivo Android™, sfiorare  quindi trovare e sfiorare **Smart Connect**.
- 2 Sfiore **Dispositivi > SmartBand > SmartBand**.
- 3 Trascinare lo slider accanto a **Notifiche** verso destra.
- 4 Se si sta attivando la funzione di notifica per la prima volta, attenersi alle istruzioni visualizzate sullo schermo per consentire all'Applicazione SmartBand di accedere alle notifiche.

### Per selezionare le notifiche da inoltrare allo SmartBand

- 1 Dalla **Schermata iniziale** del dispositivo Android™, sfiorare  quindi trovare e sfiorare **Smart Connect**.
- 2 Sfiore **Dispositivi > SmartBand > SmartBand**.
- 3 Sfiore **Notifiche**.
- 4 Nell'elenco che viene visualizzato, contrassegnare o deselezionare le opzioni desiderate.


## Sveglia di SmartBand

Lo SmartBand dispone di due differenti funzioni della sveglia. Una è la regolare funzione di sveglia, disponibile solo quando lo SmartBand è connesso a un dispositivo Xperia™. L'altra è la funzione Sveglia Smart, che si attiva quando l'utente entra nella fase di sonno leggero e potrà svegliarsi davvero riposato.

### Notifiche della sveglia di un dispositivo Xperia™

Lo SmartBand vibra quando vengono disattivate le sveglie preimpostate su un dispositivo Xperia™ connesso.

### Per abilitare le notifiche della sveglia di un dispositivo Xperia™

- 1 Dalla **Schermata iniziale** del dispositivo Xperia™, sfiorare  quindi trovare e sfiorare **Smart Connect**.
- 2 Sfiore **Dispositivi > SmartBand > SmartBand**.
- 3 Contrassegnare la casella di controllo **Sveglia**.

### Per posticipare una sveglia mentre vibra

- Premere il tasto di accensione.


## Sveglia Smart

Nell'Applicazione SmartBand, è possibile impostare una o più sveglie Smart. Le sveglie Smart suonano nel momento migliore, calcolato in base alle fasi di sonno dell'utente. La notifica viene emessa tramite vibrazione. La funzione Sveglia Smart


utilizza i dati sul sonno dello SmartBand per un periodo preimpostato e sveglia l'utente quando raggiunge la fase di sonno leggero.

Ad esempio, se l'utente ha impostato una sveglia Smart per le ore 06:30 - 07:00 e lo SmartBand è in modalità notte, verrà svegliato tra le 06:30 e le 07:00, non appena raggiunge la fase di sonno leggero. Se non viene raggiunta una fase di sonno leggero in questo intervallo, la sveglia Smart entra in funzione alle ore 07:00. Se lo SmartBand è in modalità giorno, la sveglia suona alle 07:00.



### Per aggiungere una sveglia intelligente

- 1 Dalla **Schermata iniziale** del dispositivo Android™, sfiorare , quindi trovare e sfiorare **Smart Connect**.
- 2 Sfiore **Dispositivi > SmartBand > SmartBand**.
- 3 Sfiore **Sveglia Smart**, quindi sfiorare **+**.
- 4 Sfiore **Ora**, quindi scorrere verso l'alto o il basso per regolare l'impostazione e sfiorare **Imposta**.
- 5 Sfiore **Ripeti**, quindi contrassegnare i giorni di ripetizione della sveglia e sfiorare **OK**.
- 6 Sfiore **Intervallo risveglio**, quindi selezionare un'opzione.
- 7 Toccare **Fine**.


### Per modificare una sveglia intelligente esistente

- 1 Dalla **Schermata iniziale** del dispositivo Android™, sfiorare , quindi trovare e sfiorare **Smart Connect**.
- 2 Sfiore **Dispositivi > SmartBand > SmartBand**.
- 3 Sfiore **Sveglia Smart**, quindi sfiorare la sveglia che si desidera impostare.
- 4 Sfiore **Ora**, quindi scorrere verso l'alto o il basso per regolare l'impostazione e sfiorare **Imposta**.
- 5 Sfiore **Ripeti**, quindi contrassegnare i giorni di ripetizione della sveglia e sfiorare **OK**.
- 6 Sfiore **Intervallo risveglio**, quindi selezionare un'opzione.
- 7 Toccare **Fine**.

### Per eliminare una sveglia intelligente

- 1 Dalla **Schermata iniziale** del dispositivo Android™, sfiorare , quindi trovare e sfiorare **Smart Connect**.
- 2 Sfiore **Dispositivi > SmartBand > SmartBand**.
- 3 Sfiore **Sveglia Smart**, quindi toccare e tenere premuta la sveglia che si desidera eliminare.
- 4 Sfiore , quindi sfiorare **Sì**.

### Per attivare una sveglia intelligente

- 1 Dalla **Schermata iniziale** del dispositivo Android™, sfiorare , quindi trovare e sfiorare **Smart Connect**.
- 2 Sfiore **Dispositivi > SmartBand > SmartBand**.
- 3 Sfiore **Sveglia Smart**, quindi trascinare la barra di scorrimento accanto alla sveglia intelligente che si desidera attivare, verso destra.

### Per disattivare una sveglia intelligente quando vibra

- Premere il tasto di accensione.

## Notifiche di avviso fuori intervallo

Attivando la funzione di notifica sveglia fuori intervallo, è possibile ricevere una notifica quando aumenta la distanza con il dispositivo Android™. Lo SmartBand invia tre brevi vibrazioni di notifica quando la distanza tra lo SmartBand e il dispositivo Android™ connesso aumenta al punto da provocare una disconnessione.

### Attivare la funzione notifica sveglia fuori intervallo

- 1 Dalla **Schermata iniziale** del dispositivo Android™, sfiorare ☰, quindi trovare e sfiorare **Smart Connect**.
- 2 Sfiore **Dispositivi > SmartBand > SmartBand**.
- 3 Contrassegnare la casella di controllo **Sveglia fuori intervallo**.

### Notifiche delle chiamate in arrivo

Quando si riceve una chiamata, lo SmartBand invia notifiche con continue vibrazioni.

#### Per attivare la funzione di notifica delle chiamate in arrivo

- 1 Dalla **Schermata iniziale** del dispositivo Android™, sfiorare ☰, quindi trovare e sfiorare **Smart Connect**.
- 2 Sfiore **Dispositivi > SmartBand > SmartBand**.
- 3 Selezionare la casella di controllo **Chiamata in arrivo**.

#### Per disattivare la suoneria di una chiamata in arrivo

- Premere brevemente il tasto di accensione sul dispositivo SmartBand.

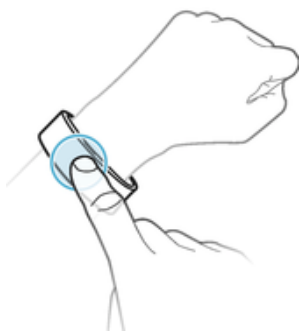
### Controllare le applicazioni dallo SmartBand

Utilizzando lo SmartBand, è possibile controllare un'applicazione selezionata sul dispositivo Android™. Ad esempio, se l'utente ha selezionato il lettore musicale, può controllare la riproduzione dei file multimediali sul dispositivo Android™ utilizzando lo SmartBand.

#### Per selezionare un'applicazione da controllare tramite SmartBand

- 1 Dalla **Schermata iniziale** del dispositivo Android™, sfiorare ☰, quindi trovare e sfiorare **Smart Connect**.
- 2 Sfiore **Dispositivi > SmartBand > SmartBand**.
- 3 Sfiore **Applicazioni**, quindi sfiorare l'elemento in **SELEZIONA APPLICAZIONE**.
- 4 Selezionare un'opzione, quindi sfiorare **Fine**.

#### Per controllare i file multimediali in riproduzione sul dispositivo Android™ dallo SmartBand



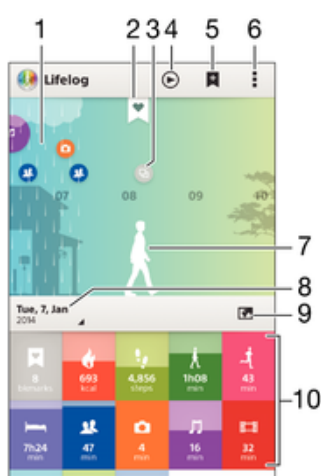
- 1 Assicurarsi che lo SmartBand sia collegato al dispositivo Android™.
- 2 Selezionare il lettore musicale come applicazione da controllare tramite lo SmartBand.
- 3 Premere il tasto di accensione.
- 4 Per riprodurre o mettere in pausa un file multimediale, sfiorare lo SmartBand una sola volta. Per passare al file multimediale successivo, sfiorarlo due volte. Per passare al file multimediale precedente, sfiorarlo tre volte.
- 5 Per deselegare il lettore multimediale come applicazione controllata dallo SmartBand, premere il tasto di accensione oppure attendere 15 secondi senza toccare lo SmartBand. In questo modo, si consente all'app di essere deselegata automaticamente.

# Registrazione delle attività tramite l'applicazione Lifelog

## Utilizzo dell'applicazione Lifelog

L'applicazione Applicazione Lifelog registra le attività fisiche, sociali e i divertimenti dell'utente. Ad esempio, l'utente può visualizzare quanto ha camminato, corso e in che modo ha comunicato con i suoi amici. È anche possibile visualizzare le foto acquisite e la musica ascoltata. Per iniziare a utilizzare l'applicazione Lifelog, è necessario scaricarla da Google Play™ e impostare un account.

- 💡 Le statistiche generate dall'applicazione Applicazione Lifelog in merito alle attività fisiche dell'utente (ad esempio, la distanza percorsa a piedi e le calorie bruciate) sono basate sulle informazioni di altezza e peso fornite. I risultati potrebbero essere differenti, a seconda dell'utente.



- 1 Consente di visualizzare tutte le attività registrate e i Life Bookmark
- 2 Visualizza informazioni dettagliate su un Life Bookmark
- 3 Visualizza informazioni sull'utilizzo dell'applicazione
- 4 Visualizza tutte le attività registrate dall'inizio del giorno
- 5 Aggiungere un Life Bookmark
- 6 Visualizzare opzioni menu
- 7 Registro delle attività fisiche
- 8 Visualizza tutte le attività registrate per il giorno selezionato
- 9 Cambia visualizzazione da dashboard a mappa
- 10 Dashboard delle attività

## Per impostare un account relativo all'applicazione Lifelog

- 1 Dalla **Schermata iniziale** del dispositivo Android™, sfiorare ☰, quindi trovare e sfiorare **Lifelog**.
- 2 Attenersi alle istruzioni che appaiono sullo schermo e accettare i termini e le condizioni.
- 3 Creare un nuovo account o selezionare quello esistente per utilizzarlo. Possono essere utilizzati anche gli account di rete Sony PlayStation®.
- 4 Attenersi alle istruzioni visualizzate sullo schermo per creare un account Lifelog.

## Per accedere all'applicazione Lifelog

- 1 Dalla **Schermata iniziale** del dispositivo Android™, sfiorare ☰, quindi trovare e sfiorare **Lifelog**.
- 2 Attenersi alle istruzioni che appaiono sullo schermo e accettare i termini e le condizioni.

## Regolazione lunghezza del passo per camminate e corsa

Applicazione Lifelog utilizza il numero di passi effettuati e la lunghezza del passo per calcolare la distanza percorsa camminando o correndo. La lunghezza del passo automatica utilizzata per l'impostazione predefinita si basa su sesso e altezza. Se le distanze misurate da Applicazione Lifelog non sembrano abbastanza accurate, è possibile regolare la lunghezza del passo.

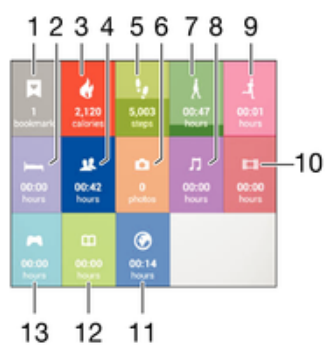
### Per regolare la lunghezza del passo per la camminata

- 1 Dalla **Schermata iniziale** del dispositivo Android™, sfiorare ☰, quindi trovare e sfiorare **Lifelog**.
- 2 Sfiore **☰** > **Impostazioni** > **Profilo**.
- 3 Trovare e sfiorare **Lunghezza passo**.
- 4 Deselezionare la casella di controllo **Automatica**, nel caso sia selezionata, quindi scorrere verso l'alto o verso il basso per regolare le impostazioni e sfiorare **Imposta**.

### Per regolare la lunghezza del passo per la corsa

- 1 Dalla **Schermata iniziale** del dispositivo Android™, sfiorare ☰, quindi trovare e sfiorare **Lifelog**.
- 2 Sfiore **☰** > **Impostazioni** > **Profilo**.
- 3 Trovare e sfiorare **Lunghezza passo di corsa**.
- 4 Deselezionare la casella di controllo **Automatica**, nel caso sia selezionata, quindi scorrere verso l'alto o verso il basso per regolare le impostazioni e sfiorare **Imposta**.

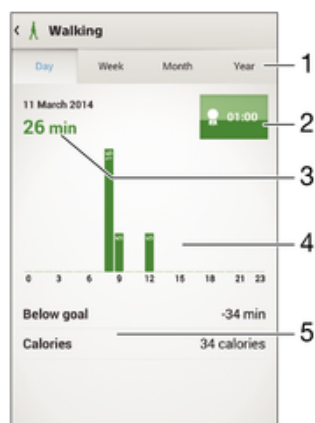
## Panoramica sul riquadro delle attività



- 1 Consente di visualizzare tutti i Life Bookmark registrati
- 2 Consente di visualizzare le ore di sonno e di controllarne la qualità, in base alle informazioni raccolte
- 3 Consente di visualizzare il numero di calorie attive bruciate durante l'allenamento e le calorie passive bruciate a riposo
- 4 Consente di visualizzare per quanto tempo sono state utilizzate le applicazioni di comunicazione di Google Play™ e altre applicazioni di Sony, ad esempio Telefono e Messaggi
- 5 Consente di visualizzare il numero di passi percorsi e registrati nell'applicazione Lifelog
- 6 Consente di visualizzare le foto scattate
- 7 Consente di visualizzare la durata totale di una camminata abbastanza lunga
- 8 Consente di visualizzare per quanto tempo l'utente ha ascoltato musica utilizzando le applicazioni di Google Play™ e di altro tipo, ad esempio "WALKMAN"

- 9 Consente di visualizzare la durata totale di una corsa abbastanza lunga, espressa con la proporzione passi al minuto
- 10 Consente di visualizzare il tempo totale trascorso a guardare film, programmi TV e altri contenuti video utilizzando le applicazioni di Google Play™ e di altro tipo
- 11 Consente di visualizzare la durata totale della navigazione su Internet utilizzando le applicazioni di Google Play™ e altri browser Web
- 12 Consente di visualizzare il tempo totale trascorso a leggere libri o fumetti utilizzando le applicazioni di Google Play™ o di altro tipo
- 13 Consente di visualizzare il tempo totale trascorso a giocare utilizzando le applicazioni di Google Play™ e PlayStation® Store

## Panoramica sulle attività



- 1 Visualizzare i dati in una visualizzazione giornaliera, settimanale, mensile o annuale.
- 2 Consente di visualizzare lo stato degli obiettivi correnti
- 3 Consente di visualizzare l'attività attuale in unità differenti
- 4 Consente di visualizzare l'attività utilizzando il tipo di unità selezionata dall'utente
- 5 Dettagli relativi alle attività dell'utente

## Impostazione degli obiettivi

Impostare gli obiettivi relativi alle attività giornaliere, ad esempio il numero di passi da effettuare o le calorie da bruciare.

### Per impostare un obiettivo

- 1 Nell'applicazione Lifelog, sfiorare l'attività per la quale si desidera impostare un obiettivo.
- 2 Sfiore **GIORNO**, quindi trovare e sfiorare **⚙**.
- 3 Scorrere verso l'alto o verso il basso per regolare il valore relativo all'obiettivo, quindi sfiorare **IMPOSTA**.

## Registrazione del sonno con lo SmartBand

Lo SmartBand è in grado di registrare le ore di sonno dell'utente, nonché le fasi di sonno leggero, profondo e di risveglio. In questo modo, l'utente potrà valutare la qualità del suo riposo. I dati monitorati dallo SmartBand vengono registrati nell'applicazione Lifelog. Per registrare i dati del sonno, è necessario impostare lo SmartBand sulla modalità notte.


### Per visualizzare i dati relativi al sonno

- Nell'applicazione Lifelog, sfiorare **Sonno** dal dashboard delle attività.

## Creazione di Life Bookmark

Utilizzare lo SmartBand per creare Life Bookmark. I Life Bookmark salvano informazioni su luoghi e orari e ricordano gli eventi speciali. Per raccogliere i dati sulla posizione è necessario disporre di una connessione Internet attiva.

### Per creare un Life Bookmark tramite l'applicazione Lifelog

- 1 Nell'applicazione Lifelog, sfiorare .
- 2 Seguire le istruzioni sullo schermo.
- 3 Se necessario, aggiungere note, quindi toccare **OK**.

### Per creare un Life Bookmark utilizzando lo SmartBand

- 1 Assicurarsi che lo SmartBand sia attivo e in modalità giorno.
- 2 Premere per due volte il tasto di accensione per registrare l'ora e il luogo.
- 3 Connettere lo SmartBand al dispositivo Android™. Se necessario, nell'applicazione Lifelog, è possibile aggiungere note al Bookmark.



# Informazioni importanti

## Informazioni legali

### Sony SWR10



**Prima dell'utilizzo, leggere lo stampato *Informazioni importanti* fornito separatamente.**

La presente Guida per l'utente è pubblicata da Sony Mobile Communications AB o relativa affiliata, senza alcuna precisa garanzia. Sony Mobile Communications AB si riserva il diritto di apportare in qualsiasi momento e senza notifica eventuali modifiche e miglioramenti a questo manuale dovuti a errori tipografici, imprecisioni, aggiornamento delle informazioni oppure ad aggiornamenti di programmi e/o dei dispositivi. Tali modifiche verranno inserite nelle edizioni successive della presente Guida per l'utente.

Tutti i diritti riservati.

©2014 Sony Mobile Communications AB.

L'interoperabilità e la compatibilità tra i dispositivi Bluetooth® possono variare. In genere, i dispositivi supportano i prodotti utilizzando le specifiche del Bluetooth 1.2 o successivo e il profilo auricolare o vivavoce.

Sony è un marchio o marchio registrato di Sony Corporation. Bluetooth è un marchio registrato di Bluetooth (SIG) Inc. ed è autorizzato. Tutti gli altri marchi sono proprietà dei rispettivi proprietari. Tutti i diritti riservati.

Tutti i nomi di prodotti e società citati nel presente documento sono marchi o marchi registrati dei rispettivi proprietari. Qualsiasi diritto non espressamente garantito nel presente documento è riservato. Tutti gli altri marchi registrati appartengono ai rispettivi proprietari.

Per ulteriori informazioni, visitare il sito Web [www.sonymobile.com](http://www.sonymobile.com).

Tutte le illustrazioni vengono fornite a titolo puramente indicativo e potrebbero non rappresentare esattamente l'accessorio.

## Declaration of Conformity

We, **Sony Mobile Communications AB** of

Nya Vattentorget

SE-221 88 Lund, Sweden

declare under our sole responsibility that our product

### **Sony type RD-0070**

and in combination with our accessories, to which this declaration relates is in conformity with the appropriate standards **EN 300 328:V1.8.1, EN 301 489-17:V2.2.1, EN 301 489-3:V1.4.1, and EN 60 950-1:2006 +A11:2009 +A1:2010** following the provisions of, Radio Equipment and Telecommunication Terminal Equipment directive **1999/5/EC**.

**Lund, November 2013**

**CE 0682**



Pär Thuresson,  
*Quality Officer, SVP, Quality & Customer Services*

## FCC Statement

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 received, including interference that may cause undesired operation.

Any change or modification not expressly approved by Sony may void the user's authority to operate the equipment.

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.

## AVISO IMPORTANTE PARA MÉXICO

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.

Para consultar la información relacionada al número del certificado, refiérase a la etiqueta del empaque y/o del producto.

## Industry Canada Statement

This device complies with RSS-210 of Industry Canada.

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.

This Class B digital apparatus complies with Canadian ICES-003.

## Avis d'industrie Canada

Le présent appareil est conforme aux CNR d'Industrie Canada applicables aux appareils radio exempts de licence.

L'exploitation est autorisée aux deux conditions suivantes: (1) l'appareil ne doit pas produire de brouillage, et, (2) l'utilisateur de l'appareil doit accepter tout brouillage radioélectrique subi, même si le brouillage est susceptible d'en compromettre le fonctionnement.

Cet appareil numérique de la classe B est conforme à la norme NMB-003 du Canada.