

 NGM



fit WATCH

Italia

Manuale utente.....	3
Precauzioni di sicurezza – Manutenzione del prodotto	12
Smaltimento del prodotto.....	13
Dichiarazione di conformità	14

United Kingdom

User manual	15
Security precautions – Product maintenance	24
Product Disposal	25
Declaration of conformity	26

Il mondo NGM è in continua espansione. E dopo i telefoni cellulari è pronto a conquistare il mercato degli smart-watch. Il vostro **NGM Fit Watch** infatti non è un semplice orologio, ma un dispositivo che assicura un monitoraggio giornaliero delle vostre attività fisiche, del sonno, dell'attività cardiaca e vi permetterà di raggiungere facilmente gli obiettivi di allenamento che vi siete prefissati. Dalla relativa applicazione NGM Fit installabile sul telefono infatti, a cui il vostro orologio si interfaccia tramite connessione Bluetooth, potrete impostare gli obiettivi e controllare in qualsiasi momento i risultati, la percentuale di raggiungimento dell'obiettivo, le calorie consumate, la qualità del sonno. Sarà come avere un personal trainer sempre pronto a motivarvi al polso, ma non solo. Direttamente dal vostro orologio potrete ricevere chiamate, leggere notifiche, scattare foto da remoto, contare i passi della giornata. **NGM Fit Watch** diventerà il vostro fedele e indispensabile alleato nel mantenimento di uno stile di vita salutare e fisicamente attivo e grazie al design semplice ed elegante del quadrante e del cinturino non vorrete più toglierlo dal polso. Visitando il sito ufficiale www.ngm.eu potrete conoscere l'intera gamma di telefoni NGM, provare il nostro pratico e funzionale servizio di e-commerce per acquistare telefoni ed accessori, richiedere assistenza, accedere al forum di assistenza tecnica e scaricare aggiornamenti software.

SPECIFICHE TECNICHE

Nome Modello	NGM Fit Watch
CPU	nRF51822 ARM Cortex M0 32bit
Display	1.28" 128*128 pixel E-ink
Attività supportate	24 tipologie di sport ed esercizi riconosciuti
Impermeabilità*	IP67*
Caricatore	Caricatore magnetico su tre punti DC 5V/0.5A
Funzioni	Monitoraggio dinamico dell'attività cardiaca, Monitoraggio del sonno, Promemoria sedentario, Pedometro, Misurazione della distanza, Calorie consumate, Misurazione automatica del battito cardiaco, Controllo remoto della fotocamera, Promemoria chiamate in arrivo, Promemoria notifiche da SMS, Skype, Facebook, WhatsApp, account Email, agenda con promemoria, sveglia, visualizzazione orario ALWAYS-ON
Compatibilità	Bluetooth 4.0 Android 4.4 e superiori IOS 8.0 e superiori

*secondo gli standard IP67 il prodotto, a temperature normali, può rimanere ad una profondità di 1m sotto l'acqua fino a 30 minuti, ma i test prevedono un'immersione del prodotto da fermo, e non durante ad esempio una sessione di nuoto. La resistenza all'acqua non determina necessariamente una stessa resistenza al vapore, questo perché i test vengono effettuati con acqua fredda. E' possibile dunque che dopo la doccia rimanga del vapore sullo schermo.

OROLOGIO**Accensione e spegnimento**

Per accendere il dispositivo allacciato al polso, quindi premete a lungo sul display. Per spegnerlo

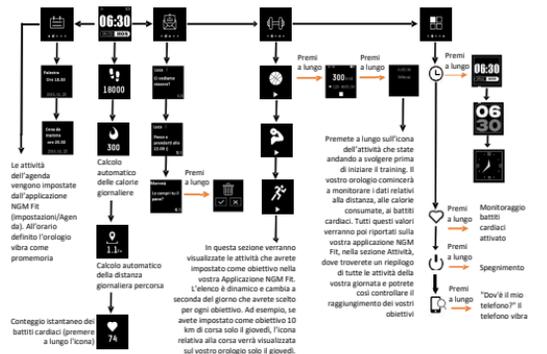
scorrete verso destra fino a trovare l'icona , poi selezionate 

Cercate di mantenere il dispositivo il più possibile aderente al polso, per migliorare l'attendibilità del rilevamento automatico del battito cardiaco

	Volano (premete a lungo il triangolino in basso prima di iniziare la sessione)
	Basket (premete a lungo il triangolino in basso prima di iniziare la sessione)
	Esercizi aerobici (premete a lungo il triangolino in basso prima di iniziare la sessione)
	Bowling (premete a lungo il triangolino in basso prima di iniziare la sessione)
	Arrampicata (premete a lungo il triangolino in basso prima di iniziare la sessione)
	Ciclismo (premete a lungo il triangolino in basso prima di iniziare la sessione)
	Danza (premete a lungo il triangolino in basso prima di iniziare la sessione)
	Palestra (premete a lungo il triangolino in basso prima di iniziare la sessione)
	Calcio (premete a lungo il triangolino in basso prima di iniziare la sessione)
	Trekking (premete a lungo il triangolino in basso prima di iniziare la sessione)
	Plank (premete a lungo il triangolino in basso prima di iniziare la sessione)
	Trazioni alla sbarra (premete a lungo il triangolino in basso prima di iniziare la sessione)
	Flessioni (premete a lungo il triangolino in basso prima di iniziare la sessione)
	Corsa (premete a lungo il triangolino in basso prima di iniziare la sessione)
	Pattinaggio (premete a lungo il triangolino in basso prima di iniziare la sessione)

	Sci (premete a lungo il triangolino in basso prima di iniziare la sessione)
	Salto con la corda (premete a lungo il triangolino in basso prima di iniziare la sessione)
	Ping Pong (premete a lungo il triangolino in basso prima di iniziare la sessione)
	Tennis (premete a lungo il triangolino in basso prima di iniziare la sessione)
	Pallavolo (premete a lungo il triangolino in basso prima di iniziare la sessione)
	Yoga (premete a lungo il triangolino in basso prima di iniziare la sessione)
	Passi (Rilevamento automatico in tempo reale)
	Distanza (Rilevamento automatico in tempo reale)
	Calorie (Rilevamento automatico in tempo reale)
	Battiti cardiaci al minuto (Premete a lungo per avviare la rilevazione automatica)
	Notifiche (Sola lettura)
	Promemoria sedentario
	Addominali (premete a lungo il triangolino in basso prima di iniziare la sessione)
	Controllo remoto fotocamera (tasto di scatto)
	Spegnimento
	Agenda
	Allenamento
	Opzioni
	Sveglia e promemoria attività

Diagramma del menù e principali funzioni



NGM FIT APP

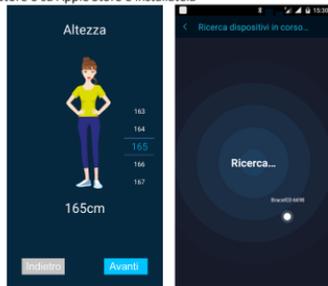
Scaricare l'applicazione

Ricercate l'applicazione su Google Play Store o su Apple Store e installatela

Primo avvio

Al primo avvio vi verrà richiesto di effettuare una breve procedura per configurare alcuni vostri dati (genere, età, altezza, peso) e per impostare un numero di ore di sonno giornaliero come primo obiettivo. Successivamente al wizard potrete aggiungere altre attività e altri obiettivi giornalieri. Dopo aver completato le configurazioni richieste potrete associare il vostro orologio all'applicazione, attivando il Bluetooth del telefono. Premete sul codice relativo al vostro orologio e la connessione si stabilirà automaticamente.

NGM Fit App è divisa in 4 sezioni: "Home", "Dispositivo", "Attività" e "Io"



Home



Nella sezione Home  è possibile visualizzare in tempo reale il numero di passi giornaliero, la distanza percorsa e il tempo di misurazione, il tutto accompagnato da un riepilogo grafico per monitorare in tempo reale le variazioni della vostra attività in relazione alle ore della giornata. E' possibile aggiornare i dati in ogni momento toccando l'icona 

Selezionando  invece potrete visualizzare il monitoraggio settimanale e mensile della vostra attività

Questa pagina è relativa esclusivamente al numero di passi calcolati da NGM Fit Watch durante la giornata attraverso il suo

contagpi automatici  il conteggio delle altre attività fisiche effettuate nell'arco della giornata, comprensivo di calorie consumate e distanza percorsa verrà riportata nella sezione "Attività"

Nella sezione Home  è possibile visualizzare un monitoraggio dettagliato del vostro sonno (il monitoraggio sarà possibile solo tenendo l'orologio al polso e il telefono acceso con Bluetooth ON durante la notte). Verrà riportato l'orario cui vi siete addormentati e quello di risveglio, le ore di sonno profondo e quelle di sonno leggero, quindi verranno calcolate le ore di sonno complessivo. Un grafico illustrerà l'andamento del vostro sonno utilizzando diversi colori: blu per la veglia, arancione per il sonno profondo e giallo per quello leggero.

Accanto alle ore di sonno totali troverete indicata la percentuale di raggiungimento dell'obiettivo che avete stabilito durante la procedura iniziale di avvio dell'applicazione.

Selezionando  potrete visualizzare un conteggio medio settimanale e mensile delle vostre ore di sonno, dove verranno indicati i giorni in cui avete dormito di più e quelli in cui avete dormito di meno (e quante ore avete dormito)





Nella sezione Home viene riportato un dettagliato monitoraggio della vostra attività cardiaca giornaliera. I diversi colori indicano i diversi tipi di esercizio fisico svolti durante la giornata: verde per quello aerobico, giallo anaerobico, arancione cardio-polmonare e rosso per gli esercizi che prevedono un picco di consumo energetico.

Tale monitoraggio è il risultato della misurazione dei battiti cardiaci

giornalieri effettuati da NGM Fit Watch in relazione alle attività svolte e misurate nel corso della giornata

Si ricorda di tenere l'orologio ben aderente al polso per una misurazione più precisa

Dispositivo

In questa sezione troverete tutte le Impostazioni che riguardano il vostro Fit Watch, ma anche i vostri obiettivi ed altre importanti funzioni.

Impostazioni:

- **Dispositivo collegato:** nome dispositivo associato
- **Promemoria sedentario:** se attivato, permette di impostare un intervallo temporale entro il quale, se l'orologio dovesse rilevare una prolungata inattività, vi ricordi di fare movimento. E' possibile anche impostare anche dei giorni della settimana in cui ripetere il promemoria.

Se nell'intervallo impostato viene rilevato un numero minore di 200 passi, l'orologio comincerà a vibrare e il display

visualizzerà questa icona. Anche il telefono mostrerà una notifica per ricordarvi di fare movimento dopo mezz'ora.

- **Sveglia:** permette di impostare una sveglia e un giorno di ripetizione. L'orologio vibrerà il giorno e all'orario stabilito e sul display comparirà l'icona
- **Sincronizza orario:** aggiorna l'orario dell'orologio con quella di sistema
- **Notifiche:** permette di scegliere quali notifiche visualizzare sul vostro Fit Watch. Potete scegliere tra Chiamate in arrivo (è possibile solo ignorare la chiamata in arrivo, non rispondere), SMS, Facebook, Twitter, WhatsApp, Skype, E-Mail. Una volta selezionato il/le

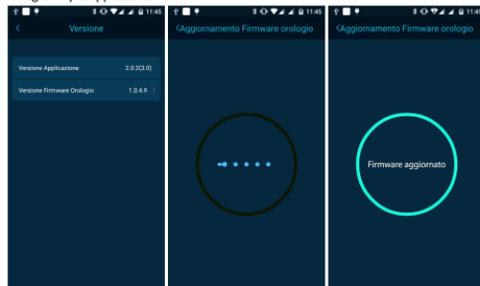
notifica/e che volete vengano mostrate, l'orologio vibrerà alla ricezione e potrete leggere le

diverse notifiche ricevute in

- **Promemoria attività:** per impostare un promemoria contenente messaggio, data e ora. Nel giorno e nell'ora indicata l'orologio vibrerà e il display mostrerà il messaggio impostato

come promemoria. Le attività impostate in Agenda sono visibili sull'orologio, in

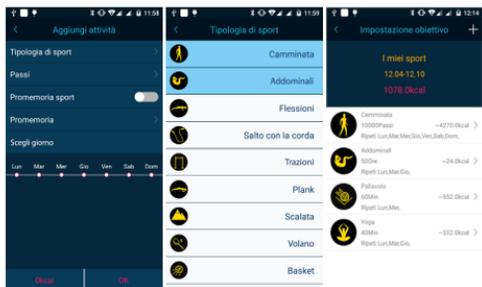
- **24 Ore:** attiva/disattiva il formato orario 24h
- **Unità di Misura:** per scegliere l'unità di misura di altezza, peso e distanza calcolati dall'app. E' possibile scegliere tra unità di misura Metrica (impostazione predefinita) o Imperiale
- **Monitoraggio sonno automatico:** attiva/disattiva il monitoraggio del sonno
- **Bianco o Nero:** permette di scegliere tra due diverse configurazioni del display dell'orologio: icone nere su sfondo bianco o icone bianche su sfondo nero
- **Lingua:** permette di cambiare la lingua (Inglese/Italiano)
- **Versione:** permette di controllare che l'orologio Fit Watch e l'applicazione NGM Fit siano aggiornate all'ultima versione. Infatti selezionando "Versione Firmware Orologio" è possibile controllare la presenza di aggiornamenti e, nel caso, di aggiornare automaticamente in pochi secondi il vostro Fit Watch. L'applicazione verrà aggiornata in automatico tramite Google Play o Apple Store.



Impostazione obiettivo:

In questa sezione potrete impostare i vostri obiettivi scegliendo tra diverse tipologie di sport e attività fisiche, potrete scegliere i parametri di calcolo (la distanza per attività aerobiche come la corsa oppure il numero di ripetizioni nel caso di esercizi fisici) e attivare anche un promemoria per ricordarvi che il momento di svolgere attività è arrivato. Una volta scelte le attività, i parametri di calcolo e i giorni in cui effettuarla, vedrete un elenco degli obiettivi della settimana, accompagnati da un calcolo del dispendio calorico previsto per ogni attività. Scorrete da destra a sinistra per eliminare gli obiettivi impostati.

Le stesse attività impostate le troverete sul vostro Fit Watch scorrendo verso l'alto l'icona . L'elenco cambia al variare delle attività impostate durante i diversi giorni della settimana. Prima di iniziare la sessione di allenamento tenete premuto a lungo l'icona relativa all'attività che state per svolgere per avviare la misurazione dei battiti cardiaci, della distanza percorsa, del tempo (o del numero delle ripetizioni nel caso di esercizi fisici) e del dispendio energetico. Al termine del training tenete ancora premuto il display di Fit Watch. I dati raccolti durante tutta la sessione di allenamento verranno riportati nell'applicazione, in **Attività** (vedi capitolo dedicato).



Fotocamera: selezionando questa opzione si attiverà automaticamente la Fotocamera e potrete scattare foto dal vostro orologio premendo .

Scollega dispositivo: disconnette l'associazione tra il dispositivo e l'applicazione.

Attività

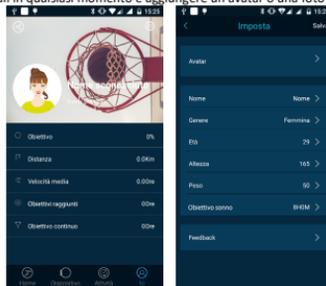
In questa sezione trovate il resoconto delle attività svolte durante la giornata. Per ogni attività verrà riportato: **intervallo di tempo** in cui è stata svolta l'attività (o numero di ripetizioni nel caso di esercizi fisici), **calorie consumate**, e **percentuale di raggiungimento dell'obiettivo**, ovvero la distanza tra l'obiettivo impostato e l'effettiva attività svolta.

Potete aggiungere altre attività e altri obiettivi toccando "+"



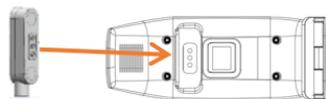
Profilo

In questa sezione troverete un resoconto medio di tutti gli obiettivi raggiunti in percentuale, delle distanze percorse e della velocità media. Selezionando l'icona  potete aggiungere o modificare i vostri dati personali in qualsiasi momento e aggiungere un avatar o una foto.



CARICARE IL DISPOSITIVO

Per caricare il dispositivo appoggiare il cavo di ricarica magnetico all'apposito connettore posto sul retro del dispositivo come mostrato in figura, quindi collegare il cavo di ricarica ad una presa USB. Potete caricare il dispositivo anche collegandolo al PC, ma in questo caso la carica sarà più lenta. Un'icona sul display segnerà che la carica è in corso. Quando l'animazione si interrompe e l'icona della batteria risulta piena potete scegliere l'orologio dal cavo magnetico.



TROUBLE SHOOTING

L'orologio risulta correttamente associato all'applicazione, ma nonostante questo l'orario continua a risultare non sincronizzato con il sistema.	Nelle impostazioni di NGM Fit, selezionate l'opzione "Sincronizza Orario" e controllate
Il mio NGM Fit Watch non visualizza chiamate in arrivo né altre notifiche	Utenti Android: Aprite NGM Fit e in impostazioni > Notifiche controllate di aver abilitato la ricezione delle notifiche e/o delle chiamate. Qualora nel telefono fossero presenti dei software di sicurezza che prevedano particolari permessi per le notifiche, impostate NGM Fit come applicazione attendibile. Utenti Apple: Aprite NGM Fit e in impostazioni > Notifiche controllate di aver abilitato la ricezione delle notifiche e/o delle chiamate. Dimenticate l'associazione tra telefono e applicazione e riavviate il telefono. Quindi ristabilite la connessione Bluetooth e associate di nuovo i due dispositivi
L'orologio risulta correttamente associato all'applicazione, ma quest'ultima non riesce comunque ad aggiornare i miei dati.	Probabilmente è un problema di Bluetooth. Chiudere l'applicazione, riavviare il modulo Bluetooth e riprovare.
L'unica attività che riesco a visualizzare è "Camminata"	Se la precedente soluzione non risultasse valida, riavviate il telefono e riprovare L'attività "Camminata" è preimpostata di default. Le altre attività devono essere aggiunte dall'applicazione NGM Fit. Per aggiungere nuove attività selezionare Dispositivo > Imposta obiettivo e toccare l'icona "+". Selezionando il giorno in cui l'attività viene svolta, essa viene visualizzata in automatico sull'orologio.



AVVERTENZE PER LA SICUREZZA E MANUTENZIONE DEL PRODOTTO

- I materiali di composizione di NGM Fit Watch possono causare irritazioni o allergie. Nel caso in cui si notassero segni di irritazione cutanea, togliere immediatamente l'orologio dal polso o, in alternativa, indossarlo sopra i vestiti. Se i sintomi persistono consultare il medico.
- Il dispositivo contiene pezzi metallici di piccole dimensioni che possono essere ingeriti. Tenere fuori dalla portata dei bambini
- Questo prodotto non è un dispositivo medico e non ha scopi diagnostici o di trattamento
- Non leggere notifiche o dati durante la guida o in situazioni che necessitano di elevata concentrazione
- Questo dispositivo è stato pensato per monitorare le vostre attività, ma non deve mai essere inteso come sostituto di una adeguata attività di prevenzione e controllo periodico dal vostro medico curante. Si consiglia di consultare il medico prima di intraprendere qualsiasi attività fisica e/o piano alimentare.
- Pulire spesso il prodotto, soprattutto le parti a contatto con la pelle, utilizzando un panno umido
- Non stringere troppo il cinturino in modo da non bloccare la circolazione

- Non aprire la scocca
- Non usare se il display è rotto
- La batteria del dispositivo contiene sostanze che possono essere dannose per la salute e per l'ambiente se utilizzate o smaltite in modo improprio
- Non mettere il prodotto in lavatrice o asciugatrice
- Non esporre il prodotto a temperature eccessivamente calde o fredde
- Non indossare in sauna o bagno turco
- Non esporre alla luce solare diretta per lunghi periodi
- Tenere lontano dal fuoco, la batteria potrebbe esplodere
- Non mettere sotto carica se bagnato
- In caso di surriscaldamento, toglierlo dal polso

SMALTIMENTO DEL PRODOTTO

Rifiuti elettrici ed elettronici. Il cliente ha diritto di ottenere lo smaltimento del prodotto acquistato all'atto dell'acquisto di un nuovo prodotto in proporzione di uno contro uno. Applicabile nell'Unione Europea e in altri paesi europei consistenti di raccolta differenziata.



Il marchio riportato sul prodotto o sulla documentazione indica che il prodotto non devono essere smaltiti con altri rifiuti domestici al termine del ciclo di vita. Per evitare eventuali danni all'ambiente o alla salute causati dall'inopportuno smaltimento dei rifiuti, si invita l'utente a separare il prodotto da altri tipi di rifiuti e di riciclarli in maniera responsabile per favorire il riutilizzo sostenibile delle risorse materiali.

I rifiuti elettronici di piccolissime dimensioni possono essere smaltiti gratuitamente presso i negozi con area di vendita relativa alle apparecchiature elettroniche maggiore o uguale a 400 m², senza alcun obbligo di acquisto di apparecchiatura elettronica equivalente (così come richiesto dall' Art. 26 D.Lgs. 49/2014). Gli utenti domestici sono invitati a contattare il rivenditore presso il quale è stato acquistato il prodotto o l'ufficio locale preposto per tutte le informazioni relative alla raccolta differenziata e al riciclaggio per questo tipo di materiali. Gli utenti aziendali sono invitati a contattare il proprio fornitore e verificare i termini e le condizioni del contratto di acquisto. Questo prodotto non deve essere smaltito unitamente ad altri rifiuti commerciali.

Smaltimento della batteria del prodotto

Il prodotto è equipaggiato con una batteria a ioni di litio **integrata**, che non può essere sostituita dall'utente. Non tentare di rimuovere la batteria. Danni al prodotto derivati da un tentativo di apertura della scocca o di sostituzione della batteria comprometteranno la garanzia. Le sostanze del prodotto e/o della batteria possono provocare danni all'ambiente o alla salute se non smaltite in modo corretto. La batteria contenuta nel prodotto deve essere riciclata o smaltita correttamente secondo le leggi e le regolamentazioni locali e sempre separatamente dai rifiuti domestici.



DICHIARAZIONE DI CONFORMITÀ*

NGM s.r.l. dichiara sotto la propria esclusiva responsabilità che il prodotto **NGM Fit Watch** a cui si riferisce il presente documento, è conforme alle seguenti norme e/o documenti normativi.

Article 3.2: Effective Use of The Radio Spectrum
ETSI EN 300 328 V1.9.1 (2015-02)

Article 3.1b: Electromagnetic Compatibility
ETSI EN 301 489-1 V1.9.2 (2011-09)
ETSI EN 301 489-17 V2.2.1 (2012-09)

Article 3.1a: Health and Safety
EN 62479: 2010
EN 60950-1: 2006 +A11: 2009 +A1: 2010 +A12: 2011 +A2: 2013

Si dichiara con il presente documento che il summenzionato prodotto è conforme a tutti i requisiti essenziali della Direttiva 1999/5/EC ed è marchiato con:



Documentazione tecnica conservata presso **NGM S.r.l.**, disponibile su richiesta.

Rappresentante nell'UE:

NGM S.r.l. Via Paola Antonelli Piaggio sc
56020 Loc. Capanne – Montopoli in val D'Arno (PI)

Stefano Nesi (CEO)

Avvertenza: il produttore non si assume alcuna responsabilità per qualsiasi inadempimento delle linee di condotta sopra stabilite o per ogni uso improprio del telefono. Il produttore si riserva il diritto di modificare e aggiornare le informazioni contenute in questa guida. Il contenuto di questo manuale potrebbe differire dal contenuto effettivamente mostrato nel dispositivo. In tale caso, il secondo prevale.

Copyright © 2017 NGM

Nessuna parte di questo manuale può essere riprodotta, distribuita, tradotta, trasmessa in alcuna forma o tramite alcun mezzo, elettronico o meccanico, compresi fotocopie, registrazione o salvataggio in qualsiasi archivio di informazioni o sistema di recupero, senza previa autorizzazione scritta da parte di NGM.

Bluetooth® è un marchio commerciale registrato in tutto il mondo della Bluetooth SIG, Inc.

NGM world is being continually expanding! We conquered mobile phones market and now, we are ready for smartwatches! Your **NGM Fit Watch** is not only a watch, but it is a device which can provide a daily monitoring of your activities, sleep, heart rate, and will allow you to easily achieve the training targets you have set. From the related NGM Fit app, you can install on your phone to which your watch is connected through Bluetooth, you can set your targets and check results, rate of achieved targets, burned calories, sleep quality whenever you want. It will be like having a personal trainer on your wrist, always ready to motivate you, but not only that. Directly from the display of your watch you can view incoming calls, read notifications, take a picture from remote, count daily steps. **NGM Fit Watch** will become your reliable and essential partner on maintaining a healthy and active lifestyle, and thanks to the simply and stylish design of the watch face and wristband, you won't take it off from your wrist. By visiting the official website www.ngm.eu you can appreciate the whole range of NGM mobile phones, ask for after sales assistance, access the forum for technical assistance and download software updates.

TECHNICAL SPECIFICATIONS

Model name	NGM Fit Watch
CPU	nRF51822 ARM Cortex M0 32bit
Display	1.28" 128*128 pixel E-ink
Supported activities	24 supported sports and exercises
Permeability	IP67*
Charger	Three point magnetic charger DC 5V/0.5A
Features	Dynamic heart rate monitoring, Sleep monitoring, Sedentary reminder, Pedometer, Distance, Burned calories, Automatic heart rate monitoring, Camera remote control, Incoming call reminder, Notifications reminder from SMS, Skype, Facebook, WhatsApp, Email account, Schedules reminder, Alarm, Always-ON time display.
Compatibility:	Bluetooth 4.0 Android 4.4 and above IOS 8.0 and above

* according to IP67 standards, for normal temperatures, the device can remain 1m underwater up to 30 minutes, but all tests considers an immersion without moving the device, not for example during a swimming session. Water resistant does not provide an equal vapor resistant, because tests were performed with cold water. Vapor could remain on display after hot shower.

WATCH

Power on and Power Off

To power ON the device, lace it on your wrist and long press the display. To power OFF, swipe to the

right until you find  icon, then select 

Keep the device close to your wrist in order to improve the reliability of your heart rate monitoring.

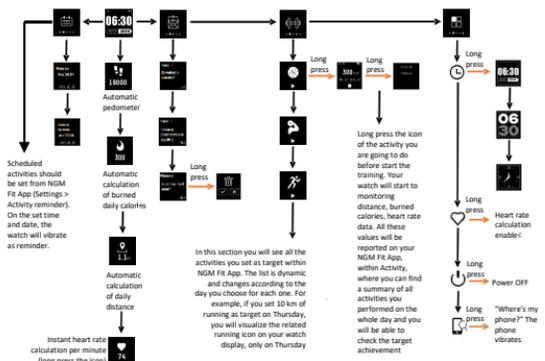


Badminton (long press the little triangle below, before start the training)

	Basket (long press the little triangle below, before start the training)
	Aerobic exercises (long press the little triangle below, before start the training)
	Bowling (long press the little triangle below, before start the training)
	Climbing (long press the little triangle below, before start the training)
	Cycling (long press the little triangle below, before start the training)
	Dance (long press the little triangle below, before start the training)
	Fitness (long press the little triangle below, before start the training)
	Soccer (long press the little triangle below, before start the training)
	Trekking (long press the little triangle below, before start the training)
	Plank (long press the little triangle below, before start the training)
	Pull-up (long press the little triangle below, before start the training)
	Push up (long press the little triangle below, before start the training)
	Running (long press the little triangle below, before start the training)
	Skating (long press the little triangle below, before start the training)
	Skiing (long press the little triangle below, before start the training)
	Skipping (long press the little triangle below, before start the training)
	PingPong (long press the little triangle below, before start the training)
	Tennis (long press the little triangle below, before start the training)
	Volleyball (long press the little triangle below, before start the training)

	Yoga (long press the little triangle below, before start the training)
	Steps (real time automatic detection)
18000	
	Distance (real time automatic detection)
1.1.	
	Calories (real time automatic detection)
300	
	Heart rate per minute (long press the icon to start detection)
74	
	Notifications (Read Only)
.....	
	Sedentary reminder
	Sits-up (long press the little triangle below, before start the training)
	Camera remote control (shoot key)
	Power OFF
	Schedules
.....	
	Training
	Functions
	Alarm and reminders
.....	

Menu flow chart and main features



NGM Fit App

Download the application

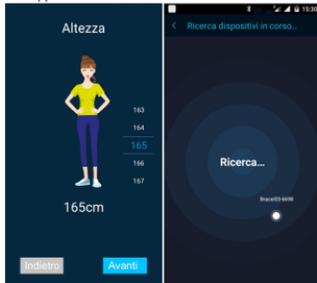
Search the application on Google Play Store or App Store and install it.

First launch

Launching the app for the first time, you will be asked to make a short wizard to set some personal data (gender, age, height, weight...) and to set daily sleep target. After wizard you'll be able to add new activities and target. After setting completed, you will be ready to associate your Fit Watch to the application, activating phone Bluetooth.

Press the watch code and connection will be automatically established.

NGM Fit App is divided into 4 areas: "Home", "Device", "Activity" and "Me"



Home



Within Home you can view a real time daily step, distance and time calculation, followed by a graphic summary to monitoring every activity changing during the whole day. You can

update data whenever you want, by touching icon

Selecting instead you can view a weekly and monthly monitoring of your activity.

This page is exclusively related to the steps calculation performed by NGM Fit Watch during the day, according to its automatic

pedometer. Other activities during the day, with burned calories and distance calculation will be reported within "Activity".

Within Home you can view a detailed sleep monitoring

(monitoring will be performed only keeping the watch on your wrist and Bluetooth ON during the night). Sleep and awake time, deep and light hours of sleep will be reported and then total hours of sleep per night will be calculated. A graphic will show the evolution of your sleep using different colors: blue for the awake time, orange for deep sleep, yellow for light sleep.

Close to the total hours of sleep indication you will find the achievement rate of the sleep target you set during the initial wizard.

Selecting you can see a weekly and monthly mean calculation of your hours of sleep, where days of major and less sleep will be indicated (and how many hours did you sleep)



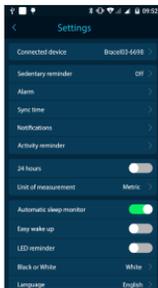


Within Home  a daily heart rate calculation is reported. Different colors indicate different exercise types performed during the day: green for aerobic, yellow for anaerobic, orange for cardio-pulmonary and red for peak exercise.

This monitoring is the result of heart rate daily calculation

performed by NGM Fit Watch  basing on your carried out activities during the whole day.

Keep the watch close-fitting to your wrist to improve the reliability of heart rate calculation.



Device

In this section you will find Fit Watch settings, targets and other important features.

Settings:

- **Associated device:** Name of the associated device
- **Sedentary reminder:** if activated, allows you to set a time interval within which, if the watch detect a prolonged inactivity, it will remind you to do some exercises. You can also set a reminder in specific days

If during the set time interval less than 200 steps are counted, the watch will start to vibrate

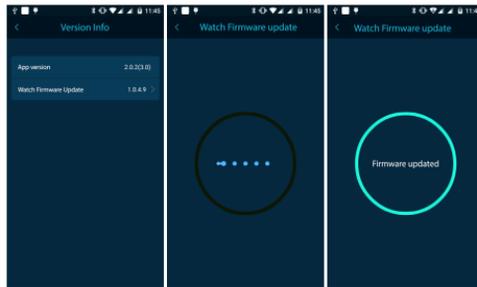
and the display will show this icon . The phone as well will show a notification to remind you to do activities after 30 minutes.

- **Alarm:** allows you to set an alarm and a repetition day Your watch will vibrate on the set day and time and on display the icon  will be displayed.
- **Sync time:** will update time with that of the system
- **Notifications:** allows to choose which notifications can be displayed on your Fit Watch. You can choose between Incoming calls (calls can only be handed up, it's not possible to answer them), SMS, Facebook, Twitter, WhatsApp, Skype, Email account. Once selected a/the notification/s you want to be displayed, the watch will vibrate as you received them, and you can read all notifications on .

- **Scheduled reminders:** to set a reminder with date, time and message. On the set day and time, the watch will vibrate and the display will show the set reminder message. All your

scheduled activities will be displayed on 

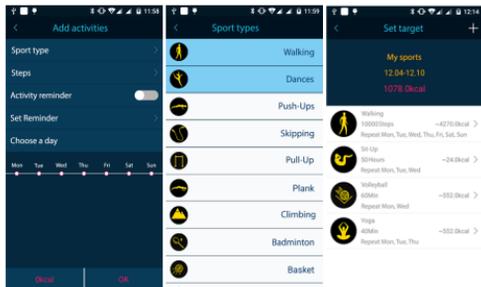
- **24 hours:** enables/disables the 24h time format
- **Measuring unit:** to choose the unit of measurement for height, weight and distance calculated from app. You can choose between Metric (default setting) and Imperial
- **Auto sleep monitoring:** enables/disables the auto sleep monitoring
- **Black or white:** allows you to choose between two different display configurations: black icons on white background or white icons on black background
- **Language:** allows you to change the language (English/Italian)
- **Firmware version:** to check Fit Watch and Fit App updated version. Selecting "Watch Firmware version" option in fact, it will be possible to directly update your Fit Watch. The application instead, will be automatically updated from Google Play or Apple Store.



Setting target:

In this area you can set your targets, choosing from different sport types and activities, you can choose the calculating criterion (distance for aerobic exercises, like running, or number of repetition for physical exercises), and you can set a schedule, to remind you that time for activity has come. Once you chose activities, calculating criterion and days for training, you will see a list of weekly targets, with a completed calculation of expected burned calories for each one. Swipe from right to left to remove a set target.

The same set activities will be found on your Fit Watch, swiping up the  icon. That list is dynamic and changes according to the day you set for each activity. Before starting the training session, long press the related activity icon to start heart rate, distance, duration (or repetition number) and calories detection. At the end of the training long press again Fit Watch display. All collected data during the training session will be reported on the application, within **Activity** (refer to the related chapter).



Camera: selecting this option, camera will automatically open and you will be able to take pictures from your watch pressing .

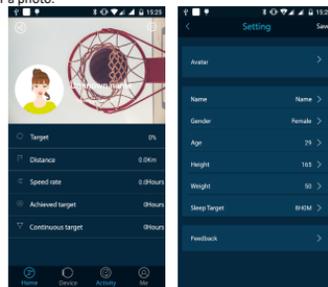
Cancel association: will cancel Bluetooth association between phone and device.

Activity:
Within this section you will find a summary of your performed activities during the whole day. For each activity it will be reported: **time** during which you performed it (or number of repetitions for physical exercises), **burned calories** and **achieved target rate**, which is the distance between the set target and the effective performed activity.

You can add more activities and targets touching "+"

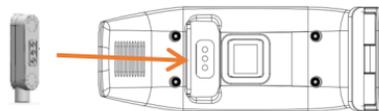


Me
In this section you will find a mean summary of all your achieved targets, distances and mean speed rate. Selecting  icon you can add or edit your personal data whenever you want, and you can choose an avatar or a photo.



CHARGING THE DEVICE

To charge the device place the magnetic cable on the related connector on the back side of the device as shown in the figure, then connect the charging cable to a USB port. You can also charge the phone by connecting it with the PC USB port, but in this case charging will take longer. An icon on display will show you that the device is charging. When the animation stops and the battery icon is full you can unplug the watch from the magnetic cable.



TROUBLE SHOOTING

The watch is correctly associated to the application, but despite of that, the displayed time is still no synchronized with that of the system.	On NGM Fit settings, select "Sync Time" option and check
My NGM Fit Watch does not display incoming calls or other notifications	Android Users: Open NGM Fit and on Settings > Notifications check if notifications/calls receiving option is enabled. If on phone there are security softwares which consider specific notification permissions, set NGM Fit as trusted app. Apple Users: Open NGM Fit and in Settings > Notifications check if notifications/calls receiving option is enabled. Forget the association between phone and application and restart the phone. Then restore Bluetooth connection and associate the two devices again
The watch is correctly associated to the application, but it can't sync my data.	It might be a general Bluetooth item. Close the application, restart Bluetooth and retry.
The only activity I can see is "Walking"	If the previous solution will not solve the problem, restart the phone and retry The "Walking" activity is set by default. All the other activities should be added from NGM Fit App. To add new activities select Device > Set target and touch "+" icon. Choosing the day to perform the activity, it will be automatically displayed on your watch.



SECURITY AND CARE WARNINGS

- The composition materials of NGM Fit Watch could provoke skin irritations or allergies. If you note skin irritations, immediately take off the watch from your wrist, or as an alternative, wear it upon your clothes. If symptoms persists, consult a doctor.
- Device contains little metallic pieces which could be ingest. Keep away from children
- This product is not a medical device and could not have diagnostic and treatment purposes
- Don't read notifications or data while driving or in other situations which request your attention.
- This device has been thinking up to control your activities, but it should not be intended as a substitute of an adapt prevention and periodical control activity among your attending physician. You are recommended to consult your family doctor before starting any physical activity and/or diet plan.
- Frequently clear your device, especially the skin-contact parts, with a wet rag.
- Do not tighten too much the watchband not to block the flow of blood.
- Do not open the shell
- Do not use if the display is broken
- The battery contains substances which could be damaging for your health and the environment if used or disposed in an inappropriate way.
- Do not put the device in the washing machine or dryer
- Do not expose the product to extremely high or low temperatures
- Do not wear in steam room or Turkish bath

- Do not expose to direct sunlight for long periods
- Keep away from fire, the battery could explode
- Do not charge if wet
- If overheating, take off from your wrist

PRODUCT DISPOSAL

Electrical and electronic wastes The customer has the right to obtain disposal service for the product when purchasing a new product in a one to one proportion. Applicable on European Union and in other European countries with waste recycling system.



This marking on the battery, manual or packaging indicates that the batteries in this product should not be disposed with other household waste at the end of its life. To prevent possible harm to the environment or human health from uncontrolled waste disposal, the user is encouraged to separate these items from other types of waste and recycle them responsibly to promote the sustainable reuse of material resources.

Electronic little wastes can be free disposed upon those stores with sell area for electronic manufactures major or equal than 400 m², without having to purchase an equivalent electronic device (as requested by Art. 26 D.Lgs 49/2014). Domestic users are encouraged to contact the dealer upon which the product has been purchased, or the appointed local office for all the information related to waste recycling of this kind of materials. Company users are requested to contact their own vendor and check terms and conditions of purchase agreement. This product should never be disposed with other commercial wastes.

Correct disposal of the batteries of the product:

The product is equipped with a lithium-ion **built-in** battery, which can not be replaced by the user. Do not try to remove the battery. Damages to the product caused by shell opening or battery replacing attempts, will compromise the warranty. The substance included in the product and/or battery could be damaging for your health and the environment if not correctly disposed. The battery on the product should be correctly disposed according to local regulations and always separately from domestic wastes.



DECLARATION OF CONFORMITY

NGM s.r.l. declares under its sole responsibility that the product **NGM Fit Watch** the present document refers to, conforms to the followed standards and/or regulatory documents:

Article 3.2: Effective Use of The Radio Spectrum

ETSI EN 300 328 V1.9.1 (2015-02)

Article 3.1b: Electromagnetic Compatibility

ETSI EN 301 489-1 V1.9.2 (2011-09)

ETSI EN 301 489-17 V2.2.1 (2012-09)

Article 3.1a: Health and Safety

EN 62479: 2010

EN 60950-1: 2006 +A11: 2009 +A1: 2010 +A12: 2011 +A2: 2013

We declare with the present document that the product mentioned above conforms to all the standards requirements of 1999/5/EC Directive. The product is branded with:



All technical documents conserved at NGM S.r.l. available on request.

UE Authorized Representative:

NGM S.r.l. Via Paola Antonelli Piaggio snc

56020 Loc. Capanne – Montopoli in val D'Arno (PI)

Stefano Nesi (CEO)

Warning: *The manufacturer assumes no responsibility for any failure of the policies set out above, or for any misuse of the phone. NGM reserves the right to modify any of the content in this user guide without previous public announcement. The content of this manual may vary from the actual content displayed in the mobile phone. In such case, the latter shall govern.*

Copyright © 2017 NGM

No part of this manual may be reproduced, distributed, translated, or transmitted in any form or by any means, electronic or mechanical, including photocopying, recording, or storing in any information storage and retrieval system, without the prior written permission of NGM.

Bluetooth® is a registered trademark of the Bluetooth SIG, Inc. worldwide.



ngm.eu