



SMARTBAND

QUARK | Fit lite

USER MANUAL

click here | clic aquí

ES
ESPAÑOL

EN
ENGLISH

www.foxbox.com.ar



MANUAL DE USUARIO SMARTBAND FITLITE

Uso apropiado

Ajuste las mallas al tamaño de su brazo. El sensor debe estar cerca de la piel para evitar que se mueva.

Carga del smartband

Por primera vez, asegúrese de que la batería esté funcionando normalmente. Si el encendido no es normal, conecte el dispositivo al cargador y el reloj se encenderá automáticamente.

Instale la aplicación del smartband en su teléfono.

Clic aquí (o Escanee el QR):



Consíguelo en el
App Store

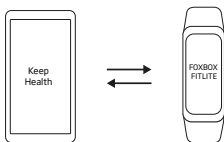


DISPONIBLE EN
Google Play



Conexión del dispositivo

Importante: para vincular el FOXBOX FITLITE con su teléfono, realice el emparejamiento desde la aplicación Keep Health y no desde el menú Bluetooth del dispositivo móvil.



Abra la aplicación Keep Health en su teléfono.

Otorgue todos los permisos solicitados (ubicación, Bluetooth, notificaciones, etc.).

Seleccione la opción "Añadir dispositivo".

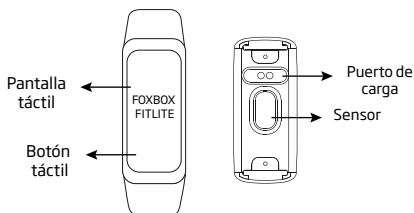
Espere a que aparezca el nombre FOXBOX FT y toque para vincular.

Una vez conectados, el reloj sincronizará automáticamente la fecha, hora y zona horaria.

La aplicación guardará esta conexión y, al abrirla nuevamente o ejecutarse en segundo plano, reconectará el reloj automáticamente.

Usuarios Android: asegúrese de mantener la app Keep Health en ejecución en segundo plano y con todos los permisos activados para garantizar una conexión estable.

Esquema de uso



Instrucciones de uso del Smartband

-Antes del primer uso, se recomienda cargar completamente la Fitlite Smartband. Conecte el cable de carga magnética a los pines ubicados en la parte posterior del dispositivo, asegurándose de que los contactos estén correctamente alineados. Luego, enchufe el otro extremo del cable a un adaptador de corriente de **5V/1A** o a un **puerto USB** de computadora.

Durante la carga, la pantalla mostrará el ícono de batería. Una carga completa demora aproximadamente dos horas.

-Para encender el dispositivo, mantenga presionado el botón táctil durante unos segundos. Para apagarlo, repita la acción y seleccione "Apagar" desde la opción "Mas".

Funciones básicas

1. Encender el dispositivo:

Mantenga presionado el botón táctil durante unos segundos hasta que la pantalla se ilumine.

2. Apagar el dispositivo:

Mantenga presionado el botón táctil en "Mas" y seleccione la opción "Apagar".

3. Interfaz secundaria:

Desde la pantalla principal, mantenga presionado el botón táctil en "Mas" para acceder a la interfaz secundaria. Luego presione el botón táctil para ver accesos rápidos como actividad, ritmo cardíaco o clima.

4. Cronómetro:

Mantenga presionado el botón táctil en "Mas" para acceder a la interfaz secundaria, seleccione Cronómetro, y mantenga presionado nuevamente para iniciarlo. Toque brevemente para pausar y mantenga presionado para reiniciar o salir.

5. Buscar teléfono móvil:

Mantenga presionado el botón táctil en "Mas" para acceder a la interfaz secundaria, seleccione Buscar dispositivo, y confirme manteniendo presionado nuevamente.

El teléfono sonará o vibrará si está conectado por Bluetooth.

6. Información del dispositivo:

Mantenga presionado el botón táctil en "Mas" para acceder a la interfaz secundaria, seleccione Configuración Información, y mantenga presionado otra vez para acceder.

Se mostrará el nombre del dispositivo, la versión de firmware y la dirección Bluetooth.

7. Restablecimiento de fábrica:

Mantenga presionado el botón táctil en "Mas" para acceder a la interfaz secundaria, seleccione restablecimiento de fábrica, y confirme manteniendo presionado nuevamente.

Esta acción borrará todos los datos y restaurará los valores originales del dispositivo.

Navegación general

-Presione una vez para recorrer funciones y menús.

-Presione varias veces para cambiar entre pantallas (actividad, salud, clima, notificaciones, etc.).

-Mantenga presionado para abrir opciones adicionales o confirma acciones.

Desde la pantalla principal puede visualizar la hora, la fecha, el nivel de batería, el número de pasos y otros datos configurables desde la aplicación móvil.

Monitoreo de salud

Frecuencia cardíaca:

Ingresa a la función de ritmo cardíaco. Manténgase en reposo y asegúrese de que el sensor esté en contacto con la piel.

Oxígeno en sangre (SpO₂):

Seleccione la opción SpO₂ y permanezca inmóvil mientras el dispositivo realiza la lectura.

Presión arterial:

Coloque la muñeca a la altura del corazón y manténgase inmóvil hasta completar la lectura.

Actividad y deporte

Para acceder al modo deportivo, mantenga presionado el botón táctil para ingresar a la interfaz de deportes. En la pantalla se mostrarán cuatro actividades por defecto. Toque brevemente el botón táctil para ver cada opción y manténgalo presionado para comenzar el ejercicio. Durante la actividad, puede tocar brevemente el botón para pausar o continuar, y mantenerlo presionado nuevamente para finalizar. Los datos del entrenamiento –como tiempo, pasos, distancia y calorías– se guardarán automáticamente después de tres minutos de ejercicio. Desde la aplicación Keep Health, es posible agregar o editar más modos deportivos ingresando en Dispositivo - Más - Modo deportivo.

Monitor de sueño

La interfaz de sueño muestra la duración total del descanso nocturno. Use la smartband durante la noche para registrar su sueño; el dispositivo detectará y almacenará automáticamente los datos de sueño ligero y profundo, así como el tiempo total dormido.

Notificaciones y recordatorios

Una vez vinculada la smartband con la aplicación Keep Health , el dispositivo podrá mostrar notificaciones básicas del teléfono, como llamadas entrantes, notificaciones de mensajes de texto y notificaciones de redes sociales.

Las alertas se visualizarán en la pantalla del reloj mediante un ícono o una breve vista previa del contenido, dependiendo del tipo de mensaje y del sistema operativo del teléfono.

Especificaciones básicas

Sistemas operativos compatibles: **Android 5.0 / IOS 9.0 o superior**

Medidas: **1.10" pulg.**

Versión Bluetooth: **5.0**

Capacidad de batería: **120 mAh**

Duración de batería: **5 días**

Tiempo stand-by: **30 días**

Tiempo de carga: **2 Hs.**

Precauciones y cuidados

- 1.** No raye la pantalla ni el sensor del dispositivo. Protégalo de golpes, caídas o daños físicos.
- 2.** Para limpiarlo, utilice un paño suave ligeramente húmedo. Puede usar agua con jabón neutro para retirar suciedad o restos de aceite.
- 3.** No exponga el dispositivo a sustancias químicas fuertes, como gasolina, solventes de limpieza, alcohol, repelentes de insectos o productos abrasivos. Estos pueden dañar el sellado, la carcasa o el recubrimiento del equipo.
- 4.** Evite que el dispositivo reciba impactos fuertes o se exponga a temperaturas extremadamente altas o bajas.
- 5.** Utilice siempre el cable de carga original o un cable certificado para cargar el dispositivo.
- 6.** No intente abrir, desarmar ni modificar el dispositivo. Esto puede provocar daños irreversibles y anular la garantía.



FITLITE SMARTBAND - USER MANUAL

Proper Use

Adjust the straps to fit your arm. The sensor must remain close to the skin to prevent movement.

Charging the Smartband

Before first use, ensure that the battery is functioning correctly. If the device does not turn on normally, connect it to the charger and it will power on automatically.

Install the smartband app on your phone.

Click here (or scan the QR):



Consíguelo en el
App Store

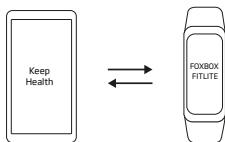


DISPONIBLE EN
Google Play



Device Connection

Important: To pair the FOXBOX FITLITE with your phone, perform the pairing from the Keep Health app, not from the phone's Bluetooth menu.



Open the Keep Health app on your phone.

Grant all requested permissions (location, Bluetooth, notifications, etc.).

Select "Add Device."

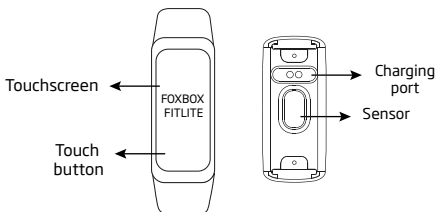
Wait for FOXBOX FT to appear and tap to pair.

Once connected, the device will automatically sync the date, time, and time zone.

The app will save this connection and reconnect automatically when opened again or when running in the background.

Android users: Make sure Keep Health remains running in the background with all permissions enabled to ensure a stable connection.

Usage Guide



Smartband Operating Instructions

-Before first use, fully charge the Fitlite Smartband. Connect the magnetic charging cable to the pins on the back of the device, ensuring proper alignment. Then plug the other end into a 5V/1A power adapter or a computer USB port.

During charging, the screen will display the battery icon. A full charge takes approximately two hours.

-To turn on the device, press and hold the touch button for a few seconds.

To turn it off, repeat the action and select "Power Off" from the "More" menu.

Basic Functions

1. Power On:

Press and hold the touch button for a few seconds until the screen lights up.

2. Power Off:

Press and hold the touch button in the "More" menu and select "Power Off."

3. Secondary Interface:

From the main screen, press and hold the touch button in "More" to access the secondary interface. Press the touch button to browse quick-access features such as activity, heart rate, or weather.

4. Stopwatch:

Press and hold the touch button in "More", select Stopwatch, then press and hold again to start. Tap briefly to pause and hold to reset or exit.

5. Find Phone:

Press and hold the touch button in "More", select Find Device, and confirm by holding again. The phone will ring or vibrate if connected via Bluetooth.

6. Device Information:

Press and hold the touch button in "More", select Settings Information, and hold again to enter.

The device name, firmware version, and Bluetooth address will be displayed.

7. Factory Reset:

Press and hold the touch button in "More", select Factory Reset, and confirm by holding again.

This will erase all data and restore factory settings.

General Navigation

-Press once to move through functions and menus.

-Press multiple times to switch between screens (activity, health, weather, notifications, etc.).

-Press and hold to open additional options or confirm actions.

From the main screen, you can view the time, date, battery level, step count, and other data configurable from the mobile app.

Health Monitoring

Heart Rate:

Enter the heart-rate function. Stay still and ensure the sensor is in contact with your skin.

Blood Oxygen (SpO2):

Select SpO2 and remain still while the device performs the measurement.

Blood Pressure:

Keep your wrist at heart level and remain still until the measurement is complete.

Activity and Sport Modes

To access Sport Mode, press and hold the touch button to enter the sports interface, where four default activities will appear. Tap the touch button to browse each option and hold to start. During the activity, tap briefly to pause or continue, and hold to finish. Training data such as time, steps, distance, and calories will be saved automatically after three minutes of exercise. From the Keep Health app, you can add or edit sport modes by going to Device - More - Sport Mode.

Sleep Monitor

The sleep interface shows total nighttime rest duration. Wear the smartband while sleeping; it will automatically detect and record light sleep, deep sleep, and total sleep time.

Notifications and Alerts

Once paired with the Keep Health app, the smartband can display basic phone notifications such as incoming calls, text messages, and social media alerts. Notifications appear on the screen as an icon or a brief preview, depending on the message type and the phone's operating system.

Basic Specifications

Compatible OS: **Android 5.0 / IOS 9.0 or later**

Display size: **1.10" pulg.**

Bluetooth version: **5.0**

Battery capacity: **120 mAh**

Battery life: **5 days**

Standby time: **30 days**

Charging time: **2 hours**

Precautions and Care

- 1.** Do not scratch the screen or sensor. Protect the device from impacts, drops, or physical damage.
- 2.** Clean the device with a soft, slightly damp cloth. Mild soapy water may be used to remove dirt or oil residue.
- 3.** Do not expose the device to strong chemicals such as gasoline, cleaning solvents, alcohol, insect repellent, or abrasive products. These may damage the sealing, casing, or surface coating.
- 4.** Avoid exposing the device to strong impacts or extremely high or low temperatures.
- 5.** Always use the original charging cable or a certified cable.
- 6.** Do not attempt to open, disassemble, or modify the device. Doing so may cause irreversible damage and void the warranty.