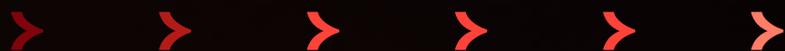


ZEPPE Z

智者，功有时



产品使用手册



目录

第 1 章：开始使用

外观	1
开机与关机	1
充电	1
佩戴和更换表带	2
连接与配对	3
手表系统更新	4
控制中心	4
时间制式	4
单位切换	5
常用操作	5

第 2 章：手机连接时的可用功能

手机通知提醒	6
查找手机	7
查找手表	7

第 3 章：表盘

表盘组件	8
------	---

息屏显示	8
添加表盘	9
切换表盘	9
删除表盘	9

第 4 章：手表功能使用的快捷方式

智能助理	10
副屏应用	11
点按下键	11

第 5 章：运动

运动	12
运动 GPS 定位	12
运动提醒与设置	13
运动控制	14
查看运动记录	15

第 6 章：活动与健康

PAI	15
活动目标	16
久坐提醒	17

心率	17
异常心搏提醒	18
心率预警	18
全天心率监测	19
手动测量	19
睡眠	19
辅助睡眠检测	20
睡眠呼吸质量监测	20
血氧饱和度	21
血氧饱和度测量注意事项	21
压力	21
心电	22
心电测量注意事项	23

第 7 章：语音功能

离线语音	24
在线语音	25
控制手机音乐播放	25

第 8 章：便捷生活

支付宝	26
卡包	27
公交卡	28
门卡模拟	28

第 9 章：手表应用

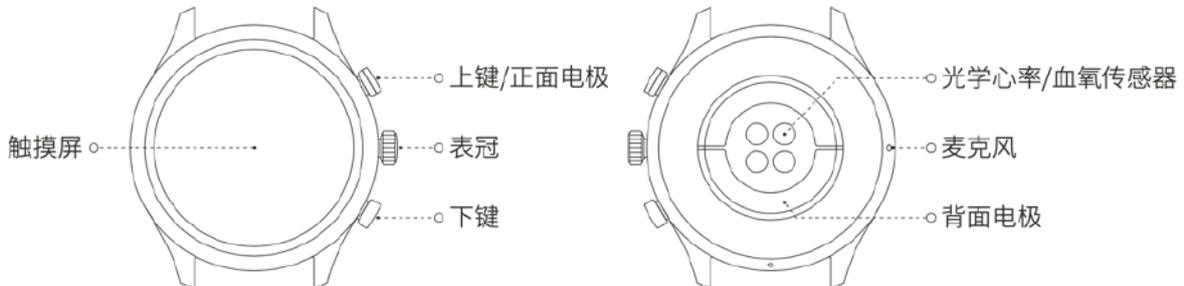
手表应用	29
应用列表管理	29
日程	29
天气	30
指南针	30
气压高度计	31
闹钟	31
秒表	32
倒计时	32

第 10 章：手表设置

佩戴方向	32
------	----

第 1 章：开始使用

外观



开机与关机

开机：

关机状态下，长按表冠，手表屏幕亮起显示启动画面。如关机状态下，长按表冠没有开机，请先给手表充电后尝试。

关机：

开机状态下，长按表冠 5 秒进入关机菜单，可选择关机或重启。

强制关机：

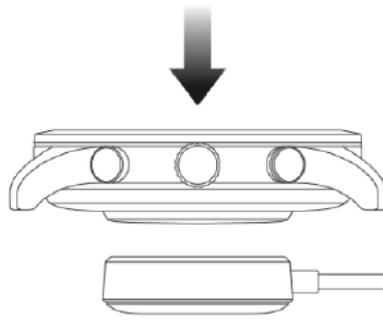
在开机状态下，长按表冠 10 秒将强制进行重启。

充电

本产品为磁吸式无线充电，如图示将手表底部放在充电底座上，然后将 USB 接口连接到电源适配器或者电脑 USB 接口上充电。充电开始后手表的屏幕上会显示充电进度。

注：

请使用包装内自带的充电底座充电，充电前请保持充电底座干燥；建议使用充电电流为 1A 的电源适配器。



佩戴和更换表带

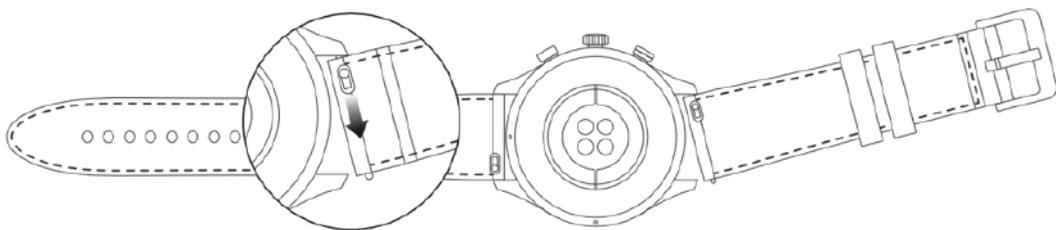
手表佩戴既不要太紧也不要太松，同时让皮肤有空间透气，这样不但能够让您感到舒适，也能让传感器正常工作。

测量血氧饱和度的过程中，请正确佩戴手表，不要戴在手腕骨节上，手臂放平，保持手表与腕部皮肤舒适贴合（适当佩戴得紧一些），测量全程请保持手臂静止。受外界因素（手臂下垂、手臂晃动、手臂毛发多、有纹身等）影响，可能会出现测量结果不准，或无法出现测量值的情况。

测量心电时请将手表佩戴在手机 App 上选择的手腕上，测量时需远离接通电源的电子产品，确保背面电极和手腕、正面电极和手指紧密接触，测量期间保持身体放松、静止。

您可在运动时收紧手表表带，运动之后再适当调松。如果您的手表会在手腕上晃动，或者手表无法产生数据，试着把表带收紧一点。

如需拆装表带，请参考图示：



注：

安装完表带后，请适当拉拽表带，确保表带安装成功。

皮质类表带不防水，避免接触液体；游泳等接触水的场景佩戴时，请更换成氟橡胶或硅胶表带。

连接与配对

使用手机扫描下方的二维码，下载并安装 Zepp App，为更好的使用体验，请按提示及时将 App 升级至最新版本。



注：手机系统要求为 Android 5.0 或 iOS 10.0 及以上版本。

首次配对：

手表首次启动时，会在屏幕上显示绑定用的二维码；

在手机上打开 Zepp App，登录后按照提示扫描手表上显示的二维码绑定手表。



与新手机配对：

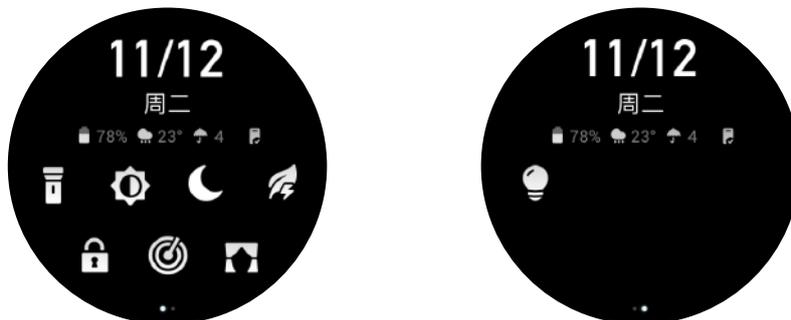
- 1、在旧手机的 App 上完成手表数据同步；
- 2、在旧手机中，进入需要重新配对的手表信息页面，进入底部的更多设置中解除绑定；
- 3、将手表恢复出厂设置并重新启动，启动完毕即可按首次启动的流程将手表与新手机配对。

手表系统更新

保持手表与手机连接的状态，打开 Zepp App > 我的 > Zepp Z > 系统更新，即可查看或更新手表系统。建议在手表收到系统更新的推送时，点击立即更新。

控制中心

在手表表盘页面向下滑动屏幕，进入控制中心，可使用手表的系统功能：手电筒、手表亮度调节、勿扰模式、省电模式、屏幕锁定、查找手机、剧院模式、持续亮屏。



时间制式

保持手表与手机连接的状态，数据同步时，手表将自动跟随手机系统时间与时间制式，相应显示为 12 小时制或 24 小时制。

单位切换

保持手表与手机连接的状态，打开 Zepp App > 我的 > 更多 > 设置，可设置长度单位。数据同步时，手表将自动跟随设置。

常用操作

点击屏幕	使用该功能、选中当前项或进入下一步
长按表盘	可激活表盘选择、表盘设置
覆盖屏幕	熄灭屏幕
上下左右滑动屏幕	滚动或切换页面，部分页面可向右滑动返回上一级页面
点按表冠	唤醒手表、进入应用列表、返回表盘
旋转表冠	手表屏幕处在可翻页界面时，旋转数字表冠可进行翻页
点按下键	快速启动指定应用
长按表冠 5 秒及以上	开机、进入关机重启页面、强制关机

第 2 章：手机连接时的可用功能

手机通知提醒

保持手表与手机连接的状态，可在手表上接收手机的通知提醒；在表盘页面向上滑动屏幕，可进入通知中心查看最新的 20 条通知信息。



设置方式：

保持手表与手机连接的状态，打开 Zepp App > 我的 > Zepp Z > App 通知提醒，开启需要通知的应用。

注：

安卓系统手机如需使用此功能，需要在手机后台将 Zepp App 设置到白名单或自启动中，保持 App 一直在后台运行。如被手机后台进程查杀，会导致手表和 App 断开连接，无法接收应用提醒。

手机来电提醒

保持手表与手机连接的状态，可在手表上接收手机的来电提醒，您可以选择在手机上接听电话或直接在手表上挂断电话。

安卓系统手机设置方式：

保持手表与手机连接的状态，打开 Zepp App > 我的 > 我的设备 > Zepp Z > 通知与提醒 > 来电提醒，点击顶部“请开启电话权限”的

提醒，弹出电话权限授权，允许 Zepp App 的电话权限（无此提醒则表示已授权）。



注：

安卓系统手机如需使用此功能，需要在手机后台将 Zepp App 设置到白名单或自启动中，保持 App 一直在后台运行。如被手机后台进程查杀，会导致手表和 App 断开链接，无法接收来电提醒。

查找手机

- 1、保持手表与手机连接的状态
- 2、在表盘下拉打开控制中心，点击找手机按钮，手机将振动并响铃；
- 3、在应用列表 > 小工具，点击找手机按钮，手机将振动并响铃。

查找手表

保持手表与手机连接的状态，打开 Zepp App > 我的 > Zepp Z > 查找手表，手表将振动并响铃。

第 3 章：表盘

表盘组件

部分表盘支持表盘组件，您可以通过表盘组件查看步数、消耗、天气等各类信息，点击组件可打开对应应用。您也可以编辑为需要的信息。

编辑表盘组件：

- 1、唤醒手表后，在表盘界面长按可进入表盘选择页面；
- 2、左右滑动可预览当前手表内可使用的表盘，支持设置表盘组件的表盘下方会显示编辑按钮，轻点按钮进入此表盘的组件编辑页面；
- 3、选中需要编辑的组件，点击组件或上下滑动屏幕可更换组件；
- 4、完成编辑后，点按表冠，即可完成编辑并启用此表盘。



息屏显示

启用后，待机状态下手表将不会完全关闭屏幕显示，而是显示部分表盘信息，会严重降低续航时长。

设置息屏显示：

- 1、唤醒手表后，在表盘界面点按表冠打开应用列表，进入设置 > 显示与亮度 > 息屏显示；

2、选择息屏显示的表盘样式、启用状态。

添加表盘

除了手表出厂时内置的几款表盘，您可以在 Zepp App 上的表盘商城同步心仪的在线表盘至手表，也可以在 Zepp App 上设置手机图片为自定义背景表盘。

添加在线表盘：

- 1、保持手表与手机连接的状态，打开 Zepp App > 我的 > 我的设备 > Zepp E > 表盘商城；
- 2、选择心仪的表盘同步到手表，可同步多个表盘，在手表上切换使用。

添加自定义背景表盘：

保持手表与手机连接的状态，打开 Zepp App > 我的 > Zepp Z > 表盘商城，切换到自定义背景表盘。

切换表盘

- 1、唤醒手表后，在表盘界面长按屏幕可进入表盘选择页面；
- 2、左右滑动可预览当前手表内可使用的表盘（包括内置表盘、已同步的在线表盘）；
- 3、轻点需要使用的表盘，即可成功切换。

删除表盘

同步到手表上的表盘达到存储空间上限时，需要在手表上删除部分表盘后才可以继续添加表盘（部分内置表盘不支持删除）。

- 1、唤醒手表后，在表盘界面长按屏幕可进入表盘选择页面；

- 2、左右滑动可预览当前手表内可使用的表盘，包括内置表盘、已同步的在线表盘、自定义表盘；
- 3、停留在需要删除的表盘，向上滑动屏幕，支持删除的表盘将会显示删除按钮，轻点即可删除此表盘。



第 4 章：手表功能使用的快捷方式

智能助理

在表盘页面向右滑动，可以进入智能助理页面，智能助理页面可以方便的使用和查看各种功能及信息：

- 1、可以使用语音助手；
- 2、查看进行中的应用信息，比如运动中、倒计时中的信息会自动展示在智能助理页面；
- 3、查看事项及常驻应用信息，比如最近的日程、下一个闹钟、最近的心率数据等；

您也可以在“Zepp App > 我的 > Zepp Z > 智能助理”中设置显示在智能助理页面的内容及顺序。



副屏应用

表盘左右侧显示的副屏应用可方便您使用手表功能，您也可以设置为常用应用或功能，如“运动”。

更改副屏应用：

- 1、唤醒手表后，在表盘界面点按表冠打开应用列表，进入设置 > 使用偏好 > 副屏应用，上下滑动屏幕可查看支持设置的应用；
- 2、“当前应用”已达最大数量上限时，不可继续增加，若需要使用其他应用，请先从“当前应用”中移除需要替换的应用后再增加。

点按下键

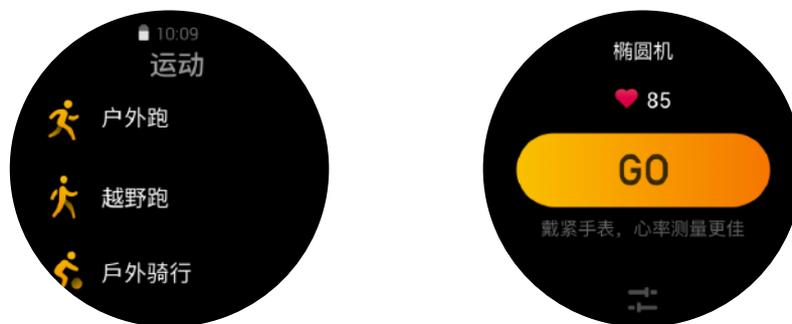
在表盘点按下键快速打开应用，默认打开“运动”，您也可以设置为常用应用。

第 5 章：运动

运动

手表拥有 12 项运动模式，分别为户外跑、健走、户外骑行、跑步机、室内骑行、公开水域游泳、泳池游泳、椭圆机、登山、越野跑、滑雪、自由训练。

唤醒手表后，在表盘界面点按表冠打开应用列表进入运动，点击想要进行的模式，在运动准备页点击 GO 即可开始记录运动数据。



运动 GPS 定位

若选择开始户外运动，请在运动准备页等待 GPS 定位成功后再点击 GO 开始运动，以便记录完整的运动数据，避免运动轨迹丢失导致运动数据不准确。

定位指导：

- 1、若选择运动后收到提示需要更新 AGPS，请先打开 Zepp App 并连接手表，更新 AGPS 后重试，否则可能会导致信号搜索时间过长甚至搜索失败；
- 2、定位期间，GPS 信号图标会持续闪烁，开阔场地的 GPS 信号更佳，有利于快速定位，若附近有建筑物遮挡，可能会影响信号强度，导致搜索时间过长甚至搜索失败；

3、定位成功后，GO 按钮会亮起，此时 GPS 信号图标表示当前 GPS 信号强度。

AGPS（辅助搜星）：一种 GPS 卫星轨道信息数据，能够帮助手表更快的进行 GPS 定位。



运动提醒与设置

在运动准备页下方点击“设置”图标，可对本运动模式进行设置，不同运动支持的设置项有差异。

运动目标：

可设置目标距离、目标用时、目标消耗的达标提醒。

运动提醒：

可设置距离提醒、安全心率提醒、心率区间提醒、配速提醒、速度提醒。

自动暂停：

手表会自动检测运动状态，检测到运动停止时手表会自动暂停当前运动，恢复运动时继续记录运动成绩。

实时图表：

可设置运动中显示的实时图表为心率、配速、速度、划水速率。

泳道长度：

泳池游泳需要设置泳道长度以记录游泳距离。

运动控制

运动后台运行：

- 1、运动中，需要使用其他功能时，可点按表冠回到表盘进行其他操作，运动将在后台继续运行；
2. 运动在后台运行时，将持续记录运动数据，并根据运动设置进行提醒；
3. 再次启动运动应用时，将会自动进入正在运行的运动。



控制音乐播放：

运动中，向左滑动数据屏幕，可控制手表应用的音乐播放，或控制手机的音乐播放。

查看数据：

运动中，上下滑动数据屏幕，可切换数据屏幕查看不同数据。

控制运动：

运动中，向右滑动数据屏幕，可暂停或继续运动、结束运动、锁定屏幕和调整手表声音音量。

保存运动数据：

结束运动时，距离过短或用时过少的运动将不会被保存。由于存储空间有限，建议运动后及时同步数据到 App，以免运动数据被覆盖。

查看运动记录

在手表上查看：

唤醒手表后，在表盘界面点按表冠打开应用列表，进入运动记录，即可查看最近 30 条运动记录，可选择查看每条运动记录的详细信息。



在手机上查看：

同步到 App 的运动数据，可在运动记录页面中查看详细信息。

第 6 章：活动与健康

PAI

PAI 活力指数是个人生理活动指标，基于心率数据，结合每日活动强度以及个人生理数据多维度动态综合评估，通过算法转换为直观的 PAI 值，它不依赖于单项数据，让你系统全面地了解身体状况。

只需一定强度的日常活动或运动，即可获得 PAI 值。根据 HUNT Fitness Study * 的研究结果，将 PAI 保持到 100 以上，有利于降低心血管疾病死亡风险，提高预期寿命。

在 Zepp App > PAI 卡片 > PAI 解答中可了解更多信息。

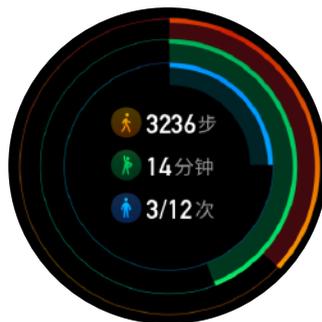


*HUNT Fitness Study: 该研究为 HUNT 研究的子项目，由挪威科技大学医学院 Ulrik Wisloff 教授主导。HUNT 研究已历时超过 35 年，涉及到超过 230,000 名参与者。

活动目标

手表将自动记录您的活动数据，包括步数、消耗、站立次数、距离，并采用心率数据作为燃脂分钟数的指标。

- 1、每日活动目标由三个环组成，分别是活动环（可选择步数或消耗为目标）、燃脂环、站立环。
- 2、每个目标环达成时，手表将会振动恭喜您。



久坐提醒

为了鼓励您在清醒状态下的每个小时都有一定活动量，减少久坐带来的危害，手表将会监测您佩戴手表时的活动状态。

若当前小时第 50 分钟时仍未有过一分钟以上的活动，且您正佩戴着手表，手表将会振动提醒您活动一下身体。收到久坐提醒后，在下一个小时到来前完成活动，仍然可以达成当前小时的站立目标。

启用方式：

保持手表与手机连接的状态，打开 Zepp App > 我的 > Zepp Z > 通知与提醒 > 久坐提醒，启用久坐提醒功能。



心率

心率是身体状况的重要指标。更高频的心率测量有助于捕捉更多的心率变化，为健康的生活方式提供参考。

为保证测量的准确性，请按照佩戴提示正确佩戴手表，并保持手表佩戴部位的清洁，避免防晒霜的涂抹。

异常心搏提醒

- 1、保持手表与手机连接的状态，打开 Zepp > 我的 > Zepp Z > 健康监测，可启用心脏健康监测，全天持续监测您的心脏健康状况，记录全天心率变化；
- 2、发现疑似异常心搏时，手表将振动提醒您；
- 3、手表的心率应用即可查看当天的异常心搏记录、心率曲线、心率区间分布；
- 4、本功能仅供参考，不应作为医疗诊断依据，心脏问题不一定会在判读中发现，如有不适请向医疗机构咨询。



心率预警

设置测量频率在 10 分钟以内的全天心率监测模式时，可启用心率预警功能。

测量到心率大于所设预警值，且最近 10 分钟没有明显活动时，手表将振动提醒。

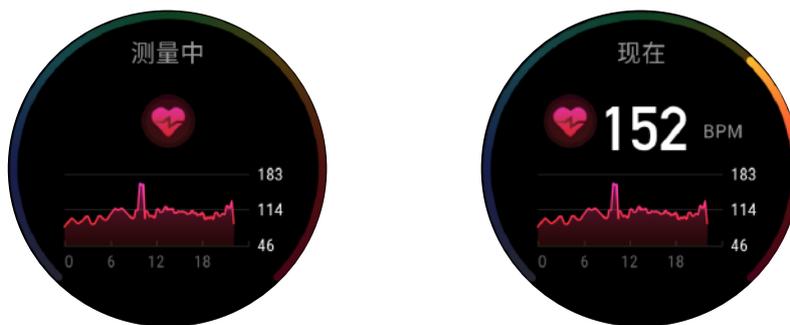


全天心率监测

- 1、保持手表与手机连接的状态，打开 Zepp App > 我的 > Zepp Z > 健康监测，可启用全天心率监测并设置测量频率，手表将按照设定频率全天定时自动测量您的心率，记录全天心率变化；
- 2、活动状态下心率变化更剧烈，可启用活动心率监测功能，监测到您处于活动状态时自动提高测量频率，可记录更多心率变化；
- 3、手表的心率应用即可查看当天的心率曲线、心率区间分布。

手动测量

- 1、未启用全天心率监测时，唤醒手表后，在表盘界面点按表冠打开应用列表，上下滑动屏幕选择心率应用可手动测量心率；
- 2、将心率应用设置为副屏应用可方便您随时测量心率；
- 3、手表仅支持查看每次测量的心率值，查看历史记录需要同步数据到 App 查看。



睡眠

睡眠质量与人体健康有密切关系。

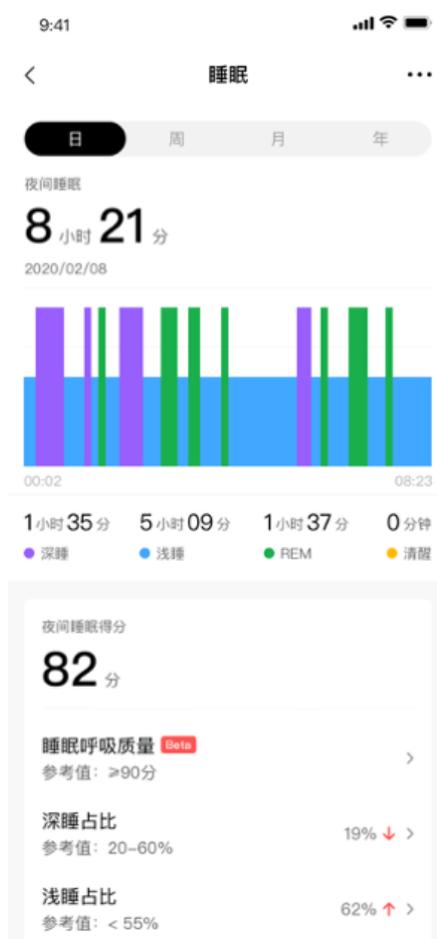
佩戴手表入睡时，手表将自动记录睡眠信息，同步到 App 即可查看睡眠时间、睡眠阶段、睡眠评分、睡眠建议。

辅助睡眠监测

保持手表与手机连接的状态，打开 Zepp App > 我的 > Zepp Z > 健康监测，开启辅助睡眠监测，可分析出更多、更准确的睡眠信息（REM 睡眠阶段）。

睡眠呼吸质量监测

保持手表与手机连接的状态，打开 Zepp App > 我的 > Zepp Z > 健康监测，开启睡眠呼吸质量监测，监测到佩戴手表入睡时将自动监测呼吸质量，助您更直观地了解自己的睡眠情况。



血氧饱和度

血氧饱和度是呼吸循环的重要生理参数。

- 1、唤醒手表后，在表盘界面点按表冠打开应用列表，选择血氧饱和度应用可开始手动测量血氧饱和度；
- 2、登山运动中，可后台运行运动，启动血氧饱和度应用进行测量；
- 3、测量结束后，手表上将显示本次测量结果，也可查看全天测量结果。

血氧饱和度测量注意事项

- 1、将手表佩戴至离腕骨（尺骨突出处）一指距离；
- 2、偏紧佩戴手表，略有压迫感为佳；
- 3、将手臂放在桌面等稳定处进行测量，手表屏幕朝上；
- 4、测量期间请保持静止，专注测量；
- 5、毛发、纹身、晃动、低温、不正确佩戴等因素可能对测量结果产生影响，甚至导致出值失败；
- 6、本产品的测量范围：80%-100%，本功能仅供参考，不应作为医疗诊断依据，如有不适请向医疗机构咨询。



压力

- 1、将手表佩戴至离腕骨（尺骨突出处）一指距离；

- 2、偏紧佩戴手表，略有压迫感为佳；
- 3、将手臂放在桌面等稳定处进行测量，手表屏幕朝上；
- 4、测量期间请保持静止，专注测量；
- 5、毛发、纹身、晃动、低温、不正确佩戴等因素可能对测量结果产生影响，甚至导致出值失败；
- 6、本产品的测量范围：80%-100%，本功能仅供参考，不应作为医疗诊断依据，如有不适请向医疗机构咨询。



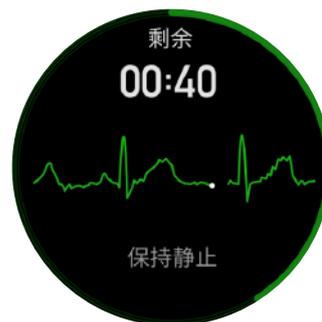
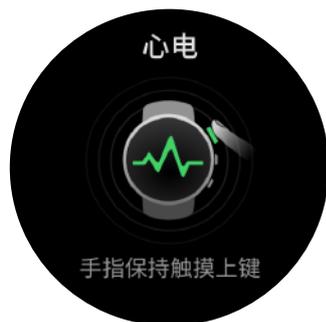
心电

设备监测心脏的电流信号时间和强度，将数据绘制成图可以反应整个心脏跳动的节律，由此检查出心律是否有异常情况（异常心搏）。随时通过测量心电图，及时捕捉不正常的心跳，能更确切地了解心脏健康情况。

- 1、唤醒手表后，在表盘界面点按表冠打开应用列表，选择心电应用即可开始按照界面提示手动测量心电；
- 2、此次心电测量将记录平均心率、心率变异性，并检查是否存在异常心搏；
- 3、测量结束后，同步数据到 App 可查看完整图像，导出 PDF 分享给好友。

心电测量注意事项

- 1、将手表佩戴在所选手腕（默认为左手），可在 App > 我的 > Zepp Z > 佩戴方式中修改；
- 2、测量过程中请远离接通电源的电子产品，避免受到电磁干扰；
- 3、确保手表底部和手腕接触部分、非佩戴手的手指和测量键充分接触，可尝试呵气润湿、减少皮肤干燥造成的静电干扰；
- 4、测量时，将手臂放在桌上或大腿上，保持身体放松、尽量不要移动；
- 5、本功能仅供参考，不应作为医疗诊断依据，如有不适请向医疗机构咨询；
- 6、心电应用不适合 18 岁以下的未成年人使用。



第 7 章：语音功能

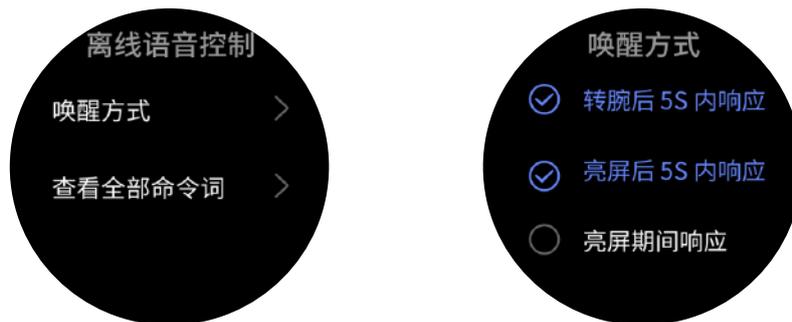
离线语音

即使手表与手机断开连接，通过离线语音可以满足你对手表大部分功能的语音控制。

设置离线语音唤醒方式：

设置 > 使用偏好 > 离线语音控制 > 唤醒方式

- 1、转腕后 5 秒内响应。
- 2、亮屏后 5 秒内响应。
- 3、亮屏期间响应。



选择“转腕后 5 秒内响应”和“亮屏后 5 秒内响应”的方式启动离线语音，当转腕或者点亮屏幕后，可以看到“离线语音识别中”的标识，此时说出离线语音命令词可以执行相应的功能。



选择“亮屏期间响应”方式启动离线语音,无需等待“离线语音识别中”的标识出现,你就可以直接说出离线语音命令词。

离线语音命令词:

设置 > 使用偏好 > 离线语音控制 > 查看全部命令词,可以看到手表支持的所有离线语音命令词。

备注:中国大陆版手表只支持简体中文离线语音功能。

在线语音

保持手表与手机连接的状态,打开 Zepp App > 我的 > 第三方接入 > 小米账号,登录小米账号对小爱同学授权,小爱同学授权成功后,在表盘页面向右滑动进入快捷卡片页面,点击小爱同学,启动在线语音 - 小爱同学。。

启动在线语音后,当你看到“嗯,你说”的时候,你可以向小爱同学提问,比如“你叫什么名字”,“今天天气怎么样”。



控制手机音乐播放

保持手表与手机正常连接,在手机上播放音乐时,可在手表音乐应用中控制音乐播放,支持上一首、播放 / 暂停、下一首等操作。



安卓系统手机设置方式：

保持手表与手机连接的状态，进入“Zepp App > 我的 > Zepp Z > 应用列表管理”页面，点击顶部

“通知读取权限未开启”的提醒，前往通知权限设置页，允许 Zepp App 的通知权限（无此提醒则表示已授权）。

注：

安卓系统手机如需使用该功能，需要在手机后台将 Zepp App 设置到白名单或自启动中，保持 App 一直在后台运行。如 App 在手机后台被清理，会导致手表和 App 断开链接，无法控制手机音乐播放。

第 8 章：便捷生活

支付宝

与支付宝账号绑定后，手表上可以显示支付宝的付款码，点击屏幕可以在二维码和条形码间进行切换，离开手机也可以支付。

绑定步骤：

保持手表与手机连接的状态；唤醒手表后，在表盘界面点按表冠打开应用列表，进入支付宝；在手机端打开支付宝 App（10.1.5 版本及以上），扫描手表上的二维码，按照引导绑定即可。



解除绑定方式一：

进入支付宝 App，搜索“智能手表”，或依次进入我的 > 设置 > 支付设置 > 智能设备 > 智能手表页面；在手表管理页列表下方点击“解绑退钱”，选择“确认解绑”。

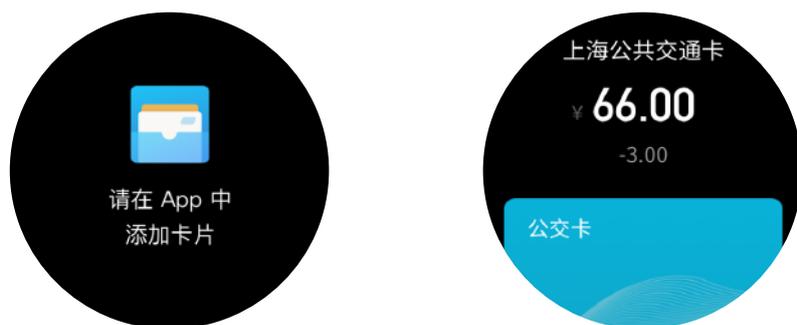
提示：由于支付宝规范限制，使用支付宝解绑手表后，手表上仍然会显示已经失效的付款码，如需重新绑定支付宝，请在手表上进行支付宝解绑操作。

解除绑定方式二：

唤醒手表后，在表盘界面点按表冠打开应用列表，进入支付宝；向上滑动屏幕至个人信息页面，选择“解除绑定”。

卡包

可在 Zepp App 中开通交通卡、门禁卡，开通后，即可使用手表刷卡。如需要使用的卡没有启用，则需要手表上切换到该卡后方可使用。



公交卡

开卡流程：

保持手表与手机连接的状态，打开 Zepp App> 我的 > 我的设备 > Zepp Z> 公交卡根据引导进行开通。

开卡须知：

- 手表交通卡与实体卡同享刷卡优惠；
- 卡片与手表绑定，开通后不可以删除；
- 开卡成功后不支持退还服务费及余额；
- 目前手表最多支持开通 4 张公交卡。

门卡模拟

开卡、模拟流程：

保持手表与手机连接的状态，打开 Zepp > 我的 > 我的设备 > Zepp Z> 门卡模拟根据引导进行开通。模拟时，请将需要模拟的门禁卡贴于手表的表面。

开卡须知：

- 目前只支持市面上未经加密的、频率为 13.56MHz 的门禁卡，若门禁卡存在加密区域就无法模拟。
- 因门禁卡或 NFC 芯片卡标准不同，部分门禁卡虽然能成功模拟，但可能无法开门。
- 出于安全原因，带有门卡功能的银行卡、以及储值消费和公交消费功能的门禁卡无法模拟。即使模拟成功，模拟的门禁卡也不具备银行、消费、公交等功能。
- 每人最多添加 5 张门禁卡。

第 9 章：手表应用

手表应用

应用”指的是手表上每个可以独立使用的功能,如运动、心率、天气等。

- 打开方式一：唤醒手表后，在表盘界面点按表冠打开应用列表，上下滑动屏幕浏览应用列表，轻点应用以打开。

- 打开方式二：将常用应用设置为副屏应用可方便您随时使用。



应用列表管理

保持手表与手机连接的状态，打开 Zepp App > 我的 > Zepp Z > 手表应用设置，可设置手表中可查看的应用项。

日程

创建日程后，手表将在日程达到提醒时间时，发出振动提醒。

保持手表与手机连接的状态，打开 Zepp App > 我的 > Zepp Z > 日程，可以创建或编辑日程。

唤醒手表后，在表盘界面点按侧键打开应用列表，进入日程，即可查看所设置日程。点击日程可编辑提醒日期、提醒时间。



天气

可以随时查看今日的天气情况、风力、湿度、紫外线强度等信息，以及当前位置未来 7 日的天气信息。

天气数据需要通过手机网络进行同步，所以需要保持与手机的连接才能及时更新天气的变化状态。

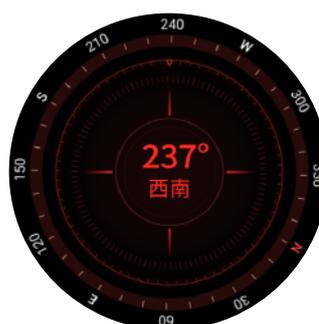
可以在 Zepp App 中设置城市和温度单位（摄氏度 / 华氏度）。



指南针

使用前，需要视干扰情况进行 8 字校准，此时应用会显示校准提醒。

校准完成后，将显示当前手表正上方所指向的方位和角度。为避免干扰、提高精度，使用时请远离磁场、保持手表水平。



气压高度计

打开气压高度计,可查看所处位置的气压、海拔信息,等待定位成功,手表会显示所处位置的经纬度。



闹钟

可以在 Zepp App 和手表上添加闹钟,闹钟能够设置重复和开关,长按可删除已经不需要的闹钟。

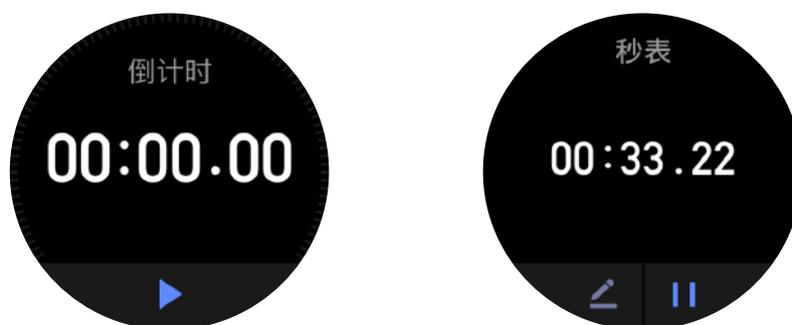
闹钟会通过振动进行提醒,此时可以选择关闭或者小睡。选择小睡则在 10 分钟后再次发出提醒,且最多只能连续使用 5 次小睡功能。如振动提醒时未进行任何操作,则在 30 秒后自动进入小睡模式。



秒表

精度为 0.01 秒的秒表，最大可记录 24 小时。

可以在计时过程中进行计次操作，最多可记录 99 次。



倒计时

可以设置倒计时，计时结束后会发出振动提醒。



第 10 章：手表设置

佩戴方向

在手表 > 应用列表 > 设置 > 使用偏好 > 屏幕方向，可以通过选择按键方向改变按键与屏幕的位置关系，使按键在屏幕左侧或右侧，满足不同的佩戴习惯。