

## NEXTRK Sporthorloge

GUÍO DEL USUARIO

ES



# Tabla de contenidos

---

<b>1</b>	<b>Uso previsto</b>	<b>3</b>
<b>2</b>	<b>Seguridad</b>	<b>4</b>
2.1	Símbolos en este manual	4
2.2	Instrucciones generales de seguridad	4
<b>3</b>	<b>Preparaciones para el uso</b>	<b>6</b>
3.1	Desembalaje	6
3.2	Contenido del paquete	6
<b>4</b>	<b>Funciones</b>	<b>7</b>
4.1	Partes más importantes	7
4.1	Carga del reloj deportivo	7
4.2	Cómo ponerse el reloj deportivo	8
4.3	Encender o apagar el reloj deportivo	8
4.4	Explicación de los iconos en la pantalla	10
4.5	Navegar por el menú	11
4.6	Explicación de las funciones del reloj deportivo	12
<b>5</b>	<b>Uso</b>	<b>16</b>
5.1	Medir la frecuencia cardíaca	16
5.2	Iniciar/detener una actividad deportiva	16
5.3	Configurar la pantalla	17
<b>6</b>	<b>Gestionar el reloj deportivo a través de su teléfono</b>	<b>18</b>
6.1	Instalación de la aplicación Orunning	18
6.2	Conectarse con el reloj deportivo	18
6.3	Utilizar la aplicación Orunning	20
<b>7</b>	<b>Exportar los datos de su reloj deportivo</b>	<b>22</b>
7.1	Instalación de la aplicación Strava	22
7.2	Subir una actividad a la aplicación Strava	22
<b>8</b>	<b>Limpieza y mantenimiento</b>	<b>24</b>
<b>9</b>	<b>Especificaciones técnicas</b>	<b>25</b>
<b>10</b>	<b>Eliminación de equipos eléctricos y electrónicos usados</b>	<b>26</b>

# 1 Uso previsto

---

El NEXTRK es un avanzado reloj deportivo con el que pueden registrarse diferentes actividades (deportivas). El producto se utiliza en combinación con la aplicación Orunning. Las actividades pueden verse a través de dicha aplicación. Además de las actividades deportivas, el reloj deportivo también registra su ritmo de sueño y su frecuencia cardíaca. Además, la aplicación Strava puede utilizarse para compartir actividades con amigos. Este producto está destinado para un uso comercial, no para uso profesional.

## 2 Seguridad

---

### 2.1 Símbolos en este manual

-  **ADVERTENCIA** Advertencia significa que existe la posibilidad de lesiones si no se siguen las instrucciones.
-  **ATENCIÓN** Atención significa que existe la posibilidad de daños en el equipo.
-  Una nota ofrece información adicional, p. ej. un procedimiento.

### 2.2 Instrucciones generales de seguridad

#### General

-  Para prevenir daños o averías: Por favor, tómese su tiempo para leer las instrucciones generales de seguridad. Esto evitará incendios, explosiones, descargas eléctricas u otros peligros que puedan provocar daños materiales y/o lesiones graves o fatales.
-  El fabricante no es responsable en caso de daños materiales o lesiones personales causadas por una manipulación incorrecta o por incumplimiento de las instrucciones de seguridad. En estos casos se anulará la garantía.

#### ADVERTENCIA

-  No ejercer fuerza sobre el aparato.
-  Utilice solamente accesorios originales del fabricante.
-  Nunca deje a los niños sin supervisión con el material de embalaje. El material de embalaje representa un peligro de asfixia. Los niños subestiman el peligro con frecuencia. Mantenga siempre a los niños alejados de los materiales de embalaje.

## ATENCIÓN

- ⚠ No poner el aparato cerca de una fuente de calor. Esto podría dañar el aparato.
- ⚠ Revise cualquier daño en el producto, en el cable y (si corresponde) en el adaptador antes de usarlos. Si hay algún daño visible, un olor fuerte, o un sobrecalentamiento excesivo de los componentes, desenchufe el producto.

## Observaciones

- ⚠ **ADVERTENCIA** No está permitido abrir o reparar el producto personalmente ni dejar que otros lo hagan. En tal caso, la garantía perderá su validez. El mantenimiento debe ser realizado por personal técnico certificado.

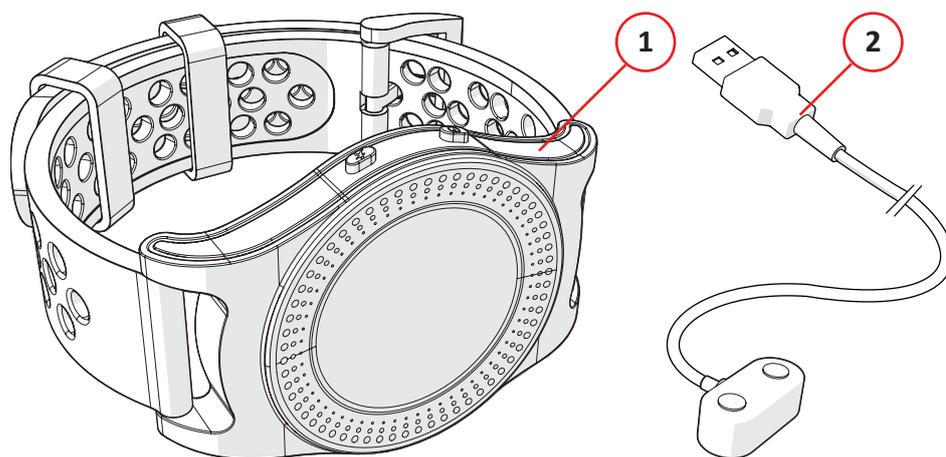
## 3 Preparaciones para el uso

---

### 3.1 Desembalaje

- Desembale con cuidado el aparato.
- Compruebe el contenido del paquete como se describe a continuación. Si falta algún elemento, contacte con el vendedor.
- Le recomendamos guardar el cartón y los materiales de embalaje originales en caso de que sea necesario devolver el producto para su reparación. Es la única manera de proteger con seguridad el producto frente a daños durante el transporte. Si tira el cartón y los materiales de embalaje, recuerde reciclarlos con el debido respeto al medio ambiente.

### 3.2 Contenido del paquete

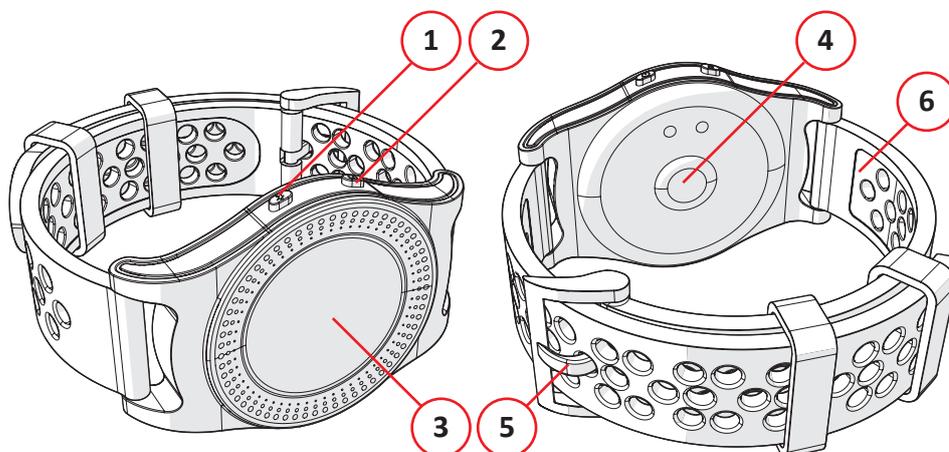


Los siguientes elementos se incluyen en el paquete recibido:

1. Reloj deportivo
2. Cable de conexión USB

## 4 Funciones

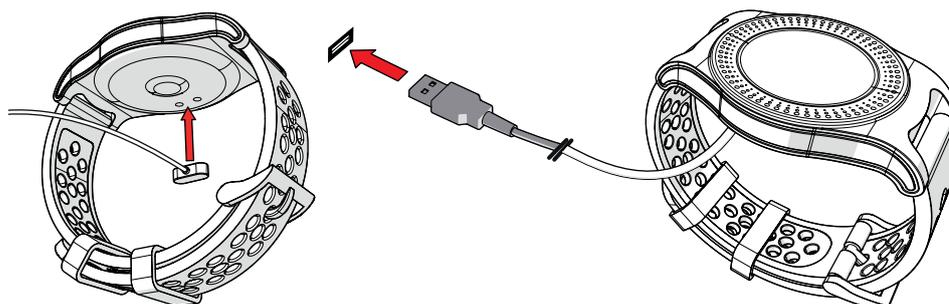
### 4.1 Partes más importantes



#### Reloj deportivo

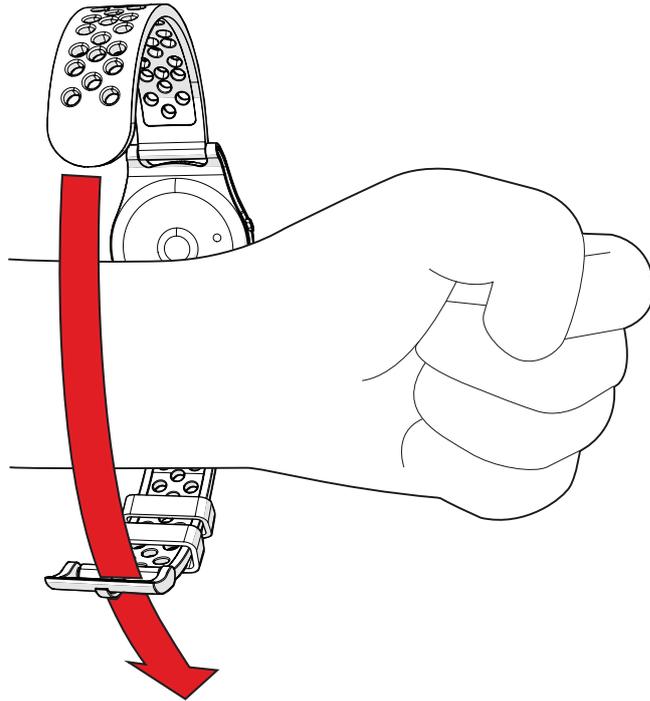
1. Botón Deporte
2. Botón Encendido/Apagado
3. Pantalla táctil (única)
4. Sensor de frecuencia cardíaca
5. Hebilla
6. Banda

### 4.1 Carga del reloj deportivo



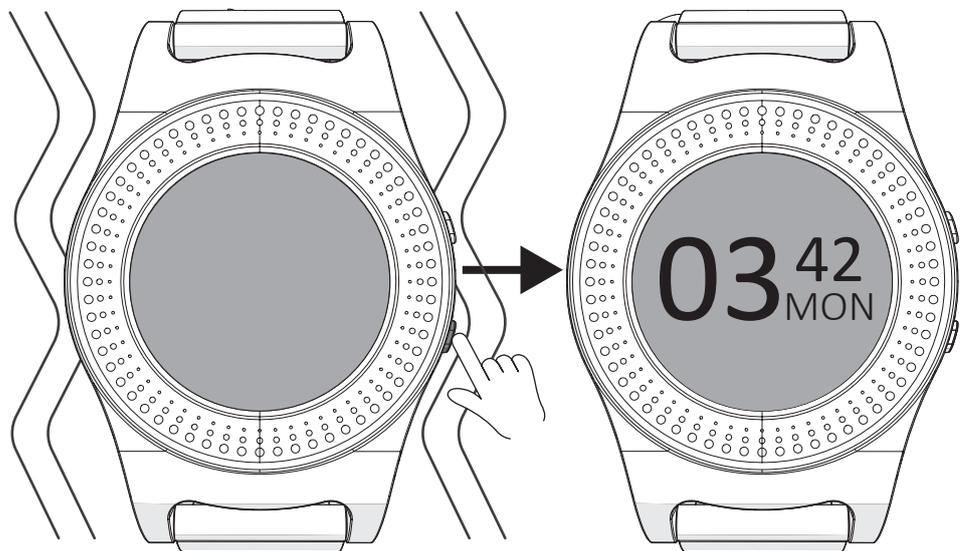
- Conecte el conector de carga al reloj deportivo. El producto solo puede conectarse de una manera.
- Conecte el enchufe USB a un puerto USB de un ordenador/portátil/adaptador.

## 4.2 Cómo ponerse el reloj deportivo

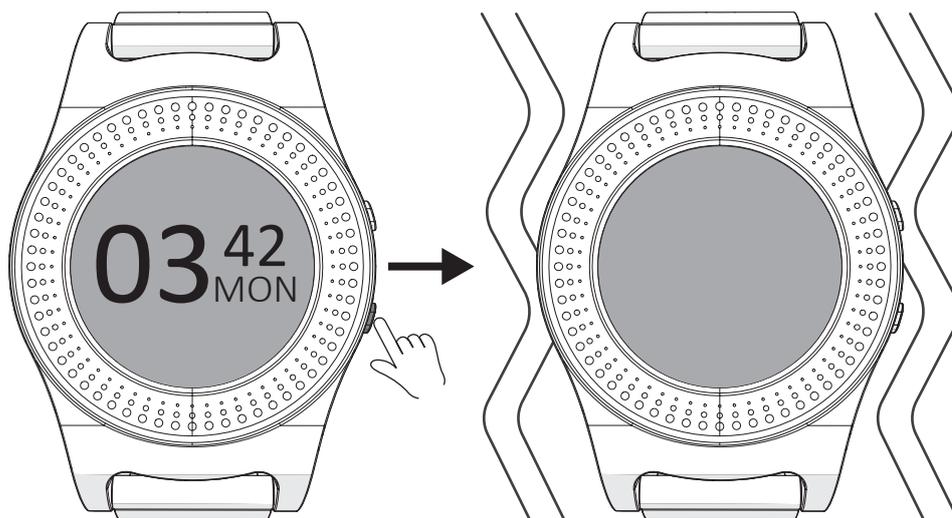


- Póngase en reloj deportivo en la muñeca.
- Meta la correa por la hebilla.
- Cierre la hebilla.

## 4.3 Encender o apagar el reloj deportivo



- Mantenga pulsado el botón Encendido/Apagado durante 2 segundos.
- La pantalla del reloj deportivo se encenderá.
- El aparato está ahora encendido.



- Mantenga pulsado el botón Encendido/Apagado durante 2 segundos.
- El dispositivo se ha apagado.

**i** El reloj deportivo pasa al modo de espera después de 1 minutos.  
Mantenga pulsado el botón Encendido/Apagado durante 2 segundos para volver a utilizar el reloj deportivo.

#### 4.4 Explicación de los iconos en la pantalla



1. Tiempo
2. Día
3. Bluetooth
4. Nivel de batería
5. Fecha
6. Podómetro
7. Frecuencia cardíaca

## 4.5 Navegar por el menú

### 4.5.1 Botón Encendido/Apagado

**i** El reloj se muestra de forma predeterminada cuando lo encienda.

Deslice hacia la derecha para seleccionar las siguientes funciones:

- Podómetro
- Deporte
- Frecuencia cardíaca
- Dormir
- Más

Deslice hacia arriba para seleccionar la siguiente función:

- Tiempo

Deslice hacia la izquierda para seleccionar la siguiente función:

- Mensajes

### 4.5.2 Botón Deporte

Deslice hacia abajo para seleccionar las siguientes funciones:

- Andar
- Correr (exteriores)
- Correr (interiores)
- Bicicleta
- Senderismo
- Historial

## 4.6 Explicación de las funciones del reloj deportivo



### 4.6.1 Reloj

Muestra la hora, la fecha y/o el día.

- i** El reloj se muestra de forma predeterminada cuando lo encienda.
- i** El reloj puede configurarse para mostrar otras opciones. Consulte **Configurar la pantalla** para más información.

### 4.6.2 Podómetro

El podómetro muestra la cantidad de pasos dados y las calorías quemadas en el día actual.

### 4.6.3 Deporte

Abra las actividades deportivas y muestre la última actividad deportiva.



### 4.6.4 Andar

Active esta opción para iniciar la actividad **Andar**.

#### 4.6.5 Correr (exteriores)

Active esta opción para iniciar la actividad **Correr (exteriores)**.

#### 4.6.6 Correr (interiores)

Active esta opción para iniciar la actividad **Correr (interiores)**.



#### 4.6.7 Bicicleta

Active esta opción para iniciar la actividad **Bicicleta**.

#### 4.6.8 Senderismo

Active esta opción para iniciar la actividad **Senderismo**.

#### 4.6.9 Historial

Vea el historial de sus actividades deportivas.



#### 4.6.10 Frecuencia cardíaca

Registra la frecuencia cardíaca y muestra la frecuencia cardíaca actual.

- i** Asegúrese de que el reloj esté bien colocado en su muñeca. Si el reloj deportivo está demasiado suelto, puede perderse y no registrará los latidos del corazón. Si el reloj deportivo está demasiado apretado, puede causar molestias.

#### 4.6.11 Dormir

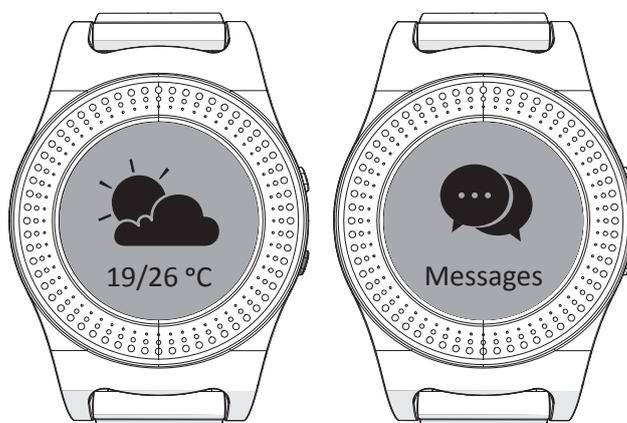
Muestra el tiempo de sueño ligero y de sueño profundo de la noche anterior.

#### 4.6.12 Más

Deslice hacia abajo en esta pantalla para acceder a las siguientes opciones:



- Cronómetro
- Buscar teléfono
- Información



#### 4.6.13 Tiempo

Muestra la temperatura y las condiciones climáticas en la ubicación actual.

- i** Si las condiciones climáticas no coinciden con su ubicación actual, en la aplicación vaya a **Configuración** (settings), **Configuración avanzada** (advanced settings) y a continuación a **Tiempo** (weather), donde podrá seleccionar su ubicación actual.

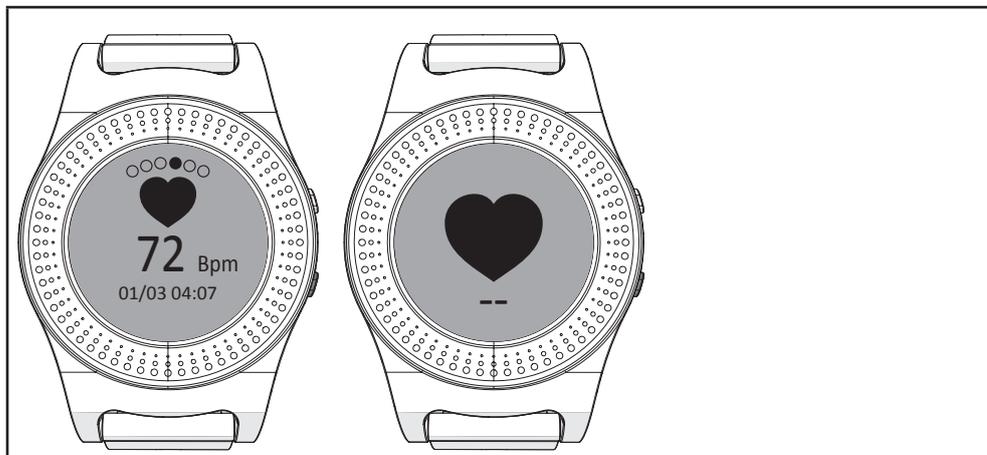
#### 4.6.14 Mensajes

Muestra los mensajes que hayan llegado al teléfono.

- i** En la aplicación, vaya a **Configuración**, (settings) **Notificaciones** (notifications) para seleccionar qué aplicaciones pueden enviar mensajes a su reloj deportivo.

## 5 Uso

### 5.1 Medir la frecuencia cardíaca



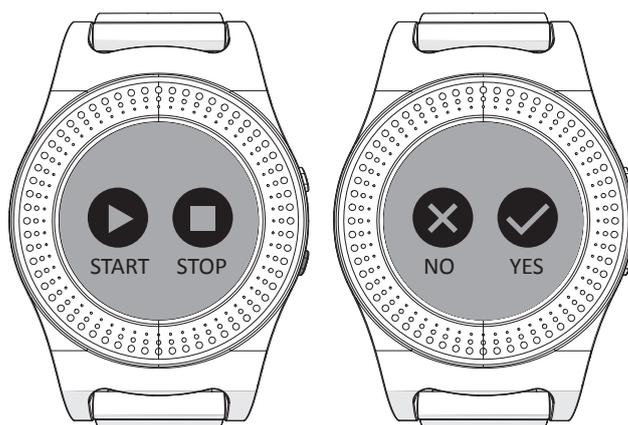
- Vaya a **Frecuencia cardíaca**.
- Presione la pantalla para medir la frecuencia cardíaca.

**i** Asegúrese de que el reloj esté bien colocado en su muñeca. Si el reloj deportivo está demasiado suelto, puede perderse y no registrará los latidos del corazón. Si el reloj deportivo está demasiado apretado, puede causar molestias.

### 5.2 Iniciar/detener una actividad deportiva



- Para comenzar una actividad deportiva, seleccione la actividad que desee.
- i** A continuación, el reloj deportivo buscará una señal de GPS.
- La actividad deportiva comenzará cuando el reloj deportivo tenga una buena conexión GPS.



- Para detener una actividad deportiva, mantenga presionada la tecla durante segundos.
- Seleccione **STOP**.
- Seleccione **SÍ (yes)**.

### 5.3 Configurar la pantalla

- Mantenga presionada la pantalla durante 3 segundos.
- Seleccione el diseño que desee para la pantalla.
- Presione la pantalla brevemente para confirmar.

## 6 Gestionar el reloj deportivo a través de su teléfono

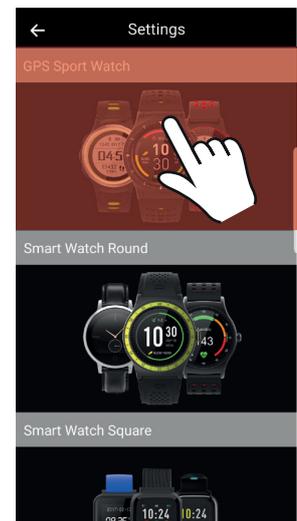
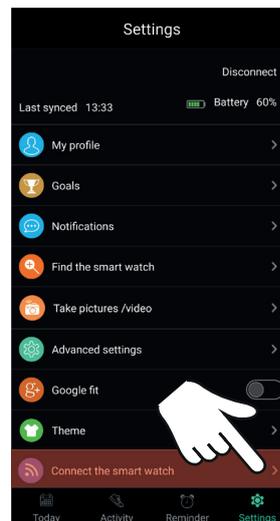
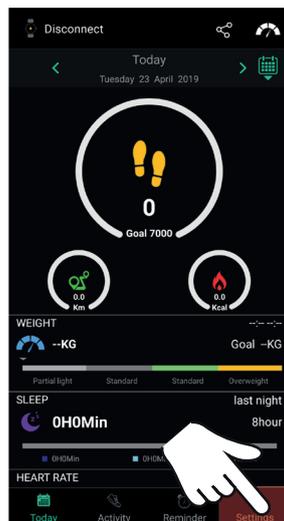
### 6.1 Instalación de la aplicación Orunning



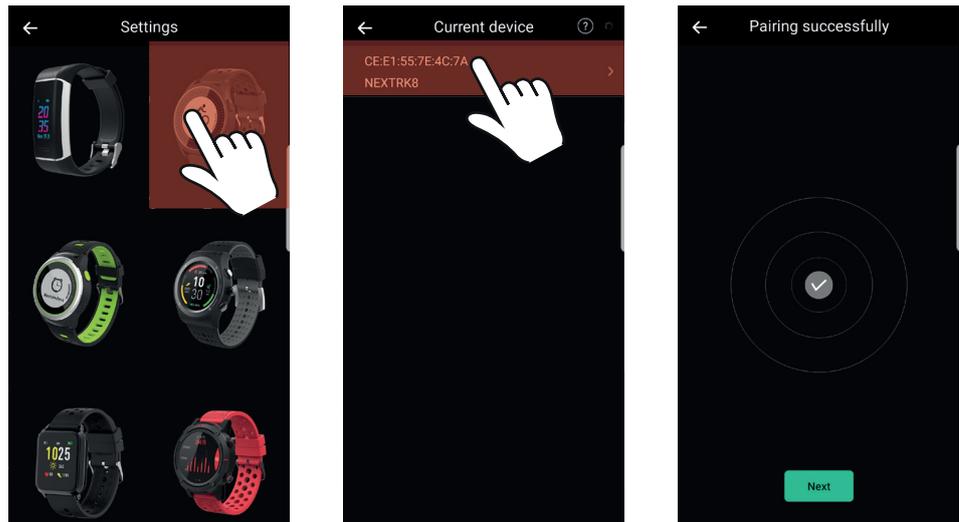
- Descárguese la aplicación Orunning para Android o iOS en su teléfono a través de Google Play o Apple App Store.

### 6.2 Conectarse con el reloj deportivo

- Active la función Bluetooth de su aparato.
- Abra la aplicación Orunning en su teléfono.



- Vaya a **Configuración** (settings).
- Seleccione **Conectar reloj inteligente** (connect the smart watch).
- Seleccione **Reloj deportivo GPS** (GPS Sport Watch).



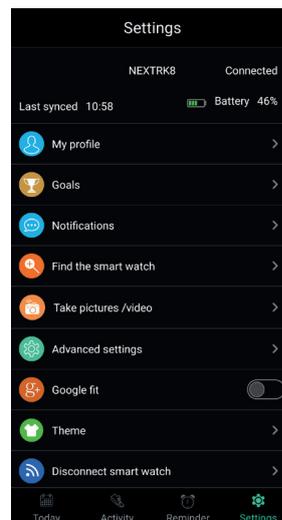
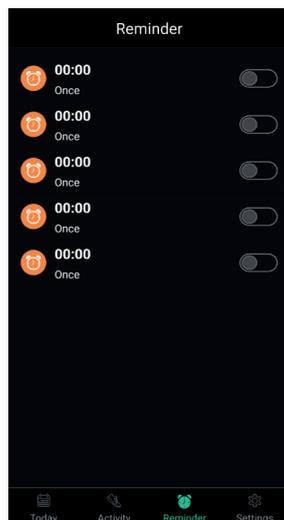
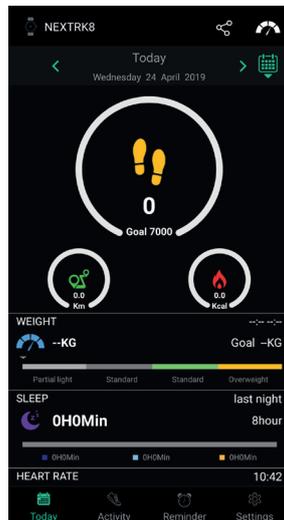
- Seleccione el reloj deportivo correcto.
- Busque los dispositivos Bluetooth y seleccione NEXTRK8 para iniciar la conexión.
- El reloj deportivo se habrá conectado con su teléfono.

## 6.3 Utilizar la aplicación Orunning

**i** Sincronice el reloj deportivo regularmente con la aplicación.

- Abra la aplicación Orunning en su teléfono.

**i** El panel **Hoy** (today) se abre automáticamente.



Hoy (today)

- Muestra la cantidad de pasos dados, la distancia y las calorías quemadas en el día actual. También muestra el peso, el sueño y la frecuencia cardíaca.

Actividad (activity)

- Muestra todas las actividades que el reloj deportivo ha registrado. Al hacer clic en la actividad, esta se mostrará.

#### Recordatorio (reminder)

- Muestra todas las alarmas/recordatorios. Estos pueden configurarse manualmente.

#### Configuración (settings)

- Muestra la configuración. Aquí pueden configurarse el perfil y los objetivos, entre otras cosas. También permite configurar/interrumpir la conexión con el reloj deportivo.

## 7 Exportar los datos de su reloj deportivo

### 7.1 Instalación de la aplicación Strava



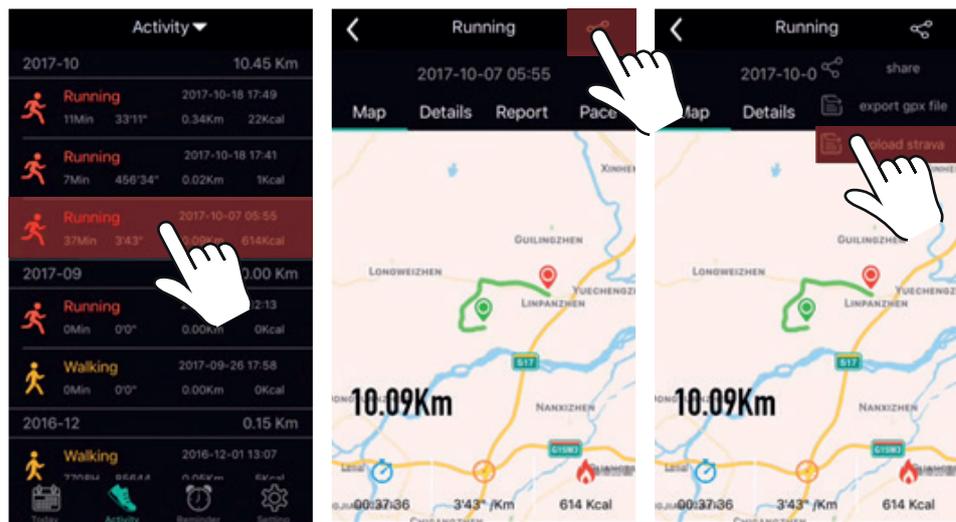
- Descárguese la aplicación Orunning para Android o iOS en su teléfono a través de Google Play o Apple App Store.

### 7.2 Subir una actividad a la aplicación Strava

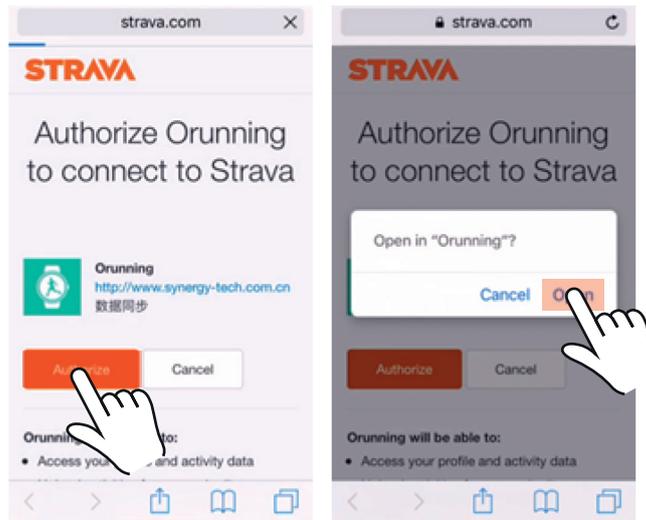
- Abra la aplicación Orunning en su teléfono.

**i** Durante la primera exportación de una actividad, la aplicación Strava solicitará acceso a la aplicación Orunning.

- Seleccione el panel **Actividad** (activity).



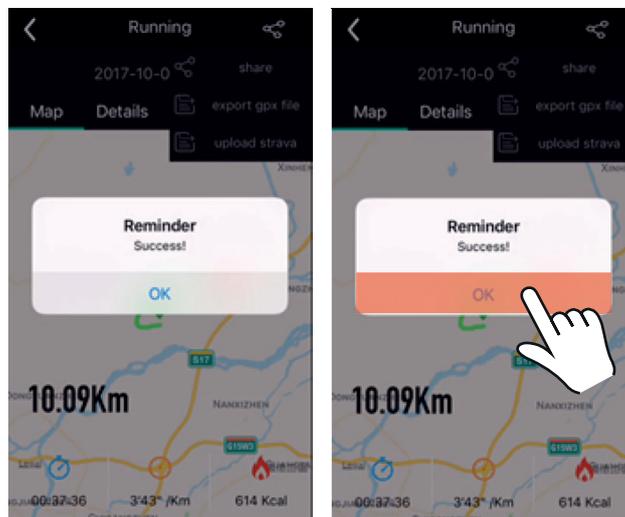
- Seleccione la actividad de la que desee realizar una exportación.
- Seleccione el icono Compartir ∞.
- Seleccione **Cargar** (upload strava).
- La aplicación abrirá automáticamente el navegador de Internet.



- Seleccione **Autorizar** (authorize) en la página web abierta.
- Pulse **Abrir (open)** para confirmar su selección.
- La página web se cerrará y se abrirá la aplicación Orunning.

La aplicación Strava se habrá vinculado correctamente con la aplicación Orunning.

- Seleccione el icono Compartir ☰.
- Seleccione **Cargar** (upload strava).



- Cuando la carga se haya realizado correctamente, aparecerá una pantalla emergente.
- Pulse OK.
- La actividad se ha subido correctamente a la aplicación Strava.

## 8 Limpieza y mantenimiento

---

- Enjuague el reloj deportivo con agua cuando haya realizado una actividad deportiva intensiva en agua (salada). La sal marina y el cloro pueden dañar el reloj deportivo.
- No utilice productos de limpieza químicos agresivos como el amoníaco, el ácido o la acetona para limpiar este producto.

## 9 Especificaciones técnicas

---

- Número de modelo: NEXTRK
- Peso: 40 g
- Dimensiones: 265 x 45 x 13,5 mm
- Tamaño de la pantalla: 1.1" / 28 mm
- Ram: 64 kB
- Rom: 512 kB
- Conectividad: Bluetooth 4.0
- Resistencia al agua: IP68
- Opciones de idioma: Inglés, alemán, francés, español, italiano

## 10 Eliminación de equipos eléctricos y electrónicos usados

---



El significado del símbolo en el material, su accesorio o embalaje indica que este producto no debe tratarse como un residuo doméstico. Deseche este equipo en el punto de recogida correspondiente para el reciclaje de residuos de equipos eléctricos y electrónicos. En la Unión Europea y otros países europeos existen sistemas de recogida independientes para productos eléctricos y electrónicos usados. Al garantizar la correcta eliminación de este producto contribuirá a evitar los riesgos potenciales al medio ambiente y a la salud humana, que podrían producirse por una eliminación inadecuada de este producto. El reciclaje de material contribuye a conservar los recursos naturales. Por tanto, no deseche sus equipos eléctricos y electrónicos usados con los residuos domésticos.

Si desea información adicional sobre el reciclaje de este producto, contacte con la autoridad municipal, el servicio de recogida de residuos domésticos o la tienda en la que compró el producto.