

# VÍVOFIT® JR. 2

---

使用手冊

© 2017 Garmin Ltd. or its subsidiaries

本中文操作說明書版權屬台灣國際航電股份有限公司所有，任何人 (及單位) 未經其正式之書面授權允許，不得私自將本說明書內容，以全部或分割部份方式 (包含文字與圖片)，進行轉載、轉印、影印拷貝、更改內容、掃描儲存等行為，供他人使用或銷售。

Garmin®、Garmin 商標、vívofit®、Connect IQ™、Garmin Connect 等均經商標註冊登記，未經台灣國際航電股份有限公司 (Garmin Corporation) 正式授權許可，任何人 (及單位) 均不得擅自使用。

Android™ 為 Google Inc. 的註冊商標。Apple® 為 Apple Inc. 在美國和其他國家的註冊商標。Bluetooth® 字樣與標誌屬於 Bluetooth SIG, Inc 的註冊商標。Garmin對此類商標的使用均已獲得許可。其它商標和商品名稱屬於各自所有者。

M/N: A03380

# 目錄

<b>產品介紹</b> .....	<b>1</b>	<b>疑難排解</b> .....	<b>4</b>
產品使用.....	1	步數資料看起來似乎不太準確.....	4
配對您的智慧型手機.....	1	裝置無法顯示正確的時間.....	4
vívofit jr. 應用程式.....	1	我的智慧型手機是否與 vívofit jr. 2 相容?.....	4
Garmin Connect.....	1	配對多項行動裝置.....	4
圖示.....	1	vívofit jr. 應用程式如何再配對其它裝置.....	5
活動目標.....	1	如何重設裝置.....	5
任務與獎勵.....	1	裝置無法開啟.....	5
虛擬金幣獎勵.....	2		
裝置選單.....	2	<b>附錄</b> .....	<b>5</b>
任務計時選單.....	2	取得更多資訊.....	5
開始 Toe-to-Toe 步數挑戰.....	2		
使用碼錶.....	2		
久坐提示.....	2		
睡眠監測.....	2		
<b>歷史紀錄</b> .....	<b>2</b>		
手動傳送資料到智慧型手機.....	3		
<b>自訂裝置</b> .....	<b>3</b>		
設定 vívofit jr. 應用程式.....	3		
孩童設定.....	3		
<b>裝置資訊</b> .....	<b>3</b>		
產品規格.....	3		
軟體更新.....	3		
檢視裝置資訊.....	3		
裝置保養.....	3		
裝置清潔.....	3		
電池的替換.....	3		
替換裝置電池.....	3		
替換手環腕帶.....	4		
替換腕帶.....	4		

# 產品介紹

## 警告

關於產品風險以及重要資訊，請詳閱包裝內說明前段的《安全及產品資訊須知》。

在開始或改變自己的運動計畫前，請務與您的醫生進行諮詢。

## 產品使用



- 按下裝置鍵 ① 在功能間進行切換 (圖示，第1頁)。
- 長按裝置鍵 1 秒後放開以檢視選單 (裝置選單，第2頁)。
- 按下裝置鍵  在選單間進行切換 (裝置選單，第2頁)。



- 長按裝置鍵 1 秒後放開以選擇選單。
- 短按裝置鍵可開啟背光，過一段時間背光會自動關閉。

## 配對您的智慧型手機

在配對 vivofit jr. 2 與智慧型手機之前，必須至少有一位家長具備 Garmin Connect™ 帳號 (Garmin Connect，第1頁)。

裝置必須使用 vivofit jr. 應用程式直接進行配對，而非使用智慧型手機上的藍牙設定。

- 1 在智慧型手機的應用程式商店，下載安裝並開啟 vivofit jr. 應用程式。
- 2 登入您的 Garmin Connect 帳號及密碼。
- 3 依照螢幕指示設定您的家人，並加入各個小孩。
- 4 在 vivofit jr. 2 上長按鍵直到  出現，裝置即進入配對模式。
- 5 按照應用程式的說明完成安裝。

**備註：**每個 vivofit jr. 2 最多可以配對三個行動裝置，例如平板電腦或另一個家長的智慧型手機 (配對多項行動裝置，第4頁)。

## vivofit jr. 應用程式

免費的 vivofit jr. 應用程式讓您追蹤孩子的日常活動與例行家事/任務的進度概況。

**活動追蹤：**追蹤您孩子的每日步數、活動分鐘數與睡眠資

料。

**任務與獎勵：**建立並管理每日例行任務，完成任務時給予金幣，並可以金幣兌換獎勵，培養小孩養成良好的習慣。

**冒險地圖：**追蹤孩子每日達成 60 分鐘活動目標展開冒險旅程的進度。

**每日步數排行榜：**與家人比較看誰的步數比較多，還可以與 Garmin Connect 社群連結。

**設定：**自訂您的裝置與使用者設定，包含警示聲響、圖示、個人照片與其它。

## Garmin Connect

家中至少需要有一位家長使用 Garmin Connect 運動雲端帳號連結 vivofit jr. 應用程式。請至 Garmin 網站 [www.garminconnect.com](http://www.garminconnect.com) 登錄免費帳號。登入 Garmin Connect 後，可使用追蹤、統計分析、共享等功能，進而相互激勵求進步。相容的活動追蹤裝置連上 Garmin Connect 帳號後，便可記錄您活躍的生活型態、展開家庭挑戰。

## 圖示

各個圖示代表不同的功能，短按裝置鍵可進行功能的切換。

	現在時間。當您傳送資料至智慧型手機時，裝置即更新時間與日期。
	以步數顯示今日已完成的活動量。
	每日總活動的時間 (分鐘)，每日達成 60 分鐘活動目標的進度。
	每日接到與達成的任務數量。
	總計獲得的獎勵金幣。
	新關卡。您可以在冒險地圖上移動和完成冒險任務。

## 活動目標

為了增進孩子的健康，美國健康疾病與控制與預防中心 (Centers for Disease Control and Prevention) 建議每日需維持至少 60 分鐘的活動量。活動包括如快走的中強度活動，或跑步這類型的高強度活動。

裝置透過顯示每日 60 分鐘活動的達成進度，來激勵孩子多活動。

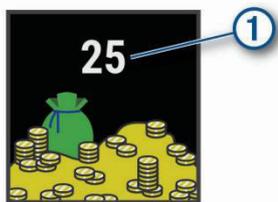
## 任務與獎勵

vivofit jr. 應用程式不僅能新增及分配每日家事做為任務，還能更新孩子們的任務進度。先將 vivofit jr. 2 裝置連上智慧型手機，裝置便會顯示並更新當日所分配的任務 ② 及已完成的數量 ①。



## 虛擬金幣獎勵

vivofit jr. 應用程式可設定當孩子們完成任務時以金幣獎勵。將 vivofit jr. 2 裝置連上智慧型手機後，裝置便會顯示並更新所獲得的虛擬金幣獎勵數量 ①。



vivofit jr. 應用程式可設定以虛擬金幣換取獎勵，也可設定以多少的虛擬金幣換取事先約定的獎品。將裝置連上智慧型手機後，裝置便會顯示並更新虛擬金幣的剩餘總額。

## 裝置選單

長按裝置鍵 1 秒後放開以檢視選單 

提示：按鍵可進行選單的切換。

	傳送資料到具備藍牙連線的行動裝置
	顯示任務計時選單
	開始計時
	開始 Toe-to-Toe™ 步數挑戰
	顯示裝置資訊
	回到上一頁

## 任務計時功能

您可以使用裝置進行倒數計時。

- 1 長按裝置鍵以檢視選單。
- 2 長按 。
- 3 按下裝置鍵切換任務計時選單。
- 4 長按裝置鍵選擇一個計時器並開始倒數計時。

裝置發出嗶聲後，計時器即開始倒數，並傳送通知到距離最近且已配對的智慧型手機。倒數計時剩三秒時，裝置再次發出嗶聲直到時間停止。

提示：再次長按裝置鍵可停止計時。

## 任務計時選單

裝置的倒數計時器中已預載幾種常見的任務，例如在刷牙這項活動或是任何需要持續兩分鐘的任務，您可以使用二分鐘的倒數計時器，每個任務可套用預載的倒數計時分鐘數。

倒數時間	任務範例
2 分鐘	刷牙
5 分鐘	分享玩具
10 分鐘	吃完飯
15 分鐘	閱讀
20 分鐘	寫作業或練習
30 分鐘	3C 時間

## 開始 Toe-to-Toe 步數挑戰

自己開始或跟朋友一起進行兩分鐘的挑戰。

注意：此圖示  為雙人對陣的遊戲，兩個玩家必須同時在他們的 vivofit jr. 2 裝置開啟挑戰。在單人挑戰的狀況下，計時器在您長按  時啟動。

- 1 長按裝置鍵以檢視選單。
- 2 長按 。
- 3 選擇  挑戰距離 3 公尺內的其它 vivofit jr. 2 使用者。
- 4 當螢幕出現玩家名稱時長按 ，裝置計時器倒數三秒鐘後即開始啟動。
- 5 持續踏步 2 分鐘。  
挑戰結束倒數前三秒裝置將發出嗶聲，直到時間停止。
- 6 讓裝置靠近在三公尺之內的範圍。  
裝置顯示每位玩家的步數與名次。  
玩家開始另一個挑戰或退出選單。

## 使用碼錶

- 1 長按裝置鍵以檢視選單。
- 2 長按 。
- 3 按下  以開始計時。
- 4 按下  以停止計時。
- 5 如果需要的話，按下  以重設計時器。
- 6 長按裝置鍵離開計時器功能。

## 久坐提示

久坐不動易影響身體的代謝機能，靜止計量表提醒您該起來動一動了。若久坐超過一小時，裝置螢幕會出現下圖的靜止計量表 ①；如再持續久坐 15 分鐘，靜止計量表 ② 即出現，依次類推。



只要起身走上幾分鐘，就能重置久坐提示功能。

## 睡眠監測

在睡眠模式下，裝置會偵測您的休息狀況，包括總睡眠時數、翻身次數與睡眠歷程。vivofit jr. 應用程式可設定您一般正常的睡眠時間，並檢視睡眠統計。

## 歷史紀錄

裝置會隨時追蹤記錄您每日的活動量及睡眠統計，並將記錄傳送到 vivofit jr. 應用程式。

裝置可儲存您的活動數據長達 4 星期。一旦數據的儲存空間已滿，裝置便會自動刪除舊檔，釋出空間儲存最新的數據。

## 手動傳送資料到智慧型手機

vivofit jr.2 會定時將資料自動傳送到已配對且距離最近的藍牙裝置。您也可以隨時以手動的方式傳送資料，這讓您在 vivofit jr. 應用程式上檢視活動、任務與獎勵金幣。

- 1 將裝置靠近您的智慧型手機。
- 2 開啟 vivofit jr. 應用程式。
- 3 長按 vivofit jr. 2 的裝置鍵以檢視選單 。  
資料傳送時裝置出現  圖示。
- 4 在智慧型手機向下滑以更新資料。

## 自訂裝置

### 設定 vivofit jr. 應用程式

vivofit jr. 應用程式可自訂您的裝置、使用者及應用程式內的設定。

在 vivofit jr. 應用程式選擇 **更多**。

**家庭設定：**自訂家庭設定。例如編輯例如編輯家庭名稱或邀請家長或監護人。

**應用程式設定：**自訂應用程式內容並查看法律和法規信息。

**幫助：**包含裝置保養、影片與其它有用的資訊。

### 孩童設定

在 vivofit jr. 應用程式中選擇您的孩子，再選擇 **設定**。

**設定：**自訂裝置內容，例如打開或關閉警示聲響、更改步數圖示、或自訂孩子的顯示名稱。

**註冊配件：**註冊錶帶配件並解鎖新的冒險地圖。

**備註：**一個冒險程式代碼只能使用一次。

## 裝置資訊

### 產品規格

電池型式	CR1632 鈕扣電池一顆
電池效能	約一年
操作溫度	-10°~45°C (14°~113°F)
無線傳輸介面	低功率無線智慧藍牙技術
防水等級	游泳防水等級*

\*相當於承受水深 50 公尺的壓力，請前往 [Garmin.com.tw/legal/waterrating](http://Garmin.com.tw/legal/waterrating) 取得更多資訊。

### 軟體更新

當有軟體可更新時，只要傳送資料至智慧型手機，您的裝置便會自動下載並更新軟體 ([手動傳送資料到智慧型手機](#)，第3頁)。

更新可能需要幾分鐘，過程中會出現進度條與  圖示。這段時間請將裝置與智慧型手機放在一起，更新完成後裝置即重新啟動。

## 檢視裝置資訊

查看裝置 ID 與軟體版本。

- 1 長按裝置鍵以檢視選單。
- 2 長按 。

## 裝置保養

### 注意

盡量避免激烈的撞擊或粗暴的使用方式，這樣有可能減少產品的使用壽命。

避免在水中使用按鍵。

避免使用尖銳的物品清潔設備。

避免使用有機溶劑、化學清潔用品或驅蟲劑，這可能會破壞裝置的塑料零件。

在接觸過氯、鹽水、防曬油、化妝品、酒精或其它化學用品後，請使用大量清水徹底清潔，因為長時間接觸這些物質可能造成裝置損壞。

請勿曝露於高溫的環境，例如烘衣機。

裝置請避免長時間曝露在過冷或過熱的極端溫度，這可能造成永久性的損壞。

## 裝置清潔

1 使用絨布沾中性溫和清潔劑輕輕擦拭裝置。

2 將裝置擦乾。

清潔後，請等待裝置完全風乾。

**備註：**請至 [Garmin.com/fitandcare](http://Garmin.com/fitandcare) 取得更多資訊。

## 電池的替換

### 警告

關於產品風險以及重要資訊，請詳閱包裝內說明前段的《安全及產品資訊須知》。

### 替換裝置電池

裝置使用一顆 CR1632 鈕扣電池。

- 1 將裝置本體從腕帶取下。



- 2 使用十字螺絲起子旋開裝置後方四顆螺絲。
- 3 打開裝置後方的電池蓋並取出電池。



- 4 置入新的電池，並確認電池負極朝向電池蓋內側。
- 5 確認裝置墊圈完好無損壞，且與電池蓋完全密合。
- 6 裝回電池後蓋和四個螺絲。
- 7 將四顆螺絲旋緊至相同緊度。
- 8 稍微拉開彈性腕帶的孔，將裝置本體置入矽膠腕帶內。裝置上的箭頭需與腕帶內的箭頭同方向。



## 替換手環腕帶

伸縮腕帶適用於大部分 4-7 歲的兒童，可調整的腕帶則是為 6 歲以上的兒童所設計。關於配件的選購與更換請聯絡客服單位取得更詳細的資訊。可拆卸的裝置本體與 vivofit jr. 與 vivofit 3 的腕帶相容。

## 替換腕帶

請參考 [Garmin.com.tw/products/intosports/vivofit-jr2-adjustable-resistance/](http://Garmin.com.tw/products/intosports/vivofit-jr2-adjustable-resistance/) 的配件頁或與 Garmin 經銷商聯繫以取得配件相關資訊。

- 1 將裝置本體從腕帶取下。



- 2 稍微拉開彈性腕帶的孔，將裝置本體置入矽膠腕帶內。裝置上的箭頭需與腕帶內的箭頭同方向。



## 疑難排解

### 步數資料看起來似乎不太準確

如果步數的值看起來不太正確，您可以嘗試進行下面這些調整：

- 請前往 [Garmin.com.tw/legal/atdisclaimer](http://Garmin.com.tw/legal/atdisclaimer)。
- 將裝置穿戴在非主要使用的手腕上。
- 在只使用到手或手臂活動時，將裝置收納在口袋中。

**備註：**裝置可能會錯誤辨識到一些重複的動作，例如拍手或刷牙等。

### 裝置無法顯示正確的時間

當您同步 vivofit jr. 2 與智慧型裝置時，它會與手機的時間日期同步。當您所在的時區有所改變時，請手動同步資料以更新正確的時間。

- 1 確認您的智慧型手機或行動裝置顯示正確的時區時間。
  - 2 將數據傳送到智慧型手機 ([手動傳送資料到智慧型手機，第3頁](#))。
- 時間和日期即自動更新。

### 我的智慧型手機是否與 vivofit jr. 2 相容？

vivofit jr. 2 裝置相容於具備低功率無線智慧藍牙技術的 Android™ 與 Apple® 手機。

### 配對多項行動裝置

完成初次設定 ([配對您的智慧型手機，第1頁](#)) 後，您可以再將 vivofit jr. 2 配對其它兩個行動裝置，例如平板電腦，或另一位家長的智慧型手機。

- 1 從智慧型手機或平板電腦上的應用程式商店，安裝並開啟 vivofit jr. 應用程式。
- 2 登入您的 Garmin Connect 帳號及密碼。
- 3 按照應用程式的說明加入現有家庭。
- 4 行動裝置需與 vivofit jr. 2 保持三公尺以內的距離。

**備註：**配對時需与其它行動裝置保持 10 公尺以上的距離。

- 5 如果需要的話，請先關閉先前配對過的行動裝置上的藍牙功能。
- 6 長按 vivofit jr. 2 的裝置鍵以檢視選單。
- 7 長按  進入配對模式。
- 8 按照應用程式的說明完成配對。
- 9 如果需要的話，請對其它的每個行動裝置重複 1 至 8 的步驟。

### vivofit jr. 應用程式如何再配對其它裝置

如果您的 vivofit jr. 應用程式已配對過一支 vivofit jr.2，您可以從應用程式的孩童選單增加新的小孩與裝置，而且最多可以配對八個裝置。

**備註：**每位孩童僅可配對單一裝置。

- 1 開啟 vivofit jr. 應用程式。
- 2 選擇 。
- 3 依照螢幕指示進行設定。

### 如何重設裝置

若裝置持續沒有回應，您可能需要重設裝置。此動作並不會刪除任何資料。

**備註：**重設裝置也會重設靜止計量表。

- 1 長按裝置鍵 15 秒。
- 2 放開裝置鍵後，螢幕即關閉。  
裝置完成重設後，螢幕會再打開。

### 裝置無法開啟

若裝置一直無法開啟，您可能需要更換它的電池。

請前往 [替換裝置電池，第3頁](#)。

## 附錄

### 取得更多資訊

- 請前往 [support.Garmin.com/zh-TW](http://support.Garmin.com/zh-TW) 取得更多手冊、相關內容與軟體更新。
- 請前往 [Garmin.com.tw/products/intosports/](http://Garmin.com.tw/products/intosports/)。
- 請前往 [Garmin.com/learningcenter](http://Garmin.com/learningcenter)。

