



ALPINERX

REACH YOUR SUMMIT

MODE D'EMPLOI



Alpina

1883 GENEVE



MODE D'EMPLOI

MERCI D'AVOIR
ACHETÉ UNE
MONTRE ALPINERX.
FÉLICITATIONS, VOUS
ÊTES DÉSORMAIS
MEMBRE DE LA
COMMUNAUTÉ ALPINA!
VEUILLEZ SUIVRE LES
QUELQUES ÉTAPES
INDIQUÉES DANS LE
MODE D'EMPLOI POUR
COMMENCER À UTILISER
VOTRE MONTRE.



ALPINERX



MODE D'EMPLOI

01.

Téléchargez
l'application ALPINA
SMARTWATCH
pour iOS ou Android



02.

Activez le  Bluetooth
sur votre smartphone

03.

Suivez les instructions
de l'application pour
synchroniser votre
montre et définir vos
objectifs



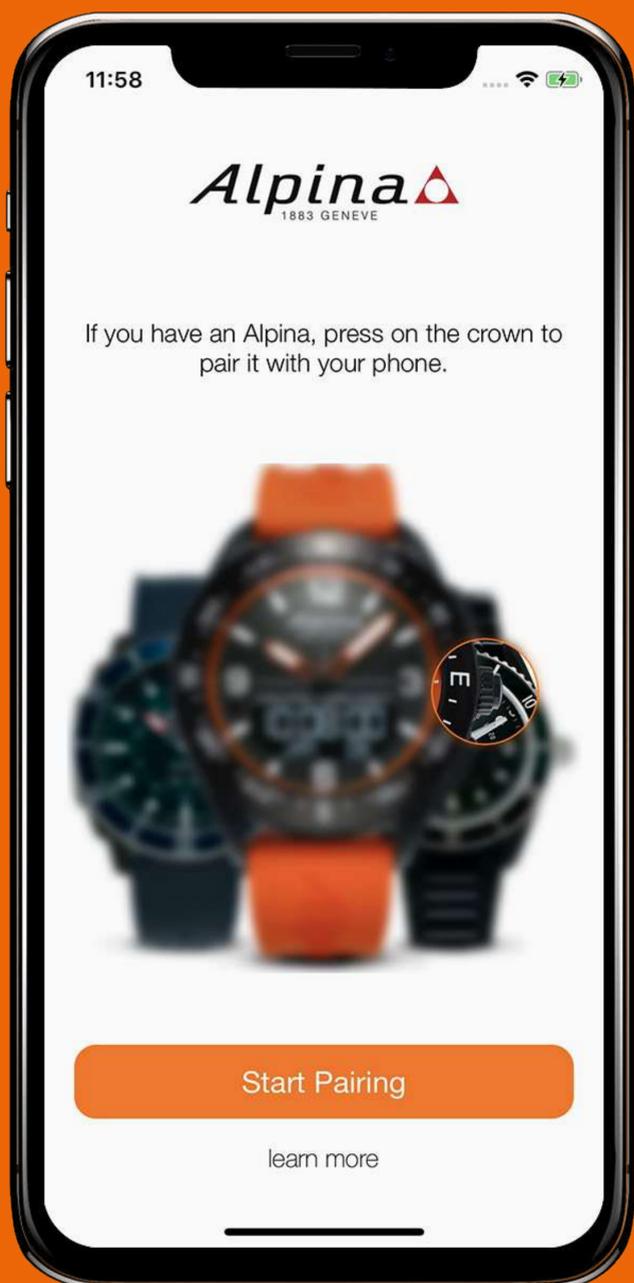
ALPINERX



MODE D'EMPLOI

SYNCHRONISER VOTRE MONTRE

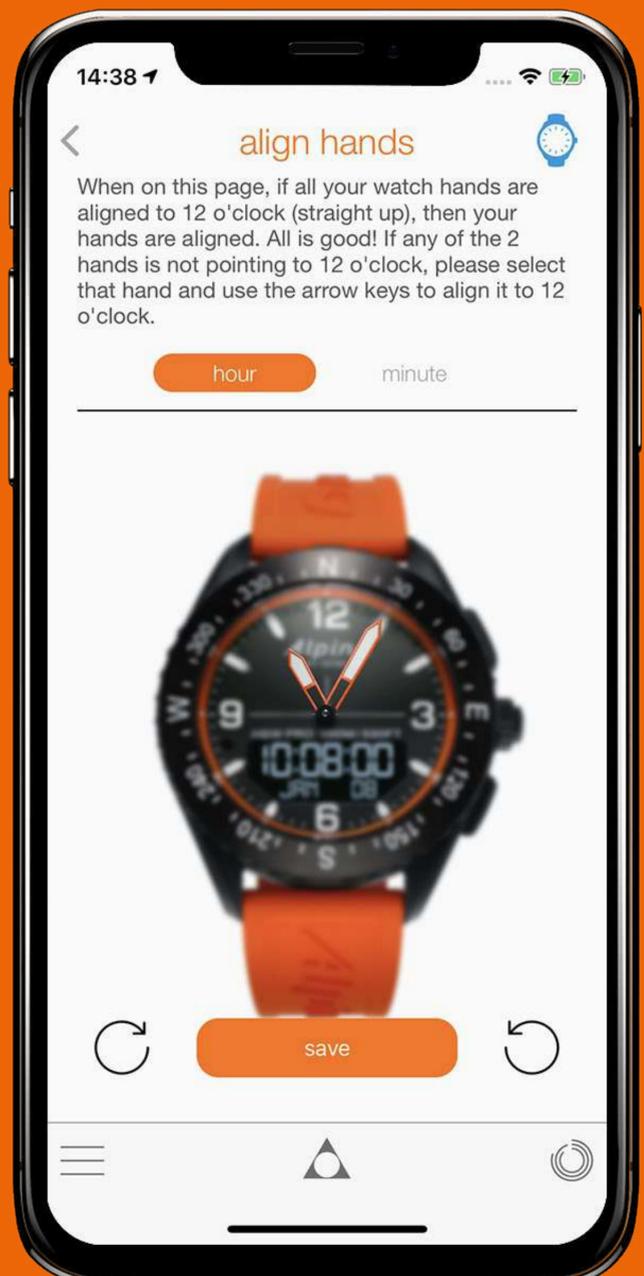
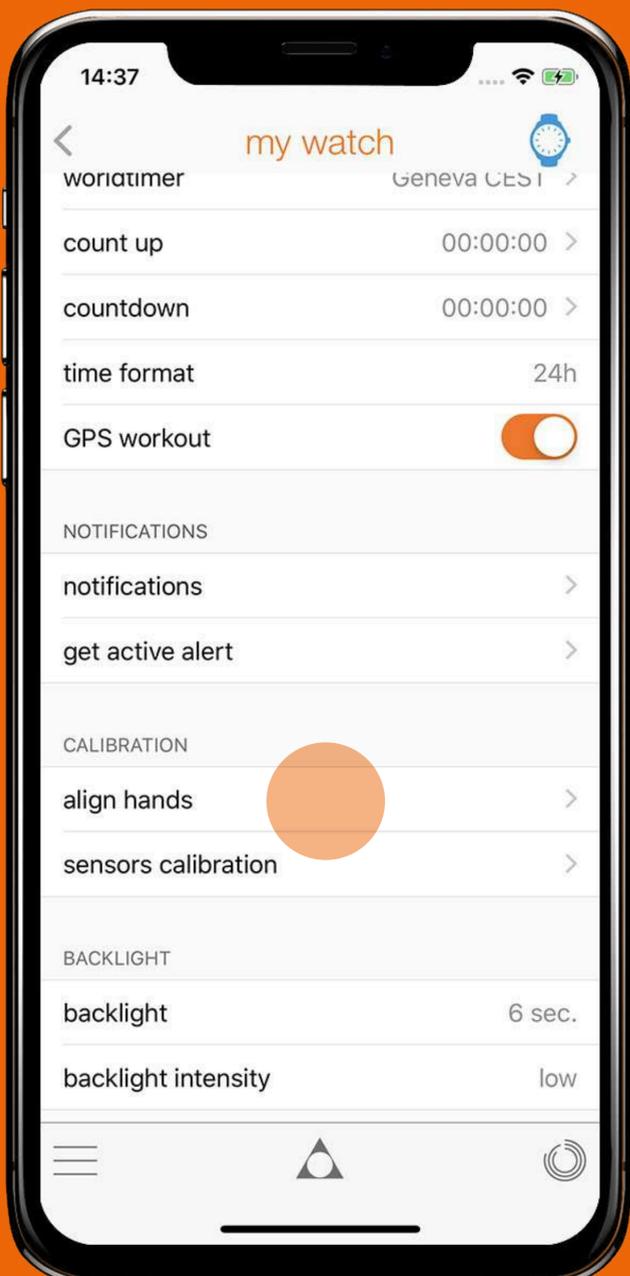
Pour synchroniser votre montre, lancez l'application ALPINA SMARTWATCH et appuyez sur «I'VE GOT A HOROLOGICAL SMARTWATCH» (J'UTILISE UNE MONTRE CONNECTÉE). Rapprochez votre montre ALPINERX de votre smartphone. Appuyez sur le bouton de la couronne de votre montre puis appuyez sur le bouton «start pairing» (démarrer) qui s'affiche sur l'écran de l'application. Une fois que votre ALPINERX a été reconnue, appuyez brièvement sur le bouton de la couronne puis relâchez-le pour synchroniser la montre. Appuyez sur «next» (suivant) et suivez les instructions.





ALIGNER LES AIGUILLES

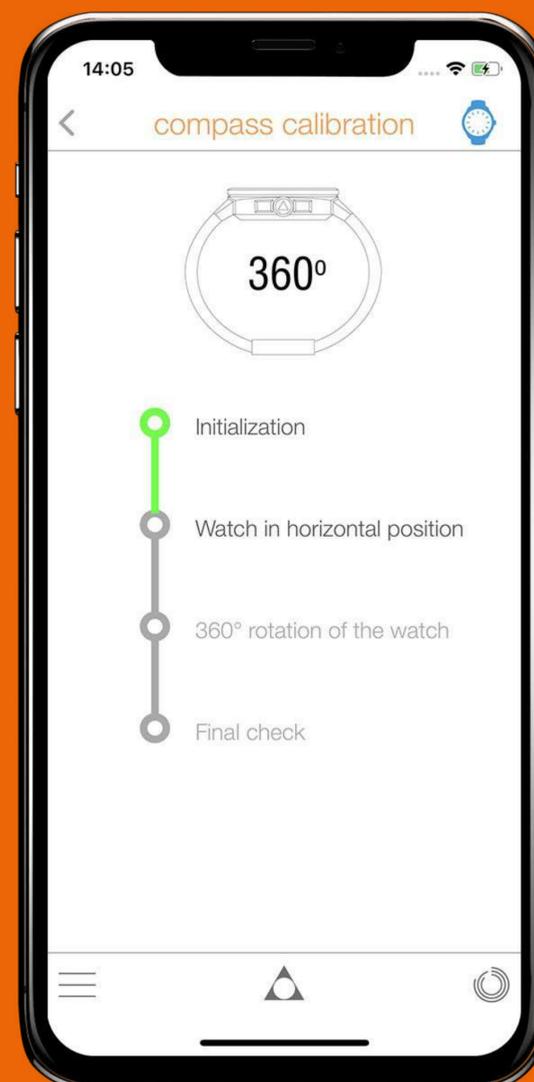
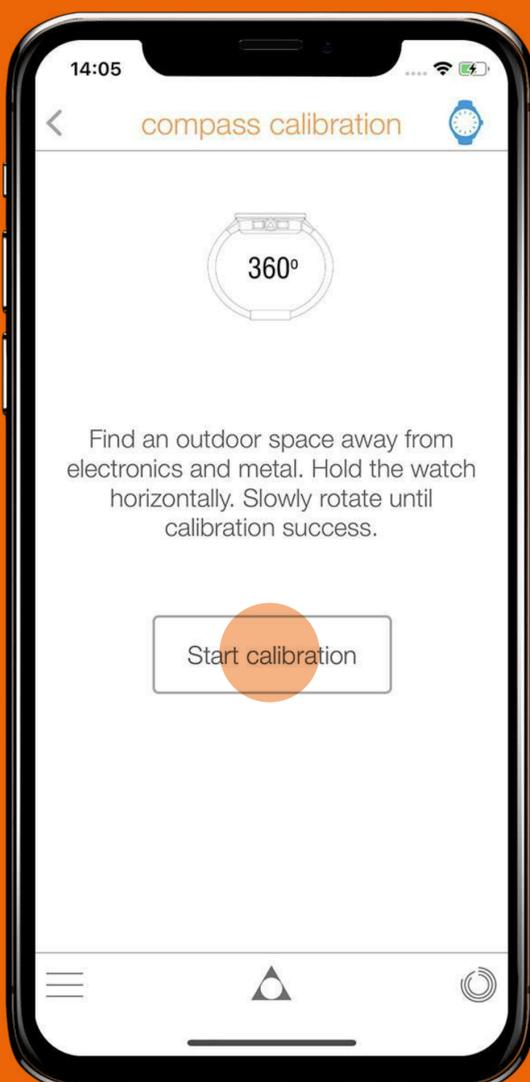
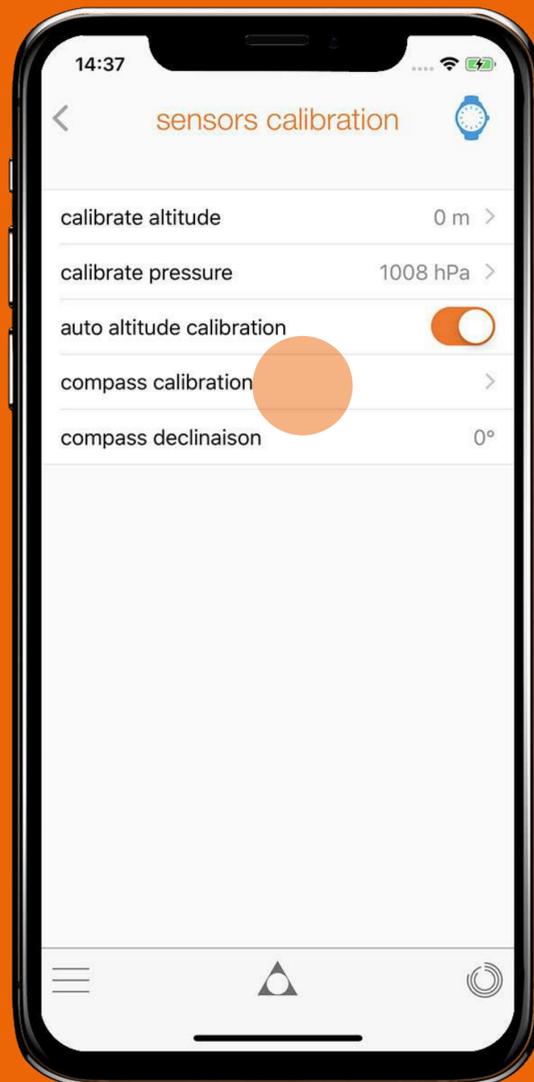
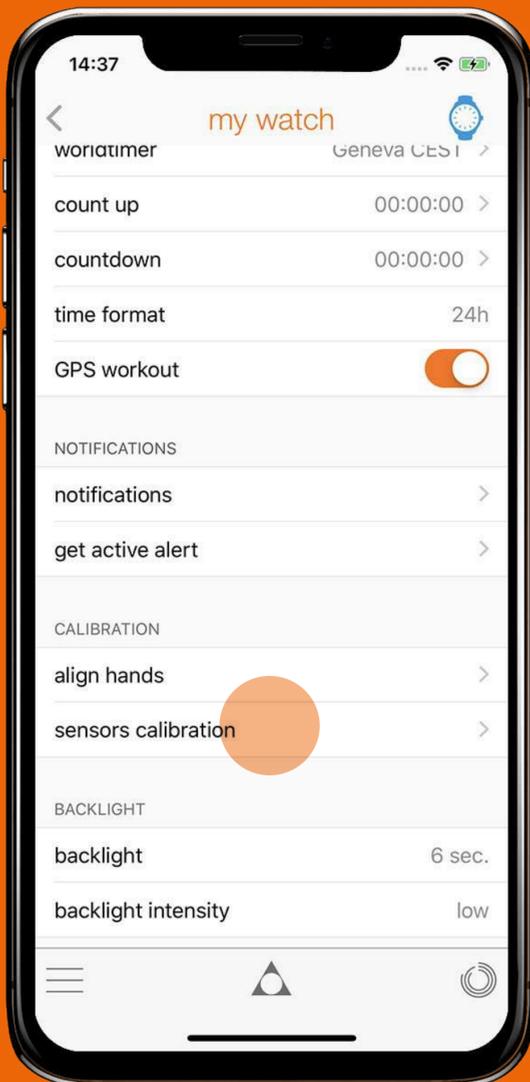
Si les deux aiguilles de votre montre sont alignées à 12 heures (vers le haut), c'est qu'elles sont correctement positionnées. Si ce n'est pas le cas, veuillez sélectionner chaque aiguille et utiliser les touches flèches pour les aligner à 12 heures.





CALIBRAGE DE LA BOUSSOLE

Nous vous suggérons de calibrer votre montre régulièrement afin d'obtenir des mesures précises.



ALPINERX



MODE D'EMPLOI

FONCTIONS ET CARACTÉRISTIQUES



ALPINERX



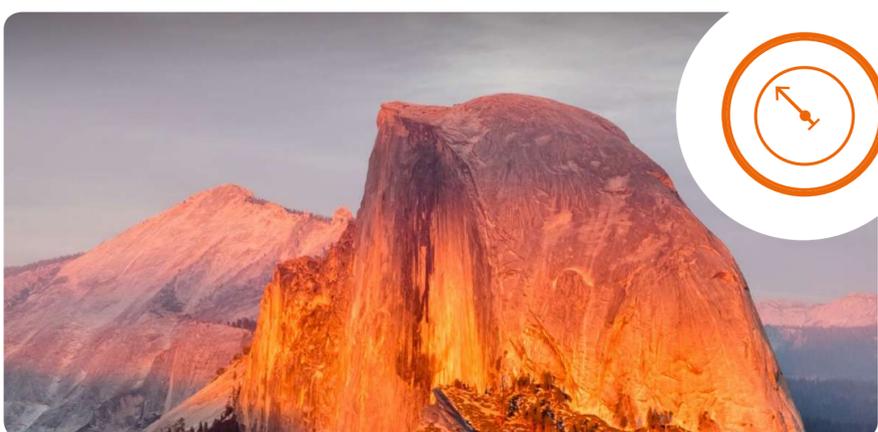
MODE D'EMPLOI

ENVIRONNEMENT



ALTITUDE

Gardez toujours les pieds sur terre grâce à l'altimètre.



BAROMÈTRE

Ne vous laissez pas surprendre par une tempête, tenez-vous au courant des changements météorologiques grâce au baromètre.



BOUSSOLE

Retrouvez votre chemin où que vous soyez ! La boussole ALPINERX indique le nord en temps réel grâce aux aiguilles de la montre.



GPS CONNECTÉ

Le GPS connecté enregistre vos pas, vos marches et vos courses à pied grâce à l'application.



INDICE UV

Surveillez les rayons UV nocifs grâce au capteur UV.



TEMPÉRATURE

Préparez-vous à affronter des températures extrêmes grâce à votre thermomètre intégré.





ORGANISME

**CAPTEUR D'ACTIVITÉ**

Suivez votre activité quotidienne. Analysez vos marches et vos courses à pied sur l'application en accédant au détail complet de votre parcours.

**SURVEILLANCE DE LA FRÉQUENCE CARDIAQUE**

Mesurez votre fréquence cardiaque lors de vos activités en connectant votre capteur à l'application ALPINA SMARTWATCH. Optimisez vos entraînements et suivez vos résultats pour améliorer vos performances.

**COACHING DYNAMIQUE**

Recevez des suggestions, des astuces et des informations spécifiquement adaptées à vos objectifs d'activité et de sommeil.

**ENREGISTREMENT DE SOMMEIL**

Portez votre montre la nuit ou glissez-la sous votre oreiller pour enregistrer votre sommeil. Le système de suivi intégré indique la durée de votre sommeil et les phases de sommeil profond, de sommeil léger et d'éveil.

**ALARMES INTELLIGENTES (ALERTES D'ACTIVITÉ, RÉVEIL)**

Réglez une alarme qui suit vos cycles de sommeil pour vous aider à vous réveiller au meilleur moment et à vous lever frais et dispos. Programmez une alerte pour vous rappeler de bouger quand vous restez inactif trop longtemps. Personnalisez vos alertes d'activité via l'application ALPINA SMARTWATCH.



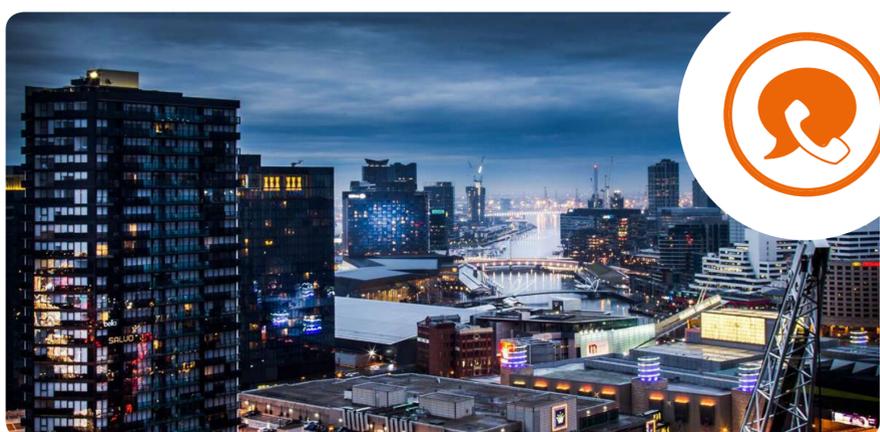


HEURE ET NOTIFICATION

**DATE ET HEURE AUTOMATIQUES**

(HEURES, MINUTES, SECONDES, DATE)

Pas besoin de définir la date et l'heure - lorsque vous voyagez dans d'autres fuseaux horaires, la montre ALPINERX actualise l'heure automatiquement à partir de votre smartphone.

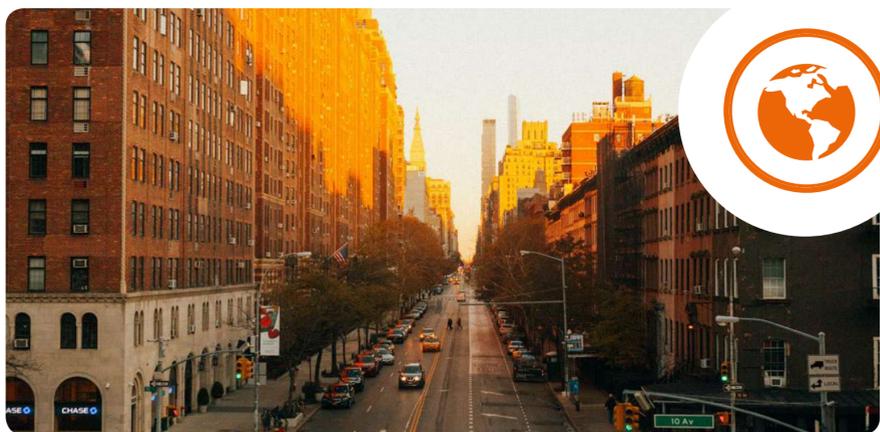
**NOTIFICATION DES APPELS ET MESSAGES**

Les appels et messages peuvent être récupérés par la montre et affichés sur l'écran LCD au son d'une douce sonnerie.

**ENREGISTREUR DE TEMPS**

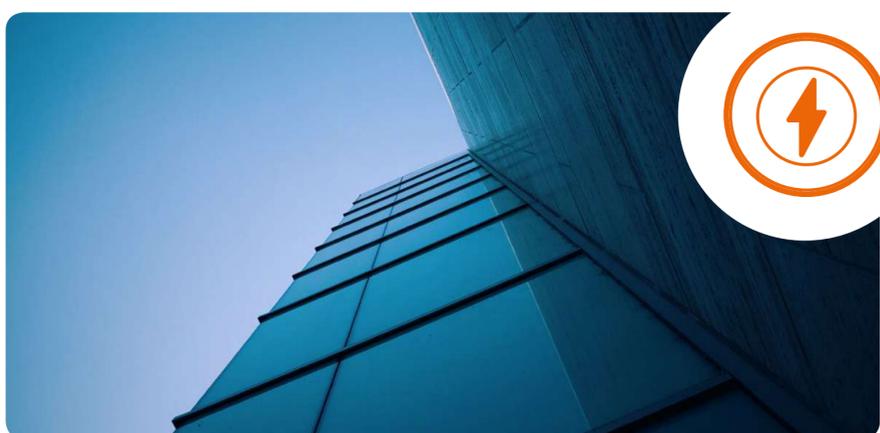
(CHRONOMÈTRE, MINUTEUR, ENTRAÎNEMENTS)

Mesurez et enregistrez n'importe quel événement ou séance d'entraînement à l'aide des nombreuses options d'enregistrement offertes par la montre et l'application.

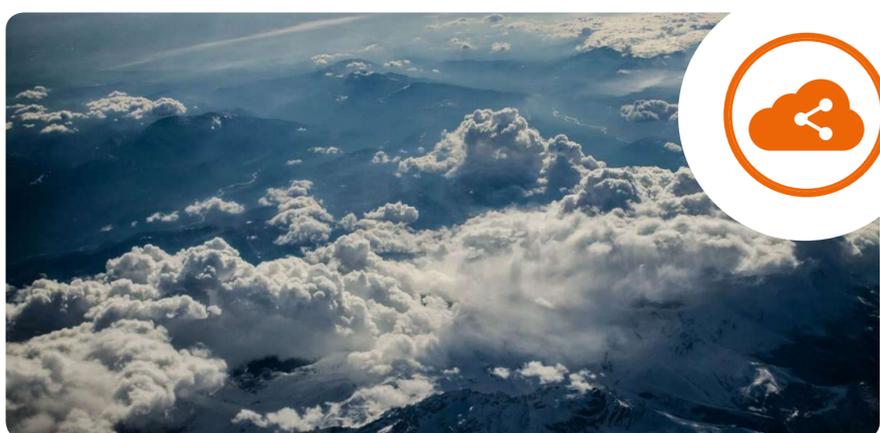
**HEURE UNIVERSELLE**

(2^e FUSEAU HORAIRE + HEURE LOCALE SUR 12H/24H)

La fonction Heure universelle permet d'afficher un deuxième fuseau horaire sélectionné (ville d'origine).

**PLUS DE DEUX ANS D'AUTONOMIE**

Votre montre ALPINERX est une authentique montre suisse confectionnée dans la plus pure tradition, celle-ci possède un calibre connecté dont la pile affiche une durée de vie exceptionnelle de plus de deux ans.

**CLOUD**

Récupérez toutes vos données, même en cas de perte de votre montre ou de votre téléphone. L'ALPINERX stocke automatiquement vos données d'activité et de sommeil pendant 30 jours sans que vous ayez besoin de synchroniser la montre avec votre smartphone. Le Cloud est hébergé en Suisse.



UTILISER ALPINERX SMART OUTDOORS



ALPINERX



MODE D'EMPLOI



○ APPUYER UNE FOIS

Active le rétroéclairage
de l'écran LCD



○ ○ APPUYER DE NOUVEAU

Pour naviguer entre
les différentes
fonctions



ENREGISTREUR DE TEMPS



ALTITUDE



INDICE UV



ET PLUS...





○ APPUYER UNE FOIS

pour sélectionner
la sous-fonction

Example:

Affichage des données
temporelles



HEURE ET DATE

○ ○ APPUYER DEUX FOIS



DURÉE D'ACTIVITÉ/SOMMEIL EN %
(par rapport à l'objectif quotidien)

○ ○ ○ APPUYER TROIS FOIS



JOUR ET DATE



TOP PUSHER

BOTTOM PUSHER

○ APPUYER UNE FOIS

pour lancer
la sous-fonction

Example:
Fonctions chronométrage



LANCER CHRONOMÉTRAGE

○ ○ APPUYER DEUX FOIS

pour arrêter
la sous-fonction



ARRÊTER LE CHRONOMÈTRE

○ APPUYER UNE FOIS

Pour remettre à zéro
la sous-fonction



RESET CHRONO





TOP PUSHER

○ APPUYER UNE FOIS

pour lancer
la sous-fonction

Example:
Fonction Sommeil



LANCER L'ENREGISTREMENT

○ APPUYER UNE FOIS

pour arrêter
la sous-fonction



ARRÊTER L'ENREGISTREMENT

ALPINERX



MODE D'EMPLOI

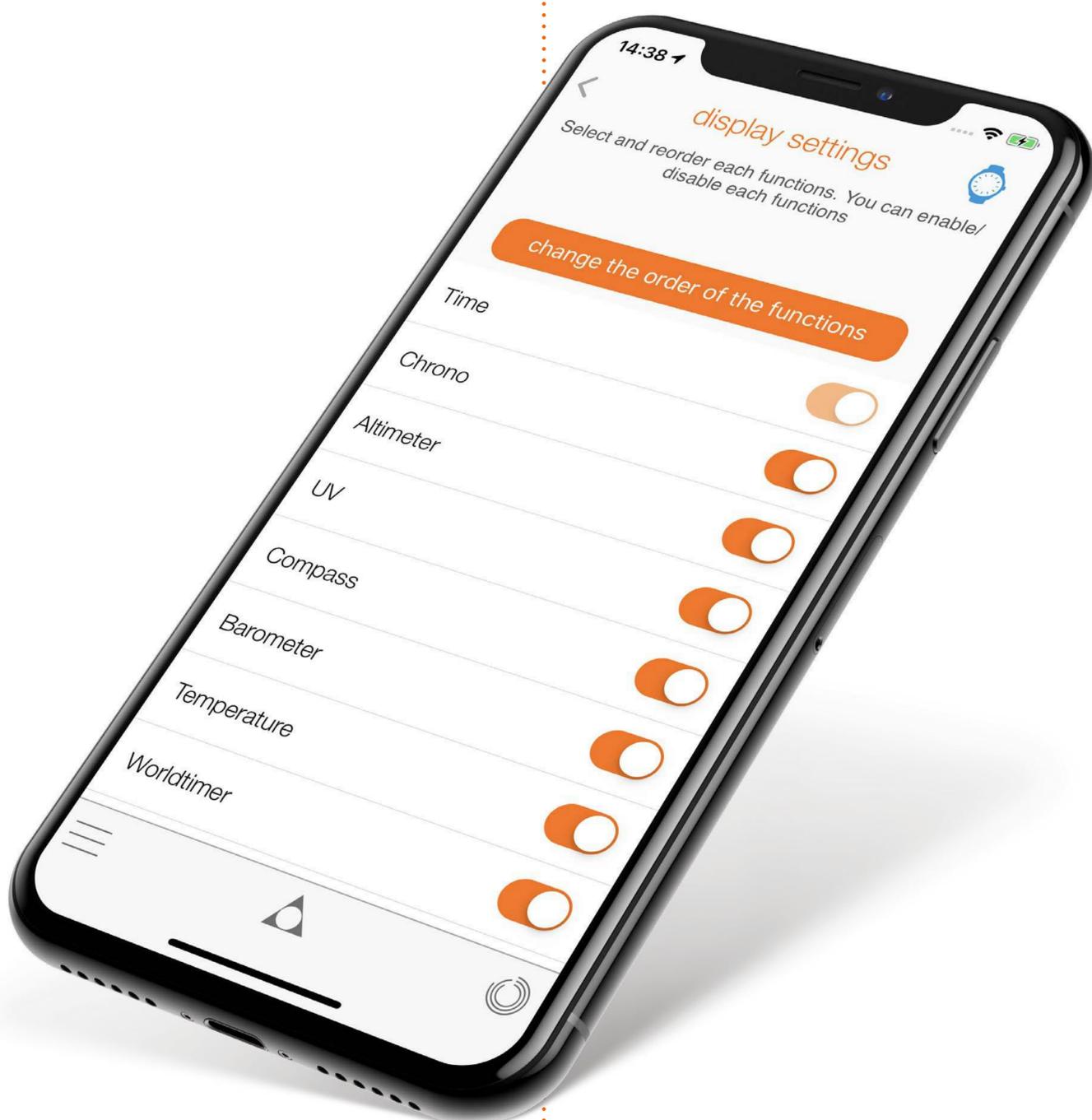
FONCTIONS AFFICHÉES À L'ÉCRAN



ALPINERX



MODE D'EMPLOI



FONCTIONS AFFICHÉES À L'ÉCRAN

Via l'application,
sélectionnez les
fonctions que vous
souhaitez voir
apparaître sur l'écran
LCD de votre montre et
dans quel ordre.



ALTITUDE



BAROMÈTRE



BOUSSOLE



GPS CONNECTÉ



INDICE UV



TEMPÉRATURE



CAPTEUR D'ACTIVITÉ



SURVEILLANCE DE LA
FRÉQUENCE CARDIAQUE



ENREGISTREMENT
DE SOMMEIL



ENREGISTREUR DE TEMPS



HEURE UNIVERSELLE





NOTIFICATIONS AFFICHÉES À L'ÉCRAN

Configurez les notifications dans les paramètres de l'application pour obtenir des alertes en fonction de vos préférences personnelles. Les notifications sont indiquées par la montre à l'aide d'un son. Celui-ci peut être désactivé.



MESSAGES

Lorsque vous recevez un message, votre montre vous prévient à l'aide d'une sonnerie et une notification s'affiche à l'écran.



APPELS

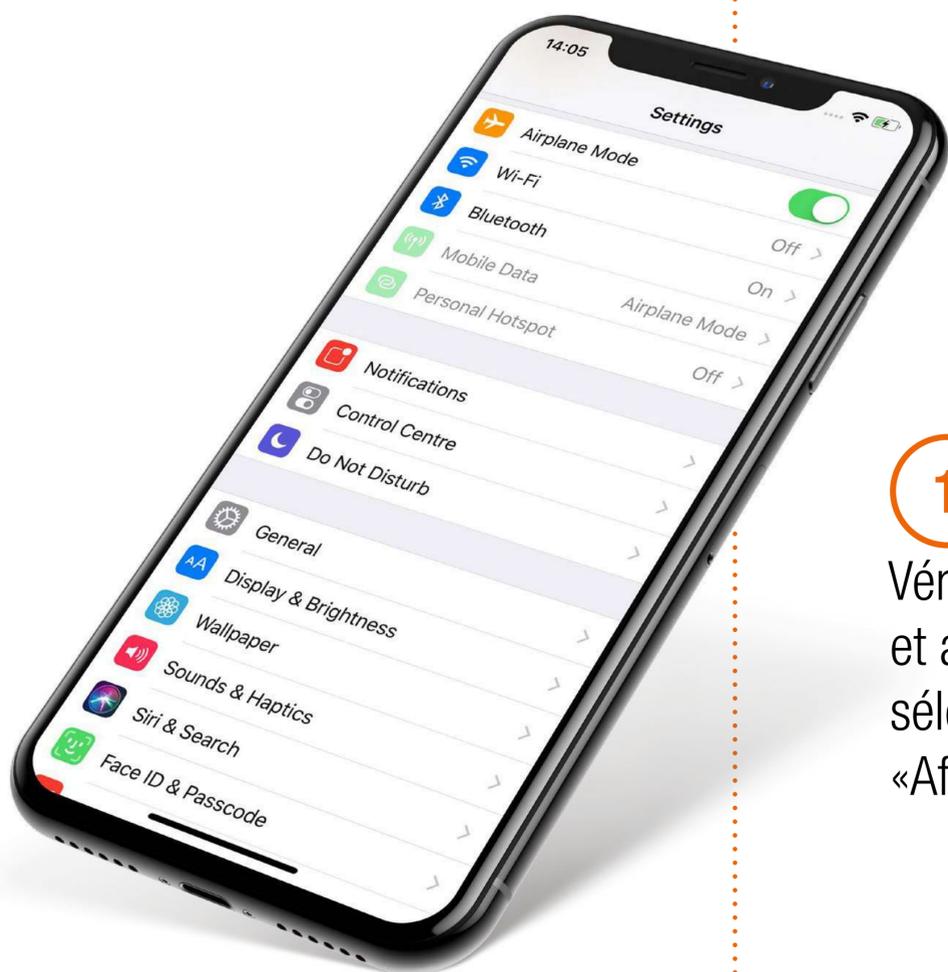
Lorsqu'un appel entrant est détecté, votre montre sonne et une notification s'affiche sur l'écran.

En plus des appels, des messages et des e-mails, n'oubliez pas que la montre ALPINERX peut envoyer des notifications pour un large éventail d'applications de réseaux sociaux.

ALPNERX

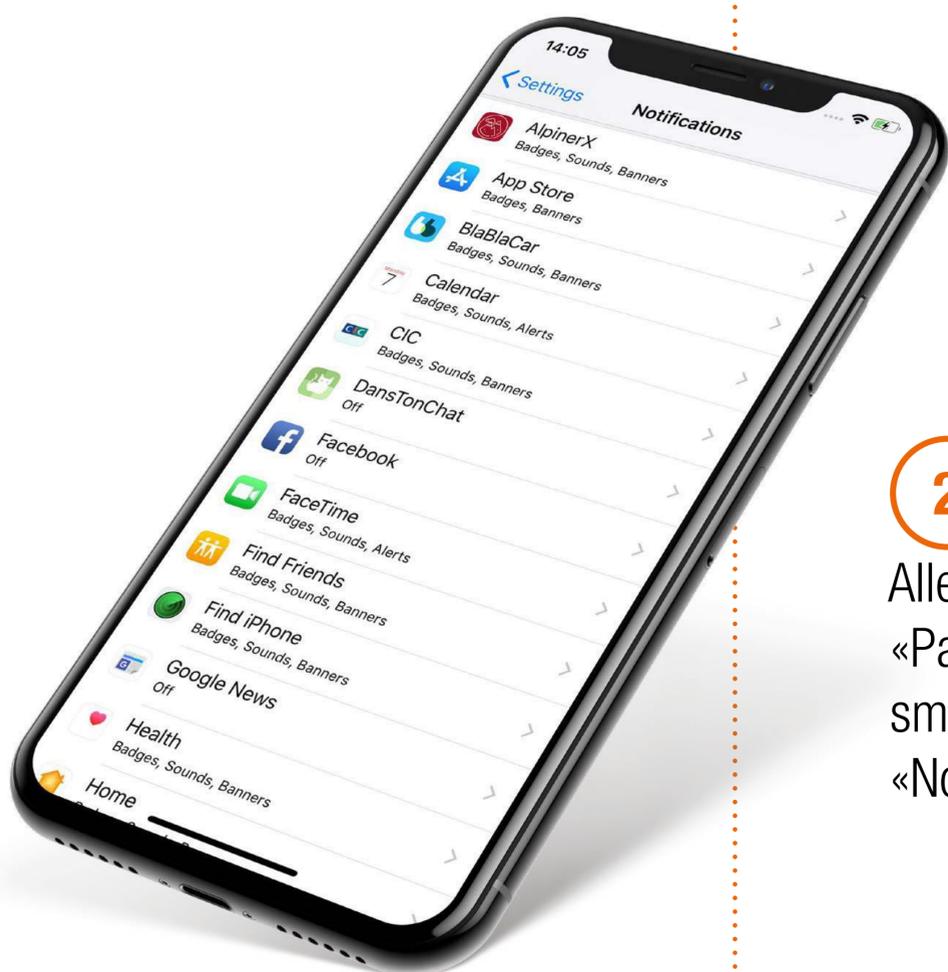


MODE D'EMPLOI



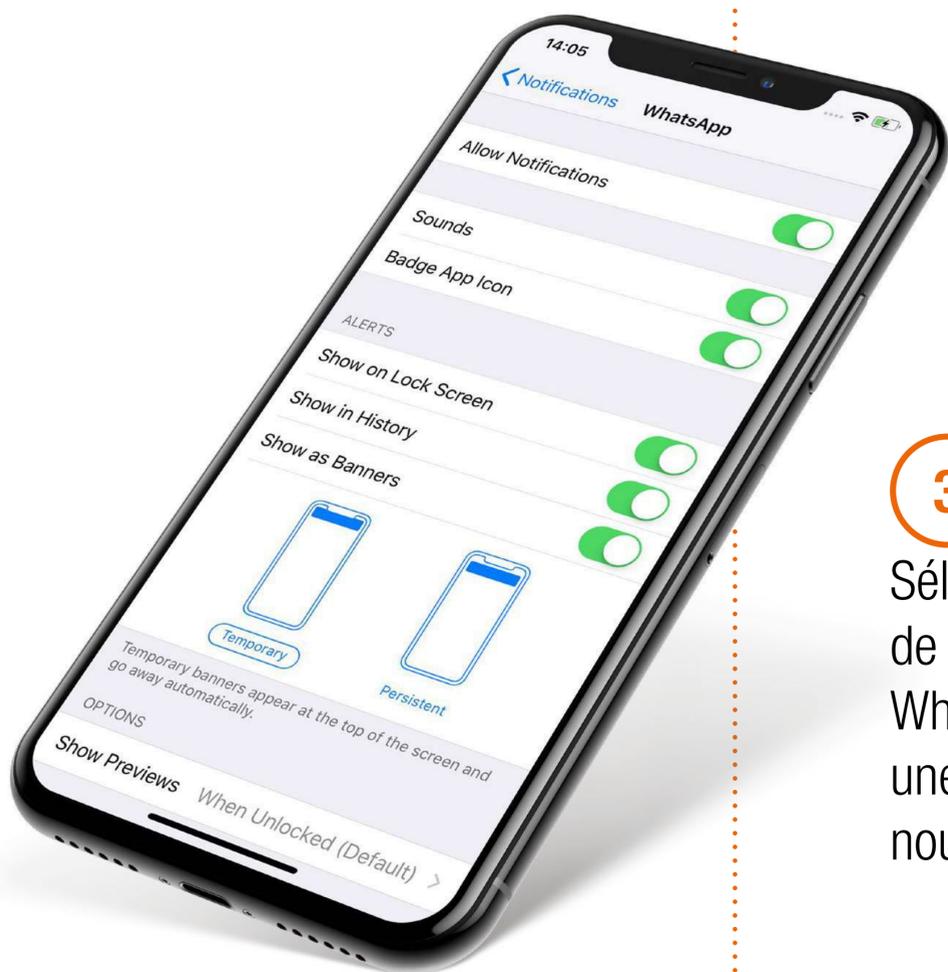
1

Vérifiez que tous les accès et autorisations sont sélectionnés, notamment «Afficher dans l'historique».



2

Allez dans le menu «Paramètres» de votre smartphone puis dans «Notifications».



3

Sélectionnez l'application de votre choix, par exemple WhatsApp, et recevez une alerte à chaque nouveau message.



ALPINERX



MODE D'EMPLOI



SURVEILLANCE DE LA FRÉQUENCE CARDIAQUE

Le cardiofréquencemètre indique votre fréquence cardiaque en BPM (battements par minute) lors d'un entraînement. Pour débuter un entraînement, vous devez synchroniser un cardiofréquencemètre externe avec votre montre via le menu de l'application.

L'entraînement débute une fois que vous portez le cardiofréquencemètre externe (ceinture pectorale, par exemple), et que celui-ci commence à transmettre des données valides. L'entraînement s'achève lorsque le cardiofréquencemètre externe est retiré.

Dans votre liste d'activités, vous pouvez sélectionner la séance d'entraînement (icône en forme de cœur) pour en consulter les détails. Le graphique reflète les valeurs indiquées par le cardiofréquencemètre lors de l'entraînement, à l'aide de quatre couleurs correspondant à quatre zones d'intensité différentes de fréquence cardiaque.

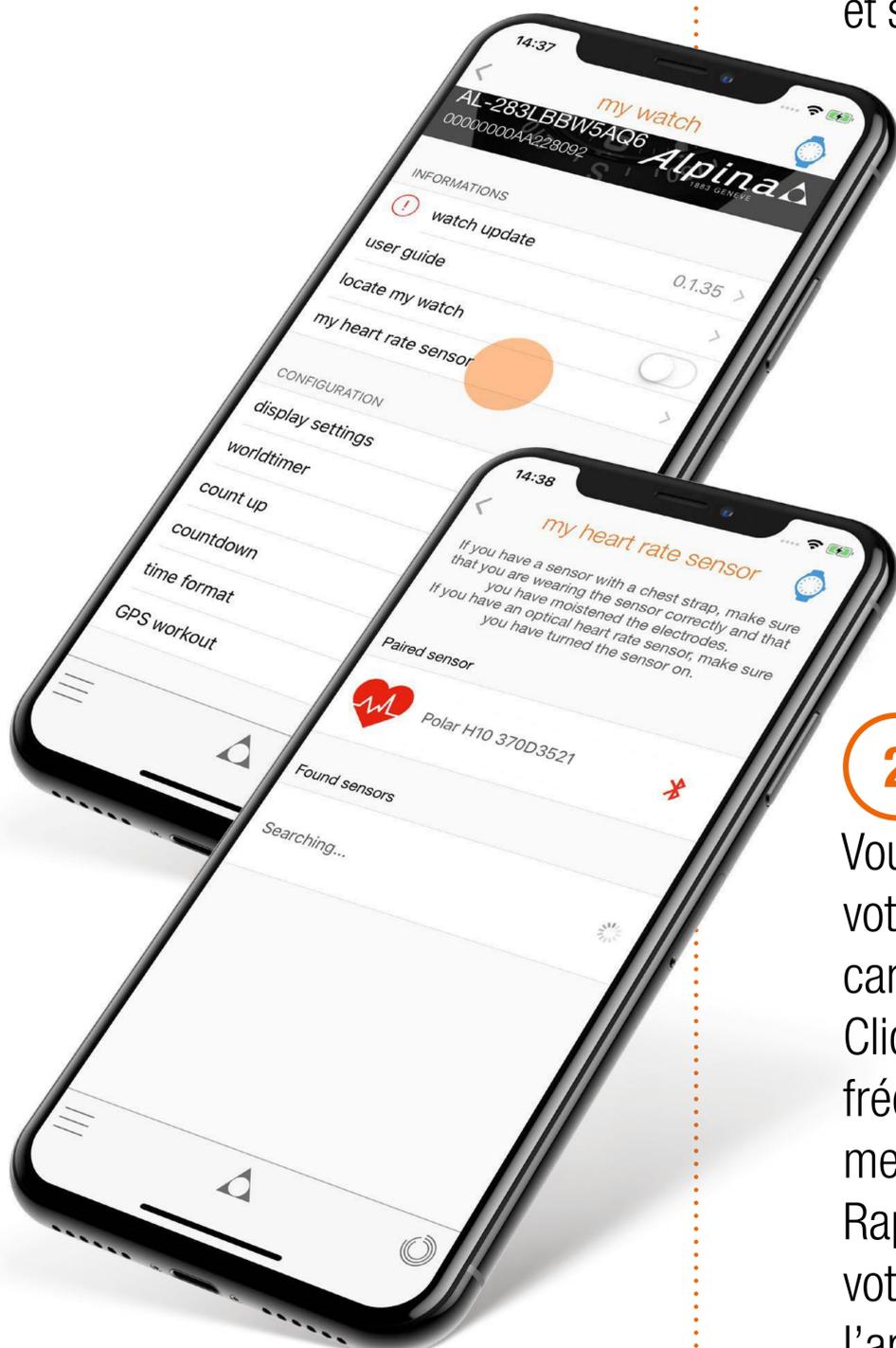
Ces différentes zones tiennent compte de votre fréquence cardiaque maximale estimée en BPM (battements par minute). Votre fréquence cardiaque maximale est calculée selon la formule communément établie (220 moins votre âge).





1

Assurez-vous que le firmware de votre montre a été mis à jour avec la dernière version disponible. Toutes les nouvelles mises à jour relatives aux firmwares seront fournies par l'application et leur disponibilité sera identifiable par la présence d'un point rouge à côté de l'indication « mises à jour » dans le menu « ma montre ». Cliquez sur les instructions de l'application et suivez les indications.



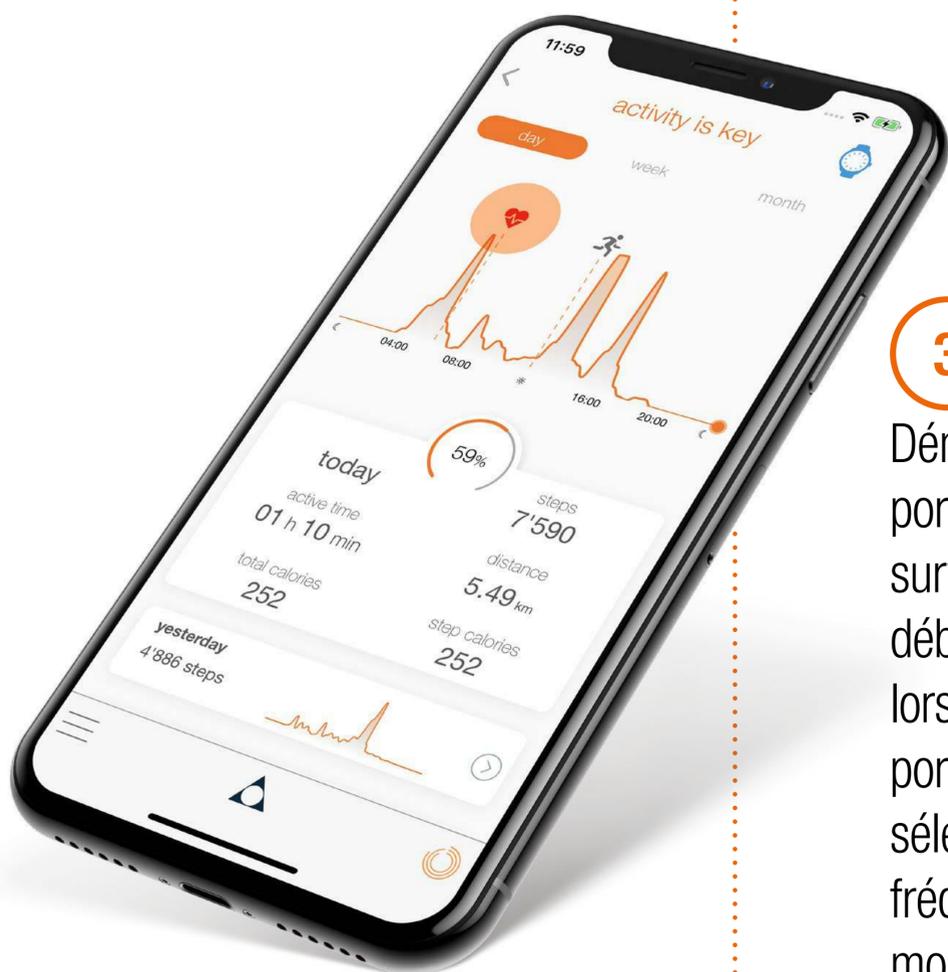
2

Vous allez devoir synchroniser votre capteur de fréquence cardiaque avec votre montre. Cliquez sur « mon capteur de fréquence cardiaque » dans le menu principal de l'application. Rapprochez votre capteur de votre téléphone et sélectionnez l'appareil détecté en cliquant dessus lorsque son nom apparaît dans la liste. Votre système de surveillance cardiaque sera connecté à votre montre.

ALPINERX



MODE D'EMPLOI



3

Démarrez une activité tout en portant votre capteur de surveillance cardiaque. La mesure débutera automatiquement lorsque vous commencerez à porter le capteur et que vous sélectionnerez la fonction fréquence cardiaque sur votre montre. La mesure cessera lorsque vous retirerez l'appareil. Vous devriez être en mesure de voir la fréquence cardiaque en BPM (battements par minute) s'afficher sur votre montre (données accessibles en cliquant sur la couronne de l'AlpinerX). À la fin de votre activité, lancez l'application pour synchroniser votre montre. Vous trouverez votre séance de surveillance de la fréquence cardiaque dans votre liste d'activités. La séance de surveillance de la fréquence cardiaque est indiquée par une petite icône en forme de cœur.



4

Cliquez sur l'icône en forme de cœur pour afficher votre séance de surveillance de la fréquence cardiaque.

MENTIONS LÉGALES ALPINERX



ALPINERX



MODE D'EMPLOI

EUROPE

Déclaration de Conformité



ALPINA WATCH INTERNATIONAL SA

Chemin du Champ-des-Filles, 32
1228 Plan-les-Ouates
Suisse

DÉCLARE, QUE LE PRODUIT:

Horological Smartwatch

AL-283X5AQ6

répond aux exigences essentielles de l'Article 3 de la directive 2014/53/EU (RED) , prévu qu'il soit utilisé selon sa destination, et qu'il répond aux standards suivants.

(ARTICLE 3.1.A DE LA DIRECTIVE RE)

STANDARD(S) APPLIQUÉ(S)

EN 62311:2008

(ARTICLE 3.1.A DE LA DIRECTIVE RE)

STANDARD(S) APPLIQUÉ(S)

EN 62368-1:2014 + AC:2015

(ARTICLE 3.1.B DE LA DIRECTIVE RE)

STANDARD(S) APPLIQUÉ(S)

EN 301 489-1 V2.2.0 Draft

EN 301 489-17 V3.2.0 Draft

(ARTICLE 3.2 DE LA DIRECTIVE RE)

STANDARD(S) APPLIQUÉ(S)

EN 300 328 V2.2.0 Draft

La déclaration relève de la responsabilité exclusive du fabricant.

Genève, 1 mai 2018

lieu et date de la declaration de conformité

Peter C. Stas Président

Nom et signature



**EUROPE**

Déclaration de Conformité



	<p>Ne pas ingérer la pile/batterie, Danger de Brûlure Chimique</p>
	<p>Ce produit contient une batterie cellulaire. Si cette batterie est avalée, elle peut causer d'importantes brûlures internes dans les 2 heures suivantes et mener à la mort</p>
	<p>Garder les piles neuves et usages hors de portée des enfants. Si le compartiment de la batterie ne ferme pas de manière sécurisée, arrêter d'utiliser le produit et garder hors de portée des enfants. Si vous pensez que des batteries ont pu être avalées ou placées dans une partie du corps, faites appel à une aide médicale immédiatement.</p>

Horological Smartwatch

AL-283X5AQ6

Technologie : Bluetooth® LE

Puissance : 0,8 dBm max.

Fréquence : 2400 MHz - 2483,5 MHz





Alpina

1883 GENEVE

PLUS D'INFORMATIONS
alpinawatches.com

