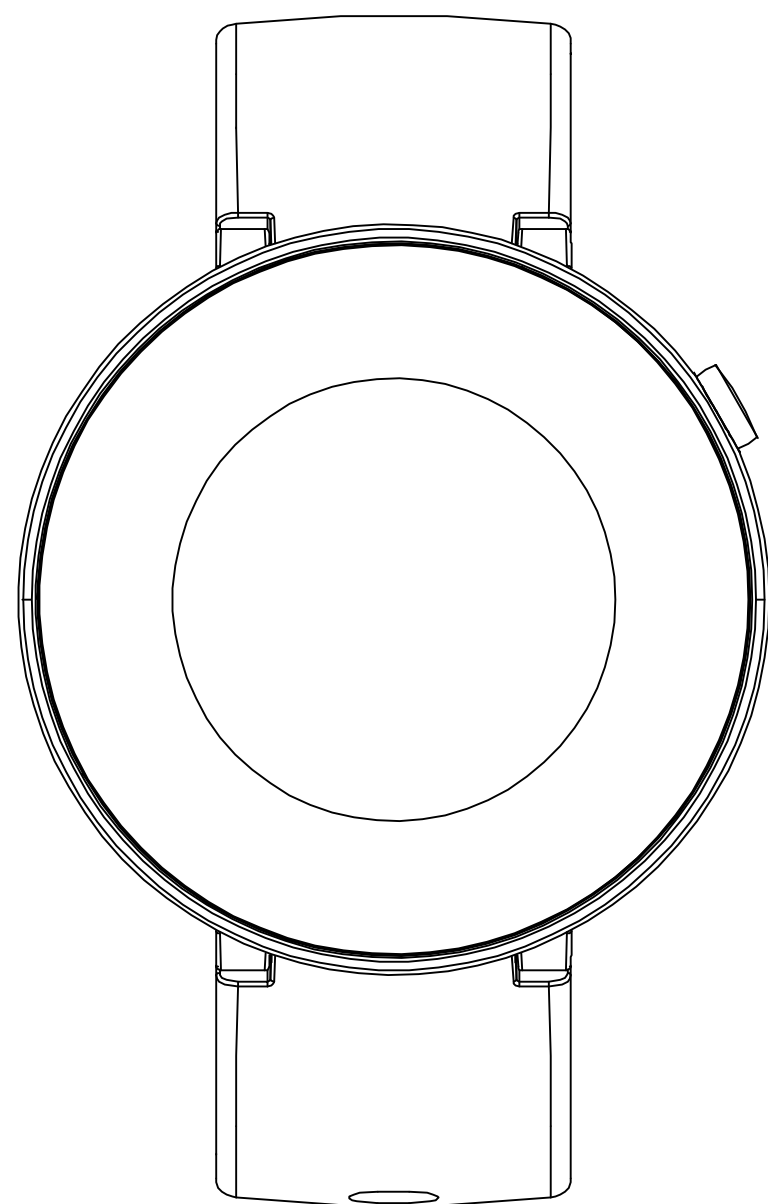


AMAZFIT 智能手表 2 使用手册



目录

- 01 运动与健康
- 04 开始使用
- 07 快速上手
- 09 网络通讯
- 10 表盘
- 11 生活助理
- 13 系统功能
- 15 第三方应用

运动与健康

运动

手表拥有 10 项运动模式，如跑步、健走、户外骑行、室内跑、室内骑行等。



开始运动

进入如跑步等户外运动的准备页后，手表会自动搜索 GPS，搜索成功后点击 GO 开始跑步。进入如椭圆机等室内运动后，直接点击 GO 开始运动。



GPS 搜索

进入户外运动的运动准备页面时手表会自动开始 GPS 定位，并在定位成功时第一时间提醒你。离开运动准备页面或运动完成时 GPS 定位会自动关闭。

GPS 持续搜索的时间为 3 分钟，如果超时仍未定位成功会提示你需要进行重新定位。成功定位后 1 小时未开始运动，手表会自动关闭定位状态以节省手表电量。继续使用则需重新定位。

定位建议：

GPS 定位请在户外空旷的地方进行，等待定位成功后开始运动。如果位于人群中，将手臂抬高到胸口处可以加快定位速度。

辅助搜星（AGPS）：

AGPS 是指一种 GPS 卫星轨道信息数据，能够帮助手表更快的进行 GPS 定位。

手表在 4G/WLAN 网络连接下，会自动更新 AGPS 数据。如手表连续 7 天未连接 4G/WLAN，AGPS 数据便会过期。过期后定位速度可能会受到影响，届时在开始运动时手表会提醒你更新。

运动设置

在运动准备页向上滑动可以显示“运动设置”入口，点击进入后可以根据需要来调整跑步项目的设置。

运动提醒：

运动提醒设置为你提供各类提醒的控制，如整公里提醒，心率提醒等。可在运动设置中按照需要进行设置。

自动分段：

跑步等运动中可以设置自动分段里程，以及开启自动分段提醒。手表会在每个分段节点记录这一分段的运动详情。在结束运动后可以查看分段详情。

外设连接：

手表支持连接 A2DP 蓝牙耳机设备。可在运动设置的外设连接设置项中配对或连接以上设备，以便在运动中使用。

间歇训练

在手机上打开 Amazfit 手表 app，在手表设备页面应用设置中点击运动，选择间歇训练，可以配置适合自己的间歇训练。

运动中

切换数据屏幕：

运动中从待机状态点亮屏幕后，可以通过横向滑动来切换各个数据屏幕。最左侧屏幕为运动操作界面。其他屏幕为数据项和其他运动中图表屏幕。

更换数据项：

运动中所显示的实时数据项可以通过 Amazfit 手表 app > 我的 > 我的手表 页面点击应用设置中的“运动”，在“运动实时数据项设置”中配置各项运动的显示。

运动暂停与停止

暂停运动：

在解锁状态单击物理按键即可暂停运动，再次按下按键即可继续运动。或滑动到最左侧界面，也可以在界面上点击暂停按钮来控制运动。



结束运动：

暂停后选择保存即可结束运动，选择继续就会返回运动状态，选择放弃不进行当前运动的保存。结束运动后手表会为你展示并保存本次运动的详情，你可以在手表或 Amazfit 手表 app 中再次查看。

查看运动记录

在手表上查看：

在手表上启动运动记录应用，即可查看最近一次运动概况，点击屏幕可查看所有运动记录列表。选择任意记录，上下滑动屏幕即可查看用时、配速、消耗、心率数据、心率曲线与图标等信息，左右滑动屏幕亦可查看该次运动所绘制的轨迹图、导出轨迹图或删除本次运动记录。

在手机上查看：

在 Amazfit 手表 app 的运动页面中可以查看从手表同步成功的全部运动详情。

心率

心率测量分为两种模式，分别是“单次测量”模式和“全天心率”模式，可以在心率应用内进行切换。

备注：为提高手表心率测量的准确性，请正确佩戴手表，并保持手表佩戴部位的清洁和避免防晒霜的涂抹。

单次测量：

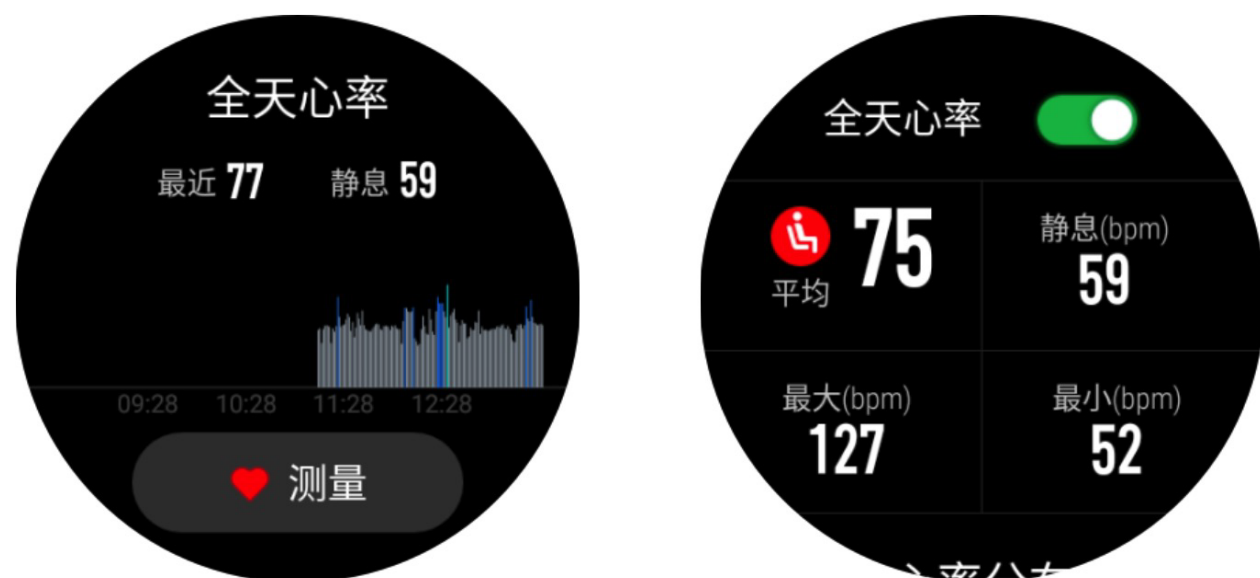
可以在你需要的时候手动进行心率测量。在测量时请保持相对静止，以便手表能够更准地输出心率数据。



全天心率：

开启全天心率后，心率应用会显示你每分钟的心率值（bpm），以及当日的非运动状态的平均心率、最大最小心率、静息心率（需佩戴手表入睡后方可评估）。

备注：开启全天心率会减少手表续航时间。

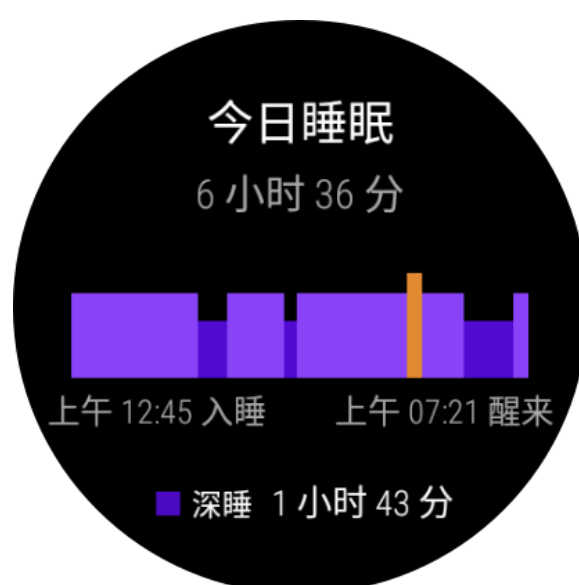


睡眠

佩戴手表在晚间入睡后，手表会监测你的睡眠状况，并在第二天起床后给出“睡眠时长”、“深睡”、“浅睡”等数据的分析。点击今日睡眠界面可以进入睡眠历史记录列表。

查看睡眠数据：

- 在手表上点击睡眠应用进入查看。
- 同步数据后，在手机上打开 Amazfit 手表 app > 状态 > 睡眠 查看。



健康

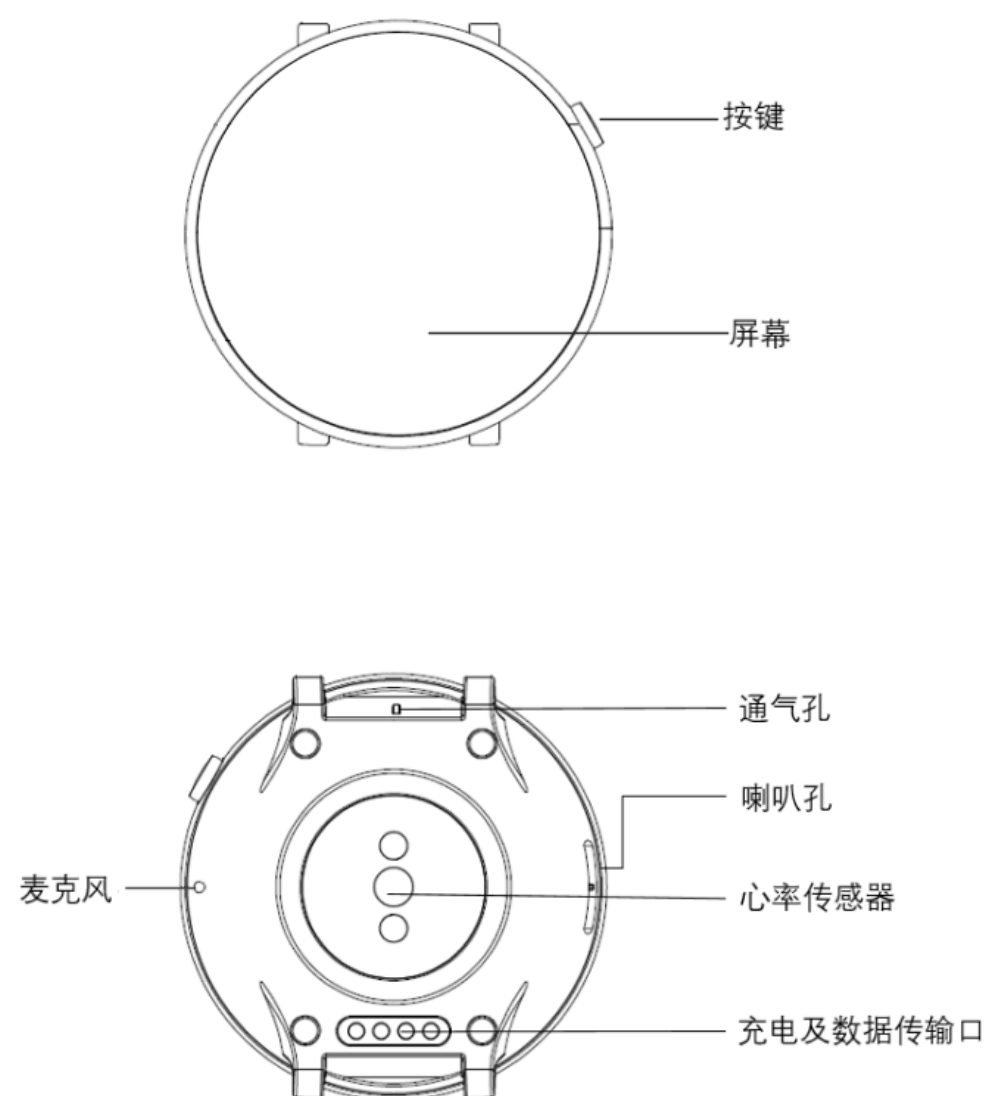
你每天的佩戴手表时产生的步数、消耗以及累计运动统计都会汇总到这里。在健康界面点击屏幕，可查看详细数据图表，如活动时间分布图、历史数据列表。

每周一的上午 9 点还会为你生成上一周的数据周报，方便查看前一周的整体运动和 health 数据周报。



开始使用

外观



佩戴和更换表带

建议将手表佩戴在手腕上时，保持贴合、舒服的松紧度，过紧或过松将影响光学心率监测器正常检测数据。

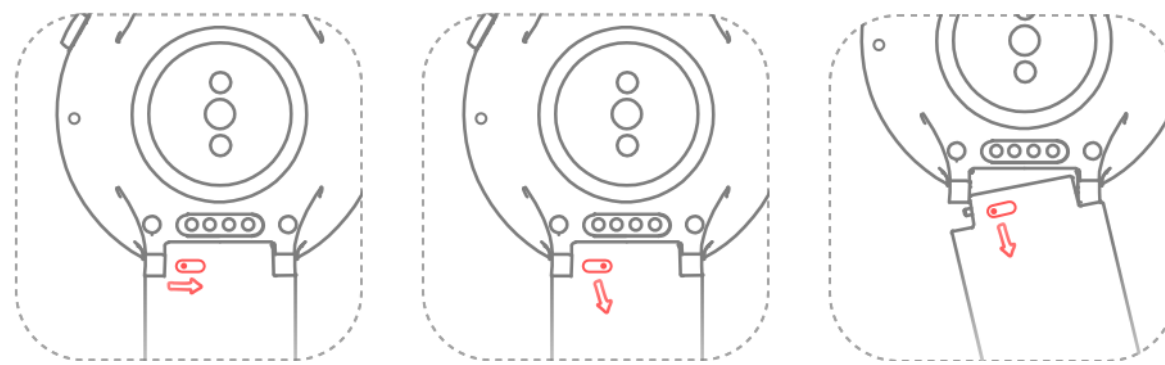
运动中，建议将手表以贴合、舒服且不会滑动的松紧度佩戴。不要过于拉紧，也不要让手表能够自由晃动。

备注：运动时请使用运动类表带。

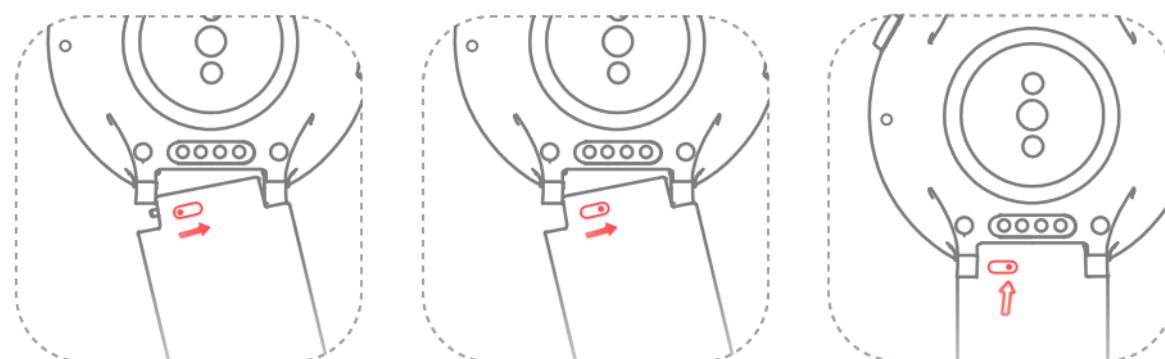
拆卸和安装表带：

请按照图片所示方法拆装表带。

拆卸



安装



启动与关闭

启动：

长按手表右侧按键，手表屏幕亮起显示启动画面。

关闭：

开机状态下，长按按键 5 秒以上进入关机菜单，可选择关机或重启。

强制重启：

在开机状态下，长按按键 10 秒以上将强制进行重启。

与手机配对

首次启动：

1. 手表首次启动时，会在屏幕上显示绑定用的二维码；
2. 在手机上安装并打开 Amazfit 手表 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：

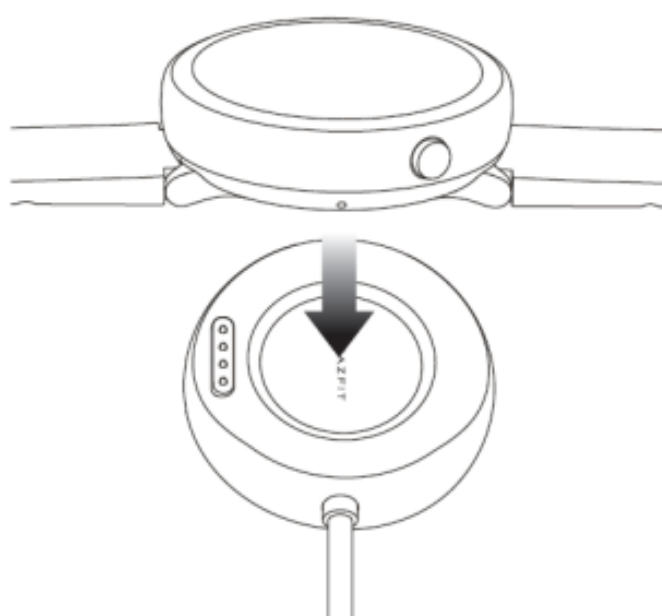
1. 在旧手机的 Amazfit 手表 app 上完成手表数据同步；
2. 在旧手机中，进入需要重新配对的手表信息页面，进入底部的更多设置中解除绑定；
3. 手表将会恢复出厂设置并重新启动，启动完毕即可按首次启动的流程将手表与新手机配对。

常用操作

| | |
|----------|---------------------------------|
| 轻点屏幕 | 使用该功能、选中当前项或进入下一步 |
| 短按按键 | 解锁手表、返回表盘或锁屏 |
| 长按按键 | 开机、进入关机重启页面、强制关机、在屏幕点亮状态下唤起语音助手 |
| 长按屏幕 | 在表盘页面可激活表盘选择、表盘设置 |
| 上下左右滑动屏幕 | 滚动或切换页面 |

充电

将手表与充电底座按图示方式连接，另外一头的 USB 插头插入 USB 电源适配器。此时手表上会显示充电状态，注意安装方向正确，压紧后手表不会松脱出底座。



充电要求：建议使用电脑端 USB 充电或者品牌手机充电头进行充电，手机充电头额定输入电压必须是 DC 5.0V，且输入电流大于 500mA。

注意：充电前请擦干充电触点，以免汗液或其他脏污导致接触不良无法充电。

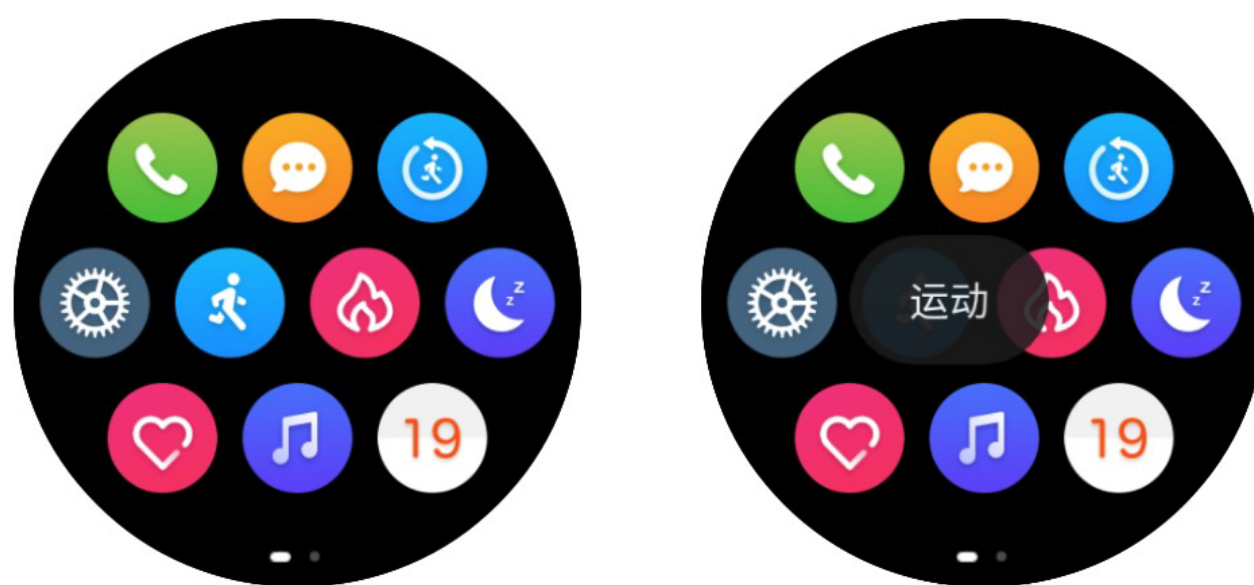
快速上手

打开应用

“应用”指的是手表上每个可以独立使用的功能，如睡眠、心率、指南针等。

打开方式：

1. 在表盘页面短按按键，左右滑动屏幕浏览应用列表；
2. 长按应用图标可查看应用名称；
3. 轻点应用以打开。



应用通知

手表连接手机后，可以在手表上显示手机的通知消息，并可对通知进行清理、屏蔽和置顶操作。

设置步骤：

1. 在手机上打开 Amazfit 手表 app；
2. 在我的 > 设置 > 通知设置 > App黑名单设置 开启需要通知的应用。

备注：安卓手机如需使用，需要在手机后台将 Amazfit 手表 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，无法接收应用提醒。



微光模式

待机状态下屏幕可显示灭屏或微光模式，默认为灭屏模式，可以在手表上进入 设置 > 显示与亮度 > 微光模式，通过控制微光模式的开关进行切换。

微光模式：

微光模式开启时，可在手表待机状态下查看时间（指针表盘显示指针，数字表盘显示数字时间），有消息通知时，会显示消息内容。

备注：开启微光模式会减少手表续航时间。

控制中心

在表盘界面上向下划动呼出，可以在该界面进行一些常用功能的开关和模式切换，长按图标可进入对应此功能的设置页面。



设备状态符号

| | |
|---|------------|
|  | 关机 |
|  | 飞行模式关 |
|  | 飞行模式开 |
|  | 移动信号关 |
|  | 移动信号开 |
|  | 移动信号 4G |
|  | 手电筒关 |
|  | 手电筒开 |
|  | 省电模式关，不在充电 |
|  | 省电模式开，不在充电 |

| | |
|---|--------------|
|  | 省电模式开，在充电 |
|  | 无线局域网关 |
|  | 无线局域网开 |
|  | 勿扰关 |
|  | 勿扰开 |
|  | 静音模式开 |
|  | 声音开 |
|  | 蓝牙关 |
|  | 蓝牙开，未连接 |
|  | 连接其他设备，未连接手机 |
|  | 连接手机，未连接其他设备 |

网络通讯

eSIM 卡

eSIM 卡是运营商提供的虚拟 SIM 卡服务，开通后手表可以独立使用电话、短信、蜂窝移动数据网络等功能。

AMAZFIT 智能手表 2 支持 eSIM 卡，在手机上打开 Amazfit 手表 app，在相应的手表信息页面进入“eSIM 卡”，根据指示进行开通和设置。

无线网络

通过连接无线网络，手表可以直接使用网络服务，如直接同步您的账号数据至云端、使用支付宝与搜狗地图等功能。

设置步骤：

1. 在手表上，进入应用列表 > 设置 > 网络与连接 > 无线局域网，启用后选择相应的网络；

2. 在手机上，打开 Amazfit 手表 app，在自动弹出的页面输入相应密码即可连接。

电话

电话功能可通过 eSIM 卡独立使用，拨打与接听均在手表上完成。

在手表上打开电话应用，左右滑动屏幕即可查看联系人与最近通话记录、拨打电话、设置来电提醒。

短信

由于运营商的限制，短信功能目前仅支持独立号码的 eSIM 卡使用。

在手表上打开短信应用，轻点“+”即可创建新短信，若有短信发送或接收记录，上下滑动屏幕即可查看。

联系人

电话、短信功能的联系人列表同步自手机通讯录，需要在手机上对 Amazfit 手表 app 授予通讯录访问权限。

表盘

表盘切换与排序

切换表盘：

唤醒手表后，在表盘界面左右滑动可以切换显示其他已启用表盘。

排序表盘：

在手机上进入 Amazfit 手表 app > 我的 > 我的手表 > 表盘管理，点击右上角排序，长按并拖动表盘上下移动，即可排列表盘的显示顺序。

快捷组件

部分表盘设有快捷组件，帮助你在表盘页面即可快速获取你所关注的信息以及启动想要的功能。



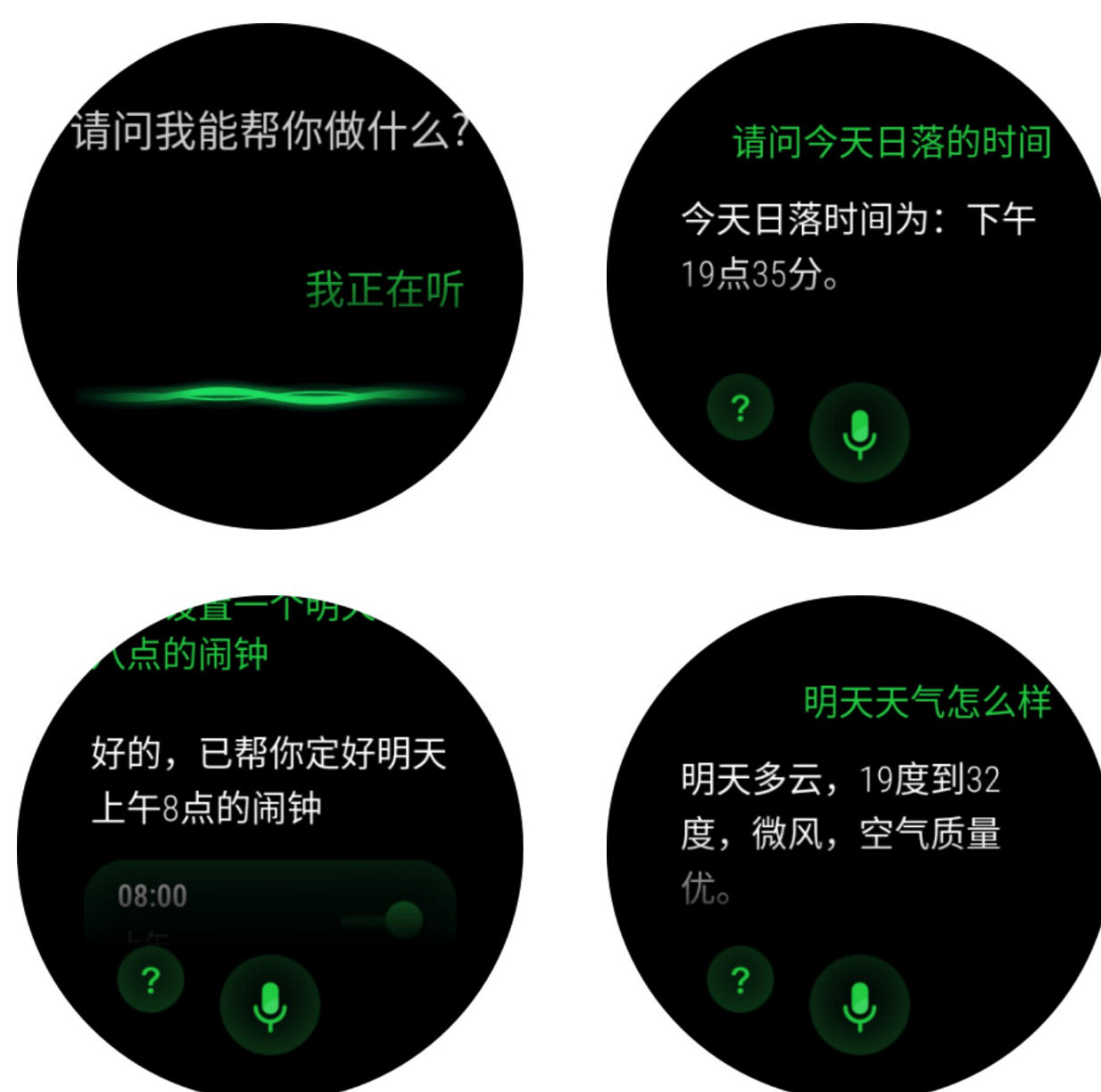
使用（以上图中的经典表盘为例）：

- 在步数快捷组件（橘黄色）中，可以查看今日已走了 5000 步的信息，点击该组件即可启动健康应用并跳转至步数界面。
- 在未接来电快捷组件（圆左）中，可以查看未接来电数目，点击即可跳转通话记录进行查看、回电等相应操作。

生活助理

小爱语音助手

在表盘时，能够通过长按按键打开小爱语音助手。小爱语音助手现在支持闲聊、查询天气、百科问答、设定闹钟、设置日程、算数、语音控制米家设备等功能。



可以试着对小爱说“今天天气怎么样”、“杜甫是谁”、“周五下午三点提醒我开例会”、“设置一个晚上 8 点的闹钟”等等。如果已经在 Amazfit 手表 app 上进行了小爱帐户的授权，则可以通过小爱来控制你的米家设备，如“打开客厅的空调”、“将卧室的台灯调成睡眠模式”等。

19 日程

可通过以下方式创建日程，当日程到达提醒时间后，手表将通过消息提醒你：

- 在手表上：通过小爱语音助手创建日程。
- 在手机上：打开 Amazfit 手表 app 的智能页面，在右上角“+”添加日程。

卡包

在手机上通过 Amazfit 手表 app 开通交通卡、门禁卡后，默认卡可在需要使用时直接刷卡使用，如需要使用的卡不是默认卡，则需要手表上切换到需要使用的卡后才能使用。

交通卡（公交卡）

开卡流程：

在手机上打开 Amazfit 手表 app，在手表信息页面进入 应用设置 > 卡包 > 交通卡，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。

门禁卡

开卡、模拟流程：

在手机上打开 Amazfit 手表 app，在手表信息页面进入 应用设置 > 卡包 > 门禁卡，根据引导进行开通。

当需要进行门禁卡模拟时，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。

系统功能

音乐

音乐播放器可以播放拷贝到手表 Music 目录里的 MP3 音乐文件，通过设置可以选择音乐的播放顺序、音量的大小，同时也支持蓝牙耳机的音量调整和切换歌曲控制。

拷贝音乐文件

1. 手表连接充电底座，将 USB 接口连接电脑主机（建议电脑使用 Windows 7/8/10 系统）；
2. 在“我的电脑”中找到手表的硬盘，打开手表目录里的 Music 文件夹；
3. 将 MP3 格式的音乐文件拷贝至上述文件夹中，拷贝成功即可。

播放音乐

手表可以直接外放音频，或者连接蓝牙耳机播放。

连接蓝牙耳机

手表支持连接 A2DP 的蓝牙耳机。第一次连接完成后，每次耳机开机后手表会自动连接耳机。

连接步骤：

1. 首先将蓝牙耳机进入配对模式（常见的蓝牙耳机都是长按蓝牙耳机电源键 5 秒钟左右，蓝牙指示灯进行红蓝灯闪烁配对模式）；
2. 打开手表蓝牙设备页面搜索，搜索到蓝牙耳机后点击连接即可。

天气

可以让你随时查看当前位置最近几日的天气信息，点击今日天气还可查看当前空气质量、风力、湿度、紫外线强度信息。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能及时更新天气的变化状态。

指南针

第一次使用时需要校准。

点击指南针界面可以进入经纬度的信息界面，海拔、经纬度信息需要在室外开放的空间沟通 GPS 信号来获取。为避免干扰，使用时请远离磁场。

闹钟

可以在手表上添加所需闹钟提醒，闹钟能够设置是否重复提醒，并且支持删除已经不需要的闹钟。

闹钟到点时，会通过震动来提醒，可以选择关闭或者稍后提醒，如震动时不进行任何操作只震动五分钟就会关闭。

秒表

可以记录多次时间的秒表。

计时器

可以设置倒计时，计时结束后会震动提醒你。

小爱语音助手

/Music/

存放 .mp3 文件

/gpxdata/

存放 .gpx 轨迹文件

/WatchFace/

存放的是外部导入

与 PC 连接

将手表与充电底座连接并与电脑的 USB 连接后，在“我的电脑”中双击“Amazfit Smartwatch”，进入后双击“内部存储设备”即可访问手表内的文件列表。

备注：Windows XP SP2 以下的系统需要安装 MTP 驱动才可以连接手表。



与 Mac 连接

Mac下需要安装 Android File Transfer 工具之后才可以连接手表。
将手表与底座连接并与电脑的 USB 连接后，Android File Transfer 工具会自动弹出并显示手表内的文件列表。



Android File Transfer

导入/导出

当可以通过电脑访问手表后，会在手表的根目录下显示部分文件夹。可以将对应文件拷贝进这些文件夹中或备份到电脑中。

检查升级

定期升级手表系统可以使手表系统得到不断的改进和优化，每次升级也会修复之前发现的问题。

备注：升级前请保持手表电量保持在 40% 以上，且整个升级过程中确保有稳定 Wi-Fi 的连接，以确保升级顺利进行。

手表上检查升级：

在 手表 > 设置 > 检查升级，可以查询手表当前的版本是否是最新。

手机应用上检查升级：

在 Amazfit 手表 app 中，可以通过手表信息页面进入更多设置，点击“手表系统更新”来查看手表系统是否需要升级。

第三方应用

支付宝

手表支付宝页面绑定手表后，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：

1. 在手表打开支付宝应用，轻点“开始绑定”；
2. 在手机打开支付宝 app，扫描手表上的二维码；
3. 按照提示输入支付宝支付密码绑定即可。

备注：需通过连接手表移动网络或无线局域网绑定。



可以用语音搜索目的地、规划路线并导航。

备注：iOS 设备需通过连接手表移动网络或无线局域网使用。
