



YA環 你的健康輕革命

運動心率手環

Heart-Rate Wristband

中文使用手冊



YA環中文使用手冊

簡介	1
規格	2
使用指南	3
操作方式	4
設定	5
心率	7
功能-運動紀錄	9
功能-即時連線	10
螢幕顯示狀態	11
服務	12



YA環簡介

感謝您選購YA環運動心率手環，YA環有心率、心率區間、時間顯示與計步功能，可以藍芽無線技術傳輸您的運動資料至智慧型手機，並以 JooiSports 運動app紀錄您的運動資料，幫助您更了解您的運動狀況。

尺寸

YA環有長、短兩種尺寸，外盒貼有 **L** 為長版，外盒貼有 **S** 為短版。

包裝內容物



1. YA環本體
2. YA環充電器
3. YA環快速引導手冊
(內含一組JooiSports開通碼)

YA環



YA環規格



* 白、綠色錶帶為選配商品

螢幕	0.5" OLED 顯示螢幕
切換方式	按鍵
心率區間	5 區間 (使用 JooiSports 設定)
連續心率偵測	Yes
即時顯示心率資訊	Yes
時間顯示	Yes
計步功能	Yes
電量顯示	Yes
電池	可充電式鋰聚合物電池
電量 (螢幕恆亮與 震動關閉狀態)	時間模式 (關閉心率量測功能) : 7天 一般操作 (平均每天使用1小時心率量測) : 6天 連續心率量測模式 : 8小時
尺寸	56.5x21.7x10 (單位mm)
重量	15g
傳輸方式	低功率藍芽(BLE) 4.0
記憶體	內建 4MB (開啟心率模式即儲存運動記錄)
處理器	低功耗 32bit 處理器
感測器	光學心率感測器 (OHR)、G-sensor
防水等級	生活防水
APP系統	iOS / Android
適用手腕圍	長腕帶 : 14cm-20cm 短腕帶 : 12cm-16cm

YA環使用指南

啟動YA環

初次使用YA環，請先充飽電，並長壓控制按鍵6秒啟動YA環

充電



1. 充電時請先確保YA環與充電器皆為乾燥。
2. 將YA環背面的金屬接觸點對齊充電器上的金屬針腳，充電座本身有磁性可以吸附YA環本體。
3. 將充電器一頭接入USB 端介面進行充電。

插上充電裝置後，畫面即出現充電符號並閃爍（如右圖）



完全沒電的YA環充飽電約需2-4小時，充飽電後螢幕將關閉待機。您可以透過控制按鍵切換至電量模式查看目前電量。

電量（續航能力）

時間模式：7 天

啟動心率量測（不連手機、不開螢幕恆亮與心率區間震動）：8 小時

啟動心率量測（手機藍芽即時連線）：6 小時

啟動心率量測（啟用螢幕恆亮）：3.5 小時

一般操作（平均一天使用1小時心率量測）：6 天

YA環操作方式

YA環螢幕切換頁面



按壓控制按鈕可以切換螢幕顯示

頁面顯示

頁面1
時間



頁面2
心率



心率關閉

心率開啟

心率偵測中



心率區間1

心率區間2

心率區間3

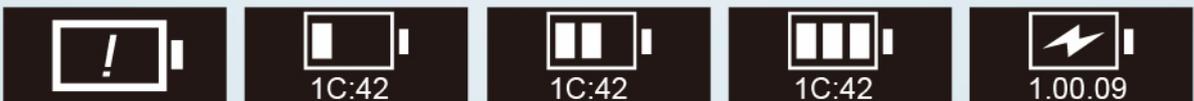
心率區間4

心率區間5

頁面3
步數



頁面4
電量



低電量

中電量

高電量

滿電量

充電中



藍芽斷線

藍芽連線

YA環設定I

請下載  JoiSports app，並註冊帳號後進行設定

下載JoiSports



JoiSports介紹



<http://www.joiup.com/joisports>

藍芽連線



1. 進入心率裝置設定
2. 搜尋裝置，點選你的YA Band
3. 連線完成

※ 若同時有兩只以上的YA環，您可以按壓控制按鍵，切換到電量模式查看YA環的序號（如下圖），連上藍芽後左上角會出現連線符號。



YA環序號



連線成功

時間設定



按下裝置設定後
可將手環的時間
與手機時間同步



其他設定

YA 環時間同步完畢後即可看到以下設定畫面



裝置名稱

韌體版本

硬體序號

電量顯示

開啟後，運動中螢幕恆亮（預設關閉）

開啟後，心率區間切換時會震動提醒（預設關閉）

清除手環內所有心率紀錄

更新YA環韌體

心率功能

按壓控制按鍵，將畫面切換到心率模式，預設畫面為空心的愛心，

在此畫面下長壓3秒可開啟心率測量模式，心率偵測時，請先保持20-30秒靜止不動，此時畫面為大小實心icon交錯出現   ，直到測量到心率，即時心率數值即顯示在畫面上 。

※ 偵測中，螢幕進入省電模式時會暫時關閉螢幕，直到偵測到心率，此時YA環會震動3秒，且自動亮起螢幕並顯示心率。偵測30秒後如仍無顯示心率值，畫面上會顯示無法偵測到心率 ，並自動關閉偵測。請確認所佩戴的位置並進行重新量測；待裝置偵測到心跳後，再開始正常活動。

欲關閉心率量測，請將畫面切換到心率畫面 ，長壓3秒即可關閉心率量測。

心率開啟時即為運動模式，會將心率自動儲存在YA環中。YA環內建4MB記憶體，約可儲存 7x24 小時的運動紀錄。

若出現  圖示表示記憶體容量已使用超過90%，當出現此圖示，請按壓控制按鍵即可關閉此畫面，每隔10分鐘會重覆提醒，直至本裝置與手機 JooiSports app 同步且記憶體使用容量低於90% 才會停止。

※ 如記憶體使用空間已滿，計步及心率功能仍可使用，新記錄將會從最舊的記錄開始覆蓋。

心率區間設定



心率區間代表意義

 未達有效運動心率

 有氧耐力區：低強度運動，以燃燒脂肪為主，減脂、熱身。

 有氧動力區：中低強度運動，同時燃燒脂肪與碳水化合物，減脂、減重。

 最大效能：中高強度運動，以燃燒碳水化合物為主，提升心肺能力。

 速度：高強度運動，完全燃燒碳水化合物，無氧系統提供動能，提高後燃效應。

YA環功能-運動紀錄

運動紀錄

您可以使用JoiSports運動app搭配YA環紀錄您的運動資料，幫助您更了解您的運動狀況。有裝置上傳以及即時連線兩種方法。

裝置上傳

您可以將存在YA環中的心率資料直接同步至JoiSports app中



4. 同步完成即可將運動紀錄存在手機內，同時手環內的心率資料會被清除

計步功能

按壓控制按鍵，切換到計步頁面，會先顯示腳步圖示 

1秒後顯示目前行走步數 **8413**

YA環功能-即時連線

即時連線運動

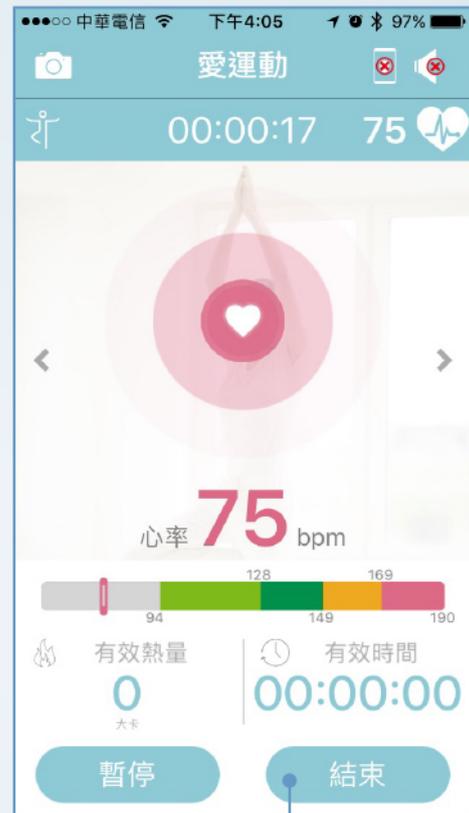
您可以戴著YA環與手機即時連線並紀錄運動。



1. 選擇運動類型
2. 透過心率裝置設定連接你的YA環

3. 按下開始運動

4. 運動中請一定要同時戴著手機與YA環，YA環不可以距離你的手機太遠，以避免運動中途斷線，影響運動紀錄。



5. 運動結束後按下結束

6. 儲存您的運動紀錄



YA環螢幕顯示狀態

電量狀態



電量 65%~100%



電量 35%~65%



電量 10%~35%



低電量：在低電量狀態下，按壓控制按鍵僅可進入時間功能畫面。



充電中：在充電過程中，按壓控制按鍵無作用，直到充飽電池後，畫面會返回電量狀態。

藍芽連線



與藍芽已配對連接，即出現連線符號。



與藍芽已解除配對，即出現斷線符號。

其他圖示



開機畫面：初次使用YA環長壓6秒、或是長壓12秒重置YA環時出現。



韌體更新中：韌體更新時出現此畫面，更新完成後此畫面自動關閉。

YA環維護與保養

為確保產品正常運作和使用壽命，使用與儲存時請注意下列事項：

- 請勿摔落裝置

若本裝置遭受猛烈的撞擊或震動，可能產生嚴重損壞。

- 避免溫度急遽改變

在寒冷的天候進入溫暖的房間時，可能產生水凝結現象。為避免水凝結損壞本裝置，請於溫度急遽改變前將本裝置置於密閉的塑膠袋中。

- 遠離強烈磁場

使用或儲存本裝置時，請遠離強烈電磁 / 放射性或磁場設備。

- 運作溫度

本裝置的運作溫度介於 -10°C ~ 60°C ，請勿於極端溫度中操作。

- 避免陽光曝曬

請避免長時間陽光直射或高溫曝曬。

- 清潔螢幕

建議使用乾淨的軟布擦拭螢幕，請勿使用一般面紙擦拭螢幕。

- 請勿拆解

請勿拆解本裝置，這可能使保固失效並損壞本裝置。

- 儲存

當長時間不使用本裝置時，請將本裝置存放於涼爽乾燥之處。如要長期儲存，建議將本裝置置於乾燥的盒中。請勿將本產品置於不通風且潮濕的地點或濕度超過 90% 的環境中。

保固期限

購買日期起 12 個月 (電池與相關附件保固期限為6個月)

維修服務

請附購買憑證mail至 service@joiup.com