



HOROLOGICAL  
SMARTWATCH



**FREDERIQUE CONSTANT**  
GENEVE

A man with short dark hair and glasses is sitting on a concrete ledge, looking out over a city at dusk. He is wearing a black long-sleeved shirt and dark pants. The background shows a brick building and a street with some lights.

# GEBRUIKERSHANDLEIDING

SMARTWATCH  
FC-285

The background of the image consists of a series of concentric circles in a light blue-grey color, centered on the page. The circles vary in size, creating a subtle, textured effect.

01

BEGINNEN



# BEGINNEN

## 01. DOWNLOAD DE APP

Download de FREDERIQUE CONSTANT SMARTWATCH app voor iPhone® of Android.

## 02. ACTIVEER BLUETOOTH OP UW TELEFOON

## 03. OPEN DE APP EN VOLG DE INSTRUCTIES OP

U wordt eerst gevraagd om uw persoonlijk profiel aan te maken, vervolgens om uw horloge te verbinden aan de app en tenslotte om uw eigen doelstellingen in te stellen.

## 04. U KUNT NU UW SMARTWATCH GENTS CLASSICS GEBRUIKEN

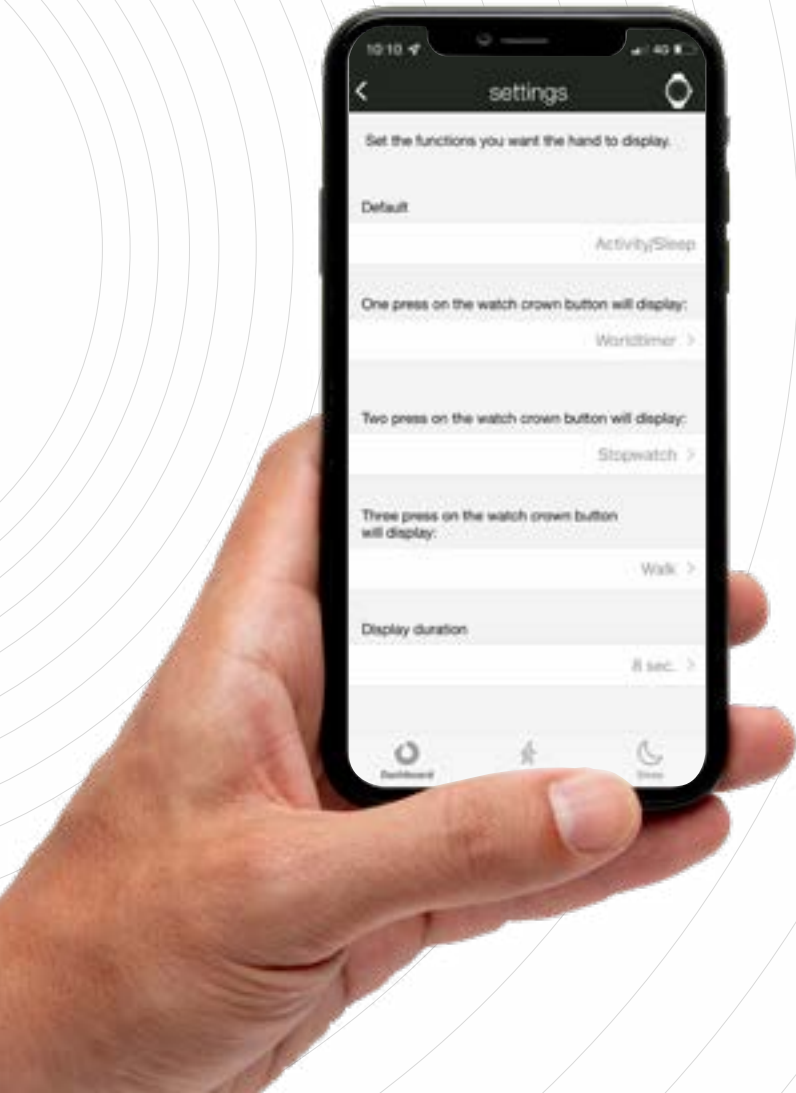


The background of the image consists of a series of concentric circles in a light blue-grey color, centered on the page. The circles vary in size, creating a subtle, textured effect.

02

NAVIGEREN

# DE SMARTWATCH GENTS CLASSICS BEDIENEN



De Smartwatch Gents Notify is uitgerust met een kroon met drukknop waarmee u de verschillende functies kunt bedienen:

- Activiteit/Slaap
- Datum
- Wereldtijd (2e tijdzone)
- Temperatuur (temperatuur van het horloge)
- Chronograaf
- Work-out (5 verschillende sporten kunnen worden gemonitord)

De volgende functies zijn standaard beschikbaar op uw horloge:

- Tijd en datum altijd zichtbaar
- Volgen van activiteit
- Monitoren van slaap

Daarnaast kunt u met de bijpassende app 3 verschillende functies toevoegen om op uw horloge te bekijken.

### 3 SECONDEN INGEDRUKT HOUDEN:

Wisselt de modus tussen activiteit en slaap.

Als de kleine wijzer (hier in het blauw) de datum aanwijst, bevindt u zich in de modus voor het volgen van activiteit. Als de kleine wijzer (hier in het blauw) de maan aanwijst, bevindt u zich in de modus voor het monitoren van slaap.



The background of the slide features a series of concentric circles in a light blue-grey color, centered on the page. The circles vary in radius, creating a subtle, textured effect.

03

FUNCTIES



# FUNCTIES



ACTIVITY TRACKING



DYNAMIC COACH



GET-ACTIVE ALERTS



CHRONOGRAAF



SLAAP MONITOR



SMART SLEEP ALARMS



KALIBERTEMPERatuur



WORLDTIMER



ALTIJD OP TIJD

# KENMERKEN



CLOUD BACKUP & RESTORE



2 JAAR BATTERIJDUUR



FREDERIQUE CONSTANT  
GENEVE





## FUNCTIES



### ALTIJD OP TIJD

U hoeft nooit meer een tijd, dag en datum in te stellen - als u door tijdzones reist, neemt het horloge de tijd over van uw smartphone en geeft het automatisch de huidige tijd weer.





## FUNCTIES



### WORLDTIMER

U kunt ervoor kiezen om een tweede tijdzone op uw horloge weer te geven. Een functie die vooral handig is als u op reis bent om uw tijd thuis bij te houden.

Afhankelijk van de instellingen van uw drukknop (één keer, twee keer of drie keer de kroon van uw horloge indrukken) beweegt de uurwijzer zich om de tijd in uw geselecteerde tweede tijdzone aan te geven (de duur van de weergave kan worden ingesteld in de instellingen van de drukknop).





## FUNCTIES



### ACTIVITY TRACKING

Houd uw dagelijkse stappen, verbrande calorieën en de totale afgelegde afstand bij. Dankzij de grafieken van de bijbehorende app krijgt u een overzicht van uw resultaten per week en kunt u uw resultaten vergelijken met mensen van uw leeftijd over de hele wereld, dankzij een benchmarktool.

#### UW ACTIVITEITENDOEL IN DE BIJPASSENDE APP INSTELLEN

De eerste stap die u moet nemen, is uw eigen activiteitendoel instellen in de app.

#### DE RESULTATEN VAN UW ACTIVITEIT AFLEZEN OP UW HORLOGE

In activiteitenmodus (zie pagina 6), kunt u in de kleine teller op 6 uur aflezen welk percentage van uw activiteitendoel u hebt bereikt. De grote wijzer (hier in het grijs) wijst dit aan op de schaal van 0-100.



# FUNCTIES



## SLAAP MONITOR

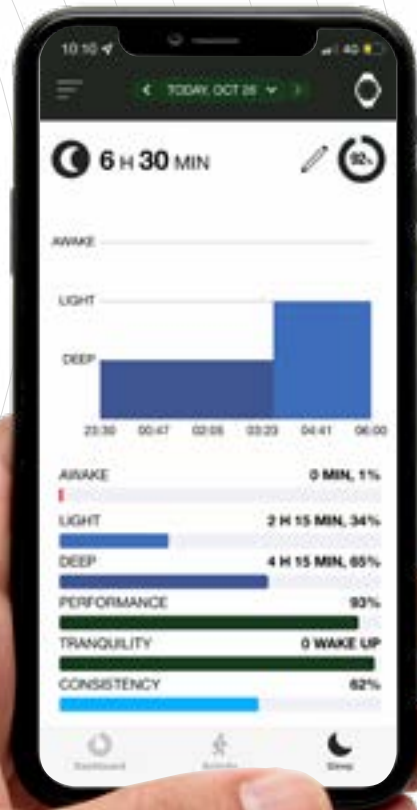
Draag uw horloge 's nachts of leg het onder uw kussen om uw slaap vast te leggen. U kunt uw favoriete modus instellen in de app. De slaap monitorfunctie geeft details over uw slaappatroon, inclusief hoeveel tijd u diep of licht heeft geslapen of wakker bent. De functie geeft u ook inzicht en tips over hoe u uw slaap kunt verbeteren.

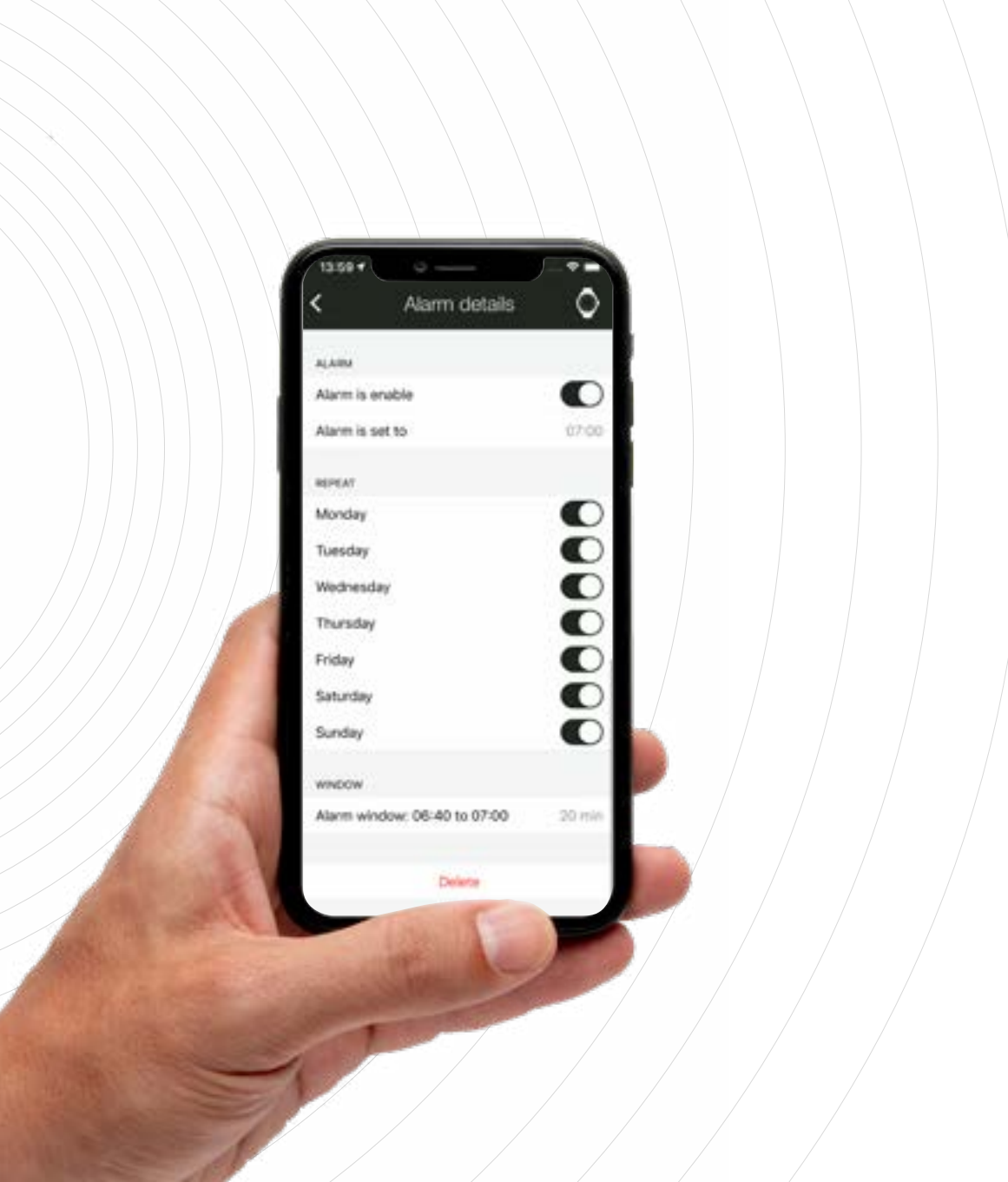
### UW SLAAPDOEL IN DE BIJPASSENDE APP INSTELLEN

De eerste stap die u moet nemen, is uw eigen slaapdoel instellen in de app.

### DE RESULTATEN VAN UW SLAAP AFLEZEN OP UW HORLOGE

In slaapmodus (zie pagina 6), kunt u in de kleine teller op 6 uur aflezen welk percentage van uw slaapdoel u hebt bereikt. De grote wijzer (hier in het grijs) wijst dit aan op de schaal van 0-100.





# FUNCTIES



## SMART SLEEP ALARMS

Stel een smart sleepalarm in dat u helpt om op het beste moment wakker te worden op basis van uw slaapcyclus, zodat u zich uitgerust en verkwikt voelt.

U kunt de Smart Sleep-alarmen eenvoudig in en uitschakelen in de bijpassende app.





# FUNCTIES



## KALIBERTEMPERATUUR

De kalibertemperatuur kan op uw horloge worden weergegeven via de uur- en minutenwijzers.

Dit stelt u als volgt in:

1. Stel uw drukknop in de bijpassende app in.
2. Druk op de drukknop van de kroon (één keer, twee keer of drie keer, afhankelijk van uw instellingen).
3. De uur- en minutenwijzers tonen de kalibertemperatuur op de schaalverdeling van de minuten.





# FUNCTIES



## GET-ACTIVE ALERTS

Stel een alert in om u eraan te herinneren dat u moet bewegen als u een bepaalde tijd niet actief bent geweest.

Personaliseer uw Get-Active-alert in de bijbehorende app.





# FUNCTIES



## CHRONOGRAAF

De chronograaffunctie kan direct op uw horloge worden gestart via de drukknop.

Dit stelt u als volgt in:

1. Stel uw drukknop in de bijpassende app in.
2. Druk op de drukknop van de kroon (één keer, twee keer of drie keer, afhankelijk van uw instellingen).
3. De uur- en minutenwijzers gaan naar 12 uur.
4. Om de chronograaf te starten: druk op de kroon.

De minutenwijzer geeft de seconden aan en de uurwijzer geeft de minuten aan.

5. Om de chronograaf te stoppen: druk op de kroon.
6. Om te resetten: druk op de kroon.

De wijzers keren automatisch terug naar de tijdsweergave.





# FUNCTIES



## DYNAMIC COACH

Ontvang suggesties, tips en informatie die specifiek op u zijn afgestemd op basis van uw activiteiten- en slaapdoelen.





## KENMERKEN



### CLOUD BACKUP & RESTORE

Herstel al uw gegevens, zelfs als u uw horloge of telefoon kwijtraakt. Uw gegevens worden opgeslagen in uw persoonlijke profiel.





## KENMERKEN



### CHRONOGRAAF

De chronograaffunctie kan direct op uw horloge worden gestart via de drukknop.

Dit stelt u als volgt in:

1. Stel uw drukknop in de bijpassende app in.
2. Druk op de drukknop van de kroon (één keer, twee keer of drie keer, afhankelijk van uw instellingen).
3. De uur- en minutenwijzers gaan naar 12 uur.
4. Om de chronograaf te starten: druk op de kroon.

De minutenwijzer geeft de seconden aan en de uurwijzer geeft de minuten aan.

5. Om de chronograaf te stoppen: druk op de kroon.
6. Om te resetten: druk op de kroon.

De wijzers keren automatisch terug naar de tijdsweergave.



04

LEGAL NOTICES

# LEGAL NOTICES

## **USA CANADA**

FREDERIQUE CONSTANT SA  
Chemin du Champ-des-Filles, 32  
1228 Plan-les-Ouates Switzerland

## **NOTE**

This equipment has been tested and found to comply with the limits for a Class B digital device, pursuant to Part 15 of the FCC Rules. These limits are designed to provide reasonable protection against harmful interference in a residential installation. This equipment generates, uses and can radiate radio frequency energy and, if not installed and used in accordance with the instructions, may cause harmful interference to radio communications. However, there is no guarantee that interference will not occur in a particular installation. If this equipment does cause harmful interference to radio or television reception, which can be determined by turning the equipment off and on, the user is encouraged to try to correct the interference by one or more of the following measures:

- Reorient or relocate the receiving antenna.

- Increase the separation between the equipment and receiver.
- Connect the equipment into an outlet on a circuit different from that to which the receiver is connected.
- Consult the dealer or an experienced technician for help.

## **NOTICE**

This device complies with Part 15 of the FCC Rules and with Industry Canada license-exempt RSS standard(s). Operation is subject to the following two conditions:

1. this device may not cause harmful interference, and
2. this device must accept any interference received, including interference that may cause undesired operation.

## **NOTICE**

Changes or modifications made to this equipment not expressly approved by Frederique Constant SA may void the FCC authorization to operate this equipment.

Perchlorate Material -  
special handling may apply.  
See [www.dtsc.ca.gov/hazardouswaste/perchlorate](http://www.dtsc.ca.gov/hazardouswaste/perchlorate)

## **EUROPE**

FREDERIQUE CONSTANT SA  
Chemin du Champ-des-Filles, 32  
1228 Plan-les-Ouates  
Switzerland



**Declares that the product: /  
Erklärt, dass das Produkt: /  
Déclare que le produit: /  
Si dichiara che il prodotto: /**

SMARTWATCH FC-285X5B4/6  
complies with the essential requirements of Article 3 of the R&TTE 1999/5/EC Directive, if used for its intended use and that the following standards has been applied: /  
bei bestimmungsmäßiger Verwendung den grundlegenden Anforderungen gemäß Artikel 3 der R&TTE-Richtlinie 1999/5/ EG entspricht

und daß die folgenden Normen angewandt wurden: /  
répond aux exigences essentielles du Article 3 de la directive R&TTE 1999/5/EC , prévu qu'il soit utilisé selon sa destination, et qu'il répond aux standards suivants: /  
soddisfa tutti i requisiti secondo l'art. 3 della direttiva R&TTE 1999/5/EC qualora venga utilizzato per l'uso previsto e che le seguenti norme siano applicate: /

**Geneva, October 1st, 2016,**

Place and date of the declaration of conformity (Ort und Datum der Konformitätserklärung) (lieu et date de la declaration de conformité) (Luogo e data della dichiarazione di conformità)

**Peter C. Stas Name and signature**

(Name und Unterschrift)  
(Nom et signature)  
(Nome, cognome e firma)

# LEGAL NOTICES

## 1. HEALTH

(ARTICLE 3.1.A OF THE R&TTE DIRECTIVE)  
Gesundheit (Artikel 3.1.a der R&TTE-Richtlinie)  
Santé (Article 3.1.a de la Directive R&TTE)  
Salute (Articolo.3.1 a della Direttiva R&TTE)

### APPLIED STANDARD(S)

applied standard(s) / standard(s) appliqué(s) /  
norma(e) applicata(e)  
EN 62311:2008

## 2. SAFETY

(ARTICLE 3.1.A OF THE R&TTE DIRECTIVE)  
Sicherheit (Artikel 3.1.a der R&TTE-Richtlinie)  
Sécurité électrique (Article 3.1.a de la Directive  
R&TTE)

Sicurezza elettrica (Articolo 3.1 a della  
Direttiva R&TTE)

### APPLIED STANDARD(S)

applied standard(s) / standard(s) appliqué(s) /  
norma(e) applicata(e)  
EN 60950-1:2006 + A11:2009 + AC:2011 +  
A12:2001 + A1:2010

## 3. ELECTROMAGNETIC COMPATIBILITY

(ARTICLE 3.1.B OF THE R&TTE DIRECTIVE)  
Elektromagnetische Verträglichkeit (Artikel  
3.1.b der R&TTE-Richtlinie)

Compatibilité Electromagnétique(Article 3.1.b  
de la Directive R&TTE)

Compatibilità Elettromagnetica (Articolo 3.1 b  
della Direttiva R&TTE)

### APPLIED STANDARD(S)

applied standard(s) / standard(s) appliqué(s) /  
norma(e) applicata(e)  
EN 301 489-1 V1.9.2  
EN 301 489-17 V2.2.1

## 4. EFFICIENT USE OF THE RADIO

(ARTICLE 3.2 OF THE R&TTE DIRECTIVE)  
Effiziente Nutzung des Funkfrequenzspektrums  
(Artikel 3.2 der R&TTE-Richtlinie)

Efficacité du spectre radio (Article 3.2 de la  
Directive R&TTE)

Effettivo uso dello spettro radio (Articolo 3.2  
della Direttiva R&TTE)

## APPLIED STANDARD(S)

applied standard(s) / standard(s) appliqué(s) /  
norma(e) applicata(e)  
EN 300 328 V1.8.1

## SOUTH AFRICA



TA-2015/1103 / TA-2015/1104 / TA-2015/1105

## AUSTRALIA



In compliance with eu directive 2002/96/  
ce, any parts of quartz watches should  
be disposed of at a deee/weee registered  
recycling organization.  
Please contact your Frederique Constant  
distributor.

