

## УСТАНОВКА МОБИЛЬНОГО ПРИЛОЖЕНИЯ, РЕГИСТРАЦИЯ И синхронизация устройства



Вы можете скачать мобильное приложение HEALBE GoBe2 бесплатно из App Store или Google Play.

1. Убедитесь, что ваш GoBe2 полностью заряжен и включен. После этого начните установку мобильного приложения;
2. Включите Bluetooth;
3. Откройте приложение HEALBE GoBe и начните процесс синхронизации GoBe2 с вашим мобильным устройством. Пожалуйста, помните, что во время синхронизации GoBe2 должен находиться максимально близко к вашему мобильному устройству;
4. Следуйте инструкциям из приложения для регистрации профиля;
5. Вы можете обновить прошивку GoBe2 после того, как вы синхронизировали устройство с мобильным приложением и завершили регистрацию. Процесс обновления может занять 5-10 минут, поэтому мы рекомендуем отключить опцию блокировки экрана и автоматического перехода в режим ожидания на телефоне на данный период;

6. При регулярном использовании вы сможете увидеть свои показатели в приложении, а также в личном кабинете пользователя HEALBE на сайте [web.healbe.com](http://web.healbe.com). Помните, что для загрузки ваших данных в приложение и веб-профиль, необходимо регулярно синхронизировать браслет с мобильным устройством;

7. Если вы не синхронизируете ваш GoBe2 в течение некоторого времени, следующая синхронизация может оказаться более длительной, чем обычно. Если у вас возникла проблема синхронизации, пожалуйста, перезапустите приложение и повторите попытку.

Если у вас возникли вопросы по работе с браслетом, вы всегда можете обратиться к нам по адресу [gobe@healbe.com](mailto:gobe@healbe.com) - служба поддержки HEALBE работает 24/7.

## HEALBE GoBe2

**ПОЖАЛУЙСТА, ВНИМАТЕЛЬНО ПРОЧИТЕ ИНСТРУКЦИЮ ПЕРЕД НАЧАЛОМ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ВАШЕГО GoBe2!**

### ЧТО ТАКОЕ GoBe2?

GoBe2 – это первый и единственный в мире умный браслет с уникальными функциями 100% автоматического подсчета усвоенных калорий, водного баланса и стресса.

GoBe2 делает все подсчеты, просто соприкасаясь с кожей на запястье. Вам не нужно вводить какие-либо данные в приложение вручную.

		ФУНКЦИИ GoBe2			
	<b>УСВОЕННЫЕ КАЛОРИИ</b>		ЭНЕРГЕТИЧЕСКИЙ БАЛАНС		КАЧЕСТВО СНА
	<b>ВОДНЫЙ БАЛАНС</b>		РАСХОД КАЛОРИЙ		ШАГИ И ДИСТАНЦИЯ
	<b>КОНТРОЛЬ СТРЕССА</b>		ПУЛЬС		МОМЕНТЫ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО НАПРЯЖЕНИЯ

Неправильный образ жизни является одной из основных причин возникновения таких заболеваний, как сахарный диабет, гипертония, лишний вес, хроническая усталость, депрессия, пищевая и дыхательная аллергии, повышенный риск сердечного приступа, многие виды рака. Хронический стресс и нарушения пищевого поведения могут повысить риски возникновения негативных последствий для организма.

### ПОЧЕМУ GoBe2 НЕОБХОДИМ?

Изменение питания и отслеживание источников стресса помогает сделать шаг к здоровому образу жизни. GoBe2 создан, чтобы помочь вам в этом: он расскажет, сколько калорий ваш организм усваивает из пищи, насколько качественно вы спите, часто ли испытываете стресс, не обезвожен ли ваш организм, и многое другое. Если вы направите свои усилия на управление привычками, у вас появится возможность улучшить общее состояние здоровья и качество своей жизни.

## ПОТРЕБЛЕНИЕ КАЛОРИЙ

GoBe2 автоматически определяет количество усвоенных организмом калорий. С помощью технологии FLOW™ и датчика биоимпеданса GoBe2 оценивает динамику движения межклеточной жидкости. Она связана с поступлением глюкозы и основных нутриентов в ткани в течение дня. GoBe2 использует эту информацию, чтобы подсчитать усвоенные калории.

## КАК РАБОТАЕТ GoBe2?



Вы едите или пьете.

Пища достигает кишечника, где ферменты начинают свою работу по ее расщеплению. Скорость расщепления зависит от состава еды и вашего метаболизма.

Глюкоза, поступившая с пищей, вызывает перемещение жидкости из клетки в межклеточную жидкость и обратно. Этот процесс приводит к колебаниям проводимости тканей.

Анализ этих колебаний, являющийся частью запатентованной технологии FLOW™, позволяет оценить, насколько повышается уровень глюкозы в тканях в процессе усвоения пищи.

GoBe2 отслеживает калории, когда они усваиваются организмом, на этапе поступления питательных веществ в ткани. Задержка в усвоении калорий и отображении этого показателя в приложении может достигать до 8-12 часов. Калории могут усваиваться как днем, так и ночью (если вы поели вечером).

Доказанная в ходе исследований точность подсчета калорий браслетом GoBe2 выше 85% в условиях смешанной здоровой диеты и стабильном пищевом поведении (без резкого изменения состава и объема еды и количества приемов пищи в день).

## ВОДНЫЙ БАЛАНС

GoBe2 автоматически измеряет уровень гидратации и подает сигнал в виде легкой вибрации и надписи "DRINK" на экране браслета, когда уровень воды в вашем организме снижается. Напоминание попить помогает поддерживать баланс воды на том уровне, в котором нуждается именно ваш организм.

## КОНТРОЛЬ СТРЕССА

Периоды стресса неизбежны, но GoBe2 поможет выявить и локализовать причины стрессовых ситуаций, а также следить за накоплением стресса в реальном времени.

## КАЧЕСТВО СНА

Здоровый сон так же важен для организма, как и правильное питание. Качество сна зависит от множества факторов, в том числе, от уровня стресса, дневной активности и рациона. GoBe2 собирает данные о продолжительности и качестве вашего сна путем измерения частоты сердечных сокращений и движений тела в течение ночи. С помощью функции "Умный будильник" GoBe2 разбудит вас в конце фазы быстрого сна (т.н. REM-фазы) и сделает пробуждение легким и приятным.

## КРАТКОЕ РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ

[healbe.com/ru/gobe2](http://healbe.com/ru/gobe2)

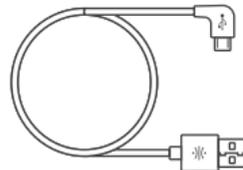
## КОМПЛЕКТАЦИЯ



БРАСЛЕТ  
HEALBE GoBe2

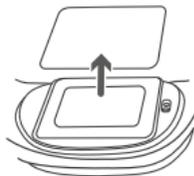


ЗАРЯДНАЯ  
ДОК-СТАНЦИЯ



USB-КАБЕЛЬ

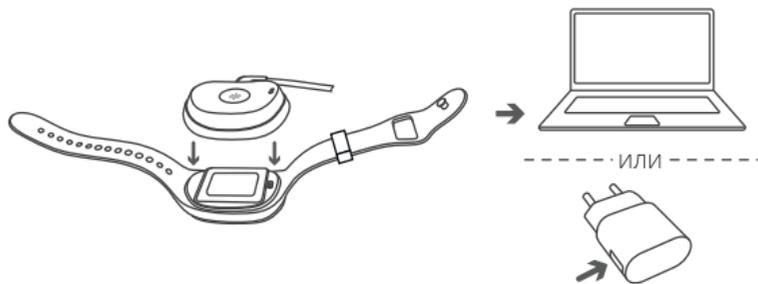
## ЗАРЯДКА И НАСТРОЙКА ВАШЕГО GoBe2



### ВАЖНО!

Пожалуйста, снимите защитную плёнку с сенсора на задней стороне вашего GoBe2 перед тем, как установить браслет на зарядную док-станцию.

Установите браслет на зарядку таким образом, чтобы контакты зарядного устройства и браслета полностью совпали. Если вы установили свой GoVe2 на зарядку правильно, индикатор на внешней стороне док-станции загорится красным светом. Как только браслет будет полностью заряжен, индикатор сменит цвет на синий. Если устройство установлено на зарядку неправильно, индикатор будет светиться синим цветом. В такой ситуации попробуйте переподключить зарядное устройство, чтобы загорелся красный цвет - это значит, что устройство начало заряжаться.



**!** Перед тем как поместить браслет на док-станцию для зарядки, убедитесь, что контакты на браслете и док-станции чистые и сухие.

- Обязательно используйте оригинальные док-станцию и USB-кабель для зарядки вашего устройства, это позволит заряжать GoVe2 максимально быстро и качественно. Зарядное устройство GoVe2 имеет магнитную базу.
- Обычно GoVe2 заряжается в течение 30-60 минут.
- Вы можете приобрести дополнительную док-станцию или кабель на нашем сайте [healbe.com/ru/store](http://healbe.com/ru/store).



#### УБЕДИТЕСЬ, ЧТО УСТРОЙСТВО ВКЛЮЧЕНО ПЕРЕД ТЕМ, КАК НАЧАТЬ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ

При отсутствии контакта с кожей в течение 5 минут и более, устройство автоматически выключится для сохранения энергии аккумулятора. Для того, чтобы GoVe2 продолжал собирать информацию с датчиков, необходимо убедиться, что браслет включен. Чтобы включить GoVe2, нажмите кнопку на браслете и дождитесь надписи "HELLO".

#### КАК ПРАВИЛЬНО НОСИТЬ GoBe2?

Отрегулируйте длину ремешка должным образом для оптимальной работы устройства - застегните GoBe2 крепко на запястье, чтобы датчики браслета были в максимальном контакте с вашей кожей. Это важно для точного считывания информации о вашем теле.



Требуется от 10 секунд до 2 минут соприкосновения с кожей, чтобы датчики GoBe2 настроились на взаимодействие с вашим телом. Чтобы ускорить этот процесс, увлажните кожу под браслетом водой. Если по каким-либо причинам не произойдет контакта электродов с кожей в течение первой минуты после включения, устройство просигнализирует об этом с помощью вибрации и надписи "NO CONTACT" на экране браслета. Если контакт так и не будет зафиксирован, GoBe2 автоматически отключится через 5 минут. В таком случае повторите попытку или напишите в службу поддержки [goebe@healbe.com](mailto:goebe@healbe.com).

#### ВАЖНО!

- Мы не рекомендуем использовать увлажняющие кремы, косметику или масла на коже под сенсором.
- Мы не рекомендуем носить устройство, если на руке в области браслета имеются татуировки, шрамы, рубцы, воспалительные изменения, нарушения целостности кожи.
- Все эти факторы могут привести к раздражению кожи или к нежелательной реакции.
- Раздражение также может быть вызвано аллергией на материалы браслета. Ознакомиться с полным списком материалов, контактирующих с кожей, вы можете на нашем сайте в разделе инструкции "Материалы, Аллергия, Противопоказания".
- Для того, чтобы достичь максимальной точности измерений, необходимо носить устройство постоянно (22-23 часа в сутки).
- Если перерыв в ношении браслета составляет более 100 минут в сутки, возможно возникновение погрешности в измерениях.
- При использовании GoBe2 под водой не нажимайте кнопку сбоку дисплея. С браслетом можно принимать душ, плавать в бассейне и в пресной воде, но мы не рекомендуем использовать браслет в соленой воде.

### **АККУМУЛЯТОР**

Компактный встроенный аккумулятор обеспечивает мощность в 350 мАч. Браслет оснащён четырьмя датчиками: датчиком биоимпеданса, акселерометром, пьезо-датчиком и гальваническим датчиком реакции кожи. Полностью заряженный GoBe2 может работать до 48 часов.

### **КОММУНИКАЦИИ**

Bluetooth 4.0 Low Energy (BLE)

Полоса частот BLE: 2402-2480 MHz

Выходная мощность BLE: -3.04 dBm

### **АКСЕССУАРЫ**

Вы можете приобрести аксессуары на нашем сайте [healbe.com/ru/store](http://healbe.com/ru/store).

### **ГАРАНТИЙНОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ**

Наша цель - сделать ваш опыт использования GoBe2 максимально приятным. Вы можете вернуть браслет в течение 30 дней со дня покупки, а в течение 12 месяцев мы обеспечиваем гарантийное сервисное обслуживание. Мы всегда рады любым отзывам и предложениям, которые помогут нам улучшить продукт и решить какие-либо возникшие проблемы.

По любым вопросам о вашем GoBe2, пожалуйста, напишите нам на почту по адресу [gobe@healbe.com](mailto:gobe@healbe.com).

### **ОБНОВЛЕНИЯ И НОВОСТИ**

Устанавливайте прошивку браслета и мобильного приложения по мере выхода обновлений. Это поможет продлить срок работы аккумулятора, улучшить точность измерений и повысить удобство работы с устройством.

Следите за нашими новостями в блоге и в социальных сетях.



[healbe.com/blog](http://healbe.com/blog)



Healbe

Если у вас остались вопросы, ознакомьтесь с подробной инструкцией на нашем сайте, в разделе "Инструкция по использованию" - [healbe.com/ru/manual](http://healbe.com/ru/manual).

При возникновении вопросов, связанных с работой устройства или приложения, обращайтесь по электронному адресу [gobe@healbe.com](mailto:gobe@healbe.com).