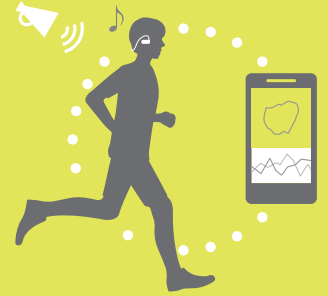


## استمتع بتدريبك الشخصي باستخدام Smart B-Trainer™

من خلال المستشعر الداخلي للجهاز والتطبيق، يمكنك الاستمتاع  
وبرنامج تدريبي أكثر كفاءة مزود بميزة توجيه الموسيقى والصوت.



### الإعدادات قبل استخدام الجهاز

1. التأكيد على وجود جميع المحتويات داخل الصندوق
2. الشحن

### إعدادات التطبيق

3. تنزيل تطبيق "B-Trainer"
4. بدء استخدام التطبيق وارتداء الجهاز (ارجع إلى الوجه الآخر من الصفحة للتعرف على كيفية ارتداء الجهاز).

انتهت الإعدادات الواردة في دليل بدء التشغيل  
اتبع تعليمات التطبيق

## 1 التأكيد على وجود جميع المحتويات داخل الصندوق



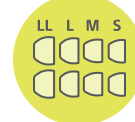
حامل (1) USB



الجهاز (1)



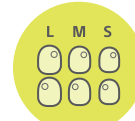
سماعات الأذن للسباحة  
(زوج واحد لكل مقاس)



سماعات الأذن  
(زوج واحد لكل مقاس)



شريط الضبط



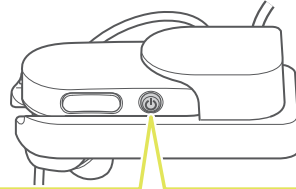
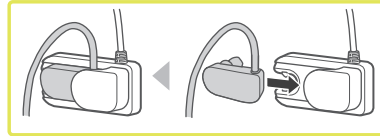
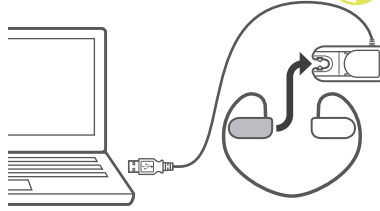
أغطية الضبط الخاصة بمستشعر  
معدل ضربات القلب  
(زوج واحد لكل مقاس)

دليل بدء التشغيل (هذا المستند)  
(1)  
معلومات هامة (1)  
بطاقة الضمان (اعتمادا على  
المنطقة/البلد)



جراب للحمل

## 2 الشحن



- يبدأ الشحن عندما تضيء مصابيح LED.
- عند الشحن للمرة الأولى، يُقدَّر الوقت المتوقع لإتمام عملية الشحن كاملة بـ 1.5 ساعة.



## 3 تنزيل تطبيق "B-Trainer"

في حالة التنزيل من Google Play™ أو App Store™



### في حالة استخدام هاتف ذكي متوافق مع وظيفة NFC

1. قم بتشغيل وظيفة NFC على هاتفك الذكي.
2. المس علامة N على الجهاز بعلامة N على هاتفك الذكي.
3. اضغط على مربع حوار التأكيد على هاتفك الذكي.



- تعد العملية الموضحة أعلاه مثالا. ارجع إلى أدلة هاتفك الذكي للحصول على المزيد من المعلومات.
- قد لا تتوفر وظيفة NFC، وذلك تبعًا لنوع هاتفك الذكي أو نظام تشغيله.

## 4 بدء استخدام التطبيق وارتداء الجهاز

ابدأ في استخدام التطبيق والاستمتاع به. ارجع إلى الوجه الآخر من الصفحة للتعرف على كيفية ارتداء الجهاز وطريقة تشغيله الأساسية.

تعد "Smart B-Trainer" و "B-Trainer" علامات تجارية مسجلة أو علامات تجارية مسجلة لصالح شركة Sony Corporation. تعد Apple وشعار Apple وiPhone وiPad وiPod touch وApple Inc. علامات تجارية لشركة Apple Inc.، وهي علامات مسجلة داخل الولايات المتحدة ودول أخرى. يعد App Store علامة خدمة لشركة Apple Inc. وتعد Google Play وAndroid وGoogle Inc. علامات تجارية مسجلة أو علامات تجارية لشركة Google Inc.



يمكنك قياس حالة جسدك والأنشطة المتعلقة به، مثل معدل ضربات القلب أو الموقع، من خلال العديد من المستشعرات. ارتد الجهاز بإحكام للحصول على قياس أكثر دقة.

ابدأ!

## دليل بدء تشغيل B-Trainer™

للحصول على مزيد من التفاصيل والاحتياجات، ارجع إلى دليل المساعدة (دليل الويب)  
[http://rd1.sony.net/help/sports/btr1/h\\_zz/](http://rd1.sony.net/help/sports/btr1/h_zz/)



SSE-BTR1

الأذن اليسرى

الأذن اليمنى

**زر START**  
ضغط قصيرة: بدء التدريب أو إيقافه بشكل مؤقت  
ضغط طويلة: إيقاف التدريب

**زر <</>**  
ضغط قصيرة: الانتقال إلى الأغنية التالية أو السابقة  
ضغط طويلة: تغيير الكثافة (أثناء التدريب)

**زر >>/MEMO**  
ضغط قصيرة: بدء تشغيل الموسيقى أو إيقاف تشغيلها بشكل مؤقت  
ضغط طويلة: مذكرة صوتية يحتوي الزر على نقطة لمسية.

**زر (BLUETOOTH) /SELECT**  
ضغط قصيرة: تغيير الوضع (دفع الجهاز/ BLUETOOTH)  
ضغط طويلة: تشغيل وظيفة BLUETOOTH وإيقاف تشغيلها  
ضغط طويلة (تزيد عن 7 ثوان): اقتران

**زر (الطاقة)/ INFO**  
مصابيح LED تشغيل الطاقة  
ضغط طويلة: تشغيل الطاقة أو إيقاف تشغيلها  
ضغط قصيرة: الحصول على معلومات (أثناء وضع تشغيل الطاقة)، بدء مكالمة هاتفية أو إنهاؤها (أثناء الاتصال بـ BLUETOOTH)  
ضغط طويلة (تزيد عن 8 ثوان): إعادة تعيين

في حالة وجود فجوة أو تذبذب، قم بتجربة الطرق الموضحة أدناه.

- تغيير سماعات الأذن بأخرى ذات حجم مختلف
- تغيير أغطية الضبط الخاصة بمستشعر معدل ضربات القلب بأخرى ذات حجم مختلف
- استخدام شريط الضبط إذا لزم الأمر

إذا كنت ترتدي الجهاز أثناء السباحة، فتأكد من ارتداء سماعات الأذن الخاصة بالسباحة للحماية ضد المياه.

**ضع الجهاز بشكل صحيح على أذنك**

اضبط منطقة استشعار معدل ضربات القلب داخل أذنك اليمنى بشكل محكم.