



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 t-shirt and brown suede shoes. The background shows a brick building and a street with some lights.

# MANUALE D'USO

SMARTWATCH  
FC-285

The background of the image consists of a series of concentric, thin white circles centered on the page, creating a ripple effect against a solid light blue background.

01

GUIDA INTRODUTTIVA



## GUIDA INTRODUTTIVA

### 01. SCARICARE L'APP

Scaricare l'app FREDERIQUE CONSTANT SMARTWATCH per iPhone® o Android.

### 02. ATTIVARE IL BLUETOOTH SUL TELEFONO

### 03. APRIRE L'APP E SEGUIRE LE ISTRUZIONI

Prima di tutto si deve creare un profilo, quindi si procede con l'abbinamento di app e smartwatch, infine si possono impostare gli obiettivi.

### 04. ORA È POSSIBILE USARE LO SMARTWATCH GENTS CLASSICS

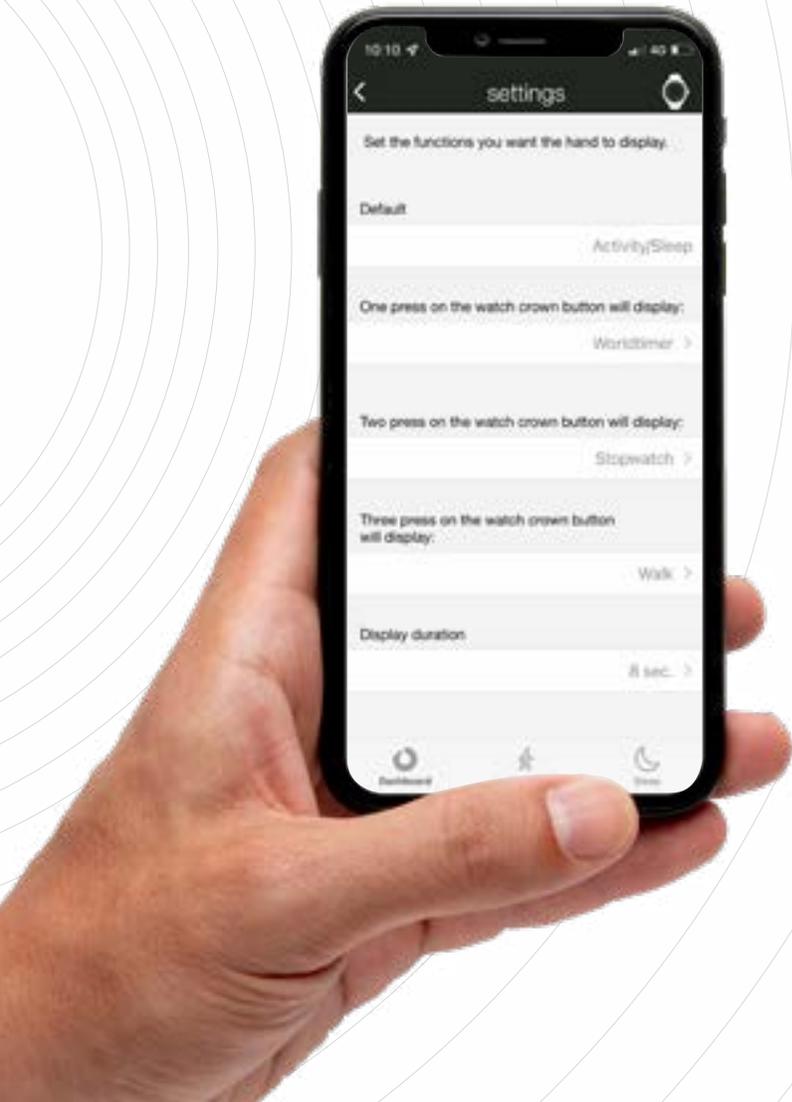


The background of the image consists of a series of concentric, thin white circles centered on the page, creating a ripple effect against a solid light blue background. The circles are evenly spaced and extend towards the edges of the frame.

02

NAVIGARE

# SAPERNE DI PIÙ SUGLI SMARTWATCH GENTS CLASSICS



Lo Smartwatch Gents Classics è dotato di un pulsante a corona che permette di accedere alle sue diverse funzioni:

- Attività / Sonno
- Data
- Worldtimer (2° fuso orario)
- Temperatura (temperatura dell'orologio)
- Cronografo
- Workout (Sono disponibili 5 diverse attività sportive che possono essere monitorate)

Le seguenti funzioni sono disponibili di default sul tuo orologio:

- Ora e data per essere sempre puntuali
- Monitoraggio dell'attività
- Monitoraggio del sonno

Inoltre, è possibile aggiungere fino a 3 diverse funzioni da visualizzare sull'orologio tramite l'applicazione associata.

## SCHIACCIA E TIENI PREMUTO PER 3 SECONDI:

Cambia modalità tra "attività" e "sonno".

Se la lancetta piccola (blu nell'esempio) mostra la data, sei in modalità di monitoraggio dell'attività. Se la lancetta piccola (blu nell'esempio) mostra la luna, sei in modalità di monitoraggio del sonno.



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 size and are spaced evenly, creating a subtle, geometric pattern.

03

FUNZIONI



# FUNZIONI



**MONITORAGGIO  
DELLE ATTIVITÀ**



**COACHING DINAMICO**



**AVVISI GET-ACTIVE**



**CRONOGRAFO**



**MONITORAGGIO DEL SONNO**



**SVEGLIA INTELLIGENTE**



**TEMPERATURA INTERNA DEL  
CALIBRO DELL'OROLOGIO**



**WORLDTIMER**



**ORA E DATA**



**BACKUP SU CLOUD  
E RIPRISTINO**



**2 ANNI DI VITA DELLA BATTERIA**



**FREDERIQUE CONSTANT**  
GENEVE



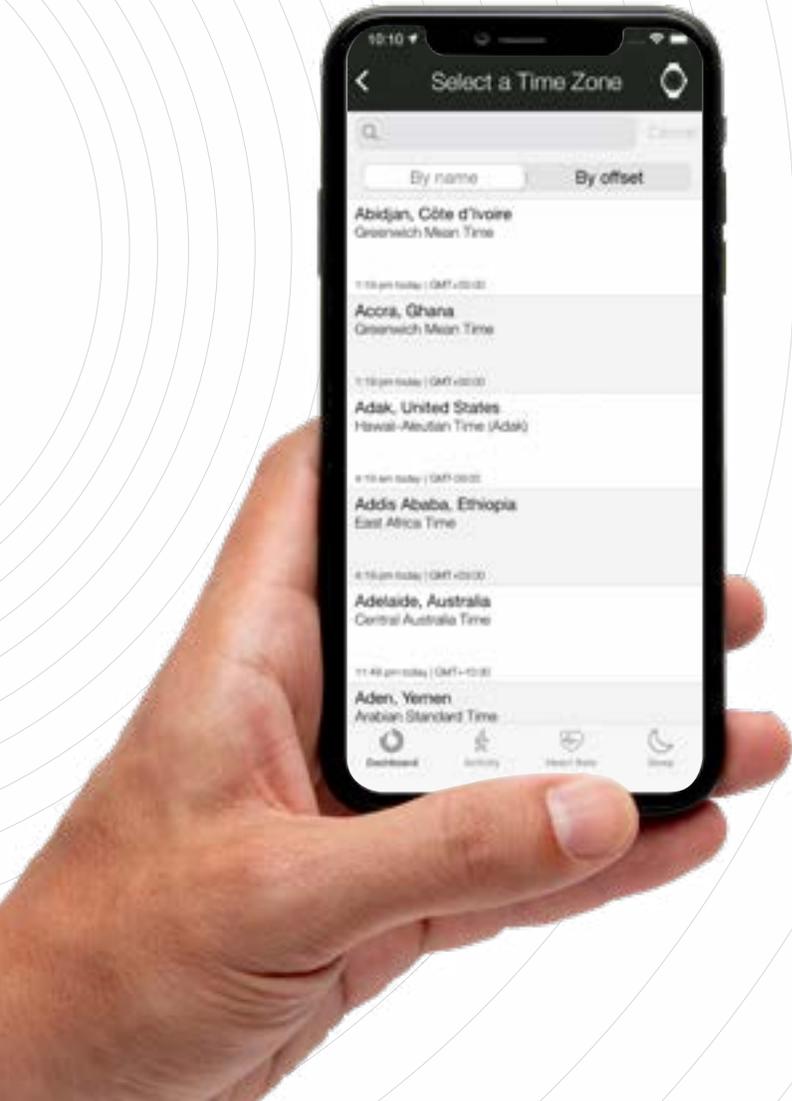
## FUNZIONI



### ORA E DATA

Se durante un viaggio cambia il fuso orario, lo smartwatch rileva l'ora attraverso lo smartphone e fornisce automaticamente l'indicazione corretta.





## FUNZIONI



### WORLDTIMER

È possibile scegliere di visualizzare sull'orologio un secondo fuso orario. Una funzionalità particolarmente utile in viaggio, per sapere sempre che ore sono nella zona di provenienza.

A seconda delle impostazioni del pulsante (una pressione, due pressioni o tre pressioni sulla corona dell'orologio), la lancetta delle ore si sposta per indicare il secondo fuso orario selezionato (la durata della visualizzazione può essere impostata nelle impostazioni del pulsante).





## FUNZIONI



### MONITORAGGIO DELLE ATTIVITÀ

Consente di monitorare il numero di passi fatti ogni giorno, le calorie bruciate e la distanza totale percorsa. I grafici dell'app dedicata offrono una panoramica dei risultati per settimana, e comparano i risultati con quelli di stesse persone della medesima età in tutto il mondo grazie a uno strumento di confronto degli standard.

#### IMPOSTARE IL PROPRIO OBIETTIVO DI ATTIVITÀ NELL'APPLICAZIONE ASSOCIATA

Il primo passo da fare è impostare il proprio obiettivo di attività nell'applicazione.

#### COME LEGGERE I RISULTATI DELL'ATTIVITÀ SULL'OROLOGIO

In modalità "attività" (vedi pagina 6), nel piccolo contatore a ore 6 puoi leggere la percentuale raggiunta del tuo obiettivo di attività. La lancetta grande (in grigio nell'esempio) indica la scala da 0 a 100.





## FUNZIONI



### MONITORAGGIO DEL SONNO

Indossato durante la notte o riposto sotto il cuscino, l'orologio consente di monitorare il sonno. È possibile impostare l'app nella modalità preferita. La funzione di tracciamento del sonno fornisce informazioni dettagliate sui comportamenti durante il sonno, tra cui le ore di sonno profondo, sonno leggero o veglia. Offrirà anche dati e consigli per il miglioramento della qualità del sonno.

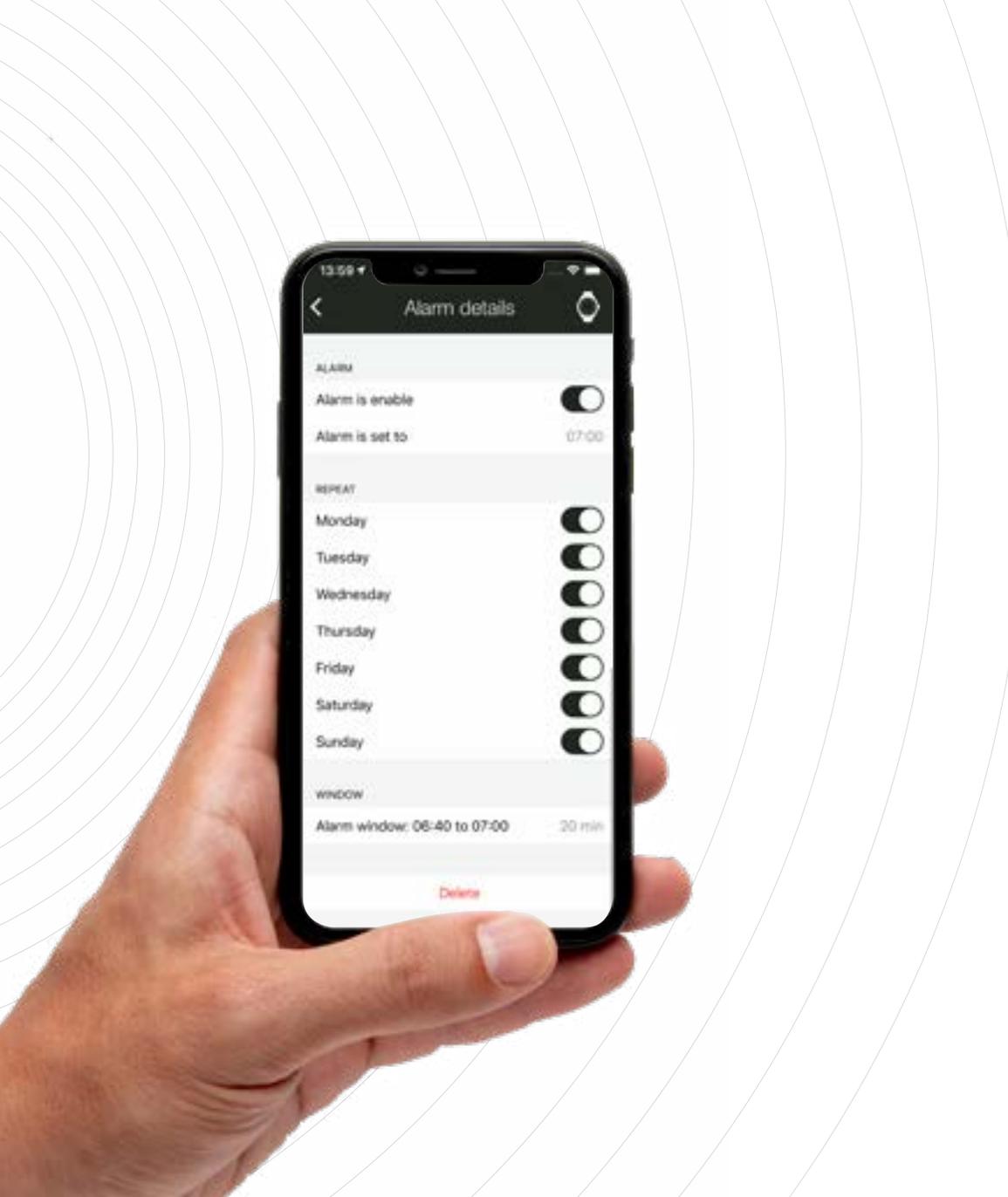
#### IMPOSTARE IL PROPRIO OBIETTIVO DI "SONNO" NELL'APPLICAZIONE ASSOCIATA

Il primo passo da fare è impostare il proprio obiettivo di "sonno" nell'applicazione.

#### COME LEGGERE I RISULTATI DEL SONNO SULL'OROLOGIO

In modalità "sonno" (vedi pagina 6), nel piccolo contatore a ore 6 puoi leggere la percentuale raggiunta del tuo obiettivo di sonno. La lancetta grande (in grigio nell'esempio) indica la scala da 0 a 100.





# FUNZIONI



## SVEGLIA INTELLIGENTE

Assicura un risveglio piacevole e un sonno riposante consentendo di impostare una sveglia intelligente nel momento migliore del ciclo del sonno.

Puoi facilmente attivare e disattivare gli allarmi della Sveglia Smart all'interno dell'applicazione associata.





## FUNZIONI



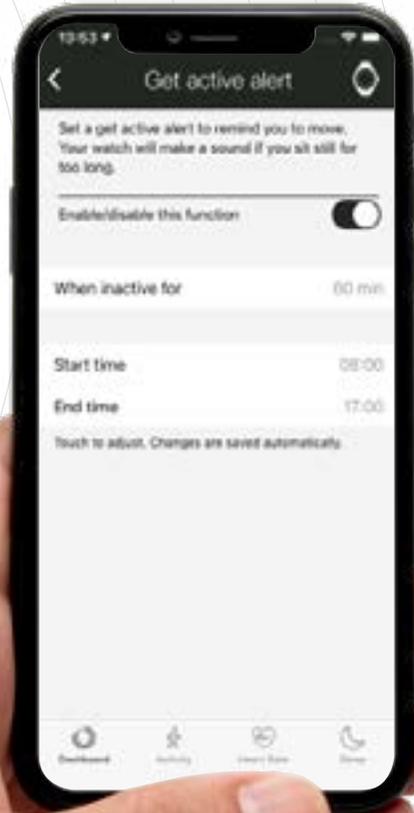
### TEMPERATURA INTERNA DEL CALIBRO DELL'OROLOGIO

La temperatura del calibro può essere visualizzata sull'orologio tramite le lancette delle ore e dei minuti.

Per farlo:

1. Configurare il pulsante nell'applicazione associata.
2. Premere il pulsante sulla corona (una spinta, due spinte o tre spinte a seconda delle tue impostazioni).
3. Le lancette delle ore e dei minuti indicheranno la temperatura del calibro sulla scala dei minuti.





---

# FUNZIONI

---



## AVVISI GET-ACTIVE

Consente di impostare un avviso che, dopo un certo periodo di inattività, ricorda di fare movimento.

Gli avvisi Get-Active possono essere impostati mediante l'app dedicata.





# FUNZIONI



## CRONOGRAFO

La funzione cronografo può essere attivata direttamente sull'orologio tramite il pulsante.

Per farlo:

1. Impostare il pulsante nell'applicazione associata.
2. Premere il pulsante sulla corona (una spinta, due spinte o tre spinte a seconda delle tue impostazioni).
3. Le lancette delle ore e dei minuti andranno a ore 12.
4. Attivare il cronografo premendo sulla corona. La lancetta dei minuti indicherà i secondi mentre la lancetta delle ore indicherà i minuti.
5. Fermare il cronografo premendo sulla corona.
6. Azzerare il cronografo premendo sulla corona. Le lancette torneranno automaticamente ad indicare l'ora attuale.



# FUNZIONI



## COACHING DINAMICO

Consente di ricevere consigli, suggerimenti e informazioni elaborate in base agli obiettivi di sonno e veglia predefiniti.





# SPECIFICHE



## BACKUP SU CLOUD E RIPRISTINO

Recupero di tutti i dati, anche in caso di perdita dell'orologio o del telefono. I dati sono salvati nel profilo personale.





---

## SPECIFICHE

---



### **2 ANNI DI VITA DELLA BATTERIA**

Il tuo Smartwatch Frederique Constant è un vero e proprio orologio svizzero che ne rispecchia la pura tradizione orologiaia.

Il tuo orologio è dotato di un movimento elettronico con 2 anni di durata della batteria (a seconda del suo utilizzo).



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.

