



fitbit inspire



사용 설명서
버전 2.2

목차

시작하기	5
제품 구성	5
Inspire 설정하기	6
트래커 충전하기	6
휴대폰 또는 태블릿으로 설정하기.....	7
Windows 10 PC로 설정	7
Fitbit 앱에서 데이터 보기	8
Inspire 착용하기	9
손목에 Inspire 착용하기	9
밴드 고정하기	9
잘 쓰는 손	10
클립에 넣어 Inspire 착용하기.....	10
클립 착용 위치	11
밴드 교체하기	12
밴드 분리하기	12
밴드 장착하기	12
기본	13
Inspire 살펴보기	13
기본 사항 살펴보기.....	13
빠른 설정	15
Inspire 관리하기	15
시계 변경	16
알림	17
알림 설정하기	17
수신 알림 확인하기.....	17
알림 끄기	18
시간 지키기	19
알람 설정	19
알람 해제 또는 스누즈하기.....	20
타이머 앱 사용하기.....	20
활동 및 수면	21

통계 확인	21
일일 활동 목표 모니터링하기	22
목표 선택하기	22
시간당 활동 모니터링하기.....	22
자동으로 운동 모니터링하기.....	22
수면 모니터링하기.....	23
수면 목표 설정	23
수면 습관에 대해 알아보기.....	23
업데이트, 다시 시작 및 지우기	24
Inspire 업데이트하기.....	24
Inspire 다시 시작하기.....	24
Inspire 지우기.....	24
문제 해결.....	25
응답하지 않는 기기.....	25
일반 정보 및 사양.....	26
센서.....	26
소재.....	26
무선 기술	26
햅틱 피드백.....	26
배터리	26
메모리	26
디스플레이.....	26
밴드 크기	27
환경 조건	27
자세히 알아보기	27
반품 정책 및 보증	27
규제 및 안전 공지.....	28
미국: 연방 통신 위원회(FCC) 성명	28
캐나다: 캐나다 산업부(IC) 성명	29
유럽연합(EU)	30
아르헨티나.....	31
호주 및 뉴질랜드	31
중국.....	31

인도.....	32
이스라엘	33
일본.....	33
멕시코.....	33
모로코.....	33
나이지리아.....	34
오만.....	34
파키스탄	34
필리핀	35
세르비아	35
한국.....	35
대만.....	36
아랍에미리트 연합국.....	37
잠비아.....	37
안전 성명.....	38

시작하기

Fitbit Inspire는 매일 건강한 습관을 만들도록 도와주는 친구 같은 피트니스 트래커입니다. 잠시 시간을 내어 [fitbit.com/safety](https://www.fitbit.com/safety)에 나와 있는 전체 안전 정보를 검토하세요. Inspire는 의학적이거나 과학적 데이터를 제공하기 위한 것이 아닙니다.

제품 구성

Inspire 구성품:



스몰 밴드가 장착된 트래커
(색상 및 소재는 다양함)



충전 케이블



추가 라지 밴드
(색상 및 소재는 다양함)

Inspire의 분리형 밴드는 다양한 색상과 소재로 제공되며, 별도로 판매됩니다.

Inspire 설정하기

최상의 경험을 위해 iPhone, iPad 또는 Android 휴대폰용 Fitbit 앱을 사용하세요. Windows 10 기기에서도 Inspire를 설정할 수 있습니다. 호환되는 휴대폰이나 태블릿이 없는 경우 Bluetooth를 지원하는 Windows 10 PC를 사용하세요. 전화, 문자, 캘린더 및 스마트폰 앱 알림을 사용하려면 휴대폰이 필요합니다.

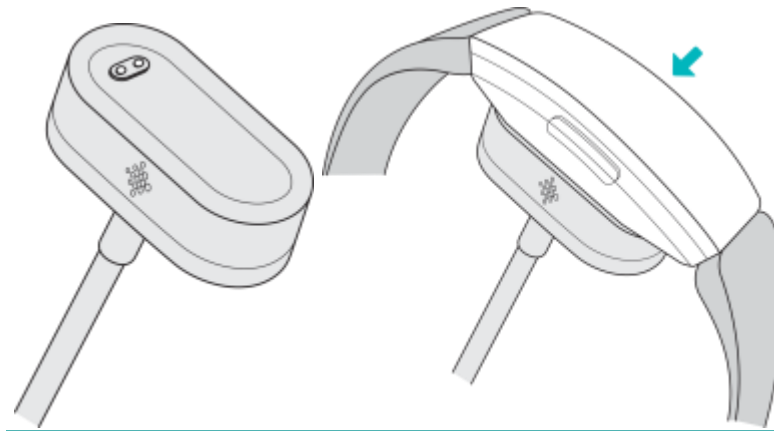
Fitbit 계정을 만들려는 경우 보폭을 계산하고 이동 거리, 기초 대사율 및 칼로리 소모량을 추산하기 위해 생년월일, 키, 체중, 성별을 입력하라는 메시지가 표시됩니다. 계정을 설정한 후에는 이름, 성(이니셜) 및 프로필 사진이 다른 모든 Fitbit 사용자에게 표시됩니다. 다른 정보는 공유하도록 선택할 수 있지만 계정을 생성하기 위해 입력하는 정보의 대부분은 기본적으로 공개되지 않습니다.

트래커 충전하기

완전히 충전된 Inspire의 배터리 사용 시간은 최대 5일입니다. 배터리 사용 시간 및 충전 주기는 사용 방법 및 기타 요인에 따라 달라지므로 실제 결과는 다양합니다.

Inspire를 충전하는 방법:

1. 충전 케이블을 컴퓨터의 USB 포트, UL 인증 USB 벽면 충전기 또는 다른 저전력 충전 기기에 꽂습니다.
2. 트래커 뒷면에 있는 포트 근처에서 충전 케이블의 다른 끝이 자력으로 장착될 때까지 잡고 있습니다. 충전 케이블의 핀이 트래커 뒷면의 포트에 잘 맞춰졌는지 확인합니다.



완전히 충전될 때까지는 1~2시간이 소요됩니다. 트래커를 충전하는 중에 버튼을 누르면 배터리 수준을 확인할 수 있습니다. 완전히 충전된 트래커에는 스마일 표시와 함께 꽉 채워진 배터리 아이콘이 표시됩니다.

휴대폰 또는 태블릿으로 설정하기

Fitbit 앱을 사용하여 Inspire를 설정하세요. Fitbit 앱은 많이 사용되는 대부분의 휴대폰 및 태블릿과 호환됩니다. 자세한 내용은 fitbit.com/devices에서 확인하세요.

시작하는 방법:

1. Fitbit 앱을 다운로드합니다.
 - iPhone 및 iPad의 경우 [Apple App Store](#)
 - Android 휴대폰의 경우 [Google Play 스토어](#)
 - Windows 10 기기용 [Microsoft Store](#)
2. 앱을 설치하고 엽니다.
 - 이미 Fitbit 계정이 있는 경우 계정에 로그인하고 투데이 탭  > 프로필 사진 > 기기 설정을 누릅니다.
 - Fitbit 계정이 없는 경우 **Fitbit 가입**을 누르면 Fitbit 계정을 만들기 위해 답해야 하는 질문들이 표시됩니다.
3. 계속해서 화면의 지침을 따라 Inspire를 계정에 연결합니다.


설정을 완료하고 나면 새 트래커에 대한 안내를 자세히 읽은 후 Fitbit 앱을 살펴봅니다.

자세한 내용은 help.fitbit.com을 참조하십시오.

Windows 10 PC로 설정

호환되는 휴대폰이 없는 경우 Bluetooth를 지원하는 Windows 10 PC 및 Fitbit 앱으로 Inspire를 설정하여 동기화할 수 있습니다.

컴퓨터용 Fitbit 앱을 다운로드하는 방법:

1. PC에서 시작 버튼을 클릭하고 Microsoft Store를 엽니다.
2. “Fitbit 앱”을 검색하여 찾은 후 **무료**를 클릭하여 앱을 컴퓨터에 다운로드합니다.
3. 기존 Microsoft 계정으로 로그인하려면 **Microsoft 계정**을 클릭합니다. 아직 Microsoft 계정이 없는 경우 화면의 지침을 따라 새 계정을 만듭니다.
4. 앱을 엽니다.
 - 이미 Fitbit 계정이 있는 경우 계정에 로그인하고 계정 아이콘  > 기기 설정을 누릅니다.
 - Fitbit 계정이 없는 경우 **Fitbit 가입**을 누르면 Fitbit 계정을 만들기 위해 답해야 하는 질문들이 표시됩니다.
5. 계속해서 화면의 지침을 따라 Inspire를 계정에 연결합니다.

설정을 완료하고 나면 새 트래커에 대한 안내를 자세히 읽은 후 Fitbit 앱을 살펴봅니다.

Fitbit 앱에서 데이터 보기

Inspire를 동기화하여 Fitbit 앱에 데이터를 전송하세요. Fitbit 앱에서는 활동 및 수면 데이터를 확인하고, 음식과 물 섭취량을 기록하고, 챌린지에 참여하는 등의 작업을 수행할 수 있습니다.

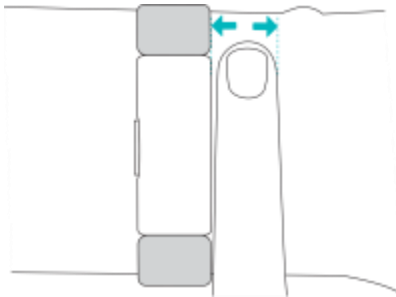
근처에 있는 경우에는 Fitbit 앱을 열 때마다 Inspire에서 자동으로 동기화됩니다. 언제든지 앱에서 **지금 동기화** 옵션을 사용할 수도 있습니다.

Inspire 착용하기

Inspire를 손목에 착용하거나 클립 액세서리(별도 판매)에 넣어 착용하세요. 밴드를 분리하거나 다른 밴드를 장착해야 하는 경우 "[밴드 교체하기](#)"(12페이지)에서 지침을 확인하세요.

손목에 Inspire 착용하기

손목뼈에서 손가락 한 개 너비 위에 Inspire를 착용하세요. 밴드를 장착한 다음, 트래커를 손목에 고정합니다. 자세한 내용은 "[밴드 교체하기](#)"(12페이지)에서 확인하세요.



밴드 고정하기

1. 이전에 Inspire를 클립에 넣어 착용했었다면 장치 설정을 손목형으로 변경합니다. 자세한 내용은 "[Inspire 살펴보기](#)"(13페이지)에서 확인하세요.
2. 손목에 Inspire를 착용합니다.
3. 밴드 끝에 있는 핀을 고리에 밀어 넣습니다.
4. 밴드의 양쪽 끝을 똑바로 겹치도록 나란히 맞추고 손목에 가장 잘 맞는 구멍을 선택합니다.




5. 밴드가 제자리에 끼워지는 느낌이 들 때까지 엄지손가락과 집게손가락으로 핀과 밴드를 눌러 줍니다. 트래커를 너무 짝 착용하지는 마세요.



잘 쓰는 손

정확도를 높이기 위해 Inspire를 주로 사용하는 손에 착용하는지, 아니면 주로 사용하지 않는 손에 착용하는지를 지정해야 합니다. 주로 사용하는 손은 글을 쓰고 식사를 하는 데 사용하는 손입니다. 기본적으로, 착용 손목 설정은 주로 사용하지 않는 손으로 설정되어 있습니다. Inspire를 주로 사용하는 손에 착용하는 경우 Fitbit 앱에서 손목 설정을 변경하세요.

Fitbit 앱의 투데이 탭  에서 프로필 사진 > Inspire 타일 > **손목** > **주로 사용하는 손**을 누르세요.

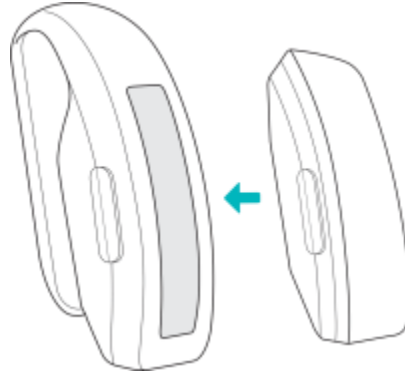
클립에 넣어 Inspire 착용하기

Inspire를 옷에 클립으로 고정하여 착용하세요. 밴드를 분리하고 트래커를 클립에 넣습니다. 자세한 내용은 "[밴드 교체하기](#)"(12페이지)에서 확인하세요.

Inspire를 클립에 넣는 방법:

1. 이전에 Inspire를 손목에 착용했었다면 장치 설정을 클립형으로 변경합니다. 자세한 내용은 "[Inspire 살펴보기](#)"(13페이지)에서 확인하세요.
2. 화면과 왼쪽의 버튼이 보이도록 트래커를 듭니다.
3. 입구와 왼쪽의 버튼 삽입구가 보이도록 클립을 듭니다.

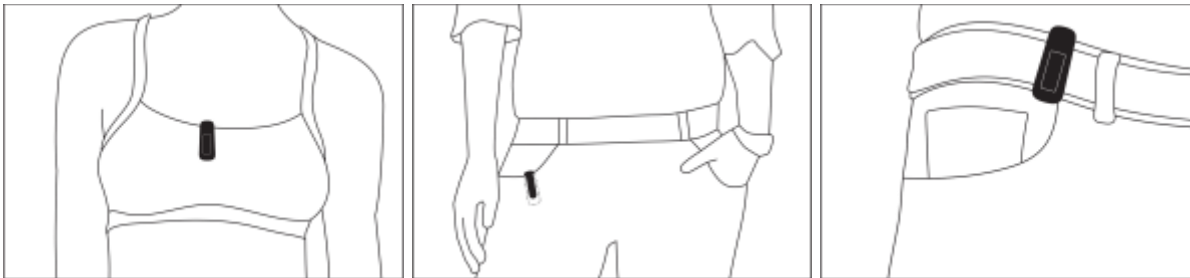
4. 트래커의 상단을 클립 입구에 넣고 트래커의 하단을 밀어 넣습니다. 클립의 모든 가장자리가 트래커에 평평하게 놓이면 Inspire가 고정된 것입니다.



클립 착용 위치

화면이 바깥쪽을 향하도록 하여 Inspire를 몸 또는 몸 근처에 착용하세요. 클립을 셔츠 주머니, 브래지어, 바지 주머니, 벨트 또는 허리띠에 단단히 고정합니다. 여러 위치에 Inspire를 착용해보고 어디에 착용하는 것이 가장 편하고 기기가 잘 고정되는지 확인하세요.

브래지어 또는 허리띠에 Inspire를 착용했을 때 피부 자극이 일어나는 경우 기기를 벨트나 주머니 등의 겉옷에 클립으로 고정하세요.

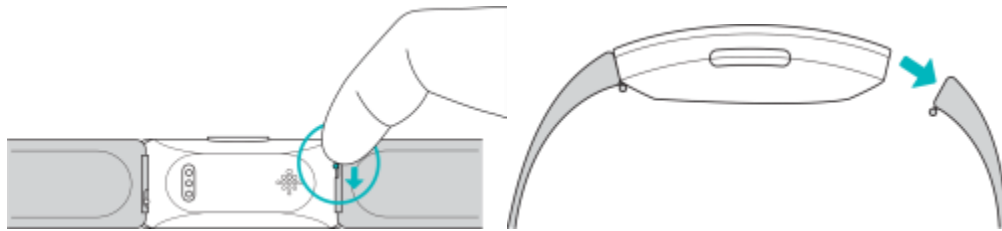


밴드 교체하기

Inspire에는 스몰 밴드가 장착되어 있으며 라지 하단 밴드가 추가로 제공됩니다. 상단 및 하단 밴드 모두 fitbit.com에서 별도로 판매되는 액세서리 밴드와 교체할 수 있습니다. 밴드 크기는 "밴드 크기"(27페이지)에서 확인하세요.

밴드 분리하기

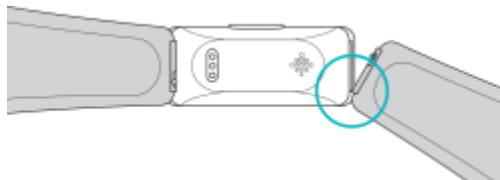
1. Inspire를 뒤집어서 퀵 릴리스 레버를 찾습니다.
2. 퀵 릴리스 레버를 안쪽으로 누르면서 트래커에서 밴드를 살짝 당겨 분리합니다.



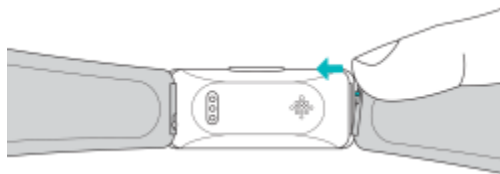
3. 다른 쪽도 위 과정을 반복합니다.

밴드 장착하기

1. 밴드를 장착하려면 밴드를 잡고 퀵 릴리스 레버 반대쪽에 있는 핀을 트래커의 홈으로 밀어 넣습니다.



2. 빠른 분리 레버를 안쪽으로 누르면서 밴드의 다른 쪽 끝을 제 위치로 밀어 넣습니다.



3. 핀의 양 끝을 모두 삽입했으면 퀵 릴리스 레버를 놓습니다.

기본

살펴보고, 배터리 수준을 확인하고, 트래커를 관리하기 위한 가장 좋은 방법을 알아봅니다.

Inspire 살펴보기

Inspire에는 OLED 터치스크린 디스플레이와 1개의 버튼이 있습니다.

화면을 누르거나, 위아래로 살짝 밀거나, 버튼을 눌러 Inspire를 살펴보세요. 배터리를 보존하기 위해 사용하지 않을 때는 트래커의 화면이 꺼집니다.

기본 사항 살펴보기

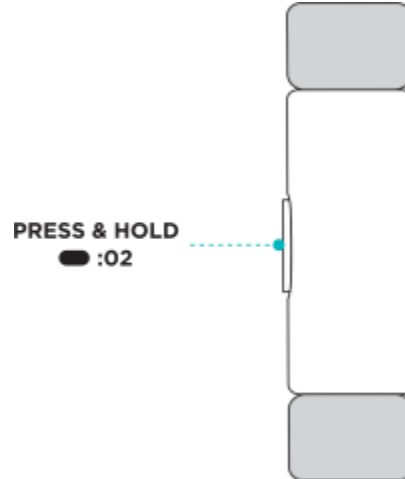
홈 화면은 시계입니다.

- Inspire의 앱을 스크롤하려면 화면을 아래로 살짝 밀니다. 앱을 열려면 화면을 살짝 밀어 앱을 찾은 후 누릅니다.
- 위로 살짝 밀어 일일 통계를 확인합니다.



빠른 설정

Inspire의 버튼을 길게 누르면 더 빨리 특정 설정에 액세스할 수 있습니다. 설정을 눌러 켜거나 끄세요. 설정을 끄면 아이콘이 어두워지고 그 중간에 줄이 그어집니다.




빠른 설정 화면의 설정은 다음과 같습니다.

배터리	배터리 수준을 확인합니다.
화면 깨우기	화면 깨우기 설정이 켜져 있는 경우 손목을 몸쪽으로 돌리면 화면이 켜집니다.
손목형 설정	Inspire를 손목에 착용할 때는 트래커가 손목형으로 설정되어 있는지 확인합니다. Inspire를 클립에 넣을 때는 트래커가 클립형으로 설정되어 있는지 확인합니다.
알림	알림 설정이 켜져 있는 경우 휴대폰이 근처에 있으면 Inspire에 휴대폰의 알림이 표시됩니다. 자세한 내용은 " 알림 "(17페이지)에서 확인하세요.


Inspire 관리하기

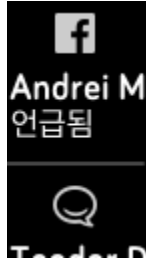
Inspire는 정기적으로 세척하고 말려야 합니다. 자세한 내용은 [fitbit.com/productcare](https://www.fitbit.com/productcare)에서 확인하세요.

시계 변경

1. Fitbit 앱의 투데이 탭  에서 프로필 사진 > Inspire 타일을 누릅니다.
2. **시계 페이스 > 모든 시계**를 누릅니다.
3. 사용 가능한 시계 페이스를 찾습니다. 시계 화면을 탭하면 상세보기가 표시됩니다.
4. **선택**을 눌러 Inspire에 시계 페이스를 추가합니다.


알림

Inspire에서는 휴대폰의 전화, 문자, 캘린더 및 앱 알림을 표시하여 최신 소식을 알려줄 수 있습니다. 알림을 받으려면 트래커가 휴대폰으로부터 30피트 이내에 있도록 하세요. 트래커의 알림 앱 에는 최대 10개의 알림이 저장됩니다.



알림 설정하기

휴대폰의 Bluetooth가 켜져 있고 휴대폰에서 알림을 받을 수 있는지 확인하세요(흔히 설정 > 알림 아래에 있음). 그런 다음, 다음과 같이 알림을 설정합니다.

1. Fitbit 앱의 투데이 탭 에서 프로필 사진 > Inspire 타일을 누릅니다.
2. **알림**을 누릅니다.
3. 트래커를 아직 페어링하지 않은 경우 화면의 안내를 따라 페어링합니다. 전화, 문자 및 캘린더 알림은 자동으로 켜집니다.
4. Fitbit 및 WhatsApp 등 휴대폰에 설치된 앱의 알림을 켜려면 **앱 알림**을 누른 다음, 확인할 알림을 켭니다.

iPhone 및 iPad를 사용하는 경우 Inspire에는 캘린더 앱에 동기화된 모든 캘린더의 알림이 표시되며, Android 휴대폰을 사용하는 경우에는 설정 시 선택한 캘린더 앱의 캘린더 알림이 표시됩니다.


자세한 내용은 help.fitbit.com을 참조하세요.

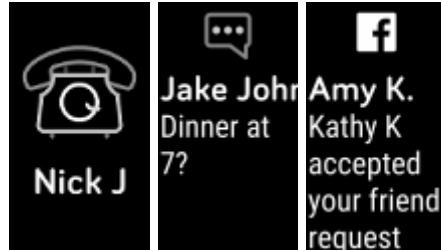
수신 알림 확인하기

휴대폰과 Inspire가 범위 내에 있을 때 알림이 수신되면 트래커가 진동합니다.

- 전화 통화 — 발신자의 이름 또는 번호가 한 번 스크롤됩니다. 알림을 해제하려면 버튼을 누르세요.
- 문자 메시지 — 발신자의 이름이 메시지 위로 한 번 스크롤됩니다. 전체 메시지를 읽으려면 위로 살짝 미세요.
- 캘린더 알림 — 이벤트의 이름이 시간 및 위치 아래로 한 번 스크롤됩니다.

- 앱 알림 — 앱 또는 발신자의 이름이 메시지 위로 한 번 스크롤됩니다. 전체 메시지를 읽으려면 위로 살짝 미세요.

나중에 알림을 읽으려면 시계 페이스를 아래로 살짝 밀고 알림 앱  을 누릅니다.




참고: 트래커에서는 알림을 250자까지 표시합니다. 전체 메시지는 휴대폰에서 확인하세요.

알림 끄기

Fitbit 앱에서 특정 알림을 끄거나 Inspire의 빠른 설정에서 모든 알림을 끄세요. 모든 알림을 끄면 휴대폰에서 알림을 수신해도 트래커가 진동하지 않으며 화면이 켜지지 않습니다.

특정 알림을 끄는 방법:

1. 휴대폰에 있는 Fitbit 앱의 투데이 탭  에서 프로필 사진 > Inspire 타일 > **알림** 을 누릅니다.
2. 트래커에서 더 이상 수신하고 싶지 않은 알림을 끕니다.
3. 트래커를 동기화하여 변경 내용을 저장합니다.

모든 알림을 끄는 방법:

1. 트래커의 버튼을 길게 눌러 빠른 설정 화면을 표시합니다.
2. **알림** 을 눌러 끕니다.

휴대폰에서 방해 금지 설정을 사용하는 경우에는 이 설정을 끌 때까지 트래커에서 알림이 수신되지 않습니다.

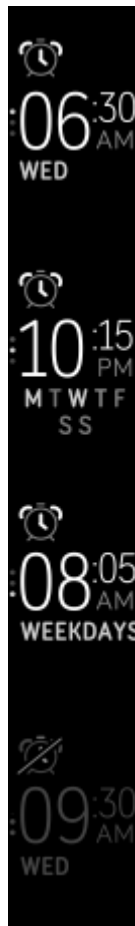
시간 지키기

알람은 설정한 시간에 진동하여 잠을 깨우고 알림을 제공합니다. 일주일에 한 번 또는 수일간 알람이 울리도록 최대 8개의 알람을 설정할 수 있습니다. 또한 스톱워치로 이벤트 시간을 측정하거나 카운트다운 타이머를 설정할 수 있습니다.

알람 설정

Fitbit 앱에서 알람을 설정하고 삭제하세요. Inspire의 알람 앱 에서 바로 알람을 켜거나 끌 수 있습니다.

자세한 내용은 help.fitbit.com을 참조하세요.




알람 해제 또는 스누즈하기

알람이 울리면 트래커가 진동합니다. 알람을 해제하려면 버튼을 누릅니다. 알람을 9분 동안 스누즈하려면 아래로 살짝 밀니다.

원하는 횟수만큼 알람을 스누즈하세요. 1분 넘게 알람을 무시하면 Inspire는 자동으로 스누즈 모드로 전환됩니다.



타이머 앱 사용하기

트래커의 타이머 앱  을 사용하여 카운트다운 타이머를 설정하거나 스톱워치로 이벤트 시간을 측정하세요. 스톱워치와 카운트다운 타이머는 동시에 실행할 수 있습니다.

자세한 내용은 help.fitbit.com을 참조하세요.

활동 및 수면

Inspire는 착용할 때마다 다양한 통계를 계속 모니터링합니다. Fitbit 앱의 범위 내에 있으면 하루 종일 데이터가 자동으로 동기화됩니다.

통계 확인

트래커의 시계 페이스에서 위로 살짝 밀어 다음과 같은 일일 통계를 확인합니다.

중요 통계	오늘 걸은 걸음 수, 이동 거리, 칼로리 소모량, 활동적 시간(분)
시간당 걸음 수	이 시간에 걸은 걸음 수, 시간당 활동 목표를 충족한 시간(통계 간에 전환하려면 누르기)
생리 주기 모니터링	생리 주기의 현재 단계에 대한 정보(해당하는 경우)
수면	수면 시간
물	오늘 기록한 물 섭취량
무게	현재 체중, 목표 체중에 대한 달성률 또는 체중 유지가 목표인 경우 건강한 범위 안에서 내 체중이 속하는 지점

Fitbit 앱에서 목표를 설정하면 해당 목표에 대한 달성률을 나타내는 고리가 표시됩니다.



Fitbit 앱에서 트래커를 통해 감지되는 모든 기록 및 기타 정보를 확인해 보세요.

자세한 내용은 help.fitbit.com을 참조하세요.

일일 활동 목표 모니터링하기

Inspire에서는 선택하는 일일 활동 목표에 대한 달성률을 모니터링합니다. 목표를 달성하면 축하하는 의미로 트래커가 진동합니다.

목표 선택하기

건강 및 피트니스 여정을 시작하는 데 도움이 되는 목표를 설정하세요. 시작할 때 목표는 하루에 10,000걸음으로 설정되어 있습니다. 걸음 수를 변경하거나 기기에 따라 다른 활동 목표를 선택하세요.

자세한 내용은 help.fitbit.com을 참조하세요.

Inspire에서 목표 달성률을 모니터링하세요. 자세한 내용은 "[통계 확인하기](#)"(21페이지)에서 확인하시기 바랍니다.

시간당 활동 모니터링하기

Inspire는 비활동적 시간을 모니터링하고 움직이라고 알려주어 하루 종일 활동적으로 지낼 수 있도록 도와줍니다.

알림은 시간당 250걸음 이상 걷도록 알려줍니다. 250걸음을 걷지 않은 경우 해당 시간 10분 전에 진동이 울리고 화면에 알림이 표시됩니다. 알림을 받은 후 250걸음 목표를 달성하면 두 번째 진동이 울리고 축하 메시지가 표시됩니다.



자세한 내용은 help.fitbit.com을 참조하세요.

자동으로 운동 모니터링하기

Inspire에서는 15분 이상 움직임이 컸던 여러 활동을 자동으로 인식하고 기록합니다. 기기를 동기화하여 Fitbit 앱의 운동 타일에서 활동에 관한 기본 통계를 확인하세요.

활동이 모니터링되기 전까지의 최소 시간을 변경하는 방법 등 자세한 내용은 help.fitbit.com에서 확인하세요.

수면 모니터링하기

수면 패턴을 파악하는 데 유용하도록 잠자리에 들 때 Inspire를 착용하여 밤사이의 수면 시간과 움직임을 자동으로 모니터링하세요. 잠에서 깨면 트래커를 동기화하고 Fitbit 앱에서 취침 시간, 수면 시간, 깨어 있던 시간, 뒤척인 시간 등의 수면 통계를 확인하세요.

자세한 내용은 help.fitbit.com을 참조하세요.

수면 목표 설정

시작할 때 하룻밤 수면 목표는 8시간으로 설정되어 있습니다. 이 목표를 필요에 맞게 사용자 지정하세요.

자세한 내용은 help.fitbit.com을 참조하세요.

수면 습관에 대해 알아보기

Fitbit Premium을 구독하면 수면 루틴을 개선하고 더 상쾌하게 잠에서 깨는 데 도움이 되는 팁을 받을 수 있습니다.

자세한 내용은 help.fitbit.com을 참조하십시오.

업데이트, 다시 시작 및 지우기

Inspire를 업데이트하거나, 다시 시작하거나, 지우는 방법을 알아보세요.

Inspire 업데이트하기

트래커를 업데이트하여 개선된 최신 기능 및 제품 업데이트를 적용하세요.

업데이트를 사용할 수 있게 되면 Fitbit 앱에 알림이 나타납니다. 업데이트가 시작된 후에는 완료될 때까지 Inspire와 Fitbit 앱에 진행률 표시줄이 나타납니다. 업데이트 중에는 트래커와 휴대폰을 가까이 두어야 합니다.

참고: Inspire를 업데이트하는 데는 몇 분 정도가 소요되며 배터리가 많이 소모될 수 있습니다. 업데이트를 시작하기 전에 트래커를 충전기에 꽂는 것이 좋습니다.

자세한 내용은 help.fitbit.com을 참조하세요.

Inspire 다시 시작하기


Inspire를 동기화할 수 없거나 통계가 표시되지 않거나 트래커가 응답하지 않는 경우 기기를 다시 시작하세요.

1. Inspire를 충전 케이블에 연결합니다. 지침은 "[트래커 충전하기](#)"(6페이지)에서 확인하세요.
2. 트래커의 버튼을 5초 동안 길게 눌렀다가 버튼에서 손을 뗍니다. 스마일 표시가 나타나고 Inspire가 진동하면 트래커가 다시 시작된 것입니다.

트래커를 다시 시작하면 기기는 재부팅되지만 데이터는 삭제되지 않습니다.

Inspire 지우기

Inspire를 다른 사람에게 주거나 반품하려는 경우 먼저 다음과 같이 개인 데이터를 지우세요.

1. Inspire에서 설정 앱  > **사용자 데이터 지우기**를 엽니다.
2. 메시지가 나타나면 화면을 3초 동안 눌렀다가 손을 뗍니다. Inspire가 진동하고 시계 화면이 표시되면 데이터가 지워진 것입니다.

문제 해결

Inspire가 제대로 작동하지 않는 경우 아래의 문제 해결 단계를 확인하세요. 자세한 내용은 help.fitbit.com에서 확인하시기 바랍니다.

응답하지 않는 기기

다음과 같은 문제가 발생하면 트래커를 다시 시작하세요.

- 동기화되지 않음
- 누르거나, 살짝 밀거나, 버튼을 눌러도 응답 없음
- 걸음 수나 다른 데이터를 모니터링하지 않음

지침은 "[Inspire 다시 시작하기](#)"(24페이지)에서 확인하세요.

자세한 내용을 확인하거나 고객 지원팀에 문의하려면 help.fitbit.com을 참조하세요.

일반 정보 및 사양

센서

Fitbit Inspire에는 동작 패턴을 모니터링하는 MEMS 3축 가속도계가 내장되어 있습니다.

소재

Inspire의 보호 커버는 플라스틱입니다. Inspire 클래식 밴드는 많은 스포츠용 시계에 사용되는 소재와 유사한 유연하고 튼튼한 탄성중합체 소재로 제작되었으며, 핀은 양극 산화 처리된 알루미늄으로 제작되었습니다. 양극 산화 처리된 알루미늄에는 미량의 니켈이 함유될 수 있으며 니켈에 민감한 사용자에게는 알레르기 반응을 일으킬 수 있지만, 모든 Fitbit 제품에 함유된 니켈의 양은 유럽 연합의 엄격한 니켈 지침을 충족합니다.

무선 기술

Inspire에는 Bluetooth 4.0 무선 송수신기가 내장되어 있습니다.

햅틱 피드백

Inspire에는 알람, 목표, 알림, 미리 알림에 사용되는 진동 모터가 내장되어 있습니다.

배터리

Inspire에는 충전용 리튬 폴리머 배터리가 내장되어 있습니다.

메모리

Inspire에서는 일일 통계, 수면 정보, 운동 기록 등의 데이터를 7일 동안 저장합니다. 트래커를 Fitbit 앱과 동기화하여 기록 데이터에 액세스하세요.

디스플레이

Inspire에는 OLED 디스플레이가 있습니다.

밴드 크기

밴드 크기는 아래에 나와 있습니다. 별도로 판매되는 액세서리 밴드는 약간씩 다를 수 있습니다.

스몰 밴드	손목 둘레가 140~180mm(5.5~7.1인치)인 경우 적합합니다.
라지 밴드	손목 둘레가 180~220mm(7.1~8.7인치)인 경우 적합합니다.

환경 조건

작동 온도	-10°~45°C (14°~113°F)
비작동 온도	-20°~-10°C (-4°~14°F) 45°~60°C (113°~140°F)
생활 방수	50m 방수
최대 작동 고도	8,534m (28,000피트)

자세히 알아보기

트래커에 대한 정보, Fitbit 앱에서 진행 상황을 모니터링하는 방법 및 Fitbit Premium으로 건강한 습관을 기르는 방법을 자세히 알아보려면 help.fitbit.com을 방문하세요.

반품 정책 및 보증

보증 정보와 fitbit.com 반품 정책은 [Fitbit 웹 사이트](https://www.fitbit.com)에서 확인할 수 있습니다.

규제 및 안전 공지

사용자 대상 공지 사항: FB412에 대한 일부 지역의 규정 내용은 기기에서도 확인할 수 있습니다. 해당 내용을 보려면 설정 > 기기 정보로 이동하세요.

미국: 연방 통신 위원회(FCC) 성명

Model FB412

FCC ID: XRAFB412

Notice to the User: The FCC ID can also be viewed on your device. To view the content:

Settings > Device Info

Unique Identifier: FB412

Responsible Party – U.S. Contact Information

199 Fremont Street, 14th Floor
San Francisco, CA
94105
United States
877-623-4997

www.fitbit.com

FCC Compliance Statement (for products subject to Part 15)

This device complies with Part 15 of the FCC Rules.

Operation is subject to the following two conditions:

1. This device may not cause harmful interference and
2. This device must accept any interference, including interference that may cause undesired operation of the device.

FCC Warning

Changes or modifications not expressly approved by the party responsible for compliance could void the user's authority to operate the equipment.

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 radio/TV technician for help.

This device meets the FCC and IC requirements for RF exposure in public or uncontrolled environments.

캐나다: 캐나다 산업부(IC) 성명

Model/Modèle FB412

IC: 8542A-FB412

Notice to the User: The IC ID can also be viewed on your device. To view the content:

Settings > Device Info

Paramètres> Informations sur l'appareil

This device meets the IC requirements for RF exposure in public or uncontrolled environments.

Cet appareil est conforme aux conditions de la IC en matière de RF dans des environnements publics ou incontrôlée

IC Notice to Users English/French in accordance with current issue of RSS GEN:

This device complies with Industry Canada license exempt RSS standard(s).

Operation is subject to the following two conditions:

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

Cet appareil est conforme avec Industrie Canada RSS standard exempts de licence (s). Son utilisation est soumise à Les deux conditions suivantes:

1. cet appareil ne peut pas provoquer d'interférences et
2. cet appareil doit accepter Toute interférence, y compris les interférences qui peuvent causer un mauvais fonctionnement du dispositif

유럽연합(EU)

Model FB412

Simplified EU Declaration of Conformity

Hereby, Fitbit, Inc. declares that the radio equipment type Model FB412 is in compliance with Directive 2014/53/EU. The full text of the EU declaration of conformity is available at the following internet address: www.fitbit.com/safety

Vereinfachte EU-Konformitätserklärung

Fitbit, Inc. erklärt hiermit, dass die Funkgerätypen Modell FB412 die Richtlinie 2014/53/EU erfüllen. Der vollständige Wortlaut der EU-Konformitätserklärungen kann unter folgender Internetadresse abgerufen werden: www.fitbit.com/safety

Declaración UE de Conformidad simplificada

Por la presente, Fitbit, Inc. declara que el tipo de dispositivo de radio Modelo FB412 cumple con la Directiva 2014/53/UE. El texto completo de la declaración de conformidad de la UE está disponible en la siguiente dirección de Internet: www.fitbit.com/safety

Déclaration UE de conformité simplifiée

Fitbit, Inc. déclare par la présente que les modèles d'appareils radio FB412 sont conformes à la Directive 2014/53/UE. Les déclarations UE de conformité sont disponibles dans leur intégralité sur le site suivant : www.fitbit.com/safety

Dichiarazione di conformità UE semplificata

Fitbit, Inc. dichiara che il tipo di apparecchiatura radio Modello FB412 è conforme alla Direttiva 2014/53/UE. Il testo completo della dichiarazione di conformità UE è disponibile al seguente indirizzo Internet: www.fitbit.com/safety



아르헨티나

Model FB412:



C-22555

호주 및 뉴질랜드



중국

Regulatory content can also be viewed on your device. To view the content:

Settings > Device Info

Model FB412:

Frequency band: 2400-2483.5

Transmitted power: Max EIRP, 6.3dBm

Occupied bandwidth: 2MHz

Modulation system: GFSK

CMIIT ID displayed: On packaging

CMIT ID: 2018DJ9012

China RoHS

部件名称 Part Name	有毒和危险品 Toxic and Hazardous Substances or Elements					
Model FB412	铅 (Pb)	水银 (Hg)	镉 (Cd)	六价铬 (Cr(VI))	多溴化苯 (PBB)	多溴化二 苯醚 (PBDE)
表带和表扣 (Strap and Buckle)	0	0	0	0	0	0
电子 (Electronics)	--	0	0	0	0	0
电池 (Battery)	0	0	0	0	0	0
充电线 (Charging Cable)	0	0	0	0	0	0

本表格依据 SJ/T 11364 的规定编制

0 = 表示该有害物质在该部件所有均质材料中的含量均在 GB/T 26572 规定的限量要求以下 (indicates that the content of the toxic and hazardous substance in all the Homogeneous Materials of the part is below the concentration limit requirement as described in GB/T 26572).

X = 表示该有害物质至少在该部件的某一均质材料中的含量超出 GB/T 26572 规定的限量要求 (indicates that the content of the toxic and hazardous substance in at least one Homogeneous Material of the part exceeds the concentration limit requirement as described in GB/T 26572).



인도

Model FB412

Notice to the User: Regulatory content for this region can also be viewed on your device. To view the content:

Settings > Device Info

ישראל

Model FB412

55-01198 התאמה אישור

המוצר של המודולארי בחלק טכני שינוי כל לבצע אין.

일본

Model FB412

Notice to the User: Regulatory content for this region can also be viewed on your device. To view the content:

Settings > Device Info



멕시코

Model FB412



La operación de este equipo está sujeta a las siguientes dos condiciones:

1. Es posible que este equipo o dispositivo no cause interferencia perjudicial y
2. Este equipo o dispositivo debe aceptar cualquier interferencia, incluyendo la que pueda causar su operación no deseada

모로코

Model FB412



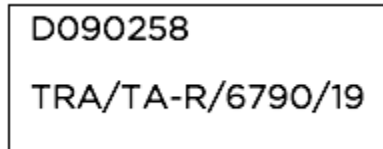
나이지리아

Model Name FB412

Connection and use of this communications equipment is permitted by the Nigerian Communications Commission.

오만

Model FB412



파키스탄

Model No.: FB412

TAC No: 9.6044/2018



Model: FB412

Serial No: Refer to retail box

Year of Manufacture: 2018

필리핀

Model FB412



세르비아

Model FB412



한국

Model FB412



클래스 B 장치 (가정 사용을 위한 방송 통신 기기) : EMC 등록 주로 가정용 (B 급)으로하고, 모든 지역에서 사용할 수 있습니다 얻을이 장치.

" 해당 무선설비는 전파혼신 가능성이 있으므로 인명안전과 관련된 서비스는 할 수 없습니다. "

대만

Model FB412



CCAF19LP0010T1

低功率警語:

依據 低功率電波輻射性電機管理辦法

第十二條

經型式認證合格之低功率射頻電機，非經許可，公司、商號或使用者均不得擅自變更頻率、加大功率或變更原設計之特性及功能

第十四條

低功率射頻電機之使用不得影響飛航安全及干擾合法通信；經發現有干擾現象時，應立即停用，並改善至無干擾時方得繼續使用。

前項合法通信，指依電信法規定作業之無線電通信。低功率射頻電機須忍受合法通信或工業、科學及醫療用電波輻射性電機設備之干擾

Translation:

Low power warning:

According to the management method of low power radio wave radiating motor.

Article 12

Low-power RF motors that have passed the type certification are not allowed to change the frequency, increase the power or change the characteristics and functions of the original design without permission.

Article 14

The use of low-power RF motors shall not affect flight safety and interfere with legal communications; if interference is found, it shall be immediately deactivated and improved until no interference is required.

Legal communication in the preceding paragraph refers to radio communications operating in accordance with the provisions of the Telecommunications Act. Low-power RF motors must withstand interference from legitimate communications or radiological electrical equipment for industrial, scientific, and medical use.

使用過度恐傷害視力」

使用 30 分鐘請休息 10 分鐘。 2 歲以下幼兒不看螢幕， 2 歲以上每天看螢幕不要超過 1 小時。

Translation:

“Excessive use may cause damage to vision”

Rest for 10 minutes after every 30 minutes.

Children under 2 years old should stay away from this product. Children 2 years old or more should not see the screen for more than 1 hour.

電池警語：

此裝置使用鋰電池。

若未遵照下列準則，則裝置內的鋰離子電池壽命可能會縮短或有損壞裝置、發生火災、化學品灼傷、電解液洩漏及 / 或受傷的風險。

Translation:

Battery warning:

This device uses a lithium-ion battery.

If the following guidelines are not followed, the life of the lithium-ion battery in the device may be shortened or there is a risk of damage to the device, fire, chemical burn, electrolyte leakage and / or injury.

아랍에미리트 연합국

Model FB412

TRA Registered No.: ER68013/18

Dealer No: 35294/14

잠비아

Model FB412



ZMB / ZICTA / TA / 2019 / 1 / 3

안전 성명

본 장비는 테스트를 거쳐 EN 표준(EN60950-1:2006 + A11:2009 + A1:2010 + A12:2011 + A2:2013 & EN62368-1:2014 + A11:2017)의 사양에 따라 안전 인증을 준수합니다.

©2020 Fitbit, Inc. All rights reserved. Fitbit 및 Fitbit 로고는 미국 및 기타 국가에서 Fitbit의 상표 또는 등록 상표입니다. 모든 Fitbit 상표의 목록은 <http://www.fitbit.com/legal/trademark-list>에서 확인하실 수 있습니다. 언급된 타사 상표는 해당 소유자의 자산입니다.