T-Touch Connect Sport

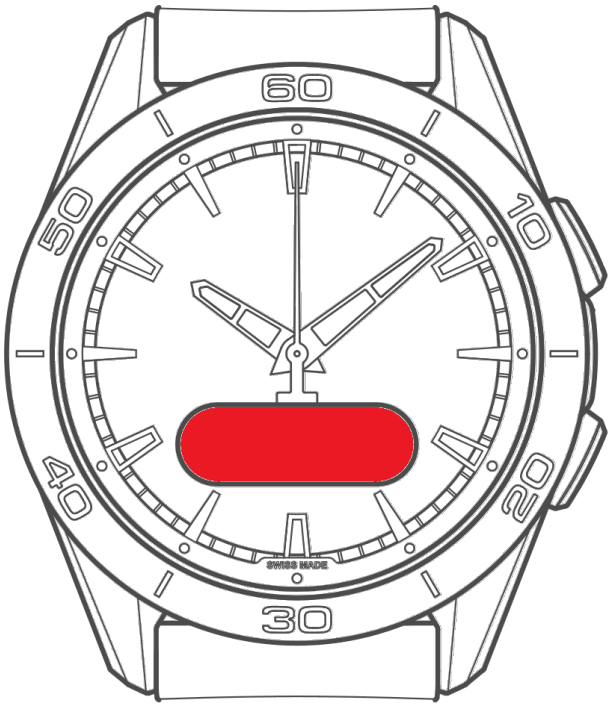


歡迎瀏覽 T-TOUCH CONNECT SPORT 手冊

主畫面

主畫面

恭喜您選擇1853年於力洛克創立至今的瑞士公司Tissot™ 所製造的腕錶。您的腕錶以高品質的材料和零件精心打造，可以防震、抵禦溫度變化、防水及防塵。



- 啟動／配對
- 開始活動
- 功能
- 統計資料
- 設定
- 說明
- 文件

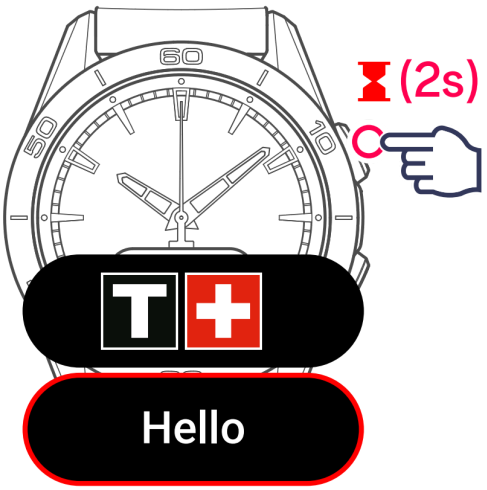
啟動／配對

啟動

初始設定

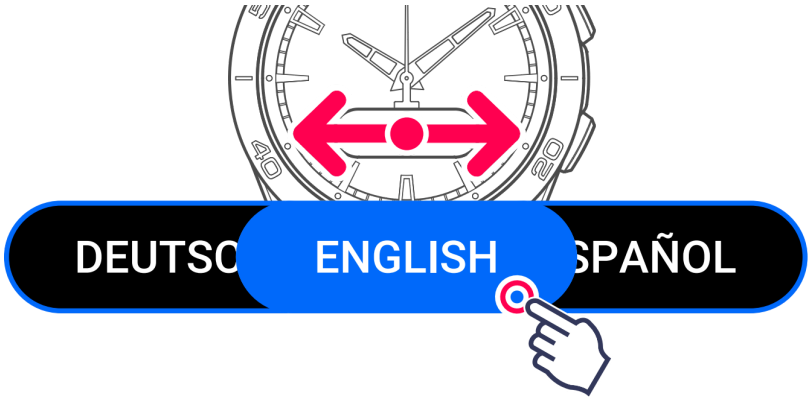
首次使用或重新初始化後，必須設定T-Touch Connect Sport的部分參數。

1 啟動腕錶



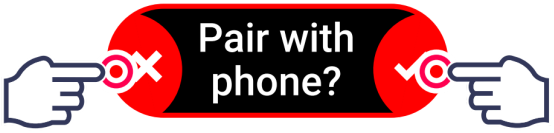
按住上按鈕2秒。

2 選擇語言



在螢幕上往側邊滑動以顯示語言。

3 觸碰螢幕以選擇操作模式



確認: 腕錶會連接到智慧型手機上安裝的Tissot應用程式。時間、日期及其他資訊都會自動從應用程式中載入。

繼續使用配對模式

取消: 腕錶會獨立運作。您需要設定日期與時間。

繼續使用非配對模式

配對模式

1 下載並安裝

在您的智慧型手機上下載並安裝Tissot應用程式。



安裝完成後，畫面會顯示配對代碼。



2 檢查並確認代碼

確保代碼相同，並在應用程式與腕錶上確認。



配對完成。



> **說明**
>
> 個人資料: 建議您在Tissot應用程式中填寫個人資料，以提高活動測量的精確度。

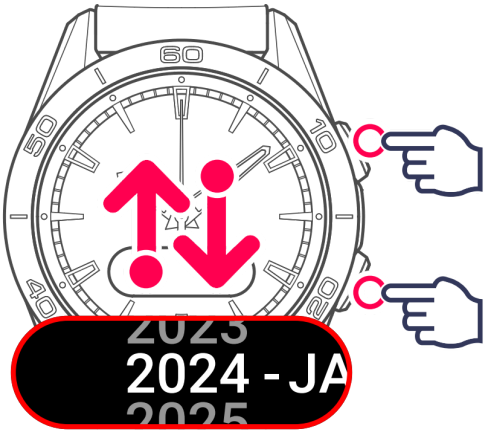
您的腕錶已準備好使用。以下認識腕錶的資訊可幫助您掌握操作模式及功能表。

認識腕錶

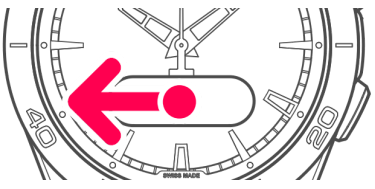
非配對模式

在非配對模式下使用腕錶（不連接到您的智慧型手機）。

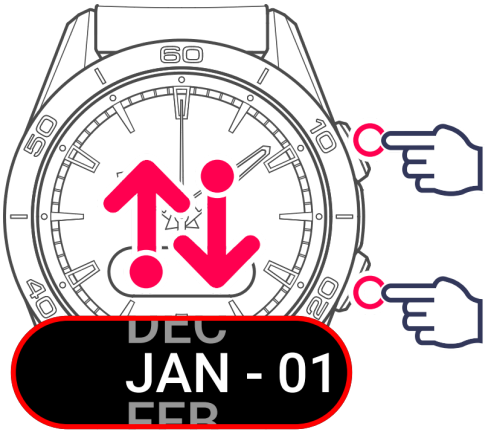
1 選擇年份



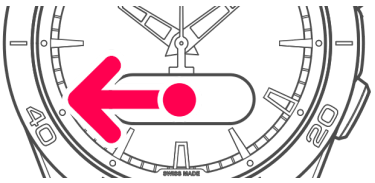
然後前往下一個設定。



2 選擇月份



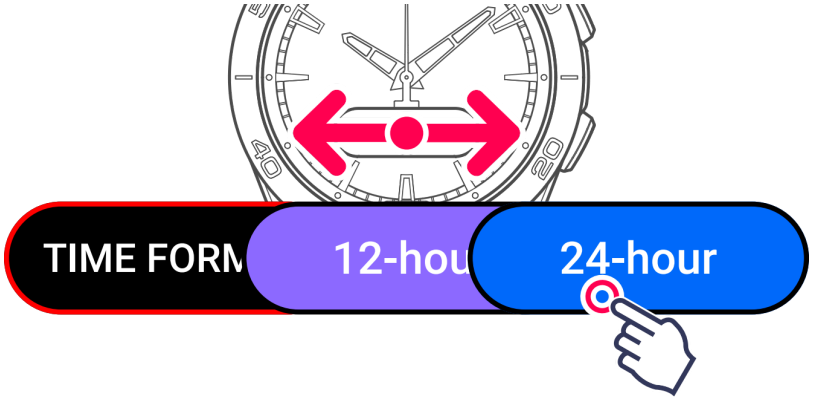
然後前往下一個設定。



3 選擇日期並確定



4 選擇時間格式



於非配對模式啟動完成。



您的腕錶已準備好使用。以下認識腕錶的資訊可幫助您掌握操作模式及功能表。

認識腕錶

認識腕錶

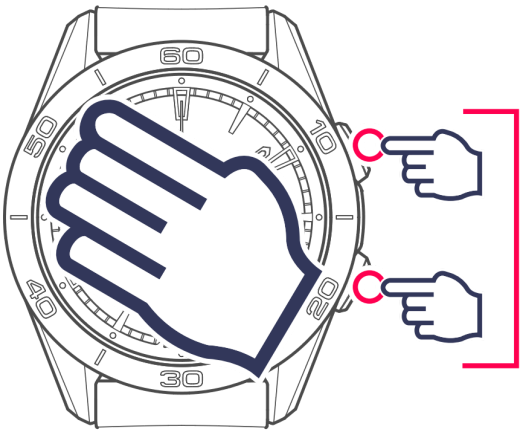
解鎖／鎖定腕錶

觸控螢幕及按鈕可以快速進入腕錶的所有功能。

1 解鎖腕錶



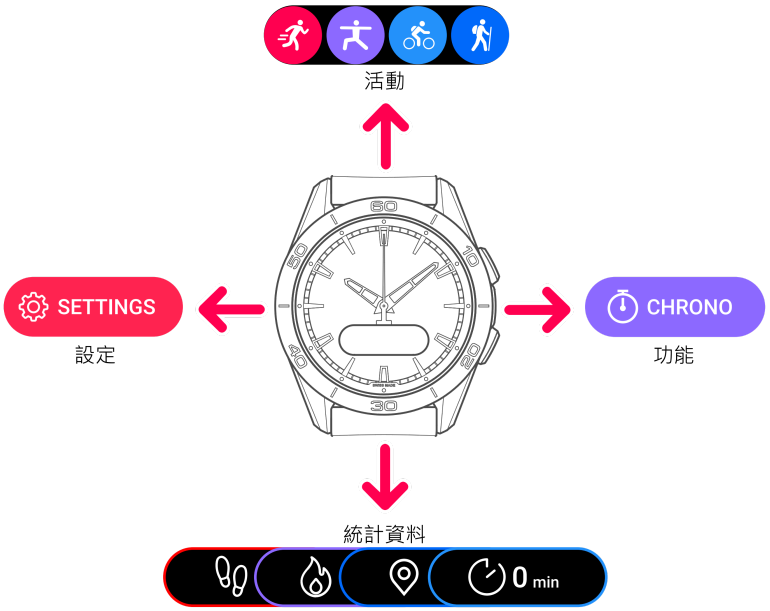
2 鎖定腕錶



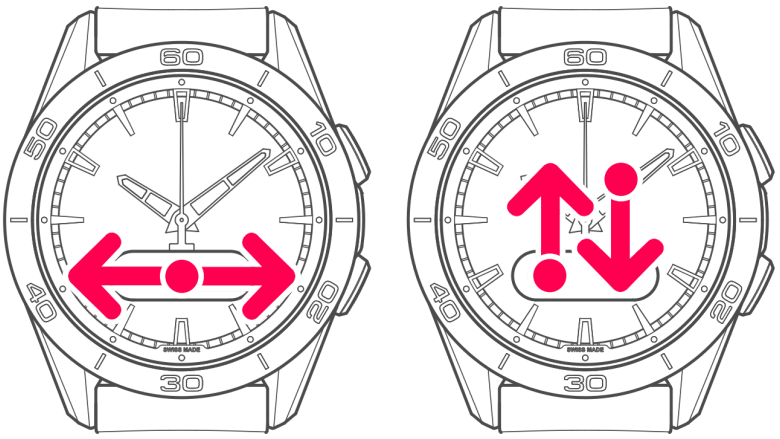
將手放在錶面上，或是同時按下兩個按鈕。

瀏覽功能表

您的手錶螢幕顯示所有可用功能。向四個方向中的任意一個滑動即可瀏覽選單。

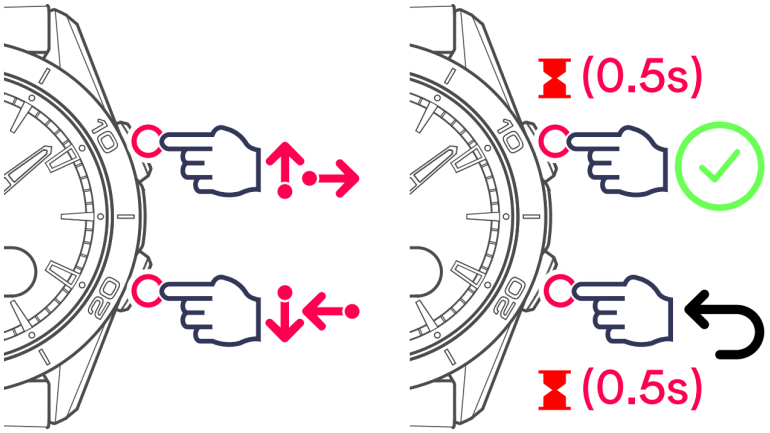


1 在螢幕上滑動



左右或上下滑動（從腕錶的中間開始）可瀏覽功能表。

2 使用按鈕



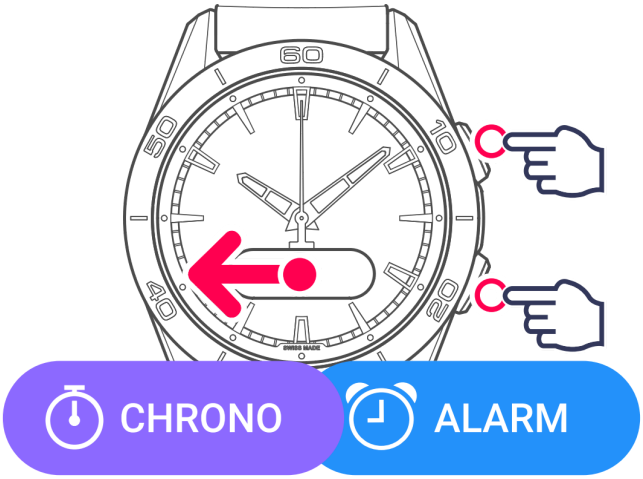
瀏覽、確認或返回。

上按鈕用於向下或向左瀏覽（按一下），以及確認（長按）。

下按鈕用於向上或向右瀏覽（按一下），以及返回（長按）。

存取功能、活動、設定與統計資料

1 向左滑動可存取腕錶的功能



請參閱功能

2 向上滑動可查看每日統計資料



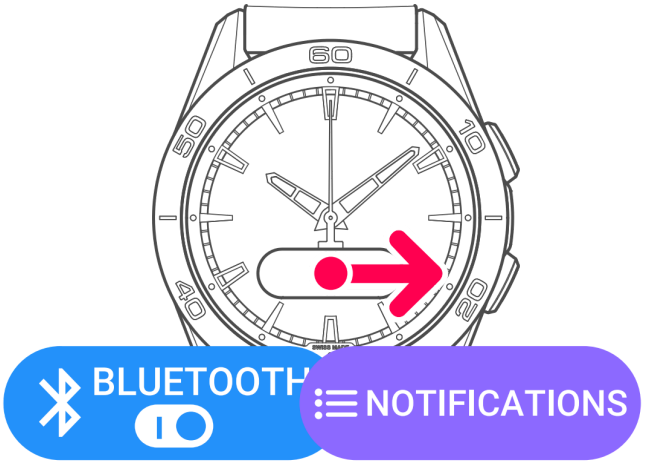
請參閱統計資料

3 向下滑動可進入活動



請參閱開始活動

4 向右滑動可進入設定



請參閱設定

閱讀訊息

當智慧型手機收到的訊息在腕錶上顯示時，您可以觸碰螢幕然後上下滑動來瀏覽訊息。

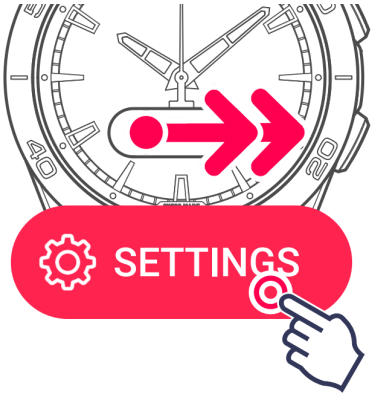
配對

如果您第一次使用腕錶時未進行配對，可以按照以下說明進行配對。

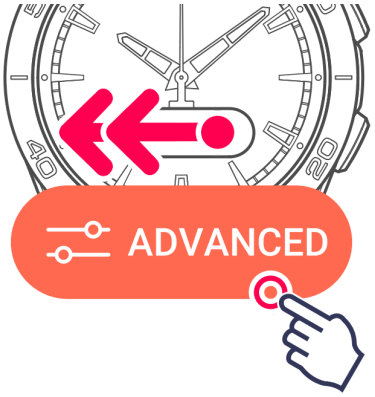
1 啟動腕錶



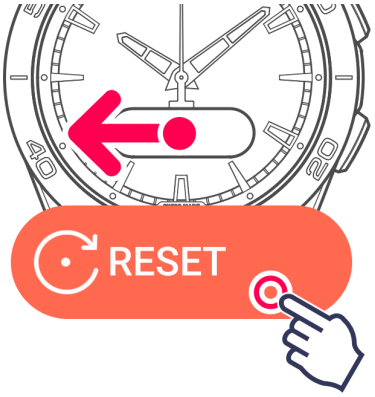
2 顯示並選擇設定功能表



3 顯示並選擇進階功能表



4 顯示並開始重新初始化腕錶



5 確認刪除資料

根據需要觸碰螢幕區域。



確認: ：儲存在腕錶上的資料（計時、訊息等）將被清除，但若腕錶已連接到應用程式，則會備份已同步的資料供之後存取。

取消: ：程序將被取消。

腕錶會執行新的初始化工作，即回到首次啟動時的狀態。

繼續進行啟動程序

開始活動

跑步

> 備註
>
> **這是一項戶外活動。** 它使用 GPS 來追蹤您的位置和路線。

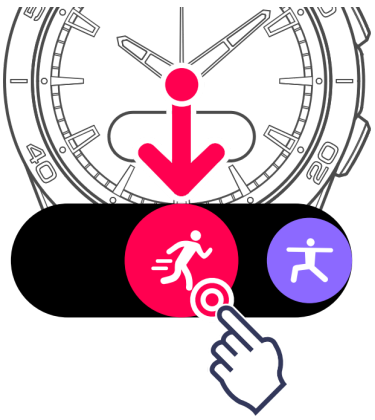
追蹤您的跑步活動並儲存資料。

必須在智慧型手機上開啟應用程式。

1 啟動腕錶



2 選擇活動



腕錶會連線到GPS。



> **說明**
>
> 觸碰螢幕可立刻開始活動，無需等待GPS連線。
>
> 連線建立後會立即開始儲存路線。

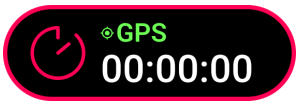
腕錶已準備好追蹤您的活動。



倒數計時將會自動開始。



腕錶將開始儲存您的活動並顯示時間。



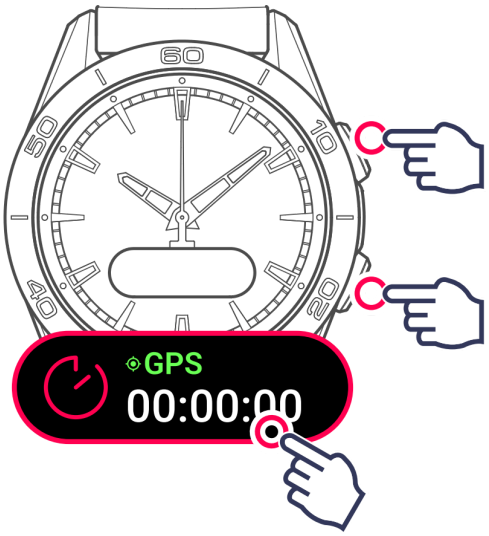
> **說明**
>
> 智慧暫停與恢復
>
> 如果您停止移動30秒,手錶會提示您暫停該活動。如果活動已暫停,當您再次開始移動時,手錶會提示您恢復該活動。
>
> - 在您主動確認彈出視窗之前，活動狀態不會改變。
> - 如果觸發彈出視窗的動作停止，每個彈出視窗都會消失；如果動作再次發生，彈出視窗會重新出現。
> - 如果您取消彈出視窗，它將每小時重新出現，直到您恢復或停止該活動。
> - 如果手錶閒置 1 小時，活動將自動結束。

3 檢視活動資料

使用腕錶上的按鈕或觸碰螢幕。

> **備註**
>
> 在活動期間，抬起手腕即可喚醒螢幕並查看資料。活動暫停時，抬腕偵測會關閉。

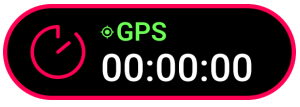
> **備註**
>
> 每完成1公里或1英里(取決於您的設定),手錶會彈出一個視窗顯示該圈的平均配速。根據您的設定,彈出視窗可能會震動和/或發出提示音。
>
> 在T-Connect應用程式(配對模式)中,活動詳情會顯示每圈的摘要,包括距離、平均配速以及爬升和下降高度。



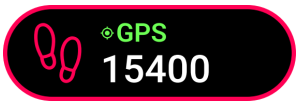
> **說明**
>
> 在活動中，腕錶會切換到待機以節省電力。觸碰螢幕即可重新啟動畫面顯示。

儲存的資料包括：

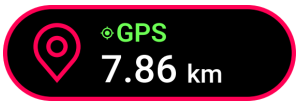
- 活動時間



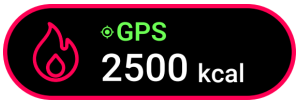
- 行走步數



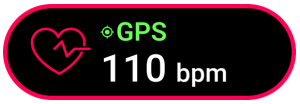
- 行經距離（公里或英里）



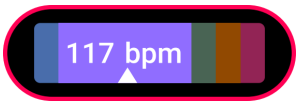
- 消耗的熱量



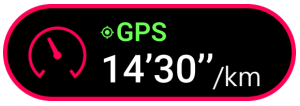
- 心率



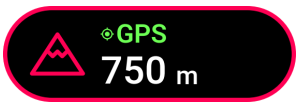
- 訓練區間（心率）



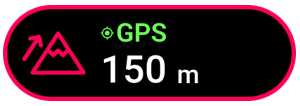
- 每距離單位（公里或英里）所用時間



- 曾到達的最大高度

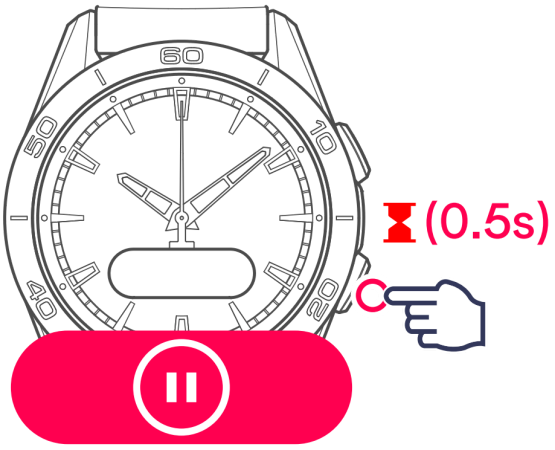


- 爬升與下降高度

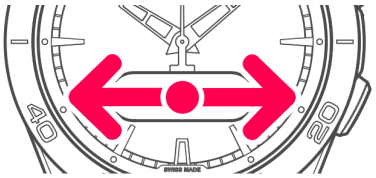


更多資訊

4 離開活動



腕錶提供2個選項：



重新追蹤目前的活動



完成並確認結束追蹤



健身

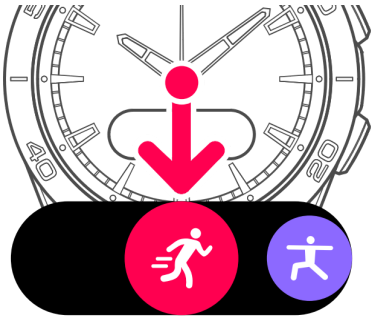
> 備註
>
> **這是一項室內活動。** 不會使用GPS追蹤您的位置。

記錄您的健身活動並儲存資料。

1 啟動腕錶

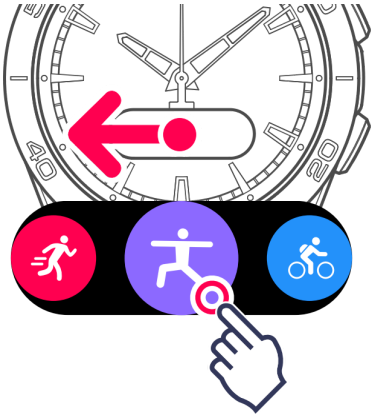


2 顯示活動



> 說明
>
> 室內活動(跑步機、飛輪和爬樓梯)也可使用。在手錶上以與其他活動相同的方式選擇並開始這些活動。

3 顯示並選擇活動



腕錶已準備好追蹤您的活動。



倒數計時將會自動開始。



腕錶將開始儲存您的活動並顯示時間。



4 檢視活動資料

使用腕錶上的按鈕或觸碰螢幕。

> **備註**
>
> 在活動期間，抬起手腕即可喚醒螢幕並查看資料。活動暫停時，抬腕偵測會關閉。



說明

在活動中，腕錶會切換到待機以節省電力。觸碰螢幕即可重新啟動畫面顯示。

儲存的資料包括：

- 活動時間



- 行走步數



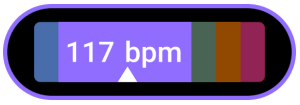
- 消耗的熱量



- 心率

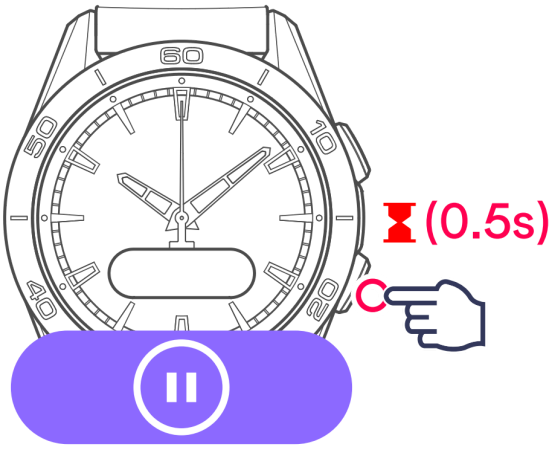


- 訓練區間（心率）



更多資訊

5 離開活動



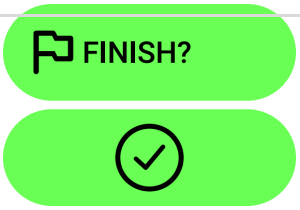
腕錶提供2個選項：



重新追蹤目前的活動



完成並確認結束追蹤


FINISH?

跑步機

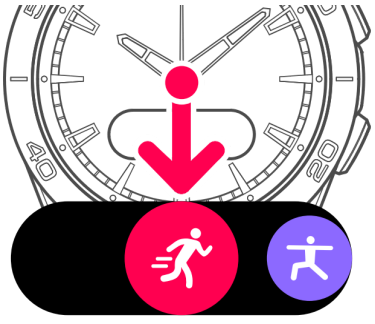
> 備註
>
> **這是一項室內活動。** 不會使用GPS追蹤您的位置。

用您的手錶記錄跑步機訓練。

1 啟動腕錶



2 顯示活動



3 顯示並選擇活動



腕錶已準備好追蹤您的活動。



倒數計時將會自動開始。



腕錶將開始儲存您的活動並顯示時間。



4 檢視活動資料

使用腕錶上的按鈕或觸碰螢幕。

> **備註**
>
> 在活動期間，抬起手腕即可喚醒螢幕並查看資料。活動暫停時，抬腕偵測會關閉。



說明

在活動中，腕錶會切換到待機以節省電力。觸碰螢幕即可重新啟動畫面顯示。

儲存的資料包括：

- 活動時間



- 行走步數



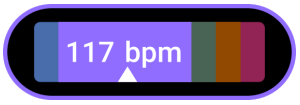
- 消耗的熱量



- 心率

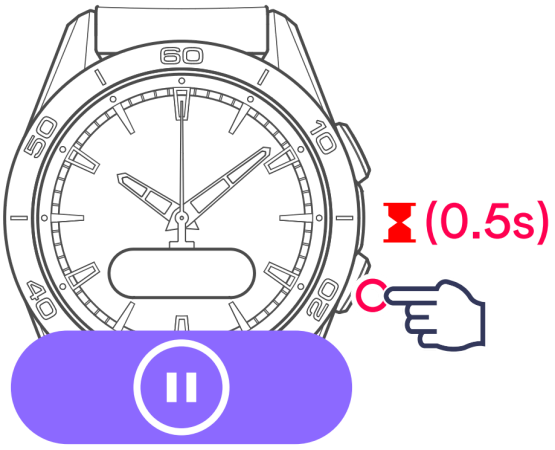


- 訓練區間（心率）



更多資訊

5 離開活動



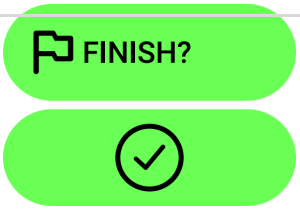
腕錶提供2個選項：



重新追蹤目前的活動



完成並確認結束追蹤


FINISH?

飛輪

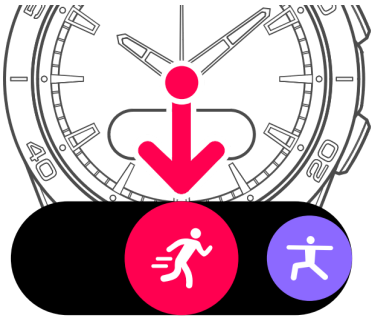
> 備註
>
> **這是一項室內活動。** 不會使用GPS追蹤您的位置。

用您的手錶記錄飛輪訓練。

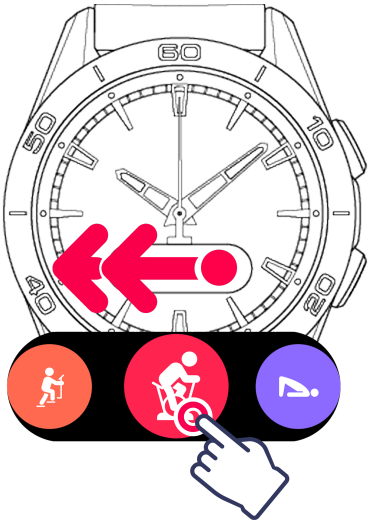
1 啟動腕錶



2 顯示活動



3 顯示並選擇活動



腕錶已準備好追蹤您的活動。



倒數計時將會自動開始。



腕錶將開始儲存您的活動並顯示時間。



4 檢視活動資料

使用腕錶上的按鈕或觸碰螢幕。

> **備註**
>
> 在活動期間，抬起手腕即可喚醒螢幕並查看資料。活動暫停時，抬腕偵測會關閉。



說明

在活動中，腕錶會切換到待機以節省電力。觸碰螢幕即可重新啟動畫面顯示。

儲存的資料包括：

- 活動時間



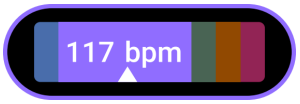
- 消耗的熱量



- 心率

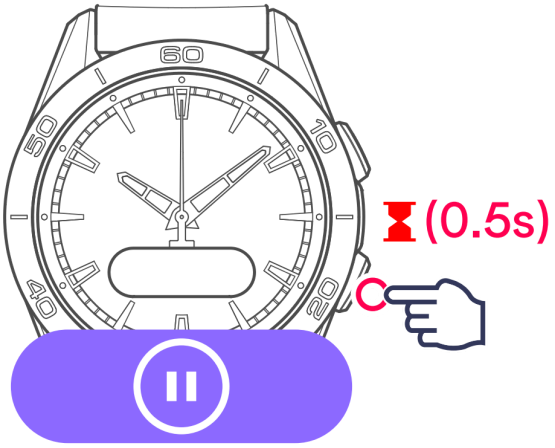


- 訓練區間（心率）

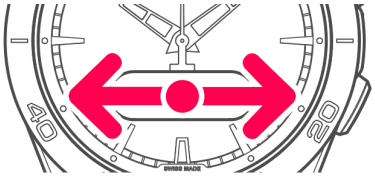


更多資訊

5 離開活動



腕錶提供2個選項：



重新追蹤目前的活動



完成並確認結束追蹤



爬樓梯

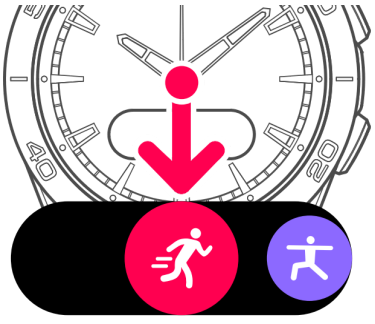
> 備註
>
> **這是一項室內活動。** 不會使用GPS追蹤您的位置。

用您的手錶記錄爬樓梯訓練。

1 啟動腕錶



2 顯示活動



3 顯示並選擇活動



腕錶已準備好追蹤您的活動。



倒數計時將會自動開始。



腕錶將開始儲存您的活動並顯示時間。



4 檢視活動資料

使用腕錶上的按鈕或觸碰螢幕。

> **備註**
>
> 在活動期間，抬起手腕即可喚醒螢幕並查看資料。活動暫停時，抬腕偵測會關閉。



> **說明**
>
> 在活動中，腕錶會切換到待機以節省電力。觸碰螢幕即可重新啟動畫面顯示。

儲存的資料包括：

- 活動時間



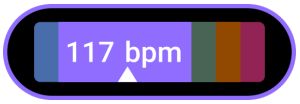
- 消耗的熱量



- 心率

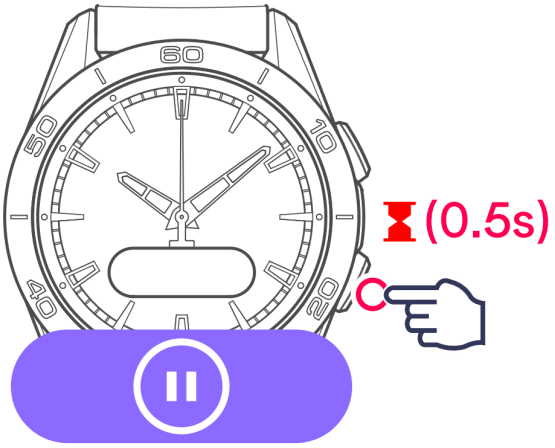


- 訓練區間（心率）

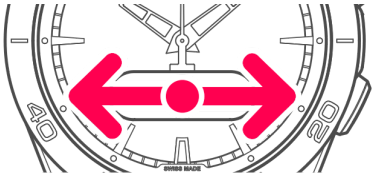


更多資訊

5 離開活動



腕錶提供2個選項：



重新追蹤目前的活動



完成並確認結束追蹤



自行車運動

> 備註
>
> **這是一項戶外活動。** 它使用 GPS 來追蹤您的位置和路線。

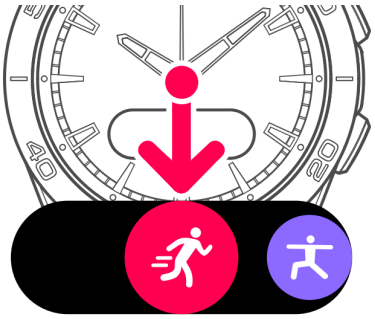
追蹤您的自行車活動並儲存資料。

必須在智慧型手機上開啟應用程式。

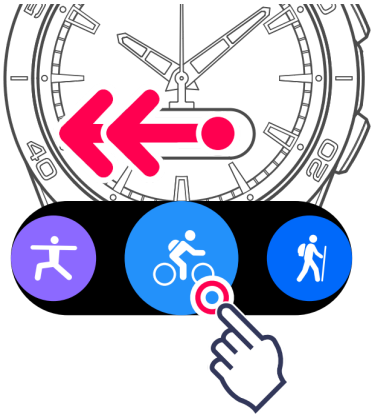
1 啟動腕錶



2 顯示活動



3 顯示並選擇活動



腕錶會連線到GPS。



> **說明**
>
> 觸碰螢幕可立刻開始活動，無需等待GPS連線。
>
> 連線建立後會立即開始儲存路線。

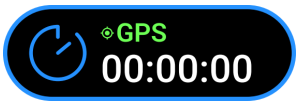
腕錶已準備好追蹤您的活動。



倒數計時將會自動開始。



腕錶將開始儲存您的活動並顯示時間。



> **說明**

智慧暫停與恢復

如果您的速度低於 7 公里/小時並持續 1 分鐘，手錶會提示您暫停活動。如果活動已暫停且您的速度再次提高，手錶會提示您恢復活動。

- 在您主動確認彈出視窗之前，活動狀態不會改變。
- 如果觸發彈出視窗的動作停止，每個彈出視窗都會消失；如果動作再次發生，彈出視窗會重新出現。
- 如果您取消彈出視窗，它將每小時重新出現，直到您恢復或停止該活動。
- 如果手錶閒置 1 小時，活動將自動結束。

4 檢視活動資料

使用腕錶上的按鈕或觸碰螢幕。

備註

在活動期間，抬起手腕即可喚醒螢幕並查看資料。活動暫停時，抬腕偵測會關閉。

備註

每完成 5 公里或 5 英里（視您的設定而定），手錶都會彈出視窗，顯示該圈的平均速度。根據您的設定，該彈出視窗可以震動和/或發出聲音。

在 T-Connect 應用程式（已配對模式）中，活動詳細資料會顯示每圈的摘要，包括距離、平均速度以及累計爬升和下降高度。



活動即時鏡像

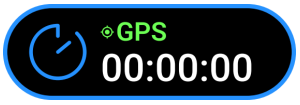
您可以在 T-Connect 行動應用程式中即時查看您的騎乘活動，以獲得更大、更清晰的顯示。

在活動期間開啟應用程式後，即時資料會自動鏡像到您的手機螢幕上。

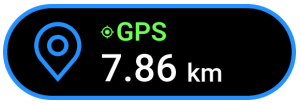
> **說明**
>
> 在活動中，腕錶會切換到待機以節省電力。觸碰螢幕即可重新啟動畫面顯示。

儲存的資料包括：

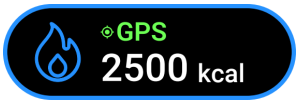
- 活動時間



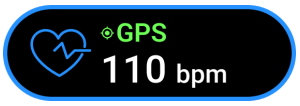
- 行經距離（公里或英里）



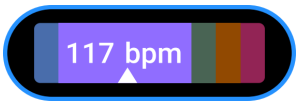
- 消耗的熱量



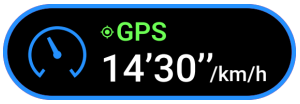
- 心率



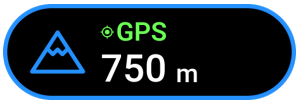
- 訓練區間（心率）



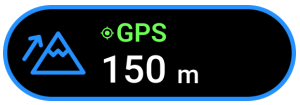
- 每距離單位（km/h或mph）所用時間



- 曾到達的最大高度

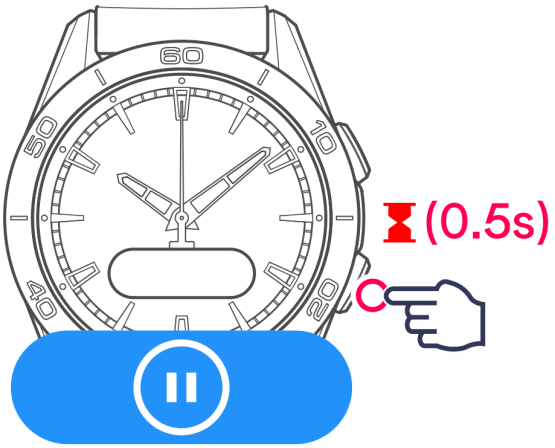


- 爬升與下降高度

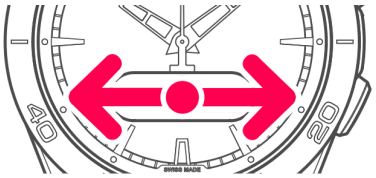


更多資訊

5 離開活動



腕錶提供2個選項：



重新追蹤目前的活動



完成並確認結束追蹤



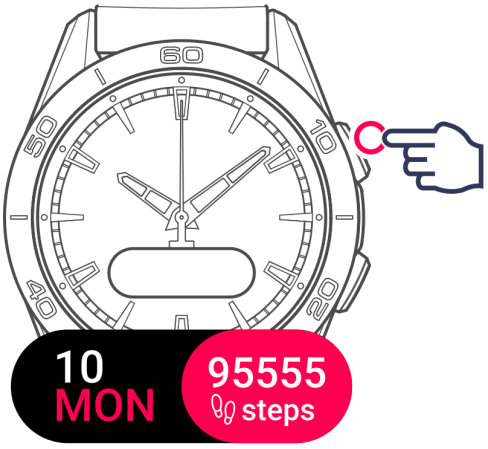
健行

> 備註
>
> **這是一項戶外活動。** 它使用 GPS 來追蹤您的位置和路線。

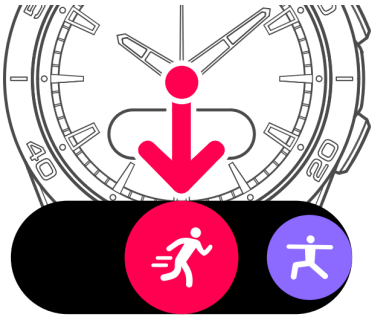
追蹤您的健行活動並儲存資料。

必須在智慧型手機上開啟應用程式。

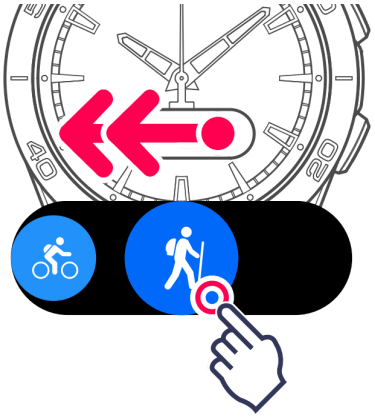
1 啟動腕錶



2 顯示活動



3 顯示並選擇活動



腕錶會連線到GPS。



> **說明**
>
> 觸碰螢幕可立刻開始活動，無需等待GPS連線。
>
> 連線建立後會立即開始儲存路線。

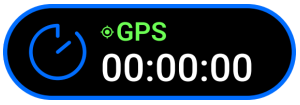
腕錶已準備好追蹤您的活動。



倒數計時將會自動開始。



腕錶將開始儲存您的活動並顯示時間。



> **說明**

智慧暫停與恢復

如果您停止移動 1 分鐘，手錶會提示您暫停活動。如果活動已暫停且您再次開始移動，手錶會提示您恢復活動。

- 在您主動確認彈出視窗之前，活動狀態不會改變。
- 如果觸發彈出視窗的動作停止，每個彈出視窗都會消失；如果動作再次發生，彈出視窗會重新出現。
- 如果您取消彈出視窗，它將每小時重新出現，直到您恢復或停止該活動。
- 如果手錶閒置 1 小時，活動將自動結束。

4 檢視活動資料

使用腕錶上的按鈕或觸碰螢幕。

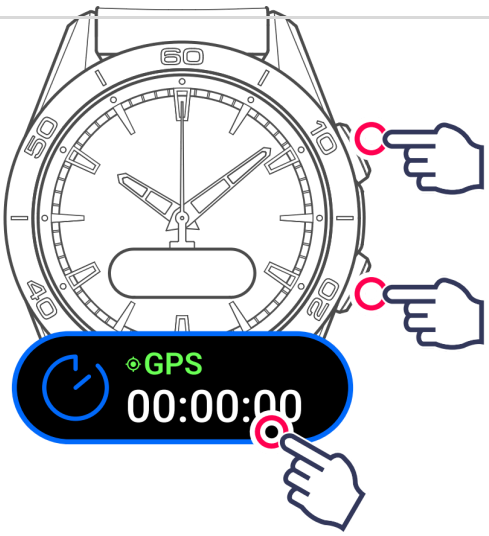
備註

在活動期間，抬起手腕即可喚醒螢幕並查看資料。活動暫停時，抬腕偵測會關閉。

備註

自動計圈: 每完成1公里或1英里(取決於您的設定),手錶會彈出一個視窗顯示該圈的平均配速。根據您的設定,彈出視窗可能會震動和/或發出提示音。

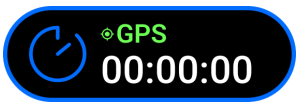
在T-Connect應用程式(配對模式)中,活動詳情會顯示每圈的摘要,包括距離、平均配速以及爬升和下降高度。



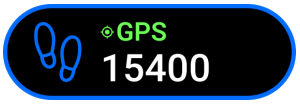
> **說明**
>
> 在活動中，腕錶會切換到待機以節省電力。觸碰螢幕即可重新啟動畫面顯示。

儲存的資料包括：

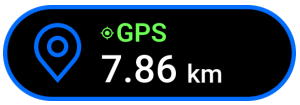
- 活動時間



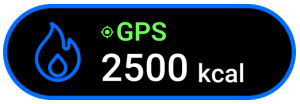
- 行走步數



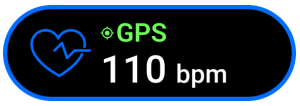
- 行經距離（公里或英里）



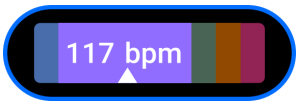
- 消耗的熱量



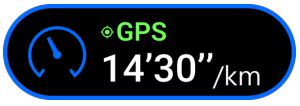
- 心率



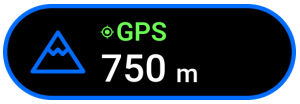
- 訓練區間（心率）



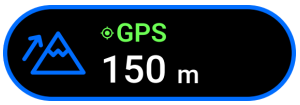
- 每距離單位（公里或英里）所用時間



- 曾到達的最大高度

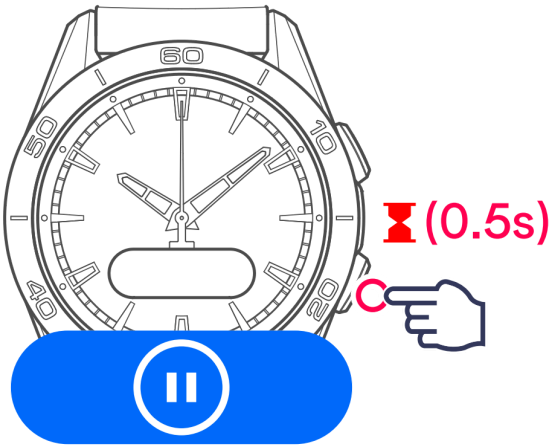


- 爬升與下降高度

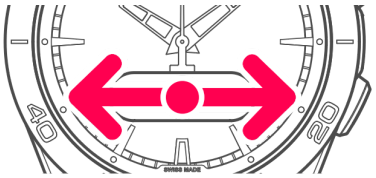


更多資訊

5 離開活動



腕錶提供2個選項：



重新追蹤目前的活動



完成並確認結束追蹤



活動記錄

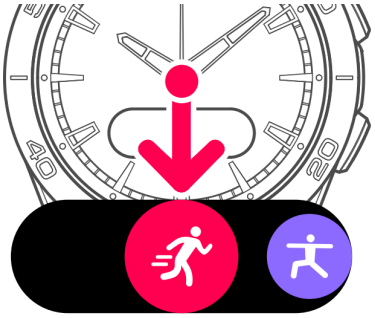
您的腕錶會顯示最近活動的資料。

> **警告**
>
> 手錶僅儲存您最近的一次活動記錄。開始新的活動會覆蓋此歷史記錄。請務必將手錶與T-Connect應用程式同步,以永久儲存您的資料。

1 啟動腕錶



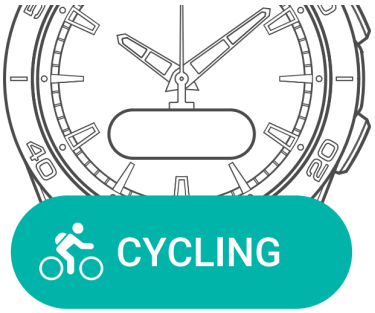
2 顯示活動



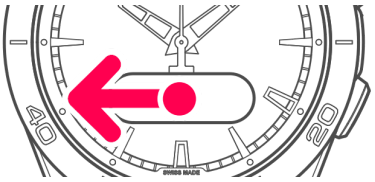
3 顯示並選擇活動記錄



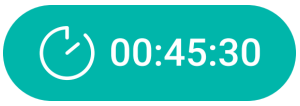
螢幕會顯示最近的活動。



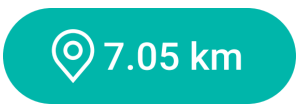
檢視活動資料：



- 活動時間



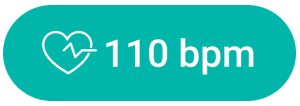
- 行經距離



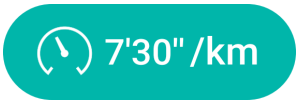
- 消耗的熱量



- 心率



- 配速



說明

所提供的資料根據您正在進行的活動而有所不同。

更多資訊

功能

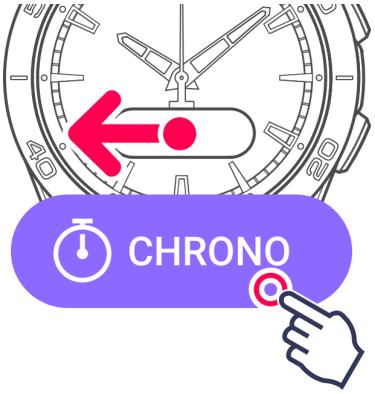
計時

用來測量時間與分段時間的計時器。

1 啟動腕錶



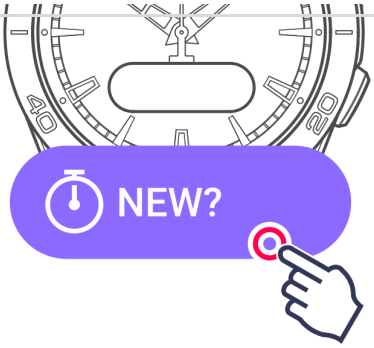
2 顯示並選擇功能



3 確認新的計時階段

腕錶提供2個選項：

- 開始新的計時階段



- 查看上一次計時會話的日誌



4 選擇定時模式

選擇新會話的計時模式：

- 圈速計時

單圈計時功能是用於測量單一跑者、車輛等單圈時間的計時器。最大測量限制：99天23小時59分59秒。

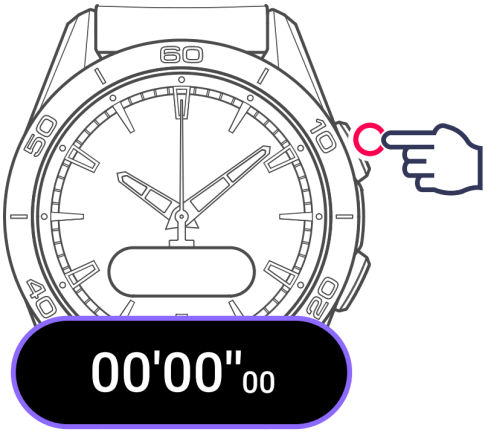


- 分段計時

分段計時功能是用於測量總比賽時間的計時器，可在同一場競賽中記錄最多99個跑者或車輛。例如：在百米競賽中測量數位跑者抵達終點的時間。



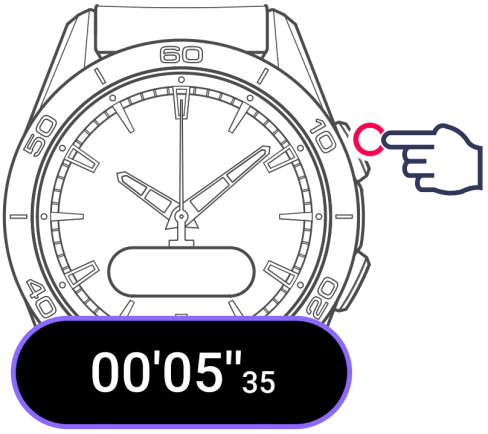
5 啟動計時器



6 計時器暫停

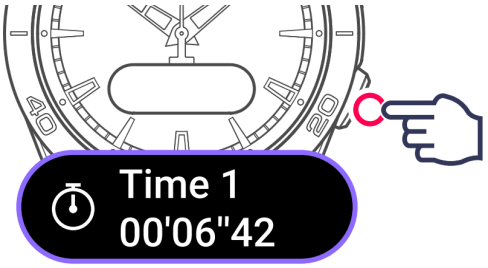


7 重新啟動計時器

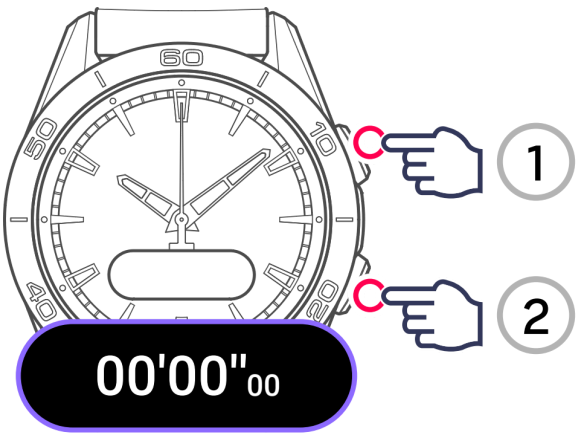


8 儲存分段時間

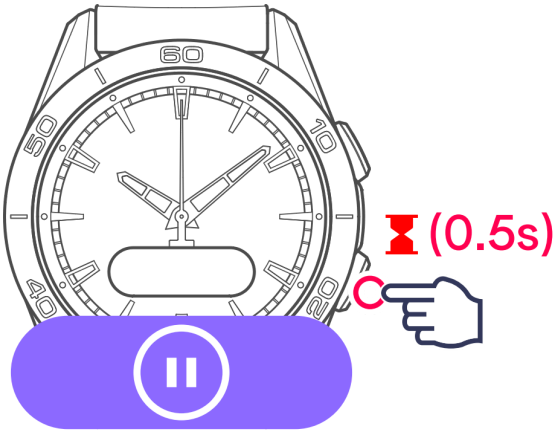
螢幕會顯示分段時間約數秒，然後回到計時。



9 停止並重設



10 離開計時



腕錶提供2個選項：



重新開始目前的計時階段



結束計時階段



計時結束後，手錶將提供 3 個選項：



- 開始新的計時階段



- 查看計時會話日誌



- 離開計時功能



> **說明**
>
> 在配對模式下: 分段時間會儲存在應用程式中。

不論配對類型為何，您都可在「LOGS」功能讀取最近一次記錄的時間，以及各類型計時方式的一些統計數據。若要查看詳細資料，請選擇LOGS。

> **備註**
>
> 當您從零開始重新計時，儲存的資料便會刪除。

讀取儲存的單圈計時資料：

- 在未配對模式下，單圈計時功能測量到的所有時間都會儲存起來，並可在腕錶的LOGS功能中連同總比賽時間及最快、最慢與平均單圈時間等統計數據一起顯示。
- 在配對模式下，您也可在T-Connect應用程式中找到最近記錄的時間。在History標題底下，您還可以看到最近記錄的時間。

讀取儲存的分段計時資料：

- 在未配對模式下，分段計時功能測量到的所有時間都會儲存起來，並可在腕錶的LOGS功能中顯示。
- 在配對模式下並將計時器重設為零時，您可在T-Connect應用程式中看到最後一次記錄的時間。在History標題底下，您還可以看到最近記錄的時間。

鬧鐘

鬧鐘功能可將腕錶的報時設定為指定時間，並可選擇在多天內重複。

1 啟動腕錶



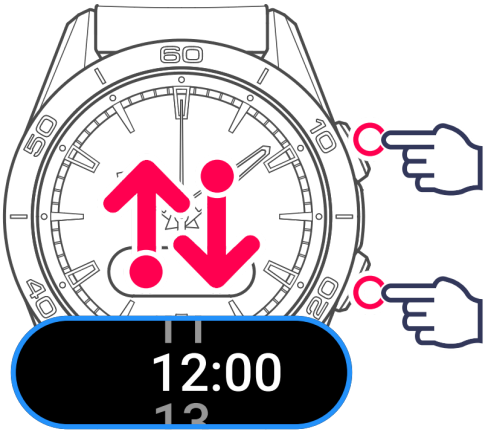
2 顯示並選擇功能



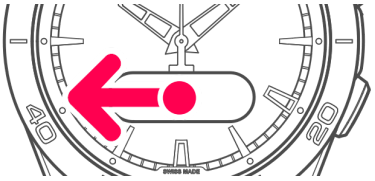
3 新增鬧鐘



4 設定小時



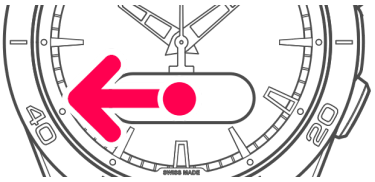
然後前往下一個設定。



5 設定分鐘並確認



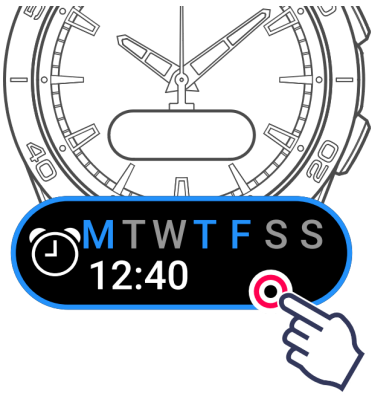
然後選擇預設功能表中的鬧鐘重複頻率，或是自訂。



重設鬧鐘

自訂鬧鐘

6 編輯或刪除啟用／未啟用的鬧鐘



選擇鬧鐘時，腕錶會提供4個選項：

編輯時間和/或重複頻率



啟動儲存的鬧鐘



停用儲存的鬧鐘



清除儲存的鬧鐘



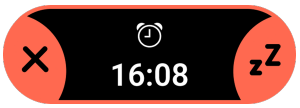
> **備註**
>
> 在鬧鐘清單中向左滑動，然後選擇「全部刪除」以刪除所有已儲存的鬧鐘。

鬧鐘響起時

到達鬧鐘時間時,手錶會顯示「鬧鐘響起」通知,並開始播放相關的聲音和震動。

鬧鐘響起時,您可以:

- **貪睡** — 鬧鐘停止並在 5 分鐘後再次響起。鬧鐘最多可貪睡 3 次;之後僅可使用「停止」。
- **停止** — 鬧鐘永久停止,不再響起。



> **提示**

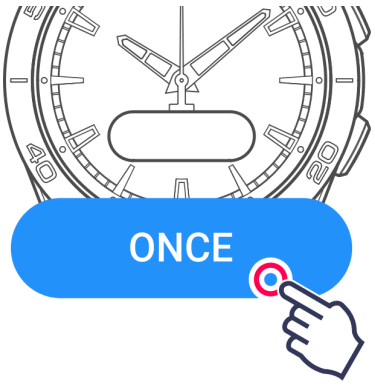
您也可以透過手掌覆蓋手錶的手勢讓響起的鬧鐘進入貪睡。鬧鐘貪睡 3 次後,該手勢將不再使其貪睡。

重設鬧鐘

腕錶提供4個選項：



1 選擇預設鬧鐘

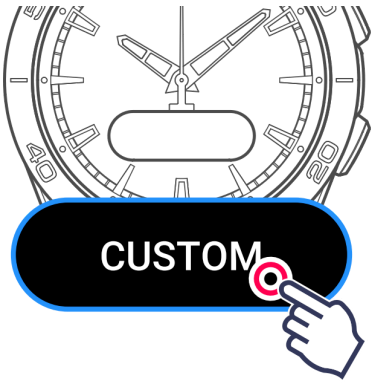


2 完成並確認鬧鐘

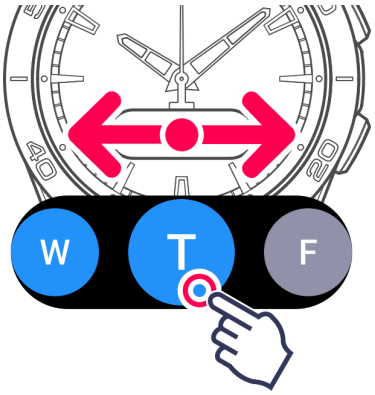


自訂鬧鐘

1 選擇功能表



2 選擇星期幾並確定



3 完成並確定星期幾



倒數計時

最多可從23小時59分59秒開始倒數計時。

1 啟動腕錶



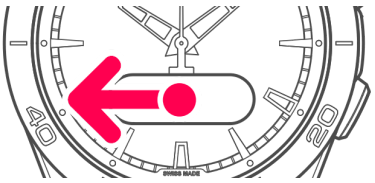
2 顯示並選擇功能



3 設定小時



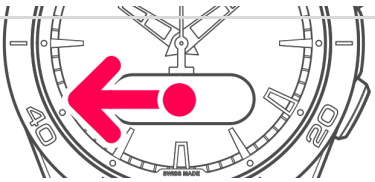
然後前往下一個設定。



4 設定分鐘



然後前往下一個設定。



5 設定秒數並確認



6 啟動倒數計時



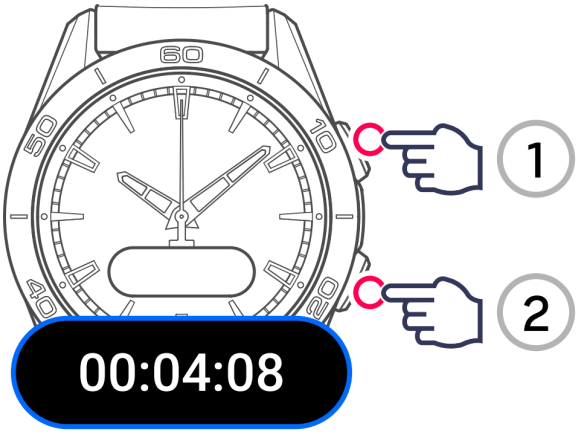
7 倒數計時暫停



8 恢復計時器



9 停止並重設



停止後腕錶會提供3個選項：



以設定的數值重新啟動倒數計時



設定新的倒數計時數值



停止並離開此功能



說明

在配對模式下: 倒數計時長度也可在應用程式中設定。

時間

> **備註**
>
> 此頁面上可用的選項取決於手錶處於**配對模式**還是**非配對模式**。此模式在手錶的初始啟動期間選擇。

> **說明**
>
> 在配對模式下: 在配對模式下，您可以從下方清單中選擇時區。在非配對模式下，時間 1 和時間 2 需要手動設定，這是手錶初始設定的一部分。

1 啟動腕錶



2 顯示並選擇功能



3 選擇您要設定的時區

時刻1
14:30

時刻2
12:07

提示

手錶始終顯示時間 1。

4 選擇時區

Paris
14:30

Los Ange...
12:07



捲動瀏覽選項清單。您可以選擇：

- 選擇預先配置的城市（例如，倫敦、紐約、日內瓦）以自動套用該時區。

> **提示**
>
> 此清單可在 Tissot T-Touch Connect Sport 行動應用程式上進行修改。

- 選擇“自訂”可手動設定確切的小時和分鐘。

5 確認



點擊螢幕或長按上方按鈕以確認您選擇的時間段。

> **說明**
>
> 在夏令時和冬令時切換時，手錶會在切換前 18 小時通知您，並自動更新自身。

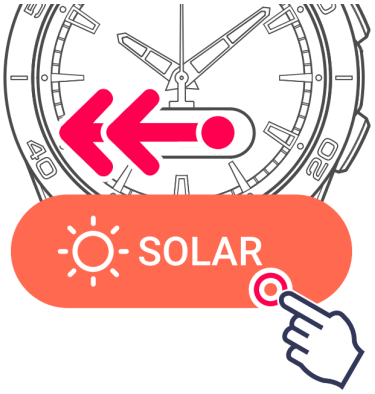
太陽能

太陽能效率條顯示您手錶目前的太陽能充電水準。

1 啟動腕錶

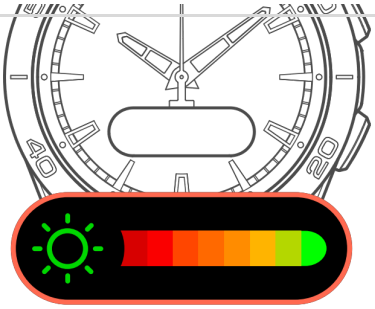


2 顯示並選擇功能

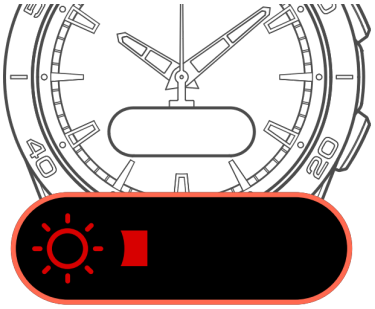


腕錶顯示亮度等級：

最佳亮度



最低亮度



說明

腕錶會在幾秒後自動切換到待機狀態。

備註

請查看T-Connect應用程式(配對模式)以瞭解手錶採集的光照水平歷史記錄。

Heart rate

依需求查看短時間的心率。

警告

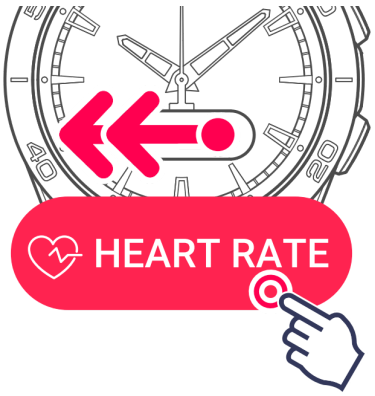
為確保正確測量心率，請確保腕錶與手腕貼合。

在進行需要用力的活動時（例如手腕肌肉繃緊時），讀數可能在幾秒鐘內不太準確。

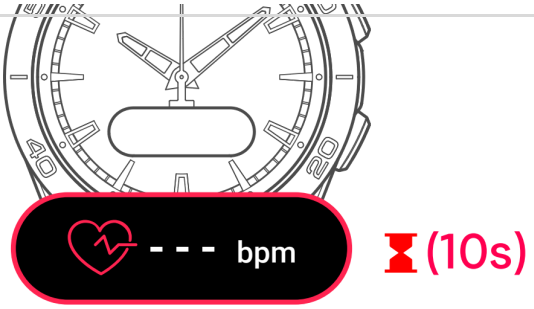
1 啟動腕錶



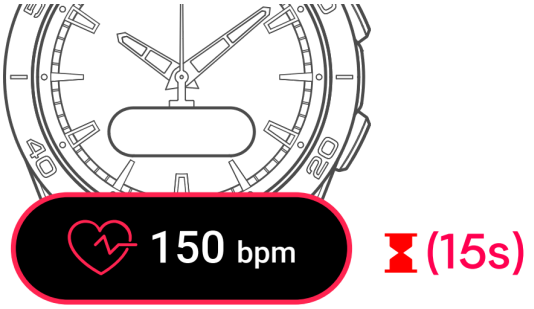
2 顯示並選擇功能



腕錶測量您的心率。



心率顯示在腕錶上。



說明

腕錶會在幾秒後自動切換到待機狀態。

按需測量的心率不會被儲存。

說明

如果手錶在測量心率期間自行進入待機狀態,測量會繼續進行30秒。如果您在這30秒內重新啟動手錶,會立即顯示您目前的心率。

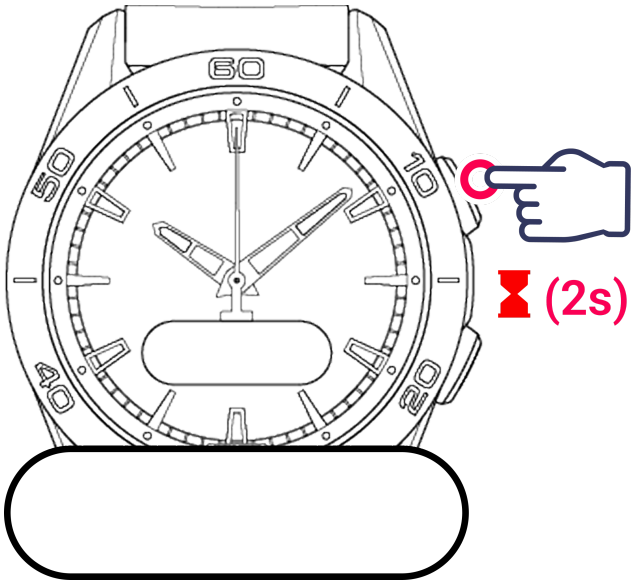
如果您自行使手錶進入待機狀態(按下兩個按鈕,或使用手掌手勢),心率測量會立即停止。

手電筒

當光線昏暗時，腕錶螢幕會亮起，以提高能見度。

開啟或關閉此功能

如果在 Tissot 行動應用程式中設定了此快速操作,按上按鈕即可啟動手電筒。 有關詳細資訊,請參閱 快速操作.



手電筒開啟後,按下下按鈕即可將其關閉。

> **說明**
>
> 若腕錶處於節能模式，則無法啟用此功能。

通知記錄

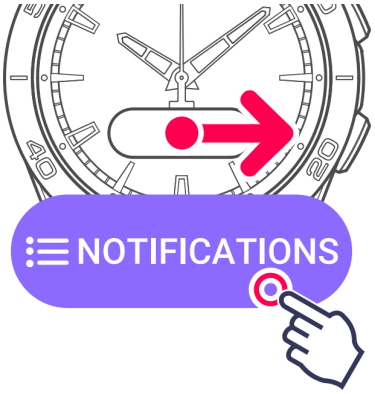
手錶上的通知記錄顯示您未在手機上清除的所有通知。

> **警告**
>
> 手錶中斷連線時,不會接收通知。重新連線到應用程式後,通知將直接新增至通知記錄中。

1 啟動腕錶



2 顯示並選擇設定



腕錶提供下列選項：

不接收通知



可接收通知



清除通知



篩選通知

透過應用程式，您可以控制哪些通知顯示在手錶上：

1. 開啟 Tissot T-Touch Connect Sport 行動應用程式。
2. 進入手錶設定。
3. 前往通知設定
4. 啟用或停用個別通知類型

> **備註**
>
> 在 Android 上，您可以依個別應用程式進行篩選。在 iOS 上，您可以依通知類別進行篩選。預設情況下，所有通知均已啟用。

尋找手機

腕錶可觸發智慧型手機鈴聲以便找到手機。

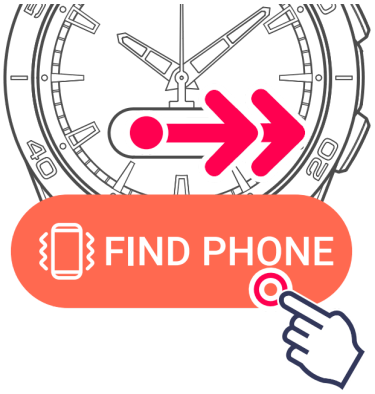
警告

若要找到手機，腕錶必須處於配對模式。

1 啟動腕錶



2 顯示並選擇設定



智慧型手機響起



可透過應用程式或腕錶關閉智慧型手機的鈴聲。

統計資料

查看顯示內容

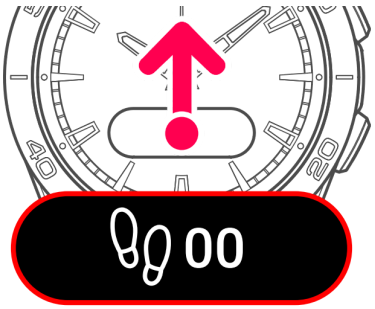
您的腕錶會記錄每日的統計資料，協助您追蹤活動與進度。您可以隨時在腕錶與Tissot應用程式上查看。

> **備註**
>
> 每日統計資料會在每天的午夜重置。
>
> 您的每日資料同時考慮日常活動和運動活動:步數、距離、卡路里和時長。

1 啟動腕錶



2 顯示統計資料



3 顯示其他統計資料

使用腕錶上的按鈕或在螢幕上下滑動。



步數



消耗的熱量



活動時間



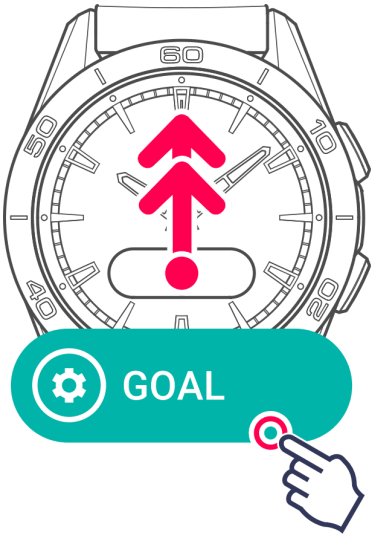
行經距離



有關更多統計資料的資訊

您也可以自訂每日步數目標。

顯示並選擇目標功能表



設定想要的目標

您的目標

在手錶和應用程式中設定步數、卡路里、距離和活動時間的每日目標,並在達成目標時收到通知。

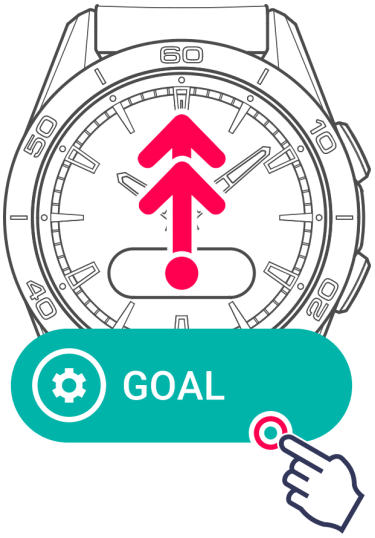
1 啟動腕錶



2 顯示統計資料



3 顯示並選擇目標功能表

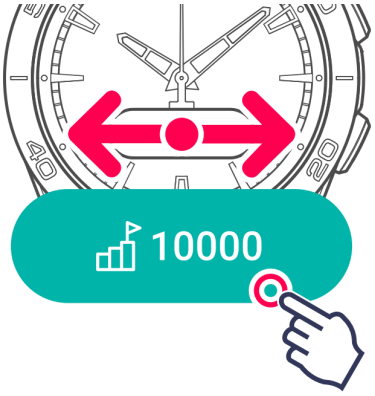


預設目標

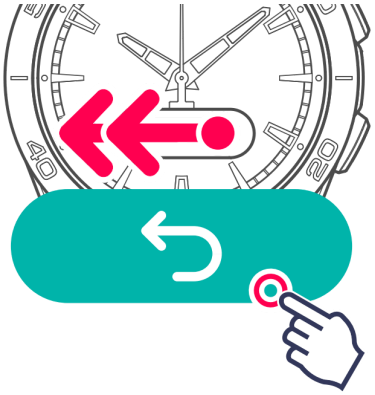
腕錶提供3選項：



4 選擇預設目標

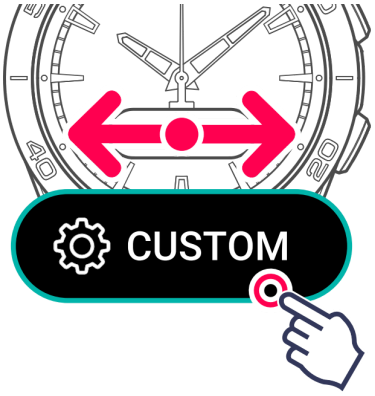


5 完成並確認目標

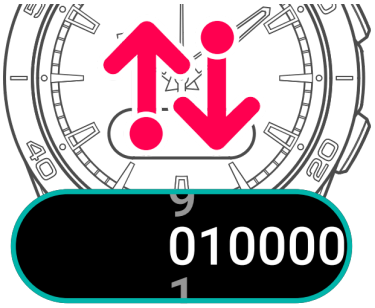


自訂目標

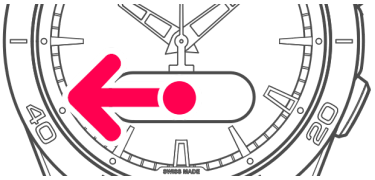
1 選擇功能表



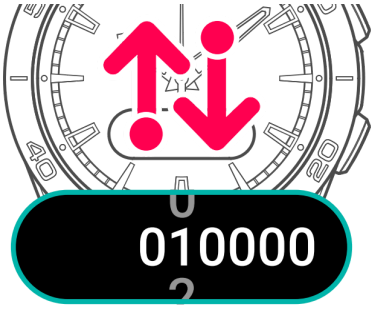
2 要自訂目標，首先設定十萬位數



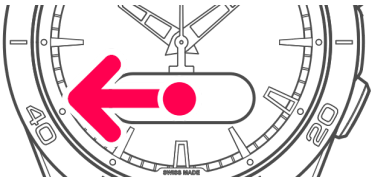
然後前往下一個設定。



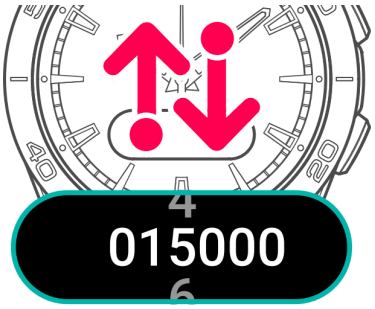
3 設定萬位數



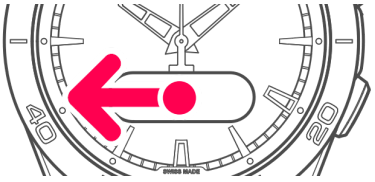
然後前往下一個設定。



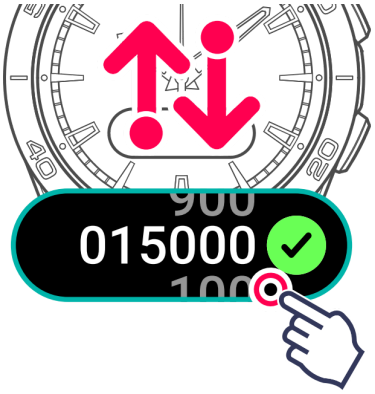
4 設定千位數



然後前往下一個設定。



5 設定百位數，然後確認



6 完成並確認目標



備註

達成目標時，腕錶會發出嗶嗶聲。

設定

一般設定

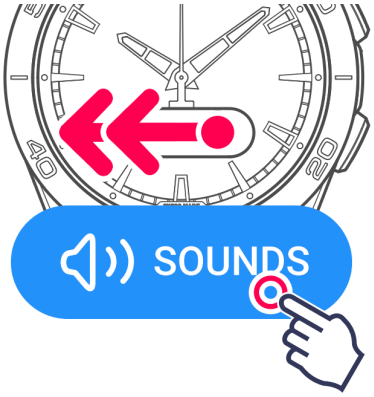
一般聲音設定

管理適用於除鬧鐘和計時器以外所有手錶功能的一般聲音設定。鬧鐘和計時器有各自的聲音設定。

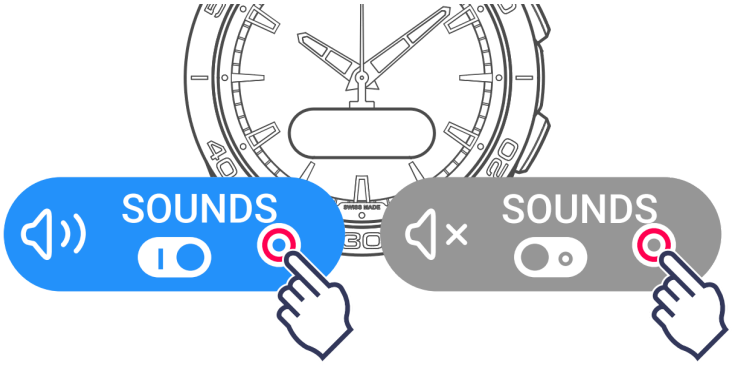
1 啟動腕錶



2 顯示並選擇設定



3 開啟／關閉音效



一般震動設定

管理適用於除鬧鐘和計時器以外所有手錶功能的一般震動設定。鬧鐘和計時器有各自的振動設定。

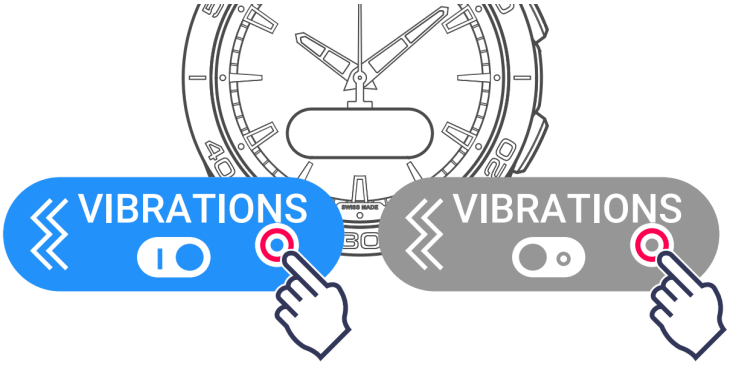
1 啟動腕錶



2 顯示並選擇設定



3 開啟／關閉震動



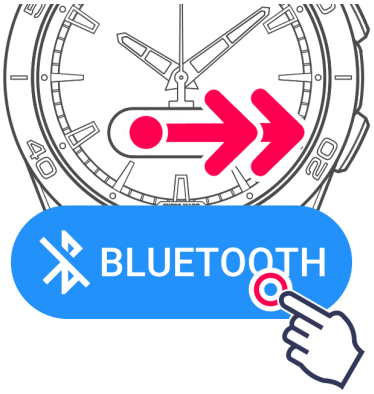
Bluetooth®

開啟／關閉Bluetooth®連線

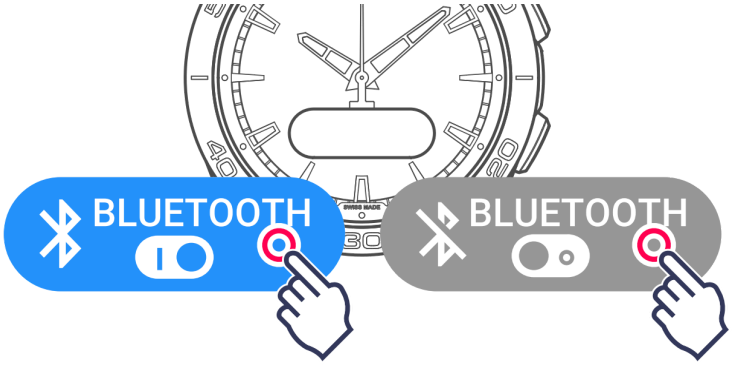
1 啟動腕錶



2 顯示並選擇設定



3 開啟或關閉

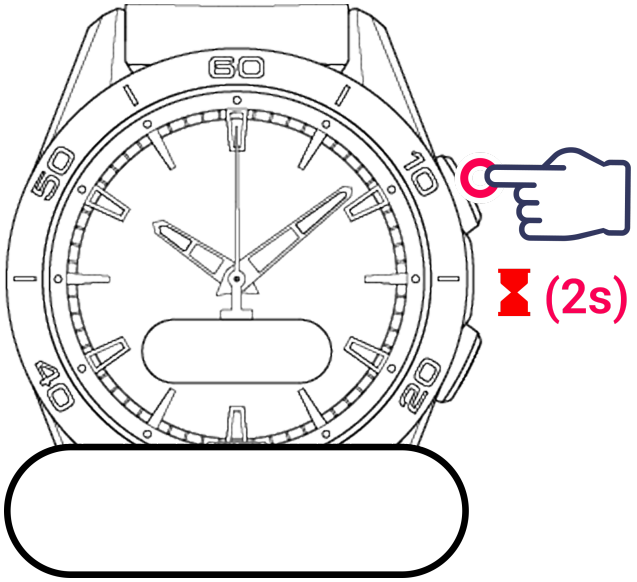


警告

Bluetooth®連線需要腕錶與智慧型手機之間進行配對。如果關閉連線，相關功能就無法在配對模式下使用。

快速操作

在 Tissot 行動應用程式設定中,您可以為手錶上按鈕指定一個快速操作。設定完成後,在手錶螢幕關閉的情況下,長按上按鈕 2 秒即可觸發所選操作。按下下按鈕可將其停用。



可用的快速操作

可以將以下選項新增至快速操作:

- **喚醒手錶**
- **活動**
- **心率監測器**
- **通知**
- **計時器**
- **時區**
- **計時碼錶**
- **尋找我的手機**
- **電池與連線**
- **手電筒**

如何設定

1. 開啟 Tissot T-Touch Connect Sport 行動應用程式。

2. 進入手錶設定。
3. 選擇快速操作。
4. 選擇要指定給按鈕的操作。
5. 再次選擇該操作以確認。勾號將指示該操作已設定。

警告

快速操作僅在手錶螢幕關閉且沒有碼錶或活動執行時有效。

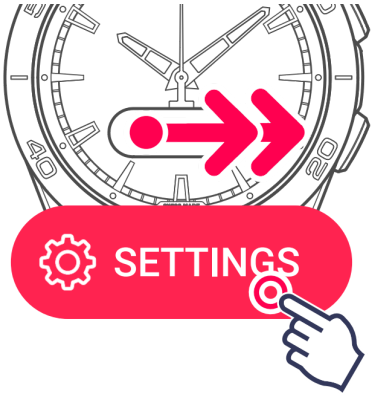
錶面

選擇顯示對您最相關資訊的錶面。

1 啟動腕錶



2 顯示並選擇設定功能表



3 顯示並選擇錶面選單



4 選擇一個錶面

日期 / 步數 (預設)



日期 / 卡路里



時間 / 通知 (僅配對模式) / 鬧鐘 / 步數



時間 / 通知 (僅配對模式) / 鬧鐘 / 卡路里



日期 / 時間



> **說明**
>
> 所選錶面會針對每支手錶單獨儲存。

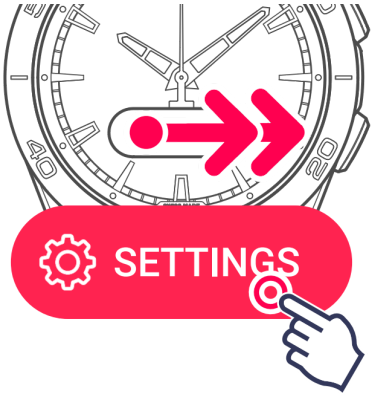
電池

使用待機或節能模式

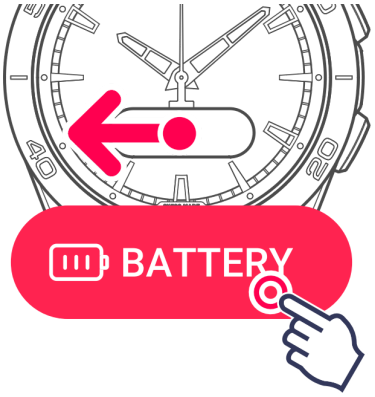
1 啟動腕錶



2 顯示並選擇設定功能表



3 顯示並選擇電池設定



腕錶提供3個選項：

節能模式



啟用節能模式後，腕錶會關閉耗電量較大的功能（例如Bluetooth®、震動、聲音等）。

自動待機模式



自動待機模式啟用後，手錶在 60 分鐘未配戴時將自動進入待機模式。

待機模式



啟動此模式可立即將手錶置於待機模式。

手錶處於待機模式時，不會連接到應用程式。 若要退出待機模式，請按任一按鈕。 當鬧鐘或計時碼錶響起時，手錶也會退出待機模式。

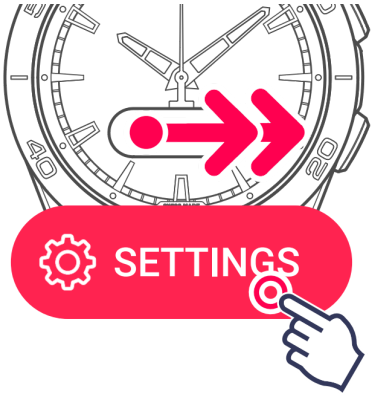
提醒

開啟／關閉

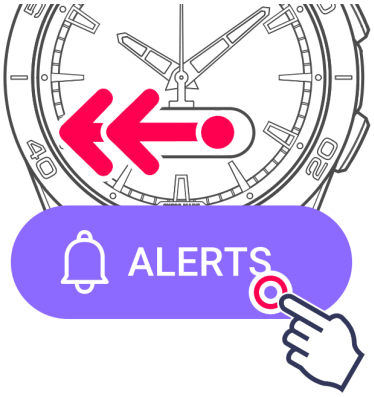
1 啟動腕錶



2 顯示並選擇設定功能表

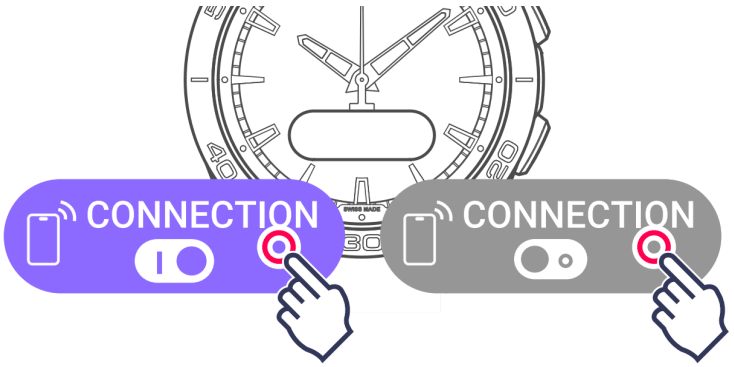


3 顯示並選擇提醒設定



4 開啟／關閉提醒

左右滑動即可瀏覽不同的提醒。使用切換開關即可啟用或停用每個提醒。



- **移動提醒**: 當您的運動量不足時，會收到通知。
- **目標提醒**: 當您達到每日目標時，您將收到通知。
- **連線提醒**: 如果啟用提醒功能，當腕錶與應用程式連線或中斷連線時，都會發出嗶嗶聲。
- **活動提醒**: 在活動過程中，當腕錶偵測到您停止或重新開始運動時，您會收到通知。

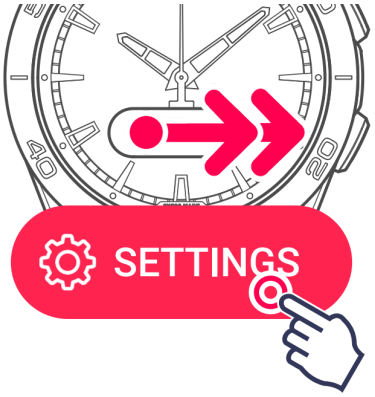
音效

管理鬧鐘和計時器、通知以及瀏覽的聲音和震動。

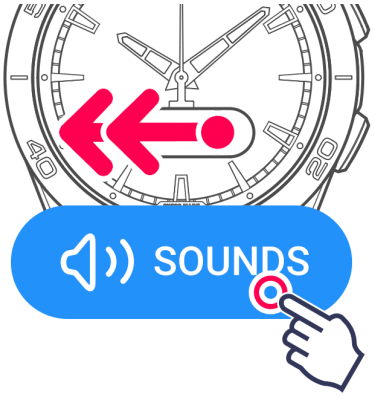
1 啟動腕錶



2 顯示並選擇設定功能表



3 顯示並選擇音效設定



腕錶提供3個選項：

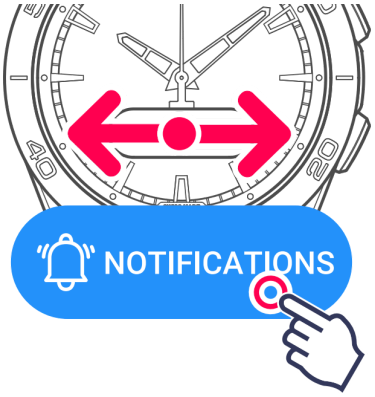
- **鬧鐘和計時器:** 選擇以設定鬧鐘或計時器響起時鬧鐘和計時器的聲音和震動。
- **通知:** 選擇以設定通知/來電的聲音和震動。

> ⓘ 備註
>
> 當手機處於「請勿打擾模式」時,手錶將不會接收來電或通知。

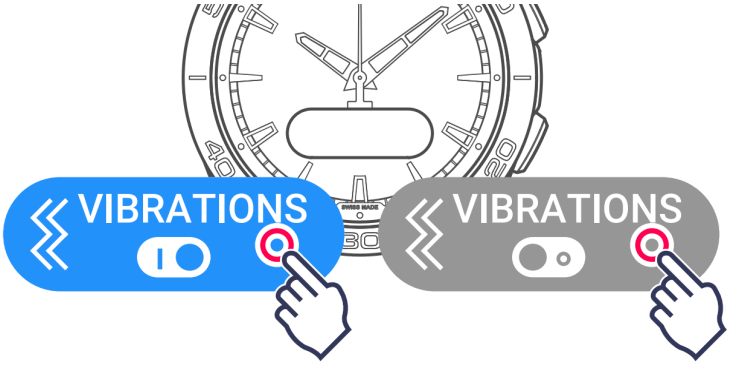
- **瀏覽:** 管理瀏覽手錶選單時的聲音和震動。

在 Browsing 中,您可以分別設定聲音和震動。對於每一項,選擇三種狀態之一:開、關或驗證。在驗證狀態下,只有當您確認某項設定或操作時手錶才會提供回饋,例如設定鬧鐘的小時或分鐘時。

4 顯示並選擇設定

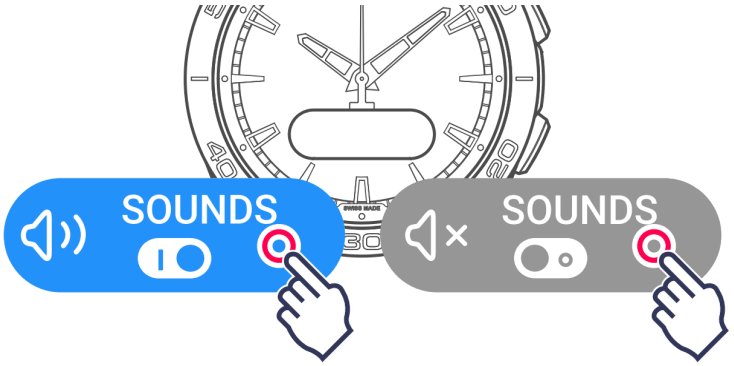


5 開啟／關閉震動



如果開啟震動功能，腕錶會在應用程式傳來通知時短暫震動。

6 開啟／關閉音效



> **備註**
>
> 如果開啟音效功能，腕錶會在應用程式傳來通知時發出嗶嗶聲。

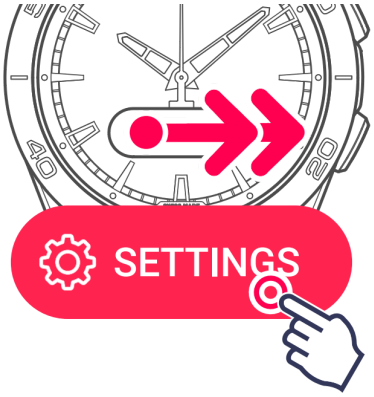
語言

選擇顯示語言

1 啟動腕錶



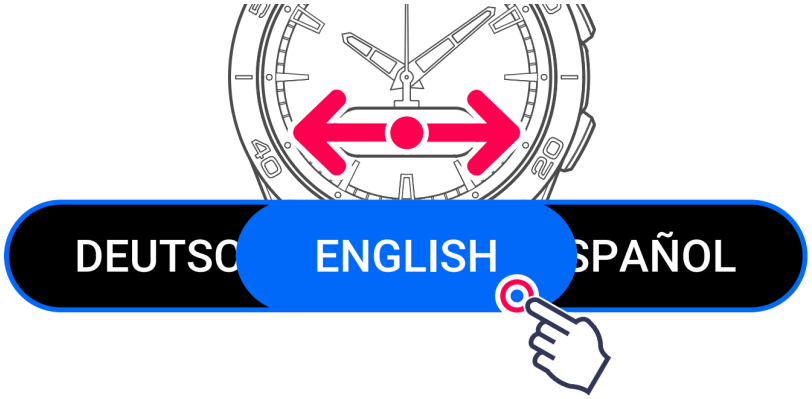
2 顯示並選擇設定功能表



3 選擇語言設定



4 顯示並選擇想要的設定



進階

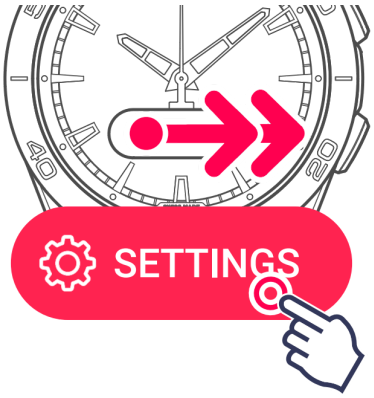
使用進階設定

這些設定是用於校準指針或將腕錶重新初始化。

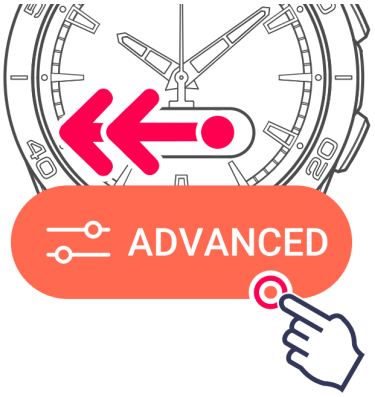
1 啟動腕錶



2 顯示並選擇設定功能表



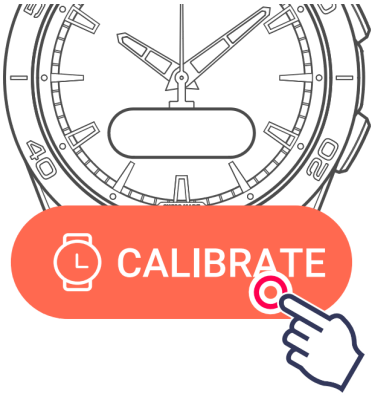
3 顯示並選擇進階功能表



CALIBRATE

此控制功能可在指針位置不正確時進行校準。腕錶在受到衝擊或靠近強力磁場時，可能會讓指針受到影響。

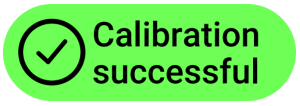
1 顯示並開始指針校準



腕錶會執行指針校準工作以確保指針位置正確。



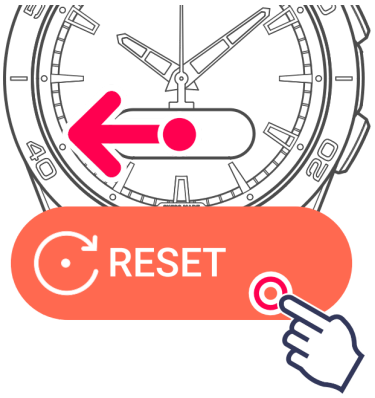
校準工作結束



RESET

此控制功能會重新初始化腕錶，讓您能夠重新選擇配對或非配對模式。

2 顯示並開始重新初始化腕錶



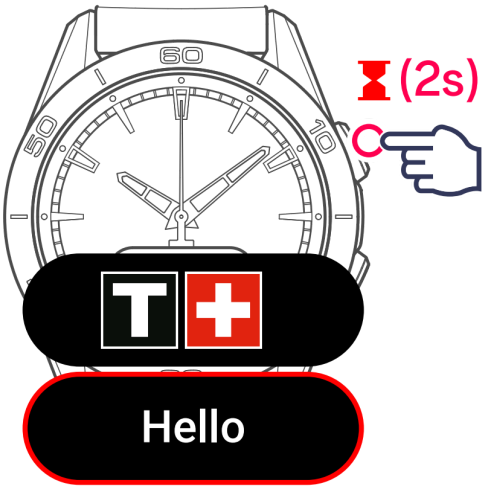
3 確認刪除資料

根據需要觸碰螢幕區域。



確認: ：儲存在腕錶上的資料（計時、訊息等）將被清除，但若腕錶已連接到應用程式，則會備份已同步的資料供之後存取。

取消: ：程序將被取消。



腕錶會執行新的初始化工作，即回到首次啟動時的狀態。

繼續進行啟動程序

時間格式和日期

設定首選時間格式和日期。

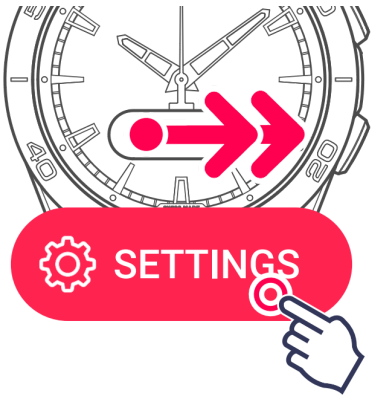
> **備註**
>
> 此頁面上可用的選項取決於手錶處於**配對模式**還是**非配對模式**。此模式在手錶的初始啟動期間選擇。

設定時間格式

1 啟動腕錶



2 顯示並選擇設定功能表



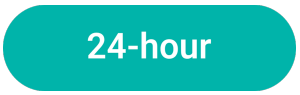
3 顯示並選擇時間/日期設定

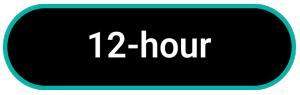


4 點擊時間格式



5 選擇24小時或12小時





設定日期

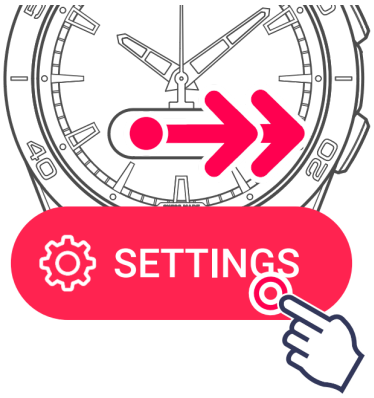
警告

「設定日期」功能僅在非配對模式下可用。在配對模式下，日期會自動從您的智慧型手機同步。

1 啟動腕錶



2 顯示並選擇設定功能表



3 顯示並選擇時間/日期設定



4 點擊“設定日期”



5 調整年、月、日

點擊螢幕或按下頂部按鈕進行確認。

6 確認



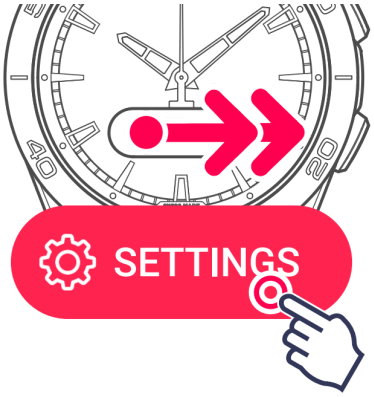
關於

關於腕錶的資訊

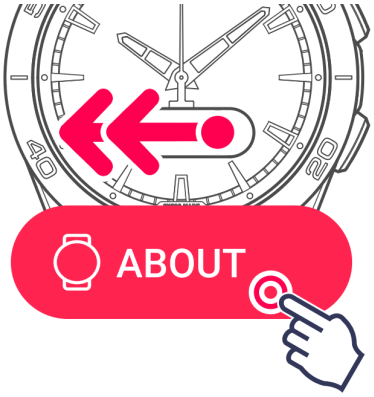
1 啟動腕錶



2 顯示並選擇設定功能表



3 顯示腕錶的資訊



腕錶ID

您的腕錶具有獨一無二的識別碼，用來辨識腕錶的真偽。在提出支援請求時可能會要求提供此號碼。

軟體版本

這裡會顯示腕錶的軟體版本。Tissot SA致力於持續改進我們的產品， 並且定期加入新的功能。當您從應用程式中選擇更新時，伺服器會檢查腕錶是否安裝了最新的軟體版本。如果不是，應用程式會建議您安裝最新的更新。

> **備註**
>
> 更新後,設定會從行動應用程式中恢復,您不需要手動重新設定。請確保在更新後仍與行動應用程式保持連線,以便恢復設定。

字體版本

為確保最佳的易讀性，螢幕字體可能會更新，以改善腕錶上呈現的文字及數值顯示。

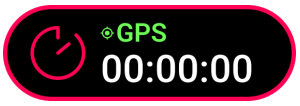
說明

資料

活動資料

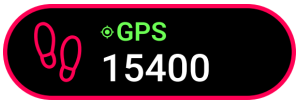
追蹤活動期間儲存的資料。

活動時間



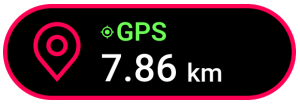
追蹤活動期間的經過時間。計時會一直持續到活動結束。

步數



步數根據腕錶上安裝的三軸加速度計測量手臂運動計算得出。

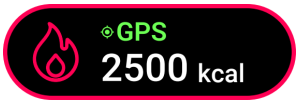
行經距離



行經距離根據三軸加速度計測量的手臂運動以及GPS資料計算得出。

> **備註**
>
> 如果活動已暫停,暫停期間所行進的距離不會被計入。只有在活動實際進行時記錄的距離才會計入總距離。
>
> 如果由於任何原因(例如權限、精度低、無定位或連線中斷)缺少 GNSS 資料點,則相應時間區間的距離將透過內插法估算。

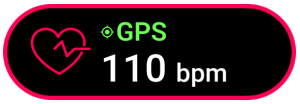
消耗的熱量



消耗的熱量由應用程式根據多個資料計算得出，包括行經距離、移動速度、爬升率等，以及您在Tissot應用程式中輸入的個人資料。

心肺活動

心率



心率透過安裝在腕錶背面的光學感測器進行測量。其工作原理是根據手腕的血流量來測量光量。

> **警告**
>
> 為確保正確測量心率，請確保腕錶與手腕貼合。
>
> 在進行需要用力的活動時（例如手腕肌肉繃緊時），讀數可能在幾秒鐘內不太準確。

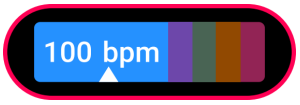
訓練區間

訓練區間顯示活動期間的心率。

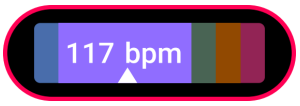
心率依據Tissot應用程式中指定的數值設定。如果未設定，預設出生年份為1970年。最大值的計算公式為：220 - 年齡。

> **警告**
>
> 區間的預設值不是每分鐘心跳次數（bpm），而是您最大心率的百分比。
>
> 最大心率和百分比可以在應用程式中編輯。

訓練區間1：50 %-60 %



訓練區間2：60 %-70 %



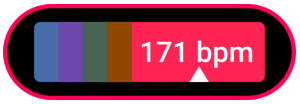
訓練區間3：70 %-80 %



訓練區間4：80 %-90 %



訓練區間5：90 %-100 %

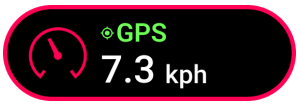


距離單位時間（配速）



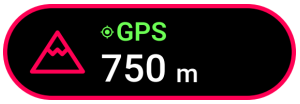
活動期間行經一公里（或一英里）所用的平均時間。應用程式會計算每公里所用時間的平均值。

速度



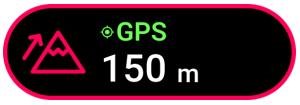
活動期間的平均移動速度，以每小時公里（或英里）表示。

高度



活動期間達到的最大高度。此數值使用智慧型手機的GPS資料計算得出。

累積的爬升高度



活動期間所有上升運動的總和，以公尺（或英尺）表示。此數值使用智慧型手機的GPS資料計算得出。

統計資料

儲存在每日統計資料中的數據，每天的午夜（零點）會重置。

步數



步數根據腕錶上安裝的三軸加速度計測量手臂運動計算得出。

消耗的熱量



消耗的熱量由應用程式根據多個資料計算得出，包括行經距離、移動速度、爬升率等，以及您在Tissot應用程式中輸入的個人資料。

活動時間



運動時間或身體活動時間。所有休息時間都不會計入。

行經距離



行經距離根據三軸加速度計測量的手臂運動以及智慧型手機的GPS資料計算得出。

電池

說明

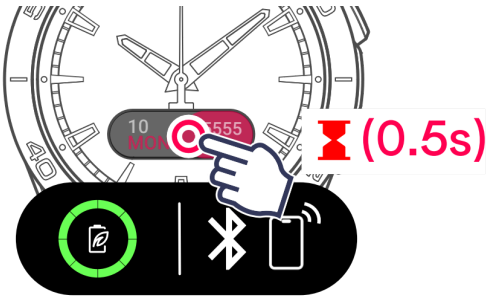
您的T-Touch Connect Sport使用鋰離子聚合物電池，可以透過錶面上的太陽能感應器或隨附的充電線充電。

根據您的活動量，平均續航時間如下：

- Watch 模式下續航時間不限（需要晴天戶外光照每天超過 20 分鐘，20 kLux）。
- Standard Connected 模式下最長可達 6 個月（需要晴天戶外光照每天超過 35 分鐘，20 kLux）。
- Sport Connected 模式下最長可達 3 個月（需要晴天戶外光照每天超過 60 分鐘，20 kLux）。

查看電池電量

1 **觸碰螢幕約0.5秒**



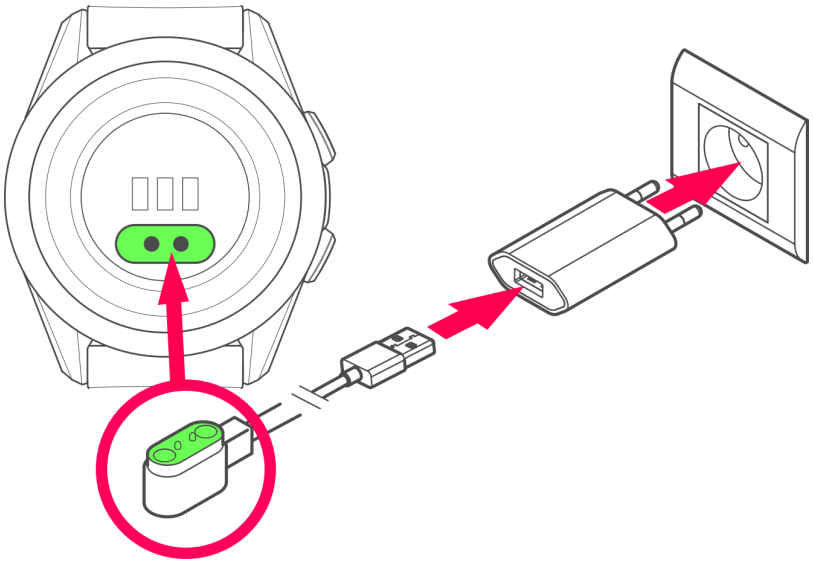
為電池充電

腕錶附有專用且防水的USB充電線。

> **警告**
>
> 請勿使用超過15瓦的充電器。
>
> 如果電池電量太低而無法確保正常運作，螢幕會顯示以下訊息：

Battery low

1 如圖所示，將充電線末端放在接頭處



備註

接頭有磁性，確保方向正確。

說明

完全充滿電大約需要90分鐘。

模式

使用配對模式

在此模式下，腕錶會與安裝在智慧型手機上的Tissot應用程式保持連線。

有些功能也可以透過智慧型手機使用：

- **倒數計時**: ：時間長度可透過應用程式設定。
- **計時碼錶**: ：時間測量和分段計時時間都會儲存起來，並可在應用程式上查看。
- **活動追蹤資料**: ：該資料會儲存起來，並可在應用程式上查看。
- **位置**: ：智慧型手機的GPS會在進行自行車、健行或跑步活動時儲存位置資料。
- **統計資料**: ：該資料也可以在應用程式上查看。

Bluetooth®

腕錶和應用程式之間透過Bluetooth®通訊協定進行資料交換。

您的智慧型手機及腕錶必須啟用Bluetooth®連線。

請參閱設定

警告

在活動期間，請隨身攜帶智慧手機。兩個裝置之間的距離不可超過15到20公尺（50到65英尺）。

如果腕錶距離智慧型手機太遠，連線會中斷。只要兩個裝置再次靠近，就會自動重新連線。

備註

如果您的手錶有一段時間未連接T-Connect應用程式,會彈出「開啟Tissot應用程式」的提示視窗——與初始設定時顯示的提醒相同——提示您在手機上開啟該應用程式。開啟應用程式可讓手錶同步您的資料,以保持資料備份。此提醒24小時內不會再次顯示。

模式

使用非配對模式

在此模式下，腕錶會獨立運作。

您只能直接在腕錶上設定，不能透過應用程式設定。

部分資料會暫時儲存在腕錶上：

- **計時碼錶**: ：最終的時間測量和分段計時時間都會儲存起來，並可在計時過程中查看。
- **活動追蹤資料**: ：該資料會暫時儲存在腕錶上，並可在活動期間查看。
- **統計資料**: ：該資料可在當天查看。

> **說明**
>
> **位置**: 不進行位置追蹤和高度測量。騎乘活動不測量距離和速度。

GPS

一般說明

使用腕錶的部分功能需要存取位置資料。這些資料來自智慧型手機的GPS。

> **警告**
>
> 智慧型手機必須隨時啟用位置功能，而不僅僅是開啟Tissot應用程式時。

搭配GPS使用

在Bluetooth®連線下，GPS資訊會在智慧型手機與腕錶之間交換。

為了讓Bluetooth®連線正常運作，您的腕錶必須處於配對模式，且Bluetooth®連線必須啟用。

啟用連線

配對模式

> **警告**
>
> 在活動期間，請隨身攜帶智慧手機。兩個裝置之間的距離不可超過15到20公尺（50到65英尺）。
>
> 如果腕錶距離智慧型手機太遠，連線會中斷。只要兩個裝置再次靠近，就會自動重新連線。

不搭配GPS使用

如果腕錶無法取得GPS資料，則無法提供位置資訊，且跑步、自行車及健行活動的資料追蹤功能會受限。

以下資訊將無法儲存：

- 位置
- 距離測量
- 速度

相容性

T-Touch Connect Sport配備Bluetooth®功能，需使用符合以下要求的智慧型手機：

Android要求	Android所需配置：最低版本9.0，建議版本為13或14。 此系統版本自2018年3月7日起推出。大多數於此日期以後製造的裝置均符合此要求。
Apple iOS要求	Apple iOS所需配置：最低版本16，建議版本為17.x或18.x。 適用於2022年9月以後上市的iPhone。
華為要求	華為所需配置：最低版本鴻蒙2.0，建議版本為鴻蒙3.x或4.x。 適用於2021年6月起推出的部分華為智慧型手機。

Tissot確保其產品與全球知名且廣泛使用的Android行動裝置相容。然而，有部分裝置與T-Touch Connect Sport不相容：

- 小米8 Lite國際版；
- Blackberry Key2 LE；
- Samsung A21S；
- Sony XZ3；
- Caterpillar S60。

T-Touch Connect Sport應用程式僅支援以下國家和語言：

支援的國家

阿爾巴尼亞	澳洲	奧地利
白俄羅斯	比利時	波士尼亞與赫塞哥維納
巴西	保加利亞	加拿大
智利	中國	哥倫比亞

克羅埃西亞	賽普勒斯	捷克
丹麥	愛沙尼亞	法羅群島
芬蘭	法國	德國
直布羅陀	希臘	格陵蘭
瓜地馬拉	香港特別行政區	匈牙利
冰島	印度	愛爾蘭
以色列	義大利	日本
約旦	韓國	科索沃
拉脫維亞	黎巴嫩	列支敦斯登
立陶宛	盧森堡	澳門特別行政區
馬來西亞	馬爾他	墨西哥
摩爾多瓦	摩納哥	蒙特內哥羅
荷蘭	紐西蘭	北馬其頓
挪威	波蘭	葡萄牙
羅馬尼亞	聖馬利諾	塞爾維亞
新加坡	斯洛伐克	斯洛維尼亞
西班牙	瑞典	瑞士
臺灣地區	泰國	土耳其
烏克蘭	阿拉伯聯合大公國	英國
美國	梵蒂岡	委內瑞拉

支援的字元組（通知）

南非文	阿爾巴尼亞文	巴斯克文
布列塔尼文	加泰隆尼亞文*	中文（簡體）
科西嘉文	捷克文	丹麥文*
荷蘭文*	英文	愛沙尼亞文*
法羅文	芬蘭文*	法文
加利西亞文	德文	匈牙利文*
冰島文	印尼文	愛爾蘭文
愛爾蘭文*（傳統文字）	義大利文	日文
韓文	庫德文	萊昂文
立陶宛文	盧森堡文	馬來文
曼島文	挪威文	奧克文
波蘭文	葡萄牙文	里托羅曼文
蘇格蘭蓋爾文	高地蘇格蘭文	斯洛伐克文
南薩米文	西班牙文	史瓦希利文
瑞典文	他加祿文	瓦隆文
威爾斯文*		

*請注意可能會缺少部分字元。

應用程式語言

中文（簡體）	中文（繁體）	丹麥文
荷蘭文	英文	芬蘭文
法文	德文	義大利文
日文	韓文	挪威文
波蘭文	葡萄牙文	羅馬尼亞文
西班牙文	瑞典文	泰文

腕錶語言

中文（簡體）	英文	法文
德文	義大利文	日文
韓文	馬來文	西班牙文
泰文		

韌體更新

當有新的韌體版本可用時，T-Connect 應用程式會在背景自動下載並將其傳輸到您的手錶，但不會立即安裝。

若要安裝，請執行下列任一操作：

- 在 T-Connect 應用程式中點按「更新」，或者
- 確認手錶上顯示的更新提醒。



版本與新功能

版本	推出時間	修訂說明
10.2	2026年8月	**錯誤修復與改進**
10.1	2026年6月	**錯誤修復與改進**
10.0	2026年4月	**暫停期間的精確距離** 活動暫停期間所經過的距離將不再被計入，缺失的 GPS 資料點將透過內插法進行估算。 **鬧鐘和計時器的聲音與震動** 鬧鐘和計時器擁有各自獨立的聲音和震動設定，與手錶的一般設定分開。 **中國騎乘即時活動** 中國使用者現已可使用騎乘即時活動追蹤功能。 **錯誤修復與改進**
9.2	2026年2月	**擴充的目標設定與提醒** 在手錶和應用程式中設定每日步數、卡路里、距離和活動時間目標，達成目標時會收到提醒。 **更多快速操作** 手電筒功能回歸，並新增更多活動，現可在按鈕上設定為快速操作。 **iOS 通知篩選** 在 iOS 上依類別篩選智慧型手機通知（在 Android 上依個別應用程式篩選）。 **錯誤修復與改進**
9.1	2025年10月	**待機模式** 睡眠模式已更名為 Standby 模式。 **彙總每日活動和運動活動的資料** 您的每日摘要現在會彙總日常活動和運動活動的資料：步數、距離、卡路里和時長。

版本	推出時間	修訂說明
		錯誤修復與改進
9.0	2025年6月	**手電筒功能已停用** 手電筒功能已被停用。 **活動即時鏡像** 在 T-Connect app 中即時檢視您的騎乘活動 — 數據會自動同步顯示到您的手機螢幕上。 **勿擾模式與通知記錄** 手錶會遵循手機的勿擾模式，將來電和通知靜音；您可以在手錶上檢視通知記錄。 **NBA 小工具簡化** 手錶上不再提供 NBA 即時比分和賽程。此小工具現在會顯示一個橫幅，連結至 NBA 官網以取得最新消息。 **錯誤修復與改進**
8.3	2025年4月	**室內活動記錄** 手錶現在會儲存您最近一次室內活動的記錄 — 與 T-Connect app 同步以永久儲存。 **手錶上的室內活動** 直接在手錶上選擇並開始跑步機、飛輪和爬樓梯活動 — 無需 GPS。 **管理自動暫停/繼續提醒** 根據您的運動情況，設定活動自動暫停或繼續時的提醒。 **錯誤修復與改進**
8.2	2025年3月	**按鈕快速操作** 為按鈕指派一個快速操作，快速存取您最喜愛的功能。 **錶面選擇** 直接在您的 TTC Sport 上從 5 款可用錶面中選擇。 **透明韌體更新**

版本	推出時間	修訂說明
		T-Connect app 會自動在背景下載韌體更新並傳輸到您的手錶，而不會立即安裝。 **錯誤修復與改進**
8.1	2025年1月	**更快的心率存取** 如果手錶在測量心率時進入閒置狀態，測量會持續 30 秒 — 在此時間內重新啟動即可立即查看結果。 **活動期間的抬腕偵測** 在活動期間抬起手腕即可喚醒螢幕並查看資料；暫停時偵測會自動關閉。 **錯誤修復與改進**
8.0	2024年10月	**光線強度記錄** 在 T-Connect app（配對模式）中檢視手錶採集的光線強度記錄。 **活動自動圈次** 取得健行、跑步和騎乘的詳細自動圈次資料。 **太陽能電量** 隨時追蹤太陽能趨勢，更好地了解其對電池續航的積極影響。 **按需心率** 透過簡單觸碰，直接在錶上即時測量心率。 **手電筒功能** 長按下方按鈕，即可將手錶瞬間變為手電筒。 **腕上訓練區間** 在活動期間直接在手腕上檢視您目前的訓練區間。 **重新連接提示** 如果腕錶未連線，會提示您開啟 T-Connect app。 **自動暫停和繼續您的活動** 在 TTC Sport 上進行健行、跑步和騎乘活動時，停止移動會自動暫停，重新開始移動會自動繼續。

版本	推出時間	修訂說明
		錯誤修復與改進

文件

符合性聲明

- 符合性聲明

保固

- 保固