



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 long-sleeved shirt and brown boots. The background shows a brick building and a modern glass skyscraper. The lighting is soft and warm, suggesting the 'blue hour' of sunset.

MANUEL D'UTILISATION

SMARTWATCH
FC-285

The background of the image consists of a series of concentric, thin white circles centered on a solid teal background. The circles are evenly spaced and extend across the entire frame, creating a subtle, rhythmic pattern.

01

COMMENCER



COMMENCER

01. TÉLÉCHARGEZ L'APPLI

Téléchargez l'appli FREDERIQUE CONSTANT SMARTWATCH pour iPhone® ou Android.

02. ACTIVEZ LE BLUETOOTH SUR VOTRE TÉLÉPHONE

03. LANCEZ L'APPLI ET SUIVEZ LES INSTRUCTIONS

Vous serez d'abord invitée à créer votre profil, puis à synchroniser votre montre avec l'appli et, enfin, à définir vos objectifs.

04. VOUS ÊTES MAINTENANT PRÊTE À UTILISER VOTRE SMARTWATCH GENTS CLASSICS



The background of the image consists of a series of concentric circles in a light blue-grey color, centered on a slightly darker blue-grey background. The circles are thin and spaced evenly, creating a subtle pattern.

02

NAVIGUER

NAVIGUER SUR LA SMARTWATCH GENTS CLASSICS



La Smartwatch Gents Classics est équipée d'un bouton couronne qui permet d'accéder à ses différentes fonctions :

- Activité / Sommeil
- Date
- Heures mondiales (2^{ème} fuseau horaire)
- Température (du calibre)
- Chronographe
- Entraînement (5 sports différents peuvent être surveillés)

Les fonctions suivantes sont disponibles par défaut sur votre montre:

- Toujours à l'heure
- Suivi d'activité
- Suivi du sommeil

De plus, vous pouvez ajouter jusqu'à 3 fonctions différentes à afficher sur votre montre via l'application.

APPUYER ET MAINTENIR 3 SECONDES:

Change les modes entre l'activité et le sommeil.

Si la petite aiguille (ici bleue) indique la date, vous êtes en mode suivi d'activité Si la petite aiguille (ici bleue) indique la lune, vous êtes en mode surveillance du sommeil.



The background of the slide features a series of concentric, thin white circles centered on a solid teal background, creating a ripple effect.

03

FONCTIONS



FONCTIONS



SUIVI D'ACTIVITÉ



COACH INTELLIGENT



ALERTES D'ACTIVITÉ



CHRONOGRAPHE



SUIVI DU SOMMEIL



RÉVEIL INTELLIGENT



TEMPÉRATURE DU CALIBRE



HEURES MONDIALES



TOUJOURS À L'HEURE



SAUVEGARDE ET RÉINITIALISATION
SUR LE CLOUD



2 ANS DE BATTERIE

CARACTÉRISTIQUES



FREDERIQUE CONSTANT
GENEVE



FONCTIONS



TOUJOURS À L'HEURE

Inutile de régler l'heure et la date. En changeant de fuseau horaire, la montre se synchronise avec votre smartphone pour afficher l'heure locale automatiquement.





FONCTIONS



HEURES MONDIALES

Vous pouvez choisir d'afficher un deuxième fuseau horaire sur votre montre. Cette fonction est particulièrement utile lorsque vous voyagez et souhaitez connaître l'heure qu'il est chez vous.

Selon les paramètres de votre couronne poussoir (une pression, deux pressions ou trois pressions sur la couronne de la montre), l'aiguille des heures se déplacera pour afficher votre deuxième fuseau horaire sélectionné (la durée d'affichage peut être réglée dans les paramètres du bouton poussoir).





FONCTIONS



SUIVI D'ACTIVITÉ

Enregistrez le nombre de pas, les calories brûlées et la distance parcourue chaque jour. Les graphiques de l'appli d'accompagnement vous permettront d'avoir un aperçu de vos résultats par semaine et de les comparer à ceux d'autres personnes de votre âge partout dans le monde grâce à un outil de benchmarking.

DÉFINISSEZ VOTRE OBJECTIF D'ACTIVITÉ DANS L'APPLICATION

La première étape est de définir votre propre objectif d'activité dans l'application.

LIRE LES RÉSULTATS DE VOTRE ACTIVITÉ SUR VOTRE MONTRE

En mode activité (voir page 6), vous pouvez lire votre pourcentage d'objectif d'activité atteint dans le petit compteur à 6 heures. La grande aiguille (ici grise) pointe l'échelle 0-100.



FONCTIONS



SLEEP MONITORING

Portez votre montre la nuit ou placez-la sous votre oreiller pour enregistrer des informations sur votre cycle de sommeil. Vous pouvez choisir votre mode préféré sur l'application. La fonction de suivi du sommeil vous donne des informations sur vos cycles de sommeil, comme le temps que vous avez passé en sommeil profond, en sommeil léger ou éveillé.

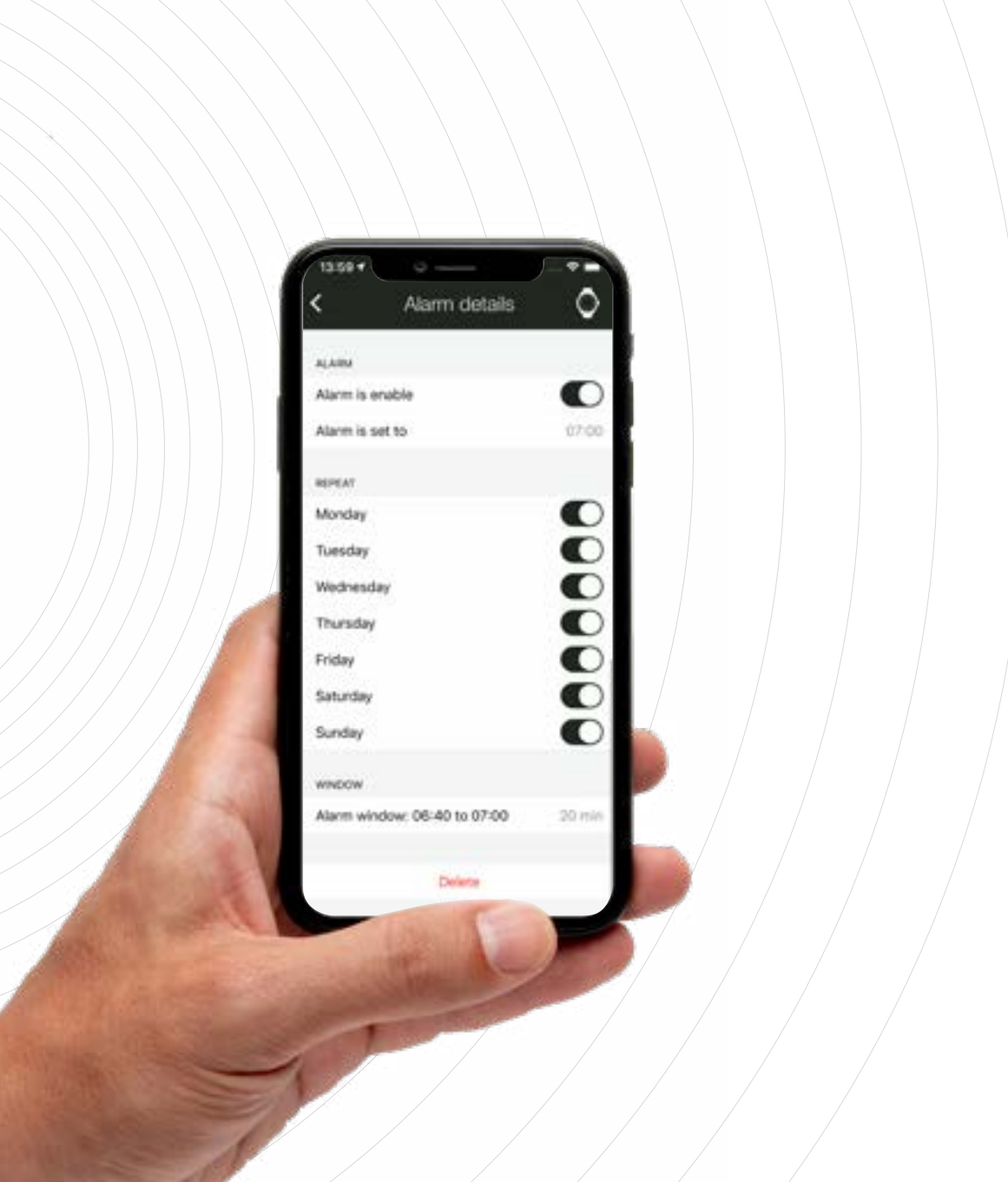
DÉFINISSEZ VOTRE OBJECTIF DE SOMMEIL DANS L'APPLICATION

La première étape est de définir votre propre objectif de sommeil dans l'application.

LIRE LES RÉSULTATS DE VOTRE SOMMEIL SUR VOTRE MONTRE

En mode veille (voir page 6), vous pouvez lire votre pourcentage d'objectif de sommeil atteint dans le petit compteur à 6 heures. La grande aiguille (ici grise) pointe l'échelle 0-100.





FONCTIONS



RÉVEIL INTELLIGENT

Programmez un réveil intelligent qui vous réveille à l'heure optimale en fonction de votre cycle de sommeil pour que vous soyez en pleine forme. Vous pouvez facilement activer et désactiver les alarmes sur l'appli.





FONCTIONS



TEMPÉRATURE DU CALIBRE

La température du calibre peut être affichée sur votre montre via l'aiguille des heures.

Pour cela:

1. Réglez votre couronne poussoir dans l'application.
2. Appuyez sur la couronne poussoir (une pression, deux pressions ou trois pressions selon vos réglages).
3. L'aiguille des minutes affichera la température du calibre sur la graduation des minutes.





FONCTIONS



ALERTES D'ACTIVITÉ

Programmez une alerte qui vous rappelle de vous activer si vous restez immobile pendant trop longtemps.

Personnalisez votre alerte d'activité à partir de l'application d'accompagnement..





FONCTIONS



CHRONOMETRE

La fonction chronometre peut être lancée directement sur votre montre via la couronne poussoir.

Pour cela:

1. Réglez votre couronne poussoir dans l'application.
2. Appuyez sur la couronne poussoir (une pression, deux pressions ou trois pressions selon vos réglages).
3. Les aiguilles des heures et des minutes iront jusqu'à 12 heures.
4. Pour lancer le chronometre : appuyez sur la couronne. L'aiguille des minutes indiquera les secondes tandis que l'aiguille des heures indiquera les minutes.
5. Pour arrêter le chronometre : appuyez sur la couronne.
6. Pour réinitialiser : appuyez sur la couronne.

Les aiguilles reviendront automatiquement à l'indication de l'heure.





CARACTÉRISTIQUES



COACH INTELLIGENT

Des suggestions, astuces et informations spécialement adaptées à vos objectifs en termes d'activité et de sommeil.



CARACTÉRISTIQUES



SAUVEGARDE ET RÉINITIALISATION SUR LE CLOUD

Récupérez toutes vos données en cas de perte de votre montre ou de votre smartphone. Vos données seront sauvegardées sur votre profil personnel.





CARACTÉRISTIQUES



2 ANS DE BATTERIE

Votre Smartwatch Frédérique Constant est une véritable montre suisse dans sa pure tradition.

Votre garde-temps est équipé d'un mouvement électronique avec une autonomie de 2 ans (selon votre utilisation).



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

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.

