

乐纤 2.0 硬件&平台使用问与答

2019 年 6 月 5 日更新

1、如何下载、使用乐纤 2.0APP？

答：在各大应用市场（App Store、安智市场、安卓市场、小米市场、华为市场）搜索“乐纤 2.0”，即可点击下载 APP。打开 APP 点击“注册”，输入相关信息，查看并勾选隐私政策，即可注册平台用户登入使用。

请注意因**腾讯应用宝市场**限制了应用名称里不能带小数点，所以“乐纤 2.0”在此应用市场叫“乐纤 2”。

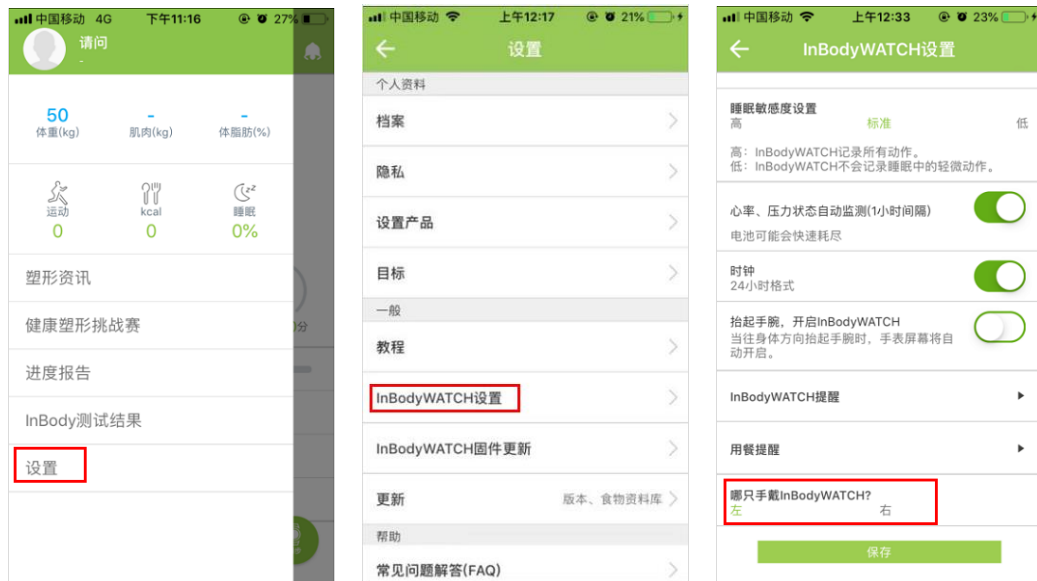
2、没有安利卡号或者没有参赛验证码，就无法使用乐纤 2.0 APP 么？

答：即使没有安利卡号或者没有参赛验证码，也是可以通过手机号注册为平台用户。但平台目前的“健康塑形挑战赛”仅开放给拥有参赛验证码的用户参与。

3、对 InBodyWATCH 的佩戴，戴左手或者右手会影响测试结果么？

答：用户可根据个人的佩戴习惯，自行选择将手表戴在左手或者右手。但需要在设置页面进行相关设置，以确保手表的记录正确。

具体设置路径：主菜单 -- 设置 -- InbodyWATCH 设置 -- 哪只手佩戴 InbodyWATCH？



4、手表无法充电，该怎么办？

答：如使用随产品配备的原装充电器与插头无法充电，请更换充电器及插头再尝试充电。如更换后充电回复正常，请联系 InBody 客服反映情况，寄回充电器至 Inbody 公司进行检测换修。如更换充电器后仍然无法充电，请联系 InBody 客服反映情况，寄回手表至 Inbody 公司进行检测换修。Inbody 客服电话 400-888-5363。如因手表质量问题无法正常使用，InBody 将提供自激活当天起一年免费保修。

5、手表电池过热，该怎么办？

答：请联系 InBody 客服反映情况，寄回手表进行换修。Inbody 客服电话 400-888-5363。如因手表质量问题无法正常使用，InBody 将提供自激活当天起一年免费保修。

6、电池使用寿命过短（满电待机小于 36 小时 / 掉电快），该怎么办？

答：如已使用随产品配备的插座充满电，电池寿命仍然过短，请检查每小时心率监测是否打开，或微信提醒次数是否过多。如关闭每小时心率检测或微信提醒后，电池寿命依然过短，请联系 InBody 客服反映情况，寄回手表进行换修。Inbody 客服电话 400-888-5363。如因手表质量问题无法正常使用，InBody 将提供自激活当天起一年免费保修。

7、手表无法连接，该怎么办？

答：请在连接手表前，确认以下情况：

- 手表没有与其他手机相连接：可将身边其他手机的蓝牙关闭，或走到距离其他手机稍远的距离进行绑定；
- 手表电源已开启：点击手边右边的按钮；
- 手机已打开蓝牙连接；
- 手机的定位功能（GPS）已开启。

8、如何进行手机绑定？

答：

- 第一步，点击主页面左上角的“三”符号，进入“设置” - “设备”页面
- 第二步，选择您要绑定的硬件；
- 第三步，输入当前体重信息；
- 第四步，点连接，等待硬件蓝牙连接；
- 第五步，绑定成功，点击确认；
- 第六步，成功绑定硬件后，页面将显示手表已“连接”，并显示手表的 SN 号。请查看您绑定的手表 SN 号是否正确。



9、手机绑定手表后，如何进行 InBody 测试？

答：

- 第一步，在 App 主页面，点击体脂率
- 第二步，进入体测记录页面，点击右下角绿色“测试”按钮
- 第三步，感觉手表震动，进入测试页面
- 第四步，按照页面提示，做好准备手势，点击“开始 InBody 测试”按钮

*注意：因为手表为蓝牙连接方式，请留意不要在小范围，多人同时打开蓝牙来绑定手表，此操作可能导致误绑定他人手表，可以通过核对 SN 查看，是否误绑定。如果存在误绑定，可以通过删除当前绑定手表，重新绑定一次手表即 OK。

10、 InBodyWATCH 如何监测我的行动？

答：InBodyWATCH 采用 3D 运动传感器进行动态监测。把所有的动态变成数字测量值(数据)。InBodyWatch 分析数字数据，提供如频率、持续时间、强度和动态形式等详细信息，并且通过这些信息计算步行的步数，运动时间，卡路里和距离。

11、 InBodyWATCH 如何测量我人体成分？

答：InBodyWATCH 利用四个电极(两个手指和两个手腕电极)测量上半身的阻抗值。为了获取准确的测量结果，InBodyWATCH 要放在手腕上，在正确的姿势下进行测试。

12、 怎样才能得到准确的测试结果？

答：

- 吃完饭后不要马上测试（建议测试者饭后两个小时左右才进行测试）。
- 测试前不要运动、喝酒或抽烟
- 在室温下进行测试
- 避免婴儿进行测试

13、 什么条件下能得到准确的 InBody 测试结果？

答：

- 测试前站立 5 分钟。如果测试前长时间处于躺、坐状态，身体的水分会向下方向移动。会影响测试结果的准确性。
- 测试者至少饭后两个小时左右，才可进行测试。饭后的体重包括食物的重量，会影响测试结果的准确性。
- 测试前要先排便、排尿。人体成分不包括尿液、粪便、废物等物质成分，否则会影响测试结果的准确性。
- 测试前不要运动。剧烈运动可能会导致身体状态暂时性的变化。即使轻度运动也可能暂时影响你的体质。
- 最好每天早上进行测试。一天中人体的水分会逐渐倾向于下肢，会影响测试结果的准确性。

14、 在车里的时候，步数会被计数吗？

答：InBodyWatch 是智能手表，一般不在坐车等情况下计算步数。我们在各种情况下（如乘坐公交车或其他公共交通）已经进行了一系列测试。在大多数情况下，没有过多计算步数。但在行驶不平的路面上，车辆在行驶途中可能会计算步数。

15、 在椅子上坐着，步数会被计数吗？

答：我们在各种情况下（打字、写作以及其它类型的办公活动）进行了一系列的测试。在大多数情况下，没有过多计算步数。但做手臂范围大的活动时，可能会计算步数。

16、 配戴 InBodyWATCH 步行时，步数没有变化。

答：InBodyWATCH 只能监测 8 步以上的步数。如果只走几步就暂停的话，人体所消耗的卡路里极少，当持续或长时间步行才能消耗热量。因此，InBodyWATCH 只能监测 8 步以上的步数。

17、 当你做 EZTraining 时，InBodyWATCH 如何检测你的运动状态？

答：InBodyWatch 使用 3 D 加速器监测动态。利用传感器根据选定的运动监测特定动作。

18、 为什么 EZ 训练的计数和我的实际计数会存在差异？

答：为了保证 InBodyWATCH 能准确地监测运动和动作，必须保证测试人以准确的姿势进行锻炼。否则，InBodyWATCH 不能监测到所选运动的动作。

19、 佩戴手表进行 EZ 训练时，发现记录数据不是特别灵敏（有时做了几次，但都无记

录) ?

答：EZ 训练是通过手腕的角度，位置，速度来识别运动状态。所以正确的运动姿势非常重要。进行 EZ 训练时请检查以下几个部分。

- 请确认您 InBody 手表配戴的手腕是左手还是右手。配戴前请设置好您“哪只手配戴 InBodyWATCH？”（默认左手）
- 请保持正确的运动姿势。（相关内容请参考 App 上提供的运动视频）
- 运动时手上拿着哑铃（或其他有重量的物品）可以提高 EZ 训练识别率。

20、 我的朋友们想做 InBody 测试，我该怎么做？

答：

- 您可以在乐纤 2.0 APP 上，使用访客功能对其进行 InBody 测试。输入相关信息并按照提示进行测试。
- 如果没有乐纤 2.0 APP，也可以进行 InBody 测试，触摸 InBodyWATCH 显示屏，进入设置模式>更改体重、身高、年龄、性别。然后进行 InBody 测试。注意，替朋友测试后不要忘记将设置更改回自己的信息。或者您可以将 InBodyWatch 与 APP 进行同步设置，您的信息会自动更新，与您的 APP 信息同步一致。

21、 InBodyWATCH 如何监控压力？

答：InBodyWATCH 使用 PPG（光体积图）技术，来测量心率变化。一般来说，当人处于放松状态时，心跳间隔很自然。如果当人处于高压状态时，心跳间隔会减少。InBodyWATCH 通过这些数据来分析压力状况。

22、 InBodyWATCH 有防水功能吗？我可以配戴 InBodyWATCH 游泳吗？

答：InBodyWATCH 并不是防水的。洗手时溅到的水是没有问题的，但应避免长时间侵入水中，游泳时不宜佩戴。如学员喜欢游泳，建议游泳时脱下手表。

23、 InBodyWATCH 的电池充满电后使用时间多久？

答：InBody 充满电后，电池最多可使用 5 天。但是电池的待机时间因使用程度的不同而不同。例如，如果您使用它进行心率监测，那么电池使用时间可能不到 4 个小时。注意，电池待机时间会根据使用程度的不同出现差异。

24、 用 InBodyWATCH 可以接电话吗？

答：您可以选择打开来电提醒功能，但是您无法使用 InbodyWatch 接听来电。

25、 为什么 InBodyWATCH 的显示屏自动关闭？？

答：每次激活后，InBodyWatch 的显示屏将持续开启 5 秒钟。也可以通过按下电源按钮或向上抬起手腕来打开显示屏。

26、 InBodyWATCH 中的数据能保存多久？

答：如果数据未上传至乐纤 2.0 APP，InBodyWatch 的数据最多可保存 7 天。注意，如果没有使用 APP，InBodyWATCH 的测量结果将不会被保存。

27、 如果我遗失或需要更换另一条表带或充电器，我可以另外购买吗？

答：是的，您可以联系 InBody 客服。

28、 我担心 InBodyWATCH 会引起皮肤过敏。

答 :InBodyWATCH 的表带是由复合弹性聚合物制成的。表带通过生物相容性测试,对皮肤无害。如果你长时间佩戴,可能会因出汗而产生皮肤反应。如果感觉不适,请将 InBodyWATCH 摘下,并保持皮肤清洁以缓解不适。为了保持表带清洁,您可以定期清洗并擦干表带。

29、 所有人都可以配戴 InBodyWATCH 吗?所有人都可以用 InBodyWATCH 进行 InBody 测试吗?

答 :InBodyWatch 使用 BIA(生物电阻抗分析)技术,该技术使用低电流进行测试。因此,体内带有心脏起搏器的人不可使用。此外,对于孕妇或浮肿患者而言,InBody 测试结果可能不准确。

30、 InBodyWATCH 支持微信运动吗?

答 :不支持。

31、 同步手表的数据后发现,个人的深度睡眠时长(10 个小时)不太合理,同比其他手表有偏差,是不是 InBody 手表记录不准?

答 :InBodyWATCH 使用 3D 加速器监测睡眠状态,一定时间没感应动作就判断为睡眠。

- 深睡眠:使用者在一定时间没动作或动作幅度很小的时候,WATCH 判断深睡眠。在 InBodyWATCH 上的深睡眠是指:没有翻来翻去的睡眠状态。
- 浅睡眠:睡眠时有一些动作,WATCH 会判断为浅睡眠。

- 根据个人的睡眠习惯和需求，在 InBodyWATCH 设置中可设置睡眠敏感度。



32、 InBodyWATCH 如何确定您是在睡觉，又或者它只是平放在桌子上？

答：InBodyWATCH 利用 3D 加速计判断使用者的活动状态，监测睡眠的条件是在一定时间范围内，没有发生一定程度上的动作，那么 WATCH 将判断为睡眠状态。日常生活中使用者配戴 WATCH 后，在一定时间范围内没有动作，就会记录为睡眠，还有根据睡眠中的动作程度分为深睡眠，浅睡眠，醒着三个状态。因为监测睡眠的条件是“一定时间范围内没有动作”，所以看电视、阅读等没有动作发生的情况，WATCH 将会监测睡眠状态。同样放在桌子上也有可能监测到睡眠状态，但 WATCH 可以识别使用者的配戴与否，所以一般放在桌子上的时候不会记录到睡眠状态。具体监测睡眠说明请参考睡眠页面的“如何监测睡眠”

(根据睡眠敏感度设置监测的动作程度不同 ,请在 InBodyWATCH 设置中设置睡眠敏感度)

33、 使用 InBodyWATCH 体测数据同纽崔莱智能体脂秤 (InBodyDail) 或者安利体验馆 InBody 设备获得的体测数据，有没有偏差？

答：InBodyWATCH 同纽崔莱智能体脂秤 (InBodyDail) 及安利体验馆 InBody 设备测量范围不同，会出现一定的偏差。

InBodyWATCH 相比纽崔莱智能体脂秤 (InBodyDail) 或者安利体验馆 InBody 设备的区别主要在于可以检查自己体成分变化程度。

纽崔莱智能体脂秤 (InBodyDail) 及安利体验馆 InBody 设备是采取 8 电极接触式节段测

试法。分 5 个节段（手臂，躯干，腿部）分开测试。

而 InBodyWATCH 采取测上肢后推算下肢的方式。因此，上下肢不均衡的人群在这几种设备之间会存在偏差。

另外，肌肉发达的运动选手或脂肪量过多的肥胖患者也存在偏差。所以参赛人员的体测数据不推荐不同设备之间进行比较。

34、 已有乐纤智能手环的安利营销人员可以使用乐纤 2.0App 吗？

答：当前不可以，使用乐纤智能手环的用户仍需要配合乐纤 1.0App 来使用。

35、 如果乐纤 2.0App 安利卡号填写错误还可以修改吗？

答：不可以。根据 APP 的设定，录入安利卡号后还需要登陆安利卡号对应的密码，正常情况下输入错误的安利卡号，密码是无法通过验证的。

36、 InBodyWATCH 的电池寿命是多久？

答：当 InBodyWATCH 充满电时，它的电池可耐长达 5 天。不过，您越频密使用手表，电池就越快耗尽。因此，您可能需要在更短时间内把 InBodyWATCH 充电。


例如，当您启动呼叫与短讯闹钟时，您所接的每一通电话或短讯都将导致您的手表振动。因此，如果您一天里接到 10 通电话，手表所消耗的电力就会比一天里只接 1 通电话来得多。

电池的预期寿命是 2-3 年。随着时间流逝，用得越久电池的寿命就会变短，敬请留意。

37、 当我参加健康塑形俱乐部活动时，我尚未成为安利营销人员。如今我已是一名


ABO，需要在乐纤 2.0App 里更新我的个人资料吗？

答：需要。请按如下步骤进行信息补充。

1. 在主界面点击左上角的“”菜单图标。
2. 选择“设置”。
3. 选择“档案”。
4. 选择“安利卡号”。
5. 输入您的安利卡号以及安利官网的登陆密码。
6. 选择“保存”。

38、 如何更改我的乐纤 2.0App 登录密码？

答：请按如下步骤进行信息补充。

1. 在主界面点击左上角的“”菜单图标。
2. 在个人资料部分选择“档案”。
3. 选择“修改 App 登陆密码”。
4. 在更改密码的页面中输入您的旧密码。
5. 然后输入您的新密码。
6. 在“确认密码”框里重新输入新密码。
7. 选择“保存”。
8. 将会有一则信息弹出，通知您密码已经成功更改。选择“确认”。

39、 我忘记我的乐纤 2.0App 登录密码，应该怎么办？

答：如果您忘记了密码，在输入手机号码后无法登录，请按照以下步骤操作。

1. 在登陆界面最下方选择“忘记密码？”旁边的“这里”。

2. 输入您用于注册手机号码。
3. 点击“验证”。
4. 根据收到的验证码设置新的登录密码。

40、 当我换了新手机，需要在乐纤 2.0App 里更新我的个人资料吗？

答：如果您换了新手机，而电话号码却保持不变，只需把乐纤 2.0App 下载至您的新手机即可。


当您在新手机里打开乐纤 2.0App 时，输入您的手机号码和原登录密码。您此前存在于乐纤 2.0App 里的所有资料仍然可以取用。

记得把您的 InBodyWATCH 跟您的新手机配对，以便继续把您的手表里的数据同步备份至 App 里。

41、 当我换了手机号码，该如何更新我在乐纤 2.0App 里的个人资料？

答：如果您只是换手机号码 却没有换手机 那么您仍然可以用您的手机使用乐纤 2.0App。

若要更改您在乐纤 2.0App 里的手机号码，请遵照下列步骤。

1. 在主界面点击左上角的“”菜单图标。
2. 选择“设置”。
3. 选择“档案”。
4. 点击您档案照片下方的“手机号码”。
5. 输入您的新手机号码并选择“发送验证码”。
6. 一个核实的验证码将传送至您的手机。
7. 将核实代码输入，然后选择“确认”。

8. 将会有一则信息弹出，通知您手机号码已经成功被更改，选择“确认”。

42、 乐纤智能手表 Pro 对手机兼容性的要求？

答：

苹果手机 iPhone5/iOS 8.0 及以上版本，

安卓手机 Android OS 5.1.1 及以上版本，

若不确定您的手机是否兼容，请拨打 InBody 售后服务热线 400-888-5363 求助。

43、 我没有输入参赛验证码，能否参加 PK 赛？

答：塑形 PK 赛不需要输入参赛验证码，也不需要输入安利卡号，所有平台用户都可以直接参加所有的 PK 赛，包括个人挑战、队伍挑战以及社群挑战。

44、 我参加了个人挑战后，是否还能参加队伍挑战？

答：三种不同类型的挑战，可以同时参加。但同一种类型的挑战，只能参加一场，只有在当前挑战结束后，才能参与下一次的挑战。

45、 挑战结束后，页面显示“完成”而不是“开”，是否不能参加下一次挑战？

答：完成一次挑战后，需要进入到挑战页面，点击个人头像进入挑战详情页，点击上方的“再来一轮”，即可开展下一次的挑战。

46、 为什么在搜索对手/用户的时候，没有找到对应用户？

答：有以下原因无法搜索到对应用户：

1. 对应的手机号码未在平台注册用户；
2. 对应的用户已参加同一类型的挑战赛；
3. 对应的用户已在同一类型的挑战中加入其它的队伍。

47、 我的积分不够，无法参与挑战赛，可以怎么办？

答：可以通过日常任务获取积分，如每日完成 6000 步，可获得对应积分。

48、 我没有乐纤 Inbody 智能手表，还能参加 PK 赛么？

答：没有手表或者体脂秤的用户，大部分的 PK 赛都可以参加。目前除了比赛类型为“步数”的挑战无法手动输入数据，其他类型（如减重/减脂/增肌）等，都可以让用户手动输入赛前赛后数据。

49、 我接受了对方的邀请，但迟迟没有开始挑战赛，我可以怎么办？

答：只有发起挑战的用户，可以点击开始挑战赛。若是个人挑战或社群挑战，邀请方没有点击开始比赛前，接受方都可以点击退出挑战；若是队伍挑战，若队伍匹配成功后，发起方两天内没有点击开始比赛，则匹配关系自动解除。

50、 用 InbodyWatch 时，经常出现各种问题，是因为产品生产质量有问题吗？

答：InbodyWatch 的生产厂家拥有 ISO/IEC 17025:2005 标准认证，具有国际标准质量管理体系，每批出厂产品均检测合格。如在使用上出现异常情况，请联系 InBody 客服，并在其指引下回寄检测及换修。Inbody 客服电话 400-888-5363。如因手表质量问题无法正常使用，InBody 将提供自激活当天起一年免费保修。

51、 活动期间获赠的 Inbody 智能手表和换购的乐纤 Inbody 体脂秤 ,在 7 月 11 日活动结束后,还能在乐纤 2.0 应用程序中使用吗?

答：在第一阶段挑战赛结束后，Inbody 智能手表及体脂秤仍可在乐纤 2.0 应用程序中正常使用各种指标检测、报告生成功能。相关检测数据也可用于乐纤 2.0APP 升级版中新增的个人或团体组队挑战。