

# HUAWEI WATCH GT2

## 使用指南

文档版本

01

发布日期

2019-10-31



版权所有 © 华为技术有限公司 2019。保留一切权利。

非经本公司书面许可，任何单位和个人不得擅自摘抄、复制本文档内容的部分或全部，并不得以任何形式传播。

## 商标声明



HUAWEI和其他华为商标均为华为技术有限公司的商标。

本文档提及的其他所有商标或注册商标，由各自的所有人拥有。

## 注意

您购买的产品、服务或特性等应受华为公司商业合同和条款的约束，本文档中描述的全部或部分产品、服务或特性可能不在您的购买或使用范围之内。除非合同另有约定，华为公司对本文档内容不做任何明示或默示的声明或保证。

由于产品版本升级或其他原因，本文档内容会不定期进行更新。除非另有约定，本文档仅作为使用指导，本文档中的所有陈述、信息和建议不构成任何明示或暗示的担保。

## 华为技术有限公司

地址：深圳市龙岗区坂田华为总部办公楼 邮编：518129

网址：<https://www.huawei.com>

客户服务邮箱：[support@huawei.com](mailto:support@huawei.com)

客户服务电话：4008302118

## 目录

<b>1 使用入门</b>	<b>1</b>
1.1 佩戴手表	1
1.2 调整/更换表带	2
1.3 手表连接手机	6
1.4 开关机/重启	7
1.5 给手表充电	8
1.6 手表按键及屏幕控制功能	10
1.7 自定义手表下键功能	12
1.8 设置时间和语言	13
1.9 设置常用开关	13
1.10 开启勿扰模式	13
1.11 升级手表和 App 版本	13
1.12 恢复出厂设置	14
<b>2 应用管理</b>	<b>15</b>
2.1 消息提醒和删除消息	15
2.2 设置常用联系人（使用手表接打电话）	16
2.3 接听和拒接来电	16
2.4 查看通话记录	17
2.5 使用音乐功能	17
2.6 使用秒表/计时器	17
2.7 设置闹钟	18
2.8 使用手电筒	19
2.9 使用海拔气压计	19
2.10 使用指南针	19
2.11 天气推送	19
2.12 手表找手机	20
<b>3 科学运动</b>	<b>21</b>
3.1 开始锻炼	21
3.2 开启智能教练	22
3.3 训练状态	23
3.4 记录日常活动	24
3.5 查看中高强度活动时间	24

3.6 记录运动轨迹.....	25
3.7 分享运动健康数据.....	25
<b>4 健康管理.....</b>	<b>26</b>
4.1 测量心率.....	26
4.2 监测睡眠.....	30
4.3 检测压力.....	30
4.4 呼吸训练.....	31
4.5 测量血氧饱和度.....	31
4.6 久坐提醒.....	31
4.7 开启科学睡眠.....	32
<b>5 快捷支付.....</b>	<b>33</b>
5.1 交通卡开卡、充值和支付.....	33
5.2 支持交通卡的穿戴设备和支持的卡片数量.....	34
5.3 支付宝支付.....	36

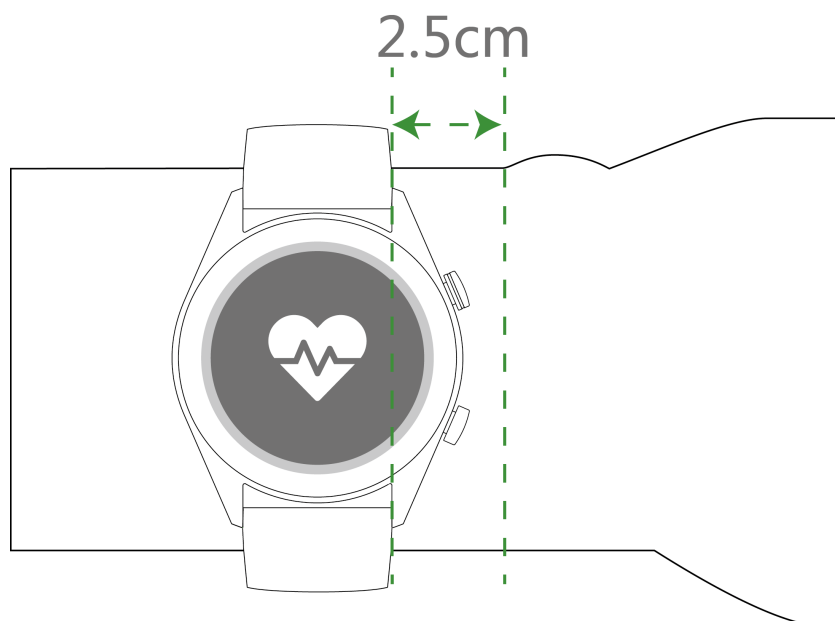
# 1 使用入门

---

- 1.1 佩戴手表
- 1.2 调整/更换表带
- 1.3 手表连接手机
- 1.4 关机/重启
- 1.5 给手表充电
- 1.6 手表按键及屏幕控制功能
- 1.7 自定义手表下键功能
- 1.8 设置时间和语言
- 1.9 设置常用开关
- 1.10 开启勿扰模式
- 1.11 升级手表和App版本
- 1.12 恢复出厂设置

## 1.1 佩戴手表

请参考图示将手表的心率监测区域贴合在手腕上，保持舒适、贴合的佩戴状态。为保证心率测量的准确性，请您正常佩戴手表，避开骨节，不要太松或过紧，运动时请尽量偏紧佩戴。



#### 说明

- 手表采用专业健康材质，并通过了严格的皮肤过敏测试，您可以放心佩戴。如果佩戴时感到皮肤不适，请停止佩戴并咨询医生。
- 请正确佩戴您的手表，清洁干爽，松紧适度，让皮肤有透气空间。
- 手表不区分左右手佩戴，您可以按照习惯佩戴手表。

## 1.2 调整/更换表带

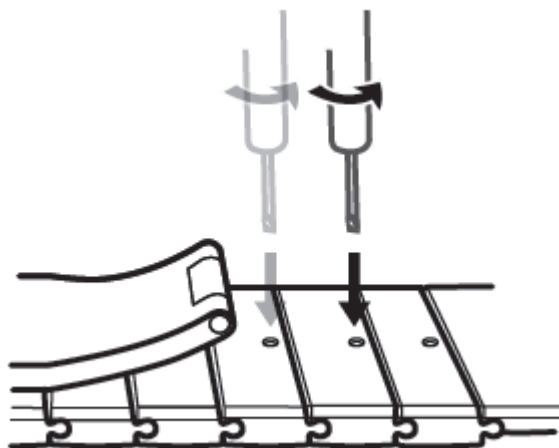
### 调整表带

采用丁字扣设计的非金属表带，您可根据手腕周长，自行调整为舒适的长度。

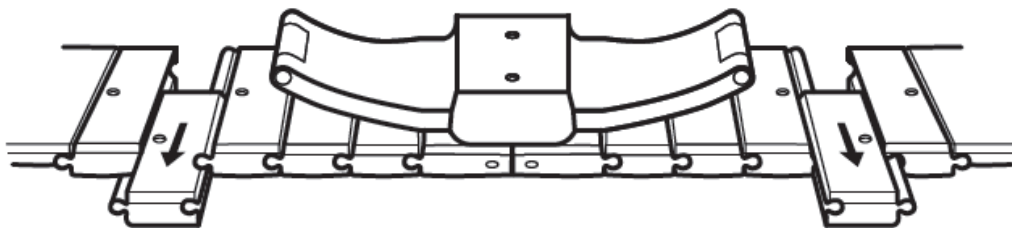
如果是金属表带，请参考如下方式进行调整：

金属单珠表带调整方式

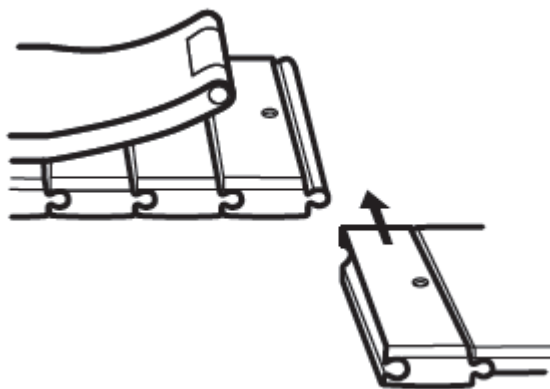
- 1、使用随机配送的螺丝刀拆卸表带螺丝



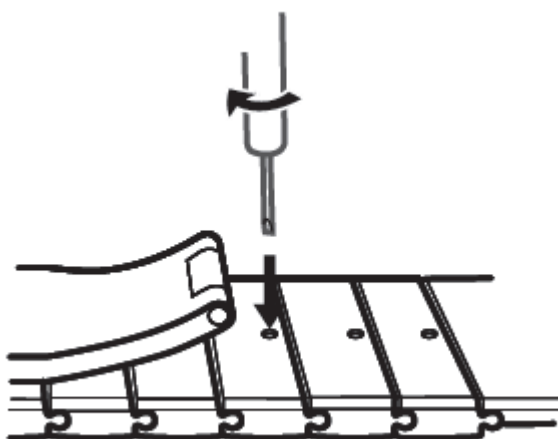
2、去掉两侧对称金属粒



3、组装表带



4、拧紧螺丝

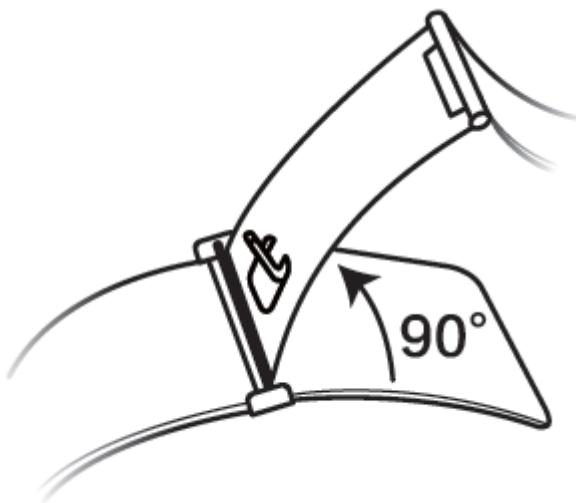


金属网表带调整方式

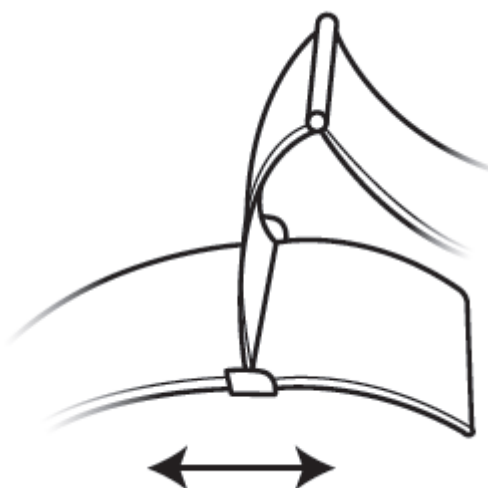
1、打开表扣



2、折板向上翻开约90°

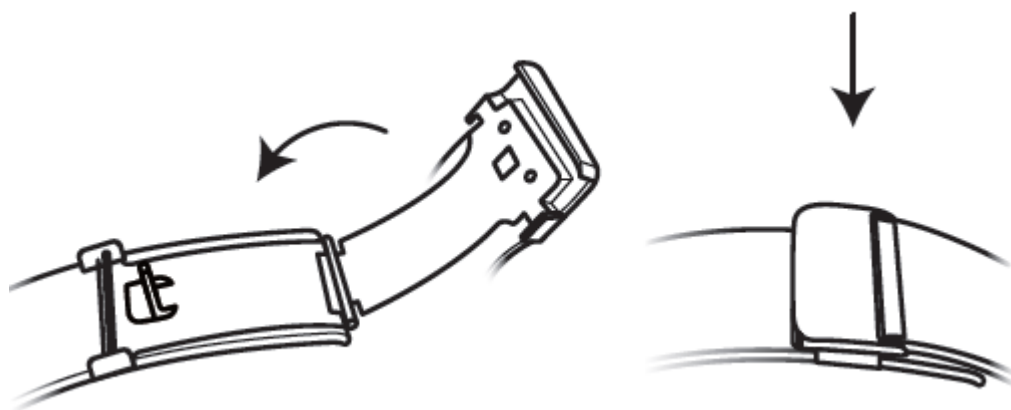


3、左右推拉底座至合适位置



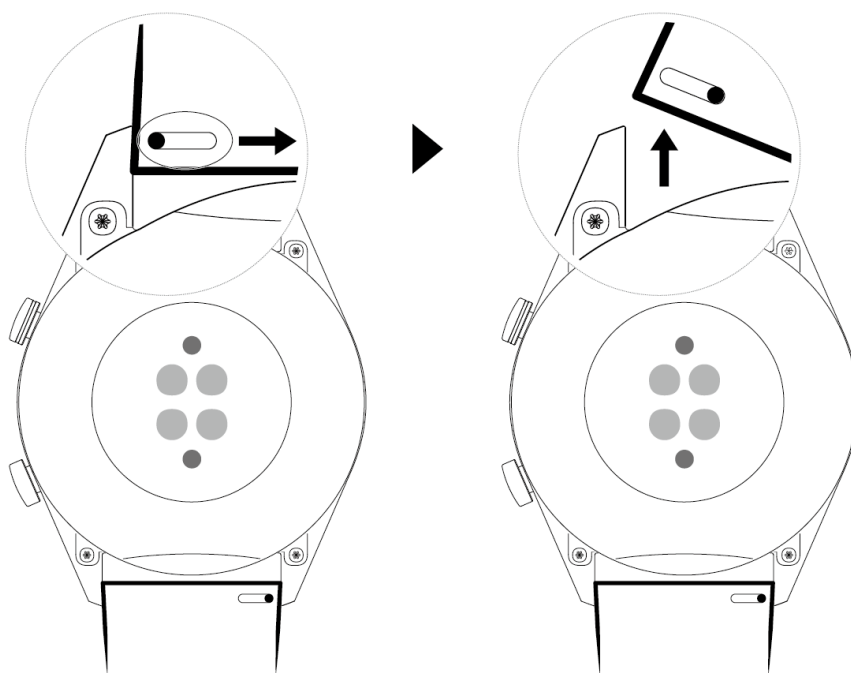
4、对准凹槽，合上折板，扣上表扣。



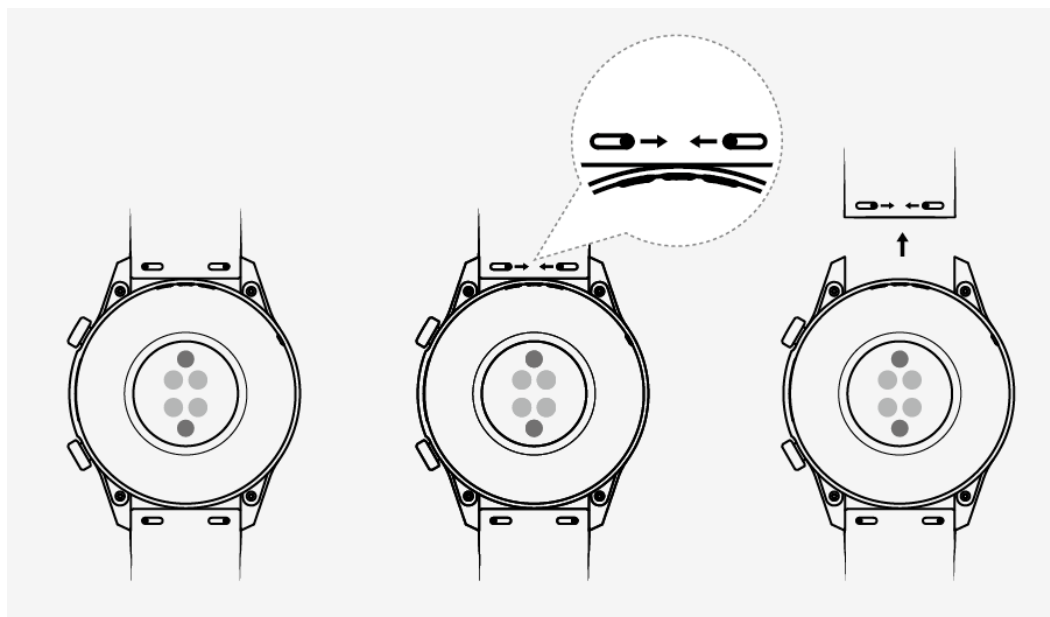


### 拆卸/安装表带

请参考以下图示，拆卸表带时，拨动表带固定按钮，向上抬起表带将其取出，然后释放表带固定按钮。采用相反的操作，您可以安装新表带。



如果是金属表带，请参考如下方式拆卸。采用相反的操作，您可以安装新表带。




## 1.3 手表连接手机

首次使用时，请长按上键至手表振动并出现logo即可开机。手表蓝牙默认处于可配对状态。


### ● Android用户：

- 在手机应用市场搜索“华为运动健康”，下载并安装运动健康App，或将手机上已有的运动健康App更新至最新版本。
- 打开华为运动健康App，根据弹框提示开启App相关权限。点击“设备 > 添加设备 > 手表”，在可选设备列表中选择要配对的设备即可。“”
- 点击“开始配对”，App自动搜索手表的蓝牙设备名称并列出，点击手表的蓝牙名称，手表和手机自动开始配对。

- 当手表屏幕上出现配对请求时，点击，同时在手机上确认配对，完成与手机的配对连接。

### ● iOS用户：

- 在手机端登录App Store搜索“华为运动健康”，下载并安装运动健康App，或将手机上已有的运动健康App更新至最新版本。
- 打开华为运动健康App，进入“设备”界面，点击右上角的“+”，点击“智能手表”，在可选设备列表中选择要配对的设备即可。
- 点击“开始配对”，App自动搜索手表的蓝牙设备名称并列出，点击手表的蓝牙名称，手表和手机自动开始配对。

- 当手表屏幕上出现配对请求时，点击，完成与手机的配对连接。

**HUAWEI WATCH GT2（46mm）配对方式请按照如下步骤操作：**

- a. 在手机端登录App Store搜索“华为运动健康”，下载并安装运动健康 App，或将手机上已有的运动健康App更新至最新版本。
- b. 在手机端打开“设置 > 蓝牙”，自动搜索蓝牙设备名称并列出，点击手表的

蓝牙名称，当手表屏幕上出现配对请求时，点击



，完成与手机的配对连接。

- c. 打开华为运动健康App，进入“设备”界面，点击右上角的“+”，点击“智能手表”，在可选设备列表中选择要配对的设备。
- d. 点击“开始配对”，App自动搜索手表的蓝牙设备名称并列出，点击手表的蓝牙名称，手表和手机自动开始配对。


- e. 当手表屏幕上出现配对请求时，点击



，完成与手机的配对连接。

#### 说明

- 首次配对连接时，用手机扫描手表屏幕上的二维码可下载华为运动健康App。

- 如果手表屏幕上出现配对请求时，点击
- 
- 无反应，请长按手表下键解锁后重新配对尝试。
  - 配对成功后，手表显示配对成功画面，同步手机相关信息（日期、时间等）。
  - 配对失败后，手表显示配对失败画面，回到开机页面。
  - 一台手表同时只能连接一部手机，一部手机同时也只能连接一台手表。如需连接其他手机，请先在华为运动健康App手表的设备详情页上解除配对，然后再与其他手机通过华为运动健康App连接。

## 1.4 开关机/重启

### 开机

- 关机状态下，长按上键开机。
- 关机状态下，连接充电器进行充电时，手表自动开机。

#### 说明

超低电量开机时，页面显示超低电量提醒您为手表充电，2s后黑屏，无法开机。

### 关机

- 开机状态下，长按上键，出现重启/关机选项画面，点击“关机”。
- 开机状态下，点击上键，选择“设置 > 系统菜单 > 关机”。
- 超低电量振动提醒后手表自动关机。

### 重启

- 开机状态下，长按上键，出现重启/关机选项画面，点击“重启”。
- 开机状态下，点击上键，选择“设置 > 系统菜单 > 重启”。

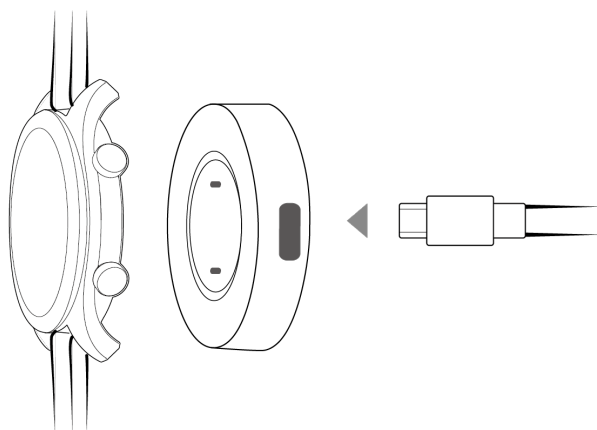
## 强制重启

- 您可以长按手表上键16秒以上强制重启手表

## 1.5 给手表充电

### 充电

1. 连接充电底座的USB-C接口和电源适配器，然后将电源适配器连接至电源插座。



2. 将手表放置在充电底座上。使手表背面的充电口对齐、贴合充电底座的金属触点，调整贴合度直到手表屏幕出现充电指示。
3. 手表充满电后，充电指示显示100%，此时会检测判断自动停止充电。如若此时没有断开充电器，当电量不满100%时，会检测判断自动进行充电。

#### 📖 说明

- 请使用随附的专用充电线、充电底座和额定输出电压5V、额定输出电流1A及以上的华为充电器为手表充电。
- 建议手拿充电底座往手表上扣，手表有按键的一侧与充电底座充电口方向保持一致。放置好后，检查手表表盘上的充电图标，如果充电图标已经显示，则表明正在充电。如果没有出现充电图标，则需要稍微调整位置，保证贴合，直至充电图标出现。

- 手表低电关机后连接电源，会显示图标  表示正在充电，充电后不久手表会自动开机。

## 充电时间

在两小时之内即可将手表充满电，当充电指示显示100%表示电已充满。充满电后请及时断开充电器。



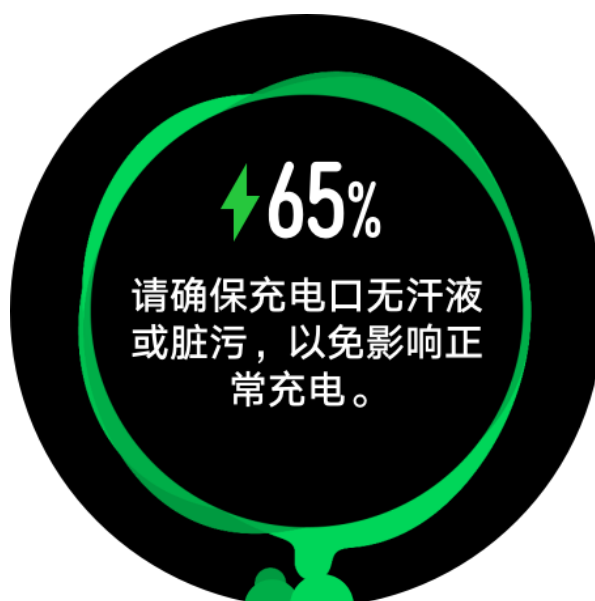
#### 说明

- 请在干燥、通风良好的环境中为手表充电。
- 充电前请擦干充电口，以免金属触点脏污、进水导致短路或其他风险。
- 充电前需要保持充电接口和充电底座干燥，务必擦干水渍、汗渍；
- 充电底座不防水，请注意保持干燥。
- 建议环境温度保持在0到45℃。
- 为了保护产品的电池寿命，在寒冷的低温环境下充电电流会被降低，充电时间可能会变长，但不会影响电池寿命。

## 查看电量

您可以通过以下几种方式查看手表电量及功耗。

**方式一：**手表会自动识别充电场景，手表连接电源后，在自动弹出的充电指示界面查看电量百分比。您可以单击上键退出充电界面。



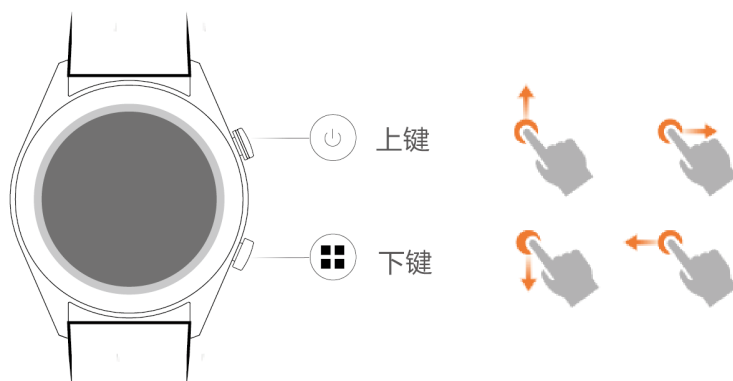
**方式二：**在主屏幕从上往下滑动，在下拉菜单中，可以查看电量百分比。

**方式三：**在华为运动健康App手表的设备详情页中可以查看电量百分比。



## 1.6 手表按键及屏幕控制功能

手表采用彩色屏幕，支持全屏触摸、上滑、下滑、左滑、右滑、长按操作。



## 上键

操作	功能	备注
单击	<ul style="list-style-type: none"><li>● 手表黑屏时，单击上键点亮屏幕</li><li>● 手表显示表盘界面时，单击上键进入应用列表界面</li><li>● 手表显示非表盘界面时，单击上键返回表盘界面</li></ul>	来电、锻炼等过程中有特别定义的场景例外
长按	<ul style="list-style-type: none"><li>● 手表关机状态时，长按上键开机</li><li>● 手表开机状态时，长按上键，出现重启/关机选项画面</li></ul>	

## 下键

操作	功能	备注
单击	默认打开锻炼应用 若之前进行过自定义，则打开自定义的功能	来电、锻炼等过程中有特别定义的场景例外
长按	调起语音助手	仅适用于EMUI10.0以上系统的手机，目前仅Huawei Watch GT 2支持语音助手

## 锻炼过程按键功能

操作	功能
单击上键	锁屏/解锁、静音、结束运动
单击下键	翻页
长按上键	结束运动
长按下键	调起语音助手（仅HUAWEI WATCH GT2 46mm款支持）
屏幕上下滑动	翻页
长按屏幕	替换界面显示的数据

屏幕基本手势

操作	功能
单击	选择确认
长按	手表显示表盘界面时，长按快捷更换表盘
上滑	查看消息通知（在表盘界面上滑）
下滑	查看快捷菜单（在表盘界面下滑）
左右滑	查看心率曲线、活动记录、天气、支付宝等卡片
右滑	返回上一屏

亮屏

- 单击上键点亮屏幕。
- 抬起手腕或内翻手腕点亮屏幕。
- 在表盘界面下滑打开快捷菜单，开启“亮屏”开关，屏幕将常亮5分钟。

说明

“抬腕亮屏”功能可以从华为运动健康App中手表的设备详情页上开启或关闭。

熄屏

- 亮屏状态下，落腕或外翻手腕，屏幕会熄灭。
- 通过按键亮屏或抬腕亮屏后，若无操作，5秒内手表屏幕会自动熄灭；若有操作，则操作后15秒内手表屏幕会自动熄灭。

说明

单击上键进入应用列表，选择“系统设置 > 屏幕显示 > 高级设置”，可设置熄屏时间，默认设置为“自动”。

1.7 自定义手表下键功能

1. 点击手表上键进入应用列表，上下滑动屏幕，选择“设置 > 下键设置”。
2. 选择手表列出的应用并单击，完成对手表下键的自定义。自定义设置后，单击手表下键，会直接打开对应应用。

说明

不设置时，单击下键，默认打开锻炼应用。



## 1.8 设置时间和语言

手表时间和语言无需您设置，手表与手机同步后，手机系统的语言与时间也会自动同步到手表上。

如果您修改了手机的语言、时间或者时间制式，手表与手机蓝牙正常连接后会同步修改。

### 说明

- 手表连接iOS系统手机设置语言：请打开手机，选择“设置>通用>语言与地区”，同时设定手机语言与地区，然后同步。
- 手表连接安卓系统手机设置语言：打开手机，选择“设置>系统>语言和输入法”（以EMUI9.0为例），设置语言后同步即可。

## 1.9 设置常用开关

手表与运动健康App配对成功后，可以在“设备”页签中点击已添加的设备图标，开启如下开关，体验设备提供的相应功能：

- 科学睡眠
- 智能家居联动
- 久坐提醒
- 连续测量心率
- 压力自动检测
- 消息通知
- 天气推送
- 蓝牙断开提醒
- 抬腕亮屏
- WLAN下自动下载升级包

## 1.10 开启勿扰模式

在表盘界面下滑打开快捷菜单，开启“勿扰”开关，即可打开勿扰模式。

手表上开启勿扰模式后：

1. 手机的来电会推送到手表上，但是手表不会震动亮屏提醒，手表上仍然可以接听/挂断来电。
2. 消息和通知不再提醒，抬腕不亮屏。

### 说明

若手表不支持通话功能，则不涉及在手表上接听电话。

## 1.11 升级手表和 App 版本

更新手表版本

#### 方法一：

手表和手机通过华为运动健康App正常连接时，在App主页面的右上角点击设备图标（或点击“设备”），进入手表设备详情页中，点击“设备版本更新”，将检测版本更新信息，请根据提示进行更新。

#### 方法二：

- Android用户：可在华为运动健康App的设备详情页中，打开“WLAN下自动下载升级包”开关，有新版本时手表会弹出升级提醒，您可根据提示进行版本更新。
- iOS用户：可点击华为运动健康App左上角的小人头像，点击“设置”，打开“WLAN下自动下载升级包”开关，有新版本时手表会弹出升级提醒，您可根据提示进行版本更新。

#### 更新App版本

Android用户：请在华为运动健康App中选择“我的 > 检测更新”，点击后开始更新App版本。

iOS用户：请在App Store中更新App版本。

#### 说明

更新时，手表会自动断开蓝牙连接，请您耐心等待直至升级结束。

## 1.12 恢复出厂设置

方法一：在手表主屏幕下单击上键，选择“设置 > 系统菜单 > 恢复出厂”，手表恢复出厂设置，您的所有数据会清零，请谨慎操作。

方法二：在华为运动健康App主页点击右上角的设备图标，进入设备详情页，选择“恢复出厂设置”。

# 2 应用管理

- 2.1 消息提醒和删除消息
- 2.2 设置常用联系人（使用手表接打电话）
- 2.3 接听和拒接来电
- 2.4 查看通话记录
- 2.5 使用音乐功能
- 2.6 使用秒表/计时器
- 2.7 设置闹钟
- 2.8 使用手电筒
- 2.9 使用海拔气压计
- 2.10 使用指南针
- 2.11 天气推送
- 2.12 手表找手机

## 2.1 消息提醒和删除消息

### 消息提醒

当手表与华为运动健康App配对连接后，

**Android手机：**请在华为运动健康App手表的设备详情页中点击“消息通知”，打开“通知”开关，同时打开需要推送消息的应用开关；

**iOS 手机：**请在华为运动健康App手表的设备详情页中点击“消息通知”，打开“通知”开关，同时在手机系统设置中开启需要推送的应用类型。

当手机状态栏有新消息时，手表会振动提醒。

您可以上下滑动屏幕查看消息内容。手表最多存储10条未读消息，满10条后，最早收到的消息被覆盖。每条消息支持一屏显示。

### 说明

- 手表支持的消息类型：短信、电子邮件、日历及微信、QQ 等社交应用推送的消息（微信/QQ 语音通话不支持）。
- 手表收到短信，微信，邮件后，不能直接在手表上回复。
- 若您设置了勿扰模式或是没有佩戴手表，手表仍会收到消息推送，但不会震动提醒。
- 如果您正在查看消息内容时，来了新的消息，新消息会自动弹出覆盖当前正在查看的消息内容。
- 勿扰模式及睡眠状态下或是运动过程中手表可以接收消息，但不进行提醒，您可以通过主表盘界面上滑操作，进入消息中心查阅。
- 手机和手表蓝牙连接时，手机收到电话和消息，均会通过蓝牙传递至手表。蓝牙传递消息有一定的延迟，无法达到同时提醒的效果。
- 手机和手表以及其他蓝牙设备同时连接时，不影响手表的消息提醒和来电推送功能。
- 微信/QQ 的语音消息、图片消息手表上可以收到，但是手表上无法收听语音、查看图片。

## 删除消息

您可以右滑删除单条消息，也可点击消息列表最下方的“全部清除”，清除所有未读消息。

## 2.2 设置常用联系人（使用手表接打电话）

1. 打开运动健康App“设备”版块，点击设备图标，跳转至手表功能设置界面，进入“常用联系人”设置。
2. 在“常用联系人”设置页面，您可以进行以下操作：
  - 点击“添加”，系统自动打开您手机联系人列表，选择联系人，自动完成添加。
  - 点击“排序”，可以对已添加的联系人进行排序。
  - 点击“移除”，可以对已添加的联系人进行移除。
3. 点击手表上键进入应用列表，上下滑动屏幕，选择“常用联系人”，即可通过手表拨打联系人电话。

### 说明

1. 常用联系人最多可设置10条。
2. 通过手表“常用联系人”进行通话，需要手表和手机保持连接配对正常。
3. 在接通电话界面中，可通过点击小喇叭图标或是单击手表上键/下键调节通话音量。
4. 通话记录最多可保存30条。

## 2.3 接听和拒接来电

手表与手机连接正常，当手机有来电时，手表会振动提醒您并显示来电人的号码或姓名，您可以选择接听或是拒接来电。

### 说明

- 来电显示名称与手机上保持一致：陌生来电显示来电号码；手机通讯录联系人来电显示通讯录中存入姓名。
- 若您设置了勿扰模式或是没有佩戴手表，手表仍会收到来电推送，但不会震动亮屏提醒。
- 在手表震动提醒过程中，单击手表上键可使手表停止震动。
- 不方便接听或通话结束时，可通过手表屏幕的挂断键进行挂断。
- 在接打电话界面中，可调节通话音量。

## 2.4 查看通话记录

1. 点击手表上键进入应用列表，上下滑动屏幕，选择“通话记录”，即可查看手表的通话记录。
2. 点击任意一条通话记录，可以进行回拨。
3. 上滑至屏幕底部，点击“全部清除”，可以对已有通话记录进行全部清除。

## 2.5 使用音乐功能

### 说明

使用音乐功能仅安卓系统手机支持。



1. 打开运动健康App“设备”版块，点击设备图标，跳转至手表功能设置界面，进入“音乐”设置。
2. 点击“音乐管理>添加音乐”，从列表中选择您需要添加的音乐，点击右上角“√”完成添加。
3. 点击手表上键进入应用列表，上下滑动屏幕，选择“音乐”，即可打开音乐应用。
4. 选择之前通过运动健康App上添加的音乐，点击播放按钮开始播放。

### 说明

- 支持将手机中通过第三方音乐App（酷狗音乐、网易云音乐、喜马拉雅、QQ音乐等）下载的非加密音乐文件（MP3和AAC（LC-AAC）格式）添加至手表中
- 在运动健康App添加音乐时，也可选择“新建歌单”创建歌单，创建后，可以把您已经上传至手表的音乐，根据您的喜好，添加至对应歌单中。
- 在手表播放音乐界面，可以对音乐进行切换、调节音量大小以及播放顺序（顺序播放、随机播放、单曲循环、列表循环）。上滑可查看音乐列表，选择右下角的设置，可以删除音乐、连接蓝牙耳机，控制手表音乐、控制手机音乐（仅安卓系统支持，且不可选择播放顺序）。
- 若需要使用手表控制手机音乐，需要在运动健康App设备详情页面，点击“音乐”，开启“手表控制手机音乐”。
- 手表支持控制手机中的第三方音乐App（酷狗音乐、网易云音乐、喜马拉雅、QQ音乐等）。




## 2.6 使用秒表/计时器


### 秒表

点击手表上键进入应用列表，点击“秒表”。点击，开始计时。点击，重置秒表。右滑屏幕退出“秒表”应用。

### 计时器

点击手表上键进入应用列表，点击“计时器”。手表默认为您提供8种倒计时，1分钟、3分钟、5分钟、10分钟、15分钟、30分钟、1小时、2小时等，您可以根据不同场景选择合适的时间。

点击，开始倒计时，点击，暂停倒计时，点击，退出倒计时。

同时，您可以自定义计时器。在“计时器”屏幕下端点击“自定义”，设置您的倒计时时间，点击，可以开始倒计时。

右滑屏幕退出“计时器”应用。

## 2.7 设置闹钟

您可以通过华为运动健康App连接手表设置事务或智能闹钟，智能唤醒会在检测到您未深睡或清醒状态时提前振动叫醒您，从而使您大幅减轻醒后昏昏沉沉的感觉，帮助您醒后拥有良好的精神状态。

方法一：在手表上设置事务/智能闹钟


1. 在手表主屏幕下单击上键进入应用列表，选择“闹钟”，点击“+”添加闹钟。
2. 设置闹钟的时间和重复周期，点击“确认”完成闹钟的设置。
3. 点击已设置的闹钟，可编辑修改或删除该闹钟。

### 说明

- 未设置闹钟的重复周期，默认为一次性闹钟。
- 目前闹钟仅支持震动不支持铃声。

方法二：通过华为运动健康App设置事务/智能闹钟

### Android用户：



1. 打开华为运动健康App中手表的设备详情页，选择“闹钟 > 事务闹钟”或是“闹钟 > 智能闹钟”。
2. 设置闹钟的时间、标签和重复周期。
3. 点击右上角。
4. 下拉App主界面，以确保闹钟设置信息同步到手表。
5. 点击已设置的闹钟，可编辑修改或删除该闹钟。

### iOS用户：

1. 打开华为运动健康App，点击“设备”，在设备列表中点击手表蓝牙名称。
2. 选择“闹钟 > 事务闹钟”或是“闹钟 > 智能闹钟”。
3. 设置闹钟的时间、标签和重复周期。
4. 点击“保存”。

5. 下拉App主界面，以确保闹钟设置信息同步到手表。
6. 点击已设置的闹钟，可编辑修改或删除该闹钟

#### 说明

- 手表和运动健康App上设置的事务闹钟是同步，最多可设置5个事务闹钟。
- 手表上默认只有一个智能闹钟，不支持添加和删除更多智能闹钟。
- 事务闹钟根据您设置的时间，准点振动提醒。如果您设置了标签和时间，手表上显示事务标签；如果您没有设置标签，则仅显示时间。
- 当闹铃振动提醒时，点击屏幕  或单击手表上键或右滑屏幕可延时提醒（延时10min）；  
点击屏幕  或长按手表上键可关闭闹钟。
- 当闹铃振动提醒时，一分钟内无操作，自动延时三次后闹钟自动关闭。
- 目前EMUI8.1及以上版本、Magic UI 2.0及以上版本华为/荣耀手机支持将手机系统设置的闹钟直接同步至手表上，其他手机不支持同步手机闹钟至手表侧。

## 2.8 使用手电筒

点击手表上键，上下滑动屏幕至“手电筒”，屏幕显示亮光，轻触屏幕可以关闭手电筒，再次轻触屏幕进行开启，右滑屏幕退出“手电筒”应用。

## 2.9 使用海拔气压计

手表支持显示您当前位置的海拔和气压。

点击手表上键，上下滑动屏幕至“海拔气压计”，手表会自动测量您当前位置的海拔和气压，并以波形图记录您的当天测量数据。

**海拔：**

手表支持测量的区间为：-800 ~ 8800 米。

**气压：**

手表支持测量的区间为：300 ~ 1100 百帕。

在海拔和气压界面，上下滑动屏幕切换查看海拔和气压。

## 2.10 使用指南针

点击手表上键，上下滑动屏幕至“指南针”，按手表提示旋转手表，以完成校准。校准完成后，手表即可显示指南针表盘。

## 2.11 天气推送

手表支持显示您当前位置的天气信息。

方式一：天气表盘

将手表切换至支持天气显示的表盘，在屏幕上可获取最新的天气信息。

### 方式二：天气卡片

在手表表盘界面右滑至天气卡片，屏幕会显示您的位置、天气、温度、空气质量等信息。

### 方式三：天气应用

在手表表盘界面点击上键，上下滑动屏幕选择“天气”，屏幕会显示您的位置、天气、温度、空气质量等信息。

#### 说明

- 天气功能需要您首先在华为运动健康App手表设备详情页上开启“天气推送”功能。
- 手表上显示的天气信息由华为运动健康App从服务商处获取后推送，由于与手机系统所使用的天气服务商不同，所显示的结果可能会稍有差异。
- 请确保手机开启GPS，同时华为运动健康App被允许获取位置信息权限。EMUI 9.0以下版本位置信息的定位模式请选择“使用GPS、WLAN和移动网络或使用WLAN和移动网络”，不能选择“仅使用GPS”。

## 2.12 手表找手机

点击手表上键进入应用列表，点击“找手机（”或在表盘界面下滑进入快捷菜单，点击“找手机”）。屏幕播放找手机动画，若手表和手机在蓝牙连接范围内，即使在静音情况下，手机也会播放媒体音乐提醒您。

找手机过程中，单击手表屏幕或解锁手机屏幕均可停止找手机音乐播放。

#### 说明

找手机功能需要确保手机和手表蓝牙连接正常。



# 3 科学运动

- 3.1 开始锻炼
- 3.2 开启智能教练
- 3.3 训练状态
- 3.4 记录日常活动
- 3.5 查看中高强度活动时间
- 3.6 记录运动轨迹
- 3.7 分享运动健康数据

## 3.1 开始锻炼

手表支持多种锻炼方式，您可以根据不同场景选择适合的锻炼方式，开始运动吧！

### 跑步课程

手表内置从入门到进阶的专业跑步训练课程，提供个人专属训练实时指导。您可以选择不同的课程进行锻炼。

1. 点击手表上键进入应用列表，滑动屏幕点击“锻炼 > 跑步课程”，选择一个跑步课程，即可跟随手表屏幕提示开始跑步锻炼。
2. 锻炼过程中点击手表上键，可以选择暂停或者退出跑步课程。点击手表下键，可以上下切屏，查看不同类型的运动数据。
3. 锻炼结束后，您可以在应用列表中点击“锻炼记录”，查看详细运动记录，包括训练效果、综合、速度、步伐、高度、心率曲线、心率区间、步频曲线、配速曲线、最大摄氧量等。

#### 说明

您也可以在运动健康App首页点击“运动记录”，查看详细运动数据。

### 开始单次锻炼

手表上启动：

1. 点击手表上键进入应用列表，滑动屏幕选择并进入“锻炼”界面。
2. 上下滑动屏幕点击选择不同的锻炼类型，锻炼前您可以通过每种锻炼类型右侧的设置按钮设置锻炼目标、提醒等。

#### 说明

铁人三项不支持设置锻炼目标、提醒。开启铁人三项锻炼后，单击下键，进行锻炼项目的切换。

3. 在手表上点击开始图标，即可开始锻炼。锻炼过程中，可以通过长按运动数据显示界面，待手表振动后，单击任意数据类型（如心率、速度、距离和时间等），即可编辑界面上实时显示的运动数据类型。
4. 运动过程中点击手表上键，可以选择暂停或者退出锻炼。点击手表下键，可以上下切屏，查看不同类型的运动数据。（以户外跑步为例，运动过程中可查看心率、配速、距离、时间、步数、步频、总热量、累计上升高度等数据，不同锻炼类型显示运动数据不同。）
5. 锻炼结束后，您可以在应用列表中点击“锻炼记录”，查看详细运动记录。

#### App上启动：

在华为运动健康App启动跑步等运动模式，需要同时携带手机和手表，以确保手机和手表正常连接。

1. 在华为运动健康App首页点击“运动”，选择您喜欢的运动类型，点击开始按钮即可开始锻炼。
2. 开始锻炼后，手表上会同步联动显示运动心率、步数、速度、时间等数据。
3. 在锻炼过程中，App上会显示运动时间等运动数据。

#### 说明

- 运动距离或时间过短，则不记录此次运动结果。
- 单次运动结束后，请在点击暂停按钮后，长按结束按钮，选择结束运动，以避免耗电增加。

## 3.2 开启智能教练

开启智能教练后，可以在跑步过程中通过语音对您进行实时指导，包括运动强度、跑步时长，心率控制等

1. 点击手表上键进入应用列表，上下滑动屏幕，选择“锻炼>户外跑步”。
2. 点击“户外跑步”右侧的设置按钮，选择开启智能教练。
3. 再次回到应用列表，点击“户外跑步”，进入跑步界面，点击跑步图标开始跑步。



#### 说明

智能教练的语音指导目前仅支持户外跑步场景。如果您设置了运动目标，智能教练则不会为您播报跑步相关的指导。体验完善的智能教练语音指导，需要您佩戴华为/荣耀手表或手环。

## 3.3 训练状态

训练状态结合了体能水平变化和过去一周的训练负荷情况，以判断您目前训练的有效性，并为接下来的训练安排提供参考。训练状态包含恢复状态、高效率、巅峰状态、训练中断、低效率等。训练负荷，是对过去一周的训练量统计，结合您的体能情况，判断出训练负荷处于高、低、最佳水平。

训练状态需要根据以下两个条件来进行判断的：1) 用户的训练负荷变化趋势，2) 体能（最大摄氧量）的变化趋势。

训练负荷可以在用户开启带心率的锻炼类型后获取到（例如跑步、走路、骑行、登山等），但是最大摄氧量当前需要通过户外跑步获取到。如果手表只得到了训练负荷而没有得到最大摄氧量的变化趋势，那么手表将无法测算出训练状态。手表得到最大摄氧量变化趋势的条件为：每周进行至少一次户外跑步锻炼（满足20分钟内跑步2.4公里），需要两次以上的最大摄氧量测算数据且间隔超过一周。

点击手表上键进入应用列表，滑动屏幕选择并进入“训练状态”界面，向上滑动屏幕，即可查看您的训练状态。

#### 说明

体能水平（最大摄氧量）变化趋势是训练状态的判断依据之一。当每周的锻炼包含户外跑步，且通过两次以上（间隔超过1周）的户外跑步测算出最大摄氧量变化趋势时，会得到训练状态。

## 3.4 记录日常活动

手表通过加速度、陀螺仪传感器识别和监测用户全天的多样化运动状态，支持步数、卡路里、活动强度、站立次数的统计和显示。

正确佩戴手表，手表会自动记录您的热量、距离、步数、中高强度活动时间等相关数据到每日运动数据中。

您可以通过以下两种方式查看运动数据。

### 方式一：通过手表查看

点击手表上键进入应用列表，滑动屏幕选择“活动记录”，上下滑动可以查看您的热量、距离、步数、中高强度活动时间等数据。



### 方式二：通过App查看


请从华为运动健康App首页查看您的活动详细记录。


#### 说明

- 通过App查看运动数据，需保持App与手表连接正常。
- 手表中的锻炼数据可以同步到华为运动健康App，但是App不能同步到手表。

## 3.5 查看中高强度活动时间

查看中高强度活动时间

在手表主界面下单击上键，点击“活动记录”， 图标后数据即为当天的中高强

度活动时间。（以  25/30 分钟 为例，其中25代表当天满足中高强度的活动时间为25分钟；30代表每天建议中高强度的活动时间为30分钟，这样可以起到很好的锻炼效果。）

#### 说明

安卓手机用户，在手机华为运动健康App主页上，也可查看到中高强度活动时间数据。华为运动健康App上同时记录了手机检测到的数据，会将其和手表检测的数据一起做智能合并处理，因此，华为运动健康App和手表上的显示值可能存在差异。

## 3.6 记录运动轨迹

穿戴设备支持独立GPS功能，离开手机时，进行户外跑步、户外步行、户外骑行、登山、开放水域游泳等户外运动锻炼时，可以记录运动轨迹。

#### 说明

不同产品支持的户外运动锻炼种类不同，请以实际情况为准。

在穿戴设备上无法查看运动轨迹，除华为智能手表系列（如HUAWEI WATCH、HUAWEI WATCH 2等），将数据同步到华为运动健康App后，可以在运动记录中查看到运动轨迹等详细的运动数据。

## 3.7 分享运动健康数据

您可以将运动数据分享至第三方App，与好友一决高下。

#### **Android用户：**

进入华为运动健康App，点击“我的 > 设置 > 数据共享”，选择您希望共享数据的平台，根据提示，将数据共享至该平台。

#### **iOS用户：**

进入华为运动健康App，点击“发现 > 第三方服务”，选择您希望共享数据的平台，根据提示，将数据共享至该平台。

# 4 健康管理

4.1 测量心率

4.2 监测睡眠

4.3 检测压力

4.4 呼吸训练

4.5 测量血氧饱和度

4.6 久坐提醒

4.7 开启科学睡眠

## 4.1 测量心率

手表配备腕式光学心率传感器，支持24小时持续监测和记录您的心率（需在华为运动健康App上打开“连续测量心率”开关），帮助您以科学的方式保持健康。

### 说明

当手表检测到用户已进入睡眠时，手表会自动切换为不可见光，尽量减少打扰用户睡眠。

### 心率测量

1. 静止状态下，舒适佩戴手表。
2. 点击手表上键进入应用列表，上下滑动屏幕，选择“心率”，即可测量您的当前心率。
3. 向右滑动手表屏幕即可停止心率测量。

心率测量正常情况下显示第一个值需要6-10秒（在华为运动健康App上同时打开“连续测量心率”和“实时”开关的情况下只需1-2秒），后续每5秒进行一次数据刷新，一次完整的心率测量共需45秒左右。

### 说明

- 为保证心率测量的准确性，请您正常佩戴手表，避开骨节，不要太松，运动时请尽量偏紧佩戴。保证心率监测区域贴住皮肤，不要有异物遮挡。



- 当心率低于37次/分钟时，设备将检测不到心率。

## 单次运动心率测量

在单次运动过程中，手表支持实时心率展示、心率上限预警、心率区间统计。基于心率区间的训练，有利于更好达成训练效果。

- 设置心率区间划分方式

心率区间有最大心率百分比和储备心率百分比两种划分方式，您可以在华为运动健康App中进行设置：在华为运动健康App中，点击“我的 > 设置 > 心率区间及预警”，在“心率区间设置”下设置“划分方式”为“最大心率百分比”或“储备心率百分比”。

### 说明

- 最大心率百分比是在最大心率（默认：220-年龄）的基础上划分不同强度的训练区间（极限、无氧耐力、有氧耐力、燃脂、热身）。心率值=最大心率x最大心率百分比。
- 储备心率百分比是在储备心率（最大心率-静息心率）的基础上划分不同的训练区间（无氧进阶、无氧基础、乳酸阈值、有氧进阶、有氧基础）。心率值=储备心率x储备心率百分比+静息心率。
- 跑步课程中的心率区间划分方式不受运动健康App设置的影响，大部分跑步课程都会自动使用储备心率百分比划分方式。

运动过程中当达到相应强度的训练区间时，在手表上会以不同的颜色区间对应显示，下图以户外跑步为例。



- 单次运动心率测量
  - a. 启动单次运动时，滑动手表屏幕就会看到心率标签页，您可查看当前心率及心率区间。
  - b. 运动结束时，手表运动结果页可以看到此次运动过程中的平均心率、最大心率以及心率所处区间时长统计。
  - c. 您可以在华为运动健康App的运动记录页面中看到每次单次运动对应的心率变化图、最大心率值以及平均心率值。

#### 📖 说明

- 单次运动过程中，如果摘下手表，则不会显示心率值，但还会持续监测一段时间；当您再次佩戴手表时，会继续测量。
- 手表正常连接华为运动健康App时，如果您从App上启动了单次运动，手表可作为心率测量设备使用。
- Huawei Watch GT 2支持游泳运动过程中的心率监测。

## 连续测量心率

手表连接手机时，您可在华为运动健康App中手表的设备详情页中开启“连续测量心率”开关。开启后，手表会实时测量您的心率。

选择“心率测量方式”为“智能”或“实时”。

- 智能测量方式：
  - a. 在低活动量（静止等场景）连续10分钟监测一次心率。
  - b. 在中活动量（走路等场景）连续10分钟监测一次心率。
  - c. 在高活动量（跑步等场景）连续每1秒钟监测一次心率，刚开始监测的时候需要6~10秒才能测出第一个值。
- 实时测量方式：不区分运动强度，每秒测量。

当您开启此功能时，手表会持续测量您的实时心率，您可以在App上查看心率曲线。

#### 📖 说明

实时监测心率会增加手表耗电，智能的根据您的活动强度调整心率测量周期，有助于省电。



## 静息心率测量

静息心率是指在安静、不活动、非睡眠状态下测量的心率值，可表示心脏的健康程度。

静息心率的最佳测量时机是早晨自然清醒后的静止状态。由于手表自动测量时可能不是最佳时机，可能会导致静息心率值暂时无显示或者测试值与实际有偏差。

在华为运动健康App上将“连续测量心率”开关打开，才可以自动测量静息心率。

若静息心率显示是横线“-”，此为手表未达到静息心率使用的场景。此时，请保证在安静、不活动、非睡眠状态下进行测量静息心率。并建议最佳测量时机为早晨自然清醒后（起床前）、静止状态。

### 说明

有静息心率数据之后再关闭“连续测量心率”开关，运动健康App上显示的静息心率数据维持不变。

## 心率过高提醒

开启手表锻炼后，当您的心率超过您设置的心率上限并且持续时间超过10秒时，手表会震动提醒您的心率过高。心率上限您可以在华为运动健康App中进行查看和设置，设置方法如下：

打开华为运动健康App，点击“我的>设置>心率区间及预警>心率上限”设置。如下图：



### 说明

- 心率上限默认值是220-年龄，年龄从您输入的个人信息获取。
- 如果关闭单次锻炼中的声音指导，心率预警只有震动和卡片提示，没有语音播报提示。
- 心率预警只在锻炼中有效，日常心率监测不会产生心率预警。

如果要开启“静态心率过高提醒”功能，请在“设备”详情页中，点击“连续测量心率 > 静态心率过高提醒”，设置心率上限值。设置完成后，点击确定。非活动状态下，心率持续10分钟以上都超过设定值时提醒。

## 4.2 监测睡眠

佩戴手表入睡，手表会自动识别您进入睡眠、退出睡眠以及深睡、浅睡的时间，同步到华为运动健康App可查看您的睡眠详情数据。

手表统计睡眠以前一天的20:00到第二天的20:00为周期，共24个小时。如果您是从前一天19点开始入睡，到第二天6点起床，睡眠时长为11个小时，根据手表睡眠统计周期，会将您20:00点前的睡眠记录到前一天，20:00点后的睡眠时间记录到当天睡眠。

手表上可显示当天的睡眠数据，点击手表上键进入应用列表，点击“睡眠”，并向上滑动屏幕可查看夜间睡眠时长和零星小睡时长，白天的睡眠时长显示在零星小睡中。

在运动健康App中可以查看历史睡眠数据。请点击手机华为运动健康App首页睡眠卡片，就会显示历史数据，按日、周、月、年统计数据。

### 说明

白天的小段睡眠时间，均记录为零星小睡。如果您的午睡时间太短低于30分钟，或者午睡时身体或手腕动作较大，手表可能监测不到，此时不会记录睡眠数据。

您可以在华为运动健康App上开启“科学睡眠”开关。

科学睡眠开启后，手表会自动识别进入睡眠、退出睡眠的状态，可以准确地分析出深睡、浅睡、快速眼动、醒来次数及呼吸质量，并为您提供睡眠质量分析与改善建议，帮助您科学地了解睡眠并改善睡眠质量。

手表在检测到您睡眠时，会自动关闭屏幕常亮、通知、来电提醒、抬腕亮屏等功能，以防止您在睡觉时被电话、信息打扰。

## 4.3 检测压力

压力检测可分为单次压力检测和周期压力检测。

- 单次压力检测：打开运动健康App，在“压力”卡片中点击“压力检测”按钮进行单次压力检测。初次使用压力检测功能，您需要进行压力校准。请根据华为运动健康App的提示，配合进行问卷回答及数据采集以获得更好的体验。
- 周期压力检测：在运动健康App中手表的设备详情页上，打开“压力自动检测”开关并根据提示进行“压力校准”，日常正确佩戴手表，周期性压力跟踪检测会自动进行。

查看压力数据：

- 手表上查看：点击手表上键进入应用列表，选择“压力”，即可查看单日压力趋势情况，包含全天的压力柱状图、等级和压力占比。

- App上查看：打开运动健康App，在首页的“压力”卡片区域可以看到最近一次的压力分数和等级，点击可进入压力详情页面，您可查看日、周、月、年的压力曲线及对应建议。同时，您可以通过页面中的减压服务进行身心调节与放松。

#### 说明

- 压力检测过程中请您正确佩戴手表并保持身体静止。
- 处于运动状态或手腕活动频繁时，无法准确评估压力，该情况下手表不会进行压力跟踪检测。
- 咖啡因、尼古丁、酒精及部分精神类药品的摄入会影响压力检测的准确性。此外，心脏病、哮喘、体育运动或佩戴位置的肢体压迫也会对压力检测结果产生影响。
- 本设备非医疗器械，检测结果和建议仅供参考。

## 4.4 呼吸训练

呼吸训练可以帮助您在紧张的工作或生活中得到放松，舒缓您的心情。

1. 点击手表上键进入应用列表，上下滑动屏幕，选择“呼吸训练”。
2. 设置您的训练时长和呼吸节奏。
3. 请您佩戴好手表并保持手臂静止，点击“开始”，根据屏幕提示进行呼气和吸气。
4. 训练结束后，屏幕显示您的训练效果及心率变化情况。

## 4.5 测量血氧饱和度

1. 正常佩戴手表，保持静止状态。
2. 点击手表上键进入应用列表，上下滑动屏幕，选择“血氧饱和度”，即可测量您的当前血氧饱和度。

如果手表未佩戴或佩戴不正确，手表会出现提示，请根据提示重新正确佩戴手表，并点击“重试”重新测量血氧饱和度。

说明：

- 右滑手表屏幕、手表有来电/闹钟提醒或从手机App开启单次锻炼时，会中断测量。
- 为保证测量的准确性，请您正常佩戴手表，避开骨节，不要太松。保证心率监测单元贴住皮肤，不要有异物遮挡。
- 测量过程中，请保持身体静止。
- 单次血氧测量持续时长约1分钟左右，血氧值每3秒更新一次。
- 测量血氧饱和度的同时，手表会同步测量单次心率值。

#### 说明

开启登山锻炼后，在登山锻炼界面上下滑动，选择“血氧饱和度”，点击“测量”即可测量您在登山过程中的血氧饱和度。

## 4.6 久坐提醒

久坐提醒功能会在设定的时间内（默认60分钟）检测您的活动情况，如果没有活动会振动并亮屏提醒您该站起来活动身体，以保障您的充分休息和身体健康。

如果您不想被打扰，请在华为运动健康App的设备详情页中关闭“久坐提醒”开关。

#### 说明

- 如果您打开了“免打扰”模式，在免打扰时段手环不会震动提醒。
- 当您处于睡眠状态时，为了不打扰您的休息，手环不会震动提醒。
- 久坐提醒只在8~12点、14~20点会有提醒，其它时间段手环不会提醒。

## 4.7 开启科学睡眠

Android用户：

打开运动健康app“设备”版块，点击设备图标，跳转至手表功能设置界面，可以看到科学睡眠，将“科学睡眠”开关打开，即可进行科学睡眠监测。

iOS用户：

打开运动健康app，选择“设备”，点击设备名称，可以看到科学睡眠，将“科学睡眠”开关打开，即可进行科学睡眠监测。

#### 说明

- 科学睡眠开关打开后将增加手表的耗电。
- 科学睡眠开关默认关闭。
- 晚上睡觉关手机不影响科学睡眠监测。
- App开启免打扰模式不影响科学睡眠监测。

# 5 快捷支付

## 5.1 交通卡开卡、充值和支付

### 5.2 支持交通卡的穿戴设备和支持的卡片数量

### 5.3 支付宝支付

## 5.1 交通卡开卡、充值和支付

您可以通过运动健康 App 开通交通卡，使用穿戴设备贴合付款终端就能轻松、快捷的完成支付。

### 说明

- 仅NFC版本的设备支持开通交通卡。开通交通卡及充值请在Android手机上操作，iOS手机不支持此功能。
- 请将手机中的华为运动健康App升级到最新版本。
- NFC功能中的交通卡与普通实体交通卡享受同样优惠。
- 学生卡、老人卡属于特殊卡种，目前华为穿戴设备只支持开通成人交通卡。

### 开通交通卡

1. 进入运动健康App的设备详情页选择“华为钱包”，点击“添加卡片 > 添加交通卡”。
2. 根据界面操作提示，选择您需要开通的交通卡，比如“长安通”。
3. 选择充值金额，点击“确认开通”。
4. 支付开卡金额和充值金额后，界面提示正在开通，待开卡成功，点击“完成”。

### 说明

- 当前支付方式仅支持使用微信支付。
- 仅支持通过华为钱包开通虚拟交通卡，无法直接添加实体交通卡。
- 穿戴设备恢复出厂设置、更换华为运动健康App帐号，均不影响已开通的交通卡。
- 在华为运动健康App的设备详情页，点击“华为钱包”，选择需要查看的卡片，点击进入详情页面，可查看完整卡号。
- 目前支持开通北京、上海、深圳等城市的交通卡，具体支持地区以华为运动健康App上显示的可以开通的交通卡种类为准。进入华为运动健康App当前穿戴设备的设备详情页，选择“华为钱包”，点击“添加 > 添加交通卡”，可以查看到目前可开通交通卡的种类。

## 交通卡充值

1. 进入华为运动健康App，在设备详情页中点击“华为钱包”，选择您要充值的交通卡并点击。
2. 点击“详情 > 充值”，选择充值金额，再点击“立即充值”。
3. 支付成功后，您的交通卡即可完成充值。

### 说明

在卡包中选择您充值的交通卡，点击“详情”即可查看余额。

## 快捷支付

如果您绑定了多个交通卡，可在华为运动健康设备详情页的钱包点击交通卡界面上下滑动屏幕，选择您常用的交通卡“设为默认”。

如果您已选定交通卡，在熄屏、蓝牙断开、关机状态下均可完成支付，把设备屏幕直接靠近付款终端，即可进行刷卡快捷支付。

设备熄屏、关机不影响刷卡，低电关机后一天内还可刷卡约10次。

### 说明

交通卡是开通在穿戴设备的NFC芯片中，未连接手机、忘带手机或更换配对的手机不会影响手表中的交通卡刷卡。

## 5.2 支持交通卡的穿戴设备和支持的卡片数量

设备类型	卡片数量
荣耀手环3（NFC版）	4张交通卡(可开通城市：京津冀互联互通卡、上海公共交通卡、岭南通、深圳通) <b>说明</b> 如果开通了京津冀互联互通卡，只能再开通1张其他城市交通卡。
荣耀手环4/5（NFC版）	4张交通卡(可开通城市：京津冀互联互通卡、上海公共交通卡、岭南通、深圳通、武汉通、长安通、广西交通一卡通、江苏一卡通·苏州、琴岛通、厦门e通卡、吉林通)

设备类型	卡片数量
HUAWEI WATCH GT系列	4张交通卡(可开通城市：京津冀互联互通卡、上海公共交通卡、岭南通（雅致款不支持）、深圳通、武汉通、长安通、广西交通一卡通、江苏一卡通·苏州、琴岛通、厦门e通卡)
HUAWEI WATCH GT 2系列	4张交通卡(可开通城市：京津冀互联互通卡、上海公共交通卡、深圳通、长安通、广西交通一卡通、琴岛通、武汉通、江苏交通一卡通·苏州、哈尔滨城市通、厦门e卡通、吉林通)
荣耀手表魔法系列/梦幻系列	4张交通卡(可开通城市：京津冀互联互通卡、上海公共交通卡、岭南通、深圳通、武汉通、长安通、广西交通一卡通、江苏一卡通·苏州、琴岛通、厦门e通卡)
华为手环3Pro	4张交通卡(可开通城市：京津冀互联互通卡、上海公共交通卡、岭南通、深圳通、武汉通、长安通、广西交通一卡通、江苏一卡通·苏州、琴岛通、厦门e通卡、吉林通)

HUAWEI WATCH 2系列交通卡可开通城市：京津冀互联互通卡、上海公共交通卡、岭南通、深圳通、武汉通、江苏交通一卡通·苏州。

HUAWEI WATCH 2系列支持开通的卡片数量与开通卡片类型有关。由于设备安全芯片存储空间有限，具体分布如下表：

	银行卡	交通卡（普通）	交通卡（联合一卡通）
只开银行卡	最多8张	0	0
银行卡+交通卡（普通）	最多4张	最多2张	0
银行卡+交通卡（联合一卡通）	最多4张	0	仅1张
只开交通卡（普通+联合一卡通）	0	仅1张	仅1张
只开交通卡（普通）	0	最多4张	0

## 说明

- 1、可开通多个城市交通卡，但每个城市只能开通1张交通卡。
- 2、通过华为运动健康App开通卡片过程中，App会根据您的选择，提示还能开通的卡片类型和数量。
- 3、交通联合一卡通，是交通运输部主导的全国公共交通一卡通工程，1台设备仅支持开通1张。刷卡具体的支持线路及乘车优惠以当地交通一卡通运营机构为准，建议先咨询当地运营机构。
- 4、开通吉林通需要华为手环 3 Pro升级到1.10.0.32及以上版本。
- 5、开通京津冀互联互通卡需要荣耀手环3升级到1.5.51及以上版本，需要HUAWEI WATCH 2手表上的华为钱包升级到2.0.87.190731及以上版本。

## 5.3 支付宝支付

将手表与手机上的支付宝App绑定后，您可以通过扫描手表上的二维码或条形码，完成支付。不用联网，离线也可以完成支付。

### 绑定支付宝

1. 在手表主屏幕右滑至支付宝二维码界面，显示“扫码绑定手表”。
2. 打开手机支付宝App，扫描手表上的二维码，根据提示绑定手表。
3. 根据支付宝界面的指引，选择是否存入零花钱。绑定成功后，支付宝界面及手表界面会有绑定成功提示。

存入零花钱：输入零花钱金额，并完成支付，即可绑定成功。手表进行支付宝支付时，只能使用零花钱支付。

不存入零花钱：在手机右上角选择“其他支付方式”页面，点击“确认开通”，并输入支付宝支付密码，完成绑定。手表进行支付宝支付时，采取与手机支付宝App默认支付方式相同的支付渠道。如果该渠道余额不足，请在手机支付宝App中重新设置默认支付渠道。





#### 说明

您需使用支付宝 App 10.0.20 及以上的版本。

## 扫码支付

当您的手表与手机上的支付宝 App 绑定成功并进行充值或绑定支付宝账户后，购物时，您只需在手表表盘界面右滑至支付宝界面（或点击手表上键进入应用列表，点击“支付宝”），向商家亮出手表上属于您的支付宝二维码或条形码（上下滑动手表屏幕进行切换），商家通过扫码枪进行扫码，即可完成支付。

## 解绑支付宝

您可以通过以下两种方式解绑手表。

方式一：点击手表上键，上下滑动屏幕点击“支付宝”，在“支付宝”界面上下滑动屏幕点击“解除绑定”，即可解除手机支付宝App与手表的绑定。如果之前存入过零花钱，零花钱不会自动退回，请在支付宝App侧解除绑定，随后零花钱会退回支付宝账户。

方式二：在手机支付宝App搜索框中，搜索并点击进入智能手表页面，选择您的设备，根据提示解除手表与手机支付宝App的绑定。

#### 说明

- 如果之前存入过零花钱，从支付宝App中解除绑定手表后，零花钱自动退入当时的充值账户。
- 请妥善保管手表，如果手表不慎丢失，请立即在手机的支付宝 App 中解绑手表，避免被盗刷造成资金损失。
- 当您在手机支付宝App或者手表支付宝菜单解绑后，另一侧设备不会自动解绑且没有任何提示，仍会显示支付功能，但支付功能实际上已失效。再次使用时，需要在另一侧设备中解除绑定后，重新通过支付宝App绑定手表。
- 手表恢复出厂设置后，之前绑定的支付宝自动解除绑定。