

HD300 Pro Smart Sports Watch Multi-Language User Manual

English Version

1. Introduction

Thank you for choosing the HD300 Pro Smart Sports Watch. This watch integrates multiple functions such as multi-satellite positioning, offline maps, health monitoring, sports tracking, and Bluetooth calling, designed to meet your needs for outdoor sports, daily health management and intelligent connection. Please read this manual carefully before use to ensure correct operation and get the best user experience.

Note: This manual applies to HD300 Pro Bluetooth version. Due to different OEM brands (e.g., Youerzhi, ERIWIN, Rollme), there may be slight differences in interface display, but the core functions and operation methods are consistent.

2. Product Overview

2.1 Appearance & Buttons

- Power/Function Button: Long press (3 seconds) to turn on/off the watch; short press to switch between interfaces, confirm operations or return to the previous menu.
- Touch Screen: Support single-touch operation, slide up/down/left/right to switch functions and menus.
- Charging Port: Magnetic charging interface, located at the bottom of the watch; connect the matching magnetic charger to charge.
- Strap: Removable silicone strap, soft and skin-friendly, suitable for long-term wearing.

2.2 Basic Parameters

Item	Specification
Screen	1.43-inch AMOLED, Resolution 466×466, 7H Hardness Glass
Processor	Juxin ATS3085S

Storage	4GB Built-in Storage
Positioning	Multi-satellite GNSS (Supports 5 Satellite Systems), Offline Maps
Sensors	Optical Heart Rate Sensor, Blood Oxygen Sensor, Blood Pressure Sensor, Barometer, Electronic Compass, Accelerometer
Waterproof	3ATM (Approx. 30 Meters), Suitable for Daily Use and Swimming
Battery	530mAh Lithium Battery, Magnetic Charging
Bluetooth	Bluetooth 5.4, Supports Bluetooth Calling
Compatibility	iOS 10.0+ / Android 4.4+
Weight	Depends on Strap (Approx. 50g Without Strap)

3. First-Time Use

3.1 Charging the Watch

1. Take out the matching magnetic charger, align the magnetic connector with the charging port at the bottom of the watch, and it will attach automatically (magnetic adsorption design).
2. Connect the other end of the charger to a 5V/1A USB power source (such as a mobile phone charger, computer USB port).
3. When charging, the watch screen will display the charging progress; the full charge time is about 2-3 hours. When fully charged, the screen will show "Fully Charged".
4. Note: Use the original charger or a certified 5V/1A charger to avoid damaging the battery.

3.2 Turning On/Off the Watch

- Turn On: Long press the Power/Function Button for 3 seconds until the brand logo appears on the screen.

- **Turn Off:** In the main interface, slide down to enter the "Settings" menu, select "Power Off", and confirm; or long press the Power/Function Button for 5 seconds to force shut down (only for emergency use).

3.3 Connecting to Mobile Phone

1. Download and install the matching smart watch APP on your mobile phone (search for "Smart Watch" in App Store or Google Play, or scan the QR code in the package).
2. Open the APP on your mobile phone, register an account (if required), and log in.
3. Turn on Bluetooth on your mobile phone, and ensure the HD300 Pro watch is turned on and in the pairing state (the watch screen will display "Bluetooth Pairing" when it is not connected to any device).
4. In the APP, select "Add Device" or "Pair Device", find "HD300 Pro" in the list of available devices, and click to pair.
5. Follow the prompts on the mobile phone and watch to complete the pairing (a prompt will appear on the watch to confirm the pairing, click "Confirm").
6. After successful pairing, the APP will synchronize data with the watch, and you can set personalized functions in the APP (such as notification reminders, sports goals, etc.).

 **Note:** If the pairing fails, please turn off Bluetooth on the mobile phone and watch, restart both devices, and try again. Ensure the distance between the watch and mobile phone is within 10 meters during pairing.

4. Function Operation Guide

4.1 Main Interface Operation

- **Slide Up:** Enter the function menu (including sports, health, maps, music, etc.).
- **Slide Down:** Enter the quick settings menu (including Bluetooth, brightness, flashlight, do not disturb mode, etc.).
- **Slide Left/Right:** Switch between different widgets (such as time, heart rate, weather, steps, etc.).
- **Short Press Power Button:** Return to the main time interface from any menu.

4.2 Health Monitoring Functions

4.2.1 Heart Rate Monitoring

1. Slide up from the main interface to enter the function menu, select "Heart Rate".

2. Wear the watch tightly on your wrist (the sensor should be close to your skin, avoid wearing it too loosely), and the watch will start detecting automatically.
3. The detection result will be displayed on the screen after 3-5 seconds; you can view the real-time heart rate data, as well as the historical heart rate records in the APP.

4.2.2 Blood Oxygen & Blood Pressure Monitoring

- Blood Oxygen: Enter the function menu, select "Blood Oxygen", wear the watch correctly, and the watch will detect and display the blood oxygen saturation (SpO2) after a few seconds.
- Blood Pressure: Enter the function menu, select "Blood Pressure", keep your wrist at the same height as your heart, and the watch will display the estimated systolic and diastolic blood pressure after detection.

 Important Note: The blood pressure and blood oxygen monitoring functions of this watch are for reference only, using optical estimation technology. They cannot replace professional medical equipment. For accurate medical data, please consult a doctor.

4.2.3 Sleep Monitoring

The watch will automatically monitor your sleep status (light sleep, deep sleep, awake) when you wear it during sleep. After waking up, you can view the sleep duration, sleep quality and other data in the "Sleep" menu of the watch or the paired APP.

4.3 Sports Tracking Functions

1. Slide up from the main interface to enter the function menu, select "Sports".
2. Select the desired sports mode from the 100+ sports modes (such as running, cycling, hiking, swimming, etc.).
3. Click "Start" to begin tracking; the watch will record real-time data such as sports duration, distance, speed, heart rate, calories burned, etc.
4. During sports, short press the Power Button to pause; click "Stop" to end the sports, and the watch will save the sports data, which can be synchronized to the APP for detailed analysis.

4.4 Offline Maps & Positioning

1. Before using offline maps, you can download the required map data to the watch through the paired APP (enter the APP's "Device Settings" → "Offline Maps", select the region and download).
2. Enter the function menu of the watch, select "Maps" to open the offline map.

3. The watch will automatically locate your current position through the multi-satellite GNSS system, and you can view the map, zoom in/out, and check the route.
4. Suitable for outdoor activities such as hiking and cycling where there is no mobile phone signal.

4.5 Bluetooth Calling & Notification Reminders

4.5.1 Bluetooth Calling

- After successful pairing with the mobile phone, the watch can answer and make calls through Bluetooth.
- When there is an incoming call, the watch will ring and display the caller's information; short press the Power Button to answer, or slide to reject.
- Enter the "Phone" menu in the watch, you can view the call records, or dial numbers manually (support inputting numbers through the touch screen).

4.5.2 Notification Reminders

In the paired APP, enable "Notification Reminder" (supports WeChat, SMS, calls, WhatsApp, Facebook, etc.). When your mobile phone receives a notification, the watch will vibrate and display the notification content, so you can check it without taking out your mobile phone.

4.6 Other Functions

- Music Playback: The watch has 4GB storage, which can store MP3 music files. Connect Bluetooth headphones to the watch, enter the "Music" menu, and you can play music directly.
- Flashlight: Enter the quick settings menu (slide down from the main interface), select "Flashlight" to turn on/off the watch's built-in flashlight (for emergency lighting).
- Weather Forecast: After connecting to the mobile phone, the watch will synchronize the local weather forecast from the APP, including temperature, weather conditions, etc.
- Stopwatch & Timer: Enter the function menu, select "Stopwatch" or "Timer" to use, suitable for timing during sports or daily life.

5. Daily Maintenance & Notes

5.1 Waterproof Attention

- The watch supports 3ATM waterproof, which is suitable for daily use (washing hands, raining) and swimming, but not for hot showers, saunas, diving or other high-temperature, high-pressure water environments.

- After using the watch in water, wipe it dry with a soft cloth to avoid water residue affecting the watch's performance.
- Do not open the watch case by yourself, otherwise the waterproof performance will be damaged.

5.2 Battery Maintenance

- The standby time of the watch is about 7-10 days (depending on usage frequency); the usage time is about 2-3 days when Bluetooth calling and sports functions are frequently used.
- Avoid charging the watch for a long time (more than 12 hours) to prevent battery damage.
- Store the watch in a cool, dry place when not in use; avoid high temperature, low temperature and humid environments.

5.3 Other Notes

- Wear the watch loosely and comfortably, avoid wearing it too tightly for a long time to affect blood circulation.
- Do not use the watch in strong magnetic fields (such as near speakers, magnets) to avoid affecting the sensor and positioning accuracy.
- The watch's strap is removable; you can replace it with a matching silicone strap when it is dirty or worn.
- If the watch malfunctions (such as screen black, unresponsive operation), try restarting it or charging it; if the problem persists, contact the seller for after-sales service.

6. Troubleshooting

Troubleshooting	Solution
Cannot turn on the watch	1. Check if the battery is dead, charge the watch for 30 minutes and try again; 2. Long press the Power Button for 5 seconds to force restart.
Bluetooth pairing fails	1. Turn off Bluetooth on both devices and restart; 2. Ensure the watch is in pairing state; 3. Unpair other Bluetooth devices

	connected to the mobile phone and try again.
Health data detection is inaccurate	1. Wear the watch correctly (sensor close to skin, not too loose); 2. Avoid detecting in sports or when the wrist is sweating; 3. Calibrate the data through the paired APP.
The watch cannot charge	1. Check if the magnetic charger is aligned with the charging port; 2. Clean the charging port with a soft cloth (avoid dust or water residue); 3. Replace the charger and try again.
Offline maps cannot be used	1. Check if the map data is downloaded completely through the APP; 2. Ensure the positioning function is turned on; 3. Restart the watch and try again.

7. After-Sales Service

This product provides a certain period of after-sales service (please refer to the seller's after-sales policy). If you encounter any problems during use, please contact the seller or after-sales service team in time, and provide the product model, purchase date and detailed problem description, we will solve your problem as soon as possible.

Disclaimer: The brand names mentioned in this manual (such as Youerzhi, ERIWIN, Rollme) are OEM brands of HD300 Pro watch, and this manual is for reference only. The manufacturer reserves the right to modify the product functions and manual content without prior notice.

Version: V1.0 (2026)

日本語バージョン

1. 序文

HD300 Proスマートスポーツウォッチをお選びいただき、ありがとうございます。このウォッチは、多衛星測位、オフラインマップ、ヘルスモニタリング、スポーツトラッキング、Bluetooth通話など

の多機能を統合しており、アウトドアスポーツ、日常のヘルス管理、スマート接続のニーズを満たすように設計されています。正しく操作し、最高のユーザーエクスペリエンスを得るために、使用前にこのマニュアルをよくお読みください。

注記：本マニュアルはHD300 Pro Bluetoothバージョンに適用されます。OEMブランド（例：Youerzhi、ERIWIN、Rollme）によって、インターフェース表示に若干の違いがある場合がありますが、コア機能と操作方法は一致しています。

2. 製品概要

2.1 外観とボタン

- 電源/機能ボタン：長押し（3秒）でウォッチの電源をオン/オフします；短押しでインターフェースを切り替え、操作を確定するか前のメニューに戻ります。
- タッチスクリーン：シングルタッチ操作に対応し、上/下/左/右にスライドして機能とメニューを切り替えます。
- 充電ポート：磁気充電インターフェースで、ウォッチの下部に位置します；専用の磁気充電器を接続して充電します。
- ストラップ：取り外し可能なシリコンストラップで、柔らかく肌に優しく、長時間着用に適しています。

2.2 基本仕様

項目	仕様
スクリーン	1.43インチAMOLED、解像度 466×466、7H硬度ガラス
プロセッサ	炬芯 ATS3085S
ストレージ	4GBビルトインストレージ
測位機能	多衛星GNSS（5つの衛星システムをサポート）、オフラインマップ
センサー	光学心拍センサー、血中酸素センサー、血圧センサー、気圧計、電子コンパス、加速度センサー
防水性能	3ATM（約30メートル）、日常使用と水泳に適し

バッテリー	530mAhリチウムバッテリー、磁気充電
Bluetooth	Bluetooth 5.4、Bluetooth通話をサポート
互換性	iOS 10.0+ / Android 4.4+
重量	ストラップによる（ストラップなしで約50g）

3. 初回使用方法

3.1 ウォッチの充電

1. 専用の磁気充電器を取り出し、磁気コネクタをウォッチ下部の充電ポートに合わせると、自動的に吸着されます（磁気吸着設計）。
2. 充電器のもう一方の端を5V/1A USB電源（携帯電話充電器、コンピューターUSBポートなど）に接続します。
3. 充電中、ウォッチのスクリーンに充電進捗が表示されます；満充電時間は約2-3時間です。満充電すると、スクリーンに「Fully Charged」（満充電）と表示されます。
4. 注記：バッテリーの損傷を避けるため、純正充電器または認定済みの5V/1A充電器を使用してください。

3.2 ウォッチの電源オン/オフ

- 電源オン：電源/機能ボタンを3秒間長押しし、スクリーンにブランドロゴが表示されるまで待ちます。
- 電源オフ：メインインターフェースで下にスライドして「設定」メニューに入り、「電源オフ」を選択して確定します；または緊急時に限り、電源/機能ボタンを5秒間長押しして強制シャットダウンします。

3.3 携帯電話との接続

1. 携帯電話に専用のスマートウォッチAPPをダウンロードしてインストールします（App StoreまたはGoogle Playで「Smart Watch」を検索するか、パッケージのQRコードをスキャンします）。
2. 携帯電話でAPPを開き、アカウントを登録（必要な場合）してログインします。
3. 携帯電話のBluetoothをオンにし、HD300 Proウォッチの電源をオンにしてペアリング状態にします（ウォッチがどのデバイスにも接続されていない場合、スクリーンに「Bluetooth Pairing」（Bluetoothペアリング）と表示されます）。

4. APP内で「デバイス追加」または「ペアリングデバイス」を選択し、利用可能なデバイスリストから「HD300 Pro」を見つけてクリックしてペアリングします。
5. 携帯電話とウォッチのプロンプトに従ってペアリングを完了します（ウォッチにペアリング確認のプロンプトが表示され、「Confirm」（確定）をクリックします）。
6. ペアリングが成功すると、APPがウォッチとデータを同期し、APP内で個別の機能（通知リマインダー、スポーツ目標など）を設定できます。

 注記：ペアリングに失敗した場合、携帯電話とウォッチのBluetoothをオフにし、両方のデバイスを再起動してから再試行してください。ペアリング中は、ウォッチと携帯電話の距離を10メートル以内に保ってください。

4. 機能操作ガイド

4.1 メインインターフェース操作

- 上スライド：機能メニュー（スポーツ、ヘルス、マップ、音楽などを含む）に入ります。
- 下スライド：クイック設定メニュー（Bluetooth、明るさ、懐中電灯、ドアノットディスターブモードなどを含む）に入ります。
- 左/右スライド：異なるウィジェット（時間、心拍数、天気、歩数など）を切り替えます。
- 電源ボタン短押し：任意のメニューからメイン時間インターフェースに戻ります。

4.2 ヘルスモニタリング機能

4.2.1 心拍数モニタリング

1. メインインターフェースから上にスライドして機能メニューに入り、「心拍数」を選択します。
2. ウォッチを手首にしっかりと着用し（センサーを肌に近づけ、緩く着用しないでください）、ウォッチが自動的に検出を開始します。
3. 3-5秒後にスクリーンに検出結果が表示され；リアルタイムの心拍数データだけでなく、APP内で履歴心拍数記録を確認することもできます。

4.2.2 血中酸素と血圧モニタリング

- 血中酸素：機能メニューに入り、「血中酸素」を選択し、ウォッチを正しく着用すると、数秒後にウォッチが血中酸素飽和度（SpO2）を検出して表示します。
- 血圧：機能メニューに入り、「血圧」を選択し、手首を心臓と同じ高さに保つと、検出後にウォッチが推定上の収縮期血圧と拡張期血圧を表示します。

 重要な注記：このウォッチの血圧と血中酸素モニタリング機能は、光学推定技術を使用しており、参考用のみです。専門的な医療機器に置き換えることはできません。正確な医療データが必要な場合は、医師に相談してください。

4.2.3 睡眠モニタリング

睡眠中にウォッチを着用すると、ウォッチが自動的に睡眠状態（浅い睡眠、深い睡眠、覚醒）をモニタリングします。起床後、ウォッチの「睡眠」メニューまたはペアリングしたAPP内で睡眠時間、睡眠品質などのデータを確認できます。

4.3 スポーツトラッキング機能

1. メインインターフェースから上にスライドして機能メニューに入り、「スポーツ」を選択します。
2. 100以上のスポーツモード（ランニング、サイクリング、ハイキング、水泳など）から希望するスポーツモードを選択します。
3. 「Start」（開始）をクリックしてトラッキングを開始し；ウォッチがスポーツ時間、距離、速度、心拍数、消費カロリーなどのリアルタイムデータを記録します。
4. スポーツ中、電源ボタンを短押しして一時停止し；「Stop」（停止）をクリックしてスポーツを終了すると、ウォッチがスポーツデータを保存し、APPに同期して詳細な分析を行うことができます。

4.4 オフラインマップと測位

1. オフラインマップを使用する前に、ペアリングしたAPPを介して必要なマップデータをウォッチにダウンロードできます（APPの「デバイス設定」→「オフラインマップ」に入り、地域を選択してダウンロードします）。
2. ウォッチの機能メニューに入り、「マップ」を選択してオフラインマップを開きます。
3. ウォッチが多衛星GNSSシステムを介して自動的に現在の位置を測位し、マップを確認、ズームイン/アウト、ルートを確認することができます。
4. 携帯電話の信号がないハイキング、サイクリングなどのアウトドアアクティビティに適しています。

4.5 Bluetooth通話と通知リマインダー

4.5.1 Bluetooth通話

- 携帯電話とのペアリングが成功すると、ウォッチはBluetoothを介して通話の応答と発信を行うことができます。

- 着信があると、ウォッチが鳴動して発信者情報を表示し；電源ボタンを短押しして応答するか、スライドして拒否します。
- ウォッチの「電話」メニューに入り、通話記録を確認したり、手動で番号をダイヤルしたりすることができます（タッチスクリーンを介して番号を入力することをサポート）。

4.5.2 通知リマインダー

ペアリングしたAPP内で「通知リマインダー」を有効にすると（WeChat、SMS、通話、WhatsApp、Facebookなどをサポート）、携帯電話が通知を受信すると、ウォッチが振動して通知内容を表示し、携帯電話を取り出さずに確認することができます。

4.6 その他の機能

- 音楽再生：ウォッチは4GBのストレージを搭載し、MP3音楽ファイルを保存できます。Bluetoothヘッドフォンをウォッチに接続し、「音楽」メニューに入ると、直接音楽を再生することができます。
- 懐中電灯：メインインターフェースから下にスライドしてクイック設定メニューに入り、「懐中電灯」を選択してウォッチのビルトイン懐中電灯をオン/オフします（緊急照明用）。
- 天気予報：携帯電話と接続後、ウォッチがAPPからローカルの天気予報（気温、天気状況などを含む）を同期します。
- ストップウォッチとタイマー：機能メニューに入り、「ストップウォッチ」または「タイマー」を選択して使用し、スポーツ中や日常生活のタイミングに適しています。

5. 日常メンテナンスと注意点

5.1 防水に関する注意

- ウォッチは3ATM防水に対応し、日常使用（手洗い、雨）と水泳に適していますが、シャワー、サウナ、ダイビングなどの高温、高圧の水環境では使用しないでください。
- 水中でウォッチを使用した後、柔らかい布で拭き乾かし、水分が残留してウォッチの性能に影響を与えるのを避けてください。
- 自分でウォッチケースを開かないでください、そうしないと防水性能が損なわれます。

5.2 バッテリーメンテナンス

- ウォッチの待機時間は約7-10日（使用頻度による）；Bluetooth通話とスポーツ機能を頻繁に使用する場合、使用時間は約2-3日です。
- バッテリーの損傷を防ぐため、ウォッチを長時間（12時間以上）充電しないでください。
- 使用しないときは、ウォッチを涼しく乾燥した場所に保管し；高温、低温、湿潤な環境を避けてください。

5.3 その他の注意点

- ウォッチをゆったりと快適に着用し、長時間きつく着用して血行を阻害しないでください。
- スピーカー、磁石などの強い磁場の中でウォッチを使用しないでください、そうしないとセンサーと測位精度に影響を与えます。
- ウォッチのストラップは取り外し可能で；汚れたり磨耗したりした場合、専用のシリコンストラップに交換することができます。
- ウォ

(注：文档部分内容可能由 AI 生成)