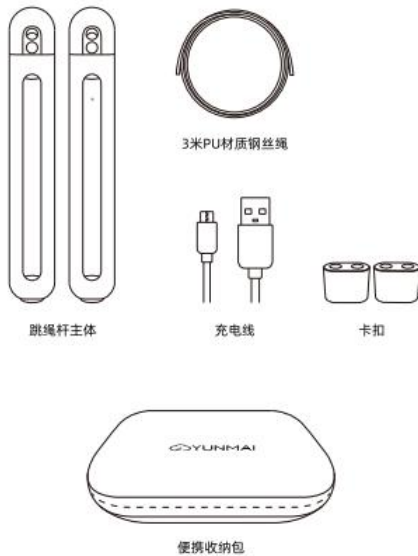


### 产品介绍

感谢您选择 YUNMAI 智能跳绳。



### 产品介绍

Product introduction

感谢您选择 YUNMAI 智能跳绳

Thank you for choosing YUNMAI [Smart Rope](#).

3 米 PU 材料钢丝绳

3-meter PU wire rope

跳绳杆主体

Skipping rope handle

Micro-USB 充电线

Micro-USB charging line

卡扣

Buckle

便携收纳盒

Portable storage box

### 装配方式



① 将跳绳杆主体帽取下。



② 将绳子按照此方向穿入卡扣和孔内。



③ 调节适合长度后穿过卡扣并拉紧绳子。



④ 用卡扣固定绳子的长短并盖上跳绳杆主体帽。

### 装配方式

[How to assemble](#)

① 将跳绳杆主体帽取下。

① Remove the skipping rope [cap from the handle](#)..

② 将绳子按照此方向穿入卡扣和孔内。

② [Pass](#) the rope into the buckle and hole in [the follow](#) direction.

③ 调节适合长度后穿过卡扣并拉紧绳子。

③ [Adjust the length and then through the buckle, tighten the rope.](#)

④ 用卡扣固定绳子的长短并盖上跳绳杆主体帽

④ [Fasten the length of the rope](#) with buckle and cover the body cap of the skipping rope handle.

<p><b>开始使用</b></p> <p><b>方法一：安装 好轻 App</b></p> <p>在安卓应用市场或苹果 App Store 搜索“好轻”，或者扫描下方二维码下载并安装好轻 App 与设备连接。</p> <p>通过其他渠道下载的 App 可能会出现无法使用的情况。在与您的设备配对以前，请确认您的设备符合以下要求：</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• 运行 iOS 10.0 及以上系统的 iPhone/iPod touch 设备。</li><li>• 运行 Android 4.3 及以上系统并配备蓝牙 4.0 的手机设备。</li></ul> <div data-bbox="339 477 724 645"><p><b>扫描二维码</b> 下载官方&lt;好轻App&gt;</p></div>	<p><b>开始使用</b></p> <p><b><a href="#">Ready for use</a></b></p> <p><b>安装 YUNMAI App</b> <b>Install YUNMAI App</b></p> <p><b><a href="#">扫描下方二维码下载并安装 YUNMAI App 与设备连接。App 也可通过谷歌应用市场或苹果 App Store 搜索"YUNMAI"下载。</a></b></p> <p><b><a href="#">Scan the QR code below to download and install YUNMAI App. The App is also available in Google Play or App Store for Apple.</a></b></p> <p>通过其他渠道下载的 App 可能会出现无法使用的情况。在与您的设备配对以前,请确认您的设备符合以下要求:</p> <p>App downloaded <b>from</b> other channels may be unusable. Before pairing with your device, please confirm that your device meets the following requirements:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. 运行 ios10.0 及以上系统的 iPhone /iPod touch 设备</li><li>1.iPhone /iPod touch devices running ios10.0 and above</li><li>2.运行 Android 4.3 及以上系统并配备蓝牙 4.0 的手机设备</li><li>2.Mobile phone equipment running Android 4.3 and above and equipped with Bluetooth 4.0</li></ol> <p>扫描二维码 Scan QR code</p> <p>下载官方&lt;YUNMAI App&gt; Download the official &lt;YUNMAI App &gt;</p>
	<p><b>蓝牙配对连接</b></p> <p><b>Bluetooth <a href="#">connection</a></b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>① 开手机蓝牙,保持跳绳手柄为开机状态。</li><li>① Turn on the Bluetooth of the mobile phone and keep the rope handle in the state of power-on.</li></ol>

### 蓝牙配对连接

① 打开手机蓝牙，保持跳绳手柄为开机状态。

② 方法一：

打开“好轻App”，点击“我”；进入“创造营”，选择“YUNMAI智能跳绳”。



1): 打开手机蓝牙



2): 点击“我”，选择“创造营”

打开"YUNMAI App",点击"我";进入"智能设备",选择"YUNMAI 智能跳绳”

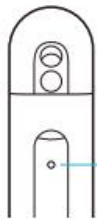
Open "YUNMAI App" and click "**Me**"; Enter "Smart Equipment" and select "YUNMAI Smart Skipping Rope"

1):打开手机蓝牙

1): Turn on Bluetooth of mobile phone

2): 点击“我”，选择“智能设备“，选择“YUNMAI 智能跳绳”

2): Click "**Me**", select "Smart Equipment" and "YUNMAI Smart Skipping Rope"



3): 匹配中

指示灯



4): 连接成功

指示灯

Indicator **light**

3):匹配中

3): **Connecting**

4):连接成功

4): Connected successfully

注：由于好轻App更新迭代速度快，本页所列的功能内容均以实际上市产品为准，如有变更，恕不另行通知。

### 开机方式

1. 长按“开关键”2秒，显示“8888”，开机成功。
2. 长按“开关键”4秒，显示“OFF”，关机成功。
3. 短按“开关键”切换上次或当前跳绳次数与时长。
4. 短按两次“开关键”，显示清零，可以开始跳绳。



长按开机键2秒

开机方式

**How to starting up**

1. 长按“开关键”2秒,显示“8888”,开机成功。

1. **Hold "On/Off" button for 2 seconds, "8888" will be displayed in the screen, and then the system is started successfully.**

2. 长按“开关键”4秒,显示“OFF,关机成功

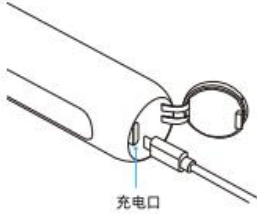
2. **Hold "On/Off" button for 4 seconds, "OFF" will be displayed in the screen, and then system is switched off successfully.**

3. 短按“开关键”切换上次或当前跳绳次数与时长以及累计运动总次数。

3. **Pressing "On/Off" button shortly could switch to current number of skipping or last time, and cumulative total number of exercises.**

4. 短按两次“开关键”,显示清零,可以开始跳绳。

4. **Press " On/Off" button twice, it will display the reset. You can start skipping.**

	<p>长按关机键 2 秒 Hold " On/Off" button" for 2 seconds</p>
<p><b>充电方式</b> 选择带有“开关键”手柄，打出手柄底部的充电盖，将 Micro-USB 充电线插入充电口，接通电源即可开始充电。</p> 	<p>充电方式 Charging mode</p> <p>选择带有“开关键”手柄，打出手柄底部的充电盖，将 Micro-USB 充电线插入充电口，接通电源即可开始充电。</p> <p>Select the handle with "On-Off" button, open the charging cover <u>which located</u> at the bottom of the handle, insert the Micro-USB charging line into the charging port. <u>Then it</u> starts charging <u>when the power is supplied.</u></p> <p>充电口 Charging port</p>

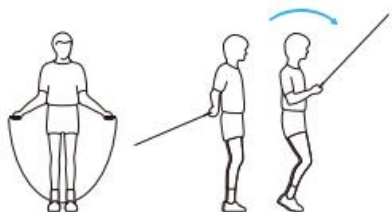
### 调节方式

取出手柄帽，双脚并拢踩绳，手握手柄拉直到腰部以上代表长度符合，再将手柄帽盖上。



### 跳绳的正确姿势

身体自然站立，双脚踝稍微错开，上臂紧贴身体，小臂向两侧伸开，手腕发力摇动手柄跳动，腰部略微弯曲一些，跳动时切忌不要用脚后跟和全脚掌着地。



### 温馨建议:

1. 跳绳时请穿着减震的运动鞋，可以更好地保护脚踝及脚掌。
2. 请在跳绳前，做一些热身运动，帮助身体血液循环加快，能使筋腱更灵活，避免关节、韧带和肌肉损伤。
3. 请在运动后，做一些拉伸运动，尤其是对腿部的拉伸，可以缓解肌肉紧张或酸痛。
4. 请尽量选择软硬适中的场地如：草坪、塑胶运动场、健身房等，粗糙地面会增大绳子的阻力，也会加快绳子磨损。
5. 请尽量选择空旷的场地，以免伤到他人。

### 温馨建议:

#### Kindly remind:

1. 跳绳时请穿着减震的运动鞋,可以更好地保护脚踝及脚掌

1. Please wear shock-absorbing sports shoes when skipping rope, to protect your ankles and soles of your feet.

2. 请在跳绳前,做一些热身运动,帮助身体血液循环加快,能使筋腱更灵活,避免关节、韧带和肌肉损伤

2. Warm-up exercises before skipping rope is necessary to help accelerate the blood circulation of the body, making tendons more flexible, and avoiding the damage to joint, ligament and muscle.

3. 请在运动后,做一些拉伸运动,尤其是对腿部的拉伸,可以缓解肌肉紧张或酸痛。

3. Please do stretching exercises after the skipping rope, especially stretching the legs, which could relieve muscle tension or soreness.

4. 请尽量选择软硬适中的场地如:草坪、塑胶运动场、健身房等,粗糙地面会增大绳子的阻力,也会加快绳子磨损。

4. Venues with moderate hardness, such as lawns, plastic sports fields, gymnasiums is suggested area for sport. A rough ground will increase the resistance of the rope and accelerate the rope wear.

5. 请尽量选择空旷的场地,以免伤到他人。

5. Please try to choose an empty place to avoid hurting others.

