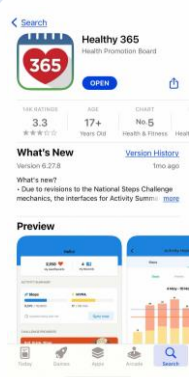


Tidak dapat mengemas kini kiraan langkah dan minit MVPA anda? Cuba langkah penyelesaian masalah ini untuk penjejak kecergasan HPB

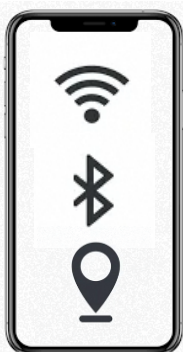


Langkah 1

Semak sama ada aplikasi Healthy 365 dikemas kini kepada versi terkini dan pastikan telefon mudah alih dan penjejak kecergasan HPB anda berada berhampiran antara satu sama lain.

Langkah 2

Pastikan penjejak kecergasan HPB anda tidak tersilap digandingkan terus ke Bluetooth telefon anda. Jika ya, pergi ke "Tetapan" > "Bluetooth" > Pilih penjejak kecergasan HPB yang disambungkan > Terus ke "Lupakan Peranti/Nyahgandingkan" untuk menyahgandingkan daripada telefon mudah alih anda.

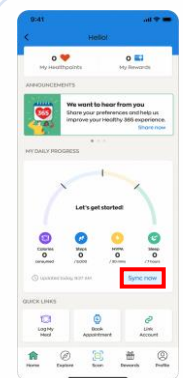
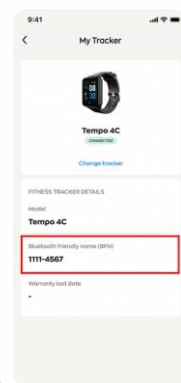


Langkah 3

Matikan Bluetooth telefon mudah alih anda dan kemudian hidupkan semula. Pastikan kedua-dua perkhidmatan Internet dan lokasi telefon mudah alih anda juga dihidupkan.

Langkah 4

Sahkan bahawa BFN pada penjejak kecergasan HPB anda sepadan dengan yang disenaraikan pada halaman "Profil" aplikasi Healthy 365 anda.



Langkah 5

Ketik "Segerakkan sekarang" pada halaman "Utama" aplikasi Healthy 365. "Ringkasan Aktiviti" anda akan mengemas kini kiraan langkah dan minit MVPA yang terkini.

Langkah 6

Jika penyegerakan gagal, cuba hidupkan semula kedua-dua telefon mudah alih anda dan penjejak kecergasan HPB.

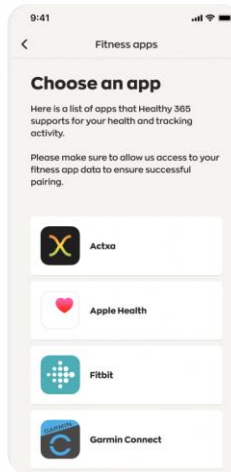
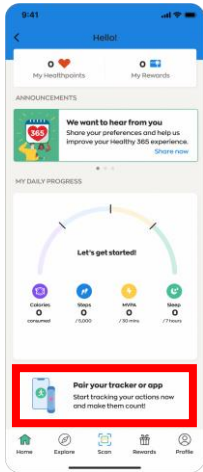


Pastikan anda menyemak jika [GAQ](#) anda aktif. Ambil perhatian bahawa minit MVPA hanya akan ditunjukkan jika anda telah mencatatkan ≥ 10 minit [MVPA](#) berterusan dengan kadar jantung ialah $\geq 65\%$ daripada kadar jantung maksimum.

Untuk Pengguna Android Sahaja

Kosongkan cache pada telefon mudah alih anda dengan pergi ke "Tetapan" > "Aplikasi" > "Healthy 365" > "Storan" > "Kosongkan Data & Cache"

Tidak dapat mengemas kini kiraan langkah dan minit MVPA anda? Cuba langkah penyelesaian masalah ini untuk aplikasi pihak ke-3



Langkah 1

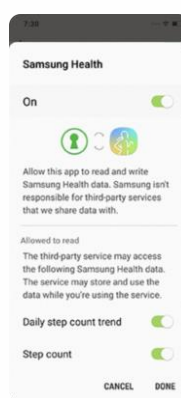
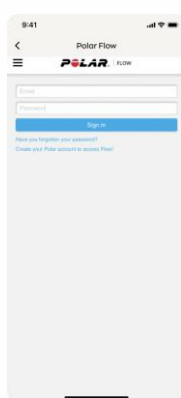
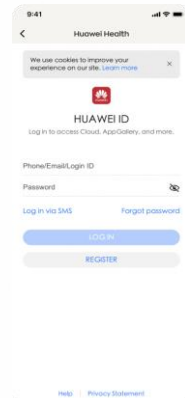
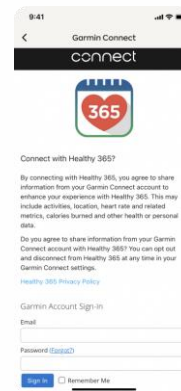
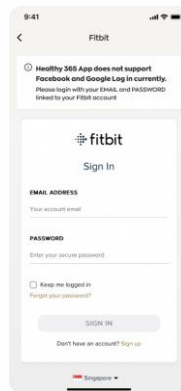
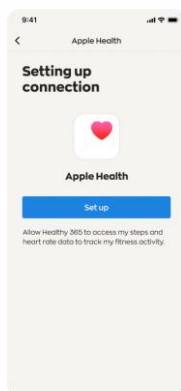
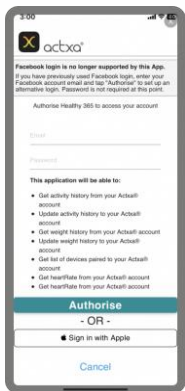
Semak jika aplikasi Healthy 365 anda digandingkan dengan mana-mana aplikasi pihak ke-3 yang serasi yang disenaraikan di bawah:

- Aplikasi mudah alih Actxa®
- Aplikasi mudah alih Apple Health
- Aplikasi mudah alih Fitbit
- Aplikasi mudah alih Garmin Connect™
- Aplikasi mudah alih HUAWEI Health
- Aplikasi mudah alih Polar Flow
- Aplikasi mudah alih Samsung Health

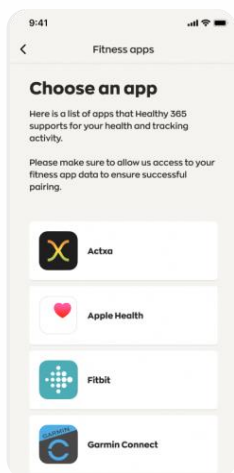
Pastikan kedua-dua aplikasi Healthy 365 dan pihak ke-3 anda dikemas kini kepada versi aplikasi terkini mereka.

Langkah 2

Semak bahawa semua kebenaran untuk mengakses data langkah dan kadar jantung diberikan kepada aplikasi Healthy 365.



Tidak dapat mengemas kini kiraan langkah dan minit MVPA anda? Cuba langkah penyelesaian masalah ini untuk aplikasi pihak ke-3



Langkah 3

Pastikan telefon mudah alih anda disambungkan kepada Internet. Segerakkan peranti penjejakan anda kepada aplikasi pihak ke-3 anda sebelum menyegerakkan aplikasi pihak ke-3 anda dengan aplikasi Healthy 365.

Sila ambil perhatian bahawa aplikasi Healthy 365 mengambil data daripada pelayan aplikasi pihak ke-3 yang berkaitan dan bukan terus daripada penjejak kecergasan anda. Mungkin terdapat kelewatan sekali-sekala dalam menyegerakkan atau memproses data yang paling dikemas kini daripada pelayan aplikasi pihak ke-3.