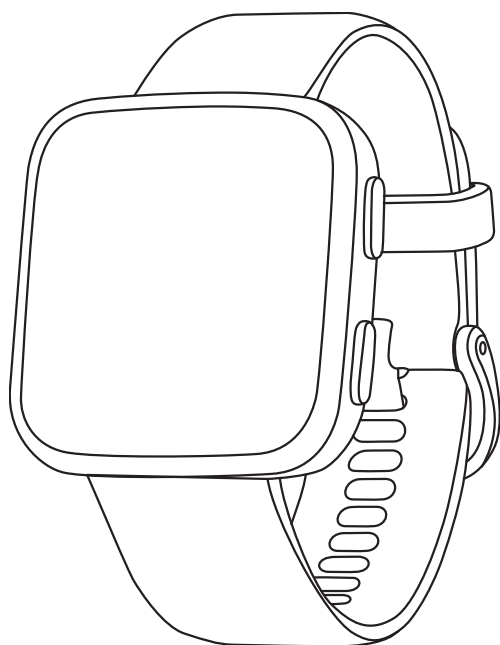


**GARMIN®**

**BOUNCE™**

Smartwatch



**Manuel  
d'utilisation**



Arrêt d'une activité.....	21	Comment faire pour coupler une montre supplémentaire avec l'application Garmin Jr.™ ?.....	29
Paramètres d'activité.....	21	Mon enfant peut-il envoyer des messages à d'autres enfants ?.....	29
Alertes.....	21	Localisation d'une montre égarée.....	30
Auto Lap® .....	22	Suivi des activités.....	30
Démarrage d'un jeu.....	22	Le nombre de mes pas semble erroné.....	30
Paramètres des jeux.....	22	Ma montre n'est pas dans la bonne langue.....	30
<b>Horloges.....</b>	<b>23</b>	Optimisation de l'autonomie de la batterie.....	30
Définition d'une alarme.....	23	Acquisition des signaux satellites.....	30
Suppression d'une alarme.....	23	Amélioration de la réception satellite GPS.....	30
Démarrage du compte à rebours.....	23	Ma montre n'affiche pas l'heure correcte.....	30
Utilisation du chronomètre.....	23		
<b>Personnalisation de la montre.....</b>	<b>24</b>		
Paramètres système.....	24		
Paramètres d'heure et de date.....	24		
Paramètres d'affichage.....	24		
Modification des unités de mesure.....	24		
Paramètres de son et de vibration..	24		
<b>Informations sur l'appareil.....</b>	<b>25</b>		
Liste des activités et des jeux.....	25		
Chargement de la montre.....	25		
Conseils pour charger la montre.....	26		
Affichage des informations sur la montre.....	26		
Caractéristiques techniques.....	26		
Entretien du.....	26		
Nettoyage de la montre.....	26		
Remplacement du bracelet.....	27		
<b>Mises à jour de la montre.....</b>	<b>28</b>		
Centre d'assistance Garmin® .....	28		
Mises à jour produit.....	28		
Configuration de Garmin Express™ ..	28		
Informations complémentaires.....	28		
<b>Dépannage.....</b>	<b>29</b>		
Redémarrage de la montre.....	29		
Réinitialisation de tous les paramètres par défaut.....	29		
Mon téléphone est-il compatible avec ma montre ?.....	29		
Mon téléphone ne se connecte pas à la montre.....	29		

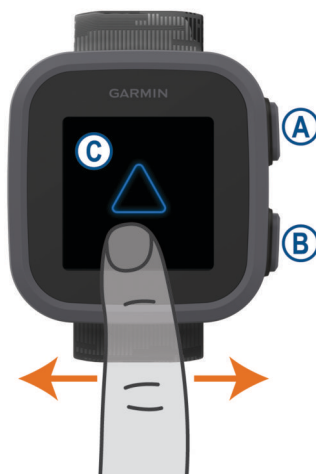
# Introduction

## ⚠ AVERTISSEMENT

Consultez le guide *Informations importantes sur le produit et la sécurité* inclus dans l'emballage du produit pour prendre connaissance des avertissements et autres informations importantes sur le produit.

Un parent ou un tuteur légal doit configurer l'appareil avant qu'un enfant ne l'utilise. Un parent ou un tuteur légal doit lire et comprendre ce document, puis s'assurer que l'enfant utilise l'appareil de manière appropriée, en toute sécurité.

## Présentation



- Ⓐ **Bouton action** : appuyez sur ce bouton pour allumer la montre.  
Appuyez sur ce bouton pour afficher le menu principal.  
Appuyez sur ce bouton pour démarrer et arrêter le chronomètre d'activité.  
Maintenez ce bouton enfoncé pendant 2 secondes pour afficher le menu des commandes (*Commandes*, page 16).  
Maintenez ce bouton enfoncé jusqu'à ce que vous sentiez 3 vibrations pour demander de l'aide (*Fonctions de suivi et de sécurité*, page 18).
- Ⓑ **Bouton (du menu) retour en arrière** : appuyez sur ce bouton pour revenir à l'écran précédent, sauf pendant une activité.  
Pendant une activité, appuyez sur ce bouton pour marquer un nouveau circuit.  
Maintenez ce bouton enfoncé pour afficher le menu des paramètres.
- Ⓒ **Écran tactile** : faites glisser votre doigt vers la gauche ou la droite sur le cadran de la montre pour faire défiler les widgets et les fonctions.  
Sur le cadran de la montre, faites glisser votre doigt vers le bas pour afficher le menu des commandes (*Commandes*, page 16).  
Faites glisser votre doigt vers le haut ou vers le bas pour parcourir les menus.  
Appuyez pour sélectionner.  
Appuyez deux fois pour activer la montre.




## Astuces sur l'écran tactile

- Appuyez deux fois pour activer la montre.
- Touchez un élément pour le sélectionner.
- Sur le cadran de montre, faites glisser votre doigt vers la gauche ou vers la droite pour faire défiler les widgets sur la montre.
- Faites glisser votre doigt vers le haut sur un widget pour afficher des informations supplémentaires, le cas échéant.
- Faites glisser vers le haut ou vers le bas pour faire défiler les listes et les menus.
- Faites glisser votre doigt vers le haut ou vers le bas pour faire défiler rapidement.

- Lorsque vous effectuez une sélection sur l'écran tactile, veillez à ce que cette dernière soit bien différenciable de toute autre action.





## Verrouillage et déverrouillage de l'écran tactile

Vous pouvez verrouiller l'écran tactile afin d'éviter les fausses manipulations.

- 1 Maintenez  enfoncé pour afficher le menu des commandes.
- 2 Sélectionnez .  
L'écran tactile se verrouille et ne répond pas au toucher, tant qu'il n'est pas déverrouillé.
- 3 Maintenez enfoncé le bouton  pour déverrouiller l'écran tactile.

## Icônes du menu

Sur le cadran de la montre, appuyez sur  pour ouvrir le menu principal.

Icône	Menu	Description
	Menu des contacts	Contacts, enregistrement et assistance
	Menu de jeu	Activités et jeux
	Menu de la montre	Cadran de montre, alarmes, minuteurs et chronomètres
	Menu des paramètres de la montre	Sons et vibrations, synchronisation et couplage avec l'application et paramètres système

## Fonctions connectées LTE


**REMARQUE** : certaines fonctionnalités de la montre Bounce™ nécessitent un abonnement LTE Subscription et doivent être configurées à l'aide de l'application Garmin Jr.™. Pour plus d'informations sur l'abonnement, rendez-vous sur [garmin.com/subscriptions](http://garmin.com/subscriptions).

Les fonctionnalités répertoriées ici nécessitent un abonnement LTE Subscription actif et une connexion LTE.

- Assistance
- Tâches et récompenses
- LiveTrack
- SMS et messages vocaux

## Configuration de la montre

Pour tirer pleinement parti des fonctions de la Bounce™, suivez les étapes ci-dessous :

- 1 Maintenez enfoncé  pour allumer la montre.
- 2 Suivez les instructions à l'écran pour procéder au réglage initial.  
Pendant la phase de configuration initiale, vous pouvez coupler votre smartphone avec votre montre pour recevoir des notifications, synchroniser vos activités et bien plus encore (*Couplage de la montre avec votre smartphone, page 6*).
- 3 Configurez l'abonnement LTE Subscription pour la montre Bounce (*Fonctions connectées LTE, page 5*).
- 4 Configurez les limites (*Ajout d'une limite, page 19*).
- 5 Configurez les réseaux Wi-Fi® (*Connexion à un réseau Wi-Fi®, page 6*).
- 6 Chargez la montre (*Chargement de la montre, page 25*).
- 7 Recherchez les mises à jour logicielles (*Mises à jour produit, page 28*).  
Pour profiter de la meilleure expérience, veillez à mettre à jour régulièrement le logiciel de votre montre. Les mises à jour logicielles modifient et améliorent les fonctions, la confidentialité et la sécurité.

## Connectivité

Des fonctions de connectivité sont disponibles pour votre montre lorsque vous la coupez avec votre smartphone compatible (*Couplage de la montre avec votre smartphone, page 6*). Des fonctions supplémentaires sont disponibles lorsque vous connectez votre montre à un réseau Wi-Fi® (*Connexion à un réseau Wi-Fi®, page 6*).

### Couplage de la montre avec votre smartphone

Pour pouvoir coupler la montre Bounce™ avec un smartphone, au moins un parent ou responsable doit posséder ou créer un compte Garmin Connect™.

La montre Bounce doit être couplée directement via l'application Garmin Jr.™ et non via les paramètres Bluetooth® de votre smartphone.

- 1 Depuis la boutique d'applications sur votre téléphone, installez et ouvrez l'application Garmin Jr..
- 2 Connectez-vous à l'aide de votre nom d'utilisateur et de votre mot de passe Garmin Connect.
- 3 Suivez les instructions indiquées dans l'application pour enregistrer les membres de votre famille et ajouter chaque enfant.
- 4 Si vous avez déjà ignoré le processus de couplage, ou que vous avez couplé la montre avec un autre smartphone, maintenez enfoncé le bouton **(B)**, puis sélectionnez **Synchroniser et coupler** > **Coupler** pour entrer manuellement en mode couplage.
- 5 Suivez les instructions dans l'application pour terminer la procédure de configuration.

**REMARQUE** : vous pouvez coupler plusieurs appareils mobiles, comme une tablette ou le smartphone de l'autre parent ou responsable (*Couplage de plusieurs appareils portables, page 6*).

### Astuces pour les utilisateurs existants de l'application Garmin Jr.™

- 1 Dans l'application Garmin Jr., sélectionnez **Accueil**.
- 2 Sélectionnez **+** > **Ajouter un nouvel enfant ou appareil**.
- 3 Sélectionner une option :
  - Pour ajouter une montre pour un enfant existant, sélectionnez l'enfant.
  - Pour ajouter une montre pour un nouvel enfant, sélectionnez **Nouvel enfant**.
- 4 Suivez les instructions présentées à l'écran.

### Couplage de plusieurs appareils portables

Une fois le réglage initial terminé (*Couplage de la montre avec votre smartphone, page 6*), vous pouvez coupler la montre Bounce™ avec deux appareils mobiles supplémentaires maximum, comme une tablette ou le smartphone d'un autre parent ou responsable.

- 1 Depuis la boutique d'applications sur votre smartphone ou votre tablette, installez et ouvrez l'application Garmin Jr.™.
- 2 Connectez-vous à l'aide de votre nom d'utilisateur et de votre mot de passe Garmin Connect™.
- 3 Suivez les instructions de l'application Garmin Jr. pour rejoindre une famille existante.
- 4 Placez votre appareil mobile à moins de 3 m (10 pi) de la montre Bounce et à au moins 10 m (33 pi) des autres appareils mobiles couplés.

**REMARQUE** : si vous ne parvenez pas à éloigner suffisamment vos appareils, désactivez la technologie Bluetooth® sur ceux qui sont déjà couplés.
- 5 Suivez les instructions dans l'application pour terminer la procédure de couplage.

**Remember** : si vous avez désactivé la technologie Bluetooth sur les appareils mobiles précédemment couplés, rallumez-la.
- 6 Si nécessaire, répétez les étapes 1 à 5 pour chaque appareil mobile supplémentaire.

### Connexion à un réseau Wi-Fi®

Avant de pouvoir vous connecter à un réseau Wi-Fi, vous devez connecter la montre à l'application Garmin Jr.™ sur votre smartphone (*Couplage de la montre avec votre smartphone, page 6*).

Garmin® recommande de connecter la montre à un réseau Wi-Fi pour optimiser les performances et prolonger l'autonomie de la batterie.

- 1 Placez-vous à portée d'un réseau Wi-Fi.
- 2 Dans l'application Garmin Jr., sélectionnez **Accueil**.

- 3 Sélectionnez votre enfant, puis **Paramètres > Wi-Fi > +**.
- 4 Sélectionnez un réseau Wi-Fi disponible et saisissez les informations de connexion.

### **Synchronisation des données de votre montre avec l'application Garmin Jr.™**

La montre Bounce™ effectue régulièrement une synchronisation automatique de vos données avec l'application Garmin Jr.. Vous pouvez également synchroniser manuellement vos données à tout moment.

- 1 Approchez la montre du smartphone couplé.
- 2 Ouvrez l'application Garmin Jr..  
**ASTUCE** : vous pouvez laisser l'application ouverte ou la faire passer en arrière-plan.
- 3 Sur la montre, appuyez sur **A** pour afficher le menu.
- 4 Sélectionnez **🔗 > Synchroniser et coupler > Synchroniser**.
- 5 Patientez pendant la synchronisation des données.
- 6 Consultez les données actuelles dans l'application Garmin Jr..

## Messages

Un compte Garmin Connect™ et l'application Garmin Jr.™ sont nécessaires pour envoyer et recevoir des messages depuis la montre Bounce™. Vous devez également être ajouté en tant que contact pour l'enfant ([Ajout de contacts de messagerie, page 8](#)).

### Famille Garmin Jr.™

Votre famille Garmin Jr. est composée de membres que vous pouvez désigner comme responsables ou aidants. Les membres de la famille sont automatiquement ajoutés aux contacts Garmin Jr..

Vous pouvez également ajouter des contacts à partir de votre compte Garmin Connect™ pour les inclure dans le classement du nombre de pas de votre famille et ajouter leur appareil Garmin® comme contact.

**REMARQUE** : chaque membre de la famille ne peut appartenir qu'à une seule famille Garmin Jr..

### Ajout de membres à une famille Garmin Jr.™

Avant de pouvoir ajouter des membres à une famille Garmin Jr., chaque utilisateur doit posséder ou créer un compte Garmin Connect™.

- 1 Dans l'application Garmin Jr., sélectionnez **••• > Famille > Inviter un membre**.
- 2 Saisissez l'adresse e-mail associée au compte Garmin Connect de l'utilisateur.
- 3 Sélectionner une option :
  - Sélectionnez **Responsables** pour permettre à l'utilisateur de voir la position de l'enfant, d'interagir avec la famille et de modifier les paramètres de l'enfant.
  - Sélectionnez **Aidant** pour permettre à l'utilisateur de voir la position de l'enfant et d'interagir avec la famille.
  - Sélectionnez **Communicator** pour permettre à l'utilisateur d'interagir avec la famille.
- 4 Sélectionnez **Continuer > Envoyer une invitation**.  
L'utilisateur reçoit un e-mail l'invitant à rejoindre votre famille Garmin Jr..  
l'adresse e-mail de l'utilisateur apparaît dans la liste Invitations en attente jusqu'à ce que l'invitation soit acceptée. Vous pouvez renvoyer l'invitation ou l'annuler avant qu'elle ne soit acceptée.

### Invitation de contacts avec l'application Garmin Jr.™

Les personnes que vous souhaitez ajouter à vos contacts doivent disposer d'un compte Garmin Connect™.

- 1 Dans l'application Garmin Jr., sélectionnez **••• > Famille > Contacts**.
- 2 Sélectionnez **Trouver des personnes** ou **+**.
- 3 Sélectionner une option :
  - Saisissez un nom ou une adresse e-mail pour rechercher une personne.
  - Sélectionnez **Vos contacts** pour choisir une personne parmi vos contacts.
- 4 Sélectionnez la personne, puis **Connect > OK**.  
La personne reçoit un e-mail l'invitant à entrer en contact avec votre famille.

### Ajout de contacts de messagerie

Avant de pouvoir ajouter des contacts de messagerie, vous devez vous connecter à des personnes disposant d'un appareil Garmin® compatible avec la messagerie dans l'application Garmin Jr.™ ([Invitation de contacts avec l'application Garmin Jr.™, page 8](#)).

les membres de votre famille Garmin Jr. sont automatiquement inclus dans la liste des contacts de messagerie ([Ajout de membres à une famille Garmin Jr.™, page 8](#)).






- 1 Dans l'application Garmin Jr., sélectionnez **Accueil**.
- 2 Sélectionnez votre enfant, puis **Paramètres > Carnet de contacts**.
- 3 Sélectionnez **+** en regard d'un contact disponible.
- 4 Sélectionnez **✓**.

## Messages de la montre

### Envoi d'un message depuis la montre







Avant de pouvoir envoyer des messages depuis la montre, vous devez activer votre abonnement LTE ([Fonctions connectées LTE, page 5](#)).

- 1 Appuyez sur **(A)**.

- 2 Sélectionnez  > **Carnet de contacts**.
- 3 Sélectionnez un contact.
- 4 Sélectionnez .
- 5 Sélectionner une option :
  - Pour envoyer un SMS, sélectionnez .  
la liste des messages et le texte des messages peuvent être personnalisés dans l'application Garmin Jr.™ (*Gestion des SMS prérédigés, page 10*).
  - Pour envoyer un émoji, sélectionnez .
  - Pour envoyer un émoji sonore, sélectionnez .
- 6 Sélectionnez un émoji ou un message.
- 7 Sélectionnez **Envoyer**.



### Envoi d'un message vocal depuis la montre

Avant de pouvoir envoyer des messages depuis la montre, vous devez activer votre abonnement LTE (*Fonctions connectées LTE, page 5*).






- 1 Appuyez sur .
- 2 Sélectionnez  > **Carnet de contacts**.
- 3 Sélectionnez un contact.
- 4 Sélectionnez  > .
- 5 Enregistrez votre message.
- 6 Sélectionnez  pour arrêter l'enregistrement.  
**REMARQUE** : la montre limite automatiquement votre temps d'enregistrement à environ 20 secondes.
- 7 Sélectionner une option :
  - Sélectionnez  pour écouter le message avant de l'envoyer.
  - Sélectionnez **Annuler** pour supprimer le message, puis réessayez.
  - Sélectionnez **Envoyer** pour envoyer le message.

### Messages de l'application Garmin Jr.™



#### Envoi d'un SMS depuis l'application Garmin Jr.™

- 1 Dans l'application Garmin Jr., sélectionnez **Connect**.
- 2 Sélectionnez votre enfant.
- 3 Entrez un message.
- 4 Sélectionnez  ou  pour envoyer le SMS.

#### Envoi d'un message vocal depuis l'application Garmin Jr.™

- 1 Dans l'application Garmin Jr., sélectionnez **Connect**.
- 2 Sélectionnez votre enfant.
- 3 Maintenez le bouton  enfoncé et enregistrez votre message.  
**REMARQUE** : l'application Garmin Jr. limite automatiquement votre temps d'enregistrement à environ 20 secondes.
- 4 Sélectionner une option :
  - Si nécessaire, sélectionnez  pour écouter le message avant de l'envoyer.
  - Sélectionnez  pour supprimer le message, puis réessayez.
  - Sélectionnez  ou  pour envoyer le message.

### Affichage des messages

- Lorsqu'un message apparaît sur la montre, sélectionnez une option :
  - Sélectionnez  pour afficher l'intégralité du message.
  - Sélectionnez  pour ignorer le message.
- Pour afficher tous les messages, faites glisser votre doigt pour afficher le widget des messages, appuyez sur l'écran tactile et faites glisser votre doigt pour faire défiler les messages.

## Gestion des SMS prérédigés

Votre enfant peut utiliser la liste des SMS prérédigés pour communiquer avec ses contacts (*Envoi d'un message depuis la montre, page 8*).

- 1 Dans l'application Garmin Jr.™, sélectionnez **Connect**.
- 2 Sélectionnez votre enfant.
- 3 Sélectionnez **⋮**.
- 4 Sélectionnez **SMS prédéfinis** ou **Gérer les messages prédéfinis**.
- 5 Sélectionner une option :
  - Sélectionnez **Retrier la liste**, puis faites glisser **≡** pour réorganiser la liste.
  - Saisissez du texte dans un message vierge pour créer un message personnalisé.
  - Supprimez le texte d'un message pour le supprimer de la liste.
  - Sélectionnez **⋮** > **Restaurer config. usine** pour supprimer les messages personnalisés et trier les messages dans l'ordre par défaut.
- 6 Sélectionnez **◀**.

La liste des SMS prérédigés est mise à jour sur la montre.

## Suppression de l'historique des messages de l'application Garmin Jr.™

- 1 Dans l'application Garmin Jr., sélectionnez **Connect**.
- 2 Sélectionnez votre enfant.
- 3 Sélectionnez **⋮** > **Supprimer l'historique des messages** > **Supprimer**.

# Application Garmin Jr.™

L'application Garmin Jr. gratuite vous permet de rester connecté à la montre de votre enfant.

**Suivi des activités** : vous permet de suivre le nombre quotidien de pas, les minutes actives et les activités chronométrées de votre enfant.

**Carte d'aventure** : vous permet de suivre la progression de votre enfant jusqu'à ce qu'il atteigne son objectif quotidien de 60 minutes d'activité et qu'il débloque une nouvelle étape de son aventure numérique.

**Défis** : permet de comparer le nombre de pas de toute la famille et de vos contacts de la communauté Garmin Connect™.

**Avancement des tâches** : vous permet de créer et de gérer des tâches et d'attribuer des points une fois la tâche terminée.

**Connectez-vous** : vous permet d'envoyer des SMS, des messages vocaux et des émojis à une montre Bounce™ couplée.

**Position** : vous permet d'afficher la position actuelle de votre enfant, de consulter l'historique des positions, de gérer les limites et de demander une session LiveTrack.

**Plus** : vous permet de personnaliser votre famille, de mettre à jour les paramètres de l'application et d'afficher des rubriques d'aide et des informations.

**Récompenses** : vous permet de créer des récompenses et d'échanger des points contre des récompenses.

**Paramètres** : vous permet de personnaliser la montre et les paramètres utilisateur, notamment les alertes sonores, les coordonnées des contacts d'urgence, les photos de profil, etc.

**Suivi du sommeil** : vous permet d'afficher les statistiques de sommeil de votre enfant.

**Stat.** : vous permet d'afficher les minutes actives et les pas enregistrés de votre enfant.

**Étapes** : vous permet d'afficher les données de pas de votre enfant.

## Définition du profil utilisateur de votre enfant

Vous pouvez mettre à jour la photo, le nom, l'avatar, la couleur d'arrière-plan, l'heure de coucher, l'heure de réveil, la date de naissance et le sexe de votre enfant.

- 1 Dans l'application Garmin Jr.™, sélectionnez **Accueil**.
- 2 Sélectionnez votre enfant, puis **Paramètres > Modifier le profil**.
- 3 Sélectionnez une option.

## Affichage de l'historique

La montre Bounce™ enregistre les minutes d'activité, le sommeil et les pas effectués par votre enfant au quotidien. Vous pouvez afficher l'historique de votre enfant dans l'application Garmin Jr.™.

- 1 Dans l'application Garmin Jr., sélectionnez **Accueil**.
- 2 Sélectionnez votre enfant, puis une option :
  - Pour afficher les minutes actives, sélectionnez **Activité**.
  - Pour afficher le sommeil, sélectionnez **Sommeil**.
  - Pour afficher les pas, sélectionnez **Pas**.
  - Pour afficher les jours les plus actifs de votre enfant, sélectionnez **Statistiques**.

Les données sont affichées par jour et incréments de 7 jours, 4 semaines et 12 mois.

## Suivi du sommeil

Pendant que votre enfant dort, la montre surveille ses mouvements. Vous pouvez définir les heures de sommeil normales dans les paramètres de l'application Garmin Jr.™ ([Paramètres utilisateur et de sécurité, page 12](#)).

Vous pouvez afficher les statistiques de sommeil dans l'application Garmin Jr. ([Affichage de l'historique, page 11](#)).

## Paramètres de l'application

Vous pouvez personnaliser les paramètres de votre famille et de votre application dans l'application Garmin Jr.™. Vous pouvez également personnaliser les paramètres utilisateur et de sécurité ([Paramètres utilisateur et de sécurité, page 12](#)).

Dans l'application Garmin Jr., sélectionnez ●●●.

**Famille** : permet de personnaliser les paramètres de la famille. Par exemple, vous pouvez modifier votre nom de famille ou inviter d'autres parents ou responsables.

**Paramètres de l'application** : vous permet de configurer l'application Garmin Jr. en mode enfant, de personnaliser les notifications, d'activer ou de désactiver la musique et les effets sonores, ou encore de vous déconnecter de votre compte.

**Aide** : inclut des conseils sur le port et l'entretien de la montre, des vidéos et d'autres informations utiles.

**Infos produit** : vous permet d'afficher les informations relatives à la version et à la législation.

**Coupler un nouvel appareil Garmin** : vous permet de remplacer une montre pour un enfant existant ou d'ajouter une montre pour un nouvel enfant.

## Paramètres utilisateur et de sécurité

Vous pouvez personnaliser vos paramètres utilisateur et de sécurité dans l'application Garmin Jr.™.

Dans l'application Garmin Jr., sélectionnez **Accueil**, puis sélectionnez votre enfant et **Paramètres**.

**Modifier le profil** : vous permet de personnaliser les informations de profil de votre enfant. Vous pouvez définir le nom, l'avatar, la couleur d'arrière-plan, l'heure de coucher, l'heure de réveil, la date de naissance et le sexe de l'enfant (*Définition du profil utilisateur de votre enfant, page 11*).

**Texte affiché** : vous permet de modifier le nom affiché sur le cadran de la montre.

**Cadrans de montre** : vous permet d'envoyer plus de cadrans à la montre.

**Alarmes** : vous permet de définir une alarme à envoyer à la montre (*Définition d'une alarme, page 23*).

**Objectif quotidien de pas** : vous permet de mettre à jour l'objectif quotidien de pas.

**Contrôles parentaux** : vous permet d'activer le mode Ne pas déranger pendant les heures de sommeil et le mode école (*Activation du mode école, page 12*).

**Carnet de contacts** : vous permet d'ajouter des personnes à qui votre enfant peut envoyer des messages (*Ajout de contacts de messagerie, page 8*).

**SMS prédéfinis** : vous permet de mettre à jour les SMS prédéfinis que votre enfant peut envoyer depuis la montre (*Gestion des SMS prédéfinis, page 10*).

**Sécurité** : vous permet de gérer les contacts familiaux qui recevront une notification lorsque votre enfant demande de l'aide.

**Limites** : vous permet de mettre à jour les limites (*Ajout d'une limite, page 19*).

**Wi-Fi** : vous permet de connecter la montre à un réseau Wi-Fi® (*Connexion à un réseau Wi-Fi®, page 6*).

**Connectivité** : vous permet d'afficher les détails de votre LTE Subscription ([garmin.com/subscriptions](http://garmin.com/subscriptions)).

**Trouver ma montre** : vous aide à localiser une montre Bounce™ égarée couplée à l'aide de la technologie Bluetooth® et actuellement à proximité (*Localisation d'une montre égarée, page 30*).

**Trouver ma montre** : vous permet d'éteindre la montre à partir de l'application Garmin Jr..



**Détails de l'appareil** : vous permet d'afficher le modèle, la version du logiciel, le numéro de série et le manuel d'utilisation. Vous pouvez également réinitialiser la montre (*Réinitialisation de tous les paramètres par défaut, page 29*).

**Couplage** : vous permet d'enregistrer un bracelet, de coupler une nouvelle montre ou d'annuler le couplage de la montre actuelle.

**Langue** : vous permet de mettre à jour la langue de la montre.

## Utilisation du mode Ne pas déranger

Vous pouvez utiliser le mode Ne pas déranger pour désactiver les vibrations et l'affichage pour les alarmes et les messages. Ce mode désactive le paramètre de gestes (*Paramètres d'affichage, page 24*). Votre enfant peut utiliser la montre Bounce™ pour demander de l'aide lorsque la montre est en mode Ne pas déranger.

- Pour activer ou désactiver manuellement le mode Ne pas déranger, maintenez enfoncé , puis sélectionnez .
- Pour activer automatiquement le mode Ne pas déranger pendant la période de sommeil de votre enfant, dans l'application Garmin Jr.™ (*Paramètres utilisateur et de sécurité, page 12*), sélectionnez votre enfant, puis **Paramètres > Contrôles parentaux > Ne pas déranger pendant le temps de sommeil**.

Vous pouvez sélectionner Silencieuse pour couper le son de la montre et autoriser l'accès à toutes les fonctions de la montre, ou Silencieux et limité pour couper le son de la montre et restreindre l'accès aux fonctions de la montre.

## Activation du mode école

Vous pouvez utiliser le mode école pour couper automatiquement le son de la montre et limiter son utilisation pendant les heures de cours. Votre enfant peut utiliser l'assistance lorsque la montre est en mode école.

**1** Dans l'application Garmin Jr.™, sélectionnez **Accueil**.

2 Sélectionnez votre enfant, puis **Paramètres > Contrôles parentaux > Mode École**.

3 Activez le mode école.

4 Sélectionner une option :

**REMARQUE** : les deux options permettent de couper les vibrations et les sons pour toutes les notifications, à l'exception des alarmes, de l'assistance, de la fonction Trouver ma montre et lorsque le mode école est activé ou désactivé.

- Pour couper le son de la montre et autoriser toutes les fonctions pendant les heures de cours, sélectionnez **Silencieuse**.
- Pour couper le son de la montre et limiter les jeux et les messages pendant les heures de cours, sélectionnez **Silencieux et limité**.

5 Sélectionnez **Heure de début**, **Heure de fin** ou **Jours** pour mettre à jour les heures de cours.

#### Désactivation du mode école

1 Dans l'application Garmin Jr.™, sélectionnez **Accueil**.

2 Sélectionnez votre enfant, puis **Paramètres > Contrôles parentaux > Mode École**.

3 Désactivez le mode école.

4 Sélectionnez ✓.

5 Attendez que l'application Garmin Jr. se synchronise avec la montre.

#### Utilisation du mode enfant

Vous pouvez activer le mode enfant dans l'application Garmin Jr.™ pour permettre à un enfant de marquer des tâches comme terminées et d'échanger des récompenses sans l'approbation d'un parent ou d'un responsable. Par ailleurs, vous pouvez utiliser la reconnaissance faciale ou le scan d'empreinte digitale sur votre smartphone à la place d'un code pour déverrouiller les paramètres du mode enfant.

1 Dans l'application Garmin Jr., sélectionnez **••• > Paramètres de l'application > Mode enfant**.

2 Activez le mode enfant.

3 Si nécessaire, sélectionnez les options pour personnaliser le mode enfant.

4 Si nécessaire, sélectionnez **Changer de code** pour modifier le code.

**REMARQUE** : le code est requis pour accéder à certaines fonctions de l'application Garmin Jr. lorsque le mode enfant est activé. le mot de passe par défaut est 0000.

5 Sélectionnez ✓.

#### Suppression d'un profil

1 Dans l'application Garmin Jr.™, sélectionnez **Accueil**.

2 Sélectionnez votre enfant.





3 Sélectionnez **Paramètres > Modifier le profil > Supprimer le profil**.

## Aspect

Vous pouvez personnaliser l'aspect du cadran de la montre et les fonctions d'accès rapide dans la série des résumés de widgets et le menu des commandes.









### Modification du cadran de montre

Vous pouvez utiliser le cadran de montre numérique ou analogique.

- 1 Appuyez sur .
- 2 Sélectionnez  > **Cadran de montre**.
- 3 Faites glisser votre doigt vers la gauche ou la droite pour faire défiler les cadrans de montre disponibles.
- 4 Le cas échéant, sélectionnez  pour choisir une couleur de nuance.
- 5 Appuyez sur  pour sélectionner le cadran de montre.

### Widgets

La montre Bounce™ est fournie avec des widgets qui offrent des informations accessibles en un clin d'œil. Sur le cadran de la montre, vous pouvez faire glisser votre doigt vers la gauche ou vers la droite pour faire défiler les widgets. Par ailleurs, vous pouvez faire glisser votre doigt vers le haut sur un widget pour en afficher les détails. Certains widgets nécessitent un LTE Subscription.

	L'heure et la date actuelles. L'heure et la date sont réglées automatiquement quand la montre acquiert des signaux satellites. La montre met à jour l'heure et la date chaque fois que vous la synchronisez avec un smartphone.
	Vous permet d'envoyer des émojis, des SMS préédigés et des messages vocaux aux contacts configurés dans l'application Garmin Jr.™.
	Affiche le nombre de minutes d'activité enregistrées pour la journée. Faites glisser votre doigt vers le haut pour afficher le nombre de minutes pour la semaine.
	Affiche le nombre total de pas effectués et votre objectif pour la journée. Faites glisser votre doigt vers le haut pour afficher le nombre de pas pour la semaine.
	Affiche une liste des tâches configurées dans l'application Garmin Jr.. Vous pouvez cocher les tâches terminées et recevoir des points une fois qu'un parent ou un responsable a validé la tâche.
	Permet de comparer le nombre de pas de toute la famille et de vos contacts de la communauté Garmin Connect™.
	Affiche un résumé de vos minutes d'activité quotidiennes, de vos pas quotidiens, du niveau de l'aventure, de votre dernière activité et de vos activités enregistrées.
	affiche la température actuelle et les prévisions météo.

### Tâches et récompenses

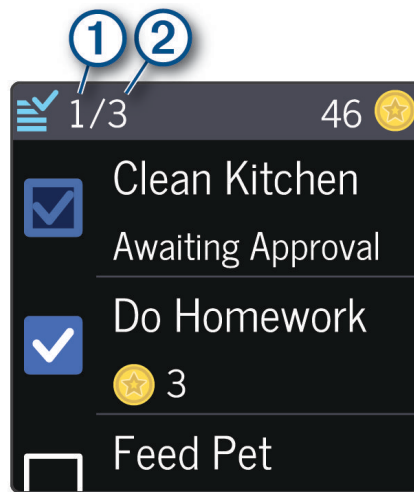
Vous pouvez créer une liste de tâches dans l'application Garmin Jr.™ à envoyer à la montre. Votre enfant peut marquer les tâches comme terminées sur la montre pour gagner des points, qui peuvent être échangés contre des récompenses. Votre enfant peut choisir parmi une liste de récompenses prédéfinies, comme l'achat d'un nouveau jouet ou jeu, une séance de natation ou du temps d'écran. Vous pouvez également créer des récompenses personnalisées ([Création de récompenses, page 15](#)).

vous aurez besoin d'un abonnement LTE actif pour utiliser cette fonction ([Fonctions connectées LTE, page 5](#)).

#### Utilisation du widget tâches

Pour utiliser le widget des tâches, vous devez avoir reçu des tâches dans l'application Garmin Jr.™ l'application ([Attribution des tâches, page 15](#)) et disposer d'un abonnement LTE actif ([Fonctions connectées LTE, page 5](#)).

- 1 Balayez l'écran pour afficher le widget tâches.  
La montre affiche le nombre mis à jour des tâches terminées ① et attribuées ② pour la journée.



- 2 Sélectionnez la tâche que vous avez terminée.

L'état de la tâche est défini comme « En attente de validation » jusqu'à ce que la tâche soit validée dans l'application Garmin Jr. ([Validation des tâches, page 15](#)). Une fois la tâche validée, la montre affiche le nombre mis à jour des points gagnés.

- 3 Échangez des points contre des récompenses dans l'application Garmin Jr. ([Obtention des récompenses, page 16](#))

Lorsque vous échangez des points dans l'application, la montre affiche le nombre total de points mis à jour.

#### Attribution des tâches

Vous pouvez créer une liste de tâches à envoyer à la montre ([Utilisation du widget tâches, page 14](#)).

- 1 Dans l'application Garmin Jr.™, sélectionnez **Accueil**.
- 2 Sélectionnez votre enfant, puis sélectionnez **Tâches** > **:** > **Ajouter une nouvelle tâche**.
- 3 Saisissez un nom pour la tâche ou sélectionnez une tâche dans la liste.
- 4 Sélectionnez **<** ou **←**.
- 5 Sélectionnez le nombre de points à attribuer à la tâche.
- 6 Si nécessaire, définissez l'heure et les jours auxquels la tâche doit être terminée.  
**ASTUCE** : vous pouvez également activer une alarme pour la tâche.
- 7 Sélectionnez **✓**.

#### Validation des tâches

Après avoir terminé une tâche, votre enfant peut demander une validation depuis la montre Bounce™ ([Utilisation du widget tâches, page 14](#)).

- 1 Dans l'application Garmin Jr.™, sélectionnez **Accueil**.
- 2 Sélectionnez votre enfant, puis **Tâches**.
- 3 Sélectionnez la tâche que vous souhaitez valider.  
Votre enfant reçoit une notification sur la montre lorsque les tâches sont validées.

#### Création de récompenses

Vous pouvez créer une liste de récompenses que votre enfant peut acheter avec des pièces.

- 1 Dans l'application Garmin Jr.™, sélectionnez **Accueil**.
- 2 Sélectionnez votre enfant, puis **Récompenses** > **+** > **Ajouter un nom**.
- 3 Saisissez un nom pour la récompense ou sélectionnez-en une dans la liste.
- 4 Sélectionnez **<** ou **←**.
- 5 Sélectionnez **Prix** pour définir le nombre de pièces nécessaires en échange de la récompense.
- 6 Si nécessaire, mettez à jour l'icône et la description.
- 7 Sélectionnez **✓**.

Vous pouvez obtenir des récompenses dans l'application Garmin Jr. pour votre enfant (*Obtention des récompenses, page 16*) ou votre enfant peut obtenir des récompenses en utilisant l'application Garmin Jr. en mode enfant (*Utilisation du mode enfant, page 13*).

### Obtention des récompenses

Votre enfant peut échanger des pièces gagnées contre des récompenses (*Création de récompenses, page 15*).

- 1 Dans l'application Garmin Jr.™, sélectionnez **Accueil**.
- 2 Sélectionnez votre enfant, puis **Récompenses**.
- 3 Sélectionnez **Echanger** sur la récompense que vous souhaitez obtenir.

**REMARQUE** : si nécessaire, sélectionnez **Demander** lorsque l'application Garmin Jr. est en mode enfant et que l'option d'approbation est activée (*Utilisation du mode enfant, page 13*).

Les pièces sont déduites du total des pièces.

### Widget statistiques

Le widget statistiques vous permet de consulter en un coup d'œil vos meilleures minutes actives de la journée, vos meilleurs pas de la journée et votre niveau d'aventure actuel.

### Affichage du widget météo

L'affichage des données météo nécessite une connexion à un smartphone couplé, le Wi-Fi®, ou le LTE (*Fonctions connectées LTE, page 5*).

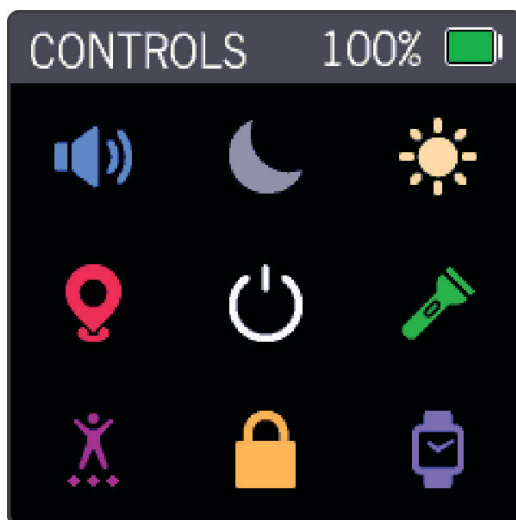
- 1 Sur le cadran de montre, faites glisser votre doigt vers la gauche ou vers la droite pour afficher le widget météo.
- 2 Faites glisser votre doigt vers le haut pour afficher des données météo supplémentaires.

### Commandes

Le menu des commandes contient des raccourcis, comme le verrouillage de l'écran tactile et l'arrêt de la montre.

Sur n'importe quel écran, maintenez le bouton **A** enfoncé pendant 2 secondes.

vous ne pouvez pas accéder au menu des commandes pendant l'enregistrement d'une activité.




	Affiche les paramètres de volume ( <i>Paramètres de son et de vibration, page 24</i> ).
	Active le mode Ne pas déranger ( <i>Utilisation du mode Ne pas déranger, page 12</i> ).
	Affiche les paramètres de luminosité ( <i>Paramètres d'affichage, page 24</i> ).
	Affiche la fonction d'enregistrement ( <i>Enregistrement à partir de la montre, page 19</i> ).
	Éteint la montre.
	Permet d'allumer la lampe de poche ( <i>Utilisation de la lampe, page 17</i> ).
	Affiche les activités ( <i>Démarrage d'une activité, page 21</i> ).

	Verrouille l'écran tactile ( <i>Verrouillage et déverrouillage de l'écran tactile, page 5</i> ).
	Affiche le menu des horloges ( <i>Horloges, page 23</i> ).

## Utilisation de la lampe

**REMARQUE** : l'utilisation de la lampe peut réduire l'autonomie de la batterie.

- 1 Maintenez **A** enfoncé pour afficher le menu des commandes.
- 2 Sélectionnez .
- 3 Appuyez sur **B** pour éteindre la lampe torche.

# Fonctions de suivi et de sécurité

## ⚠ ATTENTION

Les fonctions de sécurité et de suivi sont des fonctions complémentaires qui ne doivent pas être utilisées en premier pour solliciter une aide d'urgence. L'application Garmin Jr.™ ne contacte aucun service d'urgence à votre place.

Les fonctions de sécurité et de suivi nécessitent un LTE Subscription et doivent être configurées à l'aide de l'application Garmin Jr.. Pour obtenir des informations sur l'abonnement, rendez-vous sur [garmin.com/subscriptions](https://garmin.com/subscriptions).

La montre Bounce™ est dotée de fonctions de suivi et de sécurité qui nécessitent un smartphone couplé avec l'application Garmin Jr.. Les responsables et les aidants de votre famille Garmin Jr. sont avertis lorsque votre enfant demande de l'aide. Vous pouvez gérer les membres de votre famille Garmin Jr. dans l'application Garmin Jr..

Pour en savoir plus sur les fonctions de sécurité et de suivi, rendez-vous sur [www.garmin.com/safety](https://www.garmin.com/safety).

**Assistance** : permet à votre enfant de démarrer une session LiveTrack et d'envoyer une notification aux responsables et aux aidants de votre famille Garmin Jr..

**LiveTrack** : permet aux responsables et aux aidants de votre famille Garmin Jr. d'envoyer une demande pour voir la position de votre enfant en temps réel.

## Demande d'assistance

Les notifications d'assistance sont envoyées aux responsables et aux aidants de votre famille Garmin Jr.™ (*Ajout de membres à une famille Garmin Jr.™*, page 8).

- 1 Maintenez enfoncé **A**
- 2 Quand vous sentez trois vibrations, relâchez le bouton pour activer la fonction d'aide.  
L'écran du compte à rebours s'affiche.

**ASTUCE** : avant la fin du compte à rebours, vous pouvez appuyer sur Annuler pour annuler la demande.

## Fin de la demande d'assistance

- 1 Pendant qu'une demande d'assistance est en cours, ouvrez l'application Garmin Jr.™ et sélectionnez **Afficher la position**.
- 2 Sélectionnez le commutateur à côté de **LiveTrack**.  
La demande d'assistance est annulée, et le partage de localisation en direct prend fin.

## LiveTrack

### ⚠ ATTENTION

L'utilisateur est responsable de la manière dont il partage ses données de position avec les autres. Assurez-vous de ne partager vos données qu'avec des personnes de confiance et n'autorisez pas leur distribution sans votre consentement.

La fonction LiveTrack vous permet de suivre la position actuelle de votre enfant, de voir les endroits qu'il a récemment visités et de suivre ses trajets récents en temps réel.

## Démarrage d'une session LiveTrack

Avant de pouvoir démarrer une session LiveTrack, vous devez coupler la montre avec l'application Garmin Jr.™ sur votre smartphone (*Couplage de la montre avec votre smartphone*, page 6).

- 1 Dans l'application Garmin Jr., sélectionnez **Position**.
- 2 Sélectionnez votre enfant, puis **LiveTrack**.  
LiveTrack continue à fonctionner en arrière-plan.

## Fin d'une session LiveTrack



La session LiveTrack se termine automatiquement au bout de 30 minutes, sauf si vous choisissez de la prolonger.

Dans l'application Garmin Jr.™, sélectionnez **Position > Interrompre LiveTrack**.

## Suivi de position

### Enregistrement à partir de la montre

Pour que votre enfant puisse enregistrer sa position, vous devez coupler la montre avec l'application Garmin Jr.™ de votre téléphone ([Couplage de la montre avec votre smartphone, page 6](#)).

- 1 Maintenez  enfoncé pour afficher le menu des commandes.
- 2 Sélectionnez .
- 3 Sélectionnez **Envoyer**.

La montre envoie un message au parent ou au responsable et vibre si cette option est activée ([Paramètres de son et de vibration, page 24](#)).

### Affichage de la position actuelle de votre enfant


Avant de pouvoir localiser votre enfant, vous devez coupler la montre avec l'application Garmin Jr.™ sur votre smartphone ([Couplage de la montre avec votre smartphone, page 6](#)).

- 1 Dans l'application Garmin Jr., sélectionnez **Position**.  
La dernière position signalée de la montre et l'heure du signallement s'affichent.
- 2 Sélectionnez **Actualiser** pour mettre à jour la position.

### Affichage de l'historique des positions de votre enfant

Avant de pouvoir afficher l'historique des positions de votre enfant, vous devez coupler la montre avec l'application Garmin Jr.™ sur votre smartphone ([Couplage de la montre avec votre smartphone, page 6](#)).





Tous les membres de la famille approuvés peuvent afficher l'historique des positions de votre enfant dans l'application.

- 1 Dans l'application Garmin Jr., sélectionnez **Position > Historique**.
- 2 Sélectionnez  pour afficher jusqu'à sept jours précédents.





## Limites

### Ajout d'une limite


Avant de pouvoir ajouter une limite, vous devez coupler la montre avec l'application Garmin Jr.™ sur votre smartphone ([Couplage de la montre avec votre smartphone, page 6](#)).

- 1 Dans l'application Garmin Jr., sélectionnez **Position >  > Ajouter une nouvelle limite**.
- 2 Si nécessaire, appuyez sur l'adresse par défaut pour mettre à jour le centre de la limite.
- 3 Si nécessaire, ajustez la taille de la limite à l'aide du curseur.
- 4 Sélectionnez  ou .
- 5 Saisissez le nom de la limite.
- 6 Sélectionnez **Alarmes** pour activer les alarmes lorsque la montre quitte la limite ou entre dedans.
- 7 Sélectionnez  pour enregistrer la limite.

### Gestion des limites

- 1 Dans l'application Garmin Jr.™, sélectionnez **Position >  > Gérer les limites**.
- 2 Sélectionnez une limite.
- 3 Sélectionnez l'adresse à mettre à jour.
- 4 Ajustez la taille de la limite à l'aide du curseur.
- 5 Faites glisser  jusqu'à la position exacte de l'adresse.
- 6 Sélectionnez  > .

### Suppression d'une limite

- 1 Dans l'application Garmin Jr.™, sélectionnez **Position >  > Gérer les limites**.
- 2 Sélectionnez une limite.
- 3 Sélectionnez **Supprimer la limite > Supprimer**.

### Activation et désactivation des alarmes de limite

Lorsque les alarmes de limite sont activées, les parents et les responsables reçoivent une notification quand la montre entre dans une limite ou en sort ([Ajout d'une limite, page 19](#)).

- 1 Dans l'application Garmin Jr.™, sélectionnez **Position** > **⋮** > **Gérer les limites**.
- 2 Sélectionnez une limite.
- 3 Sélectionnez **Alarmes** pour activer ou désactiver les alertes.

## Activités et jeux

La montre Bounce™ peut être utilisée pour des activités en intérieur et en extérieur, ou encore pour jouer à des jeux éducatifs. Vous avez la possibilité d'enregistrer des activités et de les partager avec votre famille Garmin Jr.™. Vous pouvez également lancer un défi de marche Toe-to-Toe™ avec quelqu'un qui possède une montre Garmin® compatible.


Pour en savoir plus sur le suivi des activités et les métriques sportives, rendez-vous sur [garmin.com/ataccuracy](https://garmin.com/ataccuracy).

### Objectif d'activité



Pour améliorer la santé des enfants, des organismes tels que le CDC (U.S. Centers for Disease Control and Prevention) recommandent une activité physique minimale de 60 minutes par jour. Cette recommandation peut inclure une activité d'intensité modérée, comme la marche rapide, ou une activité d'intensité soutenue, comme la course à pied.

La montre encourage les enfants à se dépenser physiquement en affichant leur progression vers l'objectif d'activité fixé à 60 minutes par jour.

### Démarrage d'une activité

- 1 Appuyez sur **(A)**.
- 2 Sélectionnez  > **Activités**.
- 3 Sélectionnez une activité.
- 4 Sélectionnez **Intérieur** ou **Extérieur**.  
Si l'activité nécessite l'utilisation de signaux GPS, sortez et cherchez un lieu avec une vue dégagée du ciel. Attendez ensuite que la montre soit prête.
- 5 Appuyez sur **(A)** pour lancer le chronomètre d'activité.  
La montre enregistre les données d'activité uniquement lorsque le chronomètre d'activité est en marche.  
**ASTUCE** : vous pouvez appuyer sur **(B)** pour enregistrer des laps (*Marquage de circuits à l'aide de la fonction Auto Lap®*, page 22).

### Arrêt d'une activité

- 1 Appuyez sur **(A)**.
- 2 Sélectionner une option :
  - Pour enregistrer l'activité, sélectionnez .
  - Pour supprimer l'activité, sélectionnez .
  - Pour reprendre l'activité, appuyez sur **(A)**.

### Paramètres d'activité

Ces paramètres vous permettent de personnaliser chaque activité préchargée en fonction de vos besoins. Par exemple, vous pouvez personnaliser l'affichage et activer les alarmes. Certains paramètres ne sont pas disponibles pour certains types d'activités.

Appuyez sur **(A)**, sélectionnez  > **Activités**, sélectionnez une activité, puis sélectionnez .

**Alarmes** : permet de régler les alarmes d'entraînement pour l'activité (*Alertes*, page 21).

**Auto Lap** : permet de définir les options de la fonction Auto Lap® (*Auto Lap®*, page 22).

**Course/Marche** : définit les intervalles de course à pied et de marche pour une course à pied (*Utilisation des alarmes course à pied/marche*, page 22).


**Afficher l'allure** : affiche l'allure actuelle pendant l'activité.



**Afficher la vitesse** : affiche la vitesse actuelle pendant l'activité.

### Alertes





Votre enfant peut utiliser les alertes sur la montre Bounce™ pour s'entraîner à atteindre des objectifs de temps et de distance spécifiques.

#### Configuration d'une alerte

- 1 Appuyez sur **(A)**.  
**REMARQUE** : cette fonction n'est pas disponible pour toutes les activités.
- 2 Sélectionnez  > **Activités**.

- 3 Sélectionnez une activité.
- 4 Sélectionnez **Intérieur** ou **Extérieur**.
- 5 Sélectionnez  > **Alarmes**.
- 6 Sélectionnez **Temps** pour définir une alarme temps.
- 7 Sélectionnez une heure ou entrez une valeur personnalisée pour l'alarme temps.
- 8 Sélectionnez **Distance** pour définir une alarme de distance.
- 9 Sélectionnez une distance ou entrez une valeur personnalisée pour l'alarme de distance.
- 10 Sélectionnez  pour activer l'alarme.

### Utilisation des alarmes course à pied/marche





- 1 Appuyez sur .
- 2 Sélectionnez  > **Activités** > **Course à pied**.  
**REMARQUE** : les alarmes de pause de marche sont uniquement disponibles pour l'activité de course à pied.
- 3 Sélectionnez **Intérieur** ou **Extérieur**.
- 4 Sélectionnez  > **Course/Marche**.
- 5 Définissez le temps de course pour chaque alerte.
- 6 Définissez le temps de marche pour chaque alerte.
- 7 Sélectionnez  en regard de **Course/Marche** pour activer les alarmes.
- 8 Allez vous entraîner.

Chaque fois que vous terminez un intervalle, un message s'affiche. La montre émet également un signal sonore ou vibre si les sons sont activés (*Paramètres de son et de vibration, page 24*).

### Auto Lap®



#### Marquage de circuits à l'aide de la fonction Auto Lap®

Vous pouvez utiliser la fonction Auto Lap pour marquer automatiquement un circuit à une certaine distance. Cette fonction est utile pour comparer vos performances sur différentes parties d'une activité (tous les 1 mile ou 5 kilomètres, par exemple).

- 1 Appuyez sur .
- 2 Sélectionnez  > **Activités**.
- 3 Sélectionnez une activité.  
**REMARQUE** : cette fonction n'est pas disponible pour toutes les activités.
- 4 Sélectionnez .
- 5 Sélectionner une option :
  - Pour activer ou désactiver la fonction Auto Lap, sélectionnez .
  - Pour régler la distance entre les circuits, sélectionnez **Auto Lap**, puis choisissez une distance.

Dès que vous complétez un circuit, un message s'affiche et vous indique le temps correspondant au circuit effectué. La montre vibre également si les vibrations sont activées (*Paramètres de son et de vibration, page 24*).

### Démarrage d'un jeu

- 1 Appuyez sur .
- 2 Sélectionnez  > **Jeux**.
- 3 Sélectionnez un jeu.
- 4 Suivez les instructions présentées à l'écran.

### Paramètres des jeux

Ces paramètres vous permettent de personnaliser chaque jeu préchargé. Tous les paramètres ne sont pas disponibles pour tous les types de jeux.

Appuyez sur , sélectionnez  > **Jeux**, choisissez un jeu, puis un niveau ou un puzzle, et sélectionnez .


**Cpte à rebours** : vous permet de gagner plus de points en définissant une limite de temps.

**Sons et vibrations** : active ou désactive les sons et les vibrations pour le jeu uniquement (*Paramètres de son et de vibration, page 24*).


# Horloges

## Définition d'une alarme



Vous pouvez définir plusieurs alarmes. Pour chaque alarme, vous pouvez décider si elle doit se déclencher une fois ou se répéter régulièrement.

- 1 Appuyez sur **(A)**.
- 2 Sélectionnez  > **Alarmes** > **Ajouter une alarme**.
- 3 Sélectionnez **Temps** et entrez une heure.
- 4 Sélectionnez **Répéter** et choisissez une option.
- 5 Sélectionnez **Texte de l'alarme**, puis sélectionnez une description pour l'alarme.
- 6 Sélectionnez  **Icône**, puis sélectionnez une icône pour l'alarme.
- 7 Sélectionnez **Son**, puis sélectionnez les réglages de son et de vibration pour l'alarme.



## Suppression d'une alarme

- 1 Appuyez sur **(A)**.
- 2 Sélectionnez  > **Alarmes**.
- 3 Sélectionnez une alarme, puis sélectionnez **Supprimer une alarme**.

## Démarrage du compte à rebours

- 1 Appuyez sur **(A)**.
- 2 Sélectionnez  > **Cpte à rebours**.
- 3 Sélectionner une option :
  - Pour utiliser un chrono existant, sélectionnez-en un.
  - Pour personnaliser le chrono, sélectionnez **Personnalisé**, puis saisissez un temps.
- 4 Appuyez sur **(A)**.
- 5 Si nécessaire, appuyez sur **(A)** pour mettre en pause le chrono.
- 6 Sélectionner une option :
  - Pour relancer le chrono, appuyez sur **(A)**.
  - Pour réinitialiser le chrono, sélectionnez .
- 7 Pour revenir au menu et laisser le chrono fonctionner en arrière-plan, appuyez sur **(B)**.

## Utilisation du chronomètre

- 1 Appuyez sur **(A)**.
- 2 Sélectionnez  > **Chronomètre**.
- 3 Appuyez sur **(A)** pour lancer le chronomètre.
- 4 Appuyez sur **(B)** pour marquer un circuit.  
Le temps total du chronomètre continue de s'écouler.
- 5 Appuyez sur **(A)** pour arrêter le chronomètre.
- 6 Sélectionner une option :
  - Pour réinitialiser le chrono, sélectionnez .
  - Pour relancer le chrono, appuyez sur **(A)**.
  - Pour quitter le chronomètre sans réinitialiser le chrono, appuyez sur **(B)**.

# Personnalisation de la montre

## Paramètres système

Appuyez sur **(A)**, puis sélectionnez **⚙** > **Système**.

**Infos produit** : affiche l'identifiant de l'appareil, des informations sur le logiciel, des informations réglementaires et le contrat de licence.

**Mode Avion** : désactive les technologies Bluetooth®, LTE et Wi-Fi®.

**Verrouillage automatique** : verrouille automatiquement l'écran tactile pour éviter les fausses manipulations. Vous pouvez maintenir n'importe quel bouton enfoncé pour déverrouiller l'écran tactile.

**Format de la date** : définit le format de la date.

**Affichage** : définit la temporisation et la luminosité de l'écran (*Paramètres d'affichage, page 24*).

**Ne pas déranger** : active ou désactive le mode Ne pas déranger (*Utilisation du mode Ne pas déranger, page 12*).

**Format Heure** : définit le format de l'heure (*Paramètres d'heure et de date, page 24*).

**Unités** : permet de régler les unités de mesure utilisées pour afficher des données (*Modification des unités de mesure, page 24*).

## Paramètres d'heure et de date

Appuyez sur **(A)**, puis sélectionnez **⚙** > **Système**.

**Format Heure** : définit le format d'affichage de l'heure sur la montre : 12 heures ou 24 heures.

**Format de la date** : définit le format d'affichage de la date sur la montre : mois/jour ou jour/mois.

## Paramètres d'affichage

Appuyez sur **(A)**, puis sélectionnez **⚙** > **Système** > **Affichage**.

**Luminosité** : permet de régler le niveau de luminosité de l'écran.

**Temporisation** : permet de définir le délai au bout duquel l'écran s'éteint.

**Geste du poignet** : permet d'activer l'écran lorsque vous faites pivoter votre poignet vers votre corps pour voir la montre.

## Modification des unités de mesure

Vous pouvez personnaliser les unités de mesure de distance et de température.

- 1 Appuyez sur **(A)**.
- 2 Sélectionnez **⚙** > **Système** > **Unités**.
- 3 Sélectionnez un type de mesure.
- 4 Sélectionnez une unité de mesure.

## Paramètres de son et de vibration

Appuyez sur **(A)**, puis sélectionnez **⚙** > **Sons et vibrations**.

**Volume** : définit le volume des alertes et des rappels vocaux. Appuyez sur **(A)** pour désactiver les sons.

**Alarmes sonores** : active ou désactive les alertes sonores.






**Alarme vibrante** : définit le niveau de vibration sur Désactivé, Bas, Moyen ou Haut.

# Informations sur l'appareil

## Liste des activités et des jeux

Les activités et jeux énumérés ci-dessous sont disponibles sur votre montre Bounce™. assurez-vous de mettre à jour le logiciel de votre montre afin de profiter des activités et jeux les plus récents (*Mises à jour produit, page 28*).

### Activités

	Vélo
	Autre
	Nat. piscine
	Course à pied
	Marche

### Jeux

	Calcul mental
	Taquin
	Toe-to-Toe™

- [Paramètres d'activité, page 21](#)
- [Démarrage d'une activité, page 21](#)
- [Paramètres des jeux, page 22](#)
- [Démarrage d'un jeu, page 22](#)

## Chargement de la montre

### ⚠ AVERTISSEMENT

Cet appareil contient une batterie lithium-ion. Consultez le guide *Informations importantes sur le produit et la sécurité* inclus dans l'emballage du produit pour prendre connaissance des avertissements et autres informations importantes sur le produit.

### AVIS

Pour éviter tout risque de corrosion, nettoyez et essuyez soigneusement les contacts et la surface environnante avant de charger l'appareil ou de le connecter à un ordinateur. Reportez-vous aux instructions de nettoyage.

- 1 Branchez le câble (extrémité ▲) au port de chargement de votre montre.



- 2 Branchez l'autre extrémité du câble sur un port de chargement USB. La montre affiche le niveau de charge actuel de la batterie.

## Conseils pour charger la montre

- Branchez le chargeur de manière sécurisée à la montre afin de la recharger à l'aide du câble USB (*Chargement de la montre, page 25*).  
Vous pouvez charger la montre en branchant le câble USB sur un adaptateur secteur Garmin®, puis sur une prise murale standard ou sur un port USB de votre ordinateur. Le chargement d'une batterie complètement déchargée dure environ deux heures et demie.
- Laissez la montre connectée au chargeur jusqu'à ce que le niveau de charge de la batterie atteigne 100 %.
- Vous pouvez voir le pourcentage de batterie restant dans le menu des commandes (*Commandes, page 16*).

## Affichage des informations sur la montre

Vous pouvez afficher l'identifiant de l'appareil, la version du logiciel, des informations réglementaires et le contrat de licence.

- 1 À partir du cadran de montre, maintenez enfoncé **(B)**.
- 2 Sélectionnez **Système > Infos produit**.

## Caractéristiques techniques

Type de pile	Batterie rechargeable lithium-ion intégrée
Autonomie de la batterie	Jusqu'à 2 jours
Plage de températures de fonctionnement	De -20 à 60 °C (de -4 à 140 °F) <b>REMARQUE</b> : la durée de vie de la batterie peut être réduite en cas de fonctionnement entre -20 °C et 0 °C.
Plage de températures de chargement	De 0 à 45 °C (de 32 à 113 °F)
Fréquences sans fil	2,4 GHz à 18,3 dBm maximum ; 1,75 GHz à 22,5 dBm maximum 847 MHz à 22,9 dBm ; 726 MHz à 21,8 dBm maximum
Valeur SAR maximale	0,30 W/kg torse, 0,51 W/kg membre
Résistance à l'eau	Natation, 5 ATM <sup>1</sup>

## Entretien du

### AVIS

Évitez les chocs et les manipulations brusques qui risquent d'endommager l'appareil.

Évitez d'appuyer sur les boutons lorsque l'appareil est sous l'eau.

N'utilisez pas d'objet pointu pour nettoyer l'appareil.

N'utilisez jamais d'objet dur ou pointu sur l'écran tactile, car vous risqueriez de l'endommager.

Évitez d'utiliser des nettoyants chimiques, des solvants ou des répulsifs contre les insectes pouvant endommager les parties en plastique et les finitions.

Rincez soigneusement l'appareil à l'eau claire après chaque utilisation dans l'eau chlorée ou salée, et après chaque contact avec de la crème solaire, des produits de beauté, de l'alcool ou d'autres produits chimiques. Un contact prolongé avec ces substances peut endommager le boîtier.

N'entreposez pas l'appareil dans un endroit où il est susceptible d'être exposé de manière prolongée à des températures extrêmes, au risque de provoquer des dommages irréversibles.

## Nettoyage de la montre

### ⚠ ATTENTION

Certains utilisateurs peuvent ressentir une irritation de la peau après avoir porté la montre pendant une longue période, surtout pour les personnes qui ont la peau sensible ou souffrent d'allergies. Si votre peau est irritée, retirez la montre et laissez à votre peau le temps de guérir. Pour éviter toute irritation de la peau, assurez-vous que votre montre est propre et sèche. Évitez de trop la serrer à votre poignet.

### AVIS

La moindre particule de sueur ou de moisissure peut entraîner la corrosion des contacts électriques lorsqu'ils sont connectés à un chargeur. La corrosion peut empêcher le chargement et le transfert de données.

<sup>1</sup> L'appareil résiste à une pression équivalant à 50 m de profondeur. Pour plus d'informations, rendez-vous sur [www.garmin.com/waterrating](http://www.garmin.com/waterrating).

**ASTUCE** : pour plus d'informations, consultez la page [www.garmin.com/fitandcare](http://www.garmin.com/fitandcare).

- 1 Rincez à l'eau ou utilisez un chiffon humide non pelucheux.
- 2 Laissez sécher la montre complètement.

## **Remplacement du bracelet**

Le bracelet réglable est conçu pour convenir aux enfants âgés de 6 ans et plus. La montre est compatible avec les bracelets de 20 mm. Vous pouvez contacter le service client Garmin® pour obtenir des informations sur les pièces de rechange.

# Mises à jour de la montre

## Centre d'assistance Garmin®

Rendez-vous sur [support.garmin.com](https://support.garmin.com) pour obtenir de l'aide et des informations, et accéder aux manuels des produits, aux questions fréquentes, à des vidéos et à l'assistance client.

## Mises à jour produit

La montre recherche automatiquement les mises à jour après la synchronisation avec Bluetooth® et pendant les heures de sommeil de votre enfant si le Wi-Fi® est disponible. Vous pouvez lancer une recherche de mises à jour manuellement dans les paramètres système (*Paramètres système, page 24*). Sur votre smartphone, installez l'application Garmin Jr.™. Sur votre ordinateur, installez Garmin Express™ ([www.garmin.com/express](https://www.garmin.com/express)).

Ceci vous permet d'accéder facilement aux services suivants pour les appareils Garmin® :

- Mises à jour logicielles
- Téléchargement de données sur Garmin Jr.
- Enregistrement du produit

## Configuration de Garmin Express™

- 1 Connectez l'appareil à votre ordinateur à l'aide d'un câble USB.
- 2 Rendez-vous sur [www.garmin.com/express](https://www.garmin.com/express).
- 3 Suivez les instructions présentées à l'écran.

## Informations complémentaires

- Rendez-vous sur [support.garmin.com](https://support.garmin.com) pour profiter d'autres manuels, articles et mises à jour logicielles.
- Rendez-vous sur le site [buy.garmin.com](https://buy.garmin.com) ou contactez votre revendeur Garmin® pour plus d'informations sur les accessoires en option et sur les pièces de rechange.

# Dépannage

## Redémarrage de la montre

Si la montre ne répond plus, il peut être nécessaire de la redémarrer. Ceci n'efface aucune donnée.

- 1 Maintenez enfoncé **(A)** jusqu'à ce que la montre affiche **▲**.  
vous devez maintenir enfoncé **(A)** pour éviter d'envoyer une alerte d'assistance (environ 10 secondes).
- 2 Relâchez le bouton **(A)**.  
La montre redémarre.

## Réinitialisation de tous les paramètres par défaut

Vous pouvez réinitialiser tous les paramètres de la montre tels qu'ils ont été configurés en usine. la réinitialisation de la montre efface également toutes les données, telles que les activités. Il est conseillé de synchroniser la montre avec l'application Garmin Jr.™ pour télécharger vos données d'activité avant la réinitialisation.

- 1 Appuyez sur **(A)**.
- 2 Sélectionnez **⚙ > Système > Infos produit > Réinitialiser > ✓**.

## Mon téléphone est-il compatible avec ma montre ?

La montre Bounce™ est compatible avec les téléphones utilisant la technologie Bluetooth.

Rendez-vous sur [www.garmin.com/ble-jr](http://www.garmin.com/ble-jr) pour plus d'informations sur la compatibilité Bluetooth.

## Mon téléphone ne se connecte pas à la montre

Si votre téléphone ne se connecte pas à la montre, vous pouvez essayer ces astuces.

- Éteignez votre smartphone et la montre, puis rallumez-les.
- Activez la technologie Bluetooth® sur votre téléphone.
- Installez la dernière version de l'application Garmin Jr.™.
- Supprimez la montre de l'application Garmin Jr. et des paramètres Bluetooth sur votre smartphone pour réessayer le couplage.
- Si vous avez acheté un nouveau smartphone, supprimez la montre de l'application Garmin Jr. sur votre ancien smartphone.
- Rapprochez votre téléphone à moins de 10 m (33 pieds) de la montre.
- Sur votre smartphone, ouvrez l'application Garmin Jr. et sélectionnez **••• > Coupler un nouvel appareil Garmin** pour passer en mode couplage.
- Sur le cadran de la montre, maintenez enfoncé le bouton **(B)**, puis sélectionnez **Synchroniser et coupler > Coupler**.

## Comment faire pour coupler une montre supplémentaire avec l'application Garmin Jr.™ ?

Si vous avez déjà couplé une montre avec l'application Garmin Jr., vous pouvez ajouter un enfant et une montre dans le menu Enfant. Vous pouvez coupler jusqu'à huit montres.

vous devez supprimer une montre d'un enfant avant d'ajouter une montre pour cet enfant.

- 1 Ouvrez l'application Garmin Jr..
- 2 Sélectionnez **Accueil > + > Ajouter un nouvel enfant ou appareil**.
- 3 Sélectionner une option :
  - Pour ajouter une montre pour un enfant existant, sélectionnez l'enfant.
  - Pour ajouter une montre pour un nouvel enfant, sélectionnez **Nouvel enfant**.
- 4 Suivez les instructions présentées à l'écran.

## Mon enfant peut-il envoyer des messages à d'autres enfants ?

Les autres enfants doivent être configurés en tant que contacts dans l'application Garmin Jr.™ (*Ajout de contacts de messagerie, page 8*).

## Localisation d'une montre égarée

Vous pouvez utiliser cette fonction pour localiser plus facilement une montre Bounce™ égarée qui se trouve à portée d'un smartphone couplé.

**ASTUCE :** si vous ne parvenez pas à trouver la montre à proximité, essayez d'afficher sa position actuelle (*Affichage de la position actuelle de votre enfant, page 19*).

- 1 Dans l'application Garmin Jr.™, sélectionnez **Accueil**.
- 2 Sélectionnez votre enfant, puis **Paramètres > Trouver ma montre**.  
Le smartphone commence à rechercher la montre Bounce couplée. La montre vibre et émet également un signal sonore si les sons sont activés (*Paramètres de son et de vibration, page 24*).
- 3 Appuyez sur **B** sur la montre pour arrêter la recherche.

## Suivi des activités

Pour en savoir plus sur la précision du suivi des activités, rendez-vous sur [garmin.com/ataccuracy](http://garmin.com/ataccuracy).

### Le nombre de mes pas semble erroné

Si le nombre de vos pas vous semble erroné, essayez de suivre les astuces ci-après.

- Rendez-vous sur [garmin.com/ataccuracy](http://garmin.com/ataccuracy).
- Portez la montre sur votre poignet non dominant.
- Placez votre montre dans l'une de vos poches lorsque vous utilisez activement vos mains ou vos bras uniquement.

**REMARQUE :** la montre peut interpréter certaines actions répétitives comme des pas, par exemple taper dans ses mains ou se laver les dents.

## Ma montre n'est pas dans la bonne langue

Vous devez modifier la langue de la montre dans l'application Garmin Jr.™.

- 1 Dans l'application Garmin Jr., sélectionnez **Accueil**, sélectionnez votre enfant, puis **Paramètres > Langue**.
- 2 Sélectionnez une langue.
- 3 Sélectionnez **✓**.

La langue de la montre est mise à jour la prochaine fois que la montre se synchronise avec l'application Garmin Jr..

## Optimisation de l'autonomie de la batterie

Vous pouvez prolonger la durée de vie de la pile de diverses manières.

- Réduisez la luminosité et la temporisation de l'affichage (*Paramètres d'affichage, page 24*).
- Désactivez les mouvements du poignet (*Paramètres d'affichage, page 24*).
- Réduisez le niveau de vibration (*Paramètres de son et de vibration, page 24*).

## Acquisition des signaux satellites

Pour acquérir des signaux satellites, la montre doit disposer d'une vue dégagée sur le ciel.

- 1 Placez-vous à l'extérieur dans une zone dégagée.  
Orientez la face avant de la montre vers le ciel.
- 2 Patientez pendant que la montre recherche des satellites.  
La procédure de recherche de signaux satellite peut prendre de 30 à 60 secondes.

## Amélioration de la réception satellite GPS

- Synchronisez régulièrement la montre avec l'application Garmin Jr.™ à l'aide de votre smartphone compatible Bluetooth®.
- Placez-vous à l'extérieur avec votre montre dans une zone dégagée et éloignée de tout bâtiment ou arbre.
- Restez immobile pendant quelques minutes.

## Ma montre n'affiche pas l'heure correcte

La montre met à jour la date et l'heure lorsqu'elle se synchronise avec un smartphone couplé ou lorsque la montre acquiert des signaux GPS. Vous devez synchroniser la montre pour afficher l'heure correcte lorsque vous changez de fuseau horaire et pour mettre à jour l'heure d'été.

- 1 Maintenez enfoncé le bouton **B** et sélectionnez **Synchroniser et coupler > Synchroniser**.

La synchronisation de l'heure entre la montre et le smartphone commence automatiquement.

- 2 Pour synchroniser l'heure en utilisant des signaux satellites, sortez dans un lieu disposant d'une vue dégagée du ciel, démarrez une activité et patientez pendant l'acquisition des signaux satellites par la montre.

© 2022 Garmin Ltd. ou ses filiales

Garmin®, le logo Garmin, Auto Lap® et Auto Pause® sont des marques commerciales de Garmin Ltd. ou de ses filiales, déposées aux États-Unis et dans d'autres pays. Bounce™, Connect IQ™, Garmin Connect™, Garmin Express™ et Garmin Jr.™ sont des marques commerciales de Garmin Ltd. ou de ses filiales. Ces marques commerciales ne peuvent pas être utilisées sans l'autorisation expresse de Garmin.

La marque et les logos Bluetooth® sont la propriété de Bluetooth SIG, Inc., et leur utilisation par Garmin est soumise à une licence. USB-C® est une marque commerciale déposée par USB Implementers Forum. Wi-Fi® est une marque déposée par Wi-Fi Alliance Corporation. Les autres marques et noms commerciaux sont la propriété de leurs détenteurs respectifs.

M/N: A03804