



[Base de connaissances](#) > [Montres Connectées](#) > [Dépannage et Informations - Reebok Pulse](#) > [Configuration & Appairage](#) > [Gérer les Paramètres Système de votre Reebok Pulse](#)

Gérer les Paramètres Système de votre Reebok Pulse

Inas Laghzaoui - 2025-08-20 - [Commentaire \(1\)](#) - [Configuration & Appairage](#)

Menu Système

Le menu système vous offre un contrôle complet sur le fonctionnement de votre montre. Depuis ici, vous pouvez redémarrer, éteindre ou réinitialiser entièrement votre Reebok Pulse.

Redémarrer votre montre

Sélectionnez **Redémarrer** pour rafraîchir rapidement votre montre.

C'est une manière sécuritaire de résoudre de petits problèmes ou d'améliorer les performances — **aucune donnée ne sera supprimée**.

Éteindre

Choisissez **Éteindre** pour éteindre complètement la montre.

Pour la rallumer, maintenez le bouton supérieur enfoncé pendant au moins 3 secondes.

Réinitialiser votre montre

Utilisez **Réinitialiser** pour effacer toutes les données et remettre la montre à ses paramètres d'usine.

Important : La réinitialisation supprimera toutes les informations personnelles et nécessitera de reconnecter la montre à votre téléphone.

Utilisez cette option seulement si :

- Vous rencontrez des problèmes persistants qui ne disparaissent pas après un redémarrage; ou
- Vous donnez la montre à quelqu'un d'autre.

Conseils

- Redémarrez votre montre occasionnellement si vous remarquez des lenteurs ou des problèmes de connexion.
- Évitez la réinitialisation sauf si c'est absolument nécessaire — toutes les données enregistrées seront effacées.
- Sauvegardez les informations importantes d'activité dans l'application **Reebok Connect** avant de réinitialiser.