



[Base de Conhecimento](#) > [Relógios Inteligentes](#) > [Informações e Solução de Problemas - Reebok Pulse](#) > [Configuração e Pareamento](#) > [Configurar Data e Hora no seu Reebok Pulse](#)

Configurar Data e Hora no seu Reebok Pulse

Inas Laghzaoui - 2025-08-20 - [Comentário \(1\)](#) - [Configuração e Pareamento](#)

Seu Reebok Pulse oferece opções flexíveis para manter a data e hora precisas, seja sincronizando automaticamente com seu telefone ou ajustando manualmente.

Sincronizar com o Telefone (Recomendado)

Por padrão, o relógio sincroniza automaticamente a data e a hora com o smartphone emparelhado através do app Reebok Connect. Isso garante:

- Atualizações instantâneas durante mudanças de horário de verão
- Ajustes automáticos ao viajar entre fusos horários

Opção de Relógio de 24 Horas

Você pode escolher o formato de hora que preferir:

- 12 horas (AM/PM)
- 24 horas (hora militar)
Altere entre os formatos a qualquer momento nas configurações do relógio.

Ajuste Manual de Data e Hora

Se preferir não sincronizar com o telefone, você pode configurar a data e hora manualmente diretamente no relógio.

Dicas

- Para a hora mais precisa, mantenha seu relógio conectado regularmente ao app.
- Ao viajar, sincronizar com o telefone atualizará automaticamente para a hora local.