



[Base de connaissances](#) > [Moto Watch 70](#) > [Dépannage et configuration](#) > [Dépannage : Suivi du Sommeil Non Fonctionnel sur le Moto Watch 70](#)

Dépannage : Suivi du Sommeil Non Fonctionnel sur le Moto Watch 70

Inas B. - 2025-10-08 - [Dépannage et configuration](#)

Si votre Moto Watch 70 ne suit pas correctement votre sommeil, suivez ces étapes :

1. Vérifiez la Position et l'Ajustement du Capteur

- **Port Correct:** Placez la montre au moins à un doigt sous l'os du poignet pour un bon contact avec la peau.
- **Ajustement:** Le bracelet doit être serré mais pas trop, pour que les capteurs restent en contact sans gêner la circulation.

2. Vérifiez que le Logiciel est à Jour

- **Mise à Jour de la Montre:** Faites glisser vers le bas depuis l'écran → Paramètres → À propos → Mise à jour du logiciel.
- **Mise à Jour de l'App:** Assurez-vous que l'application Moto Watch Lite est à jour sur l'App Store ou Google Play.

3. Redémarrez la Montre

- Maintenez le bouton physique enfoncé pendant 10 secondes pour redémarrer la montre.

4. Assurez-vous que le Mode Sommeil est Activé

- Le suivi du sommeil fonctionne automatiquement selon la fenêtre de sommeil définie dans l'application.
- Vérifiez que la période de sommeil est correctement configurée (par défaut : 00h00 à 08h00).

5. Nettoyez les Capteurs

- Essuyez l'arrière de la montre avec un chiffon doux et sec pour enlever la saleté ou les huiles.

6. Vérifiez les Interférences

- Les facteurs externes comme la lumière intense, les tatouages ou certaines conditions de la peau peuvent affecter les capteurs.

7. Synchronisez avec l'App

- Vérifiez si les données ont été synchronisées avec l'application.

- Si elles n'apparaissent pas, synchronisez manuellement en vous assurant que la connexion est stable.

8. Réinitialisation d'Usine (Dernier Recours)

- Si le problème persiste, effectuez une réinitialisation d'usine : Paramètres → Système → Réinitialiser.
- **Remarque :** Toutes les données seront effacées.

9. Contacter le Support

- Si le problème persiste, contactez notre équipe de support pour obtenir de l'aide.