

SUUNTO AMBIT2 R 2.0
UŽIVATELSKÁ PŘÍRUČKA


1 BEZPEČNOST	5
2 Ikony a segmenty displeje	7
3 Používání tlačítek	8
3.1 Používání podsvícení a zámku tlačítek	10
4 Začínáme	11
5 Přizpůsobení hodinek Suunto Ambit2 R	13
5.1 Připojení k webu Movescount	13
5.2 Aktualizace hodinek Suunto Ambit2 R	14
5.3 Vlastní sportovní režimy	15
5.4 Aplikace Suunto	17
5.5 Invertování displeje	18
5.6 Nastavení kontrastu displeje	19
6 Používání režimu Čas	21
6.1 Změna nastavení času	21
6.2 Používání GPS časomíry	26
7 Časovače	28
7.1 Aktivace stopek	28
7.2 Používání stopek	29
7.3 Odpočítávací měřič	30
8 Používání sportovních režimů	32
8.1 Sportovní režimy	32
8.2 Doplňkové možnosti ve sportovních režimech	33
8.3 Použití hrudního pásu	34
8.4 Nasazení hrudního pásu	36
8.5 Zahájení cvičení	37
8.6 V průběhu cvičení	39
8.6.1 Zaznamenávání dráhy	40
8.6.2 Vytváření kol	40


8.6.3 Záznam nadmořské výšky	41
8.6.4 Používání kompasu v průběhu cvičení	44
8.6.5 Použití intervalového měřiče	45
8.6.6 Navigování v průběhu cvičení	47
8.6.7 Hledání cesty zpět při cvičení	48
8.6.8 Používání funkce návrat zpět	50
8.6.9 Automatické přerušení	51
8.7 Zobrazení záznamníku po cvičení	52
8.7.1 Indikátor dostupné paměti	54
8.7.2 Dynamický souhrn cvičení	55
8.7.3 Doba zotavení	56
8.8 Použití plánovaných tras Move	57
9 FusedSpeed	60
10 Navigace	63
10.1 Používání GPS	63
10.1.1 Získání signálu GPS	63
10.1.2 GPS síť a formáty polohy	64
10.1.3 Přesnost GPS a úspora energie	66
10.2 Zjišťování aktuálního umístění	66
10.3 Navigace POI	67
10.3.1 Přidání aktuálního umístění jako místa zájmu (POI)	68
10.3.2 Navigování k místu zájmu (POI)	70
10.3.3 Odstranění místa zájmu (POI)	73
10.4 Navigace po trase	76
10.4.1 Přidání trasy	76
10.4.2 Navigování po trase	77
10.4.3 V průběhu navigace	81


10.4.4 Odstranění trasy	83
11 Používání 3D kompasu	84
11.1 Kalibrování kompasu	85
11.2 Nastavení hodnoty deklinace	86
11.3 Nastavení azimutu	88
12 Úprava nastavení	90
12.1 Menu servis	94
13 Párování zařízení POD / hrudního pásu	97
13.1 Použití zařízení Food POD	99
14 Ikony	102
15 Péče a údržba	105
15.1 Odolnost proti vodě	106
15.2 Nabíjení baterie	106
15.3 Výměna baterie v hrudním pásu	108
16 Technické parametry	109
16.1 Ochranná známka	110
16.2 Soulad s FCC	110
16.3 IC	111
16.4 CE	111
16.5 Copyright	111
16.6 Informace o patentech	112
16.7 Záruka	112
Index	117


1 BEZPEČNOST

Typy bezpečnostních opatření


 **UPOZORNĚNÍ:** - používá se ve spojitosti s postupem či situací, jež může vést k vážnému zranění či úmrtí.


 **POZOR:** - používá se ve spojitosti s postupem či situací, jež povede k poškození výrobku.

 **POZNÁMKA:** - používá se pro zvýraznění důležitých informací.


 **RADA:** - označuje extra tipy, jak používat různé funkce přístroje.

Bezpečnostní opatření

 **UPOZORNĚNÍ:** PŘESTOŽE JSOU NAŠE VÝROBKY V SOULADU S PRŮMYSLOVÝMI STANDARDY, MŮŽE PŘI KONTAKTU S POKOŽKOU DOJÍT K ALERGICKÉ REAKCI NEBO K PODRÁŽDĚNÍ POKOŽKY. V TAKOVÝCH PŘÍPADECH OKAMŽITĚ PŘESTAŇTE VÝROBEK POUŽÍVAT A KONTAKTUJTE LÉKAŘE.


 **UPOZORNĚNÍ:** PŘED ZAHÁJENÍM CVIČEBNÍHO PROGRAMU SE PORADTE SE SVÝM LÉKAŘEM. PŘETĚŽOVÁNÍ MŮŽE ZPŮSOBIT VÁŽNÉ PORANĚNÍ.

 UPOZORNĚNÍ: POUZE PRO REKREAČNÍ POUŽITÍ.

 UPOZORNĚNÍ: NESPOLÉHEJTE VÝHRADNĚ NA GPS NEBO ŽIVOTNOST BATERIE, VŽDY PRO ZAJIŠTĚNÍ SVÉ BEZPEČNOSTI POUŽÍVEJTE MAPU A DALŠÍ ZÁLOŽNÍ MATERIÁLY.

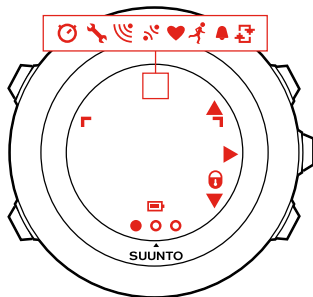
 POZOR: NA PRODUKT NEAPLIKUJTE ŽÁDNÁ ROZPOUŠTĚDLA, MOHOU POŠKODIT POVRCH.

 POZOR: NA PRODUKT NEAPLIKUJTE REPELENTY PROTI HMYZU, MOHOU POŠKODIT POVRCH.

 POZOR: NEODHAZUJTE PRODUKT DO KOMUNÁLNÍHO ODPADU. Z DŮVODU OCHRANY ŽIVOTNÍHO PROSTŘEDÍ S NÍM ZACHÁZEJTE JAKO S ELEKTRONICKÝM ODPADEM.

 POZOR: ZABRAŇTE ÚDERŮM NEBO PÁDU PŘÍSTROJE, ABY NEDOŠLO K POŠKOZENÍ.

2 IKONY A SEGMENTY DISPLEJE

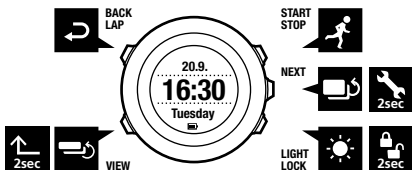


- | | |
|-----------------|-------------------|
| chronograph | interval timer |
| settings | button lock |
| signal strength | battery |
| pairing | current screen |
| heart rate | button indicators |
| sport mode | up / increase |
| alarm | next / confirm |
| | down / decrease |

Úplný seznam ikon hodinek Suunto Ambit2 R uvádí *14 Ikon*.

3 POUŽÍVÁNÍ TLAČÍTEK

Hodinky Suunto Ambit2 R mají pět tlačítek, jejichž prostřednictvím máte přístup ke všem funkcím.



[Start Stop]:

- otevření menu start,
- přerušeni nebo obnovení cvičení nebo časovače,
- přidržetím tlačítka se zastaví a uloží cvičení,
- zvýšení hodnoty nebo přechod v nastavení nahoru.

[Next]:

- přepínání mezi displeji,
- přidržetím tlačítka se otevře/ukončí menu možností,
- přidržetím tlačítka ve sportovních režimech se otevře/ukončí menu možností,
- potvrzení nastavení.

[Light Lock]:


- aktivace podsvícení,
- přidržetím tlačítka se zamknou nebo odemknou tlačítka,
- snížení hodnoty nebo přechod v nastavení dolů.

[View]:

- změna zobrazení v režimu **TIME** (čas) a v průběhu cvičení,
- přidržením se přepíná mezi světlým a tmavým displejem,
- přidržením se otevírají kontextové zkratky (viz níže).

[Back Lap]:

- návrat na předchozí krok,
- přidání kola v průběhu cvičení.


 **RADA:** *Při změnách hodnot můžete zvýšit rychlost přidržením tlačítka [Start Stop] nebo [Light Lock] tak dlouho, dokud se hodnoty nezačnou pohybovat rychleji.*

Definování zkratk

Ve výchozím nastavení přidržením tlačítka [View] v režimu **ČAS** přepínáte mezi světlým a tmavým displejem. Účinek tohoto tlačítka můžete změnit na otevření konkrétního menu.

Definování zkratky:

1. Otevřete menu možností podržením stisknutého tlačítka [Next].
2. Vyhledejte položku menu, k níž chcete vytvořit zkratku.
3. Přidržením tlačítka [View] vytvoříte zkratku.

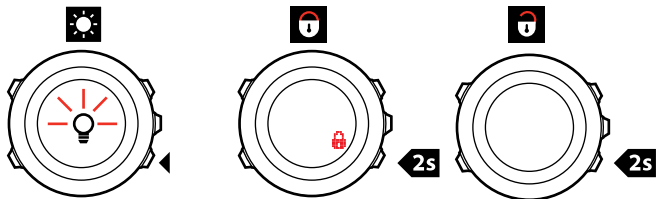
 **POZNÁMKA:** *Zkratky není možné vytvářet ke všem možným položkám menu, například k jednotlivým záznamům.*

V ostatních režimech se přidržením tlačítka [View] otevřou předdefinované zkratky. Když je například aktivní kompas, dostanete se přidržením tlačítka [View] do nastavení kompasu.

3.1 Používání podsvícení a zámku tlačítek

Podsvícení se aktivuje stisknutím tlačítka [Light Lock]. Chování podsvícení můžete změnit v nastavení hodinek v části **GENERAL (OBECNÉ) / Tones/display (Tóny/displej) / Backlight (Podsvícení)**.

Přidržením tlačítka [Light Lock] se zamykají a odemykají tlačítka. Chování zámku tlačítek můžete změnit v nastavení hodinek v části **GENERAL (OBECNÉ) / Tones/display (Tóny/displej) / Button lock (Zámek tlačítek)**.



ⓘ RADA: Pro sportovní režimy zvolte nastavení zámku tlačítek **Actions only (Pouze akce)**. Předejdete tak nechtěnému spuštění nebo zastavení záznamu cvičení. I když jsou tlačítka [Back Lap] a [Start Stop] zamknutá, můžete aktivovat podsvícení stisknutím [Light Lock], přepínat displeje stisknutím [Next] a měnit zobrazení stisknutím [View].

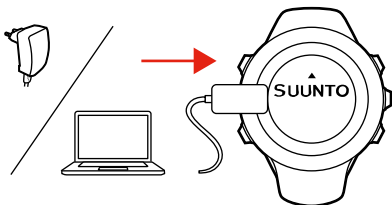
4 ZAČÍNÁME

Vaše hodinky Suunto Ambit2 R se po připojení k počítači nebo k USB nabíječe pomocí dodaného USB kabelu automaticky probudí.

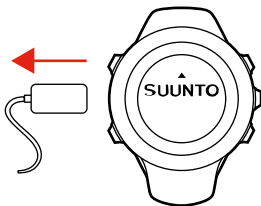
Úplné nabití baterie trvá přibližně 2–3 hodiny. Když je připojen USB kabel, tlačítka jsou zamčena.

Zahájení používání hodinek:

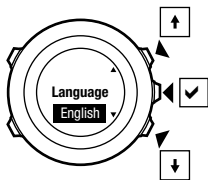
1.



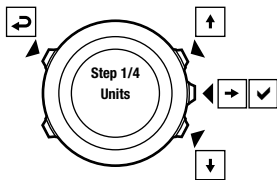
2.



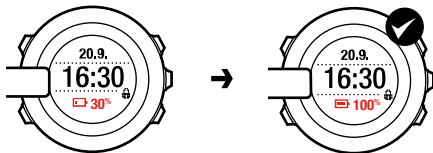
3.



4.




5.



5 PŘÍZPŮSOBNÍ HODINEK SUUNTO AMBIT2 R

5.1 Připojení k webu Movescount

<http://www.movescount.com/> je váš bezplatný osobní deník a online sportovní komunita, která vám nabízí bohatou škálu nástrojů pro správu vašich každodenních aktivit a pro vytváření poutavých příběhů o vašem cvičení. Movescount umožňuje přenášet vaše záznamy cvičení z hodinek Suunto Ambit2 R na web Movescount a přizpůsobovat hodinky podle vašich požadavků.

 **RADA:** Připojte se k webu Movescount a získajte nejnovější software pro hodinky Suunto Ambit2 R, pokud je taková aktualizace k dispozici.

Začněte nainstalováním aplikace Moveslink:


1. Otevřete www.movescount.com/moveslink.
2. Stáhněte, nainstalujte a aktivujte nejnovější verzi Moveslink.

1.



2.

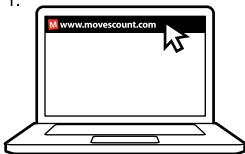


 **POZNÁMKA:** Je-li Moveslink aktivní, na displeji počítače se zobrazí ikona Moveslink.

Postup registrace pro web Movescount:


1. Otevřete web www.movescount.com.
2. Vytvořte si účet.

1.




2.



 **POZNÁMKA:** Při prvním připojení hodinek Suunto Ambit2 R k webu Movescount.com se všechny informace (včetně nastavení hodinek) přenesou z hodinek na váš účet Movescount. Při přích tím připojení hodinek Suunto Ambit2 R k účtu Movescount budou synchronizovány změny v nastavení a sportovních režimech provedené na webu Movescount a v hodinkách.


5.2 Aktualizace hodinek Suunto Ambit2 R

Na webu Movescount můžete automaticky aktualizovat software hodinek Suunto Ambit2 R.

 **POZNÁMKA:** Když aktualizujete software hodinek Suunto Ambit2 R, všechny existující záznamy se automaticky přesunou na web Movescount a budou z hodinek odstraněny.

Postup aktualizace softwaru hodinek Suunto Ambit2 R:

1. Otevřete www.movescount.com/moveslink a nainstalujte aplikaci Moveslink.
2. Připojte hodinky Suunto Ambit2 R k počítači USB kabelem Suunto. Aplikace Moveslink automaticky zkontroluje aktualizace softwaru. Je-li k dispozici aktualizace, provede se aktualizace hodinek.

 **POZNÁMKA:** Aplikaci Moveslink můžete používat bez registrace na Movescount. Služba Movescount však výrazně rozšíří je použitelnost, přizpůsobení a možnosti nastavení hodinek Suunto Ambit2 R. Rovněž vizualizuje zaznamenané trasy a další data z vašich aktivit. Doporučujeme proto vytvořit účet Movescount, jenž umožní plně využít potenciál hodinek.

5.3 Vlastní sportovní režimy

Kromě výchozích sportovních režimů uložených v hodinkách můžete na webu Movescount vytvářet a upravovat vlastní sportovní režimy.

Vlastní sportovní režim může obsahovat 1 až 8 různých displejů sportovních režimů. Z rozsáhlého seznamu můžete vybrat, která data se budou na jednotlivých displejích zobrazovat. Můžete přizpůsobit například limity tepové frekvence pro různé sporty,

vzdálenost automatického kola nebo frekvenci zaznamenávání z důvodu optimalizace přesnosti měření a výdrže baterie.

Jakýkoli sportovní režim s aktivovaným GPS může též využít možnost Rychlá navigace. Ve výchozím nastavení je tato možnost deaktivovaná. Když vyberete možnost POI nebo Route (Trasa), zobrazí se na začátku cvičení seznam bodů POI či tras definovaných v hodinkách.

Do hodinek Suunto Ambit2 R můžete přesunout až 10 různých sportovních režimů vytvořených na webu Movescount. Vždy může být aktivní pouze jeden sportovní režim.

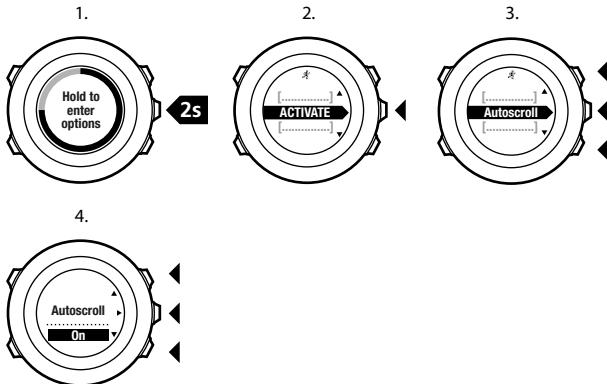
 **RADA:** Na webu Movescount můžete upravit i výchozí sportovní režimy.

Funkce **Autoscroll** (Autom. posuv) umožňuje nastavit v hodinkách automatické posouvání displejů sportovního režimu. Funkce se aktivuje a prodleva zobrazení jednotlivých displejů definuje ve vlastním sportovním režimu na webu Movescount. Funkci **Autoscroll** (Autom. posuv) můžete zapnout či vypnout v průběhu cvičení, aniž by byla změněna nastavení provedená na webu Movescount.

Postup zapnutí/vypnutí funkce **Autoscroll** (Autom. posuv) v průběhu cvičení:

1. Ve sportovním režimu otevřete menu možností přidržením stisknutého tlačítka [Next].
2. Tlačítkem [Light Lock] vyberte položku **ACTIVATE** (Aktivovat) a zvolte ji stisknutím [Next].

3. Tlačítkem [Start Stop] vyberte položku **Autoscroll** (Autom. posuv) a zvolte ji stisknutím [Next].
4. Stisknutím tlačítka [Start Stop] nebo [Light Lock] nastavte funkci **Autoscroll** (Autom. posuv) na hodnotu **On/Off** (Zapnuto/Vypnuto) a potvrďte tlačítkem [Next].



5.4 Aplikace Suunto

Aplikace Suunto umožňují další přizpůsobení hodinek Suunto Ambit2 R. Navštivte sekci Suunto App Zone na webu Movescount. Najdete zde aplikace, jako jsou různé měřiče a počítadla, které jsou k dispozici pro vaše hodinky. Nemůžete-li najít to, co potřebujete, vytvořte si pomocí nástroje Suunto App Designer vlastní aplikaci.

Můžete vytvořit například aplikaci pro odhad výsledku maratону nebo výpočet sklonu svahu na lyžařské trase.

Postup přidání aplikace Suunto do hodinek Suunto Ambit2 R:

1. Přejděte na webu Movescount do části **PLÁNOVAT A VYTVOŘIT** a zvolte možnost **App Zone**. Nyní můžete procházet existující aplikace Suunto. Chcete-li vytvořit vlastní aplikaci, vyberte v části **PLÁNOVAT A VYTVOŘIT** ve svém profilu možnost **App Designer**.
2. Přidejte aplikaci Suunto do vlastního sportovního režimu. Připojte hodinky Suunto Ambit2 R k účtu Movescount a synchronizujte aplikaci Suunto do hodinek. Přidaná aplikace Suunto zobrazí výsledek výpočtu v průběhu cvičení.

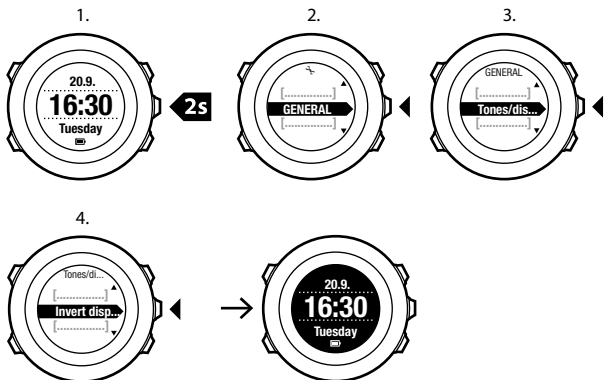
 **POZNÁMKA:** Do každého sportovního režimu můžete přidat až pět aplikací Suunto.


5.5 Invertování displeje

Displej přístroje Suunto Ambit2 R můžete invertovat ze světlého na tmavý a obráceně.

Postup invertování displeje v nastaveních:

1. Menu možností otevřete přidržením stisknutého tlačítka [Next].
2. Stisknutím [Next] otevřete položku nastavení **GENERAL** (Obecné).
3. Stisknutím [Next] otevřete **Tones/display** (Tóny/displej).
4. Tlačítkem [Start Stop] vyhledejte položku **Invert display** (Invertovat displej) a potvrďte ji stisknutím [Next].



 **RADA:** Displej hodinek Suunto Ambit2 R můžete invertovat i přidržetím tlačítka [View] v režimu **TIME** (Čas), ve sportovním režimu, při navigaci nebo při používání stopek a časovačů.

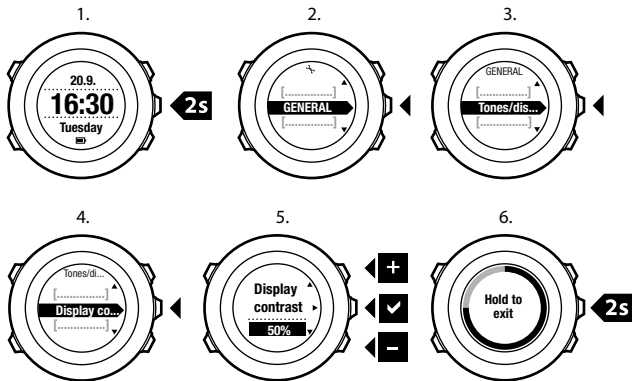
5.6 Nastavení kontrastu displeje

Kontrast displeje hodinek Suunto Ambit2 R můžete zvýšit nebo snížit.

Postup úpravy kontrastu displeje v nastaveních:

1. Otevřete menu možností podržením stisknutého tlačítka [Next].
2. Stisknutím [Next] otevřete položku nastavení **GENERAL** (Obecné).

3. Stisknutím [Next] otevřete **Tones/display** (Tóny/displej).
4. Tlačítkem [Light Lock] vyberte položku **Display contrast** (Kontrast displeje) a otevřete ji stisknutím [Next].
5. Tlačítkem [Start Stop] kontrast zvýšíte, tlačítkem [Light Lock] jej snížíte.
6. Tlačítkem [Back Lap] se vraťte do nastavení nebo podržte stisknuté [Next], chcete-li menu nastavení opustit.



6 POUŽÍVÁNÍ REŽIMU ČAS

Režim **TIME** (Čas) zobrazuje následující informace:

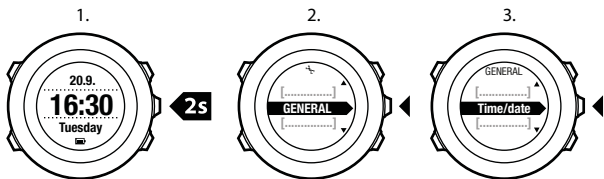
- horní řádek: datum
- střední řádek: čas
- dolní řádek: tlačítkem [View] přepínáte mezi dny v týdnu, sekundami, duálním časem a dalšími informacemi.



6.1 Změna nastavení času

Postup otevření nastavení času:

1. Menu možností otevřete přidržením stisknutého tlačítka [Next].
2. Stisknutím [Next] otevřete položku **GENERAL** (obecné).
3. Tlačítkem [Start Stop] vyberte položku **Time/date** (Čas/datum) a otevřete ji stisknutím [Next].

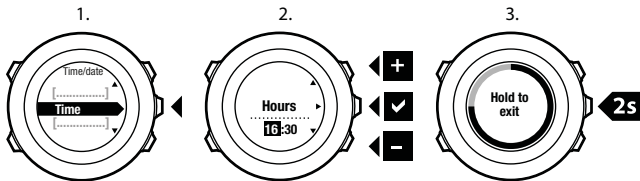


Nastavení času

V režimu displeje **TIME** (Čas) je aktuální čas zobrazen ve středním řádku.

Postup nastavení času:

1. V menu možností otevřete položku **GENERAL** (obecné), potom **Time/date** (Čas/datum) a **Time** (Čas).
2. Tlačítka [Start Stop] a [Light Lock] změníte hodnoty hodin a minut. Potvrďte tlačítkem [Next].
3. Tlačítkem [Back Lap] se vraťte do nastavení nebo podržte tlačítko [Next], chcete-li menu nastavení opustit.

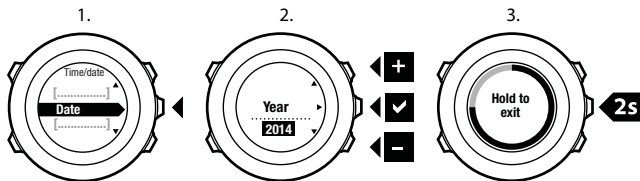


Nastavení data

V režimu displeje **TIME** (Čas) je aktuální datum zobrazeno v horním řádku.

Postup nastavení data:

1. V menu možností otevřete položku **GENERAL** (obecné), potom **Time/date** (Čas/datum) a **Date** (Datum).
2. Tlačítka [Start Stop] a [Light Lock] změníte rok, měsíc a den. Potvrďte tlačítkem [Next].
3. Tlačítkem [Back Lap] se vraťte do nastavení nebo přidržte tlačítko [Next], chcete-li menu nastavení opustit.



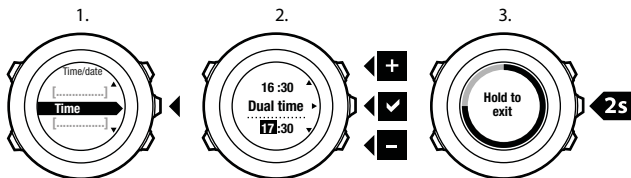
Nastavení duálního času

Duální čas umožňuje udržovat přehled o aktuálním čase v druhém časovém pásmu, například při cestování. V režimu displeje **TIME** (Čas) je duální čas zobrazen ve spodním řádku a můžete jej otevřít stisknutím [View].

Postup nastavení duálního času:

1. V menu možností otevřete položku **GENERAL** (obecné), potom **Time/date** (Čas/datum) a **Dual time** (Duální čas).

2. Tlačítka [Start Stop] a [Light Lock] změníte hodnoty hodin a minut. Potvrďte tlačítkem [Next].
3. Tlačítkem [Back Lap] se vraťte do nastavení nebo přidržte tlačítko [Next], chcete-li menu nastavení opustit.

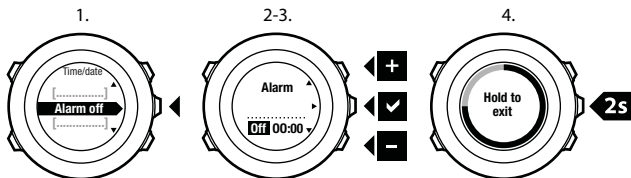


Nastavení budíku

Hodinky Suunto Ambit2 R můžete používat jako budík.

Postup přístupu k budíku a nastavení buzení:

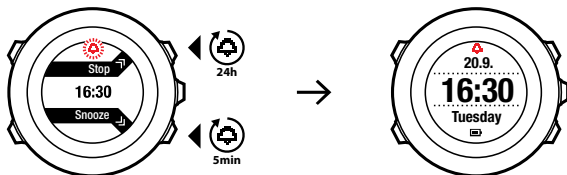
1. V menu možností otevřete položku **GENERAL** (Obecné), potom **Time/date** (Čas/datum) a **Alarm** (Budík).
2. Tlačítka [Start Stop] a [Light Lock] zapněte nebo vypněte budík. Potvrďte tlačítkem [Next].
3. Tlačítka [Start Stop] a [Light Lock] nastavte hodiny a minuty. Potvrďte tlačítkem [Next].
4. Tlačítkem [Back Lap] se vraťte do nastavení nebo přidržte tlačítko [Next], chcete-li menu nastavení opustit.



Je-li budík zapnutý, zobrazí se ve většině displejů symbol budíku.

Začne-li budík vyzvánět, můžete:


- Stisknutím [Light Lock] zvolte **Snooze** (Odložit). Buzení se zastaví a obnoví se každých 5 minut, dokud jej nevypnete. Budík můžete odložit až 12krát, v součtu až o 1 hodinu.
- Stisknutím [Start Stop] zvolte **Stop**. Buzení se zastaví a znovu se spustí příští den ve stejnou dobu, až do té doby, kdy v nastaveních budík nevypnete.




POZNÁMKA: Je-li aktivováno odložené buzení, v režimu **TIME** (ČAS) bliká symbol budíku.

6.2 Používání GPS časomíry

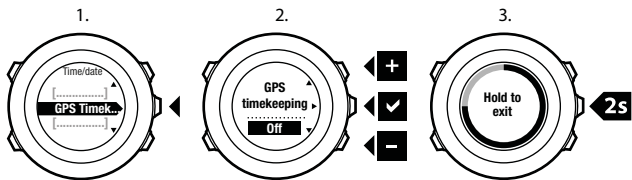
GPS časomíra opravuje odchylku mezi hodinkami Suunto Ambit2 R a časem dle GPS. GPS časomíra opravuje čas automaticky jednou denně nebo po manuálním nastavení času. Opravuje se i duální čas.

 **POZNÁMKA:** *GPS časomíra opravuje minuty a sekundy, ale ne hodiny.*

 **POZNÁMKA:** *GPS časomíra opravuje čas přesně, pokud se odlišuje o méně než 7,5 minuty. Pokud je odchylka času větší, GPS časomíra ji opraví na nejbližších 15 minut.*

GPS časomíra je aktivována automaticky. Postup jejího deaktivování:

1. V menu možností otevřete položku **GENERAL (Obecné)**, potom **Time/date (Čas/datum)** a **GPS timekeeping (GPS časomíra)**.
2. Tlačítka [Start Stop] a [Light Lock] zapněte nebo vypněte GPS časomíru. Potvrďte tlačítkem [Next].
3. Tlačítkem [Back Lap] se vraťte do nastavení nebo podržte stisknuté [Next], chcete-li menu nastavení opustit.



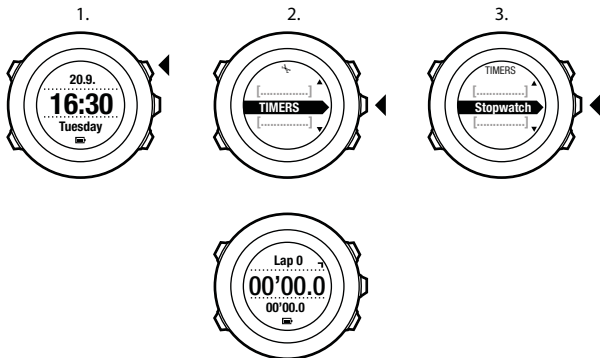
7 ČASOVAČE

7.1 Aktivace stopek

Stopky umožňují měřit čas bez zahájení cvičení. Po aktivaci se stopky zobrazí jako další displej v režimu ČAS.

Postup aktivace/deaktivace stopek:

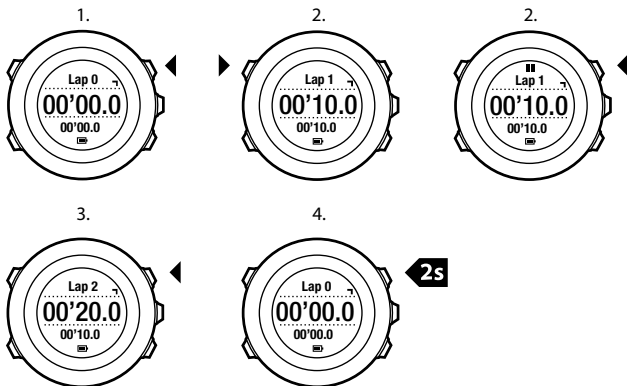
1. Stisknutím [Start Stop] otevřete menu start.
2. Tlačítkem [Light Lock] vyberte položku **TIMERS** (Časovače) a otevřete ji stisknutím [Next].
3. Stisknutím [Next] zvolte **Stopwatch** (Stopky).



7.2 Používání stopek

Postup použití stopek:

1. Chcete-li začít měřit čas, stiskněte na displeji stopek tlačítko [Start Stop].
2. Stisknutím [Back Lap] změříte mezičas, stisknutím [Start Stop] stopy zastavíte. Chcete-li zobrazit mezičasy, stiskněte při zastaveném měření tlačítko [Back Lap].
3. Pokračujte stisknutím [Start Stop].
4. Chcete-li čas vynulovat, přidržte při zastaveném měření času tlačítko [Start Stop].



Při běhu stopek můžete:

- stisknutím [View] přepínat mezi časem a mezičasem zobrazeným ve spodním řádku displeje.
- tlačítkem [Next] přepnout do režimu **TIME** (čas).
- přidržením tlačítka [Next] otevřít menu možností.

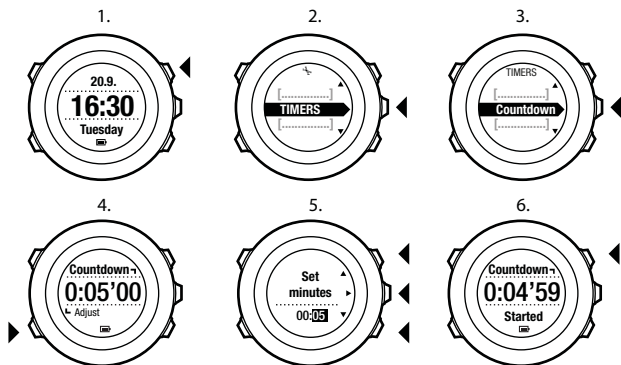
7.3 Odpočítávací měřič

Můžete nastavit počítadlo, které odpočítává čas od nastavené hodnoty směrem k nule. Po aktivaci se odpočítávací měřič zobrazí jako další displej za režimem **TIME** (ČAS).

Po každé z posledních 10 sekund odpočtu přístroj krátce pípne a po dosažení nuly zazní alarm.


Postup nastavení času odpočítávání:

1. Stisknutím [Start Stop] otevřete menu start.
2. Tlačítkem [Light Lock] vyberte položku **TIMERS** (Časovače) a zvolte ji stisknutím [Next].
3. Tlačítkem [Light Lock] vyberte položku **Countdown** (Odpočítávání) a zvolte ji stisknutím [Next].
4. Stisknutím [View] upravte čas odpočítávání.
5. Tlačítky [Start Stop] a [Light Lock] nastavte hodiny a minuty. Potvrďte tlačítkem [Next].
6. Stisknutím [Start Stop] spusťte odpočítávání.



Hodinu po zastavení odpočítávání displej odpočítávacího měřiče zmizí.

Chcete-li měřič deaktivovat, otevřete v menu start **TIMERS** (ČASOVAČE) a zvolte položku **END countdown** (UKONČIT odpočítávání).

 **RADA:** *Odpočítávání můžete přerušit/obnovit stisknutím tlačítka [Start Stop].*

8 POUŽÍVÁNÍ SPORTOVNÍCH REŽIMŮ

Sportovní režimy používejte pro zaznamenání cvičení a zobrazení různých informací v průběhu cvičení.


Ke sportovním režimům máte přístup po stisknutí [Start Stop] v režimu **TIME** (Čas).



8.1 Sportovní režimy

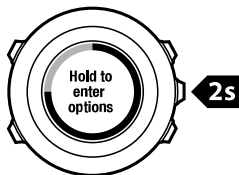
Z předem definovaných sportovních režimů můžete vybrat vhodný sportovní režim. V závislosti na sportu se na displeji v průběhu cvičení zobrazí různé informace. Například: sportovní režim specifikuje, zda bude pro měření rychlosti použita funkce FusedSpeed™ nebo pouze obyčejné GPS. (Další informace uvádí *9 FusedSpeed*.) Zvolený sportovní režim rovněž ovlivní nastavení cvičení, jako jsou limity tepové frekvence, vzdálenost automatického kola a frekvence zaznamenávání.

Na webu Movescount můžete vytvořit další vlastní sportovní režimy, upravit předem definované sportovní režimy a stáhnout je do hodinek.

 **RADA:** Chcete-li se rychle vydat na běh s navigací, zvolte výchozí sportovní režim **RUN A ROUTE** (Běh trasy) nebo **RUN A POI** (Běh k POI). Tak se okamžitě dostanete k seznamu tras/POI v hodinkách. Z nich si pak můžete vybrat pro svůj běh.

8.2 Doplnkové možnosti ve sportovních režimech

Podržíte-li ve sportovním režimu stisknuté tlačítko [Next], otevřou se doplňkové možnosti, které budou použity v průběhu cvičení:



- Zvolte **NAVIGATION** (Navigace) a vyberte jednu z následujících možností:
 - Chcete-li se vrátit na jakékoli místo vašeho cvičení, zvolte **Track back** (Návrat zpět).
 - Chcete-li navigovat zpět na start vašeho cvičení, zvolte **Find back** (Cesta zpět).
 - Zvolením položky **Location** (Umístění) zjistíte souřadnice aktuální polohy, kterou můžete též uložit jako POI.

- Po zvolení **POIs (Points of interest)** (POI – Místa zájmu) můžete zahájit navigaci k místu zájmu.
- Pro navigaci po trase zvolte **Routes** (Trasy).
- Zvolte **Logbook (Záznamník)** pro navigaci po trase uložené v jednom z protokolů obsahujícího GPS data.
- Pro zapnutí nebo vypnutí následujících funkcí zvolte **ACTIVATE** (Aktivovat):
 - Intervalový měřič aktivujte/deaktivujte zvolením položky **Interval off/on** (Interval vyp/zap). Intervalový měřič je možné přidat do vlastního sportovního režimu na webu Movescount. Další informace uvádí *8.6.5 Použití intervalového měřiče*.
 - Pro aktivaci nebo deaktivaci automatického přerušení zvolte **Autopause off/on** (Autom. přerušení vyp/zap).
 - Pro aktivaci nebo deaktivaci automatického posouvání zvolte **Autoscroll off/on** (Autom. posuv vyp/zap).
 - Pro zapnutí nebo vypnutí limitů tepové frekvence zvolte **HR limits off/on** (Limity tepové frekvence vyp/zap). Hodnoty limitů tepové frekvence můžete specifikovat na webu Movescount.
 - Kompas aktivujte/deaktivujte zvolením **Compass off/on** (Kompas vyp/zap). Je-li kompas aktivován v průběhu cvičení, zobrazí se jako další displej za sportovním režimem.

8.3 Použití hrudního pásu

V průběhu cvičení je možné používat hrudní pás. Pokud používáte hrudní pás, hodinky Suunto Ambit2 R poskytují více informací o vašich aktivitách.

Použití hrudního pásu umožňuje při cvičení zobrazit následující doplňkové informace:

- tepová frekvence v reálném čase,
- průměrná tepová frekvence v reálném čase,
- graf tepové frekvence,
- kalorie spálené při cvičení,
- průvodce cvičením v rámci definovaných limitů tepové frekvence,
- maximální tréninkový efekt.

Použití hrudního pásu umožňuje po cvičení zobrazit následující doplňkové informace:

- kalorie spálené při cvičení,
- průměrná tepová frekvence,
- maximální tepová frekvence,
- doba zotavení.

Řešení problémů: Není signál tepové frekvence.

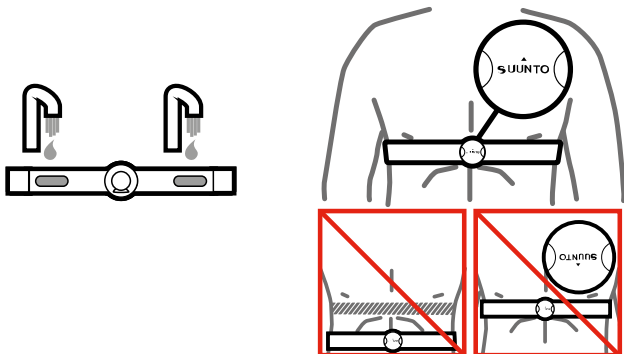
Pokud ztratíte signál z hrudního pásu, zkuste následující:


- Ověřte, že máte hrudní pás správně nasazen (viz *8.4 Nasazení hrudního pásu*).
- Ověřte, že plochy elektrod hrudního pásu jsou navlhčené.
- Pokud problém přetrvává, vyměňte baterii v hrudním pásu.
- Znovu spárujte hrudní pás s hodinkami (viz *13 Párování zařízení POD hrudního pásu*).
- Textilní popruh hrudního pásu pravidelně perte.


8.4 Nasazení hrudního pásu


 **POZNÁMKA:** Hodinky Suunto Ambit2 R jsou kompatibilní s hrudním pásem Suunto ANT Comfort Belt.

Nastavte délku popruhu tak, aby byl hrudní pás těsný, ale přesto pohodlný. Navlhčete kontaktní plochy vodou nebo gelem a hrudní pás si nasadte. Ujistěte se, že je hrudní pás umístěn uprostřed hrudníku a že červená šipka směřuje nahoru.



 **UPOZORNĚNÍ:** *Osoby s kardiostimulátorem, defibrilátorem nebo jiným implantovaným elektronickým zařízením používají hrudní pás na vlastní nebezpečí. Než začnete používat hrudní pás poprvé, doporučujeme provést testy pod dohledem lékaře. To zajistí bezpečnost a spolehlivost při současném používání kardiostimulátoru a hrudního pásu. Cvičení může představovat určité riziko, především pro osoby, které byly neaktivní. Doporučujeme se před zahájením pravidelného cvičebního programu poradit s lékařem.*

 **POZNÁMKA:** *Hodinky Suunto Ambit2 R nemohou přijímat signály hrudního pásu pod vodou.*

 **RADA:** *Hrudní pás pravidelně perte, předejete tak nežádoucímu zápachu a zajistíte funkčnost a dobrou kvalitu měřených údajů. Perte pouze textilní popruh.*

Hodinky Suunto Ambit2 R podporují hrudní pásy kompatibilní se standardem ANT+™ a některá zařízení POD. Seznam kompatibilních výrobků vyhovujících standardu ANT+ najdete na www.thisisant.com/directory.

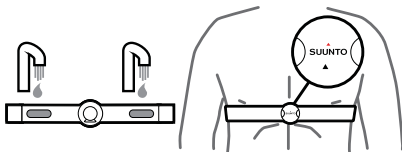
8.5 Zahájení cvičení

Postup při zahájení cvičení:

1. Navlhčete kontaktní plochy a nasadte si hrudní pás (volitelně).
2. Stisknutím [Start Stop] otevřete menu start.

3. Stisknutím [Next] otevřete položku **EXERCISE** (Cvičení).
4. Tlačítka [Start Stop] a [Light Lock] procházejte možnostmi sportovního režimu a tlačítkem [Next] vyberte vhodný režim.
5. Pokud zvolený sportovní režim používá hrudní pás, hodinky začnou automaticky vyhledávat signál z hrudního pásu. Počkejte, dokud hodinky neoznámí nalezení signálu hrudního pásu/GPS, nebo stisknutím [Start Stop] zvolte **Later** (Později). Hodinky pokračují ve vyhledávání signálu z hrudního pásu/GPS.
Po nalezení signálu hrudního pásu /GPS začnou hodinky zobrazovat a zaznamenávat data tepové frekvence / GPS.
6. Stisknutím [Start Stop] zahájíte záznam cvičení. Pro otevření menu možností podržte stisknuté tlačítko [Next] (viz *8.2 Doplnkové možnosti ve sportovních režimech*).

(1.)



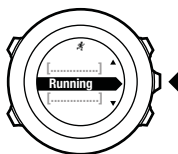
2.



3.



4.



5.



6.



8.6 V průběhu cvičení

Hodinky Suunto Ambit2 R poskytují v průběhu cvičení doplňkové informace. Tyto doplňkové informace se liší v závislosti na zvoleném

sportovním režimu, viz . Více informací získáte, pokud při cvičení použijete hrudní pás a GPS.

V hodinkách Suunto Ambit2 R můžete definovat, jaké informace chcete na displeji zobrazit. Další informace o přizpůsobení displejů uvádí .

Zde jsou některé nápady, jak hodinky v průběhu cvičení používat:

- Stisknutím [Next] zobrazíte další displeje.
- Stisknutím [View] zobrazíte další zobrazení.
- Chcete-li zabránit nechtěnému zastavení záznamu cvičení nebo vytvoření mezičasů, zamkněte tlačítka podržením stisknutého [Light Lock].
- Stisknutím [Start Stop] zaznamenávání přerušíte. Přerušení bude v protokolu označeno jako značka mezičasu. Pro obnovení záznamu znovu stiskněte [Start Stop].

8.6.1 Zaznamenávání dráhy

V závislosti na zvoleném sportovním režimu hodinky Suunto Ambit2 R umožňují v průběhu cvičení zaznamenávat různé informace.

Pokud při zaznamenávání protokolu používáte GPS, hodinky Suunto Ambit2 R zaznamenají rovněž vaši dráhu, kterou pak můžete zobrazit na webu Movescount. Při zaznamenávání dráhy je v horní části displeje zobrazena ikona zaznamenávání a ikona GPS.

8.6.2 Vytváření kol

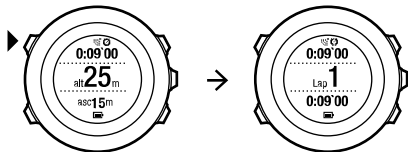
V průběhu cvičení můžete vytvářet kola buď manuálně nebo automaticky nastavením intervalu automatických kol na webu Movescount. Když nastavíte automatické vytváření kol, hodinky


Suunto Ambit2 R zaznamenávají kola na základě vzdálenosti specifikované na webu Movescount.

Chcete-li vytvářet kola manuálně, stiskněte při cvičení tlačítko [Back Lap].

Hodinky Suunto Ambit2 R zobrazí tyto informace:

- horní řádek: mezičas (doba od začátku záznamu)
- střední řádek: číslo kola
- dolní řádek: čas kola



 **POZNÁMKA:** Souhrn cvičení zobrazuje nejméně jedno kolo, což je vaše cvičení od začátku do konce. Kola vytvořená v průběhu cvičení jsou zobrazena jako dodatečná kola.

8.6.3 Záznam nadmořské výšky

Hodinky Suunto Ambit2 R ukládají všechny změny nadmořské výšky mezi začátkem a koncem záznamu. Pokud provádíte aktivitu, při které se mění nadmořská výška, můžete zaznamenávat změny nadmořské výšky a později si uložené informace prohlédnout.

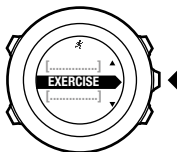
Postup záznamu nadmořské výšky:

1. Stisknutím [Start Stop] otevřete menu start.
2. Stisknutím [Next] zvolte položku **EXERCISE** (Cvičení).
3. Tlačítka [Start Stop] a [Light Lock] procházejte sportovními režimy a tlačítkem [Next] vyberte vhodný režim.
4. Počkejte, dokud hodinky neoznámí nalezení signálu hrudního pásu/GPS, nebo stisknutím [Start Stop] zvolte **Later** (Později).
Hodinky pokračují ve vyhledávání signálu z hrudního pásu/GPS.
Stisknutím [Start Stop] zahájíte záznam.

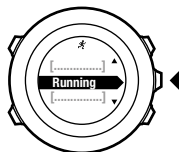
1.– 2.



3.




4.



5.



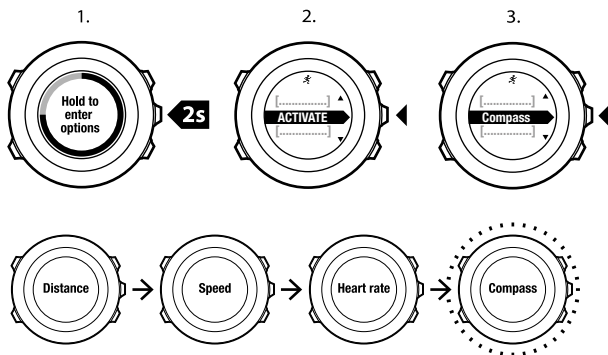
 **POZNÁMKA:** Hodinky Suunto Ambit2 R používají pro měření nadmořské výšky GPS.

8.6.4 Používání kompasu v průběhu cvičení

V průběhu cvičení můžete aktivovat kompas a přidat jej do vlastního sportovního režimu.

Postup používání kompasu v průběhu cvičení:

1. Ve sportovním režimu otevřete menu možností přidržím stisknutého tlačítka [Next].
2. Tlačítkem [Light Lock] vyberte položku **ACTIVATE** (Aktivovat) a zvolte ji stisknutím [Next].
3. Tlačítkem [Light Lock] vyberte položku **Compass** (Kompas) a zvolte ji stisknutím [Next].
4. Kompas se zobrazí jako poslední displej vlastního sportovního režimu.




Chcete-li kompas deaktivovat, vraťte se v menu možností zpět k položce **ACTIVATE** (Aktivovat) a zvolte možnost **End compass** (Ukončit kompas).

8.6.5 Použití intervalového měřiče

Na webu Movescount můžete intervalový měřič přidat do každého vlastního sportovního režimu. Chcete-li přidat intervalový měřič do sportovního režimu, zvolte sportovní režim a otevřete **Advanced settings (Pokročilá nastavení)**. Při příštím připojení hodinek Suunto Ambit2 R k účtu Movescount bude intervalový měřič synchronizován do hodinek.

V intervalovém měřiči můžete specifikovat následující informace:

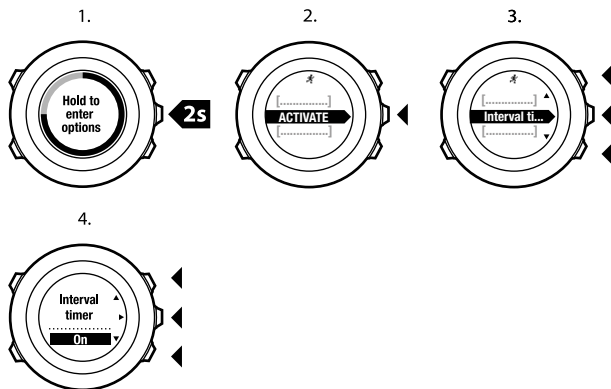
- typy intervalů (**VYSOKÝ** a **NÍZKÝ** interval)
- trvání nebo vzdálenost pro oba typy intervalů
- počet opakování intervalů

 **POZNÁMKA:** *Nenastavíte-li počet opakování intervalů na webu Movescount, bude intervalový měřič pokračovat, dokud se nezopakuje 99krát.*

Postup aktivace/deaktivace intervalového měřiče:

1. Ve sportovním režimu otevřete menu možností přidržím stisknutého tlačítka [Next].
2. Tlačítkem [Light Lock] vyberte položku **ACTIVATE** (aktivovat) a zvolte ji stisknutím [Next].
3. Tlačítkem [Start Stop] vyberte položku **Interval** a zvolte ji stisknutím [Next].
4. Stisknutím [Start Stop] nebo [Light Lock] nastavte intervalový měřič na **On/Off** (Zapnuto/Vypnuto) a potvrďte stav stisknutím [Next].

Když je aktivován intervalový měřič, zobrazuje se v horní části displeje ikona intervalu.



8.6.6 Navigování v průběhu cvičení

Pokud chcete běžet určitou trasu nebo k místu zájmu (POI), můžete vybrat příslušný výchozí sportovní režim (běh trasy, běh k POI) z menu **EXERCISE** (Cvičení) a můžete okamžitě začít s navigací.

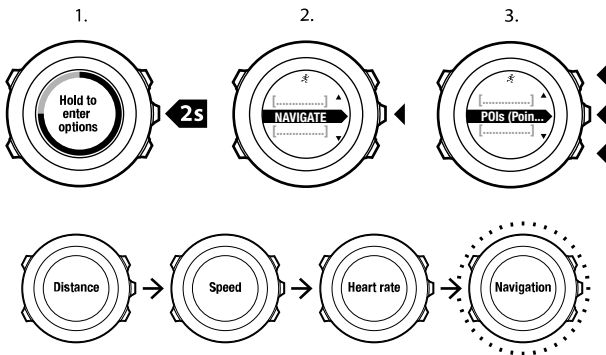
Můžete navigovat po trase nebo k místu zájmu během cvičení i v jiných sportovních režimech, které mají aktivované GPS.

Postup navigování v průběhu cvičení:

1. Ve sportovním režimu s aktivovaným GPS otevřete menu možností přidržetím stisknutého tlačítka [Next].
2. Stisknutím [Next] zvolte **NAVIGATION** (navigace).

3. Tlačítkem [Light Lock] vyberte položku **POIs (Points of interest)** (POI – Místa zájmu) nebo **Routes (Trasy)** a otevřete ji stisknutím [Next].

Vodítka navigace se zobrazí jako poslední displej zvoleného sportovního režimu.



Chcete-li navigaci deaktivovat, vraťte se v menu možností zpět na položku **NAVIGATION** (Navigace) a zvolte **End navigation** (Ukončit navigaci).

8.6.7 Hledání cesty zpět při cvičení

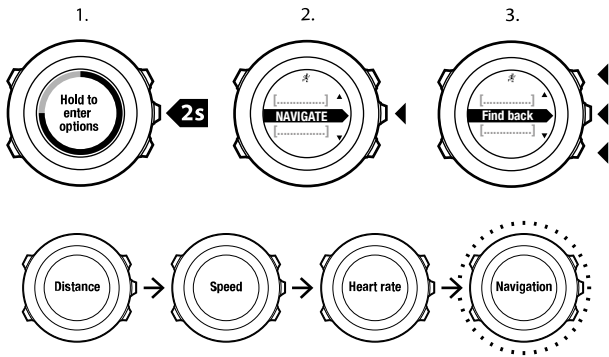
Pokud používáte GPS, hodinky Suunto Ambit2 R automaticky uloží počáteční místo vašeho cvičení. V průběhu cvičení vás hodinky

Suunto Ambit2 R dovedou zpět k počátečnímu místu (nebo na místo, kde bylo naposledy provedeno zjištění GPS) díky funkci **Find back** (Cesta zpět).

Postup vyhledání cesty zpět na počáteční místo při cvičení:

1. Ve sportovním režimu otevřete menu možností přidržetím stisknutého tlačítka [Next].
2. Stisknutím [Next] zvolte **NAVIGATION** (navigace).
3. Tlačítkem [Start Stop] vyberte položku **Find back** (Cesta zpět) a zvolte ji stisknutím [Next].

Vodítka navigace se zobrazí jako poslední displej zvoleného sportovního režimu.

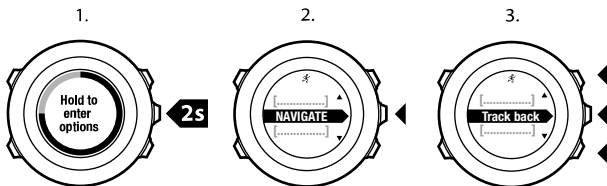


8.6.8 Používání funkce návrat zpět

Pomocí funkce **Track back** (Návrat zpět) se můžete během cvičení z kteréhokoli místa vrátit po trase na začátek. Hodinky Suunto Ambit2 R vytváří dočasné body Waypoint, kterými vás provedou zpět na počáteční místo.

Postup vyhledání návratové trasy v průběhu cvičení:

1. Ve sportovním režimu otevřete menu možností přidržením stisknutého tlačítka [Next].
2. Stisknutím [Next] zvolte **NAVIGATION** (Navigace).
3. Tlačítkem [Start Stop] vyberte položku **Track back** (Návrat zpět) a zvolte ji stisknutím [Next].



Nyní můžete používat navigaci zpět stejným způsobem, jako při běžné navigaci po trase. Další informace o navigaci uvádí *10.4.3 V průběhu navigace*.

Funkci **Track back** (Návrat zpět) lze rovněž použít ze záznamníku u cvičení, která obsahují GPS data. Postupujte způsobem, který uvádí *10.4.2 Navigování po trase*. Vyhledejte položku **LOGBOOK**

(Záznamník) místo **Routes** (Trasy) a vyberte záznam pro zahájení navigace.

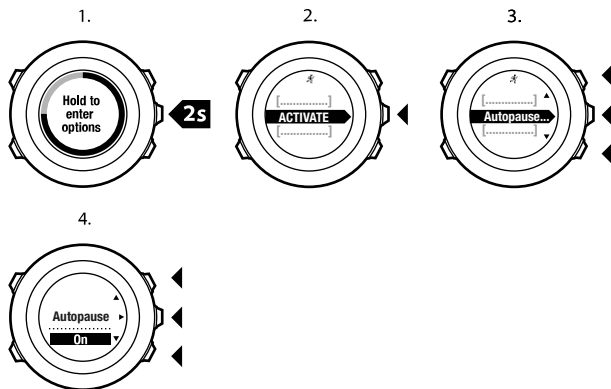
8.6.9 Automatické přerušení

Funkce Automatické přerušení způsobí přerušení záznamu cvičení, pokud je vaše rychlost menší než 2 km/h. Zvýší-li se rychlost na více než 3 km/h, zaznamenávání automaticky pokračuje.

Na webu Movescount můžete nastavit zapnutí/vypnutí automatického přerušení pro jednotlivé sportovní režimy. Případně můžete aktivovat automatické přerušení v průběhu cvičení.

Postup zapnutí/vypnutí automatického přerušení v průběhu cvičení:

1. Ve sportovním režimu otevřete menu možností přidržením stisknutého tlačítka [Next].
2. Tlačítkem [Light Lock] vyberte položku **ACTIVATE** (Aktivovat) a zvolte ji stisknutím [Next].
3. Tlačítkem [Start Stop] vyberte položku **Autopause** (Automatické přerušení) a zvolte ji stisknutím [Next].
4. Stisknutím [Start Stop] nebo [Light Lock] nastavte funkci na **On/Off** (Zapnuto/Vypnuto) a potvrďte hodnotu stisknutím [Next].



8.7 Zobrazení záznamníku po cvičení

Po ukončení záznamu si můžete prohlédnout souhrn svého cvičení.

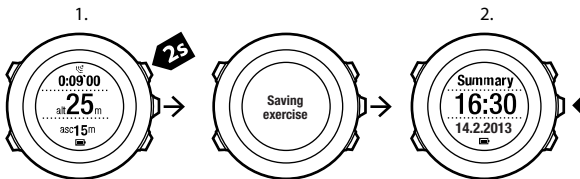
Postup zastavení záznamu a zobrazení souhrnných informací:

1. Přidržením tlačítka [Start Stop] zastavíte a uložíte cvičení.

Případně můžete stisknout [Start Stop] a přerušit tak zaznamenávání. Po přerušení zaznamenávání jeho úplné zastavení potvrďte stisknutím tlačítka [Back Lap] nebo pokračujte v záznamu stisknutím [Light Lock]. Po zastavení

cvičení uložte záznam stisknutím [Start Stop]. Pokud záznam nechcete uložit, stiskněte [Light Lock].

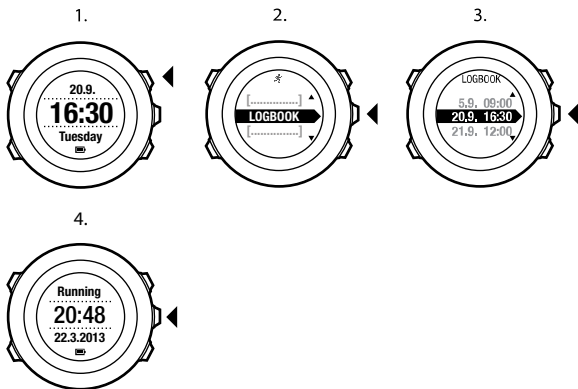
2. Stisknutím [Next] zobrazíte souhrn cvičení.



Souhryy všech uložených cvičení si můžete prohlédnout rovněž v záznamníku. V záznamníku jsou cvičení uvedena v seznamu seřazeném podle času tak, že nejnovější cvičení je na začátku. Při nejlepší přesnosti GPS a intervalu sčeru dat nastavenému na 1 sekundu je do záznamníku možné uložit přibližně 15 hodin cvičení.

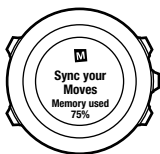
Postup zobrazení souhrnu cvičení v záznamníku:

1. Stisknutím [Start Stop] otevřete menu start.
2. Tlačítkem [Light Lock] vyberte položku **LOGBOOK** (Záznamník) a otevřete ji stisknutím [Next]. Zobrazí se čas zotavení.
3. Tlačítky [Start Stop] a [Light Lock] procházejte záznamy cvičení a tlačítkem [Next] vyberte záznam.
4. Tlačítkem [Next] procházejte souhrnem cvičení.



8.7.1 Indikátor dostupné paměti

Pokud nebylo synchronizováno více než 50 % paměti hodinek, zobrazí se po otevření záznamníku na hodinkách Suunto Ambit2 R upozornění.



Upozornění se nezobrazí, jestliže je nesynchronizovaná paměť plná a hodinky Suunto Ambit2 R začnou přepisovat starší záznamy.


8.7.2 Dynamický souhrn cvičení


Dynamický souhrn cvičení ukazuje aktivní pole vašeho souhrnu cvičení. Položkami souhrnu můžete procházet tlačítkem [Next].

Informace zobrazené v souhrnu závisí na použitém sportovním režimu a na tom, zda jste používali hrudní pás nebo GPS.

Standardně všechny sportovní režimy obsahují tyto informace:

- název sportovního režimu
- čas
- datum
- trvání
- mezičasy

 **POZNÁMKA:** Máte-li zvoleno zobrazení kumulativních údajů o výstupu/sestupu, zobrazí se tato data jen v případě, že jste zvolili maximální přesnost GPS. Další informace o přesnosti GPS uvádí 10.1.3 Přesnost GPS a úspora energie.

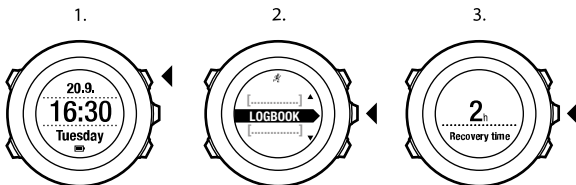
 **RADA:** K podrobnějším údajům máte přístup na webu *Movescount*.


8.7.3 Doba zotavení

Hodinky Suunto Ambit2 R kdykoli zobrazí vaši aktuální kumulativní dobu zotavení ze všech vašich uložených cvičení. Doba zotavení indikuje, jak dlouho bude trvat vaše úplné zotavení, než budete připraveni na další cvičení při plné intenzitě. Hodinky aktualizují dobu zotavení v reálném čase.

Postup zobrazení aktuální doby zotavení:

1. Stisknutím [Start Stop] otevřete menu start.
2. Tlačítkem [Light Lock] vyberte položku **LOGBOOK** (Záznamník) a zvolte ji stisknutím [Next].
3. Na displeji se zobrazí doba zotavení.



 **POZNÁMKA:** Doba zotavení se zobrazí jen v případě, že je delší než 30 minut.

8.8 Použití plánovaných tras Move

Můžete si plánovat jednotlivé trasy Move nebo využít tréninkové programy a stáhnout je do hodinek Suunto Ambit2 R. Pomocí plánovaných tras Move vám hodinky Suunto Ambit2 R napomáhají splnit vaše tréninkové cíle. V hodinkách je možné uložit až 60 plánovaných tras Move.

Použití plánované trasy Move:

1. Jednotlivé trasy Move se plánují v sekci **MOJE TRASY MOVE** případně je možné použít (či vytvořit) tréninkový program v sekci **PLÁNOVAT A VYTVOŘIT** na webu Movescount.com. Program pak lze přidat k plánovaným trasám Move.
2. Resynchronizujte s webem Movescount.com a stáhněte plánované trasy Move do hodinek.
3. Chcete-li dosáhnout svých cílů, dodržujte denní pokyny a pokyny během plánovaných tras Move.

Zahájení plánované trasy Move:

1. Stisknutím tlačítka [Next] zkontrolujte, zda máte na daný den naplánovaný nějaký cíl.
2. Pokud máte na daný den naplánováno více tras Move, stisknutím [View] zobrazíte cíle jednotlivých tras Move.



3. Stisknutím [Start Stop] zahájíte naplánovanou trasu Move, dalším stisknutím tlačítka [Next] se vrátíte do režimu **TIME** (Čas).

Během plánované trasy Move vám hodinky Suunto Ambit2 R poskytují pokyny na základě rychlosti či tepové frekvence:



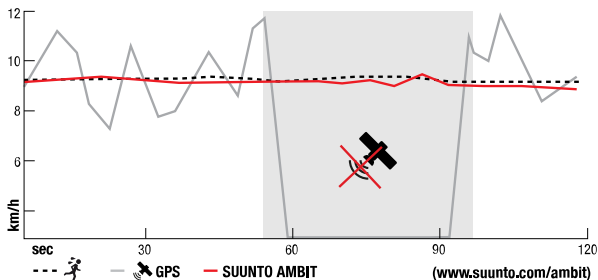
Hodinky Suunto Ambit2 R též oznámí dokončení 50 % a 100 % plánovaného cíle.

Až splníte cíl nebo když máte volný den, zobrazí se budoucí cíle podle dní v týdnu (je-li následující plánovaná trasa Move v nejbližším týdnu) nebo podle data (je-li vzdálenější než týden):

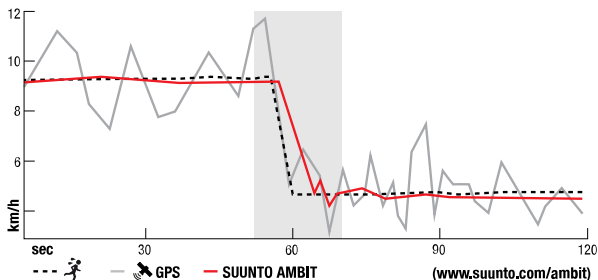


9 FUSED SPEED


FusedSpeed™ je jedinečná kombinace informací z GPS a zápěšního snímače zrychlení, jež umožňuje mnohem přesněji získat informace o rychlosti běhání. Signál GPS je adaptivně filtrován na základě zrychlování zápěstí. To poskytuje mnohem přesnější hodnoty o konstantních rychlostech a rychlejší odezvu na změny rychlosti.



FusedSpeed™ nejvíce využijete, pokud při tréninku potřebujete velmi rychlé reakce na změny vaší rychlosti, například při běhání v terénu nebo při intervalovém tréninku. Pokud dočasně ztratíte signál, například protože jej blokují vysoké budovy, jsou hodinky Suunto Ambit2 R schopny dočasně pokračovat v zobrazování přesné rychlosti díky GPS kalibrovanému akcelerometru.



 **POZNÁMKA:** Funkce *FusedSpeed™* je určena pro běhání a další podobné druhy aktivit.

 **RADA:** Chcete-li se dozvědět maximálně přesnou hodnotu pomocí technologie *FusedSpeed™*, stačí krátce pohlédnout na hodinky. Držením hodinek před sebou bez pohybu se přesnost snižuje.

Funkce *FusedSpeed™* se aktivuje automaticky v těchto sportovních režimech:

- běh
- terénní běh
- běhací pás
- orientační běh

- atletika
- florbald
- fotball

10 NAVIGACE

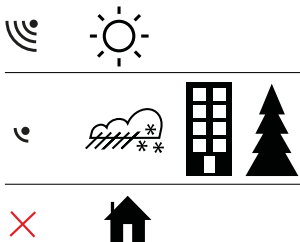
10.1 Používání GPS


Hodinky Suunto Ambit2 R používají systém GPS (Global Positioning System) pro zjištění aktuálního umístění. Systém GPS tvoří satelity, které obíhají Zemi ve výšce 20 000 km rychlostí 4 km/s.


Vestavěný GPS přijímač v hodinkách Suunto Ambit2 R je optimalizovaný pro použití na zápěstí a přijímá data ve velmi širokém úhlu.

10.1.1 Získání signálu GPS

Hodinky Suunto Ambit2 R automaticky aktivují GPS, pokud zvolíte sportovní režim s funkcí GPS, určíte své umístění nebo zahájíte navigaci.



 **POZNÁMKA:** Když aktivujete GPS poprvé nebo jste jej nepoužívali delší dobu, může vyhledání pozice GPS trvat déle než obvykle. Další spouštění GPS budou trvat kratší dobu.

 **RADA:** Chcete-li minimalizovat dobu spouštění GPS, držte hodinky nehybně tak, aby přijímač GPS směřoval nahoru. Zajistěte, aby měly hodinky nerušený výhled na oblohu.

Řešení problémů: Není signál GPS

- Pro získání optimálního signálu nasměrujte hodinky částí s přijímačem GPS nahoru. Nejlepší signál je možné přijímat v otevřeném prostoru s nerušeným výhledem na oblohu.
- GPS přijímač obvykle pracuje dobře uvnitř stanů a v dalších tenkých přístřešcích. Objekty, budovy, hustá vegetace nebo oblačné počasí však mohou kvalitu příjmu signálu GPS snížit.
- Signál GPS neprochází pevnými stávkami ani vodou. To znamená, že byste se neměli pokoušet aktivovat GPS například v budovách, jeskyních nebo pod vodou.

10.1.2 GPS síť a formáty polohy

Sítě jsou linky na mapě, které definují systém souřadnic použitý na mapě.

Formát polohy je způsob, jakým hodinky zobrazují údaje z GPS přijímače. Všechny formáty se vztahují ke stejnému umístění, jsou pouze vyjádřeny jiným způsobem. Formát polohy můžete změnit


v nastavení hodiněk v části **GENERAL (OBECNÉ) / Format (Formát) / Position format (Formát pozice)**.

Formát můžete vybrat z následujících sítí:

- zeměpisná šířka/délka je nejčastěji používaná síť a má tři různé formáty:
 - **WGS84 Hd.d°**
 - **WGS84 Hd°m.m'**
 - **WGS84 Hd°m's.s**
- **UTM** (Universal Transverse Mercator) udává dvojrozměrnou prezentaci horizontální pozice.
- **MGRS** (Military Grid Reference System) je rozšíření UTM a obsahuje označovač zóny sítě, 100 000metrový čtvercový identifikátor a číselné označení polohy.

Hodinky Suunto Ambit2 R podporují rovněž tyto místní sítě:

- **Britský (BNG)**
- **Finský (ETRS-TM35FIN)**
- **Finský (KKJ)**
- **Irský (IG)**
- **Švédský (RT90)**
- **Švýcarský (CH1903)**
- **UTM NAD27 Aljaška**
- **UTM NAD27 Conus**
- **UTM NAD83**
- **Nový Zéland (NZTM2000)**

 **POZNÁMKA:** *Některé sítě nelze použít v oblastech severně od 84°S a jižně od 80°J, nebo mimo země, pro které jsou určeny.*

10.1.3 Přesnost GPS a úspora energie

Při přizpůsobování sportovních režimů můžete na webu Movescount definovat interval zjišťování GPS v nastavení přesnosti GPS. Čím je interval kratší, tím je při cvičení přesnost vyšší.

Prodloužením intervalu a snížením přesnosti prodloužíte životnost baterie.

Možnosti přesnosti GPS jsou:

- Best (Nejlepší): ~ 1sekundový interval, nejvyšší spotřeba energie
- Good (Dobrá): ~ 5sekundový interval, střední spotřeba energie
- OK: ~ 60sekundový interval, nejnižší spotřeba energie
- Off (Vypnuto): GPS se nepoužívá

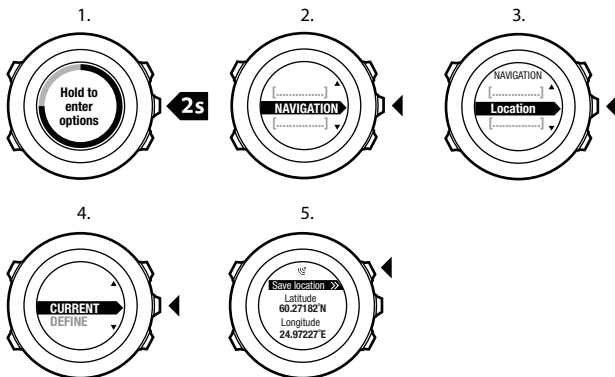
10.2 Zjišťování aktuálního umístění


Hodinky Suunto Ambit2 R umožňují zjistit souřadnice aktuálního umístění pomocí GPS.

Postup zjištění aktuálního umístění:

1. Přepněte do sportovního režimu s aktivovaným GPS. Přidržením tlačítka [Next] se otevře menu možností.
2. Tlačítkem [Start Stop] vyberte položku **NAVIGATION** (Navigace) a otevřete ji stisknutím [Next].
3. Stisknutím [Next] zvolte **Location** (Umístění).
4. Stisknutím [Next] zvolte **Current** (Aktuální).

5. Hodinky začnou hledat signál GPS a po jeho nalezení zobrazí **GPS found** (GPS nalezeno). Poté se na displeji zobrazí vaše souřadnice.



 **RADA:** *Své umístění můžete zjistit i při záznamu cvičení, pokud otevřete menu možností přidržím tlačítka [Next].*

10.3 Navigace POI

10.3.1 Přidání aktuálního umístění jako místa zájmu (POI)

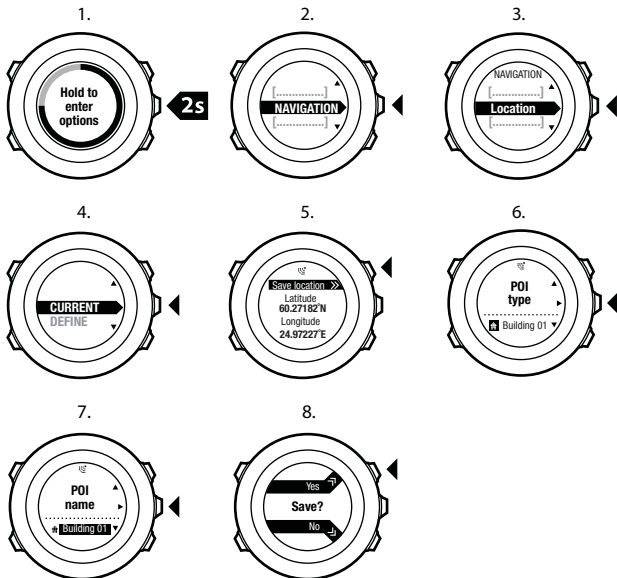
Hodinky Suunto Ambit2 R umožňují uložit aktuální umístění jako POI nebo definovat určité umístění jako POI. K uloženému POI se kdykoli můžete nechat navigovat, například v průběhu cvičení.


Do hodinek můžete uložit až 100 míst zájmu. Do tohoto limitu se počítají i uložené trasy. Pokud máte například trasu s 60 body Waypoint, můžete do hodinek uložit už jen 40 POI.

Z předdefinovaného seznamu můžete zvolit typ POI (ikona) a název POI nebo je na webu Movescount libovolně pojmenovat. Předem definované ikony uvádí *14 ikony*.

Postup uložení umístění jako POI:


1. Přepněte do sportovního režimu s aktivovaným GPS. Přidržením tlačítka [Next] se otevře menu s možnostmi.
2. Tlačítkem [Start Stop] vyberte položku **NAVIGATION** (Navigace) a otevřete ji stisknutím [Next].
3. Stisknutím [Next] zvolte **Location** (Umístění).
4. Zvolte možnost **Current** (Aktuální), případně **DEFINE** (Definovat), chcete-li hodnoty zeměpisné délky či šířky ručně změnit.
5. Stisknutím [Start Stop] umístění uložte.
6. Vyberte vhodný typ POI pro ukládané umístění. Tlačítkem [Start Stop] nebo [Light Lock] procházejte různými typy POI. Tlačítkem [Next] vyberte typ POI.
7. Vyberte vhodný název umístění. Tlačítkem [Start Stop] nebo [Light Lock] procházejte možnostmi názvů. Tlačítkem [Next] vyberte název.
8. Stisknutím [Start Stop] uložte POI.



 **POZNÁMKA:** POI můžete vytvořit na webu Movescount zvolením umístění na mapě nebo zadáním souřadnic. POI v hodinkách Suunto Ambit2 R a na webu Movescount se při každém připojení hodinek k webu Movescount synchronizují.

10.3.2 Navigování k místu zájmu (POI)

Hodinky Suunto Ambit2 R obsahují GPS navigaci, která umožňuje navigovat na předem definované místo uložené jako POI.

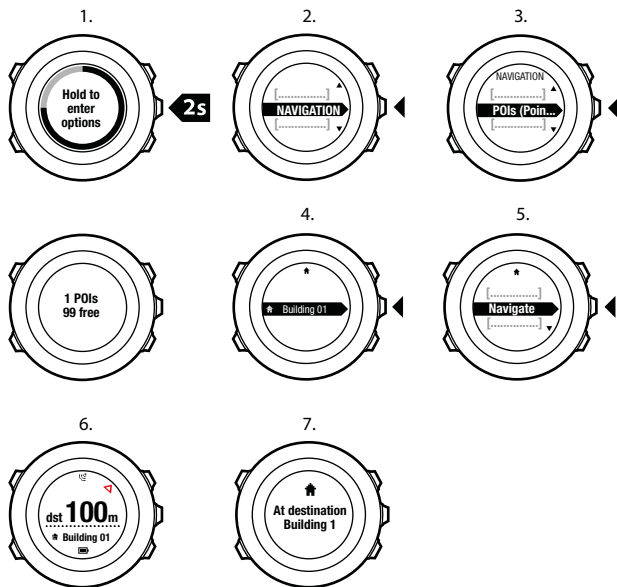
 **POZNÁMKA:** Navigaci můžete používat, i když zaznamenáváte cvičení, viz 8.6.6 Navigování v průběhu cvičení.

Postup navigování k POI:

1. Přepněte do sportovního režimu s aktivovaným GPS. Přidržením tlačítka [Next] se otevře menu s možnostmi.
2. Tlačítkem [Start Stop] vyberte položku **NAVIGATION** (Navigation) a otevřete ji stisknutím [Next].
3. Tlačítkem [Light Lock] vyberte položku **POIs (Points of interest)** (POI – Místa zájmu) a otevřete ji stisknutím [Next].
Hodinky zobrazí počet uložených POI a volné místo, které je k dispozici pro nová místa zájmu.
4. Tlačítkem [Start Stop] nebo [Light Lock] přejděte k POI, ke kterému se chcete navigovat, a zvolte jej stisknutím [Next].
5. Stisknutím [Next] zvolte **Navigate** (Navigate).

Pokud používáte kompas poprvé, musíte provést jeho kalibraci. Další informace uvádí *11.1 Kalibrování kompasu*. Po aktivaci kompasu začnou hodinky hledat signál GPS a po jeho nalezení zobrazí **GPS found** (GPS nalezeno).

6. Začněte navigaci k POI. Hodinky zobrazí tyto informace:
 - indikátor zobrazující směr k cíli (další vysvětlení níže),
 - vzdálenost od cíle,
7. Při dosažení cíle vás hodinky informují.

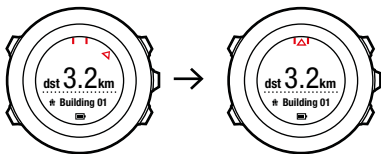


Když jste v klidu nebo se pohybujete pomalu (< 4 km/h), hodinky zobrazují směr k POI (nebo k bodu waypoint, jde-li o navigaci po trase) na základě azimutu.



Když se pohybujete (> 4 km/h), hodinky zobrazují směr k POI (nebo k bodu waypoint, jde-li o navigaci po trase) na základě GPS.

Směr k cíli či azimut je zobrazen jako prázdný trojúhelník. Směr pohybu či postupu je indikován dvojicí čárek v horní části displeje. Když se tyto dvě čárky překrývají s trojúhelníkem, postupujete správným směrem.

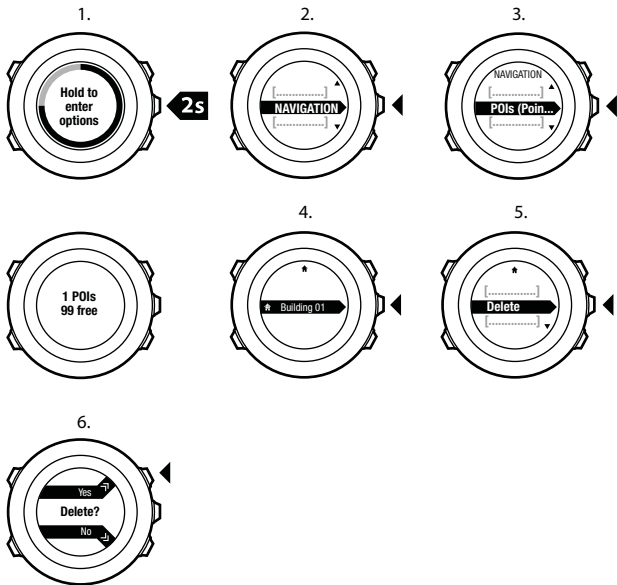



10.3.3 Odstranění místa zájmu (POI)

Postup odstranění POI:

1. Přepněte do sportovního režimu s aktivovaným GPS. Přidržením tlačítka [Next] se otevře menu možností.
2. Tlačítkem [Start Stop] vyberte položku **NAVIGATION** (navigace) a otevřete ji stisknutím [Next].

3. Tlačítkem [Light Lock] vyberte položku **POIs (Points of interest)** (POI – Místa zájmu) a otevřete ji stisknutím [Next].
Hodinky zobrazí počet uložených POI a volné místo, které je k dispozici pro nová místa zájmu.
4. Tlačítkem [Start Stop] nebo [Light Lock] přejděte k místu zájmu, které chcete odstranit, a zvolte je stisknutím [Next].
5. Tlačítkem [Start Stop] přejděte k položce **Delete (Odstranit)**. Zvolte ji tlačítkem [Next].
6. Potvrďte stisknutím [Start Stop].



 **POZNÁMKA:** Pokud odstraníte místo zájmu (POI) na webu Movescount a hodinky Suunto Ambit2 R synchronizujete, místo zájmu bude odstraněno z přístroje, ale na webu Movescount pouze deaktivováno.


10.4 Navigace po trase

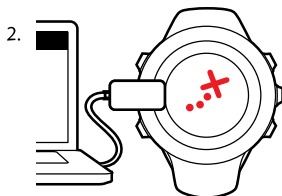
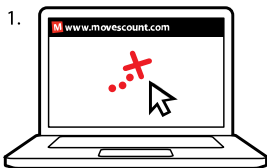
10.4.1 Přidání trasy

Trasu můžete vytvořit na webu Movescount. Na něj můžete také z počítače importovat trasu vytvořenou v jiných hodinkách. Můžete rovněž zaznamenat trasu pomocí hodinek Suunto Ambit2 R a odeslat ji na web Movescount, jak uvádí *8.6.1 Zaznamenávání dráhy*.

Postup přidání trasy:


1. Otevřete web www.movescount.com. Postupujte podle pokynů, jak importovat nebo vytvořit trasu.
2. Aktivujte Moveslink a připojte Suunto Ambit2 R k počítači USB kabelem Suunto. Trasa se automaticky přenese do hodinek.

 **POZNÁMKA:** Ujistěte se, že byla na webu Movescount zvolena trasa, kterou chcete přenést do hodinek Suunto Ambit2 R.



10.4.2 Navigování po trase

Můžete se nechat navigovat po trase, kterou jste načetli do hodinek Suunto Ambit2 R z webu Movescount, viz *10.4.1 Přidání trasy*.

 **POZNÁMKA:** Můžete se nechat navigovat i v rámci sportovního režimu, viz *8.6.6 Navigování v průběhu cvičení*.

Postup navigace po trase:

1. Přepněte do sportovního režimu s aktivovaným GPS. Přidržením tlačítka [Next] se otevře menu s možnostmi.
2. Tlačítkem [Start Stop] vyberte položku **NAVIGATION** (navigace) a otevřete ji stisknutím [Next].
3. Tlačítkem [Start Stop] vyberte položku **Routes** (Trasy) a otevřete ji stisknutím [Next].

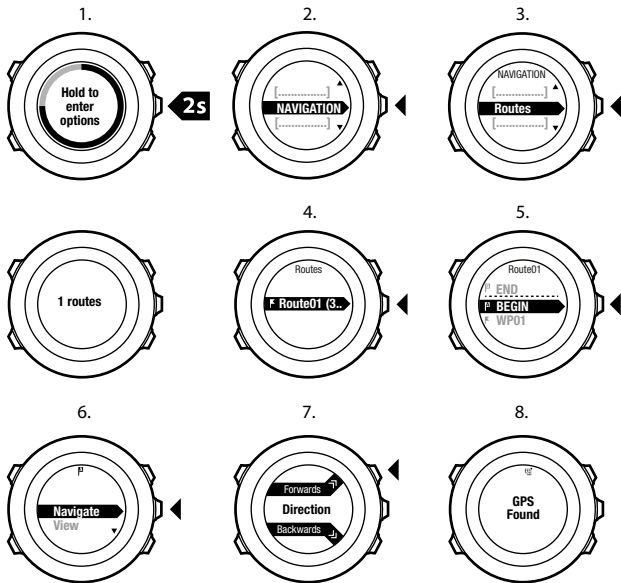
Hodinky zobrazí počet uložených tras a seznam všech vašich tras.

4. Tlačítkem [Start Stop] nebo [Light Lock] vyberte trasu, po které se chcete nechat navigovat. Zvolte ji tlačítkem [Next].

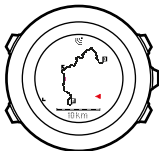
5. Hodinky zobrazí všechny body Waypoint na zvolené trase. Tlačítkem [Start Stop] nebo [Light Lock] vyberte bod Waypoint, který chcete použít jako místo startu. Potvrďte tlačítkem [Next].
6. Stisknutím [Next] zvolte **Navigate** (Navigate).
7. Pokud zvolíte bod Waypoint ve středu trasy, hodinky Suunto Ambit2 R vás vyzvou ke zvolení směru navigace. Stisknutím [Start Stop] zvolte **Forwards** (Vpřed) nebo tlačítkem [Light Lock] zvolte **Backwards** (Zpět).

Pokud jste jako místo startu zvolili první bod Waypoint, hodinky Suunto Ambit2 R vás navigují vpřed (od prvního k poslednímu bodu Waypoint). Pokud jste jako místo startu zvolili poslední bod Waypoint, hodinky Suunto Ambit2 R vás navigují zpět (od posledního k prvnímu bodu Waypoint).

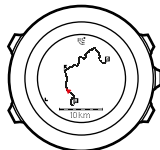
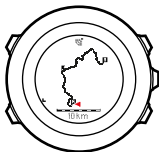
8. Pokud používáte kompas poprvé, musíte provést jeho kalibraci. Další informace uvádí *11.1 Kalibrování kompasu*. Po aktivaci kompasu začnou hodinky hledat signál GPS a po jeho nalezení zobrazí **GPS found** (GPS nalezeno).
9. Zahajte navigaci k prvnímu bodu Waypoint trasy. Hodinky informují, že se blížíte k bodu Waypoint, a automaticky začnou navigovat přímo k dalšímu bodu Waypoint na trase.
10. Před posledním bodem Waypoint trasy vám hodinky oznámí, že se blížíte ke svému cíli.



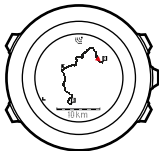
9.



10.



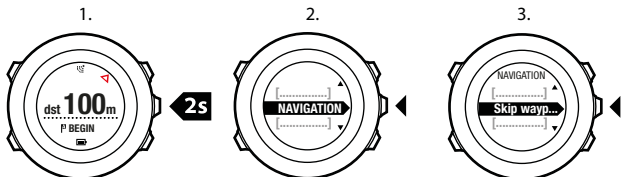
...



Postup přeskočení bodu Waypoint na trase:

1. Při navigování po trase otevřete menu možností přidržemím stisknutého tlačítka [Next].

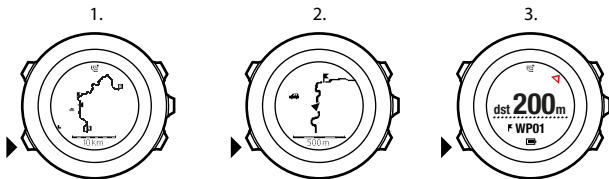
2. Stisknutím [Next] zvolte **NAVIGATION** (Navigace).
3. Tlačítkem [Start Stop] vyberte položku **Skip waypoint** (Přeskočit waypoint) a zvolte ji stisknutím [Next]. Hodinky přeskočí bod Waypoint a začnou navigovat přímo k dalšímu bodu Waypoint na trase.



10.4.3 V průběhu navigace

V průběhu navigace procházejte stisknutím [View] těmito zobrazeními:

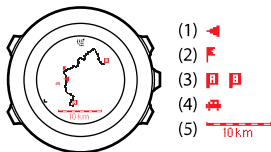
1. zobrazení celé trasy,
2. zvětšené zobrazení trasy. Standardně je zobrazení zvětšeno v měřítku 200 m/0,125 míle nebo větším, pokud jste příliš daleko od trasy. Orientaci mapy můžete změnit v nastavení hodinek v části **GENERAL (OBECNÉ) / Map (Mapa)**.
3. zobrazení navigace pomocí bodů Waypoint



Zobrazení celé trasy

Zobrazení celé trasy uvádí tyto informace:

- (1) šipka indikující vaše umístění a směřující ve směru vaší cesty.
- (2) další bod Waypoint trasy
- (3) první a poslední bod Waypoint trasy
- (4) Nejbližší POI je zobrazeno jako ikona.
- (5) měřítko zobrazení celé trasy



 **POZNÁMKA:** V zobrazení celé trasy je sever vždy nahoře.

Zobrazení navigace pomocí bodů Waypoint

Zobrazení navigace pomocí bodů Waypoint uvádí tyto informace:

- (1) šipka směřující ve směru dalšího bodu waypoint
- (2) vzdálenost k dalšímu bodu Waypoint
- (3) další bod Waypoint trasy ve vašem směru



10.4.4 Odstranění trasy

Trasy můžete odstranit nebo deaktivovat na webu Movescount.

Postup odstranění trasy:

1. Otevřete web www.movescount.com a postupujte podle pokynů, jak odstranit nebo deaktivovat trasu.
2. Aktivujte Moveslink a připojte hodinky Suunto Ambit2 R k počítači USB kabelem Suunto. Při synchronizaci nastavení bude trasa automaticky odstraněna z hodinek.

11 POUŽÍVÁNÍ 3D KOMPASU

Hodinky Suunto Ambit2 R jsou vybaveny 3D kompasem, který umožňuje orientaci relativně k severnímu magnetickému pólu. Kompas s kompenzací náklonu poskytuje přesné hodnoty, i když není přesně v horizontální rovině.

Kompas představuje dočasný displej, který musí být aktivován.

Postup aktivace kompasu:

1. Ve sportovním režimu otevřete menu možností přidržením stisknutého tlačítka [Next].
2. Tlačítkem [Light Lock] vyberte položku **ACTIVATE** (Aktivovat) a zvolte ji stisknutím [Next].
3. Tlačítkem [Start Stop] vyberte položku **COMPASS** (Kompas) a zvolte ji stisknutím [Next].

Režim **COMPASS** (kompas) zobrazuje následující informace:

- střední řádek: směr vyjádřený ve stupních
- dolní řádek: tlačítkem [View] přepněte mezi zobrazením bodů mezi světovými stranami (**N** (S), **S** (J), **W** (Z), **E** (V)) nebo jemněji (**NE** (SV), **NW** (SZ), **SE** (JV), **SW** (JZ)), časem a prázdným zobrazením.



Kompas se po jedné minutě sám vypne z důvodu úspory baterie. Tlačítkem [Start Stop] jej znovu aktivujete.

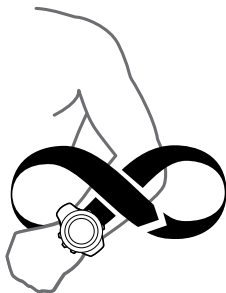
Informace o používání kompasu v průběhu cvičení uvádí *8.6.4 Používání kompasu v průběhu cvičení.*

11.1 Kalibrování kompasu

Režim **KOMPAS** vás vyzve před použitím kompasu k jeho kalibrování. Pokud jste již kompas kalibrovali a chcete jej kalibrovat znovu, můžete otevřít možnost kalibrace v menu možností.

Postup kalibrování kompasu:

1. Otevřete menu možností přidržetím stisknutého tlačítka [Next].
2. Tlačítkem [Light Lock] vyberte položku **GENERAL** (obecné) a otevřete ji stisknutím [Next].
3. Tlačítkem [Start Stop] nebo [Light Lock] vyberte položku **Compass** (Kompas) a otevřete ji stisknutím [Next].
4. Stisknutím [Next] zvolte **Calibration** (Kalibrace).
5. Otáčejte hodinkami a naklánějte je různými směry. Až se ozve pípnutí, znamená to, že je kalibrace dokončena.



Proběhla-li kalibrace úspěšně, zobrazí se text **CALIBRATION SUCCESSFUL** (Kalibrace úspěšná). Nebyla-li kalibrace úspěšná, zobrazí se text **CALIBRATION FAILED** (Kalibrace selhala). Chcete-li kalibraci zopakovat, stiskněte [Start Stop].

11.2 Nastavení hodnoty deklinace

Aby kompas zobrazoval správné hodnoty, nastavte přesnou hodnotu deklinace.

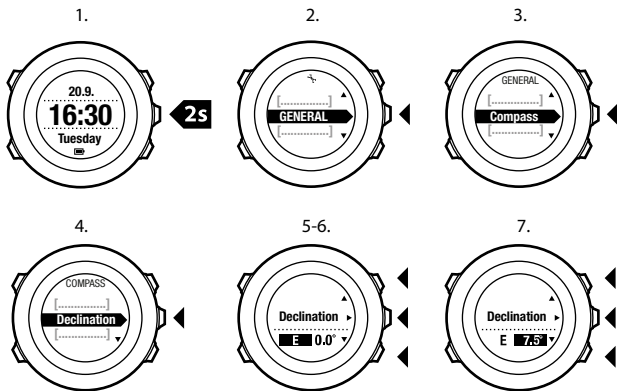
Papírové mapy jsou orientovány podle zemského severního pólu. Kompasů však ukazují na magnetický severní pól – oblast nad Zemí, do které se sbíhají magnetické siločáry. Protože magnetický severní pól a zemský severní pól neleží v jednom místě, musíte v kompasu nastavit deklinaci. Úhel mezi magnetickým a zemským severním pólem je vaše deklinace.

Hodnota deklinace je uvedena na většině map. Umístění magnetického severního pólu se každý rok mění, takže nejpřesnější a nejaktuálnější hodnotu deklinace můžete získat z internetu (například www.magnetic-declination.com).

Mapy pro orientační běh jsou ale kresleny v relaci s magnetickým severním pólem. To znamená, že při používání map pro orientační běh musíte vypnout opravu deklinace nastavením hodnoty 0 stupňů.

Postup nastavení hodnoty deklinace:

1. Menu možností otevřete přidržetím stisknutého tlačítka [Next].
2. Stisknutím [Next] otevřete položku **GENERAL** (obecné).
3. Tlačítkem [Light Lock] vyberte položku **Compass** (Kompas) a otevřete ji stisknutím [Next].
4. Tlačítkem [Light Lock] vyberte položku **Declination** (Deklinace) a zvolte ji stisknutím [Next].
5. Vypněte deklinaci zvolením možnosti -- nebo zvolte **W** (Z – západ) nebo **E** (E – východ).
6. Tlačítky [Start Stop] nebo [Light Lock] nastavte hodnotu deklinace.
7. Stisknutím [Next] potvrďte nastavení.



 **RADA:** Nastavení kompasu můžete otevřít rovněž přidržením tlačítka [View] v režimu **COMPASS** (Kompas).

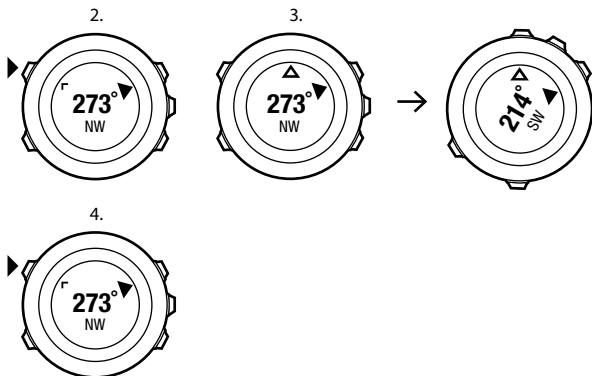
11.3 Nastavení azimutu


Směr k cíli, ve vztahu k severu, můžete označit pomocí funkce azimut.

Nastavení azimutu:

1. Když je kompas aktivní, přidržte hodinky před sebou a otočte se směrem k cíli.

2. Stiskněte tlačítko [Back Lap] a nastavte stupně, které hodinky aktuálně zobrazují, jako azimut.
3. Prázdný trojúhelník označuje nastavený azimut, plný trojúhelník je indikátor severu.
4. Chcete-li zrušit nastavený azimut, stiskněte tlačítko [Back Lap].

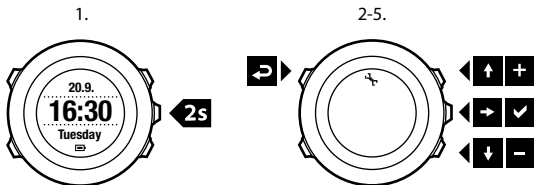


 **POZNÁMKA:** Když používáte kompas v režimu cvičení, azimut se nastavuje a zrušuje stisknutím tlačítka [Back Lap]. Tlačítkem [Back Lap] ukončíte zobrazení s kompasem, chcete-li například změřit mezičas.

12 ÚPRAVA NASTAVENÍ

Postup otevření a úpravy nastavení:

1. Otevřete menu možností podržením stisknutého tlačítka [Next].
2. Tlačítka [Start Stop] a [Light Lock] vyberte menu.
3. Stisknutím [Next] otevřete nastavení.
4. Stisknutím [Start Stop] a [Light Lock] upravte nastavení hodnot.
5. Stisknutím [Back Lap] se vrátíte na předchozí zobrazení v nastavení, přidržím stisknutého tlačítka [Next] menu možností opustíte.



Máte přístup k těmto nastavením:

PERSONAL (OSOBNÍ)

- BIRTH YEAR (ROK NAROZENÍ)
- Hmotnost
- Maximální tep
- GENDER (POHLAVÍ)

OBECNÉ

FORMÁTY

- JAZYK

- **UNIT SYSTEM (JEDNOTKY)**
 - **Metrické**
 - **Imperiální**
 - **Advanced (Pokročilé):** Umožňuje na webu Movescount přizpůsobit kombinaci metrických a imperiálních jednotek.
 - **Position format (Formát polohy):**
 - **WGS84 Hd.d°**
 - **WGS84 Hd°m.m'**
 - **WGS84 Hd°m's.s**
 - **UTM**
 - **MGRS**
 - **Britský (BNG)**
 - **Finský (ETRS-TM35FIN)**
 - **Finský (KKJ)**
 - **Irský (IG)**
 - **Švédský (RT90)**
 - **Švýcarský (CH1903)**
 - **UTM NAD27 Aljaška**
 - **UTM NAD27 Conus**
 - **UTM NAD83**
 - **NZTM2000**
 - **Time format (Formát času):** 12 nebo 24 hodin
 - **Date format (Formát data):** dd.mm.rr, mm/dd/rr
- Čas/datum**
- **GPS timekeeping (GPS časomíra):** zap. či vyp.
 - **Dual time (Duální čas):** hodiny a minuty
 - **Alarm (Budík):** zapnutý/vypnutý, hodiny a minuty

- **Time** (Čas): hodiny a minuty
- **Date** (Datum): rok, měsíc, den

TÓNY/DISPLEJ

- **Invert display** (Invertování displeje): invertuje barvy displeje
- **Zámek tlačítek**
 - **Time mode lock** (Zámek režimu čas): Zámek tlačítek v režimu **TIME** (Čas).
 - **Actions only** (Pouze akce): Menu start a možnosti se zamknou.
 - **All buttons** (Všechna tlačítka): Všechna tlačítka jsou zamknuta. Podsvícení je možné aktivovat v režimu **Night** (Noc).
 - **Sport mode lock** (Zámek režimu sport): Zámek tlačítek ve sportovních režimech.
 - **Actions only** (Pouze akce): Při cvičení je zamknuto tlačítko [Start Stop], [Back Lap] a menu možností.
 - **All buttons** (Všechna tlačítka): Všechna tlačítka jsou zamknuta. Podsvícení je možné aktivovat v režimu **Night** (Noc).
- **Tones** (Tóny):
 - **All on** (Všechny zapnuty): tóny tlačítek a systémové tóny jsou aktivovány
 - **Buttons Off** (Tlačítka vypnuta): aktivovány jsou pouze systémové tóny
 - **All off** (Všechny vypnuty): všechny tóny jsou vypnuty

Backlight (Podsvícení):

Mode (Režim):


- **Normal** (Normální): Když stisknete [Light Lock] a když se rozezní budík, na několik sekund se rozsvítí podsvícení.
- **Off** (Vypnuto): Podsvícení se nezapne stisknutím tlačítka ani budíkem.
- **Night** (Noc): Když stisknete jakékoli tlačítko a když se rozezní budík, na několik sekund se rozsvítí podsvícení. Režim **Night** (Noc) značně redukuje výdrž baterie.
- **Toggle** (Přepínání): Podsvícení se rozsvítí po stisknutí [Light Lock]. Zůstává rozsvícené, dokud znovu nestisknete [Light Lock].
 - **Brightness** (Jas): Nastavuje jas podsvícení (v procentech).
- **Display contrast** (Kontrast displeje): Nastavuje kontrast displeje (v procentech).

Kompas

- **Calibration** (Kalibrace): Zahájí kalibraci kompasu.
- **Declination** (Deklinace): Nastavuje hodnotu deklinace kompasu.

Mapa

- **Orientace**
 - **Heading up** (Směrování): Zobrazuje zvětšenou část mapy se směrem cesty nahoru.
 - **North up** (Sever nahoru): Zobrazuje zvětšenou část mapy se severem nahoru.

 **POZNÁMKA:** Budík bude znít i v případě, že jsou všechny tóny vypnuty.

PAIR (PÁROVÁNÍ)

- **HR belt** (Hrudní pás): Párování hrudního pásu.
- **Foot POD**: Párování zařízení Foot POD.


12.1 Menu servis


Pro otevření menu servis přidržte současně stisknutá tlačítka [Back Lap] a [Start Stop], dokud se v hodinkách neotevře menu servis.




Menu servis obsahuje tyto položky:

- **INFO** (Informace):
 - **Version** (Verze): ukáže aktuální verzi softwaru a hardwaru přístroje Suunto Ambit2 R.
- **TEST**:
 - **LCD test** (Test LCD): umožňuje otestovat, zda LCD pracuje správně.
- **ACTION** (Akce):
 - **Power off** (Vypnutí): umožňuje přepnout hodinky do režimu hlubokého spánku.
 - **GPS reset** (Reset GPS): umožňuje resetovat GPS.

 **POZNÁMKA:** *POWER OFF (Vypnutí) je stav s nízkou spotřebou elektřiny. Chcete-li hodinky probudit, připojte k nim kabel USB (se zdrojem elektřiny). Spustí se průvodce počátečním nastavením. Předchozí hodnoty ale nejsou vymazané, stačí tedy v jednotlivých krocích hodnoty potvrdit.*

 **POZNÁMKA:** *Pokud se hodinky nepohybují po dobu 10 minut, přepnou se do režimu úspory energie. Když se začnou pohybovat, znovu se aktivují.*


 **POZNÁMKA:** *Obsah menu servis se může při aktualizacích bez oznámení změnit.*

Resetování GPS

V případě, že jednotka GPS nemůže najít signál, můžete zkusit data GPS resetovat v menu servis.

Postup resetování GPS:

1. V menu servis přejděte tlačítkem [Light Lock] k položce **ACTION** (Akce) a otevřete ji stlačením [Next].
2. Stisknutím [Light Lock] přejděte k položce **GPS reset** (Reset GPS) a otevřete ji pomocí [Next].
3. Stisknutím [Start Stop] potvrďte resetování GPS nebo stisknutím [Light Lock] operaci zrušte.

 **POZNÁMKA:** *Resetováním GPS se vynulují data GPS, hodnoty kalibrace kompasu a doba zotavení. Vaše uložené záznamy však nebudou odstraněny.*

13 PÁROVÁNÍ ZAŘÍZENÍ POD / HRUDNÍHO PÁSU

Spárujte hodinky Suunto Ambit2 R s volitelným hrudním pásem Suunto nebo zařízením Foot POD. Při cvičení pak můžete získat dodatečné informace o rychlosti, vzdálenosti a kadenci. Můžete použít i jiné hrudní pásy či zařízení Foot POD odpovídající standardu ANT+. Seznam kompatibilních výrobků vyhovujících standardu ANT+ najdete na www.thisisant.com/directory.

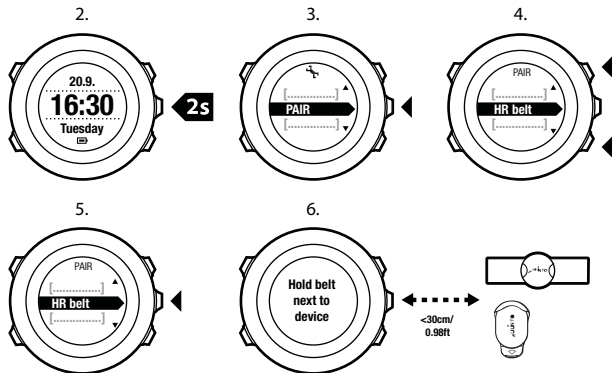
Hrudní pás nebo zařízení POD obsažené v balení hodinek Suunto Ambit2 R je již spárováno. Párování je vyžadováno pouze v případě, že chcete s hodinkami používat nový hrudní pás nebo zařízení POD.

Postup párování zařízení POD / hrudního pásu:

1. Aktivujte zařízení POD / hrudní pás:
 - Hrudní pás: navlhčete kontaktní plochy a nasadte si hrudní pás.
 - Foot POD: botou (se zařízením POD) zatřeste nebo s ní bouchněte o zem.
2. Menu možností otevřete přidržením stisknutého tlačítka [Next].
3. Tlačítkem [Light Lock] vyberte položku **PAIR** (Párování) a otevřete ji stisknutím [Next].
4. Tlačítky [Start Stop] a [Light Lock] procházejte možnosti příslušenství.
5. Stisknutím [Next] zvolte zařízení POD nebo hrudní pás a zahajte párování.

6. Držte hodinky Suunto Ambit2 R v blízkosti zařízení POD / pásu (méně než 30 cm) a počkejte, dokud neoznámí, že došlo ke párování zařízení POD / pásu.

Pokud párování selže, stiskněte [Start Stop] pro opakování nebo [Light Lock] pro návrat do nastavení párování.



RADA: Hrudní pás lze aktivovat též navlhčením a stisknutím obou kontaktních ploch elektrod.

Řešení problémů: Párování hrudního pásu se nepodařilo.

Pokud se párování hrudního pásu nepodaří, vyzkoušejte následující postup:


- Zkontrolujte, zda je pás připojen k modulu.
- Ověřte, že máte hrudní pás správně nasazen (viz *8.4 Nasazení hrudního pásu*).
- Ověřte, že jsou plochy kontaktů elektrod hrudního pásu navlhčené.

Další informace o párování zařízení POD uvádějí uživatelské příručky k zařízením POD.

13.1 Použití zařízení Food POD

Pokud používáte zařízení Foot POD, automaticky se v krátkých intervalech během cvičení kalibruje podle GPS. Zařízení Foot POD však vždy funguje jako zdroj údajů o rychlosti a vzdálenosti, když je spárováno a aktivní pro daný sportovní režim.


Automatická kalibrace zařízení Foot POD je ve výchozím nastavení zapnutá. Je možné ji vypnout v menu možnosti pro daný sportovní režim v položce **ACTIVATE** (Aktivovat), pokud je zařízení Foot POD spárováno a používá se pro zvolený sportovní režim.

 **POZNÁMKA:** *Foot POD označuje jak Suunto Foot POD Mini, tak jiná zařízení Foot POD odpovídající standardům ANT+.*

Ruční kalibrací zařízení Foot POD můžete dosáhnout ještě přesnějších údajů o rychlosti a vzdálenosti. Kalibraci proveďte na přesně změřené vzdálenosti, například na 400metrové běžecké dráze.

Postup kalibrace zařízení Foot POD s hodinkami Suunto Ambit2 R:

1. Připevněte zařízení Foot POD na botu. Další informace naleznete v návodu k zařízení Foot POD, které používáte.
2. V menu start vyberte sportovní režim, například **Running** (Běh).
3. Rozeběhněte se svým obvyklým tempem. Při protnutí startovní čáry stiskněte [Start Stop] pro zahájení záznamu.
4. Běžte na vzdálenost 800–1000 metrů svým obvyklým tempem (například dva okruhy na 400metrové dráze).
5. Po proběhnutí cílem přerušete zaznamenávání stisknutím [Start Stop].
6. Stisknutím [Back Lap] zastavíte zaznamenávání. Po zastavení cvičení uložte protokol stisknutím [Start Stop]. Pokud protokol nechcete uložit, stiskněte [Light Lock].
Tlačítkem [Next] procházejte zobrazeními souhrnu, dokud nedojdete k naměřené vzdálenosti. Tlačítka [Start Stop] a [Light Lock] upravte vzdálenost zobrazenou na displeji na skutečně uběhnutou hodnotu. Volbu potvrďte zvolením [Next].
7. Kalibraci zařízení POD potvrďte stisknutím [Start Stop]. Vaše zařízení Foot POD je nyní kalibrováno.

 **POZNÁMKA:** Pokud nebylo připojení k zařízení Foot POD v průběhu kalibrace stabilní, nebudete mít možnost vzdálenost v souhrnu vzdálenosti upravit. Zajistěte, aby bylo zařízení Foot POD připevněno správně podle pokynů a zkuste to znovu.

Pokud běháte bez zařízení Foot POD, můžete získat údaje o kadenci ze zápěstí. Kadence běhu měřená ze zápěstí se používá spolu s technologií FusedSpeed a je vždy zapnutá pro specifické sportovní




režimy, například pro běh, terénní běh, běžecký pás, orientační běh a atletiku.

Pokud je na začátku cvičení zjištěna přítomnost zařízení Foot POD, je kadence běhu měřená na zápěstí přepisována kadencí podle zařízení Foot POD.

14 IKONY

Hodinky Suunto Ambit2 R zobrazují například tyto ikony:

	chronograf
	nastavení
	intenzita signálu GPS
	párování
	tepová frekvence
	režim sportu
	budík
	intervalový měřič
	zámek tlačítek
	baterie
	aktuální obrazovka
	indikátory tlačítek
	nahoru/zvýšit
	další/potvrdit

	dolů/snížit
	východ slunce
	západ slunce

Ikony POI

Hodinky Suunto Ambit2 R využívají tyto ikony POI:

	budova/domov
	auto/parkoviště
	kemp/kempink
	jídlo/restaurace/kavárna
	ubytování/hostel/hotel
	voda/řeka/jezero/pobřeží
	hora/kopec/údolí/převis
	les
	křižovatka
	výhled
	začátek

-  konec
-  geocache
-  bod Waypoint
-  cesta/dráha
-  skála
-  louka
-  jeskyně

15 PÉČE A ÚDRŽBA


Se zařízením zacházejte opatrně – zabraňte úderům nebo nárazům na ně.

Za normálních podmínek nebudou hodinky potřebovat servisní zásah. Po použití je omyjte čistou vodou, mýdlovým roztokem a opatrně pouzdro osušte vlhkým, měkkým hadříkem nebo jelenicí.

Další informace o péči a údržbě zařízení najdete na www.suunto.com, kde jsou k dispozici různé podpůrné materiály, včetně odpovědí na časté dotazy a instruktážních videí. Můžete zde rovněž poslat dotaz přímo na technickou podporu Suunto nebo získat pokyny, jak si nechat opravit svůj přístroj v autorizovaném servisu Suunto Contact Center. Neopravujte zařízení sami.


Případně můžete kontaktovat technickou podporu Suunto Contact Center telefonicky na čísle uvedeném na poslední stránce tohoto dokumentu. Kvalifikovaný personál Suunto vám pomůže, a v případě potřeby při telefonickém hovoru problémy s vaším přístrojem vyřeší.

Používejte pouze originální příslušenství Suunto – na poškození způsobené jiným než originálním příslušenstvím se nevztahuje záruka.

 **RADA:** Nezapomeňte registrovat svůj přístroj Suunto Ambit2 R na webu MySuunto na stránce www.suunto.com/register. Získáte tak podporu připravenou vašim požadavkům.

15.1 Odolnost proti vodě

Hodinky Suunto Ambit2 R jsou odolné proti vodě do 50 metrů / 164 stop / 5 barů. Hodnota v metrech se vztahuje k aktuální hloubce potápění a je testována tlakem vody při zkoušce odolnosti vodě Suunto.

 **POZNÁMKA:** *Hloubka odolnosti proti vodě se nerovná hloubce, v níž mohou hodinky běžně fungovat. Odolnost proti vodě znamená statickou těsnost zamezující vniknutí vzduchu/vody při sprchování, koupání, plavání, potápění v bazénu a šnorchlování.*


Aby byla odolnost proti vodě zachována, doporučujeme:

- nikdy nepoužívat hodinky jinak, než pro co jsou určeny,
- v případě oprav kontaktovat autorizovaný servis Suunto, distributora nebo prodejce,
- udržovat hodinky v čistotě, bez prachu a písku,
- nikdy se nepokoušet otevřít tělo hodinek,
- bránit působení rychlých změn teploty vzduchu nebo vody na hodinky,
- pokud byly hodinky vystaveny působení slané vody, vždy je omýt čistou vodou,
- zabránit nárazům nebo pádu hodinek.

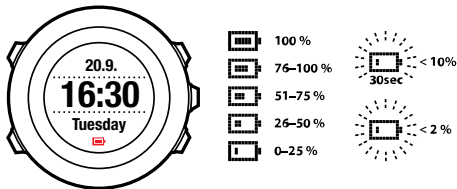
15.2 Nabíjení baterie

Výdrž baterie na jedno nabití závisí na způsobu používání hodinek Suunto Ambit2 R a na tom, za jakých se používají podmínek.


Například nízké teploty snižují výdrž baterie na jedno nabití. Obecně platí, že kapacita dobíjecí baterie se časem snižuje.

 **POZNÁMKA:** V případě abnormálního poklesu kapacity z důvodu vadné baterie je zárukou Suunto zajištěna výměna baterie do 1 roku nebo max. 300 nabíjecích cyklů, podle toho, co nastalo dříve.

Ikona baterie indikuje úroveň nabití baterie. Pokud úroveň nabití baterie klesne pod 10 %, ikona baterie bude blikat po dobu 30 sekund. Pokud úroveň nabití baterie klesne pod 2 %, ikona baterie bude blikat trvale.

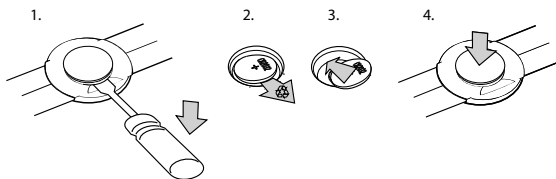


Nabíjte baterii připojením přístroje k počítači USB kabelem, který je součástí dodávky, nebo ji nabíjte USB kompatibilní nabíječkou. Úplné nabití prázdné baterie trvá přibližně 2–3 hodiny.

 **RADA:** Chcete-li šetřit životnost baterie, otevřete web Movescount a změňte interval zjišťování GPS a frekvenci záznamu ve sportovním režimu. Další informace uvádí 10.1.3 Přesnost GPS a úspora energie.

15.3 Výměna baterie v hrudním pásu

Baterii v hrudním pásu vyměňte podle obrázkových pokynů:



16 TECHNICKÉ PARAMETRY

Obecné

- provozní teplota: -20 °C až +60 °C / -5 °F až +140 °F
- teplota při nabíjení baterie: 0 °C až +35 °C / +32 °F až +95 °F
- skladovací teplota: -30 °C až +60 °C / -22 °F až +140 °F
- hmotnost: 70 g / 2,47 oz
- odolnost proti vodě (hodinky): 50 metrů/164 stop/5 barů
- odolnost proti vodě (hrudní pás): 20 metrů/66 stop (ISO 2281)
- sklíčko: minerální krystalické sklo
- napájení: nabíjecí lithium-iontová baterie
- Životnost baterie: ~ 8–25 hodin, v závislosti na zvolené přesnosti GPS

Paměť

- body Waypoint: max. 100

Vysokofrekvenční přijímač

- kompatibilní se standardy Suunto ANT a ANT+™
- komunikační frekvence:
 - ANT+ > 2,457 GHz
 - ANT > 2,465 GHz
- modulace GFSK
- dosah: ~ 2 m/6 stop



Měřič nadmořské výšky

- zobrazený rozsah: -500 ... 9999 metrů / -1640 ... 32800 stop
- rozlišení: 1 m/3 stopy

Chronograf

- rozlišení: 1 sekunda do 9:59'59, poté 1 minuta

Kompas

- rozlišení: 1 stupeň/18 bodů

GPS

- technologie: SiRF star IV
- rozlišení: 1 m/3 stopy

16.1 Ochranná známka

Suunto Ambit2 R, loga a další ochranné známky a názvy značky Suunto jsou registrované nebo neregistrované ochranné známky firmy Suunto Oy. Všechna práva vyhrazena.

16.2 Soulad s FCC

Tento přístroj vyhovuje části 15 Pravidel FCC. Jeho používání podléhá následujícím podmínkám:

- (1) tento přístroj nesmí způsobovat škodlivé interference, a
- (2) tento přístroj musí akceptovat všechny přijaté interference, včetně interferencí, které mohou způsobit nežádoucí činnost. Tento výrobek byl testován na shodu se standardy FCC a je určen pro domácí nebo kancelářské použití.

Změny nebo úpravy, které nejsou výslovně schváleny společností Suunto, mohou zrušit vaše oprávnění používat tento přístroj podle nařízení FCC.

16.3 IC

Tento přístroj je v souladu s normami RSS licenční výjimky Industry Canada. Jeho používání podléhá následujícím podmínkám:

- (1) tento přístroj nesmí způsobovat interference, a
- (2) tento přístroj musí akceptovat všechny interference, včetně interferencí, které mohou způsobit nežádoucí činnost.

16.4 CE

Společnost Suunto Oy tímto prohlašuje, že tento zářivý počítač vyhovuje základním požadavkům a dalším relevantním ustanovením směrnice 1999/5/ES.

16.5 Copyright

Copyright © Suunto Oy. Všechna práva vyhrazena. Suunto, názvy produktů Suunto, jejich loga a další ochranné známky a názvy značky Suunto jsou registrované nebo neregistrované ochranné známky firmy Suunto Oy. Tento dokument a jeho obsah jsou majetkem firmy Suunto Oy a jsou určeny výhradně pro použití jejími klienty k získání znalostí a informací o používání výrobků Suunto. Obsah tohoto dokumentu se nesmí používat ani distribuovat pro žádné jiné účely, nesmí být jinak šířen, sdělován ani reprodukován bez předchozího písemného souhlasu firmy Suunto Oy. Věnovali jsme značnou pozornost tomu, abychom zajistili, že informace

v této dokumentaci jsou úplné a přesné, nicméně v tomto směru neposkytujeme žádnou výslovnou ani předpokládanou záruku. Tento dokument může být kdykoli změněn bez předchozího oznámení. Nejnovější verzi této dokumentace je možné stáhnout ze stránek www.suunto.com.

16.6 Informace o patentech

Tento výrobek je chráněn patenty v jednání a jejich odpovídajícími národními zákony: US 11/169 712, US 12/145 766, US 61/649 617, US 61/649 632, FI20116231, USD 603 521, EP 11008080, EU konstrukce 001296636-0001/0006, 001332985-0001 nebo 001332985-0002 USD 29/313 029, USD 667 127, (hrudní pás: US 7 526 840, US 11/808 391, US 13/071 624, US 61/443 731). Byly použity i ostatní patenty.

16.7 Záruka

OMEZENÁ ZÁRUKA SUUNTO

Firma Suunto zaručuje, že v průběhu Záruční doby firma Suunto nebo autorizovaná servisní centra Suunto (dále pouze Servisní centra) v rámci podmínek této Omezené záruky a na základě vlastního uvážení bezplatně napraví vady materiálu nebo zpracování a) opravením, b) výměnou nebo c) náhradou. Tato Omezená záruka je platná a vymahatelná jen v zemi, ve které došlo ke koupi, pokud není místními zákony stanoveno jinak.

Záruční doba

Záruční doba začíná datem koupě původním kupujícím. Záruční doba přístrojů s displejem je dva (2) roky. Záruční doba na spotřební materiál a příslušenství pro všechny výrobky, včetně (mimo jiné)

zařízení POD a zařízení pro přenos tepové frekvence, je jeden (1) rok.

Kapacita dobíjecí baterie se časem snižuje. V případě abnormálního poklesu kapacity z důvodu vadné baterie je zárukou Suunto zajištěna výměna baterie do 1 roku nebo max. 300 nabíjecích cyklů, podle toho, co nastalo dříve.

Výluky a omezení

Tato Omezená záruka se nevztahuje na:

1. a) normální opotřebení a odření, b) defekty způsobené hrubým zacházením, nebo c) defekty či poškození způsobené nesprávným používáním nebo používáním v rozporu s doporučením;
2. uživatelské příručky nebo položky třetích stran;
3. defekty a domnělé defekty způsobené používáním s jakýmkoli výrobkem, příslušenstvím, softwarem nebo službou nevyrobenou nebo nedodanou firmou Suunto;

Tato Omezená záruka ztrácí platnost, pokud:

1. byl výrobek otevřen mimo zamýšlené použití;
2. byl výrobek opravován pomocí neautorizovaných náhradních součástí; upravován nebo opravován neautorizovaným Servisním střediskem;
3. bylo odstraněno, upraveno nebo jinak zneplatněno výrobní číslo, na základě výhradního rozhodnutí firmy Suunto;
4. byl výrobek vystaven působení chemikálií, včetně mj. odpuzovačů hmyzu.

Suunto nezaručuje, že Výrobek bude fungovat bez přerušení či bezchybně, ani že Výrobek bude spolupracovat s jiným hardwarem či softwarem dodaným třetí stranou.

Přístup k záručnímu servisu Suunto

Pro přístup k záručnímu servisu Suunto musíte doložit doklad o koupi. Pokyny k získání záručního servisu najdete na www.suunto.com/support. Máte-li pochybnosti nebo dotazy, najdete zde i rozsáhlou nabídku podpůrných materiálů. Nebo odtud můžete poslat dotaz přímo na technickou podporu Suunto Contact Center. Případně můžete kontaktovat technickou podporu Suunto Contact Center telefonicky na čísle uvedeném na poslední stránce tohoto dokumentu. Kvalifikovaný personál Suunto vám pomůže, a v případě potřeby při telefonickém hovoru problémy s vaším přístrojem vyřeší.

Omezení odpovědnosti

Tato Omezená záruka v maximální míře, do jaké to povolují platné závazné právní předpisy, představuje jediný a výhradní nápravný prostředek, který vylučuje jakékoli jiné záruky, ať již výslovné či předpokládané. Firma Suunto nebude odpovědná za zvláštní, nahodilé, trestné ani následné škody, mimo jiné za ztráty očekávaných přínosů, ztráty dat, ztráty použití, náklady na kapitál, náklady na náhradní vybavení či zařízení, nároky třetích stran, poškození vlastnictví, vzniklé následkem zakoupení nebo používání výrobku nebo pocházející z porušení záruky, porušení smlouvy, nedbalosti, přečinu, či podle jakékoli teorie zákonného či zvykového práva, i kdyby firma Suunto o možnosti vzniku takových škod

věděla. Firma Suunto nebude zodpovědná za zpoždění při provádění záručního servisu.

INDEX

A

aktualizace softwaru, 14
automatické přerušení, 51
automatický posuv, 16

B

baterie
 hrudní pás, 108
 nabíjení, 106
body Waypoint, 76, 77

č

časovače
 odpočítávací měřič, 30

D

doba zotavení, 56
dynamický souhrn, 55

F

formáty polohy, 64
FusedSpeed, 60

G

GPS, 63
GPS časomíra, 26

H

hledání cesty zpět, 48
hrudní pás, 34, 36
 párování, 97

I

ikony, 102
indikátor dostupné paměti, 54
intervalový měřič, 45
invertování displeje, 18

K

kalibrování
 Foot POD Mini, 99
 kompas, 85
kompas, 84
 hodnota deklinace, 86
 kalibrování, 85
 v průběhu cvičení, 44
kontrast displeje, 19

M

menu servis, 94
mezičasy, 40
místo zájmu (POI)
 navigování, 70
 odstranění, 73

přidání aktuálního umístění,
68

Movescount

připojení k, 13

Suunto App, 17

Suunto App Designer, 17

Suunto App Zone, 17

N

nabíjení baterie, 11

nastavení, 90

čas, 21, 22

GPS časomíra, 26

nastavení času, 21

GPS časomíra, 26

nastavení kontrastu displeje, 19

navigování

hledání cesty zpět, 48

místo zájmu (POI), 70

trasa, 77

v průběhu cvičení, 47

Návrat zpět, 50

O

odpočítávací měřič, 30

P

párování

Foot POD, 97

hrudní pás, 97

POD, 97

Plánované trasy Move, 57

po cvičení, 52, 55

POD

párování, 97

podsvícení, 10

Přesnost GPS, 66

přízpusobení, 13

R

režim času, 21

režim sportu

po cvičení, 52, 55

po cvičení, 52, 55

v průběhu cvičení, 39

zahájení cvičení, 37

S

sítě, 64

směr

azimut, 88

sportovní režimy, 15, 32

doplňkové možnosti, 33

stopky

aktivace, 28

deaktivace, 28

mezičasy, 29

používání, 29

vynulování, 29

zastavení, 29
Suunto App, 17
Suunto App Designer, 17
Suunto App Zone, 17
Suunto Foot POD, 99

T

tlačítka, 8
trasa
 navigování, 77
 odstranění, 83
 přidání, 76
Tréninkový program, 57

ú

údržba, 105

U

umístění, 66

V

v průběhu cvičení, 39
 kompas, 44
 navigování, 47
vlastní sportovní režimy, 15

Z

zahájení cvičení, 37
zámek tlačítek, 10
záznam nadmořské výšky, 41
zaznamenávání dráhy, 40

záznamník, 52



SUUNTO CUSTOMER SUPPORT

1. www.suunto.com/support
www.suunto.com/mysuunto
2. support@suunto.com
3.

AUSTRALIA	+61 1800 240 498
AUSTRIA	+43 720 883 104
CANADA	+1 800 267 7506
FINLAND	+358 9 4245 0127
FRANCE	+33 4 81 68 09 26
GERMANY	+49 89 3803 8778
ITALY	+39 02 9475 1965
JAPAN	+81 3 4520 9417
NETHERLANDS	+31 1 0713 7269
NEW ZEALAND	+64 9887 5223
RUSSIA	+7 499 918 7148
SPAIN	+34 91 11 43 175
SWEDEN	+46 8 5250 0730
SWITZERLAND	+41 44 580 9988
UK	+44 20 3608 0534
USA	+1 855 258 0900


SUUNTO

© Suunto Oy 04/2014

Suunto is a registered trademark of Suunto Oy.

All Rights reserved.