

SUUNTO AMBIT2

UŽIVATELSKÁ PŘÍRUČKA

1. BEZPEČNOST.....	5
2. Ikony a segmenty displeje.....	6
3. Používání tlačítek.....	7
3.1. Používání podsvícení a zámku tlačítek.....	8
4. Začínáme.....	9
5. Přizpůsobení hodinek Suunto Ambit2.....	10
5.1. SuuntoLink.....	10
5.2. Aplikace Suunto.....	10
5.3. Vlastní sportovní režimy.....	10
5.4. Aplikace Suunto.....	11
5.5. Invertování displeje.....	11
5.6. Nastavení kontrastu displeje.....	12
6. Používání režimu Čas.....	14
6.1. Změna nastavení času.....	14
6.2. Používání GPS časomíry.....	16
7. Časovače.....	17
7.1. Aktivace stopek.....	17
7.2. Používání stopek.....	17
7.3. Odpočítávací měřič.....	18
8. Navigace.....	19
8.1. Používání GPS.....	19
8.1.1. Získání signálu GPS.....	19
8.1.2. GPS sítě a formáty polohy.....	19
8.1.3. Přesnost GPS a úspora energie.....	20
8.2. Zjišťování aktuálního umístění.....	20
8.3. Navigace POI.....	21
8.3.1. Přidání aktuálního umístění jako místa zájmu (POI).....	21
8.3.2. Navigování k místu zájmu (POI).....	22
8.3.3. Odstranění místa zájmu (POI).....	24
8.4. Navigace po trase.....	24
8.4.1. Přidání trasy.....	24
8.4.2. Navigování po trase.....	25
8.4.3. V průběhu navigace.....	27
8.4.4. Odstranění trasy.....	28
9. Používání režimu Alti & Baro.....	29
9.1. Jak pracuje režim Alti & Baro.....	29
9.2. Získání správných údajů.....	29

9.3. Získání nesprávných údajů.....	30
9.4. Vybrání vhodného profilu pro prováděnou aktivitu.....	30
9.4.1. Nastavení profilů.....	30
9.4.2. Nastavení referenčních hodnot.....	31
9.5. Používání profilu Výškoměr.....	31
9.6. Používání profilu Barometr.....	32
9.7. Používání profilu Automaticky.....	33
9.8. FusedAlti.....	33
9.9. Indikátory počasí.....	34
10. Používání 3D kompasu.....	37
10.1. Kalibrování kompasu.....	37
10.2. Nastavení hodnoty deklinace.....	38
10.3. Nastavení azimutu.....	38
11. Používání sportovních režimů.....	40
11.1. Sportovní režimy.....	40
11.2. Doplnkové možnosti ve sportovních režimech.....	40
11.3. Použití hrudního pásu.....	41
11.4. Nasazení hrudního pásu.....	42
11.5. Zahájení cvičení.....	43
11.6. V průběhu cvičení.....	43
11.6.1. Zaznamenávání dráhy.....	44
11.6.2. Vytváření kol.....	44
11.6.3. Záznam nadmořské výšky.....	44
11.6.4. Nastavení nadmořské výšky v průběhu cvičení.....	45
11.6.5. Používání kompasu v průběhu cvičení.....	45
11.6.6. Použití intervalového měřiče.....	46
11.6.7. Navigování v průběhu cvičení.....	47
11.6.8. Hledání cesty zpět při cvičení.....	48
11.6.9. Používání funkce návrat zpět.....	48
11.6.10. Automatické přerušení.....	49
11.7. Zobrazení záznamníku po cvičení.....	49
11.7.1. Indikátor dostupné paměti.....	50
11.7.2. Dynamický souhrn cvičení.....	51
11.7.3. Doba zotavení.....	51
12. Multisportovní trénink.....	52
12.1. Manuální přepínání sportovních režimů při cvičení.....	52
12.2. Použití předem nakonfigurovaného multisportovního režimu.....	52
13. Plavání.....	54
13.1. Pool swimming (Plavání v bazénu).....	54
13.2. Plavání v otevřeném prostoru.....	54

13.3. Výuka plaveckých stylů do přístroje Suunto Ambit2.....	55
13.4. Nácvik plavání.....	56
14. FusedSpeed.....	57
15. Úprava nastavení.....	59
15.1. Menu servis.....	61
16. Párování zařízení POD / hrudního pásu.....	63
16.1. Použití zařízení Food POD.....	64
16.2. Kalibrování power PODů a sklonu.....	65
17. Ikony.....	67
18. Péče a údržba.....	69
18.1. Odolnost proti vodě.....	69
18.2. Nabíjení baterie.....	69
18.3. Výměna baterie v hrudním pásu.....	70
19. Technické údaje.....	71
19.1. Ochranná známka.....	72
19.2. Soulad s FCC.....	72
19.3. IC.....	72
19.4. CE.....	72
19.5. Copyright.....	72
19.6. Informace o patentech.....	73
19.7. Záruka.....	73

1. BEZPEČNOST

Typy bezpečnostních opatření

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

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

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

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

Bezpečnostní opatření

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

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

 **VAROVÁNÍ:** POUZE PRO REKREAČNÍ POUŽITÍ.

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

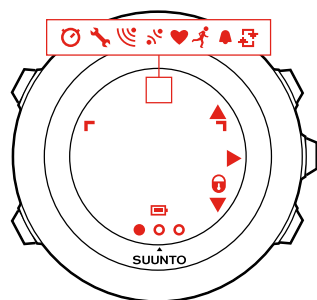
 **UPOZORNĚNÍ:** NA PRODUKT NEAPLIKUJTE ŽÁDNÁ ROZPOUŠTĚDLA, MOHOU POŠKODIT POVRCH.

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

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

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

2. Ikony a segmenty displeje

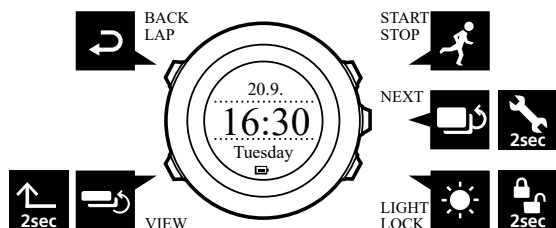


- | | |
|-----------------|-------------------|
| chronograph | interval timer |
| settings | button lock |
| signal strength | battery |
| pairing | current screen |
| heart rate | button indicators |
| sport mode | up / increase |
| alarm | next / confirm |
| | down / decrease |

Úplný seznam ikon hodinek Suunto Ambit2 uvádí *17. Ikony*.

3. Používání tlačítek

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



[Start Stop] :

- otevření menu start,
- přerušování nebo obnovení cvičení nebo časovače,
- přidržet tlačítko se zastaví a uloží cvičení,
- zvýšení hodnoty nebo přechod v nastavení nahoru.

[Next] :

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

[Light Lock] :

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

[View] :

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

[Back Lap] :

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

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

Definování zkratk

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

Definování zkratk:

1. Otevřete menu možností podržením stisknutého tlačítka [Next] .

2. Vyhledejte položku menu, k níž chcete vytvořit zkratku.
3. Přidržením tlačítka [View] vytvoříte zkratku.

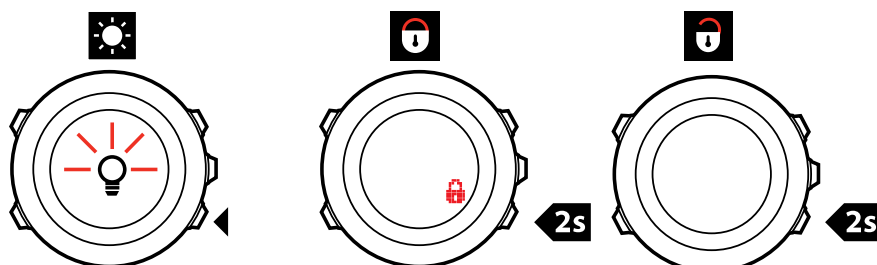
 **POZNÁMKA:** Zkratky není možné vytvářet ke všem možným položkám menu, například k jednotlivým záznamům.

V ostatních režimech se přidržením tlačítka [View] otevrou 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)**.



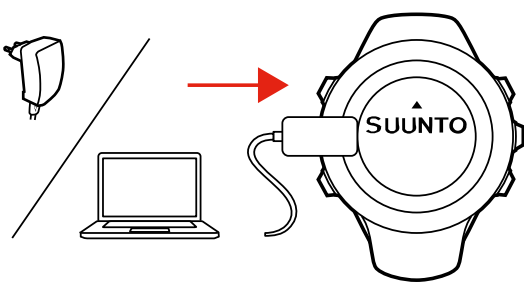
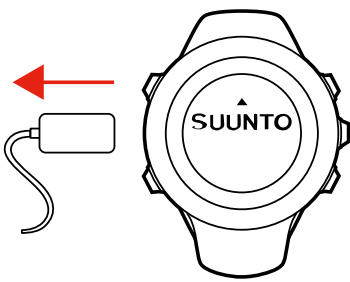
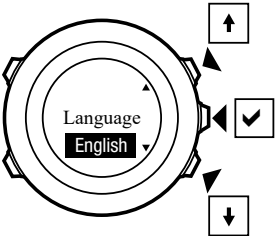
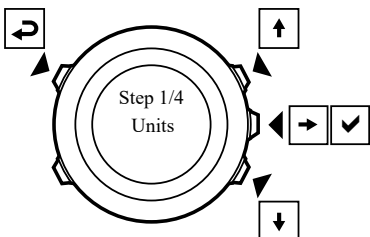
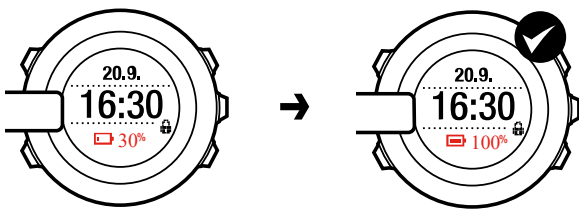
 **TIP:** Pro sportovní režimy zvolte nastavení zámku tlačítek **Actions only (Pouze akce)**. Především tak nechtěnému spuštění nebo zastavení záznamu cvičení. I když jsou tlačítka [Back Lap] a [Start Stop] zamknutá, můžete aktivovat podsvícení stisknutím [Light Lock], přepínat displeje stisknutím [Next]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

4. Začínáme

Vaše hodinky Suunto Ambit2 se po připojení k počítači nebo k USB nabíječce 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. Přizpůsobení hodinek Suunto Ambit2

5.1. SuuntoLink

Chcete-li aktualizovat software hodinek, stáhněte si a nainstalujte na počítač PC nebo Mac program SuuntoLink.

Důrazně doporučujeme aktualizovat hodinky pokaždé, když bude k dispozici nová verze softwaru. Je-li k dispozici aktualizace, obdržíte oznámení ze softwaru SuuntoLink nebo z aplikace Suunto.

Další informace naleznete na stránce www.suunto.com/SuuntoLink.

Postup aktualizace softwaru hodinek:

1. Připojte hodinky k počítači kabelem USB, který je součástí dodávky.
2. Spusťte program SuuntoLink, pokud ještě neběží.
3. Klikněte v programu SuuntoLink na tlačítko aktualizace.

5.2. Aplikace Suunto

Díky aplikaci Suunto můžete své zážitky s hodinkami Suunto Ambit2 ještě rozšířit analýzou a sdílením tréninků, připojením k partnerským službám a mnoha dalšími možnostmi.

Párování hodinek s aplikací Suunto:

1. Stáhněte a nainstalujte aplikaci Suunto do kompatibilního mobilního zařízení z App Store, Google Play nebo několika populárních obchodů s aplikacemi z Číny.
2. Spusťte aplikaci Suunto a přihlaste se.
3. Připojte hodinky k počítači kabelem USB, který je součástí balení.
4. Spusťte program SuuntoLink, pokud ještě neběží.
5. Postupujte podle pokynů v programu SuuntoLink.

Všechny vaše tréninky budou synchronizovány s aplikací Suunto prostřednictvím služby SuuntoLink.

5.3. Vlastní sportovní režimy

Kromě výchozích sportovních režimů uložených v hodinkách můžete vytvořit a upravit vlastní sportovní režimy v aplikaci SuuntoLink.

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.

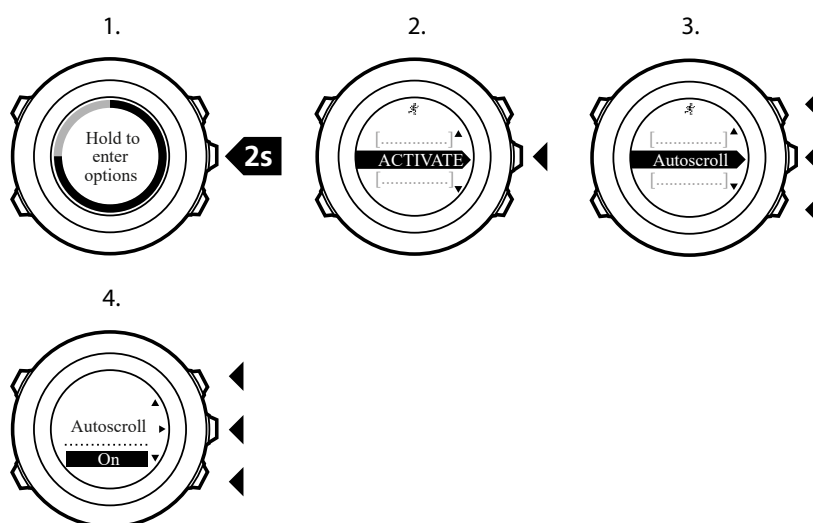
Do zařízení Suunto Ambit2 můžete nahrát až 10 různých sportovních režimů vytvořených v aplikaci SuuntoLink. Vždy může být aktivní pouze jeden sportovní režim.

 **TIP:** V aplikaci SuuntoLink můžete také upravovat výchozí sportovní režimy.

Funkce **Autoscroll** (Autom. posuv) umožňuje nastavit v hodinkách automatické posouvání displejů sportovního režimu. V aplikaci SuuntoLink aktivujete funkci a nastavíte, jak dlouho budou zobrazení zobrazena ve vašem vlastním sportovním režimu. Funkci **Automatický posuv** můžete během cvičení zapnout nebo vypnout, aniž by to ovlivnilo nastavení v aplikaci SuuntoLink.

Zapnutí/vypnutí funkce **Automatický posuv** během cvičení:

1. Pro přechod do nabídky možností podržte při spuštěném sportovním režimu tlačítko [Next] .
2. Pomocí tlačítka [Light Lock] přejděte na položku **AKTIVOVAT** a stiskněte tlačítko [Next] .
3. Pomocí tlačítka [Start Stop] přejděte na položku **Autom. posuv** a stiskněte tlačítko [Next] .
4. Pro **zapnutí/vypnutí** funkce **Automatický posuv** stiskněte tlačítko [Start Stop] nebo [Light Lock] a potvrďte tlačítkem [Next] .



5.4. Aplikace Suunto

Aplikace Suunto umožňují další přizpůsobení hodinek Suunto Ambit2. Použijte funkci přizpůsobení sportovního režimu v aplikaci SuuntoLink, kde najdete různé aplikace, jako jsou časovače a počítadla, které můžete použít.

 **POZNÁMKA:** Aplikace Suunto v aplikaci SuuntoLink jsou aplikace, které můžete použít ve vašich hodinkách. Jde o jiný typ aplikací, než jsou aplikace Suunto, které jsou mobilními aplikacemi používanými pro analyzování a sdílení vašich tréninků, spojení s partnery, vytváření tras a k dalším účelům.

Přidání aplikací Suunto do Suunto Ambit2:

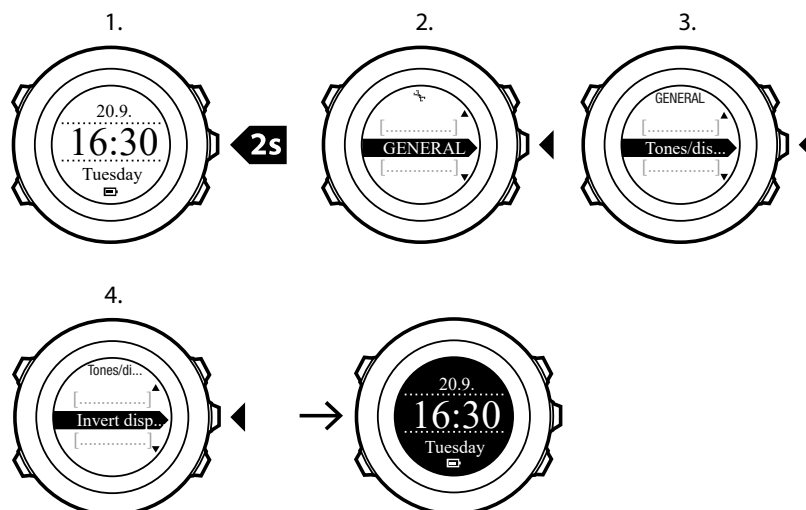
1. V aplikaci SuuntoLink použijte funkci přizpůsobení sportovního režimu a vyberte si aplikaci, kterou chcete používat.
2. Připojte zařízení Suunto Ambit2 k aplikaci SuuntoLink pro synchronizaci aplikace Suunto s hodinkami. Přidaná aplikace Suunto zobrazí výsledek svého výpočtu během cvičení.

5.5. Invertování displeje

Displej přístroje Suunto Ambit2 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] .



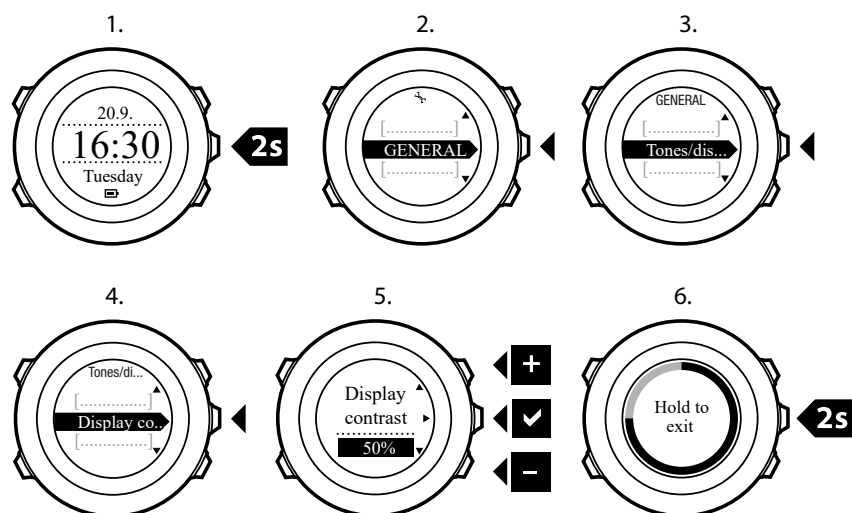
 **TIP:** Displej hodinek Suunto Ambit2 můžete invertovat i přidržením tlačítka [View] v režimu **TIME** (Čas), ve sportovním režimu, při navigaci nebo při používání stopek a časovačů.

5.6. Nastavení kontrastu displeje

Kontrast displeje hodinek Suunto Ambit2 můžete zvýšit nebo snížit.

Postup úpravy kontrastu displeje v nastaveních:

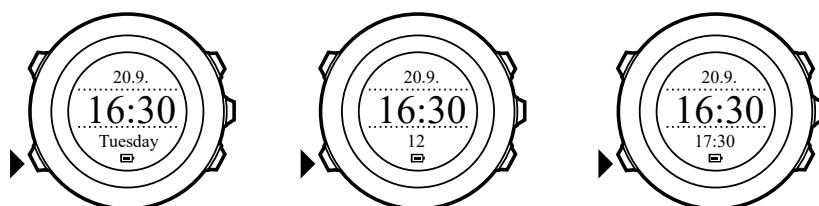
1. Otevřete menu možností podržením stisknutého tlačítka [Next] .
2. Stisknutím [Next] otevřete položku nastavení **GENERAL** (Obecné).
3. Stisknutím [Next] otevřete **Tones/display** (Tóny/displej).
4. Tlačítkem [Light Lock] vyberte položku **Display contrast** (Kontrast displeje) a otevřete ji stisknutím [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:

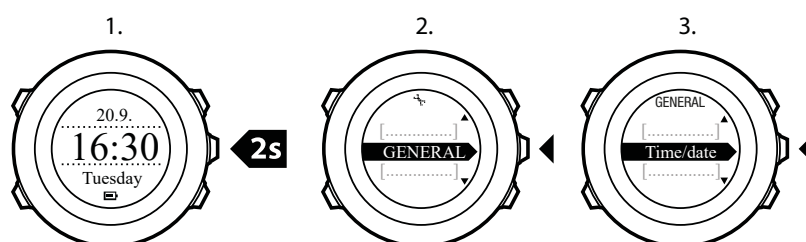
- horní řádek: datum
- střední řádek: čas
- dolní řádek: tlačítkem [View] přepínáte mezi dny v týdnu, sekundami, duálním časem a dalšími informacemi.



6.1. Změna nastavení času

Postup otevření nastavení času:

1. Menu možností otevřete přidržetím 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] .

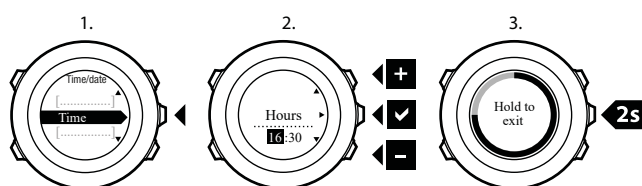


Nastavení času

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. Tlačítky [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.

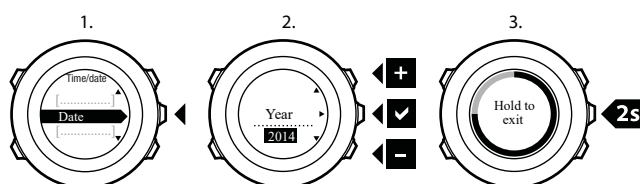


Nastavení data

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.

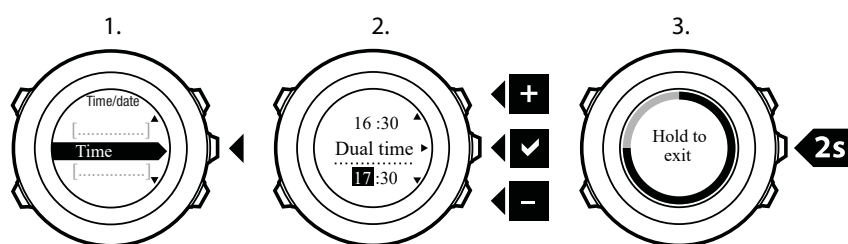


Nastavení duálního času

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.

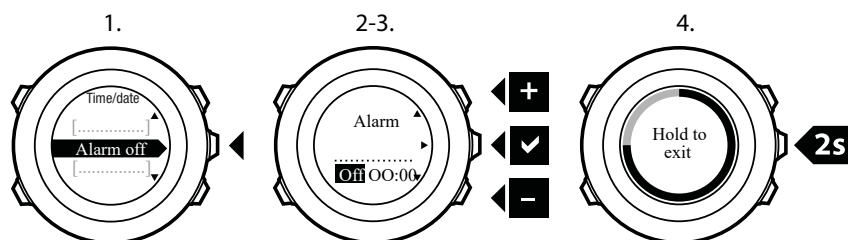


Nastavení budíku

Hodinky Suunto Ambit2 můžete používat jako budík.

Postup přístupu k budíku a nastavení buzení:

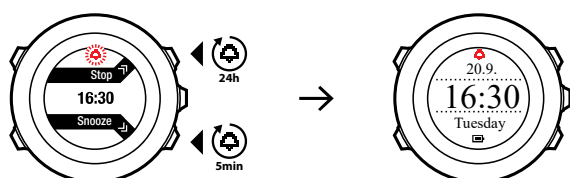
1. V menu možností otevřete položku **GENERAL** (Obecné), potom **Time/date** (Čas/datum) a **Alarm** (Budík).
2. Tlačítka [Start Stop] a [Light Lock] zapnete nebo vypnete budík. Potvrďte tlačítkem [Next] .
3. Tlačítka [Start Stop] a [Light Lock] nastavte hodiny a minuty. Potvrďte tlačítkem [Next] .
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

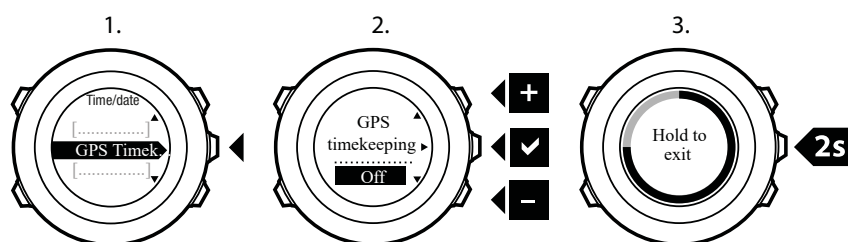
GPS časomíra opravuje odchylku mezi hodinkami Suunto Ambit2 a časem dle GPS. GPS časomíra opravuje čas automaticky jednou denně nebo po manuálním nastavení času. Opravuje se i duální čas.

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. Tlačítky [Start Stop] a [Light Lock] zapnete nebo vypnete GPS časomíru. Potvrďte tlačítkem [Next].
3. Tlačítkem [Back Lap] se vraťte do nastavení nebo podržte stisknuté [Next], chcete-li menu nastavení opustit.



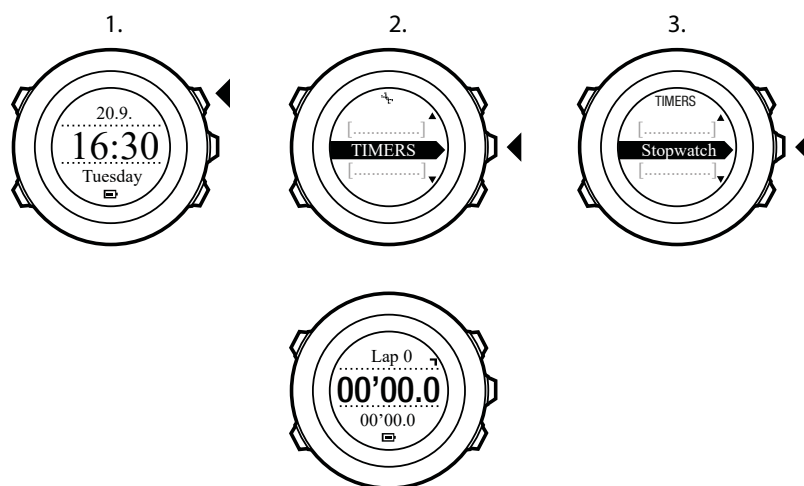
7. Časovače

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:

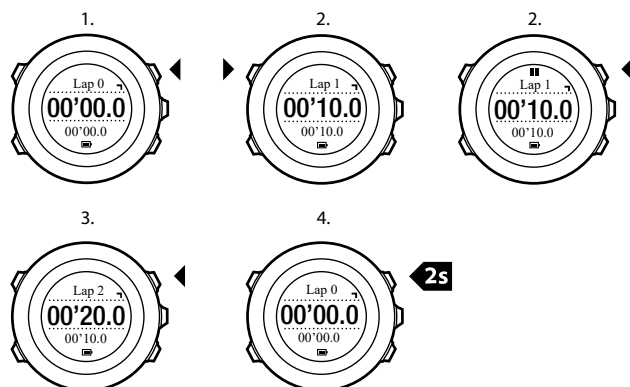
1. Stisknutím [Start Stop] otevřete menu start.
2. Tlačítkem [Light Lock] vyberte položku **TIMERS** (Časovače) a otevřete ji stisknutím [Next].
3. Stisknutím [Next] zvolte **Stopwatch** (Stopky).



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] stopky 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 mezinárodním časem zobrazeným ve spodním řádku displeje.
- tlačítkem [Next] přepnout do režimu **TIME** (čas).
- přidržením tlačítka [Next] otevřít menu možností.

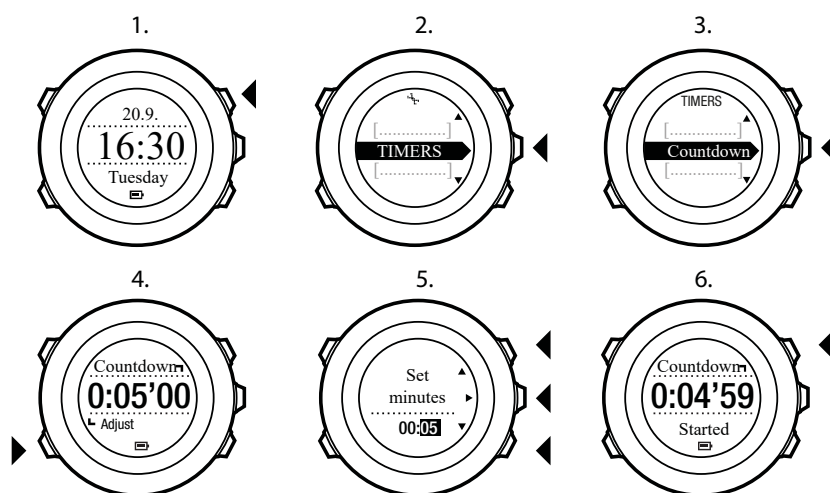
7.3. Odpočítávací měřič

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] spustíte 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).

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

8. Navigace

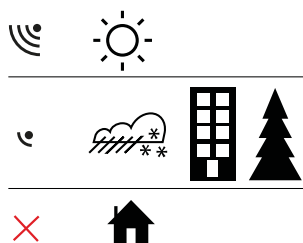
8.1. Používání GPS

Hodinky Suunto Ambit2 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 je optimalizovaný pro použití na zápěstí a přijímá data ve velmi širokém úhlu.

8.1.1. Získání signálu GPS

Hodinky Suunto Ambit2 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.

 **TIP:** 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 stavbami ani vodou. To znamená, že byste se neměli pokoušet aktivovat GPS například v budovách, jeskyních nebo pod vodou.

8.1.2. 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 hodinek 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 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.

8.1.3. Přesnost GPS a úspora energie

Při úpravě sportovních režimů můžete nastavit pevný interval GPS použitím nastavení přesnosti GPS v aplikaci SuuntoLink. Čím je interval kratší, tím je při cvičení přesnost vyšší.

Prodloužením intervalu a snížením přesnosti prodloužíte životnost baterie.

Možnosti přesnosti GPS jsou:

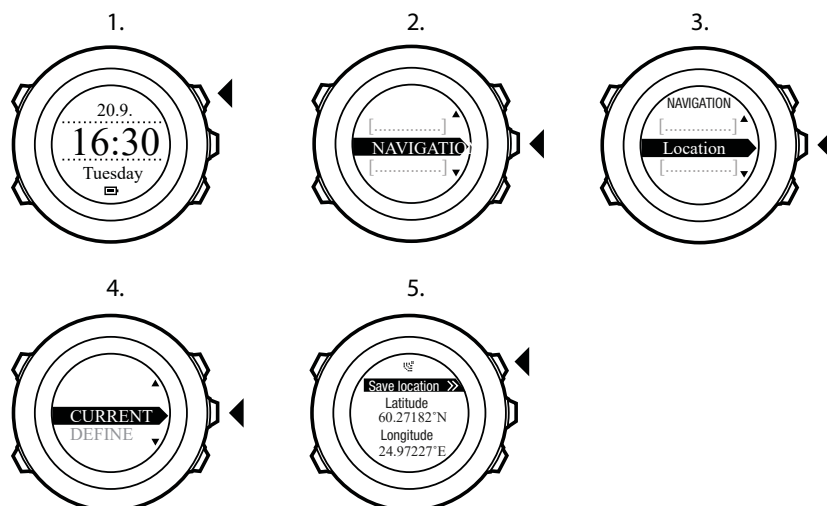
- Nejlepší: Přibližně 1sekundový interval, nejvyšší spotřeba energie
- Dobrá: Přibližně 5sekundový interval, střední spotřeba energie
- OK: Přibližně 60sekundový interval, nejnižší spotřeba energie
- Vypnuto: bez GPS

8.2. Zjišťování aktuálního umístění

Hodinky Suunto Ambit2 umožňují zjistit souřadnice aktuálního umístění pomocí GPS.

Postup zjištění aktuálního umístění:

1. Stisknutím [Start Stop] otevřete menu start.
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.



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

8.3. Navigace POI

8.3.1. Přidání aktuálního umístění jako místa zájmu (POI)

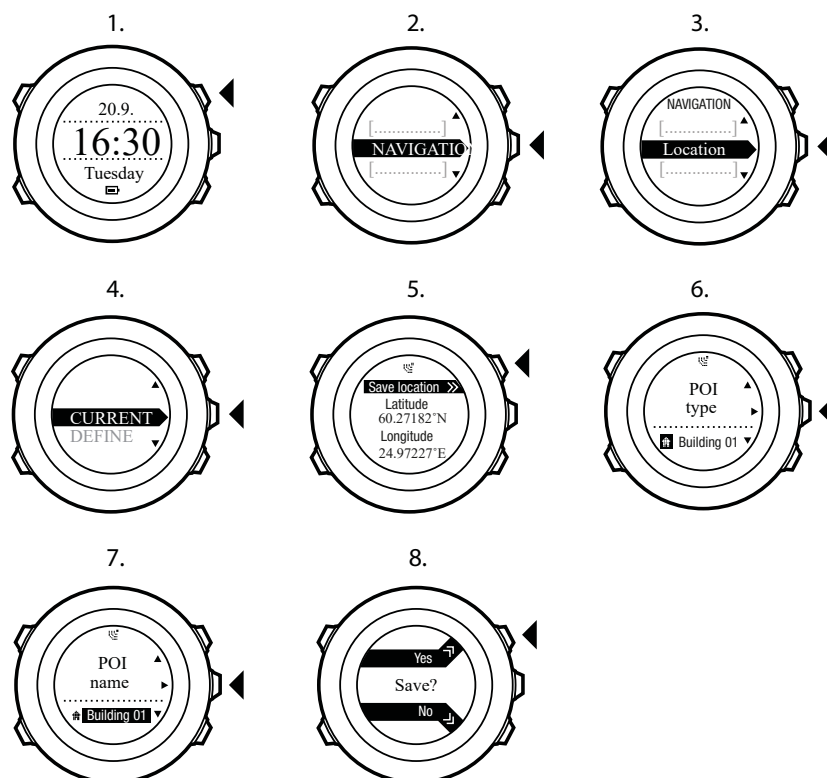
Suunto Ambit2 umožní vám uložit aktuální polohu nebo definovat místo jako POI. K uloženému POI se kdykoli můžete nechat navigovat, například v průběhu cvičení.

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

Typ POI (ikonu) i název POI můžete vybrat z předem definovaného seznamu nebo můžete POI libovolně pojmenovat v aplikaci Suunto.

Postup uložení umístění jako POI:

1. Do nabídky start se dostanete stisknutím tlačítka [Start Stop].
2. Pomocí tlačítka [Start Stop] přejděte na položku **NAVIGACE** a potvrďte tlačítkem [Next].
3. Pro výběr položky **Místo** stiskněte tlačítko [Next].
4. Pro ruční změnu hodnot zeměpisné délky a šířky vyberte **AKTUÁLNÍ** nebo **DEFINOVAT**.
5. Pro uložení místa stiskněte tlačítko [Start Stop].
6. Vyberte vhodný typ POI pro dané místo. Tlačítkem [Start Stop] nebo [Light Lock] procházejte různými typy POI. Pomocí tlačítka [Next] vyberte typ POI.
7. Vyberte pro místo vhodný název. Tlačítkem [Start Stop] nebo [Light Lock] procházejte možnostmi názvů. Tlačítkem [Next] vyberte název.
8. Pro uložení POI stiskněte [Start Stop].



 **TIP:** POI můžete vytvořit v aplikaci Suunto zvolením místa na mapě nebo vložením souřadnic. POI v Suunto Ambit2 a v aplikaci Suunto se synchronizují vždy, když připojíte hodinky k aplikaci SuuntoLink.

8.3.2. Navigování k místu zájmu (POI)

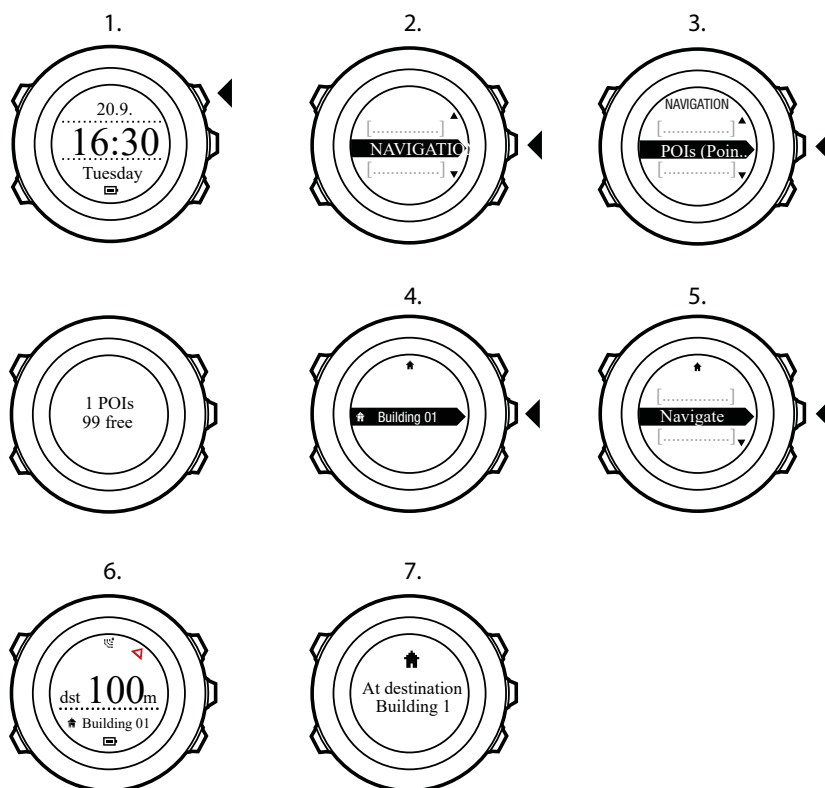
Hodinky Suunto Ambit2 obsahují GPS navigaci, která umožňuje navigovat na předem definované místo uložené jako POI.

 **POZNÁMKA:** Navigaci můžete používat, i když zaznamenáváte cvičení, viz 11.6.7. Navigování v průběhu cvičení.

Postup navigování k POI:

1. Stisknutím [Start Stop] otevřete menu start.
2. Tlačítkem [Start Stop] vyberte položku **NAVIGATION** (Navigate) 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 10.1. 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:

7. indikátor zobrazující směr k cíli (další vysvětlení níže),
8. vzdálenost od cíle,
9. Při dosažení cíle vás hodinky informují.

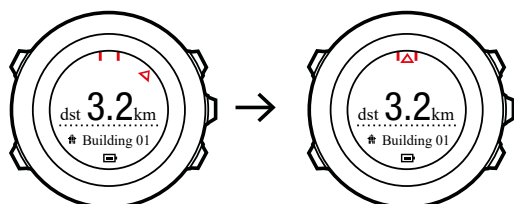


Když jste v klidu nebo se pohybujete pomalu (< 4 km/h), hodinky zobrazují směr k POI (nebo k bodu waypoint, jde-li o navigaci po trase) na základě azimutu.



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

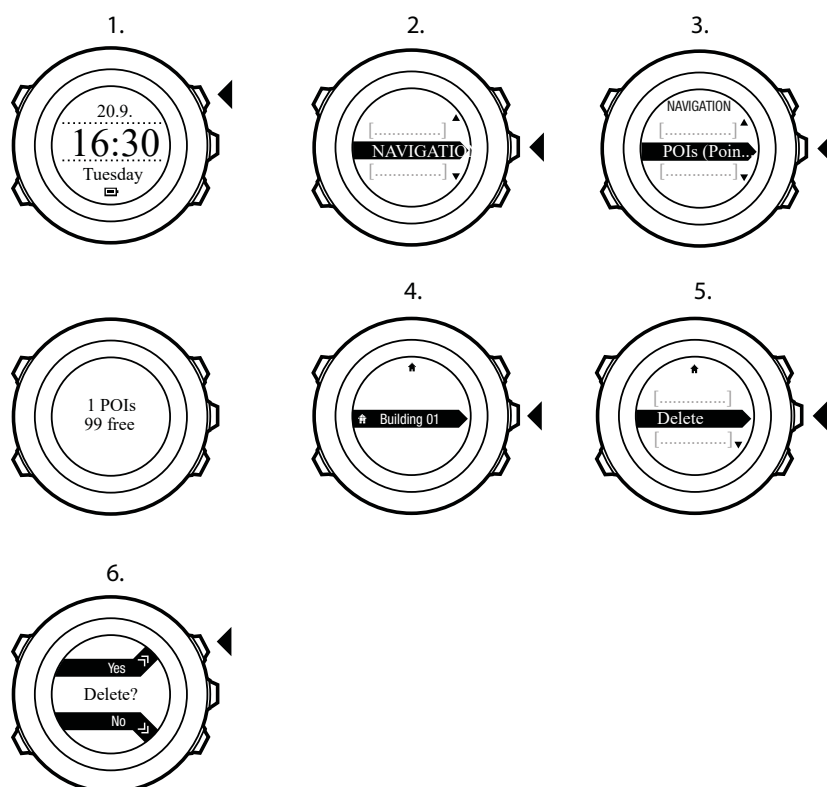
Směr k cíli či azimut je zobrazen jako prázdný trojúhelník. Směr pohybu či postupu je indikován dvojicí čárek v horní části displeje. Když se tyto dvě čárky překrývají s trojúhelníkem, postupujete správným směrem.



8.3.3. Odstranění místa zájmu (POI)

Postup odstranění POI:

1. Stisknutím [Start Stop] otevřete menu start.
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] .



8.4. Navigace po trase

8.4.1. Přidání trasy

Trasu můžete vytvořit v aplikaci Suunto. Trasu můžete také zaznamenat pomocí Suunto Ambit2 a nahrát ji do aplikace Suunto, viz 11.6.1. *Zaznamenávání dráhy.*

Postup přidání trasy:

1. Otevřete aplikaci Suunto a nainportujte nebo vytvořte trasu.
2. Aktivujte aplikaci SuuntoLink a připojte Suunto Ambit2 k vašemu počítači pomocí USB kabelu Suunto. Trasa bude automaticky nahrána do hodinek.



POZNÁMKA: Ujistěte se, že je trasa, kterou chcete nahrát do zařízení Suunto Ambit2, byla vybrána v aplikaci Suunto.

8.4.2. Navigování po trase

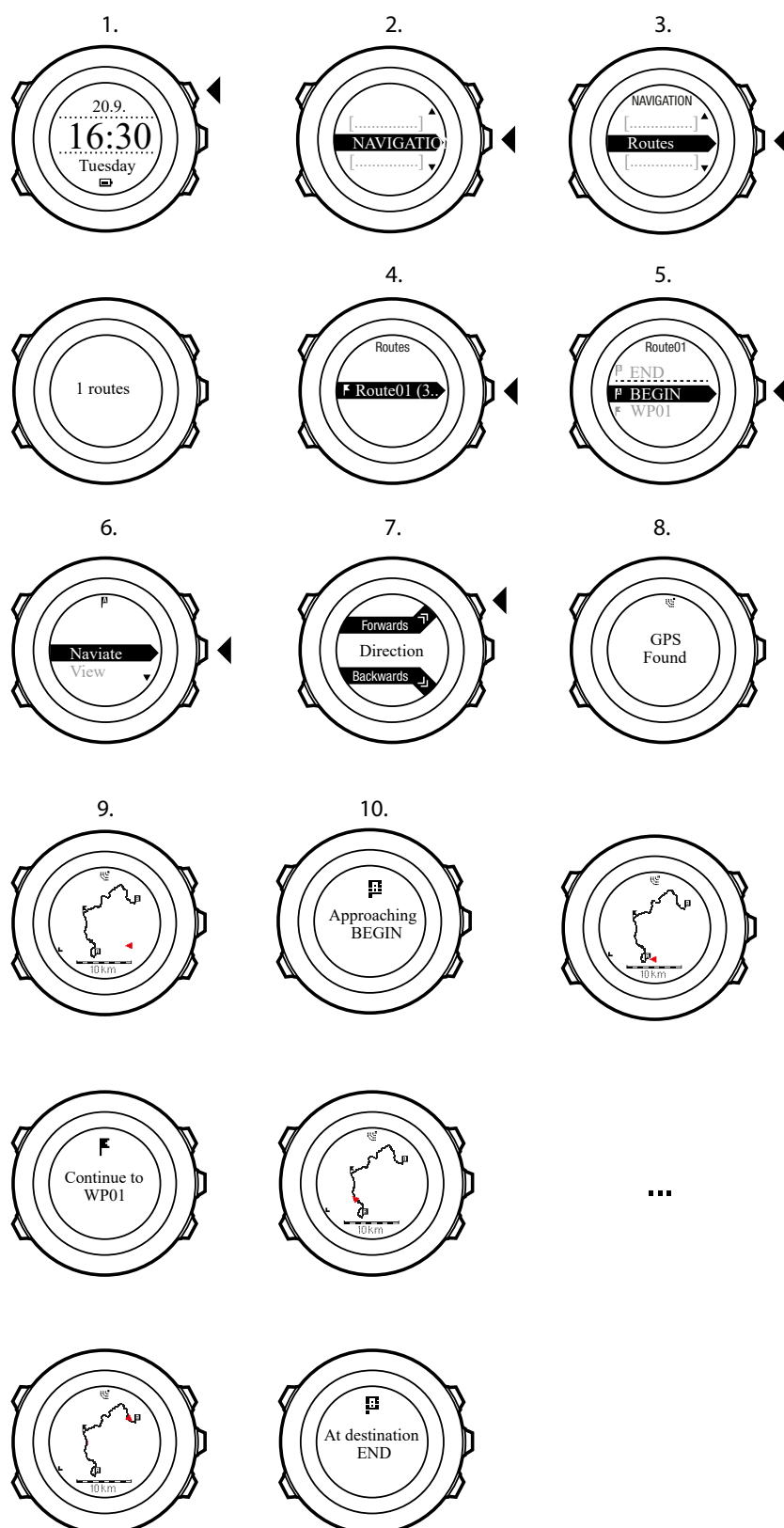
Můžete použít navigaci po trase, kterou jste si stáhli do Suunto Ambit2 z aplikace Suunto přes aplikaci SuuntoLink, viz 8.4.1. Přidání trasy.



POZNÁMKA: Můžete se nechat navigovat i v rámci sportovního režimu, viz 11.6.7. Navigování v průběhu cvičení.

Postup navigace po trase:

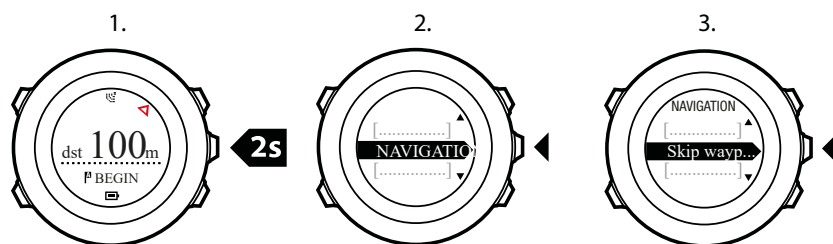
1. Pro vstup do nabídky start stiskněte tlačítko [Start Stop] .
2. Pomocí tlačítka [Start Stop] přejděte na položku **NAVIGACE** a potvrďte tlačítkem [Next] .
3. Pomocí tlačítka [Start Stop] přejděte na položku **Trasy** a potvrďte tlačítkem [Next] . Na hodinkách se zobrazí počet uložených tras a následně seznam všech vašich tras.
4. Pomocí tlačítka [Start Stop] nebo [Light Lock] přejděte na trasu, kterou chcete použít pro navigaci. Vyberte stisknutím tlačítka [Next] .
5. Na hodinkách se zobrazí všechny waypointy na vybrané trase. Tlačítkem [Start Stop] nebo [Light Lock] vyberte waypoint, který chcete použít jako místo startu. Přijměte stisknutím tlačítka [Next] .
6. Pro výběr položky **Navigovat** stiskněte tlačítko [Next] .
7. Pokud vyberete waypoint uprostřed trasy, hodinky Suunto Ambit2 vás požádají o zvolení směru navigování. Stisknutím tlačítka [Start Stop] zvolte **Forwards** (po směru), případně tlačítkem [Light Lock] zvolte **Backwards** (proti směru). Pokud jste jako místo startu zvolili první waypoint, budou vás hodinky Suunto Ambit2 navigovat po směru trasy (od prvního k poslednímu waypointu). Pokud jste vybrali jako místo startu poslední waypoint, budou vás hodinky Suunto Ambit2 navigovat opačným směrem (od posledního k prvnímu waypointu).
8. Před prvním použitím kompasu je nutné provést jeho kalibraci. Pro více informací viz 10.1. *Kalibrování kompasu*. Po aktivování kompasu začnou hodinky hledat GPS signál. Po nalezení signálu se na displeji zobrazí **GPS nalezeno**.
9. Spusťte navigaci k prvnímu waypointu na trase. Hodinky vás budou informovat o tom, že se blížíte k waypointu a automaticky začnou navigovat k dalšímu waypointu na trase.
10. Před posledním waypointem na trase vás hodinky upozorní, že jste dorazili do cíle.



Postup přeskočení waypointu na trase:

1. Pro přechod do nabídky nastavení stiskněte při spuštěné navigaci po trase tlačítko [Next] .
2. Pro výběr položky **NAVIGACE** stiskněte tlačítko [Next] .

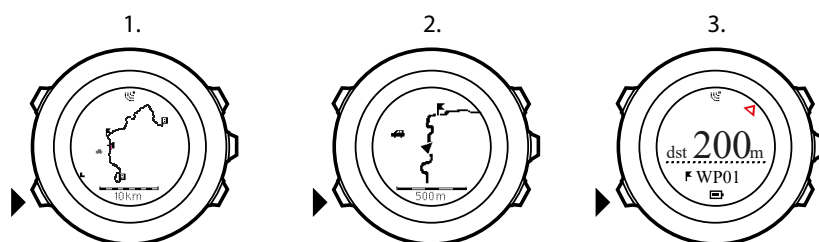
3. Pomocí tlačítka [Start Stop] přejděte na položku **Přeskočit waypoint** a stiskněte tlačítko [Next] . Hodinky přeskočí waypoint a začnou navigovat přímo do dalšího waypointu na trase.



8.4.3. V průběhu navigace

V průběhu navigace procházejte stisknutím [View] těmito zobrazeními:

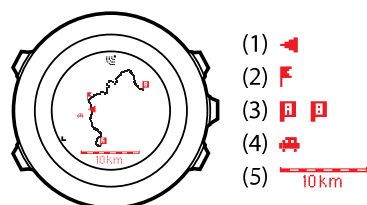
1. zobrazení celé trasy,
2. zvětšené zobrazení trasy. Standardně je zobrazení zvětšeno v měřítku 200 m/0,125 míle nebo větším, pokud jste příliš daleko od trasy. Orientaci mapy můžete změnit v nastavení hodinek v části **GENERAL (OBECNÉ) / Map (Mapa)**.
3. zobrazení navigace pomocí bodů Waypoint



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

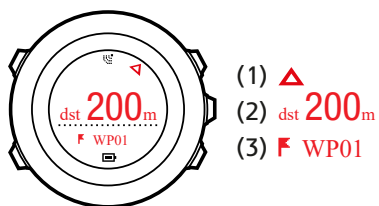


POZNÁMKA: V zobrazení celé trasy je sever vždy nahoře.

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



8.4.4. Odstranění trasy

Trasy můžete odstranit nebo deaktivovat v aplikaci Suunto.

Postup odstranění trasy:

1. Otevřete aplikaci Suunto a odstraňte nebo deaktivujte trasu.
2. Aktivujte aplikaci SuuntoLink a připojte Suunto Ambit2 k vašemu počítači pomocí USB kabelu Suunto. Během synchronizace nastavení bude trasa z hodinek automaticky odstraněna.

9. Používání režimu Alti & Baro

V režimu **ALTI & BARO** můžete zobrazit aktuální nadmořskou výšku nebo barometrický tlak vzduchu. Nabízí tři profily: **Automaticky**, **Barometr** a **Výškoměr**. Další informace o nastavení profilů, viz 9.4.1. *Nastavení profilů*.

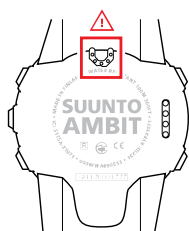
Když jste v režimu **ALTI & BARO**, můžete v závislosti na používaném profilu používat různá zobrazení.

Je-li aktivováno GPS, je možné zobrazit časy východu a západu slunce. Není-li GPS aktivní, jsou časy východu a západu slunce odvozeny od poslední zaznamenané souřadnice GPS.

9.1. Jak pracuje režim Alti & Baro

Abyste získali v režimu **ALTI & BARO** správně naměřené hodnoty, je důležité pochopit, jak přístroj Suunto Ambit2 počítá nadmořskou výšku a tlak vzduchu na hladinu moře. Přístroj Suunto Ambit2 neustále měří absolutní tlak vzduchu. Na základě této naměřené hodnoty a referenčních hodnot vypočítává nadmořskou výšku nebo tlak vzduchu na hladinu moře.

⚠ UPOZORNĚNÍ: Udržujte místo okolo senzoru bez nečistot a písku. Nikdy nevkládejte žádné předměty do otvorů senzoru.



9.2. Získání správných údajů

Pokud provádíte outdoorovou aktivitu, která vyžaduje přesnou hodnotu tlaku vzduchu na hladinu moře nebo nadmořskou výšku, budete muset nejdříve kalibrovat přístroj Suunto Ambit2 zadáním buď vaší aktuální nadmořské výšky nebo aktuálního tlaku vzduchu.

Nadmořskou výšku vašeho umístění můžete najít ve většině topografických map nebo na Google Earth. Referenční hodnotu tlaku vzduchu na hladinu moře pro vaše umístění je možné najít na webových stránkách služeb předpovědi počasí.

Je-li aktivována funkce FusedAlti™, bude hodnota nadmořské výšky využívající kalibrovaný tlak na hladinu moře automaticky upravována pomocí FusedAlti. Další informace uvádí 9.8. *FusedAlti*.

Absolutní tlak vzduchu je měřen konstantně

Absolutní tlak vzduchu a známá referenční hodnota nadmořské výšky = Tlak vzduchu na hladinu moře

Absolutní tlak vzduchu a známý tlak vzduchu na hladinu moře = Nadmořská výška

Změny místních podmínek počasí ovlivní naměřenou nadmořskou výšku. Pokud se místní počasí mění často, doporučuje se často resetovat aktuální referenční hodnotu nadmořské

výšky, pokud možno před zahájením cesty (pokud jsou referenční hodnoty k dispozici). Dokud je místní počasí stabilní, nepotřebujete nastavovat referenční hodnoty.

9.3. Získání nesprávných údajů

Profil VÝŠKOMĚR + beze změny polohy + změna počasí

Je-li profil **Výškoměr** zapnutý po dlouhou dobu a přístroj během této doby nemění svou polohu, přičemž zároveň dochází ke změně počasí, přístroj bude uvádět nesprávné hodnoty nadmořské výšky.

Profil VÝŠKOMĚR + změna nadmořské výšky + změna počasí

Je-li zapnutý profil **Výškoměr**, počasí se často mění a vy se pohybujete ve vertikálním směru (výstup nebo sestup), přístroj bude uvádět nesprávné údaje.

Profil BAROMETR + změna nadmořské výšky

Je-li profil **Barometr** zapnutý po dlouhou dobu, během které se pohybujete ve vertikálním směru (výstup nebo sestup), přístroj předpokládá, že se nepohybujete a interpretuje vaše změny v nadmořské výšce jako změny tlaku vzduchu na hladinu moře. Z toho důvodu uvádí nesprávné údaje o tlaku vzduchu na hladinu moře.

Příklad použití: Nastavení referenční hodnoty nadmořské výšky

Jste již druhý den na své cestě. Zjistíte, že jste ráno při zahájení pochodu zapomněli přepnout profil **Barometr** na profil **Výškoměr**. Víte, že aktuální hodnota nadmořské výšky naměřená přístrojem Suunto Ambit2 je špatná. Takže se přesunete na nejbližší místo, pro které je v topografické mapě uvedena nadmořská výška. V přístroji Suunto Ambit2 opravíte referenční hodnotu nadmořské výšky a přepnete z profilu **Barometr** na profil **Výškoměr**. Naměřené hodnoty nadmořské výšky jsou znovu přesné.

9.4. Vybrání vhodného profilu pro prováděnou aktivitu

Profil **Výškoměr** byste měli vybrat, pokud vaše outdoorové aktivity zahrnují změny nadmořské výšky (například turistika v horském terénu).

Profil **Barometr** byste měli vybrat, pokud vaše outdoorové aktivity nezahrnují změny nadmořské výšky (například kopaná, plavání nebo plavba na lodi).

Abyste získali správně naměřené hodnoty, musíte vybrat správný profil pro prováděnou aktivitu. Přístroj Suunto Ambit2 může vybrat vhodný profil pro aktivitu automaticky nebo jej můžete vybrat sami.



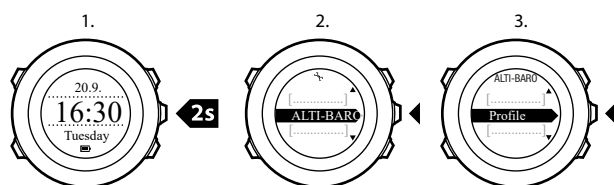
POZNÁMKA: Profil můžete definovat jako součást nastavení sportovního režimu na SuuntoLink nebo v přístroji Suunto Ambit2.

9.4.1. Nastavení profilů

Postup nastavení profilu **ALTI & BARO**:

1. Otevřete menu možností podržením stisknutého tlačítka [Next] .

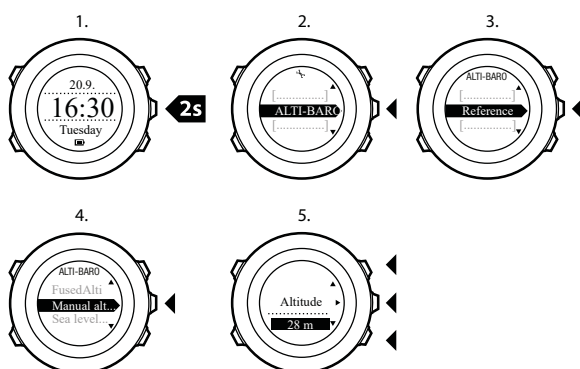
2. Tlačítkem [Light Lock] vyberte položku **ALTI-BARO** a otevřete ji stisknutím [Next] .
3. Stisknutím [Next] zvolte **Profil**.
4. Tlačítkem [Start Stop] nebo [Light Lock] vyberte možnosti profilu (**Automaticky**, **Výškoměr**, **Barometr**). Tlačítkem [Next] vyberte profil.



9.4.2. Nastavení referenčních hodnot

Postup nastavení referenčních hodnot tlaku vzduchu na hladinu moře a nadmořské výšky:

1. Otevřete menu možností podržením stisknutého tlačítka [Next] .
2. Tlačítkem [Light Lock] vyberte položku **ALTI-BARO** a otevřete ji stisknutím [Next] .
3. Tlačítkem [Light Lock] vyberte položku **Reference** a otevřete ji stisknutím [Next] . K dispozici jsou tyto možnosti nastavení:
4. **FusedAlti**: GPS je zapnuto a přístroj začíná počítat nadmořskou výšku podle FusedAlti. Další informace uvádí 9.8. *FusedAlti*.
5. **Manuální nadm. výška**: Manuálně nastavte nadmořskou výšku.
6. **Tlak na úrovni hladiny moře**: Manuálně nastavte referenční hodnotu tlaku na hladinu moře.
7. Tlačítky [Start Stop] a [Light Lock] nastavte referenční hodnotu. Nastavení potvrďte tlačítkem [Next] .



 **TIP:** V režimu **Alti & baro** můžete otevřít nastavení **REFERENCE** přidržetím stisknutého tlačítka [View] .

Nadmořskou výšku můžete nastavit i v průběhu cvičení, viz 11.6.4. *Nastavení nadmořské výšky v průběhu cvičení*.

9.5. Používání profilu Výškoměr

Profil **Výškoměr** počítá nadmořskou výšku na základě referenčních hodnot. Referenční hodnotou může být buď tlak vzduchu na hladinu moře nebo referenční hodnota nadmořské výšky. Když je aktivován profil **Výškoměr**, je na displeji zobrazena ikona výškoměru. Další informace o nastavení profilu, viz 9.4.1. *Nastavení profilů*.

Je-li aktivován profil **Výškoměr**, máte přístup k těmto zobrazením:

- horní řádek: vaše aktuální nadmořská výška
- střední řádek: graf s informacemi o nadmořské výšce za posledních 12 hodin
- dolní řádek: tlačítkem [View] přepínáte mezi časem a teplotou.



 **POZNÁMKA:** Pokud nosíte přístroj Suunto Ambit2 na zápěstí, musíte jej sundat, abyste získali správně změřené hodnoty teploty. Je to proto, že teplota vašeho těla ovlivní počáteční měření.

9.6. Používání profilu Barometr

Profil **Barometr** ukazuje aktuální tlak vzduchu na hladinu moře. Ten je založen na referenčních hodnotách uložených v nastaveních a na konstantně měřeném absolutním tlaku vzduchu. Další informace o nastavení referenčních hodnot, viz 9.4.2. *Nastavení referenčních hodnot*.

Změny v tlaku vzduchu na hladinu moře jsou graficky znázorněny ve středním řádku displeje. Na displeji jsou zobrazeny hodnoty naměřené v intervalu 15 minut za posledních 26 hodin.

Když je aktivován profil **Barometr**, je na displeji zobrazena ikona barometru. Další informace o nastavení profilu **ALTI & BARO**, viz 9.4.1. *Nastavení profilů*.

Je-li aktivován profil **Barometr**, přístroj Suunto Ambit2 ukazuje tyto barometrické informace:

- horní řádek: aktuální tlak vzduchu na hladinu moře
- střední řádek: graf obrazující data tlaku vzduchu na hladinu moře za posledních 27 hodin (interval záznamu 1 hodina)
- dolní řádek: tlačítkem [View] přepínáte mezi teplotou, časem a referenční hodnotou nadmořské výšky.



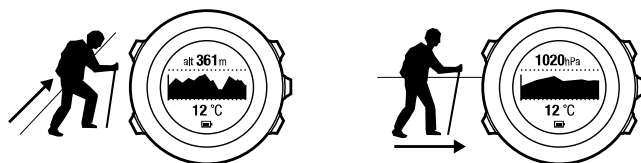
Referenční hodnota nadmořské výšky je poslední nadmořská výška použitá v režimu **ALTI & BARO**. Může to být:

- nadmořská výška nastavená jako referenční v profilu **Barometr** nebo
- poslední nadmořská výška zaprotokolovaná v profilu **Automaticky** před přepnutím na profil **Barometr**.

 **POZNÁMKA:** Pokud nosíte přístroj Suunto Ambit2 na zápěstí, musíte jej sundat, abyste získali správně změřené hodnoty teploty. Je to proto, že teplota vašeho těla ovlivní počáteční měření.

9.7. Používání profilu Automaticky

Profil **Automaticky** přepíná mezi profily **Výškoměr** a **Barometr** podle toho, jak se s přístrojem pohybujete. Pokud je aktivní profil **Automaticky**, přístroj automaticky interpretuje změny tlaku vzduchu jako změny v nadmořské výšce nebo změny počasí.



Není možné současně měřit změny počasí a změny nadmořské výšky, protože oba jevy způsobuje okolní tlak vzduchu. Přístroj Suunto Ambit2 zjišťuje pohyb ve svislém směru a podle potřeby přepíná měření nadmořské výšky. Je-li zobrazena nadmořská výška, je aktualizována s max. prodlevou 10 sekund.

Pokud se pohybujete beze změny nadmořské výšky (méně než 5 metrů ve svislém směru za 12 minut), přístroj Suunto Ambit2 interpretuje všechny změny tlaku vzduchu jako změny počasí. Interval měření je 10 sekund. Měření nadmořské výšky zůstává konstantní a pokud dojde ke změně počasí, uvidíte změny v hodnotách naměřeného tlaku vzduchu na hladinu moře.

Pokud se pohybujete ve svislém směru (během 3 minut změníte nadmořskou výšku o více než 5 metrů), přístroj Suunto Ambit2 interpretuje všechny změny tlaku vzduchu jako změny nadmořské výšky.

V závislosti na aktivovaném profilu můžete pomocí tlačítka [View] používat zobrazení profilu **Výškoměr** nebo **Barometr**.



POZNÁMKA: Pokud používáte profil **Automaticky**, nejsou na displeji zobrazeny ikony barometru nebo výškoměru.

9.8. FusedAlti

FusedAlti™ poskytuje hodnoty nadmořské výšky, které jsou kombinací GPS a barometrického měření nadmořské výšky. Ve výsledně zobrazené hodnotě nadmořské výšky minimalizuje efekt dočasných a skokových chyb.

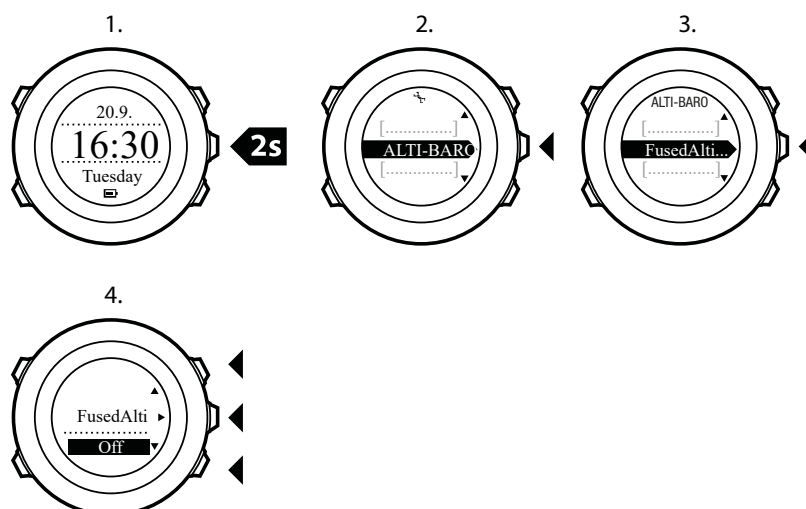


POZNÁMKA: Standardně je nadmořská výška při cvičeních využívajících GPS nebo při navigaci měřena pomocí FusedAlti. Je-li GPS vypnuté, je nadmořská výška měřena snímačem barometrického tlaku.

Nechcete-li měřit nadmořskou výšku pomocí funkce FusedAlti, můžete ji vypnout v menu možností.

Postup vypnutí funkce FusedAlti:

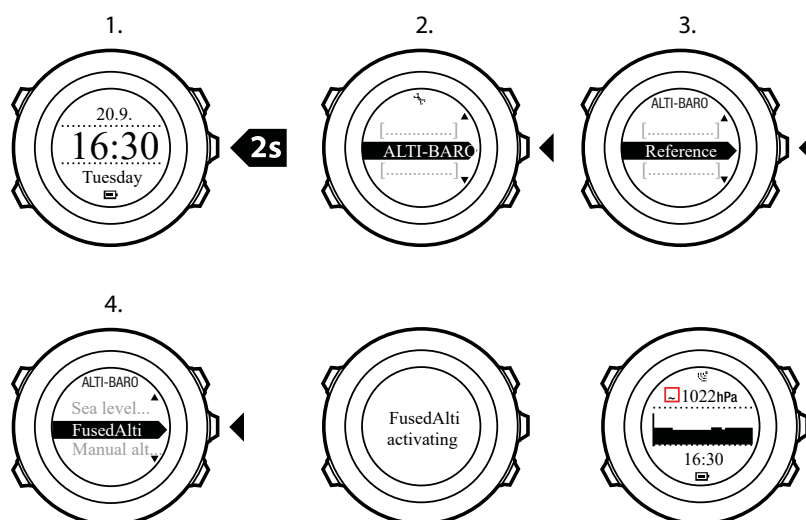
1. Podržením stisknutého tlačítka [Next] otevřete menu možností.
2. Tlačítkem [Light Lock] vyberte položku **ALTI-BARO** a otevřete ji stisknutím [Next] .
3. Tlačítkem [Start Stop] vyberte položku **FusedAlti** a zvolte ji stisknutím [Next] .
4. Tlačítky [Start Stop] nebo [Light Lock] nastavte FusedAlti do stavu **Vypnuto** a potvrďte tlačítkem [Next] .



Je-li přístroj v režimu **ČAS**, můžete s FusedAlti hledat novou referenci pro barometricky měřenou nadmořskou výšku. Tím se na maximálně 15 minut aktivuje GPS.

Postup hledání nové reference pro barometricky měřenou nadmořskou výšku s FusedAlti:

1. Otevřete menu možností podržením stisknutého tlačítka [Next] .
2. Tlačítkem [Light Lock] vyberte položku **ALTI-BARO** a otevřete ji stisknutím [Next] .
3. Tlačítkem [Light Lock] vyberte položku **Reference** a otevřete ji stisknutím [Next] .
4. Tlačítkem [Start Stop] vyberte položku **FusedAlti** a zvolte ji stisknutím [Next] . GPS je zapnuto a přístroj začíná počítat nadmořskou výšku podle FusedAlti.

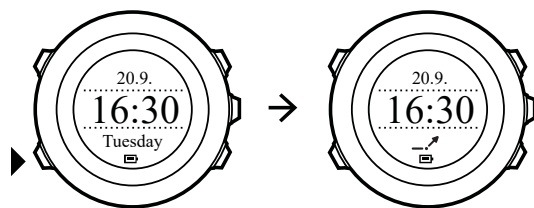


POZNÁMKA: V dobrých podmínkách trvá aktivace FusedAlti 4 – 12 minut. V této době přístroj Suunto Ambit2 zobrazuje barometrickou nadmořskou výšku a u hodnoty nadmořské výšky je zobrazen znak ~, který indikuje, že zobrazená hodnota nemusí být přesná.

9.9. Indikátory počasí

Kromě barometru (viz 9.6. *Používání profilu Barometr*) má Suunto Ambit2 ještě dva další indikátory počasí: tendenci vývoje počasí a bouřkový alarm.

Indikátor tendence vývoje počasí se zobrazí v režimu **ČAS** a představuje rychlou cestu, jak zjistit, zda se nemá měnit počasí.



Indikátor tendence počasí se skládá ze dvou linek tvořících šipku. Každý řádek představuje tříhodinové období. Změna tlaku vzduchu vyšší než 2 hPa / 0,59 inHg v průběhu tří hodin způsobí změnu směru šipky. Například:

	prudký pokles tlaku v průběhu posledních šesti hodin
	tlak byl stabilní, ale během posledních tří hodin výrazně stoupal
	tlak výrazně stoupal, ale během posledních tří hodin výrazně klesl

Bouřkový alarm

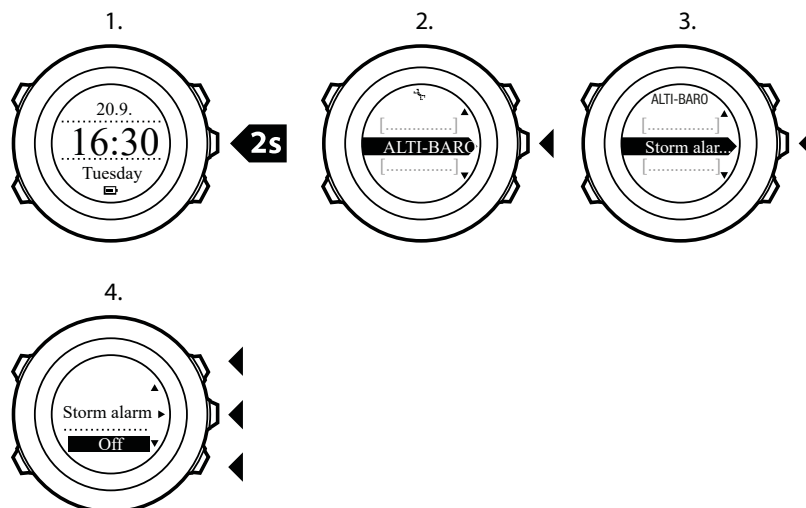
Významný pokles tlaku vzduchu obvykle signalizuje příchod bouřky, a proto byste měli vyhledat úkryt. Když je aktivní bouřkový alarm, Suunto Ambit2 vydává zvukový signál a rozblíká se symbol bouřky, když klesne tlak o 4 hPa / 0,12 inHg či více během tříhodinového období.



POZNÁMKA: Bouřkový alarm nefunguje, pokud nemáte aktivovaný profil výškoměru. Viz 9.4.1. Nastavení profilů.

Postup aktivace funkce **Storm alarm (Bouřkový alarm)**:

1. Otevřete menu možností podržením stisknutého tlačítka [Next] .
2. Tlačítkem [Light Lock] vyberte položku **ALTI-BARO** a otevřete ji stisknutím [Next] .
3. Stisknutím [Next] zvolte položku **Storm alarm (Bouřkový alarm)**.
4. Tlačítky [Start Stop] nebo [Light Lock] nastavte u bouřkového alarmu hodnotu **On (Zapnuto)** nebo **Off (Vypnuto)**, potvrďte tlačítkem [Next] .



Když se aktivuje bouřkový alarm, můžete jej ukončit stiskem kteréhokoli tlačítka. Pokud není stisknuto žádné tlačítko, bude se alarm opakovat každých pět minut. Symbol bouřky zůstane na displeji, dokud se povětrnostní podmínky nestabilizují (zpomalí se pokles tlaku).

Pokud se aktivuje bouřkový alarm během záznamu cvičení, dojde k vytvoření speciálního mezičasu (označen „storm alarm“).

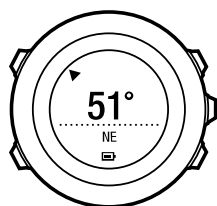
 **TIP:** Bouřkový alarm je možné aktivovat či deaktivovat pomocí menu možností ve sportovním režimu.

10. Používání 3D kompasu

Hodinky Suunto Ambit2 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.

Režim **KOMPAS** zobrazuje následující informace:

- střední řádek: směr vyjádřený ve stupních
- dolní řádek: tlačítkem [View] přepínáte 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.

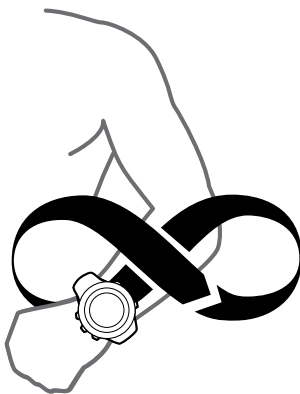
Informace o používání kompasu v průběhu cvičení uvádí 11.6.5. *Používání kompasu v průběhu cvičení.*

10.1. 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 přidržením 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 naklánejte 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] .

10.2. Nastavení hodnoty deklinace

Aby kompas zobrazoval správné hodnoty, nastavte přesnou hodnotu deklinace.

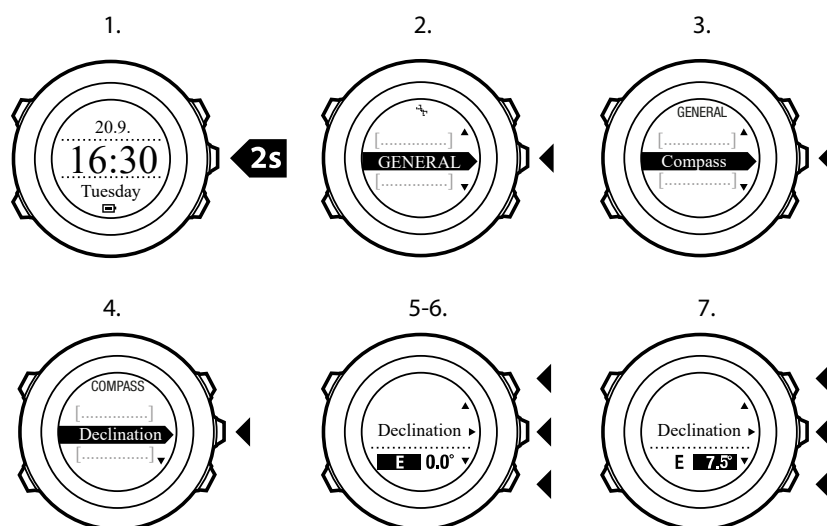
Papírové mapy jsou orientovány podle zemského severního pólu. Kompasů však ukazují na magnetický severní pól – oblast nad Zemí, do které se sbíhají magnetické siločáry. Protože magnetický severní pól a zemský severní pól neleží v jednom místě, musíte v kompasu nastavit deklinaci. Úhel mezi magnetickým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

Hodnota deklinace je uvedena na většině map. Umístění magnetického severního pólu se každý rok mění, takže nej přesnější 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 přidržením 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. Tlačítka [Start Stop] nebo [Light Lock] nastavte hodnotu deklinace.
7. Stisknutím [Next] potvrďte nastavení.



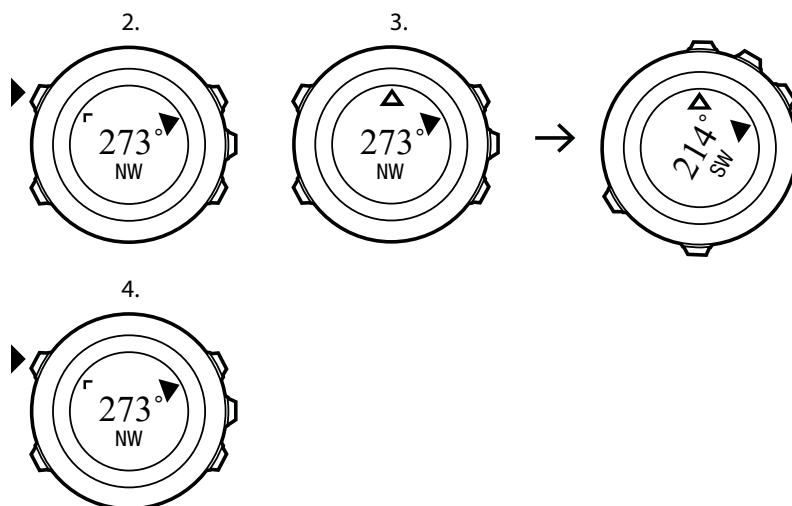
 **TIP:** Nastavení kompasu můžete otevřít rovněž přidržením tlačítka [View] v režimu **COMPASS** (Kompas).

10.3. 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.

11. Používání sportovních režimů

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

Sportovní režimy můžete otevřít stisknutím [Start Stop] v režimu **ČAS** a **ALTI & BARO**, nebo je-li kalibrován kompas, i v režimu **KOMPAS**.



11.1. 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 14. FusedSpeed.) Zvolený sportovní režim rovněž ovlivní nastavení cvičení, jako jsou limity srdečního tepu, vzdálenost automatického kola, režim **ALTI & BARO** a frekvence zaznamenávání.

Na SuuntoLink můžete vytvořit další vlastní sportovní režimy, upravit předem definované sportovní režimy a stáhnout je do přístroje.

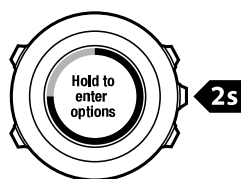
V průběhu cvičení poskytují předem definované sportovní režimy informace, které jsou užitečné pro tento konkrétní sport:

- **Cyklistika:** rychlost, vzdálenost, tempo a srdeční tep
- **Horolezectví:** nadmořská výška, vzdálenost a rychlost (frekvence GPS 60 sekund)
- **Alpské lyžování:** nadmořská výška, sestup a čas
- **Trekking:** vzdálenost, nadmořská výška, srdeční tep a chronograf (frekvence GPS 60 sekund)
- **Triatlon:** kombinace informací o plavání v přírodě, cyklistice a běhu.
- **Běh:** tempo, srdeční tep a chronograf
- **Pool swimming (Plavání v bazénu):** průměrná frekvence záběrů, maximální tempo, průměrný SWOLF
- **Openwater swim (Plavání v otevřeném prostoru):** průměrná frekvence záběrů, maximální tempo
- **Další sporty:** rychlost, srdeční tep a nadmořská výška
- **Trénink v tělocvičně:** srdeční tep (bez GPS)

 **POZNÁMKA:** Funkce SWOLF je použita pro měření efektivity plavání. Představuje kombinaci doby plavání a počtu záběrů na stanovenou délku bazénu.

11.2. Doplnkové možnosti ve sportovních režimech

Podržíte-li ve sportovním režimu stisknuté tlačítko [Next], otevrou se doplnkové 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 11.6.6. *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 SuuntoLink.
 - 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.

11.3. Použití hrudního pásu

V průběhu cvičení je možné používat hrudní pás. Pokud používáte hrudní pás, hodinky Suunto Ambit2 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.

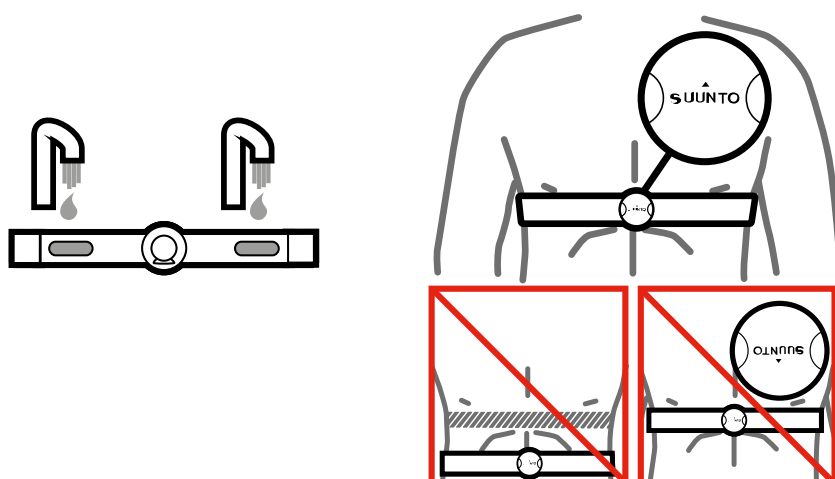
Pokud ztratíte signál z hrudního pásu, zkuste následující:

- Ověřte, že máte hrudní pás správně nasazen (viz 11.4. *Nasazení hrudního pásu*).
- Ověřte, že plochy elektrod hrudního pásu jsou navlhčené.
- Pokud problém přetrvává, vyměňte baterii v hrudním pásu.
- Znovu spárujte hrudní pás s přístrojem (viz 16. *Párování zařízení POD / hrudního pásu*).
- Textilní popruh hrudního pásu pravidelně perte.

11.4. Nasazení hrudního pásu

 **POZNÁMKA:** Hodinky Suunto Ambit2 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.



 **VAROVÁNÍ:** 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 nemohou přijímat signály hrudního pásu pod vodou.

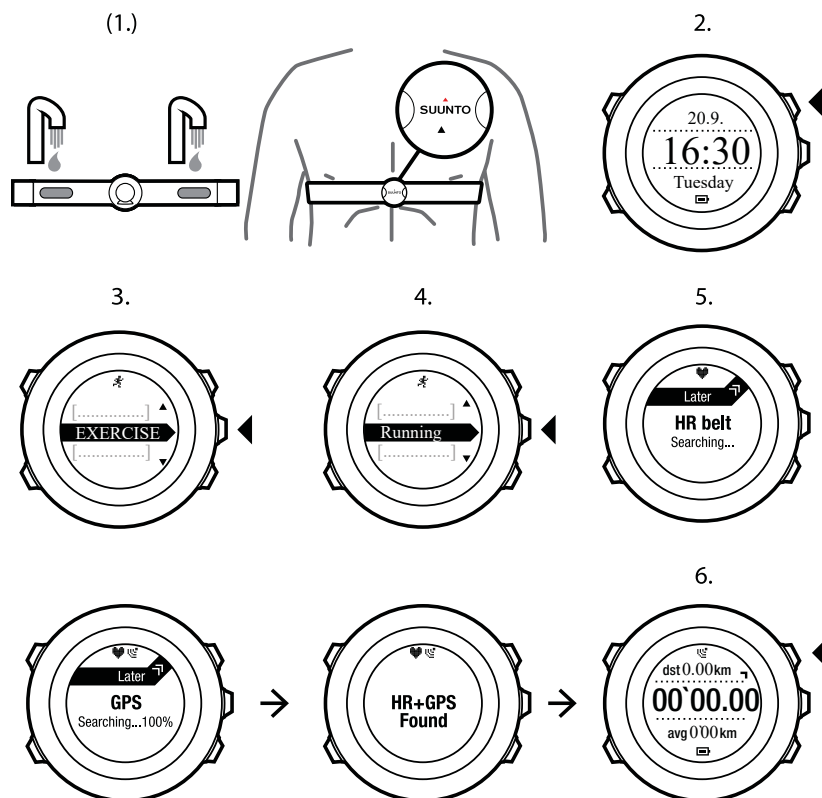
 **TIP:** Hrudní pás pravidelně perte, předejdete tak nežádoucímu zápachu a zajistíte funkčnost a dobrou kvalitu měřených údajů. Perte pouze textilní popruh.

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

11.5. 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. Tlačítky [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 11.2. *Doplňkové možnosti ve sportovních režimech*).



11.6. V průběhu cvičení

Hodinky Suunto Ambit2 poskytují v průběhu cvičení doplňkové informace. Tyto doplňkové informace se liší v závislosti na zvoleném sportovním režimu, viz 11.1. *Sportovní režimy*. Více informací získáte, pokud při cvičení použijete hrudní pás a GPS.

V hodinkách Suunto Ambit2 můžete definovat, jaké informace chcete na displeji zobrazit. Další informace o přizpůsobení displejů uvádí 5.3. *Vlastní sportovní režimy*.

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] .

11.6.1. Zaznamenávání dráhy

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

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

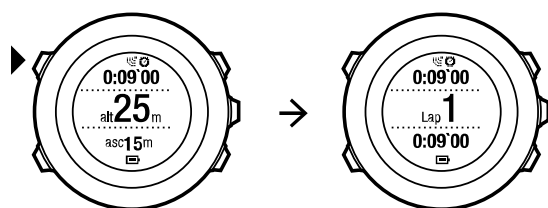
11.6.2. Vytváření kol

V průběhu cvičení můžete vytvářet kola buď manuálně nebo automaticky nastavením intervalu automatických kol na webu SuuntoLink. Když nastavíte automatické vytváření kol, hodinky Suunto Ambit2 zaznamenávají kola na základě vzdálenosti specifikované na webu SuuntoLink.

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

Hodinky Suunto Ambit2 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.

11.6.3. Záznam nadmořské výšky

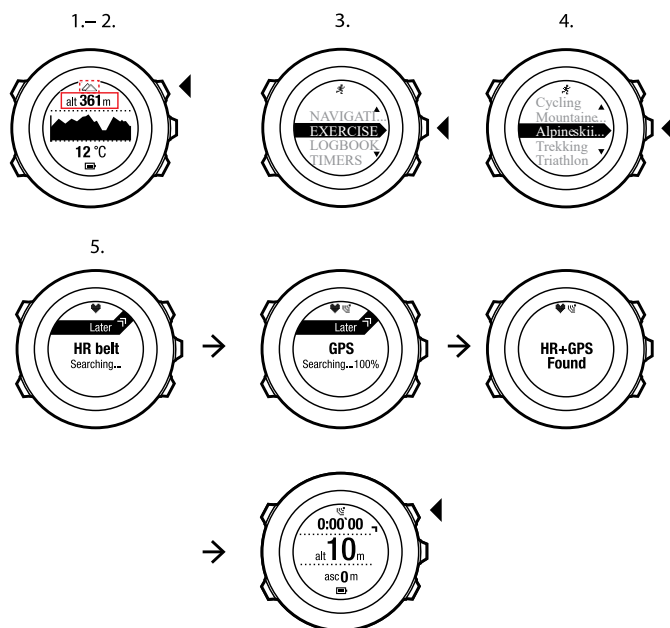
Hodinky Suunto Ambit2 ukládají všechny změny nadmořské výšky mezi začátkem a koncem záznamu. Pokud provádíte aktivitu, při které se mění nadmořská výška, můžete zaznamenávat změny nadmořské výšky a později si uložené informace prohlédnout.



POZNÁMKA: Standardně se měření nadmořské výšky provádí pomocí FusedAlti. Další informace uvádí 9.8. *FusedAlti*.

Postup záznamu nadmořské výšky:

1. Zkontrolujte, že je aktivován profil **Výškoměr**.
2. Stisknutím [Start Stop] otevřete menu start.
3. Stisknutím [Next] zvolte položku **EXERCISE** (Cvičení).
4. Tlačítky [Start Stop] a [Light Lock] procházejte sportovními režimy a tlačítkem [Next] vyberte vhodný režim.
5. Počkejte, dokud přístroj neoznámí nalezení signálu hrudního pásu/GPS, nebo stisknutím [Start Stop] zvolte **Později**. Přístroj pokračuje ve vyhledávání signál z hrudního pásu/GPS. Stisknutím [Start Stop] zahájíte záznam.

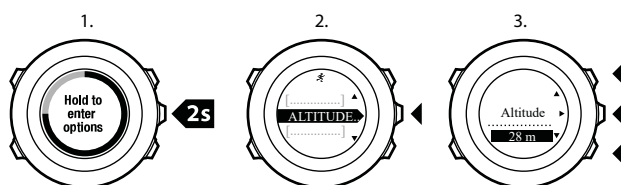


11.6.4. Nastavení nadmořské výšky v průběhu cvičení

Většina sportovních režimů umožňuje manuální nastavení nadmořské výšky v průběhu cvičení.

Postup nastavení nadmořské výšky v průběhu cvičení:

1. Ve sportovním režimu otevřete menu možností přidržetím stisknutého tlačítka [Next] .
2. Tlačítkem [Start Stop] vyberte položku **NADM. VÝŠKA** a zvolte ji stisknutím [Next] .
3. Tlačítky [Start Stop] a [Light Lock] nastavte nadmořskou výšku.
4. Potvrďte tlačítkem [Next] .



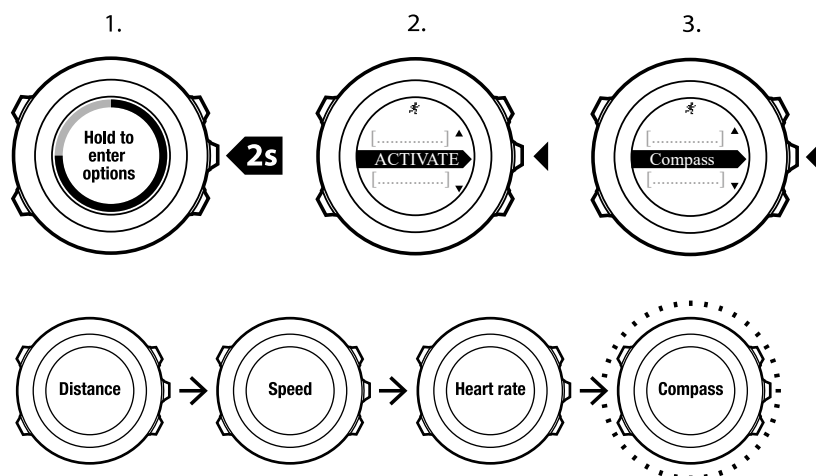
11.6.5. Používání kompasu v průběhu cvičení

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 přidržetím 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).

11.6.6. Použití intervalového měřiče

V aplikaci SuuntoLink můžete ke každému vlastnímu sportovnímu režimu přidat intervalový měřič. Chcete-li přidat intervalový měřič do sportovního režimu, zvolte sportovní režim a otevřete **Advanced settings** (Pokročilá nastavení). Při příštím připojení Suunto Ambit2 k aplikaci SuuntoLink se intervalový měřič synchronizuje s hodinkami.

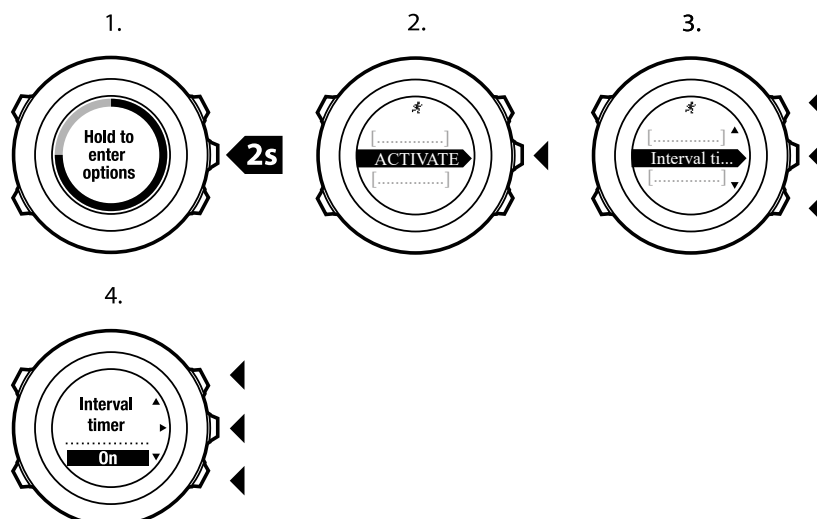
V intervalovém měřiči můžete specifikovat následující informace:

- typy intervalu (**VYSOKÝ** a **NÍZKÝ** interval)
- dobu trvání nebo vzdálenost pro oba typy intervalu
- kolikrát se mají intervaly opakovat

 **POZNÁMKA:** Pokud v aplikaci SuuntoLink nenastavíte počet opakování, bude se intervalový měřič opakovat 99krát.

Postup aktivace/deaktivace intervalového měřiče:

1. Pro přechod do nabídky možností podržte při spuštěném sportovním režimu tlačítko [Next] .
2. Pomocí tlačítka [Light Lock] přejděte na položku **AKTIVOVAT** a stiskněte tlačítko [Next] .
3. Pomocí tlačítka [Start Stop] přejděte na položku **Interval** a stiskněte tlačítko [Next] .
4. Pro **zapnutí/vypnutí** intervalového měřiče stiskněte tlačítko [Start Stop] nebo [Light Lock] a potvrďte tlačítkem [Next] . Pokud je intervalový měřič aktivní, objeví se v horní části displeje ikona intervalu.



11.6.7. Navigování v průběhu cvičení

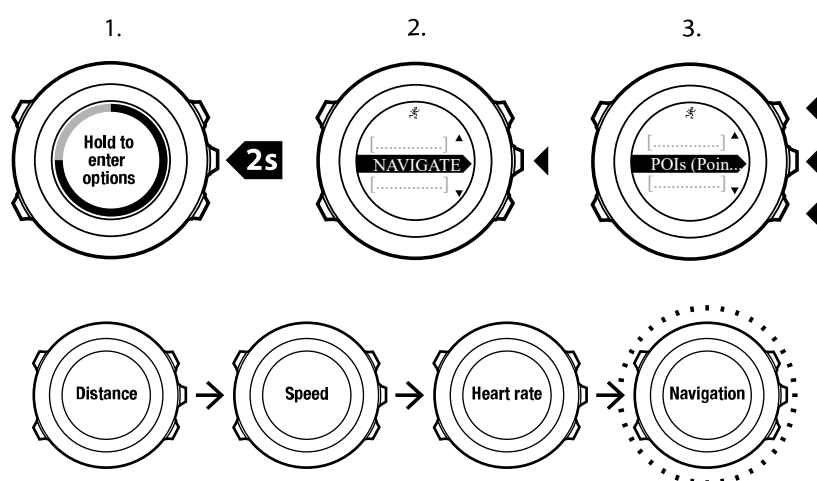
Pokud chcete běžet určitou trasu nebo k místu zájmu (POI), můžete vybrat příslušný výchozí sportovní režim (běh trasy, běh k POI) z menu **EXERCISE** (Cvičení) a můžete okamžitě začít s navigací.

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.



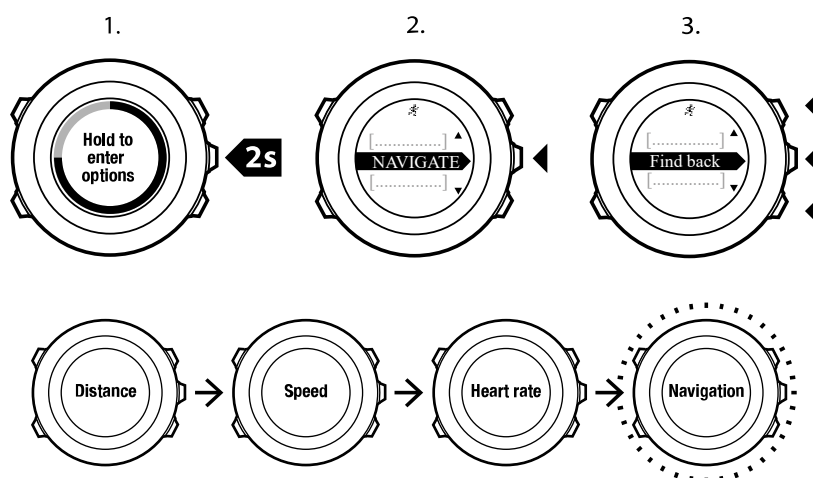
Chcete-li navigaci deaktivovat, vraťte se v menu možností zpět na položku **NAVIGATION** (Navigace) a zvolte **End navigation** (Ukončit navigaci).

11.6.8. Hledání cesty zpět při cvičení

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

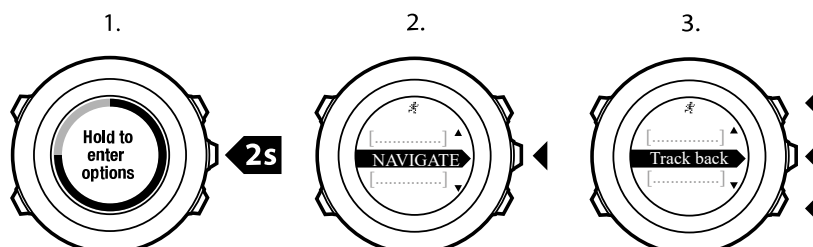


11.6.9. Používání funkce návrat zpět

Pomocí funkce **Track back** (Návrat zpět) se můžete během cvičení z kteréhokoli místa vrátit po trase na začátek. Hodinky Suunto Ambit2 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 přidržetím 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 8.4.3. *V průběhu navigace.*

Funkci **Track back** (Návrat zpět) lze rovněž použít ze záznamníku u cvičení, která obsahují GPS data. Postupujte způsobem, který uvádí 8.4.2. *Navigování po trase*. Vyhledejte položku **LOGBOOK** (Záznamník) místo **Routes** (Trasy) a vyberte záznam pro zahájení navigace.

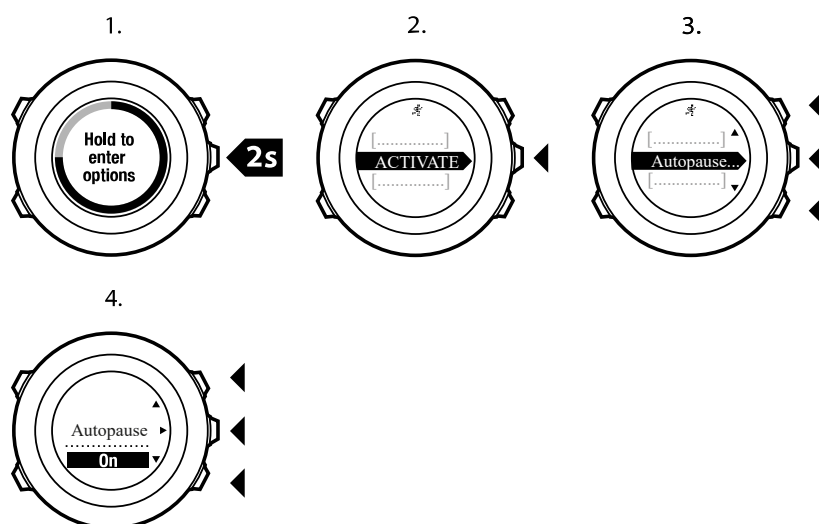
11.6.10. Automatické přerušení

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 SuuntoLink 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 přidržetím 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] .

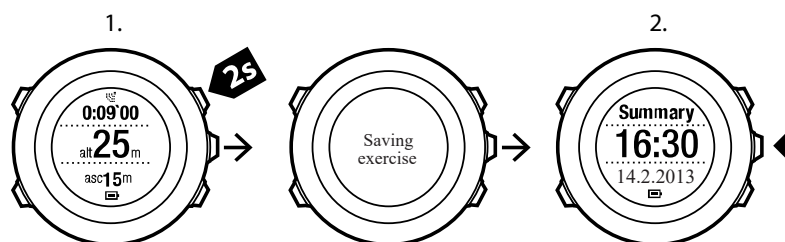


11.7. Zobrazení záznamníku po cvičení

Po ukončení záznamu si můžete prohlédnout souhrn svého cvičení.

Postup zastavení záznamu a zobrazení souhrnných informací:

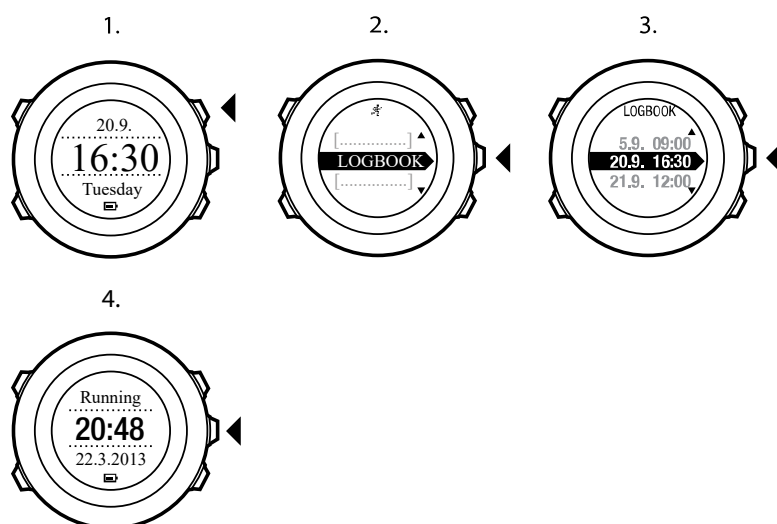
1. Přidržením tlačítka [Start Stop] zastavíte a uložíte cvičení. Případně můžete stisknout [Start Stop] a přerušit tak zaznamenávání. Po přerušení zaznamenávání jeho úplné zastavení potvrďte stisknutím tlačítka [Back Lap] nebo pokračujte v záznamu stisknutím [Light Lock] . Po zastavení cvičení uložte záznam stisknutím [Start Stop] . Pokud záznam nechcete uložit, stiskněte [Light Lock] .
2. Stisknutím [Next] zobrazíte souhrn cvičení.



Souhrny 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 sběru dat nastavenému na 1 sekundu je do záznamníku možné uložit přibližně 15 hodin cvičení.

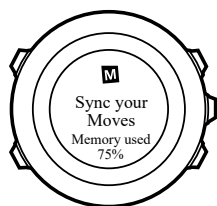
Postup zobrazení souhrnu cvičení v záznamníku:

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.



11.7.1. Indikátor dostupné paměti

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



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

11.7.2. 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 8.1.3. Přesnost GPS a úspora energie.



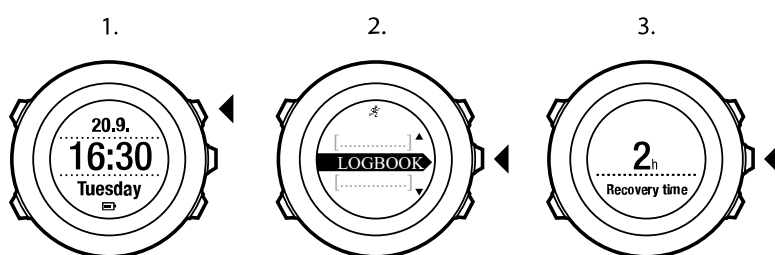
TIP: K podrobnějším údajům máte přístup na webu Suunto app.

11.7.3. Doba zotavení

Hodinky Suunto Ambit2 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.

12. Multisportovní trénink

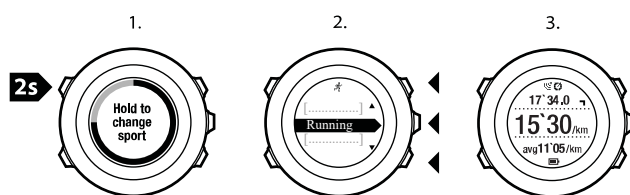
Přístroj Suunto Ambit2 podporuje multisport; při cvičení můžete snadno přepínat mezi různými sporty a neustále sledovat odpovídající data. Sport můžete při cvičení přepnout manuálně nebo si předem na webu SuuntoLink vytvořit multisportovní režim a stáhnout jej do přístroje Suunto Ambit2. Na webu SuuntoLink můžete nastavit intervalový měřič pro každý sportovní režim přidáný do multisportovního režimu. Intervalový měřič se po změně sportu restartuje.

12.1. Manuální přepínání sportovních režimů při cvičení

Přístroj Suunto Ambit2 umožňuje při cvičení přepnout do jiného sportovního režimu, aniž by přestal zaznamenávat. V protokolu jsou obsaženy všechny sportovní režimy, které jste použili při cvičení.

Postup manuálního přepnutí sportovního režimu při cvičení

1. Při zaznamenávání vašeho cvičení otevřete sportovní režimy podržením stisknutého tlačítka [Back Lap] .
2. Tlačítkem [Start Stop] nebo [Light Lock] procházejte možnostmi seznamu sportovních režimů.
3. Tlačítkem [Next] vyberte vhodný sportovní režim. Přístroj Suunto Ambit2 pokračuje v zaznamenávání dat pro zvolený sportovní režim.



 **POZNÁMKA:** Přístroj Suunto Ambit2 při každém přepnutí do jiného sportovního režimu vytvoří mezeru.

 **POZNÁMKA:** Zaznamenávání protokolu není při přepnutí do jiného sportovního režimu přerušeno. Zaznamenávání můžete kdykoli přerušit stisknutím tlačítka [Start Stop] .

12.2. Použití předem nakonfigurovaného multisportovního režimu

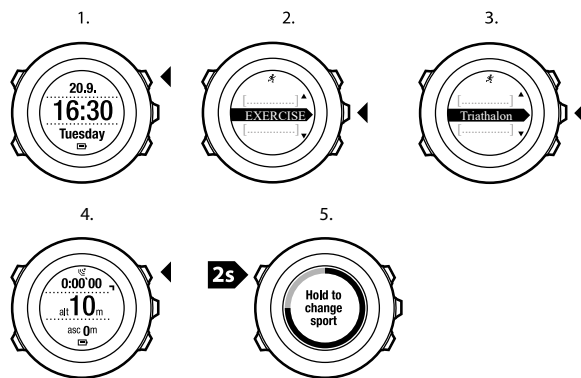
V aplikaci SuuntoLink si můžete vytvořit svůj vlastní multisportovní režim a stáhnout si ho do Suunto Ambit2. Multisportovní režim může tvořit několik různých sportovních režimů ve specifickém pořadí. Každý sport přidáný do multisportovního režimu má svůj vlastní intervalový měřič. Jako multisportovní režim můžete zvolit **Multisport**, **Dobrodružně expediční závod** nebo **Triatlon**.

Postup použití předem nakonfigurovaného multisportovního režimu:

1. Do nabídky start se dostanete stisknutím tlačítka [Start Stop] .
2. Stisknutím tlačítka [Next] se dostanete do nabídky **CVIČENÍ**.
3. Přejděte na nakonfigurovaný multisportovní režim a potvrďte tlačítkem [Next] . Počkejte, dokud zařízení neoznámí, že byl nalezen srdeční tep anebo GPS signál, nebo stiskněte

tlačítko [Start Stop] a vyberte položku **Později**. Zařízení se bude dál pokoušet najít srdeční tep / signál GPS.

4. Pro spuštění nahrávání záznamu stiskněte tlačítko [Start Stop] .
5. Pro změnu sportu ve vašem multisportovním režimu stiskněte a podržte tlačítko [Back Lap] .



13. Plavání

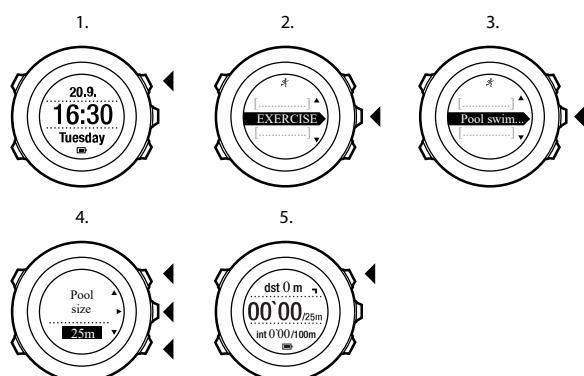
Přístroj Suunto Ambit2 můžete použít pro záznam různých dat o plavání. Přístroj rovněž rozezná váš plavecký styl. Můžete zaznamenávat své plavání v bazéně nebo venku a později analyzovat data na webu Suunto app.

13.1. Pool swimming (Plavání v bazénu)

Při používání sportovního režimu plavání v bazénu měří přístroj Suunto Ambit2 rychlost plavání podle délky bazénu.

Postup záznamu plavání v bazénu:

1. Stisknutím [Start Stop] otevřete menu start.
2. Stisknutím [Next] otevřete položku **EXERCISE** (Cvičení).
3. Tlačítkem [Light Lock] vyberte položku **Pool swimming (Plavání v bazénu)** a otevřete ji stisknutím [Next].
4. Vyberte délku bazénu. Můžete vybírat z předem nadefinovaných délek bazénu nebo zvolit možnost **vlastní** a zadat délku. Tlačítka [Start Stop] a [Light Lock] procházejte položkami a tlačítkem [Next] potvrďte hodnotu.
5. Stisknutím [Start Stop] zahájíte záznam protokolu plavání.

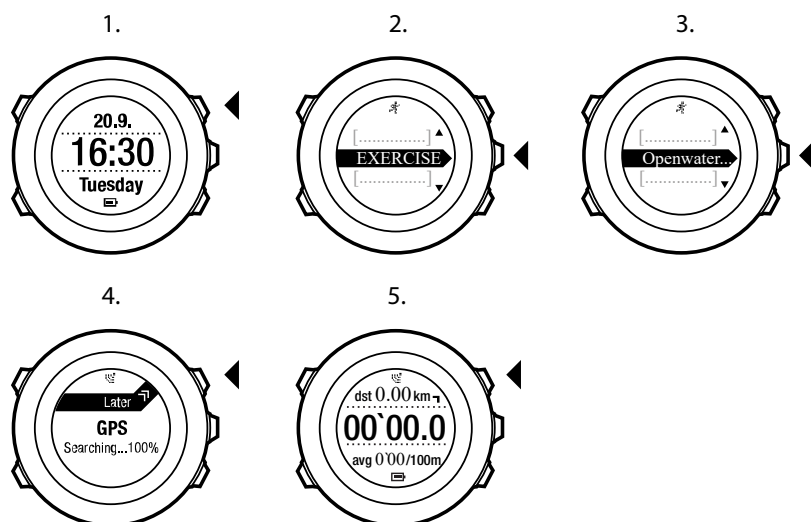


13.2. Plavání v otevřeném prostoru

Při používání režimu plavání v otevřeném prostoru přístroj Suunto Ambit2 měří vaši rychlost plavání s pomocí GPS a při plavání zobrazuje data v reálném čase.

Postup záznamu plavání v přírodě:

1. Stisknutím [Start Stop] otevřete menu start.
2. Stisknutím [Next] otevřete položku **EXERCISE** (Cvičení).
3. Tlačítkem [Light Lock] vyberte položku **Openwater swim (Plavání v otevřeném prostoru)** a zvolte ji stisknutím [Next].
4. Přístroj začne automaticky vyhledávat signál GPS. Počkejte, dokud přístroj neoznámí nalezení signálu GPS, nebo stiskněte [Start Stop] a zvolte **Později**. Přístroj pokračuje v hledání signálu GPS. Po jeho nalezení začne přístroj zobrazovat a zaznamenávat data GPS.
5. Stisknutím [Start Stop] zahájíte záznam protokolu plavání.



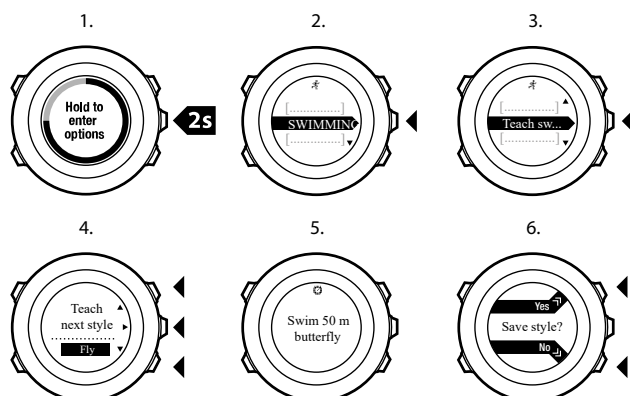
 **TIP:** Stisknutím [Back Lap] v průběhu plavání přidáte manuálně mezičasy.

13.3. Výuka plaveckých stylů do přístroje Suunto Ambit2

Přístroj Suunto Ambit2 můžete naučit rozpoznávat vaše plavecké styly. Po naučení plaveckých stylů je přístroj Suunto Ambit2 automaticky detekuje, hned jak začnete plavat.

Postup výuky plaveckých stylů:

1. Ve sportovním režimu **Pool swimming (Plavání v bazénu)** otevřete menu možností podržením stisknutého tlačítka [Next] .
2. Stisknutím [Next] zvolte **PLAVÁNÍ**.
3. Stisknutím [Next] zvolte **Výuka plaveckého stylu**.
4. Tlačítky [Light Lock] a [Start Stop] procházejte možnostmi plaveckých stylů. Tlačítkem [Next] vyberte vhodný plavecký styl. Zvolením **KONEC** můžete ukončit nastavení a pokračovat ve cvičení. K dispozici jsou tyto možnosti plaveckých stylů:
5. **MOTÝLEK**
6. **ZNAK**
7. **PRSA**
8. **KRAUL** (volný styl)
9. Přeplavte bazén zvoleným stylem.
10. Po dokončení plavání uložte styl stisknutím [Start Stop] . Pokud styl nechcete uložit, stiskněte [Light Lock] pro návrat k výběru plaveckého stylu.



 **TIP:** Výuku plaveckých stylů můžete kdykoli ukončit podržením stisknutého tlačítka [Next].

Postup resetování výuky plaveckých stylů na výchozí hodnoty:

1. V režimu **Pool swimming (Plavání v bazénu)** otevřete menu možností podržením stisknutého tlačítka [Next].
2. Stisknutím [Next] zvolte **PLAVÁNÍ**.
3. Tlačítkem [Start Stop] vyberte položku **Resetovat naučené styly** a zvolte ji stisknutím [Next].

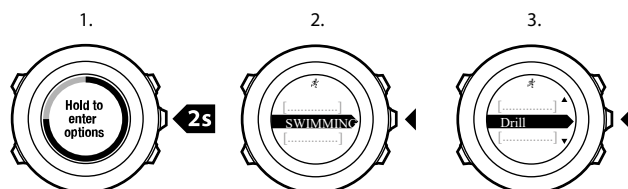
13.4. Nácvik plavání

Nácvik techniky plavání můžete provádět kdykoli v průběhu plavání. Provádíte-li nácvik některého nestandardního plaveckého stylu (např. používáte pouze nohy), můžete podle potřeby dodatečně upravit délku takto uplavané trasy.

 **POZNÁMKA:** Nezasadíte vzdálenost nácviku plavání, dokud nácvik nedokončíte.

Postup nácviku:

1. Při zaznamenávání vašeho plavání v bazénu otevřete menu možností podržením stisknutého tlačítka [Next].
2. Stisknutím [Next] otevřete **PLAVÁNÍ**.
3. Stisknutím [Next] zvolte **Nácvik** a zahajte svůj nácvik plavání.
4. Po dokončení nácviku stiskněte [View] a podle potřeby upravte celkovou vzdálenost.

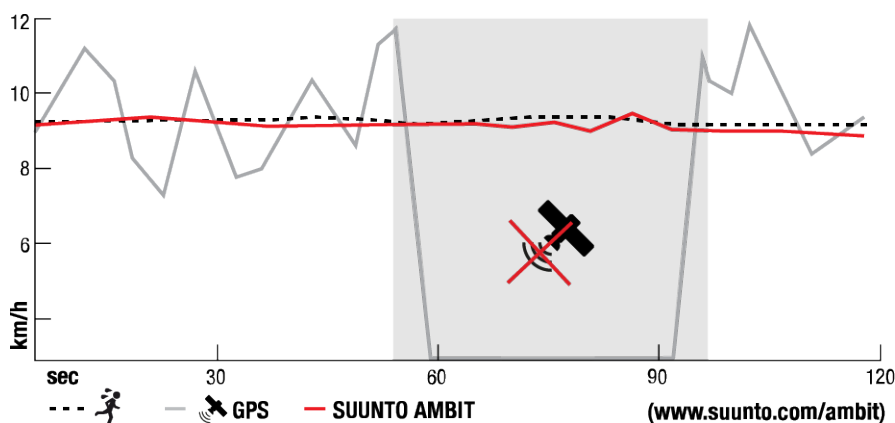


Nácvik ukončíte v menu možností otevřením položky **PLAVÁNÍ** a zvolením **Ukončit nácvik**.

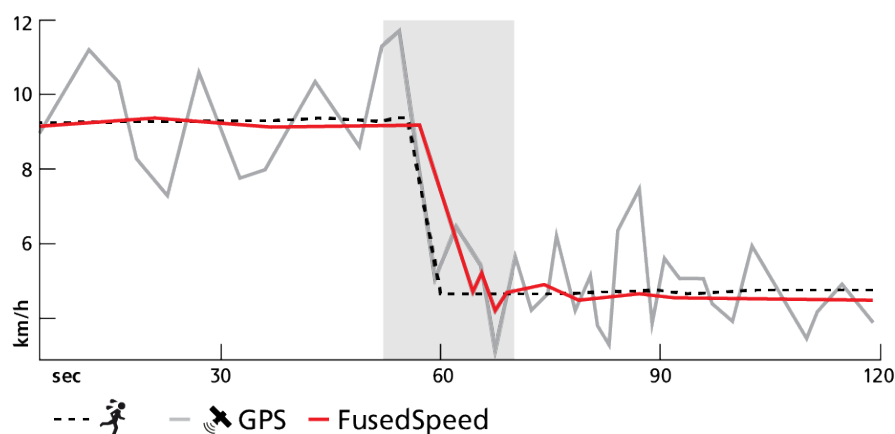
 **TIP:** Nácvik můžete přerušit stisknutím tlačítka [Start Stop].

14. FusedSpeed

FusedSpeed™ je jedinečná kombinace informací z GPS a zápěstního 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 schopny dočasně pokračovat v zobrazování přesné rychlosti díky GPS kalibrovanému akcelerometru.



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

TIP: 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:

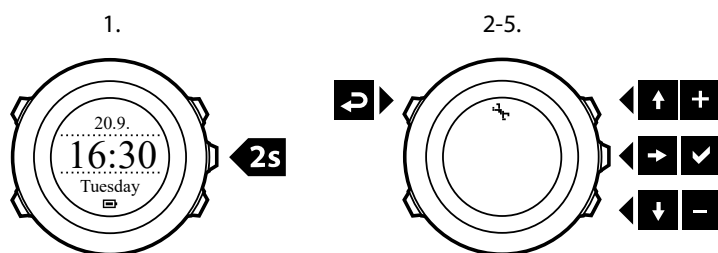
- běh
- terénní běh
- běhací pás
- orientační běh

- atletika
- florbal
- fotbal

15. Úprava nastavení

Postup otevření a úpravy nastavení:

1. Otevřete menu možností přidržením tlačítka [Next] .
2. Položkami menu můžete procházet pomocí tlačítek [Start Stop] a [Light Lock] .
3. Stisknutím [Next] otevřete nastavení.
4. Hodnoty nastavení můžeme měnit stisknutím tlačítka [Start Stop] nebo [Light Lock] .
5. Stisknutím tlačítka [Back Lap] se vrátíte do předchozího zobrazení v nastaveních, nebo podržte tlačítko [Next] stisknuté a odejdete z nabídky možností.



Máte přístup k těmto možnostem:

PERSONAL (OSOBNÍ)

- **ROK NAROZENÍ**
- **Hmotnost**
- **Maximální srdeční tep**
- **POHLAVÍ**

OBECNÉ FORMÁTY

- **JAZYK**
- **SYSTÉM JEDNOTEK**
 - **Metrický**
 - **Imperiální**
 - **Pokročilé:** Umožní vám nastavit imperiální nebo metrické jednotky podle vašich potřeb v aplikaci SuuntoLink.
- **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**
- **Formát času:** 12 h nebo 24 h
- **Formát data:** dd.mm.rr, mm/dd/rr

Čas/datum

- **Měření času podle GPS:** zapnuto nebo vypnuto
- **Duální čas:** hodiny a minuty
- **Alarm:** zapnout/vypnout, hodiny a minuty
- **Čas:** hodiny a minuty
- **Datum:** rok, měsíc, den

TÓNY/DISPLEJ

- **Invertování displeje:** invertuje barvy displeje
- **Zámek tlačítek**
 - **Time mode lock** (Zámek režimu čas): Zámek tlačítek v režimu **TIME** (Čas).
 - **Pouze akce:** Nabídky start a možnosti jsou uzamčené.
 - **Všechna tlačítka:** Všechna tlačítka jsou zamknuta. Podsvícení je možné aktivovat v režimu **Noc**.
 - **Sport mode lock** (Zámek režimu sport): Zámek tlačítek ve sportovních režimech.
 - **Pouze akce:** [Tlačítka Start Stop] , [Back Lap] a nabídka možností jsou během cvičení uzamčené.
 - **Všechna tlačítka:** Všechna tlačítka jsou zamknuta. Podsvícení je možné aktivovat v režimu **Noc**.
- **Tones** (Tóny):
 - **Zap. vše:** tóny tlačítek a systému jsou aktivovány
 - **Tlačítka vypnuta:** aktivovány jsou pouze tóny systému
 - **Vyp. vše:** všechny tóny jsou vypnuté
- **Backlight** (Podsvícení): **Režim:**
 - **Normální:** Podsvícení se na několik sekund zapne po stisknutí tlačítka [Light Lock] a při spuštění alarmu.
 - **Vyp.:** Podsvícení se po stisknutí tlačítka ani po spuštění alarmu nezapne.
 - **Noc:** Když stisknete jakékoli tlačítko a když se rozezní budík, na několik sekund se rozsvítí podsvícení. Používání režimu **Noc** výrazně snižuje 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

- **Kalibrace:** Spustí kalibraci kompasu.
- **Deklinace:** Nastaví hodnotu deklinace kompasu.

Mapa

- **Orientace**

- **Kurz nahoru:** Zobrazí přiblíženou mapu se směrem cesty nahoru.
- **Sever nahoře:** Zobrazí přiblíženou mapu se severem nahoře.



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

ALTI-BARO

- **FusedAlti:** Zapne/vypne funkci FusedAlti.
- **Profil:** výškoměr, tlakoměr, automatický.
- **Reference:** nadmořská výška, výška nad hladinou moře.

PÁROVÁNÍ

- **Bike POD:** Spárování se zařízením Bike POD.
- **Power POD:** Spárování se zařízením Power POD.
- **Hrudní pás:** Spárování s hrudním pásem.
- **Foot POD:** Spárování se zařízením Foot POD.
- **Cadence POD:** Spárování se zařízením Cadence POD.

15.1. Menu servis

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



Menu servis obsahuje tyto položky:

- **INFO** (Informace):
 - **Tlak vzduchu:** ukáže absolutní tlak vzduchu a teplotu.
 - **Version** (Verze): ukáže aktuální verzi softwaru a hardwaru přístroje Suunto Ambit2.
- **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. Uložené záznamy se neodstraní.

16. Párování zařízení POD / hrudního pásu

Spárujte přístroj Suunto Ambit2 s doplňkovými Suunto PODy (Bike POD, Power POD, hrudní pás, Foot POD nebo Cadence POD) a ANT+ PODy, abyste při cvičení získali dodatečné informace o rychlosti, vzdálenosti výkonu a tempu. Seznam kompatibilních výrobků vyhovujících standardu ANT+ najdete na www.thisisant.com/directory.

Můžete spárovat až šest PODů současně:

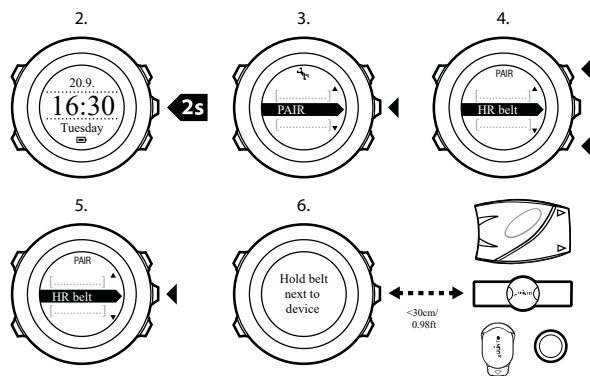
- tři Bike PODy (v jednu chvíli je možné používat pouze jeden Bike POD)
- jeden Cadence POD
- jeden Foot POD
- jeden Power POD

Spárujete-li více PODů, přístroj Suunto Ambit2 si zapamatuje pouze nejnověji spárovaný od každého typu PODu.

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

Postup párování zařízení POD / hrudního pásu:

1. Aktivujte zařízení POD / hrudní pás:
2. Bike POD: otočte pneumatikou s nainstalovaným Bike PODem.
3. Power POD: otočte klikou nebo pneumatikou s nainstalovaným Bike PODem.
4. Hrudní pás: navlhčete kontaktní plochy a nasadte si hrudní pás.
5. Cadence POD: otočte pedálem kola s nainstalovaným Cadence PODem.
6. Foot POD: nakloňte Foot POD o 90 stupňů.
7. Otevřete menu možností podržením stisknutého tlačítka [Next] .
8. Tlačítkem [Light Lock] vyberte položku **PAIR** (Párování) a otevřete ji stisknutím [Next] .
9. Tlačítky [Start Stop] a [Light Lock] procházejte příslušenstvím **Bike POD, Power POD, hrudní pás, Foot POD a Cadence POD**.
10. Stisknutím [Next] zvolte zařízení POD nebo hrudní pás a zahajte párování.
11. Držte přístroj Suunto Ambit2 v blízkosti PODu/pásu (méně než 30 cm) a počkejte, dokud přístroj neoznámí, že byl POD/pás spárován. Pokud párování selže, stiskněte [Start Stop] pro opakování nebo [Light Lock] pro návrat do nastavení párování.





POZNÁMKA: S přístrojem Suunto Ambit2 můžete spárovat různé typy PODů. Další informace, viz uživatelskou příručku k Power PODu.



TIP: 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 11.4. *Nasazení hrudního pásu*).
- Ověřte, že jsou plochy kontaktů elektrod hrudního pásu navlhčené.

Další informace o párování PODů, viz uživatelská příručka k PODu.

16.1. Použití zařízení Foot 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:

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 přerušte 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. Tlačítky [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.

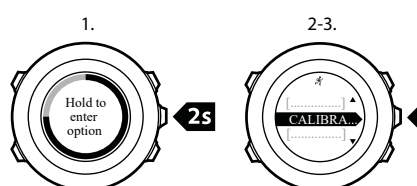
Pokud je na začátku cvičení zjištěna přítomnost zařízení Foot POD, je kadence běhu měřená na zápěstí přepisována kadencí podle zařízení Foot POD.

16.2. Kalibrování power PODů a sklonu

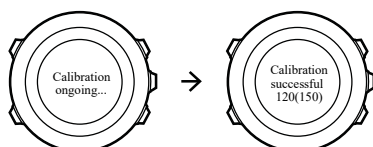
Pokud Suunto Ambit2 najde POD, automaticky váš power POD kalibruje. Power POD můžete kalibrovat i manuálně kdykoli v průběhu cvičení.

Postup manuálního kalibrování power PODu:

1. Ve sportovním režimu otevřete menu možností přidržением stisknutého tlačítka [Next] .
2. Přestaňte šlapat do pedálů a zvedněte nohy z pedálů.
3. Tlačítkem [Light Lock] vyberte položku **CALIBRATE POWER POD (KALIBROVAT POWER POD)** a zvolte ji stisknutím [Next] .



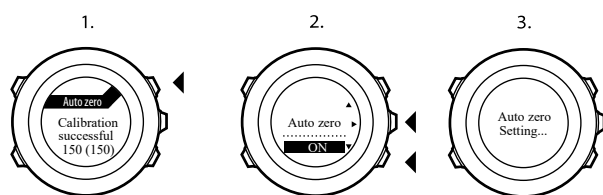
Suunto Ambit2 začne kalibrovat POD a oznámí, zda byla kalibrace úspěšná nebo ne. Ve spodním řádku je zobrazena aktuální frekvence použitá s power PODem. Předchozí frekvence je zobrazena v závorkách.



Má-li váš power POD funkci automatického nulování, můžete ji vypnout/zapnout prostřednictvím přístroje Suunto Ambit2.

Postup zapnutí / vypnutí automatického nulování:

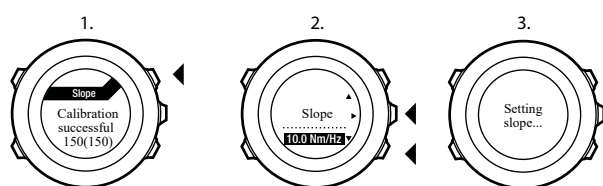
1. Po dokončení kalibrace stiskněte [Start Stop] .
2. Tlačítkem [Light Lock] nastavte funkci automatického nulování do stavu **On/Off (Zap./vyp.)** a potvrďte ji tlačítkem [Next] .
3. Počkejte na dokončení nastavení.
4. Pokud se nastavení nezdaří nebo došlo ke ztrátě power PODu, opakujte postup.



U power PODů používajících Crank Torque Frequency (CTF) můžete nastavit sklon.

Postup kalibrování sklonu:

1. Po dokončení kalibrace power PODu stiskněte [Start Stop] .
2. Tlačítkem [Light Lock] nastavte správnou hodnotu podle příručky power PODu a potvrďte i stisknutím tlačítka [Next] .
3. Počkejte na dokončení nastavení.
4. Pokud se nastavení nezdaří nebo došlo ke ztrátě power PODu, opakujte postup.



17. Ikony

	barometr
	výškoměr
	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
	bouřka

Ikony POI

Hodinky Suunto Ambit2 využívají tyto ikony POI:

	budova/domov
	auto/parkoviště
	kemp/kempink

	jídlo/restaurace/kavárna
	ubytování/hostel/hotel
	voda/řeka/jezero/pobřeží
	hora/kopec/údolí/převís
	les
	křižovatka
	výhled
	začátek
	konec
	geocache
	bod Waypoint
	cesta/dráha
	skála
	louka
	jeskyně

18. 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 způsobená jiným než originálním příslušenstvím se nevztahuje záruka.

18.1. Odolnost proti vodě

Přístroj Suunto Ambit2 je voděodolný do 100 metrů / 330 stop / 10 bar. Hodnota v metrech se vztahuje k aktuální hloubce potápění a je testována tlakem vody při zkoušce odolnosti vodě Suunto. To znamená, že hodinky můžete používat při plavání a šnorchlování, ale neměly by být používány při jakémkoli typu potápění.



POZNÁMKA: *Hloubka odolnosti proti vodě se nerovná hloubce, v níž mohou hodinky běžně fungovat. Označení odolnosti proti vodě se vztahuje k statické těsnosti odolávající při sprchování, koupání, plavání, potápění v bazénu a šnorchlování.*

Aby byla odolnost proti vodě zachována, doporučujeme:

- nikdy nepoužívejte přístroj jinak, než pro co je určen.
- v případě oprav kontaktovat autorizovaný servis Suunto, distributora nebo prodejce,
- udržujte přístroj v čistotě, bez prachu a písku.
- nikdy se nepokoušet otevřít tělo hodinek,
- zabraňte působení rychlých změn teploty vzduchu nebo vody na přístroj.
- pokud byl přístroj vystaven působení slané vody, vždy jej omyjte čistou vodou.
- zabraňte nárazu nebo pádu přístroje.

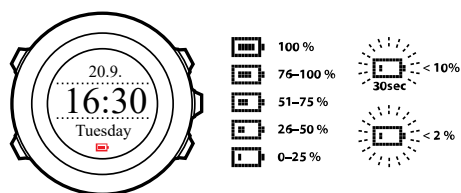
18.2. Nabíjení baterie

Výdrž baterie na jedno nabití závisí na způsobu používání hodinek Suunto Ambit2 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.*

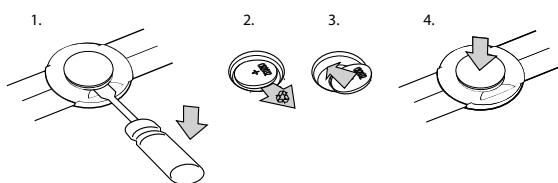
Ikona baterie indikuje úroveň nabití baterie. Pokud úroveň nabití baterie klesne pod 10 %, ikona baterie bude blikat po dobu 30 sekund. Pokud úroveň nabití baterie klesne pod 2 %, ikona baterie bude blikat trvale.



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

18.3. Výměna baterie v hrudním pásu

Baterii v hrudním pásu vyměňte podle obrázkových pokynů:



19. Technické údaje

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: 82 g/2.89 oz (verze silver), 89 g/3.14 oz (verze black), 92 g/3.25 oz (verze sapphire)
- odolnost proti vodě (přístroj): 100 metrů/328 stop/10 bar
- odolnost proti vodě (hrudní pás): 20 metrů/66 stop
- sklíčko: minerální krystalické sklo (safírové v modelech Sapphire)
- napájení: nabíjecí lithium-iontová baterie
- Životnost baterie: ~ 16–50 hodin, v závislosti na zvolené přesnosti GPS

Paměť

- body Waypoint: max. 100

Vysokofrekvenční přijímač

- kompatibilní se standardy Suunto ANT a ANT+TM
- komunikační frekvence:
 - ANT+ > 2,457 GHz
 - ANT > 2,456 GHz
- modulace GFSK
- dosah: ~ 2 m/6 stop



Barometr

- zobrazený rozsah: 950 až 1060 hPa / 28,34 až 31,30 inHg
- rozlišení: 1 hPa/0,01 inHg

Měřič nadmořské výšky

- zobrazený rozsah: -500 m až 9999 m / -1640 stop až 32805 stop
- rozlišení: 1 m/3 stopy

Teploměr

- zobrazený rozsah: -20 °C až +60 °C / -4 °F až +140 °F
- rozlišení: 1° C/1° F

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

19.1. Ochranná známka

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

19.2. 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.

19.3. 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.

19.4. CE

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

19.5. 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.

19.6. Informace o patentech

Tento výrobek je chráněn patenty v jednání a jejich odpovídajícími národními zákony: US 11/169,712, US 12/145,766, US 13/833,755, US 61/649,617, US 61/649,632, US 61/649,624, FI20116231, USD 603,521, EP 11008080, EU vzory 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.

19.7. 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.



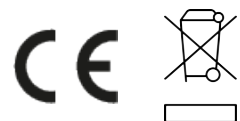
SUUNTO CUSTOMER SUPPORT

www.suunto.com/support

www.suunto.com/register

Manufacturer:

Suunto Oy
Tammiston kauppatie 7 A,
FI-01510 Vantaa FINLAND



© Suunto Oy 12/2021

Suunto is a registered trademark of Suunto Oy. All Rights reserved.