

SUUNTO ELEMENTUM TERRA

用户指南



A

B

C





- 功能：
- _ 时间、日期、闹铃
 - _ 背光灯
 - _ 高度计
 - _ 气压趋势
 - _ 3D 指南针
 - _ 计时器
 - _ 累计上升/下降
 - _ 日志：最近 8 次上升/下降，最大高度



入门教程

感谢您选用 Suunto Elementum Terra 这一款适用于登山和户外活动的数字运动手表。开始操作：

1. 按任意按钮将您的手表激活。
2. 按住 [A] 进入设置。活动设置将在显示屏上闪动。
3. 旋转 [A] 可更改值。
4. 按下 [A] 接受更改并移至下一设置。

设置更改完毕后，您将返回 **TIME** (时间) 模式。

请务必于 www.suunto.com/register 注册您的手表，以获得 Suunto 的全方位支持。您还可访问 www.suunto.com/support 获得完整的用户指南和其他信息。

SETTINGS (设置)

1. 在 **TIME** (时间) 模式下，按住 [A] 进入/退出 **SETTINGS** (设置)。
2. 旋转 [A] 更改值。
3. 按 [A] 确认。
4. 按 [B] 或 [C] 或者按住 [A] 退出。

TIME/ALTITUDE RECORDING (时间/高度记录)

按 [B] 可以在 **TIME** (时间) 与 **ALTITUDE RECORDING** (高度记录) 记录模式之间切换。

秒表 (计时器)

1. 在 **TIME** (时间) 模式下，向上旋转 [A] 可以在秒表和日期之间切换。
2. 按 [A] 开始/停止秒表。
3. 按住 [C] 重置当前时间。

COMPASS (指南针)

- 按 [C] 进入。
- 按住 [C] 可以启动指南针校准。
- 校准指南针时，请在旋转时将设备保持水平和稳定。如果设备不处于水平和稳定状态，显示屏上的“水平”将会闪烁。
- 按 [B] 或 [C] 可以退出指南针。

MEMORY (记录)

1. 在 **TIME** (时间) 模式下，向下旋转 [A] 进入 **MEMORY** (记录)。
2. 向上/向下旋转 [A] 浏览日志。
3. 按 [A] 在日志的第一和第二个视图之间切换。
4. 按 [B] 或 [C] 退出。

背光灯

按住 [B] 激活背光灯。

注意：为了节电，背光灯在 **COMPASS** (指南针) 模式下使用时将闪烁。

测量上升/下降的累积高度

1. 在高度模式下，按 [A] 开始测量。
2. 旋转 [A] 在上升和下降之间切换。
3. 按 [A] 停止测量。
4. 按住 [C] 重置测量。

按钮锁定

同时按下 [A] 和 [B] 可激活/打开按钮锁。

指南针校准



1 入门	4
1.1 更改常规设置	4
1.2 使用闹铃	5
1.3 使用按钮锁定	6
1.4 激活背光灯	6
2 使用 Suunto Elementum Terra	8
2.1 Time (时间) 模式	8
2.1.1 使用秒表	8
2.2 Altitude Recording (高度记录) 模式	9
2.2.1 记录高度	10
2.2.2 设置参考高度	10
2.2.3 测量上升/下降的累积高度	11
2.2.4 查看高度日志	11
2.3 Compass (指南针) 视图	12
2.3.1 校准指南针	13
3 测量天气	15
3.1 气压趋势箭头	15
3.2 预测天气变化	16
3.3 在测量高度和天气变化之间自动切换	16
3.4 高度恒定	17
3.5 高度变化	18
4 保养和维护	20
4.1 电池更换	20
5 规格	21
5.1 技术规格	21

5.2 商标	22
5.3 版权所有	22
5.4 专利声明	22
5.5 仪器的报废处理	22
6 担保	23
担保期限	23
排除和限制	24
Suunto 担保服务获得途径	25
其它重要告知事项	25
责任限制	26

1 入门

Suunto Elementum Terra 有两种模式：TIME（时间）模式和 ALTITUDE RECORDING（高度记录）模式。按 [B] 可切换模式。

Suunto Elementum Terra 还具有 COMPASS（指南针）视图。按 [C] 可激活该视图。



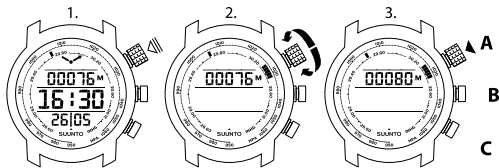
在 TIME（时间）模式下，手表的作用与普通手表相同。ALTITUDE RECORDING（高度记录）模式包括高度测量和记录功能。

COMPASS（指南针）视图帮助您根据与地磁北极的相对方向确定前进方向。在 SETTINGS（设置）中更改 Suunto Elementum Terra 的设置。在 MEMORY（记录）中查看高度日志。

1.1 更改常规设置

若要更改常规设置，请：

1. 在 TIME（时间）模式下，按住 [A] 进入 SETTINGS（设置）。活动设置将在显示屏上闪动。
2. 旋转 [A] 更改值。
3. 按 [A] 确认更改并进入下一个设置。
4. 更改设置后将返回 TIME（时间）模式。




 提示 按 [B] 或 [C] 或按住 [A] 可随时退出 *SETTINGS* (设置)。

您可以更改 Suunto Elementum Terra 的下列常规设置：

- 高度参考值
- 闹铃：开/关
- 闹铃时间：时和分
- 时间格式：12h / 24h
- 时间：时、分和秒
- 日期格式：d/m 或 m/d
- 日期：年、月、日
- 高度格式：m/ft

1.2 使用闹铃

在 *SETTINGS* (设置) 中设置闹铃开/关和闹铃时间。当闹铃开启时， 将显示于显示屏上。



当闹铃响起时，按任意按钮可将其关闭。闹铃将在此后每天的同一时间响起。

1.3 使用按钮锁定

在 TIME（时间）模式和 ALTITUDE RECORDING（高度记录）模式下均可激活按钮锁定。

要激活按钮锁定：


1. 同时按下 [A] 和 [B]。激活按钮锁定后，只能使用背光灯。
2. 要打开按钮锁定，请同时按下 [A] 和 [B]。




1.4 激活背光灯

在这两种模式下和 COMPASS（指南针）视图中均可激活背光灯。按住 [B] 激活背光灯。背光灯的激活状态会保持 5 秒。



 **注释** 如果要在 *MEMORY* (记录) 或 *SETTINGS* (设置) 中使用背光灯，应在进入前激活背光灯。

 **注释** 过度使用背光灯将显著缩短电池寿命。为了节电，背光灯在 *COMPASS* (指南针) 视图下使用时将闪烁。

2 使用 SUUNTO ELEMENTUM TERRA

2.1 Time (时间) 模式

TIME (时间) 模式是仪器的默认模式。

TIME (时间) 模式显示屏上显示下列信息:

- 当前高度 (第一行)
- 时间 (第二行)
- 日期 (最后一行)
- 海平面大气压 (外圈)



2.1.1 使用秒表

Suunto Elementum Terra 还具有秒表功能。要使用秒表:

1. 在 TIME (时间) 模式下, 向上旋转 [A] 进入秒表功能。
2. 按 [A] 开始/停止秒表。
3. 要重置当前时间, 请按住 [C]。

 **注释** 只有日期可见时才能输入设置。



2.2 Altitude Recording (高度记录) 模式

在 ALTITUDE RECORDING (高度记录) 模式下，您可以测量和记录上升和下降的累计高度。按 [B] 可从 TIME (时间) 模式切换到 ALTITUDE RECORDING (高度记录) 模式。

旋转 [A] 可在正 (+) 和负 (-) 累计高度读数之间切换。


ALTITUDE RECORDING (高度记录) 模式显示屏上显示下列信息：

- 当前高度 (第一行)
- 累积下高度 (第二行)
- 持续时间 (最后一行)



2.2.1 记录高度

在 ALTITUDE RECORDING (高度记录) 模式下或记录高度测量值时, 手表会每隔 1.5 秒或 10 秒 (取决于垂直速度) 测量一次高度变化。

 提示 使用 ALTITUDE RECORDING (高度记录) 模式可查看即时的高度变化。


2.2.2 设置参考高度


高度读数基于对气压的测量。由于气压会随着天气而变化, 因此如果天气情况发生变化, 建议更加频繁地重置当前参考高度, 至少在出发之前应重置。

要设置参考值, 请:

1. 在 TIME (时间) 模式下, 按住 [A]。
2. 旋转 [A] 更改参考高度。
3. 按住 [A] 或者按 [B] 或 [C] 确认更改并退出。



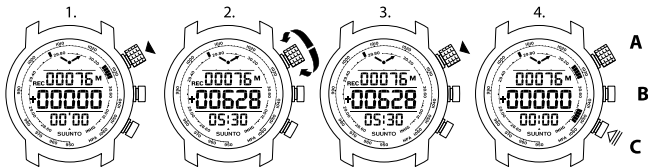
 注释 外圈是海平面大气压指示, 与高度读数相对应。

 提示 请使用外圈海平面大气压指示来设置高度。


2.2.3 测量上升/下降的累积高度

要测量上升/下降的累积高度：

1. 按 [A] 开始测量。显示屏上将显示 REC 图标。
2. 旋转 [A] 在上升和下降之间切换。
3. 按 [A] 停止测量。
4. 按住 [C] 重置测量。



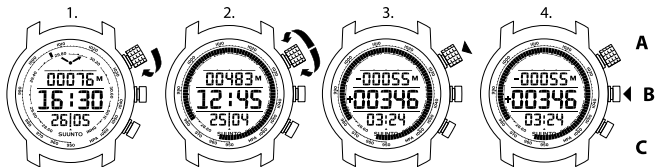
 **注释** 达到最长日志记录时间（48 小时）或上升/下降最大值（19 800 米/ 65 000 英尺）时，测量会自动停止并重置。

 **注释** 要得到正确的高度读数，必须定期设置高度参考值。

2.2.4 查看高度日志

要查看高度日志：

1. 在 TIME（时间）模式下，向下旋转 [A] 进入 MEMORY（记录）。首先显示最新的高度日志。
2. 向下旋转 [A]，按从新到旧的顺序浏览日志。向上旋转 [A]，按从旧到新的顺序浏览日志。
3. 按 [A] 在日志的第一和第二个视图之间切换。
4. 按 [B] 或 [C] 退出 MEMORY（记录）。




有关高度日志的信息储存于 MEMORY (记录) 中。每条日志都有自己的记录位置，显示为显示屏外圈的一段。日志信息分为两种视图。第一个视图 (图 2) 中显示下列信息：

- 最大高度 (第一行)
- 开始时间 (第二行)
- 开始日期 (最后一行)

第二个视图 (图 3 和图 4) 显示下列信息：

- 累积上升高度 (第一行)
- 累积下降高度 (第二行)
- 持续时间 (最后一行)


 **注释** MEMORY (记录) 最高可存储 8 条日志。当 MEMORY (记录) 已满后，每条新日志将替换最早的日志。

2.3 Compass (指南针) 视图

COMPASS (指南针) 视图使您可以根据与地磁北极的相对方向确定前进方向。Suunto Elementum Terra 带有倾斜补偿指南针，这意味着即使指南针倾斜，读数也稳定不变。

1. 从 TIME (时间) 或 ALTITUDE RECORDING (高度记录) 模式, 按 [C] 可激活 COMPASS (指南针) 视图。
2. 按 [B] 或 [C] 可停用 COMPASS (指南针) 视图。

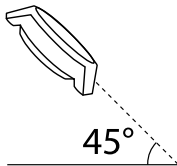



 注释 COMPASS (指南针) 视图将于 60 秒后自动消失。

2.3.1 校准指南针

若要检查指南针精度, 请:

转到 COMPASS (指南针) 视图, 保持仪器水平和显示屏朝上。将显示屏朝您的身体方向倾斜 45° 。如果读数变化超过 20° , 则需要校准指南针。

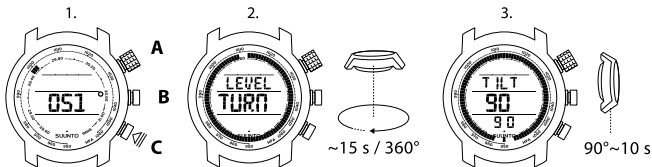



 注释 避免任何金属或磁场, 因为这些因素会干扰校准。


校准包括两组连续操作。两组操作之间自动衔接，因此请在开始校准前阅读所有说明。

要校准指南针：

1. 在 COMPASS（指南针）视图中，按住 [C] 启动校准。
2. 保持仪器水平并旋转指南针，直到填满显示屏外圈并听到确认音。当仪器不处于水平状态时，显示屏上将会闪烁“LEVEL”（水平）字样。
3. 水平校准顺利完成后会自动开始倾斜校准。
4. 保持仪器倾斜 90°，直至听到确认音。如果校准成功，仪器将显示“OK”（成功）字样。



 **注释** 如果校准不成功，仪器将显示“FAIL”（失败）字样。如果校准失败，请重新校准指南针。

 **提示** 扣上仪器腕带，将支撑垫放入腕带中，然后将仪器放回包装中使其呈水平。在不含金属的桌上执行校准。

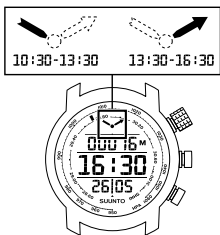
3 测量天气

Suunto Elementum Terra 会不间断地测量环境大气压（绝对大气压）。根据该测量值和当前高度，Suunto Elementum Terra 可计算出海平面大气压并通过图形方式在显示屏的外圈中呈现出来。这更常用于解释海平面大气压值。



3.1 气压趋势箭头

天气变化常常体现为大气压的显著变化，这种变化可通过显示屏上方的气压趋势箭头来表示。气压趋势可箭头显示过去 6 小时内的气压趋势。箭头左侧表示过去 6 小时至 3 小时内的海平面大气压记录，右侧则表示过去 3 小时内的海平面大气压记录。



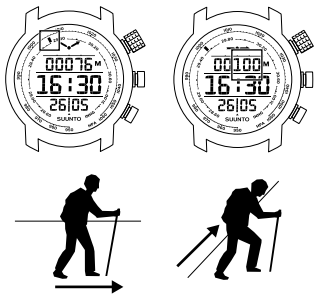
气压趋势箭头每 30 分钟更新一次，但仅显示显著的变化（3 小时内等于或大于 2 hPa）。大气压测量和海平面大气压转换每分钟进行一次，每次都会在外圈上显示最新值。

3.2 预测天气变化

平均海平面大气压 1013.25 hPa。较高的值通常表示好天气，而较低的值通常表示不稳定的天气。如果气压持续上升，很有可能是晴天。反之，如果气压持续下降，则很有可能是坏天气。


3.3 在测量高度和天气变化之间自动切换

由于高度和天气变化都会导致环境大气压的改变，因此测量高度和天气变化无法同时进行。Suunto Elementum Terra 会在必要的情况下，感应垂直移动并自动切换到测量高度。在切换到测量高度时，显示新高度的最大延迟为 59 秒。高度显示后，更新高度的最大延迟为 10 秒。有了自动切换功能，您无需再根据自己的移动在高度和气压模式之间进行切换，因为手表可为您自动实现。



3.4 高度恒定

如果您位于某一恒定高度（12 分钟内垂直移动距离小于 5 米），手表会把所有的气压变化看作是天气变化的结果。测量间隔是一分钟。高度读数保持平稳时，但如果天气变化，您会看见海平面大气压读数也发生变化。如果气压变化显著（3 小时内等于或大于 2 hPa），气压趋势箭头会变化。

 **注释** 如果您位于恒定高度，但天气发生骤变，手表可能把气压变化看作是高度移动的结果，并且改变高度值。

用户案例：睡觉时发生天气变化


您在营地睡了一觉，起来后发现早晨的天气不如昨天晚上。您发现气压趋势箭头仍是水平的，但是显示在外圈的海平面大气压降低了。据此，

您可以预测今天的天气不如昨天，因为海平面大气压下降了。但是，由于没有影响到气压趋势箭头，所以天气变化较缓。



3.5 高度变化

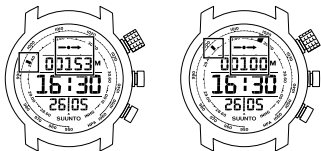
如果您的高度正在变化（3分钟内垂直移动距离大于5米），手表会把所有的气压变化看作是高度移动的结果。测量间隔可以是1秒、5秒或10秒（取决于垂直速度）。海平面大气压值会保持平稳，高度读数根据您的垂直移动而变化。

 **注释** 由于手表在测量高度时不会改变海平面大气压值，当测量高度超过6小时，气压趋势箭头仍会水平。

用户案例：更正高度值

您正在登高远足而天气逐渐好转。外圈上的海平面大气压与出发前一样。根据地图，您在手表上设置了正确的高度。手表计算出正确的海平面大

气压并显示在显示屏外圈。此值相较之前更高，预示好天气即将到来。
气压趋势箭头仍然与出发前相同。




4 保养和维护

请小心置放设备，不要敲击或丢放。

在正常情况下，仪器不需要维修。使用后，用淡水和温和的肥皂清洗仪器并用湿的软布或麂皮清洁托架。

如果您需要调整金属手链长度或更换表带/手链，请与离您最近的表店联系，让他们正确地替您完成所需的调整。


 **注释** 不要使用任何种类的清洁剂或溶剂，因为它们可能导致装置损坏。

不要自己尝试维修设备。请联系授权的 Suunto 服务商、分销商或零售商以获得维修服务。请仅使用原装 Suunto 配件 — 非原装配件导致的损害不在保修范围之内。

Suunto Elementum Terra 即该产品防水。雨水、沐浴、游泳和其它正常接触水的活动不会影其运行。可以在水下使用产品的按钮。

4.1 电池更换

如果显示 ，或出现显示模糊或微弱的情况，建议更换电池。

 **注释** 不要尝试自行更换电池。

www.suunto.com/Support/Service-Centers/Service-Center-Locator/

5 规格

5.1 技术规格

常规

- 工作温度：-10 摄氏度至 +60 摄氏度/-2 华氏度至 +140 华氏度
- 存放温度：-30 摄氏度至 +60 摄氏度/-22 华氏度至 +140 华氏度
- 防水性：100 米/300 英尺
- 耐磨损蓝宝石晶体
- 电池型号：CR 2032
- 电池寿命：正常使用情况下约 9 个月（序列号小于 00403092）或 1 年（序列号在 00403092 之后）

高度计

- 显示范围：-500 米至 9000 米/-1640 英尺至 29527 英尺
- 分辨率：1 米/3 英尺
- 最大内存记录数量：8

气压计

- 显示范围：950 到 1060 hPa/28.60 到 31.30 inHg
- 分辨率：1 hPa/0.03 inHg

指南针

- 分辨率：1°
- 最大倾角 45°

5.2 商标

Suunto Elementum Terra、其徽标以及其它 Suunto 品牌商标和商品名称均为 Suunto Oy 的注册商标或未注册商标。保留所有权利。

5.3 版权所有

版权所有 © Suunto Oy。保留所有权利。Suunto、Suunto 产品名称、其徽标以及其它 Suunto 品牌商标和名称均为 Suunto Oy 的注册商标或未注册商标。本文档及其内容的所有权属于 Suunto Oy，仅供客户用于获取有关操作 Suunto 产品的知识和信息。未经 Suunto Oy 书面同意，不得因任何其他用途使用或发行其内容以及/或者以其他方式传送、披露或复制其内容。

虽然我们已尽力确保本文所含信息全面准确，但对其准确性不提供任何明示或暗示担保。任何时候本文档内容如有更改，恕不另行通知。要下载本文档的最新版本，请访问 www.suunto.com。

5.4 专利声明

此产品受到申请中的 US 12/153,505 专利的保护。同时申请了其他专利。

5.5 仪器的报废处理

请以恰当的方式报废处理本仪器，可将其视为电子类报废物。请勿将其丢进垃圾堆中。如果愿意，您可以将本仪器返还给离您最近的 Suunto 代表处。



6 担保

适用于腕上电脑表、潜水电脑表、精密仪器、手表、航海指南针和野外指南针的 SUUNTO 有限担保条款

本有限担保条款从 2008 年 1 月 1 日起生效。

Suunto 保证，在担保期限内 Suunto 或者 Suunto 授权的服务中心（以下简称“服务中心”）将完全自由裁量在本有限担保的条款和条件限制范围内选择下列方式免费补救材料或制作中的瑕疵：a) 维修产品或其零部件，或者 b) 更换产品或其零部件，或者 c) 返还产品的购买价款。您国家适用的有关销售消费者产品的法律规定所赋予您的强制性法律权利不受本有限担保条款的影响。

本有限担保条款仅在您购买产品的国家才有效并可强制实施，但先决条件是 Suunto 打算在该国家销售产品。但是，如果您是在欧盟成员国之一、冰岛、挪威、瑞士或土耳其购买产品，而且 Suunto 原本打算在这些国家销售产品，则本有限担保条款在所有这些国家都是有效并可强制实施的。担保服务内容可能由于产品中有适合特定国家的特别要素而受到限制。

在欧盟、冰岛、挪威、瑞士或土耳其之外的国家，如果您同意支付服务费并补偿 Suunto 或服务中心为此产生的运输成本，则您可以在与购买产品地不同的国家获得担保服务。

担保期限

担保期限从初始的终端用户购买者以零售方式购买产品之日起计算。担保期限因您所购买的产品而有所不同，具体如下：

- 腕上电脑表、潜水电脑表、精密仪器和手表适用两 (2) 年担保期限
- 航海指南针适用十 (10) 年担保期限
- 野外指南针适用有限的终身担保

所有产品的可消耗部件和附件适用一 (1) 年担保期限，包括但不限于可充电电池、充电器、接驳器、腕带、电缆和软管（无论是包含在销售包中还是分别出售）。

在您国家的法律允许的限度内，担保期限将不会因为随后对产品的转售、Suunto 授权的维修或更换而被延长、重新计算或受到其它影响。但是，在担保期限内维修或更换的部件，其担保期限将等同于原担保期限的剩余时段或自维修或更换之后的三 (3) 个月，以较长的时段为准。

排除和限制

本有限担保不涵盖以下内容：

1. a) 正常磨损，b) 粗暴操作导致的瑕疵（由尖锐物体导致或因弯曲、挤压或摔打等引起的瑕疵），或者 c) 因滥用产品或违反操作说明导致的瑕疵或损坏；
2. 用户手册或任何第三方软件（即使是随同 Suunto 硬件一起打包或出售的）、设置、内容或数据，无论是包含在还是下载到产品中的，或者无论是在安装、组装、运输过程中还是在配送链的其它任何时候或以其它方式包含进去的并以任何方式为您所获得的；
3. 由于将产品与任何非由 Suunto 制造或供应的产品、附件、软件以及/或者服务一同使用或相关联，或者将产品投入非设计用途的使用，而导致的瑕疵或声称的瑕疵；
4. 可更换电池。

本有限担保在下列情形下不可强制执行：

1. 产品已经被 Suunto 或服务中心之外的任何人打开、改动或维修过；
2. 产品已经使用未经认可的零配件维修过；

3. 产品序列号已经被去除、擦除、磨损、修改或以任何方式变得无法辨认 — 这种情形将由 Suunto 自由裁量认定；
4. 产品已经直接受到包括（但不限于）驱蚊剂在内的的化学物质影响。

Suunto 并不担保产品的运转是不间断的、不会发生错误的，也不担保产品可与第三方提供的任何硬件或软件兼容使用。

Suunto 担保服务获得途径

请务必在 www.suunto.com/customer-service 上注册产品。购物收据和/或注册卡也应妥善保存。可能需要出示此类凭证才能获得 Suunto 担保服务。

请在寻求担保服务之前登录并查阅在 www.suunto.com 网站在线提供的或产品手册提及的帮助资料。

如果需要依照本有限担保条款提出索赔，请通过 www.suunto.com 网站提供的 Suunto 服务申请或联系您当地的授权 Suunto 零售商退还腕上电脑表。对于本有限担保条款担保的所有其它产品，请联系您当地的授权 Suunto 零售商。联系信息，请访问 Suunto 网站 www.suunto.com，或致电 Suunto 帮助中心 +358 2 284 1160（可能按国内电话收费或优惠收费）了解有关如何接受产品担保服务的详细信息和说明。如果要将产品托运送至您当地的授权 Suunto 零售商，请使用运费预付的运输方式。

其它重要告知事项

请记住将您的产品中存储的所有重要内容和数据备份，因为内容和数据可能在产品维修或更换过程中丢失。对产品维修过程中因内容和数据的丢失、损坏或污染所导致的任何种类的损害或损失，Suunto 或服务中心不承担任何责任。

当产品或其一个零部件被更换，任何替换下来的物品都将成为 Suunto 的财产。如果退还价款，则已退款的产品必须归还给服务中心，因为其已成为 Suunto 和/或服务中心的财产。

责任限制

在可适用的强制性法律规定许可的最大限度内，本有限担保将是您获得的唯一和排他性的补救，并取代一切其它明示或默示担保。对于特殊、偶发、惩罚性或连带发生的损失，包括但不限于由于购买或使用产品所导致的或者因违反担保条款、违约、疏忽或侵权中的严格责任原则或任何其它法律或平衡原则而造成的预期利益或利润的损失、储蓄或收入的损失、数据损失、惩罚性赔偿、产品或任何关联设备的效用损失、资本成本、任何替代设备或设施的成本、停工损失、任何第三方（包括顾客）索赔以及对财产的损坏，即使 SUUNTO 已获知此类损失的可能性，SUUNTO 亦概不负责。SUUNTO 将不会为在提供本有限担保项下的服务中发生的迟延，或者产品维修期间的效用损失承担责任。



SUUNTO CUSTOMER SUPPORT

1. www.suunto.com/support
www.suunto.com/mysuunto
2. AUSTRALIA +61 1800 240 498
AUSTRIA +43 720 883 104
CANADA +1 800 267 7506
CHINA +86 010 84054725
FINLAND +358 9 4245 0127
FRANCE +33 4 81 68 09 26
GERMANY +49 89 3803 8778
ITALY +39 02 9475 1965
JAPAN +81 3 4520 9417
NETHERLANDS +31 1 0713 7269
NEW ZEALAND +64 9887 5223
RUSSIA +7 499 918 7148
SPAIN +34 91 11 43 175
SWEDEN +46 8 5250 0730
SWITZERLAND +41 44 580 9988
UK +44 20 3608 0534
USA +1 855 258 0900