

# SUUNTO GPS TRACK POD


## 用户指南


1	安全 .....	4
2	欢迎 .....	6
3	指示灯信号 .....	7
4	使用电源按钮 .....	8
5	开始使用 .....	9
6	自定义您的 Suunto GPS Track POD .....	10
	6.1 连接至 Movescount .....	10
	6.2 自定义设置 .....	11
7	使用您的 Suunto GPS Track POD .....	13
	7.1 连接Suunto GPS Track POD .....	13
	7.2 使用 GPS .....	14
	7.3 记录日志 .....	15
	7.4 记录圈数 .....	16
	7.5 停用 Suunto GPS Track POD .....	17
	7.6 拆下 Suunto GPS Track POD .....	17
	7.7 上传数据至 Movescount .....	18
8	配对 Suunto GPS Track POD .....	19
9	图标和声音 .....	20
10	保养和维护 .....	22
	10.1 防水性 .....	22
	10.2 为电池充电 .....	23
11	技术规格 .....	25
	11.1 商标 .....	25
	11.2 CE .....	25
	11.3 版权 .....	26


11.4 保修 .....	26
索引 .....	29

# 1 安全

## 安全措施类型


 **警告** – 适用于可能引起严重人身伤害或死亡的步骤或情况。


 **小心** – 适用于可能导致产品严重损坏的步骤或情况。


 **注释** – 用于强调重要信息。


 **提示** – 用于提供有关如何利用本设备特点和功能的额外提示。

## 安全预防措施

 **警告** 尽管我们的产品均符合行业标准，但本产品与皮肤接触可能会产生过敏反应或皮肤刺激。若发生这种情况，请立即停止使用并咨询医生。

 **警告** 在开始实施锻炼计划之前，请咨询您的医师。锻炼过度可能导致身体严重受伤。

 **警告** 仅用于娱乐目的。

 **警告** 切勿完全依赖 GPS 或电池续航时间，务必使用地图和其他支持设备以确保您的安全。

- ⚠ 小心 不要在产品上涂抹任何种类的溶剂，因为它可能会损坏表面。
- ⚠ 小心 不要在产品上涂杀虫剂，因为它可能会损坏表面。
- ⚠ 小心 不要随意抛弃产品，而应将其作为电子垃圾进行处理，以保护环境。
- ⚠ 小心 不要敲击或跌落设备，因为这样可能会损坏设备。

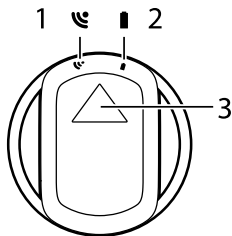
## 2 欢迎

感谢您选择 Suunto GPS Track POD。

Suunto GPS Track POD 专为轻松户外使用而设计，是一款功能强大的设备，可以在您探索新的地域时储存行踪、速度、距离和 GPS 高度数据。在家时，您可以将 Suunto GPS Track POD 连接至 *Movescount.com* 在线日记，以在地图上显示行踪或者与朋友分享。您也可以在线自定义设备设置。

与 Suunto Quest、Suunto M5、Suunto t3、Suunto t4 或 Suunto t6 配对后，Suunto GPS Track POD 可以为您提供有关户外活动的实时距离以及高度灵敏响应的速度读数。


### 3 指示灯信号




1 GPS 信号


2 电池


3 电源按钮

 正在搜索 GPS 信号

 找到 GPS 信号

 充电

 电池电量低 (尽快充电)

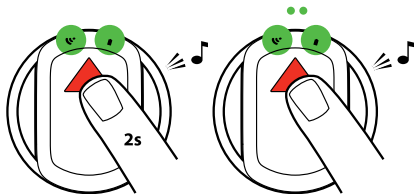
 错误 (连接至 Moveslink)

有关信号的完整列表, 请参见 9 小章 [图标和声音](#) 20 页。

## 4 使用电源按钮

电源按钮可用于下列功能：

- 按住按钮 2 秒钟可激活/停用设备。
- 按下按钮开始记录日志并在记录期间记录圈数。




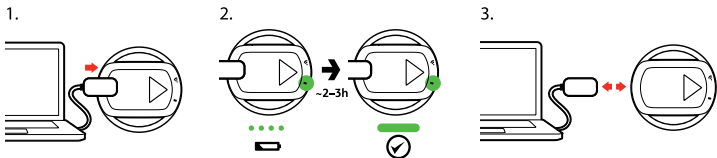


## 5 开始使用

要开始使用您的 Suunto GPS Track POD:

1. 为电池充电。当使用提供的 USB 线缆将 Suunto GPS Track POD 连接到电脑时，设备将自动唤醒充电。您还可以使用可选的 Suunto 墙壁充电器将设备连接到电源插座中来唤醒充电。
2. 电池指示器开始呈绿色闪烁。完全充满没电的电池需要 2—3 小时。首次充电可能时间会长些。使用 USB 线缆充电期间，电源按钮被锁定。
3. 当电池已经充满电且电池指示器持续呈绿色亮起时，卸下设备。

 **注释** 电池充满电之前请勿拔下 USB 线缆，以确保最长的电池续航时间。充电完成时，Moveslink 窗口中会显示电池已充满通知，Suunto GPS Track POD 上的电池指示器呈绿色持续亮起。



## 6 自定义您的 SUUNTO GPS TRACK POD

### 6.1 连接至 Movescount

Movescount.com 是免费的个人日记和在线运动社区，包含用于管理日常活动以及分享运动故事所需的各种工具。Movescount 可以让您将记录下的锻炼日志从 Suunto GPS Track POD 传送到 Movescount 并根据您的需要自定义设备。

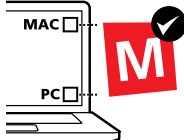
通过安装与 Suunto GPS Track POD 相关的 Moveslink 版本开始：

1. 转至 [www.movescount.com/moveslink](http://www.movescount.com/moveslink)。
2. 下载、安装并激活 Moveslink。

1.



2.

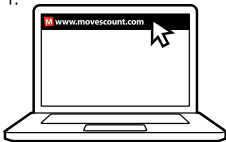


 注释 激活 Moveslink 后，电脑显示屏上可以看到 Moveslink 图标。

要注册 Movescount：


1. 转至 [www.movescount.com](http://www.movescount.com)。
2. 创建您的帐户。


1.



2.



 **注释** 将 Suunto GPS Track POD 首次连接到 Movescount 时，所有信息（包括设备设置）都将从设备传输到您的 Movescount 帐户。下一次您将 Suunto GPS Track POD 连接到 Movescount 帐户时，您在 Movescount 中所作的设置更改将被更新到设备。

 **注释** 您可以在不注册 Movescount 的情况下使用 Moveslink 应用程序。但 Movescount 可显著扩展 Suunto GPS Track POD 的使用功能、个性化特性和设置选项。它还可以显示记录的行踪和其他活动数据。因此，建议您创建 Movescount 帐户以便将设备的功用发挥到极致。

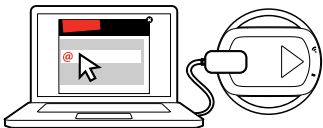
## 6.2 自定义设置

您可以在 Movescount 中自定义您的 Suunto GPS Track POD 设置。

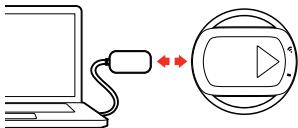
要自定义您的 Suunto GPS Track POD:

1. 激活 Moveslink 并使用提供的 USB 缆线将 Suunto GPS Track POD 连接至电脑。
2. 登录 Movescount 并在您的配置文件的装置部分自定义设置。记得保存设置。
3. 重新连接您的 Suunto GPS Track POD，以在设备中更新设置。

1.-2.



3.



您的 Suunto GPS Track POD 包括您可以在 Movescount 中修改的下列默认设置:


- 自动日志记录: 当自动日志记录打开时, Suunto GPS Track POD 将在获取 GPS 定位时开始记录您的活动日志。当禁用自动日志记录时, 按下电源按钮即可在找到 GPS 定位之后开始记录日志。
- GPS 定位和记录速度: Suunto GPS Track POD 的默认设置是每秒记录数据和搜索 GPS 信号。
- 睡眠模式: 默认设置是睡眠模式关闭。当睡眠模式关闭时, Suunto GPS Track POD 会以指定的时间间隔持续更新 GPS 数据和记录其他数据, 例如时间、速率和距离。
- 声音: 默认设置是声音打开。当声音打开时, 您将在下列情况下听到声音:
  - Suunto GPS Track POD 收到 GPS 定位并开始记录日志。
  - 保存圈数。
  - 当停止日志时, Suunto GPS Track POD 关闭。

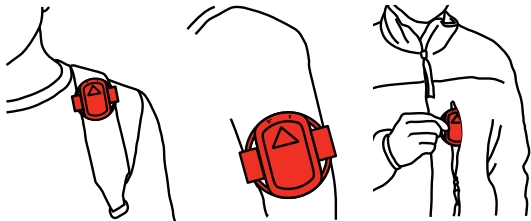
有关声音的完整列表, 请参见 9 小章 图标和声音 20 页。


 **注释** 当您选择了一个频繁的 GPS 定位和记录速率并拥有较强的 GPS 信号时, 自动圈数距离会更加准确。

## 7 使用您的 SUUNTO GPS TRACK POD

### 7.1 连接Suunto GPS Track POD

 注释 为了达到最佳 GPS 接收效果，确保 Suunto GPS Track POD 面向天空。




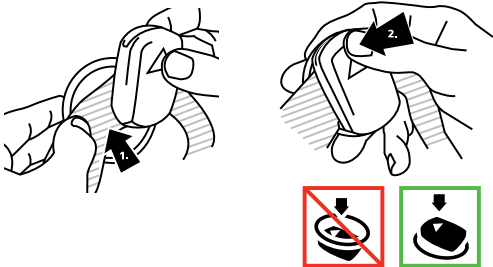
 注释 务必将手腕装置和 Suunto GPS Track POD 置于同一侧。



如要将 Suunto GPS Track POD 连接到腕带：


1. 从 POD 卸下塑料夹。
2. 将腕带置于塑料夹和 POD 之间并将塑料夹连接回 POD 上。


 注释 务必从 POD 的背面连接腕带和塑料夹。



## 7.2 使用 GPS

Suunto GPS Track POD 使用全球定位系统 (GPS) 确定您的当前位置。GPS 包括一系列在 20,000 km 高度以 4 km/s 的速度绕地球旋转的卫星。

 注释 首次激活 GPS 或很久没用该功能时，GPS 定位所花的时间将比平常长些。后续启动 GPS 所需的时间将会减少。

 提示 为了尽量减少 GPS 启动时间，请将设备持稳，GPS 朝上，确保处于开阔区域以便设备与天空之间无阻碍。

故障排查：无 GPS 信号

- 为了获取清晰的信号，请将设备的 GPS 组件朝上。当处于开阔区域，与天空之间无阻碍时，设备可获取最佳信号。
- GPS 接收器通常在帐篷内或其他较薄的遮盖物下也能正常工作。但遮挡物、楼房、茂密的植被或多云的天空可能会降低 GPS 信号接收质量。
- GPS 信号无法穿透任何固体建筑或水。因此不要尝试在楼房内、洞穴或水下激活 GPS。



## 7.3 记录日志

当 Suunto GPS Track POD 充好电时，您可以开始记录日志。

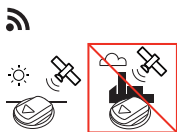
要记录日志：

1. 走到户外并确保设备与天空之间无阻碍。
2. 打开 Suunto GPS Track POD，按下电源按钮，直至 GPS 信号和电池指示器亮起。在 Suunto GPS Track POD 搜索 GPS 信号时，GPS 信号指示器开始闪烁。找到信号时，绿色 GPS 信号指示器持续亮起。

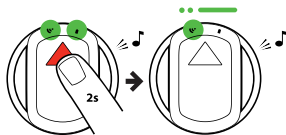
默认设置是在找到 GPS 定位时，Suunto GPS Track POD 自动开始记录日志。

3. (如果您已经禁用 Movescount 中的自动记录，则按下电源按钮开始记录日志。)

1.



2.



(3)



 **注释** 定期将您的 Suunto GPS Track POD 连接到 Movescount，以传输您的日志并更新卫星数据，以加快 GPS 定位速度。

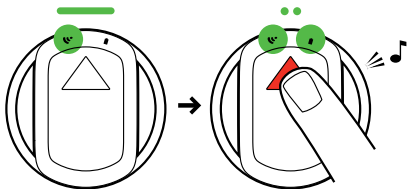
## 7.4 记录圈数


当您正在记录日志时，可以记录圈数。

要记录圈数：

1. 按下您的 Suunto GPS Track POD 上的电源按钮。
2. 指示器灯呈绿色闪烁，以确认圈数已保存。

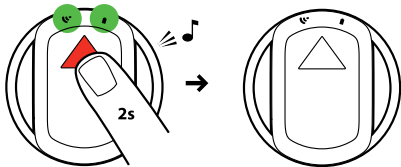




 提示 当自动日志记录打开时，您可以记录圈数，例如，用于标记马拉松比赛的起跑线或终点线的交叉部分。这样一来，您便能够查看您的确切跑步时间，而不是获取 GPS 定位的时间。

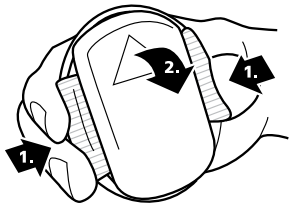
## 7.5 停用 Suunto GPS Track POD

要停用 Suunto GPS Track POD，按下电源按钮，直至电池和 GPS 信号指示器熄灭。



## 7.6 拆下 Suunto GPS Track POD

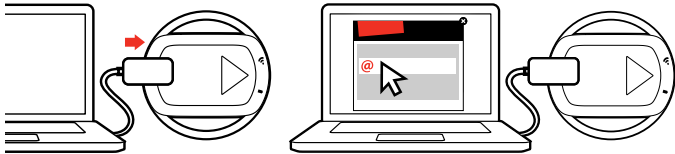
向后拉腕带，以从 Suunto GPS Track POD 释放塑料夹。



## 7.7 上传数据至 Movescount

从 Suunto GPS Track POD 将您的记录日志上传至 Movescount:

1. 激活 Moveslink 并使用提供的 USB 缆线将设备连接至电脑。
2. 您的日志将被自动传输至您的 Movescount 帐户。

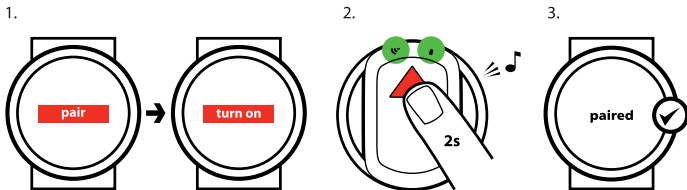



## 8 配对 SUUNTO GPS TRACK POD

Suunto GPS Track POD 可以用作独立的 GPS 设备，以保存您的活动期间的行踪、速度和距离数据以及 GPS 高度。您也可以将您的 Suunto GPS Track POD 和兼容的 Suunto 手腕设备相配对，以接收训练期间的实时速度、距离和步频信息。Suunto GPS Track POD 兼容 Suunto Quest、Suunto M5、Suunto t3、Suunto t4 和 Suunto t6。

要将 Suunto GPS Track POD 与兼容的 Suunto 手腕设备相配对：

1. 进入您的手腕设备的配对菜单（遵循设备的特定说明操作）并从菜单中选择相关的选项（GPS POD 或 Speed POD）。等待手腕设备提示您打开 POD。
2. 按下电源按钮以激活 Suunto GPS Track POD。
3. 将 Suunto GPS Track POD 靠近手腕设备并等待设备通知 POD 已经配对。



 **注释** 您不需要 GPS 定位来将 Suunto GPS Track POD 与 Suunto 手腕设备相配对。

## 9 图标和声音

—— 无声音

♪ 短声音

♪♪ 长声音

指示灯	声音	POD 状态
	——	设备关闭
	♪	电源打开
	——	电池正常
	——	电池电量低 (对电池充电)
	♪♪	电池电量为空
	——	正在搜索 GPS 信号
	♪	找到 GPS 信号
	♪♪	开始记录日志
	♪	新的圈数
	——	POD 处于睡眠模式

指示灯	声音	POD 状态
		停止训练/停用 POD
		USB 缆线已连接，电池正在充电
		电池已充满电
		错误：内存已满，连接至 Moveslink
		错误：保存日志时出错，内存已满
		错误：连接至 Moveslink

## 10 保养和维护


请小心置放设备 – 不要敲击或使其坠落。

在正常情况下，本设备不需要维修。使用后，用淡水以及温和的肥皂清洗设备并用湿的软布或麂皮清洁。

有关保养和维护设备的信息，请参考各种辅助材料，包括问题解答和说明视频，这些材料位于 [www.suunto.com](http://www.suunto.com)。如果需要，您也可以在该网站直接发帖向 Suunto 客服中心提问或获得有关如何让授权的 Suunto 服务商维修产品的信息。切勿自行维修设备。


或者，您也可以拨打本手册最后一页提供的电话号码联系 Suunto 客服中心。Suunto 授权的客服人员将在电话中帮助您并在需要时对您的设备进行故障排除。

请仅使用原装 Suunto 配件 – 由非原装配件导致的损害不在保修范围之内。

 **提示** 请记住在 [www.suunto.com/register](http://www.suunto.com/register) 上的 MySuunto 注册您的 Suunto GPS Track POD 以便得到符合您需要的个性化支持。

### 10.1 防水性

Suunto GPS Track POD 可以防水。根据 ISO 22810 标准 ([www.iso.ch](http://www.iso.ch))，设备防水性达到 30 m/100 ft。这意味着您可以佩戴 Suunto GPS Track POD 游泳，但不应用于任何形式的潜水。

 **注释** 防水性不等同于正常工作深度。防水性标志是指产品能够经受淋浴、浸浴、游泳、泳池边潜水和通气管潜水的静态气密/水密性。

为保持防水性，建议采取以下措施：

- 切勿在水下按按钮。
- 切勿以非预期用途使用设备。
- 联系授权的 Suunto 服务商、分销商或零售商以获得维修服务。
- 保持设备干净，避免接触污物或沙子。
- 切勿尝试自行打开表壳。
- 避免设备经历快速气温和水温变化。
- 设备接触盐水后始终用淡水清洁。
- 切勿使水压对准按钮。
- 切勿敲击或跌落设备。

## 10.2 为电池充电

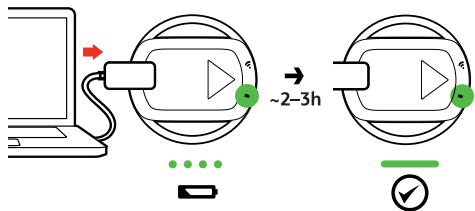
电池单次充电后的续航时间取决于 GPS 的定位和记录设置。采用 1 秒定位和记录时间间隔时，电池的续航时间最高可达 15 小时。采用 60 秒定位和记录时间间隔时，电池单次充电后的续航时间最高可达 100 小时。

 **注释** 低温可导致电池单次充电的续航时间缩短。

 **注释** 可充电电池的容量会随时间降低。

当电池充电电量低（剩余 2 小时以下）时，电池的红色指示灯开始闪烁。应尽快对电池充电。

使用 Suunto USB 线缆将电池连接到电脑或通过 USB 兼容的 Suunto 墙壁充电器为电池充电。充满没电的电池需要大约 2-3 小时。






# 11 技术规格

## 技术规格

- 工作温度:  $-20^{\circ}\text{C}$  至  $+60^{\circ}\text{C}$ / $-5^{\circ}\text{F}$  至  $+140^{\circ}\text{F}$
- 存放温度:  $-30^{\circ}\text{C}$  至  $+60^{\circ}\text{C}$ / $-22^{\circ}\text{F}$  至  $+140^{\circ}\text{F}$
- 电池充电温度:  $0^{\circ}\text{C}$  至  $+45^{\circ}\text{C}$ / $+32^{\circ}\text{F}$  至  $+113^{\circ}\text{F}$
- 防水性: 30 m/100 ft (ISO 22810)
- 传输频率 (传输带/POD) : 2.4 GHz Suunto ANT 兼容接收器
- 电池: 可充电锂离子电池
- 电池续航时间 (单次充电) :
  - 采用 1 秒 GPS 定位和记录速度时约为 15 小时\*
  - 采用 60 秒 GPS 定位和记录速度时约为 100 小时\*
- \*新电池, 工作温度为  $+20^{\circ}\text{C}$
- 重量: 约 35 g/1.2 oz

 注释 防水性不等同于正常工作深度。

## 11.1 商标

Suunto GPS Track POD、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。

## 11.2 CE

Suunto Oy 特此声明, 本设备遵从 1999/5/EC 指令的实质要求和其他相关规定。

## 11.3 版权

版权所有 © Suunto Oy 2012。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](http://www.suunto.com)。

## 11.4 保修

### SUUNTO 有限保修

Suunto 保证，在保修期限内 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保修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，或者 b) 更换，或者 c) 退款。本有限保修条款仅在您购买该产品所在的国家/地区有效并具有强制效力，除非当地法律另有规定。

### 保修期限

保修期从购买者以零售方式购买产品之日起计算。显示设备的保修期限为两 (2) 年。附件（包括但不限于 POD、心率传输带以及所有消耗部件）的保修期限为一 (1) 年。

可充电电池的容量会随时间降低。如果由于电池缺陷造成电量消耗异常，则 Suunto 的保修期涵盖 1 年的更换电池服务。

## 排除和限制

本有限保修不涵盖以下内容：

1. a) 正常磨损, b) 处理不当造成的瑕疵, 或 c) 由错误使用本产品或违反说明造成的瑕疵或损坏；
2. 用户手册或任何第三方物品；
3. 将本产品与非 Suunto 制造或提供的任何产品、附件、软件和/或服务一起使用而造成的瑕疵或声称的瑕疵；

本有限保修在下列情形下不具有强制效力：

1. 非因预期用途而打开本产品；
2. 使用非授权备件维修本产品；由授权服务中心之外的任何人改动或维修本产品；
3. 产品序号已被去除、改动或以任何方式变得无法辨认 – 而且这种情形将由 Suunto 完全自由裁量认定；
4. 产品已经受到包括（但不限于）驱蚊剂在内的化学物质的影响。

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

## Suunto 保修服务获得途径

您必须提供购买凭据才能获得 Suunto 保修服务。有关如何获取保修服务的说明，请访问 [www.suunto.com/warranty](http://www.suunto.com/warranty)、联系您的当地授权 Suunto 零售商，或者致电 Suunto 客服中心。

## 责任限制

在可适用的强制性法律规定许可的最大限度内，本有限保修将是您获得的唯一和排他性的补救，并取代一切其他明示或默示保修。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本产品所导致的或者因违反保修条款、违约、疏忽或侵权中的严格责任原则或

任何法律或平衡原则而造成的预期利益的损失、数据损失、效用损失、资本成本、任何替代设备或设施的成本、任何第三方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 将不会为延迟提供保修服务承担责任。

# 索引

## Symbols

上传至 Movescount, 18  
为电池充电, 9, 23  
保修, 26  
停用, 17  
图标, 20  
圈数, 16  
声音, 20  
拆下, 17  
指示灯信号, 7  
电池续航时间, 23  
电源按钮, 8  
维护, 22  
自定义, 11  
记录圈数, 16  
记录日志, 15  
设置, 11  
连接, 13  
连接至 Movescount, 10  
配对, 19  
防水性, 22

## G

GPS, 14  
GPS 故障排查, 15

## M

Movescount, 10, 18  
Moveslink, 10



## SUUNTO CUSTOMER SUPPORT

[www.suunto.com/support](http://www.suunto.com/support)  
[www.suunto.com/mysuunto](http://www.suunto.com/mysuunto)

INTERNATIONAL	+358 2 284 1160
AUSTRALIA	1-800-240498 (toll free)
AUSTRIA	0720883104
CANADA	1-800-267-7506 (toll free)
FINLAND	02 284 1160
FRANCE	0481680926
GERMANY	08938038778
ITALY	0294751965
JAPAN	03 6831 2715
NETHERLANDS	0107137269
RUSSIA	4999187148
SPAIN	911143175
SWEDEN	0850685486
SWITZERLAND	0445809988
UNITED KINGDOM	02036080534
USA	1-855-258-0900 (toll free)

[www.suunto.com](http://www.suunto.com)

  
**SUUNTO**

© Suunto Oy 11/2012  
Suunto is a registered trademark of Suunto Oy.  
All Rights reserved.