

SUUNTO M1/M2


BRUKERHÅNDBOK


1	SIKKERHET	4
	Typer sikkerhetsforholdsregler:	4
	Sikkerhetsregler:	4
2	Velkommen	6
3	Vise ikoner og segmenter	7
4	Bruke tastene	8
5	Komme i gang	9
	5.1 Beregne din kondisjon	10
6	Bruke tastelåsen	12
7	Sette på pulsbeltet	13
8	Begynne treningen	15
	8.1 Feilsøking	16
9	Under trening	17
	9.1 Pulssoner	17
10	Eksempel på ukentlig treningsprogram: fra dårlig til utmerket nivå	19
11	Etter trening	20
12	Gjennomgang av historikken	22
	12.1 Historikk og trender	22
	12.2 Forrige trening	23
13	Justere innstillinger	24
	Eksempel: justere alarminnstillinger	25
	13.1 Dvalemodus og startinnstillinger	26
	13.2 Endre språk	26
14	Stell og vedlikehold	27
	14.1 Bytte batteri	27

14.2 Bytte pulsbeltebatteri	29
15 Spesifikasjoner	30
15.1 Tekniske spesifikasjoner	30
15.2 Varemerke	31
15.3 FCC-overholdelse	31
15.4 CE	31
15.5 ICES	32
15.6 Copyright	32
15.7 Patentvarsel	32
16 Garanti	33
Garantiperiode	33
Unntak og begrensninger	33
Tilgang til Suuntos garantiservice	34
Skadesløsholdelse	34

1 SIKKERHET


Typer sikkerhetsforholdsregler:

 **ADVARSEL:** - brukes i forbindelse med en prosedyre eller situasjon som kan resultere i alvorlig personskade eller død.

 **FORSIKTIG:** - brukes i forbindelse med en prosedyre eller situasjon som vil resultere i skade på produktet.

 **MERK:** - brukes til å fremheve viktig informasjon.

Sikkerhetsregler:

 **ADVARSEL:** DET KAN FOREKOMME ALLERGISKE REAKSJONER ELLER HUDIRRITASJON NÅR PRODUKTET KOMMER I KONTAKT MED HUD, SELV OM PRODUKTET ER UTVIKLET I TRÅD MED BRANSJESTANDARDER. HVIS DETTE SKULLE SKJE, SLUTT Å BRUKE PRODUKTET UMIDDELBART OG KONTAKT LEGE.

 **ADVARSEL:** FORHØR DEG ALLTID MED LEGE FØR DU BEGYNNER ET TRENINGSPROGRAM. OVERANSTRENGELSE KAN FØRE TIL ALVORLIGE SKADER.

 **FORSIKTIG:** IKKE PÅFØR NOEN TYPER LØSEMIDLER.

 **FORSIKTIG:** IKKE PÅFØR INSEKTMIDDEL.

 **FORSIKTIG:** BEHANDLE SOM ELEKTRONISK AVFALL.

 **FORSIKTIG:** UNNGÅ STØT- ELLER FALLSKADER.

2 VELKOMMEN

Takk for at du valgte Suunto M1/M2 pulsklokke!

Suunto M1/M2 pulsklokke er utstyrt med de grunnleggende verktøyene du trenger for å nå dine treningsmål. Suunto M1/M2 gjør pulsmåling enkelt og behagelig, viser hjertefrekvens og kaloriforbruk i sanntid, og overvåker deg mens du trener, for å sikre at du holder deg innenfor din ideelle pulssone.

Nøkkelfunksjoner i Suunto M1/M2 er utformet for å gjøre treningen så effektiv som mulig:

- enkel å bruke med tre taster, stort display og ni språk
- treningsveiledning i sanntid viser puls og forbrante kalorier
- automatisk bytte mellom tre forskjellige pulssoner
- treningssammendrag
- komfortabelt pulselte som er kompatibelt med de fleste kardioapparater på treningsstudioer

Denne brukerhåndboken kan hjelpe deg med å få mest mulig ut av treningen med Suunto M1/M2. Les nøye gjennom den for å gjøre bruken av den nye Suunto M1/M2 enda triveligere.

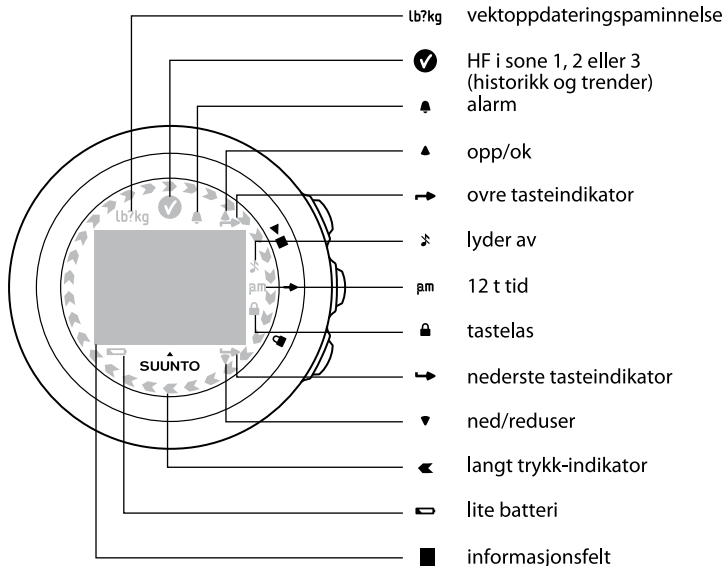
Treningen din behøver ikke å stoppe når økten er avsluttet. Fortsett din treningsopplevelse online og få enda mer ut av hver bevegelse på Movescount.com. Sjekk ut Movescount.com i dag og registrer deg. Bli motivert og begynn å ha det gøy. Fordi det er det trening handler om.



MERK: Husk å registrere enheten på www.suunto.com/register for å motta hele spekteret av Suunto-støtte.

3 VISE IKONER OG SEGMENTER

no



4 BRUKE TASTENE



Ved å trykke på følgende taster kan du få tilgang til følgende funksjoner:

▶■ (SPILL AV / STOPP):

- velg **exercise (trening), history & trend (historikk og trender), prev. exercise (forrige trening)**
- start/stopp treningen
- øk / flytt opp

→ (NESTE):


- bytte visninger
- gå inn i / gå ut av innstillingene ved å holde inne
- akseptere / gå til neste trinn

🔒 (LÅS):

- lås tasten ▶■ ved å holde den inne
- reduser / flytt ned

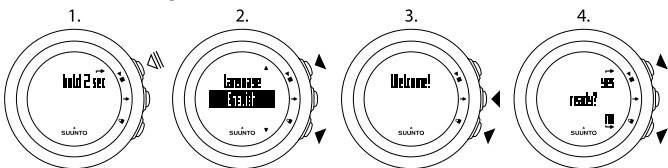
5 KOMME I GANG

Start med å tilpasse Suunto M1/M2 for å oppnå pålitelig og brukervennlig overvåking. Gjennom personlige innstillinger kan du finjustere Suunto M1/M2 i henhold til dine fysiske kjennetegn og aktiviteter. Mange av beregningene bruker disse innstillingene, så det er viktig at du er så nøyaktig som mulig når du definerer verdiene.

 **MERK:** Ta deg tid til å justere startinnstillingene nøye. Noen innstillinger kan bare endres senere ved å tilbake stille enheten.


Slik angir du startinnstillingene:

1. Trykk på en tast for å aktivere enheten. Vent til enheten våkner opp og sier **hold 2 sec (vent 2 sek)**. Hold **▶■** inne for å angi den første innstillingen.
2. Trykk på **▶■** eller **⏏** for å endre verdier.
3. Trykk på **➡** for å akseptere en verdi og flytte til neste innstilling. Trykk på **⏏** for å gå tilbake til forrige innstilling.
4. Når du er klar, velger du **yes (Ja)** (**▶■**) for å bekrefte alle innstillingene. Hvis du vil endre innstillingene, velger du **no (Nei)** (**⏏**) for å returnere til den første innstillingen.




Du kan angi følgende startinnstillinger:

- **language (språk):** english, deutsch, français, español, portugisisk, italiano, nederlands, svenska, suomi
- **units (enheter):** metrisk/britisk
- **time (tid):** 12/24 t, timer og minutter
- **date (dato)**
- **personal settings (personlige innstillinger):** fødselsår, kjønn, vekt

 **MERK:** *Maksimal HR er absolutt maksimalt antall ganger et menneskes hjerte kan slå i ett minutt ved høyeste intensitet. Når du har skrevet inn fødselsår, angir enheten automatisk maksimal puls ved hjelp av formelen $207 - (0,7 \times \text{alder})$, som publisert av American College of Sports Medicine. Hvis du kjenner din faktiske makspuls, bør du justere den automatisk beregnede verdien til den kjente verdien.*

Hvis du vil ha informasjon om justering av innstillingene på et senere tidspunkt, se *Kapittel 13 Justere innstillinger på side 24.*

 **TIPS:** *Se datoen og sekundene med tiden ved å trykke på → i tidsvisningen. Displayet går tilbake til å vise bare tid for å spare batteristrøm, hvis du ikke trykker på → igjen etter 2 minutter.*





5.1 Beregne din kondisjon

For å få veiledning under trening må du anslå din nåværende kondisjon i startinnstillingene.

Velg ett av følgende alternativer:

- **very poor (svært dårlig):** du foretrekker å bruke heisen eller kjøre i stedet for å gå, eller du går noen ganger for fornøyselsens skyld, og av og til trener du nok til å frembringe tung pust eller svette.
- **poor (dårlig):** du trener regelmessig 10 til 60 minutter per uke i rekreasjon eller arbeid som krever moderat fysisk aktivitet, f.eks. golf, ridning, aerobics, gymnastikk, bordtennis, bowling, vektløfting eller hagearbeid.
- **fair (brukbar):** du løper mindre enn 1,6 kilometer per uke eller bruker mindre enn 30 minutter per uke i sammenlignbar fysisk aktivitet.
- **good (god):** du løper 1,5 til 8 km per uke eller bruker 30 til 60 minutter per uke i sammenlignbar fysisk aktivitet.
- **very good (veldig god):** du løper 8 til 16 km per uke eller bruker 1 til 3 timer per uke i sammenlignbar fysisk aktivitet.
- **excellent (utmerket):** du løper over 16 km per uke eller bruker over 3 timer per uke i sammenlignbar fysisk aktivitet.



6 BRUKE TASTELÅSEN

Hold  inne for å låse eller låse opp tasten . Når tasten  er låst, vises  i displayet.



TIPS: Lås tasten  for å unngå utilsiktet start eller stopp av stoppeklokken.

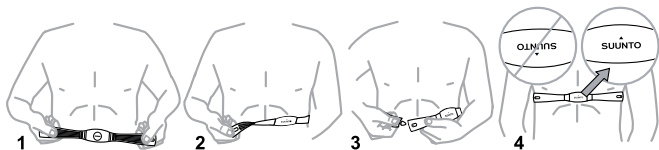


MERK: Når tasten  blir låst under trening, kan du fortsatt endre visningene ved å trykke på .

7 SETTE PÅ PULSBELTET

Juster lengden på stroppen slik at pulsbeltet sitter stramt, men likevel behagelig. Fukt kontaktområdene med vann eller gel og sett på pulsbeltet. Sørg for at pulsbeltet er sentrert på brystet og den røde pilen peker oppover.

M1 pulsbelte






M2 pulsbelte



⚠ ADVARSEL: Personer som har pacemaker, defibrillator eller andre implanterte elektroniske enheter, bruker pulsbeltet på egen risiko. Før du starter første gangs bruk av pulsbeltet, anbefaler vi en øvelsestest under tilsyn av lege. Dette sikrer pacemakerens og pulsbeltets sikkerhet og pålitelighet når de brukes samtidig. Trening kan innebære en viss risiko, spesielt for dem som har vært inaktive. Vi

anbefaler sterkt at du konsulterer legen din før du starter et regelmessig treningsprogram.

 **MERK:** Pulsbelter med IND-ikon er kompatible med de fleste treningsapparater med induktivt pulsmottak. Suunto M1/M2 er kompatibel med Suunto Dual-komfortbelte (IND- og ANT-ikoner  ).

8 BEGYNNE TRENINGEN

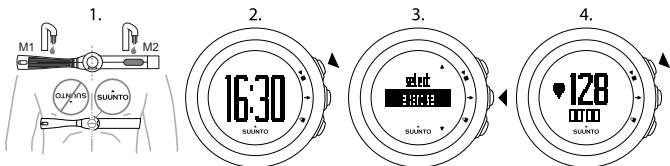
Slik begynner du å trene:

1. Fukt kontaktområdene og sett på pulsbeltet.
2. I tidsvisningen trykker du **▶■** for å velge **exercise (trening)**.
3. Bekreft **exercise (trening)** med **➔**.
4. Trykk på **▶■** for å starte registrering av treningsøkten.

Når du er iført pulsbeltet på riktig måte, vises pulsverdiene.

MERK: Hvis pulsbeltesignalet ikke blir funnet etter at du har prøvd å få kontakt, vises bare varigheten. For å bruke pulsinformasjon under trening må pulsverdien vises.

TIPS: Under registrering trykker du på **➔** for å se hjertefrekvensen over tid.



TIPS: Du kan bruke Suunto M1/M2 som en stoppeklokke uten pulsbeltet. Under trening trykker du på **➔** for å vise varigheten uten puls.



TIPS: *Oppvarming før og cooldown etter trening. Dette bør skje ved lav intensitet (sone 1 eller under).*

Les mer om bruk av pulssoner i *Section 9.1 Pulssoner på side 17.*

8.1 Feilsøking

Suunto M1/M2 bruker kodet overføring for å forhindre leseforstyrrelser. Imidlertid kan trening i nærheten av strømledninger, magnetiske eller elektroniske enheter forårsake interferens med pulssignalet.

Hvis du mister pulssignalet, kan du prøve følgende:

- Kontroller at du har på deg pulsbeltet riktig.
- Kontroller at elektrodeområdene på pulsbeltet er fuktige.
- Flytt deg bort fra mulige forstyrrelseskilder.
- Bytt batteriet på pulsbeltet og/eller enheten hvis problemene vedvarer.

9 UNDER TRENING

Suunto M1/M2 gir deg tilleggsinformasjon for å veilede deg under treningen. Denne informasjonen kan være både nyttig og givende.

Her er noen ideer for bruk av enheten under trening:

- Trykk på **→** for å se varighet og puls i sanntid, i tillegg til gjennomsnittlig puls, kaloriforbruk, pulssonen du er i, og tiden. Juster treningsintensiteten til du når ønsket pulssone.
- Hold **⏸** inne for å låse knappen **▶■** og unngå at stoppeklokken stoppes utilsiktet.
- Trykk på **▶■** for å avslutte treningen.




TIPS: Slå lyden av eller på (🔊) under trening ved å holde **→** inne. Du kan ikke slå på lyder hvis du har satt lyder til **all off (alle av)** i de generelle innstillingene. Se **Kapittel 13 Justere innstillinger** på side 24.


9.1 Pulssoner


Hvis du vil ha informasjon om makspuls, se **Kapittel 5 Komme i gang** på side 9.

Pulssoner er prosent av din maks puls. Intensiteten på treningen bestemmes av tiden du tilbringer i hver av de tre sonene. Sonetrening er en etablert treningsmetode, og den forhåndsdefinerte standarden er som følger:

- Sone 1 (60– 70 %): kondisjonssone, forbedrer grunnleggende kondisjon og er egnet for vektkontroll.
- Sone 2 (70-80%): aerobisk sone, forbedrer aerobisk kondisjon og er egnet for utholdenhetstrening.
- Sone 3 (80-90%): terskelsone: forbedrer den aerobiske og anaerobiske kapasiteten og egner seg til forbedring av toppformen.

 **TIPS:** Bruk sone 2 og 3 for å oppnå god kondisjon. Unngå å trene i sone 3 for ofte for å unngå overtrening eller skader.

 **TIPS:** Hvis du trykker på ➔ for å se pulssonen du er i under treningen, vil du også høre en lyd når pulssonen endres.

 **MERK:** Sonen følger automatisk retningslinjene til American College for Sports Medicine for treningsprogrammer.

10 EKSEMPEL PÅ UKENTLIG TRENINGSPROGRAM: FRA DÅRLIG TIL UTMERKET NIVÅ

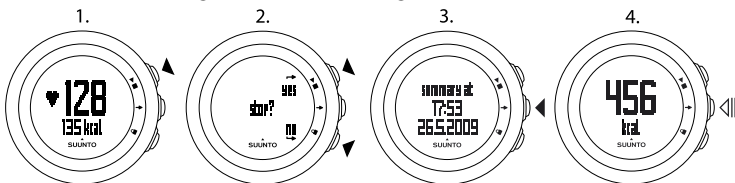
Tabellen nedenfor viser et forslag til et godt treningsprogram, og illustrerer hvordan du kan ha fullt utbytte av sonetrening for å forbedre din kondisjon.

Nivå	<Sone 1	Sone 1	Sone 2	Sone 3	>Sone 3	Uker
very poor (veldig dårlig)	1x25 min	2x25 min	3x15 min			x2
below average (under gjennomsnittet)		2x30 min	2x20 min			x2
fair (brukbar)		1x35 min	2x30 min	3x25 min		x6
good (god)			3x40 min	2x30 min		x6
very good (veldig god)			2x35 min	2x40 min	1x30 min	x8
excellent (utmerket)		1x60 min	1x50 min	2x40 min	2x20 min	

11 ETTER TRENING

Etter trening kan du vise et sammendrag for økten.


1. Trykk på ►■ for å avslutte treningen.
2. Velg **yes (Ja)** (►■) for å bekrefte at du avslutter treningen og for å vise sammendraget, eller velg **no (Nei)** (◀■) for å fortsette treningen.
3. Trykk på ➡ for å bla gjennom de ulike visningene i sammendraget.
4. Hold ➡ inne for å gå tilbake til tidsvisningen.




Du kan vise følgende informasjon i sammendraget:

- startklokkeslett og -dato for trening
- trenings varighet
- prosentvis tid brukt under, innen og over hver sone
- antall forbrante kalorier
- gjennomsnittlig puls
- makspuls

MERK: Hvis du trente uten pulsovervåking, viser sammendraget bare startklokkeslettet, datoen og trenings varighet.

 **TIPS:** Du kan hoppe over sammendraget ved å holde → inne i den første sammendragsvisningen. Hvis du vil vise forrige treningsammendrag senere, trykker du på ►■ i tidsvisningen og velger **prev. exercise (forrige trening)**.

 **TIPS:** Under trening med pulselte kan du sette stoppeklokken i pause ved å trykke på ►■. Enheten lagrer automatisk treningsloggen hvis du ikke fortsetter treningen ved å trykke på ►■ innen en time. Hvis du vil fortsette registreringen, velger du **no (Nei)** (🔒).

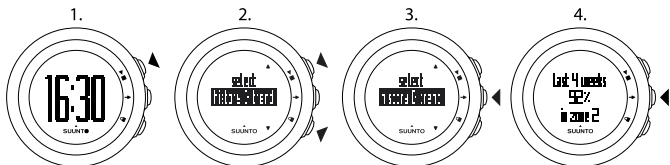
 **TIPS:** Vask pulselte for hånd etter bruk for å unngå ubehagelig lukt.

12 GJENNOMGANG AV HISTORIKKEN

Du kan gå gjennom den kumulative informasjonen om dine lagrede treningsøkter og informasjonen om forrige treningsøkt.

Hvis du vil gå gjennom **history & trend (historikk og trender)** eller **prev. exercise (forrige trening)** :

1. I tidsvisningen trykker du på ►■.
2. Velg **history & trend (historikk og trender)** eller **prev. exercise (forrige trening)** med ►■ eller ⏏.
3. Bekreft valget med ➡.
4. Trykk på ➡ for å bla gjennom visningene. Etter at du har bladd gjennom alle visningene, går enheten tilbake til tidsvisningen.



 **TIPS:** Hold ➡ inne når som helst for å gå tilbake til tidsvisningen.

12.1 Historikk og trender

History & trend (Historikk og trender) viser den kumulative informasjonen om dine lagrede treningsøkter.

Du kan vise følgende informasjon:

- antall og varighet av alle lagrede treningsøkter
- antall og varighet av de lagrede treningene de siste 4 ukene
- kalorier forbrent i løpet av de siste 4 ukene
- prosentvis tid brukt i hver pulssone i løpet av de siste 4 ukene (✔ vises når pulsen er i sone 1, 2, eller 3)

12.2 Førrige trening

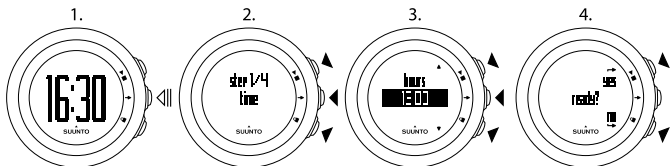
I **prev. exercise (førrige trening)** kan du vise informasjon om førrige trening. Hvis du vil ha mer informasjon om visninger, se *Kapittel 11 Etter trening på side 20*.

13 JUSTERE INNSTILLINGER

Du kan justere innstillingene i tidsvisningen. Under trening kan du bare slå lydene av eller på ved å holde → inne.

Slik justerer du innstillingene:


1. I tidsvisningen holder du → inne for å åpne innstillingene.
2. Trykk på → for å angi den første innstillingen. Du kan bla gjennom innstillingstrinnene med ►■ og ◀.
3. Trykk på ►■ eller ◀ for å endre verdiene. Trykk på → for å bekrefte og gå til neste innstilling.
4. Når du er klar, velger du **yes (Ja)** (►■) for å bekrefte alle innstillingene. Hvis du fortsatt ønsker å endre innstillingene, velger du **no (Nei)** (◀) for å returnere til den første innstillingen.



Du kan justere følgende innstillinger.

- **time (tid):** timer og minutter
- **alarm:** av/på, timer og minutter
- **date (dato):** år, måned, ukedag
- **personal settings (personlige innstillinger):** vekt, makspuls
- **sounds (lyder):**
 - **all on (alle på):** alle lyder er på

- **buttons off (taster av):** du vil høre alle andre lyder enn tastetrykk
- **all off (alle av):** alle lyder er av (når lyder er av, vises ⏏ i displayet under trening)

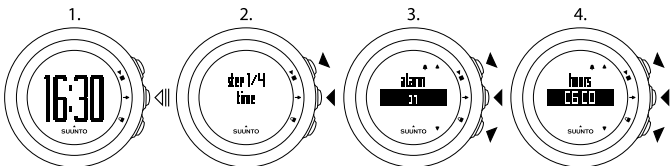
 **TIPS:** Slå lyden av eller på (⏏) under trening ved å holde \rightarrow inne. Du kan ikke slå på lydene hvis du har satt lyder til **all off (alle av)**.

Eksempel: justere alarminnstillinger

Når alarmen er på, vises ⏏ i displayet.

Slik slår du alarmen av/på:

1. I tidsvisningen holder du \rightarrow inne for å åpne innstillingene.
2. Bla til **alarm** med \blacktriangleright og bekreft med \rightarrow .
3. Slå alarmen **on (på)** eller **off (av)** med \blacktriangleright og ⏏ . Bekreft med \rightarrow .
4. Still inn alarmtiden med \blacktriangleright og ⏏ . Bekreft med \rightarrow .



Når alarmen utløses, trykker du på **stop (stopp)** (⏏) for å slå den av.

Etter at du har stoppet alarmen, utløses den på samme tidspunkt neste dag.


Fjern alarmen i innstillingene.

13.1 Dvalemodus og startinnstillinger

Hvis du vil endre startinnstillingene, må du sette enheten i dvalemodus.

Slik setter du enheten i dvalemodus:

1. Etter det siste trinnet i generelle innstillinger, når enheten ber deg om å bekrefte innstillingsendringene som er foretatt, holder du **→** inne helt til enheten går i dvalemodus.
2. Trykk på en knapp for å aktivere enheten igjen.
3. Angi startinnstillingene. Se *Kapittel 5 Komme i gang på side 9*.

 **MERK:** Når du skifter batteriet, endres bare klokkeslettet og datoen. Enheten husker de tidligere startinnstillingene og registrerte treningene.

13.2 Endre språk

Hvis du ønsker å endre enhetens språk eller du valgte feil språk da du satte opp enheten, må enheten settes i dvalemodus. Hvis du vil ha informasjon om hvordan du setter enheten i dvalemodus, se *Section 13.1 Dvalemodus og startinnstillinger på side 26*.


 **MERK:** Enheten husker de tidligere startinnstillingene og registrerte treningene.

14 STELL OG VEDLIKEHOLD


Håndter enheten med forsiktighet – unngå støt- eller fallskader.

Under normale omstendigheter trenger ikke enheten vedlikehold. Etter bruk må den skylles med rent vann og mild såpe, og huset må rengjøres forsiktig med en fuktet myk klut eller et pusseskinn.

Ikke prøv å reparere enheten selv. Kontakt en autorisert Suunto-tjeneste, -distributør eller -forhandler for eventuell reparasjon. Bruk bare originalt Suunto-tilbehør – skader forårsaket av ikke-originalt tilbehør dekkes ikke av garantien.

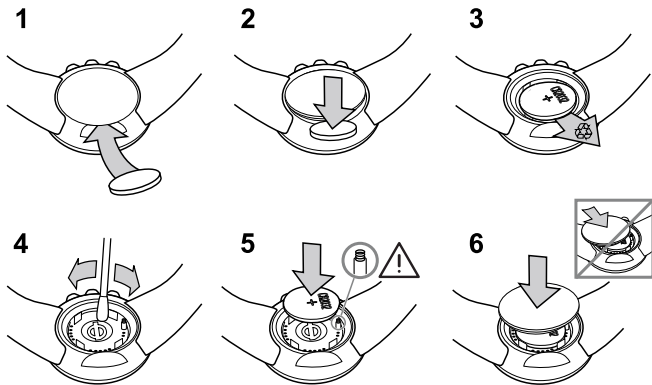
 **MERK:** Trykk aldri på tastene mens du svømmer eller er i kontakt med vann. Hvis du trykker på tastene mens enheten er under vann, kan det føre til at enheten ikke virker.

14.1 Bytte batteri

Hvis  vises, er en batteriutskifting anbefalt.

Vær ekstremt forsiktig når du bytter batteriet, for å sikre at Suunto M1/M2 fortsatt er vanntett. Uforsiktig utskifting kan gjøre garantien ugyldig.

Skift ut batteriet som vist her:



MERK: Vær nøye med å kontrollere at O-ringene i plast er riktig plassert slik at håndleddsdatamaskinen fortsatt er vanntett. Uforsiktig utskifting av batteriet kan gjøre garantien ugyldig.

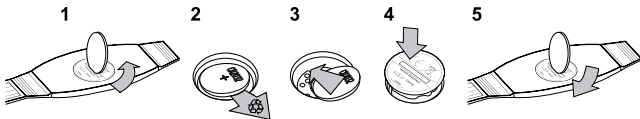
MERK: Vær forsiktig med fjæren i batterirommet (se illustrasjon). Hvis fjæren blir skadet, kan du sende enheten til en autorisert Suunto-representant for service.

MERK: Når du skifter batteriet, endres bare klokkeslettet og datoen. Tidligere startinnstillinger og registrerte treninger blir gjenopprettet.

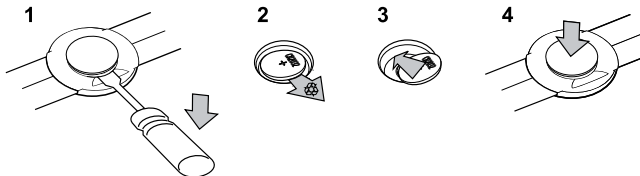
14.2 Bytte pulsbeltebatteri

Skift ut batteriet som vist her:

M1 pulsbelte



M2 pulsbelte



MERK: Suunto anbefaler at batteridekselet og O-ringen skiftes samtidig med batteriet for å sikre at pulsbeltet forblir rent og vanntett. Erstatningsdeksler er tilgjengelige med erstatningsbatterier fra din autoriserte Suunto-forhandler eller -nettbutikk.

15 SPESIFIKASJONER

15.1 Tekniske spesifikasjoner

Generelt

- Driftstemperatur: -10 °C til +50 °C / 14 °F til 122 °F
- Lagringstemperatur: -30 °C til +60 °C / -22 °F til +140 °F
- Vekt (enhet): 40 g
- Vekt (Suunto Basic-pulsbelte): maks. 55 g
- Vekt (Suunto Dual-komfortbelte): maks. 42 g / 1,48 oz
- Vannmotstand (enhet): 30 m (ISO 2281)
- Vannmotstand (pulsbelte): 20 m / 66 ft (ISO 2281)
- Overføringsfrekvens (belte): 5,3 kHz induktiv, kompatibel med treningsapparat og 2,465 GHz Suunto-ANT.
- Rekkevidde: ~ 2 m
- Bruker-utskiftbart batteri (enhet/pulsbelte): 3V CR2032
- Batterilevetid (enhet/pulsbelte): ca 1 år i vanlig bruk (2,5 timer trening med puls per uke)

Loggopptaker/stoppeklokke

- Maksimal loggtid: 9 timer 59 minutter og 59 sekunder
- Oppløsning: De første 9,9 sekundene vises med 0,1 sekunds nøyaktighet. Etter 10 sekunder vises varigheten med 1 sekunds nøyaktighet.

Totalsummer

- Sammendrag av forrige trening: 1

- Total treningstid: 0– 9999 t (Etter 9999 t tilbake til 0 t)
- Siste 4 ukers kaloriforbruk og varighet: 0–99999 kcal og 00,01 – 99,59 t

Puls

- Display: 30 til 240

Personlige innstillinger

- Fødselsår: 1910 - 2009
- Vekt: 30– 200 kg

15.2 Varemerke

Suunto M1/M2, dets logoer og andre Suunto-varemerker og merkenavn er registrerte eller uregistrerte varemerker for Suunto Oy. Alle rettigheter forbeholdt.

15.3 FCC-overholdelse

Denne enheten overholder del 15 i FCC-reglene. Driften er underlagt to betingelser: (1) Enheten må ikke forårsake skadelige forstyrrelser, og 2) enheten må kunne godta alle typer interferens, inkludert interferens som kan forårsake uønsket drift. Reparasjoner må utføres av autorisert servicepersonell fra Suunto. Uautoriserte reparasjoner vil ugyldiggjøre garantien. Dette produktet er testet for å overholde FCC-standarder og er beregnet på hjemme- eller kontorbruk.

15.4 CE

CE-merket brukes for å vise overholdelse av EUs EMC-direktiver 89/336/EEC og 99/5/EEC.

15.5 ICES

Dette digitale apparatet i klasse [B] overholder kanadiske ICES-003.

15.6 Copyright

Copyright © Suunto Oy 2009. Alle rettigheter reservert. Suunto, Suunto-produktnavn, deres logoer og andre Suunto-varemerker og -navn er registrerte eller uregistrerte varemerker for Suunto Oy. Dette dokumentet og innholdet i det eies av Suunto Oy og er ment utelukkende for bruk av kunder til å innhente kunnskap og informasjon om bruk av Suunto-produkter. Innholdet skal ikke brukes eller distribueres for noe annet formål og/eller på annen måte kommuniseres, avsløres eller reproduseres uten skriftlig samtykke på forhånd fra Suunto Oy. Selv om vi har anstrengt oss for å sikre at informasjonen i denne dokumentasjonen er både omfattende og riktig, kan ingen garanti om nøyaktighet utledes eller underforstås. Dette dokumentets innhold kan endres når som helst og uten forvarsel. Den siste versjonen av denne dokumentasjonen kan lastes ned fra www.suunto.com.

15.7 Patentvarsel

Dette produktet er beskyttet av patenter under behandling, og deres tilhørende nasjonale rettigheter: US 11/432,380 US 7129835, US 7,526,840, US 11/808,391, USD 603,521, USD 29/313,029. Ytterligere patentsøknader er innlevert.

16 GARANTI

SUUNTO BEGRENSET GARANTI

Suunto garanterer i garantiperioden at Suunto eller et Suunto-godkjent servicesenter etter eget skjønn vil utbedre defekter i materialet eller utførelsen kostnadsfritt ved enten å a) reparere eller b) erstatte eller c) refundere enheten i henhold til vilkårene i denne begrensede garantien. Denne begrensede garantien gjelder bare i kjøpslandet, med mindre lokale lover angir noe annet.

Garantiperiode

Den begrensede garantiperioden begynner på den opprinnelige kjøpsdatoen. Garantiperioden er to (2) år for enheter med display. Garantiperioden er ett (1) år for tilbehør, inkludert, men ikke begrenset til POD-enhet og pulssendere samt forbruksdeler.

Unntak og begrensninger

Denne begrensede garantien dekker ikke følgende:

1. a) normal slitasje, b) defekter som skyldes uvøren behandling eller c) defekter eller skade som skyldes feil bruk som strider mot tiltenkt eller anbefalt bruk.
2. brukerhåndbøker eller elementer fra tredjeparter
3. defekter eller påståtte defekter som skyldes bruk sammen med produkter, tilbehør, programvare og/eller service som ikke er produsert eller levert av Suunto
4. utskiftbare batterier

Denne begrensede garantien kan ikke håndheves hvis følgende har skjedd:

1. Enheten har blitt åpnet utover tiltenkt bruk.

2. Enheten har blitt reparert ved hjelp av ikke-godkjente reservedeler, endret, eller reparert på et ikke-godkjent servicesenter.
3. Serienummeret har blitt fjernet, endret eller gjort uleselig på noen måte, ifølge Suuntos suverene skjønn.
4. har vært utsatt for kjemikalier, medregnet, men ikke begrenset til myggmidler.

Suunto garanterer ikke at bruken av produktet vil være uavbrutt eller feilfri, eller at produktet vil fungere med maskinvare eller programvare som leveres av en tredjepart.

Tilgang til Suuntos garantiservice

Du må ha kjøpsbevis for å få tilgang til Suuntos garantiservice. Hvis du vil vite hvordan du får tilgang til garantiservicen, kan du kontakte din lokale Suunto-forhandler, eller ringe brukerstøtten hos Suunto på +358 2 2841160 (nasjonale eller internasjonale ekstrasatser kan tilkomme).

Skadesløsholdelse

Så langt gjeldende lov tillater det er denne begrensede garantien din eneste garanti og gjelder i stedet for alle andre garantier, uttalte eller implisitte. Suunto kan ikke holdes ansvarlig for spesielle, tilfeldige, straffende eller konsekvensmessige skader, inkludert, men ikke begrenset til tap av forventede goder, tap av data, tap av bruk, kapitalutgifter, kostnader ved erstatningsutstyr eller -anlegg, krav fra tredjeparter, skade på eiendom som skyldes kjøp eller bruk av enheten eller som skyldes brudd på garantien, kontraktsbrudd, skjødesløshet, erstatningssøksmål eller noen juridiske eller tilsvarende teorier, selv om Suunto kjente til at slike erstatningskrav kunne forekomme. Suunto kan ikke holdes ansvarlig for forsinkelser i levering av garantitjenester.



SUUNTO HELP DESK

Global	+358 2 284 1160
USA (toll free)	1-800-543-9124
Canada (toll free)	1-800-267-7506

www.suunto.com

SUUNTO

© Suunto Oy 4/2011
Suunto is a registered trademark of Suunto Oy.
All Rights reserved.