

SV

SUUNTO PC POD

BRUKSANVISNING


SUUNTO

KUNDSERVICE, KONTAKTER

Global Help Desk	Tel. +358 2 284 11 60
Suunto USA	Tel. +1 (800) 543-9124
Canada	Tel. +1 (800) 776-7770
Suuntos webbplats	www.suunto.com

COPYRIGHT

Denna publikation och dess innehåll tillhör Suunto Oy.

Suunto, Wristop Computer, Suunto PC Pod, Replacing Luck och deras logotyper är registrerade eller oregistrerade varumärken som tillhör Suunto Oy. Med ensamrätt.

Även om vi har gjort allt vad vi har kunnat för att informationen i denna dokumentation ska vara såväl uttömmande som korrekt ges inga garantier, vare sig uttryckliga eller implicita, för detta. Innehållet kan ändras när som helst utan föregående varning.

1. INTRODUKTION TILL SUUNTO PC POD

Suunto PC POD är en trådlös datamottagare som gör det möjligt för dig att överföra data mellan Suuntos sportinstrument och din dator. Du kan sedan analysera och övervaka dina resultat med följande programvara från Suunto:

- Analysera:
 - Suunto Training Manager**; Suunto t6
 - Suunto Training Manager Lite**; Suunto t3 och Suunto t4
- Övervaka:
 - Suunto Monitor**; Suunto ANT pulsgivarbälte som ingår i Suunto t3, t4 och t6.

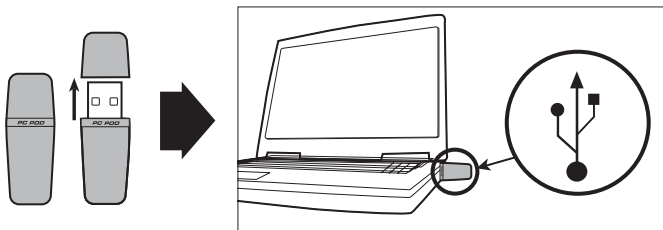
2. INSTALLERA SUUNTOS PROGRAMVARA

1. Sätt i CD-ROM-skivan med Suuntos programvara i CD-ROM-enheten.
2. Vänta tills installationen börjar, och följ sedan installationsanvisningarna.
OBS! Om installationen inte startar automatiskt, klicka på Start --> Run (Kör) och skriv in D:\setup.exe
3. Beroende på vad du vill göra väljer du antingen Suunto Training Manager eller Suunto Training Manager Lite.
OBS! De senaste uppdateringarna av Suuntos programvara kan hämtas på www.suunto.com. Följ länken till Kundservice (Customer Service).

För att få ut så mycket som möjligt av funktionerna hos Suuntos sportinstrument bör du besöka webbplatsen regelbundet.

3. ANSLUTA SUUNTO PC POD

Ta bort skyddshöljet och anslut enheten till datorns USB-port. Nu kan du börja överföra data mellan din dator och din Suunto-enhet.



4. SUUNTO TRAINING MANAGER MED SUUNTO MONITOR

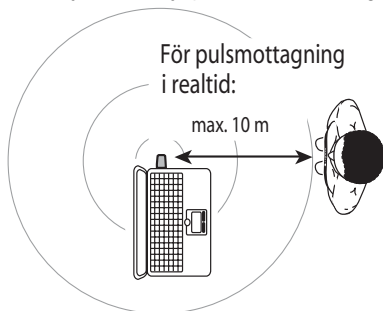
SUUNTO TRAINING MANAGER

Med Suunto Training Manager kan du analysera data i detalj. Pulsövervakning i realtid kan registreras av Suunto Monitor som ingår i programvaran Suunto Training Manager. Utifrån pulsintervalldata utför Suunto Training Manager olika fysiologiska mätningar från din kropp. I dessa parametrar ingår tränings effekt, EPOC (träningsbelastning), syreförbrukning (VO₂), energiförbrukning, luftvolym, andningsfrekvens och naturligtvis puls.

Mer information om dessa parametrar och hur de används vid träning finns på www.suunto.com/training.

SUUNTO MONITOR

Suunto Monitor visar och registrerar pulsdata från ditt Suunto ANT-givarbälte i realtid. Suunto PC POD tar emot pulsdata från upp till tre bälten inom ett område på 10 m. Data kan sedan analyseras mer detaljerat med hjälp av Suunto Training Manager.



Så här börjar du använda Suunto Monitor:

1. Starta Suunto Training Manager.
2. Välj din personliga profil.
3. Starta Suunto Monitor från menyn Actions i Suunto Training Manager.
4. Sätt på dig pulsgivarbältet och anslut Suunto PC POD.
5. Bältets ID-nummer visas i fönstret Belts. Markera med kryss i rutan bredvid bältesnumret. Välj användarnamn från rulllisten som visas i det nya fönstret. Du kan också välja att infoga din maxpuls.
6. Vid behov börjar du registrera din puls genom att trycka på knappen Record. Du kan också följa din puls i realtid utan att registrera den.

Pulssignalerna går INTE igenom:

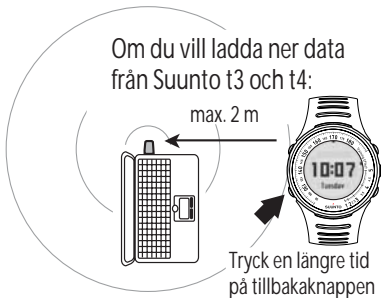
- vatten
- hinder
- människokroppen

Därför lämpar sig inte Suunto PC POD för vattenbaserade aktiviteter. Signalen kan även störas om idrottaren som övervakas är vänd bort från Suunto PC POD eller om en annan idrottare eller ett hinder blockerar signalen mellan pulsgivarbältet och Suunto PC POD. Om du vill ha information om alternativa pulsregistreringsprodukter, t.ex. armbandsdatorerna Suunto t3, t4 och t6, ber vi dig kontakta din lokala Suunto-representant.

5. SUUNTO TRAINING MANAGER LITE

Med programvaran Suunto Training Manager Lite kan du trådlöst ladda ner data som registrerats av din Suunto t3 eller Suunto t4. Training Manager Lite är din personliga träningsloggbook. Den lagrar dina träningsdata, visar dem i grafiskt format och skapar rapporter över din träningshistorik. Vid trådlös nedladdning ska Suunto t3 eller Suunto t4 inte vara längre än 2 m från Suunto PC POD.

För att ansluta enheten till datorn kopplar du in Suunto PC POD, startar Training Manager Lite och gör en lång knapptryckning på tillbakaknappen på din Suunto t3 eller Suunto t4 i läget Time.



6. TEKNISKA SPECIFIKATIONER

Suunto PC POD

- Bredd: 44 mm, längd 16 mm, höjd 8 mm
- Driftsintervall: upp till 10 m med pulsgivarbälte och 2 m med Suunto t3 och Suunto t4
- Frekvens: 2,4 GHz, ANT-kompatibel
- USB-driven effektförbrukning ca. 50 mA. Beroende på den bärbara datorns batterikapacitet minskar Suunto PC POD batteriets livslängd med bara några minuter.

7. IMMATERIELLA RÄTTIGHETER

7.1. UPPHOVSRÄTT

Den här publikationen och dess innehåll tillhör Suunto Oy och är endast avsedd att användas av företagets kunder för att dessa ska få information om och lära sig hur Suunto-produkterna fungerar. Innehållet i skriften får inte användas eller distribueras i något annat syfte och/eller på annat sätt delges, avslöjas eller reproduceras utan föregående skriftligt medgivande från Suunto Oy.

Även om vi har gjort allt vad vi har kunnat för att informationen i denna dokumentation ska vara såväl uttömmande som korrekt ges inga garantier, vare sig uttryckliga eller implicita, för detta. Innehållet kan komma att ändras när som helst utan föregående meddelande. Den senaste versionen av den här dokumentationen kan alltid laddas ned från www.suunto.com.

© Suunto Oy 08/2006

7.2. VARUMÄRKE

Suunto och Replacing Luck är registrerade varumärken som tillhör Suunto Oy. Suunto t6 och andra Suunto-produktnamn, funktionsnamn eller innehållsnamn är registrerade eller icke-registrerade varumärken som tillhör Suunto Oy. Andra produkt- och företagsnamn är varumärken som tillhör respektive ägare.

7.3. MEDDELANDE OM PATENT

Den här produkten skyddas av följande patent eller patentansökningar: WO2004016173, WO03099114 and US 11/169712. Övriga patent är under behandling.

8. FRISKRIVNINGSKLAUSULER

8.1. ANVÄNDARENS ANSVAR

Suunto kan inte garantera att de mätningar som Suunto PC POD utför motsvarar de resultat som uppnås i laboratoriemätningar.

8.1.1. CE

CE-märkningen används för att visa att produkten uppfyller kraven i Europeiska unionens EMC-direktiv 89/336/EEG och 99/5/EEG.

8.1.2. ICES

Den här digitala apparaten av klass B överensstämmer med de kanadensiska ICES-003-bestämmelserna.

8.2. ÖVERENSSTÄMMELSE MED FCC-STANDARDER

Den här enheten överensstämmer med del 15 av FCC-reglerna för digitala enheter av klass B. Den här utrustningen genererar, använder och kan utstråla radiovågor, och om den ej installeras eller används i enlighet med instruktionerna kan den orsaka störningar av radiokommunikation. Det finns ingen garanti för att störningar inte kommer att uppstå vid ett visst tillfälle. Försök att åtgärda problemet genom att flytta utrustningen om den orsakar skadliga störningar på annan utrustning.

Vänd dig till en auktoriserad Suunto-representant eller en annan kvalificerad servicetekniker

om du inte kan lösa problemet. Användningen sker under förutsättning att följande villkor uppfylls:

(1) Den här enheten får inte orsaka skadliga störningar.

(2) Den här enheten måste tillåta eventuell störning som mottas, inklusive störningar som kan ge oönskade effekter på driften.

Reparationer ska utföras av servicepersonal som har auktoriserats av Suunto. Garantin upphör att gälla om oauktorerade reparationer utförs.

Produkten har testats för att garantera överensstämmelse med FCC-standarder. Produkten är avsedd för bruk i hem- eller kontorsmiljö.

VARNING FRÅN FCC: *Ändringar eller modifieringar som inte uttryckligen har godkänts av Suunto Oy kan medföra att din behörighet att använda denna enhet upphör i enlighet med FCC:s regler och föreskrifter.*

8.3. ANSVARSBEGRÄNSNING OCH ÖVERENSSTÄMMELSE MED ISO 9001

Om produkten skulle sluta fungera till följd av defekter i material eller på grund av brister i tillverkning kommer Suunto Oy att inneha beslutanderätten om huruvida produkten kostnadsfritt ska repareras eller ersättas med nya eller ombyggda delar två (2) år från och med inköpsdatumet. Garantin gäller endast för den ursprungliga köparen och täcker endast fel som uppstår till följd av defekter i material och brister i tillverkningen som uppstår vid normal användning under garantiperioden.

Garantin omfattar inte batteribyte, skador eller fel som orsakas av olycka, felanvändning, försumlighet, felhantering, ändring eller modifieringar av produkten, eller fel som orsakas av att produkten används utanför området för de angivna specifikationerna eller andra orsaker som inte omfattas av den här garantin.

Inga uttryckliga garantier ges utöver de som finns uppräknade ovan.

Kunden kan använda sig av sin rätt att få produkten reparerad under gällande garanti genom att kontakta Suunto Oys kundservice för att få tillåtelse att låta reparera produkten.

Suunto Oy och dess dotterbolag är under inga omständigheter ansvariga för oförutsedda skador eller följdskador orsakade av användning av eller oförmåga att använda produkten.

Suunto Oy och dess dotterbolag tar inte på sig något ansvar för förluster eller krav från tredje part som kan uppstå till följd av att den här produkten används.

Suuntos kvalitetssäkringssystem är certifierat av Det Norske Veritas såsom överensstämmande med ISO 9001 vad gäller Suunto Oys samtliga verksamheter (kvalitetscertifikat nr 96-HEL-AQ-220).

8.4. SERVICE EFTER FÖRSÄLJNING

Vid eventuella krav enligt garantin ska produkten återsändas med fraktkostnaden betald till din Suunto-representant som ansvarar för att produkten repareras eller byts ut. Bifoga namn och adress, kopia av inköpsbevis och/eller servicekort, i enlighet med de krav som ställs i ditt land. Garantikravet kommer att hanteras och produkten repareras eller bytas ut kostnadsfritt och återsändas inom vad som Suuntos representant anser vara en rimlig tid, förutsatt att alla nödvändiga delar finns tillgängliga. Alla kostnader för reparationer som utförs, och som inte täcks av villkoren i denna garanti, kommer att debiteras ägaren. Denna garanti kan inte överföras från den ursprungliga ägaren. Närmaste Suunto-representant hittar du på www.suunto.com.

9. KASSERING AV ENHETEN

Kassera enheten på lämpligt sätt, som övrigt elektroniskt avfall. Släng den inte i soporna. Om du vill kan du återlämna enheten till närmaste Suunto-representant.



www.suunto.com

© Suunto Oy, 1/2006, 8/2006