

SUUNTO SMART SENSOR 1.1

BRUKERHÅNDBOK

1 Velkommen	3
2 Sikkerhet	4
3 Kom i gang	6
3.1 Slik tar du beltet på	6
3.2 Sammenkobling (paring)	7
4 Bruk av Suunto Smart Sensor	9
5 Oppdaterer fastvare	11
6 Stell og støtte	12
6.1 Retningslinjer for håndtering	12
6.2 Feilsøking	12
6.3 Batteri	13
6.4 Støtte	14
7 Referanse	16
7.1 Tekniske spesifikasjoner	16
7.2 Kompatibilitet	17
7.2.1 CE	17
7.2.2 FCC-samsvar	17
7.2.3 IC	18
7.3 Patentmerknad	19
7.4 Varemerket	19
7.5 Garanti	19
7.6 Copyright	21
Indeks	23

1 VELKOMMEN

Uansett hvilken sport du driver med, måler Suunto Smart Sensor – den minste Bluetooth® Smart-kompatible hjertefrekvenssensoren på markedet – pulsen din med stor komfort og nøyaktighet.


Når den brukes sammen med Suunto Ambit3 sportsklokker eller Suunto Movescount App, kan Suunto Smart Sensor lagre og overføre pulldataene dine.


Suunto Smart Sensor leveres med et mykt, komfortabelt pulsbelte. Den kan også festes til Movesense-kompatible sportsplagg.

Suunto Smart Sensor er kompatibel med Bluetooth® Smart- og Smart Ready-enheter.


2 SIKKERHET

Typer forholdsregler


 **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 skade produktet.

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

 **TIPS:** - brukes for ekstra tips om hvordan du bruker egenskaper og funksjoner på enheten.

Forholdsregler

 **ADVARSEL:** DET KAN FOREKOMME ALLERGISKE REAKSJONER ELLER HUDREAKSJONER NÅR PRODUKTET ER 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.

⚠ ADVARSEL: FOLK MED PACEMAKER, DEFIBRILLATOR ELLER ANDRE IMPLANTERTE ELEKTRONISKE ENHETER BRUKER OVERFØRINGSBELTET PÅ EGEN RISIKO. FØR OVERFØRINGSBELTET BRUKES FOR FØRSTE GANG, ANBEFALER VI EN TRENINGSTEST UNDER OPSYN AV LEGE. DET VIL SIKRE AT PACEMAKEREN OG OVERFØRINGSBELTET ER TRYGGE OG PÅLITELIGE NÅR DE BRUKES SAMTDIG. TRENING KAN INNEBÆRE EN VISS RISIKO, SPESIELT FOR FOLK SOM HAR VÆRT STILLESITTENDE. VI ANBEFALER STERKT AT DU OPPSØKER LEGE FØR DU BEGYNNER ET JEVLIG TRENINGSPROGRAM.

⚠ ADVARSEL: KUN TIL FRITIDSBRUK.

⚠ FORSIKTIG: IKKE BRUK NOEN FORM FOR LØSEMIDLER PÅ PRODUKTET, DET KAN SKADE OVERFLATEN.

⚠ FORSIKTIG: IKKE BRUK NOEN FORM FOR INSEKTMIDDEL PÅ PRODUKTET, DET KAN SKADE OVERFLATEN.

⚠ FORSIKTIG: IKKE KAST PRODUKTET. DET SKAL BEHANDLES SOM ELEKTRONISKT AVFALL FOR Å BEVARE MILJØET.

⚠ FORSIKTIG: UNNGÅ STØT- ELLER FALLSKADER.

3 KOM I GANG

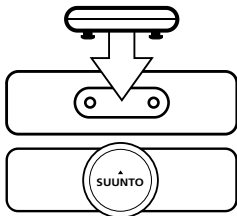
Etter noen få enle trinn er du klar til å bruke Suunto Smart Sensor for å få nøyaktige tilbakemeldinger om treningsintensiteten din.

3.1 Slik tar du beltet på

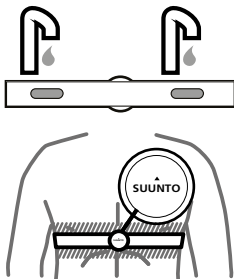
For å begynne å bruke Suunto Smart Sensor og pulsbeltet:

1. Klikk sensoren fast på plass i koblingspunktet i beltet.
2. Juster beltelengden etter behov.
3. Fukt området rundt belteelektroden med vann eller elektrodegelé.
4. Ta beltet på slik at det sitter passe stramt, og slik at Suunto logoen vender opp.


1.



3. - 4.



Beltet slår seg på automatisk når det registrerer et hjerteslag.

 **TIPS:** Bruk beltet mot bar hud for best resultat.

Suunto Smart Sensor kan også brukes med Movesense-kompatible sportsplagg, som Movesense-t-skjorten og sportsbehå fra Salomon. Fukt elektrodeområdene på klærne og klikk sensoren på plass i koblingspunktet i plagget.

3.2 Sammenkobling (paring)

Du må koble (pare) Suunto Smart Sensor med kompatible Bluetooth® Smart- eller Smart Ready-enheter for å se pulsfrekvensen din. Det kan eksempelvis være Suunto sportsklokker eller mobile enheter med sportsapper som Suunto Movescount App.

Sammenkoblingsprosedyrene kan variere. Se instruksjonene for mobilapplikasjonen eller sportsklokken for veiledning. Sørg ved sammenkoblingen for at du har minst 10 m (35 fot) avstand til andre Bluetooth-sensorer.

Du kan sammenkoble (pare) beltet med en rekke sportsklokker og apper, men bare én forbindelse kan være aktiv av gangen.

For sammenkobling med Suunto Ambit3 Peak eller Sport:

1. Aktivér Suunto Smart Sensor ved å ta den på og fukte elektrodene.
2. Hold [Next] inne på klokken for å åpne alternativmenyen.
3. Bla til **PAIR** (par) med [Light Lock] og velg ved å trykke på [Next].
4. Bla til **HR belt** (HF-belte) med **LIGHT LOCK** og velg ved å trykke på **NEXT**.

5. Vent til beltet har søkt etter og er sammenkoblet med Suunto Smart Sensor.

For sammenkobling med Suunto Movescount App:

1. Aktivér Suunto Smart Sensor ved å ta den på og fukte elektrodene.
2. Aktivér Bluetooth på den mobile enheten og start Suunto Movescount-appen.
3. Følg instruksjonene i appen for sammenkobling (paring) med Suunto Smart Sensor.

4 BRUK AV SUUNTO SMART SENSOR

Du kan bruke Suunto Smart Sensor for å registrere pulsen og få nøyaktig informasjon om kaloriforbruk under en lang rekke aktiviteter, fra intens trening til en spasertur i parken.

For å bruke Suunto Smart Sensor:

1. Ta på deg Suunto Smart Sensor (se *3.1 Slik tar du beltet på*).
2. Start registreringen i den parede sportsklokken (se *3.2 Sammenkobling (paring)*).
3. Fullfør aktiviteten og stopp registreringen i sportsklokken.
4. Rens pulsbeltet eller Movesense-plagget (se *6.1 Retningslinjer for håndtering*).



MERK: *Tørr hud under beltets elektroder, løse belter og syntetiske skjortematerialer kan forårsake unormale høye pulsesinger. Fukt beltets elektroder godt og stram til beltet for å unngå forhøyet puls. Hvis du ellers er bekymret for pulsen din, ta kontakt med en lege.*

Minnefunksjon

Hvis du bruker Suunto Smart Sensor med Suunto sportsklokker eller Suunto Movescount App, kan du registrere pulsdatabene når du svømmer eller i annen aktivitet hvor bruken av en klokke eller smarttelefon ikke er beleilig.

For å bruke minnefunksjonen til Suunto Smart Sensor:

1. Ta på deg Suunto Smart Sensor (se *3.1 Slik tar du beltet på*).

2. Start aktivitetsregistreringen i din Suunto sportsklokke eller Suunto Movescount App.
3. Sørg for at pulsen din blir registrert, og legg deretter fra det klokken eller mobilenheten (for eksempel i et skap).
4. Utfør aktiviteten som normalt mens du bruker Suunto Smart Sensor hele tiden.
5. Gå tilbake til klokken eller smarttelefonen og stopp registreringen før du tar av Suunto Smart Sensor.
6. Ta av og skyll Suunto Smart Sensor eller annet Movesense-utstyr (se *6.1 Retningslinjer for håndtering*) etter treningsregistreringen har stoppet.

Minnefunksjonen brukes også til å bufre data når pulssignalet fra Suunto Smart Sensor til Suunto-sportsklokken er midlertidig tapt. De manglende dataene blir overført så snart forbindelsen er gjenopprettet.

Suunto Smart Sensor registrerer R-R-data. Den maksimale registreringstiden avhenger av intensiteten på aktiviteten. I snitt kan Suunto Smart Sensor registrere 3,5 timer med aktivitet med gjennomsnittlig puls på 120 bpm.



MERK: *Bruk av minnefunksjonen forbruker mer batteri i Suunto Smart Sensor sammenlignet med normal bruk med en kompatibel sportsklokke.*

5 OPPDATERER FASTVARE

Fastvaren Suunto Smart Sensor kan oppdateres gjennom Suunto Movescount App. Du blir bedt om å gjøre oppdateringen via appen når den er tilgjengelig.

For å oppdatere fastvaren Suunto Smart Sensor:

1. Hvis du enda ikke har gjort det, parer du Suunto Smart Sensor med Suunto Movescount App (se *3.2 Sammenkobling (paring)*).
2. Trykk på innstillinger-ikonet i øvre høyre hjørne av appen.
3. Berør HR-sensorikonet. Hvis det finnes en oppdatering, må du følge oppdateringsinstruksjonene i appen.



MERK: *Oppdatering krever en datatilkobling. Datatilkoblingsavgifter kan bli belastet.*


6 STELL OG STØTTE


6.1 Retningslinjer for håndtering

Både Suunto Smart Sensor-modulen og beltet bør skylles med rent vann etter hver bruk.

 **FORSIKTIG:** *Ikke trekk ut Suunto Smart Sensor-modulen fra beltet. Dette kan skade beltefestet. Ta av én side av gangen.*

Beltet bør maskinvaskes på 40° C etter hver 2-3 trening. Se beltemerket for flere vaskeinstruksjoner.

 **FORSIKTIG:** *Ikke maskinvask Suunto Smart Sensor-modulen. Maskinvasking skader modulen.*

 **MERK:** *Du trenger ikke å bytte Suunto Smart Sensor-modulen, bare Suunto Smart Sensor-beltet kan eventuelt måtte byttes etter langvarig bruk.*

6.2 Feilsøking

Under ideelle forhold kan overføringsområdet for Suunto Smart Sensor være tre meter eller mer.

For best mulige resultater bør imidlertid blokkeringer mellom Suunto Smart Sensor og sportsklokken eller mobilenheten minimeres. Ha klokken eller mobilen foran deg eller på en av sidene i en lomme eller et belte. Hvis du holder armene bak ryggen eller

legger mobilenheten i en rumpetaske kan overføringsignalene fra Suunto Smart Sensor bli forstyrret.

Hvis Suunto Smart Sensor ikke sender pulsdata selv uten blokkeringer, kan du prøve ett av følgende:

1. Sørg for at beltets kontaktområder (elektroder) er våte.
2. Juster beltet slik at det ligger tett for brystet.
3. Hvis huden din har en tendens til å være tørr under trening, bør du bruke elektrodegelé.
4. Sjekk at Bluetooth er aktivert på enheten beltet er sammenkoblet (paret) med.
5. Bytt batteri i sensoren og sammenkoble det med sportsklokken eller mobilenheten en gang til.

Hvis det ser ut til at Suunto Smart Sensor sender ukorrekte data, kan du prøve ett av følgende:

1. Sørg for at sensoren er korrekt festet til beltet med begge trykklåsene.
2. Sammenkoble (pare) beltet en gang til med en Bluetooth-aktivert enhet.

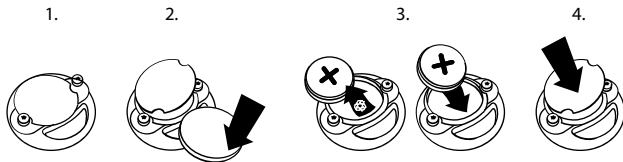
6.3 Batteri

Suunto Smart Sensor bruker et 3-Volts lithium cellebatteri (CR 2025). Med Suunto Movescount App kan du sjekke batteristatus fra enhetsinformasjonen når Suunto Smart Sensor er sammenkoblet (paret).

For å bytte batteri:

1. Ta sensoren av fra beltet.

2. Åpne batteridekselet.
3. Bytt batteriet.
4. Lukk batteridekselet omhyggelig.



6.4 Støtte

Gå til www.suunto.com/support for ytterligere støtte.. Der finner du omfattende støttemateriell, inkludert spørsmål og svar, samt instruksjonsvideoer. Du kan også rette spørsmål direkte til Suunto, eller sende e-post/ringe til profesjonelle Suunto-veiledere.

Det er også mange instruksjonsvideoer på Suuntos YouTube-kanal på www.youtube.com/user/MovesCountbySuunto.

Vi anbefaler at du registrerer produktet ditt for å få best mulig persontilpasset støtte fra Suunto.

Slik får du støtte fra Suunto:

1. Registrer deg på www.suunto.com/support/MySuunto, eller hvis du har gjort det allerede, logg deg på og legg til Suunto Smart Sensor i **My Products** (Mine produkter).
2. Gå inn på Suunto.com (www.suunto.com/support) for å se om spørsmålet ditt har blitt har blitt stilt/besvart.

3. Gå til **CONTACT SUUNTO** (Kontakt Suunto) for å sende inn et spørsmål, eller ring oss på et av de oppførte telefonnumrene. Alternativt kan du sende oss en e-post til support@suunto.com. Sørg for å oppgi produktnavn, serienummer og en detaljert beskrivelse av problemet. Suuntos kvalifiserte kundestøtte vil hjelpe deg, og om nødvendig feilsøke produktet i løpet av samtalen.

7 REFERANSE

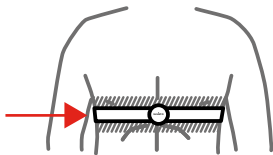
7.1 Tekniske spesifikasjoner

Modul

- Vekt: 9,4 g (inkludert batteri)
- Diameter: 36,5 mm
- Tykkelse: 8 mm
- Driftstemperatur: $-20\text{ }^{\circ}\text{C}$ til $+60\text{ }^{\circ}\text{C}$
- Oppbevaringstemperatur: $-30\text{ }^{\circ}\text{C}$ til $+60\text{ }^{\circ}\text{C}$
- Vanntetthet: 30 m (i henhold til ISO 6425)
- Batteritype: CR2025
- Batterilevetid: ~ 500 timer
- Overføringsfrekvens: 2,4 GHz (Bluetooth Smart)

Belte

- Vekt: 31,2 g
- Bredde: 30 mm
- Lengde: (se tabellen nedenfor)



Str.	Omkrets, bryst
Liten	56-82 cm
Medium	70-110 cm
Stor	96-160 cm

7.2 Kompatibilitet

7.2.1 CE

Suunto Oy erklærer herved at dette produktet er i samsvar med de nødvendige kravene og andre relevante bestemmelser i direktivet 1999/5/EF.

7.2.2 FCC-samsvar

Denne enheten samsvarer med del 15 i FCC-reglene. Bruk av enheten er underlagt to betingelser:

- (1) Denne enheten må ikke forårsake skadelig interferens, og
 - (2) denne enheten må akseptere enhver interferens, inkludert interferens som kan forårsake at enheten ikke virker som den skal.
- Dette produktet er testet for å overholde FCC-standarder og er beregnet på hjemme- eller kontorbruk.

Endringer eller modifikasjoner som ikke er uttrykkelig godkjent av Suunto, kan føre til at din rett å bruke denne enheten i henhold til FCC-regelverket blir ugyldig.

MERK: Dette utstyret er testet og funnet i samsvar med grensene for en Klasse B digital enhet ifølge del 15 av FCC-reglene. Disse

grensene er utformet for å gi rimelig beskyttelse mot skadelig interferens i en boliginstallasjon. Dette utstyret genererer, bruker og kan utstråle radiofrekvensenergi, og hvis det ikke installeres og brukes i samsvar med instruksjonene, kan det forårsake skadelig interferens på radiokommunikasjoner. Det er imidlertid ingen garanti for at interferens ikke vil oppstå i en bestemt installasjon. Hvis dette utstyret forårsaker skadelige forstyrrelser på radio- eller TV-mottak, som kan fastslås ved å slå utstyret av og på, oppfordres brukeren til å prøve å korrigere interferensen med ett eller flere av følgende tiltak:

- Snu eller flytt mottakerantennen.
- Øk avstanden mellom utstyret og mottakeren.
- Koble utstyret til et uttak på en annen krets enn den som mottakeren er koblet til.
- Rådfør deg med forhandleren eller en erfaren radio-/TV-tekniker for hjelp.

7.2.3 IC

Denne enheten samsvarer med RSS-standard(er) for Industry Canadas (det kanadiske industridepartementet) lisensunntak. Driften er underlagt to betingelser:

- (1) Denne enheten kan ikke forårsake interferens, og
- (2) denne enheten må akseptere enhver interferens, inkludert interferens som kan forårsake uønsket drift av enheten.

7.3 Patentmerknad

Dette produktet er beskyttet av følgende patenter og patenter under behandling og deres tilhørende nasjonale rettigheter: US 13/071,624, US 13/832,049, US 13/832,598, US 13/917,668, US 13/397,872, USD 667,127, US 8,386,009, US 8,750,959, US 8,814,574, US 8,886,281. Ytterligere patentsøknader er innlevert.

7.4 Varemerket

Suunto Smart Sensor, dets logoer og andre Suunto-varemerker og merkenavn er registrerte eller uregistrerte varemerker for Suunto Oy. Med enerett.

7.5 Garanti

Suunto garanterer at Suunto eller et Suunto-godkjent servicesenter etter eget skjønn i garantiperioden 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 nasjonale lover angir noe annet.

Garantiperiode

Den begrensede garantiperioden gjelder fra den opprinnelige kjøpsdatoen. Garantiperioden er to (2) år for produkter, med mindre annet er angitt.

Garantiperioden er ett (1) år for tilbehør, inkludert, men ikke begrenset til trådløse sensorer og sendere, ladere, kabler, oppladbare batterier, reimer, armbånd og slanger.

Unntak og begrensninger

Denne begrensede garantien dekker ikke følgende:

1. a) normal slitasje, som riper, slitasje, eller fargeendring og/eller materialeendring av ikke-metalliske reimer, b) defekter forårsaket av røff håndtering, eller c) defekter eller skade som følge av bruk utover anbefalt bruk, feil pleie, uaktsomhet, og uhell som fall eller knusing,
2. trykte materialer og emballasje,
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. ikke oppladbare batterier.

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

Denne begrensede garantien er ikke rettskraftig hvis produktet eller tilbehør:

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, som avgjøres etter Suuntos skjønn, eller
4. har vært utsatt for kjemikalier, inkludert, men ikke begrenset til myggmidler.

Tilgang til Suuntos garantiservice

Du må vise et kjøpsbevis for å få tilgang til Suuntos garantiservice. Hvis du vil vite hvordan du får tilgang til garantiservicen, kan du gå inn på www.suunto.com/warranty, kontakte den lokale autoriserte Suunto-forhandleren, eller du kan ringe Suuntos kontaktsenter.

Ansvarsbegrensning

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 eller andre skader eller følgeskader, 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, skadegjørende ansvar eller noen juridiske eller lovbestemte teorier, selv om Suunto kjente til at slike skader kunne oppstå. Suunto kan ikke holdes ansvarlig for forsinkelser i levering av garantitjenester.

7.6 Copyright

Copyright © Suunto Oy. Med enerett. Suunto, Suunto-produktnavn, logoer og andre Suunto-varemerker og -navn er registrerte eller uregistrerte varemerker for Suunto Oy. Dette dokumentet og innholdet i dokumentet 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,

videreformidles 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.

INDEKS

B

- batteri, 13
 - batteritype, 13
 - bytte batteri, 13
- bruk av beltet, 6

F

- feilsøking, 12

S

- sammenkobling (paring), 7
 - sammenkobling (paring) med app, 7
 - sammenkobling (paring) med klokke, 7
- støtte, 14



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