

SUUNTO SMART SENSOR 1.1

ANVÄNDARGUIDE

1 Välkommen	3
2 Säkerhet	4
3 Komma igång	7
3.1 Sätta på bältet	7
3.2 Para ihop	8
4 Använda Suunto Smart Sensor	10
5 Uppdateringsbar firmware	12
6 Skötsel och support	13
6.1 Skötsel och underhåll	13
6.2 Felsökning	13
6.3 Batteri	14
6.4 Support	15
7 Referens	17
7.1 Tekniska specifikationer	17
7.2 Efterlevnad	18
7.2.1 CE	18
7.2.2 Efterlevnad av FCC-reglerna	18
7.2.3 IC	19
7.3 Patentmeddelande	20
7.4 Varumärken	20
7.5 Garanti	20
7.6 Upphovsrätt	23
Register	25

1 VÄLKOMMEN

Oavsett vilken sport du utövar kan Suunto Smart Sensor – den minsta Bluetooth® Smart-kompatibla pulssensorn på marknaden – mäta din puls med hög komfort och exakthet.


När den används tillsammans med sportklockan Suunto Ambit3 eller med Suunto Movescount App kan Suunto Smart Sensor lagra och överföra din pulsinformation.

Suunto Smart Sensor levereras med ett mjukt och bekvämt pulsbälte. Den kan även fästas på kompatibla träningskläder från Movesense.

Suunto Smart Sensor är kompatibel med Bluetooth® Smart- och Smart Ready-enheter.


2 SÄKERHET

Olika typer av säkerhetsföreskrifter


 **VARNING:** – används i samband med en åtgärd eller situation som kan resultera i allvarlig skada eller dödsfall.

 **VARNING:** – används i samband med en åtgärd eller situation som resulterar i skada på produkten.

 **OBS:** – används för att understryka viktig information.

 **TIPS:** – används för extra tips om hur du använder enhetens funktioner.

Säkerhetsföreskrifter

 **VARNING:** ALLERGISKA REAKTIONER ELLER HUDIRRITATIONER KAN FÖREKOMMA NÄR PRODUKTEN KOMMER I KONTAKT MED HUD, ÄVEN OM VÅRA PRODUKTER UPPFYLLER INDUSTRISTANDARDER. OM DETTA INTRÄFFAR SKA PRODUKTEN OMEDELBART SLUTA ANVÄNDAS OCH LÄKARE RÅDFRÅGAS.

 **VARNING:** RÅDFRÅGA ALLTID LÄKARE INNAN DU PÅBÖRJAR ETT TRÄNINGSPROGRAM. ÖVERANSTRÄNGNING KAN ORSAKA ALLVARLIGA SKADOR.

⚠ VARNING: PERSONER SOM ANVÄNDER PACEMAKER, DEFIBRILLATOR ELLER ANNAN IMPLANTERAD ELEKTRONISK ENHET ANVÄNDER BÄLTET PÅ EGEN RISK. VI REKOMMENDERAR ATT DU GENOMFÖR ETT KONDITIONSTEST UNDER ÖVERSYN AV LÄKARE INNAN DU BÖRJAR ANVÄNDA BÄLTET. DETTA SÄKERSTÄLLER PACEMAKERNS OCH BÄLTETS SÄKERHET OCH TILLFÖRLITLIGHET NÄR DE ANVÄNDS SAMTIDIGT. ATT TRÄNA KAN MEDFÖRA VISSA RISKER, SÄRSKILT FÖR PERSONER SOM HAR VARIT STILLASITTANDE UNDER EN LÄNGRE PERIOD. VI REKOMMENDERAR ATT DU RÅDFRÅGAR DIN LÄKARE INNAN DU BÖRJAR MED ETT REGELBUNDET TRÄNINGSPROGRAM.

⚠ VARNING: ENDAST FÖR FRITIDSANVÄNDNING.

⚠ VARNING: APPLICERA INTE LÖSNINGSMEDEL AV NÅGOT SLAG PÅ PRODUKTEN, DÅ DETTA KAN SKADA YTAN.

⚠ VARNING: APPLICERA INTE INSEKTSMEDEL PÅ PRODUKTEN, DÅ DETTA KAN SKADA YTAN.

⚠ VARNING: KASSERA INTE PRODUKTEN SOM VANLIGT HUSHÅLLSAVFALL. BEHANDLA PRODUKTEN SOM ELEKTRONISKT AVFALL FÖR ATT SKYDDA MILJÖN.

 **VARNING:** ENHETEN FÅR INTE TAPPAS ELLER UTSÄTTAS FÖR STÖTAR, DÅ DETTA KAN SKADA ENHETEN.

3 KOMMA IGÅNG

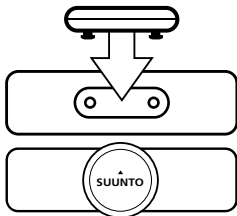
Efter några enkla inställningar kommer du att kunna använda Suunto Smart Sensor för att få exakt feedback om din träningsintensitet.

3.1 Sätta på bältet

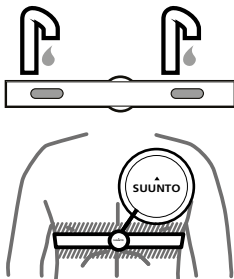
Börja använda Suunto Smart Sensor och pulsbeltet:

1. Fäst sensorn ordentligt i bälteshållaren.
2. Justera bältets längd efter behov.
3. Fukta elektrodytorna med vatten eller elektroddigel.
4. Sätt på dig bältet med Suunto-logotypen uppåt och se till att det sitter fast ordentligt.


1.



3. - 4.



Bältet startar automatiskt så fort det känner av en puls.

 *TIPS: Bär bältet direkt mot huden för bästa möjliga resultat.*

Suunto Smart Sensor kan även användas med Movesense-kompatibla träningskläder, t.ex. t-tröjor och sportbehåar från Salomon. Fukta klädesplaggets elektrodytor och fäst sensorn ordentligt i anslutningarna direkt på plagget.

3.2 Para ihop

Du måste para ihop Suunto Smart Sensor med kompatibla Bluetooth® Smart- eller Smart Ready-enheter för att kunna se din puls. Exempel på sådana enheter är Suuntos sportklockor och mobila enheter med sportappar, som Suunto Movescount App.

Tillvägagångssättet för att para ihop enheter varierar, så följ instruktionerna för din mobilapp eller sportklocka. När du parar ihop enheter ska du se till att du befinner dig minst 10 meter från andra Bluetooth-sensorer.

Du kan para ihop bältet med flera olika sportklockor och appar, men du kan ha endast en aktiv anslutning åt gången.

Para ihop med Suunto Ambit3 Peak eller Sport:

1. Aktivera Suunto Smart Sensor genom att sätta på den och fukta elektroderna.
2. Håll [Nästa] intryckt på klockan för att öppna alternativmenyn.
3. Bläddra till **PARA IHOP** med [Light Lock] och välj med [Nästa].
4. Bläddra till **Pulsbälte** med **LIGHT LOCK** och välj med **NÄSTA**.
5. Vänta medan klockan söker efter och ansluter till Suunto Smart Sensor.

Para ihop med Suunto Movescount App:


1. Aktivera Suunto Smart Sensor genom att sätta på den och fukta elektroderna.
2. Aktivera Bluetooth på din mobila enhet och starta Suunto Movescount App.
3. Följ instruktionerna i appen för att ansluta till Suunto Smart Sensor.

4 ANVÄNDA SUUNTO SMART SENSOR

Du kan använda Suunto Smart Sensor för att registrera din puls och få exakt information om kaloriförbrukning från en rad olika aktiviteter – från intensiv träning till nöjespromenader i parken.

För att använda Suunto Smart Sensor:

1. Sätt på Suunto Smart Sensor (se *3.1 Sätta på bältet*).
2. Starta registreringen på den parkopplade sportklockan (se *3.2 Para ihop*).
3. Utför aktiviteten och stoppa sedan registreringen på sportklockan.
4. Tvätta ditt pulsbälte eller klädesplagg från Movesense (se *6.1 Skötsel och underhåll*).

 **OBS:** Torr hud under elektroderna på bältet, ett löst åtsittande bälte och syntetiska textilmaterial kan ge onormalt hög pulsavläsning. Fukta bälteselektroderna ordentligt och dra åt bältet för att undvika toppar i pulsavläsningen. Konsultera en läkare om du är oroad över din puls.

Minnesfunktion

Om du använder Suunto Smart Sensor tillsammans med en sportklocka från Suunto, eller med Suunto Movescount App, kan du registrera pulsinformation medan du simmar eller utför andra aktiviteter där det inte är lämpligt eller bekvämt att använda klockan eller en smart telefon.

Så här använder du minnesfunktionen i Suunto Smart Sensor:

1. Sätt på Suunto Smart Sensor (se *3.1 Sätta på bältet*).
2. Starta registreringen på din sportklocka från Suunto eller i Suunto Movescount App.
3. Se till att din puls registreras och lämna sedan din klocka eller mobila enhet på en säker plats (t.ex. ett skåp i omklädningsrummet).
4. Bär Suunto Smart Sensor under hela aktiviteten och slutför din aktivitet precis som vanligt.
5. Gå tillbaka till din klocka eller smarta telefon och stoppa registreringen innan du tar av Suunto Smart Sensor.
6. Ta av och skölj Suunto Smart Sensor eller Movesense-plagget (se *6.1 Skötsel och underhåll*) efter att du har stoppat registreringen av aktiviteten.

Minnesfunktionen används också för att buffertlagra data när pulssignalen från Suunto Smart Sensor till din Suunto-sportklocka tillfälligt försvinner. Information som saknas överförs så fort anslutningen är återställd.

Suunto Smart Sensor registrerar R-R-data. Den maximala registreringstiden beror på hur pass intensiv din aktivitet är. Suunto Smart Sensor registrerar i genomsnitt 3,5 timmars aktivitet med en snittpuls på 120 slag per minut.



OBS: Minnesfunktionen förbrukar mer batterikraft i Suunto Smart Sensor jämfört med normal användning med en kompatibel sportklocka.

5 UPPDATERINGSBAR FIRMWARE

Programvaran på Suunto Smart Sensor kan uppdateras via Suunto Movescount App. Om en uppdatering finns tillgänglig uppmanas du att uppdatera programvaran via appen.

Så här uppdaterar du programvaran för Suunto Smart Sensor:

1. Koppla din Suunto Smart Sensor till Suunto Movescount App (se *3.2 Para ihop*).
2. Tryck på ikonen för inställningar längst upp i appens högra hörn.
3. Tryck på ikonen för pulsmätaren. Följ uppdateringsanvisningarna för appen om det finns en uppdatering tillgänglig.



OBS: Uppdateringen kräver dataanslutning. Operatörsavgifter kan tillkomma.


6 SKÖTSEL OCH SUPPORT


6.1 Skötsel och underhåll

Både Suunto Smart Sensor-modulen och bältet ska sköljas av med rent vatten efter varje användningstillfälle.

 **VARNING:** *Dra inte loss Suunto Smart Sensor-modulen från bältet. Detta kan skada kontakterna på bältet. Lossa en sida i taget.*

Bältet ska maskintvättas i 40 °C efter 2–3 träningstillfällen.
Tvätthanvisningar finns på bältet.

 **VARNING:** *Maskintvätta inte Suunto Smart Sensor-modulen. Detta skadar modulen.*

 **OBS:** *Du behöver inte byta ut Suunto Smart Sensor-modulen. Endast Suunto Smart Sensor-bältet kan behöva bytas ut efter en längre tids användning.*

6.2 Felsökning

Överföringsräckvidden för Suunto Smart Sensor kan vara tre meter eller mer under ideala förhållanden.

För bästa möjliga resultat, avlägsna eventuella hinder mellan Suunto Smart Sensor och din klocka eller mobila enhet. Håll klockan eller mobilen framför dig, stoppa den i en ficka eller fäst den på ett bälte. Om du t.ex. håller armarna bakom ryggen eller stoppar ner

mobilen i en midjeväska, kan detta medföra att överföringssignalen från Suunto Smart Sensor bryts.

Om det verkar som att Suunto Smart Sensor inte skickar pulsinformation även utan hinder, kan du prova följande:

1. Se till att anslutningspunkterna (elektrodena) på bältet är fuktiga.
2. Justera bältet så att det sitter åt bättre över bröstet.
3. Om din hud vanligtvis är torr under träningspass ska du använda elektrodgel.
4. Kontrollera att Bluetooth är aktiverat på enheten som är ihopparad med ditt bälte.
5. Byt ut batteriet i sensorn och para ihop den med din sportklocka eller mobila enhet en gång till.

Om det verkar som att Suunto Smart Sensor skickar felaktig information, kan du prova följande:

1. Se till att sensorn har fästs på bältet på rätt sätt och att båda fästdonen sitter fast ordentligt.
2. Para ihop bältet med din Bluetooth-aktiverade enhet igen.

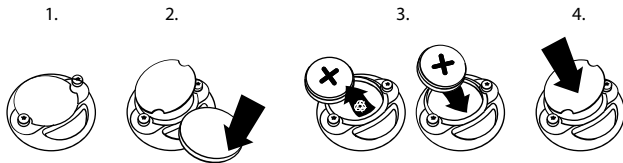
6.3 Batteri

Suunto Smart Sensor använder ett 3-volts litiumbatteri (CR 2025). Med Suunto Movescount App kan du kontrollera batteriets status från enhetsinformationen när Suunto Smart Sensor har parats ihop.

Byta batteri:

1. Ta bort sensorn från bältet.
2. Öppna batteriluckan.

3. Byt batteriet.
4. Stäng batteriluckan ordentligt.



6.4 Support

För ytterligare support, besök www.suunto.com/support. Där hittar du heltäckande supportmaterial, inklusive vanliga frågor och instruktionsvideor. Du kan även ställa frågor direkt till Suunto eller ringa/skicka e-postmeddelanden till Suuntos kundtjänst.

Det finns även många instruktionsvideor på Suuntos YouTube-kanal: www.youtube.com/user/MovesCountbySuunto.

Vi rekommenderar att du registrerar din produkt för att få personligt anpassad support från Suunto.

Support från Suunto:

1. Registrera dig på www.suunto.com/support/MySuunto. Om du redan är registrerad, logga in och lägg till Suunto Smart Sensor under **Mina produkter**.
2. Besök [Suunto.com](http://www.suunto.com) (www.suunto.com/support) för att se om din fråga redan har besvarats.

3. Gå till **KONTAKTA SUUNTO** för att skicka in en fråga eller ring oss på ett av de angivna telefonnumren.

Du kan även skicka e-postmeddelande till support@suunto.com.
Uppge produktens namn och serienummer och en utförlig beskrivning av problemet.

Suuntos kvalificerade kundtjänstpersonal hjälper dig och felsöker vid behov produkten under samtalet.

7 REFERENS

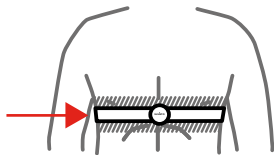
7.1 Tekniska specifikationer

Modul

- Vikt: 9,4 g (inklusive batteri)
- Diameter: 36,5 mm
- Tjocklek: 8 mm
- Driftstemperatur: -20 °C till +60 °C
- Förvaringstemperatur: -30 °C till +60 °C
- Vattentäthet: 30 m (enligt ISO 6425)
- Batterityp: CR2025
- Battertid: ~ 500 timmar
- Kommunikationsfrekvens: 2,4 GHz (Bluetooth Smart)

Bälte

- Vikt: 31,2 g
- Bredd: 30 mm
- Längd: (se tabell nedan)



Storlek	Omkrets över bröstet
Liten	56-82 cm
Medium	70-110 cm
Stor	96-160 cm

7.2 Efterlevnad

7.2.1 CE

Suunto Oy förkunnar härmed att denna enhet uppfyller de grundläggande kraven och övriga tillämpliga bestämmelser i EU-direktivet 1999/5/EC.

7.2.2 Efterlevnad av FCC-reglerna

Denna enhet uppfyller del 15 i FCC-reglerna. Användningen omfattas av följande två villkor:

- (1) enheten får inte orsaka skadliga störningar och
 - (2) enheten måste tillåta alla eventuella störningar som tas emot, inklusive störningar som kan ge oönskade effekter på driften.
- Denna produkt har testats och funnits överensstamma med FCC-standarderna och är avsedd för användning hemma eller på arbetet.

Ändringar eller modifieringar som inte uttryckligen har godkänts av Suunto kan medföra att du inte längre får använda denna enhet, i enlighet med FCC:s regler och föreskrifter.

OBS! Utrustningen har testats och rättar sig efter gränserna för digitala enheter i Klass B i enlighet med del 15 i FCC-reglerna. Gränserna är utformade för att ge skäligt skydd mot skadliga störningar i bostadsmiljö. Utrustningen genererar, använder och kan utstråla radiofrekvensenergi. Om den inte installeras på korrekt sätt och i enlighet med anvisningarna kan den orsaka skadliga störningar av radiokommunikationer. Det finns dock inga garantier för att störningar inte kan inträffa på specifika installationer. Om utrustningen orsakar skadliga störningar av radio- eller TV-mottagning (vilket kan kontrolleras genom att sätta igång och stänga av utrustningen) uppmanas användaren att åtgärda störningen genom att vidta en eller flera av följande åtgärder:

- Rikta mottagarantennen åt ett annat håll eller flytta den.
- Öka avståndet mellan utrustningen och mottagaren.
- Anslut utrustningen till ett uttag på en annan strömkrets än den som mottagaren är ansluten till.
- Kontakta återförsäljaren eller en radio-/TV-tekniker och be om hjälp.

7.2.3 IC

Denna enhet uppfyller licensfria Industry Canada RSS-standard(er). Användningen omfattas av följande två villkor:

- (1) enheten får inte orsaka skadliga störningar och
- (2) enheten måste tillåta alla eventuella störningar som tas emot, inklusive störningar som kan ge oönskade effekter på driften.

7.3 Patentmeddelande

Denna produkt skyddas av följande patent och patentansökningar med motsvarande nationella rättigheter: 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. Ytterligare patentansökningar har lämnats in.

7.4 Varumärken

Suunto Smart Sensor, logotyper samt Suuntos övriga varumärken och namn är registrerade eller oregistrerade varumärken som tillhör Suunto Oy. Med ensamrätt.

7.5 Garanti

Suunto garanterar att Suunto eller ett av Suuntos auktoriserade serviceställen (hädanefter kallat serviceställe) under garantiperioden efter eget gottfinnande kommer att avhjälpa fel i material eller utförande utan kostnad antingen genom att a) reparera produkten, eller b) ersätta produkten, eller c) återbetala produkten i enlighet med villkoren i denna begränsade garanti. Denna begränsade garanti är endast giltig och verkställbar i det land där produkten har köpts, såvida inte landets lagar anger något annat.

Garantiperiod

Garantiperioden börjar gälla från det datum då den ursprungliga slutanvändaren köper produkten. Garantiperioden är två (2) år för produkter om inget annat anges.

Garantiperioden är ett (1) år för tillbehör, inklusive men inte begränsat till trådlösa sensorer och sändare, laddare, kablar, laddningsbara batterier, remmar, armband och slangar.

Undantag och begränsningar

Denna begränsade garanti omfattar inte:

1. a) normalt slitage, såsom repor, nötningsskador eller färg- och/eller materialskiftningar på remmar i annat material än metall, b) defekter orsakade av vårdslös hantering och c) defekter eller skador orsakade av felaktig användning som strider mot anvisningarna eller avsett ändamål, felaktig skötsel, vårdslöshet och skador som orsakas av att produkten har tappats i marken eller klämts.
2. trycksaker och förpackningsmaterial
3. defekter eller påstådda defekter orsakade av att produkten har använts med en produkt, ett tillbehör, ett program och/eller en tjänst som inte har tillverkats eller tillhandahållits av Suunto
4. icke laddningsbara batterier.

Suunto garanterar inte oavbruten eller felfri funktion hos produkten eller tillbehöret, eller att produkten eller tillbehöret kommer att fungera tillsammans med maskinvara eller programvara som tillhandahålls av tredje part.

Denna begränsade garanti är inte verkställbar om:

1. produkten har öppnats mer än den är avsedd att öppnas
2. produkten har reparerats med reservdelar som inte är godkända, eller har modifierats eller reparerats av ett serviceställe som Suunto inte har auktoriserat

3. produktens eller tillbehörets serienummer har tagits bort, ändrats eller gjorts oläsligt på något sätt, enligt vad som fastställs av Suunto efter eget gottfinnande, eller
4. produkten eller tillbehöret har utsatts för kemikalier, inklusive men inte begränsat till, solskyddsmedel och myggmedel.

Tillgång till Suuntos garantiservice

Du måste uppvisa kvitto för att få tillgång till Suuntos garantiservice. Anvisningar om hur du får tillgång till garantiservice finns på www.suunto.com/warranty. Du kan även kontakta en lokal auktoriserad Suunto-återförsäljare eller ringa Suuntos kundtjänst.

Ansvarsbegränsning

I den utsträckning detta är giltigt enligt gällande lag, utgör denna begränsade garanti din enda kompensation och ersätter alla andra garantier, såväl uttryckliga som underförstådda. Suunto ska inte hållas ansvarigt för särskilda skador, oförutsedda eller indirekta skador eller följdskador, inklusive men utan begränsning till förlust av förväntade fördelar, förlust av data, oförmåga att använda produkten, kapitalkostnad, kostnad för eventuell ersättningsutrustning eller -anläggning, anspråk från tredje part, skada på egendom till följd av köp eller användning av produkten, eller genom garantibrott, avtalsbrott, försumlighet, åtalbar handling eller annan juridisk eller sedvanerättslig teori, även om Suunto kände till sannolikheten för sådana skador. Suunto ska inte hållas ansvarigt för förseningar vid utförandet av garantiservice.

7.6 Upphovsrätt

© Suunto Oy. Med ensamrätt. Suunto, Suuntos produktamn, logotyper samt Suuntos övriga varumärken och namn är registrerade varumärken eller varumärken som tillhör Suunto Oy. Dokumentet och dess innehåll tillhör Suunto Oy och är endast avsett att användas av företagets kunder i syfte att få kunskap och information om användningen av Suuntos produkter. Innehållet får inte användas eller spridas i något annat syfte och/eller på annat sätt förmedlas, tillkännages eller reproduceras utan föregående skriftligt tillstånd från Suunto Oy. Vi har gjort vårt yttersta för att säkerställa att informationen i detta dokument är heltäckande och korrekt, men vi ger inga garantier vare sig uttryckligen eller underförstått, avseende dess riktighet. Innehållet i dokumentet kan komma att ändras när som helst utan föregående meddelande. Den senaste versionen av detta dokument kan hämtas på www.suunto.com.

REGISTER

B

- batteri, 14
 - batterityp, 14
 - byta batteri, 14

F

- felsökning, 13

H

- ha på sig bältet, 7

P

- para ihop, 8
 - para ihop med app, 8
 - para ihop med klocka, 8

S

- support, 15



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