

# **SUUNTO AMBIT 2.5**

## **KÄYTTÖOPAS**

1 VARO-OHJEET .....	7
2 Tervetuloa .....	9
3 Näytön kuvakkeet ja osat .....	10
4 Painikkeiden käyttäminen .....	11
4.1 Taustavalo ja painikkeiden lukitus .....	12
5 Näin pääset alkuun .....	14
6 Suunto Ambitin mukauttaminen .....	15
6.1 Yhdistäminen Movescountiin .....	15
6.2 Suunto Ambitin päivittäminen .....	16
6.3 Mukautetut tilat .....	17
6.4 Suunto-sovellukset .....	18
6.5 Näytön muuttaminen käännteiseksi .....	19
6.6 Näytön kontrastin säätäminen .....	19
7 Aikatilan käyttäminen .....	21
7.1 Aika-asetusten muuttaminen .....	21
7.2 GPS timekeeping -toiminnon käyttäminen .....	25
8 Navigointi .....	28
8.1 GPS:n käyttäminen .....	28
8.1.1 GPS-signaalin hakeminen .....	28
8.1.2 GPS-koordinaatit ja paikkatietojen esitysmuodot .....	29
8.2 Oman sijainnin tarkistaminen .....	31
8.3 POI-kohteiden luo navigoiminen .....	32
8.3.1 Nykyisen sijainnin lisääminen POI-kohteeksi .....	32

8.3.2 POI-kohteiden koordinaattien lisääminen manuaalisesti .....	35
8.3.3 Navigoiminen POI-kohteen luo .....	38
8.3.4 POI-kohteen poistaminen .....	41
8.4 Reittinavigointi .....	43
8.4.1 Reitin lisääminen .....	43
8.4.2 Reittinavigointi .....	44
8.4.3 Navigoinnin aikaiset toimet .....	48
8.4.4 Reitin poistaminen .....	50
9 Alti-Baro-tilan käyttäminen .....	51
9.1 Alti-Baro-tilan toiminnasta .....	51
9.1.1 Lukemien paikkansapitävyyden varmistaminen ....	52
9.1.2 Virheellisiä lukemia tuottavat tilanteet .....	53
9.2 Aktiiviteettia vastaavan profiilin valitseminen .....	54
9.2.1 Profiilien asettaminen .....	54
9.2.2 Vertailuarvojen asettaminen .....	55
9.3 <b>Korkeus</b> -profiilin käyttäminen .....	56
9.4 <b>Ilmanpaine</b> -profiilin käyttäminen .....	56
9.5 <b>Automaattinen</b> -profiilin käyttäminen .....	58
10 3D-kompassin käyttäminen .....	60
10.1 Kompassin kalibroiminen .....	60
10.2 Erannonkorjauksen asettaminen .....	62
11 Ajastimet .....	65
11.1 Sekuntikellon aktivoiminen ja poistaminen käytöstä .....	65
11.2 Sekuntikellon käyttäminen .....	66


11.3 Aikalaskuri .....	68
12 Harjoitustilojen käyttäminen .....	70
12.1 Harjoitustilat .....	70
12.2 Harjoitustilojen lisäasetukset .....	71
12.3 Sykevyön käyttäminen .....	73
12.4 Sykevyön pukeminen .....	74
12.5 Harjoituksen aloittaminen .....	75
12.6 Harjoituksen aikana .....	78
12.6.1 Kuljetun reitin tallentaminen .....	78
12.6.2 Kierrosten laskenta .....	79
12.6.3 Korkeuden tallentaminen .....	79
12.6.4 Kompassin käyttäminen harjoituksen aikana .....	82
12.6.5 Intervalliajastimen käyttäminen .....	83
12.6.6 Navigoiminen harjoituksen aikana .....	85
12.6.7 Navigoiminen takaisin lähtöpaikkaan harjoituksen aikana .....	86
12.6.8 Autopause .....	87
12.7 Lokin tarkasteleminen harjoituksen jälkeen .....	89
12.7.1 Sykevyöharjoituksen jälkeen .....	90
12.7.2 Ilman sykevyötä tehdyn harjoituksen jälkeen .....	91
12.7.3 Palautumisaika .....	91
13 FusedSpeed .....	93
Esimerkki käytöstä: FusedSpeed™-mittauksen käyttö juostessa ja pyöräiltäessä .....	95
14 Asetusten muuttaminen .....	96

14.1 Huoltovalikko .....	99
14.2 Kielen vaihtaminen .....	101
15 POD-laitteen/sykevyön yhdistäminen .....	102
15.1 POD-laitteiden kalibroiminen .....	106
16 Kuvakkeet .....	108
17 Sanasto .....	112
18 Hoito ja huoltaminen .....	115
18.1 Vesitiiviys .....	115
18.2 Akun lataaminen .....	116
18.3 Sykevyön pariston vaihtaminen .....	118
19 Tekniset tiedot .....	119
Yleistä .....	119
Muisti .....	119
Radiovastaanotin .....	119
Ilmanpainemittari .....	120
Korkeusmittari .....	120
Lämpömittari .....	120
Ajanottokello .....	120
Kompassi .....	120
GPS .....	120
19.1 Tavaramerkki .....	121
19.2 CE-merkki .....	121
19.3 Tekijänoikeudet .....	121
19.4 Patenti-ilmoitus .....	121
19.5 Takuu .....	122


<b>Hakemisto .....</b>	<b>125</b>
------------------------	------------


# 1 VARO-OHJEET

**Käytössä ovat seuraavat varomerkinnät:**


 **VAROITUS:** – koskee menetelmää tai tilannetta, joka voi aiheuttaa vakavia vammoja tai kuoleman.

 **HUOMIO:** – koskee menetelmää tai tilannetta, joka voi vahingoittaa tuotetta.

 **HUOMAUTUS:** – antaa tärkeää tietoa.


 **VINKKI:** - sisältää lisävihjeitä laitteen ominaisuuksien ja toimintojen tehokkaasta käytöstä.

## Varo-ohjeet


 **VAROITUS:** TUOTTEEMME OVAT ALAN STANDARDIEN MUKAISIA, MUTTA TUOTTEEN IHOKOSKETUS VOI AIBEUTTAA ALLERGISIA REAKTIOITA TAI IHON ÄRTYMISTÄ. JOS EDELLÄ MAINITTUJA HAITTOJA ILMENEE, LOPETA TUOTTEEN KÄYTTÖ HETI JA OTA YHTEYS LÄÄKÄRIIN.

 **VAROITUS:** OTA AINA YHTEYTTÄ LÄÄKÄRIIN, ENNEN KUIN ALOITAT HARJOITUSOHJELMAN. YLIRASITUS VOI AIBEUTTAA VAKAVIA VAMMOJA.


 **VAROITUS:** TUOTE ON TARKOITETTU VAIN VAPAA-AJAN KÄYTTÖÖN.

 **VAROITUS:** ÄLÄ KOSKAAN LUOTA PELKÄSTÄÄN GPS:ÄÄN TAI AKUN KESTÄVYYTEEN. TURVALLISUUDEN VARMISTAMISEKSI PIDÄ AINA MUKANA KARTTOJA JA MUITA VÄLINEITÄ.

 **HUOMIO:** ÄLÄ ALTISTA LAITETTA MILLEKÄÄN LIUOTINAINEILLE, SILLÄ SE VOI VAHINGOITAA LAITTEEN PINTAA.

 **HUOMIO:** ÄLÄ ALTISTA LAITETTA HYÖNTEISTEN KARKOTUSAINELLE, SILLÄ SE VOI VAHINGOITAA LAITTEEN PINTAA.

 **HUOMIO:** ÄLÄ HÄVITÄ LAITETTA TAVALLISENA JÄTTEENÄ VAAN KÄSITTELE SE ELEKTRONIIKKAJÄTTEENÄ YMPÄRISTÖN SÄÄSTÄMISEKSI.

 **HUOMIO:** ÄLÄ ALTISTA LAITETTA ISKUILLE TAI PUDOTA SITÄ, JOTTA LAITE EI VAHINGOITU.

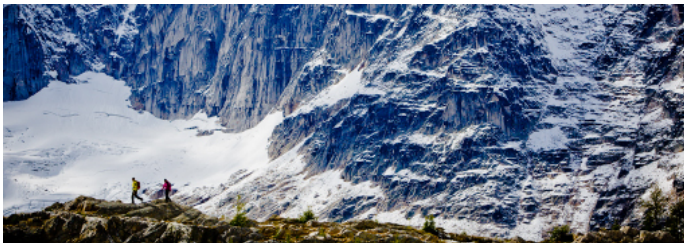


## 2 TERVETULOA

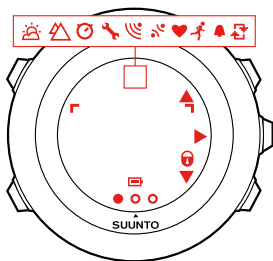
Sitä voi kutsua kelloksi, mutta se on paljon muutakin. Korkeus-, suunta-, nopeus-, syke- ja säätiedot ovat aina ranteessasi.

Mukauta laite omiin tarpeisiisi ja valitse käyttöösi juuri ne ominaisuudet, joita tarvitset seuraavaan seikkailuusi.

Uusi Suunto Ambit – uusien alueiden valloittamiseen maailman ensimmäisellä retkeilijöille tarkoitettulla GPS-toiminnolla.



# 3 NÄYTÖN KUVAKKEET JA OSAT

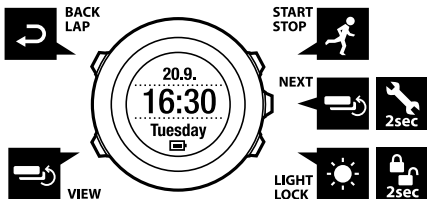


- |                   |  |
|-------------------|--|
| barometri         | intervalliajastin                          |
| korkeusmittari    | painikkeiden lukitus                       |
| ajanottokello     | akun tila                                  |
| asetukset         | nykyinen näyttö                            |
| signaalin vahvuus | painikkeiden ilmaisimet                    |
| yhdistäminen      | siirtyminen ylöspäin / arvon kasvattaminen |
| syke              | siirtyminen seuraavaan / vahvistaminen     |
| harjoitustila     | siirtyminen alaspäin / arvon pienentäminen |
| hälytys           |  |

Täydellinen luettelo Suunto Ambitin kuvakkeista on *luvussa 16 Kuvakkeet sivulla 108.*

## 4 PAINIKKEIDEN KÄYTTÄMINEN

Suunto Ambitissa on viisi painiketta, joiden avulla voit käyttää kaikkia sen toimintoja.



[Start Stop]:

- aloitusvalikon avaaminen
- harjoituksen tai sekuntikellon ajanoton keskeyttäminen ja jatkaminen
- harjoituksen lopettaminen ja tallentaminen pidettäessä painettuna
- arvon suurentaminen tai siirtyminen ylöspäin asetusvalikoissa

[Next]:

- näyttöjen välillä siirtyminen
- asetusvalikkoon siirtyminen / asetusvalikosta poistuminen pidettäessä painettuna
- asetusvalikoihin siirtyminen / niistä poistuminen pidettäessä painettuna harjoitustilassa
- asetuksen hyväksyminen

[Light Lock]:

- taustavalon aktivoiminen

- painikkeiden lukitseminen / lukituksen avaaminen pidettäessä painettuna
- arvon pienentäminen tai siirtyminen alaspäin asetusvalikoissa

[View]:

- näkymän vaihtaminen **TIME (AIKA)**-tilassa ja harjoituksen aikana
- näytön vaihtaminen vaaleasta tummaksi ja päin vastoin pidettäessä painettuna

[Back Lap]:

- palaaminen edelliseen vaiheeseen
- kierroksen lisääminen harjoituksen aikana



**VINKKI:** Kun muutat arvoja, voit nopeuttaa sitä pitämällä [Start Stop]- tai [Light Lock]-painiketta painettuna, jolloin arvot alkavat kasvaa tai pienetä nopeasti.


## 4.1 Taustavalo ja painikkeiden lukitus


Voit asettaa taustavalon toimintatilaksi jonkin seuraavista: **Normaali**, **Katkaisin** tai **Yötila**. Lisätietoja taustavaloasetuksista on *luvussa 14 Asetusten muuttaminen sivulla 96*.

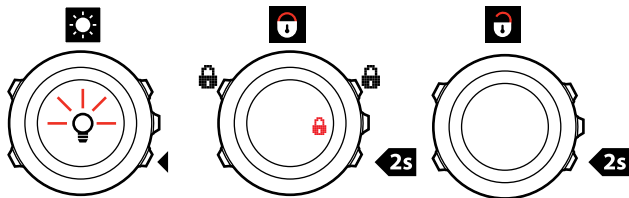
Voit aktivoida taustavalon seuraavasti:

- Jos taustavalon toimintatila on **Normaali**, voit aktivoida taustavalon painamalla [Light Lock]-painiketta. Taustavalo pysyy päällä muutaman sekunnin ajan.

- Jos taustavalon toimintatila on **Katkaisin**, voit aktivoida taustavalon painamalla [Light Lock]-painiketta. Taustavalo pysyy päällä, kunnes painat [Light Lock] -painiketta uudelleen.
- Jos taustavalon toimintatila on **Yötila**, voit aktivoida taustavalon painamalla mitä tahansa painiketta.


Voit lukita painikkeet tai avata niiden lukituksen pitämällä [Light Lock] -painiketta painettuna. Kun painikkeet ovat lukittuina, näytössä näkyy .

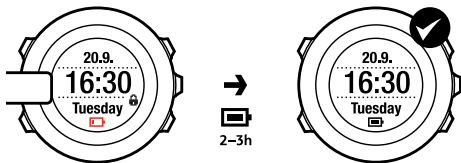
 **VINKKI:** Painikkeet kannattaa lukita haluttaessa estää tallennuksen käynnistäminen tai lopettaminen vahingossa. Kun painikkeet on lukittu, taustavalon voi yhä aktivoida [Light Lock] -painikkeella ja näyttöjen välillä voi siirtyä [Next]-painikkeella ja näkymien välillä [View]-painikkeella.



## 5 NÄIN PÄÄSET ALKUUN

Aloita lataamalla akku. Suunto Ambit aktivoituu automaattisesti, kun se kytketään tietokoneeseen sen mukana toimitetulla USB-kaapelilla. Laitteen voi aktivoida myös kytkemällä sen pistorasiaan kytkettävään Suunnon laturiin. Tyhjän akun lataaminen täyteen kestää noin 2–3 tuntia. Ensimmäisellä kerralla lataus voi kestää tätä kauemmin. Kun akkua ladataan USB-kaapelin avulla, laitteen painikkeet lukitaan.


 **HUOMAUTUS:** Älä irrota kaapelia ennen kuin akku on latautunut täyteen. Näin varmistat, että akku kestää mahdollisimman pitkään. Kun akku on ladattu täyteen, näytössä näkyy teksti **Akku täynnä**.



# 6 SUUNTO AMBITIN MUKAUTTAMINEN

## 6.1 Yhdistäminen Movescountiin

*Movescount.com* on ilmainen henkilökohtainen urheilupäiväkirja ja Internet-yhteisö sivusto, joka tarjoaa paljon työkaluja päivittäisten urheilusuoritustesi hallinnoimiseen ja mielenkiintoisten kokemusten kertomiseen. Movescountissa voit siirtää tallentamiasi harjoituslokeja Suunto Ambitista Movescountiin ja mukauttaa laitteen omia tarpeitasi vastaavaksi.

 **VINKKI:** Muodostamalla Movescount-yhteyden voit noutaa Suunto Ambitin uusimmat ohjelmistopäivitykset, mikäli niitä on saatavilla.

Aloita asentamalla Moveslink-ohjelmisto:


1. Siirry osoitteeseen [www.movescount.com/moveslink](http://www.movescount.com/moveslink).
2. Lataa, asenna ja aktivoi Moveslink.


1.



2.



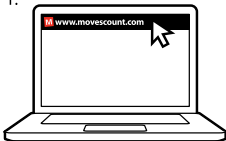
 **HUOMAUTUS:** Kun Moveslink on aktivoitu, tietokoneen näytössä näkyy Moveslink-kuvake.

 **HUOMAUTUS:** Moveslink on yhteensopiva PC- (Windows XP, Windows Vista, Windows 7) ja Mac-tietokoneiden (Intel-pohjaiset, OS X -versio 10.6 tai uudempi) kanssa.

Voit rekisteröityä Movescountiin seuraavasti:


1. Siirry osoitteeseen [www.movescount.com](http://www.movescount.com).
2. Luo tili.

1.




2.



 **HUOMAUTUS:** Kun Suunto Ambit yhdistetään Movescountiin ensimmäisen kerran, kaikki tiedot (myös laiteasetukset) siirretään laitteesta Movescount-tilillesi. Kun Suunto Ambit yhdistetään seuraavan kerran Movescount-tiliisi, Movescountissa ja laitteessa tekemäsi asetusten ja harjoitustilojen muutokset synkronoidaan keskenään.

## 6.2 Suunto Ambitin päivittäminen


Suunto Ambitin ohjelmiston voi päivittää automaattisesti Movescountissa.

 **HUOMAUTUS:** Kun Suunto Ambitin ohjelmisto päivitetään, kaikki siihen tehdyt tallennukset siirretään automaattisesti Movescountiin ja poistetaan laitteesta.



Voit päivittää Suunto Ambitin ohjelmiston seuraavasti:

1. Siirry osoitteeseen [www.movescount.com/moveslink](http://www.movescount.com/moveslink) ja asenna Moveslink-sovellus.
2. Kytke Suunto Ambit tietokoneeseen Suunnon USB-kaapelilla. Moveslink-sovellus tarkistaa automaattisesti, onko ohjelmistopäivityksiä saatavana. Jos päivitys on saatavana, laite päivitetään.

 **HUOMAUTUS:** Moveslink-sovellusta voi käyttää rekisteröitymättä Movescountiin. Movescountiin rekisteröityminen voi kuitenkin parantaa Suunto Ambitin käytettävyyttä, mukautettavuutta ja asetusten määrittämissä mahdollisuuksia merkittävästi. Sen avulla voi myös tarkastella tallennettuja reittejä ja muita aktiviteetteihin liittyviä tietoja visuaalisessa muodossa. Tämän takia on suositeltavaa luoda Movescount-tili, jotta voit hyödyntää kaikkia laitteesi tarjoamia mahdollisuuksia.

## 6.3 Mukautetut tilat

Laitteeseen on tallennettu valmiiksi oletusharjoitustiloja (katso lisätietoja kohdassa 12.1 Harjoitustilat sivulla 70). Movescountissa voi muokata niitä ja luoda omia mukautettuja harjoitustiloja.

Mukautettuun tilaan voi määrittää 1–8 erilaista harjoitustilan näyttöä. Kussakin näytössä näytettävät tiedot voi valita kattavasta luettelosta. Mukautettuun tilaan voi määrittää esimerkiksi lajikohtaiset sykeraajat ja automaattisen kierroslaskennan kierrospituuden ja tallennusvälin voi optimoida joko akkukeston tai tarkkuuden mukaan.

Suunto Ambitiin voi siirtää enintään 10 erilaista Movescountissa luotua mukautettua tilaa. Vain yksi mukautettu tila voi olla aktiivinen harjoituksen aikana.



**VINKKI:** Movescountissa voi myös muokata oletusharjoitustiloja.

### **Esimerkki käytöstä: mukautettu tila kuntosaliharjoittelua varten**

Haluat harjoitella sisällä seuraavaa ulkoilmaseikkailuasi varten. Määrität sitä varten Movescountissa mukautetun tilan, jossa laite näyttää kellonajan ja sykkeeseen liittyviä tietoja ja jossa GPS on poistettu käytöstä. Sitten voit yksinkertaisesti päivittää mukautetun tilan laitteeseesi ja lähteä pumppaamaan rautaa!

## **6.4 Suunto-sovellukset**

Suunto-sovellusten avulla voit mukauttaa Suunto Ambit -laitettasi tehokkaasti. Movescountin Suunto App Zonesta löydät käyttövalmiita sovelluksia, kuten erilaisia ajastimia ja laskureita. Jos et löydä etsimääsi sovellusta, voit luoda oman sovelluksen Suunto App Designerilla. Voit luoda sovelluksen esimerkiksi arvioidun maratontuloksesi tai hiihtoreittisi slope grade -arvon laskemista varten.

Voit lisätä Suunto-sovelluksen Suunto Ambitiin seuraavasti:

1. Siirry Movescount-yhteisön **SUUNNITTELU & LUONTI** -osaan, valitse **App Zone** ja ala selata Suunto-sovelluksia. Jos haluat luoda oman sovelluksen, siirry profiilisi **SUUNNITTELU & LUONTI**-osioon ja valitse **App Designer**.
2. Lisää Suunto-sovellus mukautettuun harjoitustilaan. Synkronoi sitten Suunto-sovellus laitteeseesi yhdistämällä Suunto Ambit Movescount-tiliisi. Lisäämäsi Suunto-sovellus näyttää laskentatuloksen harjoituksen aikana.




**HUOMAUTUS:** Voit lisätä kuhunkin harjoitustilaan yhden Suunto-sovelluksen. Kussakin Suunto Ambitin harjoitustilassa voi olla käytössä eri Suunto-sovellus.

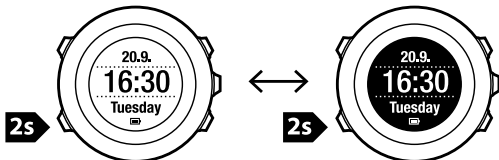
## 6.5 Näytön muuttaminen käänteiseksi

Suunto Ambitin näyttö voi muuntaa käänteiseksi (vaaleasta tummaksi tai päin vastoin).

Voit muuntaa näytön käänteiseksi seuraavasti:

1. Siirry asetuksiin pitämällä [Next]-painiketta painettuna.
2. Siirry **YLEISET**-asetusvalikon kohdalle [Next]-painikkeella.
3. Valitse **Äänet/näyttö** painamalla [Next]-painiketta.
4. Siirry valinnan **Invertoi näyttö** kohdalle käyttämällä [Start Stop] -painiketta ja vahvista valinta painamalla [Next]-painiketta.

 **VINKKI:** Suunto Ambitin näyttö voi muuntaa käänteiseksi myös pitämällä [View]-painiketta painettuna.



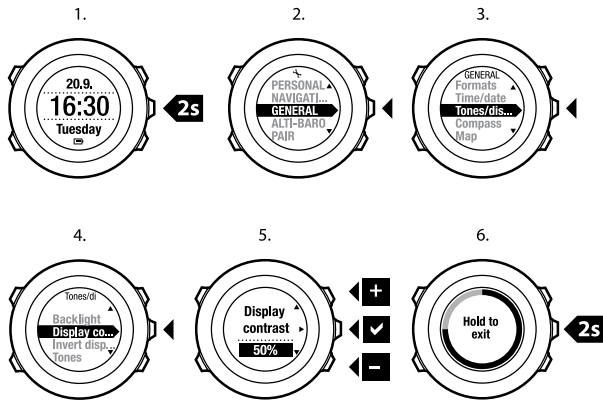
## 6.6 Näytön kontrastin säätäminen

Voit lisätä tai pienentää Suunto Ambitin näytön kontrastia.

Voit säätää näytön kontrastia asetuksissa seuraavasti:

1. Siirry asetuksiin pitämällä [Next]-painiketta painettuna.
2. Siirry **YLEISET**-asetusvalikon kohdalle [Next]-painikkeella.

3. Valitse **Äänet/näyttö** painamalla [Next]-painiketta.
4. Siirry [Light Lock] -painikkeella **Näytön kontrasti** -kohtaan ja valitse se painamalla [Next]-painiketta.
5. Voit lisätä kontrastia painamalla [Start Stop] -painiketta tai pienentää sitä painamalla [Light Lock] -painiketta.
6. Palaa asetuksiin painamalla [Back Lap] -painiketta tai poistu asetuksista pitämällä [Next]-painiketta painettuna.

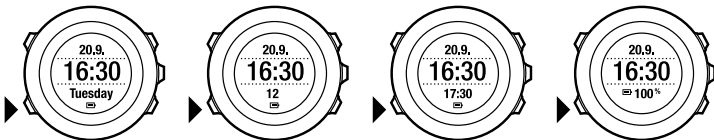


# 7 AIKATILAN KÄYTTÄMINEN

**TIME (AIKA)**-tilassa voidaan käyttää ajan mittaustoimintoja.

**TIME (AIKA)**-tilassa näytetään seuraavat tiedot:

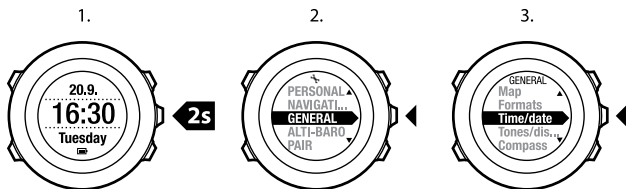
- Yläriivi: päivämäärä.
- Keskiriivi: aika.
- Alarivi: viikonpäivä, sekuntilukema, kaksoisaika ja virtataso vuorotellen [View]-painiketta painettaessa.



## 7.1 Aika-asetusten muuttaminen

Voit käsitellä aika-asetuksia seuraavasti:

1. Siirry asetukseen pitämällä [Next]-painiketta painettuna.
2. Valitse **YLEISET**-vaihtoehto painamalla [Next]-painiketta.
3. Siirry **Kello/pvm**-valikkoon [Start Stop] -painikkeen avulla ja avaa valikko painamalla [Next]-painiketta.

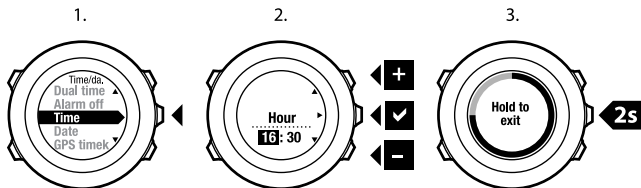


## Kellonajan määrittäminen

Nykyinen kellonaika näkyy **TIME (AIKA)**-näytössä keskimmaisella rivillä.

Voit asettaa kellonajan seuraavasti:

1. Valitse asetusvalikosta **YLEISET, Kello/pvm** ja **Aika**.
2. Muuta tunti- ja minuuttilukemia [Start Stop]- ja [Light Lock] -painikkeiden avulla. Hyväksy painamalla [Next]-painiketta.
3. Palaa asetuksiin painamalla [Back Lap] -painiketta tai poistu asetuksista pitämällä [Next]-painiketta painettuna.

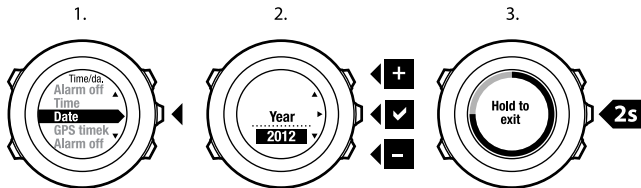


## Päivämäärän asettaminen

Nykyinen päivämäärä näkyy **TIME (AIKA)**-näytössä ylimmällä rivillä.

Voit asettaa päivämäärän seuraavasti:

1. Valitse asetusvalikosta **YLEISET, Kello/pvm ja Päivämäärä**.
2. Muuta vuosi-, kuukausi- ja päivälukemia [Start Stop]- ja [Light Lock] -painikkeiden avulla. Hyväksy painamalla [Next]-painiketta.
3. Palaa asetuksiin painamalla [Back Lap] -painiketta tai poistu asetuksista pitämällä [Next]-painiketta painettuna.

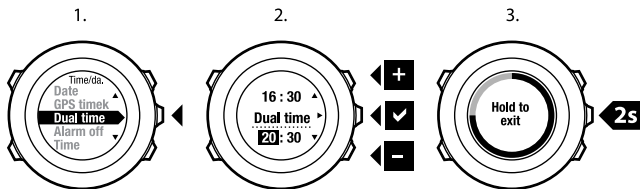


## Kaksoisajan asettaminen

Kaksoisaikatoiminnon ansiosta voit asettaa laitteeseen toisen kellonajan, joten voit esimerkiksi seurata toisen aikavyöhykkeen kellonaikaa matkustaessasi. Kaksoisaika näkyy **TIME (AIKA)**-näytön alimmalla rivillä ja voit käsitellä sitä painamalla [View]-painiketta.

Voit asettaa kaksoisajan seuraavasti:

1. Valitse asetusvalikosta **YLEISET, Kello/pvm ja Kaksoisaika**.
2. Muuta tunti- ja minuuttilukemia [Start Stop]- ja [Light Lock] -painikkeiden avulla. Hyväksy painamalla [Next]-painiketta.
3. Palaa asetuksiin painamalla [Back Lap] -painiketta tai poistu asetuksista pitämällä [Next]-painiketta painettuna.

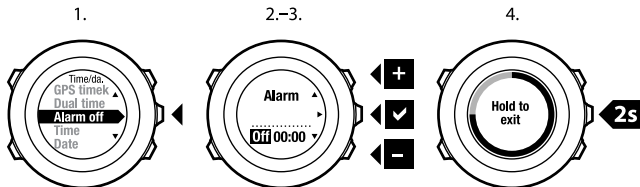


## Hälytysajan määrittäminen

Suunto Ambitia voi käyttää myös herätyskellona.

Voit asettaa herätyskellon hälytysajan seuraavasti:

1. Valitse asetusvalikosta **YLEISET, Kello/pvm ja Hälytys**.
2. Aseta hälytys päälle tai pois päältä [Start Stop]- ja [Light Lock]-painikkeiden avulla. Hyväksy painamalla [Next]-painiketta.
3. Aseta tunti- ja minuuttilukemat [Start Stop]- ja [Light Lock]-painikkeiden avulla. Hyväksy painamalla [Next]-painiketta.
4. Palaa asetuksiin painamalla [Back Lap]-painiketta tai poistu asetuksista pitämällä [Next]-painiketta painettuna.

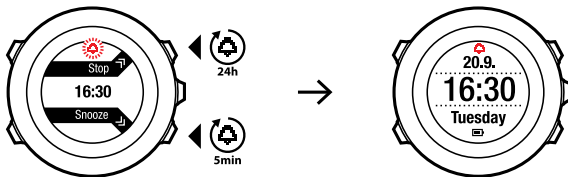



Kun hälytys on käytössä, useimmissa näytöissä näkyy hälytyssymboli.



Kun hälytys soi, voit toimia seuraavilla tavoilla:


- Valitse **Torkku** painamalla [Light Lock] -painiketta. Hälytys lakkaa, mutta alkaa uudelleen 5 minuutin välein, kunnes pysäytät sen. Voit käyttää torkkutoimintoa enintään 12 kertaa eli yhden tunnin ajan.
- Valitse **Lopeta** painamalla [Start Stop] -painiketta. Hälytys lakkaa ja käynnistyy uudelleen seuraavana päivänä, jos et kytke hälytystä pois päältä asetuksista.




 **HUOMAUTUS:** Kun torkkutoiminto on käytössä, hälytyskuvake vilkkuu **TIME (AIKA)**-tilassa.

## 7.2 GPS timekeeping -toiminnon käyttäminen

GPS timekeeping -toiminto korjaa Suunto Ambitin ja GPS-ajan välisen eron. GPS timekeeping korjaa ajan automaattisesti kerran päivässä ja aina ajan manuaalisen säätämisen jälkeen. Myös kaksoisaika korjataan.

 **HUOMAUTUS:** GPS timekeeping -toiminto korjaa minuutti- ja sekuntilukemat, mutta ei tuntilukemaa.

 **HUOMAUTUS:** GPS timekeeping -toiminnon tekemä aikakorjaus on tarkka, jos ero oikeaan aikaan on alle 7,5 minuuttia. Jos ero on sitä suurempi, GPS timekeeping -toiminto korjaa ajan lähimpään 15 minuuttiin.

Voit aktivoida GPS timekeeping -toiminnon seuraavasti:

1. Siirry asetuksiin pitämällä [Next]-painiketta painettuna.
2. Valitse **YLEISET**-vaihtoehto painamalla [Next]-painiketta.
3. Selaa [Start Stop]-painikkeen avulla kohtaan **Kello/pvm** ja sitten kohtaan **GPS timekeeping**. Avaa valikko painamalla [Next]-painiketta.
4. Aseta GPS timekeeping -toiminto **On**-tilaan painamalla [Start Stop]- tai [Light Lock] -painiketta. Hyväksy painamalla [Next]-painiketta.

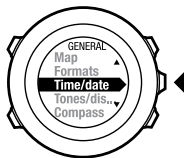
1.



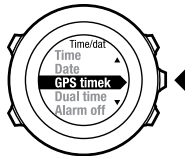
2.



3.



3.



4.



## 8 NAVIGOINTI

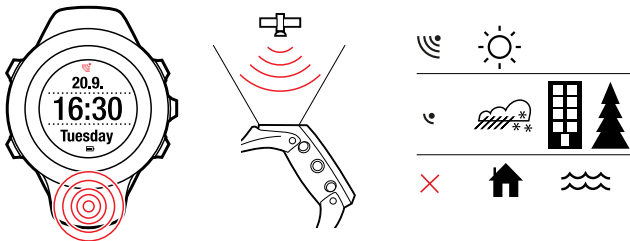
### 8.1 GPS:n käyttäminen


Suunto Ambit määrittää kulloisenkin sijaintisi GPS (Global Positioning System) -paikannusjärjestelmän avulla. GPS-paikannuksessa käytetään maata 20 000 km:n korkeudella 4 km/s:n nopeudella kiertäviä satelliitteja.


Suunto Ambitin sisäänrakennettu GPS-vastaanotin on optimoitu rannekäyttöä varten ja se vastaanottaa GPS-tietoja laajassa kulmassa.

#### 8.1.1 GPS-signaalin hakeminen

Suunto Ambit aktivoi GPS:n automaattisesti, kun valitset GPS:ää käyttävän harjoitustilan, määrität sijaintisi tai aloitat navigoinnin.



 **HUOMAUTUS:** Kun aktivoit GPS:n ensimmäisen kerran tai kun sitä ei ole käytetty pitkään aikaan, GPS-paikannus saattaa viedä tavallista kauemmin. Tämän jälkeen uudet GPS-paikannukset alkavat nopeammin.

 **VINKKI:** Voit minimoida GPS-alkutoimien keston pitämällä laitteen paikallaan GPS-lähetinpinta ylöspäin ja varmistamalla, että olet avoimella alueella, josta on esteetön näkymä taivaalle.

## Vianmääritys: GPS-signaalia ei saada

- Optimaalisen signaalin saamiseksi osoita laitteen GPS-osaa ylöspäin. Parhaiten signaalin vastaanotto onnistuu avoimella alueella, josta on esteetön näkymä taivaalle.
- GPS-vastaanotin toimii yleensä hyvin teltassa ja muiden ohuiden suojien läpi. Esineet, rakennukset, tiheä kasvillisuus ja pilvinen sää voivat kuitenkin heikentää vastaanotetun GPS-signaalin laatua.
- GPS-signaali ei läpäise kiinteitä rakenteita tai vettä. Sen takia GPS:ää ei pidä yrittää aktivoida rakennusten sisällä, luolissa tai veden alla.
- GPS-virheiden ilmetessä niistä voi palautua nollaamalla GPS:n (katso lisätietoja kohdassa 14.1 Huoltovalikko sivulla 99).

### 8.1.2 GPS-koordinaatitot ja paikkatietojen esitysmuodot


Kartalla näkyvät viivat vastaavat siinä käytettyä koordinaatistojärjestelmää. Paikkatietojen esitysmuoto määrittää, missä muodossa GPS-vastaanottimen sijainti näytetään laitteessa. Kaikki esitysmuodot vastaavat samaa sijaintia eri tavoilla ilmaistuina. Lisätietoja paikkatietojen esitysmuodon muuttamisesta on luvussa 14 Asetusten muuttaminen sivulla 96.

Paikkatietojen esitysmuodoksi voi valita jonkun seuraavista koordinaatijärjestelmistä:

- Yleisin koordinaatisto on leveysasteet/pituusasteet. Siinä paikkatiedot voidaan ilmaista kolmessa eri muodossa:
  - **WGS84 Hd.d°**
  - **WGS84 Hd°m.m'**
  - **WGS84 Hd°m's.s**
- **UTM** (Universal Transverse Mercator) on kaksiulotteinen poikittainen sijaintiprojektio.
- **MGRS** (Military Grid Reference System) on UTM-koordinaatiston laajennus, jossa sijainti ilmoitetaan vyöhyketunnuksella, ruudun (yhden ruudun koko on 100 000 neliometriä) tunnuksella ja numeerisella sijaintiarvolla.

Suunto Ambient tukee myös seuraavia paikallisia koordinaatistoja:

- **brittiläinen (BNG)**
- **suomalainen (ETRS-TM35FIN)**
- **suomalainen (KKJ)**
- **irlantilainen (IG)**
- **ruotsalainen (RT90)**
- **sveitsiläinen (CH1903)**
- **UTM NAD27 Alaska**
- **UTM NAD27 Conus**
- **UTM NAD83**

 **HUOMAUTUS:** Joitakin koordinaatistoja ei voi käyttää alueilla, jotka ovat pohjoisempana kuin 84°N tai etelämpänä kuin 80°S, tai niiden maiden ulkopuolella, joissa käytettäväksi ne on tarkoitettu.

## 8.2 Oman sijainnin tarkistaminen

Voit tarkistaa oman sijaintisi koordinaatit Suunto Ambitista GPS-paikannuksen avulla.

Voit tarkistaa sijaintisi seuraavasti:

1. Siirry aloitusvalikkoon painamalla [Start Stop] -painiketta.
2. Siirry **SJAJINTI**-vaihtoehdon kohdalle [Start Stop] -painikkeen avulla ja valitse vaihtoehto painamalla [Next]-painiketta.
3. Laite alkaa hakea GPS-signaalia. Kun signaali on saatu, laite näyttää ilmoituksen **GPS löydetty**. Sen jälkeen nykyisen sijaintisi koordinaatit tulevat näkyviin.

1.




2.



3.



 **VINKKI:** Voit tarkistaa sijainnin myös harjoituksen tallentamisen aikana: siirry asetusvalikkoon pitämällä [Next]-painiketta painettuna.

## 8.3 POI-kohteiden luo navigoiminen

### 8.3.1 Nykyisen sijainnin lisääminen POI-kohteeksi

Voit tallentaa kulloisenkin sijaintisi Suunto Ambitiin POI-kohteeksi eli kiinnostavaksi kohteeksi. Voit navigoida tallennettujen kiinnostavien kohteiden luo halutessasi, esimerkiksi harjoituksen aikana.

Laitteen muistiin mahtuu enintään 100 kiinnostavaa kohdetta. Huomaa, että reitit tallennetaan samaan muistiin. Jos esimerkiksi luot reitin, jossa on 60 reittipistettä, laitteeseen mahtuu enää 40 kiinnostavaa kohdetta.

Voit valita kiinnostavan kohteen tyyppin (kuvakkeen) ja nimen ennalta määritetystä luettelosta. Movescountissa voit nimetä kiinnostavat kohteet vapaasti. Ennalta määritetyt kuvakkeet on lueteltu *luvussa 16 Kuvakkeet sivulla 108*.

Voit tallentaa nykyisen sijaintisi kiinnostavaksi kohteeksi seuraavasti:

1. Siirry aloitusvalikkoon painamalla [Start Stop] -painiketta.
2. Siirry **SIJAINTI**-vaihtoehdon kohdalle [Start Stop] -painikkeen avulla ja valitse vaihtoehto painamalla [Next]-painiketta.
3. Laite alkaa hakea GPS-signaalia. Kun signaali on saatu, laite näyttää ilmoituksen **GPS löydetty**. Nykyisen sijaintisi koordinaatit tulevat näkyviin näytölle.
4. Tallenna sijainnin tiedot painamalla [Start Stop] -painiketta.
5. Valitse kiinnostavan kohteen tyyppi sijaintia varten. Selaa kiinnostavien kohteiden tyyppejä [Start Stop]- ja [Light Lock] -painikkeiden avulla. Valitse kiinnostavan kohteen tyyppi [Next]-painikkeella.



6. Valitse sopiva nimi sijainnille. Selaa nimivaihtoehtoja [Start Stop]- ja [Light Lock] -painikkeiden avulla. Valitse haluamasi nimi painamalla [Next]-painiketta.
7. Tallenna kiinnostava kohde painamalla [Start Stop] -painiketta.

1.



2.



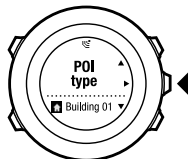
3.



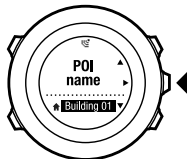
4.



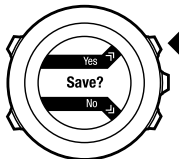
5.



6.



7.





**VINKKI:** Voit lisätä kiinnostavia kohteita myös valitsemalla aloitusvalikossa **NAVIGOINTI**.



**VINKKI:** Movescountissa voit luoda kiinnostavia kohteita valitsemalla niitä kartalta tai syöttämällä niiden koordinaatit. Suunto Ambitin ja Movescountin kiinnostavat kohteet synkronoidaan aina, kun yhdistät laitteen Movescountiin.

### 8.3.2 POI-kohteiden koordinaattien lisääminen manuaalisesti

Voit lisätä muun kuin sen senhetkisen sijaintisi POI-kohteeksi (kiinnostavaksi kohteeksi) syöttämällä lisättävän kohteen koordinaatit manuaalisesti.

Voit lisätä paikan koordinaatit manuaalisesti seuraavasti:

1. Siirry aloitusvalikkoon painamalla [Start Stop] -painiketta.
2. Siirry **NAVIGOINTI**-valikon kohdalle [Start Stop] -painikkeen avulla ja avaa valikko painamalla [Next]-painiketta.
3. Valitse **POI (Kiinnostavat koht.)** painamalla [Next]-painiketta. Laite näyttää laitteeseen tallennettujen kiinnostavien kohteiden määrän ja uusien kiinnostavien kohteiden tallennusta varten vapaana olevan tilan.
4. Siirry [Light Lock] -painikkeella **Määritä sijainti** -vaihtoehdon kohdalle ja valitse se painamalla [Next]-painiketta. Laite näyttää sen paikan koordinaatit, josta on viimeksi saatu GPS-paikannustiedot.
5. Muokkaa leveysastearvoa [Start Stop]- ja [Light Lock] -painikkeiden avulla. Hyväksy arvo painamalla [Next]-painiketta.
6. Muokkaa pituusastearvoa [Start Stop]- ja [Light Lock] -painikkeiden avulla. Hyväksy arvo painamalla [Next]-painiketta.

7. Valitse kiinnostavan kohteen tyyppi sijaintia varten. Selaa kiinnostavien kohteiden tyyppejä [Start Stop]- ja [Light Lock] -painikkeiden avulla. Valitse kiinnostavan kohteen tyyppi [Next]-painikkeella.
8. Valitse sopiva nimi sijainnille. Selaa nimivaihtoehtoja [Start Stop]- ja [Light Lock] -painikkeiden avulla. Valitse haluamasi nimi painamalla [Next]-painiketta.
9. Tallenna kiinnostava kohde painamalla [Start Stop] -painiketta.



**VINKKI:** Kun selaat valikkovaihtoehtoja, voit nopeuttaa selausta pitämällä [Start Stop]- tai [Light Lock] -painiketta painettuna, jolloin vaihtoehdot alkavat vaihtua nopeasti.

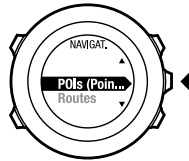
1.



2.



3.



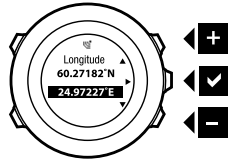
4.



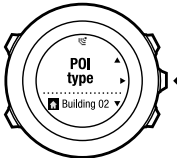
5.



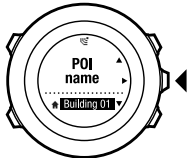
6.



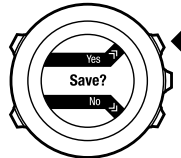
7.



8.




9.



### 8.3.3 Navigoiminen POI-kohteen luo

Suunto Ambit sisältää GPS-navigointitoiminnon, jonka avulla voit suunnistaa aiemmin POI-kohteiksi eli kiinnostaviksi kohteiksi tallennettuihin paikkoihin.

 **HUOMAUTUS:** Navigointi on mahdollista myös harjoituksen tallentamisen aikana, lisätietoja on kohdassa 12.6.6 Navigoiminen harjoituksen aikana sivulla 85.

Voit navigoida kiinnostavan kohteen luo seuraavasti:

1. Siirry aloitusvalikkoon painamalla [Start Stop] -painiketta.
2. Siirry **NAVIGOINTI**-valikon kohdalle [Start Stop] -painikkeen avulla ja avaa valikko painamalla [Next]-painiketta.
3. Valitse **POI (Kiinnostavat koht.)** painamalla [Next]-painiketta. Laite näyttää tallennettujen kiinnostavien kohteiden määrän ja uusia kiinnostavia kohteita varten käytettävissä olevan tilan.
4. Kiinnostavat kohteet on ryhmitelty tyyppin mukaan. Siirry haluamasi kiinnostavien kohteiden tyyppin kohdalle [Start Stop]- ja [Light Lock] -painikkeiden avulla. Vahvista valinta painamalla [Next]-painiketta.
5. Laite näyttää kaikki siihen tallennetut valitun tyyppin kiinnostavat kohteet. Siirry [Start Stop]- ja [Light Lock] -painikkeiden avulla sen kiinnostavan kohteen kohdalle, jonka luo haluat navigoida, ja valitse se sitten painamalla [Next]-painiketta.
6. Valitse **Navigoi** painamalla [Next]-painiketta. Kun käytät kompassia ensimmäisen kerran, se on kalibroitava. Lisätietoja on kohdassa 10.1 Kompassin kalibroiminen sivulla 60. Kun kompassi on aktivoitu, laite alkaa hakea GPS-signaalia. Kun signaali on saatu, laite näyttää ilmoituksen **GPS löydetty**.

7. Aloita suunnistaminen kiinnostavan kohteen luo. Laitte näyttää seuraavat tiedot:
- kulkusuuntaan osoittava nuoli (vasemmalle/oikealle kääntymisen ilmaisin)
  - etäisyys kohteesta
  - kiinnostavan kohteen nimi ja poikkeama suorasta reitistä kohteen luo asteina (kulkusuunta on oikea, kun poikkeama on 0°) tai nykyinen kulkusuunta ilmansuuntana (**N** [pohjoinen], **S** [etelä], **W** [länsi], **E** [itä], **NE** [koillinen], **NW** [luode], **SE** [kaakko] tai **SW** [lounas]) ilmaistuna.
8. Laitte ilmoittaa, kun olet saapunut kohteeseesi.

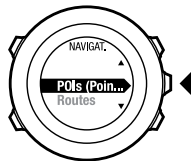
1.



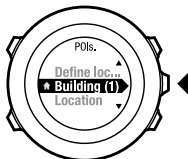
2.



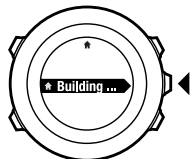
3.



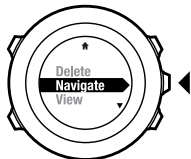
4.



5.



6.




7.



8.





 **HUOMAUTUS:** Alhaisilla nopeuksilla (< 4 km/h) kuljettaessa navigointitoiminto näyttää poikkeaman kellon kehän pohjoisnuolesta ja suurilla (> 4 km/h) poikkeaman suorasta reitistä kohteeseen. Paikallaan ollessasi voit tarkistaa oikean suunnan kääntämällä laitetta, kunnes poikkeama on 0. Pyörällä ajettaessa Suunto Ambit tunnistaa suunnan, vaikka laite olisi kallellaan.

### 8.3.4 POI-kohteen poistaminen

Voit poistaa POI-kohteen eli kiinnostavan kohteen seuraavasti:

1. Siirry aloitusvalikkoon painamalla [Start Stop] -painiketta.
2. Siirry **NAVIGOINTI**-valikon kohdalle [Start Stop] -painikkeen avulla ja avaa valikko painamalla [Next]-painiketta.
3. Valitse **POI (Kiinnostavat koht.)** painamalla [Next]-painiketta. Laitte näyttää tallennettujen kiinnostavien kohteiden määrän ja uusia kiinnostavia kohteita varten käytettävissä olevan tilan.
4. Kiinnostavat kohteet on ryhmitelty tyyppin mukaan. Siirry haluamasi kiinnostavien kohteiden tyyppin kohdalle [Start Stop]- ja [Light Lock] -painikkeiden avulla. Vahvasta valinta painamalla [Next]-painiketta.
5. Laitte näyttää kaikki siihen tallennetut valitun tyyppin kiinnostavat kohteet. Siirry [Start Stop]- ja [Light Lock] -painikkeiden avulla poistettavan kiinnostavan kohteen kohdalle ja valitse se sitten painamalla [Next]-painiketta.
6. Siirry **Poista**-kohtaan painamalla [Start Stop] -painiketta. Vahvasta valinta painamalla [Next]-painiketta.
7. Vahvasta toiminto painamalla [Start Stop] -painiketta.

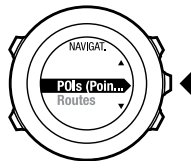
1.



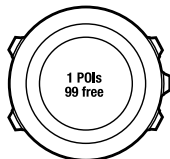
2.



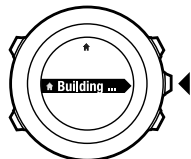
3.



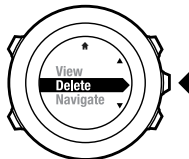
4.



5.




6.



7.



 **HUOMAUTUS:** Kun poistat kiinnostavan kohteen Movescountissa ja synkronoit Suunto Ambitin, kiinnostava kohde poistetaan laitteesta, mutta Movescountissa se vain poistetaan käytöstä.


## 8.4 Reittinavigointi

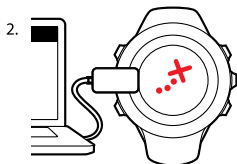
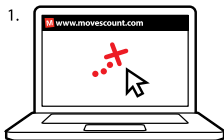
### 8.4.1 Reitin lisääminen

Voit luoda reitin Movescountissa tai tuoda toisella laitteella luomasi reitin tietokoneeltasi Movescountiin. Voit myös tallentaa reitin Suunto Ambitilla ja siirtää reitin sitten Movescountiin, lisätietoja on *kohdassa 12.6.1 Kuljetun reitin tallentaminen sivulla 78*.

Voit lisätä reitin seuraavasti:


1. Siirry osoitteeseen [www.movescount.com](http://www.movescount.com). Tuo tai luo sitten reitti sivuston ohjeiden mukaan.
2. Aktivoi Moveslink ja kytke Suunto Ambit tietokoneeseen Suunnon USB-kaapelilla. Reitti siirretään laitteeseen automaattisesti.

 **HUOMAUTUS:** Varmista, että olet valinnut Movescountista reitin, jonka haluat siirtää Suunto Ambitiin.



## 8.4.2 Reittinavigointi

Voit navigoida pitkin reittiä, jonka olet ladannut Suunto Ambitiin Movescountista. Lisätietoja on *kohdassa 8.4.1 Reitin lisääminen sivulla 43*.

 **HUOMAUTUS:** *Navigointi on mahdollista myös harjoituksen tallentamisen aikana, lisätietoja on kohdassa 12.6.6 Navigoiminen harjoituksen aikana sivulla 85.*

Reittinavigointi toimii seuraavasti:

1. Siirry aloitusvalikkoon painamalla [Start Stop] -painiketta.
2. Siirry **NAVIGOINTI**-valikon kohdalle [Start Stop] -painikkeen avulla ja avaa valikko painamalla [Next]-painiketta.
3. Siirry [Light Lock] -painikkeella **Reitit**-kohtaan ja valitse se painamalla [Next]-painiketta.  
Ensimmäisen näkyviin tulee laitteeseen tallennettujen reittien määrä ja sitten luettelo reiteistä.
4. Siirry haluamasi reitin kohdalle [Start Stop]- ja [Light Lock] -painikkeiden avulla. Vahvista valinta painamalla [Next]-painiketta.

5. Laite näyttää kaikki valitun reitin reittipisteet. Siirry aloituspaikkana käytettävän reittipisteen kohdalle [Start Stop]- ja [Light Lock]-painikkeiden avulla. Hyväksy painamalla [Next]-painiketta.
6. Valitse **Navigoi** painamalla [Next]-painiketta.
7. Jos valittu reittipiste on keskellä reittiä, Suunto Ambit pyytää valitsemaan, kumpaan suuntaan reittiä haluat kulkea. Valitse **Eteenpäin** painamalla [Start Stop]-painiketta tai **Taaksepäin** painamalla [Light Lock]-painiketta. Jos valittu reittipiste on reitin ensimmäinen, Suunto Ambit navigoi reitin eteenpäin (ensimmäisestä reittipisteestä viimeiseen). Jos valittu reittipiste on reitin viimeinen, Suunto Ambit navigoi reitin käänteisesti (viimeisestä reittipisteestä ensimmäiseen).
8. Kun käytät kompassia ensimmäisen kerran, se on kalibroitava. Lisätietoja on *kohdassa 10.1 Kompassin kalibroiminen sivulla 60*. Kun kompassi on aktivoitu, laite alkaa hakea GPS-signaalia. Kun signaali on saatu, laite näyttää ilmoituksen **GPS löydetty**.
9. Aloita suunnistaminen reitin ensimmäisen reittipisteen luo. Laite ilmoittaa, kun alat lähestyä reittipistettä, ja alkaa automaattisesti navigoinnin reitin seuraavan reittipisteen luo.
10. Ennen saapumista reitin viimeiselle reittipisteelle laite ilmoittaa, että olet saapunut kohteeseesi.

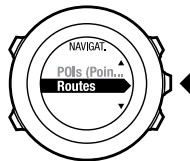
1.



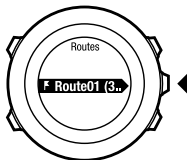
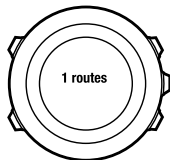
2.



3.



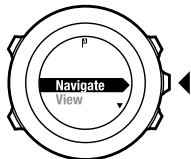
4.



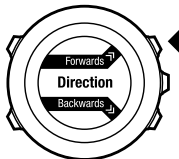
5.



6.



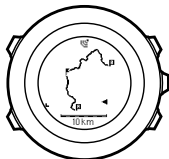
7.



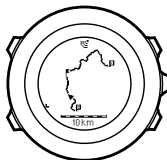
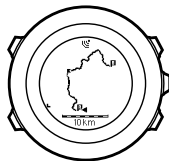
8.



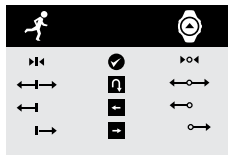
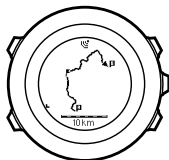
9.



10.



...



Voit ohittaa reitin reittipisteen seuraavasti:

1. Avaa asetusvalikko reittinavigoinnin aikana pitämällä [Next]-painiketta painettuna.
2. Valitse **NAVIGOINTI** painamalla [Next]-painiketta.
3. Siirry valinnan **Ohita reittipiste** kohdalle käyttämällä [Start Stop] -painiketta ja vahvista valinta painamalla [Next]-painiketta. Laite ohittaa reittipisteen ja aloittaa navigoinnin suoraan seuraavan reitin reittipisteen luo.



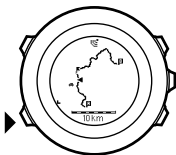
### 8.4.3 Navigoinnin aikaiset toimet

Navigoinnin aikana voit siirtyä seuraavien näkymien välillä painamalla [View]-painiketta:

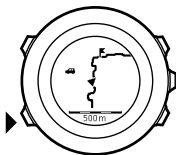
1. Koko reitin näytävä täysi reittinäkömä.
2. Suurennettu reittinäkömä. Oletusarvon mukaan suurennettu näkömä vastaa 500 m:n / 0,25 mailin aluetta tai suurempaa aluetta, jos olet kaukana suunnittelusta reitistä. Voit muuttaa kartan suuntaa asetuksista, lisätietoja on *luvussa 14 Asetusten muuttaminen sivulla 96*.
3. Reittipistenavigoinnin näkömä.



1.



2.



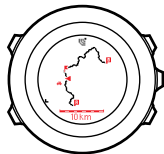
3.










## Täysi reittinäkömä

Täysi reittinäkömä sisältää seuraavat tiedot:

- (1) Nuoli, joka ilmaisee nykyisen sijaintisi ja etenemissuunnan.
- (2) Reitin seuraava reittipiste.
- (3) Reitin ensimmäinen ja viimeinen reittipiste.
- (4) Reitin lähistöllä olevat kiinnostavat kohteet (POI). Lähin kiinnostava kohde näkyy kuvakkeena.
- (5) Täyden reittinäkömän mittakaavan ilmaiseva asteikko.



- (1) 
- (2) 
- (3)  
- (4) 
- (5)  10 km

 **HUOMAUTUS:** Täydessä reittinäkömässä pohjoinen on aina ylhäällä.

## Reittipistenavigoinnin näkymä

Reittipistenavigoinnin näkymä sisältää seuraavat tiedot:

- (1) Seuraavan reittipisteen suuntaan osoittava nuoli (vasemmalle/oikealle kääntymisen ilmaisin).
- (2) Etäisyys seuraavaan reittipisteeseen.
- (3) Seuraava reittipiste, jota kohti kuljet.



- (1) 
- (2)  200m
- (3)  F WP01

### 8.4.4 Reitin poistaminen

Voit poistaa reittejä ja poistaa niitä käytöstä Movescountissa.

Voit poistaa reitin seuraavasti:

1. Siirry osoitteeseen [www.movescount.com](http://www.movescount.com) ja poista reitti tai poista se käytöstä sivuston ohjeiden mukaan.
2. Aktivoi Moveslink ja kytke Suunto Ambit tietokoneeseen Suunnon USB-kaapelilla. Kun asetukset synkronoidaan, reitti poistetaan laitteesta automaattisesti.

## 9 ALTI-BARO-TILAN KÄYTTÄMINEN


**ALTI & BARO (ALTI-BARO)**-tilassa voi tarkastella joko kulloistakin korkeutta tai ilmanpainetta. Tässä tilassa on käytettävissä seuraavat kolme profiilia:

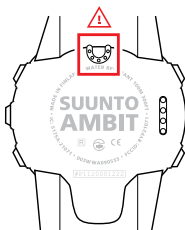
**Automaattinen**, **Ilmanpaine** ja **Korkeus**. Lisätietoja profiilien asettamisesta on *kohdassa 9.2.1 Profiilien asettaminen sivulla 54*.

Käytettävissä on myös erilaisia näkymiä sen mukaan, mikä profiili on aktiivisena **ALTI & BARO (ALTI-BARO)**-tilassa.

### 9.1 Alti-Baro-tilan toiminnasta

Jotta **ALTI & BARO (ALTI-BARO)**-tila tuottaisi oikeat lukemat, on tärkeää tietää, miten Suunto Ambit laskee korkeuden ja merenpinnan ilmanpaineen. Suunto Ambit mittaa jatkuvasti tarkkaa ilmanpainetta. Tämän mittauksen ja vertailuarvojen perusteella laite laskee korkeuden tai merenpinnan ilmanpaineen.

 **HUOMIO:** *Puhdista laite pölystä ja hiekasta anturin ympäriltä. Älä aseta mitään esineitä anturin aukkoihin.*



### 9.1.1 Lukemien paikkansapitävyden varmistaminen

Jos tarkat ilmanpaine- tai korkeuslukemat ovat tärkeitä ulkoilma-aktiiviteetissa, Suunto Ambit on kalibroitava syöttämällä siihen joko nykyinen korkeus tai merenpinnan ilmanpaine.

Oman sijainnin korkeuden voi tarkistaa useimmista topografisista kartoista tai Google Earthistä. Oman sijainnin merenpinnan ilmanpaineen vertailuarvon voi tarkistaa jonkin paikallisen sääpalvelun verkkosivuilta.

#### **Absoluuttisen ilmanpaineen jatkuva mittaus**

*Absoluuttinen ilmanpaine ja tunnettu korkeuden vertailuarvo = merenpinnan ilmanpaine*

*Absoluuttinen ilmanpaine ja tunnettu merenpinnan ilmanpaine = korkeus*

Paikalliset säätilan muutokset vaikuttavat laitteen ilmaisemiin korkeuslukemiin. Jos paikallinen säätila muuttuu usein, on suositeltavaa, että korkeuden vertailuarvo päivitetään riittävän usein – mieluiten ennen liikkeelle lähtemistä,

kun vertailulukemia on saatavilla. Jos paikallinen säätila on vakaa, vertailuarvoa ei tarvitse määrittää.

## 9.1.2 Virheellisiä lukemia tuottavat tilanteet

### **KORKEUS-profiili käytössä + paikallaan + sää muuttuu**

Kun **Korkeus**-profiili on käytössä pitkän aikaa ja laite pysyy paikallaan sään samalla muutuessa, laite näyttää virheellisiä korkeuslukemia.

### **KORKEUS-profiili käytössä + korkeus muuttuu + sää muuttuu**

Kun **Korkeus**-profiili on käytössä ja sää muuttuu usein kiivettäessä tai laskeuduttaessa, laite näyttää virheellisiä lukemia.

### **ILMANPAINeprofiili käytössä + korkeus muuttuu**

Kun **Ilmanpaine**-profiili on käytössä pitkän aikaa kiivettäessä tai laskeuduttaessa, laite tulkitsee korkeuden muuttumisesta johtuvien ilmanpaineen muutosten johtuvan merenpinnan ilmanpaineen muutoksista. Tämän takia sen näyttämä merenpinnan ilmanpainelukema on virheellinen.

### **Esimerkki käytöstä: Korkeuden vertailuarvon asettaminen**


Kaksipäiväisen vaelluksen toinen päivä on menossa. Huomaa, että unohdit vaihtaa **Ilmanpaine**-profiilin **Korkeusi**-profiiliksi, kun lähdit liikkeelle aamulla. Tajuat, että Suunto Ambitin näyttämät nykyiset korkeuslukemat ovat virheellisiä. Päätät edetä lähimpään topografisessa kartassasi olevaan kohtaan, jonka korkeuden vertailuarvo on ilmoitettu kartassa. Perillä korjaat korkeuden vertailuarvon Suunto Ambitiin ja vaihdat **Ilmanpaine**-profiilin **Korkeus**-profiiliksi. Korkeuslukemat ovat jälleen oikeat.

## 9.2 Aktiviteettia vastaavan profiilin valitseminen

Jos ulkoiluaktiviteettiin liittyy korkeuden muutoksia (esimerkiksi vaellus mäkisessä maastossa), profiiliksi tulisi valita **Korkeus**.

Jos aktiviteettiin ei liity korkeuden muutoksia (esimerkiksi jalkapallo, purjehdus tai melonta), profiiliksi tulisi valita **Ilmanpaine**.

Jotta laite tuottaa oikeita lukemia, valitun profiilin on vastattava aktiviteettia. Voit joko antaa Suunto Ambitin valita aktiviteetille sopivan profiilin tai valita profiilin itse.

 **HUOMAUTUS:** Voit määrittää profiilin joko osana mukautetun tilan asetusten määrittämistä Movescountissa tai Suunto Ambitissa.

### 9.2.1 Profiilien asettaminen

Voit asettaa **ALTI & BARO (ALTI-BARO)** -profiilin seuraavasti:

1. Siirry asetuksiin pitämällä [Next]-painiketta painettuna.
2. Siirry [Light Lock] -painikkeella **ALTI-BARO**-kohtaan ja valitse se painamalla [Next]-painiketta.
3. Valitse **Profiili**-vaihtoehto painamalla [Next]-painiketta.
4. Selaa profiilivaihtoehtoja (**Automaattinen**, **Korkeus** ja **Ilmanpaine**) [Start Stop]- ja [Light Lock] -painikkeiden avulla. Valitse haluamasi profiili painamalla [Next]-painiketta.



## 9.2.2 Vertailuarvojen asettaminen

Voit asettaa merenpinnan ilmanpaineen ja korkeuden vertailuarvot seuraavasti:

1. Siirry asetuksiin pitämällä [Next]-painiketta painettuna.
2. Siirry [Light Lock] -painikkeella **ALTI-BARO**-kohtaan ja valitse se painamalla [Next]-painiketta.
3. Siirry [Light Lock] -painikkeella **Referenssi**-kohtaan ja valitse se painamalla [Next]-painiketta.
4. Siirry **Korkeus-** tai **Merentason ilmanpaine** -kohtaan [Light Lock] -painikkeen avulla ja siirry asetukseen painamalla [Next]-painiketta.
5. Aseta tiedossa oleva vertailuarvo [Start Stop]- ja [Light Lock] -painikkeiden avulla.




## 9.3 Korkeus-profiilin käyttäminen

**Korkeus**-profiilissa korkeus lasketaan vertailuarvojen perusteella. Vertailuarvona voidaan käyttää joko merenpinnan ilmanpaineen tai korkeuden vertailuarvoa. Kun **Korkeus**-profiili aktivoidaan, korkeuskuvake tulee näyttöön. Lisätietoja profiilin asettamisesta on *kohdassa 9.2.1 Profiilien asettaminen sivulla 54*. Kun **Korkeus**-profiili on aktivoitu, käytettävissä ovat seuraavat näkymät:

- Yläriivi: nykyinen korkeus.
- Keskirivi: korkeustiedot 12 tunnin ajalta graafisena kaaviona.
- Alarivi: kellonaika ja lämpötila, joiden välillä voi siirtyä painamalla [View]-painiketta.



 **HUOMAUTUS:** Jos Suunto Ambitia pidetään ranteessa, tarkan lämpötilalukeman mittaaminen edellyttää, että laite irrotetaan ranteesta. Muutoin ruumiinlämpö vaikuttaa lähtölukemaan.

## 9.4 Ilmanpaine-profiilin käyttäminen

**Ilmanpaine**-profiilissa voit tarkastella kulloistakin merenpinnan ilmanpainetta. Laite laskee ilmanpaineen asetuksiin määritettyjen vertailuarvojen ja jatkuvasti



mitattavan absoluuttisen ilmanpaineen perusteella. Lisätietoja vertailuarvojen määrittämisestä on *kohdassa 9.2.2 Vertailuarvojen asettaminen sivulla 55*.

Merenpinnan ilmanpaineessa tapahtuneet muutokset näkyvät graafisesti näytön keskirivillä. Näytössä näkyvät yhden tunnin välein tallennetut arvot edellisten 27 tunnin ajalta.

Kun **Ilmanpaine**-profiili aktivoidaan, ilmanpaine kuvake tulee näyttöön.

Lisätietoja **ALTI & BARO (ALTI-BARO)**-käyttöprofiiliin asetusten määrittämisestä on *kohdassa 9.2.1 Profiilien asettaminen sivulla 54*.


Kun **Ilmanpaine**-profiili on aktivoitu, Suunto Ambit näyttää seuraavat ilmanpaine tiedot:

- Yläriivi: kulloinenkin merenpinnan ilmanpaine.
- Keskirivi: kaavio merenpinnan ilmanpaineesta edellisen 27 tunnin ajalta (yhden tunnin tallennusvälein)
- Alarivi: lämpötila, aika ja korkeuden vertailuarvo, joiden välillä voit siirtyä [View]-painiketta painamalla.



Korkeuden vertailuarvo on **ALTI & BARO (ALTI-BARO)**-tilassa viimeksi käytetty korkeus. Se on jompikumpi seuraavista arvoista:

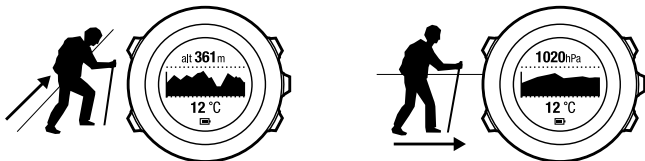
- **Ilmanpaine**-profiiliin korkeuden vertailuarvoksi asetettu korkeus.
- **Automaattinen**-profiilia käytettäessä viimeksi tallennettu korkeus ennen **Ilmanpaine**-profiiliin vaihtamista.

 **HUOMAUTUS:** Jos Suunto Ambitia pidetään ranteessa, tarkan lämpötilalukeman mittaaminen edellyttää, että laite irrotetaan ranteesta. Muutoin ruumiinlämpö vaikuttaa lähtölukemaan.

## 9.5 Automaattinen-profiilin käyttäminen

**Automaattinen**-profiili vaihtaa automaattisesti **Korkeus**-profiilin **Ilmanpaine**-profiiliksi ja päinvastoin liikkeidesi mukaan.

**Automaattinen**-profiilia käytettäessä laite vaihtaa automaattisesti ilmanpaineen muutosten vaihtelun tulkintaperusteen korkeuden muuttumisesta sään muuttumiseksi ja päin vastoin.



Sään ja korkeuden muutosten mittaaminen ei ole mahdollista samanaikaisesti, koska ne molemmat vaikuttavat ilmanpaineeseen. Suunto Ambit havaitsee pystysuuntaisen liikkeen ja vaihtaa korkeuden mittaustilaan tarvittaessa. Kun näytössä näkyy korkeus, se päivittyy vähintään 10 sekunnin välein.

Jos korkeus ei muutu (pystysuuntainen liike on alle 5 metriä 12 minuutin aikana), Suunto Ambit tulkitsee kaikki painemuutokset sään muutoksiksi. Mittausväli on 10 sekuntia. Korkeuslukema pysyy tällöin samana ja merenpinnan ilmanpaine lukema muuttuu sään muutosten mukaan.

Kun korkeus muuttuu (pystysuuntainen liike on yli 5 metriä 3 minuutin aikana), Suunto Ambit tulkitsee kaikki painemuutokset korkeuden muutoksiksi. Pääset kulloinkin käytössä olevan profiilin (**Korkeus** tai **Ilmanpaine**) näkyviin [View]-painikkeen avulla.

 **HUOMAUTUS:** Kun **Automaattinen**-profiili on käytössä, näytössä ei näy ilmanpaine- tai korkeuskuvaketta.

## 10 3D-KOMPASSIN KÄYTTÄMINEN

Suunto Ambientissa on 3D-kompassi, jonka avulla käyttäjä voi määrittää asemansa magneettisen pohjoisnavan suhteen. Kompassi kompensoi kallistuksen ja tuottaa tarkan suuntalukeman, vaikka kompassi ei olisi suorassa.

**COMPASS (KOMPASSI)**-tilassa näytetään seuraavat tiedot:

- Keskirivi: kompassisuunta asteina.
- Alarivi: nykyinen suuntima ilmansuuntana ilmaistuna (**N** [pohjoinen], **S** [etelä], **W** [länsi], **E** [itä]), **NE** [koillinen], **NW** [luode], **SE** [kaakko] tai **SW** [lounas]), kellonaika ja tyhjä näyttö vuorotellen [View]-painiketta painettaessa.



Kompassi siirtyy itsestään virransäästötilaan minuutin kuluttua. Sen voi aktivoida uudelleen painamalla [Start Stop] -painiketta.

Lisätietoja kompassin käyttämisestä harjoituksen aikana on *kohdassa 12.6.4 Kompassin käyttäminen harjoituksen aikana sivulla 82*.

### 10.1 Kompassin kalibroiminen

**COMPASS (KOMPASSI)**-tilassa laite pyytää kalibroimaan kompassin ennen sen käytön aloittamista. Jos haluat kalibroida aiemmin kalibroidun kompassin uudelleen, voit tehdä sen valitsemalla kalibroitintoiminnon asetusvalikosta.

**HUOMAUTUS:** 3D-kompassia kalibroitaessa on tehtävä kaksi toimenpidettä: laitteen pyörittäminen vaakatasossa ja sen kallistaminen pystysuunnassa. Lue ohjeet kokonaan läpi, ennen kuin aloitat kalibroinnin.

Voit aloittaa kompassin kalibroinnin seuraavasti:

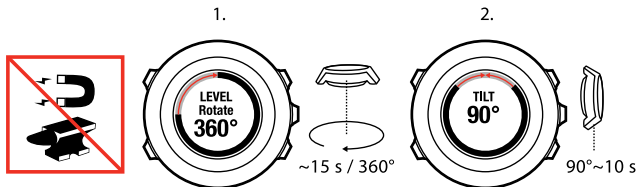
1. Siirry asetuksiin pitämällä [Next]-painiketta painettuna.
2. Siirry [Light Lock] -painikkeella **YLEISET**-valikon kohdalle ja valitse se painamalla [Next]-painiketta.
3. Siirry **Kompassi**-valikkoon [Start Stop]- tai [Light Lock] -painikkeen avulla ja avaa valikko painamalla [Next]-painiketta.
4. Valitse **Kalibrointi** painamalla [Next]-painiketta.



Kalibroi kompassi seuraavasti:

1. Pyöritä laitetta pitämällä se samalla mahdollisimman suorassa, kunnes näytön ulkokehän segmentit täyttyvät ja kuulet kalibroinnin onnistumisesta kertovan äänimerkin. Näytössä vilkkuu teksti **Tasossa**, kun laite ei ole suorassa vaakasuunnassa.
2. Kallistuksen kalibrointi alkaa onnistuneen vaakataso kalibroinnin jälkeen automaattisesti. Pidä laitetta kallistettuna 90 asteen kulmassa, kunnes kuulet vahvistusäänen ja näyttöön tulee teksti **Kalibrointi onnistui**.

Jos kalibrointi ei onnistu, näyttöön tulee teksti **Kalibrointi epäonnistui**. Voit yrittää kalibrointia uudelleen painamalla [Start Stop] -painiketta.



## 10.2 Erannonkorjauksen asettaminen

Voit varmistaa kompassilukemien tarkkuuden määrittämällä kompassiin erannonkorjauksen.

Kartoissa pohjoinen tarkoittaa aina todellista pohjoisuuntaa. Kompassit osoittavat kuitenkin aina magneettiseen pohjoiseen eli maapallon yläpuoliseen pisteeseen, johon maapallon magneetikentät kulkevat. Koska magneettinen pohjoinen ja todellinen pohjoinen eivät sijaitse samassa pisteessä, niiden välinen ero eli eranto on korjattava määrittämällä kompassiin erannonkorjaus. Eranto on magneettisen pohjoisen ja todellisen pohjoisen välinen kulma.

Eranto on painettu useimpiin karttoihin. Magneettisen pohjoisen sijainti vaihtelee vuosittain, joten tarkimmat ja ajantasaisimmat erantotiedot kannattaa tarkistaa Internetistä (esimerkiksi osoitteesta [www.magnetic-declination.com](http://www.magnetic-declination.com)). Huomaa kuitenkin, että suunnistuskartat on piirretty suhteessa magneettiseen pohjoiseen. Jos siis käytät suunnistuskarttoja, poista erannonkorjaus käytöstä asettamalla sen arvoksi 0 astetta.

Voit asettaa erannonkorjauksen arvon seuraavasti:

1. Siirry asetuksiin pitämällä [Next]-painiketta painettuna.
2. Siirry [Light Lock] -painikkeella **YLEISET**-valikon kohdalle ja valitse se painamalla [Next]-painiketta.
3. Siirry **Kompassi**-valikkoon [Start Stop]- tai [Light Lock] -painikkeen avulla ja avaa valikko painamalla [Next]-painiketta.
4. Valitse **Eranto** painamalla [Next]-painiketta.
5. Poista erannonkorjaus käytöstä valitsemalla -- tai valitse korjaussuunnaksi **W** (länsi) tai **E** (itä).
6. Aseta erannonkorjauksen arvo [Start Stop]- ja [Light Lock] -painikkeiden avulla.
7. Hyväksy asetus painamalla [Next]-painiketta.

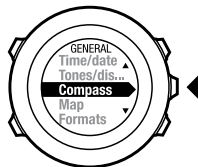
1.



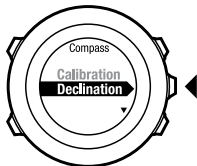
2.



3.



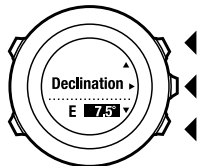
4.



5.-6.



7.





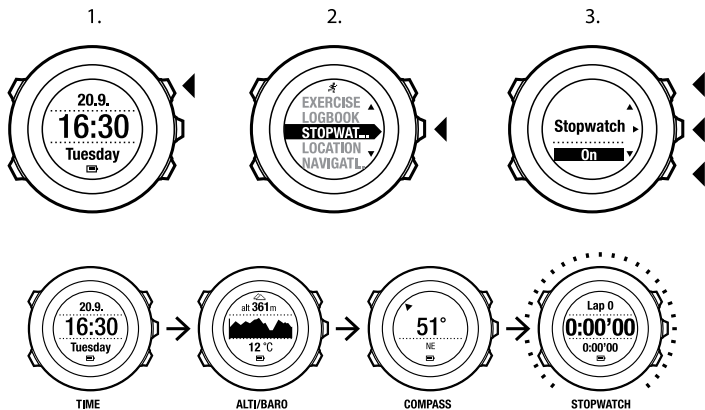
# 11 AJASTIMET

## 11.1 Sekuntikellon aktivoiminen ja poistaminen käytöstä

Sekuntikelloa käyttämällä voit mitata harjoitusajan aloittamatta harjoitusta. Kun aktivoit sekuntikellon, se lisätään uudeksi näkymäksi **TIME (AIKA)-**, **ALTI & BARO-** ja **COMPASS (KOMPASSIT)-**näkymien perään.

Voit aktivoida sekuntikellon tai poistaa sen käytöstä seuraavasti:

1. Siirry aloitusvalikkoon painamalla [Start Stop] -painiketta.
2. Siirry [Light Lock] -painikkeella **SEKUNTIKELLO**-kohtaan ja valitse se painamalla [Next]-painiketta.
3. Aseta sekuntikello **On-** tai **Off-**tilaan painamalla [Start Stop]- tai [Light Lock] -painiketta. Hyväksy painamalla [Next]-painiketta.

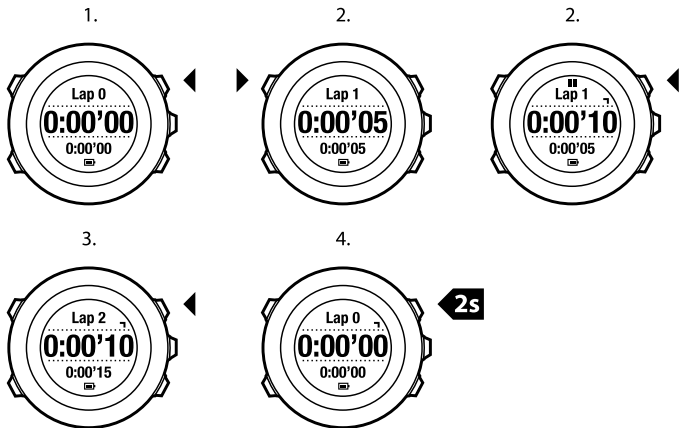


## 11.2 Sekuntikellon käyttäminen

Voit käyttää sekuntikelloa seuraavasti:

1. Kun sekuntikello on aktivoitu, voit aloittaa ajanoton painamalla [Start Stop] -painiketta.
2. [Back Lap] -painiketta painamalla voit tallentaa kierrosajan ja [Start Stop] -painiketta painamalla pysäyttää ajanoton. Kun sekuntikellon ajanotto on pysäytetty, voit tarkastella kierrosaikoja painamalla [Back Lap] -painiketta.

3. Voit jatkaa ajanottoa painamalla [Start Stop] -painiketta.
4. Kun sekuntikellon ajanotto on pysäytettyä, voit nollata sekuntikellon painamalla [Start Stop] -painiketta.



Kun ajanotto on käynnissä, voit tehdä seuraavia toimia:

- Voit vaihtaa näytön alarivillä näkyvän kokonaisajan kierrosajaksi ja päinvastoin painamalla [View]-painiketta.
- Voit siirtyä **TIME (AIKA)**-, **ALTI & BARO**- ja **COMPASS (KOMPASSIT)**-tilojen välillä painamalla [Next]-painiketta.
- Voit siirtyä asetusvalikkoon pitämällä [Next]-painiketta painettuna.

## 11.3 Aikalaskuri

Voit asettaa aikalaskurin laskemaan määritetystä ajasta alaspäin nolnaan. Kun aktivoit aikalaskurin, se lisätään viimeiseksi näkymäksi **TIME (AIKA)**-, **ALTI & BARO**- ja **COMPASS (KOMPASSI)**-tiloihin.

Kellosta kuuluu lyhyt merkkiääni joka sekunti ajastimen viimeisen 10 sekunnin aikana ja hälytysääni, kun ajastin saavuttaa nolnan.

Voit asettaa aikalaskurin seuraavasti:

1. Siirry aloitusvalikkoon painamalla [Start Stop] -painiketta.
2. Siirry [Light Lock] -painikkeella **AJASTIMET**-kohtaan ja valitse se painamalla [Next]-painiketta.
3. Siirry [Light Lock] -painikkeella **Ajastin**-kohtaan ja valitse se painamalla [Next]-painiketta.
4. Säädä aikalaskurin aika [View]-painikkeella.
5. Aseta tunti- ja minuuttitulukset [Start Stop]- ja [Light Lock] -painikkeiden avulla. Hyväksy painamalla [Next]-painiketta.
6. Käynnistä aikalaskuri painamalla [Start Stop] -painiketta.

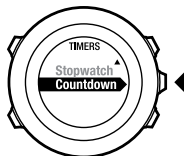
1.



2.



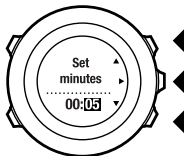
3.



4.



5.




6.



Kun aikalaskuri on pysähtynyt, ajastinnäyttö häviää näkyvistä kahden minuutin kuluttua.

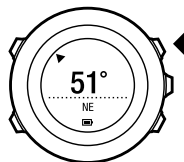
Voit poistaa aikalaskurin käytöstä valitsemalla asetusvalikosta **AJASTIMET** uudelleen ja valitsemalla sitten **Lopeta ajastin**.

 **VINKKI:** Voit halutessasi pysäyttää aikalaskurin ja käynnistää sen uudelleen painamalla [Start Stop] -painiketta.

# 12 HARJOITUSTILOJEN KÄYTTÄMINEN

Harjoitustilat määrittävät, mitä tietoja harjoituksista tallennetaan ja mitä tietoja harjoituksen aikana näytetään.

Voit valita harjoitustilan painamalla [Start Stop] -painiketta **TIME (AIKA)**- tai **ALTI & BARO**-tilassa sekä **COMPASS (KOMPASSI)**-tilassa kompassin kalibroimisen jälkeen.



## 12.1 Harjoitustilat

Laitteeseen on määritetty harjoitustiloiksi ennalta määritettyjä mukautettuja tiloja, joista voit valita haluamasi. Eri harjoitustiloissa laitteen näytöllä näkyy eri tiedot harjoituksen mukaan. Mukautettuihin harjoitustiloihin on esimerkiksi määritetty, käytetäänkö harjoitustilassa FusedSpeed<sup>TM</sup>-menetelmällä laskettua nopeutta vai suoraan GPS-nopeutta. (Lisätietoja on *luvussa 13 FusedSpeed sivulla 93.*) Valittu harjoitustila vaikuttaa myös harjoituksen asetuksiin, kuten sykerajoihin, automaattisessa kierroslaskennassa käytettävään kierrosputuuteen, **ALTI & BARO (ALTI-BARO)**-tilaan ja harjoitustietojen tallennusväliin.

Movescountissa voit luoda itse mukautettuja harjoitustiloja, muokata ennalta määritettyjä mukautettuja harjoitustiloja ja ladata näitä harjoitustiloja laitteeseesi.

Harjoituksen aikana ennalta määritetyissä harjoitustiloissa näytetään harjoituksen kannalta olennaisia tietoja:

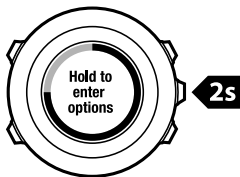
- **Pyöräily:** nopeuteen, matkaan, rytmiin (kadenssiin) ja sykkeeseen liittyviä tietoja
- **Vuorikiipeily:** korkeuteen, matkaan ja nopeuteen liittyviä tietoja (60 sekunnin GPS-paikannusväli)
- **Maastajuoksu:** korkeuteen, sykkeeseen, vauhtiin ja matkaan liittyviä tietoja
- **Juoksu:** vauhtiin, sykkeeseen ja ajanottoon liittyviä tietoja
- **Alppihiihto:** korkeuteen, laskeutumisnopeuteen ja aikaan liittyviä tietoja
- **Muu urheilu:** nopeuteen, sykkeeseen ja korkeuteen liittyviä tietoja
- **Sisäharjoittelu:** sykkeeseen liittyviä tietoja (ilman GPS-tietoja)
- **Vaellus:** matkaan, korkeuteen, sykkeeseen ja ajanottoon liittyviä tietoja (60 sekunnin GPS-paikannusväli).

## 12.2 Harjoitustilojen lisäasetukset

Kun harjoitustila on käytössä, siihen voi määrittää harjoituksen aikana käytettäviä lisäasetuksia pitämällä [Next]-painiketta painettuna.

- Valitsemalla **SIJAINTI** voit tarkistaa nykyisen sijaintisi koordinaatit tai lisätä sen kiinnostavaksi kohteeksi.
- Valitsemalla **NAVIGOINTI** voit aloittaa navigoinnin kiinnostavan kohteen luo tai reittiä pitkin tai lisätä uuden kiinnostavan kohteen. Lisätietoja navigoinnista on *luvussa 8 Navigointi sivulla 28*.

- Valitsemalla **ALTI-BARO** voit määrittää korkeuden tai merenpinnan ilmanpaineen vertailuarvon tai asettaa käytettävän **ALTI-BARO**-profiilin. Lisätietoja on *luvussa 9 Alti-Baro-tilan käyttäminen sivulla 51*.
- Valitsemalla **AKTIVOI** voit ottaa seuraavat toiminnot käyttöön tai poistaa ne käytöstä:
  - Valitsemalla **INTERVALLI OFF/ON** voit aktivoida intervalliajastimen tai poistaa sen käytöstä. Intervalliajastimen voi lisätä mukautettuihin harjoitustiloihin Movescountissa. Lisätietoja on *kohdassa 12.6.5 Intervalliajastimen käyttäminen sivulla 83*.
  - Valitsemalla **KOMPASSI OFF/ON** voit aktivoida kompassin tai poistaa sen käytöstä. Jos kompassi on käytössä harjoituksen aikana, se näkyy mukautetun harjoitustilan viimeisessä näytössä.
  - Valitsemalla **SYKERAJAT OFF/ON** voit ottaa sykerajat käyttöön tai poistaa ne käytöstä. Sykerajat voi määrittää Movescountissa.
  - Valitsemalla **AUTOPAUSE OFF/ON** voit aktivoida automaattisen keskeytyksen tai poistaa sen käytöstä.





## 12.3 Sykevyön käyttäminen

Harjoituksen aikana voi käyttää sykevyötä. Kun käytät sykevyötä, Suunto Ambit näyttää tavallista enemmän tietoja aktiivisuudestasi.

Sykevyötä käytettäessä harjoituksen aikana näytetään seuraavat lisätiedot:

- reaaliaikainen syke
- reaaliaikainen keskisyke
- syke kaaviona
- harjoituksena aikana kulutetut kalorit
- ohjeistus määritettyjen sykerajojen rajoissa pysymiseksi.
- PTE (Peak Training Effect) -arvo

Sykevyötä käytettäessä harjoituksen jälkeen näytetään seuraavat lisätiedot:


- harjoituksena aikana kulutetut kalorit
- keskisyke
- korkein syke
- palautumisaika

### **Vianmääritys: sykevyön signaalia ei vastaanoteta**

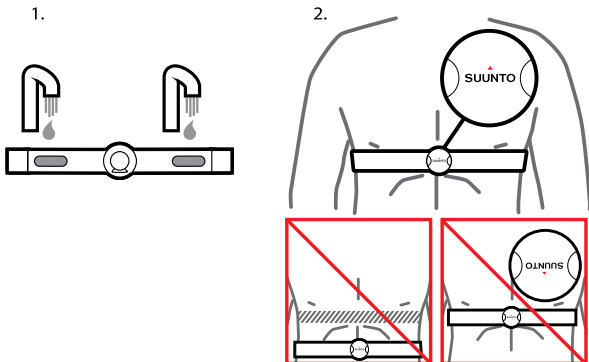
Jos sykevyön signaali katoaa, toimi seuraavasti:


- Tarkista, että olet asettanut sykevyön oikein ylläsi (katso lisätietoja *kohdassa 12.4 Sykevyön pukeminen sivulla 74*).
- Varmista, että sykevyön elektrodipinnat ovat kosteat.
- Jos ongelmat jatkuvat, vaihda sykevyön akku uuteen.
- Yhdistä sykevyö ja laite uudelleen (katso lisätietoja *luvussa 15 POD-laitteen/sykevyön yhdistäminen sivulla 102*).
- Konepese sykevyön tekstiilihihna säännöllisesti.

## 12.4 Sykevyön pukeminen

 **HUOMAUTUS:** Suunto Ambit on yhteensopiva Suunto ANT Comfort Belt -sykevyön kanssa.

Säädi hihnan pituus niin, että sykevyö istuu tiukasti, mutta ei kiristä. Kostuta kontaktipinnat vedellä tai geelillä ja pue vyö yllesi. Varmista, että sykevyö on keskellä rintaasi ja että punainen nuoli osoittaa ylöspäin.



 **VAROITUS:** Henkilöt, joilla on sydämentahdistin, rytminsiirtolaite tai jokin muu kehon sisäinen elektroninen laite, käyttävät sykevyötä omalla vastuullaan. Ennen kuin alat käyttää sykevyötä, on suositeltavaa käydä lääkärin valvonnassa.

rasituskokeessa. Tällä tavoin varmistetaan, että tahdistimen ja sykevyön samanaikainen käyttö on turvallista ja luotettavaa. Harjoitteluun saattaa sisältyä joitakin riskejä erityisesti niillä henkilöillä, jotka eivät ole harrastaneet aiemmin liikuntaa. On erittäin suositeltavaa neuvotella lääkärin kanssa ennen säännöllisen liikuntaohjelman aloittamista.



**HUOMAUTUS:** Suunto Ambit ei pysty tunnistamaan sykevyön signaalia veden alla.



**VINKKI:** Konepese sykevyö säännöllisesti käytön jälkeen. Näin voit välttää epämiellyttävän hajun pinttymisen ja varmistaa sykevyön tietojen laadun ja toimintojen säilymisen. Pese vain tekstiilihina.

## 12.5 Harjoituksen aloittaminen

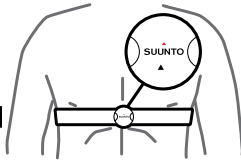
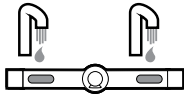
Voit aloittaa harjoituksen seuraavasti:

1. Kostuta sykevyön kontaktipinnat ja pue sykevyö (valinnainen).
2. Siirry aloitusvalikkoon painamalla [Start Stop] -painiketta.
3. Valitse **HARJOITUS**-vaihtoehto painamalla [Next]-painiketta.
4. Selaa harjoitustilavaihtoehtoja [Start Stop]- ja [Light Lock] -painikkeiden avulla ja valitse haluamasi harjoitustila painamalla [Next]-painiketta. (Lisätietoja eri harjoitustilavaihtoehtoista on *kohdassa 12.1 Harjoitustilat sivulla 70.*)
5. Laite alkaa automaattisesti hakea sykevyön signaalia, jos valittu harjoitustila käyttää sykevyötoimintoja. Odota, että laite ilmoittaa sykkeen ja/tai GPS-signaalin löytyneen tai valitse **Myöhemmin** painamalla [Start Stop] -painiketta. Laite jatkaa sykkeen/GPS-signaalin hakemista.

Kun syke/GPS-signaali on löytynyt, laite alkaa näyttää ja tallentaa syke-/GPS-tietoja.

6. Aloita harjoituksen tallennus painamalla [Start Stop] -painiketta. Voit halutessasi avata asetusvalikon pitämällä [Next]-painiketta painettuna (katso lisätietoja *kohdassa 12.2 Harjoitustilojen lisäasetukset sivulla 71*).

(1.)



2.



3.



4.



5.



6.



## 12.6 Harjoituksen aikana

Suunto Ambit antaa tietoa harjoituksestasi sen aikana. Näytettävät tiedot vaihtelevat valitun harjoitustilan mukaan. Lisätietoja on *kohdassa 12.1 Harjoitustilat sivulla 70*. Sykevyön ja GPS:n käyttäminen harjoituksen aikana antaa lisätietoja harjoiteltaessa.

Voit määrittää, minkä tietojen haluat näkyvän Suunto Ambitin näytöllä. Lisätietoja näyttöjen mukauttamisesta on *luvussa 6 Suunto Ambitin mukauttaminen sivulla 15*.

Seuraavassa on esimerkkejä siitä, mitä voit tehdä laitteella harjoituksen aikana:

- Voit selata käytettävissä olevia näyttöjä painamalla [Next]-painiketta.
- Voit selata käytettävissä olevia näkymiä painamalla [Next]-painiketta.
- Lukitsemalla painikkeet voit estää harjoitustietojen tallennuksen lopettamisen tai kierroksen määrittämisen juostuksi vahingossa. Voit lukita painikkeet pitämällä [Light Lock] -painiketta painettuna.
- Voit pysäyttää harjoitustietojen tallennuksen painamalla [Start Stop] -painiketta. Tämä pysäytys näkyy harjoitustiedoissa kierrosmerkintänä. Voit jatkaa tallennusta painamalla [Start Stop] -painiketta uudelleen.

### 12.6.1 Kuljetun reitin tallentaminen

Suunto Ambitilla voi tallentaa erilaisia tietoja harjoituksen aikana valitun harjoitustilan mukaan.

Jos käytät GPS-paikannusta tallennuksen aikana, Suunto Ambit tallentaa myös kulkemasi reitin. Voit tarkastella sitä myöhemmin Movescountissa. Reitin tallennuksen aikana näytön yläosassa näkyy tallennuskuvake ja GPS-kuvake.

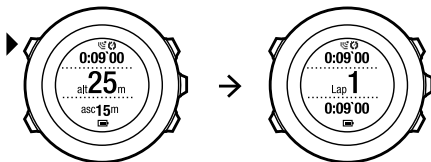
## 12.6.2 Kierrosten laskenta

Kierroslaskennan voi tehdä harjoituksen aikana joko manuaalisesti tai automaattisesti määrittämällä automaattisen kierroslaskennan laskentaväli Movescountissa. Automaattisessa kierroslaskennassa Suunto Ambit tallentaa kierrosmäärän Movescountiin määritetyn kierroksen pituuden perusteella.

Manuaalisessa kierroslaskennassa on painettava [Back Lap] -painiketta harjoituksen aikana aina kierroksen täytyessä.

Suunto Ambit näyttää seuraavat tiedot:

- Yläriivi: väliaika (kesto tallennuksen aloittamisesta).
- Keskiriivi: kierroksen järjestysnumero.
- Alariivi: kierrosaika.



**HUOMAUTUS:** Harjoituksen yhteenvedossa näytetään aina vähintään yksi kierros eli harjoitus kokonaisuudessaan sen alusta loppuun. Harjoituksen aikana tallennetut kierrokset näkyvät lisäkierroksina.

## 12.6.3 Korkeuden tallentaminen

Suunto Ambit tallentaa kaiken korkeussuuntaisen liikkeen tallennuksen käynnistämisen ja pysäyttämisen välisenä aikana. Korkeuden muutoksia

sisältävissä lajeissa muutokset voidaan tallentaa ja tallennettuja tietoja voidaan tarkastella myöhemmin. Tallennuksen aikana voi tallentaa myös kierroksia. Kierrostiedot tallennetaan laitteen muistiin, josta ne voi hakea myöhemmin Movescountissa. Kierrostietoina näytetään kierroksen tyyppi, kierroksen järjestysnumero, väliaika ja matka.

Voit tallentaa korkeuden seuraavasti:

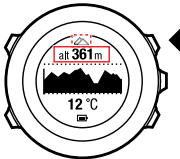
1. Varmista, että **Korkeus**-profiili on käytössä.
2. Siirry aloitusvalikkoon painamalla [Start Stop] -painiketta.
3. Siirry **HARJOITUS**-valikkoon [Start Stop]- tai [Light Lock] -painikkeen avulla ja avaa valikko painamalla [Next]-painiketta.
4. Selaa harjoitustiloja [Start Stop]- ja [Light Lock] -painikkeiden avulla ja valitse haluamasi harjoitustila painamalla [Next]-painiketta.
5. Odota, että laite ilmoittaa sykkeen ja/tai GPS-signaalin löytyneen tai valitse **Myöhemmin** painamalla [Start Stop] -painiketta. Laite jatkaa sykkeen/GPS-signaalin hakemista. Aloita tallennus painamalla [Start Stop] -painiketta.



**VINKKI:** Jos haluat tallentaa harjoitukset ilman syketietoja, voit luoda sitä varten Movescountissa mukautetun harjoitustilan.



1.–2.



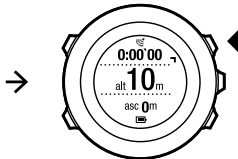
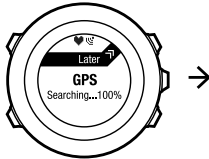
3.



4.



5.

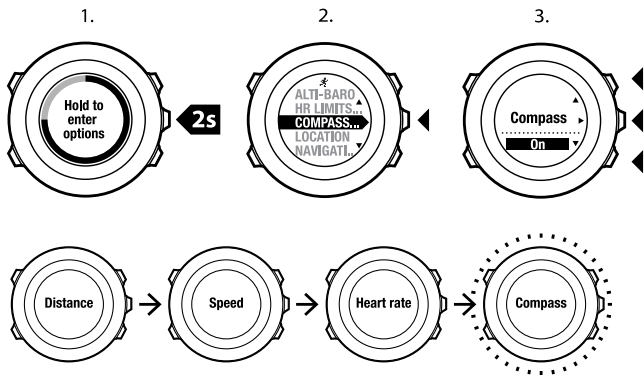


## 12.6.4 Kompassin käyttäminen harjoituksen aikana

Voit ottaa kompassin käyttöön ja lisätä sen mukautettuun harjoitustilaan harjoituksen aikana.

Voit käyttää kompassia harjoituksen aikana seuraavasti:

1. Avaa asetusvalikko harjoituksen tallennuksen aikana pitämällä [Next]-painiketta painettuna.
2. Siirry [Light Lock] -painikkeella **AKTIVOI**-kohtaan ja valitse se painamalla [Next]-painiketta.
3. Siirry [Light Lock] -painikkeella **Kompassi OFF** -kohtaan ja valitse se painamalla [Next]-painiketta.
4. Aseta kompassi **On**-tilaan [Start Stop]- tai [Light Lock] -painikkeen avulla ja hyväksy asetus painamalla [Next]-painiketta.  
Kompassi näkyy mukautetun harjoitustilan viimeisenä näyttönä.



Voit poistaa kompassin käytöstä avaamalla asetusvalikon uudelleen ja asettamalla kompassin pois päältä.

### 12.6.5 Intervalliajastimen käyttäminen

Voit lisätä kuhunkin mukautettuun harjoitustilaan intervalliajastimen Movescountissa. Jos haluat lisätä intervalliajastimen mukautettuun tilaan, siirry profiilisi **LAITE**-osioon ja valitse **Mukautus**. Kun yhdistät Suunto Ambit -laitteesi seuraavan kerran Movescount-tiliisi, intervalliajastin synkronoidaan laitteeseen. Voit määrittää intervalliajastimeen seuraavat tiedot:

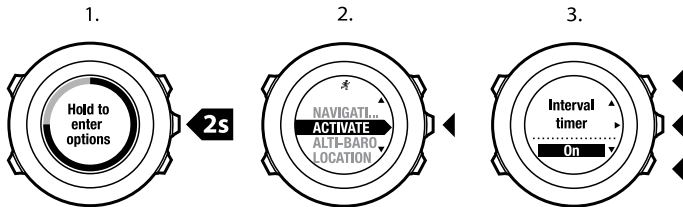
- intervallityyppi (**KOVA** tai **LEPO**)

- molempien intervallityyppien kesto aikana tai matkana
- intervallitoistojen määrä.

**📄 HUOMAUTUS:** Jos et määritä intervallitoistojen määrää Movescountissa, intervalliajastin jatkaa toimintaansa, kunnes se on toistettu 99 kertaa.

Voit aktivoida intervalliajastimen tai poistaa sen käytöstä seuraavasti:

1. Siirry mukautettuun harjoitustilaan ja avaa asetusvalikko pitämällä [Next]-painiketta painettuna.
2. Siirry [Light Lock] -painikkeella **AKTIVOI**-kohtaan ja valitse se painamalla [Next]-painiketta.
3. Siirry [Start Stop] -painikkeella **aikaväliajastin**-kohtaan ja valitse se painamalla [Next]-painiketta.
4. Aseta intervalliajastin **On/Off**-tilaan [Start Stop]- tai [Light Lock] -painikkeen avulla ja hyväksy asetus painamalla [Next]-painiketta.  
Kun intervalliajastin on aktiivinen, näytön yläosassa näkyy intervallikuvake.



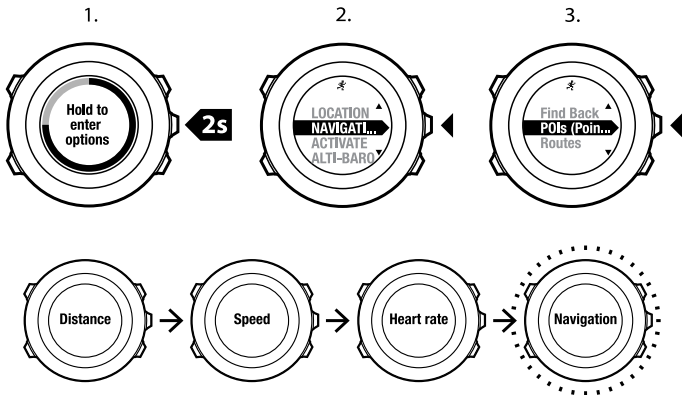
## 12.6.6 Navigoiminen harjoituksen aikana

Voit navigoida reittiä pitkin tai kiinnostavan kohteen (POI) luo harjoituksen aikana.

Voit navigoida harjoituksen aikana seuraavasti:

1. Avaa asetusvalikko harjoituksen tallennuksen aikana pitämällä [Next]-painiketta painettuna.
2. Valitse **NAVIGOINTI** painamalla [Next]-painiketta.
3. Valitse **POI (Kiinnostavat koht.)** painamalla [Next]-painiketta tai siirry valinnan **Reitit** kohdalle käyttämällä [Light Lock] -painiketta ja vahvasta valinta painamalla [Next] -painiketta.

Navigointiopas näkyy mukautetun harjoitustilan viimeisenä näyttönä.



Voit poistaa navigoinnin käytöstä seuraavasti:

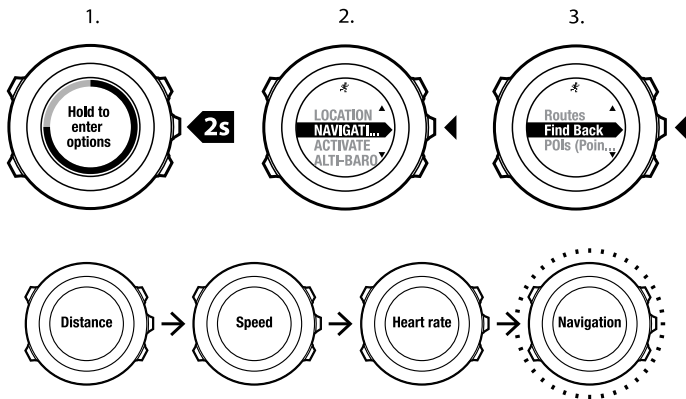
1. Siirry asetusvalikkoon pitämällä [Next]-painiketta painettuna.
2. Valitse **NAVIGOINTI** painamalla [Next]-painiketta.
3. Siirry valinnan **Lopeta navigointi** kohdalle käyttämällä [Start Stop] -painiketta ja vahvista valinta painamalla [Next]-painiketta.

### 12.6.7 Navigoiminen takaisin lähtöpaikkaan harjoituksen aikana

Suunto Ambit tallentaa automaattisesti harjoituksesi lähtöpaikan, jos käytät GPS:ää. Harjoituksen aikana voit asettaa Suunto Ambitin opastamaan sinut takaisin lähtöpaikkaan (tai paikkaan, jossa GPS-paikannustiedot saatiin) käyttämällä **Paluunavigointi**-toimintoa.

Voit käyttää paluunavigointia harjoituksen aikana seuraavasti:


1. Avaa asetusvalikko harjoituksen tallennuksen aikana pitämällä [Next]-painiketta painettuna.
2. Valitse **NAVIGOINTI** painamalla [Next]-painiketta.
3. Siirry valinnan **Paluunavigointi** kohdalle käyttämällä [Start Stop] -painiketta ja vahvista valinta painamalla [Next]-painiketta.  
Navigointiopas näkyy mukautetun harjoitustilan viimeisenä näyttönä.



### 12.6.8 Autopause

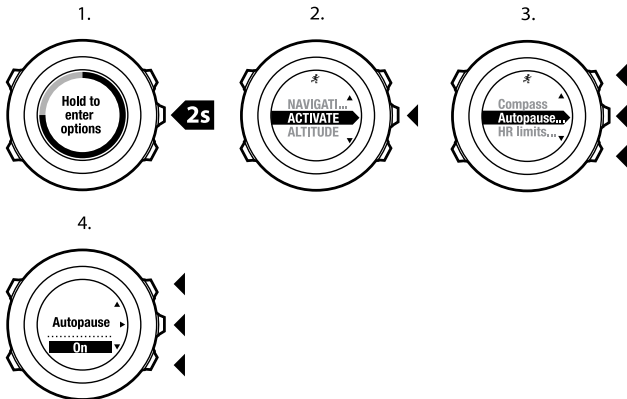
Autopause (automaattinen keskeytys) -toiminto pysäyttää harjoituksen tallennuksen, kun nopeus putoaa alle 2 km/h. Tallennusta jatketaan automaattisesti, kun nopeus ylittää jälleen 2 km/h.

Movescountissa voit ottaa autopause-toiminnon käytöstä ja ottaa sen käyttöön haluamissasi urheilutiloissa. Voit aktivoida autopause-toiminnon myös harjoituksen aikana.

 **HUOMAUTUS:** Autopause ei ole käytettävissä **Uinti sisällä** -tilassa.

Voit ottaa autopause-toiminnon käyttöön tai poistaa sen käytöstä harjoituksen aikana seuraavasti:

1. Siirry urheilutilaan ja avaa asetusvalikko pitämällä [Next]-painiketta painettuna.
2. Siirry [Light Lock] -painikkeella **AKTIVOI**-kohtaan ja valitse se painamalla [Next]-painiketta.
3. Siirry [Start Stop] -painikkeella **Autopause**-kohtaan ja valitse se painamalla [Next]-painiketta.
4. Aseta autopause **On/Off**-tilaan [Start Stop]- tai [Light Lock] -painikkeen avulla ja hyväksy asetus painamalla [Next]-painiketta.



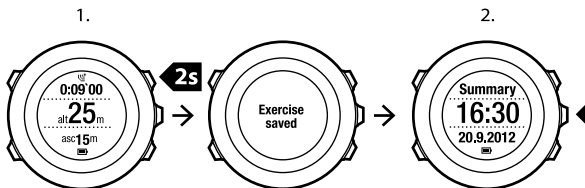


## 12.7 Lokin tarkasteleminen harjoituksen jälkeen

Voit tarkastella harjoituksen yhteenvetoa, kun harjoituksen tallennus on lopetettu.

Voit lopettaa tallennuksen ja tarkastella yhteenvetotietoja seuraavasti:

1. Lopeta ja tallenna harjoitus pitämällä [Start Stop] -painiketta painettuna. Vaihtoehtoisesti voit myös pysäyttää harjoituksen tallennuksen painamalla [Start Stop] -painiketta. Kun tallennus on pysäytetty, voit joko lopettaa tallennuksen painamalla [Back Lap] -painiketta tai jatkaa tallennusta painamalla [Light Lock] -painiketta. Kun olet lopettanut harjoituksen, tallenna harjoitustiedot painamalla [Start Stop] -painiketta. Jos et halua tallentaa tietoja, paina [Light Lock] -painiketta.
2. Avaa harjoituksen yhteenvetonäkymä painamalla [Next]-painiketta.

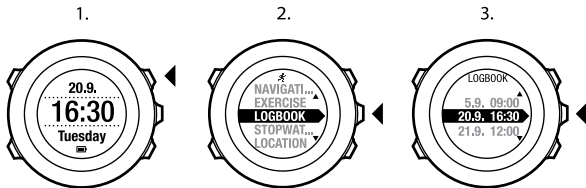


Voit tarkastella myös lokiin tallennettujen harjoitustesi yhteenvetotietoja. Lokissa harjoitukset näkyvät aikajärjestyksessä uusin harjoitus ensimmäisenä. Lokiin voi tallentaa noin 15 tuntia harjoituksia, joissa on käytetty 1 sekunnin GPS-paikannus- ja tiedonkeruuväliä.

Voit tarkastella lokissa olevien harjoitusten yhteenvetoa seuraavasti:

1. Siirry aloitusvalikkoon painamalla [Start Stop] -painiketta.

2. Siirry [Light Lock] -painikkeella **LOKIKIRJA**-kohtaan ja valitse se painamalla [Next]-painiketta. Jäljellä oleva palautumisaikasi tulee näkyviin.
3. Selaa harjoituslokeja [Start Stop]- ja [Light Lock] -painikkeiden avulla ja valitse haluamasi loki painamalla [Next]-painiketta.
4. Selaa lokin yhteenvedonäkymiä käyttämällä [Next]-painiketta.




### 12.7.1 Sykevyöharjoituksen jälkeen

Kun käytät harjoituksen aikana sykevyötä, harjoituksen yhteenvedossa näytetään seuraavat tiedot:

- tallennuksen aloitusaika ja -päivämäärä
- kesto
- kierrosten määrä
- matkaa (jos harjoituksessa on käytetty GPS-paikannusta)
- nousu
- keskinopeus (jos harjoituksessa on käytetty GPS-paikannusta)
- lasku
- korkein syke
- keskisyke
- kalorinkulutus

- PTE (Peak Training Effect) -arvo
- palautumisaika.

 **VINKKI:** Movescountissa on nähtävissä yksityiskohtaisemmat tiedot.

## 12.7.2 Ilman sykevyötä tehdyn harjoituksen jälkeen

Jos et käytä harjoituksen aikana sykevyötä, harjoituksen yhteenvedossa näytetään seuraavat tiedot:

- tallennuksen aloitusaika ja -päivämäärä
- kesto
- kierrosten määrä
- matka (jos harjoituksessa on käytetty GPS-paikannusta)
- nousu
- keskinopeus (jos harjoituksessa on käytetty GPS-paikannusta)
- lasku.

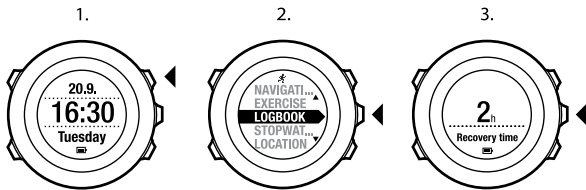
## 12.7.3 Palautumisaika

Suunto Ambit näyttää aina kaikkien tallennettujen harjoitustesi mukaisen nykyisen kumulatiivisen palautumisajan. Palautumisaika ilmaisee, kuinka kauan sinun tulisi odottaa, että olet palautunut täysin ja valmis täyden tehon harjoituksiin. Laite päivittää palautumisajan reaaliaikaisesti sen lyhetyssä ja pidentyessä.

Voit tarkastaa nykyisen palautumisaikasi seuraavasti:

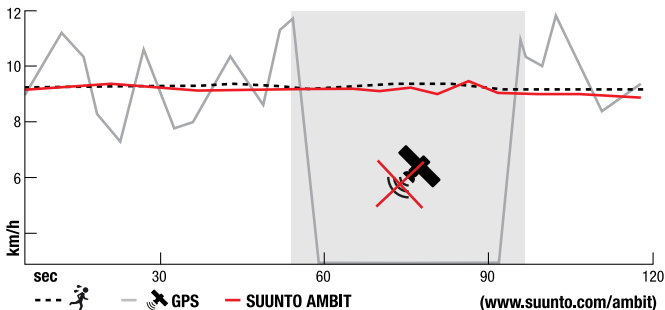
1. Siirry aloitusvalikkoon painamalla [Start Stop] -painiketta.

2. Siirry [Light Lock] -painikkeella **LOKIKIRJA**-kohtaan ja valitse se painamalla [Next]-painiketta.
3. Palautumisaika tulee näyttöön.

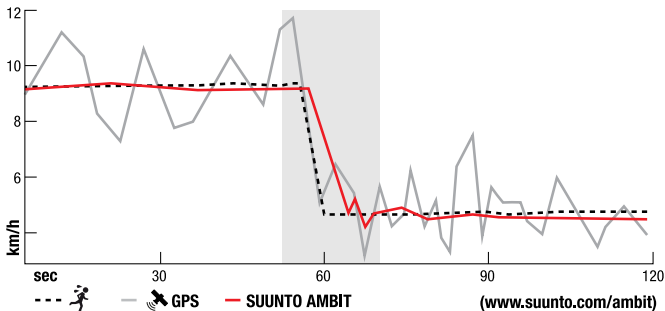


## 13 FUSED SPEED

FusedSpeed™ on ainutlaatuinen GPS-tiedot ja rannetietokoneen kiihtyvyyssanturin lukemat yhdistävä menetelmä, jolla juoksunopeus voidaan mitata tavallista tarkemmin. GPS-signaalia suodatetaan mukautuvasti rannetietokoneen kiihtyvyystietojen perusteella, mikä tarkoittaa lukemaa tasaisilla juoksunopeuksilla ja parantaa reagointia nopeuden muutoksiin.



FusedSpeed™-menetelmästä on eniten hyötyä, jos haluat nopeuslukeman reagoivan nopeasti muutoksiin harjoitusnopeudessa (esimerkiksi epätasaisessa maastossa juostessa tai intervalliharjoittelun aikana). Jos GPS-signaali häviää tilapäisesti esimerkiksi rakennuksen katveessa, Suunto Ambit pystyy jatkamaan tarkkojen nopeuslukemien antamista GPS-kalibroidun kiihtyvyyssmittarin ansiosta.



**📄 HUOMAUTUS:** *FusedSpeed™ on tarkoitettu juoksunopeuden ja muiden vastaavien aktiviteettien mittaamiseen.*

**🗨️ VINKKI:** *Jotta FusedSpeed™ tuottaa mahdollisimman tarkat lukemat, laitetta pitää vilkaista vain nopeasti tarvittaessa. Mittaustarkkuus heikkenee, jos laitetta pidetään käyttäjän edessä liikkumattomana.*

FusedSpeed™ aktivoituu automaattisesti seuraavissa harjoitustiloissa:


- maastojuoksu
- triathlon
- juoksu
- jalkapallo
- suunnistus

- moniurheilu
- salibandy
- jalkapallo.

Muissa harjoitustiloissa käytetään GPS-mittauksen perusnopeustietoja.

### **Esimerkki käytöstä: FusedSpeed™-mittauksen käyttö juostessa ja pyöräiltäessä**

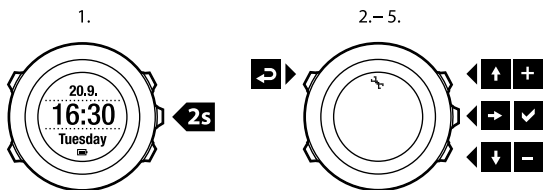
Kun siirryt juoksusta pyöräilyyn, FusedSpeed™-toiminto havaitsee, että rannetietokoneen kiihtyvyyssmittaus ei tuota enää kelvollisia nopeuslukemia. Laite poistaa FusedSpeed™-mittauksen automaattisesti käytöstä ja antaa pelkkiä GPS-mittaukseen perustuvia nopeustietoja pyöräilyn ajan. Kun alat juosta pyöräilyosuuden jälkeen, FusedSpeed™ aktivoituu automaattisesti.

 **HUOMAUTUS:** *FusedSpeed™ toimii oikein vain käytettäessä samaa harjoitustilaa eri aktiviteettimuotojen välillä vaihdettaessa.*

# 14 ASETUSTEN MUUTTAMINEN

Voit tarkastella ja säätää asetuksia seuraavasti:

1. Siirry asetuksiin pitämällä [Next]-painiketta painettuna.
2. Siirry valikossa [Start Stop]- ja [Light Lock] -painikkeiden avulla.
3. Voit valita asetusvalikon painamalla [Next]-painiketta.
4. Muuta asetusarvoja [Start Stop]- ja [Light Lock] -painikkeiden avulla.
5. Siirry edelliseen asetusnäkyymään painamalla [Back Lap] -painiketta tai poistu asetusvalikosta pitämällä [Next]-painiketta painettuna.



Voit käsitellä seuraavia asetuksia:

## HENKILÖKOHTAISET-asetusvalikko

- **Paino**
- **Max. syke**

## NAVIGOINTI

- **POI (Kiinnostavat koht.)**
- **Reitit**

## YLEISET-asetusvalikko

### Yksikköasetukset

- **Mittayksikkö:**



- **Metriinen**
- **Brittiläinen**
- **Lisäasetukset:** Voit valita käytettävät mittayksiköt sekaisin metrijärjestelmästä ja brittiläisestä mittajärjestelmästä Movescountissa.
- **Sijainnin esitysmuoto:**
  - **WGS84 Hd.d°**
  - **WGS84 Hd°m.m'**
  - **WGS84 Hd°m's.s**
  - **UTM**
  - **MGRS**
  - **British (BNG)**
  - **Finnish (ETRS-TM35FIN)**
  - **Finnish (KKJ)**
  - **Irish (IG)**
  - **Swedish (RT90)**
  - **Swiss (CH1903)**
  - **UTM NAD27 Alaska**
  - **UTM NAD27 Conus**
  - **UTM NAD83**
- **Aikamuoto:** 12 h tai 24 h
- **Päivämäärämuoto:** dd.mm.yy (pp.kk.vv), mm/dd/yy (kk/pp/vv)

#### **Kello/pvm**

- **GPS timekeeping:** on tai off
- **Kaksoisaika:** tunnit ja minuutit
- **Hälytys:** päällä tai pois, tunnit ja minuutit
- **Aika:** tunnit ja minuutit
- **Päivämäärä:** vuosi, kuukausi, päivä

## Äänet/näyttö

- **Invertoi näyttö:** muuttaa näytön värit käänteiseksi
- **Äänet:**
  - **Kaikki päällä:** painikeäänet ja järjestelmän merkkiäänet ovat käytössä
  - **Painikeäänet pois:** vain järjestelmän merkkiäänet ovat käytössä
  - **Äänetön:** kaikki äänet ovat poissa käytöstä



**HUOMAUTUS:** Hälytysääni kuuluu, vaikka kaikki äänet on asetettu pois käytöstä.

## ● Taustavalo

### Tila:

- **Normaali:** Taustavalo pysyy päällä muutaman sekunnin ajan, kun painat [Light Lock]-painiketta tai kun hälytys soi.
- **Pois päältä:** Taustavalo ei syty mitään painikkeita painettaessa eikä hälytyksen soidessa.
- **Yötila:** Taustavalo pysyy päällä muutaman sekunnin ajan, kun painat mitä tahansa painiketta tai kun hälytys soi. **Yötila**-asetuksen käyttäminen lyhentää akun käyttöaikaa merkittävästi.
- **Katkaisin:** Taustavalo kytkeytyy päälle, kun painat [Light Lock]-painiketta. Se pysyy päällä, kunnes painat [Light Lock]-painiketta uudelleen.

**Kirkkaus:** Voit säätää taustavalon (prosenttiarvona ilmaistua) kirkkautta.

- **Näytön kontrasti:** Voit säätää näytön (prosenttiarvona ilmaistua) kontrastia.

## Kompassi

- **Kalibrointi:** Aloittaa kompassin kalibroinnin.
- **Eranto:** Asettaa kompassin erannonkorjauksen.

## Kartta

- **Orientaatio**

- **Kulkusuunta:** Näyttää suurennetun kartan niin, että kulkusuunta on aina ylhäällä.
- **Pohjoinen:** Näyttää suurennetun kartan niin, että pohjoinen on aina ylhäällä.

### ALTI-BARO-asetukset

- **Profiili:** korkeusmittari, barometri, automaattinen
- **Referenssi:** korkeus, merenpinta

### PARITA-valikon asetukset

- **Bike POD:** Bike POD yhdistetään.
- **Sykevyö:** Sykevyö yhdistetään.
- **Cadence POD:** Cadence POD -laite yhdistetään.

## 14.1 Huoltovalikko


Voit avata huoltovalikon pitämällä [Back Lap]- ja [Start Stop] -painikkeita samanaikaisesti painettuina, kunnes laite siirtyy huoltovalikkoon.





Huoltovalikossa on seuraavat toiminnot:

- **INFO:**

- **Air pressure:** Näyttää nykyisen tarkan ilmanpaineen ja lämpötilan.
- **Version:** Näyttää Suunto Ambitin nykyisen ohjelmisto- ja laiteversion.
- **TEST:**
  - **LCD test:** Voit testata, että LCD-näyttö toimii oikein.
- **ACTION:**
  - **GPS reset:** Voit nollata GPS-asetukset.

 **HUOMAUTUS:** Kun nollaat GPS-asetukset, kaikki GPS-tiedot, kompassin kalibrointiarvot, korkeusmittari- ja barometrikaaviot ja palautumisaikatieidot nollautuvat. Tallentamiasi lokitietoja ei poisteta.

 **HUOMAUTUS:** Huoltovalikon sisältö voi muuttua ilman ennakoilmoitusten päivitysten yhteydessä.

 **HUOMAUTUS:** Laite siirtyy virransäästötilaan, kun se on ollut paikallaan 30 minuuttia. Laite palautuu virransäästötilasta, kun sitä liikutetaan.

## GPS-tietojen nollaus

Mikäli GPS ei toimi oikein, voit nollata GPS-tiedot huoltovalikosta.

Voit nollata GPS-tiedot seuraavasti:

1. Siirry huoltovalikossa **ACTION**-kohtaan [Light Lock] -painikkeella ja paina sitten [Next]-painiketta.
2. Siirry **GPS reset** -kohtaan [Light Lock] -painikkeella ja paina sitten [Next]-painiketta.
3. Vahvista GPS-tietojen nollaus painamalla [Start Stop] -painiketta tai peruuta nollaus painamalla [Light Lock] -painiketta.

## 14.2 Kielen vaihtaminen

Suunto Ambitin oletuskieli on englanti. Kielen voi vaihtaa kytkemällä laitteen tietokoneeseen ja lataamalla lisäkieliä Movescountista. Saatavana olevat kielet ovat englanti, espanja, hollanti, italia, portugali, ranska, ruotsi, saksa ja suomi.

# 15 POD-LAITTEEN/SYKEVYÖN YHDISTÄMINEN

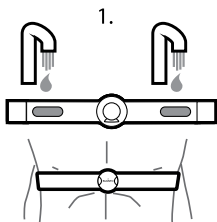
Suunto Ambit voidaan yhdistää valinnaisiin Suunto POD -laitteisiin (kuten Bike PODiin, sykevyöhön, Foot PODiin ja Cadence PODiin) ja ANT+-yhteensopiviin POD-laitteisiin, jos haluat lisätietoja nopeudesta, edetystä matkasta ja rytmistä harjoituksen aikana. Voit yhdistää enintään neljä eri POD-laitetta (yhden kutakin POD-laitetyyppiä). Jos yhdistät tätä enemmän POD-laitteita, Suunto Ambit muistaa vain viimeksi yhdistetyn POD-laitteen asetukset kustakin POD-laitetyypistä.

Suunto Ambit -pakkaukseen sisältyvä sykevyö ja/tai POD-laite on jo yhdistetty laitteeseen. Yhdistämistä tarvitaan vain silloin, kun haluat käyttää uutta sykevyötä tai PODia laitteen kanssa.

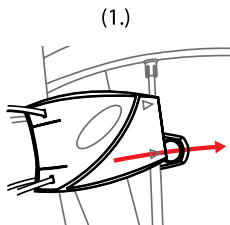
Voit yhdistää POD-laitteen/sykevyön seuraavasti:

1. Aktivoi POD/sykevyö:
  - Sykevyö: kostuta kontaktipinnat ja pue sykevyö yllesi.
  - Bike POD: asenna Bike POD renkaaseen ja pyöritä sitten rengasta.
  - Cadence POD: asenna Cadence POD polkimeen ja pyöritä sitten poljinta.
  - Foot POD: kallista Foot PODia 90 astetta.
2. Siirry asetuksiin pitämällä [Next]-painiketta painettuna.
3. Siirry [Light Lock] -painikkeella **PARITA**-kohtaan ja valitse se painamalla [Next]-painiketta.
4. Siirry [Start Stop]- ja [Light Lock] -painikkeiden avulla lisävarustevaihtoehdon **Bike POD, Sykevyö, Foot POD ja Cadence POD** kohdalle.

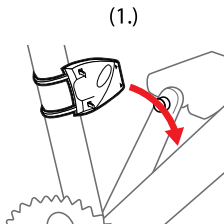
5. Valitse POD-laite tai sykevyö ja aloita sen yhdistäminen painamalla [Next]-painiketta.
6. Pidä Suunto Ambit ja POD/sykevyö lähellä toisiaan (< 30 cm:n päässä toisistaan) ja odota, että laite ilmoittaa PODin/sykevyön olevan yhdistetty. Jos yhdistäminen ei onnistu, yritä sitä uudelleen painamalla [Start Stop]-painiketta tai palaa yhdistämisasetuksiin painamalla [Light Lock]-painiketta.



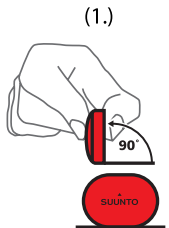
SUUNTO COMFORT BELT



SUUNTO BIKE POD

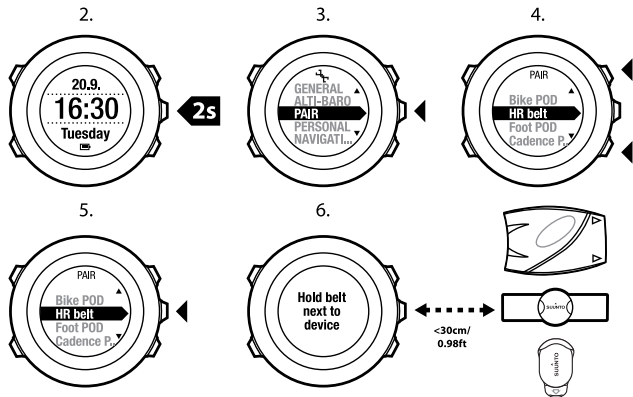


SUUNTO CADENCE POD



SUUNTO FOOT POD





**VINKKI:** Voit aktivoida sykevyön myös kostuttamalla molemmat elektrodipinnat ja painamalla niitä.

### Vianmääritys: sykevyön yhdistäminen epäonnistuu

Jos sykevyön yhdistäminen ei onnistu, toimi seuraavasti:


- Varmista, että hihna ja sykemoduuli on kiinnitetty toisiinsa.
- Tarkista, että olet asettanut sykevyön oikein ylläsi (katso lisätietoja *kohdassa 12.4 Sykevyön pukeminen sivulla 74*).
- Varmista, että sykevyön elektrodipinnat ovat kosteat.

## 15.1 POD-laitteiden kalibroiminen

Voit parantaa nopeuden ja matkan mittausta kalibroimalla Suunto Foot POD Minin Suunto Ambitin avulla. Tee kalibrointi reitillä, jonka pituus on mitattu tarkasti, kuten 400 metrin juoksuradalla.

Voit kalibroida Suunto Foot POD Minin ja Suunto Ambitin seuraavasti:

1. Kiinnitä Suunto Foot POD Mini kenkääsi. Lisätietoja on Suunto Foot POD Mini -pikaoppaassa.
2. Valitse aloitusvalikosta mukautettu tila (kuten **Juoksu**).
3. Ala juosta normaalivauhdillasi. Kun ylität lähtöviivan, aloita tallennus painamalla [Start Stop] -painiketta.
4. Juokse 800–1 000 m (noin 0,500–0,700 mailia, esimerkiksi kaksi kierrosta 400 metrin radalla) normaalilla nopeudellasi.
5. Kun ylität maaliviivan, keskeytä tallennus painamalla [Start Stop] -painiketta.
6. Lopeta tallennus painamalla [Back Lap] -painiketta. Kun olet lopettanut harjoituksen, tallenna harjoitustiedot painamalla [Start Stop] -painiketta. Jos et halua tallentaa tietoja, paina [Light Lock] -painiketta. Selaa [Next]-painiketta painamalla matkayhteenvedo näkyviin yhteenvedonäkymistä. Säädä [Start Stop]- ja [Light Lock] -painikkeilla näytössä näkyvä matka vastaamaan todellista juoksemaasi matkaa. Vahvista [Next]-painikkeella.
7. Vahvista POD-laitteen kalibrointi painamalla [Start Stop] -painiketta. Foot POD Mini on nyt kalibroitu.

 **HUOMAUTUS:** Jos Foot POD Mini -yhteys oli epävakaa kalibrointiharjoituksen aikana, et voi ehkä säätää matkaa yhteenvedonäkymässä. Varmista, että Foot POD Mini on kytketty ohjeiden mukaan ja yritä sitten uudelleen.

Suunto Bike PODin voi kalibroida Movescountissa määrittämällä polkupyörän renkaan koon. Movescount laskee kalibrintikertoimen. Oletuskalibrintikerroin on 1,0, joka vastaa 26-tuumaista maastopyörän rengasta.

## 16 KUVAKKEET

Suunto Ambit -laitteessa käytetään esimerkiksi seuraavia kuvakkeita:



barometri



korkeusmittari



ajanottokello



asetukset



GPS-signaalin vahvuus



yhdistäminen



syke



harjoitustila



hälytys



intervalliajastin



painikkeet lukittu



akku



nykyinen näyttö



painikkeiden ilmaisimet



siirtyminen ylöspäin / arvon kasvattaminen



siirtyminen seuraavaan / vahvistaminen



siirtyminen alaspäin / arvon pienentäminen

### **Kiinnostavien kohteiden (POI) kuvakkeet**

Suunto Ambit -laite käyttää seuraavia kiinnostavien kohteiden kuvakkeita:



rakennus/kotipaikka



auto/pysäköintitila



leiri/retkeilyalue



ruokapaikka/ravintola/kahvila



majoitus/hostelli/hotelli



vesi/joki/järvi/rannikko



vuori/kukkula/laakso/jyrkänne



metsä



risteys



nähtävyys



alku




loppu





geokätkö




reittipiste

 tie/polku

 kivi

 niitty

 luola

## 17 SANASTO

Autolap	<b>AUTOLAP</b> (Automaattinen kierroslaskenta) -toiminnon avulla voit määrittää kierrokset laskettavaksi kierroksen ajan sijasta matkana.
Koordinaattimuoto	Muoto, jossa GPS-vastaanottimen sijainti näytetään rannetietokoneessa. Yleisin esitysmuoto on leveysasteet/pituusasteet asteina ja minuutteina. Muut vaihtoehdot ovat asteet, minuutit ja sekunnit; pelkät asteet tai jokin useista koordinaattimuodoista.
FusedSpeed™	FusedSpeed™ on ainutlaatuinen GPS-tiedot ja kiihtyvyyssanturin lukemat yhdistävä juoksunopeuden mittaamenetelmä. GPS-signaalia suodatetaan mukautuvasti kiihtyvyyden perusteella, mikä tarkentaa lukemaa tasaisilla juoksunopeuksilla ja parantaa reagointia nopeuden muutoksiin. FusedSpeed™ on tarkoitettu juoksunopeuden ja muiden vastaavien aktiviteettien mittaamiseen.
Koordinaatisto	Kartalla kulkevat vaaka- ja pystyviivat vastaavat kartan käyttämää koordinaatistojärjestelmää. Koordinaatistojärjestelmän avulla voit paikantaa itsesi kartalta tai ilmoittaa sijaintisi.
Sykerajat	Voit määrittää omat enimmäis- ja vähimmäissykerajasi Movescountissa. Määritetyt asetukset voit siirtää laitteeseesi.



Kierrosaika	Käynnissä olevan kierroksen kesto. Kun aloitat uuden kierroksen, kierrosaika nollautuu ja laite alkaa laskea uutta kierroksen kesto. Harjoituksen aikana näytössä näkyy kierroksen numeron ilmaiseva järjestysnumero (kuten 1. tai 2.) ponnahdusikkunassa aina, kun kierros täyttyy.
Navigointi	Suunnistaminen tiettyyn reittipisteeseen sen ja nykyisen sijainnin suhteellisen sijainnin perusteella.
Harjoitusvaikutus	PTE-arvo ilmaisee harjoituksen vaikutuksen maksimaaliseen aerobiseen suorituskykyysi (VO <sub>2</sub> max -arvoon). Voit määrittää tämän arvon näytettäväksi harjoituksen aikana Movescountissa. Kun olet valinnut PTE-arvon näytettäväksi, näet harjoituksen aikana sen vaikutuksen huippusuorituskykyysi asteikolla 1–5 (vähäinen – yli tavoitteen). PTE-arvo on tarkimmillaan keskivaativissa ja kovissa harjoituksissa, joissa harjoitusteho pysyy yhtenäisenä. Se ei ole tarkimmillaan pienen tehon harjoituksissa. Peruskestävyys harjoituksen PTE-arvo on alhainen siitä riippumatta, kuinka pitkä ja kuluttava harjoitus on.
Kiinnostava kohde (POI)	Suunto Ambit -laitteen muistiin tallennetun paikan sijaintikoordinaatit.
Sijainti	Tietyn sijainnin tarkat karttakoordinaatit.
Reitti	Reitti koostuu useasta reittipisteestä. Voit luoda reitin Movescountissa ja ladata sen Suunto Ambitiin.
Väliaika	Aika mittauksen aloituskohdasta tiettyyn harjoituksen pisteeseen.

Suunto-sovellus	Movescountissa voi luoda Suunto-sovelluksia, jotka lisäävät Suunto Ambitiin uusia toimintoja. Movescountissa Suunto-sovelluksia voi lisätä mukautettuihin harjoitustiloihin, minkä jälkeen ne voidaan synkronoida laitteeseen.
Suunto App Designer	Suunto App Designer on helppokäyttöinen graafinen työkalu, jolla kuka tahansa käyttäjä voi luoda uusia toimintoja laitteeseensa. Sen käyttäminen edellyttää rekisteröitymistä Movescountiin. Suunto App Designer on Movescount-sivustossa.
Suunto App Zone	Movescount-sivuston Suunto App Zone -alueelta löydät Suunto-sovelluksia. Voit selata Suunto App Zonea ilman Movescount-rekisteröintiä.
Reitti	Reitti tarkoittaa käyttäjän maastossa kulkemaa reittiä.
Reittipiste	Reitin varrella olevan kohteen sijaintikoordinaatit. Reitti koostuu useasta reittipisteestä.

## 18 HOITO JA HUOLTAMINEN


Käsittele laitetta varovasti. Älä kolauta sitä mihinkään äläkä pudota sitä.

Normaalioloissa laite ei kaippa huoltoa. Käytön jälkeen: huuhtelee laite makealla vedellä ja miedolla saippualla ja puhdistaa kupu kostealla pehmeällä kankaalla tai säämiskällä.

Lisätietoja laitteen hoidosta ja huoltamisesta on sivuston [www.suunto.com](http://www.suunto.com) kattavassa tukiaineistossa, joka sisältää esimerkiksi vastauksia käyttäjien kysymyksiin ja opetusvideoita. Sivustolla voit myös esittää kysymyksiä suoraan Suunnon asiakaspalvelulle tai hakea tarvittaessa ohjeet laitteen korjaamisesta valtuutetussa Suunto-huollossa. Älä yritä korjata laitetta itse.

Voit myös soittaa Suunnon asiakaspalveluun tämän asiakirjan lopussa olevia puhelinnumeroita käyttämällä. Suunnon asiantunteva asiakastuki auttaa ongelmatilanteissa ja tekee tarvittaessa tuotteelle vianmäärityksen puhelun aikana.

Käytä vain alkuperäisiä Suunto-lisävarusteita. Takuu ei kata muiden kuin alkuperäisten lisävarusteiden käytöstä aiheutuneita vahinkoja.

 **VINKKI:** Muista rekisteröidä Suunto Ambit MySuunto-palveluun osoitteessa [www.suunto.com/register](http://www.suunto.com/register), jotta saat omia tarpeitasi vastaavaa tukea.

### 18.1 Vesitiiviys

Suunto Ambit on vesitiivis. Sen on testattu pysyvän vesitiiviinä 100 metriin ISO 2281 -standardin mukaisesti ([www.iso.ch](http://www.iso.ch)). Suunto Ambitia voi käyttää uudessa, mutta sitä ei tulisi käyttää sukellellaessa.



**HUOMAUTUS:** *Vesitiiviivissyvyys ei vastaa suoraan toimintasyvyyttä.*

*Vesitiiviysmerkintä määrittää, että laite ei päästä sisään ilmaa/vettä ja sitä voidaan käyttää suihkussa, kylvyssä, uudessa, uima-altaalla sukellella ja snorklatessa.*

Jotta laite pysyy vesitiiviinä, on syytä noudattaa seuraavia varo-ohjeita:


- Älä koskaan paina painikkeita veden alla.
- Älä käytä laitetta muuhun kuin sen varsinaiseen käyttötarkoitukseen.
- Käännä valtuutetun Suunto-huollon, -maahantuojan tai -jälleenmyyjän puoleen korjausten ollessa tarpeen.
- Pidä laite puhtaana pölystä ja hiekasta.
- Älä koskaan yritä avata laitteen koteloita itse.
- Vältä altistamista laitteesta nopeille ilman ja veden lämpötilojen muutoksille.
- Puhdista laite aina makealla vedellä sen jälkeen, kun se on altistunut suolavedelle.
- Älä koskaan suuntaa vettä paineella painikkeita kohti.
- Älä altista laitetta iskuille tai pudota sitä.


## 18.2 Akun lataaminen


Akun kertalatauksen kesto vaihtelee sen mukaan, missä käytössä Suunto Ambit on. Akkukesto voi olla 15–50 tuntia tai jopa enemmän. Peruskellona akku voi kestää jopa 30 päivää. Lisätietoja akkukestosta on *luvussa 19 Tekniset tiedot sivulla 119*.



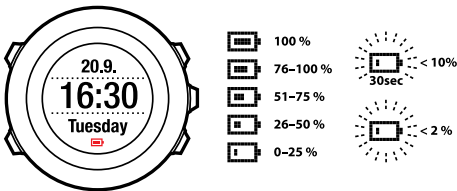
**HUOMAUTUS:** *Alhainen lämpötila lyhentää kertalatauksen kestoa.*

 **HUOMAUTUS:** Ladattavien akkujen varauksen pitokyky pienenee ajan kuluessa.


 **HUOMAUTUS:** Suunnon takuu kattaa akun vaihdon yhden vuoden tai 300 latauskerran ajan (sen mukaan, kumpi toteutuu aiemmin), mikäli varauksen pitokyky heikkenee epänormaalisti akun viallisuuden takia.

 **VINKKI:** Jos laite vastaanottaa GPS-paikannustiedon sekunnin välein, lataus kestää vähintään noin 15 tuntia. Jos laite vastaanottaa GPS-paikannustiedon vain 60 sekunnin välein, lataus kestää noin 50 tuntia.

Akkukuvake ilmaisee akun varaustason. Kun akun varaustaso putoaa alle 10 %:n, akkukuvake vilkkuu 30 sekuntia. Kun akun varaustaso on alle 2 %:a, akkukuvake vilkkuu jatkuvasti.

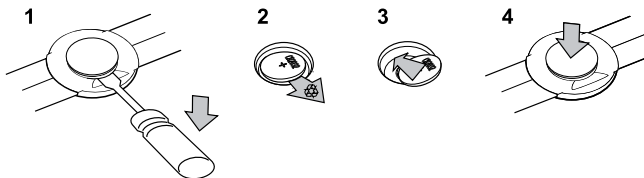


Lataa akku kytkemällä se tietokoneeseen Suunnon USB-kaapelilla tai käyttämällä USB-yhteensopivaa pistorasiaan kytkettävää Suunnon laturia. Tyhjän akun lataaminen täyteen kestää noin 2–3 tuntia.

 **VINKKI:** Akun käyttöikää voi pidentää muuttamalla GPS-paikannusväliä ja harjoitustilojen tallennusvälejä Movescountissa.

## 18.3 Sykevyön pariston vaihtaminen

Vaihda paristo uuteen seuraavassa kuvatulla tavalla:



# 19 TEKNISET TIEDOT

## Yleistä

- käyttölämpötila: -20 °C – +60 °C / -5 °F – +140 °F
  - pariston latauslämpötila: 0 °C – +35 °C / +32 °F – +95 °F
  - säilytyslämpötila: -30 °C – +60 °C / -22 °F – +140 °F
  - paino: ~ 78 g / 2,75 oz
  - vesitiiviys (laite): 100 m / 328 jalkaa (ISO 2281)
  - vesitiiviys (sykevyö): 20 m / 66 jalkaa (ISO 2281)
  - lasi: mineraalikristallilasi
  - virtalähde: ladattava litiumioniakku
  - akkukesto (yhdellä latauksella):
    - ~ 15 tuntia 1 sekunnin GPS-paikannusvälillä\*
    - ~ 50 tuntia 60 sekunnin GPS-paikannusvälillä\*
    - ~ 30 päivää **ALTI/BARO/COMPASS (KOMPASSI)**-tilassa (ilman GPS-paikannusta)
- \*GPS-seurantatila uudella akulla lämpötilassa +20 °C.

## Muisti

- reittipisteitä: enintään 100

## Radiovastaanotin

- Suunto ANT- ja ANT+<sup>TM</sup>-yhteensopiva, viestintätaajuus 2,465 GHz, modulointimenetelmä GFSK
- toimintaetäisyys: ~ 2 m / 6 jalkaa



## **Ilmanpainemittari**

- näyttöalue: 950–1 060 hPa / 28,34–32,40 inHg
- tarkkuus: 1 hPa / 0,01 inHg

## **Korkeusmittari**

- näyttöalue: -500–9 000 m / -1 500–29 500 jalkaa
- tarkkuus: 1 m / 3 jalkaa

## **Lämpömittari**

- näyttöalue: -20 °C – +60 °C / -4 °F – +140 °F
- tarkkuus: 1° C / 1° F

## **Ajanottokello**

- tarkkuus: 1 s. 9.59:59 asti, jonka jälkeen 1 min

## **Kompassi**

- tarkkuus: 1 aste /18 mil

## **GPS**

- tekniikka: SiRF star IV
- tarkkuus: 1 m / 3 jalkaa



## 19.1 Tavaramerkki

Suunto Ambient, sen logot ja muut Suunto-tuotteiden nimet ovat Suunto Oy:n rekisteröityjä tai rekisteröimättömiä tavaramerkkejä. Kaikki oikeudet pidätetään.

## 19.2 CE-merkki

Suunto Oy vakuuttaa, että tämän rannetietokone täyttää sitä koskevat oleelliset vaatimukset ja muut direktiivin 1999/5/EY ehdot.

## 19.3 Tekijänoikeudet

Copyright Suunto Oy 2013. Kaikki oikeudet pidätetään. Suunto, Suunto-tuotenimet, niiden logot ja muut Suunto-tavaramerkit ja -nimet ovat Suunto Oy:n rekisteröityjä tai rekisteröimättömiä tavaramerkkejä. Tämä asiakirja sisältöineen on Suunto Oy:n omaisuutta. Asiakirja sisältää Suunto-tuotteiden toimintaan liittyviä tietoja, jotka on tarkoitettu vain Suunnon asiakkaiden käyttöön. Sisältöä ei saa käyttää eikä jaella mihinkään muihin tarkoituksiin eikä välittää, kopioida tai jäljentää millään tavalla ilman Suunto Oy:n etukäteen antamaa kirjallista lupaa. Pyrimme pitämään tässä asiakirjassa ilmoitetut tiedot täydellisinä ja tarkkoina. Emme kuitenkaan anna tästä välillistä tai välitöntä takuuta. Asiakirjan sisältöä voidaan muuttaa milloin tahansa ilman ennakoilmoitusta. Tämän asiakirjan uusimman version voi ladata Web-osoitteesta [www.suunto.com](http://www.suunto.com).

## 19.4 Patenti-ilmoitus

Tätä tuotetta suojaavat vireillä olevat patenttihakemukset sekä niitä vastaavat kansalliset oikeudet: US 11/169,712, US 12/145,766, US 61/649,617, US 61/649,632, FI20116231, USD 603,521, EP 11008080, EU Design

001296636-0001/0006, 001332985-0001 tai 001332985-0002 USD 29/313,029, USD 667,127, (sykevyö: US 7,526,840, US 11/808,391, US 13/071,624, US 61/443,731). Myös muita patenttihakemuksia on vireillä.

## 19.5 Takuu

### SUUNNON RAJOITETTU TAKUU

Suunto takaa, että tämän rajoitetun takuun ehtojen mukaisesti Suunto tai Suunnon valtuuttama huoltopiste (jäljempänä Huoltopiste) korjaa tuotteen takuuajana ilmenevät materiaali- tai valmistusviat maksutta oman harkintansa mukaan joko a) korjaamalla tuotteen, b) vaihtamalla tuotteen tai c) palauttamalla tuotteen ostohinnan. Tämä rajoitettu takuu on voimassa ja täytäntöönpanokelpoinen vain siinä maassa, josta tuote on hankittu, ellei voimassa oleva lainsäädäntö edellytä muuta.

### Takuuaika

Rajoitetun takuun takuuajaka alkaa tuotteen alkuperäisestä jälleenmyyntipäivästä. Näyttölaitteiden takuuajaka on kaksi (2) vuotta. Kuluvien osien ja lisävarusteiden, mukaan lukien POD-laitteet ja sykemittarit (mutta ei näihin rajoittuen), takuuajaka on yksi (1) vuosi.

Ladattavien paristojen varauksen pitokyky heikkenee ajan kuluessa. Suunnon takuu kattaa akun vaihdon yhden vuoden tai 300 latauskerran ajan (sen mukaan, kumpi toteutuu aiemmin), mikäli varauksen pitokyky heikkenee epänormaalisti akun viallisuuden takia.

## Rajoitukset

Tämä rajoitettu takuu ei kata

1. a) tavallista kulumista, b) varomattoman käsittelyn aiheuttamia vikoja eikä c) vikoja tai vahinkoja, jotka johtuvat väärinkäytöstä tai ohjeiden vastaisesta käytöstä;
2. käyttöoppaita ja kolmannen osapuolen toimittamia nimikkeitä;
3. vikoja tai väitettyjä vikoja, jotka ovat aiheutuneet siitä, että tuotetta on käytetty yhdessä jonkin muun kuin Suunnon valmistaman tai toimittaman tuotteen, lisävarusteen, ohjelmiston ja/tai palvelun kanssa;

Tämä rajoitettu takuu ei ole täytäntöönpanokelpoinen, jos

1. tuotteen kotelo on avattu ohjeiden vastaisesti;
2. tuotteen korjaukseen on käytetty valtuuttamattomia varaosia tai jos valtuuttamaton huoltoliike on muuttanut tuotetta tai korjannut sen;
3. tuotteen sarjanumero on poistettu, muutettu tai tehty lukukelvottomaksi millä tahansa tavalla, jonka Suunto yksinomaisen harkintansa mukaan katsoo täyttävän tämän kohdan ehdot;
4. tuote on altistettu kemikaaleille, kuten hyttyskarkotteille.

Suunto ei takaa tuotteen käytön keskeytyksettömyyttä tai virihettömyyttä eikä tuotteen yhteentoimivuutta kolmansien osapuolten toimittamien laitteiden ja ohjelmistojen kanssa.

## Suunto-takuupalvelun käyttäminen

Suunto-takuupalvelua varten tarvitaan tuotteen ostotodistus. Ohjeita takuupalvelun käyttöön saat osoitteesta [www.suunto.com/support](http://www.suunto.com/support). Jos sinulla on kysyttävää tai haluat tarkennuksia, voit hyödyntää kyseisen sivuston kattavaa tukiaineistoa tai kysyä neuvoa suoraan Suunnon asiakaspalvelusta. Voit myös soittaa Suunnon asiakaspalveluun tämän asiakirjan lopussa olevia

puhelinnumeroita käyttämällä. Suunnon asiantunteva asiakastuki auttaa ongelmatilanteissa ja tekee tarvittaessa tuotteelle vianmäärityksen puhelun aikana.

## **Vastuunrajoitus**

Tämä rajoitettu takuu on ainoa myönnettävä suora tai konkludenttinen takuu ja korvaus siinä enimmäislaajuudessa kuin sovellettava pakottava lainsäädäntö sen sallii. Suunto ei vastaa mistään erityisistä, satunnaisista, rangaistusperusteisista tai seuraamuksellisista vahingoista, kuten odotetun tuoton menettämisestä, tietojen katoamisesta, käytön estymisestä, pääomakustannuksista, korvaavien laitteiden tai palvelujen hankkimisesta tai kolmansien osapuolten vaateista johtuvista vahingoista, tuotteen ostamisesta tai käytöstä johtuvista omaisuusvahingoista tai takuurikkomuksesta, sopimusrikkomuksesta, laiminlyönnistä, törkeästä oikeudenloukkauksesta tai muusta oikeudellisesta tai vastaavasta perusteesta johtuvasta vahingosta, vaikka Suunto olisi ollut tietoinen tällaisten vahinkojen mahdollisuudesta. Suunto ei ole vastuussa takuupalvelun tuottamisesta.

# Hakemisto

## A

- aika-asetukset, 21
  - GPS timekeeping, 25
- aikatila, 21
- akku
  - lataaminen, 116
- akun lataaminen, 14
- Alti & Baro -tila
  - korkeuden tallentaminen, 79
- Alti-Baro-tila, 51
  - Automaattinen-profiili, 58
  - Ilmanpaine-profiili, 56
  - Korkeus-profiili, 56
  - lukemien paikkansapitävyys, 52
  - profiilit, 54
  - vertailuarvo, 54–55
  - virheelliset lukemat, 53
- asetukset, 96
  - aika, 21–22
  - GPS timekeeping, 25
  - hälytys, 24
  - kaksoisaika, 23
  - päivämäärä, 22

autopause (automaattinen keskeytys),  
87

## F

FusedSpeed, 93

## G

- GPS, 28
  - nollaus, 100
  - vianmääritys, 29
- GPS-tietojen nollaus, 100
- GPS timekeeping, 25

## H

- harjoituksen aikana, 78
  - kompassi, 82
  - navigoiminen, 85
- harjoituksen aloittaminen, 75
- harjoituksen jälkeen, 89–91
  - harjoitus ilman sykevyötä, 91
  - sykevyöharjoitus, 90
- harjoitustila
  - harjoituksen aikana, 78
  - harjoituksen aloittaminen, 75

harjoituksen jälkeen, 89–91  
harjoitustilat, 17, 70  
lisäasetukset, 71  
huoltaminen, 115  
huoltovalikko, 99  
hälytys, 24

## I

intervalliajastin, 83

## K

kaksoisaika, 23  
kalibroiminen  
    Foot POD Mini, 106  
    kompassi, 60  
    Suunto Bike POD, 106  
kieli, 101  
kierrokset, 79  
kiinnostava kohde (POI)  
    koordinaattien lisääminen  
    manuaalisesti, 35  
    navigoiminen, 38  
    nykyisen sijainnin lisääminen, 32  
    poistaminen, 41  
Kiinnostavien kohteiden (POI)  
kuvakkeet, 109  
kompassi, 60  
    erannonkorjaus, 62

harjoituksen aikana, 82  
kalibroiminen, 60  
koordinaatistot, 29  
korkeuden tallentaminen, 79  
korkeuden vertailuarvo, 55  
kuljetun reitin tallentaminen, 78  
kuvakkeet, 108

## L

lokikirja, 89

## M

merenpinnan ilmanpaineen arvo, 55  
Movescount, 15  
    Suunto App Designer, 18  
    Suunto App Zone, 18  
    Suunto-sovellus, 18  
mukautetut tilat, 17  
mukauttaminen, 15

## N

navigoiminen  
    harjoituksen aikana, 85  
    kiinnostava kohde (POI), 38  
    palaaminen lähtöpaikkaan, 86  
    reitti, 44  
    vianmääritys, 29  
näytön kontrasti, 19

näytön kontrastin säätäminen, 19  
näytön muuttaminen käännteiseksi, 19

## **P**

paikkatietojen esitysmuodot, 29  
painikkeet, 11  
painikkeet lukittu, 12  
palaaminen lähtöpaikkaan, 86  
palautumisaika, 91  
POD

yhdistäminen, 102

päivittäminen, 16

## **R**

reitti

lisääminen, 43

navigoiminen, 44

poistaminen, 50

reittipisteet, 43–44

## **S**

sekuntikello

aktivoiminen, 65

kierrokset, 66

käyttö, 66

nollaus, 66

poistaminen käytöstä, 65

pysäyttämisen, 66

sijainti, 31

Suunto App Designer, 18

Suunto App Zone, 18

Suunto-sovellus, 18

sykevyö, 73–74

yhdistäminen, 102

## **T**

taustavalo, 12

## **V**

vianmäärittys

sykevyön signaali, 73

## **Y**

yhdistäminen, 15

POD, 102

sykevyö, 102



## SUUNTO CUSTOMER SUPPORT

1. [www.suunto.com/support](http://www.suunto.com/support)  
[www.suunto.com/mysuunto](http://www.suunto.com/mysuunto)
2. [support@suunto.com](mailto:support@suunto.com)
3. 

AUSTRALIA	+61 1800 240 498
AUSTRIA	+43 720 883 104
CANADA	+1 800 267 7506
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

  
**SUUNTO**

©Suunto Oy 06/2013, 04/2014

Suunto is a registered trademark of Suunto Oy.

All Rights reserved.