

# **SUUNTO KAILASH 2.0**

## MANUALE DELL'UTENTE

1. Sicurezza.....	4
2. Per iniziare.....	5
2.1. Regolazione delle impostazioni.....	5
2.2. Display e visualizzazioni.....	6
2.3. Punto di partenza.....	6
3. Funzionalità.....	7
3.1. Registro 7R.....	7
3.2. Sveglia.....	7
3.3. Batteria.....	8
3.4. Retroilluminazione.....	8
3.5. Bussola.....	9
3.6. Timer conto alla rovescia.....	9
3.7. Colore del display.....	10
3.8. Contrasto display.....	10
3.9. Esplorazione con modalità attività.....	10
3.10. Torna alla partenza.....	11
3.11. Torcia.....	12
3.12. GPS.....	12
3.13. Icone.....	13
3.14. Aggiornamenti software con SuuntoLink.....	14
3.15. Contapassi.....	14
3.16. Cronometro.....	14
3.17. App Suunto 7R.....	15
3.17.1. Accoppiamento con l'app Suunto 7R.....	15
3.17.2. Bluetooth.....	15
3.17.3. Notifiche.....	16
3.18. Ora.....	16
3.18.1. Ora locale.....	16
3.18.2. Ora del punto di partenza.....	16
3.18.3. Ora località.....	17
3.18.4. Visualizzazioni dell'ora.....	17
3.18.5. Alba/tramonto.....	18
3.18.6. Data.....	18
3.18.7. Ora GPS.....	18
3.18.8. Ora legale (DST).....	18
3.19. Toni e vibrazioni.....	18
3.20. Unità di misura.....	18
3.21. Indicatori delle condizioni meteorologiche.....	18
4. Manutenzione e supporto.....	20
4.1. Cura.....	20

4.2. Water Resistant.....	20
4.3. Assistenza.....	20
5. Riferimento.....	22
5.1. Specifiche tecniche.....	22
5.2. Conformità.....	23
5.2.1. CE.....	23
5.2.2. Conformità FCC.....	23
5.2.3. IC.....	23
5.2.4. NOM-121-SCT1-2009.....	23
5.3. Marchi commerciali.....	24
5.4. Notifica brevetto.....	24
5.5. Garanzia limitata internazionale.....	24
5.6. Copyright.....	25

# 1. Sicurezza

## Tipologie di avvisi di sicurezza

 **AVVISO:** è utilizzato in relazione a una procedura o situazione che può comportare un rischio di lesioni gravi o letali.

 **ATTENZIONE:** è utilizzato in relazione a una procedura o situazione che può danneggiare il prodotto.

 **NOTA:** è utilizzato per richiamare l'attenzione su informazioni importanti.

 **CONSIGLIO:** è utilizzato per suggerimenti extra su come sfruttare funzioni e caratteristiche del dispositivo.

## Precauzioni di sicurezza

 **AVVISO:** SEBBENE I NOSTRI PRODOTTI SIANO CONFORMI AGLI STANDARD DEL SETTORE, SONO POSSIBILI REAZIONI ALLERGICHE O IRRITAZIONI CUTANEE QUANDO UN PRODOTTO VIENE PORTATO A CONTATTO CON LA PELLE. IN CASO DI PROBLEMI DI QUESTO TIPO, INTERROMPERNE IMMEDIATAMENTE L'USO E CONSULTARE UN MEDICO.

 **AVVISO:** SOLO PER USO RICREATIVO.

 **AVVISO:** NON AFFIDARSI SOLO AL GPS O ALLA BATTERIA, MA PORTARE SEMPRE CON SÉ MAPPE O ALTRI STRUMENTI DI SUPPORTO CHE GARANTISCANO ADEGUATE CONDIZIONI DI SICUREZZA

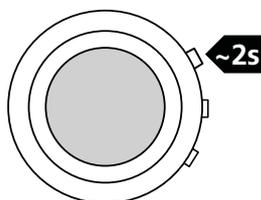
 **ATTENZIONE:** NON USARE INSETTIFUGHI SUL PRODOTTO PERCHÉ POTREBBERO DANNEGGIARNE LA SUPERFICIE.

 **ATTENZIONE:** NON GETTARE IL PRODOTTO NEI RIFIUTI COMUNI; SMALTIRLO COME RIFIUTO ELETTRONICO.

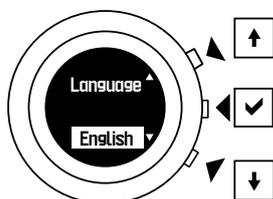
## 2. Per iniziare

Il primo utilizzo del tuo Suunto Kailash è semplice e veloce. Se l'orologio riceve un segnale GPS, l'ora, la data e la posizione sono impostate automaticamente.

1. Attivare l'orologio premendo il pulsante 7R fino a quando il display non si accende.



2. Premere il pulsante 7R o il pulsante inferiore per selezionare la lingua e confermare con il pulsante centrale.



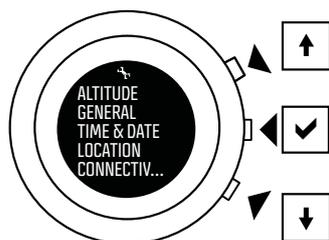
3. Proseguire impostando i formati di unità e di ora.
4. Aspettare fino a quando l'orologio non acquisisce il segnale satellitare e aggiorna ora, data e posizione. Se l'orologio non acquisisce il segnale GPS, proseguire e impostare la data e l'ora manualmente.
5. Opzionale: accoppiare con lo smartphone. Vedi 3.17.1. *Accoppiamento con l'app Suunto 7R*

### 2.1. Regolazione delle impostazioni

È possibile regolare tutte le impostazioni dell'orologio dal menu opzioni.

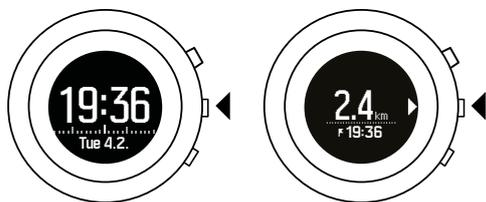
Per regolare un'impostazione:

1. tenere premuto il pulsante centrale per accedere al menu opzioni.
2. Scorrere i menu premendo il pulsante 7R e il pulsante inferiore.
3. Selezionare l'impostazione da modificare premendo il pulsante centrale. A seconda del menu, potrebbe essere necessario scorrere le impostazioni utilizzando il pulsante centrale.
4. Regolare il valore dell'impostazione premendo il pulsante 7R e il pulsante inferiore.
5. Confermare il nuovo valore dell'impostazione premendo il pulsante centrale.
6. Per uscire, tenere premuto il pulsante centrale.



## 2.2. Display e visualizzazioni

Suunto Kailash ha tre schermate principali: Adventure Timeline™, navigazione e registro 7R. Premere il pulsante centrale per passare dalla cronologia alla navigazione.



Dalla schermata della cronologia è possibile accedere al registro 7R premendo il relativo pulsante. Premere il pulsante centrale per ritornare alla cronologia.



La schermata della cronologia presenta diverse visualizzazioni sulla riga in basso, che si possono scorrere premendo il pulsante inferiore.



## 2.3. Punto di partenza

Suunto Kailash utilizza il tuo punto di partenza per la statistica 7R e per tenere aggiornata l'ora relativa al punto di partenza.

Suggeriamo di impostare immediatamente il punto di partenza non appena si inizia a usare l'orologio. Se non si imposta il punto di partenza, non si potrà avere un quadro statistico completo nel registro 7R (vedi 2.1. *Regolazione delle impostazioni*).

Per impostare il punto di partenza:

1. tenere premuto il pulsante centrale per accedere al menu opzioni.
2. Premere il pulsante inferiore per scorrere fino a **POSIZIONE** ed effettuare la selezione con il pulsante centrale.
3. Premere il pulsante inferiore per scorrere fino a **Imposta punto di partenza** ed effettuare la selezione con il pulsante centrale.



## 3. Funzionalità

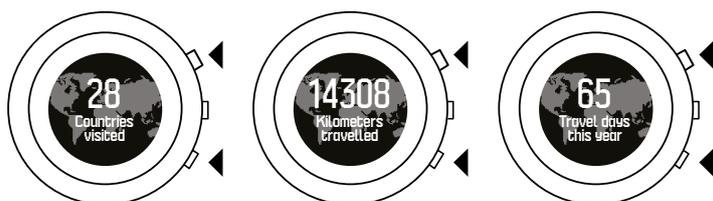
### 3.1. Registro 7R

Premere il pulsante 7R per visualizzare le ultime statistiche delle tue avventure. Le statistiche di riepilogo includono:

- Città visitate: Sono necessari 1.000 passi nella stessa città perché la città possa considerarsi visitata
- Paesi visitati: Sono necessari 1.000 passi perché il paese possa considerarsi visitato
- Tempo totale nella città corrente
- Giorni di viaggio durante l'anno\*: sono conteggiate solo le giornate intere trascorse ad oltre 75 km (47 miglia) dal punto di partenza
- Distanza totale percorsa\*: distanza totale percorsa, escluse le escursioni entro 75 km (47 miglia) dal punto di partenza
- Distanza max. dal punto di partenza\*
- Passi giornalieri medi: Media su 30 giorni calcolata sulla base dei giorni con oltre 1000 passi

\* Il punto di partenza deve essere definito. Vedere 2.3. *Punto di partenza.*

Scorrere i dati statistici premendo il pulsante 7R o il pulsante inferiore.



Oltre al numero totale di città e di paesi visitati, è possibile vedere i nomi dei posti dove si è stati.

1. Dalla visualizzazione relativa alle città visitate o ai paesi visitati, tenere premuto il pulsante 7R per accedere all'elenco dei nomi.
2. Scorrere la lista premendo il pulsante 7R e il pulsante inferiore.
3. Per uscire dall'elenco, premere il pulsante centrale.

 **NOTA:** Suunto Kailash utilizza il database geografico GeoNames con la licenza Creative Commons Attribution 3.0. Il database di Suunto Kailash contiene oltre 6.000 luoghi abitati in tutto il mondo. I criteri di selezione variano a seconda del paese e prendono in considerazione la dimensione e la popolazione di ciascun paese.

### 3.2. Sveglia

È possibile impostare una sveglia giornaliera. Quando si imposta la sveglia, essa appare nella cronologia.



Per impostare la sveglia:

1. tenere premuto il pulsante centrale per accedere al menu opzioni.
2. Premere il pulsante centrale per accedere a **Ora e data**.
3. Premere il pulsante centrale per accedere all'impostazione della sveglia.
4. Attivare la sveglia e confermare.
5. Impostare le ore e i minuti, quindi confermare.
6. Per uscire, tenere premuto il pulsante centrale.

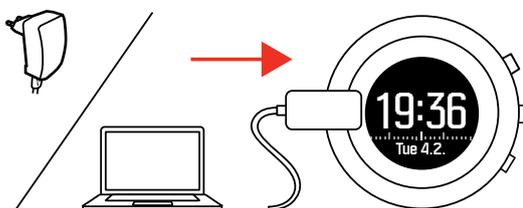
### 3.3. Batteria

Un messaggio pop-up segnalerà quando il livello della batteria raggiunge il 10%.

Una notifica segnalerà quando il livello di carica della batteria è molto basso perché si proceda alla ricarica..

A questo punto l'icona della batteria alla base della visualizzazione della cronologia inizia a lampeggiare. Le funzionalità di navigazione e connettività sono disattivate automaticamente mentre l'orologio è in carica.

Ricaricare l'orologio collegandolo al cavo in dotazione e inserendo l'estremità USB in un computer o in un caricatore a muro.



L'autonomia di una batteria completamente carica dipende dall'utilizzo e dalle condizioni d'uso di Suunto Kailash. Temperature molto basse, ad esempio, riducono la durata della carica. In generale, la capacità delle batterie ricaricabili si riduce con il passare del tempo.

 **NOTA:** *In caso di deterioramento eccessivo della capacità dovuto ad una batteria difettosa, la garanzia Suunto copre la sostituzione della batteria per un anno o per un massimo di 300 ricariche, a seconda di quale scadenza si verifica per prima.*

### 3.4. Retroilluminazione

Suunto Kailash ha due tipi di illuminazione: una normale retroilluminazione e una funzione di retroilluminazione particolarmente potente che può essere utilizzata come torcia (vedi 3.11. *Torcia*).

Per attivare la retroilluminazione, tenere premuto il pulsante inferiore fino a quando la retroilluminazione non si accende.

La retroilluminazione ha tre modalità, che possono essere cambiate dal menu opzioni, in **GENERALI » Display » Modalità retroilluminazione**.

- **Notte**: la retroilluminazione si attiva per 8 secondi premendo un qualsiasi pulsante.
- **Normale** (predefinita): la retroilluminazione si attiva per 8 secondi premendo a lungo un qualsiasi pulsante.
- **Interruttore**: la retroilluminazione si attiva premendo a lungo un qualsiasi pulsante e rimane accesa fino a che il pulsante non viene nuovamente premuto.
- **Off**: Retroilluminazione disattivata.

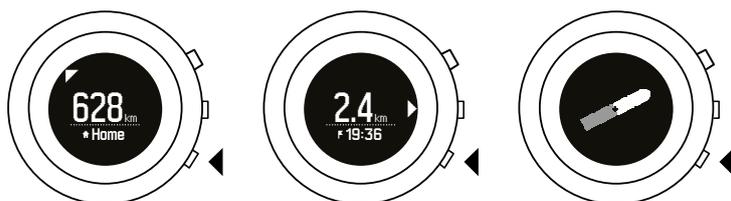
Il livello della retroilluminazione può essere regolato dal menu opzioni, in **GENERALI » Display » Intensità retroilluminazione**.

### 3.5. Bussola

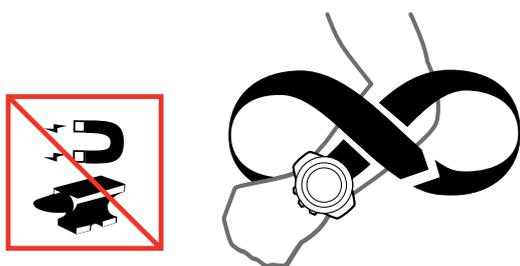
Suunto Kailash include una bussola digitale che può essere utilizzata per orientarsi in terra o in mare. La bussola è con compensazione dell'inclinazione, pertanto l'ago punta a nord anche se l'orologio non è in posizione orizzontale.

Per impostazione predefinita la bussola è spenta. È possibile attivare la visualizzazione della bussola dal menu opzioni, in **POSIZIONE » Bussola**.

Una volta attivata, è possibile accedere alla bussola dalla visualizzazione di navigazione premendo il pulsante inferiore una o due volte, a seconda di quanti PDI sono stati salvati.



La calibrazione della bussola ne assicura la precisione. La bussola deve essere calibrata al suo primo utilizzo o dopo ogni aggiornamento del software. Per calibrare la bussola, muovere il braccio seguendo una traiettoria a forma di 8.



È possibile calibrare la bussola in qualsiasi istante dalla schermata di navigazione, tenendo premuto il pulsante inferiore.

### 3.6. Timer conto alla rovescia

Il conto alla rovescia può essere attivato nel menu opzioni, in **ORA E DATA » Cnt.rovescia**. Dopo avere impostato il conto alla rovescia, l'orologio indica l'ora impostata e la barra del conto alla rovescia.



Per impostare il timer del conto alla rovescia:

1. tenere premuto il pulsante centrale per accedere al menu opzioni.
2. Premere il pulsante centrale per accedere a **ORA E DATA**.
3. Scorrere fino a **Cnt.rovescia** ed effettuare la selezione con il pulsante centrale.
4. Impostare le ore e i minuti, quindi confermare.
5. Per uscire, tenere premuto il pulsante centrale.

Avviare e arrestare il timer premendo il pulsante 7R. Quando il timer è in funzione, è possibile passare al minuto successivo (azzerare i secondi) premendo il pulsante inferiore.

È possibile resettare il timer tenendo premuto il pulsante 7R.

Quando il timer ha terminato la sua funzione, è possibile ritornare al display dell'ora principale premendo il pulsante inferiore.

### 3.7. Colore del display

Per impostazione predefinita, il display ha uno sfondo scuro. Invertendo il display, è possibile invertire i colori per avere uno sfondo chiaro. Questa operazione può essere effettuata nel menu opzioni, in **GENERALI » Display » Inverti display**.

### 3.8. Contrasto display

Il valore predefinito del contrasto del display è del 50%. È possibile regolare il valore tra 0% e 100% in **GENERALI » Display » Contrasto display**.

### 3.9. Esplorazione con modalità attività

Suunto Kailash verifica la tua posizione ogni 10 minuti per aggiornare ora, posizione e statistiche 7R. Durante il normale utilizzo quotidiano, questo intervallo è sufficiente per fornire dettagli esatti sul viaggio, massimizzando al contempo la durata della batteria.

Vi sono occasioni, tuttavia, in cui potrebbe essere utile avere dettagli più specifici, come ad esempio una corsa mattutina in una città sconosciuta oppure una camminata nel parco nazionale locale.

La modalità attività utilizza GPS e GLONASS ad elevata potenza con rilevamento a intervalli di un secondo, in grado di fornire un percorso più preciso per gli spostamenti nei parchi e nelle strade di città, aumentando allo stesso tempo la precisione delle statistiche 7R.

 **NOTA:** GLONASS è utilizzato unicamente nella modalità attività. Il normale rilevamento per le statistiche 7R utilizza il GPS.

Per avviare la modalità attività, è sufficiente tenere premuto il pulsante 7R.

Quando si è in modalità attività, il display mostra:

- Riga superiore: cronografo

- Riga centrale: distanza:
- Riga inferiore: velocità, andatura, andatura media, ora, altitudine, livello di carica della batteria



È possibile modificare la visualizzazione della riga inferiore premendo il pulsante inferiore. Premere il pulsante centrale per la navigazione verso una posizione specifica (consultare 3.10. *Torna alla partenza*).

È possibile mettere in pausa e riavviare la modalità attività premendo il pulsante 7R. Per uscire dalla modalità attività, tenere premuto il pulsante 7R. Se la batteria è completamente carica, è possibile registrare circa sette ore con la modalità attività.

La modalità attività si disattiva automaticamente se:

- per 30 minuti non viene acquisito nessun segnale GPS
- il livello di carica della batteria scende sotto il 10%

Quando la modalità attività viene interrotta automaticamente, l'orologio invia una notifica con il messaggio **Ritorno al GPS normale**.

In alternativa, è possibile disattivare la modalità attività in qualsiasi momento, tenendo premuto il pulsante 7R. Si raccomanda di disattivare la modalità attività se si intende rimanere nello stesso luogo per un certo periodo, ad esempio per fare un pic-nic nel corso di un'escursione, al fine di ridurre al minimo l'utilizzo della batteria.

## Registrazioni

Ogni volta che si utilizza la modalità attività, l'orologio memorizza una copia della registrazione nel registro. Oltre alla data e all'ora, ogni registrazione indica distanza, durata, velocità media, velocità massima e andatura media.

Per accedere alle registrazioni dell'attività:

1. Tenere premuto il pulsante centrale per accedere al menu opzioni.
2. Scorrere fino a **REGISTRI ATTIVITA'** utilizzando il pulsante inferiore e premere il pulsante centrale.
3. Scorrere l'elenco delle registrazioni premendo i pulsanti superiore e inferiore e selezionarne una con il pulsante centrale.
4. Per uscire dalla registrazione, tenere premuto il pulsante centrale.

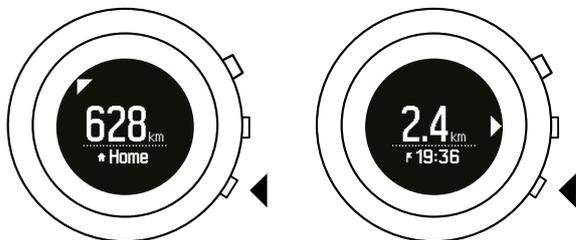
Il registro può contenere fino a 100 registrazioni. Quando il registro è pieno, le registrazioni più vecchie saranno sovrascritte per prime.

## 3.10. Torna alla partenza

Premere il pulsante centrale per passare alla schermata di navigazione con Torna alla partenza. La funzione Torna alla partenza fornisce la direzione e la distanza da un determinato Punto di interesse o dal proprio punto di partenza.

Questa funzione utilizza sia il GPS sia la bussola digitale. Se la bussola non è ancora stata utilizzata, è necessario procedere alla sua calibrazione prima che compaia la visualizzazione di navigazione.

È possibile navigare fino al punto di partenza (se esso è impostato, vedi 2.3. *Punto di partenza*) oppure fino a un Punto di interesse definito sulla base della posizione corrente.



Premere il pulsante inferiore per cambiare il Punto di interesse o per vedere la visualizzazione della bussola.

### **Punto di interesse (PDI)**

Suunto Kailash si possono memorizzare due Punti di interesse (PDI). Uno è il proprio punto di partenza e l'altro è il PDI che è possibile memorizzare in qualsiasi istante utilizzando la posizione corrente.

Per salvare un PDI, come ad esempio l'hotel di una città che si visita per la prima volta:

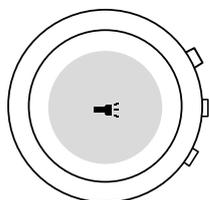
1. Premere il pulsante centrale per passare alla schermata di navigazione.
2. Quando ci si trova nella posizione che si desidera contrassegnare come PDI, premere il pulsante 7R.
3. Attendere fino a quando l'orologio non ha acquisito il segnale GPS e conferma il salvataggio della posizione.

L'ora in cui il PDI è stato salvato viene visualizzata vicino all'icona del PDI nella schermata di navigazione.

## **3.11. Torcia**

Oltre alla normale retroilluminazione, Suunto Kailash dispone di una funzione extra di retroilluminazione particolarmente potente che può essere utilizzata come torcia.

Per attivare la torcia, tenere premuto per alcuni secondi il pulsante inferiore fino a quando la luminosità aumenta e l'icona della torcia appare.



La torcia rimane accesa per circa 4 minuti. Per spegnerla è necessario premere nuovamente il pulsante inferiore.

## **3.12. GPS**

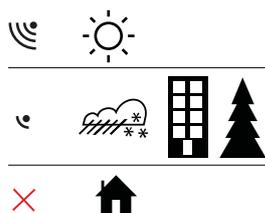
Suunto Kailash utilizza il sistema di navigazione satellitare GPS.

Per impostazione predefinita il GPS è attivo ed esso è utilizzato per numerose funzioni chiave di Suunto Kailash, come ad esempio l'aggiornamento di ora e posizione e registro 7R. È tuttavia possibile spegnere il GPS, se necessario, dal menu opzioni, in **POSIZIONE » GPS**.

La ricezione del segnale GPS può variare notevolmente a seconda del luogo in cui ci si trova e dalle zone circostanti.

Il segnale migliore si riceve in campo aperto, con la visuale del cielo priva di ostacoli.

Tuttavia, densa vegetazione e maltempo possono ridurre la qualità della ricezione del segnale GPS. Il segnale proveniente dai satelliti orbitanti è debole e non è in grado di passare attraverso corpi solidi o acqua. Di conseguenza, quando ci si trova in casa, in ufficio o all'interno di qualsiasi altro edificio, la ricezione del segnale GPS solitamente non funziona.



### 3.13. Icone

Suunto Kailash utilizza le seguenti icone:

Icona	Descrizione
	Sveglia giornaliera
	Livello di carica della batteria
	Attività Bluetooth
	Indicatori pulsanti
	Cronografo
	In basso/diminuire
	Torcia
	Potenza segnale GPS
	Chiamata in arrivo
	Messaggio/notifica
	Chiamata persa
	Avanti/confermare
	In pausa/fermato
	Punto di interesse

Icona	Descrizione
	Impostazioni
	Allarme temporale
	Alba
	Tramonto
	In alto/aumentare

### 3.14. Aggiornamenti software con SuuntoLink

È possibile aggiornare il proprio Suunto Kailash utilizzando il cavo USB in dotazione e un PC o un Mac. Si raccomanda vivamente di aggiornare il software non appena si renda disponibile un aggiornamento. Gli aggiornamenti offrono importanti vantaggi.

Prima di aggiornare il firmware, assicurarsi che il cavo sia collegato correttamente.

Per aggiornare il software del proprio Suunto Kailash, procedere come segue:

1. Se non è stato ancora fatto, installare SuuntoLink. Visitare [suunto.com/support](http://suunto.com/support) per maggiori dettagli.
2. Collegare Suunto Kailash al computer tramite il cavo USB in dotazione.
3. Se è disponibile un aggiornamento, verrà chiesto di aggiornare l'orologio. Prima di scollegare il cavo USB, attendere che l'aggiornamento sia completo.

### 3.15. Contapassi

Il contapassi è disponibile come visualizzazione nel display dell'ora principale: esso indica il numero di passi percorsi fino al momento corrente.

La visualizzazione del contapassi può essere attivata e disattivata nel menu opzioni, in **GENERALI » Visualizzazioni » Passi**.

Inoltre, Suunto Kailash calcola il numero di passi medi giornalieri riferito agli ultimi 30 giorni e mostra la media nel registro 7R (vedi 3.1. Registro 7R).

Il calcolo include solo i giorni in cui sono stati percorsi più di 1.000 passi.

 **NOTA:** Il calcolo dei passi si basa sui movimenti del corpo, misurati da appositi sensori presenti nell'orologio. I valori forniti sono valutazioni e non sono in alcun modo destinati a cure mediche di alcun tipo. Essi hanno lo scopo di aiutare a svolgere un sano e attivo movimento.

### 3.16. Cronometro

Il cronometro può essere attivato nel menu opzioni, in **ORA E DATA » CRONOMETRO**. Dopo avere attivato il cronometro, appare il timer.



Avviare e arrestare il timer premendo il pulsante 7R.

È possibile resettare il timer tenendo premuto il pulsante 7R.

Quando il timer ha terminato la sua funzione, è possibile ritornare al display dell'ora principale premendo il pulsante inferiore.

## 3.17. App Suunto 7R

Accoppiare il Suunto Kailash con Suunto 7R App per ricevere le notifiche sull'orologio, personalizzare le impostazioni dell'orologio e condividere le proprie avventure.

### 3.17.1. Accoppiamento con l'app Suunto 7R

Se l'orologio non è stato accoppiato con il Suunto 7R App, l'orologio avverte di eseguire l'accoppiamento la prima volta che si accede alle impostazioni **CONNETTIVITÀ**.

Per accoppiare l'orologio e l'app:

1. Scaricare e installare Suunto 7R App da iTunes App Store sul proprio dispositivo Apple compatibile.
2. Avviare l'app e attivare il Bluetooth, nel caso fosse ancora spento. Lasciare l'app in esecuzione sul dispositivo mobile.
3. Sull'orologio, tenere premuto il pulsante centrale per accedere al menu opzioni.
4. Scorrere fino a **CONNETTIVITÀ** utilizzando il pulsante inferiore ed effettuare la selezione con il pulsante centrale.
5. Selezionare **Sì** alla domanda **Acc. MobileApp?**
6. Inserire la chiave di accesso visualizzata sul display dell'orologio nella finestra di richiesta di accoppiamento del dispositivo mobile, quindi premere **Collega**.

### 3.17.2. Bluetooth

La connettività Bluetooth è attiva nel Suunto Kailash come impostazione predefinita. Essa si attiva automaticamente per inviare e ricevere informazioni con il dispositivo mobile quando l'orologio è stato accoppiato a Suunto 7R App.

Tuttavia, se non si sta utilizzando l'app, o se non si desidera utilizzare il Bluetooth, è possibile spegnerlo. Da notare che l'impostazione del Bluetooth è visibile solo se il telefono e l'orologio sono già accoppiati.

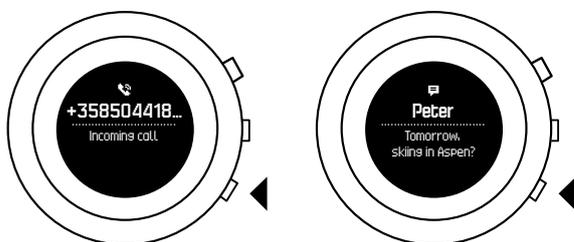
Per spegnere/accendere il Bluetooth:

1. tenere premuto il pulsante centrale per accedere al menu opzioni.
2. Scorrere fino a **CONNETTIVITÀ** utilizzando il pulsante inferiore ed effettuare la selezione con il pulsante centrale.
3. Scorrere fino a **Bluetooth** utilizzando il pulsante inferiore ed effettuare la selezione con il pulsante centrale.
4. Spegnerlo o accenderlo premendo il pulsante 7R o il pulsante inferiore e confermare con il pulsante centrale.

5. Tenere premuto il pulsante centrale per uscire.

### 3.17.3. Notifiche

Se il Suunto Kailash è stato accoppiato a Suunto 7R App, è possibile ricevere chiamate, messaggi e notifiche sull'orologio.



Le notifiche scompaiono automaticamente dopo averle visualizzate sullo smartphone.

Per attivare e disattivare la funzionalità delle notifiche:

1. tenere premuto il pulsante centrale per accedere al menu opzioni.
2. Scorrere fino a **CONNETTIVITÀ** utilizzando il pulsante inferiore ed effettuare la selezione con il pulsante centrale
3. Scorrere fino a **Notifiche** utilizzando il pulsante inferiore ed effettuare la selezione con il pulsante centrale.
4. Attivare o disattivare premendo il pulsante 7R o il pulsante inferiore e confermare con il pulsante centrale.
5. Tenere premuto il pulsante centrale per uscire.

## 3.18. Ora

È possibile utilizzare Suunto Kailash per tenere traccia di tre diverse ore: ora locale, ora del punto di partenza e ora mondiale

L'ora locale è quella della località in cui ci si trova. Vedi *3.18.1. Ora locale*.

L'ora del punto di partenza è l'ora della propria residenza primaria, che è possibile definire quando si imposta la posizione della propria abitazione. Vedi *3.18.2. Ora del punto di partenza*.

L'ora mondiale è l'ora nella posizione di propria scelta, come ad esempio un secondo ufficio oppure il luogo di vacanza preferito. Vedi *3.18.3. Ora località*.

### 3.18.1. Ora locale

L'ora locale o principale è quella della località in cui ci si trova. Essa viene impostata automaticamente ed è costantemente aggiornata a condizione che l'ora GPS e l'ora legale DST siano attive. Se si imposta l'ora locale manualmente, essa viene comunque aggiornata automaticamente a meno che l'ora GPS non venga disattivata (vedi *3.18.7. Ora GPS*).

È possibile regolare l'ora locale manualmente nel menu opzioni, in **ORA E DATA » Ora e data**.

### 3.18.2. Ora del punto di partenza

L'ora del punto di partenza è una seconda ora opzionale di cui è possibile tenere traccia dopo avere impostato il proprio punto di partenza (vedi *2.3. Punto di partenza*). L'ora del punto di partenza viene aggiornata sulla base dell'ora GPS e dell'ora legale DST.

L'ora del punto di partenza è visualizzata nella cronologia quando essa differisce dall'ora principale, ad esempio mentre si è in viaggio. Premere il pulsante inferiore per cambiare le visualizzazioni e vedere la propria ora del punto di partenza.



### 3.18.3. Ora località

L'ora della località è un'impostazione opzionale dell'ora che è possibile utilizzare, ad esempio, per tenere traccia dell'ora di una seconda località internazionale. Si può trattare di qualsiasi città importante nel mondo.

Per impostare l'ora della località:

1. Tenere premuto a lungo il pulsante centrale per accedere al menu opzioni.
2. Premere il pulsante inferiore per scorrere fino a **ORA E DATA** ed effettuare la selezione con il pulsante centrale.
3. Premere il pulsante inferiore per scorrere fino a **Ora località scelta** ed effettuare la selezione con il pulsante centrale.
4. Impostare **Ora località scelta** su **On** premendo il pulsante 7R.
5. Con il pulsante inferiore, scorrere nell'elenco dei continenti e selezionare un **Continente** con il pulsante centrale.
6. Ripetere l'operazione con **Paese** e poi con **Città**.



### 3.18.4. Visualizzazioni dell'ora

Ulteriori informazioni sono indicate nelle visualizzazioni alla base del display dell'ora principale. Scorrere le visualizzazioni premendo il pulsante inferiore. Le visualizzazioni preimpostate sono batteria, altitudine, alba/tramonto, contapassi, secondi e data.



La maggior parte di queste visualizzazioni sono opzionali e possono essere disattivate a proprio piacimento nel menu opzioni, in **GENERALI** » **Visualizzazioni**.

### 3.18.5. Alba/tramonto

Le ore in cui sorge e tramonta il sole si basano sulla posizione corrente. Esse sono disponibili come visualizzazione nella cronologia e possono essere attivate e disattivate nel menu opzioni, in **GENERALI » Visualizzazioni**.

### 3.18.6. Data

La data nella cronologia si basa sulla posizione corrente. Questa visualizzazione può essere disattivata in **GENERALI » Visualizzazioni**.

La data è aggiornata automaticamente se l'ora GPS è attiva. È possibile modificare la data manualmente nel menu opzioni, in **ORA E DATA » Ora e data**.

### 3.18.7. Ora GPS

L'ora GPS può essere utilizzata per avere l'orario sempre aggiornato. Quando si viaggia in una zona con un fuso orario differente, l'orologio controlla e aggiorna automaticamente l'orario o gli orari di conseguenza.

Per impostazione predefinita è attiva l'ora GPS. Essa può essere disattivata nel menu opzioni, **ORA E DATA » Ora e data**.

### 3.18.8. Ora legale (DST)

Se si sta utilizzando l'ora GPS (vedi 3.18.7. *Ora GPS*), è possibile regolare automaticamente l'orario all'ora legale (DST). L'impostazione DST ha tre opzioni:

- **Automatico** – regolazione automatica DST sulla base della posizione GPS
- **Ora solare** – sempre ora solare (no DST)
- **Ora legale** – utilizza sempre l'ora legale

L'impostazione DST può essere regolata in **ORA E DATA » Ora e data**. Da notare che l'impostazione è visibile solamente se l'ora GPS è attiva.

## 3.19. Toni e vibrazioni

Gli avvisi con toni e vibrazioni sono utilizzati per notifiche, allarmi e altri eventi importanti. Essi possono essere regolati separatamente nel menu opzioni, in **GENERALI » Toni e vibrazioni**.

Per ciascun tipo di avviso è possibile scegliere tra le seguenti opzioni:

- **Tutti On**: tutti gli eventi attivano i toni/le vibrazioni
- **Tutti Off**: nessun evento attiva i toni/le vibrazioni
- **Pulsanti disattivati**: tutti gli eventi, tranne la pressione dei pulsanti, attivano i toni/le vibrazioni

## 3.20. Unità di misura

Le unità sono indicate nel sistema metrico o anglosassone. È possibile cambiare l'unità di misura nel menu opzioni, in **GENERALI » Formati » Unità di misura**.

## 3.21. Indicatori delle condizioni meteorologiche

Suunto Kailash è dotato di due indicatori delle condizioni meteorologiche: trend barometrico e allarme temporale/tempesta.

L'indicatore del trend barometrico viene visualizzato nel display dell'ora, permettendo così di controllare velocemente le variazioni delle condizioni atmosferiche.



L'indicatore del trend barometrico è composto da due linee che formano una freccia. Ciascuna linea rappresenta un periodo di 3 ore. Un cambiamento della pressione barometrica maggiore di 2 hPa (0,59 inHg) nelle tre ore comporta un cambiamento nella direzione della freccia. Ad esempio:

	pressione in forte calo nel corso delle ultime sei ore
	la pressione si è mantenuta stabile, ma è aumentata notevolmente nelle ultime tre ore
	la pressione è cresciuta notevolmente, ma è calata abbondantemente nelle ultime tre ore

## Allarme temporale/tempesta

Un calo importante della pressione barometrica significa generalmente che un temporale o una tempesta si stanno avvicinando, e pertanto si raccomanda di portarsi al coperto. Quando l'allarme temporale/tempesta è attivo, Suunto Kailash emette un allarme e il simbolo di temporale/tempesta lampeggia se la pressione scende di 4 hPa (0,12 inHg) o oltre nel giro di 3 ore.

Se si attiva l'allarme temporale/tempesta, è sufficiente premere un qualsiasi pulsante per arrestarlo. Se non si preme nessun pulsante, l'allarme sarà ripetuto una volta, dopo cinque minuti. Il simbolo temporale/tempesta rimane visibile nel display fino a che le condizioni atmosferiche non si stabilizzano (la pressione diminuisce lentamente).

## 4. Manutenzione e supporto

### 4.1. Cura

Maneggiare con cura l'unità evitando urti e cadute.

In normali condizioni di utilizzo l'orologio non necessita di assistenza tecnica. Lavarlo regolarmente con acqua dolce e un detergente delicato e asciugare accuratamente la cassa con un panno morbido e umido o con pelle di daino.

Utilizzare esclusivamente accessori originali Suunto. Gli eventuali danni causati dall'utilizzo di accessori non originali non saranno coperti dalla garanzia.

### 4.2. Water Resistant

Suunto Kailash è resistente all'acqua (non impermeabile) fino a 100 metri (330 ft). L'indicazione dei metri si riferisce a un'effettiva profondità di immersione ed è stata testata nelle condizioni di pressione dell'acqua utilizzate durante il test di resistenza all'acqua Suunto. Ciò significa che l'orologio può essere utilizzato per nuotare e fare snorkeling, ma non può essere utilizzato per alcun tipo di immersione.



**NOTA:** *La resistenza all'acqua indicata non equivale alla profondità operativa di funzionamento. I dati indicati si riferiscono alla tenuta dell'orologio relativamente a temperatura ed acqua per l'uso in doccia, vasca da bagno, piscina, nonché per nuotare e fare snorkeling.*

Per garantire il livello di resistenza all'acqua indicato, si consiglia di fare quanto di seguito suggerito:

- non usare mai il dispositivo per un uso diverso da quello indicato
- per qualsiasi riparazione, rivolgersi ad un centro di assistenza, un distributore o un rivenditore autorizzato Suunto
- tenere pulito il dispositivo da sporcizia e sabbia
- non tentare mai di aprire la cassa
- evitare di esporre il dispositivo a rapidi cambiamenti di temperatura, sia dell'aria sia dell'acqua
- sciacquare sempre il dispositivo con acqua dolce, se è stato utilizzato in acqua salata
- evitare urti e cadute del dispositivo

### 4.3. Assistenza

Visitare il sito Internet [www.suunto.com/support](http://www.suunto.com/support) per ulteriore assistenza. Qui è disponibile un'ampia gamma di materiale di supporto, compresa una sezione di domande e risposte e una serie di video di istruzioni. È inoltre possibile inviare le proprie domande direttamente a Suunto o inviare e-mail e telefonare agli esperti tecnici di Suunto.

Nel sito [www.youtube.com/user/MovesCountrySuunto](http://www.youtube.com/user/MovesCountrySuunto) sono disponibili numerosi video dimostrativi dei prodotti Suunto .

Per accedere all'assistenza Suunto:

1. Effettuare la registrazione nel sito [www.suunto.com/register](http://www.suunto.com/register).

2. Visitare il sito Suunto.com ([www.suunto.com/support](http://www.suunto.com/support)) per controllare se la domanda che si intende porre è già stata inviata o ha già avuto una risposta.
3. Andare su **CONTATTARE SUUNTO** per inoltrare una domanda; in alternativa è possibile telefonare a uno dei numeri di assistenza elencati. È anche possibile inviare una e-mail all'indirizzo [support@suunto.com](mailto:support@suunto.com), includendo il nome del prodotto, il numero di serie ed una descrizione dettagliata del problema. Il personale qualificato del supporto clienti Suunto sarà disponibile a fornire il proprio aiuto e, ove necessario, ad eseguire la diagnostica sul prodotto durante la chiamata.

## 5. Riferimento

### 5.1. Specifiche tecniche

#### Generale

- Temperatura operativa: da -20° C a +60° C/da -5° F a +140° F
- Temperatura batteria in carica: da 0° C a +35° C/da +32° F a +95° F
- Temperatura di conservazione: da -30° C a +60° C/da -22° F a +140° F
- Peso: 71 g
- Impermeabilità: 100 m
- Vetro: Cristallo zaffiro
- Ghiera: Titanio Gr5 (di qualità aerospaziale)
- Alimentazione: batteria ricaricabile agli ioni di litio
- Durata batteria: ~ 4-10 giorni, a seconda delle condizioni

#### Ricetrasmittente radio

- Compatibile con Bluetooth® Smart
- Frequenza di comunicazione: 2402-2480 MHz
- Potenza di trasmissione massima: <0 dBm (condotta)
- Intervallo: ~3 m/9,8 ft

#### Altimetro

- Intervallo di visualizzazione: da -500 m a 9.999 m
- Risoluzione: 1 m (91,44 cm)

#### Bussola

- Risoluzione: 1 grado (18 mil)

#### GPS

- Tecnologia: SiRF star V
- Risoluzione: 1 m/3 ft
- Banda di frequenza: 1.575,42 MHz

#### Produttore

Suunto Oy

Tammiston Kauppatie 7A

FI-01510 Vantaa

FINLANDIA

## 5.2. Conformità

### 5.2.1. CE

Con la presente Suunto Oy dichiara che questo prodotto è conforme ai requisiti essenziali ed alle altre disposizioni pertinenti stabilite dalla direttiva 1999/5/CE.

### 5.2.2. Conformità FCC

Questo dispositivo è conforme alla Sezione 15 delle norme FCC. Il funzionamento è soggetto alle due condizioni che seguono:

- (1) il dispositivo non può provocare interferenze dannose e
- (2) il dispositivo deve accettare qualsiasi interferenza ricevuta, incluse interferenze che potrebbero causare malfunzionamenti. Questo prodotto è stato testato per la conformità agli standard FCC ed è destinato all'uso in casa o in ufficio.

Alterazioni o modifiche non espressamente approvate da Suunto potrebbero rendere il dispositivo non conforme alle norme FCC.

NOTA: Questo dispositivo è stato testato e trovato conforme ai limiti prescritti per i dispositivi digitali di Classe B, ai sensi della Sezione 15 delle norme FCC. Questi limiti sono previsti per garantire una protezione ragionevole contro fastidiose interferenze in un'installazione residenziale. Questo dispositivo genera, utilizza e trasmette radiofrequenze e, se non installato e utilizzato secondo le istruzioni, potrebbe causare fastidiose interferenze con le comunicazioni radio. Tuttavia, non vi è alcuna garanzia che non si verifichino interferenze in una particolare installazione. Se questo apparecchio dovesse causare interferenze dannose alla ricezione radio o televisiva (cosa che può essere verificata spegnendo e riaccendendo il dispositivo) l'utente è invitato a cercare di correggere l'interferenza per mezzo di una delle seguenti procedure:

- Orientare nuovamente o riposizionare l'antenna ricevente.
- Aumentare la distanza tra il dispositivo e il ricevitore.
- Collegare il dispositivo a una presa su un circuito diverso da quello cui è collegato il ricevitore.
- Rivolgersi al rivenditore oppure a un tecnico radio/TV specializzato.

### 5.2.3. IC

Questo dispositivo è conforme agli standard RSS di Industry Canada per i dispositivi esenti da licenza. Il funzionamento è soggetto alle due condizioni che seguono:

- (1) il dispositivo non può provocare interferenze e
- (2) Il dispositivo deve accettare qualsiasi interferenza, incluse interferenze che potrebbero causare malfunzionamenti.

### 5.2.4. NOM-121-SCT1-2009

The operation of this equipment is subject to the following two conditions: (1) it is possible that this equipment or device may not cause harmful interference, and (2) this equipment or device must accept any interference, including interference that may cause undesired operation of the equipment or device.

## 5.3. Marchi commerciali

Suunto Kailash, i rispettivi loghi, gli altri marchi registrati e i nomi di Suunto sono marchi registrati o non registrati di Suunto Oy. Tutti i diritti riservati.

## 5.4. Notifica brevetto

Questo prodotto è protetto da richieste di brevetto in corso e dalle relative leggi nazionali: FI 20155573, US 7,271,774, US 13/794,468, US 14/195,670.

Ulteriori richieste di brevetto sono in corso.

## 5.5. Garanzia limitata internazionale

Suunto garantisce che nel corso del Periodo di garanzia, Suunto o un Centro di assistenza autorizzato Suunto (di seguito "Centro di assistenza") provvederà, a propria esclusiva discrezione, a eliminare eventuali difetti di materiale o lavorazione gratuitamente tramite a) riparazione, b) sostituzione oppure c) rimborso del prezzo di acquisto, in base ai termini e alle condizioni della presente Garanzia limitata internazionale. La presente Garanzia limitata internazionale è valida ed applicabile indipendentemente dal paese di acquisto. La presente Garanzia limitata internazionale non modifica i diritti legali vigenti ai sensi delle leggi nazionali inderogabili ed applicabili alla vendita di beni di consumo.

## Periodo di garanzia

Il Periodo di Garanzia limitata internazionale ha inizio dalla data di acquisto del prodotto originale.

Il periodo di garanzia è di due (2) anni per orologi, smartwatch, computer da immersioni, trasmettitori di frequenza cardiaca, trasmettitori per immersione, strumenti meccanici per immersione e strumenti meccanici di precisione salvo diversa indicazione.

Il Periodo di Garanzia è un (1) anno per gli accessori, inclusi, a titolo esemplificativo e non limitativo, fasce toraciche, cinturini per orologio, caricabatterie, cavi, batterie ricaricabili, bracciali e tubi flessibili Suunto.

Il Periodo di garanzia è di cinque (5) anni per guasti attribuibili al sensore di misurazione profondità (pressione) nei computer per immersioni Suunto.

## Esclusioni e limitazioni

La presente Garanzia limitata internazionale non copre:

1. a. normale usura, come graffi, abrasioni o alterazioni del colore e/o del materiale dei cinturini non metallici, b) difetti causati da uso maldestro, o c) difetti o danni causati da un uso non corretto e/o contrario alle istruzioni fornite, manutenzione errata, negligenza e incidenti quali caduta o schiacciamento;
2. materiale cartaceo e imballaggio/confezionamento;
3. difetti o presunti difetti causati da eventuale utilizzo o collegamento a qualsiasi prodotto, accessorio, software e/o servizio non prodotto o fornito da Suunto.
4. batterie non ricaricabili.

Suunto non garantisce che il funzionamento del prodotto o dell'accessorio sarà ininterrotto o privo di errori né che il prodotto o l'accessorio funzionerà con hardware o software forniti da terzi.

La presente Garanzia limitata internazionale non è applicabile se il prodotto o l'accessorio:

1. se il prodotto è stato aperto per fini diversi da quelli previsti;
2. se il prodotto è stato riparato utilizzando parti di ricambio non omologate; modificato o riparato presso un centro di assistenza non autorizzato da Suunto;
3. se il numero di serie è stato rimosso, alterato o reso illeggibile, cosa che verrà verificata ed accertata da Suunto a propria esclusiva discrezione; oppure
4. se il prodotto o l'accessorio è stato esposto a sostanze chimiche, inclusi, a scopo esemplificativo e non limitativo, repellenti antizanzare o creme solari.

## Accesso al servizio di garanzia Suunto

Per richiedere il servizio di garanzia Suunto, è necessario fornire la prova d'acquisto. Inoltre necessario registrare il prodotto online su [www.suunto.com/register](http://www.suunto.com/register) per avere diritto ai servizi di garanzia internazionale a livello globale. Per istruzioni su come richiedere ed ottenere il servizio di garanzia, visitare il sito [www.suunto.com/warranty](http://www.suunto.com/warranty), contattare il proprio rivenditore autorizzato locale Suunto oppure chiamare il Centro assistenza clienti di Suunto.

## Limitazione di responsabilità

Nella misura massima permessa dalla legislazione applicabile inderogabile, la presente Garanzia limitata internazionale è l'unico ed esclusivo rimedio e sostituisce tutte le altre garanzie, siano esse espresse o implicite. Suunto non può essere ritenuta responsabile per danni speciali, accidentali, colposi o consequenziali, ivi compresi, a titolo esemplificativo e non limitativo, mancati benefici previsti, perdita di dati, mancato uso del prodotto, costo del capitale, costi per attrezzature o strumenti sostitutivi, reclami da parte di terzi, danni alla proprietà derivanti dall'acquisto o uso del prodotto o risultanti dalla violazione della garanzia o del contratto, oppure causati da negligenza, responsabilità oggettiva o altro mezzo giuridico, anche nel caso in cui Suunto fosse a conoscenza della probabilità di tali danni. Suunto non può essere ritenuta responsabile per ritardi nell'erogazione del servizio di cui alla presente Garanzia Limitata.

## 5.6. Copyright

© Suunto Oy 9/2015. Tutti i diritti riservati. Suunto, i nomi dei prodotti Suunto, i rispettivi loghi e gli altri marchi e nomi di Suunto sono marchi registrati o non registrati di Suunto Oy. Questo documento ed il suo contenuto sono proprietà di Suunto Oy e possono essere utilizzati esclusivamente dai suoi clienti per ottenere informazioni e dati relativi al funzionamento dei prodotti Suunto. Il suo contenuto non può essere utilizzato o distribuito, né trasmesso, divulgato o riprodotto per altri scopi senza la preventiva autorizzazione scritta di Suunto Oy. Queste informazioni sono state incluse nella presente documentazione con la massima attenzione al fine di assicurarne la completezza e l'accuratezza. Nonostante ciò, non si fornisce alcuna garanzia, espressa o implicita, circa la loro accuratezza. Il contenuto di questo documento può essere modificato in qualsiasi momento e senza preavviso. La versione più recente di questa documentazione può essere scaricata all'indirizzo [www.suunto.com](http://www.suunto.com).

# Indice

Accoppiamento.....	15	Ora legale.....	18
alba/tramonto.....	18	ora locale.....	16
allarme temporale/tempesta.....	18	ora mondiale.....	17
assistenza.....	20	ora mondiale, ora del punto di partenza .....	16
batteria.....	8	posizione.....	12
Calibrare la bussola.....	9	Primo utilizzo.....	5
carica della batteria.....	8	Punto di interesse.....	11
Connettività.....	15, 16	punto di partenza.....	6
contapassi.....	14	registro.....	7
contrasto.....	10	retroilluminazione.....	8
cronometro.....	14	software.....	14
display.....	6 , 10	Statistiche 7R.....	7
GLONASS.....	10	sviglia.....	7
GPS.....	11	Timer.....	9
impostazioni.....	5	toni.....	18
invertire.....	10	torcia.....	8 , 12
Legale.....	18	trend barometrico.....	18
meteo.....	18	versione.....	14
modalità attività.....	10	vibrazioni.....	18
notifiche.....	16	visualizzazioni.....	6 , 17
ora.....	16, 17, 18		
ora del punto di partenza.....	16		



# SUUNTO CUSTOMER SUPPORT

[www.suunto.com/support](http://www.suunto.com/support)

[www.suunto.com/register](http://www.suunto.com/register)

**Manufacturer:**

Suunto Oy  
Tammiston kauppatie 7 A,  
FI-01510 Vantaa FINLAND



© Suunto Oy 05/2021

Suunto is a registered trademark of Suunto Oy. All Rights reserved.