

SUUNTO NUTIKAS PULSIVÖÖ

KASUTUSJUHEND

1. Tere tulemast.....	3
2. Ohutus.....	4
3. Alustamisjuhend.....	5
3.1. Vöö peale panemine.....	5
3.2. Sidumine.....	5
4. Suunto nutika pulsivöö kasutamine.....	6
5. Hooldus ja klienditugi.....	7
5.1. Käsitsemisjuhtnöörid.....	7
5.2. Törkeotsing.....	7
5.3. Aku.....	7
5.4. Klienditugi.....	8
6. Etalonväärtused.....	9
6.1. Tehnilised andmed.....	9
6.2. Ühilduvus.....	10
6.2.1. CE.....	10
6.2.2. FCC määrustele vastavus.....	10
6.2.3. IC.....	11
6.3. Patenditeade.....	11
6.4. Kaubamärk.....	11
6.5. Garantii.....	11
6.6. Autoriõigus.....	12

1. Tere tulemast

Suunto nutikas pulsivöö pakub täpseid pulsisagedusandmeid ilma ebamugavust tekitamata.

Pulsivöö toimib ideaalselt spordialade korral, kus käeliigutused häirivad randme pealt pulsisageduse mõõtmist, ja võimaldab pulsisageduse mõõtmist, kui kannate käekella varruka peal või jalgratta juhtraua küljes või ei kanna käekella üldse treeningul kaasas.

Suunto nutikal pulsivöö on R-R-mälu, mida kasutatakse siis, kui käekell pole Bluetooth® Smart raadio tööulatuses. See on hea näiteks meeskonnaspordis, kus saate salvestada ilma käekella kandmata. Mälufunktsiooni toetavad kõik Bluetooth Smarti võimelised kellad, välja arvatud Suunto Run, Suunto 7 ja Suunto Kailash.

Kõige suuremat kasu seadme Suunto nutikas pulsivöö kasutamisest saavad rattasõidu, meeskonnaspordi, võitluskunstide, ronimise, ujumise, veespordi, kolmevõistluse, suusaalpinismi, murdmaasuusatamise, uisutamise ja jõusaalialade harrastajad.

Suunto nutikas pulsivöö sobib hästi kokku ka tasuta rakendusega Sports Tracker, mis on saadaval Android, iOS- ja WatchOS-seadmetele.

2. Ohutus

Ettevaatusabinõude tüübid

 **HOIATUS:** - kasutatakse toimingu või olukorra puhul, mis võib põhjustada raskeid vigastusi või surma.

 **ETTEVAATUST:** - kasutatakse toimingu või olukorra puhul, mis põhjustab seadme kahjustusi.

 **MÄRKUS:** - kasutatakse olulise teabe rõhutamiseks.

 **NÕUANNE:** - kasutatakse seadme funktsioonide kasutamist käsitlevate lisanäpunäidete tähistamiseks.

Ettevaatusabinõud

 **HOIATUS:** TOOTE KOKKUPUUTEL NAHAGA VÕIB TEKKIDA ALLERGILINE REAKTSIOON VÕI NAHAÄRRITUS VAATAMATA SELLELE, ET MEIE TOOTED VASTAVAD ASJAKOHASTE STANDARDITE NÕUETELE. SELLISEL JUHUL LÕPETAGE KOHE TOOTE KASUTAMINE JA PIDAGE NÕU ARSTIGA.

 **HOIATUS:** ENNE TREENINGKAVA ALUSTAMIST PIDAGE ALATI NÕU ARSTIGA. ÜLEPINGUTAMINE VÕIB PÕHJUSTADA RASKEID VIGASTUSI.

 **HOIATUS:** SÜDAMERÜTMURI, DEFIBRILLAATORI VÕI MUU SIIRATUD ELEKTRONSEADMEGA INIMESED KASUTAVAD SAATJAVÖÖD OMAL VASTUTUSEL. ENNE SAATJAVÖÖ ESMAST KASUTUST SOOVITAME LÄBIDA ARSTI JÄRELEVALVE ALL KOORMUSTESTI. SEE TAGAB SÜDAMERÜTMURI JA SAATJAVÖÖ OHUTUSE NING TÖÖKINDLUSE SEADMETE SAMAAEGSEL KASUTAMISEL. TREENINGUGA VÕIVAD KAASNEDA MÕNED OHUD, ERITI VÄHELIKUVATELE INIMESTELE. ENNE REGULAARSE TREENINGKAVAGA ALUSTAMIST SOOVITAME TUNGIVALT PIDADA NÕU ARSTIGA.

 **HOIATUS:** AINULT VABAAJAKASUTUSEKS.

 **ETTEVAATUST:** ÄRGE KASUTAGE TOOTEL MIS TAHES TÜÜPI LAHUSTEID, SEST NEED VÕIVAD KAHJUSTADA TOOTE PINDU.

 **ETTEVAATUST:** ÄRGE TÖÖDELGE TOODET PUTUKATÕRJEVAHENDIGA, SEST SEE VÕIB KAHJUSTADA TOOTE PINDU.

 **ETTEVAATUST:** ÄRGE VISAKE TOODET ÄRA, VAID KOHELGE SEDA KESKKONNA SÄÄSTMISEKS ELEKTRONIKAROMUNA.

 **ETTEVAATUST:** ÄRGE LÖÖGE EGA KUKUTAGE SEADET, SEST SEE VÕIB KAHJU SAADA.

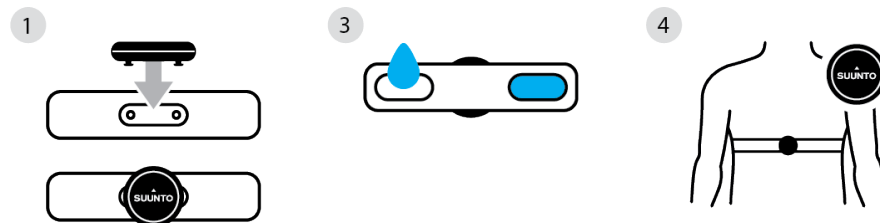
3. Alustamisjuhend

Pärast paari lihtsat sammu olete valmis kasutama seadet Suunto nutikas pulsivöö, et saada treeningu intensiivsuse kohta täpset tagasisidet.

3.1. Vöö peale panemine

Seadme Suunto nutikas pulsivöö kasutama hakkamine.

1. Paigaldage Suunto Smarti moodul kindlalt rinnavöö külge.
2. Vajaduse korral reguleerige vöö pikkust.
3. Niisutage vöö elektrodialasid vee või elektrodigeeliga.
4. Pange vöö peale nii, et see on tihedalt ümber keha ja Suunto logo on ülespoole suunatud.



Kui vöö tuvastab südamelöögi, lülitub see automaatselt sisse.

 **NÕUANNE:** Parimate tulemuste saamiseks kandke vööd paljal ihul.

Suunto Smart Sensori moodulit saab kasutada ka ühilduvate Movesense'i spordirõivastega. Niisutage riidel lihtsalt elektrodiala ja kinnitage andur tihedalt riietuseseme ühenduse külge.

3.2. Sidumine

Pulsisageduse vaatamiseks peate ühendama (siduma) seadme Suunto Smart Sensori mooduli ühilduva Bluetooth® Smart seadmega.

Sidumine võib seadmeti erineda, nii et vaadake mobiilirakenduse või spordikella juhtnööre. Sidumisel veenduge, et oleksite teistest Bluetooth-anduritest vähemalt 10 m (33 jala) kaugusel.

Vööd saab ühendada mitme spordikella ja rakendusega, aga korraga saab aktiivne olla ainult üks ühendus.

Mobiilseadmetes ja nutikellades soovitame kasutada tasuta rakendust Sports Tracker, mis toetab pulsivöö kasutamist ning tagab mitmekülgse spordi jälgimise kogemuse.

4. Suunto nutika pulsivöö kasutamine

Saate kasutada seadet Suunto nutikas pulsivöö pulsisagedusandmete salvestamiseks ja täpse kalorikuluteabe saamiseks mitmesuguste füüsiliste tegevuste ajal, alates intensiivsest trennist kuni jalutuskäiguni pargis.

Seadme Suunto nutikas pulsivöö kasutamine

1. Pange Suunto nutikas pulsivöö peale (vt: „3.1. Vöö peale panemine“).
2. Käivitage salvestamine seotud spordikellas või muus Bluetooth® Smartiga seadmes. (Vt jaotist 3.2. *Sidumine*).
3. Viige oma tegevus lõpule ja lõpetage salvestamine.
4. Võtke pulsivöö või muu Movesense'i rõivaese seljast ja loputage seda (vt: „5.1. *Käsitsemisjuhtnöörid*“).

 **MÄRKUS:** Kuiv nahk vöö elektrootide all, lõdvalt kinnitatud vöö ja sünteetilised särgimaterjalid võivad põhjustada ebatavaliselt kõrgeid pulsisageduse näite. Niisutage vöö elektrootide korralikult ja pingutage vööd, et vältida pulsisageduse kõrgpunkte. Kui olete muul põhjusel mures oma pulsisageduse pärast, siis võtke ühendust arstiga.

Mälufunktsioon

Saate salvestada oma pulsisageduse andmeid ujudes või muid tegevusi tehes, mille puhul pole käekella ega nutitelefoni kasutamine mugav.

Seadme Suunto nutikas pulsivöö mälufunktsiooni kasutamine

1. Pange Suunto nutikas pulsivöö peale (vt: „3.1. Vöö peale panemine“).
2. Käivitage tegevuse salvestamine spordikellas Suunto 3, 5, 9, Ambit3 või Traverse.
3. Veenduge, et pulsisageduse salvestamine toimib, ja jätke siis käekell või mobiilseade maha (näiteks kappi).
4. Tehke oma tegevus tavalisel viisil, kandes kogu aeg seadet Suunto nutikas pulsivöö.
5. Minge tagasi kella juurde ja katkestage salvestamine enne seadme Suunto nutikas pulsivöö eemaldamist.
6. Pärast treeningu salvestamise lõpetamist võtke Suunto nutikas pulsivöö või muu Movesense'i rõivaese seljast ja loputage seda (vt: „5.1. *Käsitsemisjuhtnöörid*“).

Mälufunktsiooni kasutatakse ka andmete puhverdamiseks alati, kui pulsisageduse signaal seadmest Suunto nutikas pulsivöö Suunto spordikella ajutiselt kaob. Puuduvad andmed edastatakse niipea, kui ühendus taastub.

 **MÄRKUS:** Mälufunktsiooni kasutamine tarbib seadmes Suunto nutikas pulsivöö rohkem akuenergiat kui tavapärane kasutus koos ühilduva spordikellaga.

 **MÄRKUS:** Mälufunktsiooni toetavad kõik Bluetooth Smarti võimelised kellad, välja arvatud Suunto Run, Suunto 7 ja Suunto Kailash.

5. Hooldus ja klienditugi

5.1. Käsitsemisjuhtnöörid

Nii Suunto Smart Sensori moodulit kui ka vööd tuleb pärast iga kasutuskorda loputada värske veega.

 **ETTEVAATUST:** Ärge tõmmake Suunto Smart Sensori moodulit vöö küljest ära. See võib kahjustada vöö konnektoreid. Eemaldage klõpsuga ühelt poolt korraga.

Vööd tuleb pesumasinas 30 °C veega pesta pärast iga 2–3 treeningut. Täpsemad pesemisjuhised leiate vöö sildilt.

 **ETTEVAATUST:** Ärge peske seadme Suunto nutikas pulsivöö moodulit pesumasinas. Masinpesu kahjustab moodulit.

 **MÄRKUS:** Suunto Smart Sensori moodul peaks kaua vastu pidama, aga rinnavöö kulub ära nagu kõik muud tekstiilmaterjalid ja see tuleb asendada, kui pulsisageduse näit ei ole enam usaldusväärne. Vt: „5.2. Tõrkeotsing“.

5.2. Tõrkeotsing

Seadme Suunto nutikas pulsivöö edastusulatus on ideaaltingimustes kolm meetrit või rohkem.

Parimate tulemuste saamiseks vähendage takistusi seadme Suunto nutikas pulsivöö ja spordikella või mobiilseadme vahel. Kui seade pole randmel, hoidke kella või mobiili enda ees või ühel küljel taskus või vöö peal.

 **MÄRKUS:** Teie keha võib signaali blokeerida.

Kui Suunto nutikas pulsivöö ei paista saatvat pulsisagedusandmeid ka siis, kui takistused puuduvad, proovige järgmist.

1. Veenduge, et vöö ühendusalad (elektroodid) oleksid märjad ja Suunto logo oleks õiget pidi.
2. Reguleerige vööd nii, et see oleks tihedamalt rinna ümber.
3. Kui teie nahk kipub treeningu ajal kuivaks jääma, kasutage elektroodigeeli.
4. Kontrollige, kas Bluetooth on sisse lülitatud seadmes, millega vöö on seotud.
5. Asendage anduri aku ja ühendage andur uuesti spordikella või mobiilseadmega.

Kui Suunto nutikas pulsivöö paistab saatvat valesid andmeid, proovige järgmist.

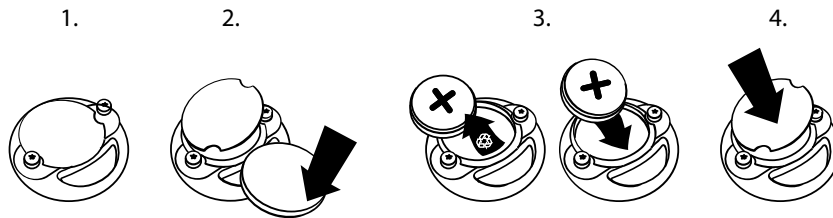
1. Veenduge, et andur oleks vöö külge õigesti kinnitatud, nii et mõlemad klambrid oleks tihedalt kinni.
2. Siduge vöö uuesti seadmega, kus Bluetooth® Smart on lubatud.
3. Peske rinnavööd pesumasinas 30 °C juures.
4. Asendage rinnavöö.

5.3. Aku

Suunto nutikas pulsivöö kasutab 3-voldist liitiumakut (CR 2025).

Aku vahetamiseks toimige järgmiselt.

1. Eemaldage Suunto Smart Sensori moodul rinnavöö küljest.
2. Avage akukate.
3. Vahetage aku.
4. Sulgege akukate korralikult.



5.4. Klienditugi

Lisatoe saamiseks külastage veebilehte www.suunto.com/support. Sealt leiate suure hulga tugimaterjale, sealhulgas küsimused ja vastused ning videod juhistega. Võite ka saata küsimused otse Suuntole või saata e-kirja või helistada Suunto toe töötajatele.

Suunto YouTube'i kanalis aadressil www.youtube.com/user/MovesCountbySuunto on ka mitmeid õppevideosid.

Suuntolt parima isikliku toe saamiseks soovitame toote registreerida.

6. Etalonväärtused

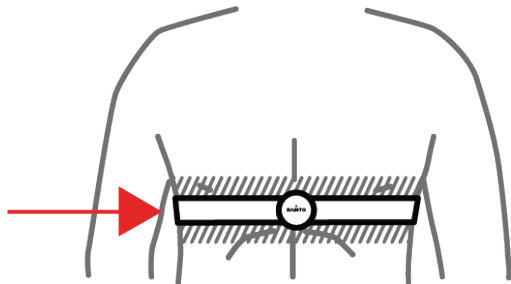
6.1. Tehnilised andmed

Suunto Smart Sensori moodul

- Kaal: 9,4 g / 0,33 untsi (koos akuga)
- Läbimõõt: 36,5 mm / 1,44 tolli
- Paksus: 8 mm / 0,32 tolli
- Töötemperatuur: –20 kuni +60 °C / –5 kuni +140 °F
- Ladustamistemperatuur: –30 kuni +60 °C / –22 kuni +140 °F
- Veekindlus: 30 m (98 jalga)
- Aku tüüp: CR2025
- Aku tööiga: ~ 500 tundi
- Ülekandesagedus: 2,4 GHz (Bluetooth)

Suunto rinnavöö

- Kaal: 31,2 g / 1,1 untsi
- Laius: 30 mm / 1,18 tolli
- Pikkus: (vt allolevat tabelit)



Suurus	Rinna ümbermõõt
Väike	56–82 cm / 22–32 tolli
Keskmine	70–110 cm / 28–43 tolli
Suur	96–160 cm / 38–63 tolli

Raadiotransiiver

- Bluetooth® Smartiga ühilduv
- Sidesagedus: 2402–2480 MHz
- Maksimaalne edastusvõimsus: < 0 dBm (juhtivuslik)
- Vahemik: ~3 m / 9,8 jalga

Tootja

Suunto Oy

Tammiston kauppatie 7 A

FI-01510 Vantaa

FINLAND

6.2. Ühilduvus

6.2.1. CE

Suunto Oy deklareerib käesolevaga, et raadioseade mudelinimetusega Movesense vastab direktiivile 2014/53/EL. ELi vastavusdeklaratsiooni täielik tekst on saadaval aadressil suunto.com/EUconformity.

Toote nimi: SUUNTO SMART SENSOR

Mudel: Movesense

Sagedusala: 2402–2480 MHz

Maksimaalne väljundvõimsus: < 0 dBm

Vahemik: u 3 m

6.2.2. FCC määrustele vastavus

See seade vastab FCC määruste 15. osale. Kasutamine peab vastama järgmisele kahele tingimusele:

(1) seade ei tohi põhjustada kahjulikke häireid ja

(2) seade peab võtma vastu kõik häired, sealhulgas häired, mis võivad põhjustada seadme töös tõrkeid. Selle tootega on tehtud katseid, et see oleks vastavuses FCC standarditega ning sobiks kasutamiseks kodus ja kontoris.

Muudatused ja modifikatsioonid, mille puhul puudub Suunto selgesõnaline heakskiit, võivad muuta kooskõlas FCC määrustega kehtetuks kasutaja õiguse toodet kasutada.

MÄRKUS. Selle seadmega tehti katseid ja leiti, et see vastab B-klassi digiseadme piirangutele kooskõlas FCC määruste 15. osaga. Need piirangud on mõeldud selleks, et pakkuda piisavat kaitset kahjulike häirete vastu eluruumides paiknevates paigaldistes. See seade genereerib, kasutab ja võib kiirata raadiosageduslikku energiat. Kui seda ei paigaldata ega kasutata vastavalt suunistele, võib see põhjustada kahjulikke häireid raadiosides. Sellegipoolest puudub garantii, et kindlates paigaldistes ei teki häireid. Kui seade põhjustab kahjulikke häireid raadio- või televastuvõttus (selle saab kindlaks teha, kui lülitate seadme välja ja sisse), soovitatakse kasutajal proovida häiret parandada, rakendades üht või mitut järgmist meetet.

- Muutke vastuvõtva antenni suunda või asukohta.
- Suurendage seadme ja vastuvõtja vahelist kaugust.
- Ühendage seade vastuvõtjast erineva ahela pistikupesaga.
- Abi saamiseks konsulteerige edasimüüja või kogenud raadio- või teletehnikuga.

6.2.3. IC

Seade on kooskõlas Industry Canada litsentsivaba(de) RSS-standardi(de)ga. Kasutamine peab olema vastavuses järgmise kahe tingimusega:

(1) seade ei tohi põhjustada häireid ja

(2) seade peab võtma vastu kõik häired, sealhulgas häired, mis võivad põhjustada seadme töös tõrkeid.

6.3. Patenditeade

Seda toodet kaitsevad patendid ja patenditaotlused ning neile vastavad riiklikud õigused. Kehtivate patentide loendit vt:

www.suunto.com/patents

Esitatud on veel patenditaotlusi.

6.4. Kaubamärk

Suunto nutikas pulsivöö, selle logod ja muud Suunto tootemargi kaubamärgid ning -nimed on Suunto Oy registreeritud või registreerimata kaubamärgid. Kõik õigused kaitstud.

6.5. Garantii

Suunto garanteerib, et garantiiaja jooksul kõrvaldab Suunto või Suunto volitatud teeninduskeskus (edaspidi: teeninduskeskus) tasuta kõik materjalidest või halvast valmistuskvaliteedist tingitud defektid, tehes seda oma äranägemisel toote või selle osade a) parandamise või b) vahetamise või c) toote ostuhinna hüvitamise teel kooskõlas selle piiratud garantii tingimustega. See piiratud garantii kehtib ja on jõustatav ainult riigis, kus toode osteti, kui asjakohastes õigusaktides ei ole teisiti sätestatud.

Garantiaeg

Rahvusvahelise piiratud garantii aeg algab kuupäevast, mil toode jaemüügist osteti.

Kellade, nutikellade, sukeldumisarvutite, pulsisageduse saatjate, sukeldumissaatjate, mehaaniliste sukeldumisinstrumentide ja mehaaniliste täppisinstrumentide garantiaeg on kaks (2) aastat, kui ei ole öeldud teisti.

Tarvikute, sealhulgas (kuid mitte ainult) Suunto rinnarihmade, kellarihmade, laadijate, kaablite, laaditavate akude, käerihmade ja voolikute garantiaeg on üks (1) aasta.

Garantiaeg on viis (5) aastat rikete korral, mis on tingitud Suunto sukeldumiskompuutrite sügavuse mõõtmise (rõhu)andurist.

Välistused ja piirangud

Käesolev piiratud garantii ei hõlma järgmist:

1. a. tavapärane kulumine, nagu kriimustused, hõõrdumisläikud või muutused mittemetallsete rihmade värvis ja/või materjalis, b) hooletust käsitlemisest tingitud defektid, c) ettenähtud või soovitatud kasutusviisi mittejärgimisest, hooletusest, väärkasutusest ja õnnetustest, nagu mahapillamine või muljumine, põhjustatud defektid või kahjustused;
2. trükitud materjalid ja pakend;

3. defektid või oletatavad defektid, mis on tingitud toote kasutamisest toote, tarviku, tarkvara ja/või teenusega, mis ei ole Suunto toodetud või pakutud;
4. mittelaetavad patareid.

Suunto ei garanteeri toote ega tarvikute katkestusteta või tõrgeteta tööd ega toote või tarviku ühilduvust kolmanda osapoolle riist- või tarkvaraga.

See piiratud garantii ei kehti järgmistel juhtudel:

1. toodet on avatud nii, nagu sihtotstarbeline kasutus ette ei näe;
2. toodet on parandatud lubamatute varuosade abil; toodet on parandanud volituseta teeninduskeskus;
3. toote seerianumber on eemaldatud, seda on muudetud või mis tahes viisil lugematuks tehtud (otsustab Suunto); või
4. toode või tarvik on puutunud kokku kemikaalidega, sealhulgas (kuid mitte ainult) päikesekaitsekreemi ja sääsetõrjevahendiga.

Juurdepääs Suunto garantiiteenusele

Suunto garantiiteenuste kasutamiseks peate esitama ostutõendi. Garantiiteenuse kohta üksikasjalikuma teabe saamiseks külastage veebiaadressi www.suunto.com/warranty, pöörduge Suunto kohaliku volitatud edasimüüja poole või helistage Suunto kontaktkeskusele.

Vastutuse piirang

Käesolev piiratud garantii on suurimal kohaldatavate kohustuslike õigusaktidega lubatud määral teie ainus ja eksklusiivne meede, asendades kõiki muid garantiisid, nii otseseid kui ka kaudseid. Suunto ei vastuta ei eriliste, juhuslike, karistuslike ega põhjuslike kahjude eest, sealhulgas, kuid mitte ainult, eeldatava kasu saamata jäämise, andmekao, kasutusvõimaluse kao, kapitalikulu, asendustoodete või -vahendite hankimisest/kasutamisest tekkinud kulu, kolmandate poolte kahjunõuete ega varalise kahju eest, mis on tingitud toote ostmisest või kasutamisest või garantiitingimuste rikkumisest, lepingu rikkumisest, hooletusest, otsesest õiguserikkumisest või mis tahes juriidilisest või õigusteooriast, isegi kui Suunto oli niisuguse kahju võimalikkusest teadlik. Suunto ei vastuta mis tahes garantiiteenuse osutamise viivituste eest.

6.6. Autoriõigus

© Suunto Oy autoriõigus. Kõik õigused kaitstud. Suunto, Suunto tootenimetused, nende logod ja muud Suunto tootemargi kaubamärgid ning nimetused on Suunto Oy registreeritud või registreerimata kaubamärgid. Käesolev dokument ja selle sisu on Suunto Oy omand ning selle ainueesmärk on pakkuda klientidele toodete kasutamist käsitlevat teavet. Selle sisu ei ole lubatud kasutada või levitada muudel eesmärkidel ja/või muud moodi edastada, avaldada või kopeerida ilma Suunto Oy kirjaliku nõusolekuta. Kuigi oleme hoolitsenud selle eest, et käesolevas dokumendis sisalduv teave oleks arusaadav ja täpne, ei saa siiski selle teabe täpsust garanteerida. Suunto Oy jätab endale õiguse käesoleva dokumendi sisu mis tahes ajal muuta sellest eelnevalt ette teatamata. Dokumendi värskeima versiooni saate laadida alla veebilehelt www.suunto.com.

Indeks

battery.....	7	pairing with watch.....	5
battery type.....	7	replacing battery.....	7
pairing.....	5	troubleshooting.....	7
pairing with app.....	5	wearing belt.....	5



SUUNTO CUSTOMER SUPPORT

www.suunto.com/support

www.suunto.com/register

Manufacturer:

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



© Suunto Oy 06/2025

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