

SUUNTO AQUA

GUÍA DEL USUARIO

1. Uso previsto.....	4
2. Seguridad.....	5
3. Primeros pasos.....	7
3.1. Botones.....	7
3.2. Micrófono.....	8
3.3. Conectividad Bluetooth.....	8
3.4. Acoplamiento.....	9
3.4.1. Comunicación de campo cercano (NFC).....	9
3.5. App Suunto.....	10
3.6. Colocación de los auriculares.....	10
4. Características.....	11
4.1. Control de movimiento de la cabeza.....	11
4.2. Modo de sonido.....	12
4.3. Música sin conexión.....	12
4.4. Personalización de botones.....	13
4.5. Feedback de voz.....	13
4.6. Conexión de doble dispositivo.....	13
5. Detección y análisis de movimiento.....	15
5.1. Alerta de fatiga cervical.....	15
5.2. Evaluación de movilidad cervical.....	15
5.3. Evaluación de saltos.....	15
6. Seguimiento de entrenamientos.....	17
6.1. Natación.....	17
7. Ajustes.....	19
7.1. Información sobre el dispositivo.....	19
7.2. Actualizaciones de software.....	19
7.3. Restablecimiento de los auriculares.....	19
8. Batería y carga.....	20
9. Atención y asistencia.....	22
9.1. Normas generales de operación.....	22
9.2. Eliminación.....	22
10. Referencia.....	23
10.1. Conformidad.....	23
10.2. CE.....	23

1. Uso previsto

Los auriculares Suunto Aqua son auriculares inalámbricos y compatibles con Bluetooth[®], diseñados y fabricados para la natación y el deporte outdoor. Con Suunto Aqua puedes escuchar música y hacer llamadas de forma cómoda y segura durante el ejercicio.

No utilices el producto en situaciones que requieran una atención especial o total. El dispositivo es solo para uso recreativo.

2. Seguridad

Tipos de precauciones de seguridad

 **ADVERTENCIA:** - se utiliza en relación con un procedimiento o situación que puede provocar lesiones graves o incluso la muerte.

 **PRECAUCIÓN:** - se utiliza en relación con un procedimiento o situación que puede dañar el producto.

 **NOTA:** - se utiliza para destacar información importante.

 **CONSEJO:** - se utiliza para ofrecer consejos adicionales acerca de cómo utilizar las características y funciones del dispositivo.

Precauciones de seguridad

 **ADVERTENCIA:** Si el producto entra en contacto con la piel pueden producirse reacciones alérgicas o irritaciones, aunque nuestros productos cumplen las normas del sector. En ese caso, deja de utilizarlo inmediatamente y consulta a tu médico.

 **ADVERTENCIA:** Consulta siempre con un médico antes de comenzar un programa de entrenamiento. El esfuerzo excesivo puede causar lesiones graves.

 **ADVERTENCIA:** Los productos y servicios Suunto están previstos exclusivamente para el uso recreativo, no para ningún tipo de fin médico.

 **ADVERTENCIA:** Llevar auriculares puede afectar a tu capacidad para oír lo que te rodea. Utiliza los auriculares con responsabilidad y da prioridad a la seguridad.

 **ADVERTENCIA:** Antes de cargarlos, asegúrate de que el puerto de carga de los auriculares no contenga líquidos residuales. Los líquidos en el puerto de carga dañan el circuito de los auriculares.

 **ADVERTENCIA:** No utilices el producto durante tormentas eléctricas. Las tormentas eléctricas pueden provocar un funcionamiento anómalo del dispositivo y aumentar el riesgo de descarga eléctrica.

 **ADVERTENCIA:** Aunque tus auriculares sean resistentes al agua, no los cargues si están mojados. Cargar unos auriculares mojados puede provocar un incendio o una descarga eléctrica. Asegúrate de que el cable de carga y los auriculares están secos antes de cargarlos.

 **PRECAUCIÓN:** Utiliza únicamente la batería externa suministrada para cargar tu Suunto Aqua.

 **PRECAUCIÓN:** No apliques ningún tipo de disolvente al producto, ya que podría dañar su superficie.

 **PRECAUCIÓN:** No apliques repelente contra insectos al producto para evitar daños en su superficie.

 **PRECAUCIÓN:** No golpees el producto ni lo dejes caer, ya que podría sufrir daños.

 **NOTA:** No deseches el producto en los residuos normales; trátalo como residuo electrónico para proteger el medio ambiente.

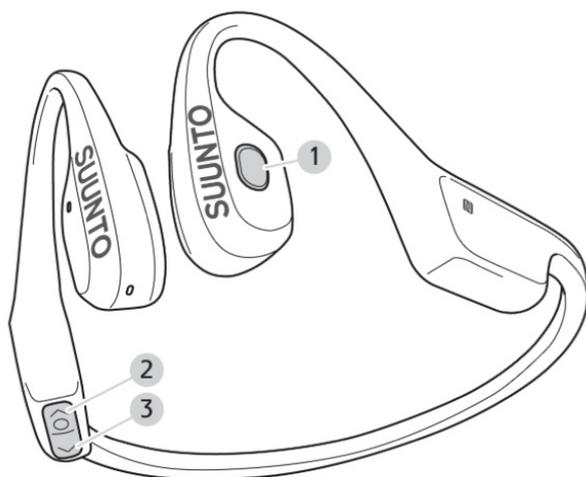
 **NOTA:** Cumple siempre las leyes y normativas locales cuando utilices el producto al aire libre o cuando haya otras personas cerca.

 **NOTA:** Asegúrate de que entiendes perfectamente cómo utilizar los auriculares y cuáles son sus limitaciones leyendo toda la documentación impresa y la guía del usuario en línea. Recuerda en todo momento que tú eres responsable de tu propia seguridad.

3. Primeros pasos

3.1. Botones

Suunto Aqua tiene tres botones que puedes utilizar para cambiar de canción, ajustar el volumen y responder o finalizar llamadas.



1. botón multifunción botón 2. [▶] botón 3. [◀]

Las funciones predeterminadas de los botones son las siguientes:

Encendido/apagado del dispositivo

5. mantén el botón [▶] pulsado durante 3 segundos para encender o apagar el dispositivo

Escuchar audio

- pulsa una vez el botón multifunción para iniciar o detener la reproducción de audio
- pulsa dos veces el botón multifunción para saltar a la pista siguiente
- pulsa tres veces el botón multifunción para volver a la pista anterior
- pulsa el botón [▶] para aumentar el volumen
- pulsa el botón [◀] para reducir el volumen
- mantén pulsados simultáneamente el botón multifunción y el botón [▶] durante 3 segundos para cambiar el modo de sonido

Hacer una llamada

- pulsa una vez el botón multifunción para responder o finalizar una llamada
- mantén pulsado el botón multifunción para rechazar una llamada
- pulsa el botón [▶] para aumentar el volumen
- pulsa el botón [◀] para reducir el volumen

Ajustar la configuración cuando el dispositivo está encendido

- mantén pulsados simultáneamente el botón multifunción y el botón [+] durante 3 segundos para activar el control de movimiento de la cabeza
- mantén pulsados simultáneamente los botones [◀] y [▶] durante 3 segundos para activar el seguimiento del ejercicio (el modo de deporte predeterminado es Nat. piscina)
- en el modo de acoplamiento, mantén pulsados simultáneamente el botón multifunción y el botón [▶] durante 3 segundos para activar la conexión de doble dispositivo
- pulsa el botón [◀] durante 3 segundos para cambiar entre el modo Bluetooth y el modo de música sin conexión
- pulsa el botón multifunción durante 3 segundos para activar el asistente de voz de tu móvil

Durante la carga

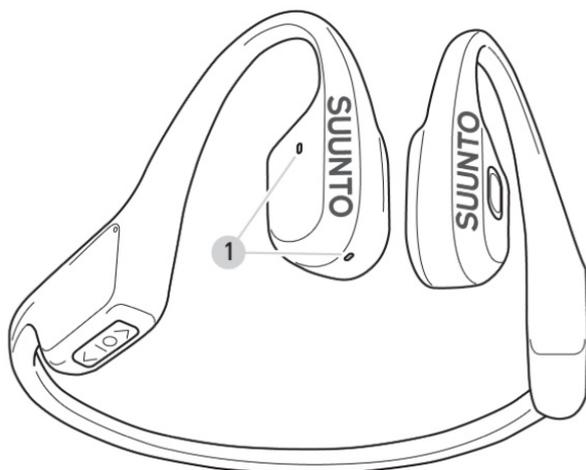
- pulsa el botón multifunción durante 5 segundos para restaurar los ajustes de fábrica

 **CONSEJO:** Puedes personalizar las funciones de los botones en la app Suunto. Consulta 4.4. Personalización de botones.

3.2. Micrófono

Tu Suunto Aqua se suministra con doble micrófono y tecnología de cancelación de ruido ambiental (ENC, por sus siglas en inglés). Estas funciones garantizan una buena calidad de voz en las llamadas, incluso en condiciones de ruido.

Encontrarás los micrófonos en el lado derecho de los auriculares:



1. doble micrófono

3.3. Conectividad Bluetooth

Los auriculares Suunto Aqua se comunican con los dispositivos compatibles a través de Bluetooth. Puedes acoplar el producto con cualquier dispositivo Bluetooth capaz de

reproducir audio, como móviles, relojes inteligentes, tabletas, etc. Para obtener más información sobre cómo acoplar los auriculares con un dispositivo compatible, consulta [3.4. Acoplamiento](#).

Puedes conectar los auriculares a dos dispositivos Bluetooth al mismo tiempo. Consulta [4.6. Conexión de doble dispositivo](#).

Si quieres desconectar los auriculares y el dispositivo compatible, puedes hacerlo en los ajustes de Bluetooth del dispositivo acoplado. Tienes dos opciones para ello. Para mantener los auriculares en la lista de Bluetooth del dispositivo acoplado y garantizar una reconexión rápida, solo tienes que desconectar los dispositivos. Si quieres eliminar por completo los auriculares de la lista de Bluetooth del dispositivo acoplado, bórralos de la lista de conexiones Bluetooth. En este caso, si quieres volver a utilizar los auriculares y el dispositivo Bluetooth, tienes que empezar el proceso de acoplamiento desde el principio.



NOTA: Si te mueves fuera del alcance de la conexión Bluetooth durante más de 3 minutos mientras llevas puesto Suunto Aqua, los auriculares y el dispositivo acoplado se desconectan.

Cuando se pierde la conexión Bluetooth entre los auriculares y el dispositivo compatible, Suunto Aqua entra automáticamente en modo de espera para ahorrar energía. Cuando los auriculares estén en modo de espera, pulsa cualquier botón para volver a conectarte rápidamente al dispositivo Bluetooth.

Cuando los auriculares y el dispositivo acoplado están desconectados durante más de una hora, los auriculares se apagan automáticamente.

3.4. Acoplamiento

Antes de utilizar Suunto Aqua por primera vez, tienes que acoplarlo a un dispositivo compatible.

1. Mantén el botón [◻▶] pulsado durante 5 segundos para encender los auriculares y activar el modo de acoplamiento.
2. Asegúrate de que el Bluetooth esté activado en el dispositivo al que quieres acoplar tu Suunto Aqua.
3. Abre la lista de dispositivos cercanos en los ajustes de Bluetooth del dispositivo compatible.
4. Busca los auriculares Suunto Aqua en la lista y acóplalos al dispositivo.

Los auriculares emitirán un sonido y la luz LED se apagará cuando el acoplamiento se haya realizado correctamente.

3.4.1. Comunicación de campo cercano (NFC)

Tu Suunto Aqua puede acoplarse a un teléfono móvil compatible mediante NFC.

Cuando los auriculares estén encendidos, coloca el lateral izquierdo con el logotipo NFC cerca de la zona de tu teléfono donde se encuentra el chip NFC. Aparecerá un mensaje emergente en la pantalla ofreciéndote acoplar el teléfono a Suunto Aqua.

3.5. App Suunto

Con la app Suunto en el móvil puedes enriquecer aún más tu experiencia de Suunto Aqua. Acopla tus auriculares con la app móvil para personalizar los botones, ajustar el control de movimiento de la cabeza, el modo de sonido y las conexiones, entre otros.

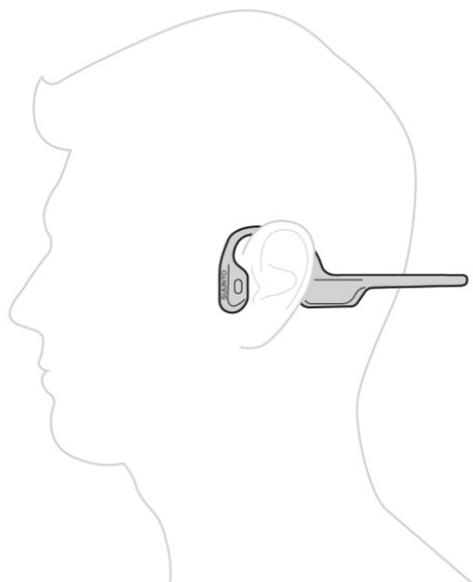
Para ajustar la configuración de los auriculares en la app Suunto:

1. Acopla los auriculares Suunto Aqua al dispositivo móvil compatible mediante Bluetooth. Consulta 3.4. *Acoplamiento*.
2. Descarga e instala la app Suunto en tu dispositivo móvil compatible desde la App Store, Google Play o diversas tiendas de aplicaciones de China.
3. Inicia la aplicación de Suunto en tu móvil.
4. La aplicación se conecta automáticamente a los auriculares.
5. Ve a tu perfil en la app Suunto y abre el menú de los auriculares para ajustar la configuración del producto.

3.6. Colocación de los auriculares

Suunto Aqua son auriculares de conducción ósea de tipo open-ear que te permiten escuchar audio y seguir oyendo tu entorno mientras haces ejercicio.

Para una experiencia adecuada, colócate los auriculares en la parte posterior de la cabeza, con los ganchos en las orejas, para que los transductores descansen delante de ellas. Mantén la parte posterior de los auriculares paralela al suelo.



Tanto si nadas en la piscina como si sales por senderos escarpados, los auriculares se mantienen fijos en la cabeza. Gracias a su peso ligero y al ser de tipo open-ear, los auriculares son cómodos de usar, aunque pasen varias horas. Puedes llevar los auriculares con un gorro de natación, un casco de bici e incluso debajo de un gorro.

 **NOTA:** Para una mejor experiencia acústica mientras nadas, el paquete de los auriculares contiene un par de tapones para los oídos.

4. Características

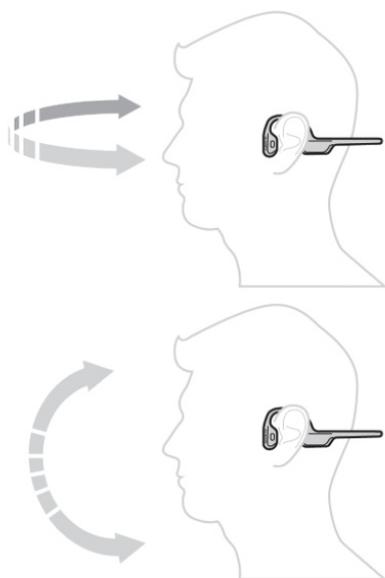
4.1. Control de movimiento de la cabeza

El control de movimiento de la cabeza es una función para un manejo práctico con manos libres. Puedes cambiar entre pistas de audio y responder o rechazar llamadas asintiendo y sacudiendo la cabeza.

Para usar el control de movimiento de la cabeza debes tener activada esta función. Puedes activarlo en la app Suunto o manteniendo pulsados simultáneamente el botón multifunción y el botón [◀] durante 3 segundos.

Una vez activado el control de movimiento de la cabeza, puedes controlar la reproducción de audio y las llamadas sin pulsar ningún botón. Cuando escuches música, sacude la cabeza dos veces para pasar a la siguiente pista. Cuando recibas una llamada mientras lleves puestos los auriculares, asiente dos veces con la cabeza para responder o sacúdela dos veces para rechazarla.

 **NOTA:** Asegúrate de girar la cabeza en un ángulo suficientemente amplio y de completar los movimientos en 1 segundo.



Haz una pausa de al menos 5 segundos entre las distintas acciones.

 **NOTA:** Si utilizas la función de control de movimiento de la cabeza al practicar ejercicio, puede producirse una activación falsa. Te recomendamos que te familiarices con el comportamiento de la función control de movimiento de la cabeza para determinar su idoneidad para tus actividades específicas.

 **NOTA:** El control de movimiento de la cabeza acelera el consumo de batería de los auriculares y, cuando está activado, reduce la duración de la batería alrededor de un 15 %.

 **ADVERTENCIA:** El control de movimiento de la cabeza está pensado únicamente para un funcionamiento auxiliar. Prioriza la seguridad cuando utilices esta función. No dependas únicamente del control de movimiento de la cabeza para acciones críticas que requieran toda tu atención y control manual.

4.2. Modo de sonido

Puedes elegir entre distintos modos de sonido cuando lleves puestos los auriculares. Suunto Aqua ofrece un modo de sonido normal para el uso diario y ejercicios ligeros, un modo de sonido con mayor volumen para entrenamientos outdoor y condiciones ruidosas y un modo de sonido subacuático para nadar. Selecciona el modo que te ofrezca la mejor experiencia en tu situación.

 **NOTA:** Puede haber distorsión de sonido con el volumen más alto.

Mientras escuchas audio puedes cambiar el modo de sonido manteniendo pulsados simultáneamente el botón multifunción y el botón [◁▶] durante 3 segundos. Si tienes instalada la app Suunto en el móvil, también puedes cambiar el modo de sonido en la app.

 **ADVERTENCIA:** El uso prolongado de auriculares a un nivel de volumen elevado puede provocar daños auditivos y distorsión del sonido.

 **ADVERTENCIA:** Llevar auriculares puede afectar a tu capacidad para oír lo que te rodea. Utiliza los auriculares con responsabilidad y da prioridad a la seguridad.

4.3. Música sin conexión

Tus auriculares Suunto Aqua pueden almacenar música sin conexión, para que puedas escuchar música aunque los auriculares no estén conectados con el móvil, por ejemplo, mientras nadas.

Para transferir música a tus auriculares, colócalos en la batería externa y conecta la batería externa a tu ordenador o a un móvil compatible con el cable USB (tipo C) incluido en el paquete del producto. Abre la carpeta de música de los auriculares en el ordenador o en el móvil y copia allí los archivos de audio. Suunto Aqua puede almacenar aproximadamente 8000 canciones y admite los siguientes formatos de archivo: MP3, FLAC, WAV, AAC, M4A, APE, WMA.

Para cambiar al modo de música sin conexión desde el modo Bluetooth, mantén pulsado el botón [◀] durante 3 segundos. También puedes cambiar entre los modos de música en la app Suunto. En la aplicación, también puedes controlar la música y crear listas de reproducción.

 **NOTA:** De forma predeterminada, se almacenan 10 canciones protegidas por derechos de autor en la carpeta de música sin conexión de los auriculares. No puedes copiar ni borrar estas canciones.

 **NOTA:** El modo de música sin conexión acelera el consumo de batería de los auriculares. Puedes escuchar unas 6 horas de música sin conexión con una sola carga.

4.4. Personalización de botones

Puedes personalizar las funciones de los botones de los auriculares en el menú Personalización de botones de la app Suunto. Visualiza todas las funciones actuales de los botones en el menú Personalización de botones y crea accesos directos con botones sencillos y cómodos para las funciones de tus auriculares favoritos.



NOTA: Cuando asignas una combinación de botones a una nueva función, la función que estaba previamente conectada a esa combinación de botones no tendrá ningún acceso directo con botones.

4.5. Feedback de voz

Si tienes un reloj Suunto con capacidad de feedback de voz, puedes recibir feedback de voz con información valiosa durante tu ejercicio. Este feedback puede ayudarte a llevar un seguimiento de tu progreso y ofrecerte indicadores útiles en función de las opciones de feedback que selecciones. El feedback de voz proviene de tu teléfono, por lo que tu reloj y tus auriculares deberán estar acoplados con la app Suunto.

Para activar el feedback de voz en tu reloj antes de un ejercicio:

1. Antes de empezar un ejercicio, desplázate hacia abajo y selecciona **Feedback de voz**.
2. Activa **Feedback de voz desde la app**.
3. Desplázate hacia abajo y activa/desactiva los conmutadores de feedback de voz para seleccionar los que desees utilizar.
4. Asegúrate de que los auriculares están encendidos y acoplados a un dispositivo con la app Suunto.
5. Vuelve atrás y comienza tu ejercicio de forma habitual.

Ahora, tu teléfono te ofrecerá varios feedback de voz durante tu ejercicio, en función de cuáles hayas activado.

Para activar el feedback de voz en tu reloj durante un ejercicio:

1. Pulsa el botón superior para pausar el ejercicio.
2. Selecciona **Opciones**.
3. Desplázate hacia abajo y selecciona **Feedback de voz**.
4. Activa **Feedback de voz desde la app**.
5. Desplázate hacia abajo y activa/desactiva los conmutadores de feedback de voz para seleccionar los que desees utilizar.
6. Asegúrate de que los auriculares están encendidos y acoplados a un dispositivo con la app Suunto.
7. Vuelve atrás y continúa con tu ejercicio.

4.6. Conexión de doble dispositivo

Puedes conectar los auriculares Suunto Aqua a dos dispositivos Bluetooth al mismo tiempo. Con la ayuda de la función de conexión de doble dispositivo, puedes pasar fácilmente al móvil y responder a una llamada mientras escuchas música desde el ordenador.

Sigue estos pasos para acoplar los auriculares a dos dispositivos:

1. Si los auriculares están encendidos, apágalos.

2. Mantén el botón [◻▶] pulsado durante 5 segundos para encender los auriculares y activar el modo de acoplamiento.
3. Mientras parpadea la luz LED roja, mantén pulsados simultáneamente el botón multifunción y el botón [◻▶] durante 3 segundos para activar la conexión de doble dispositivo. Los auriculares emitirán un sonido cuando la función esté activada.
4. Abre la lista de dispositivos cercanos en los ajustes de Bluetooth del primer dispositivo compatible.
5. Busca Suunto Aqua en la lista y acopla los auriculares al primer dispositivo.
6. Apaga los auriculares.
7. Mantén el botón [◻▶] pulsado durante 5 segundos para volver a encender los auriculares y activar el modo de acoplamiento.
8. Abre la lista de dispositivos cercanos en los ajustes de Bluetooth del segundo dispositivo compatible.
9. Busca Suunto Aqua en la lista y acopla los auriculares al segundo dispositivo.
10. Cuando conectas el segundo dispositivo, el primer dispositivo se desconecta temporalmente de los auriculares. Para volver a conectar el primer dispositivo, ve a los ajustes de Bluetooth del dispositivo o simplemente reinicia los auriculares.

Cuando los auriculares ya están acoplados a un dispositivo con la app Suunto:

1. Activa la conexión de doble dispositivo en la app Suunto.
2. Apaga los auriculares.
3. Mantén el botón [◻▶] pulsado durante 5 segundos para volver a encender los auriculares y activar el modo de acoplamiento.
4. Abre la lista de dispositivos cercanos en los ajustes de Bluetooth del segundo dispositivo compatible.
5. Busca Suunto Aqua en la lista y acopla los auriculares al segundo dispositivo.
6. Cuando conectas el segundo dispositivo, el primer dispositivo se desconecta temporalmente de los auriculares. Para volver a conectar el primer dispositivo, ve a los ajustes de Bluetooth del dispositivo o simplemente reinicia los auriculares.

Puedes comprobar la lista de los dispositivos conectados en la app Suunto.



NOTA: Cuando utilizas Suunto Aqua con dos dispositivos acoplados al mismo tiempo, los auriculares determinan su propia prioridad en función del orden del contenido reproducido y las tareas. Habitualmente, el primer audio reproducido tiene prioridad sobre el segundo y las llamadas tienen prioridad sobre la reproducción de audio. Sin embargo, el funcionamiento real de las diferentes marcas y modelos de los dispositivos compatibles puede variar.

5. Detección y análisis de movimiento

Con los auriculares Suunto Aqua, puedes monitorizar tu estado corporal y recibir valiosos comentarios. La información recibida te ayudará a corregir movimientos y posturas incorrectos y a disminuir el riesgo de lesiones.

 **NOTA:** Las funciones de detección y análisis de movimiento no se han diseñado para diagnosticar, tratar ni prevenir ninguna afección médica, ni tampoco pretenden hacerlo. Los resultados obtenidos no deben considerarse un consejo médico ni utilizarse como sustituto de una consulta con un profesional sanitario. Consulta siempre a un profesional sanitario cualificado si tienes alguna duda sobre tu estado de salud en función de los resultados de la evaluación.

5.1. Alerta de fatiga cervical

La función Alerta de fatiga cervical te recuerda que debes mover el cuello después de mantenerlo en la misma posición durante demasiado tiempo, para evitar tensión y lesiones. Para activar la monitorización, activa Alerta de fatiga cervical en la app Suunto. Cuando Alerta de fatiga cervical está activada, puedes establecer la frecuencia con la que deseas recibir un recordatorio. Los auriculares emitirán un sonido tras el intervalo establecido.

La función Alerta de fatiga cervical se recomienda principalmente para el ciclismo.

5.2. Evaluación de movilidad cervical

La función Evaluación de movilidad cervical te proporciona información sobre la salud de tu columna vertebral.

Puedes evaluar la flexión y extensión cervicales, la rotación cervical y la flexión lateral.

Para completar la evaluación de movilidad cervical:

1. Ponte los auriculares y abre la app Suunto en tu móvil.
2. Activa la Evaluación de movilidad cervical en la app.
3. Mira hacia delante para realizar la calibración visual.
4. Gira e inclina la cabeza siguiendo las instrucciones de los auriculares.
5. Cuando sientas que no puedes mover más la cabeza, mantén la posición. Cuando la grabación se realiza correctamente, los auriculares emiten un sonido y aparece un mensaje en la app Suunto.
6. Tras completar todos los pasos de la evaluación, puedes generar un informe en la app Suunto.
7. Guarda el informe.

Puedes repetir la evaluación siempre que quieras y acceder a los informes guardados en la app Suunto.

5.3. Evaluación de saltos

La función Evaluación de saltos te proporciona información sobre tu fuerza en la parte inferior del cuerpo y la fatiga neuromuscular.

Para evaluar la fatiga neuromuscular, ponte los auriculares, activa la Evaluación de saltos en la app Suunto y sigue las instrucciones. Para realizar un seguimiento de la fatiga

neuromuscular a lo largo de la temporada de entrenamiento, primero tienes que establecer tu valor de referencia de salto para recibir los datos iniciales. Puedes seguir tu progreso a lo largo del tiempo en función de los datos de referencia. Suunto recomienda que establezcas el valor de referencia de salto cuando te encuentres en buen estado físico.

Para establecer tu valor de referencia de salto:

1. Ponte los auriculares y abre la app Suunto en tu móvil.
2. Activa la Evaluación de saltos en la app.
3. Colócate en una postura de anchura cómoda y pon las manos en las caderas antes de saltar. Mantén las manos en las caderas durante la prueba.
4. Haz rápidamente una sentadilla y salta a lo más alto que puedas con las dos piernas extendidas en el aire.
5. Cae en el mismo punto desde el que iniciaste el salto.
6. Cuando veas en la app Suunto que se ha grabado el salto, pulsa Siguiente.
7. Repite los pasos 4 y 5 tres veces para completar la prueba.

Una vez finalizada la prueba, puedes generar un informe y guardar los datos en la app Suunto.

Completa la Evaluación de saltos de forma habitual para seguir tus progresos y comprobar tu estado de fatiga y recuperación. Los resultados de la evaluación se ilustrarán en gráficos en el menú Evaluación de saltos de la app Suunto.

6. Seguimiento de entrenamientos

Puedes utilizar los auriculares Suunto Aqua para hacer un seguimiento de algunos ejercicios. Selecciona el modo de deporte a seguir en el menú Cambiar de deporte en la app Suunto.

 **NOTA:** Cuando el seguimiento del entrenamiento está activado, reduce la duración de la batería alrededor de un 15 %.

6.1. Natación

Los auriculares Suunto Aqua son resistentes al agua hasta 5 metros durante 2 horas. Así, puedes llevar los auriculares y escuchar música mientras nadas y haces snorkel. Para obtener información sobre el modo de música sin conexión para nadar, consulta 4.3. *Música sin conexión*.

Además, puedes utilizar los auriculares para realizar un seguimiento de tu natación si el modo natación está activado. Cuando se activa el modo natación, el modo de sonido cambia automáticamente al modo subacuático.

Es posible realizar un seguimiento de tu natación utilizando solo los auriculares o los auriculares conectados con el reloj Suunto. Si conectas el reloj Suunto con los auriculares Suunto Aqua, podrás ver en el reloj los datos que recogen los auriculares durante la natación. En el resumen del ejercicio puedes comprobar, por ejemplo, la duración de las fases de deslizamiento, los datos relativos a la posición de la cabeza y la respiración, etc. Para obtener más información, consulta la app Suunto.

 **NOTA:** Tus datos de natación estarán disponibles en el resumen del ejercicio en tu reloj y en la app Suunto después de finalizar y guardar el ejercicio.

Para registrar una sesión de natación con los auriculares:

1. Mantén pulsados simultáneamente los botones [◀] y [▶] durante 3 segundos para activar el modo de natación.
2. Sigue las instrucciones de los auriculares para completar la calibración visual.
3. Cuando oigas «swimming mode is on» (modo de natación activado), empieza a nadar.
4. Cuando termines el entrenamiento, sal del modo natación manteniendo pulsados simultáneamente los botones [◀] y [▶] durante 3 segundos.
5. Consulta el resumen en la app Suunto.

Para registrar una sesión de natación con los auriculares conectados al reloj:

 **NOTA:** Para conectar los auriculares con el reloj Suunto, tienes que instalar la app *Suunto Aqua Swimming* desde *SuuntoPlus™ Store* en el reloj.

1. Enciende los auriculares Suunto Aqua.
2. En la pantalla de inicio del ejercicio del reloj, desplázate hacia abajo y selecciona *SuuntoPlus™*.
3. Activa *Suunto Aqua Swimming*.
4. Espera a que el reloj se conecte automáticamente con los auriculares Suunto Aqua.
5. Vuelve atrás y pulsa Inicio.
6. Sigue las instrucciones de los auriculares para completar la calibración visual.

7. Cuando oigas «swimming mode is on» (modo de natación activado), empieza a nadar.
8. Cuando termines el entrenamiento, finaliza el ejercicio en el reloj como de costumbre.
9. Consulta el resumen en el reloj y en la app Suunto.



NOTA: Cuando haya varios auriculares disponibles para que el reloj se conecte, asegúrate de que conectas los dispositivos previstos. Cuando se conectan al reloj, los auriculares emiten un sonido.



NOTA: Si se pierde la conexión entre los auriculares y el reloj durante el ejercicio, o si desactivas el seguimiento del entrenamiento con los auriculares antes de finalizar el ejercicio en el reloj, los registros de ejercicio de los auriculares y del reloj aparecerán como ejercicios separados en la app Suunto.



ADVERTENCIA: Por motivos de seguridad, Suunto recomienda que no lleves puestos los auriculares mientras buceas en aguas abiertas.

7. Ajustes

7.1. Información sobre el dispositivo

Puedes comprobar cierta información del dispositivo, como la versión del software de tus auriculares, en la app Suunto.

7.2. Actualizaciones de software

Las actualizaciones del software aportan a tus auriculares importantes mejoras. Para actualizar el software, los auriculares deben estar conectados a la app Suunto. Se necesita conexión a Internet para descargar el paquete de actualización. Para instalar el paquete de actualización, el nivel de batería de los auriculares debe ser de al menos un 20 %.

Cuando hay una actualización disponible, al abrir la app Suunto aparece una ventana emergente que ofrece la opción de actualización. Mantén los auriculares conectados al móvil durante el proceso de actualización. Los auriculares se reiniciarán cuando finalice la actualización.

Puedes comprobar la versión del software de tus auriculares en los ajustes del dispositivo en la app Suunto.

7.3. Restablecimiento de los auriculares

Puedes restablecer el producto si deseas borrar todos los ajustes de Suunto Aqua. Mientras Suunto Aqua se está cargando, mantén pulsado el botón multifunción durante 5 segundos. El restablecimiento se ha realizado correctamente cuando la luz LED roja parpadea dos veces y los auriculares reproducen un sonido.

 **NOTA:** Los registros de acoplamiento Bluetooth se eliminan de los auriculares tras el restablecimiento. Cuando quieras volver a utilizar los auriculares, tendrás que empezar el proceso de acoplamiento desde el principio. Consulta 3.4. Acoplamiento.

8. Batería y carga

El rendimiento de la batería con una sola carga depende de cómo utilices los auriculares y en qué condiciones. Por ejemplo, las temperaturas bajas reducen la duración de cada carga. Por norma general, la capacidad de las baterías recargables disminuye con el tiempo.

Los auriculares se cargan completamente en una hora, y puedes escuchar hasta 10 horas de música con una sola carga.

Cuando el nivel de batería es inferior al 5 %, los auriculares reproducen un tono de alarma de batería baja cada 5 minutos, y la luz LED roja empieza a parpadear.

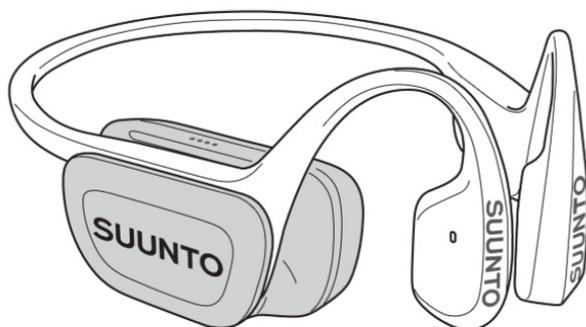
Para comprobar el estado de la batería de los auriculares, conecta el producto a la app Suunto. Puedes ver el estado de la batería en la página de los auriculares dentro de la app.

Para cargar los auriculares, el paquete contiene una batería externa portátil que ofrece 20 horas más de duración.

Antes de poder usar la batería externa tienes que cargarla con el cable USB-C suministrado. Para comprobar el estado de la batería de la batería externa, pulsa el botón de la parte inferior. Se encienden luces en la parte superior del dispositivo, y cada luz representa el 25 % de la capacidad de la batería.

Para cargar los Suunto Aqua con la batería externa, pulsa el botón de la parte inferior de la batería externa e introduce los auriculares en la ranura de carga. Cierra la batería externa presionando ligeramente sus partes trasera y delantera. Si los auriculares están encendidos, se apagarán automáticamente cuando se conecten a la batería externa. Mientras los auriculares se están cargando, las luces LED de la batería externa parpadean. Cuando la batería está totalmente cargada, las luces LED se apagan.

 **NOTA:** Asegúrate de que los puertos de carga están en contacto cuando introduzcas los auriculares en la batería externa. La carga solo se inicia cuando las luces de la batería externa parpadean.



 **CONSEJO:** Puedes utilizar la batería externa con el cable USB suministrado para transferir archivos de audio a los auriculares. Consulta 4.3. Música sin conexión.

 **ADVERTENCIA:** Antes de cargarlos, asegúrate de que los puertos de carga de los auriculares y la batería externa no contengan líquidos residuales. Los líquidos en los puertos de carga dañan el circuito de la batería externa y los auriculares.

9. Atención y asistencia

9.1. Normas generales de operación

Maneja el producto con cuidado; no lo golpees ni dejes que caiga contra el suelo. No guardes los auriculares debajo de objetos pesados, ya que podrían deformarse.

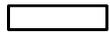
Aunque los auriculares son resistentes al agua, no los sumerjas en agua durante mucho tiempo. Cuando la superficie del producto esté sucia, límpiala con un paño suave y seco. Presta especial atención a los micrófonos, los botones y las clavijas de carga.

En circunstancias normales, los auriculares no precisan de ningún tipo de mantenimiento.

Utiliza solo accesorios originales Suunto. La garantía no cubre los daños provocados por accesorios no originales.

9.2. Eliminación

Deshazte del dispositivo de forma adecuada, como corresponde a un residuo electrónico. No lo tires a la basura. Si quieres, puedes devolverlo al distribuidor Suunto más cercano.



10. Referencia

10.1. Conformidad

Encontrarás información sobre normativa y especificaciones técnicas detalladas en “Seguridad de los productos e información normativa”, la cual se incluye con tu Suunto Aqua y también está disponible en www.suunto.com/userguides.

10.2. CE

Por el presente documento, Suunto Oy declara que el equipo radioeléctrico de tipo HS241 cumple la Directiva 2014/53/UE. El texto completo de la declaración UE de conformidad se halla en la siguiente dirección de Internet: www.suunto.com/EUconformity.





SUUNTO CUSTOMER SUPPORT

www.suunto.com/support

www.suunto.com/register

Manufacturer:

Suunto Sports Technology (Dongguan) Co., Ltd
Room 108, No. 5, Longxi Road, Nancheng Street,
Dongguan City, Guangdong Province



© Suunto Oy 11/2024

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