

SUUNTO TRAVERSE

ユーザーガイド

1. 安全について.....	4
2. はじめに.....	5
2.1. ボタンの使用.....	5
2.2. セットアップ.....	5
2.3. 設定の調整.....	6
3. 特徴.....	8
3.1. アクティビティ モニタリング.....	8
3.2. 高度計/気圧計.....	9
3.2.1. 正確な測定.....	10
3.2.2. アクティビティに適したプロファイルの選択.....	11
3.2.3. 高度プロファイルの使用.....	12
3.2.4. 気圧プロファイルの使用.....	12
3.2.5. 自動プロファイルの使用.....	13
3.3. オートポーズ.....	13
3.4. バックライト.....	13
3.5. ボタンロック.....	14
3.6. コンパス.....	14
3.6.1. コンパスの調整 (キャリブレーション)	15
3.6.2. 偏角設定.....	16
3.6.3. 方位ロックの設定.....	16
3.7. カウントダウンタイマー.....	17
3.8. ディスプレイ.....	17
3.8.1. ディスプレイコントラストの調整.....	18
3.8.2. ディスプレイカラーの反転.....	18
3.9. FusedAlti.....	18
3.10. ファインドバック.....	19
3.11. アイコン.....	19
3.12. ログブック.....	21
3.13. メモリ残量インジケータ.....	22
3.14. GPS によるナビゲーション.....	22
3.14.1. GPS 信号の取得.....	22
3.14.2. GPS グリッドと座標表示形式.....	23
3.14.3. GPS 精度とバッテリー節約.....	23
3.14.4. GPS と GLONASS.....	24
3.15. 通知.....	24
3.16. アクティビティの記録.....	25
3.17. 心拍センサーとのペアリング.....	25
3.18. ポイントオブインタレスト.....	25
3.18.1. 現在地の確認.....	26
3.18.2. POI の追加.....	27

3.18.3. POI の削除.....	27
3.19. ルート.....	27
3.19.1. ルートナビゲーション.....	28
3.19.2. ナビゲーション中の操作.....	28
3.20. サービスメニュー.....	30
3.21. スポーツモード.....	31
3.22. ストップウォッチ.....	31
3.23. Suunto モバイルアプリ.....	32
3.23.1. モバイルアプリとの同期.....	32
3.24. Suunto Apps.....	33
3.25. 時刻.....	33
3.25.1. アラームクロック.....	33
3.25.2. 時刻の同期.....	34
3.26. トーンおよび振動.....	34
3.27. トラックバック.....	34
3.28. 天気インジケータ.....	35
4. お手入れとサポート.....	36
4.1. 取扱説明書.....	36
4.2. 防水性.....	36
4.3. バッテリーの充電.....	36
5. 参照.....	38
5.1. 技術仕様.....	38
5.2. コンプライアンス.....	39
5.2.1. CE.....	39
5.2.2. FCC 準拠.....	39
5.2.3. IC.....	39
5.2.4. NOM-121-SCT1-2009.....	39
5.3. 商標.....	40
5.4. 特許通知.....	40
5.5. 製品に関する国際限定保証.....	40
5.6. 著作権.....	41

1. 安全について

安全注意表示の種類


 **警告:** - この表示がある項目の内容は、最悪の場合、死亡・重症事故につながる危険が想定される方法、状況に関連しています。


 **注意:** - この表示がある項目の内容は、製品にダメージを与えるような方法、状況に関連しています。


 **メモ:** - この表示がある項目は「重要情報」であることを示しています。


 **ヒント:** - このマークは、機器の特徴や機能の使い方のヒントを表しています。


安全上の注意


 **警告:** 弊社製品は工業規格に適合していますが、製品が皮膚に接触するとアレルギー反応または皮膚のかぶれが発生する場合があります。そのような場合、すぐに使用を中断し医師に相談してください。


 **警告:** エクササイズプログラムを開始する前に必ず医師に相談してください。無理な運動は、重大な怪我や事故につながる恐れがあります。

 **警告:** レクリエーション専用。


 **警告:** GPS またはバッテリー寿命を完全に信頼しないようにしてください。安全を確保するため、必ず地図およびバックアップ機材を用意してください。

 **注意:** 表面を損傷する可能性があるため、いかなる種類の溶剤も製品へ塗布しないでください。

 **注意:** 表面を損傷する可能性があるため、いかなる種類の防虫剤も製品へ塗布しないでください。

 **注意:** 環境保護のため、製品は廃棄せず、電子機器廃棄物として取り扱ってください。

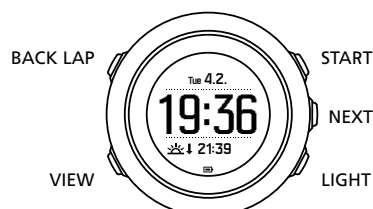
 **注意:** 機器が損傷するため、機器を叩いたり落としたりしないでください。

 **メモ:** Suunto では、弊社製品を利用するお客様のためにアクティビティやアドベンチャーに役立つデータや指標を生成するために最先端のセンサーとアルゴリズムを採用しています。弊社は可能な限り正確なデータを提供することを目指しています。Suunto 製品およびサービスにより収集されるデータは完全に信頼できるものではなく、生成されたデータは必ずしも完全に正確なデータであるとは限りません。カロリー、心拍数、位置情報、動作検知、発砲検知、肉体的ストレスインジケータ、およびその他の測定結果は、実際の値と一致しない場合があります。Suunto 製品およびサービスはレクリエーションでの使用のみを想定しており、医療目的で使用されることを意図していません。

2. はじめに

2.1. ボタンの使用

Suunto Traverse には 5 つのボタンがあり、すべての機能にアクセスすることができます。



[START]

- このボタンを押すと、スタートメニューにアクセスできます
- このボタンを押すと、記録やタイマーが一時停止/再開します
- このボタンを押すと、値を増やしたり、メニューで上に移動することができます
- このボタンを長押しすると、記録を開始、または利用可能なスポーツモードの一覧にアクセスできます
- このボタンを長押しすると、記録を終了して保存することができます

[NEXT]

- このボタンを押すと、ディスプレイが切り替わります
- このボタンを押すと、設定を表示/確定できます
- このボタンを長押しすると、オプションメニューを表示/終了することができます

[LIGHT]


- このボタンを押すと、バックライトが点灯します
- このボタンを押すと、値を減らしたり、メニューで下に移動することができます
- このボタンを長押しすると、フラッシュライトが点灯します
- このボタンを押すと、フラッシュライトが消灯します

[BACK LAP]

- このボタンを押すと、ひとつ前のメニューに戻ります
- このボタンを押すと、記録中にラップを追加することができます
- このボタンを長押しすると、ボタン操作をロック/ロック解除することができます

[VIEW]

- このボタンを押すと、他のディスプレイビューにアクセスできます
- このボタンを長押しすると、POI を保存することができます

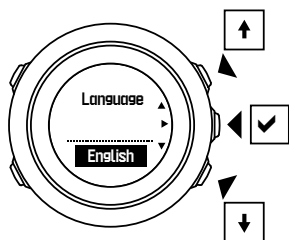
 **ヒント:** 値を変更する際に、[START] ボタンまたは [LIGHT] ボタンを長押しすると数値が早送りされます。

2.2. セットアップ

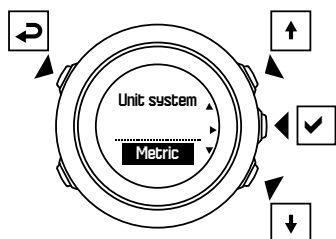
時計の使用を開始するには:

1. [START] ボタンを長押ししてデバイスを起動します。

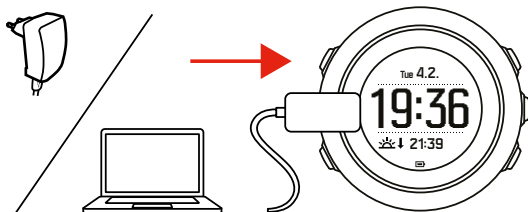
2. [START] ボタンまたは [LIGHT] ボタンを押して希望の言語までスクロールし、[NEXT] ボタンを押して選択します。




3. スタートアップウィザードに従い、初期設定を完了します。[START] ボタンまたは [LIGHT] ボタンで値を選択します。[NEXT] ボタンを押して承認し、次のステップに進みます。



セットアップウィザードを完了した後、付属の USB ケーブルを使ってバッテリーがフル充電の状態になるまで時計を充電してください。



 **メモ:** バッテリーのマークが点滅している場合は、*Suunto Traverse* を充電してから初期設定を始めてください。

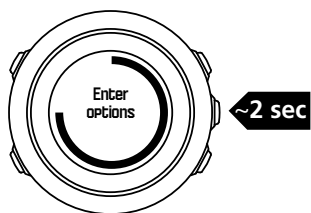
 **メモ:** 充電が切れ、バッテリーを再度充電した場合、*START* ボタンを長押しして再起動します。

2.3. 設定の調整

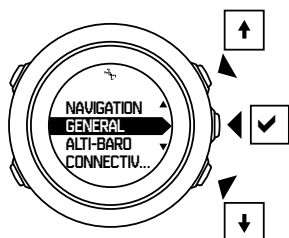
Suunto Traverse の設定は、時計本体で直接変更することができます。

時計本体で設定を変更するには：

1. [NEXT] ボタンを長押ししてオプションメニューに入ります。



2. [START] ボタンと [LIGHT] ボタンでメニューをスクロールします。
3. [NEXT] ボタンを押して設定を表示します。
4. [START] ボタンと [LIGHT] ボタンを押して設定内容を変更したら、[NEXT] ボタンを押して確認します。



5. [BACK LAP] ボタンを押してひとつ前のメニューに戻るか、[NEXT] ボタンを長押しして終了します。

3. 特徴

3.1. アクティビティ モニタリング


Suunto Traverse は、パーソナル設定に基づいて毎日の歩数と推定消費カロリーを計測します。

毎日の歩数（推定）は、標準ビューとして時刻ディスプレイに表示されます。[VIEW] ボタンを押すと、ステップカウンタービューに切り替わります。歩数は 60 秒ごとに更新されます。



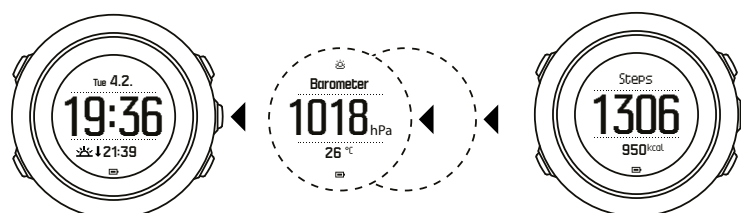
毎日の歩数と消費カロリーは、ディスプレイ » ステップの下に表示されます。これらの数値は、毎日午前 0 時にリセットされます。



 **メモ:** アクティビティ モニタリングは、時計本体に内蔵されたセンサーにより感知された動きをもとに計測します。アクティビティ モニタリングにより計測される数値は概算にすぎず、医療診断などの目的で使用することはできません。

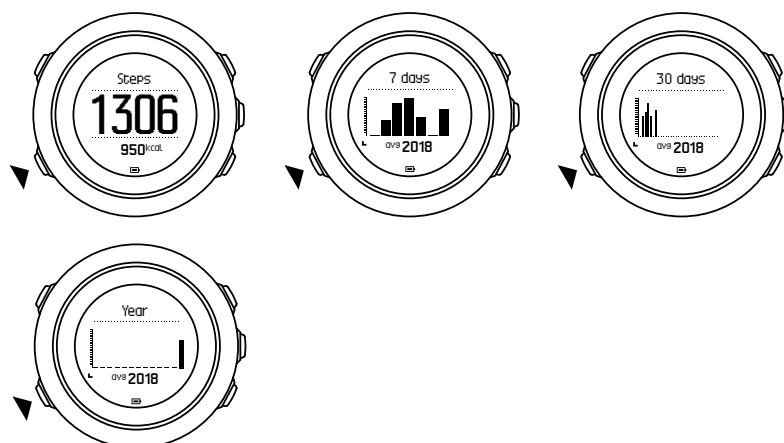
歩数履歴

Suunto Traverse は、歩数データの完全な履歴を表示することができます。歩数ディスプレイには毎日の歩数が表示されるだけでなく、週間、月間および年間の歩数データの動向を確認することができます。歩数ディスプレイは、ディスプレイ » ステップの下にあるスタートメニューから表示/非表示を切り替えることができます。このディスプレイを有効にしている場合、歩数履歴を確認するには [NEXT] ボタンを押して有効なディスプレイをスクロールします。



歩数ディスプレイで

[VIEW] ボタンを押すと、週間、月間および年間の歩数データの動向を確認することができます



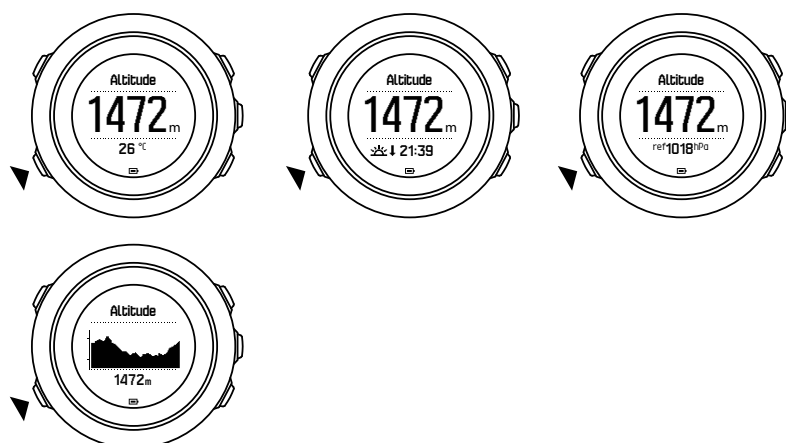
す。

3.2. 高度計/気圧計

Suunto Traverse は時計本体に内蔵されている気圧センサーを使って絶対気圧を常時測定します。この測定値と基準値をもとに、高度や海面気圧を計算します。

3種類のプロファイルを利用できます:自動切り替えモード、高度計 および 気圧計。プロファイルの設定方法について詳しくは、3.2.2. アクティビティに適したプロファイルの選択を参照してください。

高度/気圧を確認するには、時刻ディスプレイで [NEXT] ボタンを押すか、ディスプレイメニューから高度計/気圧計ディスプレイを有効にします。

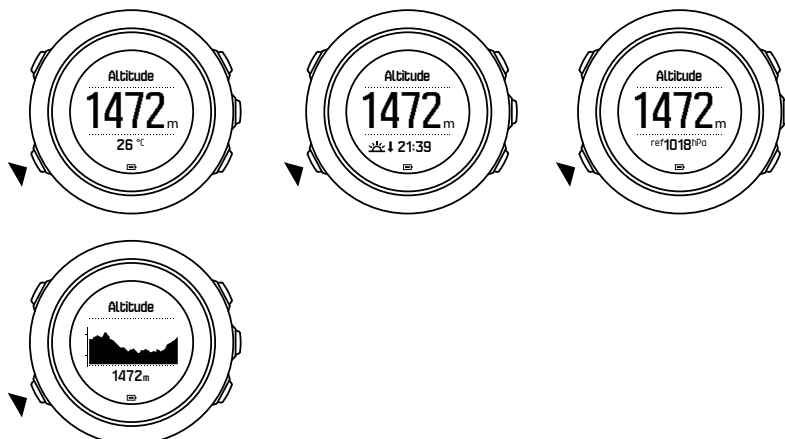


[VIEW] ボタンを押すと、他のビューに切り替えることができます。

高度プロファイルでは次の情報を確認できます。

- 高度 + 気温
- 高度 + 日の出/日の入り

- 高度 + 参照地点
- 12 時間の高度グラフ + 高度



気圧プロフィールでも同様の情報を確認できます。

- 気圧 + 気温
- 気圧 + 日の出/日の入り
- 気圧 + 参照地点
- 24 時間の気圧グラフ + 気圧


GPS が有効になっている場合、日の出/日の入り時刻ビューも表示することができます。GPS が無効の場合、最も最近記録された GPS データに基づいた日の出/日の入り時刻が表示されます。

高度計/気圧計ディスプレイは、スタートメニューで表示/非表示を切り替えることができます。

高度計/気圧計ディスプレイを非表示にするには:


1. 時刻ディスプレイで [START] ボタンを押します。
2. [LIGHT] ボタンでディスプレイまでスクロールし、[NEXT] ボタンを押します。
3. 高度計/気圧計非表示までスクロールし、[NEXT] ボタンを押します。
4. [NEXT] ボタンを長押しして終了します。

ディスプレイが再び表示されるようにするには、同じ操作を繰り返し、高度計/気圧計を選択します。

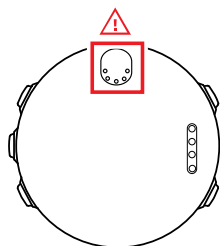
 **メモ:** Suunto Traverse を手首に装着している場合、体温に影響されて正確な気温の測定ができないため、初回測定時には手首から取り外して行ってください。

3.2.1. 正確な測定

正確な海面気圧または高度の測定が必要なアウトドアアクティビティでは、現在地の高度または現在の海面気圧のいずれかを入力して Suunto Traverse のキャリブレーションを行う必要があります。

 **ヒント:** 海面気圧のキャリブレーションには、絶対気圧と現在地の高度が必要です。高度のキャリブレーションには、絶対気圧と海面気圧が必要です。

現在地の高度は、ほとんどの地形図や Google Earth を使って調べることができます。参照として使用する海面気圧は、気象庁などのウェブサイトで調べることができます。



⚠ **注意:** センサー付近に砂やほこりが付着しないようにしてください。センサーの差込口に異物を挿入しないでください。

FusedAlti が有効になっていると、高度と海面気圧のキャリブレーションにあわせて **FusedAlti** が自動的に高度の測定を補正します。詳細については、3.9. *FusedAlti* を参照してください。

現地の気象状況が変わると、高度の測定に影響します。現地の天気が変わりやすい状況では、高度基準値を頻繁にリセットする必要があります。基準値を入手できる場合、出発前にリセットすることをお勧めします。現地の天気が安定している場合は、基準値を設定する必要はありません。

海面気圧および高度の基準値を設定するには：

1. [NEXT] ボタンを長押ししてオプションメニューを表示します。
2. [LIGHT] ボタンで 高度計/ 気圧計 までスクロールし、[NEXT] ボタンを押して表示します。
3. [NEXT] ボタンを押して 標準数値表示 を表示します。次の設定オプションがあります。
4. FusedAlti：GPS が有効になっている状態で、時計が FusedAlti をもとに計算を開始します。
5. 高度：高度を手動で設定します。
6. 海面気圧：海面気圧の基準値を手動で設定します。
7. [START] ボタンまたは [LIGHT] ボタンで基準値を設定します。[NEXT] ボタンで設定を確定します。

🗨 **ヒント:** アクティビティを記録中でない場合、高度計/気圧計ディスプレイで [START] ボタンを押してそのまま高度計/気圧計メニューにアクセスします。

使用例：高度基準値の設定

いそいそ 2 日間にわたるハイキングの 2 日目です。朝になって出発してから、気圧プロファイルから高度プロファイルに切り替えておくのを忘れたことに気づきました。Suunto Traverse により測定された現在の高度は正しくないことがわかっています。

地形図を調べて、高度が表示されている手近な場所までハイキングすることにしました。Suunto Traverse の高度基準値を地形図の表示に従って訂正し、高度プロファイルに切り替えます。これで高度が正確に測定されるようになり、問題解決です。

3.2.2. アクティビティに適したプロファイルの選択

高度が変動するアウトドアアクティビティ（山でのハイキングなど）では、高度プロファイルを選択します。

高度が変動しないアウトドアアクティビティ（カヌーなど）では、気圧プロファイルを選択します。

正確な測定を行うには、アクティビティに適したプロファイルを選択する必要があります。アクティビティに適したプロファイルを自分で選択することもできますが、自動プロファイルを有効にすると、Suunto Traverse が自動的にアクティビティに適したプロファイルを選択します。

高度計/気圧計プロファイルを設定するには：

1. [NEXT] ボタンを長押ししてオプションメニューを表示します。
2. [LIGHT] ボタンで 高度計/ 気圧計 までスクロールし、[NEXT] ボタンを押して表示します。
3. [START] ボタンで プロファイル(記録ベース) までスクロールし、[NEXT] ボタンを押して表示します。
4. [START] ボタンまたは [LIGHT] ボタンでプロファイルを変更し、[NEXT] ボタンで確定します。
5. [NEXT] ボタンを長押しして終了します。

不正確な測定

高度プロファイルが有効になっている状態で、同じロケーションでデバイスを長時間使用中に現地の天気が変わると、正確な高度の測定ができなくなります。

移動により高度が変動するようなアクティビティで、高度プロファイルを使用中に天気が頻繁に変わると、正確な高度の測定ができなくなります。

移動により高度が変動するようなアクティビティで、気圧プロファイルを長時間使用していると、デバイスが勝手に静止状態にあると判断し、高度の変化を海面気圧の変化として認識するようになります。このため、正確な海面気圧の測定ができなくなります。

3.2.3. 高度プロファイルの使用

高度プロファイルは、基準値に基づいて高度を計算します。基準値には、海面気圧または高度のいずれかを使用することができます。高度プロファイルが有効になっていると、高度計/気圧計ディスプレイに高度計アイコンが表示されます。



3.2.4. 気圧プロファイルの使用

気圧プロファイルは、現在の海面気圧を表示します。海面気圧は、測定に必要な基準値と、常時測定される絶対気圧に基づいています。

気圧プロファイルが有効になっていると、高度計/気圧計ディスプレイに気圧計アイコンが表示されます。



3.2.5. 自動プロファイルの使用


自動プロファイル機能は、移動中の状況に応じて自動的に高度プロファイルと気圧プロファイルを切り替えます。

天候と高度の変化は、どちらも周辺気圧を変化させるので、同時に測定することができません。Suunto Traverse は垂直移動を検知して、必要に応じて高度の測定に切り替えます。高度が表示されると、最大 10 秒以内に更新されます。

一定した高度を移動している場合 (12 分間の垂直移動が 5 m 未満)、Suunto Traverse は気圧の変化を天候の変化として認識します。測定間隔は 10 秒に設定されています。高度表示が一定している際に天候が変化すると、海面気圧表示に変化が見られます。

移動により高度が変動している場合 (3 分間の垂直移動が 5 m 以上)、Suunto Traverse は気圧の変化を高度の変化として認識します。

高度計/気圧計ディスプレイに表示されているプロファイルがどちらの場合でも、[VIEW] ボタンを押して高度プロファイルと気圧プロファイルを切り替えることができます。

 **メモ:** 自動プロファイルを使用している場合、気圧計/高度計ディスプレイに気圧計アイコンまたは高度計アイコンが表示されます。

3.3. オートポーズ

移動速度が 2 km/h (1.2 mph) 未満になると、オートポーズが自動的にアクティビティの記録を一時停止します。移動速度が 3 km/h (1.9 mph) 以上になると、自動的に記録を再開します。

オートポーズは、SuuntoLink のスポーツモードの詳細設定で、スポーツモードごとにオン/オフできます。

3.4. バックライト

[LIGHT] ボタンを押すと、バックライトが点灯します。


初期設定では、バックライトは数秒間点灯してから自動的に消灯します。

バックライトモードは 4 種類あります。

- ・ **ノーマル:** [LIGHT] を押すか、アラームクロックが鳴るとバックライトが数秒間点灯します。これが初期設定です。
- ・ **Off:** どのボタンを押しても、アラームクロックが鳴ってもバックライトは点灯しません。
- ・ **夜間:** いずれかのボタンを押すか、アラームクロックが鳴るとバックライトが数秒間点灯します。
- ・ **トグル:** [LIGHT] ボタンを押すとバックライトが点灯し、[LIGHT] ボタンをもう一度押すまで点灯したままになります。

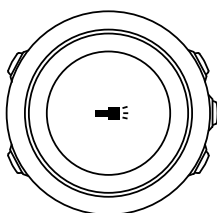
バックライトの一般設定は、一般設定 » トーン/ディスプレイ » バックライト の下にある時計の設定で変更できます。

バックライトの明るさ (%) は、トーン/ディスプレイ » バックライト の下にある時計の設定でも調整することができます。

 ヒント: [BACK LAP] ボタンと [START] ボタンがロックされている場合でも、[LIGHT] ボタンを押すとバックライトが点灯します。

フラッシュライト

通常のバックライトモードに加えて、Traverse ではバックライトをフラッシュライトとして使用することができます。バックライトをフラッシュライトとして使用する場合、自動的に最も明るい設定に切り替わります。フラッシュライトを点灯するには、[LIGHT] ボタンを長押しします。



フラッシュライトは約 4 分間点灯されます。フラッシュライトを消灯するには、[LIGHT] ボタンまたは [BACK LAP] ボタンを押します。

3.5. ボタンロック


[BACK LAP] ボタンを長押しすると、ボタン操作をロックまたはアンロックすることができます。



ボタンロック機能は、一般設定 » トーン/ディスプレイ » ボタンロック の下にある時計の設定で変更できます。

Suunto Traverse でのボタンロック設定には 2 種類のオプションがあります。

- ・ **アクションのみ** : スタートメニューとオプションメニューでのボタン操作をロックします。
- ・ **すべてのボタン** : すべてのボタン操作をロックします。夜間モードでは、バックライトを起動することができます。

 ヒント: 誤ってログの記録を開始したり、終了したりすることを防ぐには、アクションのみ ボタンロック設定を選択します。[BACK LAP] ボタンと [START] ボタンがロックされている場合でも、[NEXT] ボタンを押してディスプレイを切り替えたり、[VIEW] ボタンを押してビューを切り替えたりすることができます。

3.6. コンパス

Suunto Traverse は、磁北を基準にして進行方向を確認できるデジタルコンパスを搭載しています。コンパスが水平ではなくても、傾斜補正機能により正確な測定が可能です。

コンパスディスプレイは、ディスプレイ » コンパス の下にあるスタートメニューから表示/非表示を切り替えることができます。

コンパスディスプレイには次の情報が表示されます。

- 中段:角度によるコンパスの進行方向
- 下段: [VIEW] ボタンを押して現在時刻、基本方位 (東西南北)、または表示なし (値なし) を切り替え表示

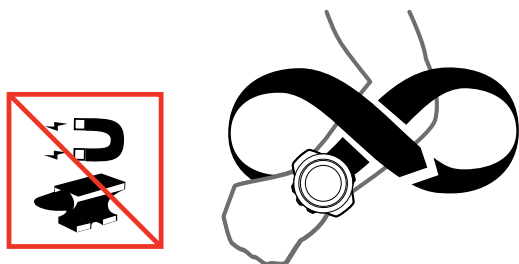


コンパスディスプレイに表示する情報は、一般設定 » 表示形式 » コンパス単位 の下にあるオプションメニューで変更できます。コンパスディスプレイの中央に表示する基本情報は、方角 (角度)、Mil、または基本方位 (東西南北) のいずれかを選択することができます。

コンパスは、起動してから 1 分後に省電力モードに切り替わります。[START] ボタンでパワーセービングモードから復帰します。

3.6.1. コンパスの調整 (キャリブレーション)

コンパスを初めて使用する場合は、コンパスの調整 (キャリブレーション) が必要です。時計の向きを変えたり、傾けたりしながら、キャリブレーションの完了を告げる確認音が鳴るまで待ちます。



キャリブレーションに成功すると、キャリブレーションに成功しました というメッセージが表示されます。キャリブレーションに失敗すると、キャリブレーションに失敗しました というメッセージが表示されます。[START] ボタンを押してもう一度キャリブレーションを試みます。

コンパスをキャリブレーションしなおすには、手動でキャリブレーションを開始します。

手動でキャリブレーションを開始するには：

1. [NEXT] ボタンを長押ししてオプションメニューを表示します。
2. [START] ボタンで ナビゲーション までスクロールし、[NEXT] ボタンを押して表示します。
3. [LIGHT] ボタンで 設定 までスクロールし、[NEXT] ボタンで選択します。
4. [LIGHT] ボタンで コンパス までスクロールし、[NEXT] ボタンで選択します。
5. [NEXT] ボタンを押して 較正 を選択します。

3.6.2. 偏角設定

コンパスの正確な読み取りには、偏角値を正しく設定する必要があります。

紙の地図の北は真北を指しています。コンパスの北は磁北（地球の磁場が発生している地球上層部）を指しています。磁北は必ずしも真北を指しているとは限らないため、コンパスの偏角を設定する必要があります。磁北と真北の角度が、偏角となります。

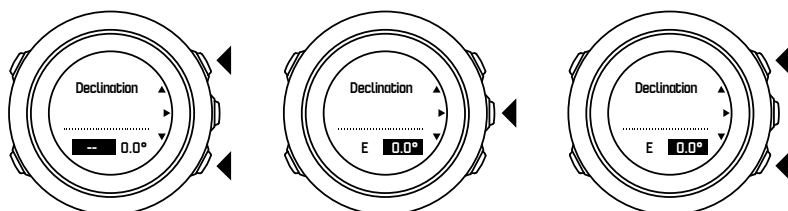
ほとんどの地図には偏角値が記載されています。磁北は毎年少しずつ移動しています。最も正確な最新の偏角値は、インターネットを利用して入手することができます（例：

www.magnetic-declination.com）


ただし、オリエンテーリング用の地図は例外です。これらの地図は磁北を基準に作成されています。オリエンテーリング用の地図を使用する際にはコンパスの偏角値を0度に設定し、偏角補正機能をオフにしておく必要があります。

偏角値を設定するには：

1. [NEXT] ボタンを長押ししてオプションメニューを表示します。
2. [START] ボタンでナビゲーションまでスクロールし、[NEXT] ボタンを押して表示します。
3. [LIGHT] ボタンで設定までスクロールし、[NEXT] ボタンで選択します。
4. [LIGHT] ボタンでコンパスまでスクロールし、[NEXT] ボタンで選択します。
5. [LIGHT] ボタンで磁針偏差までスクロールし、[NEXT] ボタンで選択します。
6. --を選択して偏差をオフにするか、W(西)または東偏差(東)を選択します。[START] ボタンまたは[LIGHT] ボタンで偏角値を設定します。



7. [NEXT] ボタンを押して設定を確認します。

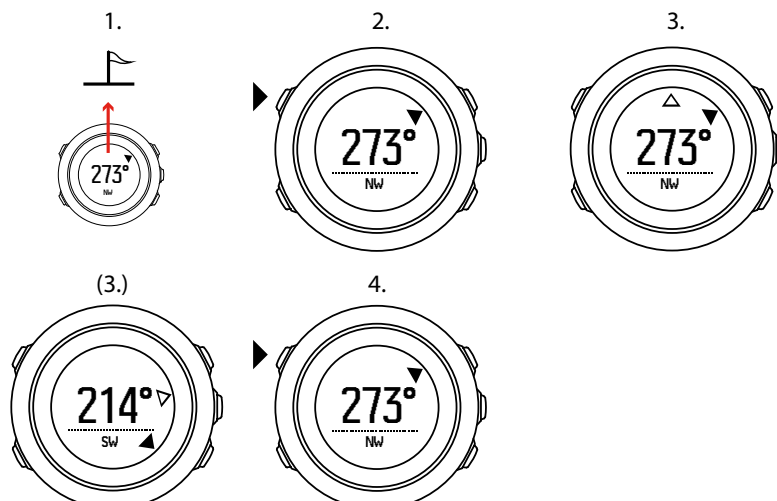
 **ヒント:** ナビゲーション中に [START] ボタンを押すと、ナビゲーションメニューとコンパス設定を表示することができます。


3.6.3. 方位ロックの設定

方位ロック機能を使用すると、磁北を基準とした目標物の方位をロックすることができます。

方位ロックを設定するには：

1. コンパスを起動し、時計を体の前で水平に保ち、目標物の方角に体の向きを変えます。
2. [BACK LAP] ボタンを押して時計に表示されている現在の方位をロックします。
3. 磁北（黒三角）を基準とした目標物の方位ロックが設定されると、白三角として表示されます。
4. 方位ロックを解除するには、[BACK LAP] ボタンを押します。



 **メモ:** アクティビティを記録中にコンパスを使用する場合、[BACK LAP] ボタンを押すだけで方位ロックの設定と解除を行うことができます。ラップタイムを計測するには、[BACK LAP] ボタンを押してコンパスビューを終了します。

3.7. カウントダウンタイマー


所定の時間から 0 までカウントダウンするカウントダウンタイマーを設定することができます。カウントダウンタイマーは、ディスプレイ » カウントダウン の下にあるスタートメニューから表示/非表示を切り替えることができます。

カウントダウンタイマーを有効にしたら、ディスプレイが表示されるまで [NEXT] ボタンを長押しします。



初期設定では、カウントダウンタイムは 5 分に設定されています。カウントダウンタイムは、[VIEW] ボタンを押して調整することができます。

 **ヒント:** カウントダウン中に [START] ボタンを押して一時停止/再開できます。

 **メモ:** アクティビティを記録中にカウントダウンタイマーを使用することはできません。

3.8. ディスプレイ

Suunto Traverse には、コンパス (3.6. コンパス 参照) やストップウォッチ (3.22. ストップウォッチ 参照) などさまざまな機能が搭載されています。これらの機能は、[NEXT] ボタンを押して表示されるディスプレイとして操作することができます。一部のディスプレイは標準ディスプレイのため常時表示されますが、その他のディスプレイはそれぞれ表示/非表示を設定することができます。

ディスプレイの表示/非表示を設定するには :

1. [START] ボタンを押してスタートメニューを表示します。
2. [LIGHT] ボタンで ディスプレイ までスクロールし、[NEXT] ボタンを押します。
3. ディスプレイの一覧が表示されるので、[START] ボタンまたは [LIGHT] ボタンでそれぞれのディスプレイまでスクロールし、[NEXT] ボタンで表示/非表示を切り替えます。
[NEXT] ボタンを長押ししてディスプレイメニューを終了します。

スポーツモード (3.21. スポーツモード参照) には複数のディスプレイを追加することが可能で、アクティビティを記録中に表示される情報をディスプレイごとにカスタマイズすることができます。

3.8.1. ディスプレイコントラストの調整

時計の設定で Suunto Traverse のディスプレイコントラストを調整することができます。

ディスプレイコントラストを調整するには：

1. [NEXT] ボタンを長押ししてオプションメニューを表示します。
2. [NEXT] ボタンを押して 一般設定 の設定を表示します。
3. [NEXT] ボタンを押して トーン/ディスプレイ にアクセスします。
4. [LIGHT] ボタンで ディスプレイコントラスト までスクロールし、[NEXT] ボタンを押して表示します。
5. [START] ボタンでコントラスト比を高く、[LIGHT] ボタンでコントラスト比を低くします。
6. [NEXT] ボタンを長押しして終了します。

3.8.2. ディスプレイカラーの反転


時計の設定でディスプレイを明るい色と暗い色で切り替えることができます。

時計の設定で液晶画面を反転するには：

1. [NEXT] ボタンを長押ししてオプションメニューを表示します。
2. [NEXT] ボタンを押して 一般設定 の設定を表示します。
3. [NEXT] ボタンを押して トーン/ディスプレイ にアクセスします。
4. [START] ボタンで 液晶画面を反転 までスクロールし、[NEXT] ボタンを押して液晶画面を反転します。

3.9. FusedAlti

FusedAlti™ は、高度計/気圧計と GPS データによる補正を組み合わせることで正確な高度を測定します。一時的な要因とオフセットエラーによる影響を最小限に抑え、最終的な高度の値を決定します。

 **メモ:** 初期設定では、GPS を使用して記録する場合やナビゲーション中には FusedAlti を使って高度を測定します。GPS を使用しない場合は、気圧センサーを使って高度を測定します。

高度の測定に FusedAlti を使用しない場合は、海面気圧または高度を基準値として設定します。

FusedAlti で使用する新しい基準値を検出するには、高度計/気圧計 » 標準数値表示 » **FusedAlti.** の下にあるオプションメニューで FusedAlti を有効にします。

気象条件が良好であれば、FusedAlti は 4 ~ 12 分で基準値を検出することができます。基準値が設定されるまで、Suunto Traverse は気圧高度の前に「~」を表示します。この記号は、測定された高度が正確ではないことを意味します。

3.10. ファインドバック

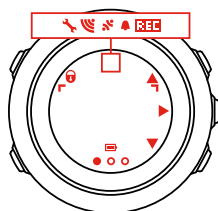
GPS を使用している場合、Suunto Traverse は自動的に記録を開始した始点を保存します。ファインドバックにより、Suunto Traverse が始点 (または GPS 補正信号が取得された場所) まで折り返し戻るための最適なルートをガイドします。

ファインドバックを使用するには :

1. [NEXT] ボタンを長押ししてオプションメニューにアクセスします。
2. [NEXT] ボタンを押してナビゲーションを選択します。
3. [START] ボタンでスタート地点に戻るまでスクロールし、[NEXT] ボタンで選択します。


ブレードクラムディスプレイに表示されるビューとして、ナビゲーションガイダンスが表示されます。

3.11. アイコン















Suunto Traverse には次のアイコンが表示されます。









	アラーム
	高度計
	気圧計
	バッテリー
	Bluetooth
	ボタンロック
	ボタンプレスインジケータ
	現在のディスプレイ
	下/減らす
	フラッシュライト
	GPS 信号強度
	心拍

	最大高度
	着信
	最低高度
	メッセージ/通知
	不在着信
	次/確定
	ペアリング
	設定
	スポーツモード
	ストーム
	日の出
	日の入り
	上/増やす

POI アイコン

Suunto Traverse では、次の POI アイコンを使用することができます。

	始点
	建物/ホーム
	キャンプ場/キャンプ
	車/駐車場
	洞窟
	交差点
	救急
	終点
	食事/レストラン/カフェ
	森
	ジオキャッシュ
	情報

	ロッジ/宿泊所/ホテル
	草原・牧草地
	山/丘/谷/崖
	舗装路/トレイル
	岩
	名所
	水/滝/川/湖/海岸
	中間地点

3.12. ログブック


ログブックには、記録されたアクティビティのログが保存されます。保存可能な最大のログ件数とログ 1 件あたりの最長記録期間は、各アクティビティで記録される情報量により異なります。たとえば、GPS 精度 (3.14.3. GPS 精度とバッテリー節約を参照) は保存できるログ件数と長さに直接影響します。

アクティビティが終了するとすぐにログの概要を確認できます。また、スタートメニューの下にある ログブック から表示して確認することもできます。

ログの概要に表示される情報は状況により左右されます。スポーツモードや、心拍ベルトまたは GPS の使用の有無などの条件により異なります。初期設定では、すべてのログに共通して次の情報が含まれます。

- ・ スポーツモード名
- ・ 時刻
- ・ 日付
- ・ 継続時間
- ・ ラップ

ログに GPS データが含まれる場合、ログブックには追跡したルート全体と高度プロファイルが記録されます。

 **ヒント:** Suunto モバイルアプリでは、記録されたアクティビティの詳細情報を見ることができます。

記録を停止してからすぐにログの概要を表示するには：

1. [START] ボタンを長押しし、記録を停止して保存します。
2. [NEXT] ボタンを押してログの概要を表示します。

ログブックに保存されている場合、記録したすべてのセッション (ログ) の概要を表示することができます。ログブックは、記録されたセッションを日時順にリストアップします。

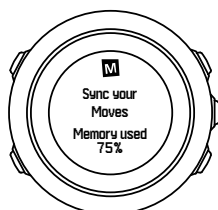
ログブック全体の概要を表示するには：

1. [START] ボタンを押してスタートメニューに入ります。
2. [LIGHT] ボタンで ログブック までスクロールし、[NEXT] ボタンを押して入ります。

3. [START] ボタンまたは [LIGHT] ボタンでログの一覧をスクロールし、[NEXT] ボタンでログを選択します。
4. [NEXT] ボタンでログのサマリービューをブラウズします。

3.13. メモリ残量インジケータ

ログブックの 50% 以上が Suunto モバイルアプリに同期していない場合、ログブックにアクセスすると Suunto Traverse にリマインダーが表示されます。



未同期のメモリがいっぱいになり、Suunto Traverse で古いログへの上書きが始まると、リマインダーは表示されなくなります。

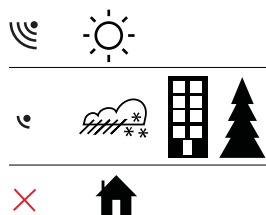
3.14. GPS によるナビゲーション

Suunto Traverse は、全地球測位システム (GPS) を使用して正確な現在地を確認します。GPS は、地球上空 20,000 km の軌道を秒速 4 km/s で周回する一連の人工衛星で構成されています。

Suunto Traverse に内蔵されている GPS 受信機は広い角度範囲でのデータ受信が可能で、腕時計での使用に最適化されています。

3.14.1. GPS 信号の取得

Suunto Traverse は、GPS 機能が有効なスポーツモードを選択すると自動的に GPS を起動し、現在地を確認したり、ナビゲーションを開始することができます。



メモ: 初めて GPS を起動する場合、あるいは長い間使用していなかった場合には、GPS 補正信号を取得するまで時間がかかることがあります。以降、GPS の起動に時間がかかることはありません。

ヒント: GPS の起動時間を短縮するには、空が見える広々とした屋外で時計表面を上に向けて水平に保ちます。

ヒント: Suunto Traverse を Suunto モバイルアプリと定期的に同期させて、最新の衛星軌道データを取得します (GPS の最適化)。そうすることで、GPS 補正信号の取得にかかる時間を短縮して、トラックデータの精度を向上することができます。

トラブルシューティング：GPS 信号なし

- 最適な信号を取得するには、GPS 受信機が内蔵されている部分を上に向けて時計を構えます。強い信号を受信するには、空が見える広々とした屋外が最適です。
- 通常、GPS 受信機はテントやその他の薄いカバーの内側で性能を発揮します。建物や木などの障害物がある場合や曇り空の場合には、GPS 信号の受信感度が下がります。
- GPS 信号は、建造物や水を貫通することができません。このため、建物や洞窟の内部、水中で GPS を起動しないでください。

3.14.2. GPS グリッドと座標表示形式

グリッドとは、地図に使用されている座標系を定義する地図上の線のことです。


座標表示形式とは、GPS 受信機の位置情報が時計に表示される際の表示形式のことです。すべての形式を使用して同じ位置を表示することができますが、それぞれ表記が異なります。座標表示形式は、**一般設定** » **表示形式** » **GPS 位置表示形式** の下にあるオプションメニューから時計の設定を選択して変更できます。

次のグリッドから形式を選択することができます。

- 緯度/経度は最も一般的に使用されているグリッドで、3つの異なる座標表示形式があります。
 - **WGS84 Hd.d°**
 - **WGS84 Hd°m.m'**
 - **WGS84 Hd°m's.s**
- **UTM (ユニバーサル横メルカトル)** 図法は、球形である地球を平面 (図) に表す投影法のひとつです。
- **MGRS (軍事グリッド参照システム)** は UTM 図法がベースの図法で、グリッドゾーン指定、100,000 メートル正方形 ID、東距/北距で構成されます。

Suunto Traverse は次のローカルグリッドもサポートしています。

- **British (BNG)**
- **Finnish (ETRS-TM35FIN)**
- **Finnish (KKJ)**
- **Irish (IG)**
- **Swedish (RT90)**
- **Swiss (CH1903)**
- **UTM NAD27 Alaska**
- **UTM NAD27 Conus**
- **UTM NAD83**
- **NZTM2000 (New Zealand)**

 **メモ:** 一部のグリッドは、北緯 84 度から南緯 80 度までしか表現できないが、国外での使用には適していません。

3.14.3. GPS 精度とバッテリー節約

スポーツモードをカスタマイズする際、SuuntoLink の GPS 精度設定で、GPS の修正間隔を定義することができます。修正間隔が短いほど、記録中の精度が高くなります。

修正間隔を長くすると精度が低下しますが、バッテリー駆動時間を延ばすことができます。

GPS 精度のオプションは次のとおりです。

- **最高**：～1 秒の修正間隔、消費電力最大
- **良い**：～5 秒の修正間隔、消費電力中程度
- **OK**：～60 秒の修正間隔、消費電力最小
- **Off**：GPS の修正なし

記録中およびナビゲーション中に限り、あらかじめ定義されたスポーツモードの GPS 精度を必要に応じて調整することができます。例えば、バッテリー残量が少なくなっている場合、設定を調整してバッテリー駆動時間を延ばすことができます。

GPS 精度は、ナビゲーション » 設定 » **GPS 精度** の下にあるオプションメニューで調整できます。

3.14.4. GPS と GLONASS


Suunto Traverse は 全地球航法衛星システム (Global Navigation Satellite System: GNSS) を使用して現在地を確認します。GNSS は、GPS 衛星と GLONASS 衛星の両方から信号を受信して使用することができます。

初期設定では、時計は GPS 信号のみを検出するように設定されています。特定の状況や現在地によっては、GLONASS 信号を使用してさらに正確な位置情報を取得することができます。ただし、GLONASS 信号の併用は GPS 信号のみに比べてバッテリーの消耗が早まるのでご注意ください。

GLONASS は、アクティビティの記録中でもいつでも有効/無効を切り替えることができます。

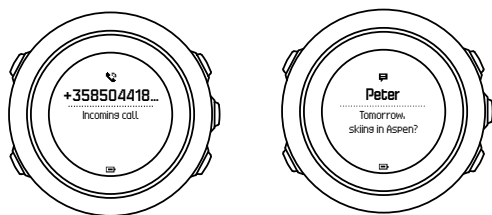
GLONASS を有効または無効にするには：

1. [NEXT] ボタンを長押ししてオプションメニューを表示します。
2. [START] ボタンでナビゲーションまでスクロールし、[NEXT] ボタンを押して表示します。
3. [LIGHT] ボタンで設定までスクロールし、[NEXT] ボタンで選択します。
4. [START] ボタンで **GNSS** までスクロールし、[NEXT] ボタンで選択します。
5. GLONASS を有効にするには、**GPS & GLONASS** を選択します。すでに有効になっている場合は、**GPS** を選択すると GLONASS を無効にします。
6. [NEXT] ボタンを長押しして終了します。

 **メモ**：GLONASS は、GPS 精度が「Best」に設定されている場合にのみ使用されます。(3.14.3. GPS 精度とバッテリー節約 参照)

3.15. 通知

Suunto Traverse と Suunto モバイルアプリをペアリングすると (Suunto モバイルアプリを参照)、時計で電話、メッセージ、プッシュ通知を受信できるようになります。



時計で通知を受信するには：

1. [NEXT] ボタンを長押ししてオプションメニューに入ります。

2. [LIGHT] ボタンを押して 接続までスクロールし、[NEXT] ボタンを押します。
3. [LIGHT] ボタンを押して 通知 までスクロールします。
4. [LIGHT] ボタンでオン/オフを切り替えます。
5. [NEXT] ボタンを長押しして終了します。

通知がオンになっていると、Suunto Traverse にアラートが表示され (3.26. トーンおよび振動を参照)、新しいイベントが発生するごとにディスプレイの下段に通知アイコンが表示されるようになります。

時計に届いた通知を表示するには :

1. [START] ボタンを押してスタートメニューに入ります。
2. [START] ボタンで 通知 までスクロールし、[NEXT] ボタンを押します。
3. [START] ボタンまたは [LIGHT] ボタンで通知一覧をスクロールします。

通知一覧に表示される通知は 10 件までです。通知は、モバイルデバイスから削除されるまで時計本体に保存されます。受信してから 24 時間以上経過した通知は、時計の通知ビューには表示されません。

3.16. アクティビティの記録

スポーツモード (3.21. スポーツモード参照) を使用してアクティビティを記録したり、さまざまな情報を表示したりすることができます。

Suunto Traverse を箱から取り出してすぐに使用できるスポーツモードは、**TEXT HIKING** です。記録を開始するには、[START] ボタンを押してから、[NEXT] ボタンを押して 記録 を選択します。

時計にスポーツモードが 1 つ登録されている限り、すぐに記録を開始できます。他のスポーツモードが時計に追加されている場合、使用するスポーツモードを選択し、[NEXT] ボタンを押して記録を開始します。

 **ヒント:** また、[START] ボタンを長押しするとすぐに記録を開始できます。

3.17. 心拍センサーとのペアリング


ペアリング手順は心拍 (HR) センサーの種類により異なります。ペアリングを開始する前に、Suunto Traverse とペアリングするデバイスのユーザーガイドをご覧ください。

心拍センサーとペアリングするには :

1. 心拍センサーを起動します。
2. [NEXT] ボタンを長押ししてオプションメニューを表示します。
3. [LIGHT] ボタンで 接続 までスクロールし、[NEXT] ボタンで選択します。
4. [NEXT] ボタンをもう一度押して ペア を選択します。
5. [LIGHT] ボタンで 心拍ベルト までスクロールし、[NEXT] ボタンを押します。
6. Suunto Traverse をペアリングするデバイスに近づけ、ペアリングが完了したことを通知するメッセージが Suunto Traverse に表示されるまでそのままの状態待ちます。

3.18. ポイントオブインタレスト

Suunto Traverse には GPS ナビゲーションが搭載されています。ポイントオブインタレスト (POI) としてあらかじめ保存されている目的地までの正確な道筋をガイドします。

 **メモ:** アクティビティを記録している中でも、POI までのナビゲーションを開始することができます (3.16. アクティビティの記録 参照)。

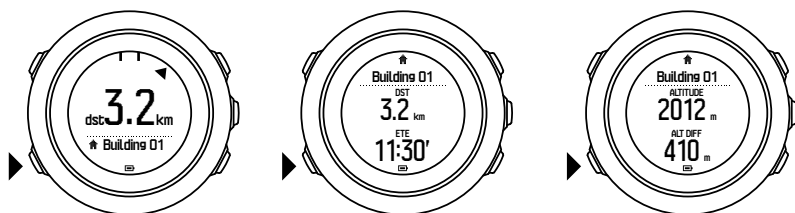
POI までのナビゲーションを開始するには :

1. [START] ボタンを押してスタートメニューを表示します。
2. [START] ボタンでナビゲーションまでスクロールし、[NEXT] ボタンを押します。
3. [LIGHT] ボタンで POI (特定の場所) までスクロールし、[NEXT] ボタンを押します。
4. [START] ボタンまたは [LIGHT] ボタンで希望する POI までスクロールし、[NEXT] ボタンで選択します。
5. [NEXT] ボタンをもう一度押してナビゲートを選択します。コンパスを初めて使用する場合は、調整が必要です (3.6.1. コンパスの調整 (キャリブレーション) 参照)。コンパスを起動すると、時計が GPS 信号の検出を開始します。ナビゲーションはすべて保存されます。時計に複数のスポーツモードを保存している場合、どれか一つのスポーツモードを選択するように求められます。
6. POI までのナビゲーションを開始します。

時計には現在地と POI の位置を示したブレードクラムディスプレイが表示されます。

[VIEW] ボタンを押すと、追加のガイダンスにアクセスできます。

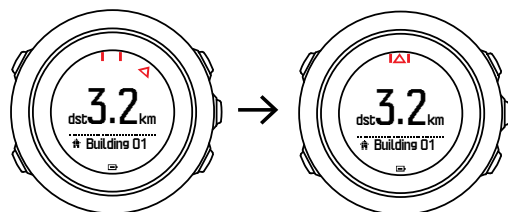
- POI までの直線距離と方向
- POI までの距離と、現在の移動速度に基づいた到着までの残り時間
- 現在地と POI の高度差



静止状態あるいは移動速度がゆっくりな場合 (4 km/h 未満)、コンパスで測定された方位をもとに POI (ルートナビゲーションを使用中の場合は中間地点) の方向が時計に表示されます。

ある程度の速度 (4 km/h 以上) で移動している場合には、GPS による POI (ルートナビゲーションを使用中の場合は中間地点) の方向が時計に表示されます。

目標までの方向 (方位) は、白三角で表示されます。進行方向はディスプレイの上段に 2 本の実線で表示されます。白三角と 2 本の実線が重なるようにすると、正しい方向に進むことができます。




3.18.1. 現在地の確認

Suunto Traverse は、GPS を使って現在地の位置情報を確認することができます。

現在地を確認するには :

1. [START] ボタンを押してスタートメニューを表示します。
2. [START] ボタンで ナビゲーション までスクロールし、[NEXT] ボタンを押します。
3. [LIGHT] ボタンで 場所 までスクロールし、[NEXT] ボタンを押します。
4. [NEXT] ボタンを押して 現在位置 を選択します。
5. 時計が GPS 信号の検出を開始し、GPS 信号を取得すると、**GPS が発見されました** と表示されます。その後、ディスプレイに現在地の位置情報が表示されます。

 **ヒント:** また、[NEXT] ボタンを長押ししてオプションメニューにある ナビゲーション にアクセスするか、ブレッドクラムディスプレイで [START] ボタンを押して現在地を確認することもできます。

3.18.2. POI の追加


Suunto Traverse では、現在地を保存したり、任意のロケーションを POI として定義することができます。

時計本体に保存できる POI の上限は 250 件です。

時計本体で POI を追加する場合、POI のタイプ (アイコン) を選択し、あらかじめ用意されているリストから POI の名前を選択します。

POI を保存するには :

1. [START] ボタンを押してスタートメニューに入ります。
2. [START] ボタンで ナビゲーション までスクロールし、[NEXT] ボタンを押します。
3. [LIGHT] ボタンで 場所 までスクロールし、[NEXT] ボタンを押します。
4. 現在位置 を選択するか、登録 を選択して手動で経度と緯度の値を変更します。
5. [START] ボタンを押してロケーションを保存します。
6. ロケーションにわかりやすい名前を選択します。[START] ボタンまたは [LIGHT] ボタンで名前のオプションをスクロールします。[NEXT] ボタンで名前を選択します。
7. [START] ボタンを押して、POI を保存します。

 **ヒント:** 現在地は、[VIEW] ボタンを長押しするだけで POI として保存することができます。この操作はどのディスプレイからでも可能です。

3.18.3. POI の削除

時計本体で POI を削除することができます。

POI を削除するには :

1. [START] ボタンを押してスタートメニューに入ります。
2. [START] ボタンで ナビゲーション までスクロールし、[NEXT] ボタンを押します。
3. [LIGHT] ボタンで **POI (特定の場所)** までスクロールし、[NEXT] ボタンを押します。
4. [START] ボタンまたは [LIGHT] ボタンで削除したい POI までスクロールし、[NEXT] ボタンで選択します。
5. [START] ボタンで 削除 までスクロールし、[NEXT] ボタンを押します。
6. [START] ボタンを押して確定します。

3.19. ルート

Suunto App でルートを作成したり、他のサービスで作成したルートをインポートすることができます。

ルートを追加するには：

1. Suunto App を開き、ルートを作成します。
2. SuuntoLink と付属の USB ケーブルを使って、Suunto Traverse を Suunto App と同期します。

ルートは、Suunto App で削除することもできます。

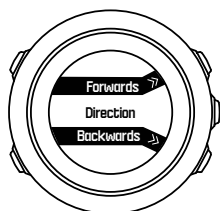
3.19.1. ルートナビゲーション

Suunto Traverse に転送したルートは、Suunto App からナビゲートするか（3.20 ルートを参照）、GPS データを含むログブックのログからナビゲートすることができます。保存されているルートの一覧またはログブックから選択したルートのプレビューを表示することができます。

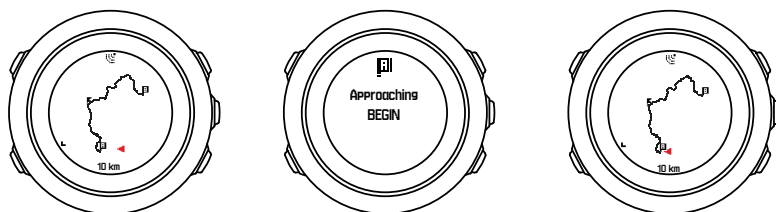
コンパスを初めて使用する場合は、調整が必要です（3.6.1. コンパスの調整（キャリブレーション）を参照）。コンパスを起動すると、時計が GPS 信号の検出を開始します。時計が GPS 信号を取得すると、ルートナビゲーションを開始することができます。

ルートナビゲーションを開始するには：


1. [START] を押して、スタートメニューを開始します。
2. [START] でナビゲーションまでスクロールして、[NEXT] を押します。
3. または までスクロールして、NEXT を押して開始します。
4. [START] または [LIGHT] でナビゲートしたいルートにスクロールし、[NEXT] を押します。
5. [NEXT] を押してナビゲートを選択します。すべてのナビゲーションが記録されます。ウォッチに複数のスポーツモードがある場合は、1つを選択してください。
6. 順送りまたは逆送りをを選択して、ナビゲートしたい方向（最初のウェイポイントからまたは最後のウェイポイントから）を選びます。



7. ナビゲートを開始します。ルートの開始地点に近づくと、ウォッチが知らせてくれます。



8. 目的地に到着すると、ウォッチが知らせてくれます。

 **ヒント:** アクティビティを記録している途中でも、ナビゲーションを開始することができます（3.16. アクティビティの記録を参照）。

3.19.2. ナビゲーション中の操作

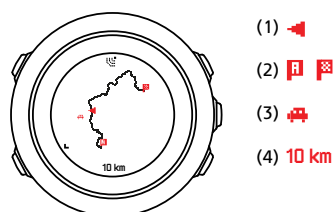
ナビゲーション中に [VIEW] ボタンを押すと、次のビューをスクロールできます。

- ルート全体を表示するフルトラックビュー
- ルートを拡大表示したズームイントラックビュー:初期設定では、ズームインビューは 100 m (0.1 mi) スケールで表示されます。ルートから離れると広域スケールで表示されます。

トラックビュー

フルトラックビューには次の情報が表示されます。

- (1) 現在地と進行方向を示す矢印
- (2) ルートの始点と終点
- (3) 現在地から一番近い POI のアイコン表示
- (4) トラックビューのスケール



 **メモ:** フルトラックビューでは、常に北が上になるように表示されます。

地図の向き

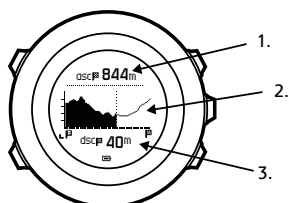
地図の向きは、ナビゲーション » 設定 » 地図 » オリエンテーション の下にあるオプションメニューで変更できます。

- ヘディングアップ: 進行方向が上になるように拡大地図を表示します。
- ノースアップ: 北が上になるように拡大地図を表示します。

上昇プロファイルビュー

上昇プロファイルビューには次の情報が表示されます。

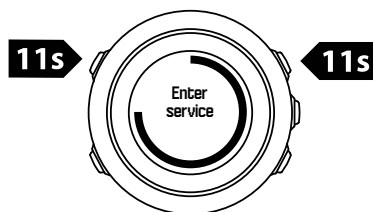
1. 残りの上昇
2. リアルタイムの高度プロファイルグラフ
3. 残りの下降



ルートから外れてしまった場合、プロファイルグラフは更新されません。その代わりに、グラフの下に **オフルート** という文字が表示されます。高度の上昇を正確に測定するには、正しいルートに戻る必要があります。


3.20. サービスメニュー


サービスメニューにアクセスするには、時計のサービスメニューが起動されるまで [BACK LAP] ボタンと [START] ボタンを同時に押します。



サービスメニューには次のアイテムが含まれます。

- 情報:
 - **Air pressure** : 現在の絶対気圧と絶対温度を表示します。
 - **バージョン** : 現在のソフトウェアとハードウェアのバージョンを表示します。
 - **BLE** : 現在の Bluetooth Smart バージョンを表示します。
- ディスプレイ:
 - **LCD テスト** : LCD が正しく動作していることを確認できます。
- 実行:
 - **電源オフ** : 時計をスリープ状態にします。
 - **GPS リセット** : GPS をリセットします。

 **メモ:** 電源オフは低電力モードです。デバイスをスリープから復帰させるには、通常の起動手順に従います。時刻と日付を除くすべての設定はそのまま保持されます。スタートアップ操作ガイド画面で設定を確定してください。

 **メモ:** 時計を動かさないうまま 10 分間放置すると、省電力モードに切り替わります。時計を動かすと省電力モードから復帰します。

 **メモ:** サービスメニューの内容は、今後のアップデートで通知なしに変更されます。

GPS のリセット

GPS ユニットが信号を取得できない場合、サービスメニューで GPS データをリセットすることができます。

GPS をリセットするには :

1. [LIGHT] ボタンで 実行 までスクロールし、[NEXT] ボタンを押して表示します。
2. [LIGHT] ボタンで **GPS リセット** までスクロールし、[NEXT] ボタンを押します。
3. [START] ボタンを押して GPS のリセットを確定するか、[LIGHT] ボタンを押して取り消します。

 **メモ:** GPS のリセットを実行すると、GPS データとコンパスのキャリブレーション調整値がリセットされます。保存されていたログはすべて削除されます。

3.21. スポーツモード

スポーツモードではアクティビティの記録方法をカスタマイズできます。記録中にディスプレイに表示される情報は、スポーツモードによって異なります。Suunto Traverse ハイキング用に定義済みスポーツモードが用意されています。

SuuntoLink では、カスタムスポーツモードの作成、定義済みのスポーツモードの編集、スポーツモードの削除などを実行できます。

カスタムスポーツモードでは 4 種類のディスプレイを表示できます。ディスプレイごとに幅広いオプションから表示するデータを選択することができます。

SuuntoLink で作成したスポーツモードは、最大 5 個までお使いの Suunto Traverse に転送できます。

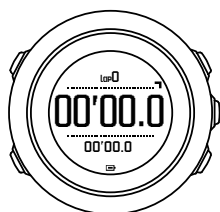
3.22. ストップウォッチ


ストップウォッチディスプレイは、スタートメニューからオン/オフを切り替えることができます。

ストップウォッチを有効にするには：

1. [START] ボタンを押してスタートメニューを表示します。
2. [LIGHT] ボタンでディスプレイまでスクロールし、[NEXT] ボタンを押します。
3. [LIGHT] ボタンでストップウォッチまでスクロールし、[NEXT] ボタンを押します。

ストップウォッチを有効にしたら、タイマーが表示されるまで [NEXT] ボタンを長押しします。



 **メモ:** アクティビティを記録中にストップウォッチを表示することはできません。

ストップウォッチを使用するには：

1. ストップウォッチディスプレイを表示している状態で、[START] ボタンを押して時間の計測を開始します。
2. [BACK LAP] ボタンを押してラップタイムを計測し、[START] ボタンを押してトップウォッチを一時停止します。ラップタイムを表示するには、ストップウォッチを一時停止中に [BACK LAP] ボタンを押します。
3. [START] ボタンを押すと計測を続行します。
4. ストップウォッチをリセットするには、一時停止中に [START] ボタンを長押しします。

ストップウォッチを作動中には、次のことができます。

- [VIEW] ボタンを押すと、ディスプレイの下段に総合タイムとラップタイムを切り替え表示できます。
- [NEXT] ボタンで時刻ディスプレイに切り替えることができます。
- [NEXT] ボタンを長押しすると、オプションメニューが表示されます。

ストップウォッチディスプレイを表示したくない場合は、ストップウォッチを無効にします。

ストップウォッチを無効にするには：


1. [START] ボタンを押してスタートメニューを表示します。
2. [LIGHT] ボタンで ディスプレイ までスクロールし、[NEXT] ボタンを押します。
3. [LIGHT] ボタンで ストップウォッチ非表示 までスクロールし、[NEXT] ボタンを押します。

3.23. Suunto モバイルアプリ

Suunto モバイルアプリを使用してトレーニングを分析して共有し、パートナーサービスに接続することで、Suunto Traverse との体験がさらに豊かになります。モバイルアプリとペアリングさせると、Suunto Traverse で通知を受け取ることができます。

お使いのウォッチを Suunto モバイルアプリとペアリングするには：

1. App Store または Google Play から Suunto モバイルアプリをダウンロードして、互換性のあるモバイルデバイスにインストールします(中国にお住まいの場合は、他のアプリストアからも入手可能です)。
2. Suunto モバイルアプリを起動し、Bluetooth がオンになっていない場合は、オンにします。
3. ウォッチで、[Next] ボタンを長押ししてオプションメニューに入ります。
4. [Light Lock] ボタンで ペア設定 までスクロールし、[Next] ボタンで選択します。
5. [Next] ボタンを押して **モバイルアプリ** を選択します。
6. モバイルアプリに戻り、画面の左上にあるウォッチのアイコンをタップします。ウォッチの名前が表示されたら、**ペア設定** をタップします。
7. ウォッチの画面に表示されるパスキーを、モバイルデバイスのペアリングリクエストフィールドに入力し、**ペア設定** をタップして接続を完了します。

 **メモ:** 一部の機能には、Wi-Fi やモバイルネットワークからのインターネット接続が必要です。通信会社のデータ接続料がかかる場合があります。

3.23.1. モバイルアプリとの同期

Suunto Traverse を Suunto モバイルアプリとペアリングしている場合、Bluetooth 接続が有効の状態では通信範囲内にあると、新たに記録されたトレーニングセッションが自動的に同期されます。データの同期中には、Suunto Traverse の画面にある Bluetooth のアイコンが点滅します。

モバイルデバイスがデータ通信可能な状態で、Bluetooth が有効で、自動同期がオンになっていると、ログが Suunto モバイルアプリと同期されます。データ通信に接続できない場合は、通信が確立されるまで同期されません。

ウォッチがモバイルアプリとペアリングされている場合、この初期設定はオプションメニューから変更できます。


自動同期をオフにするには：

1. [NEXT] ボタンを長押ししてオプションメニューに入ります。
2. [LIGHT] ボタンで **接続** までスクロールし、[NEXT] でボタンで選択します。
3. [NEXT] ボタンをもう一度押して **モバイルアプリ同期** の設定に入ります。
4. [LIGHT] ボタンで設定を切り替え、[NEXT] ボタンを長押しして終了します。

自動同期がオフになっている場合、ウォッチ上で通知を受け取ることも、表示することもできません。

3.24. Suunto Apps

さまざまな Suunto App を使って Suunto Traverse をさらにカスタマイズすることができます。SuuntoLink のスポーツモードのカスタマイズ機能では、タイマーやカウンターなど、さまざまなアプリをご利用いただけます。

 **メモ:** SuuntoLink の Suunto App とは、ウォッチで使用できるアプリを指します。トレーニングの分析や共有、パートナーとの接続、ルート作成などに使用するモバイルアプリである Suunto App とは異なります。

Suunto Traverse に、Suunto App を追加するには：

1. SuuntoLink のスポーツモードのカスタマイズ機能を使用して、使用したいアプリを見つけます。
2. お使いの Suunto Traverse を SuuntoLink に接続して、Suunto App をウォッチに同期させます。エクササイズ中、追加された Suunto App に計算結果が表示されます。

3.25. 時刻

Suunto Traverse の時刻ディスプレイには次の情報が表示されます。

- ・ 上段：日付
- ・ 中段：時刻
- ・ 下段：日の出/日の入り、高度、バッテリーレベルなどの情報を表示するには、[VIEW] ボタンで変更します。

一般設定 » 時間/日付 の下にあるオプションメニューでは、次の項目を設定することができます。

- ・ デュアルタイム
- ・ アラーム
- ・ 時刻と日付

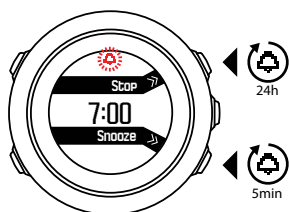
3.25.1. アラームクロック


Suunto Traverse はアラームクロックとして使用することができます。アラームは、一般設定 » 時間/日付 » アラーム の下にあるオプションメニューでオン/オフを切り替えることができます。

アラームがオンになっている場合、ほとんどのディスプレイにアラームのシンボルが表示されます。

アラームが鳴ったときの操作オプションは、次のとおりです。

- ・ [LIGHT] ボタンを押して「スヌーズ」します。アラームが一時停止し、完全に停止されるまで 5 分おきにアラームが鳴ります。1 時間で 12 回までスヌーズできます。
- ・ [START] ボタンを押してアラームを止めます。アラームが鳴って、停止しても、オプションメニューでアラームをオフにしない限り、翌日同じ時刻にまたアラームが鳴ります。



 **メモ:** スヌーズ中には、時刻ディスプレイでアラームアイコンが点滅します。

3.25.2. 時刻の同期

Suunto Traverse の時刻は、携帯電話、パソコン (SuuntoLink) または GPS 時刻により更新することができます。

USB ケーブルでウォッチをパソコンに接続すると、パソコンの設定時刻をもとに SuuntoLink が自動的にウォッチの時刻と日付を更新します。

GPS 時刻

GPS 時刻は、Suunto Traverse と GPS 時刻の誤差を修正します。GPS 補正信号が検出された場合 (アクティビティを記録中、または POI を保存する際など)、GPS 時間が現在時刻を確認して修正します。

初期設定では、GPS 時間がオンになっています。GPS 時間をオフにするには、**一般設定 » 時間/日付 » 時刻と日付** の下にあるオプションメニューでオフを選択します。

夏時間

Suunto Traverse は、GPS 時刻がオンになっている場合、自動的に夏時間 (DST) に切り替わります。

夏時間の設定は、**一般設定 » 時間/日付 » 時刻と日付** の下にあるオプションメニューで変更できます。

夏時間の設定には 3 つの設定があります。

- 自動切り替えモード - GPS ロケーションに基づいて夏時間に自動切り替え
- 冬時間 - 常時冬時間 (夏時間なし)
- 夏時間 - 常時夏時間

3.26. トーンおよび振動

トーンや振動によるアラートは、通知、アラームおよびその他の主要なイベントに使用されます。それぞれの設定は、**一般設定 » トーン/ディスプレイ » トーン** または **振動** の下にあるオプションメニューで変更できます。

それぞれのアラートタイプについて、以下のオプションから選択することができます。

- オール ON : すべてのイベントでトーン/振動によるアラートあり
- オール OFF : すべてのイベントでトーン/振動によるアラートなし
- ボタン OFF : ボタンを押す以外のすべてのイベントでトーン/振動によるアラートあり

3.27. トラックバック

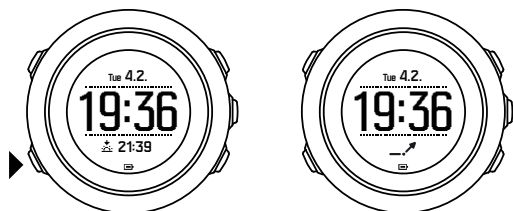
Suunto Traverse では、ブレードクラムディスプレイにより記録中にいつでも通過経路を確認することができます。

GPS データを含む記録済みのアクティビティがログブックに保存されている場合は、これらのデータをもとに経路を確認することもできます。3.19.1. ルートナビゲーションにある同じ手順に従います。ルート の代わりにログブック までスクロールし、ログを選択してナビゲーションを開始します。




3.28. 天気インジケータ

気圧グラフ (3.2.4. 気圧プロファイルの使用参照) に加えて、Suunto Traverse には天候トレンドとストームアラームの 2 種類の天気インジケータがあります。

天候トレンドインジケータは時刻ディスプレイに表示されるので、天候の変化を簡単にチェックすることができます。




天候トレンドインジケータは、2 つの線で矢印を作り表示されます。それぞれの線は 3 時間を表しています。3 時間以内に 2 hPa (0.59 Hg) 以上大気圧が変化すると、矢印の方向が変化します。例:

	過去 6 時間で大気圧が急激に低下した場合
	安定していた大気圧が過去 3 時間で急激に上昇した場合
	急激に上昇していた大気圧が過去 3 時間で急激に低下した場合

ストームアラーム

大気圧の大幅な低下は一般的に嵐が迫っていることを意味するため、避難する必要があります。ストームアラームが有効になっていると、大気圧が 3 時間に 4 hPa (0.12 Hg) 以上低下すると Suunto Traverse がアラーム音を発し、嵐のマークが点滅します。

ストームアラームは初期設定ではオフになっています。ストームアラーム機能をオンにするには、**一般設定** » **ストームアラーム** の下にあるオプションメニューでオンに切り替えます。

 **メモ:** 高度プロファイルを有効にしている場合、ストームアラームは作動しません。

ストームアラームが鳴った場合は、いずれかのボタンを押すとアラームが停止します。ボタンを押すまで 5 分おきにアラームが鳴ります。気象状況が安定するまで (大気圧の低下が緩やかになるまで)、ディスプレイに嵐のシンボルが表示されます。

アクティビティを記録中にストームアラームが鳴ると、自動的にスペシャルラップ (「ストームアラーム」と呼ばれる) が作成されます。

4. お手入れとサポート

4.1. 取扱説明書

ユニットの取り扱いにはご注意ください。叩いたり落としたりしないでください。


通常の使用では時計の保守・点検は必要ありません。使用後は真水、低刺激性石鹸で洗浄し、湿らせた柔らかい布またはセーム革で慎重に清掃します。

Suunto 純正アクセサリのみ使用してください。非純正アクセサリとの使用による損傷は保証適用範囲外となります。

 **ヒント:** Suunto Traverse を www.suunto.com/support から製品登録することができます。

4.2. 防水性

Suunto Traverse は、最大 100 m (330 ft) の防水性能を備えています (10 気圧防水)。最大数値は実際のダイビング水深を意味し、Suunto が実施する防水性能テストではこの最大水深における水圧での防水性をテストします。時計を着用してスイミングやシュノーケリングを楽しむことはできますが、ダイビングで使用することはできません。


 **メモ:** 防水性は、時計の正常な動作を保証するものではありません。防水マークは、シャワー、入浴、スイミング、プールでの飛び込みやシュノーケリングでの使用に耐える程度の気密性と水密性を意味しています。

防水性を維持するには、以下の一般的な使用上の注意に従ってください。

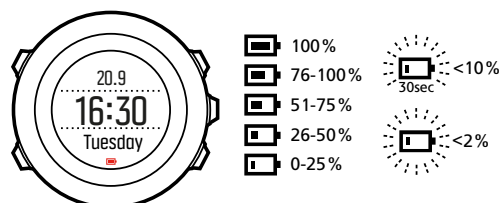
- デバイスを用途以外の目的には使用しないでください。
- 何らかの修理が必要な場合は、Suunto 認定サービスセンター、正規代理店または販売店にご連絡ください。
- 砂やちり、ほこりなどの汚れからデバイスを保護してください。
- ご自身でケースを開封しようとししないでください。
- デバイスを急激な気温変化または水温変化にさらさないようにしてください。
- 海水などの塩水でデバイスを使用した後は、必ず真水で洗ってください。
- デバイスを叩いたり、落としたりしないでください。

4.3. バッテリーの充電

バッテリーが 1 回のフル充電で Suunto Traverse を駆動できる時間は、時計の使用環境や使用状況などにより異なります。例えば、低温環境では 1 回の充電で駆動できる時間が通常よりも短くなります。一般的に、充電式バッテリーでは時間が経つにつれバッテリー容量が低下します。


 **メモ:** バッテリー不良が原因でバッテリー駆動時間が極端に短くなった場合、製品購入から 1 年以内または充電回数が 300 回以内であれば Suunto の製品保証範囲内としてバッテリーを無償で交換いたします。

バッテリーアイコンは、バッテリーの充電レベルを示します。バッテリーの充電レベルが 10% 以下になると、バッテリーアイコンが 30 秒間点滅します。バッテリーの充電レベルが 2% 以下になると、バッテリーアイコンが点滅したままになります。



記録中にバッテリーレベルが極端に低くなると、時計が自動的に記録を保存して終了します。時計には引き続き時刻が表示されますが、ボタンによる操作ができなくなります。

付属の USB ケーブルでコンピュータに接続するか、USB 電源アダプターを使用してコンセントに差し込んで充電してください。バッテリー容量が空の状態から完全に充電されるまで、2 ~ 3 時間かかります。

 **ヒント:** 記録中の GPS 補正間隔を変更してバッテリー寿命を延ばすことができます。
3.14.3. GPS 精度とバッテリー節約 を参照してください。

5. 参照

5.1. 技術仕様

全般

- 動作温度：-20°C ~ +60°C (-5°F ~ +140°F)
- バッテリー充電温度：0°C ~ +35°C (+32°F ~ +95°F)
- 保管温度：-30°C ~ +60°C (-22°F ~ +140°F)
- 重量：~80g (2.8 oz)
- 耐水性能：100 m (300 ft)
- ガラス材料：ミネラルクリスタル
- 出力：充電式リチウムイオンバッテリー
- バッテリー駆動時間：GPS 精度設定に応じて 10 ~ 100 時間、GPS を使用しない場合で 14 日間

メモリー

- ポイントオブインタレスト (POI): 最大 250

無線送受信機

- Bluetooth® Smart 互換
- 通信周波数：2402 ~ 2480 MHz
- 最大送信出力：< 0 dBm (伝導性)
- 範囲：~ 3 m/9.8 ft

気圧計

- 表示範囲：950 ~ 1060 hPa (28.05 ~ 31.30 inHg)
- 解像度：1 hPa (0.03 inHg)

高度計

- 表示範囲：-500 m ~ 9999 m (-1640 ft ~ 32805 ft)
- 解像度：1 m (3 ft)

温度計

- 表示範囲：-20°C ~ +60°C (-4°F ~ +140°F)
- 解像度：1°

クロノグラフ

- 解像度：9 時間 59 分 59 秒まで 1 秒単位、それ以降 1 分単位

コンパス

- 解像度 : 1° (18 mils)
- 精度 : +/- 5 度

GPS

- 技術 : SiRF star V
- 解像度 : 1 m/3 ft
- 周波数帯域 : 1,575.42 MHz

メーカー

Suunto Oy

Tammiston Kauppatie 7 A

FI-01510 Vantaa

FINLAND

5.2. コンプライアンス

5.2.1. CE

Suunto Oy は、無線機器タイプ OW151 が指令 2014/53/EU に準拠していることを宣言します。EU 適合宣言の全文は、次のリンク先から入手可能です : www.suunto.com/EUconformity。

5.2.2. FCC 準拠

このデバイスは FCC 規則のパート 15 に準拠しています。動作は以下の 2 つの条件を満たす必要があります :

- (1) このデバイスが有害な干渉を引き起こすことがないこと。および
- (2) 望ましくない動作の原因となることがある干渉を含め、いかなる干渉も許容し、受け入れなければならないこと。この製品は FCC 基準に準拠して試験されており、自宅または会社での使用を目的としています。

スントによって明示的に承認されていない変更、改変が本デバイスになされた場合は、FCC 規則に基づいてこのデバイスを使用するお客様の権限が無効になる可能性があります。

5.2.3. IC

このデバイスはカナダ産業省ライセンス免除 RSS 基準に準拠しています。動作は以下の 2 つの条件を満たす必要があります :

- (1) このデバイスが干渉を引き起こす可能性のないこと。および
- (2) 望ましくない動作の原因となることがある干渉を含め、いかなる干渉も許容し、受け入れなければならないこと。

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. 商標

Suunto Traverse、そのロゴ、およびその他のスントブランドの商標と製造名は Suunto Oy の登録商標または商標です。無断複写・転載を禁じます。

5.4. 特許通知

本製品は係属中の特許出願およびそれに対応する国権により保護されています：US 7,271,774、US 7,324,002、US 13/794,468、US 14/195,670。追加の特許出願が申請されています。

5.5. 製品に関する国際限定保証

Suunto は、保証期間内において、Suunto または Suunto サービスセンターにより、保証対象と判断された場合に限り、素材または作業における不具合の改善・修理を無償で行うことを保証します。その内容は、本国際限定保証の条件に従って、a) 製品または部品の修理、b) 製品または部品の交換のいずれかになります。本国際限定保証は、現地法がそれ以外を規定する場合を除き、購入国に関わらず法的強制力を持ちますが、消費財の販売を統制する適用国内法に基づいて消費者が保有する法的権利に何ら影響を与えることはありません。

保証期間

本国際限定保証が適用される保証期間は、最初の購入者であるお客様が製品を購入された日から開始します。

スマートウォッチ、ダイブコンピュータ、心拍数送信機、ダイブ送信機、ダイブ機械器具、および機械精密機器の保証期間は、特に記載の無い限り2年間となります。

Suunto チェストストラップ、ウォッチストラップ、充電器、ケーブル、充電式バッテリー、ブレスレット、ホースなどを含むがこれに限定されないアクセサリーの保証期間は、1年間となります。

Suunto ダイブコンピュータに内蔵の深度測定(圧力)センサーに起因する故障および損傷については、保証期間は5年間となります。

除外・制限条項

以下の場合、本国際限定保証の対象となりません：

1. a. 傷、摩耗、または非金属ストラップの変色および / または材質の変化などの通常の使用損耗、
b. 不適切な取り扱いに起因する欠陥・不具合、c) 使用目的または推奨されている使用方法に反した使用、不適切なケア、過失、および落下または衝突などの事故に起因する欠陥または損傷
2. 印刷物およびパッケージ
3. Suunto によって製造または提供されていないすべての製品、付属品・アクセサリー、ソフトウェアの使用に起因する欠陥または欠陥の疑い
4. Suunto は、非充電式バッテリーに起因する製品または付属品・アクセサリーの動作の中断、またはエラーがないことを保証せず、さらには、第三者によって提供されたハードウェアまたはソフトウェアを使用した場合に製品またはアクセサリーが動作することを

保証しません。製品またはアクセサリが以下に該当する場合、本国際限定保証は法的拘束力を失います：

1. 使用目的を超えて分解された場合
2. 不正な補修部品を使用して修理された場合、かつ非公認のサービスセンターによって改造または修理された場合
3. シリアルナンバーが除去、改変された、または判読不能になったと、Suunto がその自由裁量で判断した場合
4. 日焼け止め剤、防虫剤やこれに限定されない化学薬品にさらされた場合

Suunto 保証サービスの利用

Suunto 保証サービスを利用するには、購入証明書の提出が必要になります。本国際限定保証に基づく国際的な保証サービスの利用には、www.suunto.com/register にてオンラインで製品を登録していることが条件となります。保証サービスを受ける方法に関する説明については、www.suunto.com/warranty をご覧になるか、最寄りの Suunto 正規販売店へ連絡、または Suunto サービスセンターへお電話にてお問い合わせください。

責任制限

適用される強制法により許される最大限の範囲内において、本国際限定保証はお客様の唯一かつ排他的な救済手段であり、明示または黙示を問わず、すべての他の保証に代わるものです。Suunto は、見込まれる便益の喪失、データの喪失、使用不能による損失、資本コスト、任意の代替機器または施設に関する費用、サードパーティによるクレーム、製品の購入や利用、または保証違反による資産への損傷、契約違反、不注意、不正行為、または任意の法理あるいは公理を含むがこれに限定されない特殊損害、偶発的損害、懲罰的損害または間接的損害については、Suunto がかかる損傷の可能性を予期できていた場合であっても、その責任を負わないものとします。Suunto は保証サービスの提供における遅延において責任を負わないものとします。

5.6. 著作権

Copyright © Suunto Oy.無断複写・転載を禁じます。Suunto、スント製品名、そのロゴ、およびその他のスントブランド商標および名称は Suunto Oy の登録商標または商標です。この文書およびその内容は、Suunto Oy が所有しており、顧客がスント製品の操作に関する知識および情報を収集することだけを目的としています。その内容は、Suunto Oy との事前の書面による同意なしに、いかなる他の目的でも使用または配布および / または通知、開示または複製することはできません。弊社は本文書に含まれる情報が包括的かつ正確であることに十分な配慮を行っていますが、明示的または黙示的問わず正確性に対する保証はありません。本文書の内容は予告なく変更されることがあります。この文書の最新版は www.suunto.com でダウンロードできます。



SUUNTO CUSTOMER SUPPORT

www.suunto.com/support

www.suunto.com/register

Manufacturer:

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



© Suunto Oy 12/2021

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