

SUUNTO TRAVERSE


ANVÄNDARHANDBOK


1. SÄKERHET.....	4
2. Komma igång.....	5
2.1. Använda knapparna.....	5
2.2. Inställning.....	5
2.3. Justera inställningar.....	6
3. Egenskaper.....	8
3.1. Aktivitetskontroll.....	8
3.2. Höjd-Baro.....	9
3.2.1. Få korrekta avläsningar.....	10
3.2.2. Anpassa profilen till aktiviteten.....	11
3.2.3. Använda altimeter-profilen.....	12
3.2.4. Använda barometerprofilen.....	12
3.2.5. Använda automatic-profilen.....	12
3.3. Autopaus.....	13
3.4. Bakgrundsbelysning.....	13
3.5. Knapplås.....	14
3.6. Kompass.....	14
3.6.1. Kalibrera kompassen.....	15
3.6.2. Inställning av missvisning.....	15
3.6.3. Inställningar för bäring.....	16
3.7. Nedräknare.....	16
3.8. Skärmar.....	17
3.8.1. Justera skärmkontrasten.....	17
3.8.2. Invertera färgen på skärmen.....	17
3.9. FusedAlti.....	18
3.10. Tillbaka till start.....	18
3.11. Ikoner.....	18
3.12. Loggbok.....	20
3.13. Indikator för ledigt minne.....	21
3.14. Navigera med GPS.....	21
3.14.1. Ta emot en GPS-signal.....	21
3.14.2. GPS-rutnät och positionsformat.....	22
3.14.3. GPS-precision och energiförbrukning.....	23
3.14.4. GPS och GLONASS.....	23
3.15. Aviseringar.....	23
3.16. Registrera aktiviteter.....	24
3.17. Para ihop pulssensorn.....	24
3.18. Intressepunkter.....	24
3.18.1. Kontrollera var du befinner dig.....	25
3.18.2. Lägga till en intressepunkt.....	26

3.18.3. Ta bort en intressepunkt.....	26
3.19. Rutter.....	26
3.19.1. Att följa en rutt.....	27
3.19.2. Under pågående navigering.....	27
3.20. Servicemenyn.....	28
3.21. Sportlägen.....	29
3.22. Tidtagarur.....	29
3.23. Suunto-appen.....	30
3.23.1. Synkronisera med mobilappen.....	31
3.24. Suunto Apps.....	31
3.25. Tid.....	31
3.25.1. Alarmklocka.....	32
3.25.2. Tidssynkronisering.....	32
3.26. Ljud och vibration.....	33
3.27. Hitta tillbaka.....	33
3.28. Väderindikatorer.....	33
4. Skötsel och support.....	35
4.1. Riktlinjer för hantering.....	35
4.2. Vattentäthet.....	35
4.3. Ladda batteriet.....	35
5. Referens.....	37
5.1. Tekniska specifikationer.....	37
5.2. Överensstämmelse.....	38
5.2.1. CE.....	38
5.2.2. Efterlevnad av FCC-reglerna.....	38
5.2.3. IC.....	39
5.2.4. NOM-121-SCT1-2009.....	39
5.3. Varumärken.....	39
5.4. Patentmeddelande.....	39
5.5. Internationell begränsad garanti.....	39
5.6. Upphovsrätt.....	41


1. SÄKERHET

Olika säkerhetsföreskrifter


 **VARNING:** - används i samband med en åtgärd eller situation som kan resultera i allvarlig skada eller dödsfall.

 **VARNING:** - används i samband med en åtgärd eller situation som resulterar i skada på produkten.

 **OBS:** - används för att understryka viktig information.

 **TIPS:** - används för extra tips om hur du använder enhetens funktioner.

Säkerhetsföreskrifter

 **VARNING:** ALLERGISKA REAKTIONER ELLER HUDIRRITATION KAN FÖREKOMMA NÄR PRODUKTEN KOMMER I KONTAKT MED HUD, ÄVEN OM VÅRA PRODUKTER UPPFYLLER INDUSTRISTANDARD. OM DETTA INTRÄFFAR SKA PRODUKTEN OMEDELBART SLUTA ANVÄNDAS OCH LÄKARE RÅDFRÅGAS.

 **VARNING:** RÅDFRÅGA ALLTID LÄKARE INNAN DU PÅBÖRJAR ETT TRÄNINGSPROGRAM. ÖVERANSTRÄNGNING KAN ORSAKA ALLVARLIGA SKADOR.

 **VARNING:** ENDAST FÖR FRITIDSANVÄNDNING.


 **VARNING:** FÖRLITA DIG INTE HELT PÅ GPS:EN ELLER BATTERIETS LIVSLÄNGD. ANVÄND ALLTID KARTOR OCH ANDRA REFERENSMATERIAL FÖR DIN SÄKERHET.

 **VARNING:** APPLICERA INTE LÖSNINGSMEDEL AV NÅGOT SLAG PÅ PRODUKTEN, DÅ DETTA KAN SKADA YTAN.

 **VARNING:** APPLICERA INTE INSEKTSMEDEL PÅ PRODUKTEN, DÅ DETTA KAN SKADA YTAN.

 **VARNING:** KASSERA INTE PRODUKTEN SOM VANLIGT HUSHÅLLSAVFALL. BEHANDLA PRODUKTEN SOM ELEKTRONISKT AVFALL FÖR ATT SKYDDA MILJÖN.

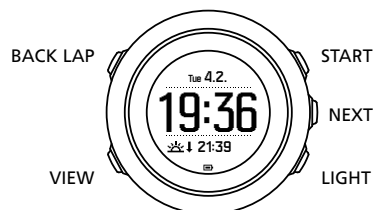
 **VARNING:** ENHETEN FÅR INTE TAPPAS ELLER UTSÄTTAS FÖR STÖTAR, DÅ DETTA KAN SKADA ENHETEN.

 **OBS:** På Suunto använder vi sensorer och algoritmer för att skapa värden som kan hjälpa dig i dina aktiviteter och äventyr. Vi strävar efter att uppnå så hög precision som möjligt. Men informationen eller tjänsterna vi erbjuder är inte 100 % säkra, och de värden de genererar är inte alltid helt precisa. Kalorier, puls, plats, rörelsedetektor, skottihenkänning, indikatorer på fysisk stress och andra mätningar stämmer inte alltid överens med verkligheten. Suuntos produkter och tjänster är enbart avsedda för fritidsbruk och ska inte användas till medicinska ändamål av något slag.

2. Komma igång

2.1. Använda knapparna

Suunto Traverse har fem knappar med vilka du kommer åt alla funktioner.



[START] :

- tryck för att öppna startmenyn
- tryck för att pausa eller återuppta en registrering eller tidtagning
- tryck för att öka ett värde eller flytta upp i menyn
- håll intryckt för att påbörja registrering eller öppna en lista över tillgängliga lägen
- håll intryckt för att stoppa och spara en registrering

[NEXT] :

- tryck för att växla skärm
- tryck för att öppna/bekräfta en inställning
- håll intryckt för att öppna/stänga alternativmenyn

[LIGHT] :


- tryck för att aktivera bakgrundsbelysningen
- tryck för att minska ett värde eller flytta ned i menyn
- håll intryckt för att tända ficklampan
- tryck för att släcka ficklampan

[BACK LAP] :

- tryck för att återgå till föregående meny
- tryck för att lägga till ett varv under pågående registrering
- håll intryckt för att låsa eller låsa upp knapparna

[VIEW] :

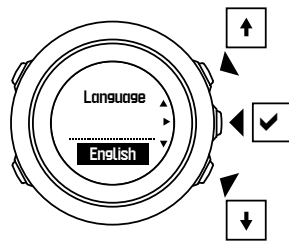
- tryck för att öppna ytterligare skärmvyer
- håll intryckt för att spara intressepunkt

 **TIPS:** När du ska ändra värden kan du visa dem snabbare genom att hålla [START] eller [LIGHT] intryckt.

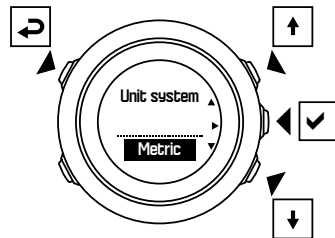
2.2. Inställning

Så här börjar du använda klockan:

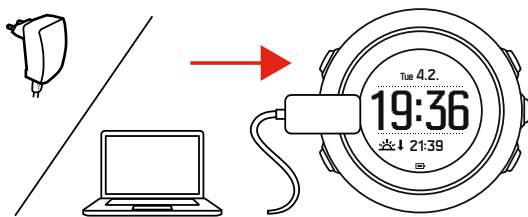
1. Håll [START] intryckt för att aktivera enheten.
2. Tryck på [START] eller [LIGHT] för att bläddra till det språk du vill ha och tryck på [NEXT] för att välja.





3. Följ anvisningarna i startguiden för att slutföra grundinställningarna. Ange värden med [START] eller [LIGHT] och tryck på [NEXT] för att bekräfta och fortsätta till nästa steg.



När du har slutfört inställningarna laddar du klockan med den medföljande USB-kabeln tills batteriet är helt laddat.



 **OBS:** Om en blinkande batterisymbol visas måste Suunto Traverse laddas innan den startas.

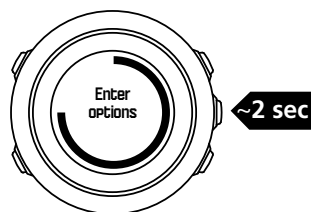
 **OBS:** Om batteriet dör och du laddar produkten igen, håler du **START** intryckt för att starta den.

2.3. Justera inställningar

Du kan ändra inställningarna för Suunto Traverse direkt i klockan.

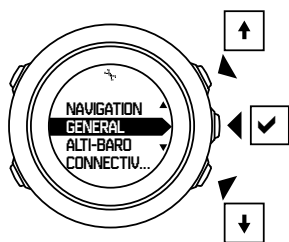
Så här ändrar du inställningarna på klockan:

1. Håll [NEXT] nedtryckt för att gå till alternativmenyn.



2. Rulla i menyn med [START] och [LIGHT] .
3. Tryck på [NEXT] för att gå till en inställning.

- Tryck på [START] och [LIGHT] för att justera inställningsvärdena och bekräfta med [NEXT] .



- Tryck på [BACK LAP] för att gå tillbaka till den tidigare menyn, eller håll [NEXT] intryckt för att avsluta.

3. Egenskaper

3.1. Aktivitetskontroll


Suunto Traverse mäter dina dagliga steg och uppskattar din kaloriförbrukning baserat på dina personliga inställningar.

Ditt ungefärliga antal steg per dag finns tillgängligt som en standardvy på tidsskärmen. Tryck på [VIEW] för att ändra stegräknarvyn. Stegantalet uppdateras var 60:e sekund.



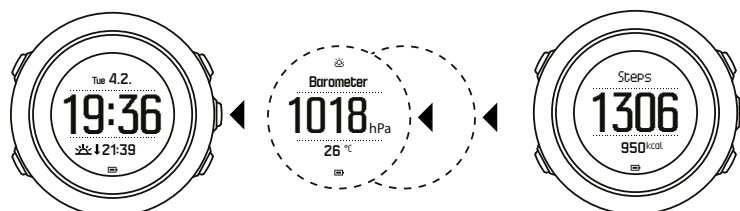
Dagligt stegantal och kaloriförbrukning visas under **DISPLAYER** » **Steg**. Värdena återställs varje dag vid midnatt.



 **OBS:** Aktivitetskontrollen baseras på dina rörelser enligt mätningar av sensorer i klockan. Värdena som ges av aktivitetsövervakningen är uppskattningar och ska inte användas för medicinska diagnoser.

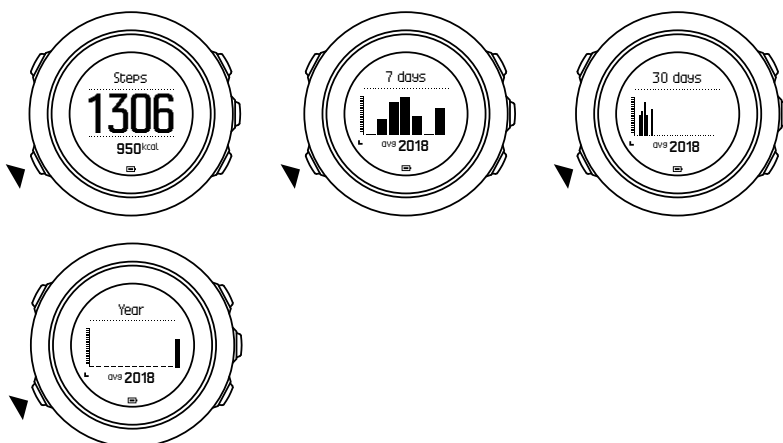
Steghistorik

Suunto Traverse Visar en komplett historik över ditt stegantal. Stegskärmen visar steg per dag och en trendlinje med veckoöversikt, månadsöversikt och årsöversikt. Du kan visa/dölja stegskärmen på startmenyn under **DISPLAYER** » **Steg**. När den är aktiverad kan du se din steghistorik genom att trycka på [NEXT] för att välja mellan aktiva skärmar.



trycka [VIEW] för att se din 7-dagars, 30-dagars och årliga trend.

På stegskärmen kan du

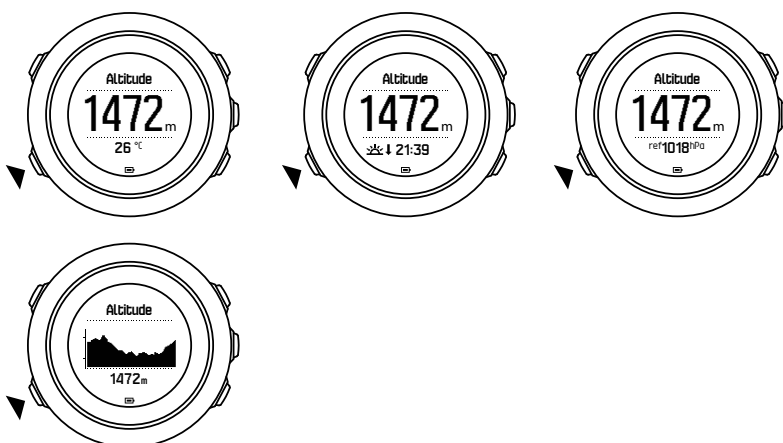


3.2. Höjd-Baro

Suunto Traverse mäter kontinuerligt absolut lufttryck via den inbyggda trycksensorn. Baserat på mätning och referensvärden beräknas sedan höjd eller lufttryck vid havsnivå.

Det finns tre profiler: **Automatisk**, **Höjdmätare** och **Barometer**. Information om hur du ställer in profiler finns i 3.2.2. *Anpassa profilen till aktiviteten.*

För att se höjd-baro-information, trycker du på [NEXT] på tidsskärmen eller aktiverar höjd-barodisplayen från skärmvyn.

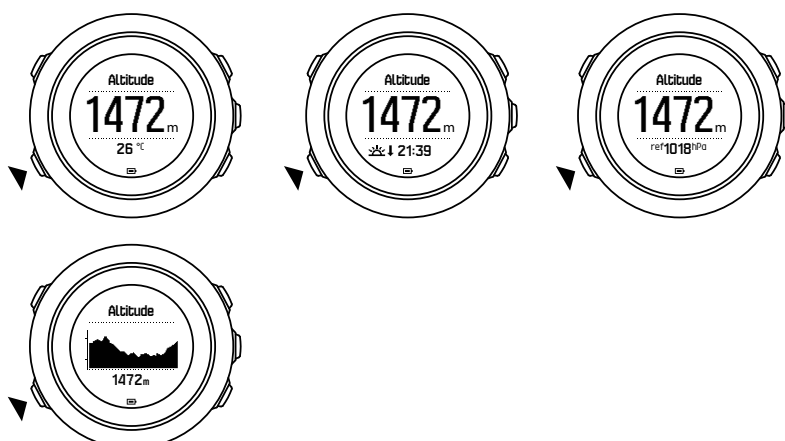


Du kan växla mellan olika vyer med [VIEW] .

I höjdmätarprofilen visas:

- höjd + temperatur
- höjd + soluppgång/solnedgång
- höjd + referenspunkt

- 12 h höjddgraf + höjd



I barometerprofilen får du motsvarande översikt:

- barometriskt tryck + temperatur
- barometriskt tryck + soluppgång/solnedgång
- barometriskt tryck + referenspunkt
- 24 h graf över barometriskt tryck + barometriskt tryck


När du har aktiverat GPS:en kan du visa tid för soluppgång och solnedgång. Om GPS:en inte är aktiverad, fastställs tiderna för soluppgång och solnedgång med den senast registrerade GPS-informationen.

Du kan visa/dölja skärmen för höjd-baro på startmenyn.

Så här döljer du skärmen för höjd-baro:

1. På tidsskärmen trycker du på [START] .
2. Skrolla till **DISPLAYER** med [LIGHT] och tryck på [NEXT] .
3. Skrolla till **Avsluta Höjd-Baro** och tryck på [NEXT] .
4. Håll [NEXT] intryckt för att gå tillbaka.

Upprepa proceduren och välj **Höjd-Baro** för att visa skärmen igen.

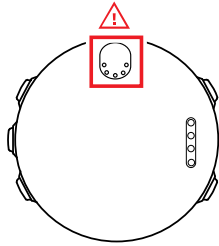
 **OBS:** Om du bär Suunto Traverse på handleden, måste du ta av den för att få en tillförlitlig temperaturavläsning, eftersom din kroppstemperatur påverkar den ursprungliga avläsningen.

3.2.1. Få korrekta avläsningar

Om din utomhusaktivitet kräver en tillförlitlig mätning av höjd eller lufttryck måste du kalibrera Suunto Traverse genom att ange antingen aktuell höjd eller aktuellt lufttryck.

 **TIPS:** Absolut lufttryck och känd höjddreferens = lufttryck vid havsnivå. Absolut lufttryck och känt lufttryck vid havsnivå = altitud.

Du hittar höjdangivelser för din plats på de flesta topografiska kartor eller på Google Earth. Du hittar referensvärden för lufttrycket på havsnivå för din plats på nationella meteorologiska webbplatser.



⚠ VARNING: Håll området runt sensorn fritt från smuts och sand. Stick aldrig in föremål i öppningarna på sensorn.

Om **FusedAlti** är aktiverad korrigeras höjdavläsningen automatiskt med **FusedAlti** tillsammans med kalibrering av höjd och lufttryck vid havsnivå. Mer information finns i 3.9. *FusedAlti*.

Förändringar i lokala väderförhållanden påverkar höjdavläsningarna. Om den lokala väderleken är växlande rekommenderar vi att du nollställer det aktuella höjdreferensvärdet ofta, helst innan du påbörjar rutten när du har tillgång till referensvärdena. Du behöver inte ställa in referensvärden så länge det lokala vädret är stabilt.

Så här ställer du in referensvärden för lufttryck och höjd:

1. Håll [NEXT] intryckt för att öppna alternativmenyn.
2. Rulla till **HÖJD-BARO** med [LIGHT] och öppna med [NEXT].
3. Tryck på [NEXT] för att öppna **Referens**. Välj mellan följande alternativ:
4. FusedAlti: GPS:en aktiveras och klockan börjar beräkna höjden baserat på FusedAlti.
5. **Höjd**: Ställ in höjden manuellt.
6. **Lufttryck vid havsnivå**: Ange referensvärdet för lufttryck vid havsnivå manuellt.
7. Ange referensvärdet med [START] och [LIGHT]. Bekräfta inställningen med [NEXT].

☰ TIPS: När du inte registrerar en aktivitet kan du trycka på [START] på skärmen för höjd-baro för att komma direkt till menyn **HÖJD-BARO**.

Användningsexempel: Ställa in höjdreferensvärdet

Det är andra dagen på din tvådagarsstur. Du inser att du glömde att byta från barometerprofilen till höjdmätarprofilen när du påbörjade aktiviteten på morgonen. Du vet att höjdvärdena som Suunto Traverse visar just nu är felaktiga.

Alltså tar du dig till den närmaste plats där det enligt den topografiska kartan finns ett höjdreferensvärde. Du korrigerar höjdreferensvärdet i Suunto Traverse efter detta och växlar till höjdmätarprofilen. Nu är höjdavläsningarna korrekta igen.

3.2.2. Anpassa profilen till aktiviteten

Höjdmätarprofilen bör väljas för utomhusaktiviteter som omfattar höjdändringar (t.ex. vandring i bergsterräng).

Barometerprofilen bör väljas för utomhusaktiviteter som inte omfattar höjdändringar (t.ex. kanotsport).

För att få korrekta avläsningar måste du anpassa profilen till aktiviteten. Du kan antingen låta Suunto Traverse välja en lämplig profil för aktiviteten med den automatiska profilen, eller välja en profil själv.

Så här anger du profilen för höjd-baro:

1. Håll [NEXT] intryckt för att öppna alternativmenyn.
2. Rulla till **HÖJD-BARO** med [LIGHT] och öppna med [NEXT] .
3. Rulla till **Profil** med [START] och öppna med [NEXT] .
4. Ändra profilen med [START] eller [LIGHT] och välj bekräfta med [NEXT] .
5. Håll [NEXT] intryckt för att avsluta.

Felaktiga avläsningar

Om höjdmätarprofilen är aktiverad en längre tid, och enheten är på en och samma plats medan de lokala väderförhållandena ändras, kommer enheten att ge felaktiga höjdväländningar.

Om höjdmätarprofilen är aktiverad och vädret ändras ofta medan du förändrar din höjd uppåt eller nedåt kommer enheten att ge felaktiga avläsningar.

Om barometerprofilen är aktiverad en längre tid och du förändrar din höjd uppåt eller nedåt antar enheten att du står stilla och tolkar ändringarna i höjddled som ändringar av lufttrycket vid havsnivå. Detta medför att angivelserna av lufttryck blir felaktiga.

3.2.3. Använda altimeter-profilen

Höjdmätarprofilen beräknar höjden baserat på referensvärden. Referensvärdet kan vara antingen lufttryck vid havsnivå eller höjd. När höjdmätarprofilen är aktiverad visas höjdmätarikonerna högst upp på skärmen för höjd-baro.



3.2.4. Använda barometerprofilen

Barometerprofilen visar aktuellt lufttryck vid havsnivå. Detta baseras på referensvärdena och det absoluta lufttrycket som mäts konstant.

När barometerprofilen är aktiverad visas barometerikonerna på skärmen.



3.2.5. Använda automatic-profilen

Automatic-profilen växlar mellan höjdmätar- och barometerprofilen enligt dina rörelser.

Det är inte möjligt att mäta förändringar i höjd och väder samtidigt, eftersom båda beror på det omgivande lufttrycket förändras. Suunto Traverse känner av vertikala rörelser och växlar

vid behov över till att mäta altituden. När höjdangivelsen visas tar det högst tio sekunder innan värdet uppdateras.

Om du befinner dig på konstant höjd (mindre än fem meters vertikal rörelse inom tolv minuter), tolkar Suunto Traverse alla förändringar i lufttrycket som väderomslag. Mätintervallet är tio sekunder. Höjdvälningen förblir oförändrad, och om vädret ändras visas ändringarna som lufttryck vid havsnivå.

Om du rör dig i höjddled (mer än fem meters vertikal rörelse inom tre minuter), tolkar Suunto Traverse alla tryckförändringar som rörelser i höjddled.

Beroende på vilken profil som är aktiverad, kan du öppna höjdmätaren eller barometern på skärmen för höjd-baro med [VIEW] .

 **OBS:** När du använder automatic-profilen visas inte ikonerna för barometer eller höjdmätare på skärmen för höjd-baro.

3.3. Autopaus

Autopaus pausar registreringen av din aktivitet när din hastighet understiger 2 km/h. När din hastighet ökar till mer än 3 km/h återupptas registreringen automatiskt.

Du kan aktivera och inaktivera autopaus för varje sportläge under de avancerade inställningarna för sportläget i SuuntoLink.

3.4. Bakgrundsbelysning

Om du trycker på [LIGHT] tänds bakgrundsbelysningen.


Som standardinställning tänds bakgrundsbelysningen några sekunder och stängs sedan av automatiskt.

Det finns fyra lägen för bakgrundsbelysning:

- **Normal:** Ficklampa sätts på under några sekunder när du trycker på [LIGHT] och när alarmklockan ringer. Detta är en förvald inställning.
- **Av:** Bakgrundsbelysningen tänds inte genom att trycka på en knapp eller när alarmklockan ringer.
- **Natt:** Bakgrundsbelysningen sätts igång i några sekunder när du trycker på vilken knapp som helst och när alarmklockan ringer.
- **Avbrytare:** Bakgrundsbelysningen tänds när du trycker på [LIGHT] och sätts igång tills du trycker på [LIGHT] igen.

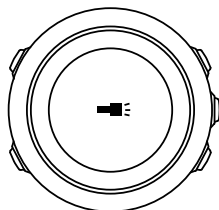
Du kan ändra den allmänna inställningen för bakgrundsbelysning i klockinställningarna under **ALLMÄNNA » Ljud/skärm » Bakgrundsbelysning**.

Du kan justera ljusstyrkan på bakgrundsbelysningen (i procent), antingen i klockans inställningar under **Ljud/skärm » Bakgrundsbelysning**.

 **TIPS:** När knapparna [BACK LAP] och [START] är låsta, kan du aktivera bakgrundsbelysningen med [LIGHT] .

Ficklampa

Förutom de vanliga lägena för bakgrundsbelysning har Traverse ytterligare ett läge där bakgrundsbelysningen automatiskt ställs in till maximal styrka och kan då användas som ficklampa. Om du vill tända ficklampan håller du [LIGHT] intryckt.



Ficklampan är tänd i ungefär fyra minuter. Du kan stänga av den när som helst genom att trycka på [LIGHT] eller [BACK LAP].

3.5. Knapplås


Lås/lås upp knapparna genom att hålla [BACK LAP] intryckt.



Du kan ändra inställningarna för knapplås i klockinställningarna under **ALLMÄNNA** » **Ljud/skärm** » **Knapplås**.

Din Suunto Traverse har två alternativ för knapplås:

- **Bara aktiv.:** Startmenyn och alternativmenyn är låsta.
- **Alla:** Alla knappar är låsta. Bakgrundsbelysning kan aktiveras i läget **Natt**.

 **TIPS:** Välj knapplåsinställningen **Bara aktiv.** för att undvika att oavsiktligt starta eller stoppa din logg. När knapparna [BACK LAP] och [START] är låsta kan du växla skärm med [NEXT] och växla vy med [VIEW].

3.6. Kompass

Suunto Traverse har en digital kompass med vilken du kan orientera dig i förhållande till den magnetiska nordpolen. Kompassen kompenserar för lutning och visar korrekta värden även när den inte är i horisontellt läge.

Du kan visa/dölja kompasskärmen på startmenyn under **DISPLAYER** » **Kompass**.

Den förinställda kompasskärmen innehåller följande information:

- mittenraden: kompassriktning i grader
- understa raden: tryck [VIEW] för att se tid, kardinalstreck eller tom (inget värde)

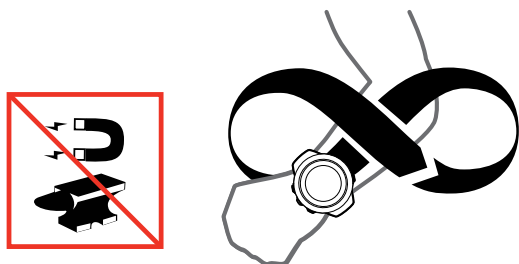


Du kan ändra informationen på kompassskärmen från alternativmenyn under **Allmänna » Format » Kompassenhet**. Välj det första värdet som ska visas i mitten av kompassskärmen: grader, milliradian eller kardinalstreck.

Kompassen växlar automatiskt till energisparläge efter en minut. Återaktivera den med [START].

3.6.1. Kalibrera kompassen

Innan du använder kompassen för första gången måste du kalibrera den. Vrid och vänd klockan i olika riktningar tills den avger en signal som indikerar att kalibreringen är klar.



Om kalibreringen lyckades visas meddelandet **Kalibreringen lyckades**. Om kalibreringen misslyckades, visas meddelandet **Kalibreringen misslyckades**. Tryck på [START] om du vill göra ett nytt kalibreringsförsök.

Om du redan har kalibrerat kompassen och vill kalibrera om den, kan du göra det manuellt.

Så här kalibrerar du kompassen manuellt:

1. Håll [NEXT] intryckt för att öppna alternativmenyn.
2. Rulla till **NAVIGERA** med [START] och öppna med [NEXT].
3. Rulla till **Inställningar** med [LIGHT] och välj med [NEXT].
4. Rulla till **Kompass** med [LIGHT] och välj med [NEXT].
5. Tryck på [NEXT] för att välja **Kalibrering**.

3.6.2. Inställning av missvisning

Ställ in ett exakt missvisningsvärde så att du får korrekta kompassvärden.

Papperskartor är geografiskt inställda mot nordpolen. Kompasser pekar däremot mot den magnetiska nordpolen – ett område ovanför jordklotet dit jordens magnetfält drar. Eftersom den magnetiska nordpolen och den geografiska nordpolen inte finns på samma plats, måste du ställa in missvisningen på kompassen. Missvisningen är vinkeln mellan den magnetiska och den geografiska nordpolen.

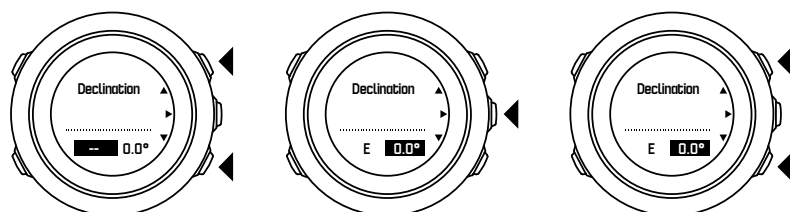
Missvisningsvärdet visas på de flesta kartor. Den magnetiska nordpolen flyttas något varje år, så det mest korrekta missvisningsvärdet erhåller du via internet (till exempel på www.magnetic-declination.com).

Orienteringskartor är däremot ritade utifrån den magnetiska nordpolen. Det innebär att när du använder en orienteringskarta måste du stänga av korrigeringen av missvisning genom att ställa in missvisningsvärdet till 0 grader.


Så här anger du missvisningsvärdet:

1. Håll [NEXT] intryckt för att öppna alternativmenyn.
2. Rulla till **NAVIGERA** med [START] och öppna med [NEXT].

3. Rulla till **Inställningar** med [LIGHT] och välj med [NEXT] .
4. Rulla till **Kompass** med [LIGHT] och välj med [NEXT] .
5. Rulla till **Missvisning** med [LIGHT] och välj med [NEXT] .
6. Stäng av missvisningen med --. Du kan också välja **V** (väst) eller **Ö** (öst). Ange missvisningsvärdet med [START] eller [LIGHT] .



7. Tryck på [NEXT] för att bekräfta inställningen.

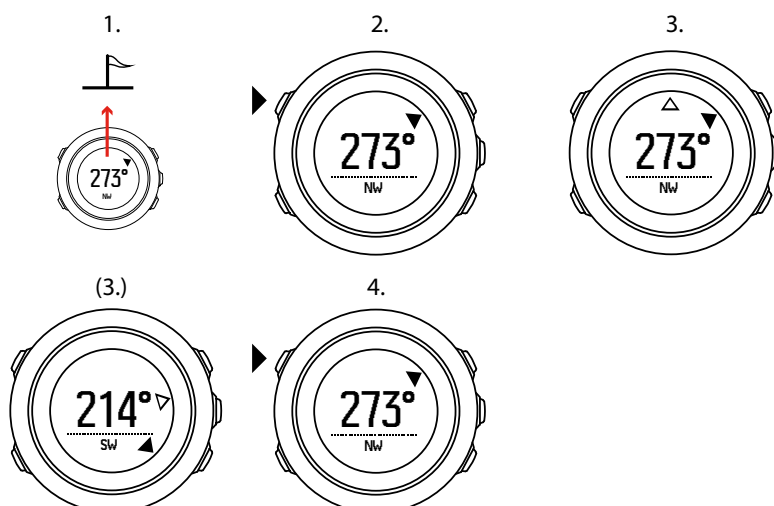
 **TIPS:** Du kan också öppna navigeringsmenyn och kompassinställningarna med [START] när du navigerar.


3.6.3. Inställningar för bäring

Du kan markera riktningen till ditt mål i relation till norr med funktionen för att låsa bäringen.

Så här låser du en bäring:

1. Aktivera kompassen, håll klockan framför dig och vänd dig i riktning mot ditt mål.
2. Tryck på [BACK LAP] för att låsa aktuell gradangivelse på klockan som bäring.
3. En tom triangel visar den låsta bäringen i relation till norrindikatorn (fylld triangel).
4. Tryck på [BACK LAP] om du vill radera den låsta bäringen.



 **OBS:** Om du använder kompassen när du registrerar en aktivitet fungerar knappen [BACK LAP] endast för att låsa och radera bäringen. Stäng kompassvyn om du vill registrera ett varv med [BACK LAP] .

3.7. Nedräknare


Du kan ställa in nedräknaren från en förinställd tid till noll. Du kan dölja/visa den från startmenyn under **DISPLAYER** » **Nedräkning**.

När nedräknaren är aktiverad kan du öppna den genom att hålla inne [NEXT] tills tidtagaruret visas.



Standard för nedräknaren är fem minuter. Du kan justera tiden genom att trycka på [VIEW].

 **TIPS:** Du kan pausa och återuppta nedräkningen med [START].

 **OBS:** Nedräknaren är inte tillgänglig under pågående registrering av en aktivitet.

3.8. Skärmar

Suunto Traverse levereras med flera olika funktioner, till exempel kompass (se 3.6. *Kompass*) och tidtagarur (se 3.22. *Tidtagarur*). Dessa hanteras som skärmar som kan visas genom att trycka på [NEXT]. Vissa av skärmarna visas permanent, medan andra kan visas och döljas efter dina önskemål.

Så här visar och döljer du skärmar:

1. Tryck på [START] för att öppna startmenyn.
2. Rulla till **DISPLAYER** med [LIGHT] och tryck på [NEXT].
3. Aktivera eller inaktivera en funktion i listan genom att rulla till den med [START] eller [LIGHT] och trycka på [NEXT]. Håll [NEXT] intryckt när du vill stänga skärmmenyn.

Sportlägena (se 3.21. *Sportlägen*) innehåller flera skärmar som du kan anpassa så att de visar olika typer av information under registreringen.

3.8.1. Justera skärmkontrasten

Du kan öka eller minska skärmkontrasten i klockinställningarna på din Suunto Traverse.

Så här justerar du skärmkontrasten:

1. Håll [NEXT] intryckt för att öppna alternativmenyn.
2. Tryck på [NEXT] för att öppna **ALLMÄNNA** inställningarna.
3. Tryck på [NEXT] för att öppna **Ljud/skärm**.
4. Rulla till **Skärmens kontrast** med [LIGHT] och öppna med [NEXT].
5. Öka kontrasten med [START] eller minska den med [LIGHT].
6. Håll [NEXT] intryckt för att avsluta.

3.8.2. Invertera färgen på skärmen

Ändra skärmen mellan mörk och ljus med klockans inställningar.

Så här inverterar du skärmen i klockinställningarna:

1. Håll [NEXT] intryckt för att öppna alternativmenyn.
2. Tryck på [NEXT] för att öppna inställningen **ALLMÄNNA**.
3. Tryck på [NEXT] för att öppna **Ljud/skärm**.

4. Rulla till **Invertera skärm** med [START] och invertera med [NEXT].

3.9. FusedAlti

FusedAlti™ ger en höjdangivelse som är en kombination av GPS- och barometerhöjd. Det minimerar effekten av tillfälliga fel och missvisningsfel i den slutliga höjdangivelsen.

 **OBS:** Som standard mäts höjden med FusedAlti under registreringar med GPS samt vid navigering. När GPS:en är avstängd, mäts höjden med barometersensorn.

Om du inte vill använda FusedAlti vid höjdmätningar kan du ställa in referensvärdet med höjd eller lufttryck vid havsnivå.

Du kan söka efter ett nytt referensvärde med FusedAlti genom att aktivera den i alternativmenyn under **HÖJD-BARO » Referens » FusedAlti**.

Vid goda förhållanden tar det 4–12 minuter för FusedAlti att hitta ett referensvärde. Under den tiden visar Suunto Traverse barometerhöjd tillsammans med symbolen ~ före avläsningen för att indikera att angivelsen kanske inte är korrekt.

3.10. Tillbaka till start

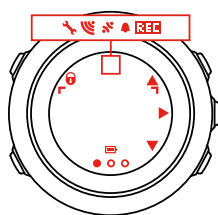
Suunto Traverse sparar automatiskt startpunkten för registreringen om du använder GPS. Funktionen Tillbaka till start kan Suunto Traverse vägleda dig tillbaka till startpunkten (eller till platsen där GPS-fixeringen upprättades).

Så här använder du funktionen Tillbaka till start:



1. Håll [NEXT] intryckt för att öppna alternativmenyn.
2. Tryck på [NEXT] för att välja **NAVIGERA**.
3. Rulla till **Tillbaka till start** med [START] och välj med [NEXT].





















Navigeringsvägledningen visas som en av vyerna på skärmen för synlig sökväg.

3.11. Ikoner






Följande ikoner visas i Suunto Traverse:



	alarm
	höjdmätare
	barometer
	batteri
	Bluetooth

	knappplås
	knapptryckningsindikatorer
	aktuell skärm
	ned/minska
	ficklampa
	GPS-signalstyrka
	puls
	högsta punkten
	inkommande samtal
	lägsta punkten
	meddelande
	missat samtal
	nästa/bekräfta
	para ihop
	inställningar
	sportläge
	storm
	soluppgång
	solnedgång
	upp/öka

POI-ikoner

Följande POI-ikoner finns tillgängliga i Suunto Traverse:

	börja
	byggnad/hem
	tält/camping
	bil/parkering
	grotta

	väggkorsning
	nödläge
	sluta
	mat/restaurang/kafé
	skog
	geocache
	info
	logi/vandrarhem/hotell
	äng
	berg/kulle/dal/klippa
	väg/stig
	sten
	sikt
	vatten/vattenfall/flod/sjö/kust
	ruttpunkt

3.12. Loggbok

Loggarna över dina registrerade aktiviteter lagras i loggboken. Det maximala antalet loggar som kan lagras, samt hur länge varje enskild logg lagras, beror på hur mycket information som registreras för varje aktivitet. Till exempel GPS-noggrannhet (se 3.14.3. *GPS-precision och energiförbrukning*) påverkar antalet loggar och hur länge de kan lagras.

Du kan se loggöversikten för en aktivitet så snart du stoppat registreringen, eller via **Loggbok** på startmenyn.

Informationen som visas i loggsammanställningen är dynamisk: den ändras beroende på faktorer som sportläge eller väder, eller om du använt pulsbalte eller GPS. Som standard visar alla loggar följande information:

- Namn på sportläge
- tid
- datum
- varaktighet
- varv

Om loggen innehåller GPS-data kommer den att visa en vy över hela ruten och även en höjdprofil för hela banan.



TIPS: Du kan se fler detaljer om du registrerat aktiviteter i Suunto-appen

För att se loggöversikt efter en avslutad inspelning:

1. Håll [START] intryckt för att stoppa och spara en inspelning.
2. Tryck på [NEXT] för att se loggöversikten.

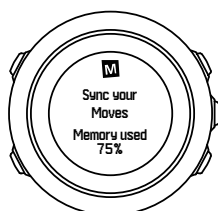
Du kan även visa översikter över alla dina registrerade träningspass (loggar) i loggboken. De registrerade träningspassen visas efter datum och tid i loggboken.

Så här visar du loggöversikten i loggboken:

1. Tryck på [START] för att gå till startmenyn.
2. Rulla till **Loggbok** med [LIGHT] och öppna med [NEXT] .
3. Rulla i loggarna med [START] eller [LIGHT] och välj enlogg med [NEXT] .
4. Bläddra i vyerna för loggöversikt med [NEXT] .

3.13. Indikator för ledigt minne

Om mer än 50 % av loggboken inte har synkroniserats med Suunto-appen, visar Suunto Traverse en påminnelse när du går till loggboken.



Påminnelsen visas inte när minnet som inte synkroniserats är fullt och Suunto Traverse börjar föra över gamla loggar.

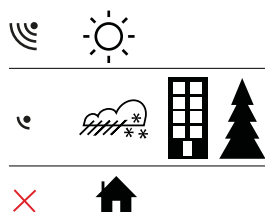
3.14. Navigera med GPS


Suunto Traverse använder Global Positioning System (GPS) för att fastställa din aktuella position. GPS-systemet inbegriper satelliter som kretsar runt jorden på en höjd på 20 000 km och en hastighet på 4 km/s.

Den inbyggda GPS-mottagaren i Suunto Traverse är optimerad för att användas på handleden och tar emot data från en mycket vid vinkel.


3.14.1. Ta emot en GPS-signal

Suunto Traverse aktiverar GPS automatiskt när du väljer ett sportläge med GPS-funktion, fastställer din plats eller börjar navigera.



 **OBS:** När du aktiverar GPS:en för första gången eller inte har använt den på länge, kan det ta längre tid än vanligt att fastställa en GPS-signalen. Efterföljande GPS-startar kommer att gå snabbare.

 **TIPS:** För att påskynda initieringen av GPS:en är det viktigt att du håller klockan stilla och vänd uppåt. Tänk också på att stå på en öppen yta med fri sikt mot himlen.

 **TIPS:** Synkronisera din Suunto Traverse regelbundet med Suunto-appen för att få senaste satellituppgifter och positionsinformation (GPS-optimering). Detta reducerar tiden det tar att fastställa GPS-signalen och förbättrar precisionen för spårning.

Felsökning: Ingen GPS-signal

- Rikta klockans GPS-del uppåt för att få en optimal signal. Den bästa signalen får du på en öppen yta med fri sikt mot himlen.
- GPS-mottagaren fungerar vanligtvis bra inuti tält och under andra tunna höljen. Däremot kan föremål, byggnader, tät vegetation eller molnigt väder medföra sämre mottagningskvalitet för GPS-signalen.
- GPS-signalen tränger inte igenom fasta konstruktioner eller vatten. Försök därför inte aktivera GPS:en inuti byggnader, grottor eller under vatten.

3.14.2. GPS-rutnät och positionsformat

Rutnätet är linjerna på en karta som definierar det koordinatsystem som används.


Positionsformatet avser hur GPS-mottagarens position visas på klockan. Alla format återger samma plats, men på olika sätt. Du kan ändra positionsformatet i klockans inställningar i alternativmenyn under **ALLMÄNNA** » **Format** » **Positionsformat**.

Du kan välja format bland följande rutnät:

- Latitud/longitud är det vanligaste rutnätet som har tre olika format:
 - **WGS84 Hd.d°**
 - **WGS84 Hd°m.m'**
 - **WGS84 Hd°m's.s**
- **UTM** (Universal Transverse Mercator) är en tvådimensionell horisontell presentation av positionen.
- **MGRS** (Military Grid Reference System) baseras på UTM och består av en rutnätsbeteckning, 100 000 meter kvadratisk identifiering, samt ett numeriskt läge.

Suunto Traverse har också stöd för följande lokala rutnät:

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

 **OBS:** Vissa rutnät kan inte användas i områden norr om 84°N och söder om 80°S, eller utanför de länder som de är avsedda för.

3.14.3. GPS-precision och energiförbrukning

När du anpassar sportlägen kan du definiera intervallet för GPS-fixering via inställningen för GPS-noggrannhet i SuuntoLink. Ju mindre intervall, desto högre blir precisionen under registreringen.

Genom att öka intervallet och minska precisionen kan du förlänga batteritiden.

Alternativen för GPS-precision är:

- **Bäst:** ~ 1 sekunds fixeringsintervall, högst energiförbrukning
- **Bra:** ~ 5 sekunders fixeringsintervall, medelhög energiförbrukning
- **OK:** ~ 60 sekunders fixeringsintervall, lägst energiförbrukning
- **Av:** ingen GPS-fixering

Du kan justera den förinställda GPS-precisionen i sportläget om du behöver den **enbart** när du registrerar en aktivitet och när du navigerar. Om du till exempel märker att batterinivån är låg kan du justera inställningen för att förlänga batteritiden.

Justera GPS-noggrannhet i startmenyn under **NAVIGERA** » **Inställningar** » **GPS-noggrannhet**.

3.14.4. GPS och GLONASS


Suunto Traverse använder Global Navigation Satellite System (GNSS) för att fastställa din position. GNSS kan använda signaler från både GPS- och GLONASS-satelliter.

Din klocka är förinställd på att leta efter enbart GPS-signaler. I vissa situationer och på vissa platser i världen kan GLONASS-signaler förbättra precisionen. Men tänk på att det krävs mer batteri att använda GLONASS än enbart GPS.

Du kan sätta på eller stänga av GLONASS när som helst, även när du registrerar en aktivitet.

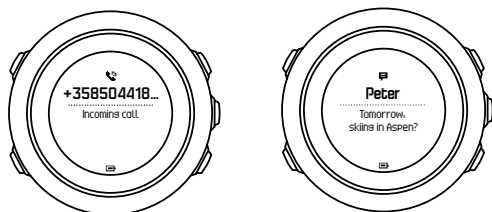
För att sätta på eller stänga av GLONASS:

1. Håll [NEXT] intryckt för att öppna alternativmenyn.
2. Skrolla till **NAVIGERA** med [START] och välj med [NEXT] .
3. Skrolla till **INSTÄLLNINGAR** med [LIGHT] och välj med [NEXT] .
4. Skrolla till **GNSS** med [START] och välj med [NEXT] .
5. Välj **GPS OCH GLONASS** för att aktivera GLONASS. Om den redan är aktiv, välj **GPS** för att stänga av GLONASS.
6. Håll [NEXT] intryckt för att gå tillbaka.

 **OBS:** GLONASS används bara om GPS-precisionen är inställd på högsta nivån. (Se 3.14.3. GPS-precision och energiförbrukning.)

3.15. Aviseringar

Om du har parkopplat din Suunto Traverse med Suunto-appen (se *Suunto-appen*) kan du ta emot meddelanden om samtal, andra meddelanden och aviseringar på klockan.



Så här får du meddelanden på klockan:

1. Håll [NEXT] intryckt för att öppna alternativmenyn.
2. Tryck på [LIGHT] för att bläddra till **ANSLUTNING** och tryck på [NEXT].
3. Tryck på [LIGHT] för att bläddra till **Meddelanden**.
4. Växla på/av med [LIGHT].
5. Avsluta genom att hålla [NEXT] intryckt.

När du har aktiverat meddelanden avger din Suunto Traverse en ljudsignal (se 3.26. *Ljud och vibration*) och visar en meddelandeikon på den nedersta raden vid varje ny händelse.

Så här visar du meddelanden på klockan:

1. Tryck på [START] för att öppna startmenyn.
2. Bläddra till **NOTISER** med [START] och tryck på [NEXT].
3. Bläddra igenom meddelandena med [START] eller [LIGHT].

Högst tio meddelanden kan visas samtidigt. Meddelandena lagras i klockan tills du raderar dem från den mobila enheten. Meddelanden som är äldre än en dag visas inte.

3.16. Registrera aktiviteter

Använd sportlägena (se 3.21. *Sportlägen*) när du vill registrera aktiviteter och se information under träningen.

Vid leverans har Suunto Traverse ett sportläge: **TEXT HIKING**. Starta en registrering med [START] och tryck sedan på [NEXT] för att öppna **SPELA IN**.

Så länge det bara finns ett sportläge på klockan startar registreringen direkt. Om du lägger till ytterligare sportlägen måste du välja det sportläge du vill använda och sedan trycka på [NEXT] för att starta registreringen.



TIPS: Du kan också snabbstarta registreringen genom att hålla [START] intryckt.

3.17. Para ihop pulssensorn


Tillvägagångssättet för ihopsättning kan variera beroende på typen av pulssensor. Läs användarhandboken för enheten som du ska para ihop med Suunto Traverse innan du fortsätter.

Så här parar du ihop en pulssensor:

1. Aktivera pulssensorn.
2. Håll [NEXT] intryckt för att öppna alternativmenyn.
3. Rulla till **ANSLUTNING** med [LIGHT] och välj med [NEXT].
4. Tryck på [NEXT] igen för att öppna **Parkoppla**.
5. Rulla till **Pulsbälte** med [LIGHT] och tryck på [NEXT].
6. Håll Suunto Traverse nära enheten som ska paras ihop och vänta tills Suunto Traverse meddelar att ihopkopplingen lyckades.

3.18. Intressepunkter

Suunto Traverse innehåller GPS-navigering som gör det möjligt att navigera till en förvald plats som lagrats som en intressepunkt (POI).

 **OBS:** Du kan också navigera till en intressepunkt när du registrerar en aktivitet (se 3.16. Registrera aktiviteter).

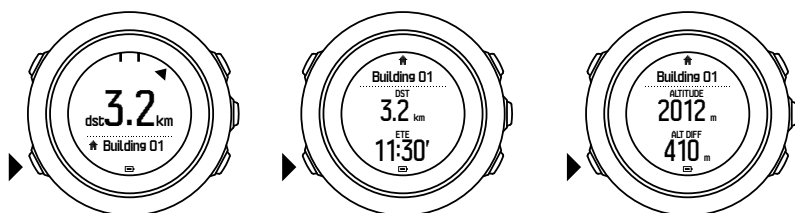
Så här navigerar du till en intressepunkt:

1. Tryck på [START] för att öppna startmenyn.
2. Rulla till **NAVIGERA** med [START] och tryck på [NEXT] .
3. Rulla till **POI (Intressepunkter)** med [LIGHT] och tryck på [NEXT] .
4. Rulla till den intressepunkt som du vill navigera till med [START] eller [LIGHT] och välj med [NEXT] .
5. Tryck på [NEXT] igen för att välja **Navigera**. Om det är första gången du använder kompassen måste du kalibrera den (se 3.6.1. Kalibrera kompassen). När kompassen har aktiverats börjar klockan söka efter en GPS-signal. All navigering registreras. Om din klocka har fler än ett sportläge blir du ombedd att välja ett.
6. Börja navigera till intressepunkten.

Klockan visar skärmen för synlig väg, där du kan se din position och intressepunkten.

Om du trycker på [VIEW] får du ytterligare vägledning:

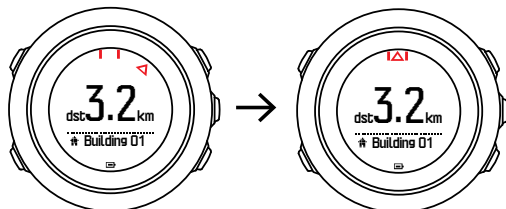
- avstånd och riktning till intressepunkten i en rak linje
- avstånd till intressepunkten och uppskattad tid för rutten baserat på din aktuella hastighet,
- skillnaden mellan din aktuella höjd och intressepunktens höjd



När du står stilla eller rör dig långsamt (< 4 km/h) visar klockan riktningen till intressepunkten (eller ruttpunkten om du följer en rutt) baserat på kompassbäringen.

När du befinner dig i rörelse (> 4 km/h) visar klockan riktningen till intressepunkten (eller ruttpunkten om du följer en rutt) baserat på GPS.

Riktningen till målet (eller bäringen) visas med den tomma triangeln. Färdriktningen visas med de heldragna strecken högst upp på skärmen. Om du riktar in dessa mot varandra kan du vara säker på att du rör dig i rätt riktning.




3.18.1. Kontrollera var du befinner dig

Suunto Traverse gör det möjligt att kontrollera koordinaterna för din aktuella plats med GPS.

Så här kontrollerar du var du befinner dig:

1. Tryck på [START] för att öppna startmenyn.
2. Rulla till **NAVIGERA** med [START] och tryck på [NEXT] .

3. Rulla till **Plats** med [LIGHT] och tryck på [NEXT] .
4. Tryck på [NEXT] för att välja **Aktuell**.
5. Klockan börjar söka efter en GPS-signal och visar **GPS hittades** när signalen har hittats. Därefter visas de aktuella koordinaterna på skärmen.

 **TIPS:** Du kan också kontrollera var du befinner dig under registreringen av en aktivitet genom att hålla [NEXT] intryckt för att öppna **NAVIGERA** i alternativmenyn, eller trycka på [START] på skärmen för synlig väg.

3.18.2. Lägga till en intressepunkt


Med Suunto Traverse kan du spara din nuvarande plats eller ange en plats som intressepunkt.

Du kan lagra upp till 250 intressepunkter i klockan.

När du lägger till en intressepunkt väljer du en typ av intressepunkt (ikon) och ett intressepunktsnamn från en förinställd lista.

Så här sparar du en intressepunkt:

1. Tryck på [START] för att gå till startmenyn.
2. Bläddra till **NAVIGERA** med [START] och tryck på [NEXT] .
3. Bläddra till **Plats** med [LIGHT] och tryck på [NEXT] .
4. Välj **Aktuell** eller välj **Definiera** för att ändra värden för longitud och latitud manuellt.
5. Tryck på [START] för att spara platsen.
6. Välj ett passende namn för platsen. Rulla igenom namnalternativen med [START] eller [LIGHT] . Välj ett namn med [NEXT] .
7. Tryck [START] för att spara intressepunkten.

 **TIPS:** Du kan snabbt spara din aktuella plats som en intressepunkt genom att hålla [VIEW] intryckt. Detta kan göras från valfri skärm.

3.18.3. Ta bort en intressepunkt

Du kan ta bort en intressepunkt direkt i klockan.

Så här tar du bort en intressepunkt:

1. Tryck på [START] för att gå till startmenyn.
2. Rulla till **NAVIGERA** med [START] och tryck på [NEXT] .
3. Bläddra till **POI (Intressepunkter)** med [LIGHT] och tryck på [NEXT] .
4. Rulla till den intressepunkt du vill ta bort med [START] eller [LIGHT] och välj med [NEXT] .
5. Bläddra till **Ta bort** med [START] och tryck på [NEXT] .
6. Tryck på [START] för att bekräfta

3.19. Rutter

Du kan skapa en rutt i Suunto-appen, eller importera en rutt som skapats med en annan tjänst.

Så här lägger du till en rutt:

1. Öppna Suunto-appen och skapa din rutt.
2. Synka din Suunto Traverse med Suunto-appen med hjälp av SuuntoLink och den medföljande USB-kabeln.

Rutter kan tas bort i Suunto-appen.

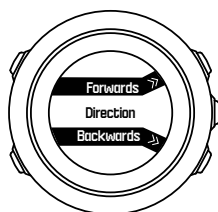
3.19.1. Att följa en rutt

Du kan navigera en rutt du har överfört till din Suunto Traverse från Suunto-appen (se 3.20 Rutter) eller från en logg i din loggbok med GPS-data. En förhandsvisning av ruten som baseras på ruttlistan eller loggboksvalet visas.

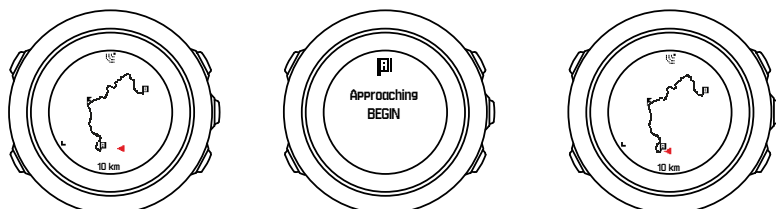
Om du använder kompassen för första gången måste den kalibreras (se 3.6.1. *Kalibrera kompassen*). När kompassen har aktiverats börjar klockan söka efter en GPS-signal. När klockan hittar en GPS-signal kan du börja följa ruten.

Så här följer du en rutt:


1. Tryck på [START] för att gå till startmenyn.
2. Skrolla till **NAVIGERA** med [START] och tryck på [NÄSTA] .
3. Skrolla till **Rutter** eller **NAVIGERA** och tryck på [NÄSTA] för att öppna.
4. Skrolla till ruten du vill navigera till med [START] eller [LIGHT] och tryck på [NÄSTA] .
5. Tryck på [NÄSTA] för att välja **Navigera**. All navigering registreras. Om din klocka har fler än ett sportläge blir du ombedd att välja ett.
6. Tryck på **Framåt** eller **Bakåt** för att välja den riktning du vill navigera i (från den första eller sista vägpunkten).



7. Börja navigera Klockan meddelar dig när du närmar dig början av ruten.



8. Klockan meddelar dig när du är framme vid målet.

 **TIPS:** Du kan också börja följa en rutt när en aktivitet registreras (se 3.16. Registrera aktiviteter).

3.19.2. Under pågående navigering

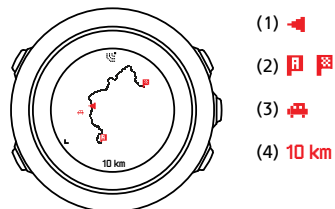
Under navigering kan du trycka på [VIEW] för att bläddra mellan följande vyer:

- fullständig banöversikt som visar hela ruten
- inzoomad vy: som standard har den inzoomade vyn en skala på 100 m (0,1 mi), eller större om du är långt ifrån ruten

Banöversikt

I den fullständiga banöversikten visas följande information:

- (1) Pil som visar var du befinner dig och pekar i den riktning du rör dig
- (2) början och slutet av ruten
- (3) Närmaste intressepunkt visas som en ikon
- (4) skala av banvyn.



 **OBS:** I den fullständiga banvyn är norr alltid upp.

Kartans riktning

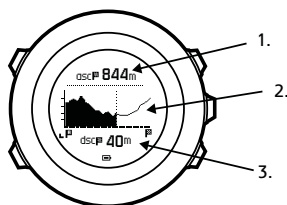
Du kan ändra kartans riktning i alternativmenyn under **NAVIGERA » Inställningar » Karta » Inriktning**.

- **Framåt upp:** Visar den inzoomade kartan med riktning uppåt.
- **Norr up:** Visar den inzoomade kartan med riktning mot norr.

Vy över stigningsprofil

I vyn över stigningsprofilen visas följande information:

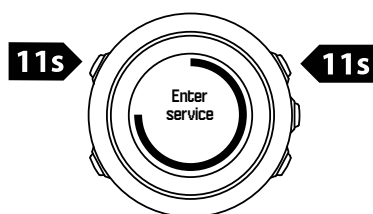
1. Kvarstående stigning
2. Diagram över höjdprofil i realtid
3. Återstående nedstigning



Om du avviker för långt från banans rutt kommer profilgrafen inte att uppdateras. Istället kommer texten **Utanför ruten** att visas under grafen. Du måste återvända till banan för att få korrekta stigningsberäkningar.


3.20. Servicemenyn


Öppna servicemenyn genom att hålla [BACK LAP] och [START] intryckta samtidigt.



Servicemenyn innehåller följande funktioner:

- **Info:**
 - **Air pressure:** visar aktuellt absolut lufttryck och aktuell temperatur.
 - **Version:** visar aktuell version av program- och maskinvara.
 - **BLE:** visar aktuell version av Bluetooth Smart.
- **Display:**
 - **LCD-test:** testa att LCD-skärmen fungerar på rätt sätt.
- **ÅTGÄRD:**
 - **Stäng av strömmen:** sätt klockan i viloläge.
 - **GPS-återställning:** återställ GPS:en

 **OBS:** *Stäng av strömmen* är ett lågenergiläge. Genomför de vanliga startåtgärderna för att aktivera enheten. Alla inställningar utom tid och datum behålls. Bekräfta inställningarna med hjälp av startguiden.

 **OBS:** Klockan växlar till energisparläge när den inte har använts under tio minuter. Klockan återaktiveras vid rörelse.


 **OBS:** Innehållet på servicemenyn kan komma att ändras utan föregående meddelande i samband med uppdatering.

Nollställa GPS:en

Om GPS:en inte hittar en signal, kan du nollställa den på servicemenyn.

Så här nollställer du GPS:en:

1. Rulla till **ÅTGÄRD** med [LIGHT] och öppna med [NEXT].
2. Tryck på [LIGHT] för att rulla till **GPS-återställning** och öppna med [NEXT].
3. Tryck på [START] för att bekräfta GPS-nollställningen, eller tryck på [LIGHT] för att avbryta.

 **OBS:** Nollställning av GPS återställer GPS-data och värden för kalibrering av kompassen. Sparade loggar raderas inte.

3.21. Sportlägen

Med sportlägena kan du anpassa hur aktiviteter registreras. Informationen som visas på skärmarna under inspelningen varierar beroende på sportläge. Suunto Traverse Innehåller ett förinställt sportläge för vandring.

I SuuntoLink kan du skapa fler anpassade sportlägen, ändra förinställda sportlägen och ta bort sportlägen.

Ett anpassat sportläge kan innehålla upp till fyra skärmar. Du kan välja vilka data som ska visas på varje skärm från en omfattande alternativlista.

Du kan överföra upp till fem olika sportlägen som du har skapat i SuuntoLink till din Suunto Traverse.

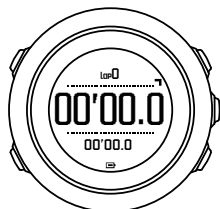
3.22. Tidtagarur


Du kan aktivera eller inaktivera tidtagaruret på startmenyn.

Så här aktiverar du tidtagaruret:

1. Tryck på [START] för att öppna startmenyn.
2. Rulla till **DISPLAYER** med [LIGHT] och tryck på [NEXT] .
3. Rulla till **Stoppur** med [LIGHT] och tryck på [NEXT] .

När tidtagaruret är aktiverat kan du öppna det genom att hålla inne [NEXT] tills tidtagaruret visas.



 **OBS:** Tidtagaruret visas inte när en aktivitet registreras.

Så här använder du tidtagaruret:

1. Tryck på [START] på den aktiverade tidtagarursskärmen för att starta tidtagningen.
2. Tryck på [BACK LAP] för att registrera ett varv, eller på [START] för att pausa tidtagaruret. Om du vill se varvtiderna trycker du på [BACK LAP] när tidtagaruret är pausat.
3. Tryck på [START] för att fortsätta.
4. Om du vill nollställa tiden håller du [START] intryckt när tidtagaruret är pausat.

När tidtagaruret är igång kan du:

- tryck på [VIEW] för att växla mellan tidtagning och varvtid på skärmens nedersta rad
- växla till skärmen Tid med [NEXT]
- öppna alternativmenyn genom att hålla [NEXT] intryckt.

Inaktivera tidtagaruret när du inte längre vill se det.

Så här döljer du tidtagaruret:

1. Tryck på [START] för att öppna startmenyn.
2. Rulla till **DISPLAYER** med [LIGHT] och tryck på [NEXT] .
3. Rulla till **Stoppa stoppur** med [LIGHT] och tryck på [NEXT] .

3.23. Suunto-appen

Med Suunto-appen kan du berika din upplevelse av Suunto Traverse genom att analysera och dela med dig av dina träningspass, få kontakt med träningspartners och mycket mer. Parkoppla med mobilappen för att få aviseringar till din Suunto Traverse.

Så här gör du för att para ihop din klocka med Suunto-appen:

1. Ladda ner och installera Suunto-appen på din kompatibla mobila enhet från App Store, Google Play (fler populära app-butiker finns i Kina).
2. Starta Suunto-appen och sätt igång Bluetooth om det inte redan är på.
3. Håll [Next] intryckt på din klocka för att gå till alternativmenyn.
4. Rulla till **PARKOPPLA** med [Light Lock] och välj med [Next]
5. Tryck på [Next] för att välja **MOBILEAPP**.

6. Gå tillbaka till appen och tryck på klockikonen i det övre vänstra hörnet på skärmen. När klockans namn syns, klicka på PARKOPPLA.
7. Skriv in lösenordet som visas på din klockas skärm i fältet för förfrågan om parkoppling på din mobila enhet, och tryck på PARKOPPLA för att slutföra anslutningen.



OBS: *Vissa funktioner kräver en internetanslutning via Wi-Fi eller ett mobilt nätverk. Operatörsavgifter kan tillkomma.*

3.23.1. Synkronisera med mobilappen

Om du har parkopplat Suunto Traverse med Suunto-appen, kommer alla dina nya träningspass automatiskt synkroniseras när Bluetooth-anslutningen är aktiv och inom mätområdet. Bluetooth-ikonen på din Suunto Traverse blinkar medan informationen synkroniseras.

Om din mobila enhet har en aktiv datauppkoppling och om Bluetooth är aktiverat synkas loggar med Suunto-appen när automatisk synkronisering är på. Om det inte finns någon dataanslutning sker synkroniseringen först när anslutningen är tillgänglig.

Denna förinställda inställning kan ändras från alternativmenyn om du har parkopplat din klocka med mobilappen.

Så här inaktiverar du automatisk synkronisering:

1. Håll [NEXT] intryckt för att öppna alternativmenyn.
2. Bläddra till **ANSLUTNING** med [LIGHT] och välj med [NEXT].
3. Tryck på [NEXT] igen för att gå till inställningen **MobileApp-synkning**.
4. Växla till av med [LIGHT] och håll [NEXT] intryckt för att avsluta.

När den automatiska synkroniseringen är av, kan du inte få eller se aviseringar på din klocka.

3.24. Suunto Apps

Suunto-appen gör så att du ytterligare kan anpassa din Suunto Traverse. Använd funktionen anpassning av sportlägena i SuuntoLink för att hitta appar som olika tidtagare och varvräknare som finns tillgängliga för dig att använda.



OBS: *Suunto-appar i SuuntoLink hänvisar till appar du kan använda i klockan. Detta ska inte blandas ihop med Suunto-appen, som är en mobilapp som används för att analysera och dela sin träning med andra, kontakta träningspartners och mycket mer.*

För att lägga till Suunto-appar till din Suunto Traverse:

1. Använd funktionen anpassa sportlägen i SuuntoLink för att hitta en app du vill använda.
2. Koppla din Suunto Traverse till SuuntoLink för att synkronisera Suunto-appen till klockan. Den tillagda Suunto-appen kommer visa beräkningsresultat medan du tränar.

3.25. Tid

Tidsskärmen på Suunto Traverse visar följande information:

- översta raden: datum
- mellanraden: tid
- nedersta raden: ändra med [VIEW] för att visa ytterligare information som soluppgång/ solnedgång, höjd och batterinivå.

I alternativmenyn under **ALLMÄNNA** » **Tid/datum** kan du ställa in följande:

- Dubbla tidszoner
- Alarm
- Tid och datum

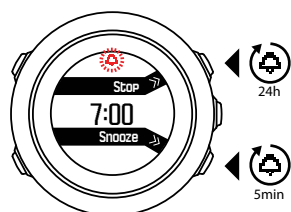
3.25.1. Alarmklocka

Du kan använda Suunto Traverse som väckarklocka. Aktivera/inaktivera alarmet och ställ in alarmklockan i alternativmenyn under **ALLMÄNNA** » **Tid/datum** » **Alarm**.

När alarmet är aktiverat visas alarmsymbolen på de flesta skärmar.

När larmet ringer kan du:

- Snooza genom att trycka på [LIGHT] . Alarmsignalen stängs av och ringer igen var femte minut tills du stänger av den. Du kan snooza upp till tolv gånger under sammanlagt en timme.
- Stäng av med [START] . Alarmet stängs av och sätts igång igen vid samma tid nästa dag om du inte inaktiverar det i alternativmenyn.



OBS: När du snoozer blinkar alarmikonen på skärmen Tid.

3.25.2. Tidssynkronisering

Din Suunto Traverse tid kan uppdateras genom din smartphone, dator (SuuntoLink) eller GPS-tid.

När du ansluter din klocka till datorn med USB-kabeln, så uppdaterar SuuntoLink automatiskt din klocktid och datum efter datorklockan.

GPS-tid

GPS-tid korrigerar glappet mellan Suunto Traverse och GPS-tid. GPS-tid kontrollerar och korrigerar tiden när en GPS-fixering hittas (till exempel vid registrering av en aktivitet eller när en intressepunkt sparas).

GPS-tid är aktiverad som standard. Du kan inaktivera den i alternativmenyn under **ALLMÄNNA** » **Tid/datum** » **Tid & Datum**.

Sommartid

Med Suunto Traverse Stöder sommartidsjusteringar om GPS-tid är på

Du kan justera inställningen för sommartid i alternativmenyn under **ALLMÄNNA** » **Tid/datum** » **Tid & Datum**.

Det finns tre inställningar:

- **Automatisk** – automatisk justering för sommartid på GPS-plats

- **Vintertid** – alltid vintertid
- **Sommartid** – alltid sommartid

3.26. Ljud och vibration

Ljud- och vibrationsaviseringar används för meddelanden, alarm och andra viktiga händelser. De kan justeras separat i alternativmenyn under **ALLMÄNNA** » **Ljud/skärm** » **Ljud** eller **Vibration**.

För varje aviseringstyp kan du välja mellan följande alternativ:

- **Alla på:** alla händelser utlöser ljud/vibration
- **Alla av:** inga händelser utlöser ljud/vibration
- **Knappar av:** alla händelser förutom att trycka på knapparna utlöser ljud/vibration

3.27. Hitta tillbaka

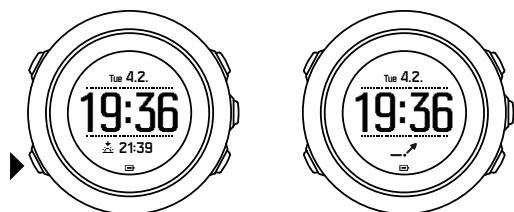
Med Suunto Traverse kan du följa din rutt tillbaka när som helst under en registrering med hjälp av skärmen för synlig väg.

Du kan också följa en bana från loggboken med registrerade aktiviteter som omfattar GPS-data. Följ samma steg som i 3.19.1. Att följa en rutt. Rulla till **Loggbok** istället för **Rutter**, och välj en logg för att börja navigera.




3.28. Väderindikatorer

Förutom barometergrafnen (se 3.2.4. Använda barometerprofilen) har Suunto Traverse två väderindikatorer: vädertrend och stormvarning.

Vädertrendindikatorn visas som en vy på tidsskärmen så att du snabbt kan se väderomslag.



Vädertrendindikatorn består av två streck som bildar en pil. Varje streck motsvarar en tretimmarsperiod. Vid en förändring i barometertrycket på mer än 2 hPa (0,59 inHg) under en tretimmarsperiod byter pilen riktning. Till exempel:

	trycket föll kraftigt under de senaste sex timmarna.
	trycket var stabilt, men steg kraftigt under de senaste tre timmarna
	trycket steg kraftigt, men föll kraftigt under de senaste tre timmarna.

Stormvarning

Ett kraftigt fall i barometertrycket innebär vanligen att oväder är på väg och att du bör söka skydd. När funktionen stormvarning är aktiverad avger Suunto Traverse en alarmsignal och en oväderssymbol blinkar när trycket faller 4 hPa (0,12 inHg) eller mer under en tretimmarsperiod.

Stormvarningen är inaktiverad i som standard. Du kan aktivera den i alternativmenyn under **ALLMÄNNA » Stormvarning**.



OBS: Stormvarningen fungerar inte om du har aktiverat höjdmätarinställningarna.

Tryck på valfri knapp för att stänga av stormvarningen. Om du inte trycker på någon knapp upprepas alarmet en gång efter fem minuter. Oväderymbolen syns på skärmen tills väderförhållandena har stabiliserats (tryckfallet saktar ner).

Om en stormvarning ges medan du registrerar en aktivitet genereras ett särskilt varv (som kallas för stormvarning).

4. Skötsel och support

4.1. Riktlinjer för hantering

Hantera enheten varsamt. Utsätt den inte för stötar och tappa den inte i marken.


Klockan kräver ingen service under normala förhållanden. Skölj av den med rent vatten efter användning. Använd mild tvål och rengör boetten försiktigt med en mjuk och fuktig trasa eller ett sämskskinn.

Använd endast originaltillbehör från Suunto. Garantin täcker inte skador som orsakas av användning av andra tillbehör än originaltillbehör.

 **TIPS:** Kom ihåg att registrera din Suunto Traverse på www.suunto.com/support så att du får personligt anpassad support.

4.2. Vattentäthet

Suunto Traverse är vattentät upp till 100 meter, vilket motsvarar 10 bar. Värdet i meter avser det faktiska dykdjupet och är testat i det vattentryck som används i Suuntos vattentäthetstest. Du kan alltså använda klockan vid simning och snorkling, men inte vid någon form av dykning.


 **OBS:** Vattentäthetsvärdet motsvarar inte funktionellt driftsdjup. Vattentäthetsvärdet avser statisk luft-/vattentäthet vid dusch, bad, simning, dykning i pool och snorkling.

För att bibehålla vattentätheten rekommenderas det att:

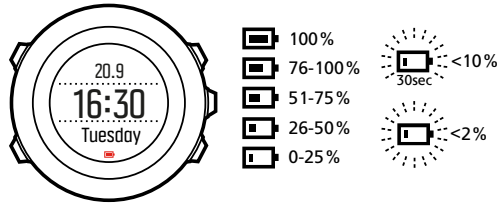
- aldrig använda enheten för annat än avsedd användning
- låta en Suunto-auktoriserad serviceverkstad, återförsäljare eller distributör utföra eventuella reparationer
- hålla enheten ren från smuts och sand
- aldrig försöka öppna boetten själv
- undvika att utsätta enheten för hastigt skiftande luft- och vattentemperaturer
- alltid rengöra enheten med sötvatten om den har utsatts för saltvatten
- aldrig tappa enheten eller utsätta den för stötar

4.3. Ladda batteriet

Batteritiden efter laddning beror på hur Suunto Traverse används och under vilka förhållanden. Vid låg temperatur minskar exempelvis batteritiden efter laddning. Kapaciteten hos laddningsbara batterier försämras i allmänhet över tid.

 **OBS:** I händelse av onormal försämrad kapacitet som orsakas av ett defekt batteri täcker Suuntos garanti byte av batteri i ett år, eller för högst 300 laddningstillfällen, beroende på vilket som infaller först.

Batteriikonen visar batteriets laddningsnivå. När laddningsnivån är mindre än 10 % blinkar batteriikonen i 30 sekunder. När laddningsnivån är mindre än 2 %, blinkar batteriikonen kontinuerligt.



När batterinivån blir väldigt låg under en registrering stoppas klockan och registreringen sparas. Klockan visar fortfarande tid, men knapparna inaktiveras.

Ladda batteriet genom att ansluta det till datorn med hjälp av den medföljande USB-kabeln, eller ladda det med den USB-kompatibla vägggladdaren. Det tar cirka två till tre timmar att ladda ett urladdat batteri.

TIPS: Du kan ändra intervallet för GPS-fixeringen under en registrering för att spara batteritid. Se 3.14.3. GPS-precision och energiförbrukning.

5. Referens

5.1. Tekniska specifikationer

Allmänt

- Drifttemperatur: -20 °C till +60 °C (-5 °F till +140 °F)
- Temperatur vid batteriladdning: 0 °C till +35 °C (+32 °F till +95 °F)
- Förvaringstemperatur: -30 °C till +60 °C (-22 °F till +140 °F)
- Vikt: ~80 g
- Vattentålighet: 100 m (300 ft)
- Glas: mineralkristall
- Strömförsörjning: laddningsbart litiumjonbatteri
- Batteritid: ~10 till 100 timmar beroende på GPS-precision; ~14 dagar med GPS i avstängt läge

Minne

- Intressepunkter: max 250

Sändtagare

- Kompatibel med Bluetooth® Smart
- Kommunikationsfrekvens: 2 402–2 480 MHz
- Maximal sändningseffekt: < 0 dBm (genomförd)
- Intervall: ~3 m / 9,8 fot

Barometer

- Visningsintervall: 950 till 1 060 hPa (28,05 till 31,30 inHg)
- Upplösning: 1 hPa (0,03 inHg)

Höjdmätare

- Visningsintervall: -500 till 9 999 m (-1640 fot till 32805 fot)
- Upplösning: 1 m (3 fot)

Termometer

- Visningsintervall: -20 °C till +60 °C (-4 °F till +140 °F)
- Upplösning: 1°

Kronograf

- Upplösning: 1 sek till 9:59:59, därefter 1 min

Kompass

- Upplösning: 1 grad
- Noggrannhet: +/- 5 grader

GPS

- Teknik: SiRF star V
- Upplösning: 1 m / 3 fot
- Frekvensband: 1 575,42 MHz

Tillverkare

Suunto Oy

Tammiston kauppatie 7 A

FI-01510 Vantaa

FINLAND

5.2. Överensstämmelse

5.2.1. CE

Härmed försäkrar Suunto Oy att radioutrustningen av typ OW151 överensstämmer med direktiv 2014/53/EU. Den fullständiga texten till EU-försäkran om överensstämmelse finns på följande internetadress: www.suunto.com/EUconformity.

5.2.2. Efterlevnad av FCC-reglerna

Denna enhet uppfyller del 15 i FCC-reglerna. Användningen omfattas av följande två villkor:

(1) enheten får inte orsaka skadliga störningar och

(2) enheten måste tillåta alla eventuella störningar som tas emot, inklusive störningar som kan ge oönskade effekter på driften. Denna produkt har testats och funnits överensstämma med FCC-standarderna och är avsedd för användning hemma eller på arbetet.

Ändringar eller modifieringar som inte uttryckligen har godkänts av Suunto kan medföra att du inte längre får använda denna enhet, i enlighet med FCC:s regler och föreskrifter.

OBS! Utrustningen har testats och rättar sig efter gränserna för digitala enheter i Klass B i enlighet med del 15 i FCC-reglerna. Gränserna är utformade för att ge skäligt skydd mot skadliga störningar i bostadsmiljö. Utrustningen genererar, använder och kan utstråla radiofrekvensenergi. Om den inte installeras på korrekt sätt och i enlighet med anvisningarna kan den orsaka skadliga störningar av radiokommunikationer. Det finns dock inga garantier för att störningar inte kan inträffa på specifika installationer. Om utrustningen orsakar skadliga störningar av radio- eller TV-mottagning (vilket kan kontrolleras genom att sätta igång och stänga av utrustningen) uppmanas användaren att åtgärda störningen genom att vidta en eller flera av följande åtgärder:

- Rikta mottagarantennen åt ett annat håll eller flytta den.
- Öka avståndet mellan utrustningen och mottagaren.
- Anslut utrustningen till ett uttag på en annan strömkrets än den som mottagaren är ansluten till.

- Kontakta återförsäljaren eller en radio-/TV-tekniker och be om hjälp.

5.2.3. IC

Denna enhet uppfyller licensfria Industry Canada RSS-standard(er). Användningen omfattas av följande två villkor:

(1) enheten får inte orsaka skadliga störningar och

(2) enheten måste tillåta alla eventuella störningar som tas emot, inklusive störningar som kan ge oönskade effekter på driften.

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. Varumärken

Suunto Traverse, logotyper samt Suuntos övriga varumärken och namn är registrerade eller oregistrerade varumärken som tillhör Suunto Oy. Med ensamrätt.

5.4. Patentmeddelande

Denna produkt skyddas av patentansökningar och motsvarande nationella rättigheter: US 7,271,774 , US 7,324,002, US 13/794,468, US 14/195,670. Ytterligare patentansökningar har registrerats.

5.5. Internationell begränsad garanti

Suunto garanterar att Suunto eller ett av Suuntos auktoriserade serviceställen (hädanefter kallat serviceställe) under garantiperioden efter eget gottfinnande kommer att avhjälpa fel i material eller utförande utan kostnad antingen genom att a) reparera produkten, eller b) ersätta produkten, eller c) återbetala produkten, i enlighet med villkoren i denna internationella begränsade garanti. Den här internationella begränsade garantin är giltig och verkställbar oavsett vilket land produkten köptes i. Den internationella begränsade garantin påverkar inte dina juridiska rättigheter som beviljas under tillämpliga nationella konsumentlagar.

Garantiperiod

Garantiperioden för den internationella begränsade garantin börjar gälla från det datum då den ursprungliga slutanvändaren köpte produkten.

Garantiperioden är två (2) år för klockor, smartklockor, dykdatorer, pulssändare, sändare för tryckmätning, mekaniska dykinstrument och mekaniska precisionsinstrument om inget annat anges.

Garantiperioden är ett (1) år för tillbehör, inklusive (men inte begränsat till) Suunto pulsbälten som bärs över bröstet, klockarmband, laddare, kablar, laddningsbara batterier, armband och slangar.

Garantiperioden är fem (5) år för fel som kan kopplas till djup/tryck-mätningssensorn på Suuntos dykdatorer.

Undantag och begränsningar

Den här internationella begränsade garantin täcker inte:

1. a. normalt slitage, såsom repor, nötnings-skador eller färg- och/eller materialskiftningar på remmar i annat material än metall, b) defekter orsakade av vårdslös hantering och c) defekter eller skador orsakade av felaktig användning som strider mot anvisningarna eller avsett ändamål, felaktig skötsel, vårdslöshet och skador som orsakas av att produkten har tappats i marken eller klämts.
2. trycksaker och förpackningsmaterial
3. defekter eller påstådda defekter orsakade av att produkten har använts med en produkt, ett tillbehör, ett program och/eller en tjänst som inte har tillverkats eller tillhandahållits av Suunto
4. icke laddningsbara batterier.

Suunto garanterar inte oavbruten eller felfri funktion hos produkten eller tillbehöret, eller att produkten eller tillbehöret kommer att fungera tillsammans med maskinvara eller programvara som tillhandahålls av tredje part.

Den här internationella begränsade garantin är inte verkställbar om:

1. produkten har öppnats mer än den är avsedd att öppnas
2. produkten har reparerats med reservdelar som inte är godkända, eller har modifierats eller reparerats av ett serviceställe som Suunto inte har auktoriserat
3. produktens eller tillbehörets serienummer har tagits bort, ändrats eller gjorts oläsligt på något sätt, enligt vad som fastställs av Suunto efter eget gottfinnande, eller
4. produkten eller tillbehöret har utsatts för kemikalier, inklusive men inte begränsat till, solskyddsmedel och myggmedel.

Tillgång till Suuntos garantiservice

Du måste uppvisa kvitto för att få tillgång till Suuntos garantiservice. Du måste även registrera produkten online på www.suunto.com/register för att omfattas av den internationella begränsade garantin globalt. Anvisningar om hur du får tillgång till garantiservice finns på www.suunto.com/warranty. Du kan även kontakta en lokal auktoriserad Suunto-återförsäljare eller ringa Suuntos kundtjänst.

Ansvarsbegränsning

I den utsträckning detta är tillåtet enligt gällande lag utgör denna internationella begränsade garanti din enda gottgörelse och ersätter alla andra garantier, såväl uttryckliga som underförstådda. Suunto ska inte hållas ansvarigt för särskilda skador, oförutsedda eller indirekta skador eller följdskador, inklusive men utan begränsning till förlust av förväntade förmåner, förlust av data, oförmåga att använda produkten, kapitalkostnad, kostnad för eventuell ersättningsutrustning eller -anläggning, anspråk från tredje part, skada på egendom till följd av köp eller användning av produkten, eller genom garantibrott, avtalsbrott, försumlighet, åtalbar handling eller annan juridisk eller sedvanerättslig teori, även om Suunto kände till sannolikheten för sådana skador. Suunto ska inte hållas ansvarigt för förseningar vid utförandet av garantiservice.

5.6. Upphovsrätt

© Suunto Oy. Med ensamrätt. Suunto, Suuntos produktnamn, logotyper samt Suuntos övriga varumärken och namn är registrerade varumärken eller varumärken som tillhör Suunto Oy. Dokumentet och dess innehåll tillhör Suunto Oy och är endast avsett att användas av företagets kunder i syfte att få kunskap och information om användningen av Suuntos produkter. Innehållet får inte användas eller spridas i något annat syfte och/eller på annat sätt förmedlas, tillkännages eller reproduceras utan föregående skriftligt tillstånd från Suunto Oy. Vi har gjort vårt yttersta för att säkerställa att informationen i detta dokument är heltäckande och korrekt, men vi ger inga garantier vare sig uttryckligen eller underförstått, avseende dess riktighet. Innehållet i dokumentet kan komma att ändras när som helst utan föregående meddelande. Den senaste versionen av detta dokument kan hämtas på www.suunto.com.



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.