

# SUUNTO CORE

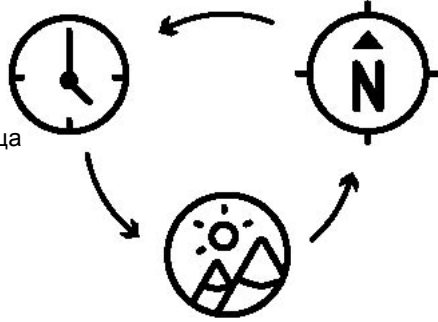
Руководство по использованию



## Режимы и экраны

### Время

- \* Дата
- \* Секунды
- \* Двойное время
- \* Время восхода и заката солнца
- \* Секундомер
- \* Таймер
- \* Пустой экран



### Компас

- \* Время
- \* Направления
- \* Отслеживание азимута

### Высотомер / Барометр



### Высотомер

- \* Измерение разницы высот
- \* Температура
- \* Запись журнала
  - Журнал разницы высот
  - Журнал набора высоты
  - Журнал сброса высоты
- \* Пустой экран

### Барометр

- \* Температура
- \* Запись журнала
  - \* Базисная высота
  - \* Время

### Глубиномер

- \* Запись журнала
- \* Время
- \* Температура



## Содержимое меню

### Память

Высотомер/Барометр  
Журнал  
Интервал записи

### Восход

Местность  
Район  
Город

### Настройки

Звуковое сопровождение  
Звуковой гид  
Подсветка  
Язык

### Время – дата

Будильник  
Таймер  
Время  
Двойное время  
Дата

### Высотомер/Барометр

Базисное значение  
Профиль  
Штормовое предупреждение

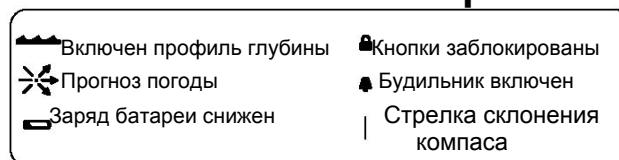
### Единицы измерений

Время  
Дата  
Температура  
Атмосферное давление  
Высота

### Компас

Склонение

## Символы на экране



Выход



Стрелка вверх / увеличение значений



Ввод / выбор



Назад



Стрелка вниз / Уменьшение значений



## Содержание

1. Введение	4
2. Основные настройки	4
2.1. Регулировка браслета	4
2.2. Установка единиц измерения	4
2.3. Изменение основных настроек	4
2.3.1. Звуковое сопровождение	4
2.3.2. Звуковой гид	4
2.3.3. Подсветка	5
2.3.4. Язык	5
2.3.5. Включение блокировки кнопок	5
3. Использование режима времени	5
3.1. Регулировка времени	5
3.1.1. Установка времени	5
3.1.2. Установка даты	5
3.1.3. Установка добавочного времени	5
3.1.4. Установка времени восхода и заката солнца	6
3.2. Использование секундомера	6
3.3. Использование таймера	6
3.4. Установка будильника	6
4. Использование режима ALTI&BARO (Высотомер / Барометр)	7
4.1. Как работает режим ALTI&BARO (Высотомер / Барометр)	7
4.1.1. Получение корректных показаний	7
4.1.2. Получение некорректных показаний	7
4.2. Установка профилей и базисных значений	7
4.2.1. Соответствие профиля текущему действию	7
4.2.2. Установка профилей	7
4.2.3. Установка базисных значений	8
4.3. Использование индикатора «Прогноз погоды»	8
4.4. Штормовое предупреждение	8
4.5. Использование профиля высоты (ALTIMETER)	8
4.5.1. Использование измерения разницы высот	9
4.5.2. Запись журнала	9
4.6. Использование профиля атмосферного давления (BAROMETER)	9
4.6.1. Запись журнала	10
4.7. Использование автоматического профиля (AUTOMATIC)	10
4.8. Использование профиля глубины (DEPTH METER)	10
4.8.1. Запись журналов в режиме глубиномера	11
5. Использование режима компаса (COMPASS)	11
5.1. Как получить корректные показания	11
5.1.1. Калибровка компаса	11
5.1.2. Установка склонения	11
5.2. Использование компаса	12
5.2.1. Использование подвижной шкалы	12
5.2.2. Использование отслеживания азимута	12
5.3. Калибровка компаса	12
6. Использование памяти (MEMORY)	12
6.1. Память Alti-baro (Альтиметр/Барометр)	12
6.2. Просмотр и блокировка журналов	12
6.2.1. Просмотр журналов	13
6.2.2. Блокировка журналов	13
6.3. Выбор интервала записи	13
7. Замена батареи	13
8. Спецификация	14
8.1. Технические данные	14
8.2. Торговые марки	14
8.3. Авторское право	14
8.4. CE	14
8.5. Патентное право	14

## 1. Введение

Инструкция по эксплуатации объясняет особенности часов Suunto Core, описывает работу функций и доступ к ним. Кроме того, в инструкцию включены примеры использования функций в реальных жизненных ситуациях. Каждая глава описания посвящена отдельному режиму и соответствующим этому режиму экранам, установкам и дополнительной информации.

Часы Suunto Core показывают вам время, измеряют атмосферное давление и высоту. Каждый взгляд на часы обеспечивает вас необходимыми показаниями, которые помогут вам достичь максимальных результатов в любимых видах спорта.

## 2. Основные настройки

Перед тем как использовать часы Suunto Core необходимо установить единицы измерения и выполнить основные настройки в соответствии с вашими вкусами. Это можно сделать с помощью Меню.

### 2.1. Регулировка браслета

Если вам нужно отрегулировать длину металлического браслета, лучше всего обратиться к специалистам в ближайшую точку продажи часов.

### 2.2. Установка единиц измерения

В разделе меню **UNITS** (Единицы измерения), где вы можете выбрать единицы измерения, содержатся следующие строки:

- **TIME** (Время): 24h/12h (24- или 12-часовой формат)
- **DATE** (Дата): dd.mm / mm.dd (дата-месяц или месяц-дата)
- **TEMPERATURE** (Температура): C/F (шкала Цельсия или Фаренгейта)
- **AIR PRESSURE** (Атмосферное давление): Hpa / inHg (гекто-паскали или дюймы ртутного столба)
- **ALTITUDE** (Высота): meters/feet (метры или футы)

Для того чтобы вызвать строку меню **UNITS** (Единицы измерения):

1. Войдите в меню с помощью длительного нажатия кнопки [Mode] (Режим) в режимах Времени, Высотомера / Барометра или Компаса.
2. С помощью кнопки [-Light] (Уменьшить значение, подсветка) прокрутите строки до появления раздела **UNITS** (Единицы измерения).
3. Войдите в этот раздел с помощью кнопки [Mode] (Режим).

Как установить единицы измерения:

1. В разделе меню **UNITS** (Единицы измерения) прокрутите строки с помощью кнопок [+] и [-Light].
2. Войдите в этот раздел с помощью кнопки [Mode] (Режим).
3. Измените выбранное значение с помощью кнопок [+] и [-Light], затем подтвердите его, нажав на кнопку [Mode] (Режим).
4. Выведите часы из меню с помощью кнопки [Start Stop] (Старт, стоп).

### 2.3. Изменение основных настроек

В разделе **GENERAL** (Настройки), где вы можете выполнить основные настройки, содержатся следующие строки:

- **BUTTON TONE** (Звуковое сопровождение): on/off (вкл./выкл.)
- **tone guide** (Звуковой гид): on/off (вкл./выкл.)
- **BACKLIGHT** (Подсветка): light button / any button (включение кнопкой подсветки / любой кнопкой)
- **LANGUAGE** (Язык): English, French, Spanish, German (английский, французский, испанский, немецкий)

Для того чтобы вызвать строку меню **GENERAL** (Настройки):

1. Войдите в меню с помощью длительного нажатия кнопки [Mode] (Режим) в режимах Времени, Высотомера / Барометра или Компаса.
2. С помощью кнопки [-Light] (Уменьшить значение, подсветка) прокрутите строки до появления раздела **GENERAL** (Настройки).
3. Войдите в этот раздел с помощью кнопки [Mode] (Режим).

#### 2.3.1. Звуковое сопровождение

В разделе меню **BUTTON TONE** (Звуковое сопровождение) вы можете включить или отключить звуковое сопровождение нажатия кнопок. При его включении каждый раз, когда вы нажимаете на кнопки, вы слышите звуковой сигнал, подтверждающий ваше действие.

1. В разделе меню **GENERAL** (Настройки) выберите строку **BUTTON TONE** для того, чтобы включить или отключить звуковое сопровождение.
2. Включите или отключите звуковое сопровождение с помощью кнопок [+] и [-Light].
3. Подтвердите свой выбор, нажав на кнопку [Mode] (Режим).

#### 2.3.2. Звуковой гид

В разделе меню **tone guide** (Звуковой гид) вы можете включить или отключить звуковые подсказки. Вы будете слышать звук каждый раз, когда:

- Вы изменяете выбранное значение
- Вы устанавливаете базисное значение высоты
- Вы отмечаете опорный пункт в журнале на определенной высоте
- Вы запускаете или останавливаете секундомер

- Часы переключаются между профилем ALTIMETER (Высотомер) и BAROMETER (Барометр), когда вы используете автоматический профиль.

Для того чтобы включить или выключить звуковой гид:

1. В разделе меню **GENERAL** (Настройки) выберите строку **TONE GUIDE** (Звуковой гид).
2. Включите или отключите звуковые подсказки с помощью кнопок [+] и [-Light].

### 2.3.3. Подсветка

В разделе меню **BACKLIGHT** (Подсветка) вы можете выбрать один из двух различных способов включения подсветки: с помощью любой кнопки или с помощью кнопки Light (Подсветка).

Для того чтобы установить нормальный или ночной режим использования подсветки:

1. В разделе меню **GENERAL** (Настройки) выберите строку **BACKLIGHT** (Подсветка).
2. Переключите способ включения подсветки между **LIGHT BUTTON** (Кнопка подсветки) и **ANY BUTTON** (Любая кнопка) с помощью кнопок [+] и [-Light].

Если вы выбрали строку **LIGHT BUTTON** (Кнопка подсветки), вы сможете включать подсветку только с помощью кнопки [-Light]. Подсветка автоматически отключается через 5 секунд. Если вы хотите подсвечивать экран, находясь в меню, вначале включите подсветку в режиме Времени, Высотомера/ Барометра или Компаса, перед тем как войти в меню. Подсветка будет включена до тех пор, пока вы не выйдете из меню.

Если вы выбрали строку **ANY BUTTON** (Любая кнопка), подсветка включается каждый раз при нажатии на любую кнопку.

### 2.3.4. Язык

В разделе меню **LANGUAGE** (Язык) вы можете выбрать язык пользовательского интерфейса: (английский, французский, испанский или немецкий).

Для того чтобы выбрать язык:

1. В разделе меню **GENERAL** (Настройки) выберите строку **LANGUAGE** (Язык).
2. Выберите желаемый язык из списка с помощью кнопок [+] и [-Light].

### 2.3.5. Включение блокировки кнопок

Для того чтобы защитить кнопки часов от непреднамеренного нажатия, вы можете заблокировать их при помощи длительного нажатия на кнопку [-Light]. Если кнопки заблокированы, на экране появляется изображение замочка.



**Обратите внимание:** если блокировка кнопок включена, там не менее, вы сможете изменять экраны и пользоваться подсветкой.

## 3. Использование режима TIME (Время)

В этом режиме осуществляется измерение времени.

С помощью кнопки [View] (Просмотр) вы можете прокрутить следующие экраны:

- Дата: текущая дата и день недели
- Секунды: цифровое значение секунд
- Двойное время: время в другом часовом поясе
- Рассвет и закат солнца: время заката и рассвета в определенной местности
- Секундомер: измерение спортивных результатов
- Таймер с обратным отсчетом: подача звукового сигнала после установленной продолжительности отсчета
- Пустой экран: дополнительная информация отсутствует

**TIME** **ALTI & BARO** **COMPASS**



### 3.1. Регулировка времени

Вы можете отрегулировать время с помощью Меню.

Для того вызвать Меню установки времени:

1. Войдите в меню с помощью длительного нажатия кнопки [Mode] (Режим).
2. Найдите строку **TIME-DATE** (Время-дата) с помощью кнопки [-Light].
3. Войдите в этот раздел с помощью кнопки [Mode] (Режим).

#### 3.1.1. Установка времени

В разделе меню **TIME** (Время) установите время.

Для того чтобы установить время:

1. В разделе **TIME-DATE** (Время-дата) выберите строку **TIME** (Время).
2. Установите значения часов, минут и секунд с помощью кнопок [+] и [-Light].

#### 3.1.2. Установка даты

В разделе меню **DATE** (Дата) установите месяц, число и год.

1. В разделе **TIME-DATE** (Время-дата) выберите строку **DATE** (Дата).
2. Установите значения года, месяца и числа с помощью кнопок [+] и [-Light].

О том, как изменить формат представления времени, прочтите в разделе 2.2 «Установка единиц измерения».

#### 3.1.3. Установка добавочного времени

В разделе меню **DUAL TIME** (Двойное время) установите время в другом часовом поясе.

1. В разделе **TIME-DATE** (Время-дата) выберите строку **DUAL TIME** (Двойное время).
2. Установите значения часов, минут и секунд с помощью кнопок [+] и [-Light].



**Обратите внимание:** рекомендуется устанавливать текущее время того места, где вы находитесь в данный

момент, в качестве главного времени, так как будильник подает звуковые сигналы именно в соответствии с главным временем.

#### **Возможная жизненная ситуация: вы хотите знать, сколько времени у вас дома**

Находясь в путешествии за границей, установите Домашнее время (время в городе, где вы живете), в качестве добавочного времени. Главное время - это время вашего местонахождения на данный момент. Теперь вы всегда знаете местное время и можете быстро посмотреть, сколько времени у вас дома.

### **3.1.4. Установка времени восхода и заката солнца**

В разделе меню **SUNRISE** (Рассвет) вы должны выбрать базовый город, для которого часы Suunto Core покажут вам время восхода и заката солнца.

Для того чтобы настроить показ времени восхода и заката солнца:

1. Выберите из Меню строку **SUNRISE** (Рассвет).
2. Прокрутите часовые пояса с помощью кнопок [+] и [-Light].
3. Выберите часовой пояс с помощью кнопки [Mode] (Режим).



**Обратите внимание:** если вы хотите установить время восхода и заката солнца для местности, которой нет во встроенном в часы списке, выберите другой город, который находится в том же часовом поясе. Выбирайте ближайший город севернее или южнее вашего местоположения.

#### **Возможная жизненная ситуация: вы путешествуете в близости от Торонто**

Вы путешествуете в Алгонкуине, большом национальном парке к северу от Торонто. Вы хотите знать, когда солнце скроется, для того чтобы заблаговременно поставить палатку на ночь. Вы выбираете «Торонто» в качестве базового города. Теперь ваши часы Suunto Core информируют вас о времени заката солнца.

## **3.2. Использование Секундомера**

Секундомер измеряет время с точностью до 0.1 секунды.

Использование секундомера:

1. В режиме **TIME** (Время) выберите экран Секундомера.
2. Вы можете запускать, останавливать и снова запускать Секундомер с помощью кнопки [Start, Stop] (Старт, Стоп).
3. Нажмите и удержите кнопку [+] для того чтобы обнулить Секундомер.

#### **Возможная жизненная ситуация: Измерение времени 100-метрового забега**

Ваш друг готовится к соревнованиям по бегу, он хочет знать, сколько времени займет его забег на 100 метров. Вы запускаете секундомер немедленно, как только он стартует, и останавливаете, как только он пересечет финишную прямую. Результат 11.3. Неплохо!

## **3.3. Использование Таймера**

Вы можете установить Таймер с обратным отчетом времени от стартового значения до нуля. Когда отсчет доходит до нуля, подается звуковой сигнал. По умолчанию стартовое время составляет 5 минут.

Как изменить стартовое время Таймера:

1. Найдите в Меню строку **TIME-DATE** (Время-дата).
2. Выберите раздел **COUNTDOWN** (Таймер).
3. Установите минуты и секунды стартового времени (максимум 59 минут и 59 секунд).
4. Подтвердите установку с помощью кнопки [Mode] (Режим)

Как начать обратный отсчет времени:

1. Переключите часы в режим **TIME** (Время).
2. Выберите экран Таймера.
3. Вы можете запускать, останавливать и снова запускать Таймер с помощью кнопки [Start, Stop] (Старт, Стоп).
4. Нажмите и удержите кнопку [+] для того чтобы обнулить Таймер.

#### **Возможная жизненная ситуация: Варим яйца**

Вы в туристическом походе. Утро. Вы встали, выбрались из палатки и начали готовить завтрак на примусе. Сегодня вы хотите яйца, которые варились бы 8 минут. Установите таймер на 8 минут, положите яйца в котелок и ждете, пока вода закипит. Как только вода закипела, включайте таймер. Ровно через восемь минут ваши часы Suunto Core подадут вам звуковой сигнал. Налетайте! Отличные яйца «в мешочек»!

## **3.4. Установка будильника**

Вы можете использовать ваши часы Suunto Core в качестве будильника.

Для того чтобы установить будильник:

1. Найдите в Меню строку **TIME-DATE** (Время-дата).
2. Выберите раздел **ALARM** (Будильник).
3. Включите или выключите будильник с помощью кнопок [+] и [-Light].
4. Подтвердите состояние будильника с помощью кнопки [Mode] (Режим)
5. Установите часы и минуту подачи звукового сигнала с помощью кнопок [+] и [-Light].

Если вы включили будильник, на экране появляется колокольчик . После подачи сигнала вы можете настроить его повтор или полностью выключить будильник. Если вы выбрали **Yes** (Да) или не сделали ничего, сигнал останавливается и затем повторяется снова через 5 минут, до тех пор, пока вы полностью не выключите будильник. Сигнал может повторяться до 12 раз в течение 1 часа. Если вы выбрали **No** (Нет), сигнал останавливается и подается снова в то же время на следующий день.



**Полезный совет:** функцию повтора сигнала snooze (Еще поспать) можно отключить в режиме **TIME** (Время), при помощи длительного нажатия на кнопку [View] (Просмотр).



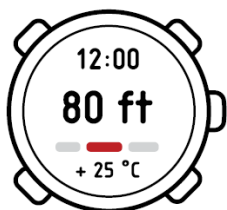


### Возможная жизненная ситуация: Утреннее пробуждение

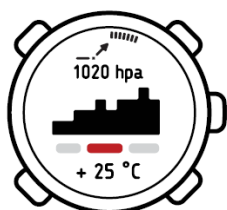
Вам нужно завтра встать рано утром. Перед тем, как пойти спать, вы устанавливаете будильник Suunto Core на 6:30. Звуковой сигнал будит вас на следующее утро в 6:30, но вы хотите поспать еще минут 5. В ответ на запрос устройства хотите ли вы воспользоваться функцией повтора сигнала, вы выбираете **Yes (Да)**. Через 5 минут будильник снова звонит. Теперь вы окончательно проснулись, встали и с удовольствием начали готовиться к путешествию. Вот какое значение может иметь разница всего лишь в 5 минут!

## 4. Использование режима ALTI&BARO (Высотомер / Барометр)

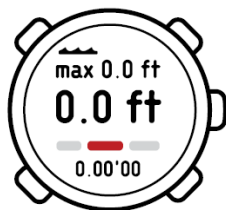
В режиме **ALTI&BARO** (Высотомер / Барометр) вы можете узнать текущую высоту, атмосферное давление или глубину погружения под воду. В вашем распоряжении четыре профиля: Автоматический профиль, профиль Высоты, профиль Атмосферного давления или Глубины. Вы можете просматривать различные экраны в зависимости от выбранного профиля.



Высотомер



Барометр



Глубинмер

### 4.1. Как работает режим ALTI&BARO (Высотомер / Барометр)

Для того чтобы получить корректные показания в этом режиме, очень важно понимать, как часы Suunto Core высчитывают высоту и атмосферное давление на уровне моря.

Часы Suunto Core непрерывно измеряют абсолютное значение атмосферного давления. На основании этих измерений и установленных базисных значений они вычисляют относительные значения.

#### 4.1.1. Получение корректных показаний

Если ваши спортивные занятия требуют знания атмосферного давления, необходимо ввести базисное значение высоты для вашей местности. Это значение можно найти на большинстве топографических карт. Теперь ваши часы Suunto Core покажут правильное значение атмосферного давления.

Для того чтобы получить корректные показания высоты, вы должны ввести базисное значение атмосферного давления на уровне моря. Это значение, соответствующее вашей местности, можно найти в прогнозах погоды, которые публикуются в газетах или на национальном метеорологическом сайте в интернете.

#### Абсолютные значения атмосферного давления измеряются непрерывно

Абсолютное атмосферное давление + базисная высота = атмосферное давление на уровне моря

Абсолютное атмосферное давление + базисное атмосферное давление на уровне моря = высота

Локальное изменение метеоусловий влияет на показания высоты. Если метеоусловия часто меняются, желательно регулярно переустанавливать текущее значение базисной высоты, особенно перед началом путешествия, когда значение высоты известно. При стабильной погоде устанавливать базисное значение нет необходимости.

#### 4.1.2. Получение некорректных показаний

##### Профиль высоты + неподвижность + изменения погоды

Если вы выбрали профиль высоты (ALTIMETER) и в течение длительного периода времени находитесь в одном и том же месте при непостоянных погодных условиях, прибор покажет неверные значения высоты.

##### Профиль высоты + движения с перепадом высоты + изменения погоды

Если вы выбрали профиль высоты (ALTIMETER) и погода внезапно изменилась, пока вы поднимались в гору или спускались с горы, прибор покажет неверные значения высоты.

##### Профиль атмосферного давления + движения с перепадом высоты

Если вы выбрали профиль атмосферного давления (BAROMETER), и в течение длительного периода времени поднимались в гору или спускались с горы, прибор решит, что вы оставались на месте и интерпретирует изменения высоты как изменения атмосферного давления на уровне моря. Следовательно, вы получите неверные показания атмосферного давления на уровне моря.

#### Возможная жизненная ситуация: Установка базисного значения высоты

Идет второй день двухдневного похода. Вы заметили, что, забыли переключить профиль атмосферного давления (BAROMETER) на профиль высоты (ALTIMETER), когда начали дневной переход. Вы знаете, что текущие показания высоты ваших часов Suunto Core не верны. Итак, вы доходите до ближайшего пункта, обозначенного на топографической карте, для которого указано значение высоты. Соответствующим образом корректируете базисное значение высоты в своих часах. Теперь показания высоты снова правильны.

### 4.2. Установка профилей и базисных значений

#### 4.2.1. Соответствие профиля текущему действию

Профиль высоты (ALTIMETER) следует выбирать, когда вы занимаетесь спортом в горах (альпинизм, горный туризм). Профиль атмосферного давления (BAROMETER) лучше выбрать когда ваш активный отдых не включает в себя изменения высоты (серфинг, парусный спорт). Для того чтобы получить правильные показания, необходимо, чтобы профиль совпадал с вашими действиями. Вы также можете предоставить своим часам Suunto Core принять решение, какой профиль больше всего подходит к настоящему моменту, а можете выбрать подходящий профиль самостоятельно.

#### 4.2.2. Установка профилей

Для того чтобы установить профиль:

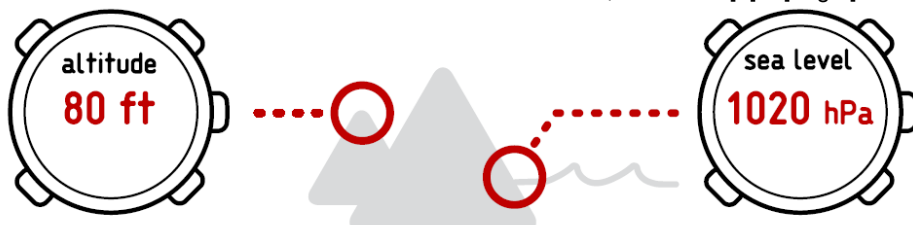
1. Найдите в Меню строку **ALTI-BARO** (Высотомер / Барометр).
2. Выберите раздел **PROFILE** (Профиль).
3. Выберите подходящий профиль.

Другой способ установки профиля в режиме **ALTI&BARO** (Высотомер / Барометр) – длительное нажатие кнопки [View] (Просмотр).

#### 4.2.3. Установка базисных значений

Для того чтобы установить базисное значение:

1. Найдите в Меню строку **ALTI-BARO** (Высотомер / Барометр).
2. Выберите раздел **REFERENCE** (Базисное значение) и переключите его между значениями **ALTIMETER** (Высотомер) и **SEA LEVEL** (Уровень моря).
3. Установите известное базисное значение с помощью кнопок [+] и [-Light].

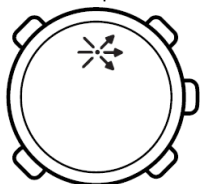


#### Возможная жизненная ситуация: Корректировка значения высоты

Вы совершаете восхождение и остановились, увидев сигнальный маркер высоты. Вы проверили показания высоты своих часов Suunto Core и обнаружили небольшое расхождение значений. Вы устанавливаете базисную высоту в своих часах, равную значению, указанному на сигнальном маркере.

#### 4.3. Использование индикатора «Прогноз погоды»

Индикатор «Прогноз погоды» расположен в верхней части экрана ваших часов. Он отображается в режимах **TIME** (Время) и **ALTI-BARO** (Высотомер / Барометр), и дает вам возможность быстро проверить тенденцию развития метеоусловий. Индикатор состоит из двух линий, формирующих стрелку. Каждая линия представляет 3-часовой период времени. Правая линия представляет последние 3 часа. Так что линии могут составлять 9 различных комбинаций и показывать 9 вариантов прогноза погоды.



##### Ситуация 3-6 часов назад

Сильно падало (>2 гПа за 3 часа)  
Стабильное состояние  
Сильно поднималось (>2 гПа за 3 часа)

##### Ситуация последних 3 часов

Сильно падает (>2 гПа за 3 часа) ↘  
Сильно поднимается (>2 гПа за 3 часа) ↗  
Сильно падает (>2 гПа за 3 часа) ↘



**Полезный совет:** если индикатор показывает, что атмосферное давление непрерывно растет, это означает повышение вероятности наступления хорошей погоды. Если же атмосферное давление непрерывно падает, высока вероятность ухудшения погоды.

#### 4.4. Штормовое предупреждение

Сигнал о штормовом предупреждении обращает ваше внимание на то, что в течение 3-часового периода давление упало не менее чем на 4 гПа / 0.12 д.рт.ст. Часы Suunto Core приводят в действие звуковой сигнал и на экране мигает предупреждающий символ в течение 20 секунд. Сигнал «штормовое предупреждение» работает только если вы выбрали профиль атмосферного давления (BAROMETER) в режиме **ALTI&BARO** (Высотомер / Барометр).

Для того чтобы включить сигнал «Штормовое предупреждение»:

1. Найдите в Меню строку **ALTI-BARO** (Высотомер / Барометр).
2. Выберите раздел **STORM ALARM** (Штормовое предупреждение).
3. Включите или отключите этот сигнал с помощью кнопок [+] и [-Light].

#### Возможная жизненная ситуация: Вас застал в пути сильный дождь

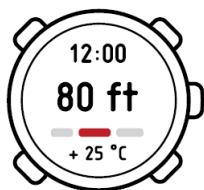
Вы проходили по густому лесу, когда часы Suunto Core подали сигнал «Штормовое предупреждение». Погода испортилась за последние 3 часа – небо потемнело. Хорошо, что Suunto Core предупредили вас вовремя, ведь вам нужно найти укрытие от сильного дождя, который вот-вот начнется.

#### 4.5. Использование профиля высоты (ALTIMETER)

Профиль высоты (ALTIMETER) вычисляет высоту на основании базисных значений. Базисным значением может быть атмосферное давление на уровне моря или предыдущий пункт установки базисной высоты. Если в действие приведен профиль высоты (ALTIMETER), на экране отображается подчеркнутый значок **ALTI** (Высота).

Если в действие приведен профиль высоты (ALTIMETER), вы можете просматривать следующие экраны с помощью кнопки [View] (Просмотр):

- Измерение разницы высот: измеряется разница высот с установленной точкой
- Температура: измеряется текущая температура
- Запись журнала: записываются в журнал изменения высоты
- Пусты **TIME** **ALTI & BARO** **COMPASS**ная информация отсутствует.



#### 4.5.1. Использование измерения разницы высот

Изменение высоты – это разница высот между установленной точкой и вашим текущим местоположением. Эта функция особенно полезна при восхождении на вершину, например, когда вы хотите отследить, как ваш подъем укладывается в запланированные сроки.

Как пользоваться измерением разницы высот:

1. В режиме **ALTI&BARO** (Высотомер / Барометр) выберите экран измерения разницы высот.
2. Вы можете запускать, останавливать и снова запускать измерения с помощью кнопки [Start, Stop] (Старт, Стоп).
3. Обнулите экран с помощью длительного нажатия на кнопку [+].

##### Возможная жизненная ситуация: Измерения при восхождении

Вы собираетесь начать восхождение на гору высотой 3.280 футов (1000 м). Вы хотите проверять в пути свои результаты, поэтому включили измерение разницы высот часами Suunto Core. Вы начали подъем, периодически проверяя, сколько осталось пройти до следующего привала. В какое-то время вы чувствуете усталость. Вы проверяете разницу высот и видите, что подниматься еще очень долго. Может быть, привал нужно сделать пораньше?

#### 4.5.2. Запись журнала

Журнал фиксирует все ваши перемещения с изменением высоты в обозначенных отрезках времени. Если ваши занятия сопряжены с изменением высоты, вы можете записать эти изменения и просмотреть позже записанную информацию. Вы можете также отметить какие-либо значения высоты, что позволит вам узнать продолжительность прохождения и набор / потерю высоты между предыдущей и текущей отметкой. Ваши метки сохраняются в памяти и вы сможете просмотреть их позже.

Для того чтобы сделать запись в журнале:

1. В режиме **ALTI&BARO** (Высотомер / Барометр) выберите экран записи в журнал.
2. Вы можете начинать, останавливать и снова начинать запись с помощью кнопки [Start, Stop] (Старт, Стоп).
3. В процессе записи вы можете сделать отметку, нажав на кнопку [+].
4. Нажмите и удержите кнопку [+] для того чтобы обнулить экран (это можно сделать только если запись остановлена).


Строка разницы высот показывает измеренную разницу высот между точкой начала записи и точкой окончания записи в сопровождении следующих иконок на дополнительном экране:

- ▲ Отображается, если значение высоты больше, чем в стартовой точке.
- Отображается, если значение высоты такое же, как в стартовой точке.
- ▼ Отображается, если значение высоты меньше, чем в стартовой точке.
- ▲= Отображается, когда вы смотрите, насколько вы поднялись относительно стартовой точки.
- ▼= Отображается, когда вы смотрите, насколько вы спустились относительно стартовой точки.


Высота записывается в точках, соответствующих выбранному вами интервалу записи.

Для того чтобы изменить частоту записи:

1. Найдите в Меню строку **MEMORY** (Память).
2. Выберите раздел **REC INTERVAL** (Интервал записи).
3. Измените интервал записи с помощью кнопок [+] и [-Light].

 **Обратите внимание:** приблизительный подсчет времени, в течение которого вы сможете продолжать запись, отображается в нижней части окна переключения интервала записи. Фактическая продолжительность записи может немного меняться в зависимости от ваших действий в период записи.

Вы можете посмотреть историю журналов в разделе Меню **LOGBOOK** (Журнал) (см. раздел 6.2. Просмотр и блокировка журналов).

 **Полезный совет:** после остановки записи, вы можете войти в журнал и просмотреть текущую запись перед тем как обнулить экран.

##### Возможная жизненная ситуация: Запись высоты

Вы собираетесь подняться на очередную гору. Тем временем вы хотите записать, сколько времени вы поднимались и спускались, с тем, чтобы сравнить результаты с предыдущим восхождением. Вы устанавливаете в своих часах Suunto Core профиль **ALTIMETER** (Высотомер) и начинаете запись в журнал в момент начала восхождения.

Закончив поход, остановите запись журнала и обнулите экран. Теперь вы можете сравнить свой результат с цифрами, записанными в предыдущем журнале.

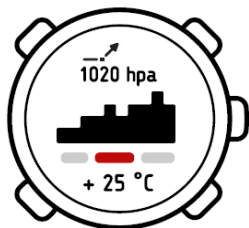
#### 4.6. Использование профиля атмосферного давления (BAROMETER)


Профиль барометра (**BAROMETER**) показывает текущее атмосферное давление на уровне моря. Его величина основана на справочном значении и на постоянно измеряемом абсолютном значении атмосферного давления. Изменение атмосферного давления на уровне моря представлено графически в средней части экрана. Экран показывает записи давления за последние 24 часа с интервалом 30 минут.

Когда приводится в действие профиль барометра (**BAROMETER**), слово **BARO** на экране подчеркивается.

Когда приводится в действие профиль барометра (**BAROMETER**), вы можете просматривать следующие дополнительные экраны с помощью кнопки [View] (Просмотр):

- Температура: измеряется текущая температура
- Запись журнала: записываются в журнал изменения высоты
- Базисная высота: показывается значение базисной высоты
- Время: показывается текущее время.



 **Обратите внимание:** если вы носите свои часы Suunto Core на запястье, вам придется снять их для того чтобы получить точное значение температуры, так как температура вашего тела оказывает влияния на эти показания.

Изменения атмосферного давления за последние 7 дней можно посмотреть в памяти часов в разделе меню **ALTI-BARO** (Высотомер / Барометр) (см. раздел 6.1. «Память Высотомера / Барометра»).

**Возможная жизненная ситуация: Использование профиля атмосферного давления (BAROMETER)**

Вы продолжаете подъем и почувствовали усталость. Вы решили вздремнуть и поставили палатку. Поскольку высота на время сна будет оставаться неизменной, вы привели в действие профиль атмосферного давления (**BAROMETER**). Когда вы проснулись, вы смогли отследить изменения атмосферного давления на уровне моря с целью проверки погоды.

#### Запись журналов

Когда часы записывают журналы профиля высоты (**ALTIMETER**), вы можете переключить режим на профиль атмосферного давления (**BAROMETER**) в тот момент, когда вы сделали перерыв в восхождении.

Запись журнала будет продолжаться, но это будет уже не изменения атмосферного давления. Когда активен профиль атмосферного давления (**BAROMETER**), часы предполагают, что движения в высоту не происходит и следовательно, не записывают изменения высоты. Таким образом, журнал высоты в течение этого периода будет одинаковым. Более полная информация об использовании журналов приведена в разделе 4.5.2. «Запись журналов».

Вы можете начать, остановить и обнулить измерения высоты в процессе работы профиля атмосферного давления (**BAROMETER**).

**Возможная жизненная ситуация: Запись журналов в процессе работы профиля атмосферного давления (BAROMETER)**

Вы записываете изменения высоты во время восхождения и решили сделать длительный привал. Вы включили профиль атмосферного давления (**BAROMETER**). Так как показания высоты продолжают записываться, но фактически изменения высоты не происходит, вам нужно остановить запись высоты на дополнительном экране записи журнала профиля атмосферного давления (**BAROMETER**).

#### 4.7. Использование автоматического профиля (AUTOMATIC)

Автоматический профиль (**AUTOMATIC**) переключает часы между профилями высоты и атмосферного давления в соответствии с вашим перемещением. В зависимости от того, какой профиль активен, вы можете перейти к профилю высоты (**ALTIMETER**) или атмосферного давления (**BAROMETER**) с помощью кнопки [View] (Просмотр). Когда движетесь вместе с часами, включается профиль высоты (**ALTIMETER**). Когда часы неподвижны, включается профиль атмосферного давления (**BAROMETER**).

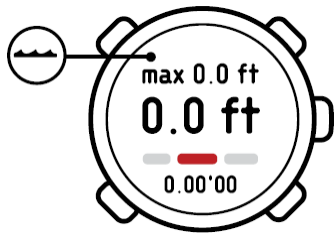
 **Обратите внимание:** автоматический профиль (**AUTOMATIC**) не следует использовать все время.

Некоторые виды спорта требуют постоянной работы профиля атмосферного давления (**BAROMETER**), несмотря на то, что вы движетесь (например, серфинг). Другими словами, в некоторых ситуациях необходимо самостоятельно выбрать подходящий профиль.

#### 4.8. Использование профиля глубины (DEPTH METER)

Профиль измерения глубины (**DEPTH METER**) можно использовать во время подводного плавания. Он показывает вашу текущую глубину и максимальную глубину, которую вы достигли во время погружения. Максимальная глубина, измеряемая вашими часами, составляет 32.8 фута (10 м). Когда включен профиль измерения глубины (**DEPTH METER**), в левой верхней части экрана появляется иконка, изображающая волну.

Когда включен профиль измерения глубины (**DEPTH METER**), вы можете просматривать следующие дополнительные экраны с помощью кнопки [View] (Просмотр):




- Запись журнала: записываются в журнал значений глубины
- Время: показывается текущее время
- Температура: измеряется текущая температура


### 4.8.1. Запись журналов в режиме глубиномера

Запись журналов в процессе работы профиля измерения глубины (**DEPTH METER**) работает аналогично записи журналов профиля высоты (**ALTIMETER**), но вместо значений высоты записывается глубина вашего погружения. Для того чтобы записать журналы профиля измерения глубины (**DEPTH METER**):

1. В режиме **ALTI&BARO** (Высотомер / Барометр) выберите экран записи в журнал.
2. Вы можете начинать, останавливать и снова начинать запись с помощью кнопки [Start, Stop] (Старт, Стоп). Начните погружение под воду.
3. Нажмите и удержите кнопку [+] для того чтобы обнулить экран, когда вернетесь на сушу.

 **Предупреждение:** не нажимайте кнопки часов под водой.

 **Обратите внимание:** вы должны обнулить журнал профиля высоты (**ALTIMETER**) перед началом записи журнала профиля измерения глубины (**DEPTH METER**). Иначе ваша максимальная глубина примет то же значение, что текущая высота на поверхности.

 **Полезный совет:** когда вы останавливаете запись журнала перед тем, как его обнулить, вы можете войти в журнал и посмотреть текущие показания!

## 5. Использование режима компаса (COMPASS)

Режим Компаса позволяет вам сориентироваться на магнитный север. С помощью кнопки [View] (Просмотр) вы можете вызвать следующие экраны этого режима:

- Время: показывается текущее время
- Основное направление: показывается текущее направление
- Слежение: показывается текущий азимут в соответствии с установленным направлением.

### 5.1. Как получить корректные показания

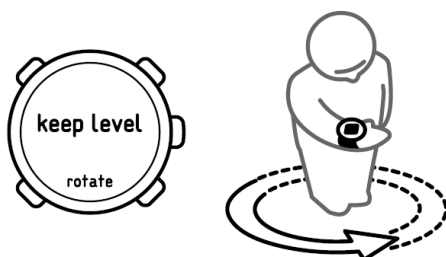
Во время работы компаса необходимо держать часы в строго горизонтальном положении. Если вы наклонили часы Suunto Core в этом режиме, они сообщат вам, что для получения корректных показаний необходимо выровнять прибор.


Компас самопроизвольно переключается в режим экономного питания через 40 секунд, если вы не нажимаете кнопки. Для того чтобы снова привести его в действие, нажмите на кнопку [Start, Stop] (Старт, Стоп).

#### 5.1.1. Калибровка компаса

На работу компаса оказывают влияние локальные магнитные поля. Для того чтобы обеспечить корректные показания, необходимо калибровать компас.

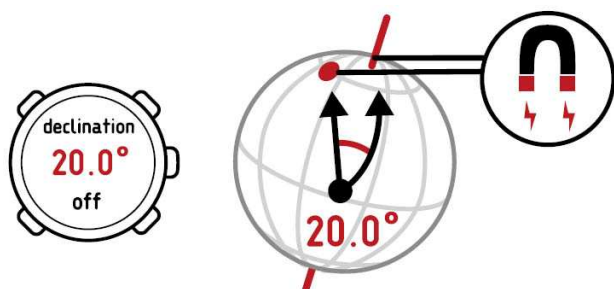
Автоматическая калибровка компаса компенсирует влияние локальных магнитных полей, - обычно, автоматической калибровки бывает достаточно. Иногда автоматическая калибровка не дает нужного результата, в этом случае часы подскажут вам, чтобы вы придали им горизонтальное положение и повернули.



 **Полезный совет:** когда прибор просит вас придать ему горизонтальное положение (keep level) и повернуть (rotate), вы можете повернуть руку на 90 градусов, держа ее параллельно земле.

#### 5.1.2. Установка склонения

На бумажных картах обычно обозначен истинный север. Однако, ваш компас указывает на магнитный север – район земного шара, где сосредоточены магнитные поля земли. Поскольку магнитный и истинный север расположены не в одном месте, вы должны установить склонение вашего компаса. Угол между магнитным и истинным севером – это и есть ваше склонение.



На большинстве карт указана величина склонения. Место магнитного севера с годами изменяется, так что наиболее точное обновленное значение склонения можно получить из интернета (например, на сайте национального центра геофизических данных для США).



Однако, карты для спортивного ориентирования обычно базируются на данных магнитного севера. Это значит, что когда вы пользуетесь такими картами, вам нужно отключить поправку корректирующего склонения (скомпенсировать коррекцию), установив величину склонения на 0 градусов.

Для того чтобы установить величину склонения:

1. Найдите в меню раздел **COMPASS** (Компас).
2. Отключите склонение или выберите направление **W** (запад) или **E** (восток).
3. Установите величину склонения с помощью кнопок [+ ] и [-Light].

## 5.2. Использование компаса

Когда ваши часы находятся в режиме Компаса, вы видите два подвижных сегмента на внешней окружности экрана. Они показывают на север. Визирная линия в 12-часовом положении указывает ваше направление и выполняет функцию стрелки компаса. Цифровое значение вашего направления показано в центральной части экрана. В нижней строке экрана вы видите также время, направление или азимут.

Вы можете использовать компас двумя способами: с применением подвижной шкалы или с отслеживанием азимута.

TIME ALTI & BARO **COMPASS**



### 5.2.1. Использование подвижной шкалы

Вы можете использовать свои часы Suunto Core как традиционный компас, продвигая внешнюю окружность в соответствии с движением сегментов, показывающих север и затем следуя этому направлению.

Для того чтобы использовать подвижную шкалу:

1. В режиме Компаса поверните часы так, чтобы индикатор севера указывал на нужное вам направление.
2. Поверните подвижную шкалу так, чтобы совместить Север на внешней окружности с сегментным указателем севера.
3. Двигайтесь по своему маршруту, продолжая совмещать Север на подвижной шкале с сегментным указателем



### 5.2.2. Использование отслеживания азимута

В таком режиме вы можете зафиксировать азимут, и компас ваших часов Suunto Core поведет вас по этому маршруту.

Для того чтобы воспользоваться функцией отслеживания азимута:

1. Установите стрелку вашего компаса на направление, в котором вы хотите идти и нажмите на кнопку [Start, Stop] (Старт, Стоп). Теперь вы зафиксировали азимут. Ваше текущее направление показывается в середине экрана, и оно будет изменяться в соответствии с вашим перемещением.
2. Стрелка в верхней строке экрана указывает вам на направление, которое необходимо соблюдать для того чтобы придерживаться желаемого маршрута. Символ ▶|◀ подтверждает, что вы движетесь в правильном направлении.

#### Возможная жизненная ситуация: Как придерживаться отмеченного направления

Вы совершаете восхождение и только что преодолели крутой склон. Проглядывая долину, лежащую перед вами, вы замечаете канатную дорогу, ведущую на следующий склон. Вы решаете добраться до кабинок фуникулера по долине. Вы направляете стрелку компаса своих часов Suunto Core на канатную дорогу и фиксируете азимут. Теперь, как только вы попали в долину, стрелка в верхнем ряду экрана покажет вам, куда идти. Поскольку компас работает только в течение 40 секунд за одну операцию, для того чтобы сохранить энергию батарей, вам нужно время от времени включать его заново для проверки направления. Следите за направлением, и вы вскоре достигнете цели.

## 6. Использование памяти (MEMORY)

### 6.1. Память Alti-baro (Альтиметр/Барометр)

В памяти Альтиметра / Барометра сохраняются изменения высоты или атмосферного давления на уровне моря за последние 7 дней. Информация, которая будет сохраняться, зависит от того, какой профиль активен в момент записи. Записи сохраняются один раз в час.

Для того чтобы посмотреть записи за последние 7 дней:

1. В разделе **MEMORY** (Память) выберите строку **ALTI/BARO** (Альтиметр/Барометр).
2. Просмотрите записи с помощью кнопок [+ ] и [-Light]

### **Возможная жизненная ситуация: Составление прогноза погоды**

Вы встали лагерем в горах. Необходимо узнать прогноз погоды назавтра, поэтому на ночь вы привели в действие профиль атмосферного давления (**BAROMETER**) в своих часах Suunto Core. Утром вы проверили память Альтиметра / Барометра и заметили, что атмосферное давление оставалось стабильным в течение всей ночи. Есть надежда, что оно останется постоянным и в течение дня.

## **6.2. Просмотр и блокировка журналов**

Журналы, записанные во время работы профилей Высотомера, Барометра или Глубиномера, сохраняются в книге LOGBOOK. Вы можете сохранить до 10 журналов. Новый журнал всегда записывается в LOGBOOK на место самого старого журнала. Для того чтобы сохранить журнал, вы должны закрыть его. Вы можете закрыть только 9 журналов. Когда вы открываете LOGBOOK, вам показывается количество незакрытых журналов. Теперь вы можете выбрать, просмотреть или закрыть журналы.

Когда вы просматриваете журналы, вначале вы видите список доступных журналов с обозначенными значениями времени и даты. Вы можете прокручивать их, и затем входить в каждый журнал для того чтобы посмотреть сводную информацию и соответствующие подробности.

### **6.2.1. Просмотр журналов**

Когда вы просматриваете сводный журнал, вы видите:

- Сводный график, время записи и наивысшую точку
- Общий сброс высоты, продолжительность спуска, среднюю скорость спуска.
- Общий набор высоты, продолжительность подъема и среднюю скорость подъема.

Когда вы просматриваете подробности, вы видите:

- График изменения высоты
- Время записи
- Высоту / глубину во время записи

Как посмотреть журналы:

1. В разделе **MEMORY** (Память) выберите строку **LOGBOOK** (Книга).
2. Выберите строку **VIEW** (Просмотр).
3. Выберите журнал из списка.
4. Переключайте сводные записи с помощью кнопок **[+]** и **[-Light]**.
5. Просмотрите подробности с помощью кнопки **[MODE]** (Режим).
6. Увеличивайте и уменьшайте скорость прокручивания и изменяйте направление с помощью кнопок **[+]** и **[-Light]**. Остановите прокручивание с помощью кнопки **[MODE]** (Режим).



**Обратите внимание:** когда вы прокручиваете график, ваше текущее положение в середине графика.

### **Блокировка журналов**

Для того чтобы закрыть журнал:

1. В разделе **MEMORY** (Память) выберите строку **LOGBOOK** (Книга).
2. Выберите строку **LOCK** (Заблокировать).
3. Выберите журнал из списка.
4. Заблокируйте журнал, выбрав **YES** (Да), (нажмите на кнопку **[-Light]**) или отмените блокировку, выбрав **No** (Нет), (нажмите на кнопку **[View]** (Просмотр)).

### **Выбор интервала записи**

Вы можете выбрать интервал в разделе меню **REC INTERVAL** (Интервал записи).

Вы можете выбрать один из пяти интервалов:

- 1 секунда
- 5 секунд
- 10 секунд
- 30 секунд
- 60 секунд

При прокручивании интервалов в нижней части экрана показывается соответствующая продолжительность записи.

Для того чтобы выбрать интервал записи:

1. В разделе **MEMORY** (Память) выберите строку **REC INTERVAL** (Интервал записи).
2. Выберите интервал записи с помощью кнопок **[+]** и **[-Light]**.

## **7. Замена батареи**

Ваши часы Suunto Core работают от 3-вольтовой литиевой батарейки CR2032.

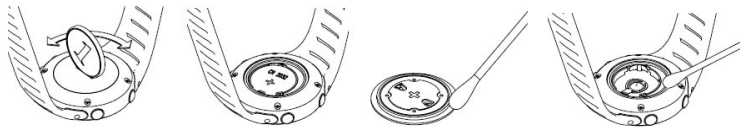



**Обратите внимание:** для того чтобы уменьшить риск возгорания или взрыва батареи, не подвергайте ее ударам и механическим повреждениям, а также воздействию огня или воды. Устанавливайте только стандартные заводские батарейки. Утилизация батареек должна производиться в соответствии с принятым порядком.


Для того чтобы заменить батарею:


1. Откройте с помощью монетки батарейный отсек, расположенный на задней панели часов.
2. Удалите старую батарею.
3. Поместите новую батарею в батарейный отсек положительным полюсом вверх.
4. Слегка подвиньте батарею к контактной пластинке, так, чтобы пластина не преломилась и не согнулась.
5. Поставьте на место крышку батарейного отсека, поворачивая ее против часовой стрелки большим пальцем до совмещения рисок. Крышку нужно вращать без применения силы. Если вы закрутите ее слишком сильно, может произойти срыв резьбы.
6. Уплотните крышку.






 **Обратите внимание:** в процессе уплотнения совмещение маркировки на крышке может нарушиться. Это не имеет значения. Если крышка не повреждена, нет необходимости менять ее в этом случае.

 **Обратите внимание:** при повреждении резьбы на крышке батарейного отсека отправьте часы в ближайший авторизованный сервисный центр.

 **Обратите внимание:** выполняя замену батареи, соблюдайте повышенную осторожность, для того чтобы не нарушить водостойчивость часов. Неаккуратная замена батареи ведет к потере гарантии на часы.

 **Обратите внимание:** частое использование подсветки значительно сокращает срок службы батареи.

## 8. Спецификация

### 8.1. Технические характеристики

#### Общие

- Рабочая температура от -20° C до +60° C / от -4° F до +140° F
- Температура хранения от -30° C до +60° C / от -22° F до +140° F
- Водостойчивость 30 м / 100 ft (в соответствии со стандартом ISO 2281)
- Минеральное стекло
- Батарея (заменяемая) CR2032

#### Высотомер

- Диапазон показаний от -500 м до 9000 м / от -1640 ft до 32760 ft
- Разрешение 1 м / 3 ft

#### Барометр

- Диапазон показаний от 300 до 1100 гПа / от 8.8 до 32.6 д.рт.ст.
- Разрешение 1 гПа / 0.03 д.рт.ст.

#### Глубиномер

- Диапазон измерений глубины от 0 до 10 м / от 0 до 32.8 ft
- Разрешение 0.1 м

#### Термометр

- Диапазон показаний от -20° C до +60° C / от -4° F до +140° F
- Разрешение 1° C / 1° F

#### Компас

- Разрешение 1°

### 8.2. Торговые марки

SUUNTO, Wristop Computer, Suunto Core, их логотипы и другие брэнды и названия Suunto являются зарегистрированными торговыми марками фирмы Suunto Oy. Все права защищены.

### 8.3. Авторское право

Данная публикация и ее содержимое принадлежит компании Suunto Oy и предназначена исключительно для использования ее клиентами в целях получения ключевой информации об операциях и функциях часов, а также сведений, касающихся работы продукции Suunto Core. Содержимое данного руководства не должно использоваться дистрибьюторами для каких-либо других целей и / или для передачи другим лицам, для распространения или воспроизводства без предварительного письменного разрешения компании Suunto Oy.

Компания Suunto Oy проявляет сильную заинтересованность в обеспечении всеобъемлющего и точного информационного содержания технической документации. Содержимое руководства содержит объекты, которые могут изменяться в любое время без уведомления. Новейшая версия этой документации всегда представлена на сайте [www.suunto.com](http://www.suunto.com).

### 8.4. CE

Знак CE используется для маркировки соответствия изделия требованиям Европейского союза EMC, директивам 2004/108/EY и 99/5/EEC.

### 8.5. Патентное право

Продукт защищен патентом США с серийным номером 11/152,076 и соответствующими патентами или заявками на патент других стран. Дополнительные заявки на патент находятся на рассмотрении.

  
**SUUNTO**

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

Copyright © Suunto Oy 2007.

Все права защищены