

**SUUNTO 9 PEAK**  
UŽIVATELSKÁ PŘÍRUČKA

1. BEZPEČNOST.....	5
2. Začínáme.....	7
2.1. Dotyková obrazovka a tlačítka.....	7
2.2. Aktualizace softwaru.....	8
2.3. Aplikace Suunto.....	8
2.4. Optické měření tepové frekvence.....	9
2.5. Úprava nastavení.....	9
3. Nastavení.....	11
3.1. Zámek tlačítek a obrazovky.....	11
3.2. Automatické podsvícení.....	11
3.3. Tóny a vibrace.....	11
3.4. Připojení pomocí technologie Bluetooth.....	12
3.5. Režim letadlo.....	12
3.6. Režim Nerušit.....	12
3.7. Oznámení.....	13
3.8. Čas a datum.....	13
3.8.1. Budík.....	13
3.9. Jazyk a systém jednotek.....	14
3.10. Ciferníky.....	14
3.10.1. Fáze měsíce.....	15
3.11. Úspora energie.....	15
3.12. Budíky podle východu a západu slunce.....	15
3.13. Upozornění na bouři.....	16
3.14. Formáty polohy.....	17
3.15. Informace o zařízení.....	17
4. Vlastnosti.....	18
4.1. Záznam cvičení.....	18
4.1.1. Sportovní režimy.....	19
4.1.2. Používání cílů při cvičení.....	19
4.1.3. Navigování v průběhu cvičení.....	20
4.1.4. Řízení výdrže baterie.....	21
4.1.5. Plavání.....	22
4.1.6. Intervalový trénink.....	23
4.1.7. Téma displeje.....	24
4.1.8. Automatické přerušení.....	24
4.1.9. Pocit.....	25
4.2. Záznamník.....	25
4.3. Navigace.....	26
4.3.1. Navigování podle nadmořské výšky.....	26
4.3.2. Navigace pomocí azimutu.....	26

4.3.3. Kompas.....	27
4.3.4. Najít cestu zpět.....	28
4.3.5. Trasy.....	29
4.3.6. Navigace po trase využívající technologii Komoot.....	30
4.3.7. Místa zájmu.....	31
4.4. Denní aktivita.....	35
4.4.1. Monitorování aktivity.....	35
4.4.2. Okamžitá TF.....	36
4.4.3. Denní TF.....	36
4.4.4. Kyslík v krvi.....	37
4.5. Informace o prostředí.....	38
4.5.1. Výškoměr.....	39
4.6. Informace o tréninku.....	39
4.7. Regenerace.....	40
4.8. Sledování spánku.....	40
4.9. Zátěž a regenerace.....	42
4.10. Fyzická kondice.....	43
4.11. Snímač tepové frekvence.....	44
4.12. Párování zařízení POD a snímačů.....	44
4.12.1. Kalibrace zařízení Bike POD.....	45
4.12.2. Kalibrace zařízení POD.....	45
4.12.3. Kalibrace snímače Power POD.....	45
4.13. Časovače.....	46
4.14. Zóny intenzity.....	47
4.14.1. Zóny tepové frekvence.....	48
4.14.2. Tempové zóny.....	50
4.15. FusedAlti.....	51
4.16. Funkce FusedSpeed.....	51
4.17. Funkce FusedTrack.....	52
5. SuuntoPlus.....	53
5.1. SuuntoPlus: Climb - Hill training.....	53
5.2. SuuntoPlus: Ghost Runner.....	54
5.3. SuuntoPlus: Loop - Lap Timer (Speed, Pace, Power).....	54
5.4. SuuntoPlus: Safe – My location.....	55
5.5. SuuntoPlus: Red Bull X-Alps.....	56
5.6. SuuntoPlus: Sprint - Running Pace, Cycling Power.....	57
5.7. SuuntoPlus - Strava.....	57
5.8. SuuntoPlus – TrainingPeaks.....	58
5.9. SuuntoPlus: Weather - Insights.....	60
5.10. SuuntoPlus: Wings for Life World Run.....	61
6. Péče a podpora.....	63

# Obsah je uzamčen

**Dokončete, prosím, proces objednávky.**

**Následně budete mít přístup k celému dokumentu.**



**Proč je dokument uzamčen? Nahněvat Vás rozhodně nechceme. Jsou k tomu dva hlavní důvody:**

- 1) Vytvořit a udržovat obsáhlou databázi návodů stojí nejen spoustu úsilí a času, ale i finanční prostředky. Dělali byste to Vy zadarmo? Ne\*. Zakoupením této služby obdržíte úplný návod a podpoříte provoz a rozvoj našich stránek. Třeba se Vám to bude ještě někdy hodit.

*\*) Možná zpočátku ano. Ale vězte, že dotovat to dlouhodobě nelze. A rozhodně na tom nezbohatneme.*

- 2) Pak jsou tady „roboti“, kteří se přiživují na naší práci a „vysávají“ výsledky našeho úsilí pro svůj prospěch. Tímto krokem se jim to snažíme překazit.

A pokud nemáte zájem, respektujeme to. Urgujte svého prodejce. A když neuspějete, rádi Vás uvidíme!