T-Touch Connect Sport

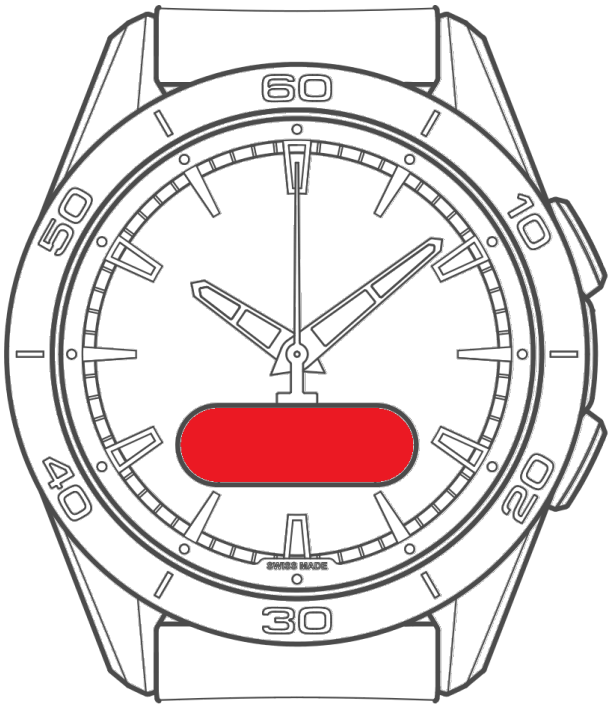


WILLKOMMEN ZUM HANDBUCH FÜR IHRE T-TOUCH CONNECT SPORT

Home

Home

Wir gratulieren Ihnen zur Wahl einer Uhr der Marke TISSOT™, einem Schweizer Unternehmen, das 1853 in Le Locle gegründet wurde. Die Uhr wurde sorgfältig und mit hochwertigen Materialien und Komponenten konzipiert. Sie ist gegen Stöße, Temperaturschwankungen, Wasser und Staub geschützt.



Inbetriebnahme/Koppeln

Beginn einer Aktivität

Funktionen

Statistik

Einstellungen

Information

Dokumente

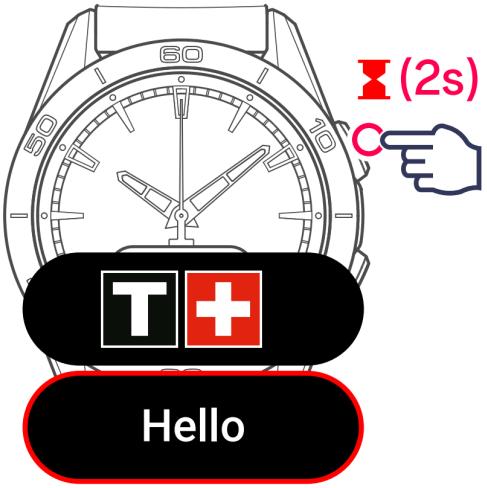
Inbetriebnahme/Koppeln

Inbetriebnahme

Ersteinrichtung

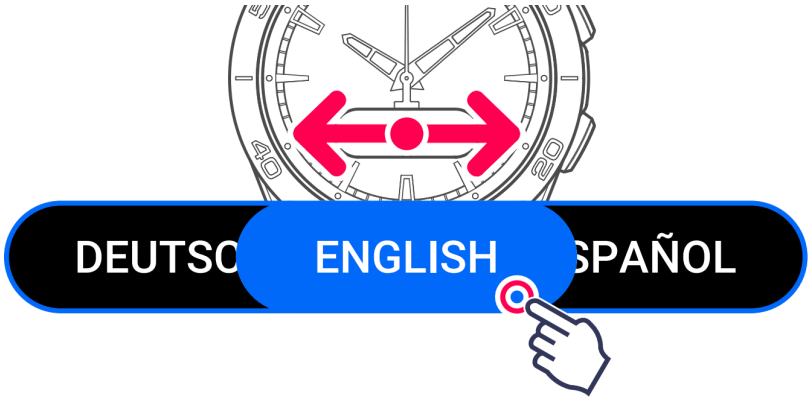
Bei der Inbetriebnahme oder nach einem Zurücksetzen müssen bestimmte Parameter Ihrer T-Touch Connect Sport eingestellt werden.

1 Uhr aktivieren



Halten Sie den oberen Drücker 2 Sekunden lang gedrückt.

2 Sprache wählen



Streichen Sie zum Aufrufen der Sprachen seitwärts über den Bildschirm.

3 Den Bildschirm berühren, um den Funktionsmodus zu wählen



Bestätigen: Die Uhr wird mit der Tissot-App verbunden, die Sie auf Ihrem Smartphone installieren. Uhrzeit, Datum und weitere Informationen werden automatisch aus der App übernommen.

Im gekoppelten Modus fortfahren

Abbrechen: Die Uhr läuft autonom. Sie müssen Uhrzeit und Datum selbst einstellen.

Ohne Koppeln fortfahren

Gekoppelter Modus

1 Herunterladen und installieren

Herunterladen und installieren der Tissot-App auf Ihrem Smartphone.



Sobald die App installiert ist, zeigt das Display den Kopplungscode an.



2 Codes kontrollieren und bestätigen

Wenn die Codes übereinstimmen, bestätigen Sie diese in der App und auf der Uhr.



Das Koppeln ist abgeschlossen.



INFORMATION

Persönliche Daten: Wir raten Ihnen, Ihre persönlichen Daten in die Tissot-App einzutragen, damit die Aktivitäten präziser gemessen werden können.

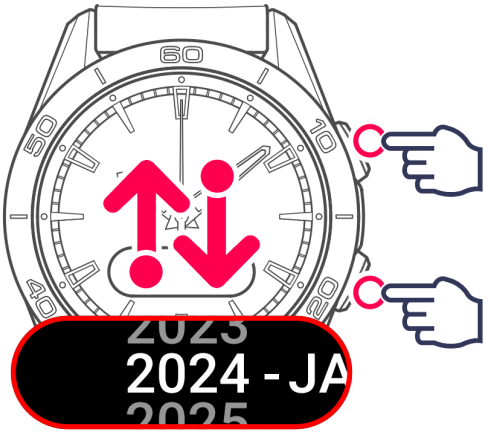
Ihre Uhr ist einsatzbereit. Machen Sie sich mit der Bedienung und den Menüs vertraut, indem Sie die Kennenlernhinweise befolgen.

Kennenlernen

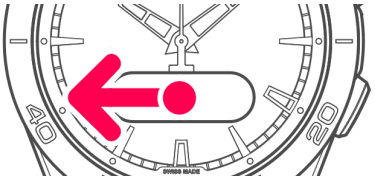
Ungekoppelter Modus

So verwenden Sie Ihre Uhr im ungekoppelten Modus (ohne Kopplung mit Ihrem Smartphone).

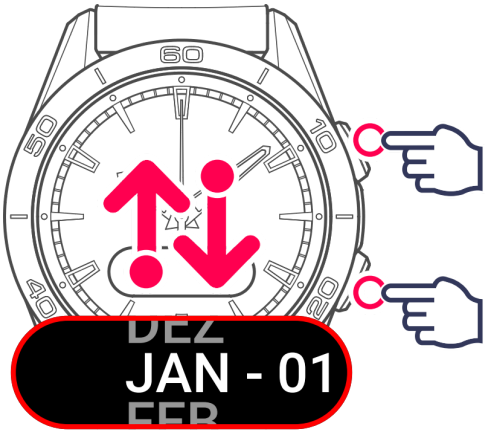
1 Kalenderjahr auswählen



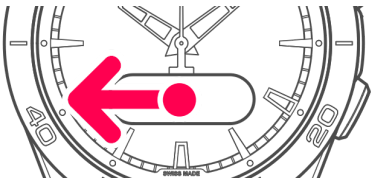
Weiter zur nächsten Einstellung.



2 Monat auswählen



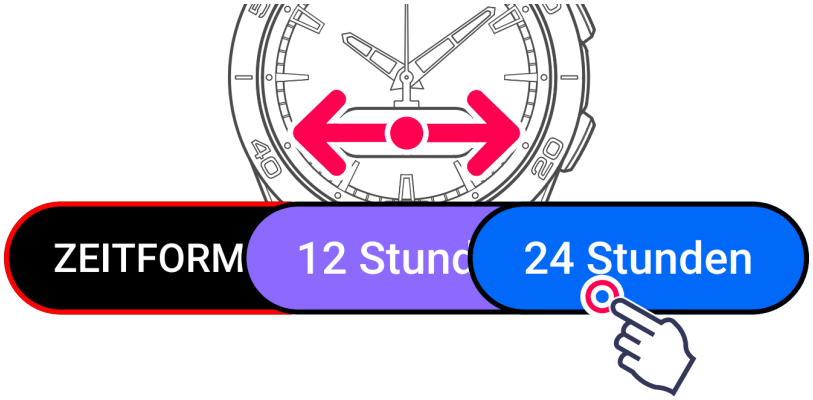
Weiter zur nächsten Einstellung.



3 Datum auswählen und bestätigen



4 Zeitformat auswählen



Die Inbetriebnahme im ungekoppelten Funktionsmodus ist abgeschlossen.



Ihre Uhr ist einsatzbereit. Machen Sie sich mit der Bedienung und den Menüs vertraut, indem Sie die Kennenlernhinweise befolgen.

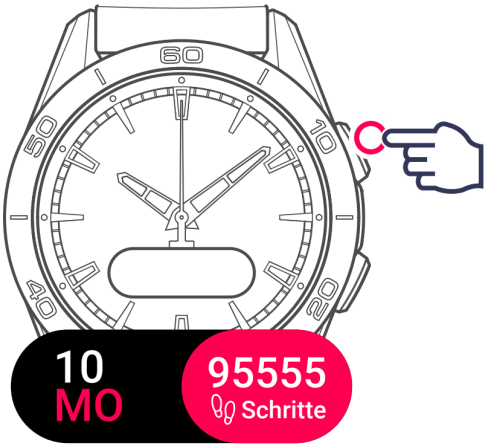
Kennenlernen

Kennenlernen

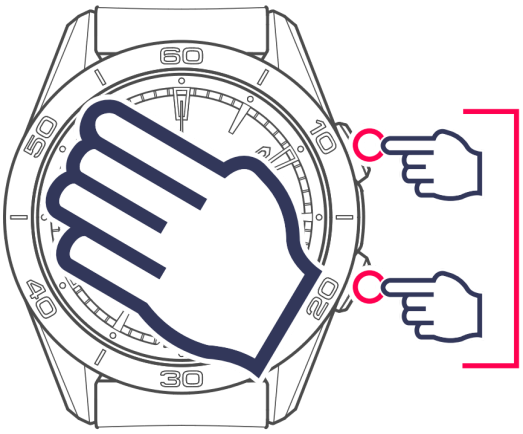
Entsperren/Sperren Ihrer Uhr

Sie können alle Funktionen Ihrer Uhr schnell über den Touchscreen und die Drücker aufrufen.

1 Uhr entsperren



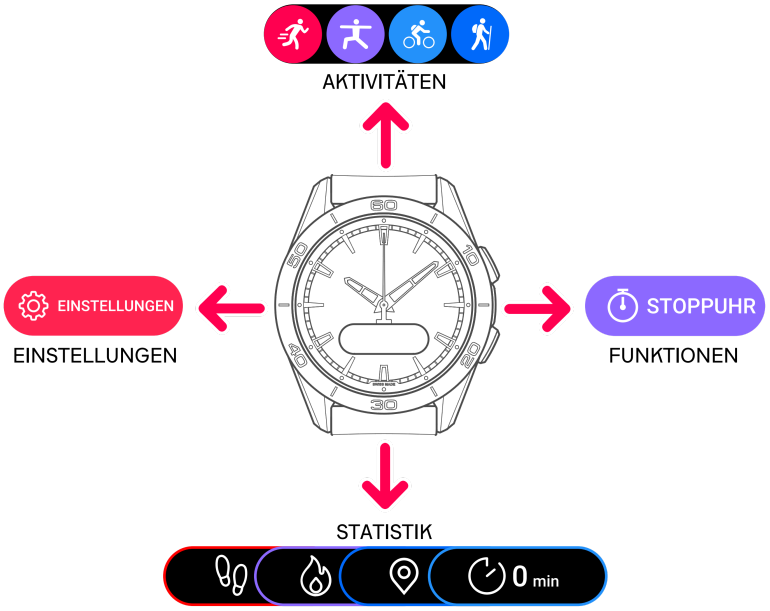
2 Uhr sperren



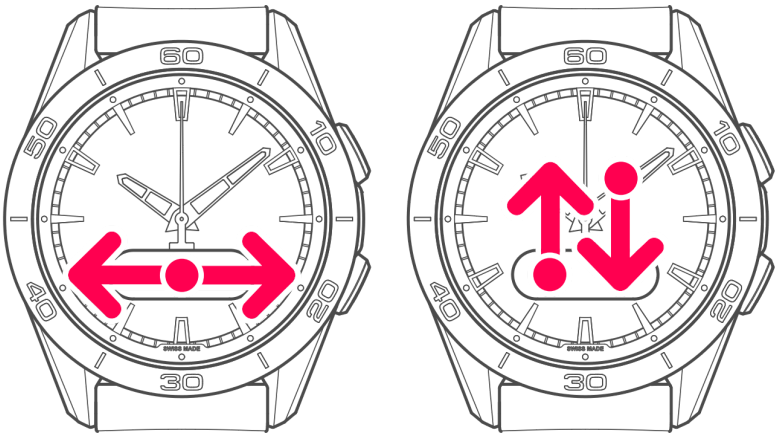
Legen Sie dazu Ihre Hand auf das Zifferblatt oder drücken Sie beide Drücker zugleich.

Die Menüs durchblättern

Das Display Ihrer Uhr zeigt alle verfügbaren Funktionen an. Navigieren Sie durch die Menüs, indem Sie in eine der vier Richtungen wischen.

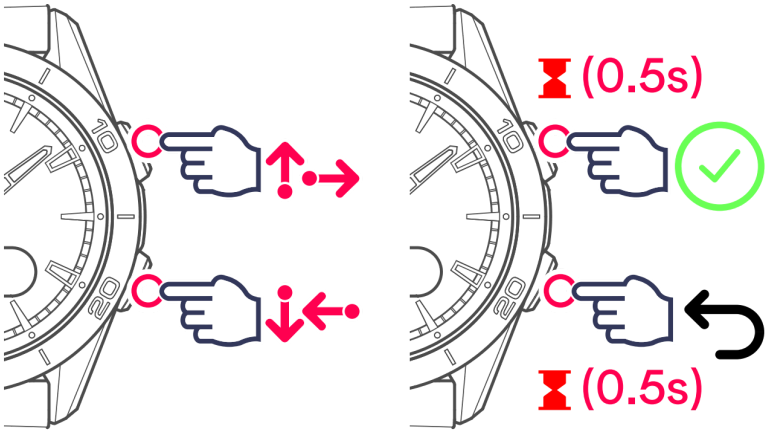


1 Über den Bildschirm streichen



Streichen Sie (von der Mitte aus) waagrecht oder senkrecht über die Uhr, um die Menüs durchzublättern.

2 Drücker verwenden



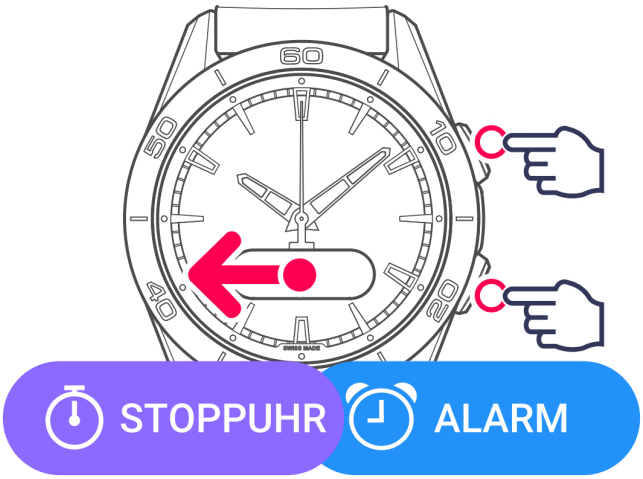
Sie können durchblättern, bestätigen oder zurückspringen.

Betätigen Sie den oberen Drücker kurz, um nach unten oder nach links zu blättern und lang, um zu bestätigen.

Betätigen Sie den unteren Drücker kurz, um nach oben oder nach rechts zu blättern und lang, um zurückzuspringen.

Funktionen, Aktivitäten, Einstellungen und Statistiken aufrufen

1 Nach links streichen, um die FUNKTIONEN der Uhr aufzurufen



Siehe Funktionen

2 Nach oben streichen, um die tägliche STATISTIK aufzurufen



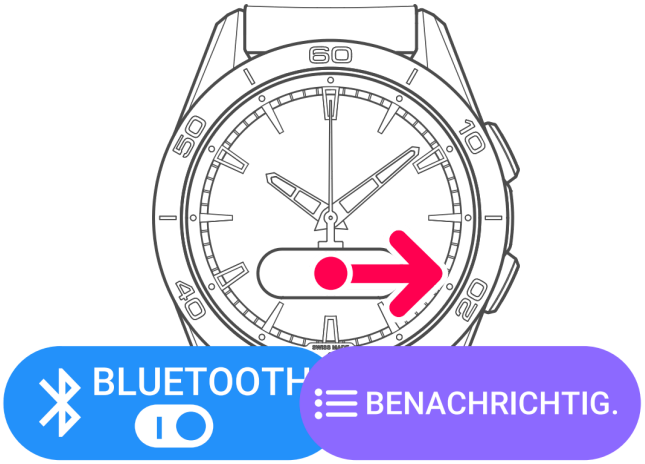
Siehe Statistik

3 Nach unten streichen, um die AKTIVITÄTEN aufzurufen



Siehe Beginn einer Aktivität

4 Nach rechts streichen, um die EINSTELLUNGEN aufzurufen



Siehe Einstellungen

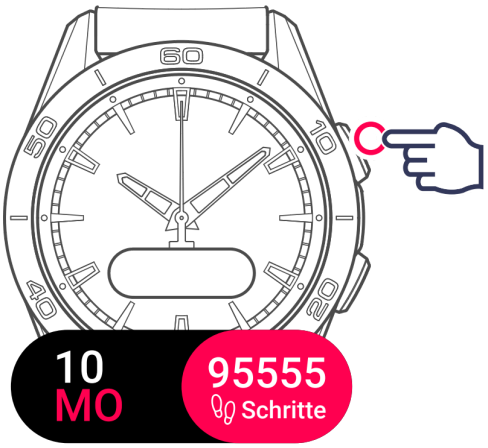
Nachrichten lesen

Wenn eine Nachricht, die auf Ihrem Smartphone ankommt, auf der Uhr angezeigt wird, können Sie diese durchsehen, in dem Sie das Display berühren und dann schräg darüberstreichen.

Koppeln

Ihre Uhr kann gekoppelt werden, wenn Sie dies nicht bereits bei der Inbetriebnahme durchgeführt haben.

1 Uhr aktivieren



2 Einstellungsmenü aufrufen und auswählen



3 Erweiterte Einstellungen aufrufen und auswählen



4 Zurücksetzen der Uhr aufrufen und starten



5 Datenlöschung bestätigen

Berühren Sie das Display entsprechend Ihrem Wunsch.



Bestätigen: Die auf Ihrer Uhr gespeicherten Daten (Zeiten, Nachrichten usw.) werden gelöscht, doch sobald die Uhr sich mit der App verbindet, werden die synchronisierten Daten aus dem Backup geladen und sind weiter verfügbar.

Abbrechen: Der Vorgang wird abgebrochen.

Die Uhr wird neu initialisiert, genau wie bei der Inbetriebnahme.

Startvorgang fortsetzen

Beginn einer Aktivität

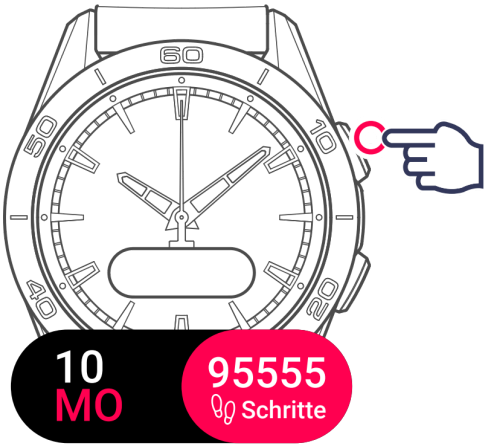
Laufen

> **HINWEIS**
>
> **Dies ist eine Outdoor-Aktivität.** Sie verwendet GPS, um Ihre Position und Route zu verfolgen.

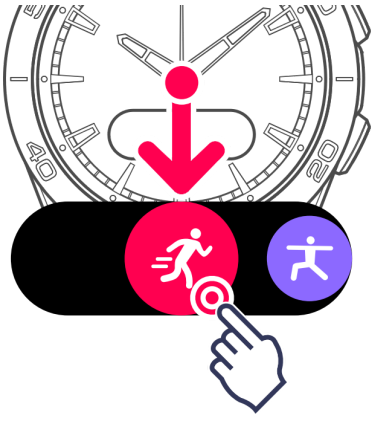
So erfassen Sie Ihre Laufaktivitäten und speichern Ihre Daten.

Die App muss auf Ihrem Smartphone geöffnet sein.

1 Uhr aktivieren



2 Aktivität wählen



Die Uhr stellt eine GPS-Verbindung her.



INFORMATION

Berühren Sie den Bildschirm, wenn Sie Ihre Aktivität beginnen möchten, ohne auf die GPS-Verbindung zu warten.

Die Strecke wird aufgezeichnet, sobald die Verbindung hergestellt ist.

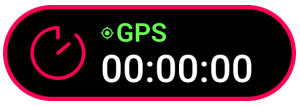
Die Uhr ist zum Erfassen Ihrer Aktivität bereit.



Der Countdown beginnt automatisch.



Die Aufzeichnung Ihrer Aktivität beginnt und die Zeit wird angezeigt.



INFORMATION

Intelligentes Pausieren und Fortsetzen

Wenn Sie sich 30 Sekunden lang nicht bewegen, werden Sie von der Uhr aufgefordert, die Aktivität zu pausieren. Wenn die Aktivität pausiert ist und Sie sich wieder bewegen, werden Sie aufgefordert, die Aktivität fortzusetzen.

- Der Aktivitätsstatus ändert sich erst, wenn Sie das Pop-up aktiv bestätigen.
- Jedes Popup wird ausgeblendet, wenn die Bewegung, die es ausgelöst hat, aufhört, und wird erneut angezeigt, wenn sie erneut auftritt.
- Wenn Sie das Popup abbrechen, wird es jede Stunde erneut angezeigt, bis Sie die Aktivität fortsetzen oder beenden.
- Die Aktivität endet automatisch, wenn die Uhr 1 Stunde lang inaktiv ist.

3 Aktivitätsdaten aufrufen

Betätigen Sie die Drücker der Uhr oder berühren Sie den Bildschirm.

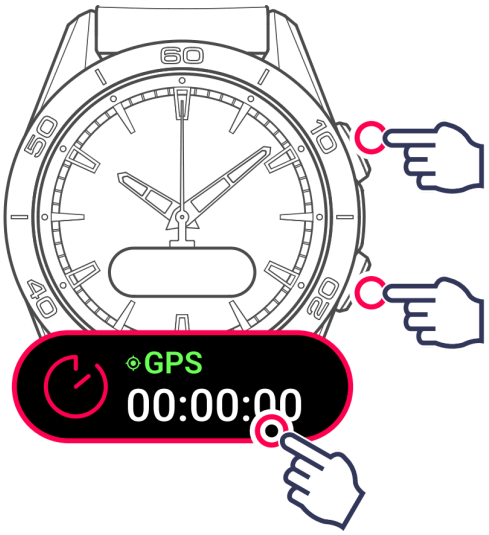
HINWEIS

Heben Sie während einer Aktivität das Handgelenk, um den Bildschirm zu aktivieren und Ihre Daten abzulesen. Die Erkennung des Handgelenkhebens ist deaktiviert, während die Aktivität pausiert ist.

HINWEIS

Jedes Mal, wenn Sie 1 km oder 1 Meile zurücklegen (je nach Ihren Einstellungen), zeigt die Uhr ein Pop-up mit Ihrem durchschnittlichen Pace für diese Runde an. Je nach Einstellung kann das Pop-up vibrieren und/oder einen Ton abspielen.

In der T-Connect-App (gekoppelter Modus) zeigen die Aktivitätsdetails eine Zusammenfassung pro Runde an, einschließlich Distanz, durchschnittlichem Pace sowie Höhengewinn und -verlust.

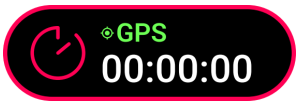


INFORMATION

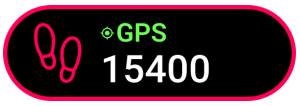
Während der Aktivität geht die Uhr in Standby um Energie zu sparen. Berühren Sie den Bildschirm, um das Display wieder zu aktivieren.

Diese Daten werden gespeichert:

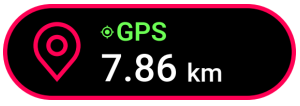
- Dauer der Aktivität



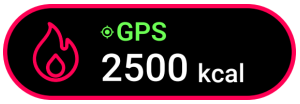
- Anzahl der Schritte



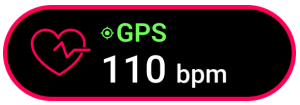
- Zurückgelegte Strecke (km oder Meilen)



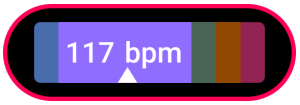
- Verbrannte Energie



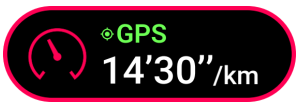
- Herzfrequenz



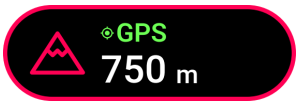
- Trainingsbereich (Herzfrequenz)



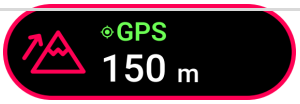
- Zeit pro Entfernungseinheit (km oder Meilen)



- Maximal erreichte Höhe

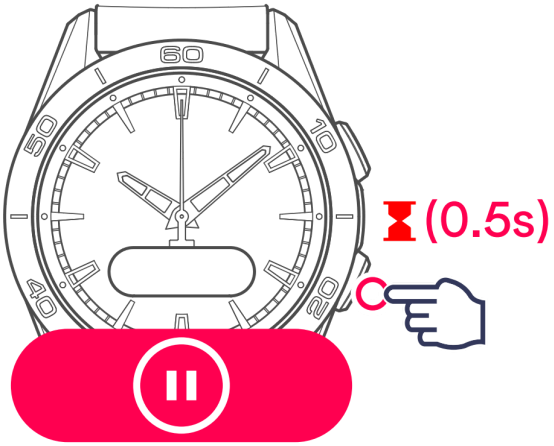


- Höhengewinn/-verlust

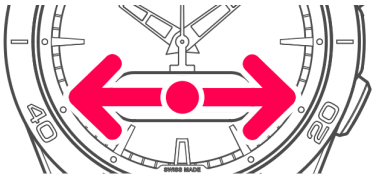


Weitere Informationen

4 Aktivität beenden



Die Uhr bietet 2 Optionen an:



Aktuelle Aktivität erneut erfassen



Erfassung beenden und bestätigen



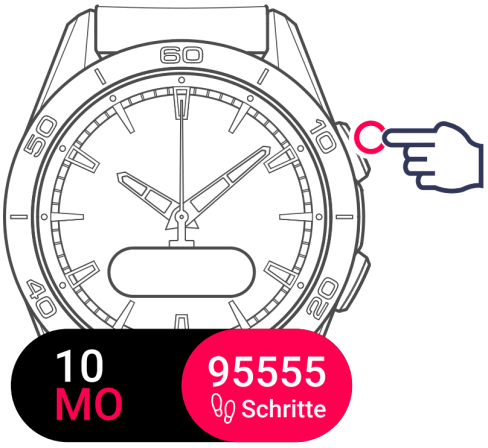
Workout

HINWEIS

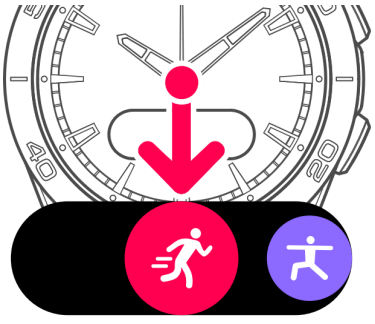
Dies ist eine Indoor-Aktivität. Ihr Standort wird nicht per GPS erfasst.

Verfolgen Sie Ihr Workout und speichern Sie Ihre Daten.

1 Uhr aktivieren



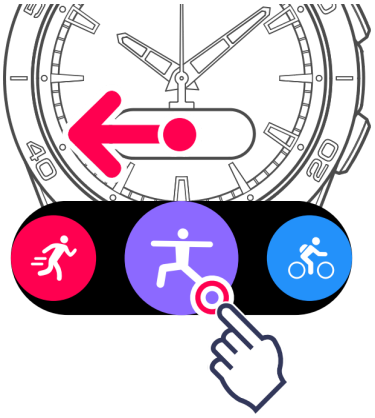
2 Rufen Sie die Aktivitäten auf



INFORMATION

Auch Indoor-Aktivitäten — Laufband, Spinning und Treppen — sind verfügbar. Wählen und starten Sie sie auf der Uhr auf die gleiche Weise wie andere Aktivitäten.

3 Wählen Sie die gewünschte Aktivität



Die Uhr ist zum Erfassen Ihrer Aktivität bereit.



Der Countdown beginnt automatisch.



Die Aufzeichnung Ihrer Aktivität beginnt und die Zeit wird angezeigt.

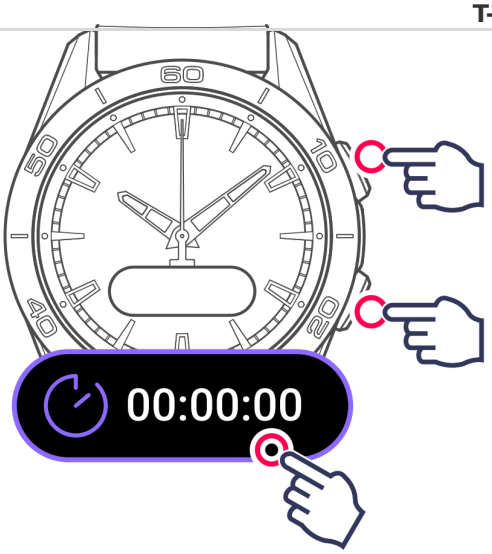


4 Aktivitätsdaten aufrufen

Betätigen Sie die Drücker der Uhr oder berühren Sie den Bildschirm.

HINWEIS

Heben Sie während einer Aktivität das Handgelenk, um den Bildschirm zu aktivieren und Ihre Daten abzulesen. Die Erkennung des Handgelenkhebens ist deaktiviert, während die Aktivität pausiert ist.



INFORMATION

Während der Aktivität geht die Uhr in Standby um Energie zu sparen. Berühren Sie den Bildschirm, um das Display wieder zu aktivieren.

Diese Daten werden gespeichert:

- Dauer der Aktivität



- Anzahl der Schritte



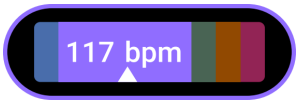
- Verbrannte Energie



- Herzfrequenz

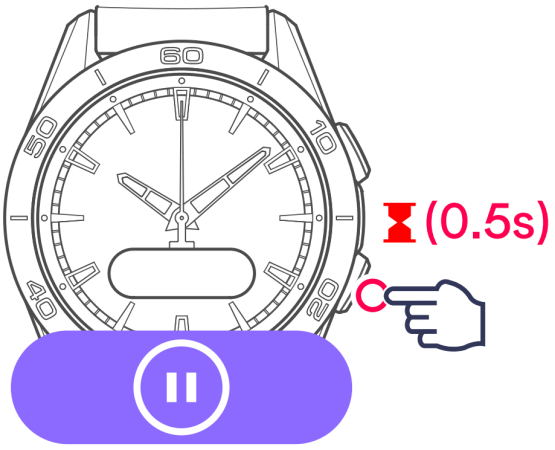


- Trainingsbereich (Herzfrequenz)



Weitere Informationen

5 Aktivität beenden



Die Uhr bietet 2 Optionen an:



Aktuelle Aktivität erneut erfassen



Erfassung beenden und bestätigen

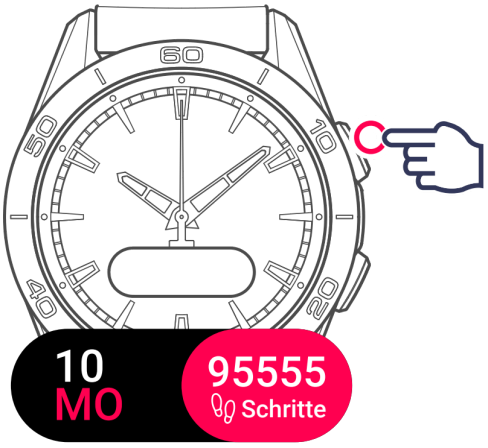

BEENDEN?

Laufband

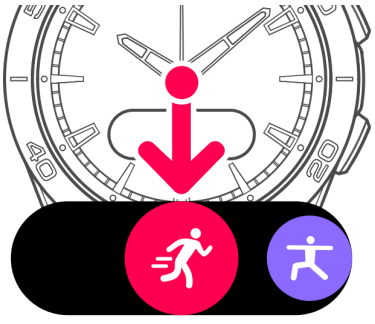
> **HINWEIS**
>
> **Dies ist eine Indoor-Aktivität.** Ihr Standort wird nicht per GPS erfasst.

Verfolgen Sie Ihr Laufband-Training mit Ihrer Uhr.

1 Uhr aktivieren



2 Rufen Sie die Aktivitäten auf



3 Wählen Sie die gewünschte Aktivität



Die Uhr ist zum Erfassen Ihrer Aktivität bereit.



Der Countdown beginnt automatisch.



Die Aufzeichnung Ihrer Aktivität beginnt und die Zeit wird angezeigt.



4 Aktivitätsdaten aufrufen

Betätigen Sie die Drücker der Uhr oder berühren Sie den Bildschirm.

> **HINWEIS**
>
> Heben Sie während einer Aktivität das Handgelenk, um den Bildschirm zu aktivieren und Ihre Daten abzulesen. Die Erkennung des Handgelenkhebens ist deaktiviert, während

die Aktivität pausiert ist.



INFORMATION

Während der Aktivität geht die Uhr in Standby um Energie zu sparen. Berühren Sie den Bildschirm, um das Display wieder zu aktivieren.

Diese Daten werden gespeichert:

- Dauer der Aktivität



- Anzahl der Schritte



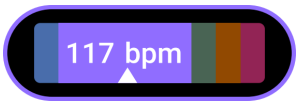
- Verbrannte Energie



- Herzfrequenz

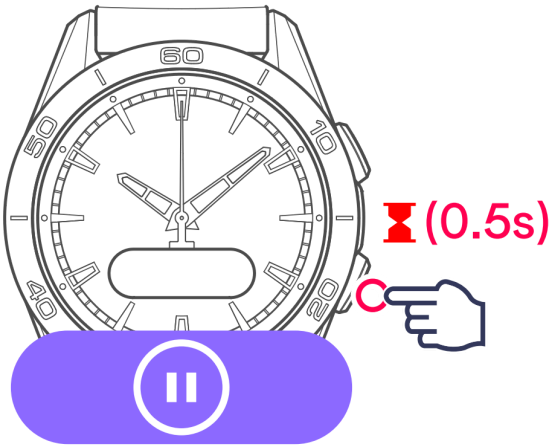


- Trainingsbereich (Herzfrequenz)



Weitere Informationen

5 Aktivität beenden



Die Uhr bietet 2 Optionen an:



Aktuelle Aktivität erneut erfassen



Erfassung beenden und bestätigen

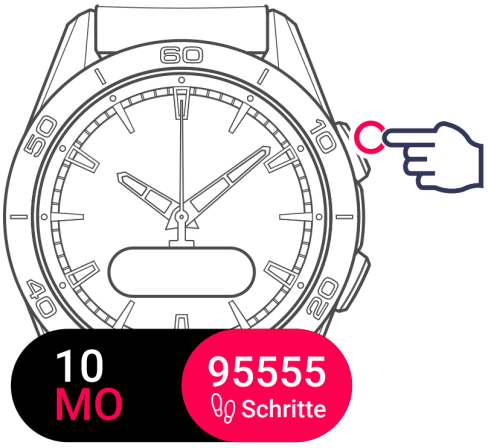

BEENDEN?

Spinning

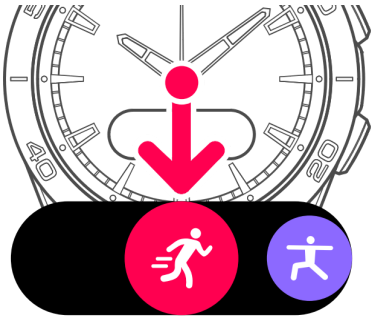
> **HINWEIS**
>
> **Dies ist eine Indoor-Aktivität.** Ihr Standort wird nicht per GPS erfasst.

Verfolgen Sie Ihre Spinning-Einheit mit Ihrer Uhr.

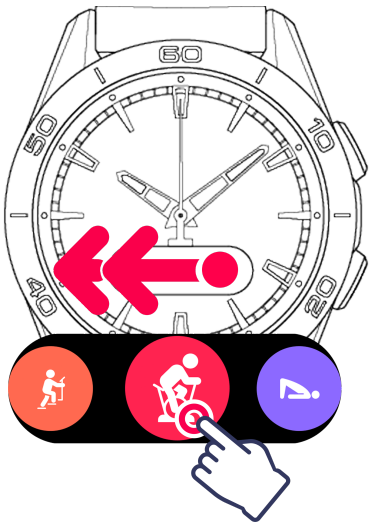
1 Uhr aktivieren



2 Rufen Sie die Aktivitäten auf



3 Wählen Sie die gewünschte Aktivität



Die Uhr ist zum Erfassen Ihrer Aktivität bereit.



Der Countdown beginnt automatisch.



Die Aufzeichnung Ihrer Aktivität beginnt und die Zeit wird angezeigt.



4 Aktivitätsdaten aufrufen

Betätigen Sie die Drücker der Uhr oder berühren Sie den Bildschirm.

> **HINWEIS**
>
> Heben Sie während einer Aktivität das Handgelenk, um den Bildschirm zu aktivieren und Ihre Daten abzulesen. Die Erkennung des Handgelenkhebens ist deaktiviert, während

die Aktivität pausiert ist.



INFORMATION

Während der Aktivität geht die Uhr in Standby um Energie zu sparen. Berühren Sie den Bildschirm, um das Display wieder zu aktivieren.

Diese Daten werden gespeichert:

- Dauer der Aktivität



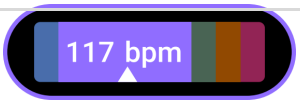
- Verbrannte Energie



- Herzfrequenz

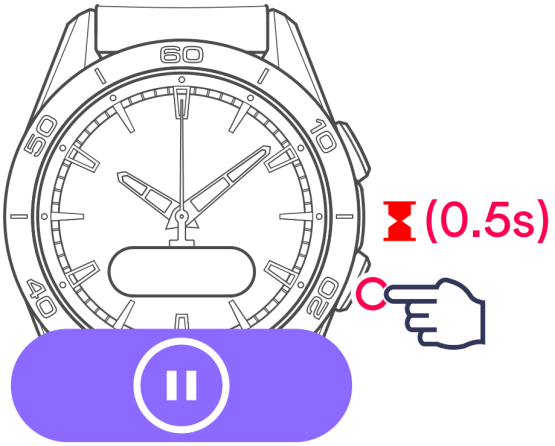


- Trainingsbereich (Herzfrequenz)

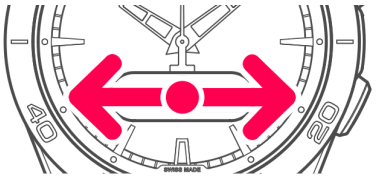


Weitere Informationen

5 Aktivität beenden



Die Uhr bietet 2 Optionen an:



Aktuelle Aktivität erneut erfassen



Erfassung beenden und bestätigen

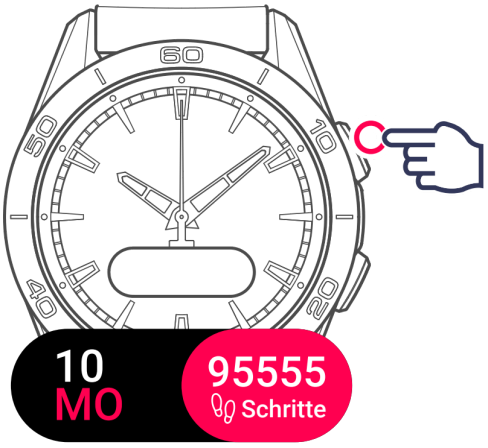


Treppensteigen

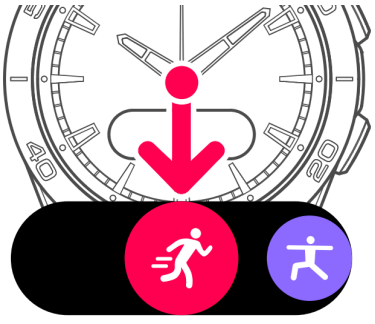
> **HINWEIS**
>
> **Dies ist eine Indoor-Aktivität.** Ihr Standort wird nicht per GPS erfasst.

Verfolgen Sie Ihr Treppentraining mit Ihrer Uhr.

1 Uhr aktivieren



2 Rufen Sie die Aktivitäten auf



3 Wählen Sie die gewünschte Aktivität



Die Uhr ist zum Erfassen Ihrer Aktivität bereit.



Der Countdown beginnt automatisch.



Die Aufzeichnung Ihrer Aktivität beginnt und die Zeit wird angezeigt.



4 Aktivitätsdaten aufrufen

Betätigen Sie die Drücker der Uhr oder berühren Sie den Bildschirm.

> **HINWEIS**
>
> Heben Sie während einer Aktivität das Handgelenk, um den Bildschirm zu aktivieren und Ihre Daten abzulesen. Die Erkennung des Handgelenkhebens ist deaktiviert, während

die Aktivität pausiert ist.



INFORMATION

Während der Aktivität geht die Uhr in Standby um Energie zu sparen. Berühren Sie den Bildschirm, um das Display wieder zu aktivieren.

Diese Daten werden gespeichert:

- Dauer der Aktivität



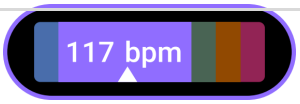
- Verbrannte Energie



- Herzfrequenz

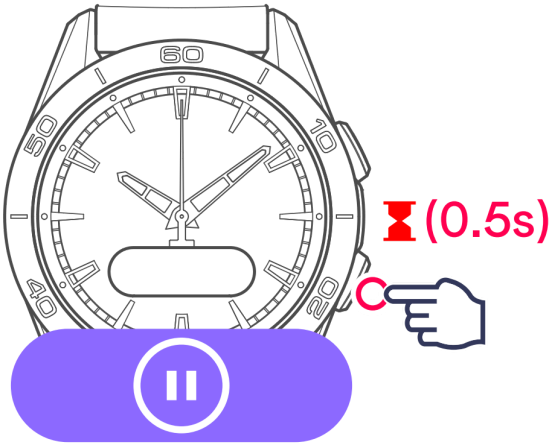


- Trainingsbereich (Herzfrequenz)

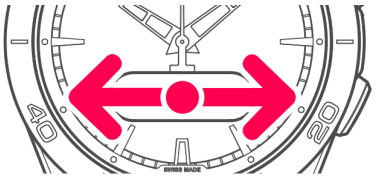


Weitere Informationen

5 Aktivität beenden



Die Uhr bietet 2 Optionen an:



Aktuelle Aktivität erneut erfassen



Erfassung beenden und bestätigen



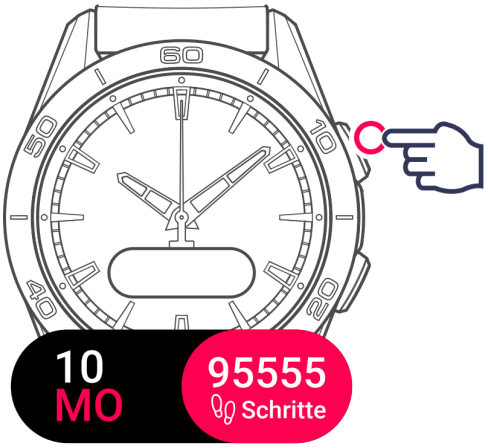
Radfahren

> **HINWEIS**
>
> **Dies ist eine Outdoor-Aktivität.** Sie verwendet GPS, um Ihre Position und Route zu verfolgen.

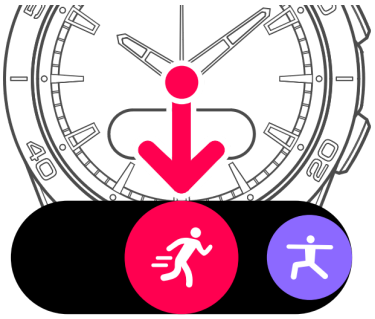
So erfassen Sie Ihre Fahrradaktivitäten und speichern Ihre Daten.

Die App muss auf Ihrem Smartphone geöffnet sein.

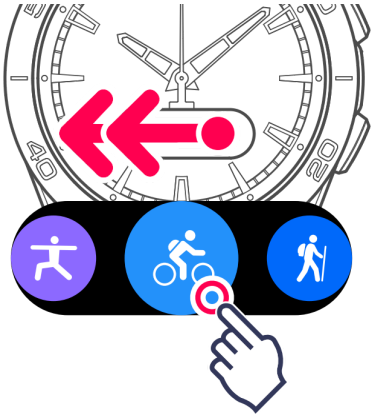
1 Uhr aktivieren



2 Rufen Sie die Aktivitäten auf



3 Wählen Sie die gewünschte Aktivität



Die Uhr stellt eine GPS-Verbindung her.



INFORMATION

Berühren Sie den Bildschirm, wenn Sie Ihre Aktivität beginnen möchten, ohne auf die GPS-Verbindung zu warten.

Die Strecke wird aufgezeichnet, sobald die Verbindung hergestellt ist.

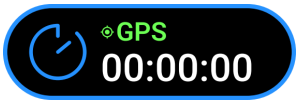
Die Uhr ist zum Erfassen Ihrer Aktivität bereit.



Der Countdown beginnt automatisch.



Die Aufzeichnung Ihrer Aktivität beginnt und die Zeit wird angezeigt.



INFORMATION

Intelligentes Pausieren und Fortsetzen

Wenn Ihre Geschwindigkeit 1 Minute lang unter 7 km/h fällt, fordert die Uhr Sie auf, die Aktivität zu pausieren. Wenn die Aktivität pausiert ist und Ihre Geschwindigkeit wieder steigt, fordert sie Sie auf, die Aktivität fortzusetzen.

- Der Aktivitätsstatus ändert sich erst, wenn Sie das Pop-up aktiv bestätigen.
- Jedes Popup wird ausgeblendet, wenn die Bewegung, die es ausgelöst hat, aufhört, und wird erneut angezeigt, wenn sie erneut auftritt.
- Wenn Sie das Popup abbrechen, wird es jede Stunde erneut angezeigt, bis Sie die Aktivität fortsetzen oder beenden.
- Die Aktivität endet automatisch, wenn die Uhr 1 Stunde lang inaktiv ist.

4 Aktivitätsdaten aufrufen

Betätigen Sie die Drücker der Uhr oder berühren Sie den Bildschirm.

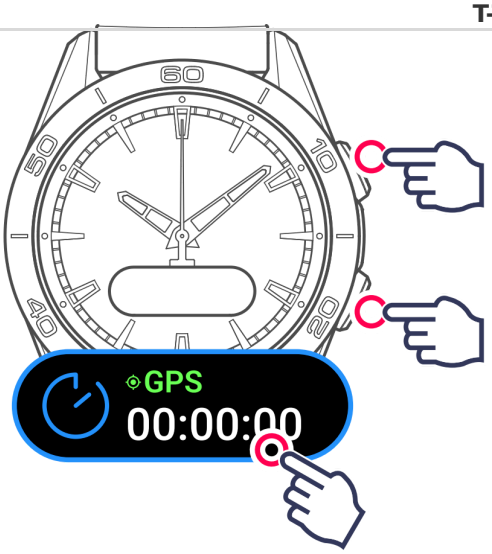
HINWEIS

Heben Sie während einer Aktivität das Handgelenk, um den Bildschirm zu aktivieren und Ihre Daten abzulesen. Die Erkennung des Handgelenkhebens ist deaktiviert, während die Aktivität pausiert ist.

HINWEIS

Jedes Mal, wenn Sie 5 km oder 5 Meilen (je nach Ihren Einstellungen) zurückgelegt haben, zeigt die Uhr ein Pop-up mit Ihrer Durchschnittsgeschwindigkeit für diese Runde an. Je nach Ihren Einstellungen kann das Pop-up vibrieren und/oder einen Ton wiedergeben.

In der T-Connect-App (gekoppelter Modus) zeigen die Aktivitätsdetails eine Übersicht pro Runde an, einschließlich Distanz, Durchschnittsgeschwindigkeit sowie Höhenmeter bergauf und bergab.



Live-Aktivitätsspiegelung

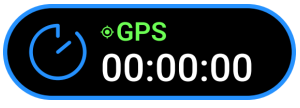
Sie können Ihre Radfahraktivität in Echtzeit in der mobilen T-Connect-App verfolgen – für eine größere und übersichtlichere Anzeige.

Wenn die App während Ihrer Aktivität geöffnet ist, werden die Echtzeitwerte automatisch auf Ihren Telefonbildschirm gespiegelt.

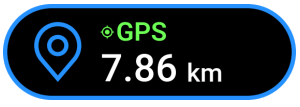
> **INFORMATION**
>
> Während der Aktivität geht die Uhr in Standby um Energie zu sparen. Berühren Sie den Bildschirm, um das Display wieder zu aktivieren.

Diese Daten werden gespeichert:

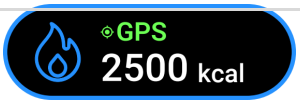
- Dauer der Aktivität



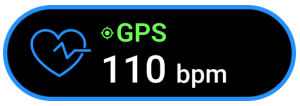
- Zurückgelegte Strecke (km oder Meilen)



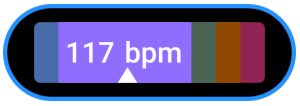
- Verbrannte Energie



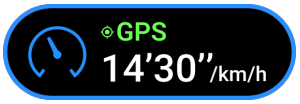
- Herzfrequenz



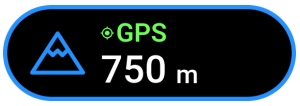
- Trainingsbereich (Herzfrequenz)



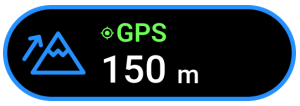
- Zeit pro Entfernungseinheit (km/h oder mph)



- Maximal erreichte Höhe

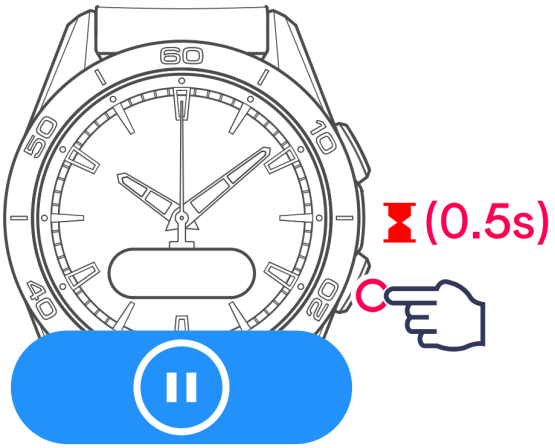


- Höhengewinn/-verlust

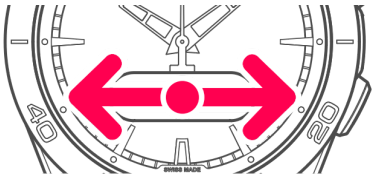


Weitere Informationen

5 Aktivität beenden



Die Uhr bietet 2 Optionen an:



Aktuelle Aktivität erneut erfassen



Erfassung beenden und bestätigen



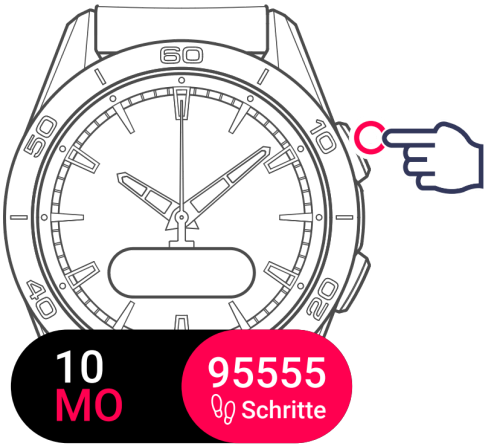
Wandern

> **HINWEIS**
>
> **Dies ist eine Outdoor-Aktivität.** Sie verwendet GPS, um Ihre Position und Route zu verfolgen.

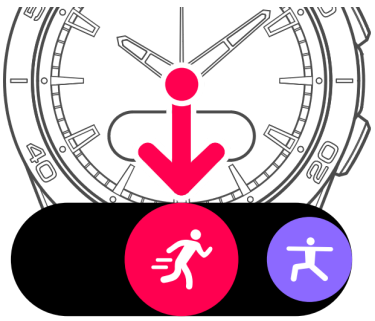
So erfassen Sie Ihre Wanderaktivitäten und speichern Ihre Daten.

Die App muss auf Ihrem Smartphone geöffnet sein.

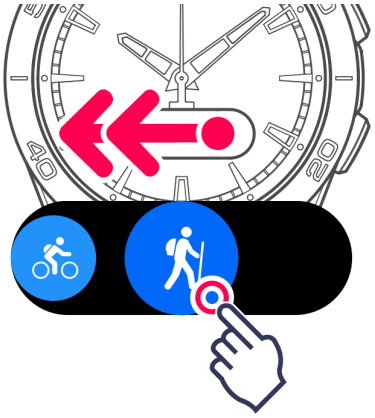
1 Uhr aktivieren



2 Rufen Sie die Aktivitäten auf



3 Wählen Sie die gewünschte Aktivität



Die Uhr stellt eine GPS-Verbindung her.



INFORMATION

Berühren Sie den Bildschirm, wenn Sie Ihre Aktivität beginnen möchten, ohne auf die GPS-Verbindung zu warten.

Die Strecke wird aufgezeichnet, sobald die Verbindung hergestellt ist.

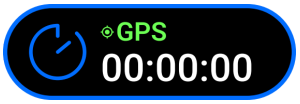
Die Uhr ist zum Erfassen Ihrer Aktivität bereit.



Der Countdown beginnt automatisch.



Die Aufzeichnung Ihrer Aktivität beginnt und die Zeit wird angezeigt.



INFORMATION

Intelligentes Pausieren und Fortsetzen

Wenn Sie sich 1 Minute lang nicht bewegen, fordert die Uhr Sie auf, die Aktivität zu pausieren. Wenn die Aktivität pausiert ist und Sie sich wieder bewegen, fordert sie Sie auf, die Aktivität fortzusetzen.

- Der Aktivitätsstatus ändert sich erst, wenn Sie das Pop-up aktiv bestätigen.
- Jedes Popup wird ausgeblendet, wenn die Bewegung, die es ausgelöst hat, aufhört, und wird erneut angezeigt, wenn sie erneut auftritt.
- Wenn Sie das Popup abbrechen, wird es jede Stunde erneut angezeigt, bis Sie die Aktivität fortsetzen oder beenden.
- Die Aktivität endet automatisch, wenn die Uhr 1 Stunde lang inaktiv ist.

4 Aktivitätsdaten aufrufen

Betätigen Sie die Drücker der Uhr oder berühren Sie den Bildschirm.

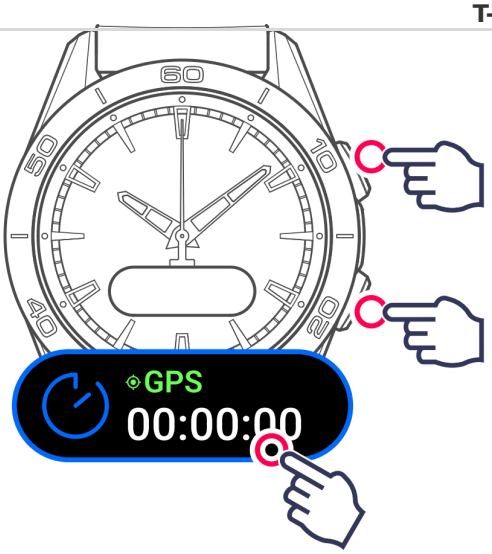
HINWEIS

Heben Sie während einer Aktivität das Handgelenk, um den Bildschirm zu aktivieren und Ihre Daten abzulesen. Die Erkennung des Handgelenkhebens ist deaktiviert, während die Aktivität pausiert ist.

HINWEIS

Automatische Runden: Jedes Mal, wenn Sie 1 km oder 1 Meile zurücklegen (je nach Ihren Einstellungen), zeigt die Uhr ein Pop-up mit Ihrem durchschnittlichen Pace für diese Runde an. Je nach Einstellung kann das Pop-up vibrieren und/oder einen Ton abspielen.

In der T-Connect-App (gekoppelter Modus) zeigen die Aktivitätsdetails eine Zusammenfassung pro Runde an, einschließlich Distanz, durchschnittlichem Pace sowie Höhengewinn und -verlust.

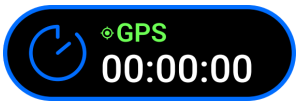


INFORMATION

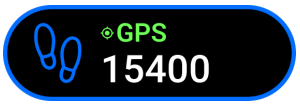
Während der Aktivität geht die Uhr in Standby um Energie zu sparen. Berühren Sie den Bildschirm, um das Display wieder zu aktivieren.

Diese Daten werden gespeichert:

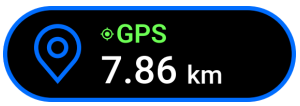
- Dauer der Aktivität



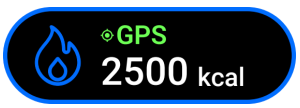
- Anzahl der Schritte



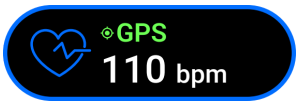
- Zurückgelegte Strecke (km oder Meilen)



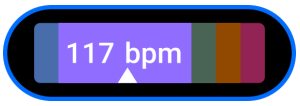
- Verbrannte Energie



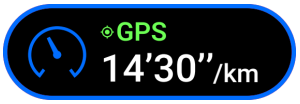
- Herzfrequenz



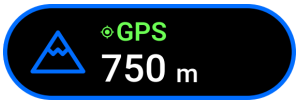
- Trainingsbereich (Herzfrequenz)



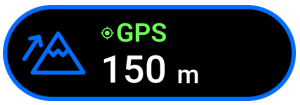
- Zeit pro Entfernungseinheit (km oder Meilen)



- Maximal erreichte Höhe

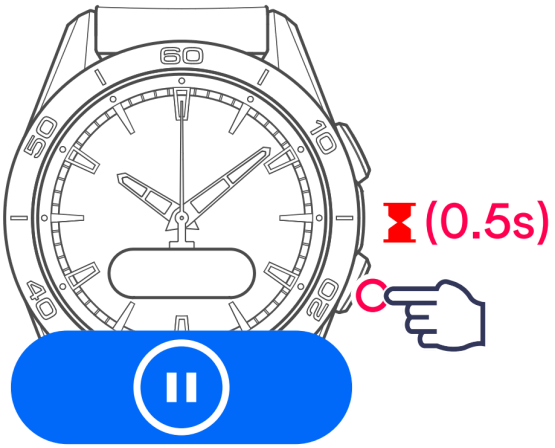


- Höhengewinn/-verlust

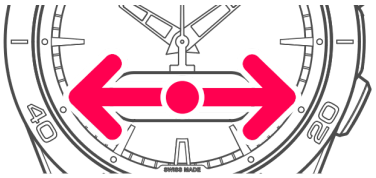


Weitere Informationen

5 Aktivität beenden



Die Uhr bietet 2 Optionen an:



Aktuelle Aktivität erneut erfassen



Erfassung beenden und bestätigen

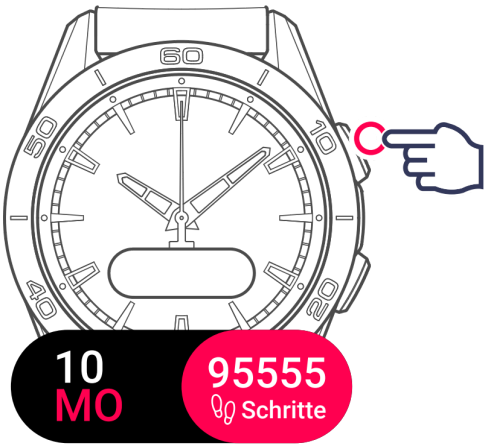


Aktivitätsverlauf

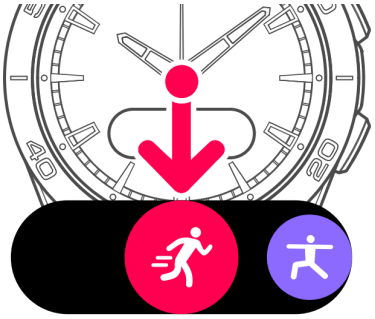
Ihre Uhr zeigt die Daten Ihrer letzten Aktivität an.

> **WARNUNG**
>
> Die Uhr speichert nur Ihre letzte Aktivität. Wenn Sie eine neue Aktivität starten, wird dieser Verlauf überschrieben. Synchronisieren Sie Ihre Uhr unbedingt mit der T-Connect-App, um Ihre Daten dauerhaft zu speichern.

1 Uhr aktivieren



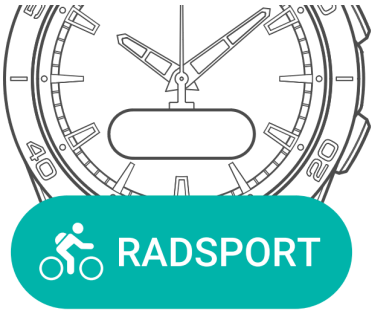
2 Rufen Sie die Aktivitäten auf



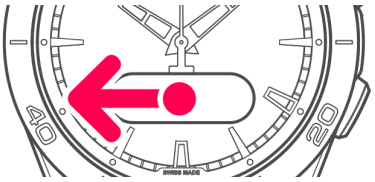
3 Aktivitätsverlauf aufrufen und auswählen



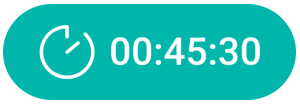
Auf dem Display wird die letzte Aktivität angezeigt.



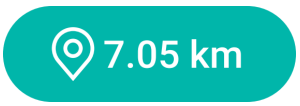
Aufrufen der Aktivitätsdaten:



- Dauer der Aktivität



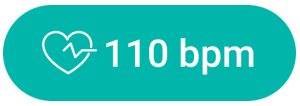
- Zurückgelegte Strecke



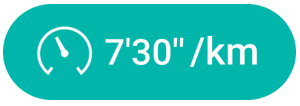
- Verbrannte Energie



- Herzfrequenz



- Pace



INFORMATION

Je nach Aktivität werden unterschiedliche Daten bereitgestellt.

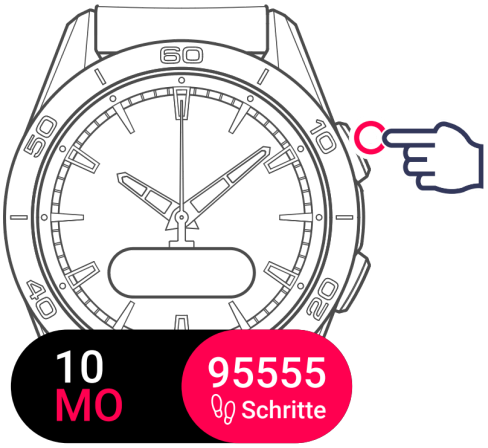
Weitere Informationen

Funktionen

Chrono

Ein Chronograph zum Erfassen der Zeiten und Zwischenzeiten.

1 Uhr aktivieren



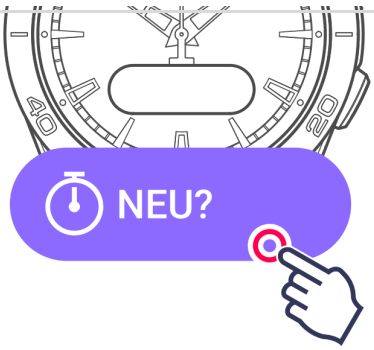
2 Funktion aufrufen und auswählen



3 Neue Zeitnahme bestätigen

Die Uhr bietet 2 Optionen an:

- Neue Zeitmessung beginnen



- Sehen Sie sich die Protokolle der vorherigen Zeitmessungssitzung an.



4 Timing-Modus auswählen

Wählen Sie den Zeitmodus für die neue Sitzung:

- Rundenzeit

Die Rundenzeiten-Funktion ist ein Chronograph zur Messung der Rundenzeiten eines einzelnen Läufers, eines Rennwagens etc. Maximale Messdauer: 99 Tage, 23 Std. 59 Min. 59 Sek.

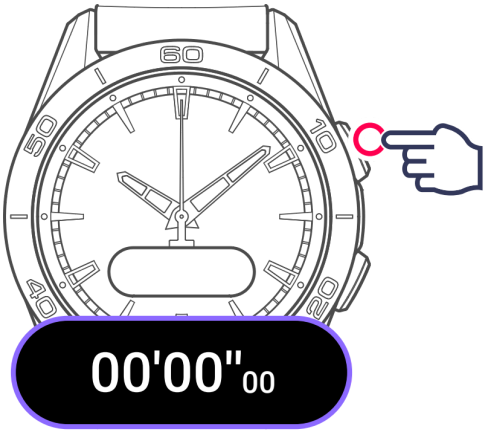


- Teilzeit

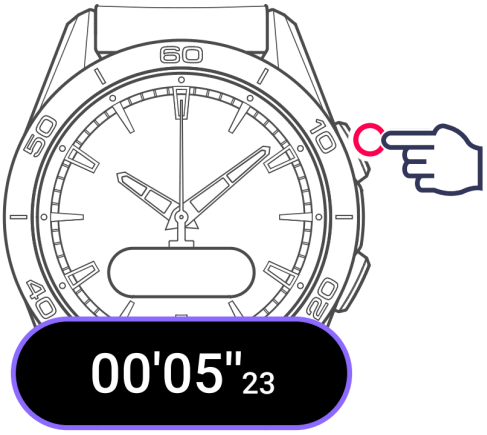
Die Zwischenzeiten-Funktion ist ein Chronograph zur Messung der Gesamtzeit eines Rennens von bis zu 99 Läufern, Rennwagen etc., die an demselben Rennen teilnehmen. Zum Beispiel: Messung der Ankunftszeit mehrerer Läufer bei einem Rennen über 100 Meter.



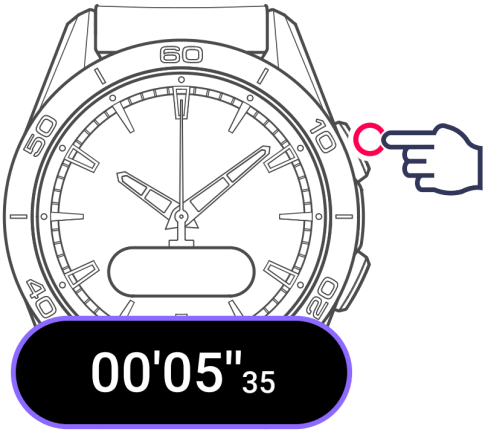
5 Chronograph starten



6 Chronograph pausieren

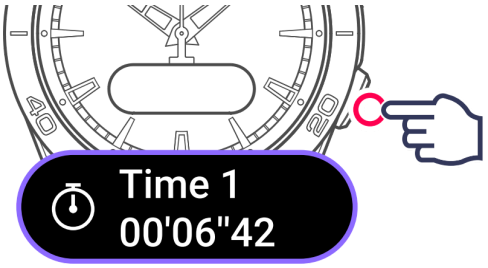


7 Chronograph wieder starten

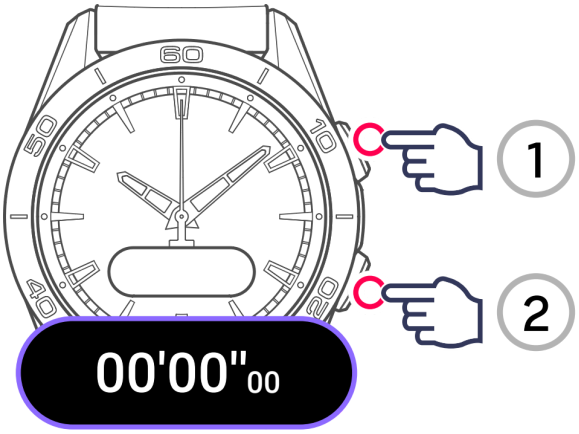


8 Zwischenzeit speichern

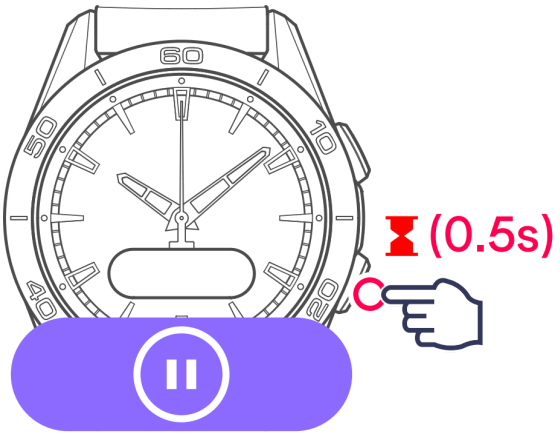
Das Display zeigt einige Sekunden lang die Zwischenzeit an und wechselt dann zurück zur Zeitmessung.



9 Stoppen mit Reset



10 Zeitmessung beenden



Die Uhr bietet 2 Optionen an:



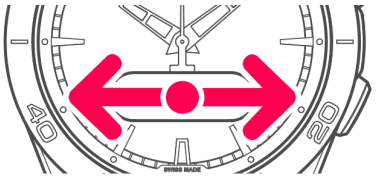
Aktuelle Zeitmessung neu starten

▶ FORTSETZEN?

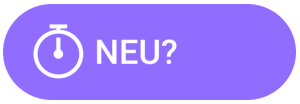
Zeitmessung beenden



Nach Abschluss der Zeitmessung bietet die Uhr 3 Optionen an:



- Neue Zeitmessung beginnen



- Sehen Sie sich die Protokolle der Zeitmessungssitzung an.



- Zeitmessung beenden



INFORMATION

Im gekoppelten Modus: Die Zwischenzeiten werden in der App gespeichert.

Da sie unabhängig von der Art der Kopplung ist, ermöglicht die „LOGS“-Funktion Zugang zur letzten Zeitnahme sowie zu einigen besonderen Statistiken dieser Zeitmessung. Um auf diese Details zuzugreifen, wählen Sie LOGS aus.

HINWEIS

Die gespeicherten Daten werden gelöscht, wenn Sie eine neue Zeitmessung ab null starten.

Lesen der gespeicherten Rundenzeitendaten:

- Im nicht gekoppelten Modus werden alle Zeiten, die über die Rundenzeiten-Funktion gemessen werden, gespeichert und können in der LOGS-Funktion mit Statistiken zur Gesamtdauer des Rennens, schnellster Rundenzeit, langsamster Rundenzeit und durchschnittlicher Zeit angezeigt werden.
- Im gekoppelten Modus sehen Sie auch die letzten in der T-Connect-App gespeicherten Zeiten. In der Chronik haben Sie auch Zugang zu den letzten Zeitnahmen.

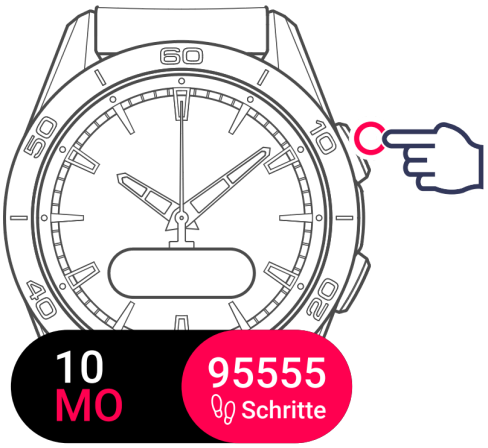
Lesen der gespeicherten Zwischenzeitendaten:

- Im nicht gekoppelten Modus werden alle Zeiten, die über die Zwischenzeiten-Funktion gemessen werden, gespeichert und können auf der Uhr in der LOGS-Funktion angezeigt werden.
- Im gekoppelten Modus und sofern die Rückstellung des Chronographen auf null erfolgt ist, finden Sie die letzten gespeicherten Zeiten in der T-Connect-App. In der Chronik haben Sie auch Zugang zu den letzten Zeitnahmen.

Alarm

Mit der Alarmfunktion wird ein Klingeln zu einer bestimmten Zeit eingestellt, das für einen oder mehrere Tage gelten kann.

1 Uhr aktivieren



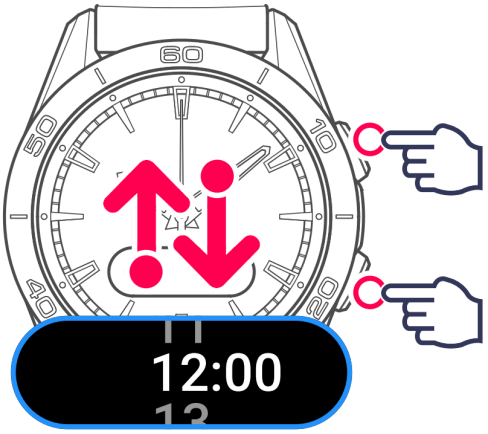
2 Funktion aufrufen und auswählen



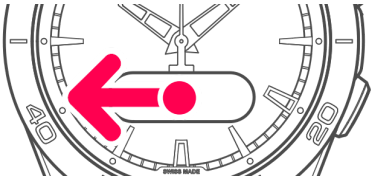
3 Einen Alarm erstellen



4 Stundenwert einstellen



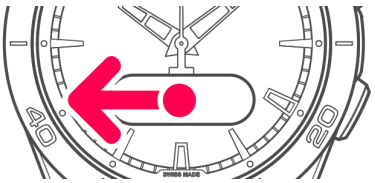
Weiter zur nächsten Einstellung.



5 Minutenwert einstellen und bestätigen



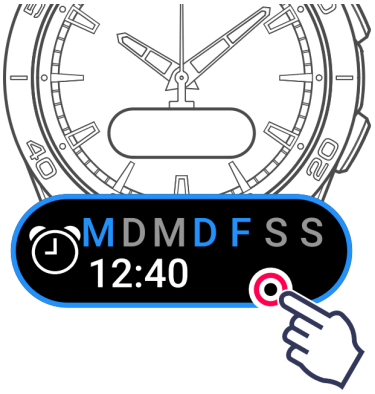
Legen Sie dann die Wiederholung des Alarms fest, indem Sie ein voreingestelltes Menü auswählen oder es individuell anpassen.



Voreingestellte Alarme

Individueller Alarm

6 Einen aktiven/inaktiven Alarm bearbeiten oder löschen



Wenn Sie einen Alarm ausgewählt haben, gibt es 4 Optionen:

Uhrzeit und/oder Wiederholung bearbeiten



Gespeicherten Alarm aktivieren



Gespeicherten Alarm deaktivieren



Gespeicherten Alarm löschen



HINWEIS

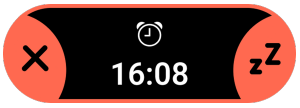
Wischen Sie in der Alarmliste nach links und wählen Sie ALLE LÖSCHEN, um alle gespeicherten Alarme zu entfernen.

Wenn der Wecker klingelt

Wenn die Weckzeit erreicht ist, zeigt die Uhr eine Benachrichtigung Wecker klingelt an und startet den zugehörigen Ton und die Vibration.

Während der Wecker klingelt, können Sie:

- **Schlummern** — der Wecker stoppt und klingelt nach 5 Minuten erneut. Ein Wecker kann bis zu 3-mal in den Schlummermodus versetzt werden; danach ist nur noch Stopp verfügbar.
- **Stopp** — der Wecker stoppt dauerhaft und klingelt nicht erneut.



> **TIPP**
>
> Sie können einen klingelnden Wecker auch mit einer Handfläche-über-die-Uhr-Geste in den Schlummermodus versetzen. Sobald der Wecker 3-mal in den Schlummermodus versetzt wurde, schlummert die Geste ihn nicht mehr.

Voreingestellte Alarme

Die Uhr bietet 4 Optionen an:



1 Vorgegebenen Alarm wählen

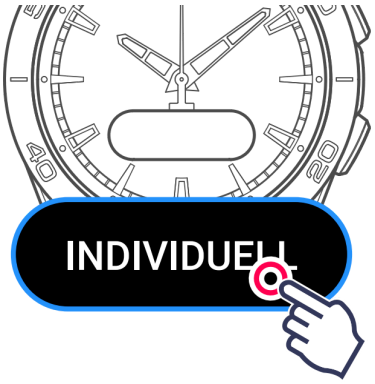


2 Alarm bestätigen und beenden

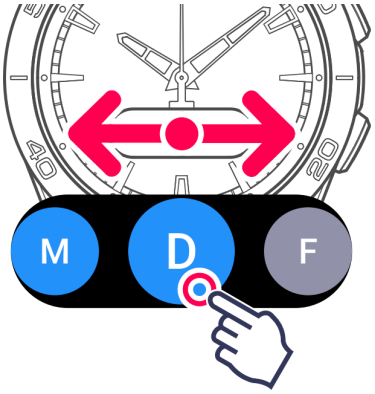


Individueller Alarm

1 Menü wählen



2 Wochentage auswählen und bestätigen



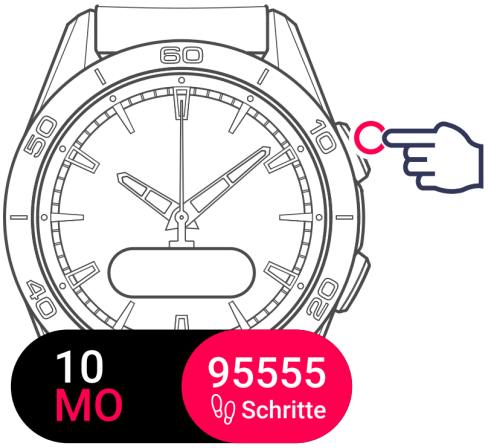
3 Beenden und Wochentage bestätigen



Timer

Countdown von maximal 23 Stunden, 59 Minuten, 59 Sekunden.

1 Uhr aktivieren



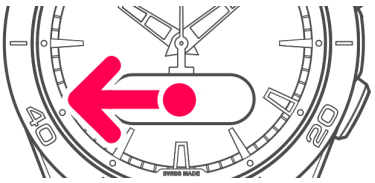
2 Funktion aufrufen und auswählen



3 Stundenwert einstellen



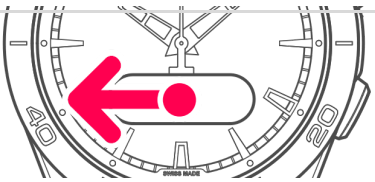
Weiter zur nächsten Einstellung.



4 Minutenwert einstellen



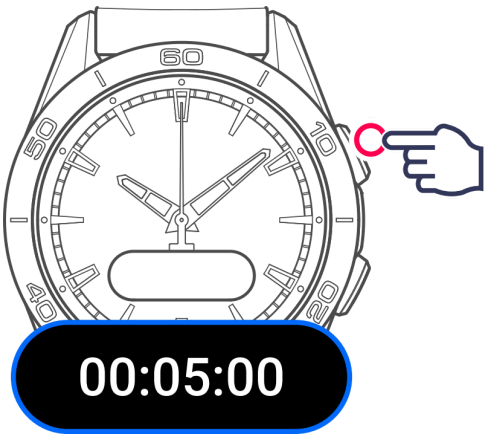
Weiter zur nächsten Einstellung.



5 Sekundenwert einstellen und bestätigen



6 Timer starten



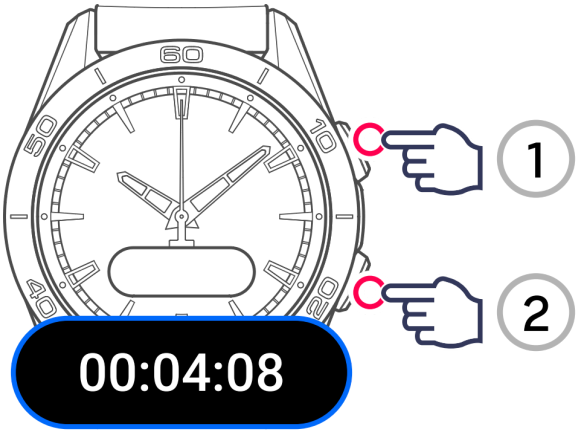
7 Timer pausieren



8 Timer fortsetzen



9 Stoppen mit Reset



Wenn der Countdown unterbrochen wurde, bietet die Uhr 3 Optionen an:



Timer ab dem eingestellten Wert neu starten

NEU LADEN?

Neuen Countdown einstellen

EINSTELLEN?

Funktion beenden und verlassen

AUFHÖREN?

INFORMATION

Im gekoppelten Modus: Die Dauer des Countdowns kann auch in der App eingestellt werden.

Dauer

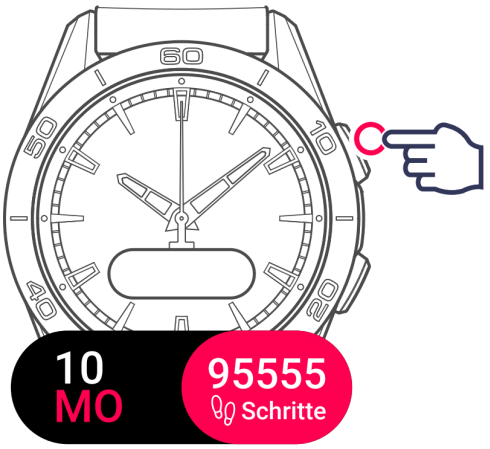
HINWEIS

Die auf dieser Seite verfügbaren Optionen hängen davon ab, ob sich die Uhr im **gekoppelten Modus** oder im **nicht gekoppelten Modus** befindet. Dieser Modus wird beim ersten Start der Uhr (start-up.md) ausgewählt.

INFORMATION

Im gekoppelten Modus: Im gekoppelten Modus kann eine Zeitzone aus der untenstehenden Liste ausgewählt werden. Im nicht gekoppelten Modus werden TIME 1 und TIME 2 stattdessen manuell im Rahmen der Ersteinrichtung der Uhr eingestellt.

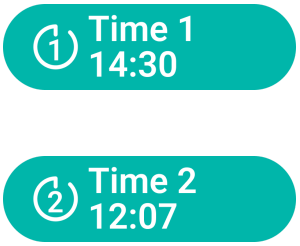
1 Uhr aktivieren



2 Funktion aufrufen und auswählen



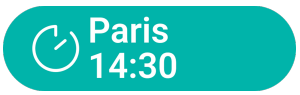
3 Wählen Sie die gewünschte Zeitzone aus.



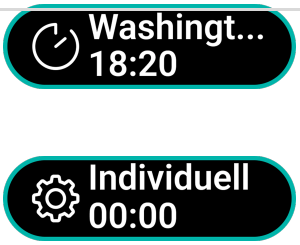
TIPP

Die Uhr zeigt immer TIME 1 an.

4 Wählen Sie eine Zeitzone aus







Scrollen Sie durch die Liste der Optionen. Sie haben folgende Möglichkeiten:

- Wählen Sie eine vorkonfigurierte Stadt (z. B. London, New York, Genf) aus, um diese Zeitzone automatisch anzuwenden.

> **TIPP**
>
> Diese Liste kann in der mobilen Anwendung Tissot T-Touch Connect Sport geändert werden.

- Wählen Sie „Benutzerdefiniert“, um die genauen Stunden und Minuten manuell einzustellen.

5 Bestätigen



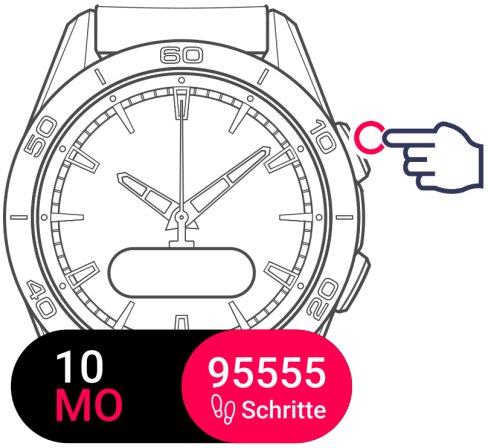
Tippen Sie auf den Bildschirm oder halten Sie den oberen Drücker gedrückt, um Ihre Auswahl für diesen Zeitraum zu bestätigen.

> **INFORMATION**
>
> Beim Wechsel zwischen Sommer- und Winterzeit informiert Sie die Uhr 18 Stunden im Voraus über die Umstellung und aktualisiert sich automatisch.

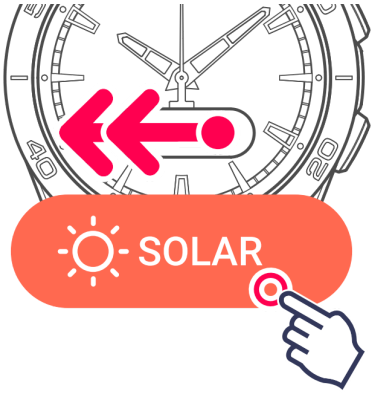
Solar

Der Solareffizienzbalken zeigt den aktuellen Solar-Ladestand Ihrer Uhr an.

1 Uhr aktivieren

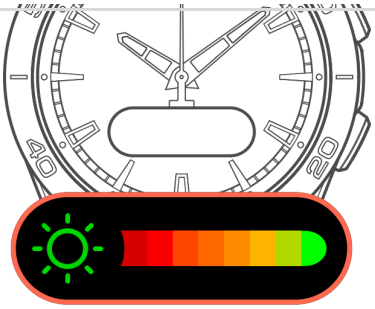


2 Funktion aufrufen und auswählen

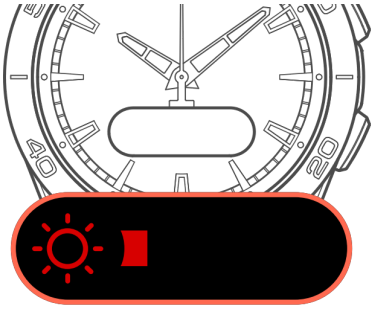


Die Uhr zeigt die Lichtintensität an:

Optimale Intensität



Mindestintensität



INFORMATION

Nach einigen Sekunden schaltet die Uhr automatisch auf Standby.

HINWEIS

Den Verlauf des von Ihrer Uhr aufgenommenen Lichtniveaus finden Sie in der T-Connect-App (gekoppelter Modus).

Herzfrequenz

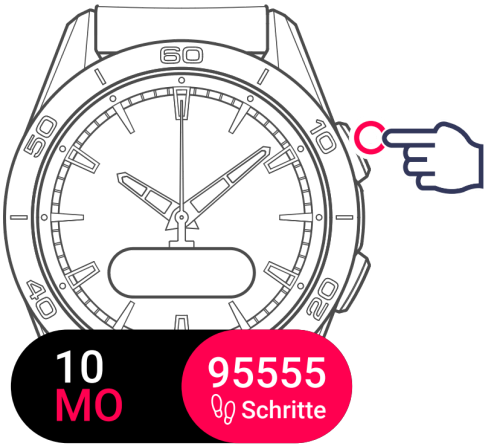
Manueller Start einer Herzfrequenzmessung.

WARNUNG

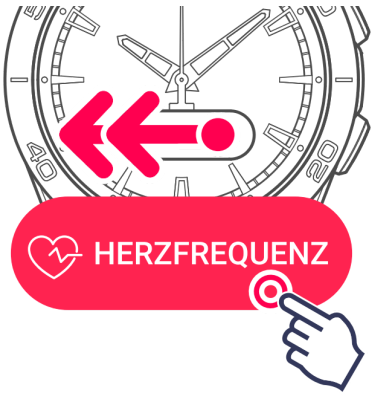
Für die korrekte Messung Ihrer Herzfrequenz muss Ihre Uhr bündig am Handgelenk anliegen.

Bei kraftintensiven Aktivitäten (wenn Ihre Handgelenkmuskulatur angespannt ist), kann die Messung einige Sekunden lang ungenauer sein.

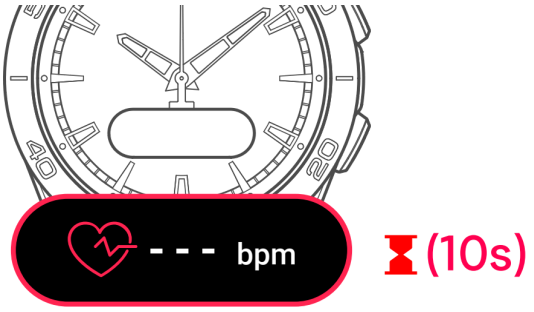
1 Uhr aktivieren



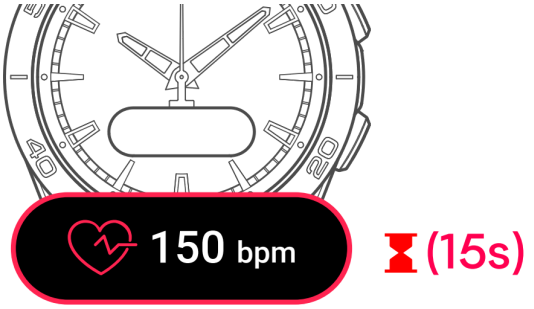
2 Funktion aufrufen und auswählen



Die Uhr misst Ihre Herzfrequenz.



Die Herzfrequenz wird auf dem Display angezeigt.



INFORMATION

Nach einigen Sekunden schaltet die Uhr automatisch auf Standby.

Ihre auf Abruf gemessene Herzfrequenz wird nicht gespeichert.

INFORMATION

Wenn die Uhr während der Messung Ihrer Herzfrequenz von selbst in den Ruhezustand wechselt, läuft die Messung noch 30 Sekunden weiter. Wenn Sie die Uhr innerhalb dieser 30 Sekunden wieder aktivieren, wird Ihre aktuelle Herzfrequenz sofort angezeigt.

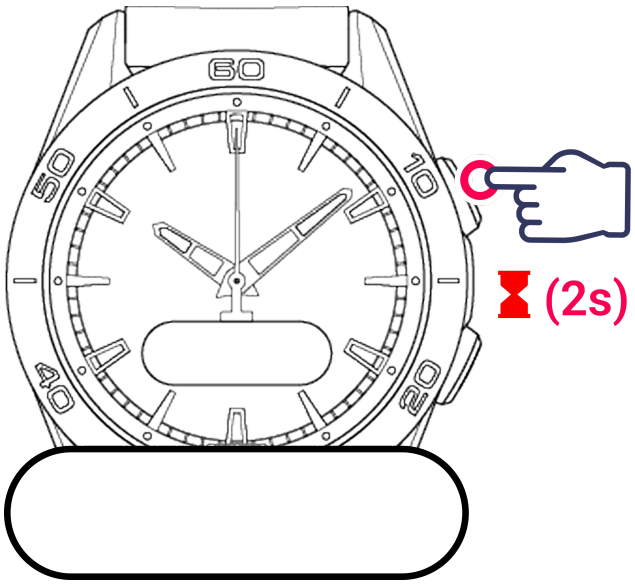
Wenn Sie die Uhr selbst in den Ruhezustand versetzen (beide Drücker drücken oder die Handflächenbewegung verwenden), wird die Herzfrequenzmessung sofort beendet.

Hell

Das Uhrendisplay wird heller, um die Ablesbarkeit bei schlechten Lichtverhältnissen zu verbessern.

Funktion aktivieren oder deaktivieren

Drücken Sie den oberen Drücker, um die Taschenlampe zu aktivieren, sofern diese Schnellaktion in der Tissot Mobile App konfiguriert wurde. Einzelheiten finden Sie unter Schnellaktionen.



Sobald die Taschenlampe eingeschaltet ist, drücken Sie den unteren Drücker, um sie auszuschalten.

> **INFORMATION**
>
> Wenn sich die Uhr im Sparmodus befindet, kann diese Funktion nicht aktiviert werden.

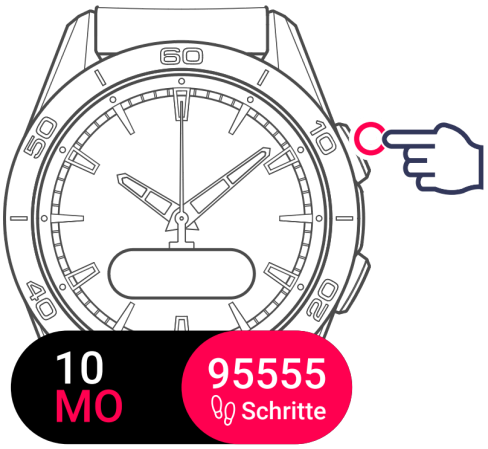
Benachrichtigungsverlauf

Der Benachrichtigungsverlauf auf der Uhr zeigt alle Benachrichtigungen an, die Sie auf Ihrem Telefon nicht gelöscht haben.

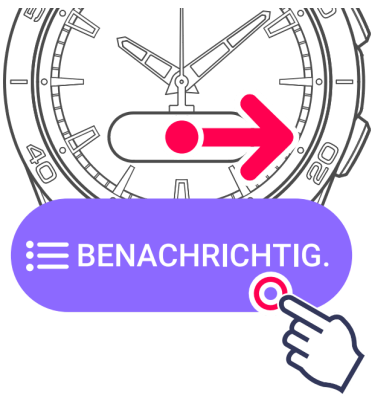
WARNUNG

Während die Uhr getrennt ist, werden keine Benachrichtigungen empfangen. Wenn sie sich wieder mit der App verbindet, werden die Benachrichtigungen direkt zum Benachrichtigungsverlauf hinzugefügt.

1 Uhr aktivieren



2 Einstellung aufrufen und auswählen



Die Uhr bietet folgende Optionen:

Keine Benachrichtigungen



Vorhandene Benachrichtigungen



Benachrichtigungen löschen



Benachrichtigungen filtern

In der App können Sie festlegen, welche Benachrichtigungen auf Ihrer Uhr angezeigt werden:

1. Öffnen Sie die Tissot T-Touch Connect Sport Mobile App.
2. Gehen Sie zu den Uhreneinstellungen.
3. Zu den Benachrichtigungseinstellungen navigieren
4. Einzelne Benachrichtigungstypen aktivieren oder deaktivieren

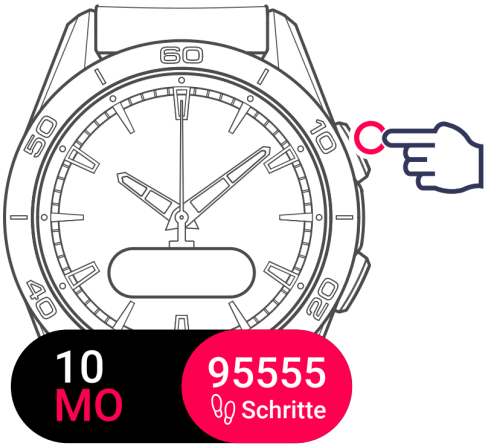
> **HINWEIS**
>
> Unter Android können Sie nach einzelnen Apps filtern. Unter iOS können Sie nach Benachrichtigungskategorien filtern. Alle Benachrichtigungen sind standardmäßig aktiviert.

Telefon suchen

Die Uhr lässt Ihr Telefon klingeln, damit Sie es finden können.

> **WARNUNG**
>
> Für die Smartphonesuche muss sich die Uhr im gekoppelten Modus befinden.

1 Uhr aktivieren



2 Einstellung aufrufen und auswählen



Das Smartphone klingelt



Der Klingelton des Smartphones kann mit der App oder mit der Uhr ausgeschaltet werden.

Statistik

Ablesen

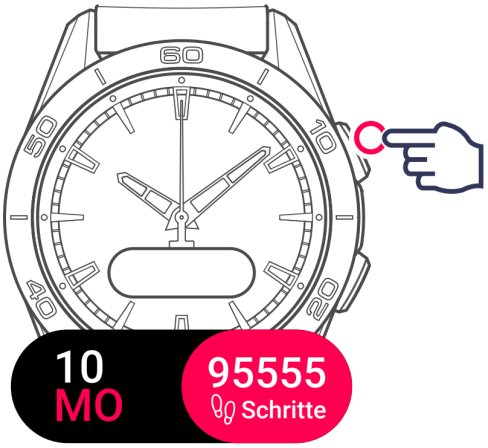
Ihre Uhr zeichnet täglich Ihre Statistik auf, damit Sie Ihre Aktivitäten und Ihren Fortschritt verfolgen können. Sie können die Daten jederzeit auf Ihrer Uhr oder in der Tissot-App ansehen.

HINWEIS

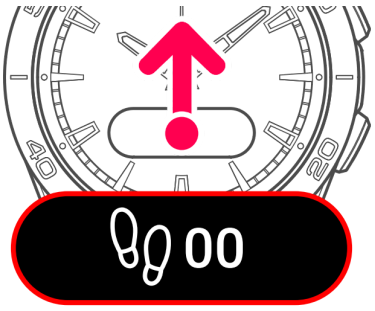
Ihre Tagesstatistik beginnt jeden Tag um Mitternacht neu.

Ihre täglichen Daten berücksichtigen sowohl Ihre alltägliche Aktivität als auch Ihre Sportaktivitäten: Schritte, Distanz, Kalorien und Dauer.

1 Uhr aktivieren



2 Statistik aufrufen



3 Zu anderer Statistik wechseln

Betätigen Sie die Drücker der Uhr oder streichen Sie über den Bildschirm.



Anzahl der Schritte



Verbrannte Energie



Dauer der Aktivität



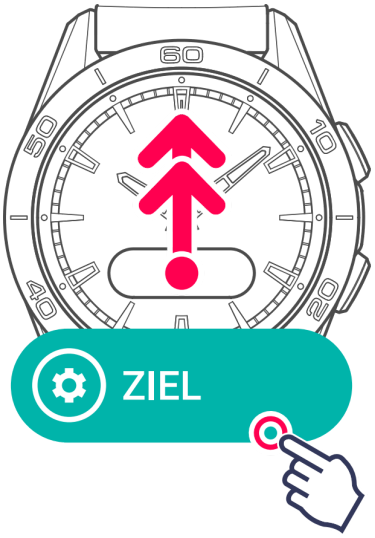
Zurückgelegte Strecke



Weitere Informationen zu den Daten

Sie können Ihr tägliches Schrittziel auch ändern.

Ziel-Menü aufrufen und auswählen

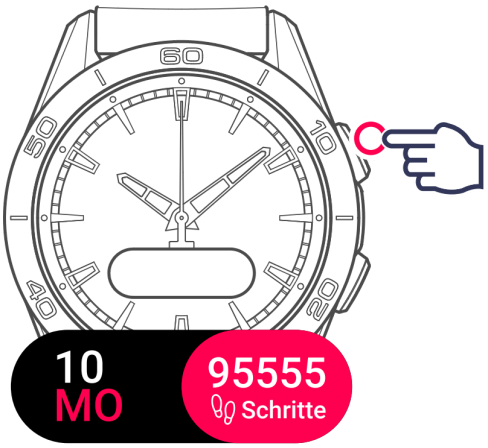


Eigenes Ziel einstellen

Ihr Ziel

Legen Sie tägliche Ziele für Schritte, Kalorien, Distanz und aktive Zeit auf der Uhr und in der App fest und werden Sie benachrichtigt, wenn ein Ziel erreicht ist.

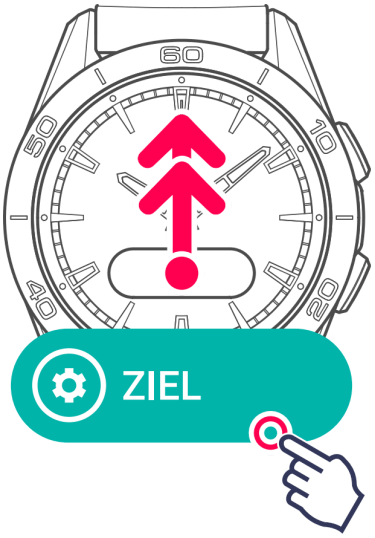
1 Uhr aktivieren



2 Statistik aufrufen



3 Ziel-Menü aufrufen und auswählen

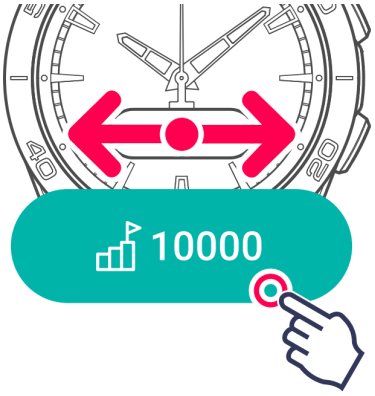


Vorgegebene Zielwerte

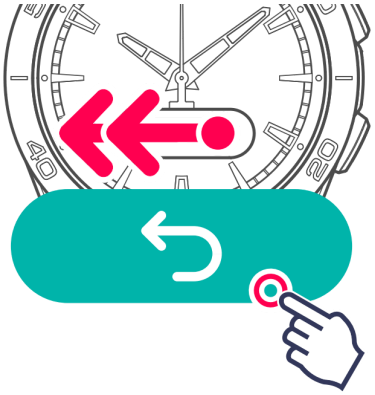
Ihre Uhr bietet 3 Optionen an:



4 Vorgegebenen Zielwert wählen

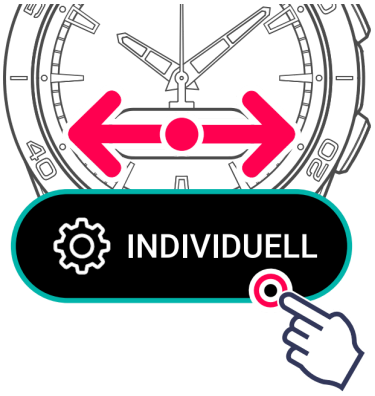


5 Zielwert bestätigen und beenden

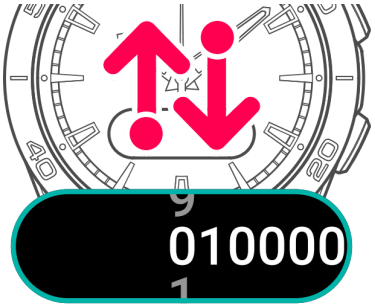


Individueller Zielwert

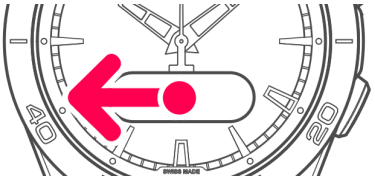
1 Menü wählen



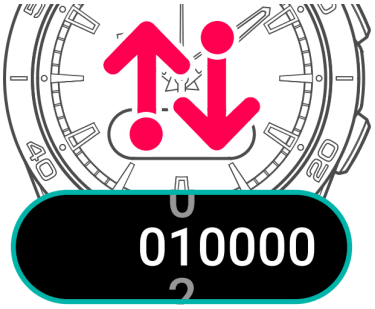
2 Zielwert anpassen: zuerst die Hunderttausender



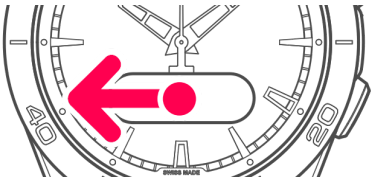
Weiter zur nächsten Einstellung.



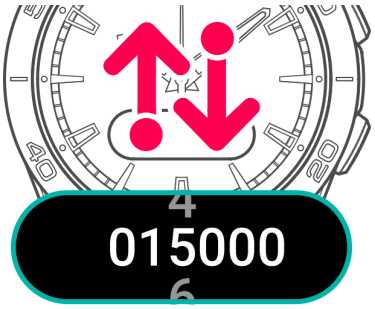
3 Zehntausender einstellen



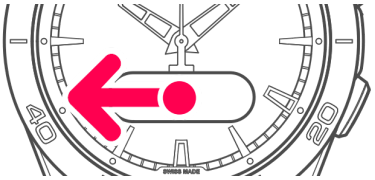
Weiter zur nächsten Einstellung.



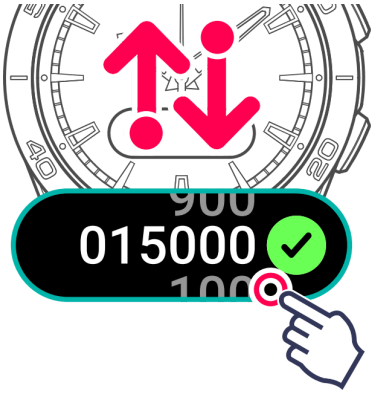
4 Tausender einstellen



Weiter zur nächsten Einstellung.



5 Hunderter einstellen und bestätigen



6 Zielwert bestätigen und beenden



HINWEIS

Sobald Sie Ihr Ziel erreicht haben, piept die Uhr.

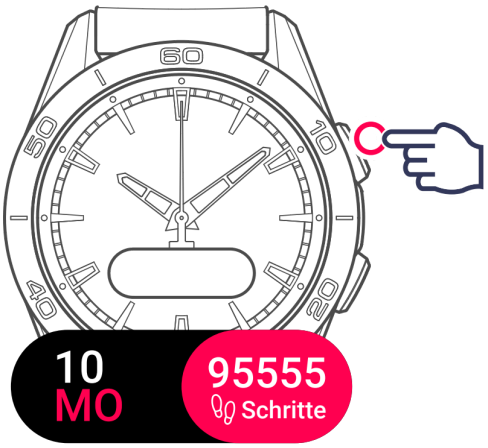
Einstellungen

Allgemeine Einstellungen

Allgemeine Toneinstellungen

Verwalten Sie die allgemeinen Toneinstellungen, die für alle Uhrfunktionen gelten, mit Ausnahme von Alarmen und Timern, die über eigene Toneinstellungen verfügen.

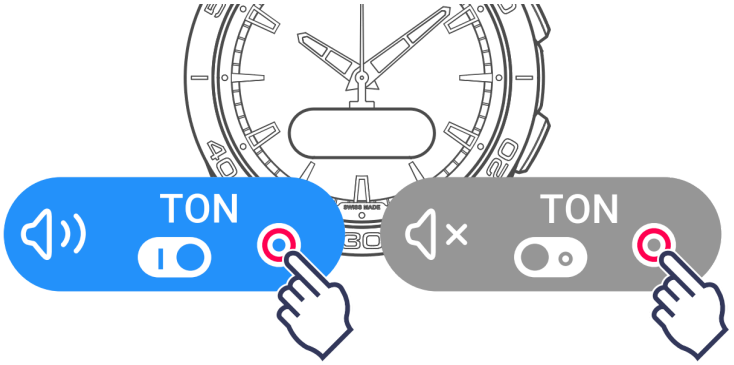
1 Uhr aktivieren



2 Einstellung aufrufen und auswählen



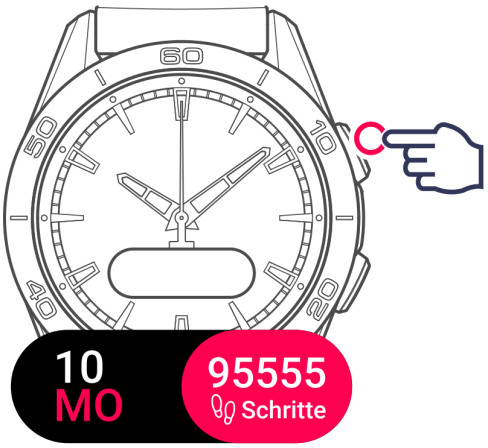
3 Ton aktivieren/deaktivieren



Allgemeine Vibrationseinstellungen

Verwalten Sie die allgemeinen Vibrationseinstellungen, die für alle Uhrfunktionen gelten, mit Ausnahme von Alarmen und Timern, die über eigene Vibrationseinstellungen verfügen.

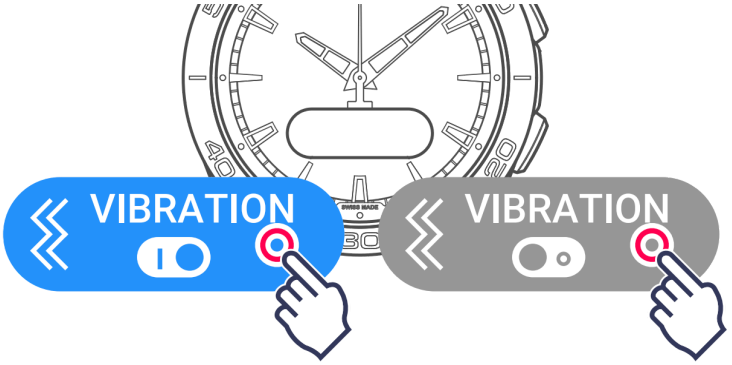
1 Uhr aktivieren



2 Einstellung aufrufen und auswählen



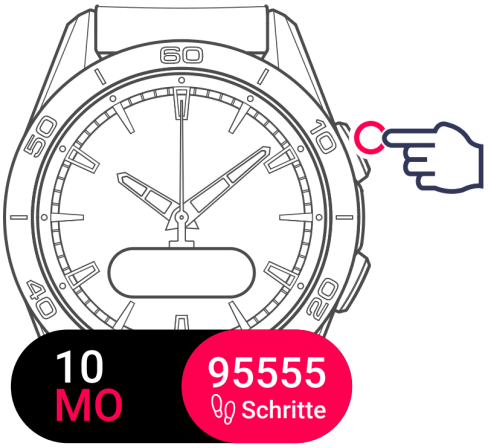
3 Vibration aktivieren/deaktivieren



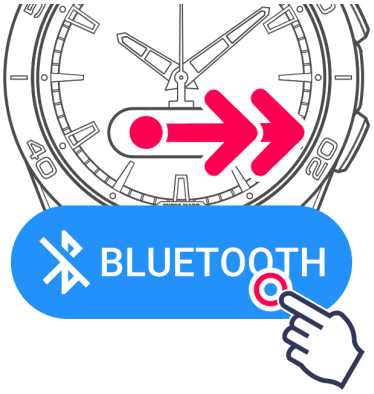
Bluetooth®

Aktivieren/Deaktivieren der Bluetooth®-Verbindung

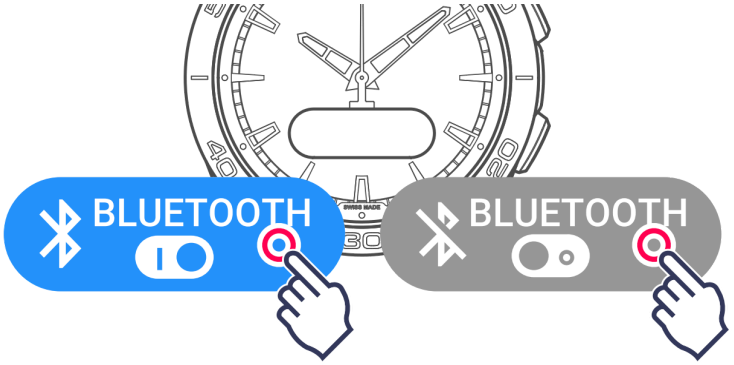
1 Uhr aktivieren



2 Einstellung aufrufen und auswählen



3 Aktivieren oder deaktivieren

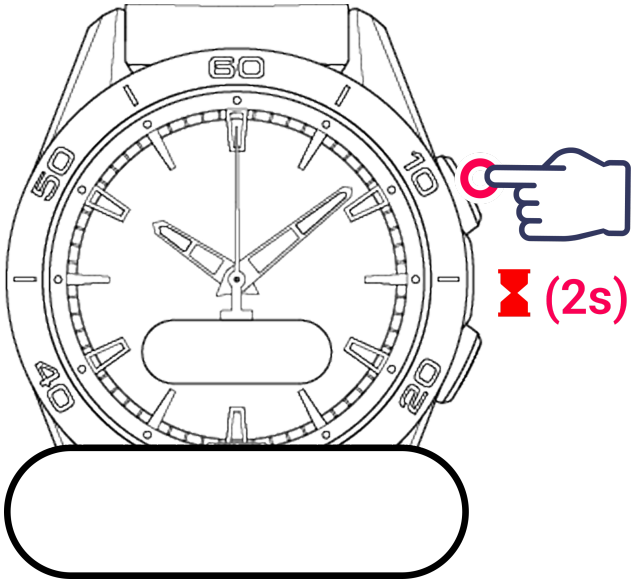


WARNUNG

Die Bluetooth®-Verbindung ist für die Kommunikation zwischen Ihrer Uhr und Ihrem Smartphone notwendig. Ist sie deaktiviert, können die Uhrenfunktionen im gekoppelten Modus nicht mehr verwendet werden.

Schnellaktionen

In den Einstellungen der Tissot Mobile App können Sie dem oberen Drücker Ihrer Uhr eine Schnellaktion zuweisen. Sobald sie konfiguriert ist, drücken und halten Sie den oberen Drücker bei ausgeschaltetem Uhrendisplay 2 Sekunden lang, um die gewählte Aktion auszulösen. Drücken Sie den unteren Drücker, um sie zu deaktivieren.



Verfügbare Schnellaktionen

Folgende Optionen können als Schnellaktionen hinzugefügt werden:

- **Uhr aktivieren**
- **Aktivitäten**
- **Herzfrequenzmesser**
- **Benachrichtigungen**
- **Timer**
- **Zeitzonen**
- **Chronograph**
- **Mein Telefon finden**
- **Akku & Verbindung**
- **Taschenlampe**

Konfiguration

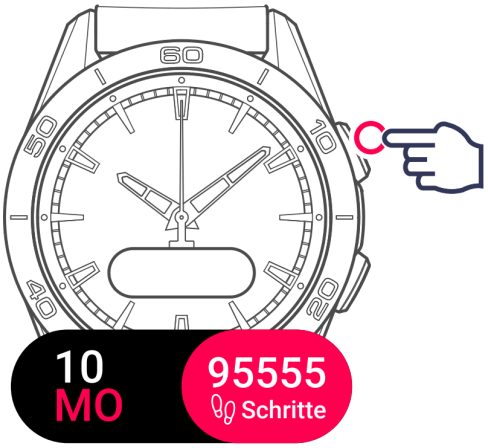
1. Öffnen Sie die Tissot T-Touch Connect Sport Mobile App.
2. Gehen Sie zu den Uhreneinstellungen.
3. Wählen Sie Schnellaktion.
4. Wählen Sie die Aktion, die dem Drücker zugewiesen werden soll.
5. Wählen Sie die Aktion erneut zur Bestätigung. Ein Häkchen zeigt an, dass die Aktion festgelegt wurde.

> **WARNUNG**
>
> Die Schnellaktion funktioniert nur, wenn das Uhrendisplay ausgeschaltet ist und kein Chronograph oder eine Aktivität läuft.

Zifferblatt

Wählen Sie das Zifferblatt, das die für Sie relevantesten Informationen anzeigt.

1 Uhr aktivieren



2 Einstellungsmenü aufrufen und auswählen



3 Anzeigen und Auswählen des Menüs „Zifferblatt“



4 Wählen Sie ein Zifferblatt

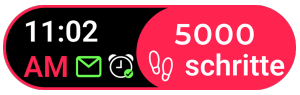
Datum / Schritte (Standard)



Datum / Kalorien



Uhrzeit / Benachrichtigungen (nur im gekoppelten Modus) / Alarm / Schritte



Uhrzeit / Benachrichtigungen (nur im gekoppelten Modus) / Alarm / Kalorien



Datum / Uhrzeit



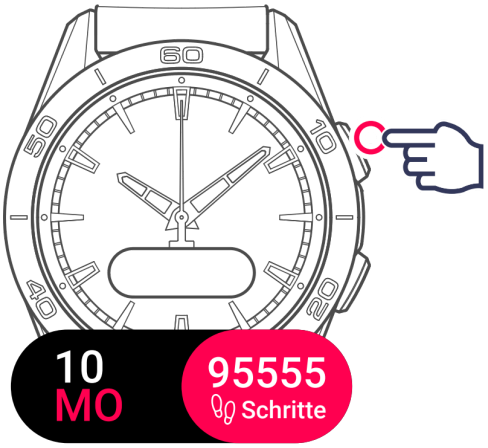
INFORMATION

Das ausgewählte Zifferblatt wird für jede Uhr individuell gespeichert.

Akku

Verwendung von Standby und Sparmodus

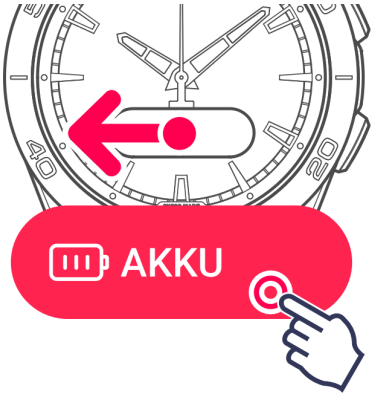
1 Uhr aktivieren



2 Einstellungsmenü aufrufen und auswählen



3 Akkueinstellung aufrufen und auswählen



Die Uhr bietet 3 Optionen an:

Energiesparmodus



Wenn der Sparmodus aktiv ist, deaktiviert die Uhr die Funktionen mit hohem Energiebedarf (Bluetooth®, Vibration, Ton usw.).

Automatischer Standby-Modus



Wenn der automatische Standby-Modus aktiviert ist, wechselt die Uhr automatisch in den Standby-Modus, wenn sie 60 Minuten lang nicht getragen wird.

Standby-Modus



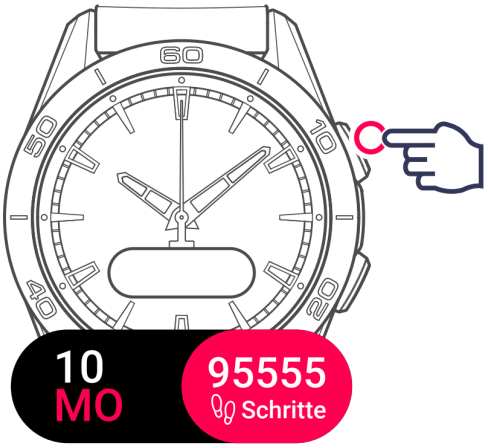
Aktivieren Sie diesen Modus, um die Uhr sofort in den Standby-Modus zu versetzen.

Im Standby-Modus ist die Uhr nicht mit der App verbunden. Um den Standby-Modus zu verlassen, drücken Sie eine beliebige Taste. Die Uhr verlässt außerdem den Standby-Modus, wenn ein Alarm oder ein Timer ertönt.

Alarme

Ein-/Ausschalten

1 Uhr aktivieren



2 Einstellungsmenü aufrufen und auswählen

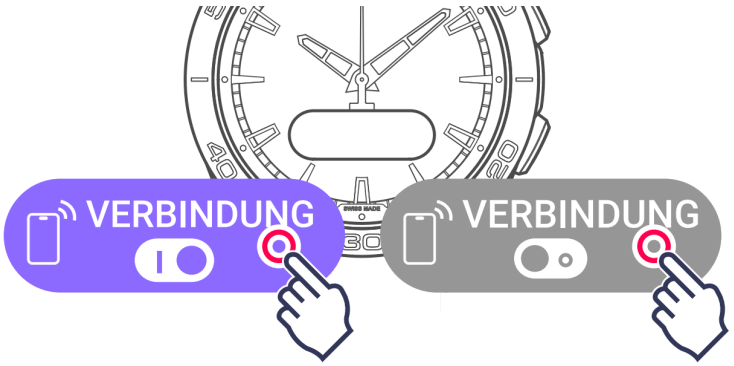


3 Alarmeinstellung aufrufen und auswählen



4 Alarme aktivieren/deaktivieren

Wischen Sie nach links oder rechts, um durch die verschiedenen Benachrichtigungen zu blättern. Verwenden Sie den Schalter, um die jeweilige Benachrichtigung zu aktivieren oder zu deaktivieren.

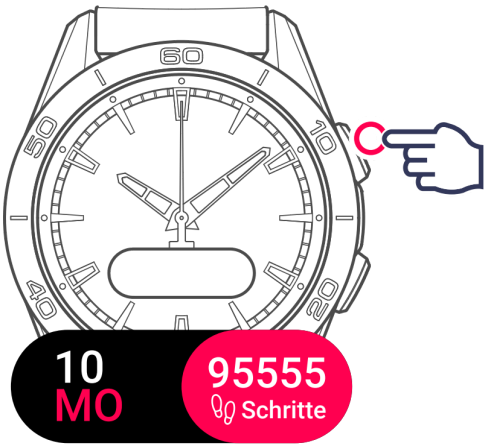


- **Inaktivitätswarnungen**: Lassen Sie sich benachrichtigen, wenn Sie sich nicht ausreichend bewegt haben.
- **Zielmeldung**: Lassen Sie sich benachrichtigen, sobald Sie Ihr Tagesziel erreicht haben.
- **Verbindungswarnungen**: Wenn Alarme aktiviert sind, piept die Uhr beim Verbinden mit oder Trennen von der App.
- **Aktivitätsbenachrichtigungen**: Lassen Sie sich benachrichtigen, wenn die Uhr erkennt, dass Sie während einer Aktivität angehalten oder wieder in Bewegung gesetzt haben.

Ton

Verwalten Sie die Töne und Vibrationen für Wecker & Timer, Benachrichtigungen und das Navigieren.

1 Uhr aktivieren



2 Einstellungsmenü aufrufen und auswählen



3 Toneinstellung aufrufen und auswählen



Die Uhr bietet 3 Optionen an:

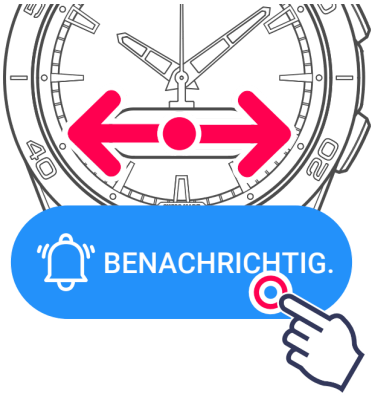
- **Wecker & Timer:** Auswählen, um die Töne und Vibrationen für Wecker und Timer einzustellen, wenn ein Wecker oder Timer klingelt.
- **Benachrichtigungen:** Auswählen, um die Töne und Vibrationen für Benachrichtigungen/eingehende Anrufe einzustellen.

> **HINWEIS**
>
> Wenn sich das Telefon im Modus „Nicht stören“ befindet, empfängt die Uhr keine eingehenden Anrufe oder Benachrichtigungen.

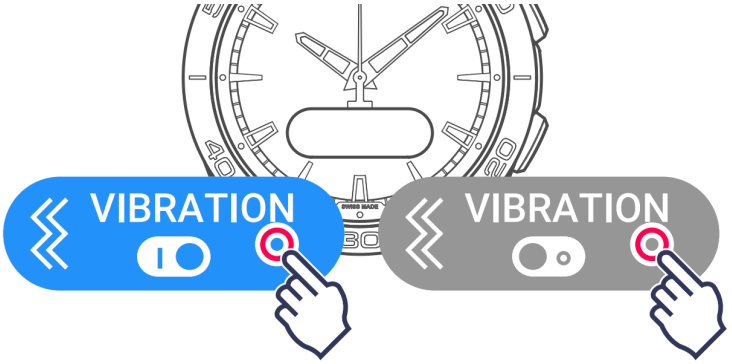
- **Navigieren:** Verwalten Sie die Töne und Vibrationen beim Navigieren durch die Uhrenmenüs.

Unter Browsing können Sie Töne und Vibrationen separat konfigurieren. Wählen Sie für jeden einen von drei Zuständen: Ein, Aus oder Bestätigung. Bei Bestätigung gibt die Uhr nur dann eine Rückmeldung, wenn Sie eine Einstellung oder Aktion bestätigen – zum Beispiel beim Einstellen der Stunden oder Minuten eines Alarms.

4 Einstellung aufrufen und auswählen

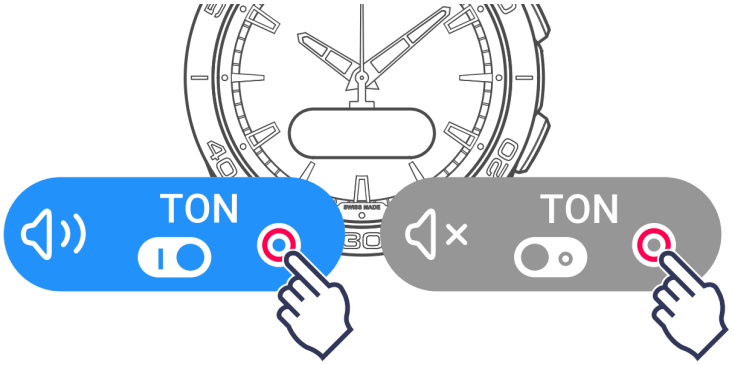


5 Vibration aktivieren/deaktivieren



Wenn Vibration aktiviert ist, vibriert die Uhr kurz, wenn von der App eine Benachrichtigung ankommt.

6 Ton aktivieren/deaktivieren



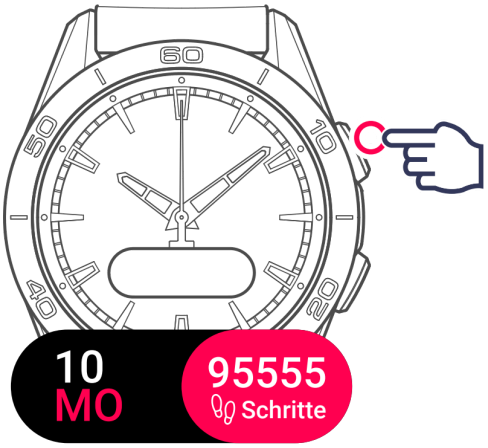
HINWEIS

Wenn Ton aktiviert ist, piept die Uhr kurz, wenn von der App eine Benachrichtigung ankommt.

Sprache

So wählen Sie die Displaysprache

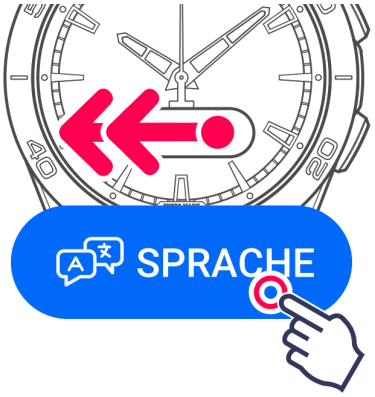
1 Uhr aktivieren



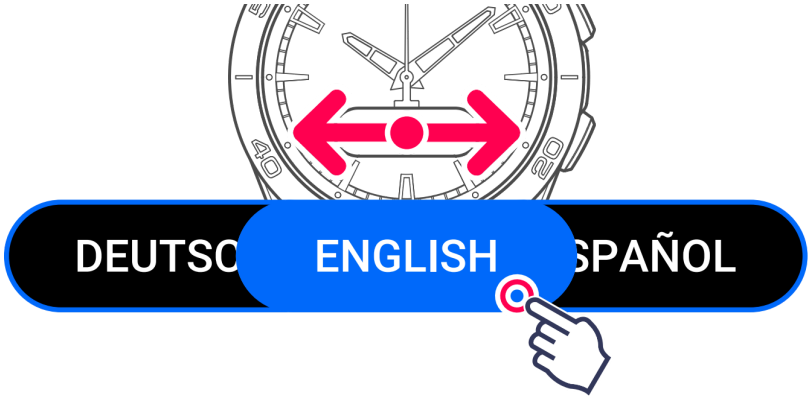
2 Einstellungsmenü aufrufen und auswählen



3 Spracheinstellung auswählen



4 Gewünschte Sprache aufrufen und auswählen

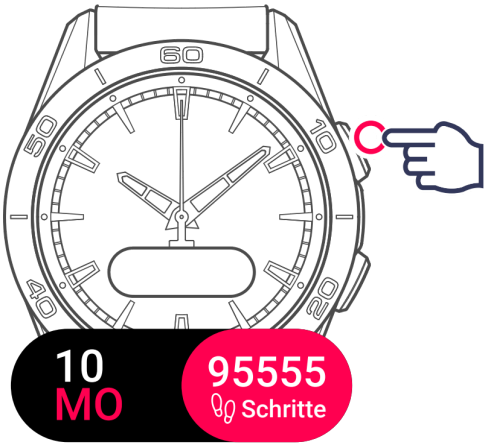


Erweiterte

So nutzen Sie die erweiterten Einstellungen

Mit diesen Einstellungen können Sie die Zeiger kalibrieren oder Ihre Uhr zurücksetzen.

1 Uhr aktivieren



2 Einstellungsmenü aufrufen und auswählen



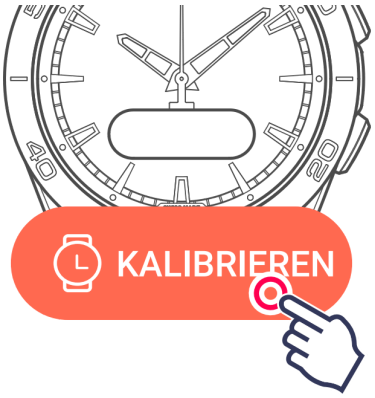
3 Erweiterte Einstellungen aufrufen und auswählen



KALIBRIEREN

Mit dieser Funktion können Sie die Zeiger kalibrieren, wenn ihre Position nicht mehr stimmt. Dies kann nach einer Erschütterung oder durch die Nähe zu einem starken Magnetfeld auftreten.

1 Zeigerkalibrierung aufrufen und starten



Die Uhr führt eine Zeigerkalibrierung durch, um sicherzustellen, dass die Position der Zeiger korrekt ist.



Ende des Kalibriervorgangs



ZURÜCKSETZEN

Mit dieser Funktion können Sie Ihre Uhr zurücksetzen und ihre Kopplung oder Nicht-Kopplung neu wählen.

2 Zurücksetzen der Uhr aufrufen und starten



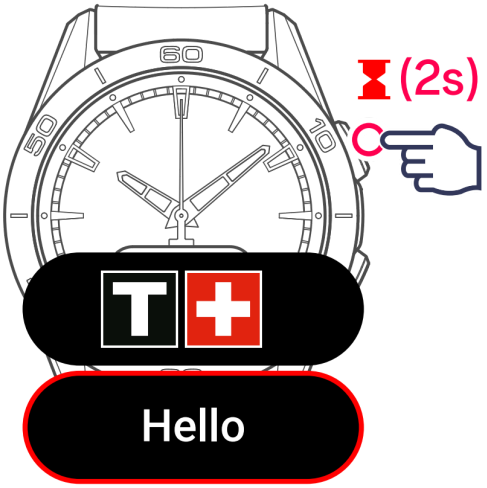
3 Datenlöschung bestätigen

Berühren Sie das Display entsprechend Ihrem Wunsch.



Bestätigen: Die auf Ihrer Uhr gespeicherten Daten (Zeiten, Nachrichten usw.) werden gelöscht, doch sobald die Uhr sich mit der App verbindet, werden die synchronisierten Daten aus dem Backup geladen und sind weiter verfügbar.

Abbrechen: Der Vorgang wird abgebrochen.



Die Uhr wird neu initialisiert, genau wie bei der Inbetriebnahme.

Startvorgang fortsetzen

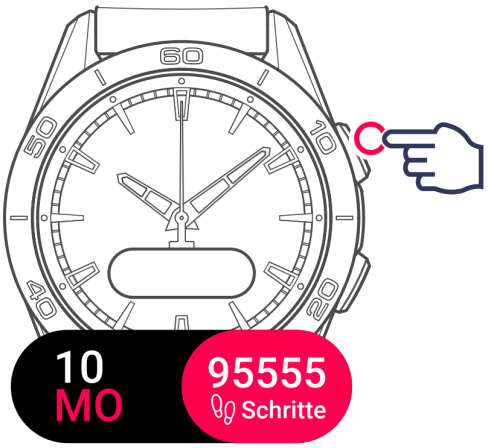
Zeitformat & Datum

Stellen Sie das bevorzugte Zeitformat und das Datum ein.

> **HINWEIS**
>
> Die auf dieser Seite verfügbaren Optionen hängen davon ab, ob sich die Uhr im **gekoppelten Modus** oder im **nicht gekoppelten Modus** befindet. Dieser Modus wird beim ersten Start der Uhr (start-up.md) ausgewählt.

Zeitformat einstellen

1 Uhr aktivieren



2 Einstellungsmenü aufrufen und auswählen



3 Anzeige und Auswahl der ZEIT/DATUM-Einstellung



4 Tippen Sie auf ZEITFORMAT



5 Wählen Sie 24 Stunden oder 12 Stunden



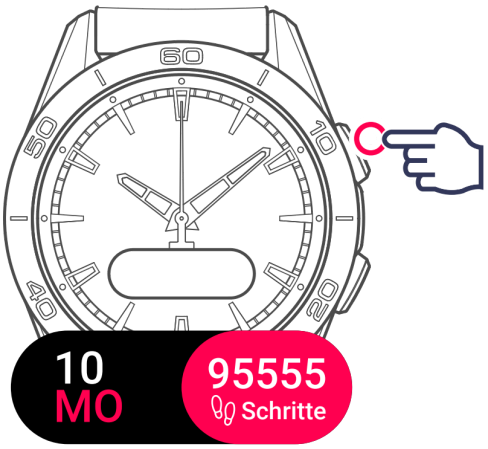


Datum festlegen

WARNUNG

Die Funktion DATUM EINSTELLEN ist nur im nicht gekoppelten Modus verfügbar. Im gekoppelten Modus wird das Datum automatisch von Ihrem Smartphone synchronisiert.

1 Uhr aktivieren



2 Einstellungsmenü aufrufen und auswählen



3 Anzeige und Auswahl der ZEIT/DATUM-Einstellung



4 Tippen Sie auf DATUM FESTLEGEN



5 Jahr, Monat, Tag anpassen

Tippen Sie auf den Bildschirm oder drücken Sie den oberen Knopf, um zu bestätigen.

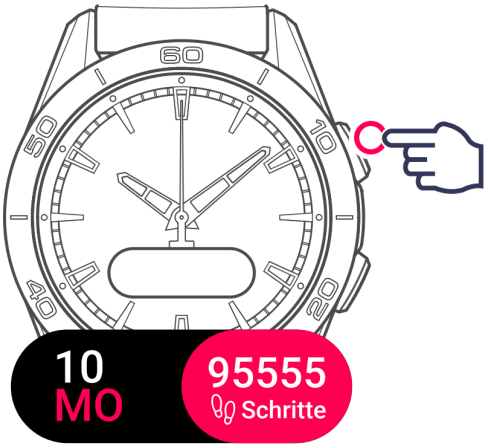
6 Bestätigen



Info

Informationen über Ihre Uhr

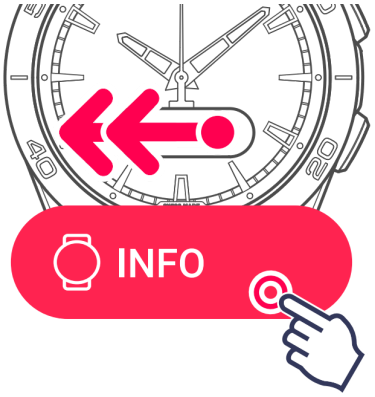
1 Uhr aktivieren



2 Einstellungsmenü aufrufen und auswählen



3 Informationen über Ihre Uhr aufrufen



Uhren-ID

Die eindeutige Identifikationsnummer Ihrer Uhr garantiert deren Echtheit. Wenn Sie eine Supportanfrage stellen, werden Sie eventuell danach gefragt.

Firmware-Version

Dies ist die Softwareversion Ihrer Uhr. Die Tissot SA ist bestrebt, ihre Produkte ständig weiterzuentwickeln. Es kommen regelmäßig neue Funktionen hinzu. Wenn Sie von der App aus nach Updates suchen, prüft der Server, ob auf Ihrer Uhr die neuste Softwareversion installiert ist. Ist dies nicht der Fall, wird Ihnen die Installation des Updates empfohlen.

> **HINWEIS**
>
> Nach einem Update werden die Einstellungen aus der Mobile App wiederhergestellt – Sie müssen sie nicht manuell erneut anwenden. Stellen Sie sicher, dass Sie nach dem Update mit der Mobile App verbunden bleiben, damit die Einstellungen wiederhergestellt werden können.

Schriftarten

Zur optimalen Lesbarkeit der auf Ihrer Uhr angezeigten Texte und Werte werden gegebenenfalls die Displayschriftarten aktualisiert.

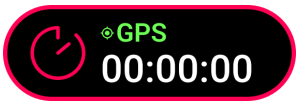
Information

Daten

Aktivitätsdaten

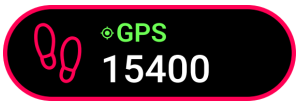
Daten, die beim Aufzeichnen von Aktivitäten gesammelt wurden.

Dauer der Aktivität



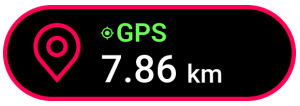
Diese Zeit ist während des Aufzeichnens einer Aktivität vergangen. Die Zeit läuft bis zum Beenden der Aktivität.

Anzahl der Schritte



Der 3-Achsen-Beschleunigungssensor der Uhr errechnet die Schrittzahl anhand Ihrer Armbewegungen.

Zurückgelegte Strecke

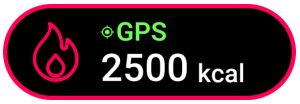


Die zurückgelegte Strecke wird anhand Ihrer Armbewegungen mit Hilfe des 3-Achsen-Beschleunigungssensors sowie der GPS-Daten errechnet.

> **HINWEIS**
>
> Wenn die Aktivität pausiert ist, wird die während der Pause zurückgelegte Distanz nicht gezählt. Nur die Distanz, die bei aktiver Aktivität aufgezeichnet wird, wird zur Gesamtsumme hinzugefügt.

Wenn GNSS-Datenpunkte aus irgendeinem Grund fehlen (z. B. Berechtigungen, geringe Genauigkeit, kein Empfang oder Verbindungsabbruch), wird die Distanz für das betreffende Zeitintervall durch Interpolation geschätzt.

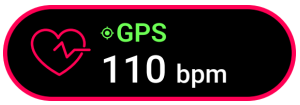
Verbrannte Energie



Die App errechnet die verbrannte Energie anhand zahlreicher Daten wie der zurückgelegten Strecke, der Geschwindigkeit, der Steigung sowie der persönlichen Daten, die Sie in die Tissot-App eingegeben haben.

Herzaktivität

Herzfrequenz



Die Herzfrequenz wird durch einen optischen Sensor auf der Rückseite der Uhr gemessen. Er misst die Lichtmenge in Abhängigkeit von der Durchblutung Ihres Handgelenks.

WARNUNG

Für die korrekte Messung Ihrer Herzfrequenz muss Ihre Uhr bündig am Handgelenk anliegen.

Bei kraftintensiven Aktivitäten (wenn Ihre Handgelenkmuskulatur angespannt ist), kann die Messung einige Sekunden lang ungenauer sein.

Trainingsbereiche

Die Trainingsbereiche geben die Herzfrequenz während einer Aktivität an.

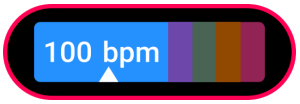
Die Herzfrequenz orientiert sich an den in die Tissot-App eingegebenen Werten. Wenn Sie keine Einstellungen vorgenommen haben, wird als Geburtsdatum 1970 angenommen. Der Maximalwert wird berechnet mit: 220 - Alter.

WARNUNG

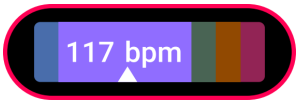
Die voreingestellten Werte der Zonen werden nicht in bpm (Schläge pro Minute) sondern in % Ihrer maximalen Herzfrequenz angegeben.

Die maximale Herzfrequenz sowie die Prozentsätze können in der App geändert werden.

Trainingsbereich 1: 50 %-60 %



Trainingsbereich 2: 60 %-70 %



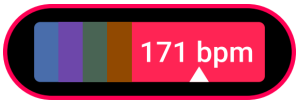
Trainingsbereich 3: 70 %-80 %



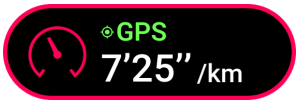
Trainingsbereich 4: 80 %-90 %



Trainingsbereich 5: 90 %-100 %

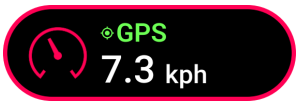


Zeit pro Entfernungseinheit (Pace)



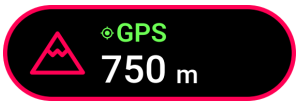
Durchschnittlich benötigte Zeit, um einen Kilometer (oder eine Meile) während einer Aktivität zurückzulegen. Die App errechnet den Durchschnittswert der für jeden Kilometer benötigten Zeit.

Geschwindigkeit



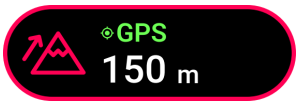
Durchschnittliche Geschwindigkeit während Ihrer Aktivität in Kilometern (oder Meilen) pro Stunde.

Höhe



Maximale Höhe, die Sie während Ihrer Aktivität erreicht haben. Dieser Wert wird anhand der GPS-Daten Ihres Smartphones errechnet.

Kumulativer Höhengewinn



Summe aller Aufstiege während der Aktivität in Metern (oder Fuss). Dieser Wert wird anhand der GPS-Daten Ihres Smartphones errechnet.

Statistische Daten

Daten der Tagesstatistik, die jeden Tag um Mitternacht zurückgesetzt wird.

Anzahl der Schritte



Ein 3-Achsen-Beschleunigungssensor der Uhr errechnet die Schrittzahl anhand Ihrer Armbewegungen.

Verbrannte Energie



Die App errechnet die verbrannte Energie anhand zahlreicher Daten wie der zurückgelegten Strecke, der Geschwindigkeit, der Steigung sowie der persönlichen Daten, die Sie in die Tissot-App eingegeben haben.

Dauer der Aktivität



Zeit, in der Sie in Bewegung oder körperlich aktiv waren. Ruhezeiten werden nicht berücksichtigt.

Zurückgelegte Strecke



Die zurückgelegte Strecke wird anhand Ihrer Armbewegungen mit Hilfe des 3-Achsen-Beschleunigungssensors sowie der GPS-Daten Ihres Smartphones errechnet.

Akku

Information

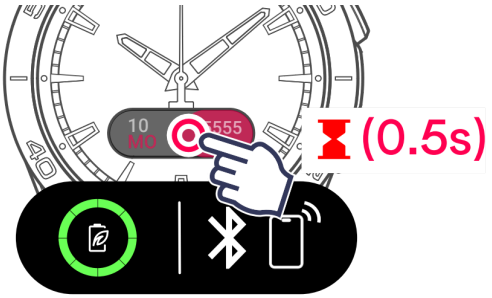
Ihre T-Touch Connect Sport läuft mit einem Lithium-Ionen-Polymer-Akku, der über das Solarelement im Zifferblatt oder das mitgelieferte Kabel aufgeladen wird.

Eine Akkuladung hält durchschnittlich

- Unbegrenzte Autonomie im Watch-Modus (erfordert Außenlicht > 20 Min./Tag bei klarem Himmel, 20 kLux).
- Bis zu 6 Monate im Standard Connected-Modus (erfordert Außenlicht > 35 Min./Tag bei klarem Himmel, 20 kLux).
- Bis zu 3 Monate im Sport Connected-Modus (erfordert Außenlicht > 60 Min./Tag bei klarem Himmel, 20 kLux).

Akkustand prüfen

1 Display eine halbe Sekunde lang berühren



Akku laden

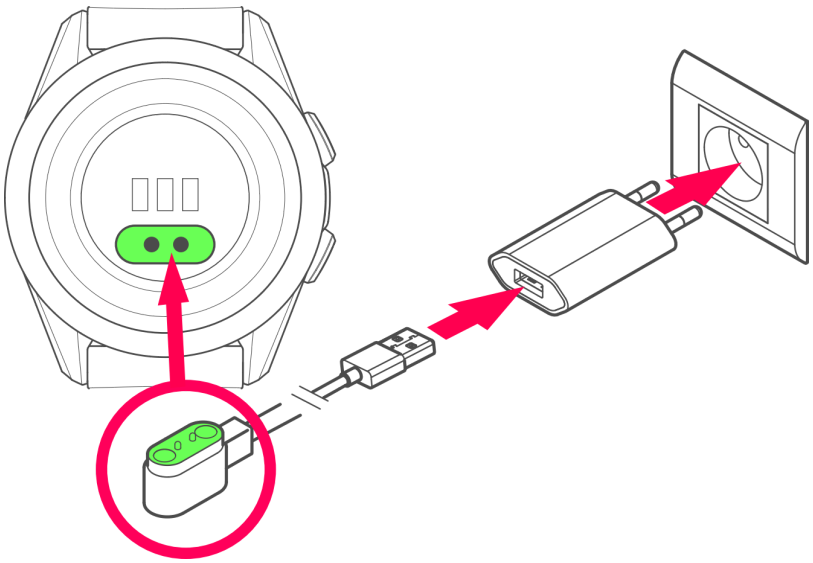
Die Uhr wird mit einem speziellen USB-Ladekabel geliefert, das absolute Wasserdichtheit garantiert.

> **WARNUNG**
>
> Verwenden Sie nur Ladegeräte bis 15 Watt.

Wenn der Akkustand für den regulären Betrieb der Uhr zu niedrig ist, erscheint folgende Meldung auf dem Display:



1 Kabelende wie dargestellt am Kontakt positionieren



HINWEIS

Magnete sorgen für eine korrekte Ausrichtung des Kontakts.

INFORMATION

Das vollständige Laden dauert etwa 90 Minuten.

Funktionsmodi

So nutzen Sie den gekoppelten Modus

In diesem Modus ist die Uhr mit der auf Ihrem Smartphone installierten Tissot-App verbunden.

Einige Funktionen können auch über das Smartphone genutzt werden:

- **Timer**: Der Countdown kann in der App eingestellt werden.
- **Chronograph**: Sowohl die gemessenen Zeiten als auch die Zwischenzeiten werden gespeichert und können in der App aufgerufen werden.
- **Aktivitätsdaten**: Die Aktivitätsdaten werden gespeichert und können in der App aufgerufen werden.
- **Standort**: Die GPS-Funktion Ihres Smartphones speichert die Standortdaten bei den Aktivitäten Radfahren, Wandern und Laufen.
- **Statistik**: Die Statistiken können ebenfalls in der App aufgerufen werden.

Bluetooth®

Der Datenaustausch zwischen der Uhr und der App erfolgt via Bluetooth®.

Dafür muss sowohl bei Ihrem Smartphone als auch bei der Uhr die Bluetooth®-Verbindung aktiviert sein.

Siehe Einstellungen

WARNUNG

Tragen Sie Ihr Smartphone während Ihrer Aktivitäten bei sich. Der Abstand zwischen den beiden Geräten darf maximal 15 bis 20 Meter (50 bis 65 Fuss) betragen.

Wenn die Uhr zu weit vom Smartphone entfernt ist, wird die Verbindung unterbrochen. Sie wird automatisch wieder hergestellt, sobald die beiden Geräte nah beisammen sind.

HINWEIS

Wenn Ihre Uhr längere Zeit keine Verbindung zur T-Connect-App hatte, wird ein Pop-up „Tissot App öffnen“ angezeigt – dieselbe Erinnerung wie bei der Ersteinrichtung – die Sie auffordert, die App auf Ihrem Telefon zu öffnen. Durch das Öffnen der App kann Ihre Uhr Ihre Daten synchronisieren, sodass sie gesichert bleiben. Diese Erinnerung wird 24 Stunden lang nicht erneut angezeigt.

Funktionsmodi

So nutzen Sie den ungekoppelten Modus

In diesem Modus läuft die Uhr autonom.

Die Einstellungen werden nicht in der App, sondern direkt an der Uhr vorgenommen.

Einige Daten werden vorübergehend in der Uhr gespeichert:

- **Chronograph**: Sowohl die gemessenen Endzeiten als auch die Zwischenzeiten werden gespeichert und können während der Zeitmessung aufgerufen werden.
- **Aktivitätsdaten**: Die Aktivitätsdaten werden vorübergehend in der Uhr gespeichert und können während der Aktivität aufgerufen werden.
- **Statistik**: Die Statistik kann während desselben Tages aufgerufen werden.

> **INFORMATION**
>
> **Standort**: keine Standortverfolgung und keine Höhenmessung. Distanz und Geschwindigkeit werden bei Radfahraktivitäten nicht gemessen.

GPS

Allgemeines

Für einige Funktionen Ihrer Uhr muss auf Standortdaten zurückgegriffen werden. Dafür wird die GPS-Funktion Ihres Smartphones genutzt.

> **WARNUNG**
>
> Auf Ihrem Smartphone müssen die Standortdaten für die Tissot-App immer freigeschaltet sein, nicht nur während die App aktiv ist.

Verwendung mit GPS

Dank der Bluetooth®-Verbindung werden zwischen Ihrem Smartphone und Ihrer Uhr GPS-Informationen ausgetauscht.

Die Bluetooth®-Kommunikation funktioniert nur, wenn sich Ihre Uhr im gekoppelten Modus befindet und wenn die Bluetooth®-Verbindung aktiviert ist.

Aktivieren der Verbindung

Gekoppelter Modus

> **WARNUNG**
>
> Tragen Sie Ihr Smartphone während Ihrer Aktivitäten bei sich. Der Abstand zwischen den beiden Geräten darf maximal 15 bis 20 Meter (50 bis 65 Fuss) betragen.
>
> Wenn die Uhr zu weit vom Smartphone entfernt ist, wird die Verbindung unterbrochen. Sie wird automatisch wieder hergestellt, sobald die beiden Geräte nah beisammen sind.

Verwendung ohne GPS

Wenn die Uhr nicht auf GPS-Daten zurückgreifen kann, sind die Standortinformationen nicht verfügbar und die Datenerfassung während des Laufens, Radfahrens und Wanderns ist eingeschränkt.

Folgende Informationen können nicht gespeichert werden:

- Standort
- Streckenmessung
- Geschwindigkeit

Kompatibilität

Die T-Touch Connect Sport verfügt über eine Bluetooth®-Funktion und benötigt ein Smartphone, das folgende Anforderungen erfüllt:

Anforderungen an Android	Erforderliche Android-Konfiguration: mindestens Version 9.0, empfohlen Version 13 oder 14. Diese Systemversion ist seit dem 7. März 2018 verfügbar. Die meisten nach diesem Zeitpunkt herausgebrachten Geräte erfüllen diese Anforderung.
Anforderungen an Apple iOS	Erforderliche Apple iOS-Konfiguration: mindestens Version 16, empfohlen Version 17 oder 18. Kompatibel mit dem seit September 2022 erhältlichen iPhone.
Anforderungen an Huawei	Erforderliche Huawei-Konfiguration: mindestens Version HarmonyOS_2.0, empfohlen Version Harmony 3 oder 4. Verfügbar für bestimmte Huawei-Smartphones ab Juni 2021.

Tissot SA stellt die Kompatibilität ihrer Produkte mit den bekanntesten und verbreitetsten Android-Mobilgeräten sicher. Ungeachtet dessen sind manche Geräte nicht mit der T-Touch Connect Sportkompatibel:

- Xiaomi Mi 8 lite International version
- Blackberry Key2 LE
- Samsung A21S
- Sony XZ3
- Caterpillar S60

Die T-Touch Connect Sport-App funktioniert ausschließlich in folgenden Ländern und Sprachen:

Unterstützte Länder

Albanien	Australien	Österreich
Belarus	Belgien	Bosnien und Herzegowina
Brasilien	Bulgarien	Kanada
Chile	China	Kolumbien
Kroatien	Zypern	Tschechische Republik
Dänemark	Estland	Färöer
Finnland	Frankreich	Deutschland
Gibraltar	Griechenland	Grönland
Guatemala	Hongkong	Ungarn
Island	Indien	Irland
Israel	Italien	Japan
Jordanien	Korea	Kosovo
Lettland	Libanon	Liechtenstein
Litauen	Luxemburg	Macau
Malaysia	Malta	Mexiko
Moldau	Monaco	Montenegro
Niederlande	Neuseeland	Nordmazedonien
Norwegen	Polen	Portugal
Rumänien	San Marino	Serbien

Singapur	Slowakei	Slowenien
Spanien	Schweden	Schweiz
Taiwan	Thailand	Türkei
Ukraine	Vereinigte Arabische Emirate	Großbritannien
USA	Vatikanstadt	Venezuela

Unterstützter Zeichensatz (Benachrichtigungen)

Afrikaans	Albanisch	Baskisch
Bretonisch	Katalanisch*	Chinesisch (vereinfacht)
Korsisch	Tschechisch	Dänisch*
Niederländisch*	Englisch	Estländisch*
Färöisch	Finnisch*	Französisch
Galizisch	Deutsch	Ungarisch*
Isländisch	Indonesisch	Irisch
Irisch* (traditionelle Orthographie)	Italienisch	Japanisch
Koreanisch	Kurdisch	Leonesisch
Litauisch	Luxemburgisch	Malaiisch
Manx	Norwegisch	Okzitanisch
Polnisch	Portugiesisch	Rätoromanisch
Schottisches Gälisch	Gälisch	Slowakisch

Südsamisch	Spanisch	Suaheli
Schwedisch	Tagalog	Wallonisch
Walisisch*		

*Achtung, einige Zeichen können fehlen.

App-Sprachen

Chinesisch (vereinfacht)	Chinesisch (traditionell)	Dänisch
Niederländisch	Englisch	Finnisch
Französisch	Deutsch	Italienisch
Japanisch	Koreanisch	Norwegisch
Polnisch	Portugiesisch	Rumänisch
Spanisch	Schwedisch	Thailändisch

Sprachen der Uhr

Chinesisch (vereinfacht)	Englisch	Französisch
Deutsch	Italienisch	Japanisch
Koreanisch	Malaiisch	Spanisch
Thailändisch		

Firmware-Update

Wenn eine neue Firmware-Version verfügbar ist, lädt die T-Connect-App sie herunter und überträgt sie automatisch im Hintergrund auf Ihre Uhr, ohne sie sofort zu installieren.

Führen Sie zum Installieren einen der folgenden Schritte aus:

- Tippen Sie in der T-Connect-App auf Aktualisieren, oder
- Bestätigen Sie die auf der Uhr angezeigte Update-Erinnerung.



Versionsgeschichte und Ergänzungen

Version	Verfügbar	Änderungen
10.2	August 2026	**Fehlerbehebungen und Verbesserungen**
10.1	Juni 2026	**Fehlerbehebungen und Verbesserungen**
10.0	April 2026	**Präzise Distanz bei Pause** Die während einer Pause zurückgelegte Distanz wird nicht mehr gezählt, und fehlende GPS-Datenpunkte werden durch Interpolation geschätzt. **Alarm- & Timer-Töne und Vibrationen** Alarme und Timer verfügen über eigene Ton- und Vibrationseinstellungen, getrennt von den allgemeinen Uhreinstellungen. **Live-Aktivität Radfahren in China** Die Live-Aktivitätsverfolgung für Radfahren steht jetzt Nutzern in China zur Verfügung. **Fehlerbehebungen und Verbesserungen**
9.2	Februar 2026	**Erweiterte Zieleinstellungen & Benachrichtigungen** Legen Sie tägliche Ziele für Schritte, Kalorien, Distanz und Aktivzeit auf der Uhr und in der App fest und werden Sie benachrichtigt, wenn ein Ziel erreicht wird. **Mehr Schnellaktionen** Die Taschenlampenfunktion ist zurück, zusammen mit weiteren Aktivitäten, jetzt als Schnellaktionen auf dem Drücker verfügbar. **Benachrichtigungsfilterung unter iOS** Filtern Sie Smartphone-Benachrichtigungen unter iOS nach Kategorie (unter Android nach einzelner App). **Fehlerbehebungen und Verbesserungen**

Version	Verfügbar	Änderungen
9.1	Oktober 2025	**Standby-Modus** Der Schlafmodus wurde in Standby-Modus umbenannt. **Zusammenfassung der Daten aus täglichen Aktivitäten und Sportaktivitäten** Ihre tägliche Zusammenfassung kombiniert jetzt alltägliche Aktivitäten und Sportaktivitäten: Schritte, Distanz, Kalorien und Dauer. **Fehlerbehebungen und Verbesserungen**
9.0	Juni 2025	**Taschenlampenfunktion deaktiviert** Die Taschenlampenfunktion wurde deaktiviert. **Live-Aktivitätsspiegelung** Sehen Sie Ihre Radaktivität in Echtzeit in der T-Connect app — die Messwerte werden automatisch auf den Bildschirm Ihres Telefons gespiegelt. **Nicht stören & Benachrichtigungsverlauf** Die Uhr berücksichtigt den Nicht-stören-Modus Ihres Telefons und stummt eingehende Anrufe und Benachrichtigungen; Sie können Ihren Benachrichtigungsverlauf auf der Uhr einsehen. **NBA-Widget vereinfacht** Live-Ergebnisse und Spielpläne der NBA sind auf der Uhr nicht mehr verfügbar. Das Widget zeigt jetzt ein Banner an, das zur NBA-Website mit den neuesten Nachrichten verlinkt. **Fehlerbehebungen und Verbesserungen**
8.3	April 2025	**Verlauf der Indoor-Aktivitäten** Die Uhr speichert jetzt den Verlauf Ihrer letzten Indoor-Aktivität — synchronisieren Sie mit der T-Connect app, um sie dauerhaft zu speichern. **Indoor-Aktivitäten auf der Uhr** Wählen und starten Sie Laufband-, Spinning- und

Version	Verfügbar	Änderungen
		Treppensteigen-Aktivitäten direkt auf der Uhr — kein GPS erforderlich. **Auto-Pause/Fortsetzen-Benachrichtigungen verwalten** Konfigurieren Sie Benachrichtigungen für den Fall, dass eine Aktivität basierend auf Ihrer Bewegung automatisch pausiert oder fortgesetzt wird. **Fehlerbehebungen und Verbesserungen**
8.2	März 2025	**Schnellaktionen auf dem Drücker** Weisen Sie dem Drücker eine Schnellaktion zu, um schnell auf Ihre bevorzugte Funktion zuzugreifen. **Auswahl des Zifferblatts** Wählen Sie direkt auf Ihrer TTC Sport aus 5 verfügbaren Zifferblättern. **Transparente Firmware-Updates** Die T-Connect app lädt Firmware-Updates herunter und überträgt sie automatisch im Hintergrund auf Ihre Uhr, ohne sie sofort zu installieren. **Fehlerbehebungen und Verbesserungen**
8.1	Januar 2025	**Schnellerer Zugriff auf die Herzfrequenz** Wenn die Uhr während der Herzfrequenzmessung in den Ruhezustand wechselt, wird die Messung noch 30 Sekunden lang fortgesetzt — aktivieren Sie sie innerhalb dieser Zeit erneut, um das Ergebnis sofort zu sehen. **Erkennung des Handgelenkhebens während Aktivitäten** Heben Sie während einer Aktivität Ihr Handgelenk, um den Bildschirm zu aktivieren und Ihre Daten zu überprüfen; die Erkennung schaltet sich bei Pause automatisch aus. **Fehlerbehebungen und Verbesserungen**

Version	Verfügbar	Änderungen
8.0	Oktober 2024	**Verlauf des Lichtniveaus** Sehen Sie sich den Verlauf des von Ihrer Uhr erfassten Lichtniveaus in der T-Connect app an (gekoppelter Modus). **Auto Lap für Aktivitäten** Erhalten Sie detaillierte Auto Lap-Einblicke für Wandern, Laufen und Radfahren. **Solarenergieniveau** Verfolgen Sie Solarenergietrends im Laufe der Zeit und verstehen Sie besser ihre positive Auswirkung auf die Akkulaufzeit. **Herzfrequenz auf Abruf** Messen Sie die Herzfrequenz in Echtzeit direkt von der Uhr mit einer einfachen Berührung. **Taschenlampen-Funktion** Halten Sie die untere Taste gedrückt, um die Uhr sofort in eine Taschenlampe zu verwandeln. **Trainingszonen am Handgelenk** Sehen Sie Ihre aktuelle Trainingszone direkt an Ihrem Handgelenk während einer Aktivität. **Aufforderung zur erneuten Verbindung** Die Uhr fordert Sie auf, die T-Connect app zu öffnen, wenn keine Verbindung besteht. **Automatisches Pausieren und Fortsetzen Ihrer Aktivitäten** Wander-, Lauf- und Radaktivitäten auf der TTC Sport pausieren automatisch, wenn Sie aufhören sich zu bewegen, und werden fortgesetzt, wenn Sie wieder starten. **Fehlerbehebungen und Verbesserungen**

Dokumente

Konformitätserklärung

- Konformitätserklärung

Garantie

- Garantie