T-Touch Connect Sport

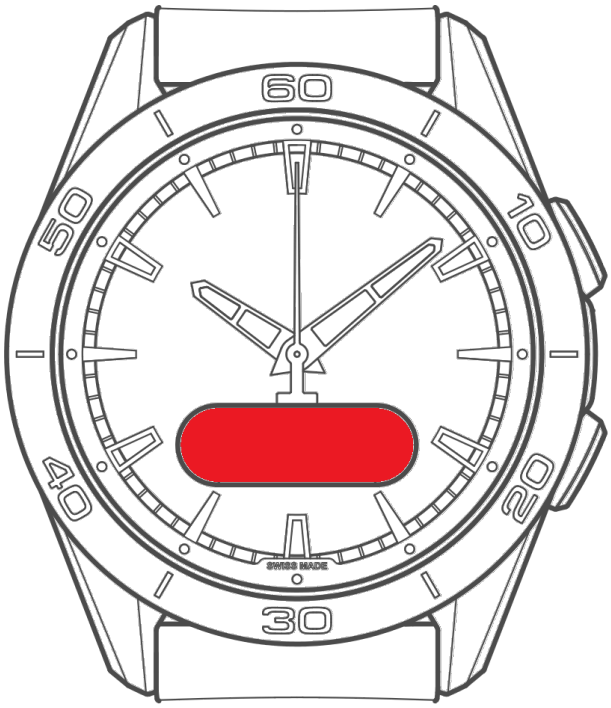


LE DAMOS LA BIENVENIDA AL MANUAL DE SU T-TOUCH CONNECT SPORT

Inicio

Inicio

Le damos la enhorabuena por haber elegido un reloj TISSOT™, una marca suiza establecida en Le Locle desde 1853. Con un cuidado diseño y una fabricación en la que se utilizan materiales y componentes de la máxima calidad, este reloj está protegido frente a golpes, variaciones de temperatura, agua y polvo.



Puesta en marcha / Emparejamiento

Iniciar una actividad

Funciones

Estadísticas

Ajustes

Información

Documentos

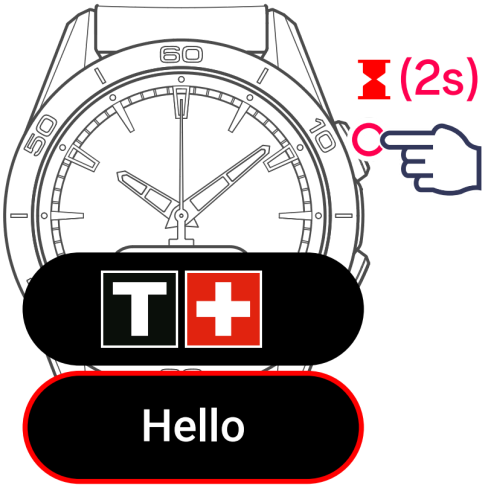
Puesta en marcha / Emparejamiento

Puesta en marcha

Configuración inicial

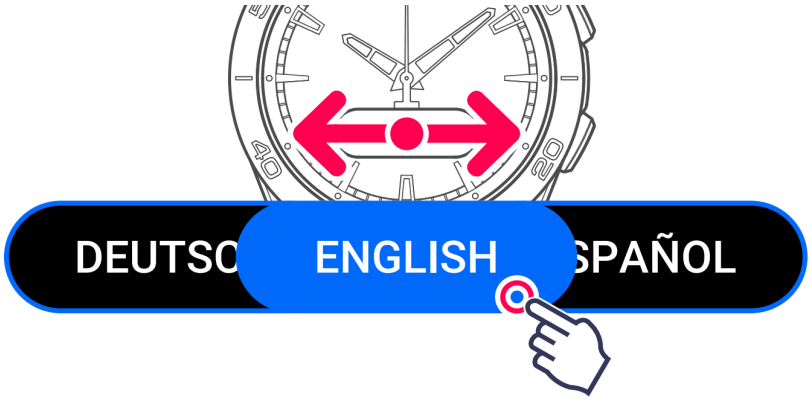
Al usarlo por primera vez o después de un reinicio, su T-Touch Connect Sport requiere que ajuste algunos parámetros.

1 Active el reloj



Mantenga pulsado el pulsador superior durante 2 segundos.

2 Seleccione el idioma



Deslice el dedo por la pantalla de lado a lado para visualizar los idiomas.

3 Toca la pantalla para seleccionar el modo de funcionamiento



Confirmar: el reloj se conectará a la aplicación Tissot, que tendrá que instalar en su smartphone. La información de la hora, la fecha y de otro tipo se cargará automáticamente desde la aplicación.

Continuar en modo emparejado

Cancelar: el reloj funcionará por sí solo. Tendrá que ajustar la fecha y la hora.

Continuar en modo no emparejado

Reloj emparejado

1 Descargar e instalar

Descargar e instalar la aplicación Tissot en su smartphone.



Una vez instalada la aplicación, se mostrará en la pantalla el código de emparejamiento.



2 Compruebe y confirme los códigos

Lo códigos son idénticos, confirmar en la aplicación y en el reloj.



El emparejamiento ha finalizado.



INFORMACIÓN

Datos personales: Le recomendamos que cumplimente sus datos personales en la aplicación de Tissot para mejorar la precisión de la medición de sus actividades.

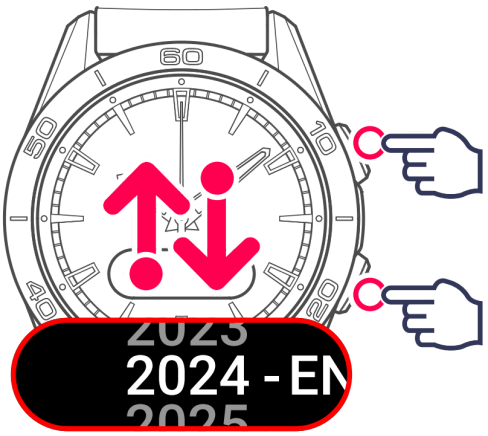
Su reloj está listo para usar. Utilice la información de familiarización para empezar a conocer las operaciones y los menús.

Familiarización

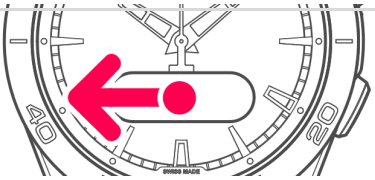
Modo no emparejado

Utilice su reloj en modo no emparejado (sin conectarlo a su smartphone).

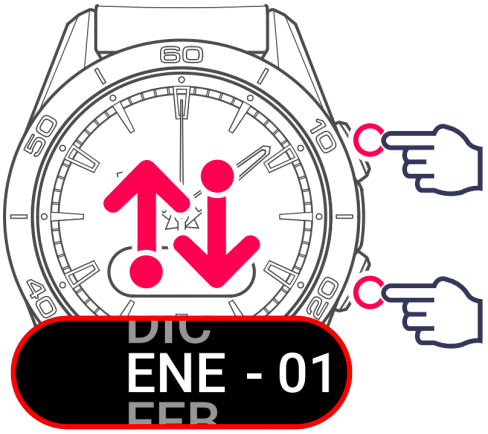
1 Seleccione el año



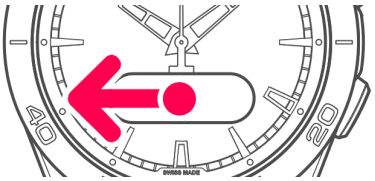
Continúe con el siguiente ajuste.



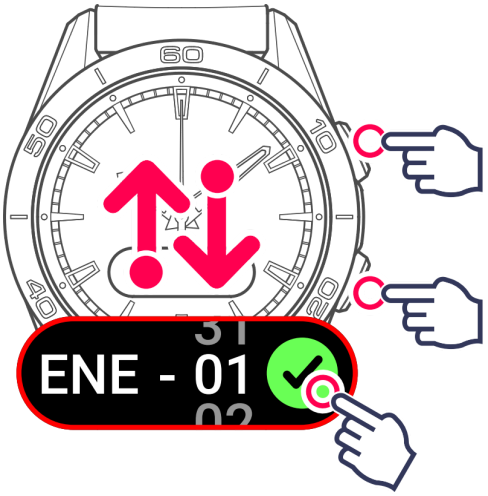
2 Seleccione el mes



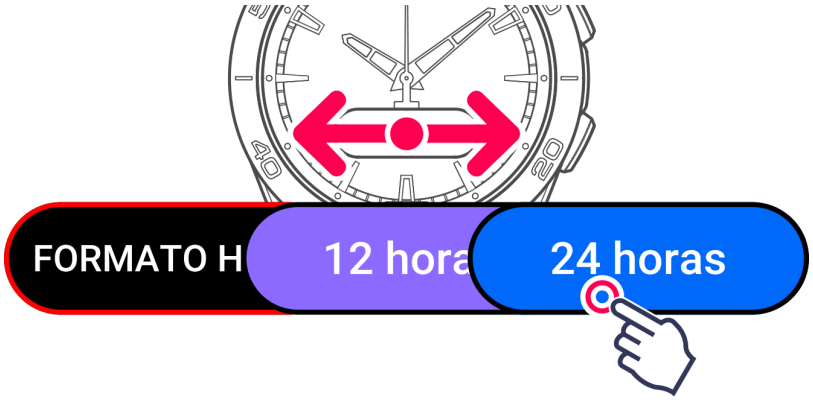
Continúe con el siguiente ajuste.



3 Seleccione la fecha y confirme



4 Seleccione el formato de hora



Ha finalizado la puesta en marcha en modo no emparejado.



Su reloj está listo para usar. Utilice la información de familiarización para empezar a conocer las operaciones y los menús.

Familiarización

Familiarización

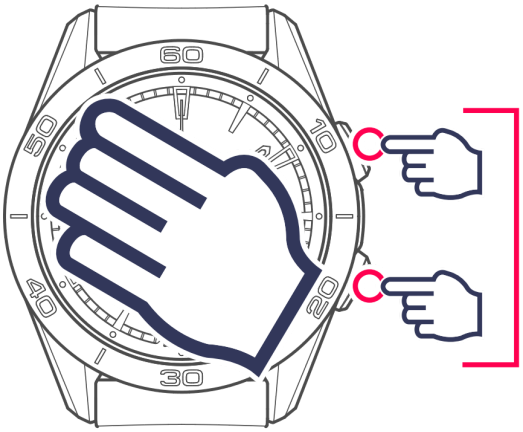
Bloqueo / Desbloqueo del reloj

La pantalla táctil y los pulsadores permiten acceder rápidamente a todas las funciones del reloj.

1 Desbloqueo del reloj



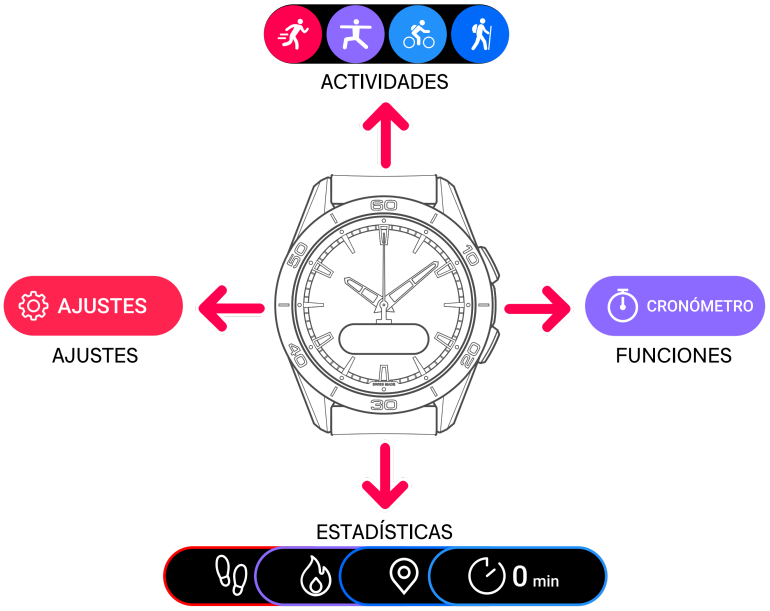
2 Bloqueo del reloj



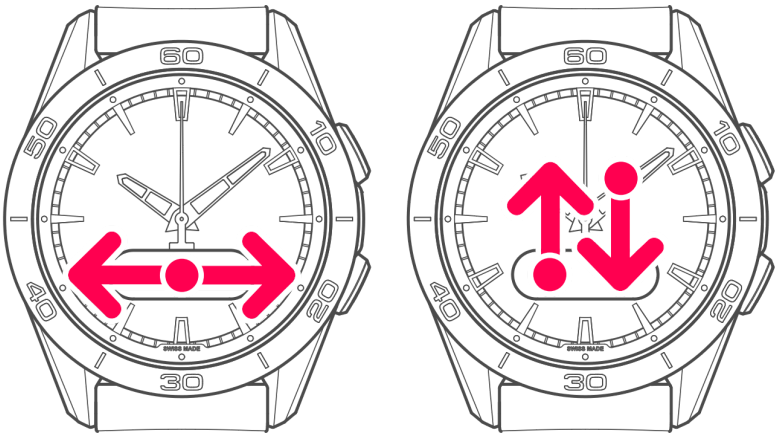
Puede colocar la mano sobre la esfera del reloj o pulsar simultáneamente los dos pulsadores.

Navegación por los menús

La pantalla de tu reloj muestra todas las funciones disponibles. Navega por los menús deslizando el dedo en cualquiera de las cuatro direcciones.

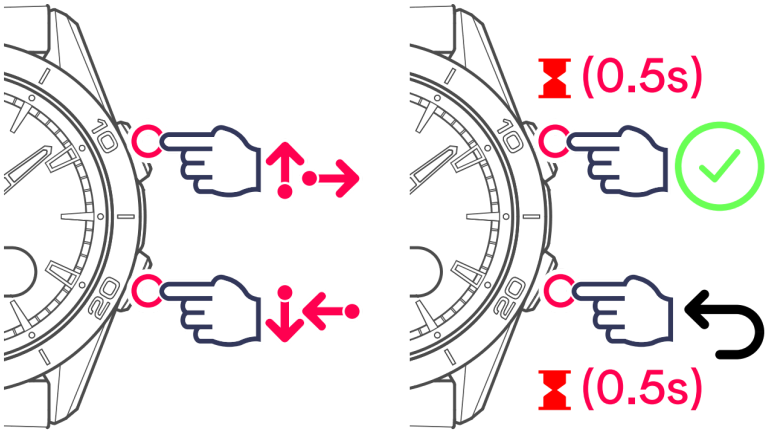


1 Deslice el dedo por la pantalla



en dirección horizontal o vertical (desde el centro del reloj) para navegar por los menús.

2 Utilice los pulsadores



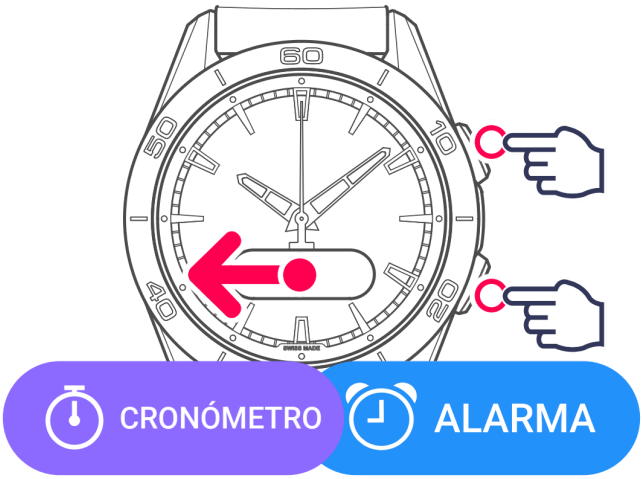
para navegar, confirmar o volver atrás.

El pulsador superior sirve para navegar hacia abajo o hacia la izquierda (pulsación corta) y para confirmar (pulsación larga).

El pulsador inferior sirve para navegar hacia arriba o hacia la derecha (pulsación corta) y para retroceder (pulsación larga).

Acceso a funciones, actividades, ajustes y estadísticas

1 Deslice el dedo por la pantalla hacia la izquierda para acceder a las FUNCIONES del reloj



Consulte la sección de funciones

2 Deslice el dedo hacia arriba para acceder a las ESTADÍSTICAS diarias



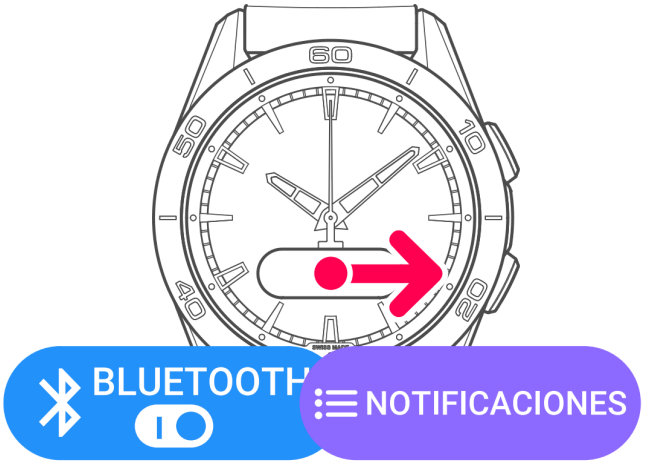
Consulte la sección de estadísticas

3 Deslice el dedo hacia abajo para acceder a las ACTIVIDADES



Consulte la sección de inicio de una actividad

4 Deslice el dedo hacia la derecha para acceder a los AJUSTES



Consulte la sección de ajustes

Lectura de mensajes

Si en la pantalla del reloj aparece un mensaje procedente de su smartphone, puede tocar la pantalla y deslizar el dedo en vertical para desplazarse por él.

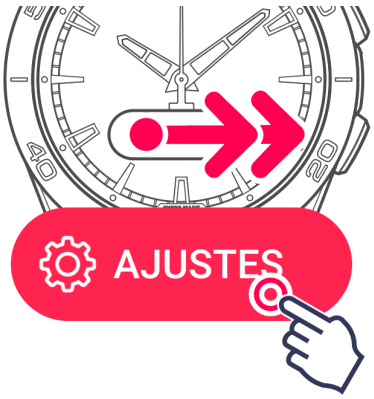
Emparejamiento

Su reloj puede emparejarse si no lo hizo durante el primer uso.

1 Active el reloj



2 Visualice y seleccione el menú de ajustes



3 Visualice y seleccione la opción de ajustes avanzados



4 Visualice e inicie la opción de reinicio del reloj



5 Confirme la eliminación de los datos

Toque la zona de la pantalla que coincida con su elección.



Confirmar: se borrarán todos los datos guardados en el reloj (cronometraje, mensajes, etc.); no obstante, si el reloj está conectado a la aplicación, se hará una copia de seguridad de los datos sincronizados y estos seguirán siendo accesibles.

Cancelar: se cancela el proceso.

El reloj ejecutará un nuevo ciclo de inicio, el mismo que en el momento de su primera puesta en marcha.

Continúe con el proceso de puesta en marcha

Iniciar una actividad

Correr

> **NOTA**
>
> **Esta es una actividad al aire libre.** Utiliza el GPS para seguir tu posición y tu ruta.

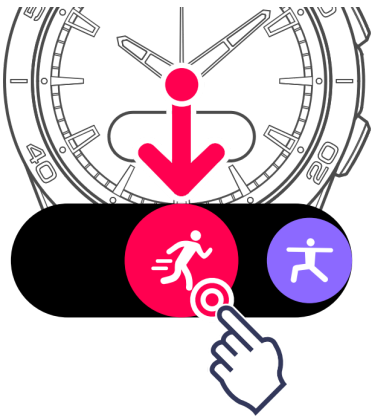
Registre sus carreras y guarde sus datos.

La aplicación debe estar abierta en su smartphone.

1 Active el reloj



2 Seleccione la actividad



El reloj se conectará al GPS.



INFORMACIÓN

Toque la pantalla para iniciar la actividad sin esperar a la conexión GPS.

La ruta empezará a guardarse en cuanto se establezca la conexión.

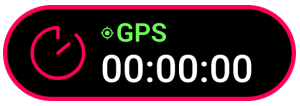
El reloj está listo para registrar sus actividades.



La cuenta atrás se inicia automáticamente.



Empezará a guardarse su actividad y se mostrará la hora.



INFORMACIÓN

Pausa y reanudación inteligentes

Si dejas de moverte durante 30 segundos, el reloj te pedirá que pauses la actividad. Si está en pausa y vuelves a moverte, te pedirá que reanudes la actividad.

- El estado de la actividad no cambia hasta que confirmas activamente la ventana emergente.
- Cada ventana emergente desaparece si el movimiento que la activó se detiene, y vuelve a aparecer si se produce de nuevo.
- Si cancela la ventana emergente, volverá a aparecer cada hora hasta que reanude o detenga la actividad.
- La actividad finaliza automáticamente si el reloj permanece inactivo durante 1 hora.

3 Visualice los datos de la actividad

Utilice los pulsadores del reloj o toque la pantalla.

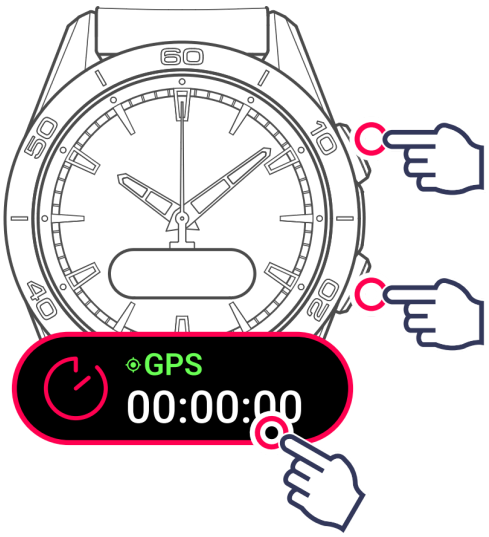
NOTA

Durante una actividad, levanta la muñeca para activar la pantalla y leer tus datos. La detección del giro de muñeca se desactiva mientras la actividad está en pausa.

NOTA

Cada vez que completas 1 km o 1 milla (según tu configuración), el reloj muestra una ventana emergente con tu ritmo medio en esa vuelta. Según la configuración, la ventana emergente puede vibrar y/o reproducir un sonido.

En la aplicación T-Connect (modo emparejado), los detalles de la actividad muestran un resumen por vuelta, incluyendo la distancia, el ritmo medio y el desnivel positivo y negativo.

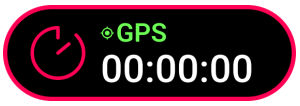


INFORMACIÓN

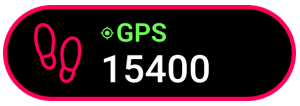
Durante la actividad, el reloj pasa al modo de espera para ahorrar batería. Toque la pantalla para reactivar la visualización.

Datos que se guardan:

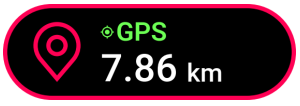
- Tiempo de actividad



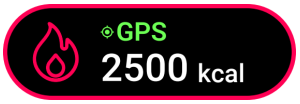
- Número de pasos dados



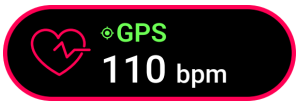
- Distancia recorrida (en km o millas)



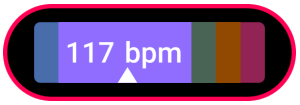
- Energía quemada



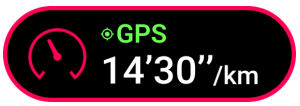
- Pulsaciones



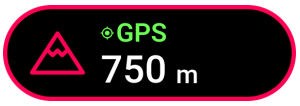
- Zona de entrenamiento (frecuencia cardiaca)



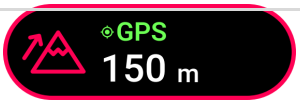
- Tiempo por unidad de distancia (km o millas)



- Altitud máxima alcanzada

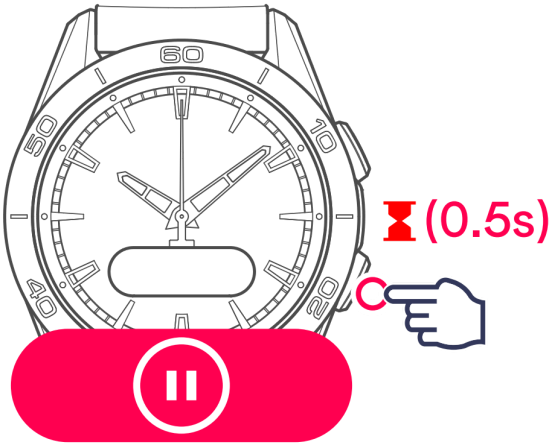


- Ganancia/pérdida de altitud

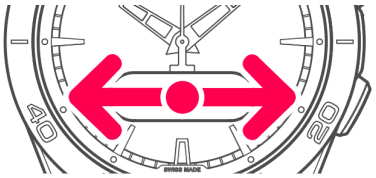


Más información

4 Salir de la actividad



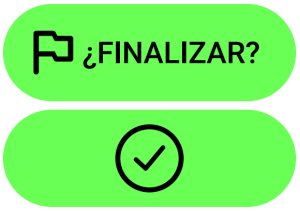
El reloj ofrece 2 opciones:



Reanudar el seguimiento de la actividad en curso



Finalizar y confirmar el fin de la actividad



Entrenamiento

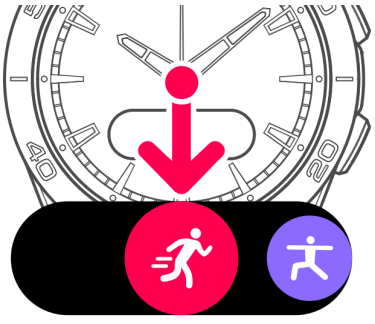
> **NOTA**
>
> **Esta es una actividad en interiores.** No registra tu ubicación mediante GPS.

Registre su entrenamiento y guarde sus datos.

1 Active el reloj

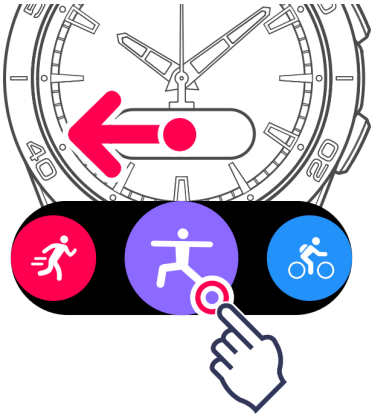


2 Visualice las actividades



> **INFORMACIÓN**
>
> También están disponibles actividades de interior: cinta de correr, spinning y escaleras. Selecciónalas e inícialas en el reloj de la misma forma que otras actividades.

3 Visualice y seleccione la actividad



El reloj está listo para registrar sus actividades.



La cuenta atrás se inicia automáticamente.



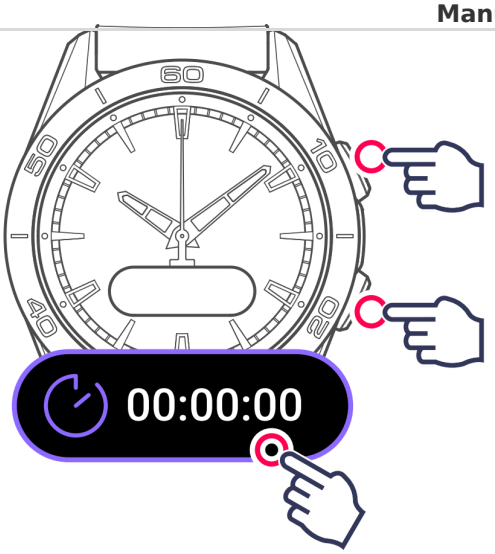
Empezará a guardarse su actividad y se mostrará la hora.



4 Visualice los datos de la actividad

Utilice los pulsadores del reloj o toque la pantalla.

> **NOTA**
>
> Durante una actividad, levanta la muñeca para activar la pantalla y leer tus datos. La detección del giro de muñeca se desactiva mientras la actividad está en pausa.



INFORMACIÓN

Durante la actividad, el reloj pasa al modo de espera para ahorrar batería. Toque la pantalla para reactivar la visualización.

Datos que se guardan:

- Tiempo de actividad



- Número de pasos dados



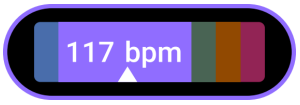
- Energía quemada



- Pulsaciones

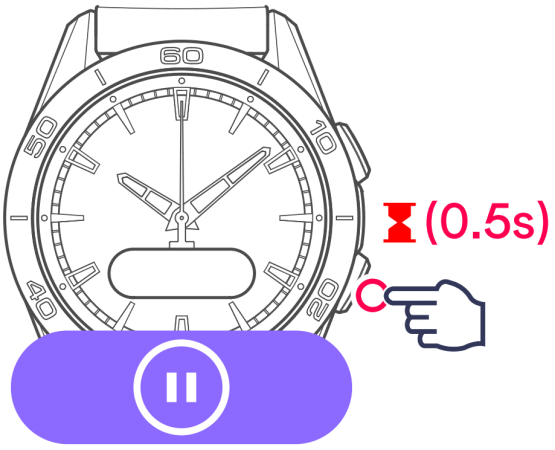


- Zona de entrenamiento (frecuencia cardiaca)



Más información

5 Salir de la actividad



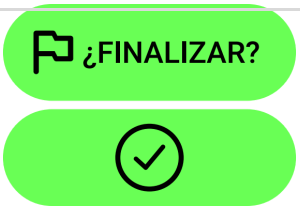
El reloj ofrece 2 opciones:



Reanudar el seguimiento de la actividad en curso



Finalizar y confirmar el fin de la actividad


¿FINALIZAR?

Cinta de correr

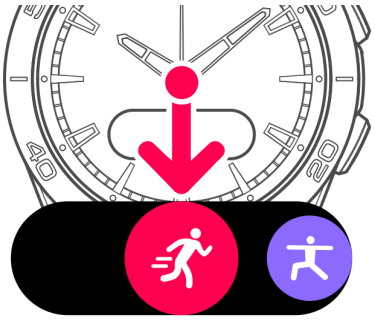
> **NOTA**
>
> **Esta es una actividad en interiores.** No registra tu ubicación mediante GPS.

Registra tu sesión de cinta de correr con tu reloj.

1 Active el reloj



2 Visualice las actividades



3 Visualice y seleccione la actividad



El reloj está listo para registrar sus actividades.



La cuenta atrás se inicia automáticamente.



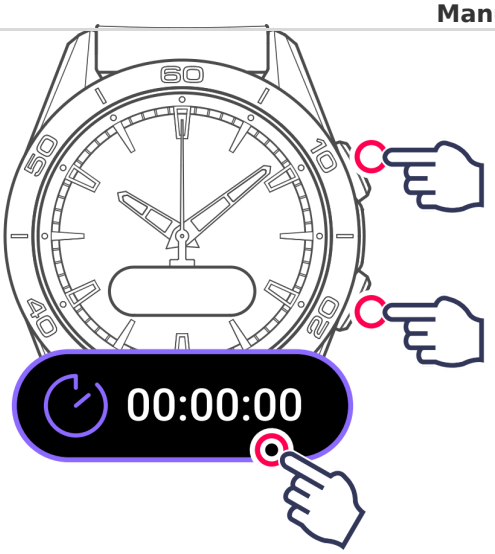
Empezará a guardarse su actividad y se mostrará la hora.



4 Visualice los datos de la actividad

Utilice los pulsadores del reloj o toque la pantalla.

> **NOTA**
>
> Durante una actividad, levanta la muñeca para activar la pantalla y leer tus datos. La detección del giro de muñeca se desactiva mientras la actividad está en pausa.



INFORMACIÓN

Durante la actividad, el reloj pasa al modo de espera para ahorrar batería. Toque la pantalla para reactivar la visualización.

Datos que se guardan:

- Tiempo de actividad



- Número de pasos dados



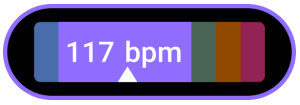
- Energía quemada



- Pulsaciones

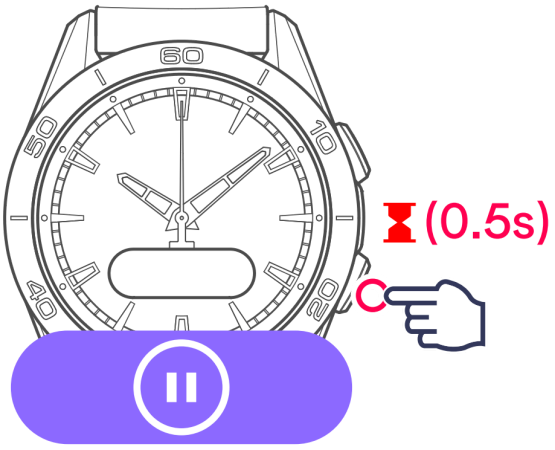


- Zona de entrenamiento (frecuencia cardiaca)



Más información

5 Salir de la actividad



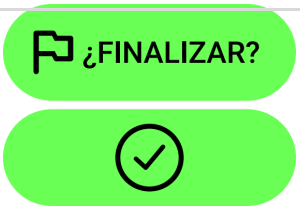
El reloj ofrece 2 opciones:



Reanudar el seguimiento de la actividad en curso



Finalizar y confirmar el fin de la actividad


¿FINALIZAR?

Spinning

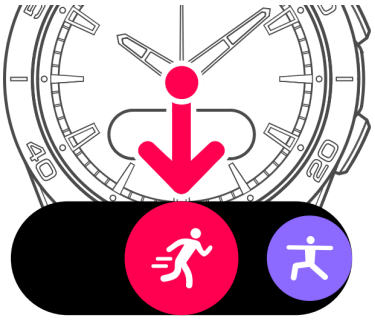
> **NOTA**
>
> **Esta es una actividad en interiores.** No registra tu ubicación mediante GPS.

Registra tu sesión de spinning con tu reloj.

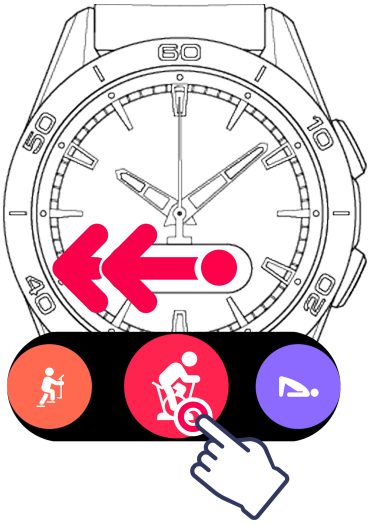
1 Active el reloj



2 Visualice las actividades



3 Visualice y seleccione la actividad



El reloj está listo para registrar sus actividades.



La cuenta atrás se inicia automáticamente.



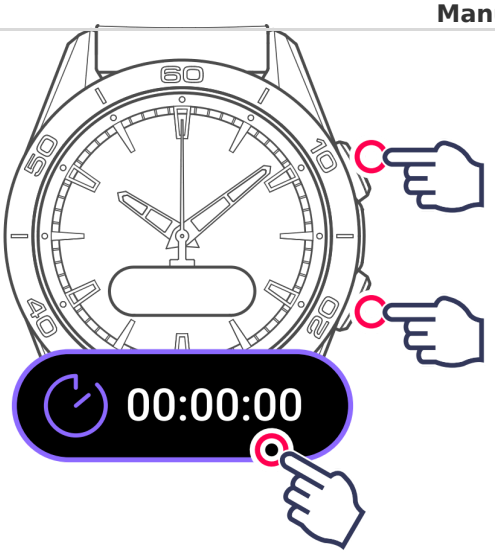
Empezará a guardarse su actividad y se mostrará la hora.



4 Visualice los datos de la actividad

Utilice los pulsadores del reloj o toque la pantalla.

> **NOTA**
>
> Durante una actividad, levanta la muñeca para activar la pantalla y leer tus datos. La detección del giro de muñeca se desactiva mientras la actividad está en pausa.



INFORMACIÓN

Durante la actividad, el reloj pasa al modo de espera para ahorrar batería. Toque la pantalla para reactivar la visualización.

Datos que se guardan:

- Tiempo de actividad



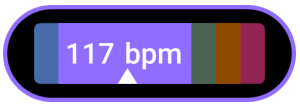
- Energía quemada



- Pulsaciones

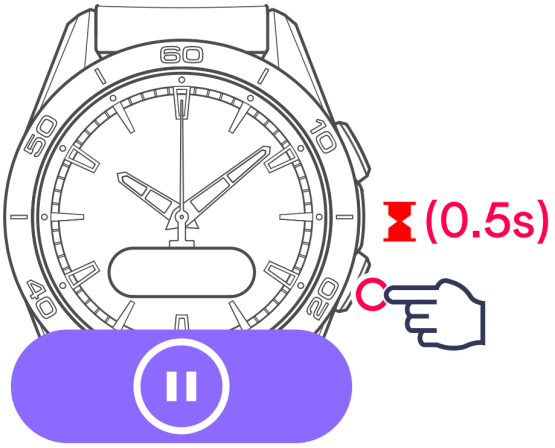


- Zona de entrenamiento (frecuencia cardiaca)

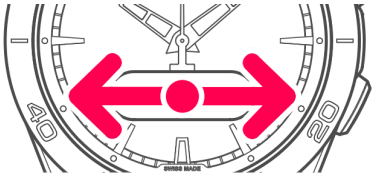


Más información

5 Salir de la actividad



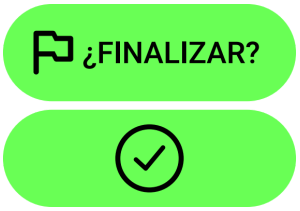
El reloj ofrece 2 opciones:



Reanudar el seguimiento de la actividad en curso



Finalizar y confirmar el fin de la actividad



Escaleras

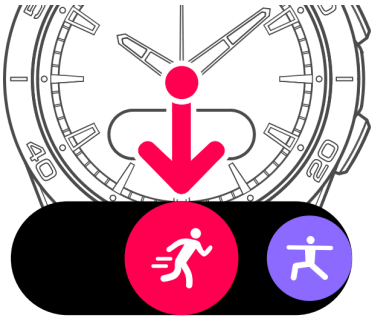
> **NOTA**
>
> **Esta es una actividad en interiores.** No registra tu ubicación mediante GPS.

Registra tu sesión de escaleras con tu reloj.

1 Active el reloj



2 Visualice las actividades



3 Visualice y seleccione la actividad



El reloj está listo para registrar sus actividades.



La cuenta atrás se inicia automáticamente.



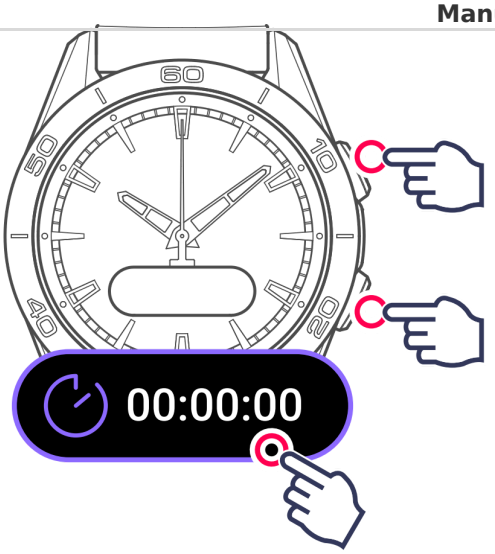
Empezará a guardarse su actividad y se mostrará la hora.



4 Visualice los datos de la actividad

Utilice los pulsadores del reloj o toque la pantalla.

> **NOTA**
>
> Durante una actividad, levanta la muñeca para activar la pantalla y leer tus datos. La detección del giro de muñeca se desactiva mientras la actividad está en pausa.



INFORMACIÓN

Durante la actividad, el reloj pasa al modo de espera para ahorrar batería. Toque la pantalla para reactivar la visualización.

Datos que se guardan:

- Tiempo de actividad



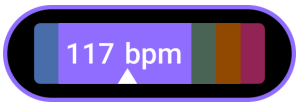
- Energía quemada



- Pulsaciones

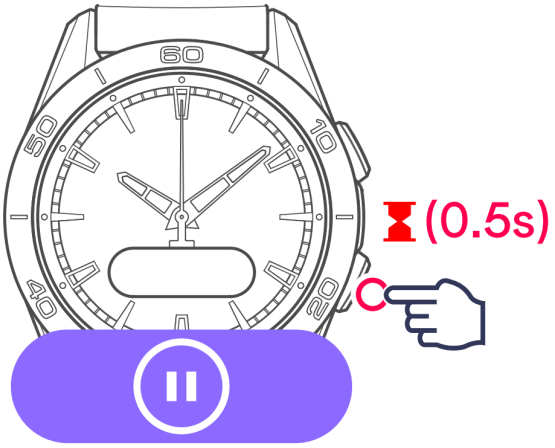


- Zona de entrenamiento (frecuencia cardiaca)

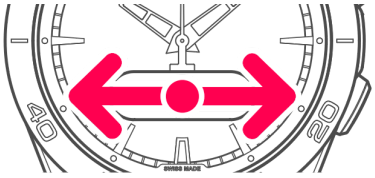


Más información

5 Salir de la actividad



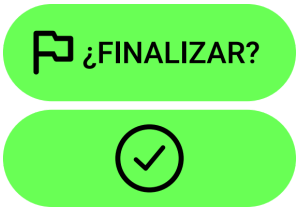
El reloj ofrece 2 opciones:



Reanudar el seguimiento de la actividad en curso



Finalizar y confirmar el fin de la actividad



Ciclismo

> **NOTA**
>
> **Esta es una actividad al aire libre.** Utiliza el GPS para seguir tu posición y tu ruta.

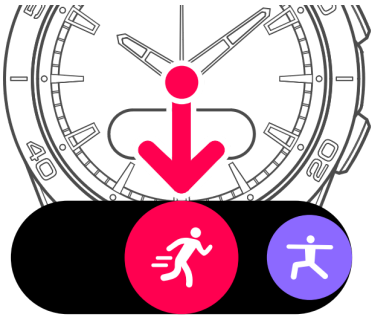
Registre sus entrenamientos de ciclismo y guarde sus datos.

La aplicación debe estar abierta en su smartphone.

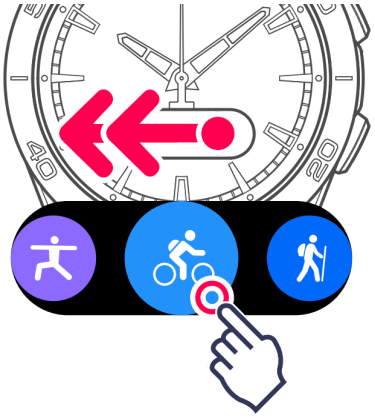
1 Active el reloj



2 Visualice las actividades



3 Visualice y seleccione la actividad



El reloj se conectará al GPS.



INFORMACIÓN

Toque la pantalla para iniciar la actividad sin esperar a la conexión GPS.

La ruta empezará a guardarse en cuanto se establezca la conexión.

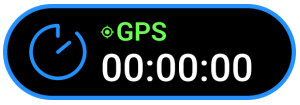
El reloj está listo para registrar sus actividades.



La cuenta atrás se inicia automáticamente.



Empezará a guardarse su actividad y se mostrará la hora.



INFORMACIÓN

Pausa y reanudación inteligentes

Si tu velocidad baja de 7 km/h durante 1 minuto, el reloj te propondrá pausar la actividad. Si está en pausa y tu velocidad vuelve a aumentar, te propondrá reanudarla.

- El estado de la actividad no cambia hasta que confirmas activamente la ventana emergente.
- Cada ventana emergente desaparece si el movimiento que la activó se detiene, y vuelve a aparecer si se produce de nuevo.
- Si cancela la ventana emergente, volverá a aparecer cada hora hasta que reanude o detenga la actividad.
- La actividad finaliza automáticamente si el reloj permanece inactivo durante 1 hora.

4 Visualice los datos de la actividad

Utilice los pulsadores del reloj o toque la pantalla.

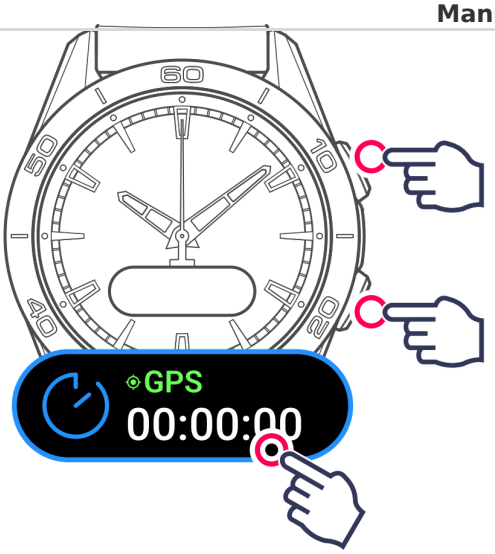
NOTA

Durante una actividad, levanta la muñeca para activar la pantalla y leer tus datos. La detección del giro de muñeca se desactiva mientras la actividad está en pausa.

NOTA

Cada vez que completas 5 km o 5 millas (según tu configuración), el reloj muestra una ventana emergente con tu velocidad media de esa vuelta. Según tu configuración, la ventana emergente puede vibrar o emitir un sonido.

En la aplicación T-Connect (modo emparejado), los detalles de la actividad muestran un resumen por vuelta, que incluye la distancia, la velocidad media y el desnivel positivo y negativo.



Duplicación de la actividad en tiempo real

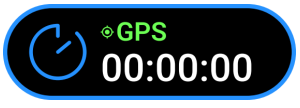
Puedes ver tu actividad de ciclismo en tiempo real en la aplicación móvil T-Connect para disfrutar de una pantalla más grande y accesible.

Con la aplicación abierta durante la actividad, las métricas en tiempo real se duplican automáticamente en la pantalla de tu teléfono.

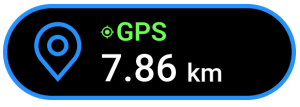
> **INFORMACIÓN**
>
> Durante la actividad, el reloj pasa al modo de espera para ahorrar batería. Toque la pantalla para reactivar la visualización.

Datos que se guardan:

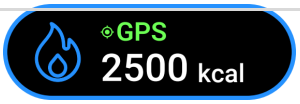
- Tiempo de actividad



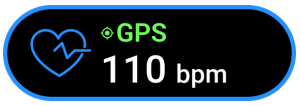
- Distancia recorrida (en km o millas)



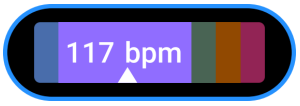
- Energía quemada



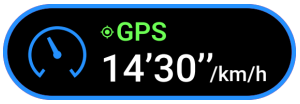
- Pulsaciones



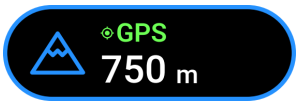
- Zona de entrenamiento (frecuencia cardiaca)



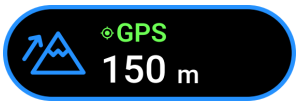
- Tiempo por unidad de distancia (km/h o mph)



- Altitud máxima alcanzada

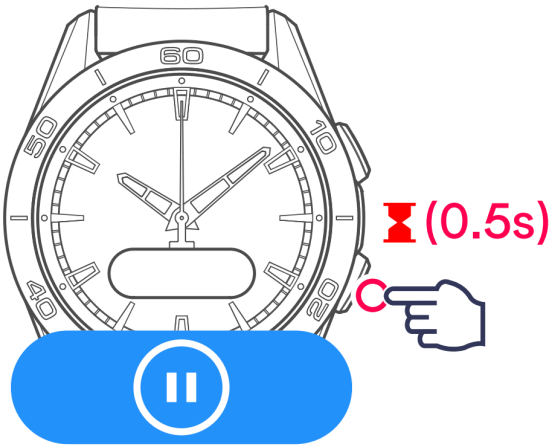


- Ganancia/pérdida de altitud

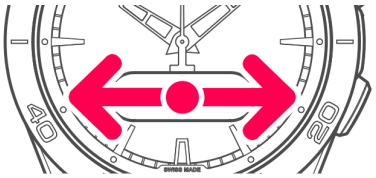


Más información

5 Salir de la actividad



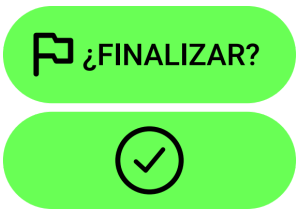
El reloj ofrece 2 opciones:



Reanudar el seguimiento de la actividad en curso



Finalizar y confirmar el fin de la actividad



Senderismo

> **NOTA**
>
> **Esta es una actividad al aire libre.** Utiliza el GPS para seguir tu posición y tu ruta.

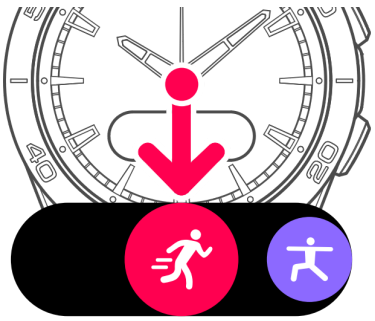
Registre sus actividades de senderismo y guarde sus datos.

La aplicación debe estar abierta en su smartphone.

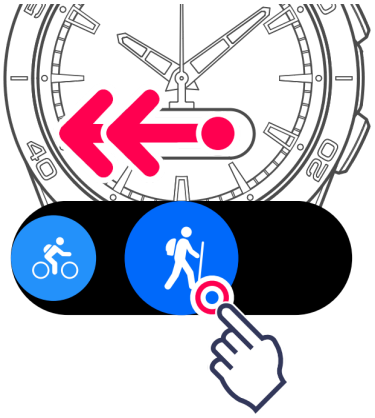
1 Active el reloj



2 Visualice las actividades



3 Visualice y seleccione la actividad



El reloj se conectará al GPS.



INFORMACIÓN

Toque la pantalla para iniciar la actividad sin esperar a la conexión GPS.

La ruta empezará a guardarse en cuanto se establezca la conexión.

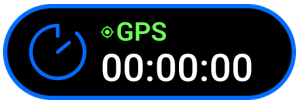
El reloj está listo para registrar sus actividades.



La cuenta atrás se inicia automáticamente.



Empezará a guardarse su actividad y se mostrará la hora.



INFORMACIÓN

Pausa y reanudación inteligentes

Si dejas de moverte durante 1 minuto, el reloj te propondrá pausar la actividad. Si está en pausa y vuelves a moverte, te propondrá reanudarla.

- El estado de la actividad no cambia hasta que confirmas activamente la ventana emergente.
- Cada ventana emergente desaparece si el movimiento que la activó se detiene, y vuelve a aparecer si se produce de nuevo.
- Si cancela la ventana emergente, volverá a aparecer cada hora hasta que reanude o detenga la actividad.
- La actividad finaliza automáticamente si el reloj permanece inactivo durante 1 hora.

4 Visualice los datos de la actividad

Utilice los pulsadores del reloj o toque la pantalla.

NOTA

Durante una actividad, levanta la muñeca para activar la pantalla y leer tus datos. La detección del giro de muñeca se desactiva mientras la actividad está en pausa.

NOTA

Vueltas automáticas: Cada vez que completas 1 km o 1 milla (según tu configuración), el reloj muestra una ventana emergente con tu ritmo medio en esa vuelta. Según la configuración, la ventana emergente puede vibrar y/o reproducir un sonido.

En la aplicación T-Connect (modo emparejado), los detalles de la actividad muestran un resumen por vuelta, incluyendo la distancia, el ritmo medio y el desnivel positivo y negativo.

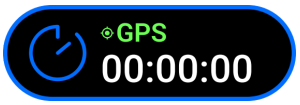


INFORMACIÓN

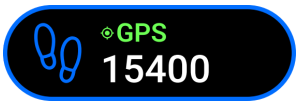
Durante la actividad, el reloj pasa al modo de espera para ahorrar batería. Toque la pantalla para reactivar la visualización.

Datos que se guardan:

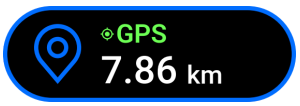
- Tiempo de actividad



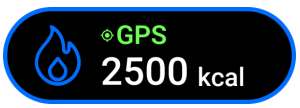
- Número de pasos dados



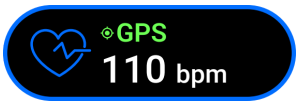
- Distancia recorrida (en km o millas)



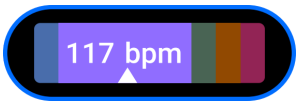
- Energía quemada



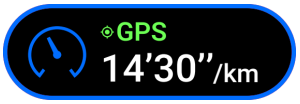
- Pulsaciones



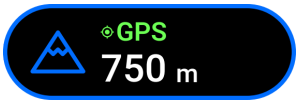
- Zona de entrenamiento (frecuencia cardiaca)



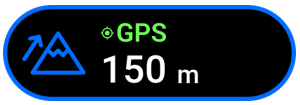
- Tiempo por unidad de distancia (km o millas)



- Altitud máxima alcanzada

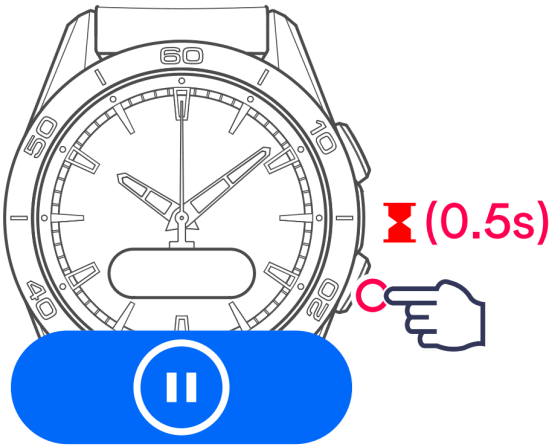


- Ganancia/pérdida de altitud

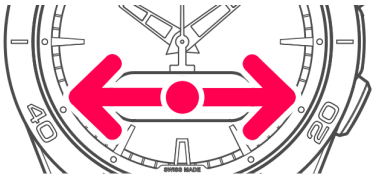


Más información

5 Salir de la actividad



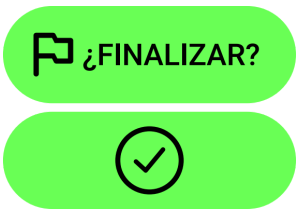
El reloj ofrece 2 opciones:



Reanudar el seguimiento de la actividad en curso



Finalizar y confirmar el fin de la actividad



Historial de actividad

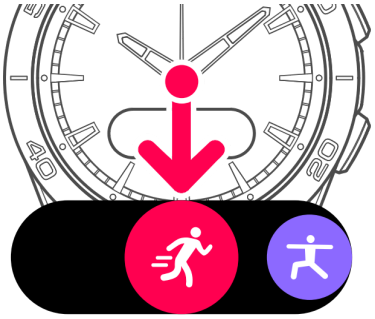
Su reloj muestra los datos de su actividad más reciente.

> **AVISO**
>
> El reloj solo guarda tu actividad más reciente. Si inicias una nueva actividad, se sobrescribirá este historial. Asegúrate de sincronizar tu reloj con la aplicación T-Connect para guardar tus datos de forma permanente.

1 Active el reloj



2 Visualice las actividades



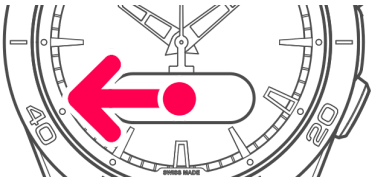
3 Visualice y seleccione el historial de actividad



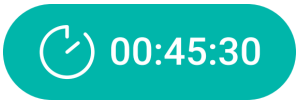
En la pantalla se mostrará la actividad más reciente.



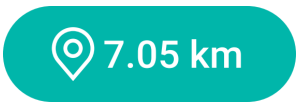
Para visualizar los datos de actividad:



- Tiempo de actividad



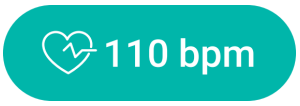
- Distancia recorrida



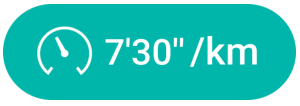
- Energía quemada



- Pulsaciones



- Ritmo



INFORMACIÓN

Los datos proporcionados varían en función de qué actividad esté haciendo.

Más información

Funciones

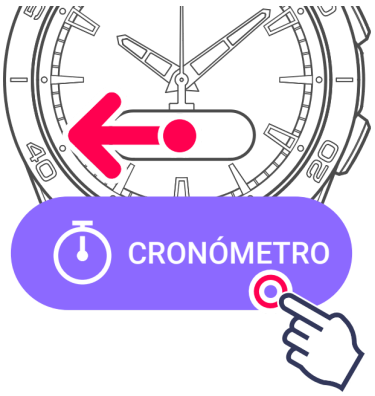
Cronómetro

Un cronógrafo que mide el tiempo con carácter general, así como los tiempos parciales.

1 Active el reloj



2 Visualice y seleccione la función



3 Confirme el inicio de una nueva sesión de cronometraje

El reloj ofrece 2 opciones:

- Iniciar una nueva sesión de cronometraje



- Consulte los registros de la sesión de cronometraje anterior.



4 Seleccione el modo de temporización

Seleccione el modo de temporización para la nueva sesión:

- Tiempos de vuelta

Esta función se utiliza para medir el tiempo de una vuelta por corredor/vehículo, etc. El límite máximo de medición es: 99d 23h 59 min 59 s.

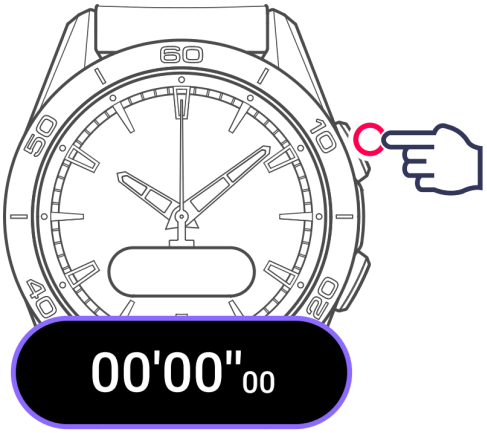


- Sincronización dividida

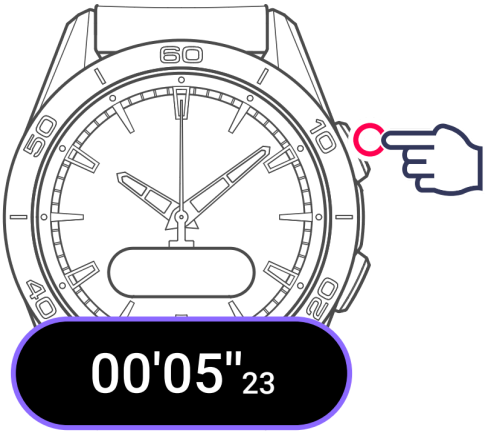
Esta función de utiliza para medir la duración total de la carrera de hasta 99 corredores/vehículos en un mismo evento. Por ejemplo: mide el tiempo de llegada de varios corredores en una carrera de 100 metros.



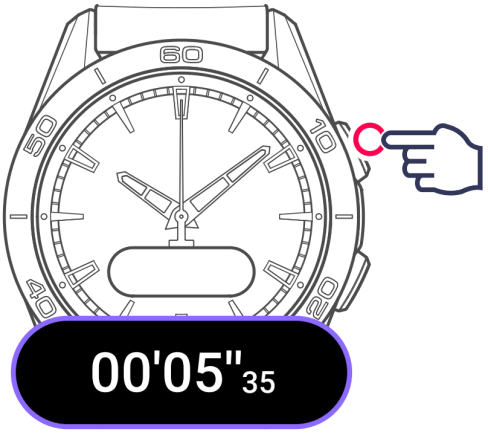
5 Ponga en marcha el cronógrafo



6 Cronógrafo en pausa

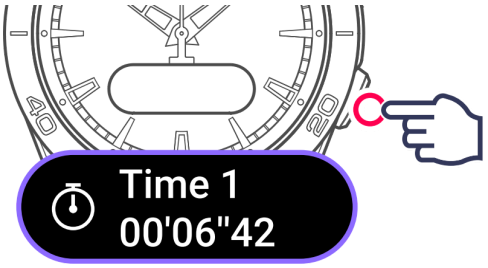


7 Reinicie el cronógrafo

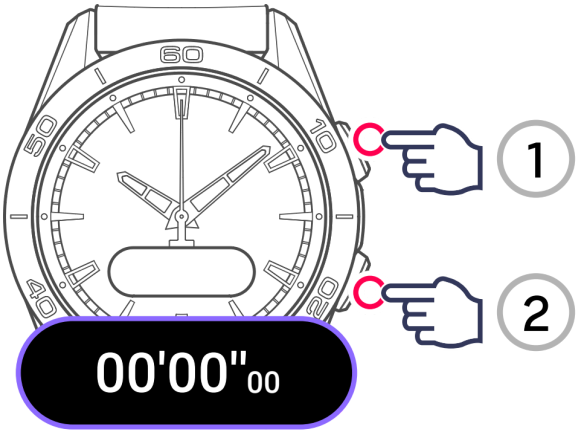


8 Registre un tiempo parcial

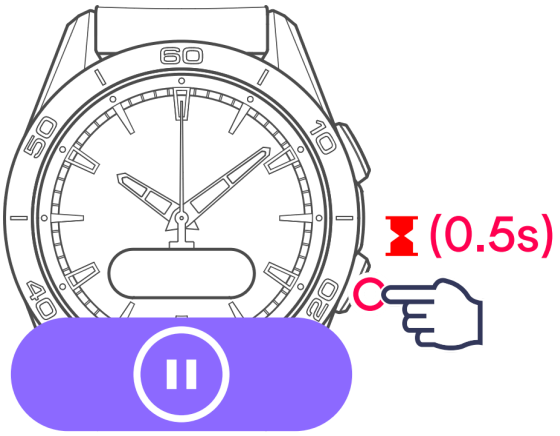
La pantalla muestra el tiempo parcial durante unos segundos y luego regresa al cronometraje.



9 Parada con reinicio



10 Salir del cronometraje



El reloj ofrece 2 opciones:



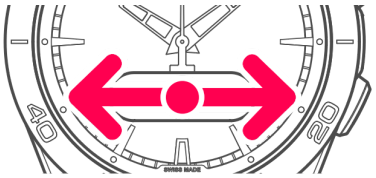
Reanudar la sesión de cronometraje actual

▶ ¿REANUDAR?

Finalizar la sesión de cronometraje



Cuando finalice la sesión de cronometraje, el reloj le ofrecerá 3 opciones:



- Iniciar una nueva sesión de cronometraje



- Consulte los registros de la sesión de cronometraje.



- Salir de la función de cronometraje



INFORMACIÓN

Reloj emparejado: Los tiempos parciales se almacenan en la aplicación.

Independientemente del tipo de emparejamiento, la función «LOGS» permite acceder a la última medición y a algunas estadísticas específicas del tipo de cronometraje. Para acceder a estos datos, seleccione LOGS.

NOTA

Los datos guardados se eliminan cuando se reinicia el cronómetro.

Lectura de los datos registrados en los tiempos por vuelta:

- En el modo no emparejado, se guardan todas las mediciones de los tiempos por vuelta y pueden consultarse en el reloj desde la función LOGS con las estadísticas de la duración total de la carrera, la vuelta más rápida, la más lenta y el tiempo medio por vuelta.
- En el modo emparejado, también podrá consultar las últimas mediciones registradas en la aplicación T-Connect. En el historial también podrá acceder a las últimas mediciones.

Lectura de los datos registrados en los tiempos intermedios:

- En el modo no emparejado, se guardan todas las mediciones de los tiempos intermedios del cronógrafo y pueden consultarse en el reloj desde la función LOGS.
- Si el reloj está emparejado y se ha reiniciado el temporizador, puede consultar las últimas mediciones registradas en la aplicación T-Connect. En el historial también podrá acceder a las últimas mediciones.

Alarma

La función de alarma hace sonar el reloj a una hora determinada, y tiene la opción de repetirla en varios días.

1 Active el reloj



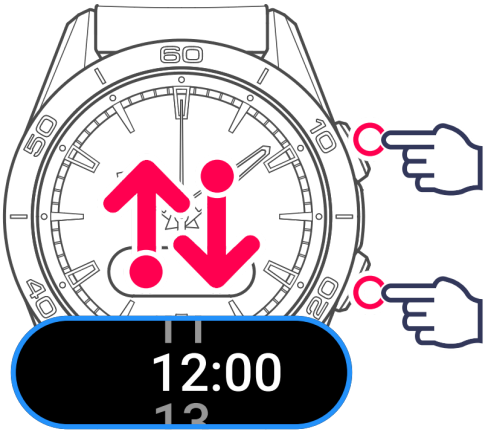
2 Visualice y seleccione la función



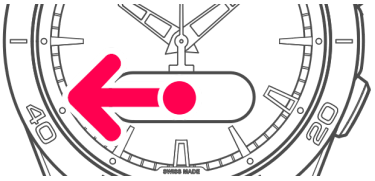
3 Crear una alarma



4 Ajuste las horas



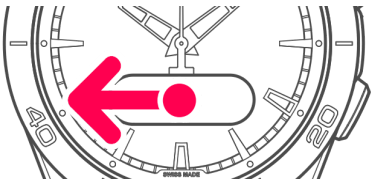
Continúe con el siguiente ajuste.



5 Ajuste los minutos y confirme



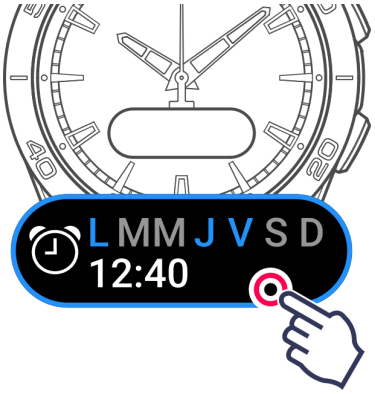
A continuación, defina la repetición de la alarma seleccionando un menú predeterminado o personalizándolo.



Preconfigurar alarmas

Personalizar alarma

6 Edite o borre una alarma activa / inactiva



Cuando se selecciona la alarma, el reloj ofrece 4 opciones:

Editar la hora y / o la repetición

¿EDITAR?

Activar la alarma guardada

¿ACTIVAR?

Desactivar la alarma guardada

¿DESACTIVAR?

Eliminar la alarma guardada

¿BORRAR?

NOTA

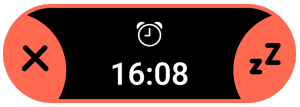
Desliza el dedo hacia la izquierda en la lista de alarmas y selecciona ELIMINAR TODO para borrar todas las alarmas guardadas.

Cuando suena la alarma

Cuando se alcanza la hora de la alarma, el reloj muestra una notificación de Alarma sonando e inicia el sonido y la vibración asociados.

Mientras suena la alarma, puedes:

- **Posponer** — la alarma se detiene y vuelve a sonar después de 5 minutos. Una alarma se puede posponer hasta 3 veces; después, solo está disponible Detener.
- **Detener** — la alarma se detiene de forma permanente y no vuelve a sonar.



> **CONSEJO**
>
> También puedes posponer una alarma que esté sonando con el gesto de la palma de la mano sobre el reloj. Una vez que la alarma se ha pospuesto 3 veces, el gesto deja de posponerla.

Preconfigurar alarmas

El reloj ofrece 4 opciones:



1 Seleccione la alarma predeterminada



2 Finalice y confirme la alarma

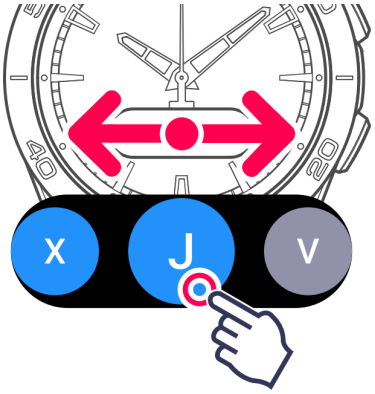


Personalizar alarma

1 Seleccione el menú



2 Seleccione el día y confirmar



3 Finalice y confirme el día



Temporizador

Cuenta atrás de hasta 23 horas, 59 minutos, 59 segundos.

1 Active el reloj



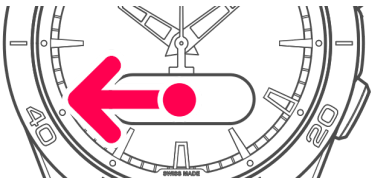
2 Visualice y seleccione la función



3 Ajuste las horas



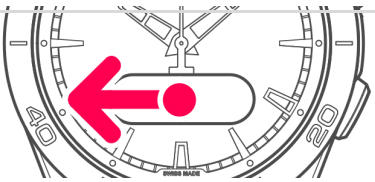
Continúe con el siguiente ajuste.



4 Ajuste los minutos



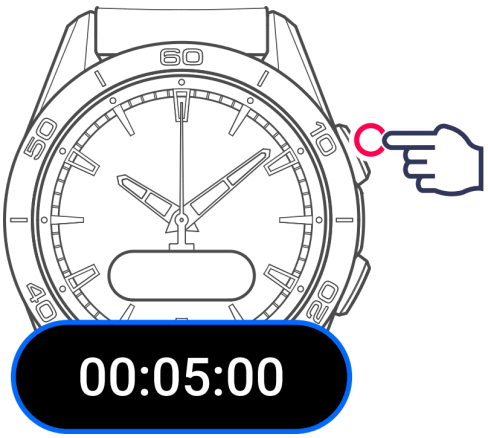
Continúe con el siguiente ajuste.



5 Ajuste los segundos y confirme



6 Ponga en marcha el temporizador



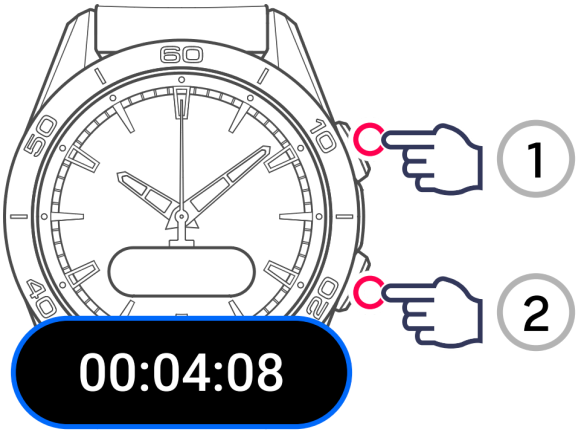
7 Temporizador en pausa



8 Reanudar el temporizador



9 Parada con reinicio



Cuando está parado, el reloj ofrece tres opciones:



Reiniciar el temporizador desde el valor ajustado

¿RECARGAR?

Ajustar un nuevo valor en el temporizador

¿AJUSTAR?

Interrumpir la función y salir

¿PARAR?

INFORMACIÓN

Reloj emparejado: También puede definir la duración del temporizador en la aplicación.

Tiempo

NOTA

Las opciones disponibles en esta página dependen de si el reloj está en **modo emparejado** o **modo no emparejado**. Este modo se selecciona durante el inicio inicial del reloj (start-up.md).

INFORMACIÓN

Reloj emparejado: En el modo emparejado, se puede seleccionar una zona horaria de la lista que aparece a continuación. En el modo no emparejado, la HORA 1 y la HORA 2 se configuran manualmente durante la configuración inicial del reloj.

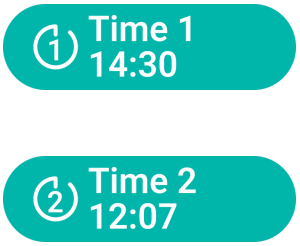
1 Active el reloj



2 Visualice y seleccione la función



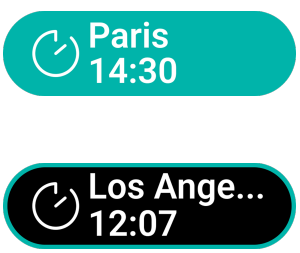
3 Seleccione la zona horaria que desea configurar.



CONSEJO

El reloj siempre muestra HORA 1.

4 Seleccione una zona horaria





Desplázate por la lista de opciones. Puedes:

- Seleccione una ciudad preconfigurada (por ejemplo, Londres, Nueva York, Ginebra) para aplicar automáticamente esa zona horaria.

> **CONSEJO**
>
> Esta lista se puede modificar en la aplicación móvil Tissot T-Touch Connect Sport.

- Seleccione Personalizado para configurar manualmente las horas y los minutos exactos.

5 Confirmar



Pulsa la pantalla o mantén pulsado el botón superior para confirmar tu selección para esa franja horaria.

> **INFORMACIÓN**
>
> Al cambiar entre el horario de verano y el de invierno, el reloj le avisará del cambio con 18 horas de antelación y se actualizará automáticamente.

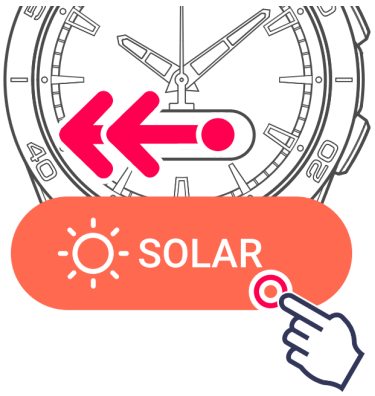
Solar

La barra de eficiencia solar muestra el nivel actual de carga solar de tu reloj.

1 Active el reloj

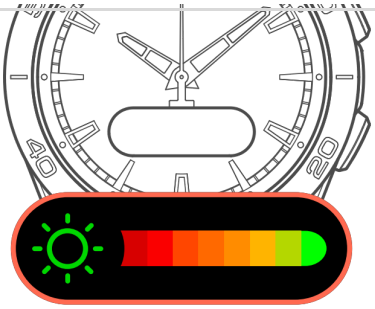


2 Visualice y seleccione la función

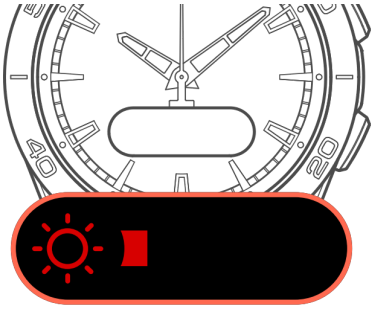


El reloj muestra el nivel de brillo:

Nivel óptimo



Nivel mínimo



INFORMACIÓN

El reloj se pone automáticamente en modo de espera tras unos segundos.

NOTA

Consulta la aplicación T-Connect (modo emparejado) para ver el historial del nivel de luz captado por tu reloj.

Frecuencia cardíaca

Pulsaciones a demanda por un periodo corto.

AVISO

Para asegurarse de medir su frecuencia cardíaca correctamente, asegúrese de que el reloj esté colocado a ras de la muñeca.

Durante las actividades de fuerza (cuando se tensa la musculatura de la muñeca), la precisión de la lectura puede disminuir durante unos segundos.

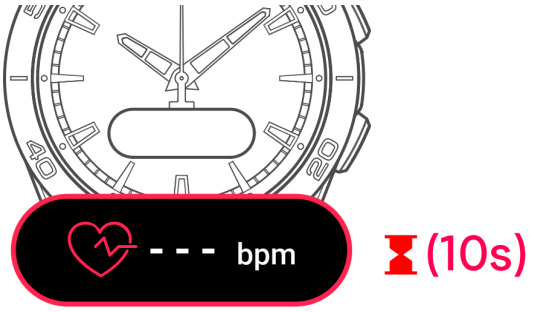
1 Active el reloj



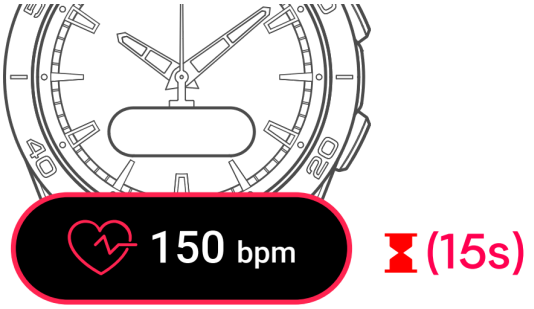
2 Visualice y seleccione la función



El reloj mide la frecuencia cardiaca.



La frecuencia cardiaca se muestra en el reloj.



INFORMACIÓN

El reloj se pone automáticamente en modo de espera tras unos segundos.

Tu frecuencia cardíaca medida a petición no se guarda.

INFORMACIÓN

Si el reloj entra en reposo por sí solo mientras mide tu frecuencia cardíaca, la medición sigue activa durante 30 segundos. Si reactivas el reloj dentro de esos 30 segundos, tu frecuencia cardíaca actual se muestra de inmediato.

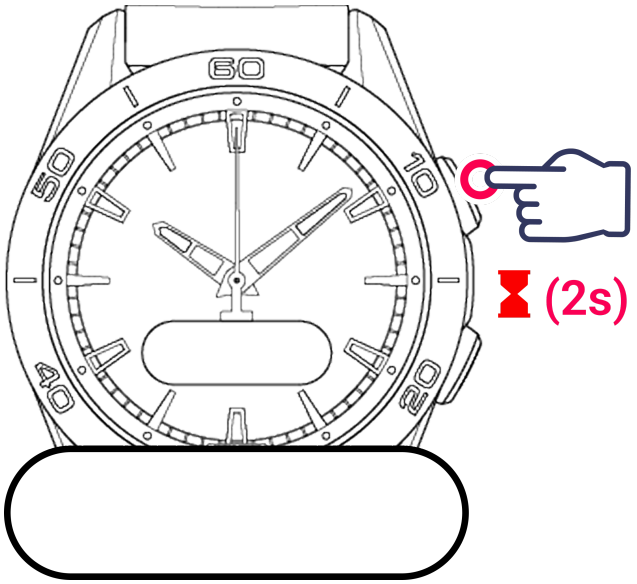
Si pones el reloj en reposo tú mismo (pulsando ambos pulsadores o usando el gesto de palma), la medición de la frecuencia cardíaca se detiene de inmediato.

Linterna

La pantalla del reloj se enciende para mejorar la visibilidad en condiciones de penumbra.

Active o desactive la función

Pulsa el pulsador superior para activar la linterna, siempre que esta acción rápida se haya configurado en la aplicación móvil Tissot. Para más detalles, consulta Acciones rápidas.



Una vez activada la linterna, pulsa el pulsador inferior para apagarla.

> **INFORMACIÓN**
>
> Si el reloj está en modo Eco, esta función no puede activarse.

Historial de notificaciones

El historial de notificaciones del reloj muestra todas las notificaciones que no has borrado en tu teléfono.

> **AVISO**
>
> Mientras el reloj está desconectado, no se reciben notificaciones. Cuando se vuelve a conectar a la aplicación, las notificaciones se añaden directamente al historial de notificaciones.

1 Active el reloj



2 Visualice y seleccione el ajuste



El reloj ofrece las siguientes opciones:

No hay notificaciones



Notificaciones disponibles



Borrar notificaciones



Filtrado de notificaciones

La aplicación le permite controlar qué notificaciones se muestran en su reloj:

1. Abre la aplicación móvil Tissot T-Touch Connect Sport.
2. Ve a los ajustes del reloj.
3. Vaya a los ajustes de notificaciones
4. Active o desactive tipos de notificación individuales

> **NOTA**
>
> En Android, puede filtrar por aplicaciones individuales. En iOS, puede filtrar por categorías de notificación. Todas las notificaciones están activadas de forma predeterminada.

Buscar teléfono

El reloj activa el tono de llamada del smartphone para localizarlo.

> **AVISO**
>
> Para encontrar el smartphone, el reloj debe estar en modo emparejado.

1 Active el reloj



2 Visualice y seleccione el ajuste



El smartphone suena



El tono del smartphone se puede apagar desde la aplicación o el reloj.

Estadísticas

Consulta de indicadores

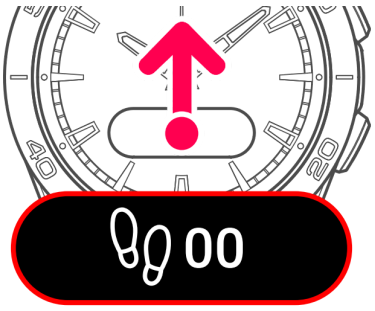
Su reloj registra sus estadísticas diarias para ayudarle a efectuar un seguimiento de sus actividades y sus avances. Puede consultarlas en cualquier momento en su reloj y en la aplicación Tissot.

> **NOTA**
>
> Los datos estadísticos diarios se restablecen cada día a medianoche.
>
> Tus datos diarios tienen en cuenta tanto tu actividad diaria como tus actividades deportivas: pasos, distancia, calorías y duración.

1 Active el reloj



2 Visualice las estadísticas



3 Visualice otras estadísticas

Utilice los pulsadores del reloj o deslice el dedo por la pantalla.



Número de pasos



Energía quemada



Tiempo de actividad



Distancia recorrida



Más información sobre los datos

También puede personalizar su objetivo de pasos diarios.

Visualice y seleccione el menú de objetivo



Ajuste su propio objetivo

Su objetivo

Establece objetivos diarios de pasos, calorías, distancia y tiempo activo en el reloj y en la aplicación, y recibe una notificación cuando alcances un objetivo.

1 Active el reloj



2 Visualice las estadísticas



3 Visualice y seleccione el menú de objetivo

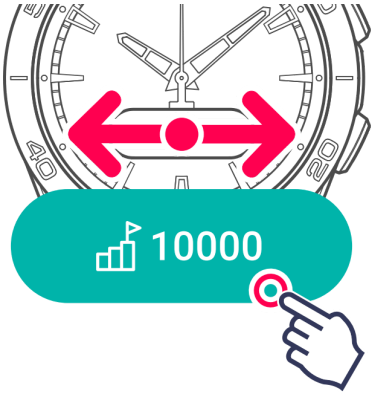


Objetivos predeterminados

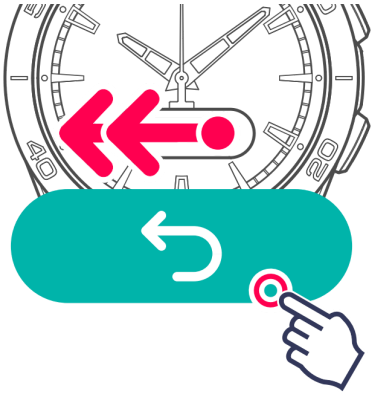
Su reloj le ofrece tres opciones:



4 Seleccione el objetivo predeterminado

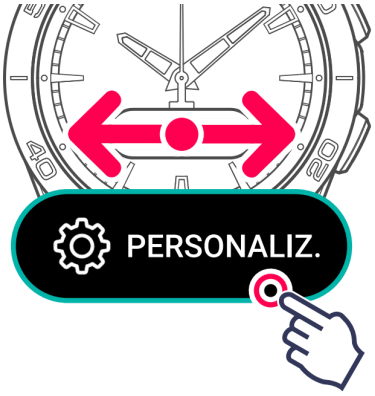


5 Finalice y confirme el objetivo

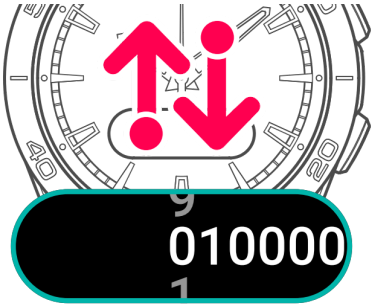


Objetivo personalizado

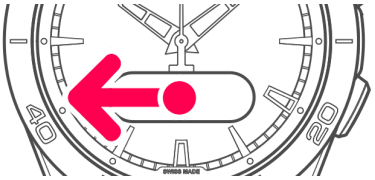
1 Seleccione el menú



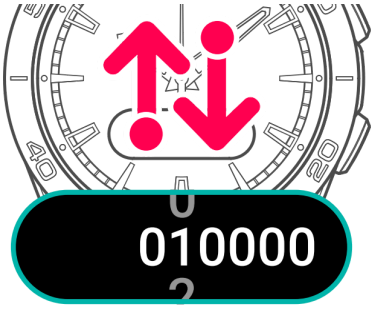
2 Personalice su objetivo empezando por la columna de las centenas de millar



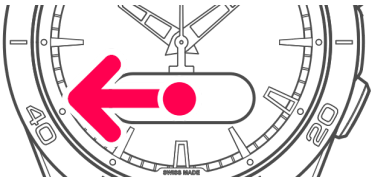
Continúe con el siguiente ajuste.



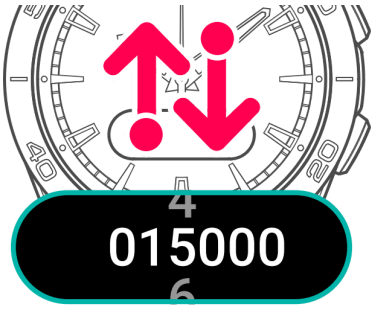
3 Ajuste las decenas de millar



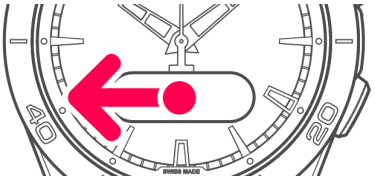
Continúe con el siguiente ajuste.



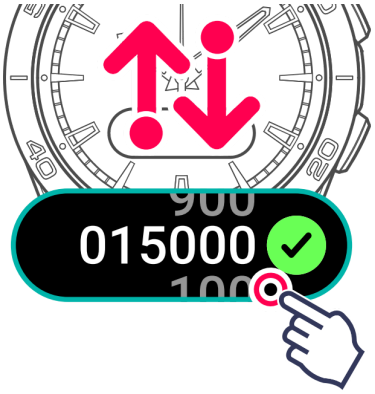
4 Ajuste las unidades de millar



Continúe con el siguiente ajuste.



5 Ajuste las centenas y confirme



6 Finalice y confirme el objetivo



NOTA

El reloj emitirá un pitido si alcanza su objetivo.

Ajustes

Ajustes generales

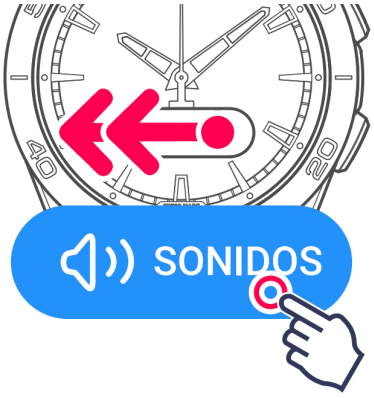
Ajustes generales de sonido

Gestiona los ajustes generales de sonido que se aplican a todas las funciones del reloj, excepto las alarmas y los temporizadores, que tienen sus propios ajustes de sonido.

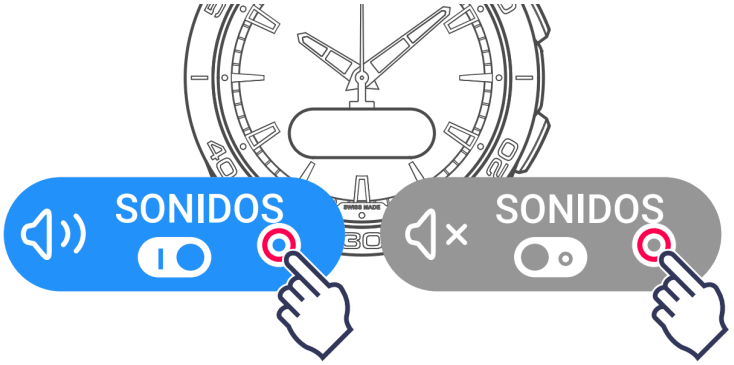
1 Active el reloj



2 Visualice y seleccione el ajuste



3 Active / Desactive el sonido



Ajustes generales de vibración

Gestiona los ajustes generales de vibración que se aplican a todas las funciones del reloj, excepto las alarmas y los temporizadores, que tienen sus propios ajustes de vibración.

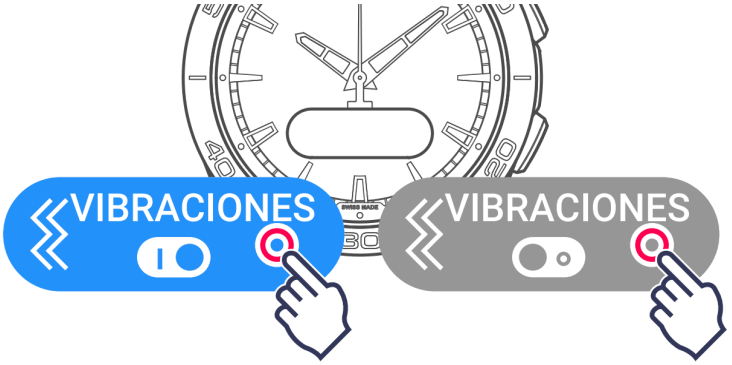
1 Active el reloj



2 Visualice y seleccione el ajuste



3 Active / Desactive la vibración



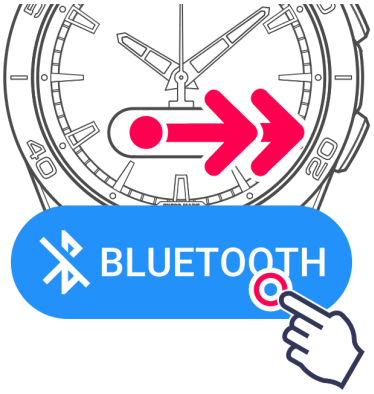
Bluetooth®

Activación / Desactivación de la conexión Bluetooth®

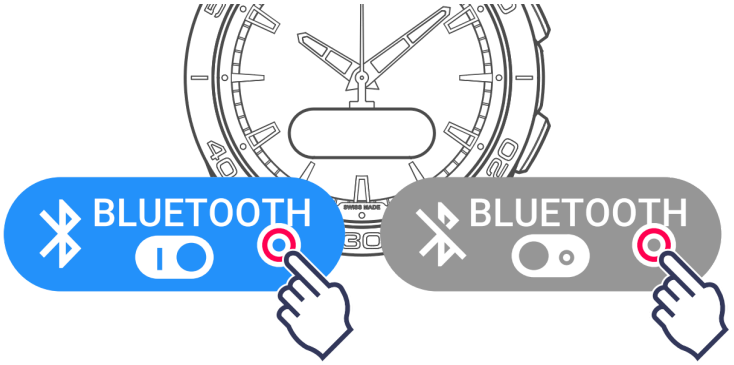
1 Active el reloj



2 Visualice y seleccione el ajuste



3 Actívela o desactívela

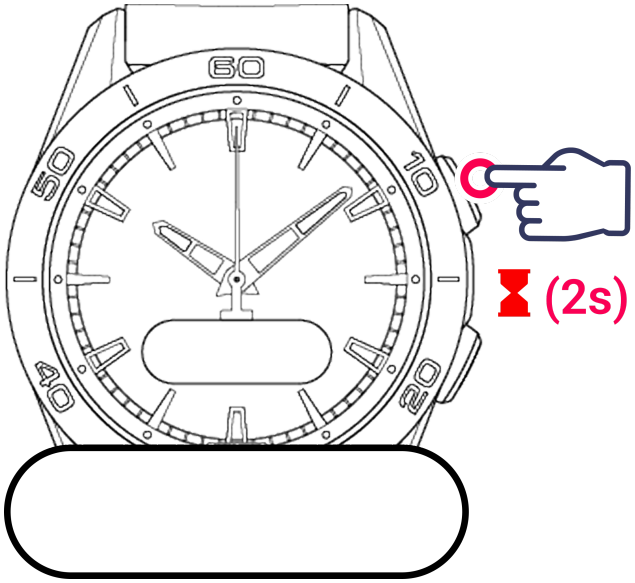


AVISO

La conexión Bluetooth® es necesaria para la comunicación entre el reloj y el smartphone. Si se desactiva, las funciones del reloj dejarán de poder utilizarse en modo emparejado.

Acciones rápidas

Desde la configuración de la aplicación móvil Tissot, puedes asignar una acción rápida al pulsador superior de tu reloj. Una vez configurada, con la pantalla del reloj apagada, mantén pulsado el pulsador superior durante 2 segundos para activar la acción seleccionada. Pulsa el pulsador inferior para desactivarla.



Acciones rápidas disponibles

Las siguientes opciones se pueden añadir como acciones rápidas:

- **Activar el reloj**
- **Actividades**
- **Monitor de frecuencia cardíaca**
- **Notificaciones**
- **Temporizadores**
- **Zonas horarias**
- **Cronógrafo**
- **Encontrar mi teléfono**
- **Batería y conectividad**
- **Linterna**

Cómo configurar

1. Abre la aplicación móvil Tissot T-Touch Connect Sport.
2. Ve a los ajustes del reloj.
3. Selecciona Acción rápida.
4. Elige la acción que deseas asignar al pulsador.
5. Selecciona la acción de nuevo para confirmar. Una marca de verificación indicará que la acción se ha establecido.

> **AVISO**
>
> La acción rápida solo funciona cuando la pantalla del reloj está apagada y no hay ningún cronógrafo o actividad en curso.

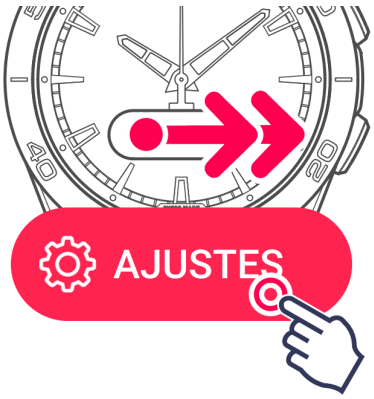
Esfera del reloj

Elige la esfera del reloj que muestra la información más relevante para ti.

1 Active el reloj



2 Visualice y seleccione el menú de ajustes



3 Muestra y selecciona el menú Esfera del reloj



4 Selecciona una esfera de reloj

Fecha / Pasos (predeterminado)



Fecha / Calorías



Hora / Notificaciones (solo en modo emparejado) / Alarma / Pasos



Hora / Notificaciones (solo en modo emparejado) / Alarma / Calorías



Fecha / Hora



INFORMACIÓN

La esfera seleccionada se guarda de forma individual para cada reloj.

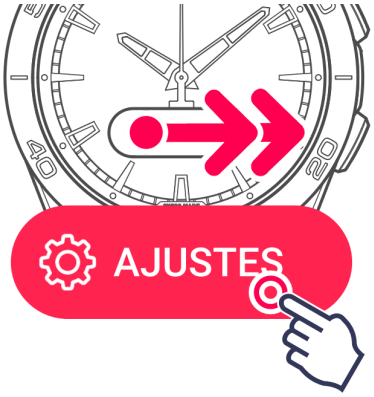
Batería

Utilizar el modo de espera y el modo Eco

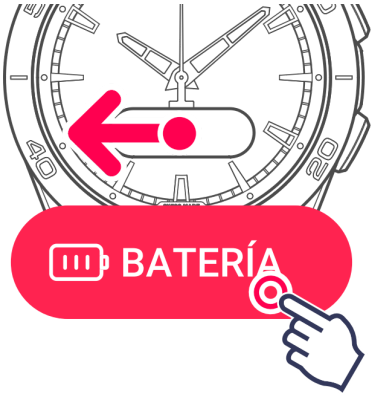
1 Active el reloj



2 Visualice y seleccione el menú de ajustes



3 Visualice y seleccione el ajuste de batería



El reloj ofrece 3 opciones:

Modo eco



Cuando el modo Eco está activado, el reloj apaga las funciones que estén utilizando demasiada batería (Bluetooth®, vibraciones, sonidos, etc.).

Modo de espera automático



Cuando se activa el modo de espera automático, el reloj entrará automáticamente en modo de espera si no se usa durante 60 minutos.

Modo de espera



Activa el modo para poner el reloj en modo de espera inmediatamente.

Mientras está en modo de espera, el reloj no está conectado a la aplicación. Para salir del modo de espera, pulse cualquier botón. El reloj también saldrá del modo de espera cuando suene una alarma o un temporizador.

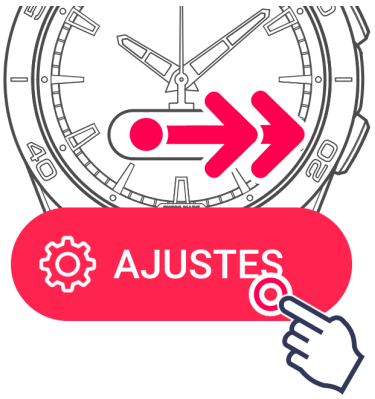
Alertas

Activación y desactivación

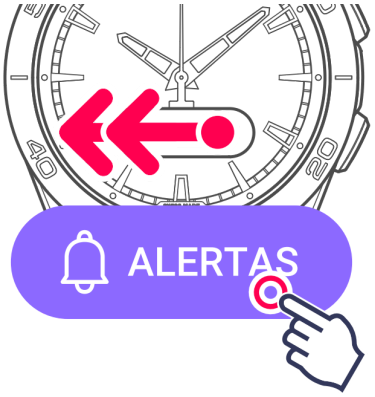
1 Active el reloj



2 Visualice y seleccione el menú de ajustes

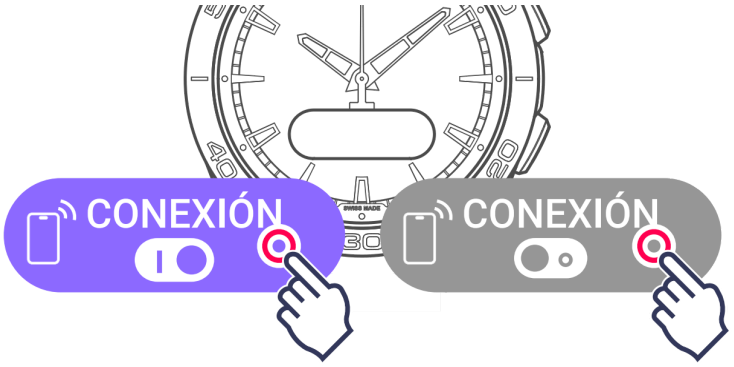


3 Visualice y seleccione el ajuste de alertas



4 Active / Desactive las alertas

Desliza el dedo hacia la izquierda o hacia la derecha para ver las diferentes alertas. Usa el interruptor para activar o desactivar cada una.



- **Alertas de movimiento**: Recibe notificaciones cuando no te hayas movido lo suficiente.
- **Alertas de objetivos**: Recibe una notificación cuando hayas alcanzado tu objetivo diario.
- **Alertas de conexión**: Si están activadas las alertas, el reloj emitirá un pitido cuando se conecte o se desconecte de la aplicación.
- **Alertas de actividad**: Recibe notificaciones cuando el reloj detecte que te has detenido o has vuelto a mover durante una actividad.

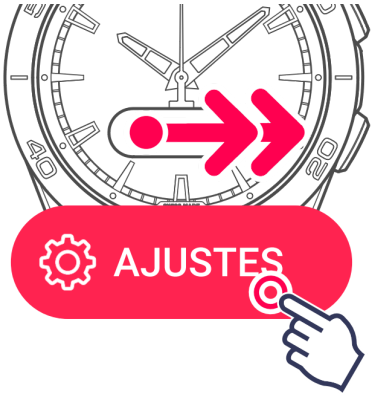
Sonidos

Gestiona los sonidos y las vibraciones para alarmas y temporizadores, notificaciones y navegación.

1 Active el reloj



2 Visualice y seleccione el menú de ajustes



3 Visualice y seleccione el ajuste de sonidos



El reloj ofrece 3 opciones:

- **Alarma y temporizador:** Selecciona para configurar los sonidos y las vibraciones de las alarmas y los temporizadores cuando suena una alarma o un temporizador.
- **Notificaciones:** Selecciona para configurar los sonidos y las vibraciones de las notificaciones/llamadas entrantes.

> **NOTA**
>
> Cuando el teléfono está en modo "No molestar", el reloj no recibirá llamadas entrantes ni notificaciones.

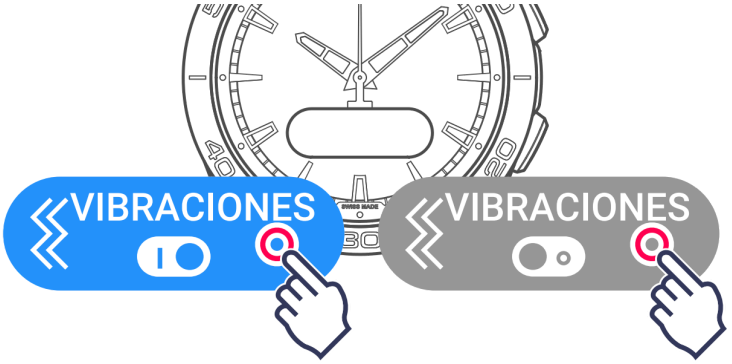
- **Navegación:** Gestiona los sonidos y las vibraciones al navegar por los menús del reloj.

En Browsing, puedes configurar los sonidos y las vibraciones por separado. Para cada uno, elige uno de los tres estados: Activado, Desactivado o Validación. Con Validación, el reloj solo emite una respuesta cuando confirmas un ajuste o una acción, por ejemplo, al establecer las horas o los minutos de una alarma.

4 Visualice y seleccione el ajuste

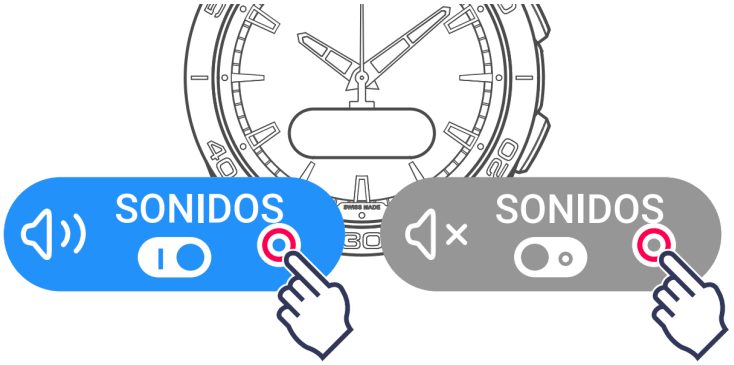


5 Active / Desactive la vibración



Si está activada la vibración, el reloj vibrará brevemente cuando reciba una notificación de la aplicación.

6 Active / Desactive el sonido



NOTA

Si está activado el sonido, el reloj emitirá un pitido cuando reciba una notificación de la aplicación.

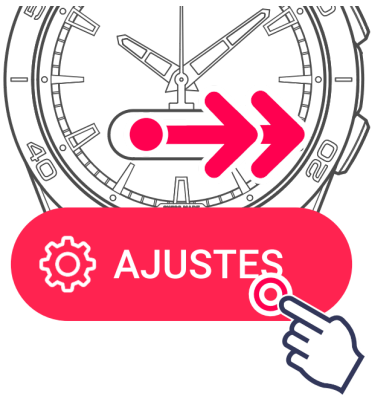
Idioma

Seleccione el idioma de visualización

1 Active el reloj



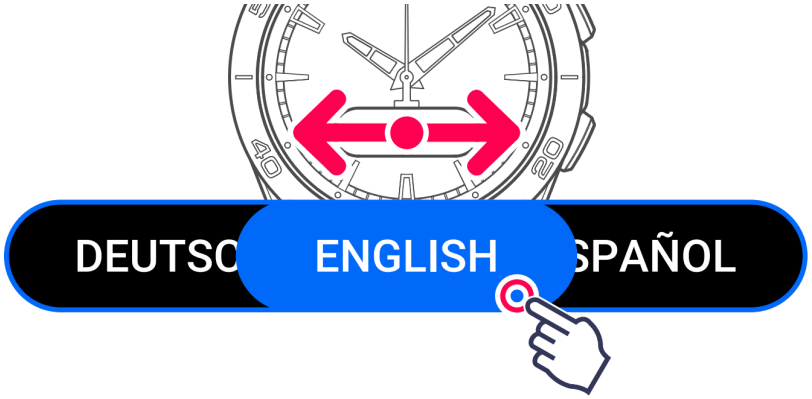
2 Visualice y seleccione el menú de ajustes



3 Seleccione el ajuste de idioma



4 Visualice y seleccione el idioma deseado



Avanzado

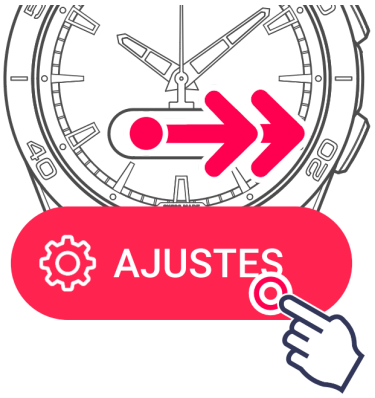
Uso de ajustes avanzados

Los ajustes siguientes sirven para calibrar las agujas o reiniciar el reloj.

1 Active el reloj



2 Visualice y seleccione el menú de ajustes



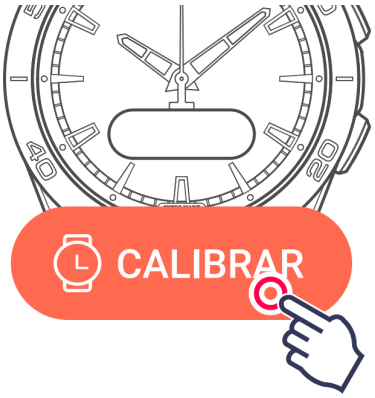
3 Visualice y seleccione la opción de ajustes avanzados



CALIBRAR

Este control se utiliza para calibrar las agujas cuando dejan de estar correctamente posicionadas. Esto puede ocurrir tras un impacto, o si el reloj se acerca a un campo magnético potente.

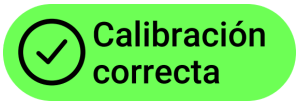
1 Visualice e inicie la calibración de las agujas



El reloj ejecuta un ciclo de calibración de las agujas para asegurarse de que estén colocadas con precisión.



Fin del ciclo de calibración



REINICIAR

Este control reinicia su reloj y vuelve a brindarle la opción de seleccionar si desea utilizarlo en modo emparejado o no.

2 Visualice e inicie la opción de reinicio del reloj



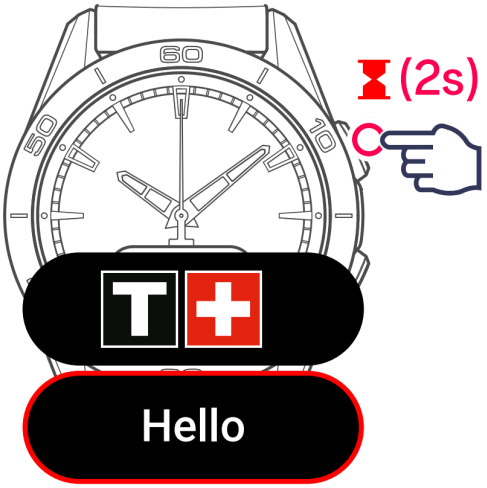
3 Confirme la eliminación de los datos

Toque la zona de la pantalla que coincida con su elección.



Confirmar: se borrarán todos los datos guardados en el reloj (cronometraje, mensajes, etc.); no obstante, si el reloj está conectado a la aplicación, se hará una copia de seguridad de los datos sincronizados y estos seguirán siendo accesibles.

Cancelar: se cancela el proceso.



El reloj ejecutará un nuevo ciclo de inicio, el mismo que en el momento de su primera puesta en marcha.

Continúe con el proceso de puesta en marcha

Formato de hora y fecha

Establezca el formato de hora y la fecha que prefiera.

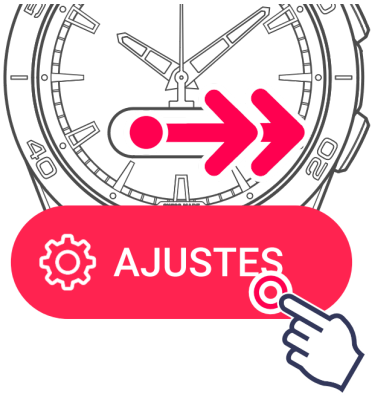
> **NOTA**
>
> Las opciones disponibles en esta página dependen de si el reloj está en **modo emparejado** o **modo no emparejado**. Este modo se selecciona durante el inicio inicial del reloj (start-up.md).

Establecer el formato de hora

1 Active el reloj



2 Visualice y seleccione el menú de ajustes



3 Visualice y seleccione la configuración de HORA/FECHA.

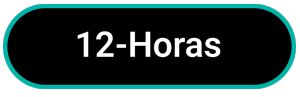


4 Pulsar FORMATO DE HORA



5 Seleccione 24 horas o 12 horas.





Establecer la fecha

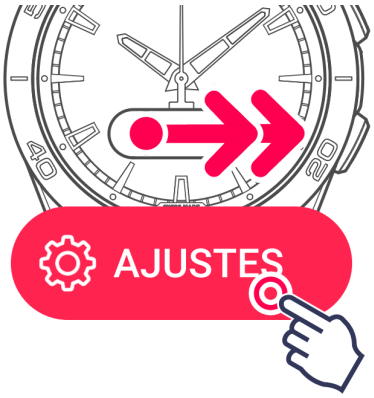
AVISO

La función ESTABLECER FECHA solo está disponible en modo no emparejado. En modo emparejado, la fecha se sincroniza automáticamente desde tu smartphone.

1 Active el reloj



2 Visualice y seleccione el menú de ajustes



3 Visualice y seleccione la configuración de HORA/FECHA.



4 Pulsar ESTABLECER FECHA



5 Ajustar el año, el mes y el día.

Toca la pantalla o pulsa el botón superior para confirmar.

6 Confirmar



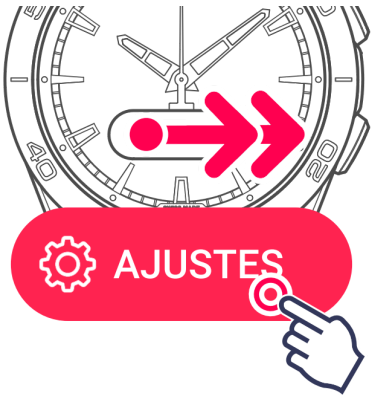
Acerca de

Información sobre su reloj

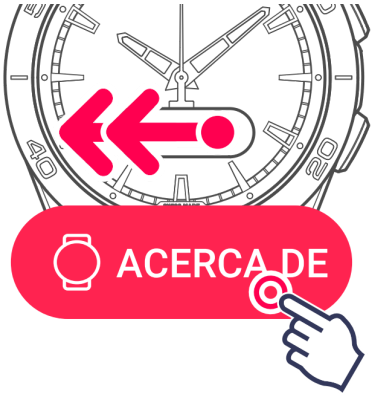
1 Active el reloj



2 Visualice y seleccione el menú de ajustes



3 Visualice la información del reloj



ID del reloj

El número de identificación exclusivo de su reloj garantiza su autenticidad. Es posible que se le solicite cuando solicite asistencia.

Versión del firmware

Esta es la versión de software que lleva equipada su reloj. En Tissot SA, estamos decididos a garantizar el desarrollo constante de nuestros productos. Añadimos nuevas funciones periódicamente. Cada vez que solicita una actualización desde la aplicación, el servidor comprueba si su reloj está equipado con la versión de software más reciente. Si no es así, le sugiere que instale esta actualización.

> **NOTA**
>
> Después de una actualización, los ajustes se recuperan desde la aplicación móvil; no es necesario que los vuelvas a aplicar manualmente. Asegúrate de permanecer conectado a la aplicación móvil después de la actualización para permitir la restauración de los ajustes.

Versión de fuente

Para garantizar una legibilidad óptima, es posible que se actualicen los tipos de fuente de la pantalla a fin de mejorar la visualización del texto y los valores en su reloj.

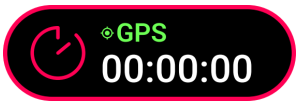
Información

Datos

Datos de actividad

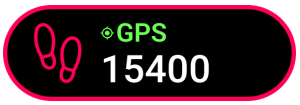
Datos guardados durante las actividades registradas.

Tiempo de actividad



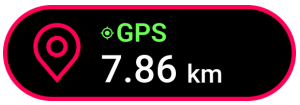
Es el tiempo transcurrido durante una actividad registrada. El tiempo se contabiliza hasta que se finaliza la actividad.

Número de pasos



El número de pasos se calcula a partir de los movimientos del brazo medidos por el acelerómetro de 3 ejes que está instalado en el reloj.

Distancia recorrida

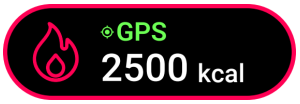


La distancia recorrida se calcula a partir de los movimientos del brazo medidos por el acelerómetro de 3 ejes, así como de los datos del GPS.

> **NOTA**
>
> Si la actividad está en pausa, la distancia recorrida durante la pausa no se contabiliza. Solo la distancia registrada mientras la actividad está en curso se añade al total.
>
> Si faltan puntos de datos GNSS por cualquier motivo (p. ej., permisos, baja precisión, sin señal o desconexión), la distancia de ese intervalo de tiempo se estima mediante

interpolación.

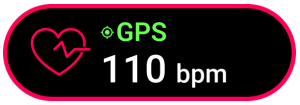
Energía quemada



La aplicación calcula la energía quemada sobre la base de múltiples datos, la distancia recorrida, la velocidad de movimiento, el ritmo de ascenso, etc., así como los datos personales que haya introducido en la aplicación de Tissot.

Actividades cardiacas

Pulsaciones



La frecuencia cardíaca se mide mediante un sensor óptico situado en la parte posterior del reloj. Mide la cantidad de luz en función del flujo sanguíneo en la muñeca.

> ⚠ **AVISO**
>
> Para asegurarse de medir su frecuencia cardíaca correctamente, asegúrese de que el reloj esté colocado a ras de la muñeca.
>
> Durante las actividades de fuerza (cuando se tensa la musculatura de la muñeca), la precisión de la lectura puede disminuir durante unos segundos.

Zonas de entrenamiento

Las zonas de entrenamiento muestran la frecuencia cardiaca durante una actividad.

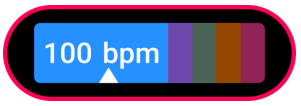
La frecuencia cardiaca se define según los valores especificados en la aplicación de Tissot. Si no se especifica, el valor del año de nacimiento por defecto es 1970. El valor máximo se calcula de la siguiente manera: 220 – edad.

> ⚠ **AVISO**

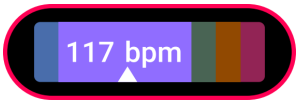
Los valores por defecto de las zonas no son bpm (latidos por minuto), sino el % de su frecuencia cardiaca máxima.

Los porcentajes y frecuencia cardiaca máximos se pueden editar en la aplicación.

Zona de entrenamiento 1: 50 %-60 %



Zona de entrenamiento 2: 60 %-70 %



Zona de entrenamiento 3: 70 %-80 %



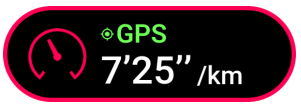
Zona de entrenamiento 4: 80 %-90 %



Zona de entrenamiento 5: 90 %-100 %

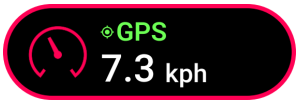


Tiempo por unidad de distancia (Ritmo)



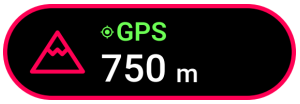
Tiempo medio empleado en recorrer un kilómetro (o una milla) durante una actividad. La aplicación calcula el valor medio del tiempo empleado para recorrer cada unidad de distancia.

Velocidad



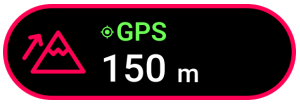
Velocidad media de desplazamiento durante su actividad, expresada en kilómetros (o millas) por hora.

Altitud



Altitud máxima alcanzada durante su actividad. Este valor se calcula a partir de los datos del GPS de su smartphone.

Ganancia de altitud acumulada



Suma total de todos los movimientos ascendentes durante la actividad, expresada en metros (o pies). Este valor se calcula a partir de los datos del GPS de su smartphone.

Datos estadísticos

Los datos almacenados para las estadísticas diarias se restablecen cada día a medianoche.

Número de pasos



El número de pasos se calcula a partir de los movimientos del brazo que mide un acelerómetro de 3 ejes que está instalado en el reloj.

Energía quemada



La aplicación calcula la energía quemada sobre la base de múltiples datos, la distancia recorrida, la velocidad de movimiento, el ritmo de ascenso, etc., así como los datos personales que haya introducido en la aplicación de Tissot.

Tiempo de actividad



Período de tiempo en el que está en movimiento o realizando una actividad física. No se tienen en cuenta los tiempos de descanso.

Distancia recorrida



La distancia recorrida se calcula a partir de los movimientos del brazo medidos por el acelerómetro de 3 ejes, así como de los datos del GPS de su smartphone.

Batería

Información

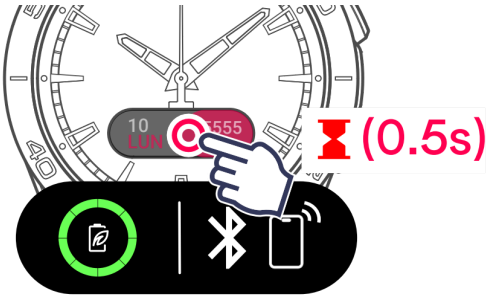
Su T-Touch Connect Sport funciona con una batería de polímero de iones de litio que se carga mediante el sensor solar instalado en la esfera, o con el cable suministrado.

Su vida media, en función del nivel de actividad, es:

- Autonomía ilimitada en el modo Watch (requiere luz exterior > 20 min/día con cielo despejado, 20 kLux).
- Hasta 6 meses en el modo Standard Connected (requiere luz exterior > 35 min/día con cielo despejado, 20 kLux).
- Hasta 3 meses en el modo Sport Connected (requiere luz exterior > 60 min/día con cielo despejado, 20 kLux).

Consulta del nivel de carga de la batería

1 Toque la pantalla durante medio segundo



Carga de la batería

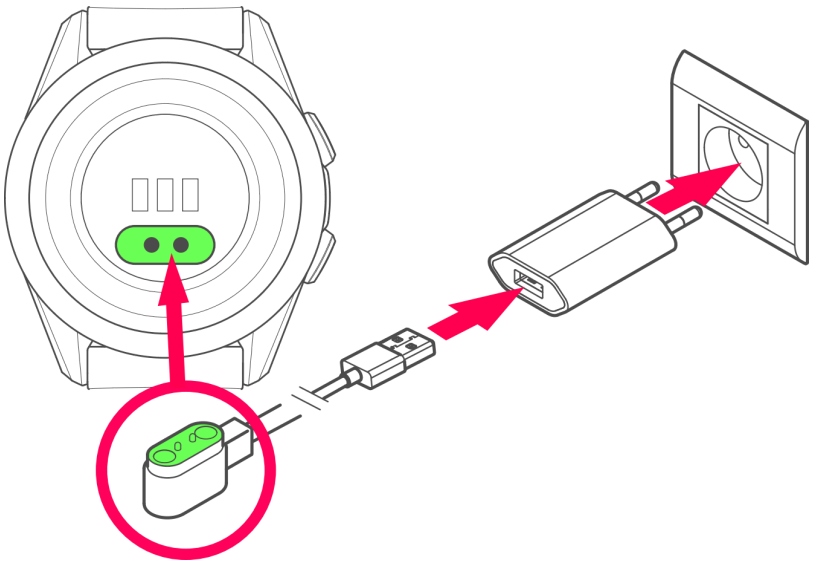
El reloj se suministra con un cable USB especial de carga con hermeticidad garantizada.

> **AVISO**
>
> No utilice un cargador de más de 15 vatios.

Si el nivel de carga de la batería es demasiado bajo como para garantizar un funcionamiento correcto, aparecerá en la pantalla el mensaje que se indica debajo:



1 Coloque el extremo del cable en el conector como se muestra



NOTA

Unos imanes garantizan la correcta orientación del conector.

INFORMACIÓN

El tiempo de carga completa es de aproximadamente 90 minutos.

Modos

Uso del modo de reloj emparejado

En este modo, el reloj está conectado a la aplicación Tissot instalada en su smartphone.

Algunas funciones pueden utilizarse también a través del smartphone:

- **Temporizador**: puede ajustarse la duración a través de la aplicación.
- **Cronógrafo**: se registran tanto las mediciones de tiempo como los tiempos parciales, que también se pueden consultar en la aplicación.
- **Datos de seguimiento de actividad**: se registran y se pueden consultar en la aplicación.
- **Ubicación**: el GPS de su smartphone registra los datos de ubicación durante las actividades de ciclismo, senderismo o carrera.
- **Estadísticas**: también pueden consultarse en la aplicación.

Bluetooth®

Los datos se intercambian entre el reloj y la aplicación mediante el protocolo Bluetooth®.

La conexión Bluetooth® debe estar activada en el smartphone y en el reloj.

Consulte la sección de ajustes

> ⚠ **AVISO**
>
> Lleve su smartphone consigo durante las actividades. La distancia entre los dos dispositivos no debe ser mayor de entre 15 y 20 m (entre 50 y 65 pies).
>
> Si el reloj está demasiado lejos del smartphone, se interrumpirá la conexión. Esta se reactiva automáticamente cuando los dos dispositivos vuelven a estar cerca.

> ⓘ **NOTA**
>
> Si tu reloj no se ha conectado a la aplicación T-Connect durante un tiempo, muestra una ventana emergente "Abrir app Tissot" —el mismo recordatorio que se muestra durante la configuración inicial— que te invita a abrir la aplicación en tu teléfono. Al abrir la

aplicación, tu reloj puede sincronizar tus datos para que permanezcan respaldados. Este recordatorio no se muestra de nuevo durante 24 horas.

Modos

Uso del modo no emparejado

En este modo, el reloj funciona de forma autónoma.

Los ajustes se configuran directamente en el reloj, y no a través de la aplicación.

Algunos datos se almacenan temporalmente en el reloj:

- **Cronógrafo**: se registran tanto las mediciones finales de tiempo como los tiempos parciales, que se pueden consultar durante el cronometraje.
- **Datos de seguimiento de actividad**: se guardan temporalmente en el reloj y se pueden consultar durante la actividad.
- **Estadísticas**: se pueden consultar durante el día en curso.

> **INFORMACIÓN**
>
> **Ubicación**: sin seguimiento de ubicación ni medición de altitud. La distancia y la velocidad no se miden en las actividades de ciclismo.

GPS

Aspectos generales

Para utilizar algunas de las funciones de su reloj, es necesario acceder a los datos de ubicación. Se utiliza el GPS de su smartphone.

> **AVISO**
>
> Su smartphone debe habilitar la ubicación para la aplicación Tissot en todo momento, no solo cuando la aplicación está activa.

Uso con GPS

La información GPS se intercambia entre su smartphone y su reloj gracias a la conexión Bluetooth®.

Para que la conexión Bluetooth® funcione, el reloj debe utilizarse en modo emparejado y la conexión Bluetooth® debe estar activada.

Activar la conexión

Reloj emparejado

> **AVISO**
>
> Lleve su smartphone consigo durante las actividades. La distancia entre los dos dispositivos no debe ser mayor de entre 15 y 20 m (entre 50 y 65 pies).
>
> Si el reloj está demasiado lejos del smartphone, se interrumpirá la conexión. Esta se reactiva automáticamente cuando los dos dispositivos vuelven a estar cerca.

Uso sin GPS

Si el reloj no puede utilizar datos de GPS, no estará disponible la información de ubicación, y el seguimiento de datos para actividades de carrera, ciclismo y senderismo será limitado.

No es posible guardar la siguiente información:

- Ubicación
- Medición de la distancia
- Velocidad

Compatibilidad

El T-Touch Connect Sport incorpora una función Bluetooth® y requiere que se utilice un smartphone que cumpla los siguientes requisitos:

Requisitos Android	Configuración requerida para Android: mínimo versión 9.0; se recomienda la versión 13 o 14. Esta versión del sistema se encuentra disponible desde el 7 de marzo de 2018. La mayoría de los dispositivos fabricados después de esta fecha cumplen este requisito.
Requisitos Apple iOS	Configuración requerida para Apple iOS: mínimo versión 16; se recomienda la versión 17.x o 18.x. Compatibilidad con iPhone, disponible desde septiembre de 2022.
Requisitos de Huawei	Configuración requerida para Huawei: mínimo versión HarmonyOS 2.0; se recomienda la versión Harmony 3.x o 4.x. Disponible para algunos smartphones Huawei a partir de junio de 2021.

Tissot garantiza la compatibilidad de sus productos con los dispositivos móviles Android más famosos y comunes en el mundo; sin embargo, algunos dispositivos no son compatibles con el T-Touch Connect Sport:

- Xiaomi Mi 8 Lite versión internacional;
- Blackberry Key2 LE;
- Samsung A21S;
- Sony XZ3;
- Caterpillar S60.

La aplicación del T-Touch Connect Sport funciona únicamente en estos países e idiomas:

Países compatibles

Albania	Australia	Austria

Bielorrusia	Bélgica	Bosnia y Herzegovina
Brasil	Bulgaria	Canadá
Chile	China	Colombia
Croacia	Chipre	República Checa
Dinamarca	Estonia	Islas Feroe
Finlandia	Francia	Alemania
Gibraltar	Grecia	Groenlandia
Guatemala	Hong Kong	Hungría
Islandia	India	Irlanda
Israel	Italia	Japón
Jordania	Corea	Kosovo
Letonia	Líbano	Liechtenstein
Lituania	Luxemburgo	Macao
Malasia	Malta	México
Moldavia	Mónaco	Montenegro
Países Bajos	Nueva Zelanda	Macedonia del Norte
Noruega	Polonia	Portugal
Rumanía	San Marino	Serbia
Singapur	Eslovaquia	Eslovenia
España	Suecia	Suiza

Taiwán	Tailandia	Turquía
Ucrania	Emiratos Árabes Unidos	Reino Unido
EE. UU.	Ciudad del Vaticano	Venezuela

Mapa de caracteres compatibles (notificaciones)

Afrikáans	Albanés	Euskera
Bretón	Catalán*	Chino (simplificado)
Corso	Checo	Danés*
Neerlandés*	Inglés	Estonio*
Feroés	Finés*	Francés
Gallego	Alemán	Húngaro*
Islandés	Indonesio	Irlandés
Irlandés* (ortografía tradicional)	Italiano	Japonés
Coreano	Kurdo	Leonés
Lituano	Luxemburgués	Malayo
Manés	Noruego	Occitano
Polaco	Portugués	Retorrománico
Gaélico escocés	Escocés gaélico	Eslovaco
Sami meridional	Español	Suajili
Sueco	Tagalo	Valón

Galés*		

*Pueden faltar algunos caracteres.

Idiomas de la aplicación

Chino (simplificado)	Chino (tradicional)	Danés
Neerlandés	Inglés	Finés
Francés	Alemán	Italiano
Japonés	Coreano	Noruego
Polaco	Portugués	Rumano
Español	Sueco	Tailandés

Idiomas del reloj

Chino (simplificado)	Inglés	Francés
Alemán	Italiano	Japonés
Coreano	Malayo	Español
Tailandés		

Actualización de firmware

Cuando hay disponible una nueva versión de firmware, la aplicación T-Connect la descarga y la transfiere automáticamente a su reloj en segundo plano, sin instalarla de inmediato.

Para instalarla, realice una de las siguientes acciones:

- Toque Actualizar en la aplicación T-Connect, o
- Confirme el recordatorio de actualización que aparece en el reloj.



Versiones y novedades

Versión	Disponibilidad	Modificaciones
10.2	Agosto 2026	**Correcciones de errores y mejoras**
10.1	Junio 2026	**Correcciones de errores y mejoras**
10.0	Abril 2026	**Distancia precisa durante la pausa** La distancia recorrida mientras una actividad está en pausa ya no se cuenta, y los puntos de datos GPS faltantes se estiman mediante interpolación. **Sonidos y vibraciones de alarma y temporizador** Las alarmas y los temporizadores tienen sus propios ajustes de sonido y vibración, independientes de los ajustes generales del reloj. **Actividad en directo de ciclismo en China** El seguimiento de actividad en directo para ciclismo ya está disponible para los usuarios en China. **Correcciones de errores y mejoras**
9.2	Febrero 2026	**Ajustes de objetivos y alertas ampliados** Establece objetivos diarios de pasos, calorías, distancia y tiempo activo en el reloj y en la aplicación, y recibe una notificación cuando se alcance un objetivo. **Más acciones rápidas** La función de linterna regresa, junto con actividades adicionales, ahora disponibles como acciones rápidas en el pulsador. **Filtrado de notificaciones en iOS** Filtra las notificaciones del smartphone por categoría en iOS (por aplicación individual en Android). **Correcciones de errores y mejoras**

Versión	Disponibilidad	Modificaciones
9.1	Octubre 2025	**Modo de espera** El modo de suspensión ha sido renombrado a modo Standby. **Suma de datos de actividades diarias y actividades deportivas** Tu resumen diario ahora combina la actividad cotidiana y las actividades deportivas: pasos, distancia, calorías y duración. **Correcciones de errores y mejoras**
9.0	Junio 2025	**Función de linterna deshabilitada** La función de linterna ha sido deshabilitada. **Duplicación de la actividad en tiempo real** Consulta tu actividad de ciclismo en tiempo real en la T-Connect app — las métricas se reflejan automáticamente en la pantalla de tu teléfono. **No molestar e historial de notificaciones** El reloj respeta el modo No Molestar de tu teléfono, silenciando las llamadas y notificaciones entrantes; consulta el historial de notificaciones en el reloj. **Widget de la NBA simplificado** Los resultados y calendarios en directo de la NBA ya no están disponibles en el reloj. El widget ahora muestra un banner que enlaza al sitio web de la NBA para conocer las últimas noticias. **Correcciones de errores y mejoras**
8.3	Abril 2025	**Historial de actividades en interiores** El reloj ahora almacena el historial de tu actividad en interiores más reciente — sincroniza con la T-Connect app para guardarlo de forma permanente.

Versión	Disponibilidad	Modificaciones
		Actividades en interiores en el reloj Selecciona e inicia actividades de cinta de correr, spinning y escaleras directamente desde el reloj — no se necesita GPS. **Gestionar alertas de pausa/reanudación automática** Configura alertas para cuando una actividad se pausa o reanuda automáticamente según tu movimiento. **Correcciones de errores y mejoras**
8.2	Marzo 2025	**Acciones rápidas en el pulsador** Asigna una acción rápida al pulsador para acceder rápidamente a tu función favorita. **Selección de esfera del reloj** Elige entre 5 esferas disponibles directamente en tu TTC Sport. **Actualizaciones de firmware transparentes** La T-Connect app descarga las actualizaciones de firmware y las transfiere automáticamente a tu reloj en segundo plano, sin instalarlas de inmediato. **Correcciones de errores y mejoras**
8.1	Enero 2025	**Acceso más rápido a la frecuencia cardíaca** Si el reloj entra en reposo mientras mide la frecuencia cardíaca, la medición continúa durante 30 segundos — reactívalo dentro de ese tiempo para verla de inmediato. **Detección de elevación de muñeca durante actividades** Levanta la muñeca durante una actividad para activar la pantalla y consultar tus datos; la detección se desactiva automáticamente durante la pausa. **Correcciones de errores y mejoras**

Versión	Disponibilidad	Modificaciones
8.0	Octubre 2024	**Historial del nivel de luz** Consulta el historial del nivel de luz captado por tu reloj en la T-Connect app (modo emparejado). **Auto Lap para actividades** Acceda a información detallada de Auto Lap para senderismo, running y ciclismo. **Nivel de energía solar** Realice un seguimiento de las tendencias de energía solar a lo largo del tiempo y comprenda mejor su impacto positivo en la duración de la batería. **Frecuencia cardíaca a demanda** Mida la frecuencia cardíaca en tiempo real directamente desde el reloj con un simple toque. **Función linterna** Mantenga pulsado el pulsador inferior para convertir instantáneamente el reloj en una linterna. **Zonas de entrenamiento en tu muñeca** Consulta tu zona de entrenamiento actual directamente en tu muñeca durante una actividad. **Aviso de reconexión** El reloj te pide que abras la T-Connect app si no está conectado. **Pausa y reanudación automática de tus actividades** Las actividades de senderismo, carrera y ciclismo en TTC Sport se pausan automáticamente cuando dejas de moverte y se reanudan cuando vuelves a empezar. **Correcciones de errores y mejoras**

Documentos

Declaración de conformidad

- Declaración de conformidad

Garantía

- Garantía