T-Touch Connect Sport

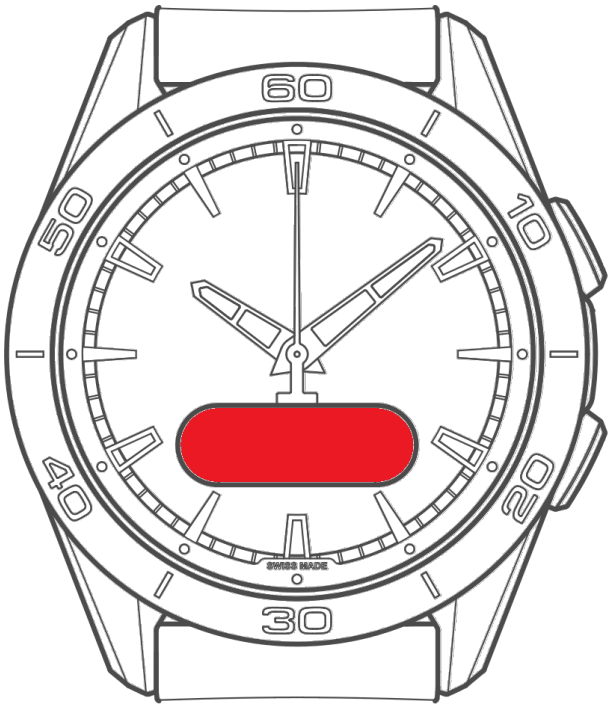


TERVETULOA T-TOUCH CONNECT SPORTIN KÄYTTÖOPPAASEEN

Aloitussivu

Aloitussivu

Kiitokset siitä, että olet valinnut Tissot™-kellon. Tämä sveitsiläinen yritys on perustettu Le Loclessa vuonna 1853 ja toimii siellä edelleen. Kellosi on valmistettu erittäin huolellisesti, korkealaatuisia materiaaleja ja osia käyttäen ja se on suojattu iskuilta, lämpötilan vaihteluilta sekä vedeltä ja pölyltä.



- Käynnistäminen / pariliittäminen
- Aktiviteetin aloittaminen
- Toiminnot
- Tilastot
- Asetukset
- Tiedot
- Asiakirjat

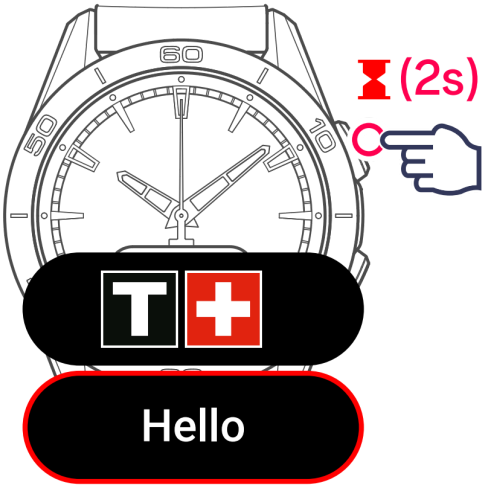
Käynnistäminen / pariliittäminen

Käynnistäminen

Alkuasetukset

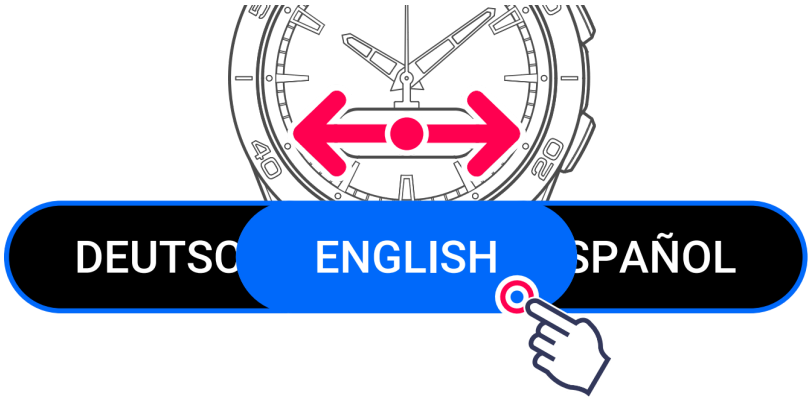
Ensimmäistä kertaa käytettäessä tai uudelleenalustamisen jälkeen, jotkut T-Touch Connect Sport -kellon parametrit on asetettava.

1 Aktivoi kello



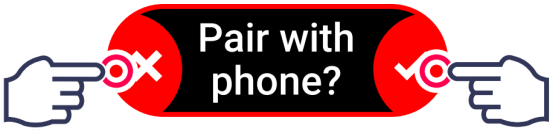
Paina ylempää painiketta 2 sekuntia.

2 Valitse kieli



Pyyhkäisen näyttöä sivulle näyttääksesi kielet.

3 Kosketa näyttöä valitaksesi toimintatilan



Vahvista: kello liitetään Tissot-sovellukseen, jonka asennat älypuhelimeesi. Kellonaika, päivämäärä ja muut tiedot ladataan automaattisesti sovelluksesta.

Jatka pariliitetyssä tilassa

Peruuta: kello toimii itsestään. Sinun on asetettava päivämäärä ja kellonaika.

Jatka ei-pariliitetyssä tilassa

Pariliitetty tila

1 Lataa ja asenna

Lataa ja asenna Tissot-sovellus älypuhelimeesi.



Kun sovellus on asennettu, näytössä näytetään pariliitoskoodi.

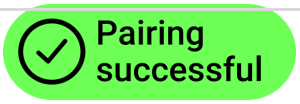


2 Tarkasta ja vahvista koodit

Koodit ovat identtiset, vahvista sovelluksessa ja kellossa.



Pariliitos on valmis.



TIEDOT

Omat tiedot: Suosittelemme, että täytät henkilökohtaiset tietosi Tissot-sovelluksessa aktiivisuuden mittaustarkkuuden parantamiseksi.

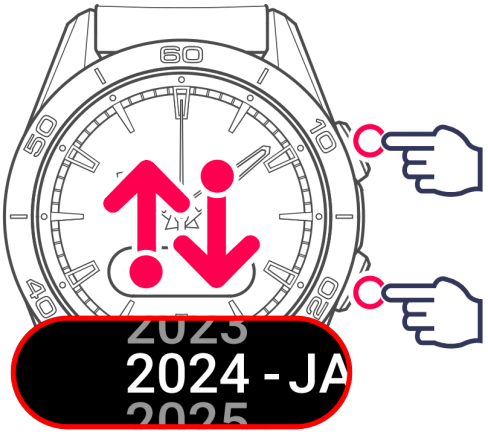
Kellosi on valmis käytettäväksi. Tutustu toimintoihin ja valikoihin seuraamalla tutustumistietoja.

Tutustuminen

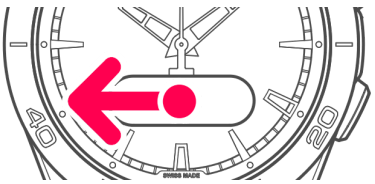
Ei-pariliitetty tila

Käytä kelloasi ei-pariliitetyssä tilassa (ilman älypuhelimeesi liittämistä).

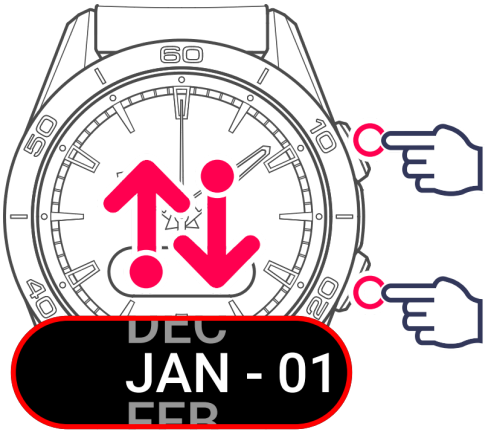
1 Valitse vuosi



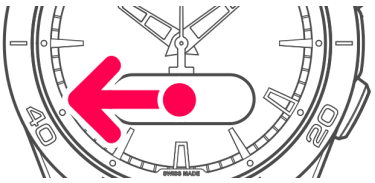
Sitten siirry seuraavaan asetukseen.



2 Valitse kuukausi



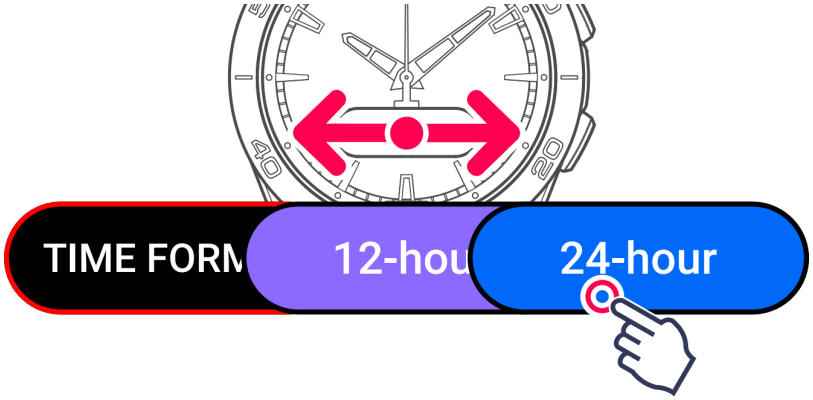
Sitten siirry seuraavaan asetukseen.



3 Valitse päivämäärä ja vahvista



4 Valitse ajan esitystapa



Käynnistäminen ei-pariliitetyssä tilassa on valmis.



Kellosi on valmis käytettäväksi. Tutustu toimintoihin ja valikoihin seuraamalla tutustumistietoja.

Tutustuminen

Tutustuminen

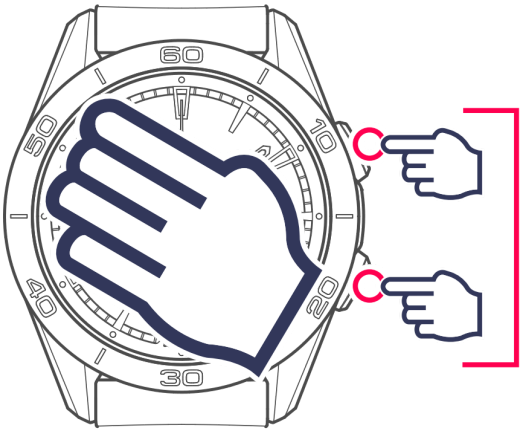
Avaa kellosi lukitus / lukitse se

Kosketusnäytöllä ja painikkeilla pääset nopeasti kaikkiin kellosi ominaisuuksiin.

1 Avaa kellon lukitus



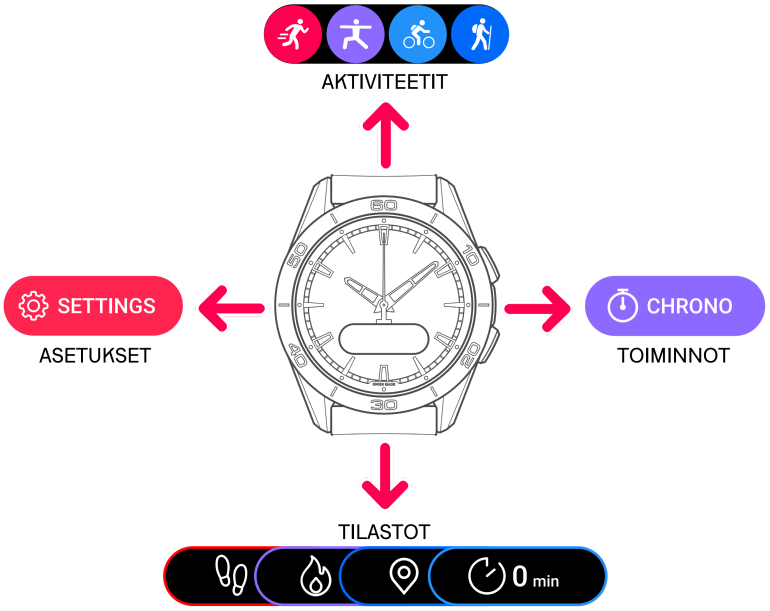
2 Lukitse kello



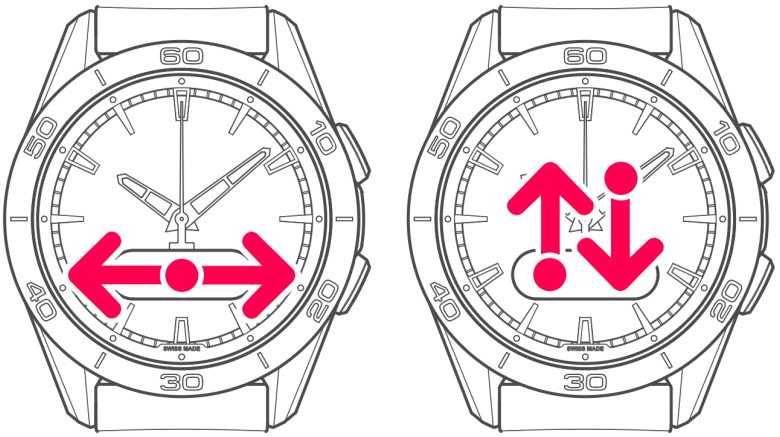
Joko asettamalla kätesi kellotaululle tai painamalla molempia painikkeita samanaikaisesti.

Selaa valikoita

Kellosi näyttö näyttää kaikki käytettävissä olevat toiminnot. Selaa valikoita pyyhkäisemällä mihin tahansa neljästä suunnasta.

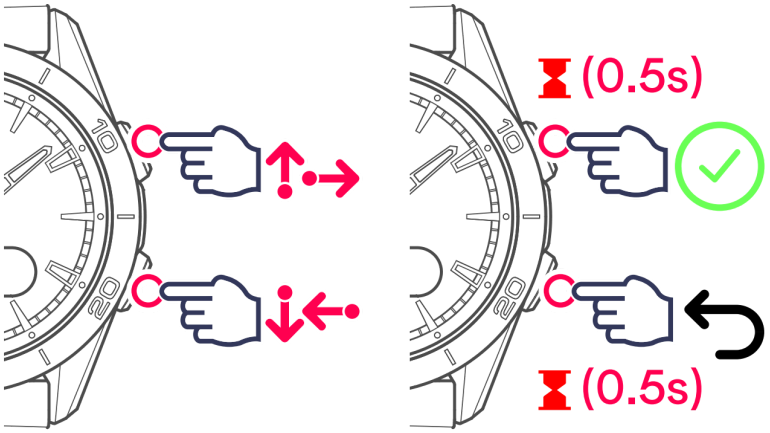


1 Pyyhkäise näyttöä



vaaka- tai pystysuorassa (kellon keskeltä) selataksesi valikoita.

2 Käytä painikkeita



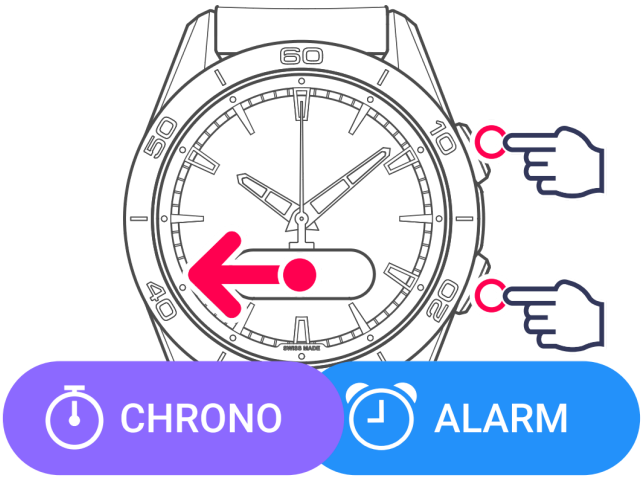
Selataksesi vahvista tai palaa takaisin.

Ylemmällä painikkeella voi selata alas tai vasemmalle (lyhyt painallus) ja vahvistaa (pitkä painallus).

Alemmalla painikkeella voi selata ylös tai oikealle (lyhyt painallus) ja vahvistaa (pitkä painallus).

Pääsy toimintoihin, aktiviteetteihin, asetuksiin ja tilastoihin

1 Pyyhkäise vasemmalle siirtyäksesi kellon FUNCTIONS-valikkoon (toiminnot)



Katso Functions (Toiminnot)

2 Pyyhkäise ylös siirtyäksesi kellon päivittäisiin STATISTICS-tietoihin (tilastot)



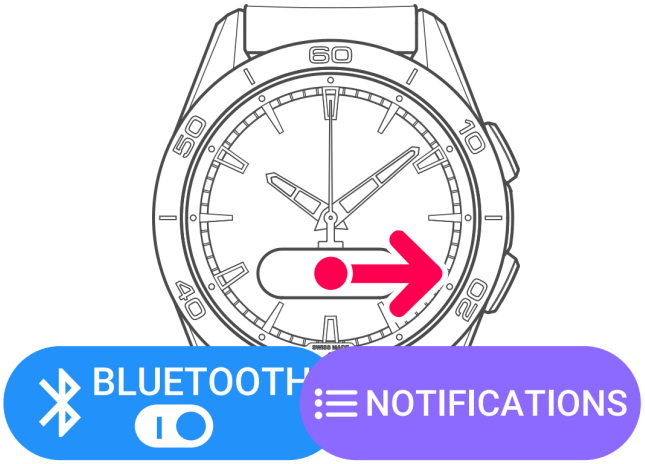
Katso Statistics

3 Pyyhkäise alas siirtyäksesi kellon ACTIVITIES-kohtaan (aktiviteetit)



Katso Starting an acivity

4 Pyyhkäise oikealle siirtyäksesi SETTINGS-kohtaan (asetukset)



Katso Settings

Viestien lukeminen

Kun älypuhelimeen vastaanotettu viesti näkyy kellossa, voit selata sitä koskettamalla näyttöä ja pyyhkäisemällä sitten pystysuunnassa.

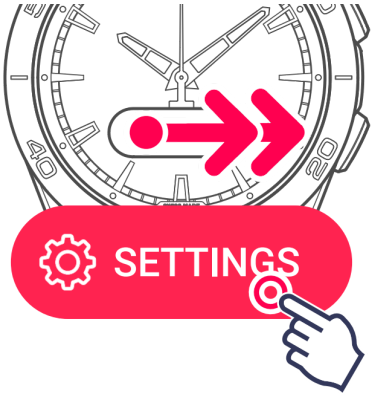
Pariliittäminen

Kellosi voidaan pariliittää, jos sitä ei tehty ensimmäisen käyttökerran yhteydessä.

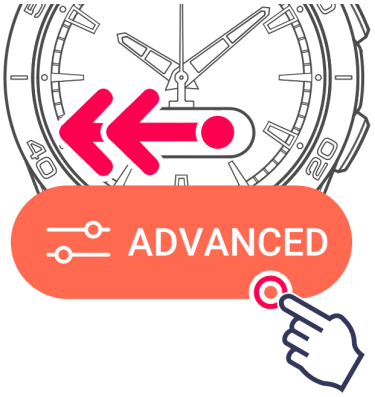
1 Aktivoi kello



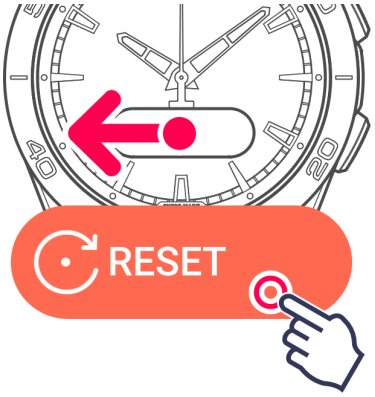
2 Näytä ja valitse asetukset-valikko



3 Näytä ja valitse lisäasetukset



4 Näytä ja aloita kellon uudelleenalustus



5 Confirm data deletion

Kosketa valintaasi vastaavaa näyttöaluetta.



Vahvista: kelloon tallennetut tiedot poistetaan (ajanotto, viestit jne.), mutta jos kello on yhdistetty sovellukseen, synkronoidut tiedot varmuuskopioidaan ja ne ovat edelleen käytettävissä.

Peruuta: menettely peruutetaan.

Kello suorittaa uuden alustamisjakson. Saman kuin kellon ensimmäisen käynnistyksen yhteydessä.

Jatka käynnistysmenettelyä

Aktiviteetin aloittaminen

Juoksu

> **HUOMAUTUS**
>
> **Tämä on ulkoliikuntalaji.** Se seuraa sijaintiasi ja reittiäsi GPS:n avulla.

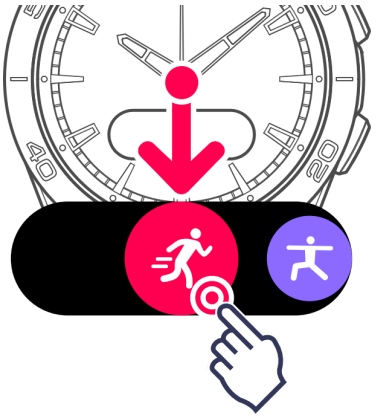
Seuraa juoksuasi ja tallenna tietosi.

Sovelluksen on oltava auki älypuhelimessasi.

1 Aktivoi kello



2 Valitse aktiviteetti



Kello yhdistää GPS:ään.



TIEDOT

Kosketa näyttöä aloittaaksesi toiminto odottamatta GPS-yhteyttä.

Reitin tallentaminen alkaa heti, kun yhteys on muodostettu.

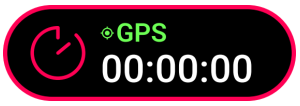
Kello on valmiina seuraamaan aktiviteettiasi.



Lähtölaskenta käynnistyy automaattisesti.



Aktiviteettiasi aletaan tallentaa kellonajan ollessa näytössä.



TIEDOT

Älykäs tauko ja jatkaminen

Jos pysähdyt 30 sekunniksi, kello kehottaa sinua keskeyttämään aktiviteetin. Jos aktiviteetti on keskeytetty ja aloitat liikkumisen uudelleen, kello kehottaa sinua jatkamaan aktiviteettia.

- Aktiviteetin tila ei muutu, ennen kuin vahvistat ponnahdusikkunan.
- Jokainen ponnahdusikkuna katoaa, jos sen laukaissut liike pysähtyy, ja tulee näkyviin uudelleen, jos se tapahtuu jälleen.
- Jos peruutat ponnahdusikkunan, se tulee näkyviin uudelleen jokaisen tunnin välein, kunnes jatkat tai lopetat toiminnon.
- Aktiviteetti päättyy automaattisesti, jos kello on käyttämättömänä 1 tunnin ajan.

3 Tarkastele aktiviteetin tietoja

Käytä kellon painikkeita tai kosketa näyttöä.

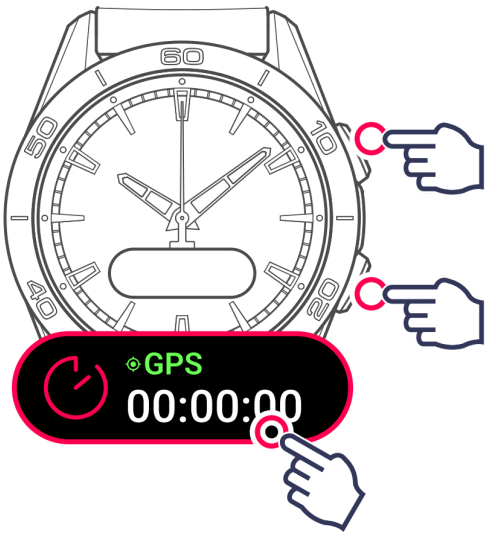
HUOMAUTUS

Herätä näyttö aktiviteetin aikana nostamalla rannettasi ja lue tietosi. Ranteen noston tunnistus on poissa käytöstä, kun aktiviteetti on tauolla.

HUOMAUTUS

Aina kun olet suorittanut 1 km tai 1 mailin (asetuksistasi riippuen), kello näyttää ponnahdusikkunan, jossa on kyseisen kierroksen keskivauhtisi. Asetuksista riippuen ponnahdusikkuna voi täristä ja/tai antaa äänimerkin.

T-Connect-sovelluksessa (paritilassa) aktiviteetin tiedot näyttävät yhteenvedon kierroksittain, mukaan lukien matkan, keskivauhdin sekä nousun ja laskun korkeuseron.

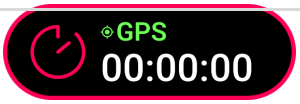


TIEDOT

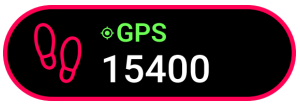
Aktiviteetin aikana kello vaihtaa valmiustilaan akun säästämiseksi. Kosketa näyttöä aktivoidaksesi näyttö uudelleen.

Tallennettavat tiedot:

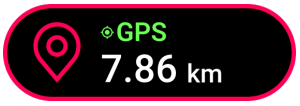
- Aktiviteetin kesto



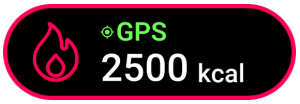
- Otettujen askeleiden lukumäärä



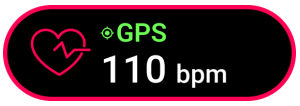
- Kuljettu matka (km tai mailit)



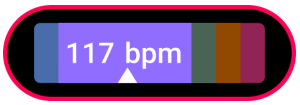
- Poltetut kalorit



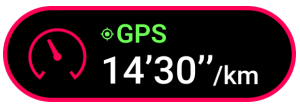
- Sydämen syke



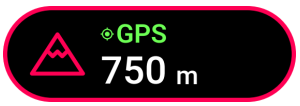
- Harjoittelualue (sydämen syke)



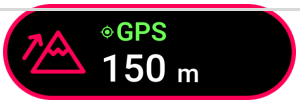
- Aika yksikkömatkaa kohti (km tai mailia)



- Suurin saavutettu korkeus

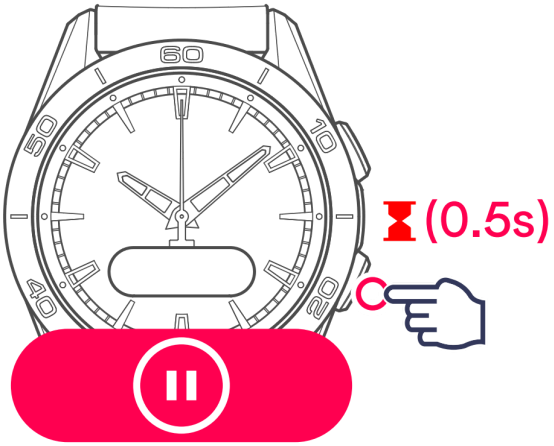


- Nousu/lasku

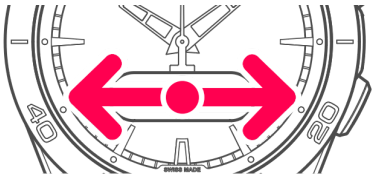


Lisää tietoja

4 Poistu aktiviteetista



Kellossa on kaksi vaihtoehtoa:



Aloita uudestaan nykyisen aktiviteetin seuraaminen



Lopeta ja vahvista seurannan päättyminen



Treeni

HUOMAUTUS

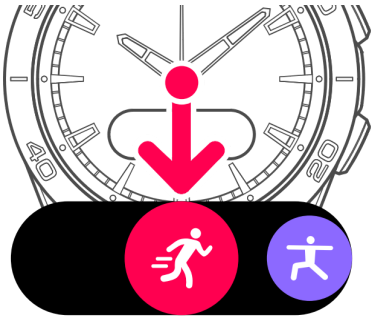
Tämä on sisäliikuntaa. Se ei seuraa sijaintiasi GPS:n avulla.

Seuraa treeniäsi ja tallenna tietosi.

1 Aktivoi kello



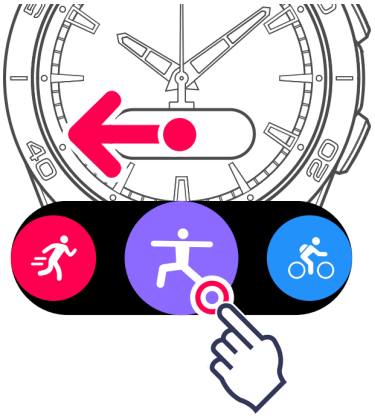
2 Näytä aktiviteetit



TIEDOT

Käytettävissä ovat myös sisäaktiviteetit — juoksumatto, spinning ja portaat. Valitse ja aloita ne kellossa samalla tavalla kuin muutkin aktiviteetit.

3 Näytä ja valitse aktiviteetti



Kello on valmiina seuraamaan aktiviteettiasi.



Lähtölaskenta käynnistyy automaattisesti.



Aktiviteettiasi aletaan tallentaa kellonajan ollessa näytössä.



4 Tarkastele aktiviteetin tietoja

Käytä kellon painikkeita tai kosketa näyttöä.

> **HUOMAUTUS**
>
> Herätä näyttö aktiviteetin aikana nostamalla rannettasi ja lue tietosi. Ranteen noston tunnistus on poissa käytöstä, kun aktiviteetti on tauolla.



TIEDOT

Aktiviteetin aikana kello vaihtaa valmiustilaan akun säästämiseksi. Kosketa näyttöä aktivoidaksesi näyttö uudelleen.

Tallennettavat tiedot:

- Aktiviteetin kesto



- Otettujen askeleiden lukumäärä



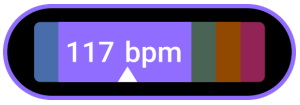
- Poltetut kalorit



- Sydämen syke

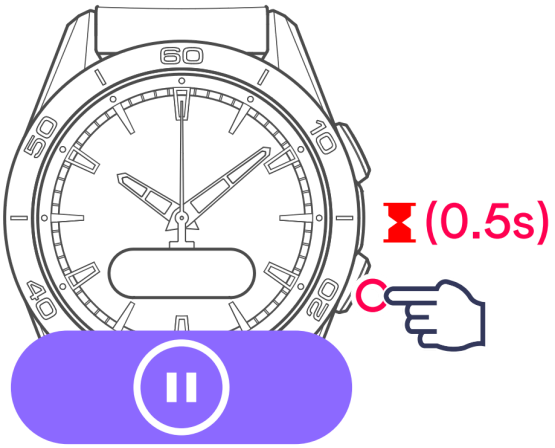


- Harjoittelualue (sydämen syke)



Lisää tietoja

5 Poistu aktiviteetista



Kellossa on kaksi vaihtoehtoa:



Aloita uudestaan nykyisen aktiviteetin seuraaminen



Lopeta ja vahvista seurannan päättyminen


FINISH?

Juoksumatto

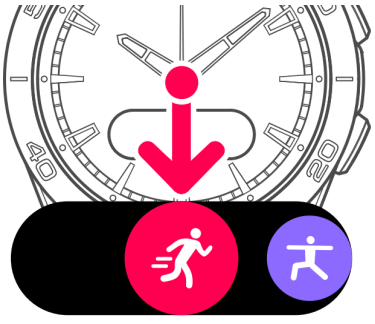
> **HUOMAUTUS**
>
> **Tämä on sisäliikuntaa.** Se ei seuraa sijaintiasi GPS:n avulla.

Seuraa juoksumattoharjoitustasi kellolla.

1 Aktivoi kello



2 Näytä aktiviteetit



3 Näytä ja valitse aktiviteetti



Kello on valmiina seuraamaan aktiviteettiasi.



Lähtölaskenta käynnistyy automaattisesti.



Aktiviteettiasi aletaan tallentaa kellonajan ollessa näytössä.



4 Tarkastele aktiviteetin tietoja

Käytä kellon painikkeita tai kosketa näyttöä.

HUOMAUTUS

Herätä näyttö aktiviteetin aikana nostamalla rannettasi ja lue tietosi. Ranteen noston tunnistus on poissa käytöstä, kun aktiviteetti on tauolla.



TIEDOT

Aktiviteetin aikana kello vaihtaa valmiustilaan akun säästämiseksi. Kosketa näyttöä aktivoidaksesi näyttö uudelleen.

Tallennettavat tiedot:

- Aktiviteetin kesto



- Otettujen askeleiden lukumäärä



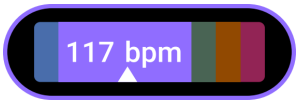
- Poltetut kalorit



- Sydämen syke

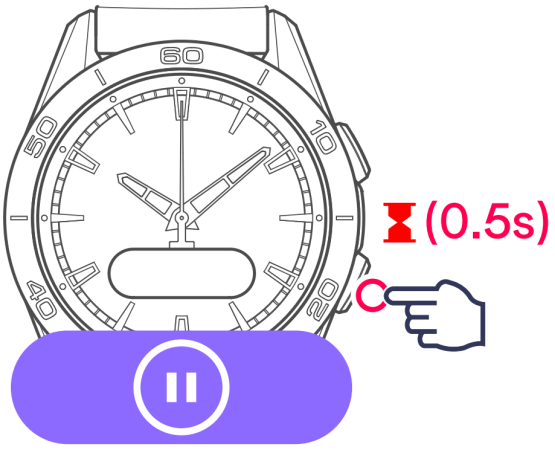


- Harjoittelualue (sydämen syke)



Lisää tietoja

5 Poistu aktiviteetista



Kellossa on kaksi vaihtoehtoa:



Aloita uudestaan nykyisen aktiviteetin seuraaminen



Lopeta ja vahvista seurannan päättyminen


FINISH?

Spinning

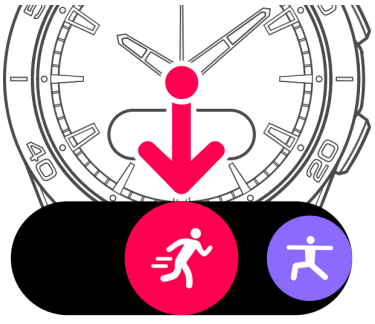
> **HUOMAUTUS**
>
> **Tämä on sisäliikuntaa.** Se ei seuraa sijaintiasi GPS:n avulla.

Seuraa spinning-harjoitustasi kellolla.

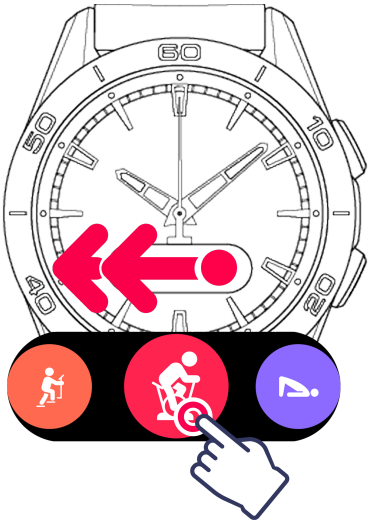
1 Aktivoi kello



2 Näytä aktiviteetit



3 Näytä ja valitse aktiviteetti



Kello on valmiina seuraamaan aktiviteettiasi.



Lähtölaskenta käynnistyy automaattisesti.



Aktiviteettiasi aletaan tallentaa kellonajan ollessa näytössä.



4 Tarkastele aktiviteetin tietoja

Käytä kellon painikkeita tai kosketa näyttöä.

> **HUOMAUTUS**
>
> Herätä näyttö aktiviteetin aikana nostamalla rannettasi ja lue tietosi. Ranteen noston tunnistus on poissa käytöstä, kun aktiviteetti on tauolla.



TIEDOT

Aktiviteetin aikana kello vaihtaa valmiustilaan akun säästämiseksi. Kosketa näyttöä aktivoidaksesi näyttö uudelleen.

Tallennettavat tiedot:

- Aktiviteetin kesto



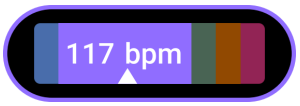
- Poltetut kalorit



- Sydämen syke

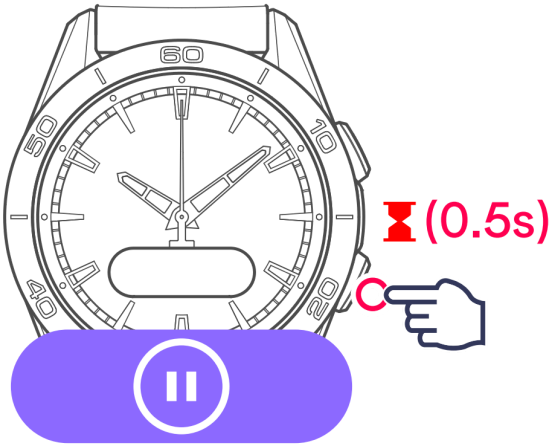


- Harjoittelualue (sydämen syke)

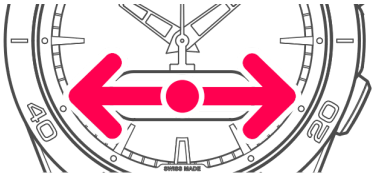


Lisää tietoja

5 Poistu aktiviteetista



Kellossa on kaksi vaihtoehtoa:



Aloita uudestaan nykyisen aktiviteetin seuraaminen



Lopeta ja vahvista seurannan päättyminen



Portaat

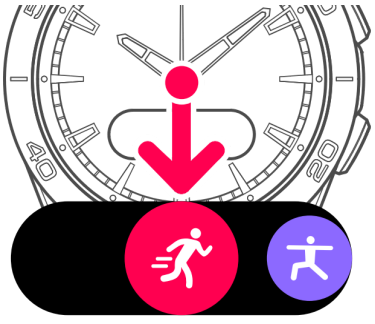
> **HUOMAUTUS**
>
> **Tämä on sisäliikuntaa.** Se ei seuraa sijaintiasi GPS:n avulla.

Seuraa porrasharjoitustasi kellolla.

1 Aktivoi kello



2 Näytä aktiviteetit



3 Näytä ja valitse aktiviteetti



Kello on valmiina seuraamaan aktiviteettiasi.



Lähtölaskenta käynnistyy automaattisesti.



Aktiviteettiasi aletaan tallentaa kellonajan ollessa näytössä.



4 Tarkastele aktiviteetin tietoja

Käytä kellon painikkeita tai kosketa näyttöä.

> **HUOMAUTUS**
>
> Herätä näyttö aktiviteetin aikana nostamalla rannettasi ja lue tietosi. Ranteen noston tunnistus on poissa käytöstä, kun aktiviteetti on tauolla.



TIEDOT

Aktiviteetin aikana kello vaihtaa valmiustilaan akun säästämiseksi. Kosketa näyttöä aktivoidaksesi näyttö uudelleen.

Tallennettavat tiedot:

- Aktiviteetin kesto



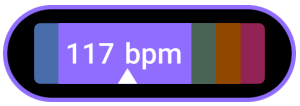
- Poltetut kalorit



- Sydämen syke

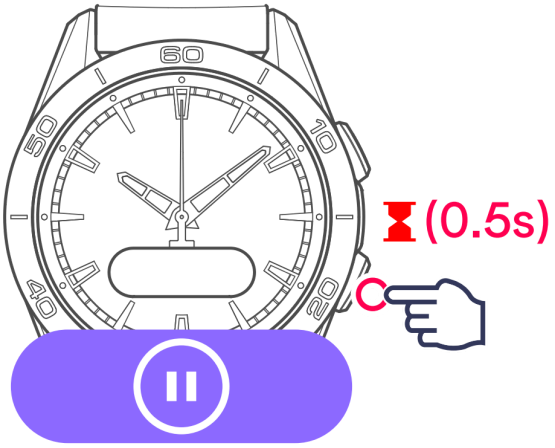


- Harjoittelualue (sydämen syke)

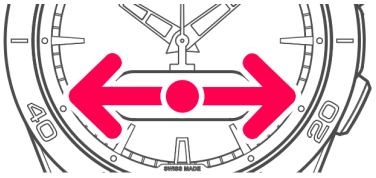


Lisää tietoja

5 Poistu aktiviteetista



Kellossa on kaksi vaihtoehtoa:



Aloita uudestaan nykyisen aktiviteetin seuraaminen



Lopeta ja vahvista seurannan päättyminen



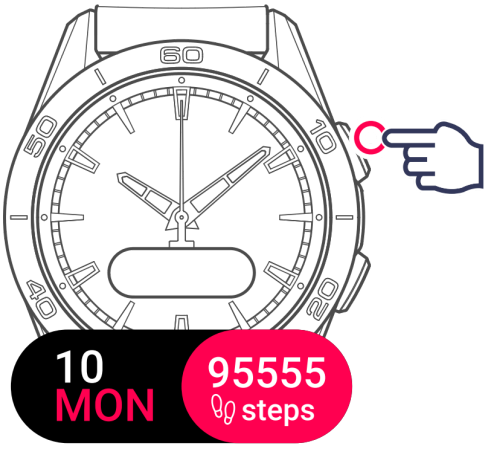
Pyöräily

> **HUOMAUTUS**
>
> **Tämä on ulkoliikuntalaji.** Se seuraa sijaintiasi ja reittiäsi GPS:n avulla.

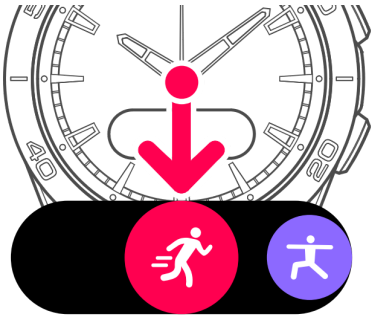
Seuraa pyöräilyäsi ja tallenna tietosi.

Sovelluksen on oltava auki älypuhelimessasi.

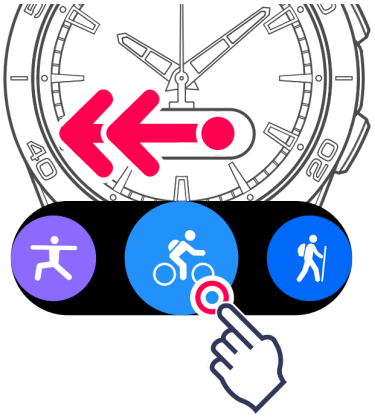
1 Aktivoi kello



2 Näytä aktiviteetit



3 Näytä ja valitse aktiviteetti



Kello yhdistää GPS:ään.



> **TIEDOT**
>
> Kosketa näyttöä aloittaaksesi toiminto odottamatta GPS-yhteyttä.
>
> Reitin tallentaminen alkaa heti, kun yhteys on muodostettu.

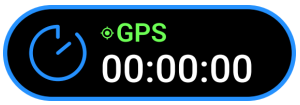
Kello on valmiina seuraamaan aktiviteettiasi.



Lähtölaskenta käynnistyy automaattisesti.



Aktiviteettiasi aletaan tallentaa kellonajan ollessa näytössä.



> **TIEDOT**

Älykäs tauko ja jatkaminen

Jos nopeutesi laskee alle 7 km/h yhden minuutin ajaksi, kello pyytää keskeyttämään aktiviteetin. Jos aktiviteetti on tauolla ja nopeutesi kasvaa uudelleen, kello pyytää jatkamaan sitä.

- Aktiviteetin tila ei muutu, ennen kuin vahvistat ponnahdusikkunan.
- Jokainen ponnahdusikkuna katoaa, jos sen laukaissut liike pysähtyy, ja tulee näkyviin uudelleen, jos se tapahtuu jälleen.
- Jos peruutat ponnahdusikkunan, se tulee näkyviin uudelleen jokaisen tunnin välein, kunnes jatkat tai lopetat toiminnon.
- Aktiviteetti päättyy automaattisesti, jos kello on käyttämättömänä 1 tunnin ajan.

4 Tarkastele aktiviteetin tietoja

Käytä kellon painikkeita tai kosketa näyttöä.

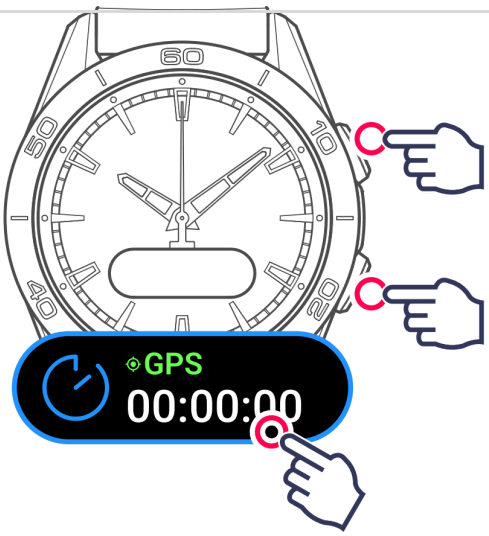
HUOMAUTUS

Herätä näyttö aktiviteetin aikana nostamalla rannettasi ja lue tietosi. Ranteen noston tunnistus on poissa käytöstä, kun aktiviteetti on tauolla.

HUOMAUTUS

Aina kun olet kulkenut 5 km tai 5 mailia (asetustesi mukaan), kello näyttää ponnahdusikkunan, jossa on kyseisen kierroksen keskinopeutesi. Asetustesi mukaan ponnahdusikkuna voi väristä ja/tai toistaa äänen.

T-Connect-sovelluksessa (pariliitostila) aktiviteetin tiedot näyttävät kierroskohtaisen yhteenvedon, joka sisältää matkan, keskinopeuden sekä nousun ja laskun korkeuserot.



Aktiviteetin reaaliaikainen peilaus

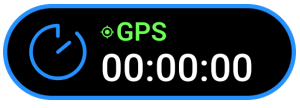
Voit seurata pyöräilyaktiviteettiasi reaaliajassa T-Connect-mobiilisovelluksessa suuremmalta ja selkeämmältä näytöltä.

Kun sovellus on auki aktiviteetin aikana, reaaliaikaiset tiedot peilautuvat automaattisesti puhelimesi näytölle.

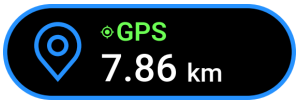
> **TIEDOT**
>
> Aktiviteetin aikana kello vaihtaa valmiustilaan akun säästämiseksi. Kosketa näyttöä aktivoidaksesi näyttö uudelleen.

Tallennettavat tiedot:

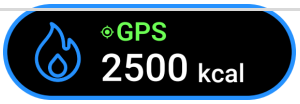
- Aktiviteetin kesto



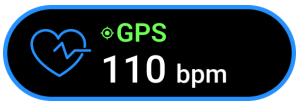
- Kuljettu matka (km tai mailit)



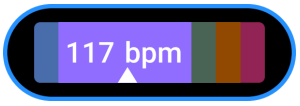
- Poltetut kalorit



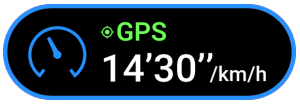
- Sydämen syke



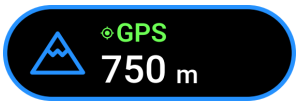
- Harjoittelualue (sydämen syke)



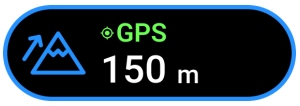
- Aika yksikkömatkaa kohti (km/h tai mph)



- Suurin saavutettu korkeus

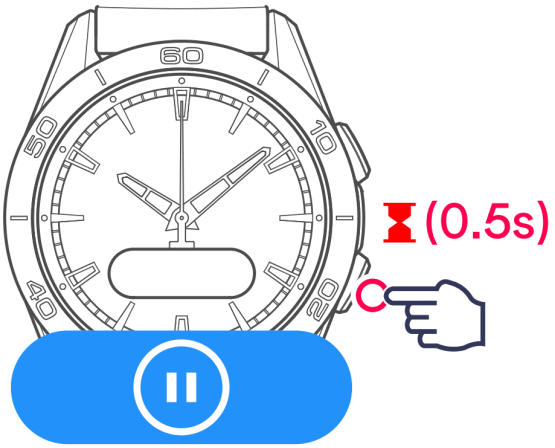


- Nousu/lasku

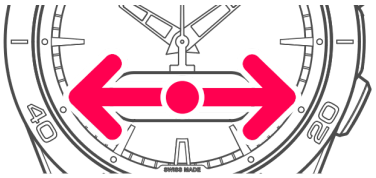


Lisää tietoja

5 Poistu aktiviteetista



Kellossa on kaksi vaihtoehtoa:



Aloita uudestaan nykyisen aktiviteetin seuraaminen



Lopeta ja vahvista seurannan päättyminen



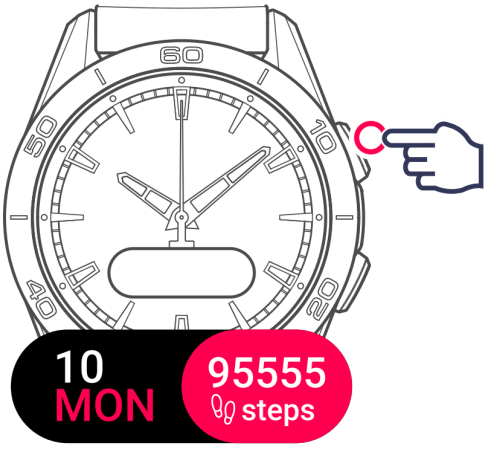
Vaellus

> **HUOMAUTUS**
>
> **Tämä on ulkoliikuntalaji.** Se seuraa sijaintiasi ja reittiäsi GPS:n avulla.

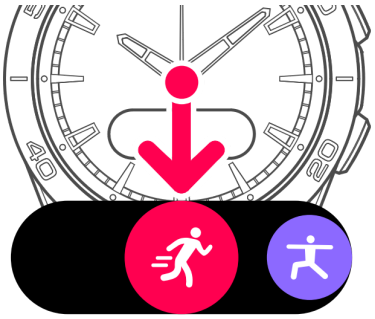
Seuraa vaellustasi ja tallenna tietosi.

Sovelluksen on oltava auki älypuhelimessasi.

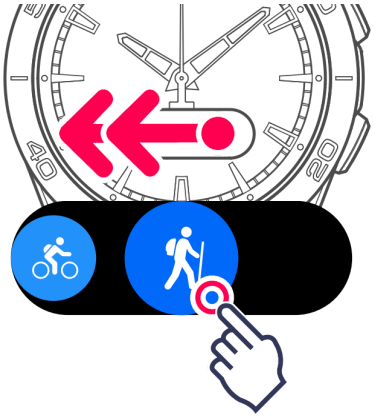
1 Aktivoi kello



2 Näytä aktiviteetit



3 Näytä ja valitse aktiviteetti



Kello yhdistää GPS:ään.



> **TIEDOT**
>
> Kosketa näyttöä aloittaaksesi toiminto odottamatta GPS-yhteyttä.
>
> Reitin tallentaminen alkaa heti, kun yhteys on muodostettu.

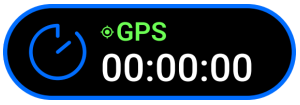
Kello on valmiina seuraamaan aktiviteettiasi.



Lähtölaskenta käynnistyy automaattisesti.



Aktiviteettiasi aletaan tallentaa kellonajan ollessa näytössä.



> **TIEDOT**

Älykäs tauko ja jatkaminen

Jos lopetat liikkumisen 1 minuutin ajaksi, kello pyytää keskeyttämään aktiviteetin. Jos aktiviteetti on tauolla ja alat liikkua uudelleen, kello pyytää jatkamaan sitä.

- Aktiviteetin tila ei muutu, ennen kuin vahvistat ponnahdusikkunan.
- Jokainen ponnahdusikkuna katoaa, jos sen laukaissut liike pysähtyy, ja tulee näkyviin uudelleen, jos se tapahtuu jälleen.
- Jos peruutat ponnahdusikkunan, se tulee näkyviin uudelleen jokaisen tunnin välein, kunnes jatkat tai lopetat toiminnon.
- Aktiviteetti päättyy automaattisesti, jos kello on käyttämättömänä 1 tunnin ajan.

4 Tarkastele aktiviteetin tietoja

Käytä kellon painikkeita tai kosketa näyttöä.

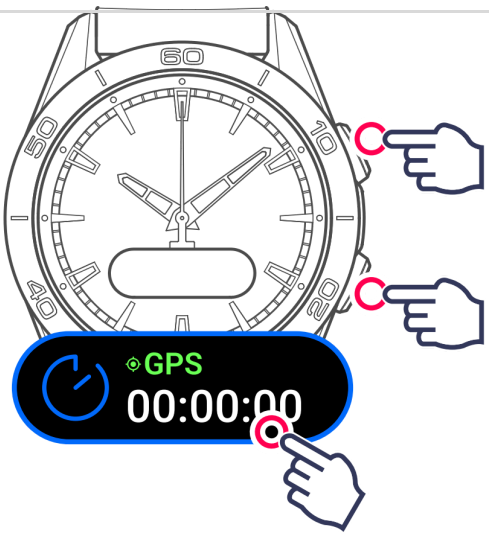
HUOMAUTUS

Herätä näyttö aktiviteetin aikana nostamalla rannettasi ja lue tietosi. Ranteen noston tunnistus on poissa käytöstä, kun aktiviteetti on tauolla.

HUOMAUTUS

Automaattiset kierrokset: Aina kun olet suorittanut 1 km tai 1 mailin (asetuksistasi riippuen), kello näyttää ponnahdusikkunan, jossa on kyseisen kierroksen keskivauhtisi. Asetuksista riippuen ponnahdusikkuna voi täristä ja/tai antaa äänimerkin.

T-Connect-sovelluksessa (paritilassa) aktiviteetin tiedot näyttävät yhteenvedon kierroksittain, mukaan lukien matkan, keskivauhdin sekä nousun ja laskun korkeuseron.

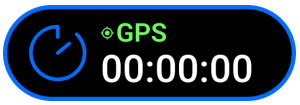


TIEDOT

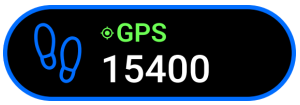
Aktiviteetin aikana kello vaihtaa valmiustilaan akun säästämiseksi. Kosketa näyttöä aktivoidaksesi näyttö uudelleen.

Tallennettavat tiedot:

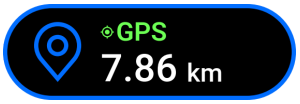
- Aktiviteetin kesto



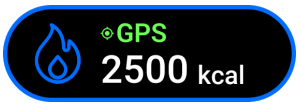
- Otettujen askeleiden lukumäärä



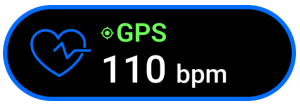
- Kuljettu matka (km tai mailit)



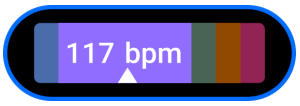
- Poltetut kalorit



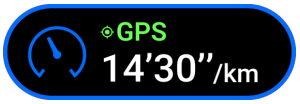
- Sydämen syke



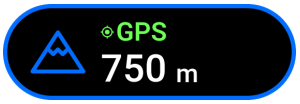
- Harjoittelualue (sydämen syke)



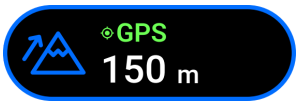
- Aika yksikkömatkaa kohti (km tai mailia)



- Suurin saavutettu korkeus

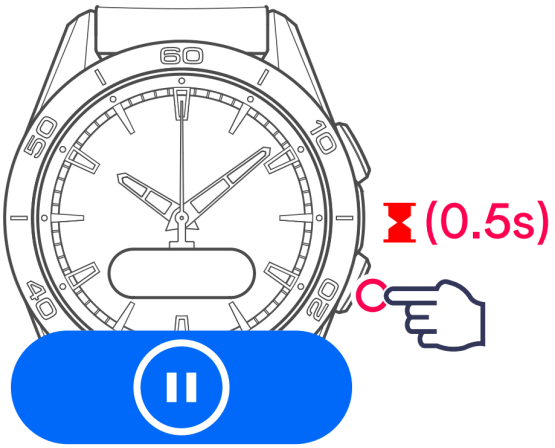


- Nousu/lasku

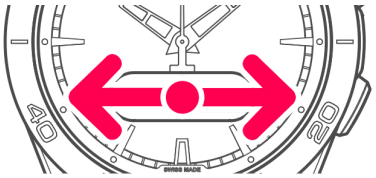


Lisää tietoja

5 Poistu aktiviteetista



Kellossa on kaksi vaihtoehtoa:



Aloita uudestaan nykyisen aktiviteetin seuraaminen



Lopeta ja vahvista seurannan päättyminen



Aktiviteettihistoria

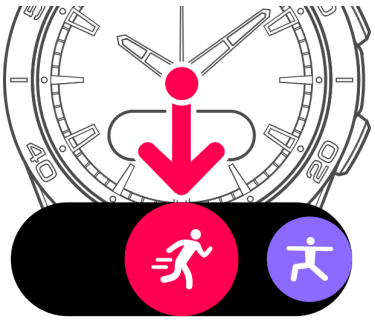
Kellosi näyttää tiedot viimeisimmästä aktiviteetistasi.

> **VAROITUS**
>
> Kello tallentaa vain viimeisimmän aktiviteettisi. Uuden aktiviteetin aloittaminen korvaa tämän historian. Muista synkronoida kello T-Connect-sovelluksen kanssa tallentaaksesi tietosi pysyvästi.

1 Aktivoi kello



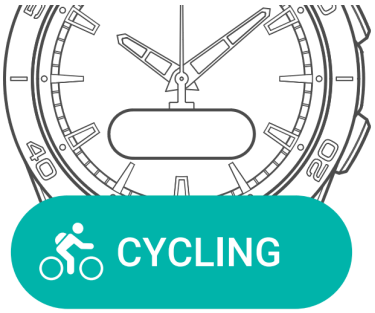
2 Näytä aktiviteetit



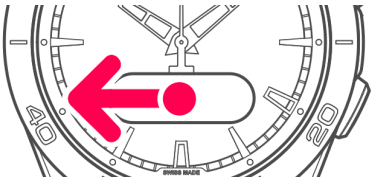
3 Näytä ja valitse aktiviteettihistoria



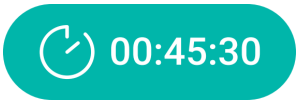
Näyttö näyttää viimeisimmän aktiviteetin.



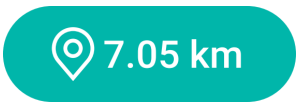
Voit tarkastella aktiviteettitietoja seuraavasti:



- Aktiviteetin kesto



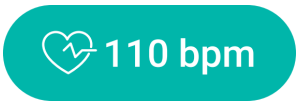
- Kuljettu etäisyys



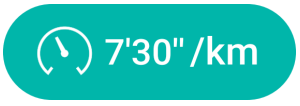
- Poltetut kalorit



- Sydämen syke



- Tahti



TIEDOT

Annetut tiedot vaihtelevat aktiviteettisi mukaan.

Lisää tietoja

Toiminnot

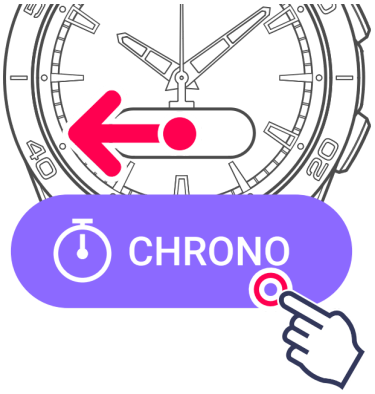
Ajanotto

Kronografi aikojen ja kierrosaikojen mittaamiseen.

1 Aktivoi kello



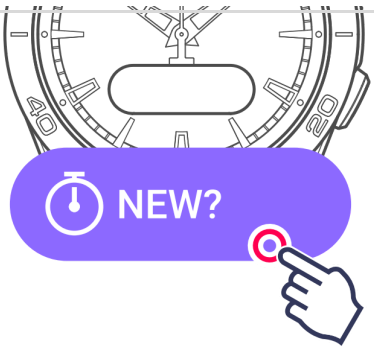
2 Näytä ja valitse toiminto



3 Vahvista uusi ajanotto

Kellossa on kaksi vaihtoehtoa:

- Aloita uusi ajanotto



- Näytä edellisen ajanottoistunnon lokit



4 Valitse ajoitustila

Valitse uuden istunnon ajoitustila:

- Kierrosaika

Kierrosten ajanotto -toiminto on ajastin, jolla mitataan yhden juoksijan, auton jne. kierrosaikaa. Maksimimittausraja: 99 päivää 23 tuntia 59 minuuttia 59 sekuntia.

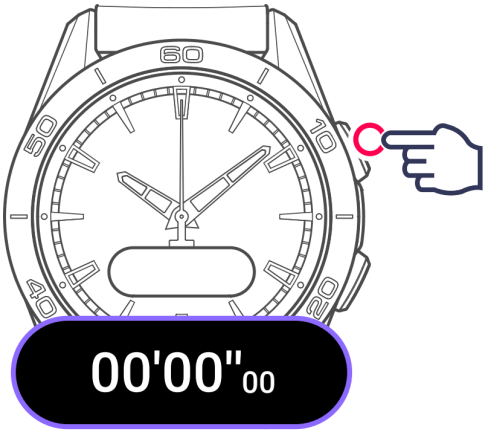


- Jaettu ajoitus

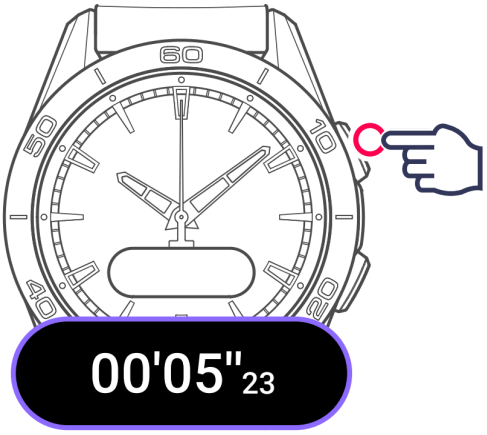
Väliajat-ajanottotoiminnolla voidaan mitata kilpailun kokonaiskesto enintään 99 juoksijalle tai autolle, jotka osallistuvat samanaikaiseen tapahtumaan. Esimerkiksi: mittaa useiden juoksijoiden saapumisajat 100 metrin kilpailussa.



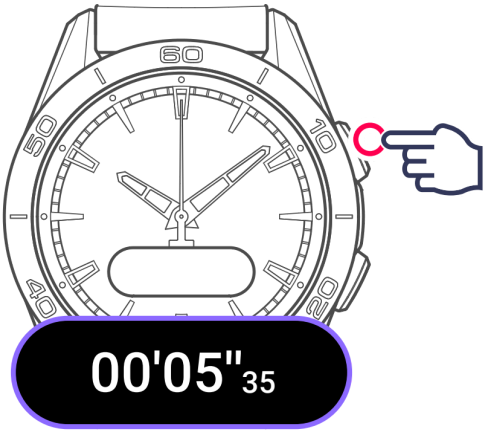
5 Käynnistä kronografi



6 Kronografi tauolla

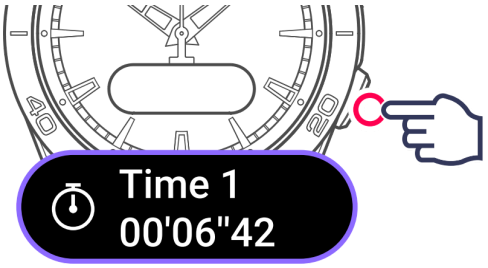


7 Käynnistä kronografi uudelleen

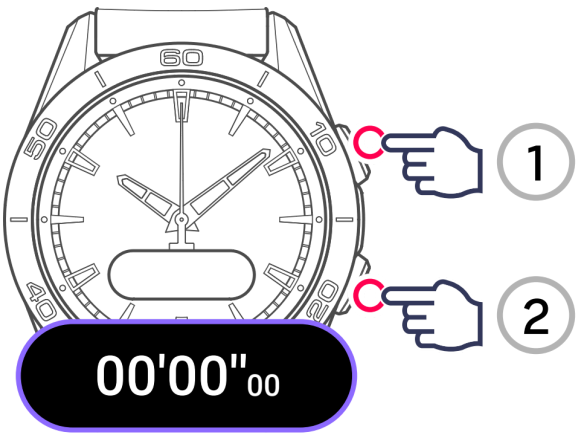


8 Tallenna väliaika

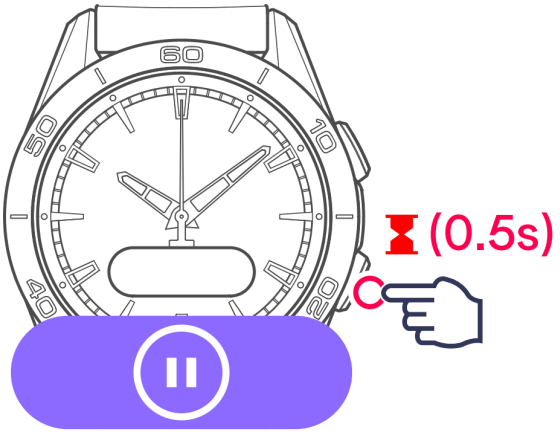
Näytössä näkyy väliaika muutaman sekunnin ajan ja sitten palataan ajanottoon.



9 Pysäytys ja nollaus



10 Poistu ajanotosta



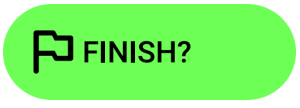
Kellossa on kaksi vaihtoehtoa:



Käynnistä nykyinen ajanotto uudelleen



Lopeta ajanotto



Kun olet lopettanut ajanoton, kello tarjoaa kolme vaihtoehtoa:



- Aloita uusi ajanotto



- Näytä ajanottoistunnon lokit



- Poistu ajanotosta



TIEDOT

Pariliitetyssä tilassa: Kierrosajat tallennetaan sovellukseen.

Paritustyypistä riippumatta "LOGS"-toiminnolla pääset viimeiseen mitattuun aikaan sekä joihinkin ajanottotyyppikohtaisiin tilastoihin. Päästäksesi näihin tietoihin valitse LOGS.

HUOMAUTUS

Tallennetut tiedot poistetaan, kun aloitat uuden ajanoton nollasta.

Tallennettujen kierrosaikatietojen lukeminen:

- Parittamattomassa tilassa kaikki kierrosaikatoiminnon mittaamat ajat tallennetaan ja ne voidaan näyttää kellossa LOGS-toiminnossa yhdessä kisan kokonaiskeston ja nopeimman, hitaimman ja keskimääräisen kierrosajan tilastojen kanssa.
- Paritetussa tilassa näet myös uusimmat T-Connect-sovelluksen tallentamat ajat. Historia-merkinnän alta pääset uusimpiin ajanottoihin.

Tallennettujen väliaikatietojen lukeminen:

- Parittamattomassa tilassa kaikki väliaikatoiminnon mittaamat ajat tallennetaan ja ne voidaan näyttää kellossa LOGS-toiminnossa.
- Paritetussa tilassa ja ajastin asetettuna nollaan näet viimeisimmät T-Connect-sovelluksen tallentamat ajat. Historia-merkinnän alta pääset uusimpiin ajanottoihin.

Hälytys

Hälytystoiminto asettaa kellon soittoäänen tietyksi ajaksi, ja se voidaan toistaa useana päivänä.

1 Aktivoi kello



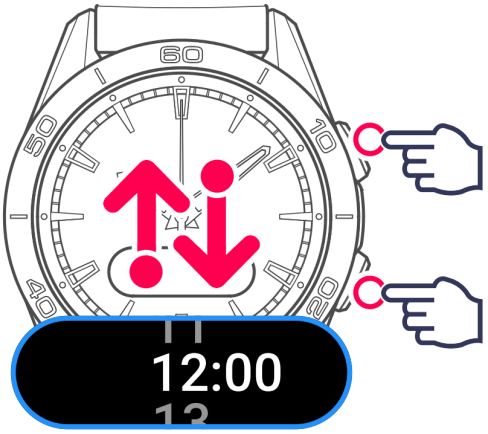
2 Näytä ja valitse toiminto



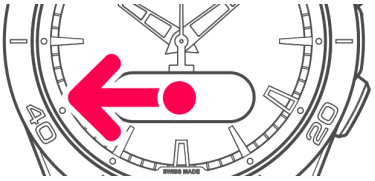
3 Hälytyksen asettaminen



4 Aseta tunnit



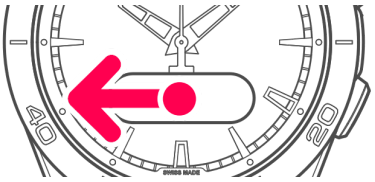
Sitten siirry seuraavaan asetukseen.



5 Aseta minuutti ja vahvista



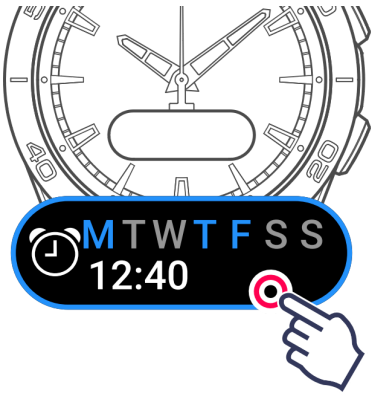
Määritä sitten hälytyksen toisto valitsemalla esiasetettu valikko tai mukauttamalla sitä.



Esiasetetut hälytykset

Mukautettu hälytys

6 Muokkaa tai poista aktiivinen/ei-aktiivinen hälytys



Kun hälytys on valittu, kellossa on 4 vaihtoehtoa:

Muokkaa aikaa ja/tai toistoa



Ota tallennettu hälytys käyttöön



Poista tallennettu hälytys



Nollaa tallennettu hälytys



> **HUOMAUTUS**
>
> Pyyhkäise vasemmalle hälytysluettelossa ja valitse POISTA KAIKKI poistaaksesi kaikki tallennetut hälytykset.

Kun hälytys soi

Kun hälytysaika saavutetaan, kello näyttää Hälytys soi -ilmoituksen ja käynnistää siihen liittyvän äänen ja värinän.

Kun hälytys soi, voit:

- **Torkku** — hälytys pysähtyy ja soi uudelleen 5 minuutin kuluttua. Hälytyksen voi torkuttaa enintään 3 kertaa; sen jälkeen käytettävissä on vain Pysäytä.
- **Pysäytä** — hälytys pysähtyy pysyvästi eikä soi uudelleen.



KÄRKI

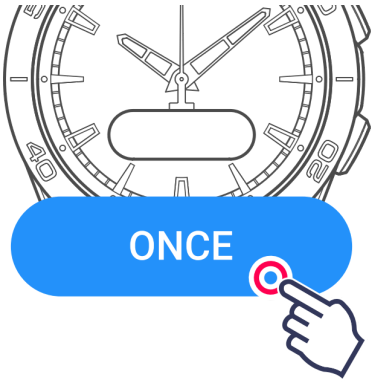
Voit myös torkuttaa soivan hälytyksen asettamalla kämmenen kellon päälle. Kun hälytys on torkutettu 3 kertaa, ele ei enää torkuta sitä.

Esiasetetut hälytykset

Kellossa on neljä vaihtoehtoa:



1 Valitse esiasetettu hälytys

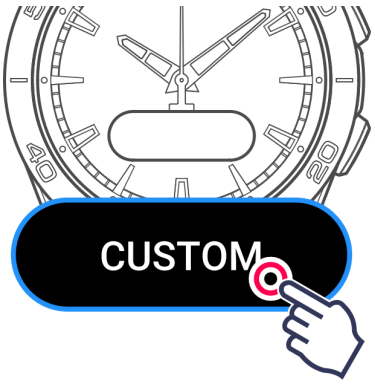


2 Vie loppuun ja vahvista hälytys

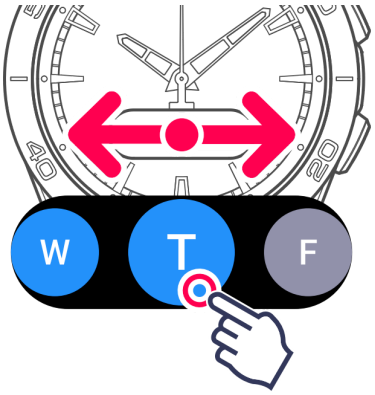


Mukautettu hälytys

1 Valitse valikko



2 Valitse päivät ja vahvista



3 Vie loppuun ja vahvista päivät



Ajastin

Lähtölaskenta jopa 23 tuntia 59 minuuttia 59 sekuntia.

1 Aktivoi kello



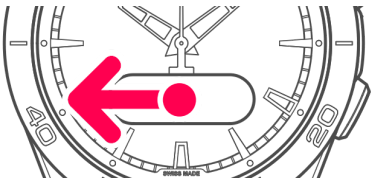
2 Näytä ja valitse toiminto



3 Aseta tunnit



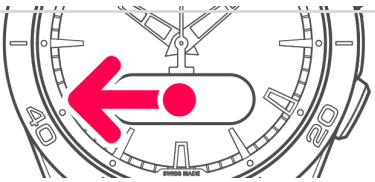
Sitten siirry seuraavaan asetukseen.



4 Aseta minuutit



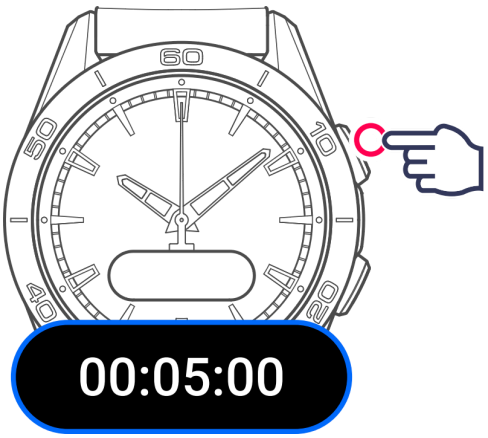
Sitten siirry seuraavaan asetukseen.



5 Aseta sekunnit ja vahvista



6 Käynnistä ajastin



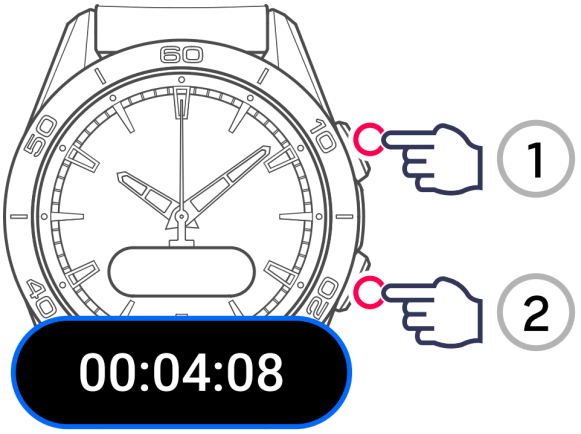
7 Ajastin keskeytetty



8 Jatka ajastimen käynnistämistä uudelleen



9 Pysäytys ja nollaus



Pysäytettäessä kello tarjoaa kolme vaihtoehtoa:



Käynnistä ajastin uudelleen samasta asetetusta arvosta



Aseta uusi ajastimen arvo



Pysäytä ja poistu toiminnosta



TIEDOT

Pariliitetyssä tilassa: Ajastimen kesto voidaan määrittää myös sovelluksessa.

Kesto

HUOMAUTUS

Tämän sivun vaihtoehdot riippuvat siitä, onko kello **parillisessa tilassa** vai **ei-parillisessa tilassa**. Tämä tila valitaan kellon alkukäynnistyksen aikana (start-up.md).

TIEDOT

Pariliitetyssä tilassa: Aikavyöhykkeen valitseminen alla olevasta luettelosta on mahdollista pariliitostilassa. Parittamattomassa tilassa AIKA 1 ja AIKA 2 asetetaan manuaalisesti osana kellon alkuasetuksia.

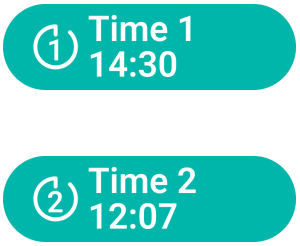
1 Aktivoi kello



2 Näytä ja valitse toiminto



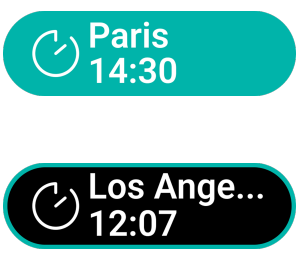
3 Valitse haluamasi aikavyöhyke



KÄRKI

Kello näyttää aina TIME 1:n.

4 Valitse aikavyöhyke





Selaa vaihtoehtojen luetteloa. Voit joko:

- Valitse ennalta määritetty kaupunki (esim. Lontoo, New York, Geneva), jotta kyseinen aikavyöhyke otetaan automaattisesti käyttöön.

> **KÄRKI**
>
> Tätä listaa voi muokata Tissot T-Touch Connect Sport -mobiilisovelluksessa.

- Valitse Mukautettu asettaaksesi tarkat tunnit ja minuutit manuaalisesti.

5 Vahvista



Vahvista aikavälivalintasi napauttamalla näyttöä tai painamalla pitkään ylempää painiketta.

> **TIEDOT**
>
> Kun vaihdat kesä- ja talviajan välillä, kello ilmoittaa muutoksesta 18 tuntia etukäteen ja päivittää itsensä automaattisesti.

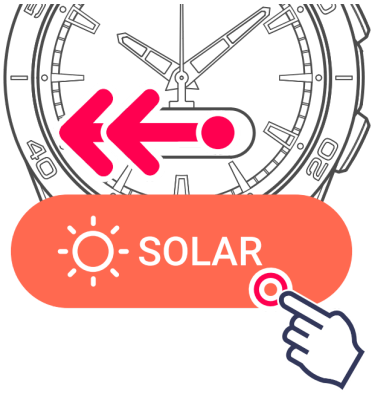
Solar

Aurinkoenergian tehokkuuspalkki näyttää kellosi nykyisen aurinkolatauksen tason.

1 Aktivoi kello

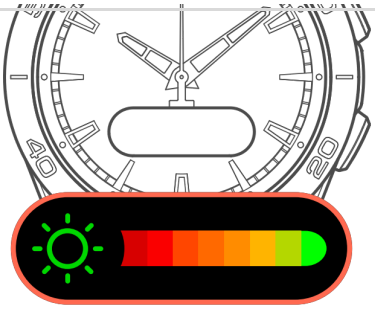


2 Näytä ja valitse toiminto

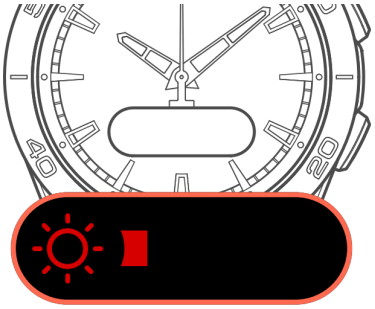


Kello näyttää kirkkaustason:

Optimaalinen taso



Minimitaso



TIEDOT

Kello siirtyy automaattisesti valmiustilaan muutaman sekunnin kuluttua.

HUOMAUTUS

Katso T-Connect-sovelluksesta (paritilassa) kellosi keräämän valotason historia.

Heart rate

Kertoo sykkeen pyydettäessä lyhyen aikaa.

VAROITUS

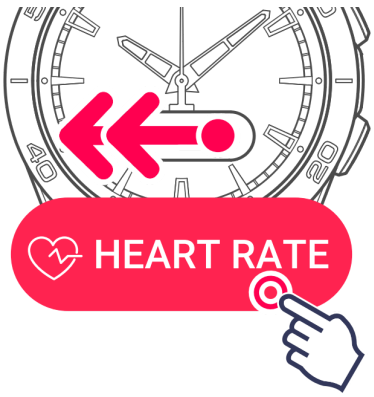
Jotta sykkeesi mitataan oikein, varmista, että kellosi on tiiviisti rannettasi vasten.

Vahvuusaktiviteetissa (kun ranteen lihakset ovat jännittyneet) lukema voi olla epätarkempi muutaman sekunnin ajan.

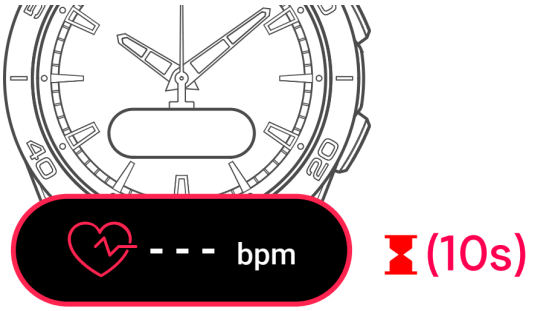
1 Aktivoi kello



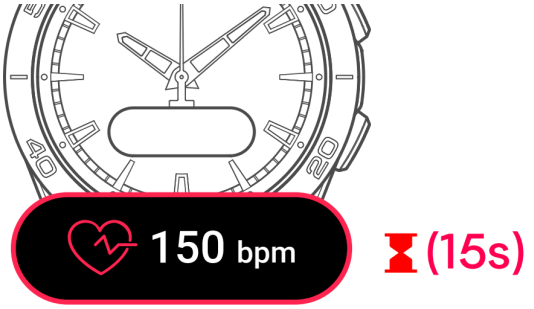
2 Näytä ja valitse toiminto



Kello mittaa sydämesi sykkeen.



Kellossa näytetään "Heart Rate".



TIEDOT

Kello siirtyy automaattisesti valmiustilaan muutaman sekunnin kuluttua.

Pyynnöstä mitattua sykettäsi ei tallenneta.

TIEDOT

Jos kello siirtyy itsestään lepotilaan sykkeen mittauksen aikana, mittaus jatkuu 30 sekunnin ajan. Jos aktivoit kellon uudelleen näiden 30 sekunnin sisällä, nykyinen sykkeesi näytetään välittömästi.

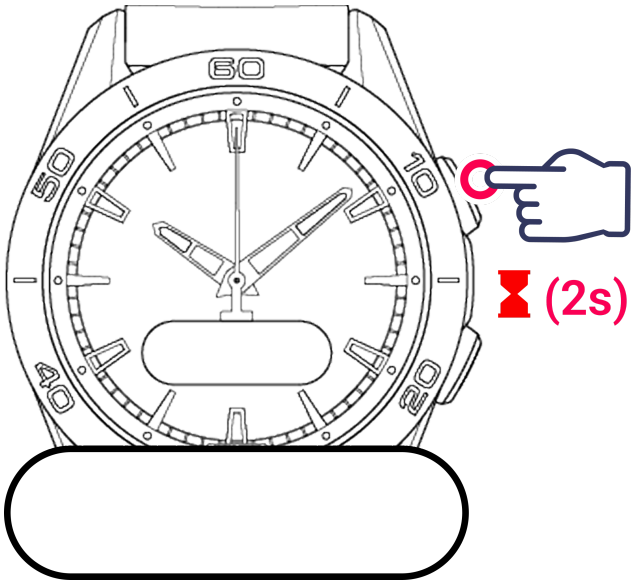
Jos siirrät kellon lepotilaan itse (painamalla molempia painikkeita tai käyttämällä kämmengestiä), sykkeen mittaus pysähtyy välittömästi.

Taskulamppu

Kellon näyttö valaistaan parantamaan näkyvyyttä huonossa valossa.

Kytke toiminto päälle tai pois päältä

Aktivoi taskulamppu painamalla ylintä painiketta, edellyttäen että tämä pikatoiminto on määritetty Tissot-mobiilisovelluksessa. Lisätietoja on kohdassa Pikatoiminnot.



Kun taskulamppu on käytössä, sammuta se painamalla alapainiketta.

TIEDOT

Jos kello on Eco-tilassa, tätä toimintoa ei voi aktivoida.

Ilmoitushistoria

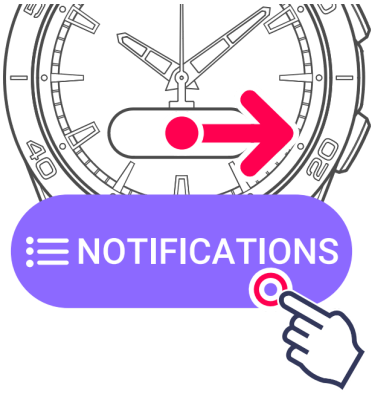
Kellon ilmoitushistoria näyttää kaikki ilmoitukset, joita et ole poistanut puhelimestasi.

> **VAROITUS**
>
> Kun kello on irti yhteydestä, ilmoituksia ei vastaanoteta. Kun se yhdistää uudelleen sovellukseen, ilmoitukset lisätään suoraan ilmoitushistoriaan.

1 Aktivoi kello



2 Näytä ja valitse asetus



Kellossa on seuraavat vaihtoehdot:

Ei ilmoituksia



Saatavana olevat ilmoitukset



Nollaa ilmoitukset



Ilmoitusten suodatus

Sovelluksessa voit hallita, mitkä ilmoitukset näkyvät kellossasi:

1. Avaa Tissot T-Touch Connect Sport -mobiilisovellus.
2. Siirry kellon asetuksiin.
3. Siirry ilmoitusasetuksiin
4. Ota yksittäiset ilmoitustyypit käyttöön tai poista ne käytöstä

> **HUOMAUTUS**
>
> Androidissa voit suodattaa yksittäisten sovellusten mukaan. iOS:ssä voit suodattaa ilmoitusluokkien mukaan. Kaikki ilmoitukset ovat oletusarvoisesti käytössä.

Find phone

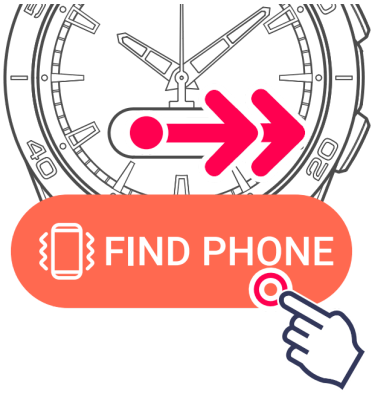
Kello laukaisee sen käynnistämällä älypuhelimesi soittoäänen.

> **VAROITUS**
>
> Älypuhelimen löytämiseksi kellon on oltava pariliitetyssä tilassa.

1 Aktivoi kello



2 Näytä ja valitse asetus



Älypuhelin soi



Älypuhelimen soittoääni voidaan kytkeä pois päältä sovelluksen tai kellon kautta.

Tilastot

Käyttö

Kellosi tallentaa päivittäiset tilastosi, jotta voit seurata aktiviteettejasi ja edistymistäsi. Voit etsiä niitä milloin tahansa kellostasi ja Tissot-sovelluksesta.

HUOMAUTUS

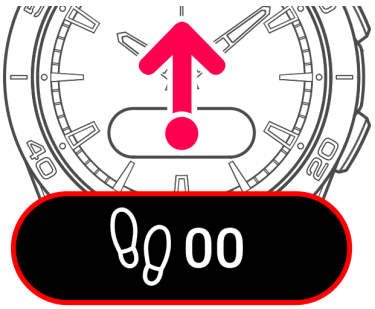
Päivittäiset tilastotiedot nollataan joka päivä keskiyöllä.

Päivittäiset tietosi huomioivat sekä jokapäiväisen aktiivisuutesi että urheilusuorituksesi: askeleet, matka, kalorit ja kesto.

1 Aktivoi kello



2 Näytä tilastotiedot



3 Näytä muut tilastotiedot

Käytä kellon painikkeita tai pyyhkäise näyttöä.



Askeleiden lukumäärä



Poltetut kalorit



Aktiviteetin kesto



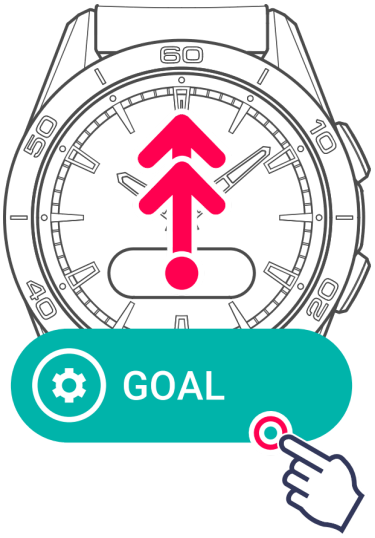
Kuljettu etäisyys



Lisätietoja

Voit myös muokata päivittäisiä askeltavoitteitasi.

Näytä ja valitse tavoite-valikko



Aseta oma tavoite

Tavoitteesi

Aseta päivittäiset tavoitteet askelille, kaloreille, matkalle ja aktiiviselle ajalle kellossa ja sovelluksessa, ja saat ilmoituksen, kun tavoite saavutetaan.

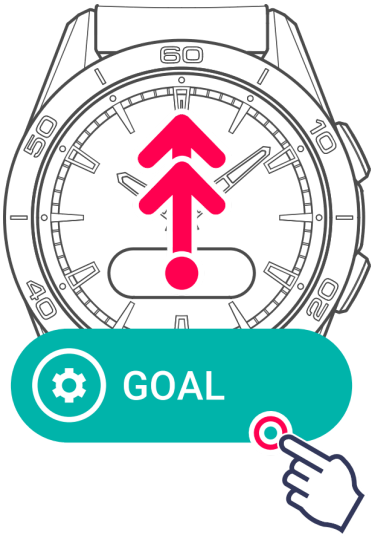
1 Aktivoi kello



2 Näytä tilastotiedot



3 Näytä ja valitse tavoite-valikko

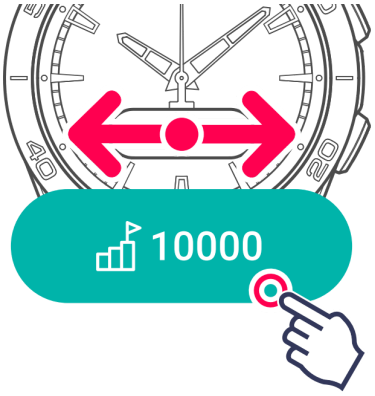


Esiasetetut tavoitteet

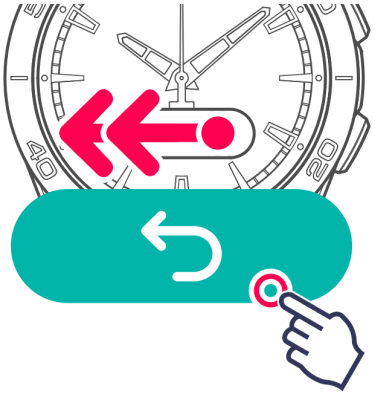
Kellossa on kolme vaihtoehtoa:



4 Valitse esiasetettu tavoite

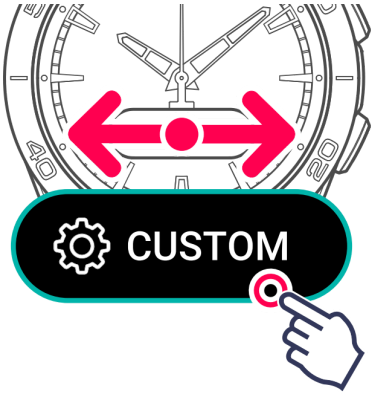


5 Vie loppuun ja vahvista tavoite

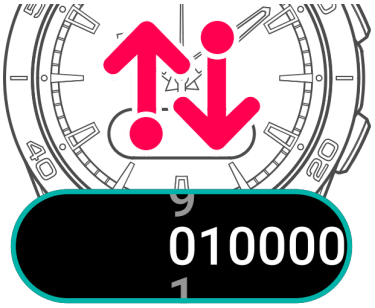


Mukautettu tavoite

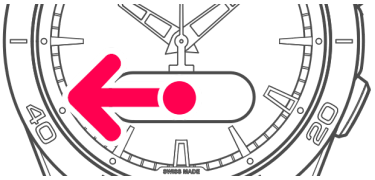
1 Valitse valikko



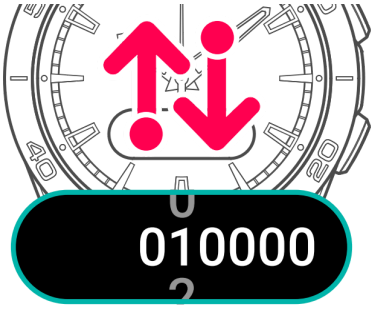
2 Mukauta tavoitettasi asettamalla ensin satojen tuhansien yksikkö



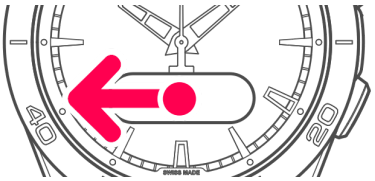
Sitten siirry seuraavaan asetukseen.



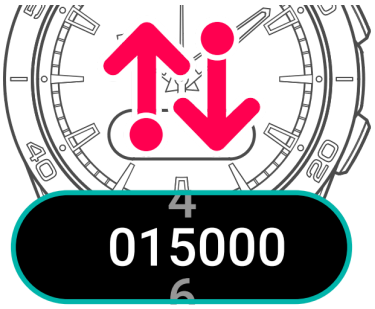
3 Aseta kymmenien tuhansien yksikkö



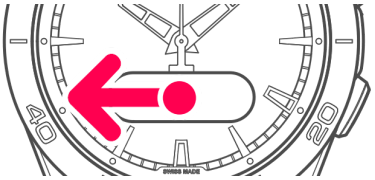
Sitten siirry seuraavaan asetukseen.



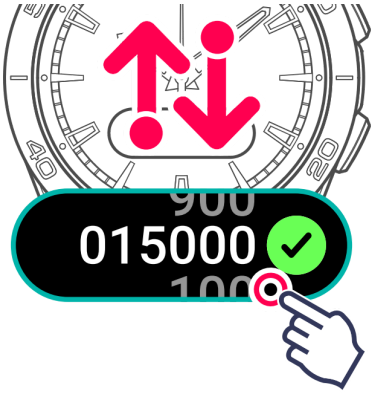
4 Aseta tuhansien yksikkö



Sitten siirry seuraavaan asetukseen.



5 Aseta satojen yksikkö ja vahvista



6 Vie loppuun ja vahvista tavoite



HUOMAUTUS

Kun pääset tavoitteeseen, kello piippaa.

Asetukset

Yleiset asetukset

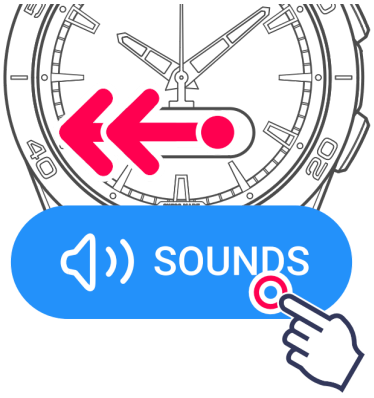
Yleiset ääniasetukset

Hallitse yleisiä ääniasetuksia, jotka koskevat kaikkia kellon toimintoja lukuun ottamatta hälytyksiä ja ajastimia, joilla on omat ääniasetuksensa.

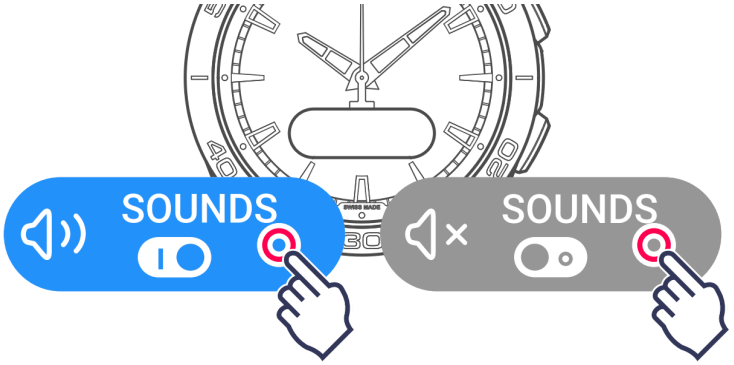
1 Aktivoi kello



2 Näytä ja valitse asetus



3 Kytke äänet päälle / pois päältä



Yleiset värinäasetukset

Hallitse yleisiä värinäasetuksia, jotka koskevat kaikkia kellon toimintoja lukuun ottamatta hälytyksiä ja ajastimia, joilla on omat värinäasetuksensa.

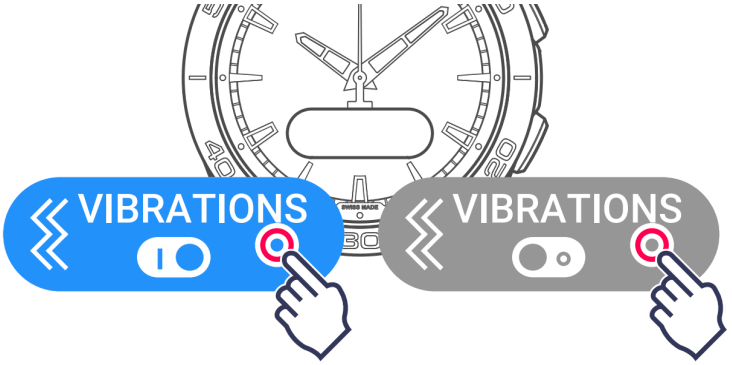
1 Aktivoi kello



2 Näytä ja valitse asetus



3 Kytke värinät päälle / pois päältä



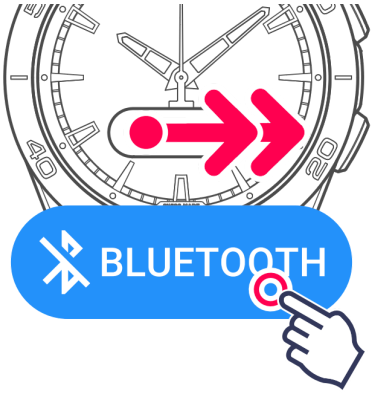
Bluetooth®

Bluetooth®-yhteyden kytkeminen päälle/pois päältä

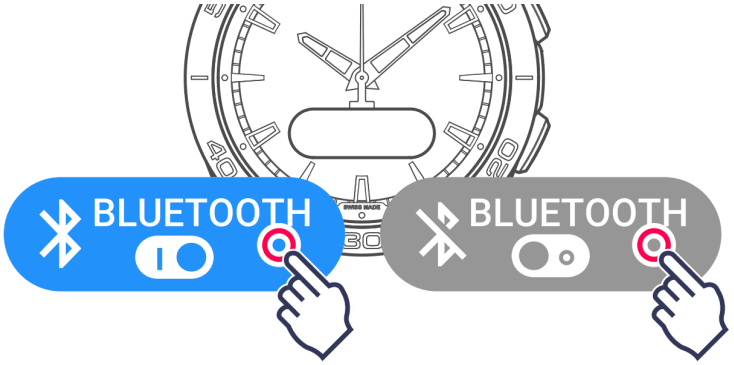
1 Aktivoi kello



2 Näytä ja valitse asetus



3 Kytke päälle tai pois päältä

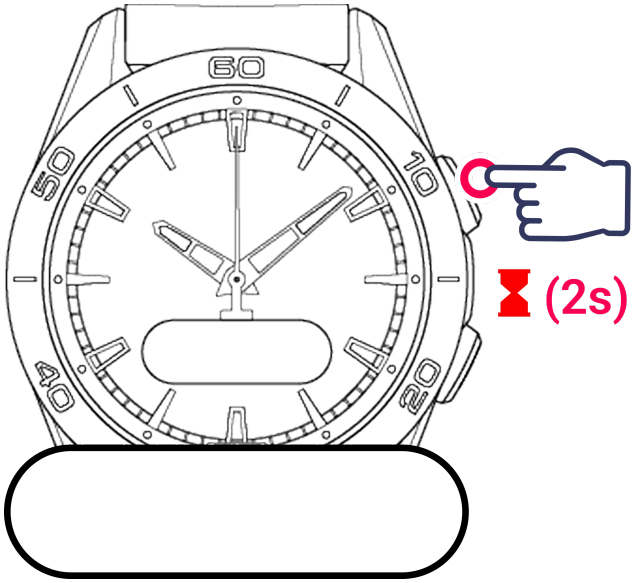


VAROITUS

Bluetooth®-yhteyttä tarvitaan kellon ja älypuhelimen väliseen viestintään. Jos se on poistettu käytöstä, kellon toimintoja ei voi enää käyttää pariliitostilassa.

Pikatoiminnot

Tissot-mobiilisovelluksen asetuksissa voit määrittää pikatoiminnon kellosi yläpainikkeeseen. Kun se on määritetty, paina ja pidä yläpainiketta painettuna 2 sekuntia (kellon näytön ollessa sammuksissa) käynnistääksesi valitun toiminnon. Paina alapainiketta poistaaksesi sen käytöstä.



Käytettävissä olevat pikatoiminnot

Seuraavat vaihtoehdot voidaan lisätä pikatoimintoihin:

- **Herätä kello**
- **Aktiviteetit**
- **Sykemittari**
- **Ilmoitukset**
- **Ajastimet**
- **Aikavyöhykkeet**
- **Kronografi**
- **Etsi puhelin**
- **Akku ja yhteys**
- **Taskulamppu**

Määritys

1. Avaa Tissot T-Touch Connect Sport -mobiilisovellus.
2. Siirry kellon asetuksiin.
3. Valitse Pikatoiminto.
4. Valitse painikkeelle määritettävä toiminto.
5. Vahvista valitsemalla toiminto uudelleen. Valintamerkki osoittaa, että toiminto on asetettu.

> **VAROITUS**
>
> Pikatoiminto toimii vain, kun kellon näyttö on sammutettu eikä mikään kronografi tai aktiviteetti ole käynnissä.

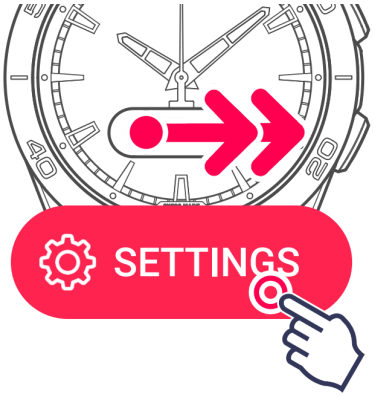
Kellotaulu

Valitse kellotaulu, joka näyttää sinulle olennaisimmat tiedot.

1 Aktivoi kello



2 Näytä ja valitse asetukset-valikko



3 Näytä ja valitse Kellotaulu-valikko



4 Valitse kellotaulu

Päivämäärä / Askeleet (oletus)



Päivämäärä / Kalorit



Aika / Ilmoitukset (vain pariliitetyssä tilassa) / Hälytys / Askeleet



Aika / Ilmoitukset (vain pariliitetyssä tilassa) / Hälytys / Kalorit



Päivämäärä / Aika



TIEDOT

Valittu kellotaulu tallennetaan erikseen kullekin kellolle.

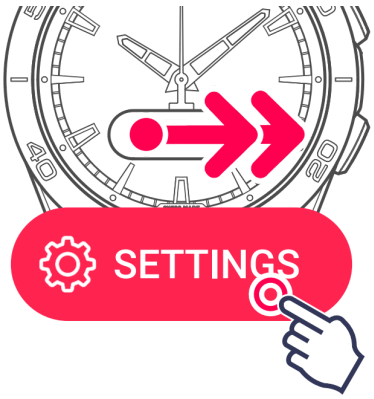
Akku

Valmius- ja Eco-tilojen käyttäminen

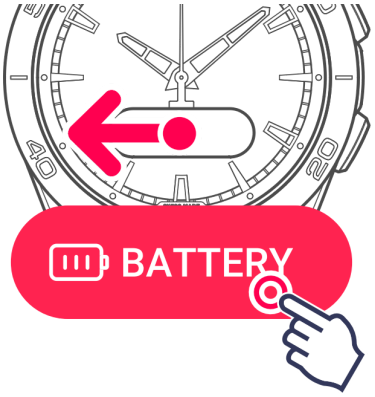
1 Aktivoi kello



2 Näytä ja valitse asetukset-valikko



3 Näytä ja valitse akun asetus



Kellossa on kolme vaihtoehtoa:

Eco-tila



Kun Eco-tila on käytössä, kello kytkee liikaa akkua käyttävät toiminnot (Bluetooth®, värinät, äänet jne.) pois päältä.

Automaattinen valmiustila



Kun automaattinen valmiustila on aktivoitu, kello siirtyy automaattisesti valmiustilaan, kun sitä ei käytetä 60 minuuttiin.

Valmiustila



Aktivoi tila asettaaksesi kellon välittömästi valmiustilaan.

Valmiustilassa kello ei ole yhteydessä sovellukseen. Poistu valmiustilasta painamalla mitä tahansa painiketta. Kello poistuu valmiustilasta myös, kun hälytys tai ajastin soi.

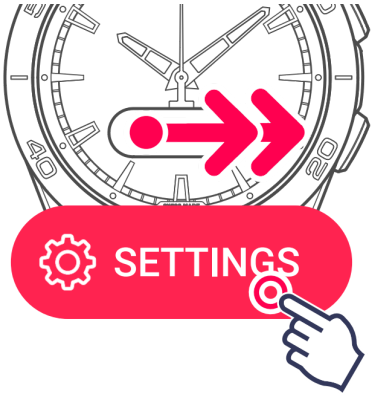
Hälytykset

Käyttöön ottaminen / käytöstä poistaminen

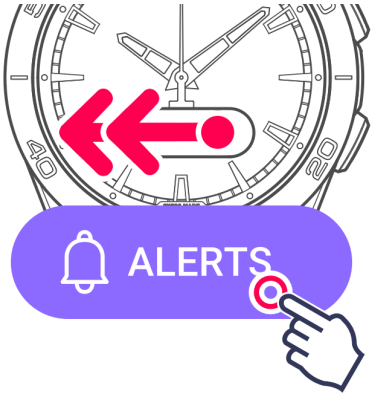
1 Aktivoi kello



2 Näytä ja valitse asetukset-valikko

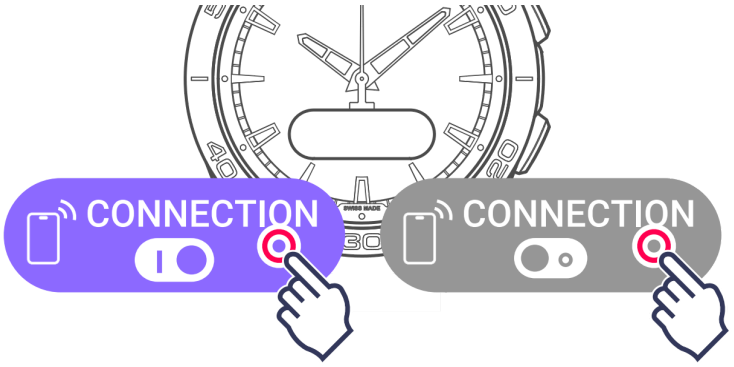


3 Näytä ja valitse hälytykset-asetus



4 Kytke hälytykset päälle / pois päältä

Pyyhkäise vasemmalle tai oikealle selataksesi eri hälytyksiä. Käytä kytkintä aktivoidaksesi tai deaktivoidaksesi kunkin.



- **Liikkumishälytykset**: Saat ilmoituksen, kun et ole liikkunut tarpeeksi.
- **Tavoitehälytykset**: Saat ilmoituksen, kun olet saavuttanut päivittäisen tavoitteesi.
- **Yhdistämishälytykset**: Jos hälytykset ovat päällä, kello piippaa, kun se muodostaa yhteyden sovellukseen tai katkaisee yhteyden siitä.
- **Toimintohälytykset**: Saat ilmoituksen, kun kello havaitsee pysähtyneesi tai liikkuvasi uudelleen aktiviteetin aikana.

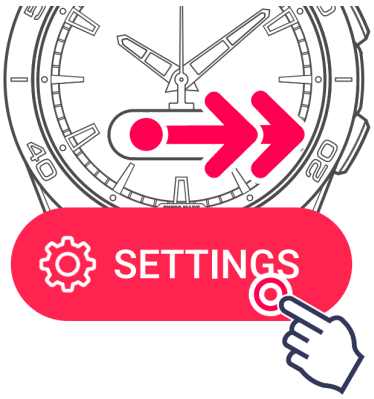
Äänet

Hallitse hälytysten ja ajastimien, ilmoitusten ja selaamisen ääniä ja värinöitä.

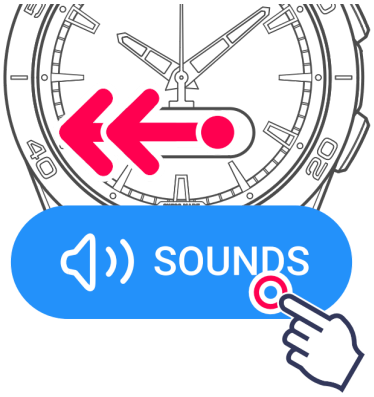
1 Aktivoi kello



2 Näytä ja valitse asetukset-valikko



3 Näytä ja valitse ääniasetus



Kellossa on kolme vaihtoehtoa:

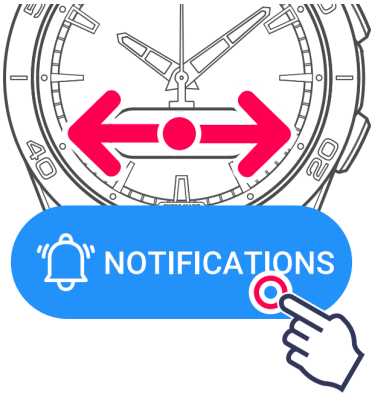
- **Hälytys ja ajastin:** Valitse asettaaksesi hälytysten ja ajastimien äänet ja värinät, kun hälytys tai ajastin soi.
- **Ilmoitukset:** Valitse asettaaksesi ilmoitusten/saapuvien puhelujen äänet ja värinät.

> **HUOMAUTUS**
>
> Kun puhelin on "Älä häiritse" -tilassa, kello ei vastaanota saapuvia puheluita eikä ilmoituksia.

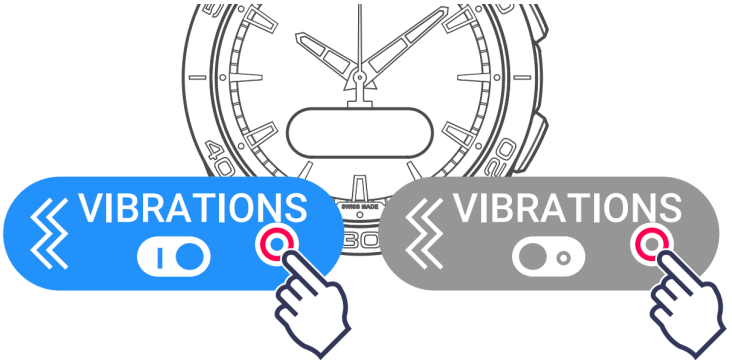
- **Selaaminen:** Hallitse ääniä ja värinöitä, kun selaat kellon valikoita.

Browsing-valikossa voit määrittää äänet ja värinät erikseen. Valitse kummallekin yksi kolmesta tilasta: Päällä, Pois tai Vahvistus. Vahvistus-tilassa kello antaa palautetta vain, kun vahvistat asetuksen tai toiminnon – esimerkiksi asettaessasi hälytyksen tunteja tai minuutteja.

4 Näytä ja valitse asetus

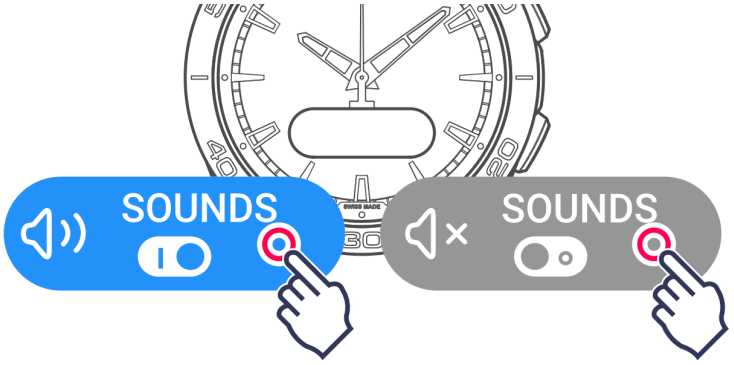


5 Kytke värinät päälle / pois päältä



Jos värinä on käytössä, kello värisee hetken, kun sovelluksesta tulee ilmoitus.

6 Kytke äänet päälle / pois päältä



HUOMAUTUS

Jos äänet ovat päällä, kello piippaa, kun sovelluksesta tulee ilmoitus.

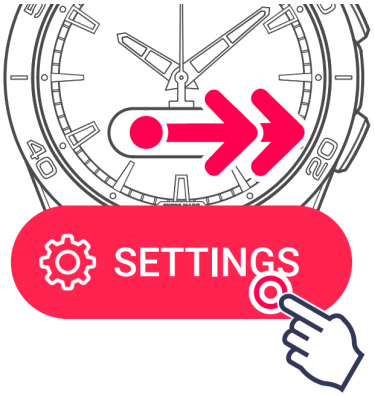
Kieli

Näyttökielen valinta

1 Aktivoi kello



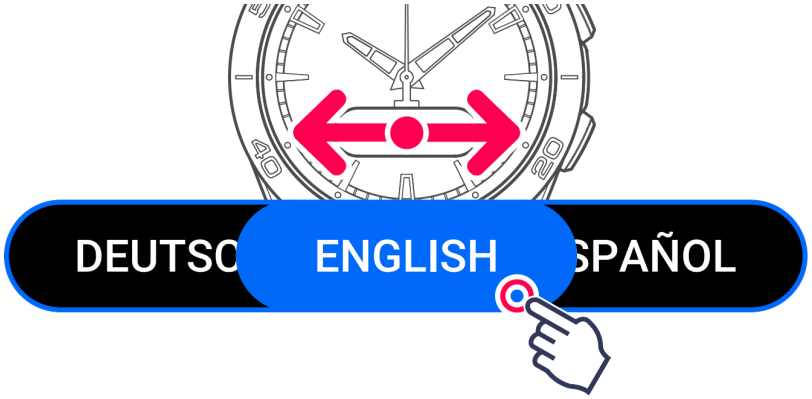
2 Näytä ja valitse asetukset-valikko



3 Valitse kieliasetus



4 Näytä ja valitse haluttu kieli



Lisäasetukset

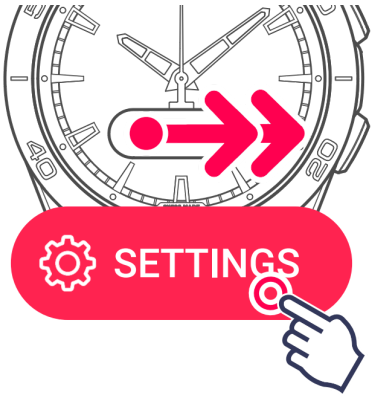
Lisäasetusten käyttö

Näitä asetuksia käytetään osoittimien kalibrointiin tai kellon uudelleenalustukseen.

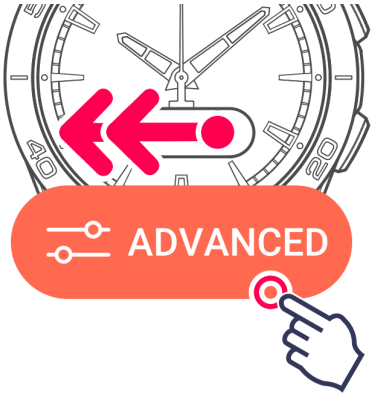
1 Aktivoi kello



2 Näytä ja valitse asetukset-valikko



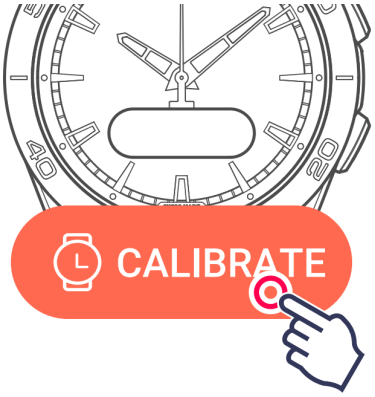
3 Näytä ja valitse lisäasetukset



CALIBRATE

Tätä ohjausta käytetään osoittimien kalibrointiin, kun ne eivät ole enää oikeassa asennossa. Tämä voi tapahtua iskun jälkeen tai kun kello on lähellä voimakasta magneettikenttää.

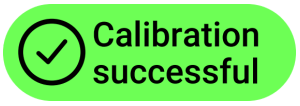
1 Näytä ja aloita osoittimien kalibrointi



Kello varmistaa osoittimien kalibrointijakson tekemällä, että osoittimet ovat oikeassa asennossa.



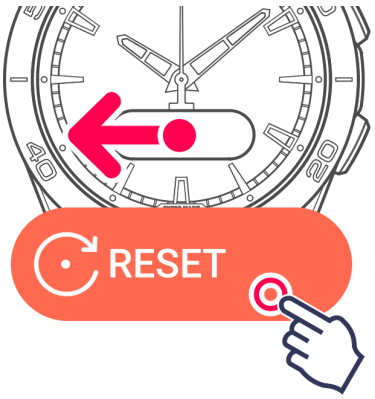
Kalibrointijakson loppu



RESET

Tämä ohjaus alustaa kellosi uudelleen, jolloin voit valita uudelleen pariliitetyn tai parittamattoman tilan.

2 Näytä ja aloita kellon uudelleenalustus



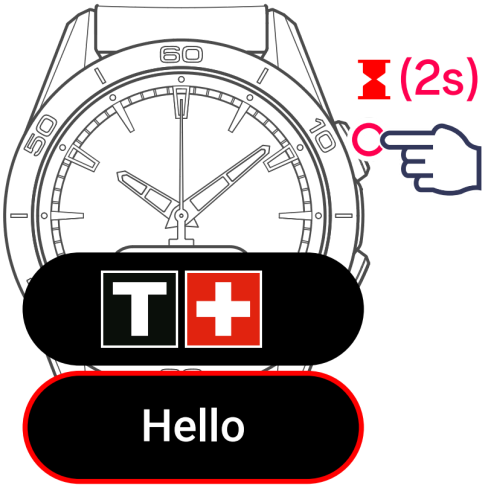
3 Confirm data deletion

Kosketa valintaasi vastaavaa näyttöaluetta.



Vahvista: kelloon tallennetut tiedot poistetaan (ajanotto, viestit jne.), mutta jos kello on yhdistetty sovellukseen, synkronoidut tiedot varmuuskopioidaan ja ne ovat edelleen käytettävissä.

Peruuta: menettely peruutetaan.



Kello suorittaa uuden alustamisjakson. Saman kuin kellon ensimmäisen käynnistyksen yhteydessä.

Jatka käynnistysmenettelyä

Aikamuoto ja päivämäärä

Aseta haluamasi aikamuoto ja päivämäärä.

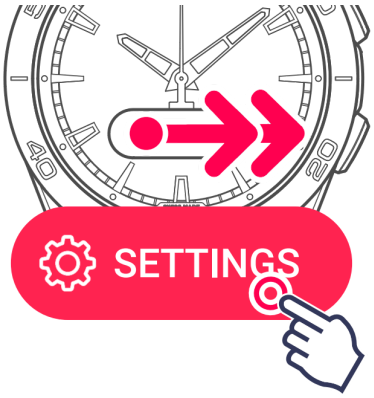
> **HUOMAUTUS**
>
> Tämän sivun vaihtoehdot riippuvat siitä, onko kello **parillisessa tilassa** vai **ei-parillisessa tilassa**. Tämä tila valitaan kellon alkukäynnistyksen aikana (start-up.md).

Aseta aikamuoto

1 Aktivoi kello



2 Näytä ja valitse asetukset-valikko



3 Näytä ja valitse AIKA/PÄIVÄMÄÄRÄ-asetus



4 Napauta AIKAMUOTO



5 Valitse 24 tunnin tai 12 tunnin kello



Aseta päivämäärä

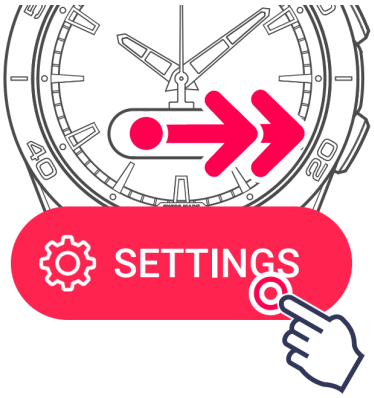
VAROITUS

ASETA PÄIVÄMÄÄRÄ on käytettävissä vain parittamattomassa tilassa. Parillisessa tilassa päivämäärä synkronoituu automaattisesti älypuhelimestasi.

1 Aktivoi kello



2 Näytä ja valitse asetukset-valikko



3 Näytä ja valitse AIKA/PÄIVÄMÄÄRÄ-asetus



4 Napauta ASETA PÄIVÄMÄÄRÄ



5 Säädä vuotta, kuukautta ja päivää

Vahvista napauttamalla näyttöä tai painamalla yläpainiketta.

6 Vahvista



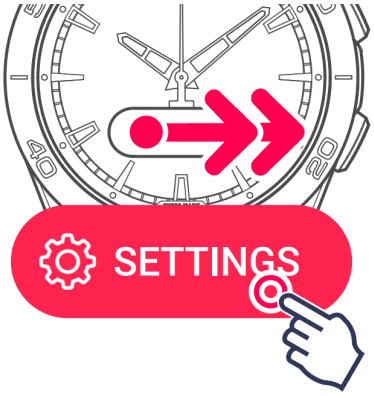
Tietoja

Tietoja kellostasi

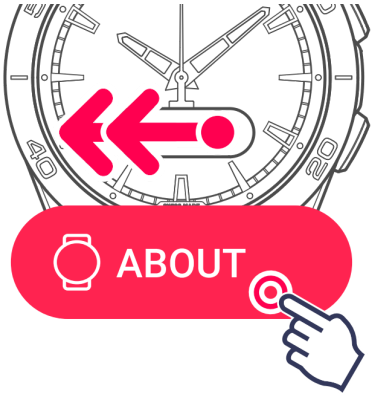
1 Aktivoi kello



2 Näytä ja valitse asetukset-valikko



3 Näytä kellon tiedot



Kellon ID

Kellosi ainutlaatuinen tunnistenumero takaa sen aitouden. Sinulta saatetaan kysyä sitä, jos teet tukipyynnön.

Laiteohjelmistoversio

Tämä on kellosi ohjelmistoversio. Tissot SA on päättänyt varmistaa tuotteidensa jatkuvan kehityksen. Uusia ominaisuuksia lisätään säännöllisesti. Kun teet päivityspyynnön sovelluksesta, palvelin tarkistaa, että kellossasi on uusin ohjelmistoversio. Jos näin ei ole, se ehdottaa, että asennat tämän päivityksen.

> **HUOMAUTUS**
>
> Päivityksen jälkeen asetukset palautetaan mobiilisovelluksesta – sinun ei tarvitse ottaa niitä käyttöön manuaalisesti uudelleen. Pysy yhteydessä mobiilisovellukseen päivityksen jälkeen, jotta asetukset voidaan palauttaa.

Fonttiversiot

Parhaan luettavuuden varmistamiseksi näytön fontteja voidaan päivittää kellon tekstin ja arvojen näyttämisen parantamiseksi.

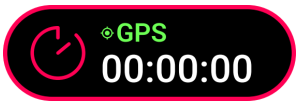
Tiedot

Data

Aktiviteetin data

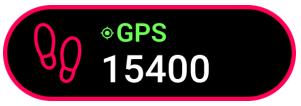
Seurattujen aktiviteettien aikana tallennettu data.

Aktiviteetin kesto



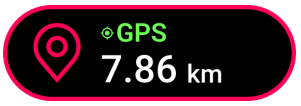
Tämä on aktiviteetin seurannan aikana kulunut aika. Aikaa mitataan, kunnes aktiviteetti päättyy.

Askeleiden lukumäärä



Askelmäärä lasketaan käsivartesi liikkeiden perusteella, jotka on mitattu kelloon asennetulla kolmiakselisella kiihtyvyysmittarilla.

Kuljettu etäisyys

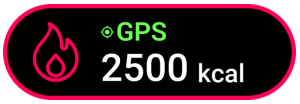


Kuljettu matka lasketaan kolmiakselisen kiihtyvyysmittarin mittaamien käsien liikkeiden sekä GPS-tietojen perusteella.

> **HUOMAUTUS**
>
> Jos aktiviteetti on keskeytetty, tauon aikana kuljettua matkaa ei lasketa. Kokonaismatkaan lisätään vain matka, joka tallennetaan aktiviteetin ollessa käynnissä.
>
> Jos GNSS-datapisteitä puuttuu mistä tahansa syystä (esim. käyttöoikeudet, alhainen tarkkuus, ei paikannusta tai yhteyden katkeaminen), kyseisen aikavälin matka

arvioidaan interpoloimalla.

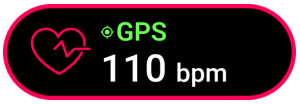
Poltetut kalorit



Sovellus laskee poltetun energian useiden tietojen, kuljetun matkan, liikenopeuden, nousunopeuden jne. sekä Tissot-sovellukseen syötettyjen henkilötietojen perusteella.

Sydämen toiminta

Sydämen syke



Sykettä mitataan kellon takaosaan asennetun optisen anturin avulla. Se mittaa valon määrää ranteen verenkierron funktiona.

VAROITUS

Jotta sykkeesi mitataan oikein, varmista, että kellosi on tiiviisti rannettasi vasten.

Vahvuusaktiviteetissa (kun ranteen lihakset ovat jännittyneet) lukema voi olla epätarkempi muutaman sekunnin ajan.

Harjoitusalueet

Harjoitusalueet näyttävät sydämen sykkeen aktiviteetin aikana.

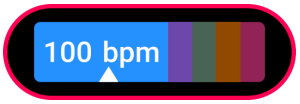
Syke määritellään Tissot-sovelluksessa määritettyjen arvojen mukaan. Jos sitä ei ole määritetty, syntymävuoden oletusarvo on 1970. Sen enimmäisarvo lasketaan seuraavasti: 220 - ikä.

VAROITUS

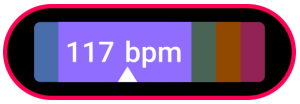
Vyöhykkeiden oletusarvot eivät ole bpm (lyöntiä minuutissa), vaan % sykkeesi maksimiarvostasi.

Maksimisykettä ja prosentteja voidaan muokata sovelluksessa.

Harjoitusalue 1: 50 %-60 %



Harjoitusalue 2: 60 %-70 %



Harjoitusalue 3: 70 %-80 %



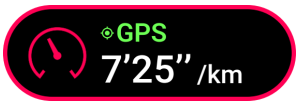
Harjoitusalue 4: 80 %-90 %



Harjoitusalue 5: 90 %-100 %

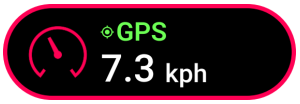


Aika yksikköetäisyyttä kohti (Tahti)



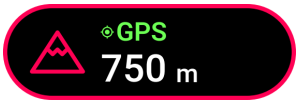
Keskimääräinen aika, joka kuluu yhteen kilometriin (tai yhden mailiin) aktiviteetin aikana. Sovellus laskee kullekin kilometrille kuluneen ajan keskiarvon.

Nopeus



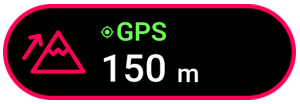
Keskimääräinen matkanopeus aktiviteetin aikana kilometreinä (tai maileina) tunnissa.

Korkeus



Aktiviteetin aikana saavutettu maksimikorkeus. Tämä arvo lasketaan älypuhelimesi GPS-tiedoista.

Kumulatiivinen korkeusero



Kaikkien ylöspäin suuntautuvien liikkeiden yhteenlaskettu summa aktiviteetin aikana, ilmaistuna metreinä (tai jalkoina). Tämä arvo lasketaan älypuhelimesi GPS-tiedoista.

Tilastotiedot

Tiedot tallennetaan päivittäisiin tilastoihin ja nollataan joka päivä keskiyöllä.

Askeleiden lukumäärä



Askelmäärä lasketaan käsivartesi liikkeiden perusteella, jotka on mitattu kelloon asennetulla kolmiakselisella kiihtyvyysmittarilla.

Poltetut kalorit



Sovellus laskee poltetun energian useiden tietojen, kuljetun matkan, liikenopeuden, nousunopeuden jne. sekä Tissot-sovellukseen syötettyjen henkilötietojen perusteella.

Aktiviteetin kesto



Liikkumisaikasi tai fyysisen aktiivisuuden aika. Kaikki lepoajat jätetään huomiotta.

Kuljettu etäisyys



Kuljettu matka lasketaan kolmiakselisen kiihtyvyysmittarin mittaamien käsien liikkeiden sekä älypuhelimesi GPS-tietojen perusteella.

Akku

Tiedot

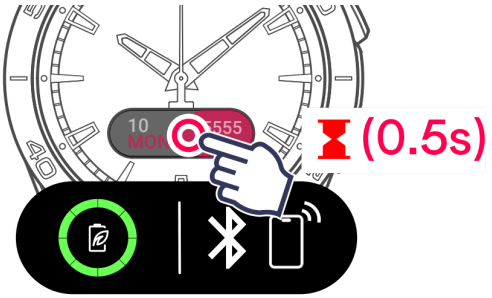
T-Touch Connect Sport toimii litiumioniakulla, jota ladataan kelloon asennetulla aurinkoanturilla tai mukana toimitetulla kaapelilla.

Sen keskimääräinen aktiivisuustasosi mukainen kesto on:

- Rajoittamaton toiminta-aika Watch-tilassa (vaatii ulkovaloa > 20 min/vrk kirkkaalla säällä, 20 kLux).
- Jopa 6 kuukautta Standard Connected -tilassa (vaatii ulkovaloa > 35 min/vrk kirkkaalla säällä, 20 kLux).
- Jopa 3 kuukautta Sport Connected -tilassa (vaatii ulkovaloa > 60 min/vrk kirkkaalla säällä, 20 kLux).

Akun varaustason tarkastaminen

1 Kosketa näyttöä 0,5 sekuntia



Akun lataaminen

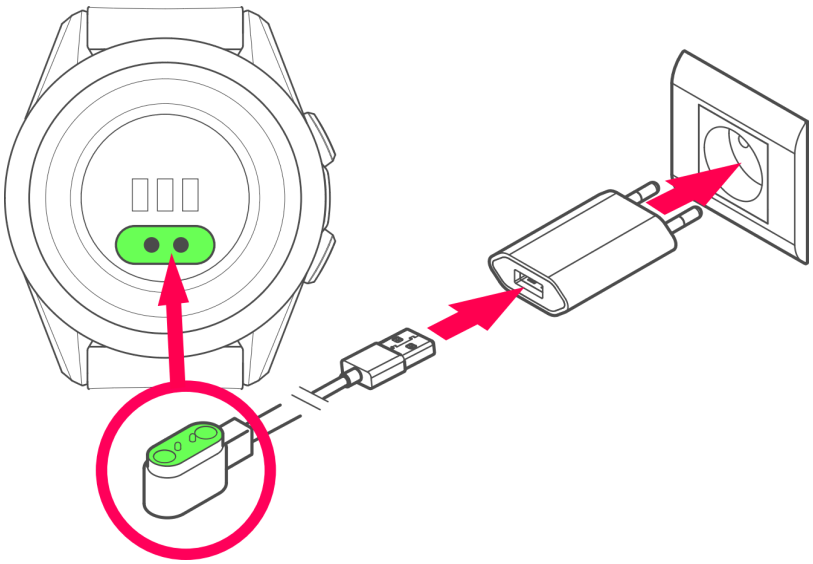
Kellossa on erityinen vedenpitävä USB-kaapeli latausta varten.

> **VAROITUS**
>
> Älä käytä yli 15 watin laturia.

Jos akun lataustaso on liian alhainen oikean toiminnan varmistamiseksi, näytössä näkyy alla oleva viesti:



1 Aseta kaapelin pää liittimeen kuvan mukaisesti



HUOMAUTUS

Magneetit varmistavat, että liitin on oikein suunnattu.

TIEDOT

Täyteen latausaika on noin 90 minuuttia.

Tilat

Pariliitetyn tilan käyttö

Tässä tilassa kello on yhdistetty älypuhelimeesi asennettuun Tissot-sovellukseen.

Joitakin ominaisuuksia voidaan käyttää myös älypuhelimen kautta:

- **Ajastin**: kesto voidaan asettaa sovelluksella.
- **Kronografi**: sekä ajanotot että kierrosajat tallennetaan ja ne voidaan hakea sovelluksesta.
- **Aktiviteetin seurantatiedot**: ne tallennetaan ja voidaan hakea sovelluksesta.
- **Sijainti**: älypuhelimesi GPS tallentaa sijaintitiedot pyöräilyn, vaelluksen tai juoksun aikana.
- **Tilastot**: tiedot voidaan myös etsiä sovelluksesta.

Bluetooth®

Tiedot vaihdetaan kellon ja sovelluksen välillä Bluetooth®-protokollan avulla.

Bluetooth®-yhteys on oltava aktivoituna älypuhelimessasi ja kellossasi.

Katso Settings

VAROITUS

Pidä älypuhelin mukanasi aktiviteettiesi aikana. Kahden laitteen välinen etäisyys ei saa ylittää 15 - 20 metriä (50 - 65 jalkaa).

Jos kello on liian kaukana älypuhelimesta, yhteys katkeaa. Se aktivoidaan uudelleen automaattisesti heti, kun laitteet ovat lähekkäin.

HUOMAUTUS

Jos kellosi ei ole muodostanut yhteyttä T-Connect-sovellukseen jonkin aikaan, se näyttää "Avaa Tissot-sovellus" -ponnahdusikkunan – saman muistutuksen, joka näytetään ensimmäisen käyttöönoton aikana – ja kehottaa avaamaan sovelluksen puhelimessasi.

Sovelluksen avaaminen antaa kellon synkronoida tietosi, jotta ne pysyvät varmuuskopioituina. Tätä muistutusta ei näytetä uudelleen 24 tuntiin.

Tilat

Ei-pariliitetyn tilan käyttäminen

Tässä tilassa kello toimii itsenäisesti.

Asetukset tehdään suoraan kellosta sovelluksen sijaan.

Jotkut tiedot tallennetaan kelloon väliaikaisesti:

- **Kronografi**: sekä lopulliset aikamittaukset että väliajat tallennetaan, ja niitä voidaan tarkastella ajoituksen aikana.
- **Aktiviteetin seurantatiedot**: tiedot tallennetaan kelloon väliaikaisesti ja ne voidaan hakea näyttöön aktiviteetin aikana.
- **Tilastot**: tiedot voidaan myös etsiä päivän aikana.

> **TIEDOT**
>
> **Sijainti**: ei sijainnin seurantaa eikä korkeuden mittausta. Etäisyyttä ja nopeutta ei mitata pyöräilyaktiviteeteissa.

GPS

Yleisiä tietoja

Joidenkin kellosi toimintojen käyttö edellyttää pääsyä sijaintitietoihin. Siihen käytetään älypuhelimesi GPS:ää.

> **VAROITUS**
>
> Sijainnin on aina oltava käytössä älypuhelimessasi Tissot-sovellusta varten, ei ainoastaan silloin, kun sovellus on aktiivinen.

Käyttö GPS:llä

GPS-tiedot vaihdetaan älypuhelimesi ja kellosi välillä Bluetooth®-yhteydellä.

Jotta Bluetooth®-yhteys voidaan ottaa käyttöön toimintaa varten, kellosi tulee olla pariliitetyssä tilassa ja Bluetooth®-yhteyden aktivoituna.

Yhteyden aktivointi

Pariliitetty tila

> **VAROITUS**
>
> Pidä älypuhelin mukanasi aktiviteettiesi aikana. Kahden laitteen välinen etäisyys ei saa ylittää 15 - 20 metriä (50 - 65 jalkaa).
>
> Jos kello on liian kaukana älypuhelimesta, yhteys katkeaa. Se aktivoidaan uudelleen automaattisesti heti, kun laitteet ovat lähekkäin.

Käyttö ilman GPS:ää

Jos kello ei voi käyttää GPS-tietoja, sijaintitiedot eivät ole käytettävissä ja juoksu-, pyöräily- ja vaellusaktiviteettien tietojen seuranta on rajoitettua.

Seuraavia tietoja ei voida tallentaa:

- Sijainti

- Etäisyyden mittaus

- Nopeus

Yhteensopivuus

Tuotteessa T-Touch Connect Sport on Bluetooth® -toiminto. Sen käyttöä varten tarvitaan älypuhelin, joka täyttää seuraavat vaatimukset:

Androidia koskevat vaatimukset	Androidilta edellytetyt asetukset: vähintään versio 9.0, suositeltu versio 13 tai 14. Tämä järjestelmäversio on ollut saatavilla 7. maaliskuuta 2018 lähtien. Useimmat tämän päiväyksen jälkeen valmistetut laitteet täyttävät tämän vaatimuksen.
Apple iOS -vaatimukset	Apple iOS:ää koskevat vaatimukset: vähintään versio 16, suositeltu versio 17.x tai 18.x. Yhteensopiva iPhonen kanssa syyskuusta 2022 lähtien.
Huaweita koskevat vaatimukset	Huaweita koskevat vaatimukset: vähintään versio HarmonyOS 2.0, suositeltu versio 3.x tai 4.x. Saatavana tiettyihin Huawein älypuhelimiin alkaen 2021.

Tissot varmistaa tuotteidensa yhteensopivuuden maailmanlaajuisesti tunnetuimpien ja yleisimpien Android-mobiililaitteiden kanssa. Jotkut laitteet eivät kuitenkaan ole yhteensopivia tuotteen T-Touch Connect Sport kanssa:

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

T-Touch Connect Sport -sovellusta tuetaan ainoastaan seuraavissa maissa ja seuraavilla kielillä:

Tuetut maat

Albania	Australia	Itävalta
Valkovenäjä	Belgia	Bosnia ja Herzegovina
Brasilia	Bulgaria	Kanada
Chile	Kiina	Kolumbia
Kroatia	Kypros	Tšekin tasavalta
Tanska	Viro	Färsaaret
Suomi	Ranska	Saksa
Gibraltar	Kreikka	Grönlanti
Guatemala	Hong Kong	Unkari
Islanti	Intia	Irlanti
Israel	Italia	Japani
Jordania	Korea	Kosovo
Latvia	Libanon	Liechtenstein
Liettua	Luxemburg	Macao
Malesia	Malta	Meksiko
Moldova	Monaco	Montenegro
Alankomaat	Uusi-Seelanti	Pohjois-Makedonia
Norja	Puola	Portugali
Romania	San Marino	Serbia

Singapore	Slovakia	Slovenia
Espanja	Ruotsi	Sveitsi
Taiwan	Thaimaa	Turkki
Ukraina	Yhdistyneet arabiemiirikunnat	Britannia
Yhdysvallat	Vatikaanivaltio	Venezuela

Tuetut merkistöt (ilmoitukset)

Afrikaans	Albania	Baski
Bretoni	Katalaani*	Kiina (yksinkertaistettu)
Korsika	Tšekki	Tanska*
Hollanti*	Englanti	Viro*
Fääri	Suomi*	Ranska
Galego	Saksa	Unkari*
Islanti	Indonesia	Iiri
Iiri* (perinteinen oikeinkirjoitus)	Italia	Japani
Korea	Kurdi	Asturia
Liettua	Luxemburg	Malaiji
Manksi	Norja	Oksitaani
Puola	Portugali	Retoromaani
Gaeli	Gaeli	Slovakki

Eteläsaame	Espanja	Suahili
Ruotsi	Tagalogin kieli	Valloni
Kymri*		

*Huomaa, että joitakin kirjaimia saattaa puuttua.

Sovelluksen kielet

Kiina (yksinkertaistettu)	Kiina (perinteisin kirjoitusmerkein)	Tanska
Hollanti	Englanti	Suomi
Ranska	Saksa	Italia
Japani	Korea	Norja
Puola	Portugali	Romania
Espanja	Ruotsi	Thai

Kellon kielet

Kiina (yksinkertaistettu)	Englanti	Ranska
Saksa	Italia	Japani
Korea	Malaiji	Espanja
Thai		

Laiteohjelmiston päivitys

Kun uusi laiteohjelmistoversio on saatavilla, T-Connect-sovellus lataa sen ja siirtää sen automaattisesti kelloosi taustalla asentamatta sitä heti.

Asenna se jollakin seuraavista tavoista:

- Napauta Päivitä T-Connect-sovelluksessa tai
- Vahvista kellossa näkyvä päivitysmuistutus.



Versiot ja uudet ominaisuudet

Versio	Saatavuus	Muutokset
10.2	Elokuu 2026	**Virheenkorjaukset ja parannukset**
10.1	Kesäkuu 2026	**Virheenkorjaukset ja parannukset**
10.0	Huhtikuu 2026	**Tarkka matka tauon aikana** Aktiviteetin ollessa tauolla kuljettua matkaa ei enää lasketa mukaan, ja puuttuvat GPS-datapisteet arvioidaan interpoloimalla. **Hälytysten ja ajastimien äänet ja värinät** Hälytyksillä ja ajastimilla on nyt omat ääni- ja värinäasetuksensa, erillään kellon yleisistä asetuksista. **Reaaliaikainen pyöräilyaktiviteetti Kiinassa** Pyöräilyn reaaliaikainen aktiviteettiseuranta on nyt käytettävissä käyttäjille Kiinassa. **Virheenkorjaukset ja parannukset**
9.2	Helmikuu 2026	**Laajennetut tavoiteasetukset ja hälytykset** Aseta päivittäisiä tavoitteita askelille, kaloreille, matkalle ja aktiiviselle ajalle kellossa ja sovelluksessa, ja saat ilmoituksen, kun tavoite saavutetaan. **Lisää pikatoimintoja** Taskulamppu-toiminto palaa, ja sen mukana muita aktiviteetteja, jotka ovat nyt käytettävissä pikatoimintoina painikkeessa. **Ilmoitusten suodatus iOS:ssä** Suodata älypuhelimen ilmoituksia luokittain iOS:ssä (sovelluskohtaisesti Androidissa). **Virheenkorjaukset ja parannukset**

Versio	Saatavuus	Muutokset
9.1	Lokakuu 2025	**Valmiustila** Lepotila on nimetty uudelleen Standby-tilaksi. **Päivittäisten ja urheiluaktiviteettien tietojen yhdistäminen** Päivittäinen yhteenvetosi yhdistää nyt arkiaktiivisuuden ja urheiluaktiviteetit: askeleet, matkan, kalorit ja keston. **Virheenkorjaukset ja parannukset**
9.0	Kesäkuu 2025	**Taskulampputoiminto poistettu käytöstä** Taskulampputoiminto on poistettu käytöstä. **Aktiviteetin reaaliaikainen peilaus** Katso pyöräilyaktiviteettisi reaaliajassa T-Connect app -sovelluksessa — mittarit peilautuvat automaattisesti puhelimesi näytölle. **Älä häiritse -tila ja ilmoitushistoria** Kello noudattaa puhelimesi Älä häiritse -tilaa vaimentaen saapuvat puhelut ja ilmoitukset; tarkastele ilmoitushistoriaasi kellosta. **NBA-widget yksinkertaistettu** NBA:n live-tulokset ja -aikataulut eivät enää ole käytettävissä kellossa. Widget näyttää nyt bannerin, joka johtaa NBA:n verkkosivustolle uusimpia uutisia varten. **Virheenkorjaukset ja parannukset**
8.3	Huhtikuu 2025	**Sisäaktiviteettien historia** Kello tallentaa nyt historian viimeisimmästä sisäaktiviteetistasi — synkronoi T-Connect app -sovelluksen kanssa tallentaaksesi sen pysyvästi. **Sisäaktiviteetit kellossa** Valitse ja aloita juoksumatto-, spinning- ja porrasaktiviteetteja suoraan kellosta — ilman GPS:ää.

Versio	Saatavuus	Muutokset
		Hallitse automaattisen tauon/jatkamisen hälytyksiä Määritä hälytykset sille, kun aktiviteetti keskeytyy tai jatkuu automaattisesti liikkeesi perusteella. **Virheenkorjaukset ja parannukset**
8.2	Maaliskuu 2025	**Pikatoiminnot painikkeessa** Määritä pikatoiminto painikkeeseen nopeaa pääsyä varten suosikkitoimintoosi. **Kellotaulun valinta** Valitse 5 saatavilla olevan kellotaulun joukosta suoraan TTC Sport -kellossasi. **Läpinäkyvät laiteohjelmistopäivitykset** T-Connect app lataa laiteohjelmistopäivitykset ja siirtää ne kelloosi automaattisesti taustalla asentamatta niitä heti. **Virheenkorjaukset ja parannukset**
8.1	Tammikuu 2025	**Nopeampi pääsy sykemittaukseen** Jos kello muuttuu passiiviseksi sykkeen mittauksen aikana, mittaus jatkuu 30 sekuntia — aktivoi kello uudelleen tämän ajan kuluessa nähdäksesi tuloksen heti. **Ranteen noston tunnistus aktiviteettien aikana** Nosta rannettasi aktiviteetin aikana herättääksesi näytön ja tarkistaaksesi tietosi; tunnistus poistuu automaattisesti käytöstä tauon aikana. **Virheenkorjaukset ja parannukset**
8.0	Lokakuu 2024	**Valotason historia** Katso kellosi keräämän valotason historia T-Connect app -sovelluksessa (pariutetussa tilassa). **Auto Lap aktiviteeteille** Saat yksityiskohtaiset Auto Lap -tiedot vaellukselle, juoksulle ja

Versio	Saatavuus	Muutokset
		pyöräilylle. **Aurinkoenergiätaso** Seuraa aurinkoenergiatrendejä ajan myötä ja ymmärrä paremmin niiden positiivinen vaikutus akun kestoon. **Syke pyydettäessä** Mittaa syke reaaliajassa suoraan kellosta yksinkertaisella kosketuksella. **Taskulamppuominaisuus** Pidä alempaa painiketta painettuna muuttaaksesi kellon välittömästi taskulampuksi. **Harjoitusalueet ranteessasi** Katso nykyinen harjoitusalueesi suoraan ranteestasi aktiviteetin aikana. **Uudelleenyhdistämiskehote** Kello kehottaa sinua avaamaan T-Connect app -sovelluksen, jos se ei ole yhteydessä. **Aktiviteettiesi automaattinen tauottaminen ja jatkaminen** Patikointi-, juoksu- ja pyöräilyaktiviteetit TTC Sport -kellossa keskeytyvät automaattisesti, kun pysähdyt, ja jatkuvat, kun aloitat liikkumisen uudelleen. **Virheenkorjaukset ja parannukset**

Asiakirjat

VALMISTAJAN OIKEUDELLINEN VAKUUTUS

- VALMISTAJAN OIKEUDELLINEN VAKUUTUS

Takuu

- Takuu