T-Touch Connect Sport

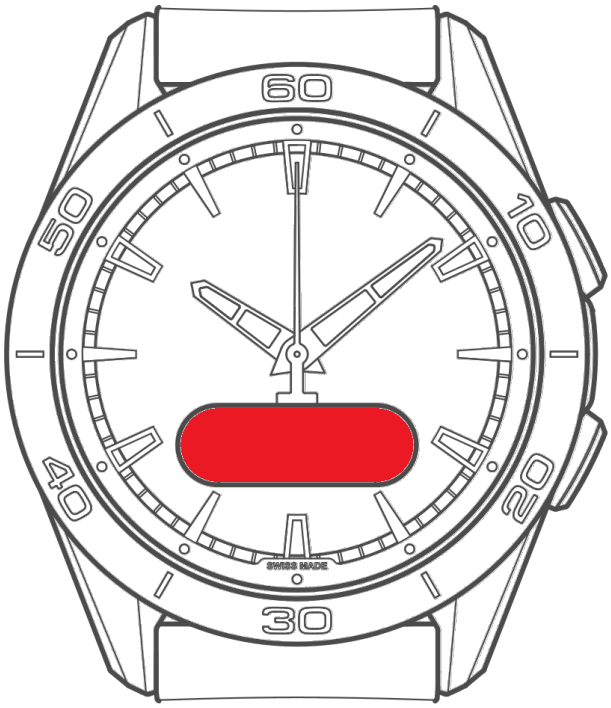


BENVENUTO ALLE ISTRUZIONI PER L'USO DEL TUO T-TOUCH CONNECT SPORT

Home

Home

Complimenti per avere scelto un orologio del brand TISSOT™, azienda svizzera che ha sede a Le Locle sin dal 1853. Realizzato con grande cura utilizzando materiali e componenti di alta qualità, questo segnatempo è progettato per resistere a urti, variazioni di temperatura, acqua e polvere.



- Avvio / abbinamento
- Avvio di un'attività
- Funzioni
- Statistiche
- Impostazioni
- Informazioni
- Documenti

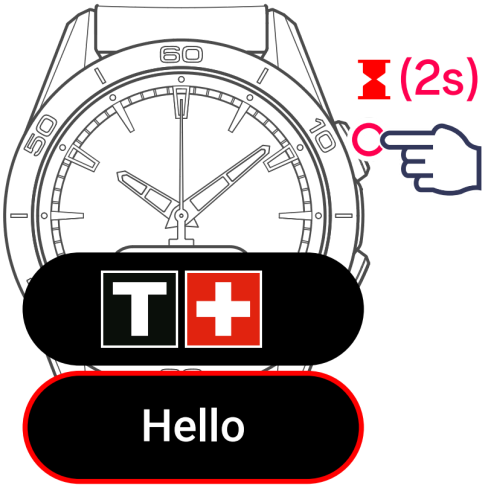
Avvio / abbinamento

Avvio

Configurazione iniziale

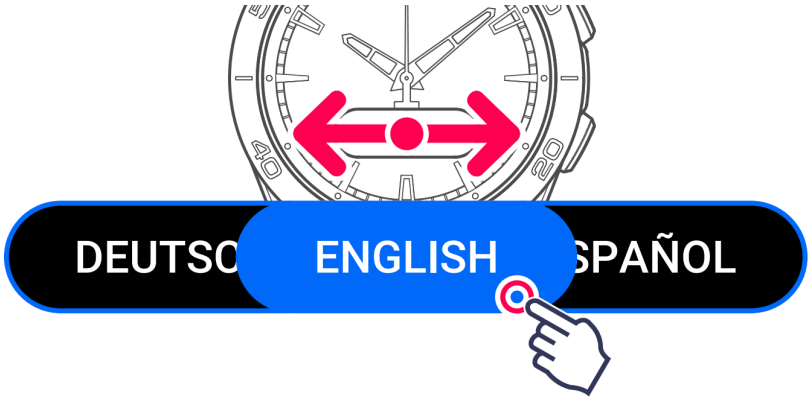
Al primo utilizzo o dopo un ripristino, occorrerà impostare alcuni parametri del T-Touch Connect Sport.

1 Attivare l'orologio



Premere per 2 secondi il pulsante superiore.

2 Selezionare la lingua



Scorrere lo schermo lateralmente per visualizzare le lingue.

3 Toccare lo schermo per selezionare la modalità di funzionamento



Conferma: l'orologio verrà connesso alla app Tissot che installerai sullo smartphone. Ora, data e altre informazioni verranno caricate automaticamente dalla app.

Continuare in modalità abbinata

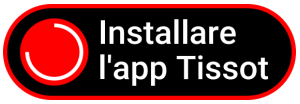
Annulla: l'orologio funzionerà in modo autonomo. Occorrerà impostare data e ora.

Proseguire in modalità non abbinata

Modalità abbinata

1 Scaricare e installare

Scaricare e installare la app Tissot sullo smartphone.



Una volta installata la app, lo schermo visualizzerà il codice di abbinamento.

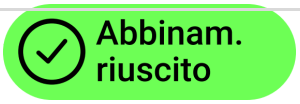


2 Verificare e confermare i codici

I codici sono identici, confermare sulla app e sull'orologio.



L'abbinamento è terminato.



INFORMAZIONI

Dati personali: Consigliamo di inserire i dati personali nella app Tissot per migliorare la precisione di misura delle attività.

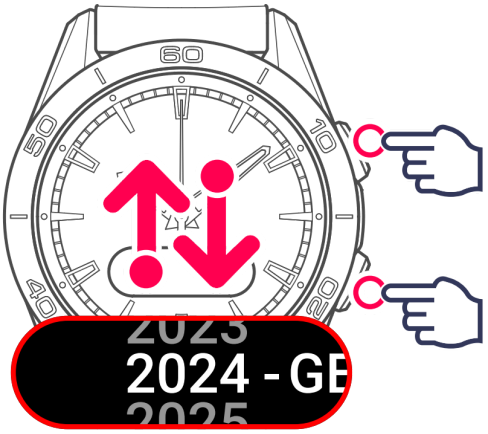
L'orologio è pronto all'uso. Acquisisci dimestichezza con operazioni e menu seguendo le informazioni di familiarizzazione.

Familiarizzazione

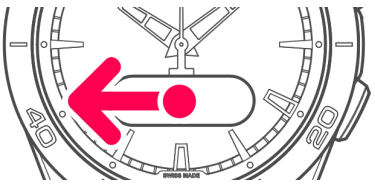
Modalità non abbinata

Utilizzo dell'orologio in modalità non abbinata (senza connessione allo smartphone).

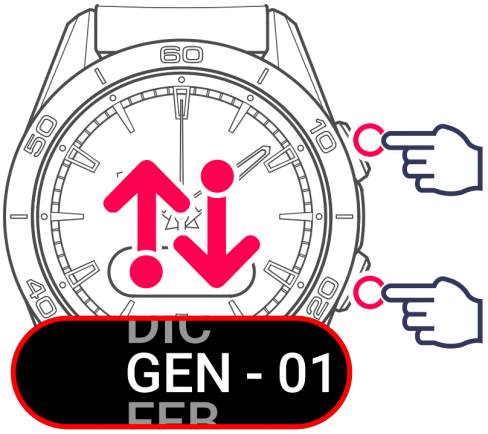
1 Selezionare l'anno



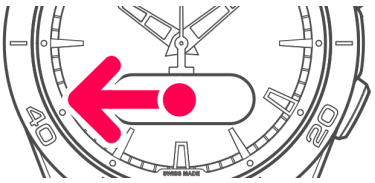
Quindi passare alla regolazione successiva.



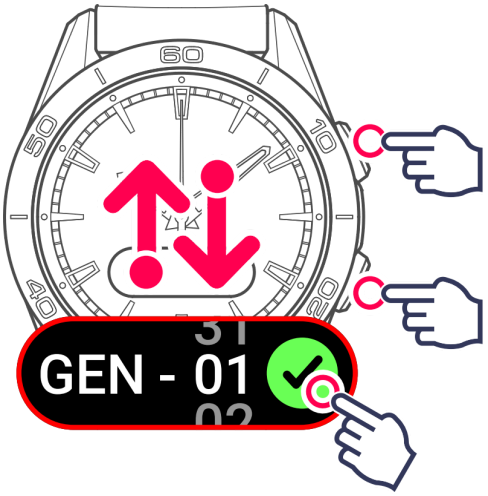
2 Selezionare il mese



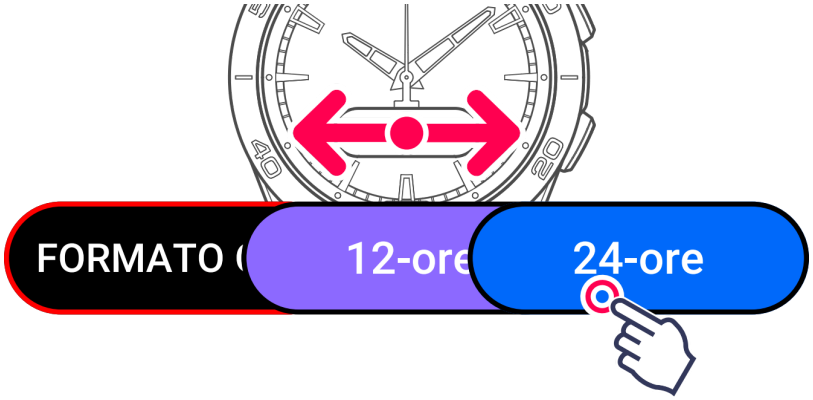
Quindi passare alla regolazione successiva.



3 Selezionare la data e confermare



4 Selezionare il formato dell'ora



L'avvio in modalità non abbinata è terminato.



L'orologio è pronto all'uso. Acquisisci dimestichezza con operazioni e menu seguendo le informazioni di familiarizzazione.

Familiarizzazione

Familiarizzazione

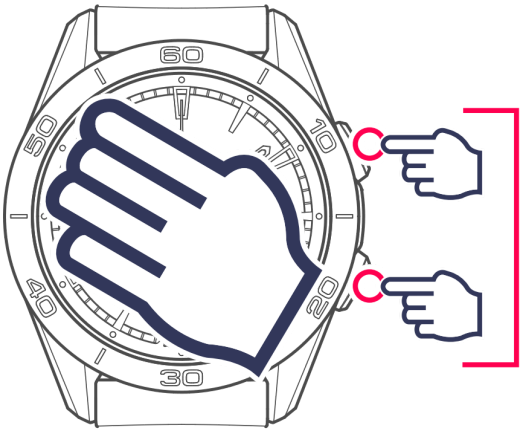
Per bloccare/sbloccare l'orologio

Lo schermo tattile e i pulsanti consentono un accesso rapido a tutte le funzionalità dell'orologio.

1 Sbloccare l'orologio



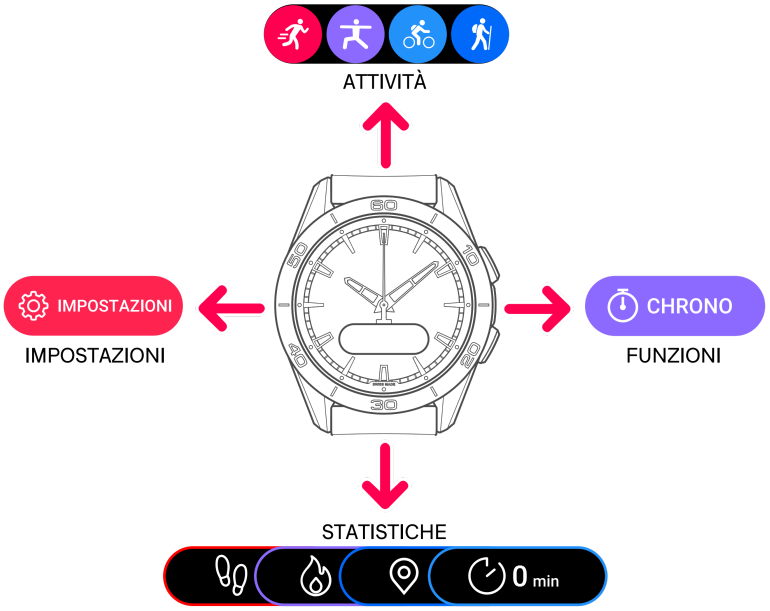
2 Bloccare l'orologio



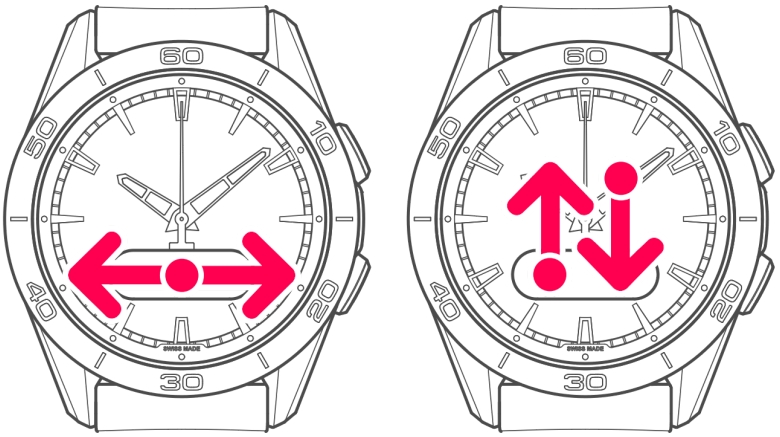
Mettendo la mano sul quadrante dell'orologio o premendo contemporaneamente i due pulsanti.

Navigare nei menu

Il display del tuo orologio mostra tutte le funzioni disponibili. Naviga tra i menu scorrendo in una qualsiasi delle quattro direzioni.

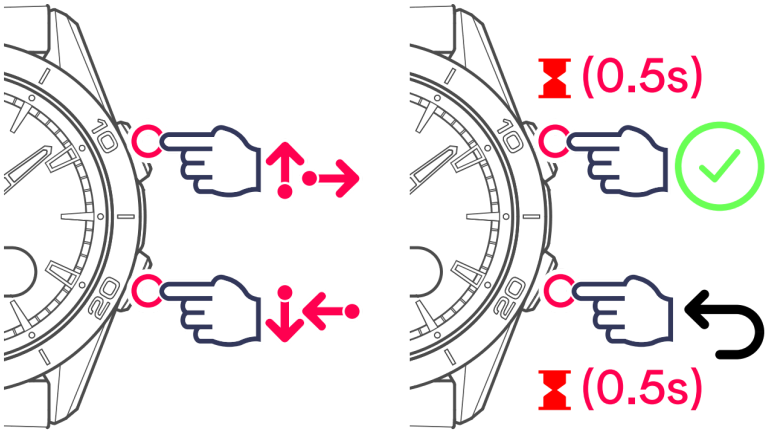


1 Scorrere lo schermo



Orizzontalmente o verticalmente (dal centro dell'orologio) per navigare nei menu.

2 Utilizzare i pulsanti



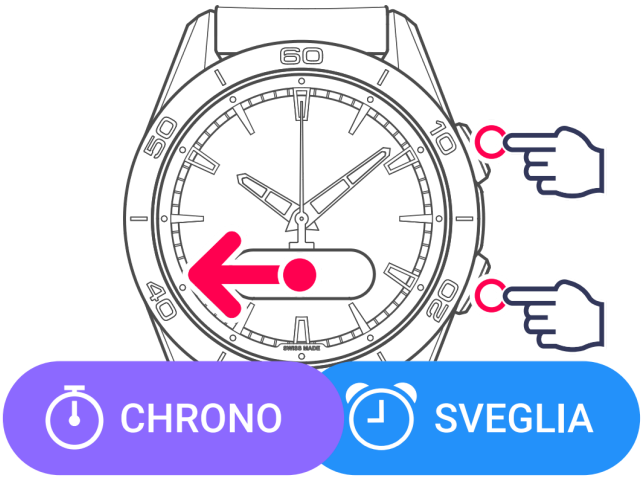
Per navigare, confermare o tornare indietro.

Il pulsante superiore per navigare verso il basso o a sinistra (pressione breve) e confermare (pressione lunga).

Pulsante inferiore per navigare verso l'alto o a destra (pressione breve) e tornare indietro (pressione lunga).

Accesso a funzioni, attività, impostazioni e statistiche

1 Scorrere verso sinistra per accedere alle FUNZIONI dell'orologio



Vedere Funzioni

2 Scorrere verso l'alto per accedere alle statistiche GIORNALIERE



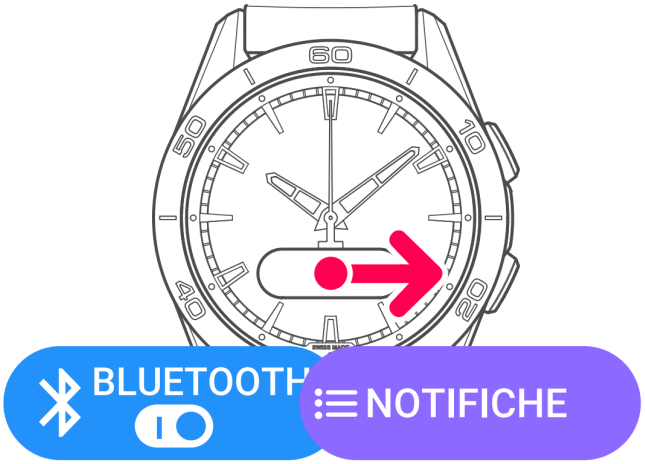
Vedere Statistiche

3 Scorrere verso il basso per accedere alle ATTIVITÀ



Vedere Avvio di un'attività

4 Scorrere verso destra per accedere alle IMPOSTAZIONI



Vedere Impostazioni

Lettura dei messaggi

Quando sull'orologio viene visualizzato un messaggio ricevuto sullo smartphone, è possibile leggerlo toccando lo schermo e facendolo scorrere verticalmente.

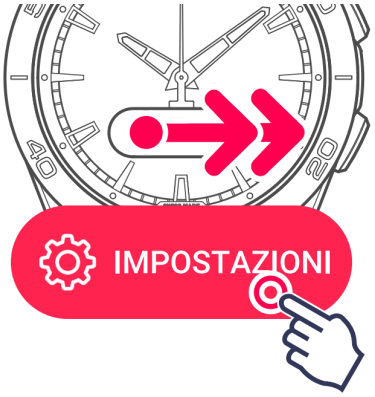
Abbinamento

È possibile abbinare l'orologio se non è già stato fatto al primo utilizzo.

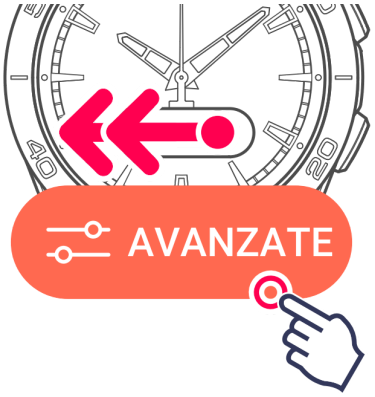
1 Attivare l'orologio



2 Visualizzare e selezionare il menu impostazioni



3 Visualizzare e selezionare le impostazioni avanzate

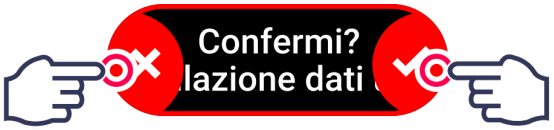


4 Visualizzare e avviare l'azzeramento dell'orologio



5 Confermare la cancellazione dei dati

Toccare l'area dello schermo corrispondente alla scelta.



Conferma: i dati salvati nell'orologio verranno cancellati (cronometraggio, messaggi, ecc.) ma, se l'orologio è connesso alla app, i dati sincronizzati verranno salvati e saranno ancora accessibili.

Annulla: la procedura è annullata.

L'orologio eseguirà un nuovo ciclo di inizializzazione, come in occasione del primo avvio.

Continuare la procedura di avvio

Avvio di un'attività

Corsa

> **NOTA**
>
> **Questa è un'attività all'aperto.** Utilizza il GPS per tracciare la tua posizione e il tuo percorso.

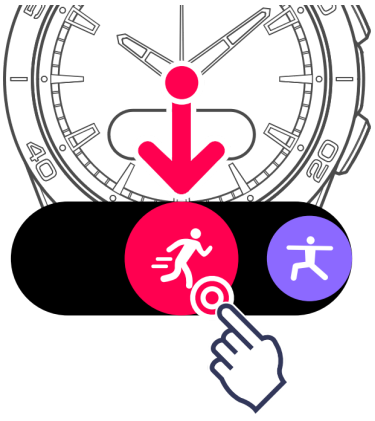
Monitorare l'attività 'corsa' e salvare i dati.

La app deve essere aperta sullo smartphone.

1 Attivare l'orologio



2 Selezionare l'attività



L'orologio si connetterà al GPS.



INFORMAZIONI

Toccare lo schermo per avviare l'attività senza aspettare la connessione GPS.

Il percorso inizierà ad essere salvato non appena si sarà stabilita la connessione.

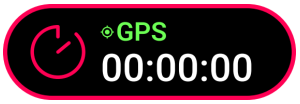
L'orologio è pronto a monitorare l'attività.



Il conto alla rovescia si avvia automaticamente.



L'attività inizia ad essere salvata e viene visualizzato il tempo.



INFORMAZIONI

Pausa e ripresa intelligenti

Se non ti muovi per 30 secondi, l'orologio ti chiederà di metter in pausa l'attività. Se l'attività è in pausa e riprendi a muoverti, ti chiederà di riprendere l'attività.

- Lo stato dell’attività non cambia finché non confermi attivamente il pop-up.
- Ogni pop-up si chiude se il movimento che lo ha attivato si interrompe e riappare se si verifica di nuovo.
- Se annullate il pop-up, questo riappare ogni ora finché non riprendete o interrompete l'attività.
- L'attività termina automaticamente se l'orologio rimane inattivo per 1 ora.

3 Vedere i dati dell'attività

Utilizzare i pulsanti dell'orologio o toccare lo schermo.

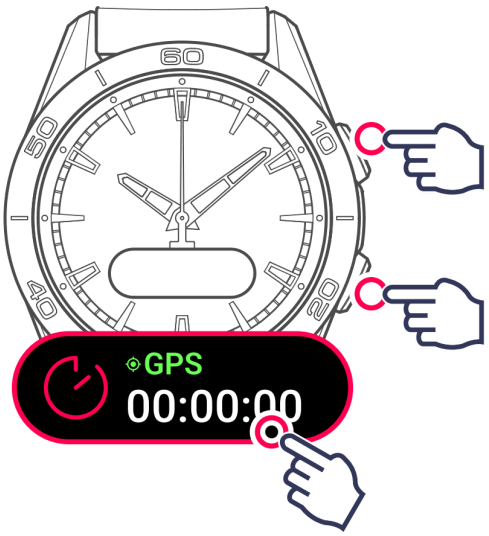
NOTA

Durante un'attività, solleva il polso per attivare lo schermo e leggere i tuoi dati. Il rilevamento del sollevamento del polso è disattivato mentre l'attività è in pausa.

NOTA

Ogni volta che completi 1 km o 1 miglio (in base alle tue impostazioni), l'orologio mostra un pop-up con il tuo ritmo medio per quel giro. In base alle impostazioni, il pop-up può vibrare e/o emettere un suono.

Nell'app T-Connect (modalità associata), i dettagli dell'attività mostrano un riepilogo per giro, che include distanza, ritmo medio e dislivello positivo e negativo.

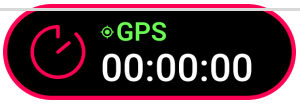


INFORMAZIONI

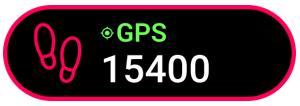
Durante l'attività, l'orologio passerà in standby per risparmiare energia. Toccare lo schermo per riattivare il display.

Dati salvati:

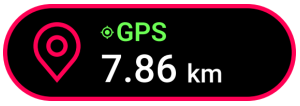
- Durata dell'attività



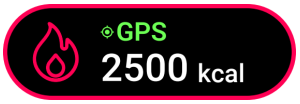
- Numero di passi



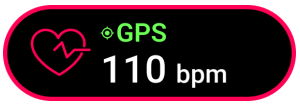
- Distanza percorsa (in km o miglia)



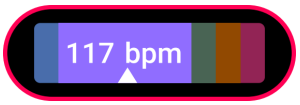
- Dispendio energetico



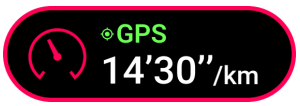
- Frequenza cardiaca



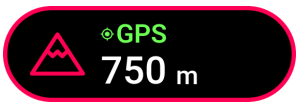
- Zona di allenamento (frequenza cardiaca)



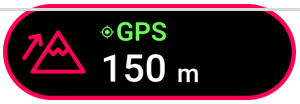
- Tempo per unità di distanza (km o miglia)



- Altitudine massima raggiunta

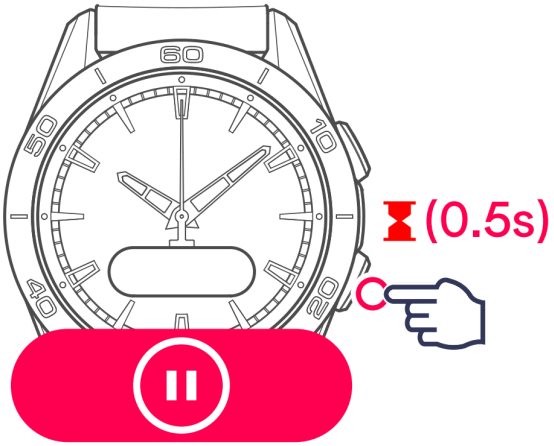


- Dislivello

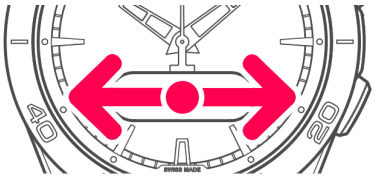


Ulteriori informazioni

4 Uscita dall'attività



L'orologio offre 2 opzioni:



Riavviare il monitoraggio dell'attività corrente



Terminare e confermare la fine del monitoraggio



Allenamento

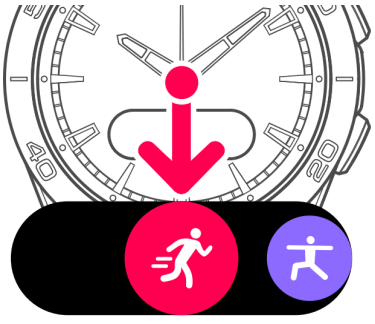
> **NOTA**
>
> **Questa è un'attività al chiuso.** Non rileva la tua posizione tramite GPS.

Monitora il tuo allenamento e salva i tuoi dati.

1 Attivare l'orologio

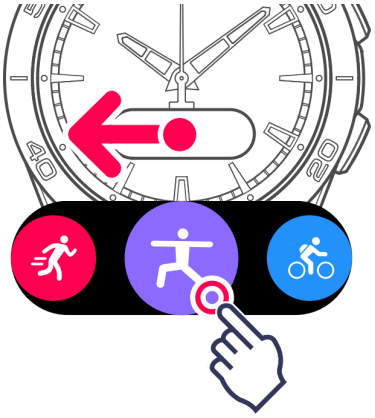


2 Visualizzare le attività



> **INFORMAZIONI**
>
> Sono disponibili anche attività indoor — tapis roulant, spinning e scale. Selezionale e avviale sull'orologio nello stesso modo delle altre attività.

3 Visualizzare e selezionare l'attività



L'orologio è pronto a monitorare l'attività.



Il conto alla rovescia si avvia automaticamente.



L'attività inizia ad essere salvata e viene visualizzato il tempo.



4 Vedere i dati dell'attività

Utilizzare i pulsanti dell'orologio o toccare lo schermo.

> **NOTA**
>
> Durante un'attività, solleva il polso per attivare lo schermo e leggere i tuoi dati. Il rilevamento del sollevamento del polso è disattivato mentre l'attività è in pausa.



INFORMAZIONI

Durante l'attività, l'orologio passerà in standby per risparmiare energia. Toccare lo schermo per riattivare il display.

Dati salvati:

- Durata dell'attività



- Numero di passi



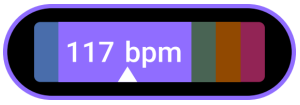
- Dispendio energetico



- Frequenza cardiaca

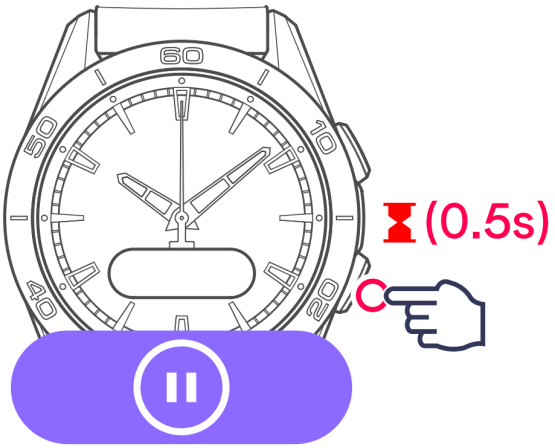


- Zona di allenamento (frequenza cardiaca)



Ulteriori informazioni

5 Uscita dall'attività



L'orologio offre 2 opzioni:



Riavviare il monitoraggio dell'attività corrente



Terminare e confermare la fine del monitoraggio


FINITO?

Tapis roulant

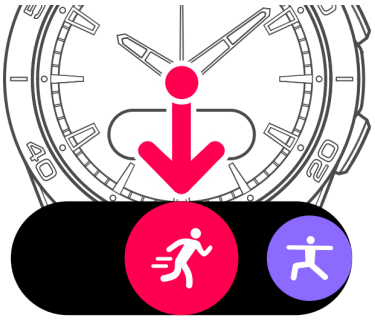
> **NOTA**
>
> **Questa è un'attività al chiuso.** Non rileva la tua posizione tramite GPS.

Monitora la tua sessione sul tapis roulant con l'orologio.

1 Attivare l'orologio



2 Visualizzare le attività



3 Visualizzare e selezionare l'attività



L'orologio è pronto a monitorare l'attività.



Il conto alla rovescia si avvia automaticamente.



L'attività inizia ad essere salvata e viene visualizzato il tempo.



4 Vedere i dati dell'attività

Utilizzare i pulsanti dell'orologio o toccare lo schermo.

> **NOTA**
>
> Durante un'attività, solleva il polso per attivare lo schermo e leggere i tuoi dati. Il rilevamento del sollevamento del polso è disattivato mentre l'attività è in pausa.



INFORMAZIONI

Durante l'attività, l'orologio passerà in standby per risparmiare energia. Toccare lo schermo per riattivare il display.

Dati salvati:

- Durata dell'attività



- Numero di passi



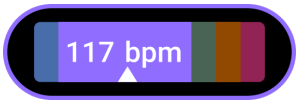
- Dispendio energetico



- Frequenza cardiaca

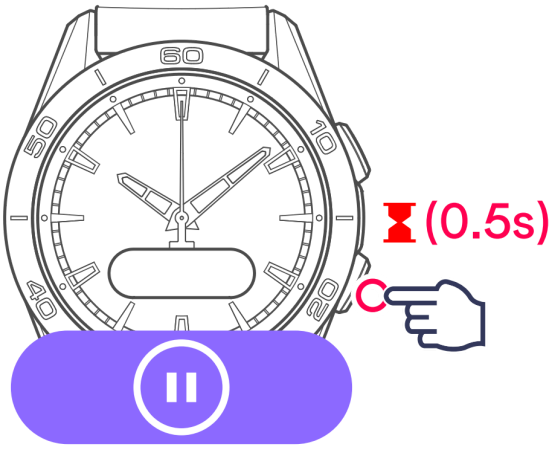


- Zona di allenamento (frequenza cardiaca)



Ulteriori informazioni

5 Uscita dall'attività



L'orologio offre 2 opzioni:



Riavviare il monitoraggio dell'attività corrente



Terminare e confermare la fine del monitoraggio


FINITO?

Spinning

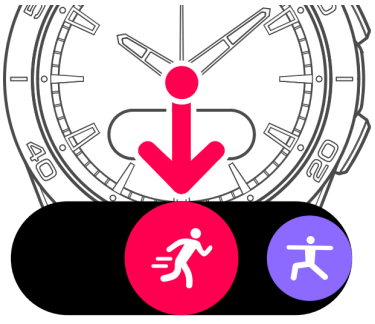
> **NOTA**
>
> **Questa è un'attività al chiuso.** Non rileva la tua posizione tramite GPS.

Monitora la tua sessione di spinning con l'orologio.

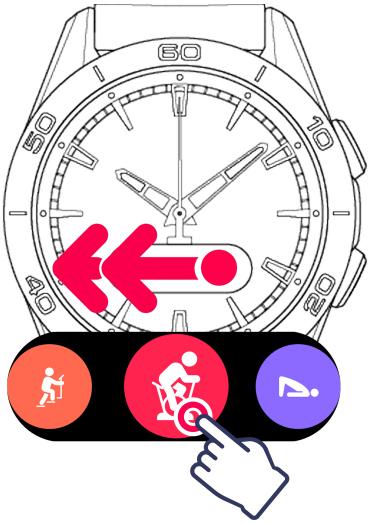
1 Attivare l'orologio



2 Visualizzare le attività



3 Visualizzare e selezionare l'attività



L'orologio è pronto a monitorare l'attività.



Il conto alla rovescia si avvia automaticamente.



L'attività inizia ad essere salvata e viene visualizzato il tempo.



4 Vedere i dati dell'attività

Utilizzare i pulsanti dell'orologio o toccare lo schermo.

> **NOTA**
>
> Durante un'attività, solleva il polso per attivare lo schermo e leggere i tuoi dati. Il rilevamento del sollevamento del polso è disattivato mentre l'attività è in pausa.



INFORMAZIONI

Durante l'attività, l'orologio passerà in standby per risparmiare energia. Toccare lo schermo per riattivare il display.

Dati salvati:

- Durata dell'attività



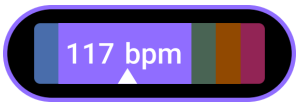
- Dispendio energetico



- Frequenza cardiaca

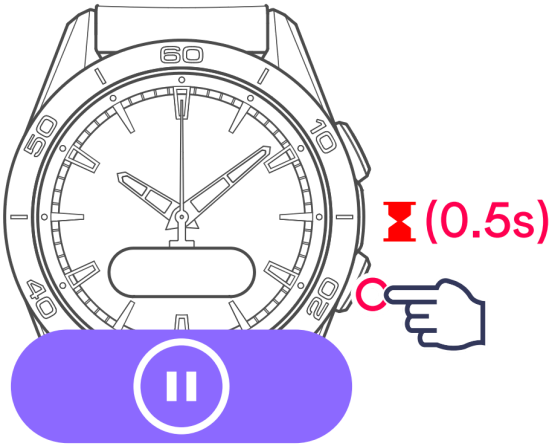


- Zona di allenamento (frequenza cardiaca)

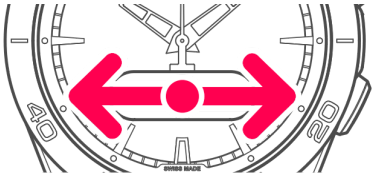


Ulteriori informazioni

5 Uscita dall'attività



L'orologio offre 2 opzioni:



Riavviare il monitoraggio dell'attività corrente



Terminare e confermare la fine del monitoraggio



Scale

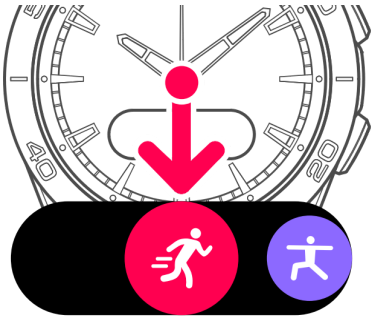
> **NOTA**
>
> **Questa è un'attività al chiuso.** Non rileva la tua posizione tramite GPS.

Monitora la tua sessione di scale con l'orologio.

1 Attivare l'orologio



2 Visualizzare le attività



3 Visualizzare e selezionare l'attività



L'orologio è pronto a monitorare l'attività.



Il conto alla rovescia si avvia automaticamente.



L'attività inizia ad essere salvata e viene visualizzato il tempo.



4 Vedere i dati dell'attività

Utilizzare i pulsanti dell'orologio o toccare lo schermo.

> **NOTA**
>
> Durante un'attività, solleva il polso per attivare lo schermo e leggere i tuoi dati. Il rilevamento del sollevamento del polso è disattivato mentre l'attività è in pausa.



INFORMAZIONI

Durante l'attività, l'orologio passerà in standby per risparmiare energia. Toccare lo schermo per riattivare il display.

Dati salvati:

- Durata dell'attività



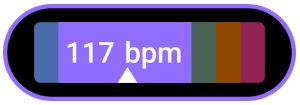
- Dispendio energetico



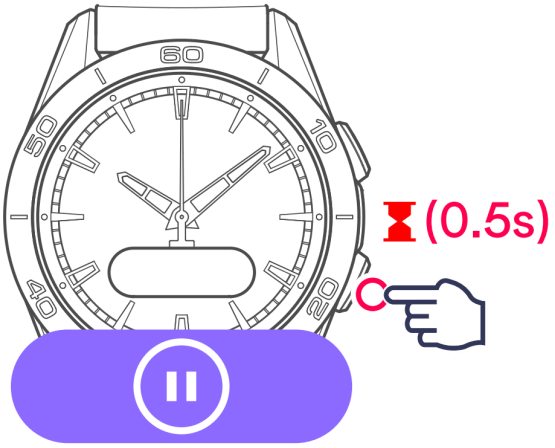
- Frequenza cardiaca



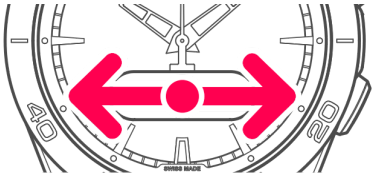
- Zona di allenamento (frequenza cardiaca)



5 Uscita dall'attività



L'orologio offre 2 opzioni:



Riavviare il monitoraggio dell'attività corrente



Terminare e confermare la fine del monitoraggio



Ciclismo

> **NOTA**
>
> **Questa è un'attività all'aperto.** Utilizza il GPS per tracciare la tua posizione e il tuo percorso.

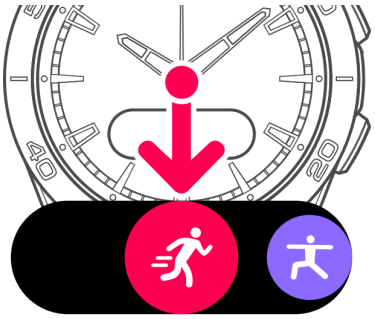
Monitorare l'attività 'ciclismo' e salvare i dati.

La app deve essere aperta sullo smartphone.

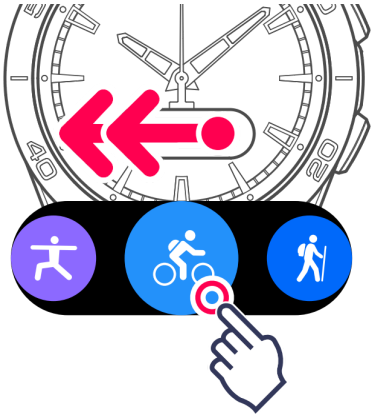
1 Attivare l'orologio



2 Visualizzare le attività



3 Visualizzare e selezionare l'attività



L'orologio si connetterà al GPS.



INFORMAZIONI

Toccare lo schermo per avviare l'attività senza aspettare la connessione GPS.

Il percorso inizierà ad essere salvato non appena si sarà stabilita la connessione.

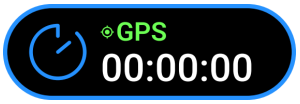
L'orologio è pronto a monitorare l'attività.



Il conto alla rovescia si avvia automaticamente.



L'attività inizia ad essere salvata e viene visualizzato il tempo.



INFORMAZIONI

Pausa e ripresa intelligenti

Se la tua velocità scende sotto i 7 km/h per 1 minuto, l'orologio ti propone di mettere in pausa l'attività. Se è in pausa e la velocità aumenta di nuovo, ti propone di riprenderla.

- Lo stato dell’attività non cambia finché non confermi attivamente il pop-up.
- Ogni pop-up si chiude se il movimento che lo ha attivato si interrompe e riappare se si verifica di nuovo.
- Se annullate il pop-up, questo riappare ogni ora finché non riprendete o interrompete l'attività.
- L'attività termina automaticamente se l'orologio rimane inattivo per 1 ora.

4 Vedere i dati dell'attività

Utilizzare i pulsanti dell'orologio o toccare lo schermo.

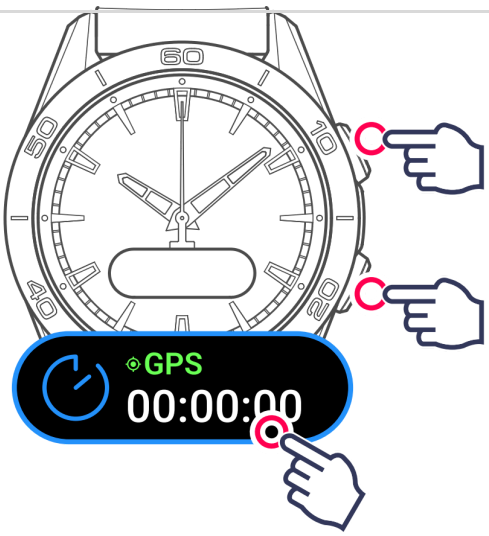
NOTA

Durante un'attività, solleva il polso per attivare lo schermo e leggere i tuoi dati. Il rilevamento del sollevamento del polso è disattivato mentre l'attività è in pausa.

NOTA

Ogni volta che percorri 5 km o 5 miglia (in base alle tue impostazioni), l'orologio mostra un pop-up con la tua velocità media per quel giro. In base alle tue impostazioni, il pop-up può vibrare e/o emettere un suono.

Nell'app T-Connect (modalità abbinata), i dettagli dell'attività mostrano un riepilogo per giro, che include distanza, velocità media e dislivello positivo e negativo.



Duplicazione dell'attività in tempo reale

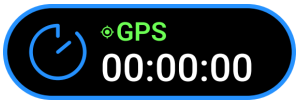
Puoi visualizzare la tua attività di ciclismo in tempo reale nell'app mobile T-Connect per un display più ampio e accessibile.

Con l'app aperta durante l'attività, i dati in tempo reale vengono duplicati automaticamente sullo schermo del telefono.

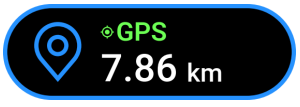
> **INFORMAZIONI**
>
> Durante l'attività, l'orologio passerà in standby per risparmiare energia. Toccare lo schermo per riattivare il display.

Dati salvati:

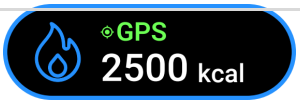
- Durata dell'attività



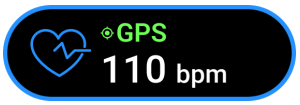
- Distanza percorsa (in km o miglia)



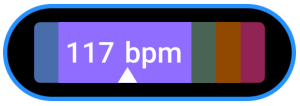
- Dispendio energetico



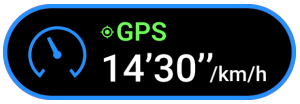
- Frequenza cardiaca



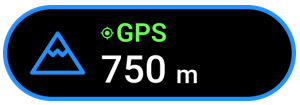
- Zona di allenamento (frequenza cardiaca)



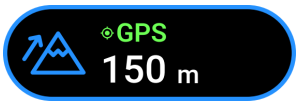
- Tempo per unità di distanza (km/h o mph)



- Altitudine massima raggiunta

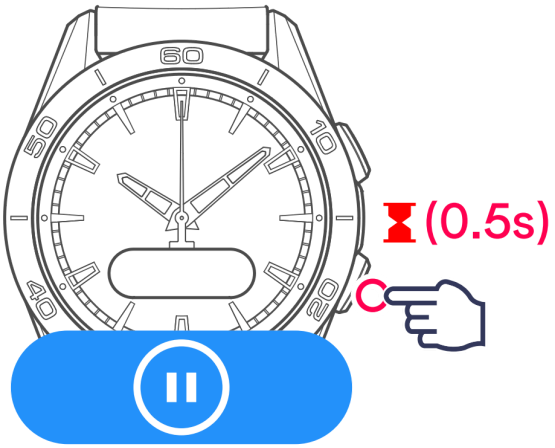


- Dislivello

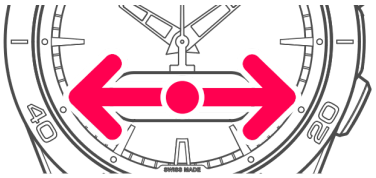


Ulteriori informazioni

5 Uscita dall'attività



L'orologio offre 2 opzioni:



Riavviare il monitoraggio dell'attività corrente



Terminare e confermare la fine del monitoraggio



Escursioni

> **NOTA**
>
> **Questa è un'attività all'aperto.** Utilizza il GPS per tracciare la tua posizione e il tuo percorso.

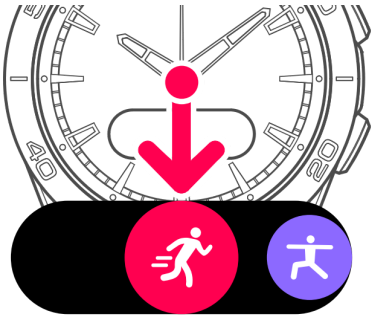
Monitorare l'attività 'escursioni' e salvare i dati.

La app deve essere aperta sullo smartphone.

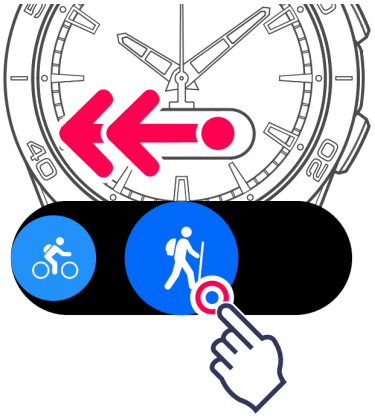
1 Attivare l'orologio



2 Visualizzare le attività



3 Visualizzare e selezionare l'attività



L'orologio si connetterà al GPS.



INFORMAZIONI

Toccare lo schermo per avviare l'attività senza aspettare la connessione GPS.

Il percorso inizierà ad essere salvato non appena si sarà stabilita la connessione.

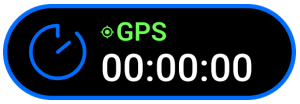
L'orologio è pronto a monitorare l'attività.



Il conto alla rovescia si avvia automaticamente.



L'attività inizia ad essere salvata e viene visualizzato il tempo.



INFORMAZIONI

Pausa e ripresa intelligenti

Se smetti di muoverti per 1 minuto, l'orologio ti propone di mettere in pausa l'attività. Se è in pausa e ricominci a muoverti, ti propone di riprenderla.

- Lo stato dell’attività non cambia finché non confermi attivamente il pop-up.
- Ogni pop-up si chiude se il movimento che lo ha attivato si interrompe e riappare se si verifica di nuovo.
- Se annullate il pop-up, questo riappare ogni ora finché non riprendete o interrompete l'attività.
- L'attività termina automaticamente se l'orologio rimane inattivo per 1 ora.

4 Vedere i dati dell'attività

Utilizzare i pulsanti dell'orologio o toccare lo schermo.

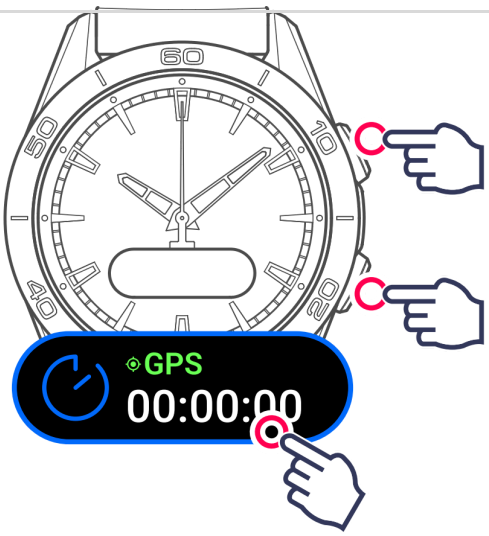
NOTA

Durante un'attività, solleva il polso per attivare lo schermo e leggere i tuoi dati. Il rilevamento del sollevamento del polso è disattivato mentre l'attività è in pausa.

NOTA

Giri automatici: Ogni volta che completi 1 km o 1 miglio (in base alle tue impostazioni), l'orologio mostra un pop-up con il tuo ritmo medio per quel giro. In base alle impostazioni, il pop-up può vibrare e/o emettere un suono.

Nell'app T-Connect (modalità associata), i dettagli dell'attività mostrano un riepilogo per giro, che include distanza, ritmo medio e dislivello positivo e negativo.

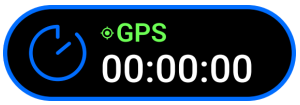


INFORMAZIONI

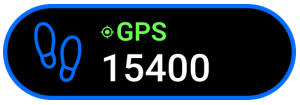
Durante l'attività, l'orologio passerà in standby per risparmiare energia. Toccare lo schermo per riattivare il display.

Dati salvati:

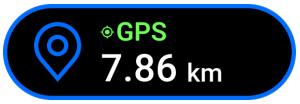
- Durata dell'attività



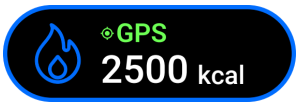
- Numero di passi



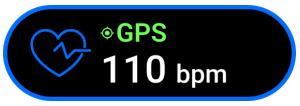
- Distanza percorsa (in km o miglia)



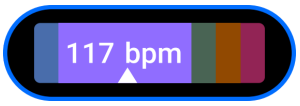
- Dispendio energetico



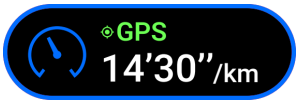
- Frequenza cardiaca



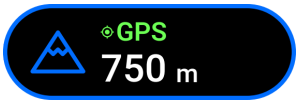
- Zona di allenamento (frequenza cardiaca)



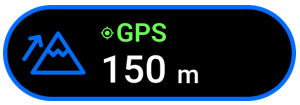
- Tempo per unità di distanza (km o miglia)



- Altitudine massima raggiunta

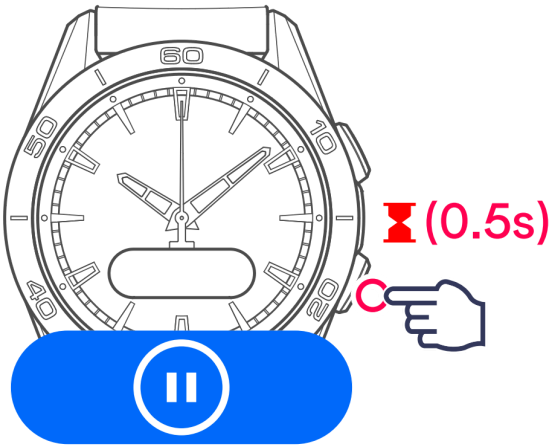


- Dislivello

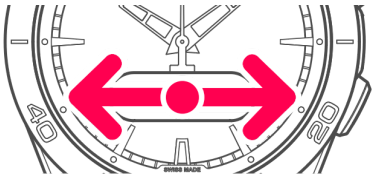


Ulteriori informazioni

5 Uscita dall'attività



L'orologio offre 2 opzioni:



Riavviare il monitoraggio dell'attività corrente



Terminare e confermare la fine del monitoraggio



Cronologia dell'attività

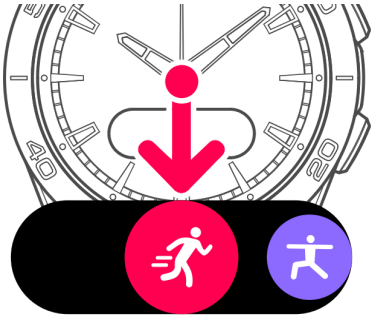
L'orologio visualizza i dati dell'attività più recente.

> **ATTENZIONE**
>
> L'orologio memorizza solo l'attività più recente. L'avvio di una nuova attività sovrascriverà questa cronologia. Assicurati di sincronizzare l'orologio con l'app T-Connect per salvare i tuoi dati in modo permanente.

1 Attivare l'orologio



2 Visualizzare le attività



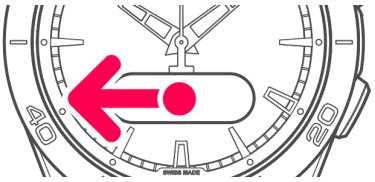
3 Visualizzare e selezionare la cronologia delle attività



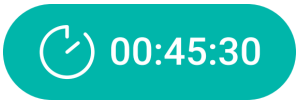
Lo schermo visualizzerà l'attività più recente.



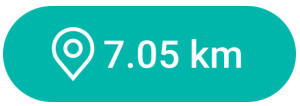
Per vedere i dati dell'attività:



- Durata dell'attività



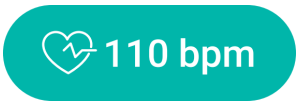
- Distanza percorsa



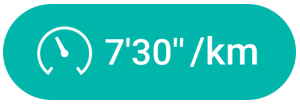
- Dispendio energetico



- Frequenza cardiaca



- Ritmo



INFORMAZIONI

I dati forniti variano in funzione dell'attività che si sta svolgendo.

Ulteriori informazioni

Funzioni

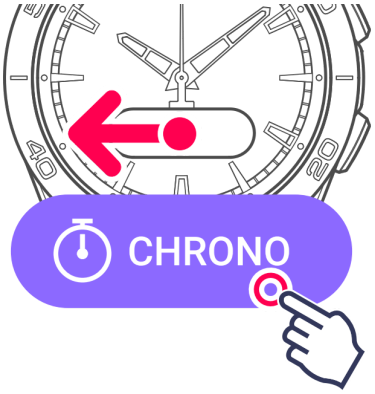
Cronografo

Un cronografo per la misura di tempi e tempi parziali.

1 Attivare l'orologio



2 Visualizzare e selezionare la funzione



3 Confermare una nuova sessione di cronometraggio

L'orologio offre 2 opzioni:

- avviare una nuova sessione di cronometraggio



- Visualizza i registri della sessione di cronometraggio precedente



4 Selezionare la modalità di temporizzazione

Seleziona la modalità di temporizzazione per la nuova sessione:

- Cronometraggio del giro

La funzione Tempo sul giro misura il tempo sul giro per un atleta/veicolo, ecc. Limite massimo di misurazione: 99 gg. 23 h 59 min. 59 s.

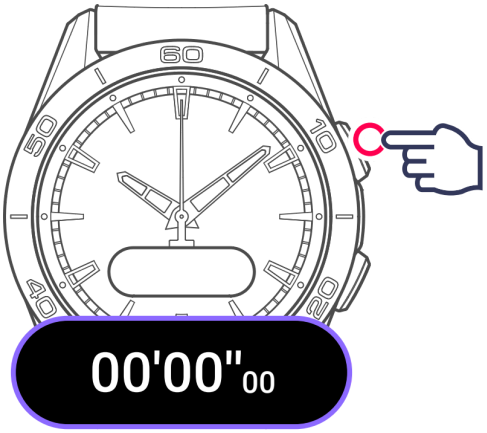


- Temporizzazione frazionata

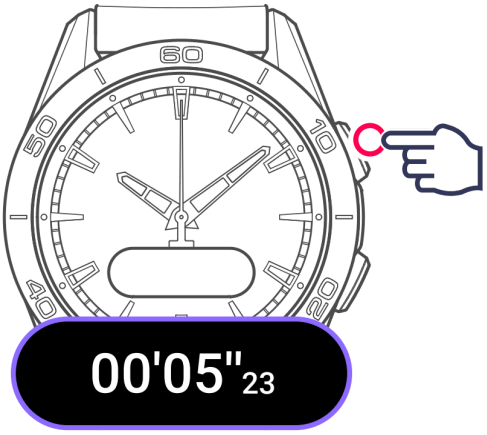
La funzione Tempi intermedi misura la durata totale della corsa fino a 99 atleti/veicoli partecipanti allo stesso evento cronometrato. Per esempio: il tempo di arrivo dei vari atleti nella gara dei 100 metri.



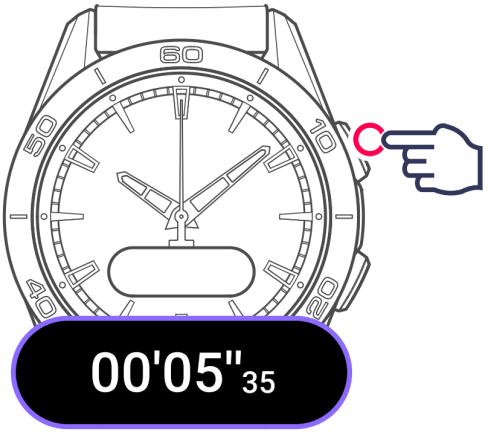
5 Avviare il cronografo



6 Cronometro in pausa

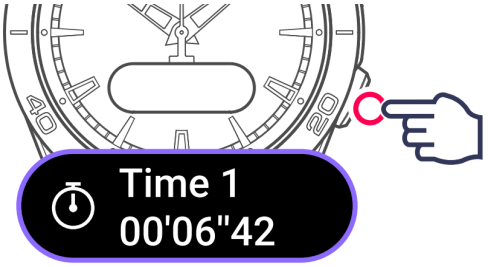


7 Riavviare il cronografo

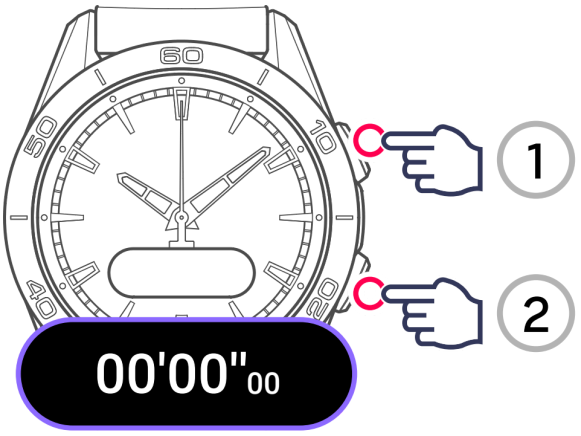


8 Salvare un tempo parziale

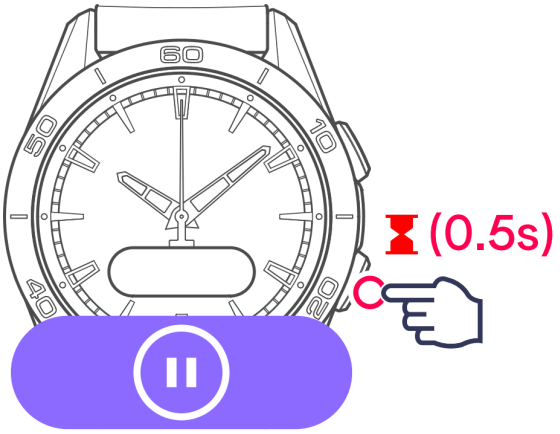
Lo schermo visualizza per alcuni secondi il tempo parziale quindi torna al cronometraggio.



9 Arresto con azzeramento



10 Uscita dal cronometraggio



L'orologio offre 2 opzioni:



Riavviare la sessione di cronometraggio corrente



Terminare la sessione di cronometraggio



Al termine della sessione di cronometraggio, l'orologio offrirà 3 opzioni:



- avviare una nuova sessione di cronometraggio



- Visualizza i log della sessione di cronometraggio



- uscire dalla funzione cronometraggio



INFORMAZIONI

In modalità abbinata: I tempi parziali vengono salvati sulla app.

Indipendentemente dal tipo di abbinamento, la funzione "LOGS" consente di accedere all'ultima registrazione dei tempi e ad alcune statistiche specifiche del tipo di cronometraggio. A tale scopo, seleziona LOGS.

NOTA

Quando si avvia un nuovo cronometraggio da zero, i dati memorizzati vengono cancellati.

Lettura dei dati memorizzati per il tempo sul giro:

- In modalità non abbinata, tutti i tempi misurati dalla funzione cronografo del tempo sul giro vengono memorizzati e possono essere mostrati sull'orologio nella funzione LOGS con le statistiche di durata totale della corsa, tempo sul giro più veloce e più lento e tempo medio.
- In modalità abbinata, è possibile consultare anche gli ultimi tempi memorizzati sull'applicazione T-Connect. Nella sezione dello storico si accede anche alle ultime registrazioni dei tempi.

Lettura dei dati memorizzati per i tempi intermedi:

- In modalità non abbinata, tutti i tempi misurati dalla funzione cronografo dei tempi intermedi vengono memorizzati e possono essere mostrati sull'orologio nella funzione LOGS.

- In modalità abbinata ed una volta azzerato il cronografo, è possibile consultare gli ultimi tempi memorizzati sull'applicazione T-Connect. Nella sezione dello storico si accede anche alle ultime registrazioni dei tempi.

Sveglia

La funzione sveglia imposta la suoneria dell'orologio per una determinata ora, con l'opzione di ripeterla per più giorni.

1 Attivare l'orologio



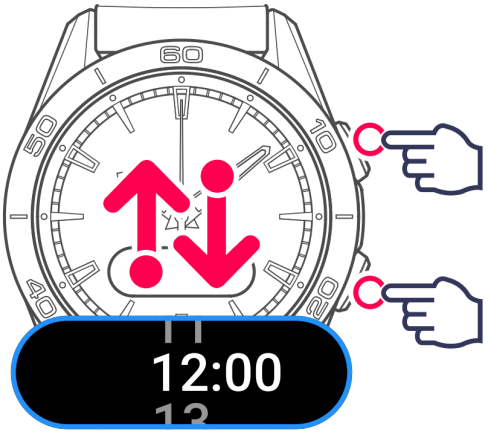
2 Visualizzare e selezionare la funzione



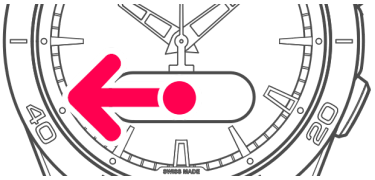
3 Creare una sveglia



4 Regolare l'ora



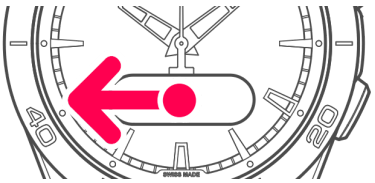
Quindi passare alla regolazione successiva.



5 Regolare i minuti e confermare



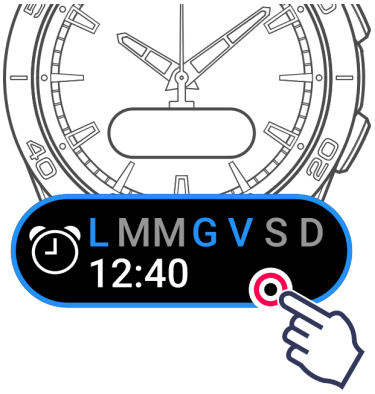
Definire quindi la ripetizione della sveglia selezionando un menu predefinito o personalizzandolo.



Sveglie predefinite

Sveglia personalizzata

6 Modificare o eliminare una sveglia attiva/inattiva



Quando si seleziona la sveglia, l'orologio offre 4 opzioni:

modificare l'ora e/o ripetizione



attivare la sveglia salvata



disattivare la sveglia salvata



cancellare la sveglia salvata



NOTA

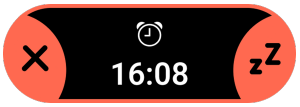
Scorri verso sinistra nell'elenco degli allarmi e seleziona ELIMINA TUTTO per rimuovere tutti gli allarmi salvati.

Quando la sveglia suona

Quando viene raggiunto l'orario della sveglia, l'orologio mostra una notifica Sveglia in corso e avvia il suono e la vibrazione associati.

Mentre la sveglia suona, puoi:

- **Posponi** — la sveglia si interrompe e suona di nuovo dopo 5 minuti. Una sveglia può essere posposta fino a 3 volte; dopodiché è disponibile solo Arresta.
- **Arresta** — la sveglia si interrompe definitivamente e non suona più.



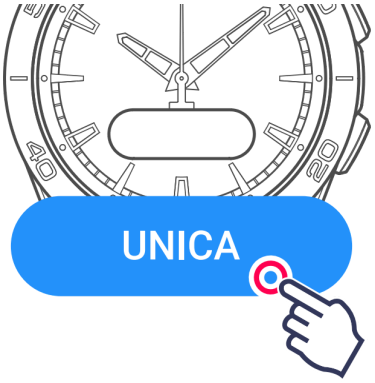
> **MANCIA**
>
> Puoi anche posporre una sveglia in corso con il gesto del palmo della mano sull'orologio. Una volta che la sveglia è stata posposta 3 volte, il gesto non la pospone più.

Sveglie predefinite

L'orologio offre 4 opzioni:



1 Selezionare la sveglia predefinita



2 Terminare e confermare la sveglia

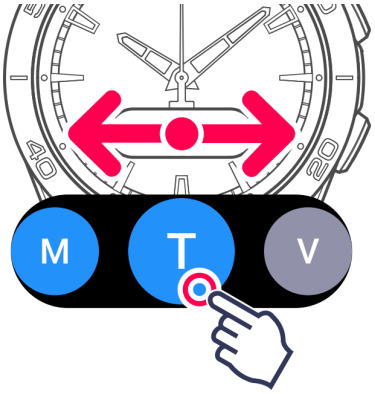


Sveglia personalizzata

1 Selezionare il menu



2 Selezionare i giorni e confermare



3 Terminare e confermare i giorni



Timer

Conto alla rovescia fino a 23 h 59 min. 59 s.

1 Attivare l'orologio



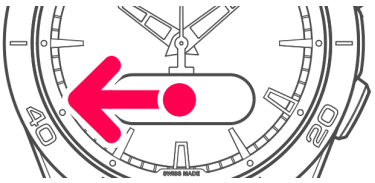
2 Visualizzare e selezionare la funzione



3 Regolare l'ora



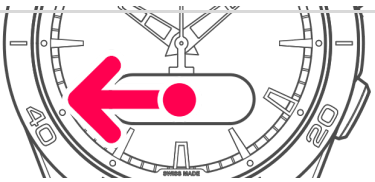
Quindi passare alla regolazione successiva.



4 Regolare i minuti



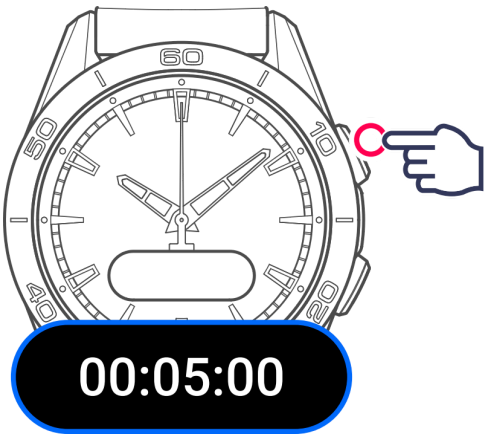
Quindi passare alla regolazione successiva.



5 Regolare i secondi e confermare



6 Avviare il timer



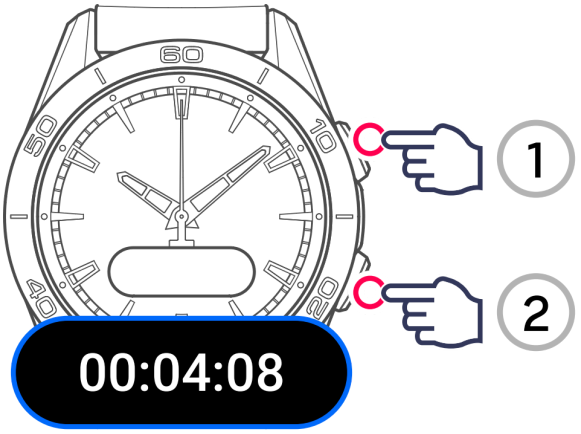
7 Timer in pausa



8 Riprendi il timer



9 Arresto con azzeramento



All'arresto, l'orologio offre 3 opzioni:



riavviare il timer dal valore impostato



impostare in nuovo valore del timer



arrestare e uscire dalla funzione



INFORMAZIONI

In modalità abbinata: Nella app è anche possibile impostare la durata del timer.

Tempo

NOTA

Le opzioni disponibili in questa pagina dipendono dal fatto che l'orologio sia in **modalità associata** o **modalità non associata**. Questa modalità viene selezionata durante l'avvio iniziale dell'orologio (start-up.md).

INFORMAZIONI

In modalità abbinata: In modalità abbinata, è possibile selezionare un fuso orario dall'elenco sottostante. In modalità non abbinata, ORA 1 e ORA 2 vengono impostate manualmente durante la configurazione iniziale dell'orologio.

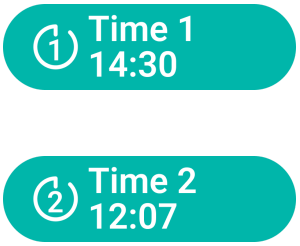
1 Attivare l'orologio



2 Visualizzare e selezionare la funzione



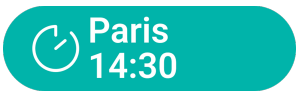
3 Seleziona il fuso orario che desideri impostare



MANCIA

L'orologio visualizza sempre ORA 1.

4 Seleziona un fuso orario







Scorri l'elenco delle opzioni. Puoi:

- Seleziona una città preconfigurata (ad esempio, Londra, New York, Ginevra) per applicare automaticamente quel fuso orario.

> **MANCIA**
>
> Questo elenco può essere modificato tramite l'applicazione mobile Tissot T-Touch Connect Sport.

- Seleziona Personalizzato per impostare manualmente ore e minuti esatti.

5 Conferma



Tocca lo schermo o tieni premuto il pulsante superiore per confermare la selezione della fascia oraria.

> **INFORMAZIONI**
>
> Quando si passa dall'ora legale all'ora solare, l'orologio avvisa con 18 ore di anticipo e si aggiorna automaticamente.

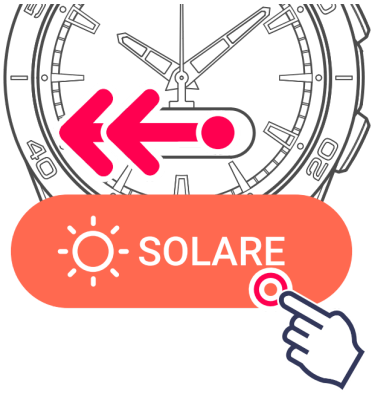
Solare

La barra di efficienza solare mostra il livello attuale di ricarica solare del tuo orologio.

1 Attivare l'orologio

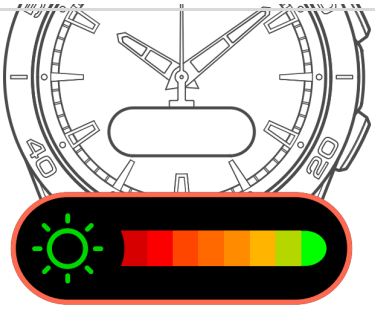


2 Visualizzare e selezionare la funzione

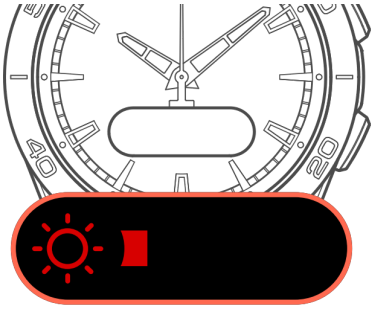


L'orologio mostra il livello di luminosità:

Livello ottimale



Livello minimo



INFORMAZIONI

Dopo pochi secondi, l'orologio passa automaticamente in standby.

NOTA

Consulta l'app T-Connect (modalità associata) per visualizzare la cronologia del livello di luce raccolto dal tuo orologio.

Battito

Frequenza cardiaca su richiesta per un breve periodo.

ATTENZIONE

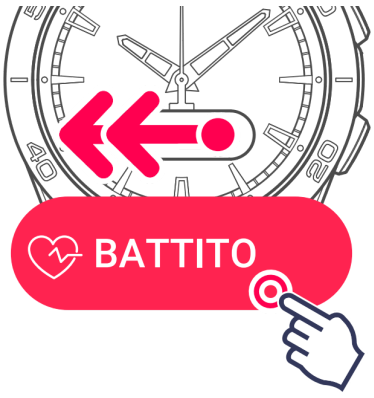
per garantire che la frequenza cardiaca sia misurata correttamente, accertarsi che l'orologio poggi sul polso.

Durante le attività basate sulla forza (quando i muscoli del polso sono in tensione), per alcuni secondi la lettura può essere meno precisa.

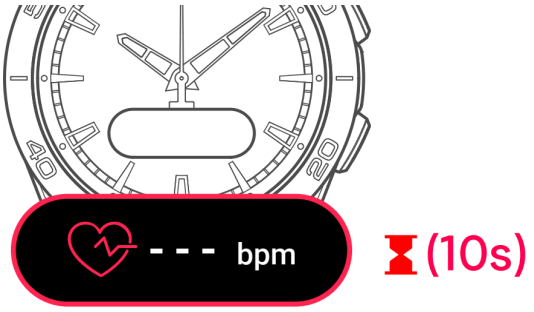
1 Attivare l'orologio



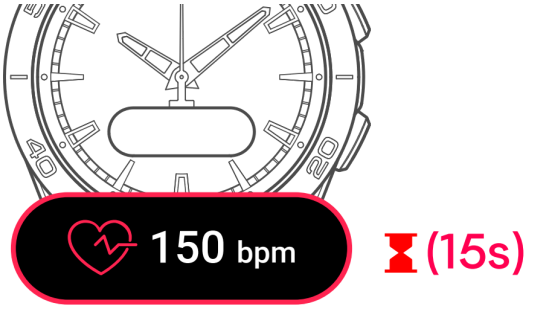
2 Visualizzare e selezionare la funzione



L'orologio misura la frequenza cardiaca.



La frequenza cardiaca viene visualizzata sull'orologio.



INFORMAZIONI

Dopo pochi secondi, l'orologio passa automaticamente in standby.

La frequenza cardiaca misurata su richiesta non viene salvata.

INFORMAZIONI

Se l'orologio va in standby da solo durante la misurazione della frequenza cardiaca, la misurazione continua per 30 secondi. Se riattivi l'orologio entro quei 30 secondi, la tua frequenza cardiaca attuale viene mostrata immediatamente.

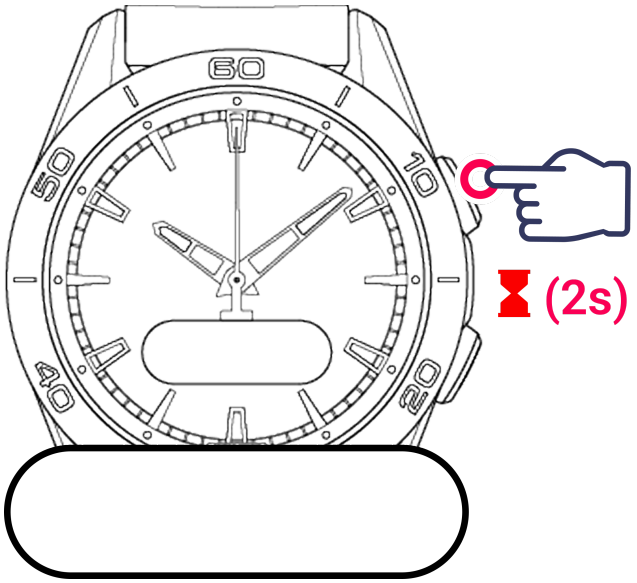
Se metti tu stesso l'orologio in standby (premendo entrambi i pulsanti o usando il gesto del palmo), la misurazione della frequenza cardiaca si interrompe immediatamente.

Torcia

Lo schermo dell'orologio si illumina per migliorare la visibilità in condizioni di luce scarsa.

Attivare o disattivare la funzione

Premi il pulsante superiore per attivare la torcia, a condizione che questa azione rapida sia stata configurata nell'applicazione mobile Tissot. Per maggiori dettagli, consulta Azioni rapide.



Una volta attivata la torcia, premi il pulsante inferiore per spegnerla.

INFORMAZIONI

Se l'orologio è in modalità risparmio energetico, questa funzione non può essere attivata.

Cronologia delle notifiche

La cronologia delle notifiche sull'orologio mostra tutte le notifiche che non hai cancellato sul telefono.

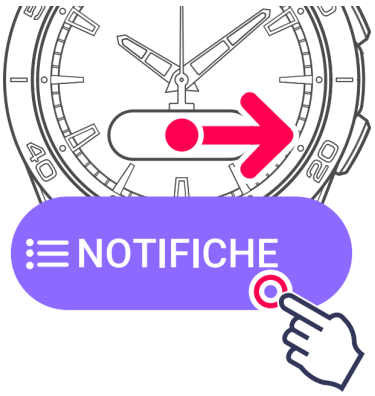
ATTENZIONE

Mentre l'orologio è disconnesso, le notifiche non vengono ricevute. Quando si riconnette all'app, le notifiche vengono aggiunte direttamente alla cronologia delle notifiche.

1 Attivare l'orologio



2 Visualizzare e selezionare l'impostazione



L'orologio offre le opzioni seguenti:

Nessuna notifica



Notifiche disponibili



Cancella notifiche



Filtraggio delle notifiche

L'app consente di controllare quali notifiche vengono visualizzate sull'orologio:

1. Apri l'applicazione mobile Tissot T-Touch Connect Sport.
2. Vai alle impostazioni dell'orologio.
3. Vai alle impostazioni delle notifiche
4. Attiva o disattiva i singoli tipi di notifica

> **NOTA**
>
> Su Android è possibile filtrare per singole app. Su iOS è possibile filtrare per categorie di notifica. Tutte le notifiche sono attive per impostazione predefinita.

Trova telefono

L'orologio innesca la suoneria del tuo smartphone per localizzarlo.

> **ATTENZIONE**
>
> per trovare lo smartphone, l'orologio deve essere in modalità abbinata.

1 Attivare l'orologio



2 Visualizzare e selezionare l'impostazione



Lo smartphone suona



La suoneria dello smartphone può essere disattivata mediante la app o l'orologio.

Statistiche

Controllo

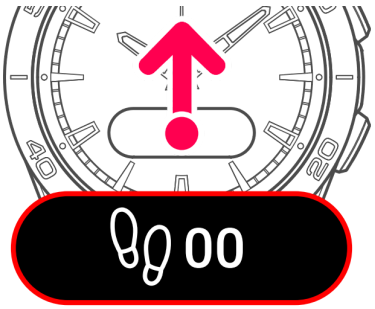
L'orologio registra le statistiche giornaliere per aiutarti a monitorare le tue attività e i tuoi progressi. Puoi consultarle in qualsiasi momento sull'orologio e sulla app Tissot.

> **NOTA**
>
> I dati statistici giornalieri vengono azzerati quotidianamente a mezzanotte.
>
> I tuoi dati giornalieri tengono conto sia della tua attività quotidiana sia delle tue attività sportive: passi, distanza, calorie e durata.

1 Attivare l'orologio



2 Visualizzare le statistiche



3 Visualizzare altre statistiche

Utilizzare i pulsanti dell'orologio o scorrere lo schermo.



Numero di passi



Dispendio energetico



Durata dell'attività



Distanza percorsa



Ulteriori informazioni sui dati

È anche possibile personalizzare l'obiettivo di passi giornalieri.

Visualizzare e selezionare il menu 'obiettivo'



Impostare l'obiettivo desiderato

Il tuo obiettivo

Imposta obiettivi giornalieri per passi, calorie, distanza e tempo attivo sull'orologio e nell'app, e ricevi una notifica quando un obiettivo viene raggiunto.

1 Attivare l'orologio



2 Visualizzare le statistiche



3 Visualizzare e selezionare il menu 'obiettivo'

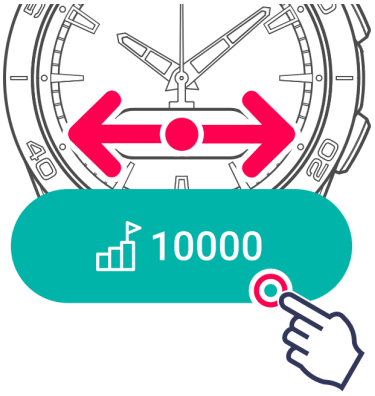


Obiettivi predefiniti

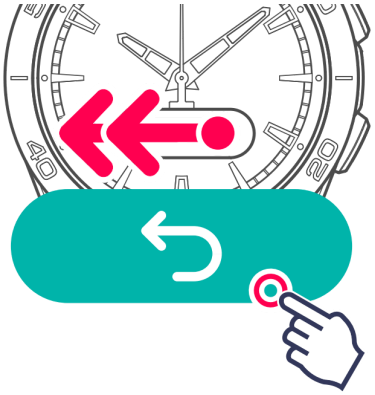
L'orologio offre 3 opzioni:



4 Selezionare l'obiettivo predefinito

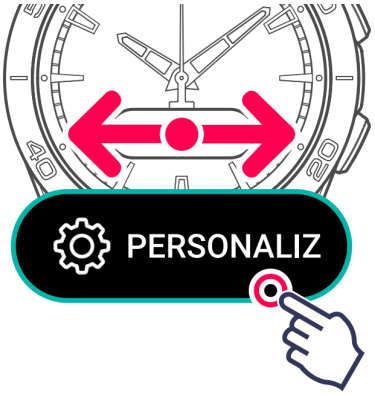


5 Terminare e confermare l'obiettivo

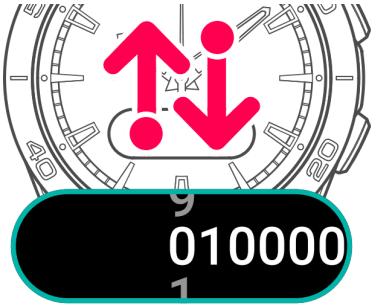


Obiettivo personalizzato

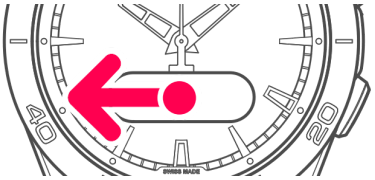
1 Selezionare il menu



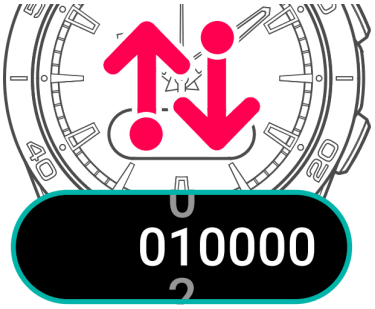
2 Personalizzare l'obiettivo impostando innanzitutto l'unità delle centinaia di migliaia



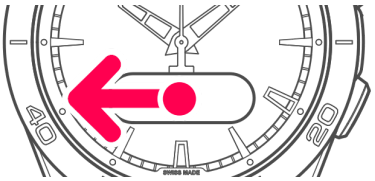
Quindi passare alla regolazione successiva.



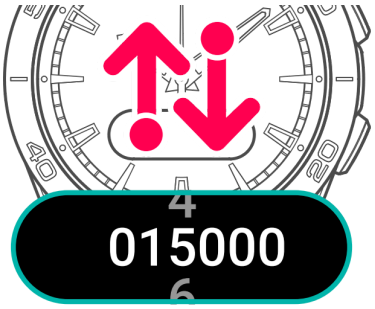
3 Impostare l'unità delle decine di migliaia



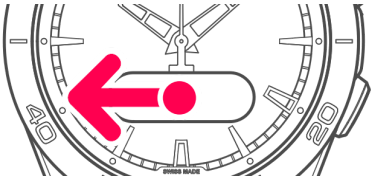
Quindi passare alla regolazione successiva.



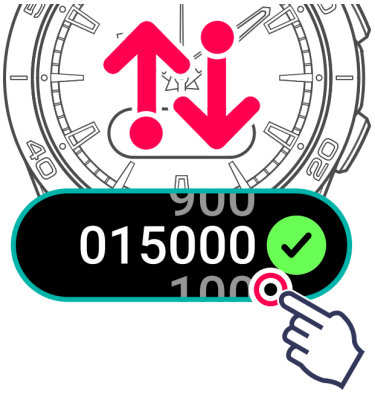
4 Impostare l'unità delle migliaia



Quindi passare alla regolazione successiva.



5 Impostare l'unità delle centinaia e confermare



6 Terminare e confermare l'obiettivo



NOTA

Al raggiungimento dell'obiettivo, l'orologio emette un segnale acustico.

Impostazioni

Impostazioni generali

Impostazioni generali dei suoni

Gestisci le impostazioni generali dei suoni che si applicano a tutte le funzioni dell'orologio, ad eccezione di sveglie e timer, che dispongono di impostazioni dei suoni dedicate.

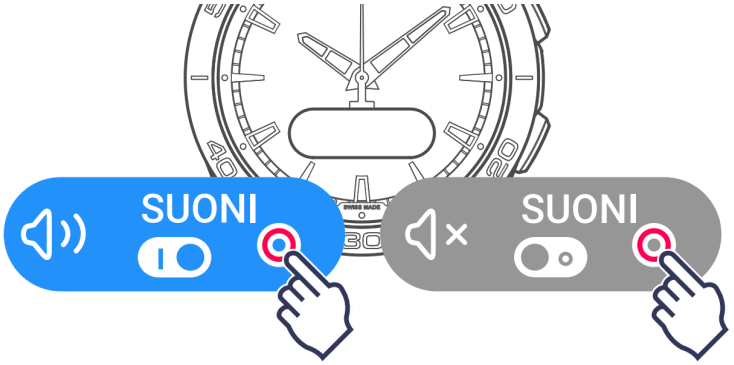
1 Attivare l'orologio



2 Visualizzare e selezionare l'impostazione



3 Attivare / disattivare i suoni



Impostazioni generali delle vibrazioni

Gestisci le impostazioni generali delle vibrazioni che si applicano a tutte le funzioni dell'orologio, ad eccezione di sveglie e timer, che dispongono di impostazioni delle vibrazioni dedicate.

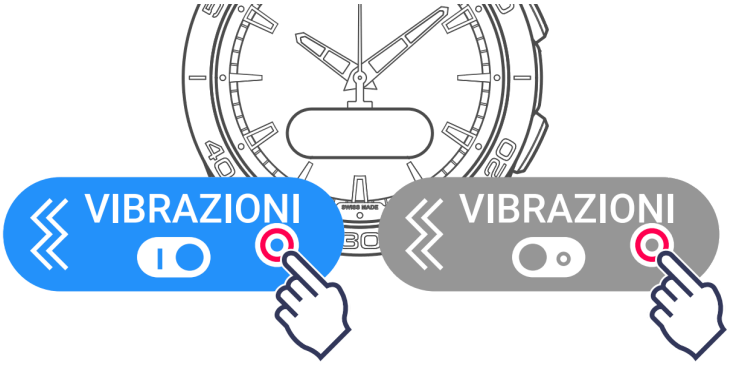
1 Attivare l'orologio



2 Visualizzare e selezionare l'impostazione



3 Attivare / disattivare le vibrazioni



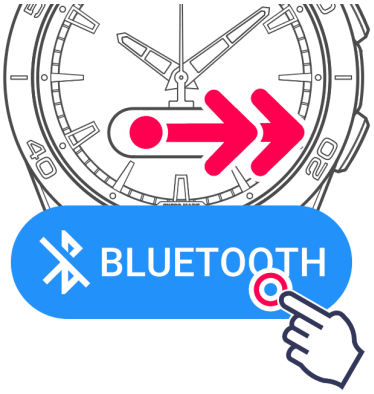
Bluetooth®

Attivazione / disattivazione della connessione Bluetooth®

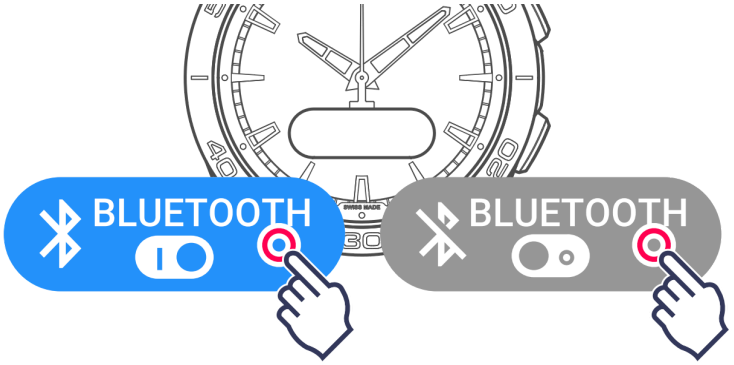
1 Attivare l'orologio



2 Visualizzare e selezionare l'impostazione



3 Attivare o disattivare

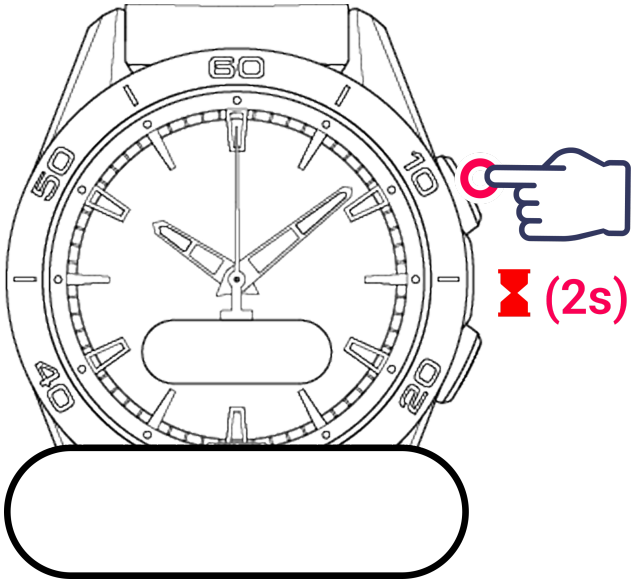


ATTENZIONE

Per la comunicazione tra l'orologio e lo smartphone è necessaria la connessione Bluetooth®. Se è disattivata, le funzioni dell'orologio non possono essere utilizzate in modalità abbinata.

Azioni rapide

Dalle impostazioni dell'applicazione mobile Tissot, puoi assegnare un'azione rapida al pulsante superiore del tuo orologio. Una volta configurata, con lo schermo dell'orologio spento, premi e tieni premuto il pulsante superiore per 2 secondi per attivare l'azione selezionata. Premi il pulsante inferiore per disattivarla.



Azioni rapide disponibili

Le seguenti opzioni possono essere aggiunte alle azioni rapide:

- **Attiva l'orologio**
- **Attività**
- **Cardiofrequenzimetro**
- **Notifiche**
- **Timer**
- **Fusi orari**
- **Cronografo**
- **Trova il mio telefono**
- **Batteria e connettività**
- **Torcia**

Come configurare

1. Apri l'applicazione mobile Tissot T-Touch Connect Sport.
2. Vai alle impostazioni dell'orologio.
3. Seleziona Azione rapida.
4. Scegli l'azione da assegnare al pulsante.
5. Seleziona nuovamente l'azione per confermare. Una spunta indicherà che l'azione è stata impostata.

> **ATTENZIONE**
>
> L'azione rapida funziona solo quando lo schermo dell'orologio è spento e nessun cronografo o attività è in esecuzione.

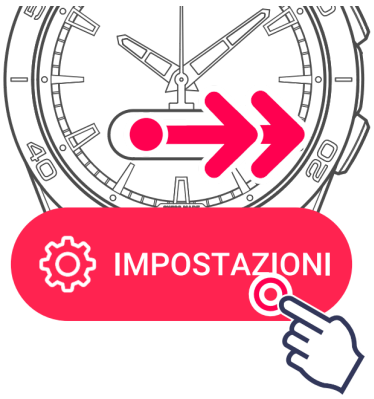
Quadrante

Scegli il quadrante che mostra le informazioni più rilevanti per te.

1 Attivare l'orologio



2 Visualizzare e selezionare il menu impostazioni



3 Visualizza e seleziona il menu Quadrante



4 Seleziona un quadrante

Data / Passi (predefinito)



Data / Calorie



Ora / Notifiche (solo in modalità abbinata) / Sveglia / Passi



Ora / Notifiche (solo in modalità abbinata) / Sveglia / Calorie



Data / Ora



INFORMAZIONI

Il quadrante selezionato viene salvato singolarmente per ogni orologio.

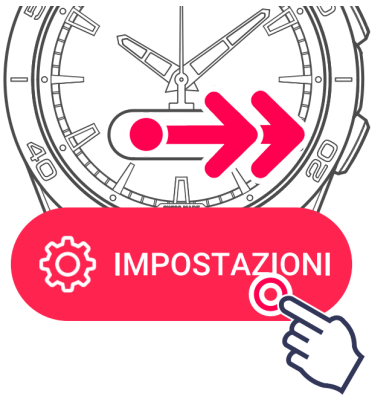
Batteria

Utilizzo delle modalità Standby e Risparmio energetico

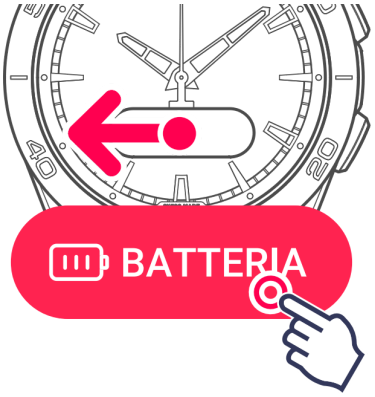
1 Attivare l'orologio



2 Visualizzare e selezionare il menu impostazioni



3 Visualizzare e selezionare l'impostazione della batteria



L'orologio offre 3 opzioni:

Modalità risparmio energetico



Quando viene attivata la modalità risparmio energetico, l'orologio disattiva le funzioni con maggior impatto sulla durata della batteria (Bluetooth®, Vibrazioni, Suoni, ecc.).

Modalità standby automatico



Quando la modalità di standby automatico è attivata, l'orologio entrerà automaticamente in modalità standby se non viene indossato per 60 minuti.

Modalità standby



Attiva la modalità per mettere immediatamente l'orologio in modalità standby.

In modalità standby, l'orologio non è connesso all'app. Per uscire dalla modalità standby, premere un pulsante qualsiasi. L'orologio uscirà dalla modalità standby anche quando suona una sveglia o un timer.

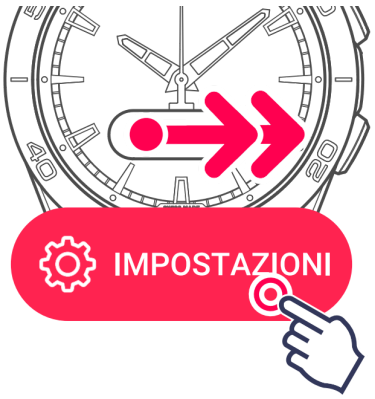
Avvisi

Attivazione / disattivazione

1 Attivare l'orologio



2 Visualizzare e selezionare il menu impostazioni

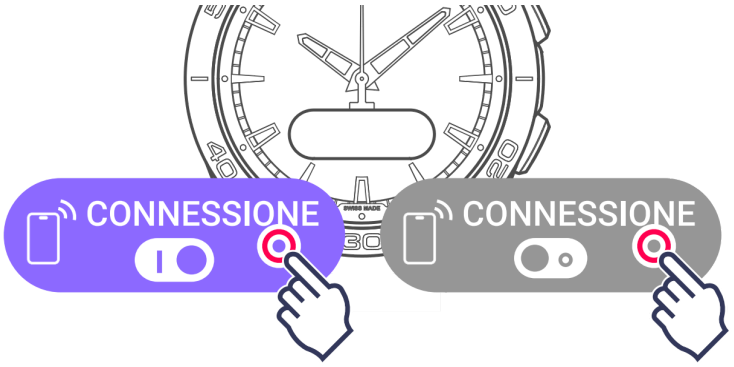


3 Visualizzare e selezionare l'impostazione degli avvisi



4 Attivare / disattivare gli avvisi

Scorri verso sinistra o verso destra per visualizzare i diversi avvisi. Utilizza l'interruttore per attivare o disattivare ciascuno di essi.



- **Notifiche movimento**: Ricevi una notifica quando non ti muovi abbastanza.
- **Notifiche obiettivo**: Ricevi una notifica quando hai raggiunto il tuo obiettivo giornaliero.
- **Notifiche di connessione**: Se gli avvisi sono attivati, l'orologio emetterà un segnale acustico quando si connette o si disconnette dalla app.
- **Avvisi di attività**: Ricevi una notifica quando l'orologio rileva che ti sei fermato o hai ripreso a muoverti durante un'attività.

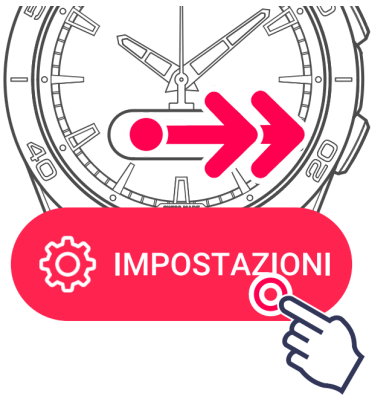
Suoni

Gestisci i suoni e le vibrazioni per sveglie e timer, notifiche e navigazione.

1 Attivare l'orologio



2 Visualizzare e selezionare il menu impostazioni



3 Visualizzare e selezionare l'impostazione dei suoni



L'orologio offre 3 opzioni:

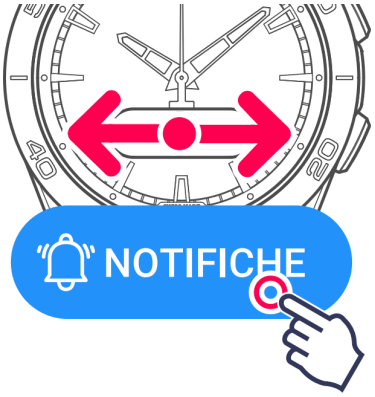
- **Sveglia e timer:** Seleziona per impostare i suoni e le vibrazioni di sveglie e timer quando suona una sveglia o un timer.
- **Notifiche:** Seleziona per impostare i suoni e le vibrazioni di notifiche/chiamate in arrivo.

> **NOTA**
>
> Quando il telefono è in modalità "Non disturbare", l'orologio non riceverà chiamate in arrivo o notifiche.

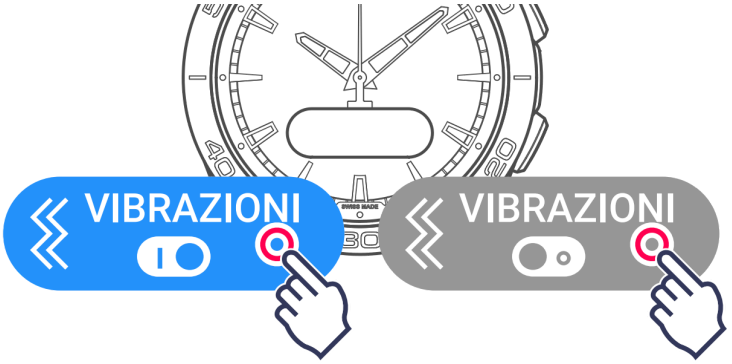
- **Navigazione:** Gestisci i suoni e le vibrazioni durante la navigazione nei menu dell'orologio.

In Browsing puoi configurare suoni e vibrazioni separatamente. Per ciascuno, scegli uno dei tre stati: Attivato, Disattivato o Convalida. Con Convalida, l'orologio fornisce un riscontro solo quando confermi un'impostazione o un'azione, ad esempio durante l'impostazione delle ore o dei minuti di una sveglia.

4 Visualizzare e selezionare l'impostazione

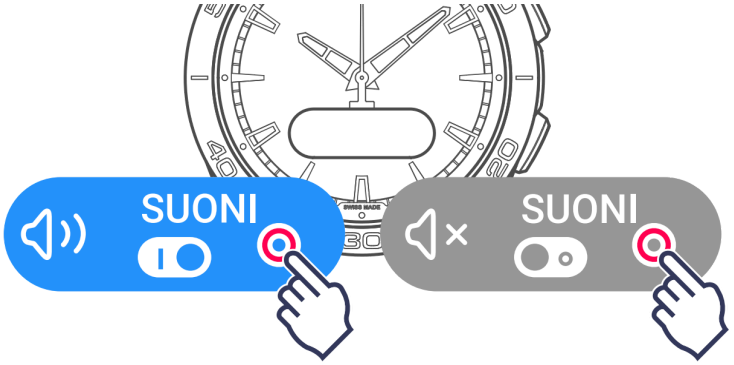


5 Attivare / disattivare le vibrazioni



Se le vibrazioni sono attivate, l'orologio vibrerà brevemente all'arrivo di una notifica dalla app.

6 Attivare / disattivare i suoni



NOTA

Se i suoni sono attivati, l'orologio emetterà un breve segnale acustico all'arrivo di una notifica dalla app.

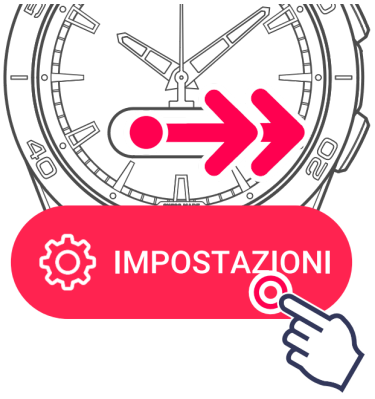
Lingua

Selezione della lingua di visualizzazione

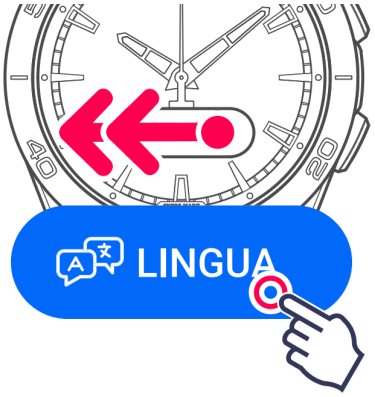
1 Attivare l'orologio



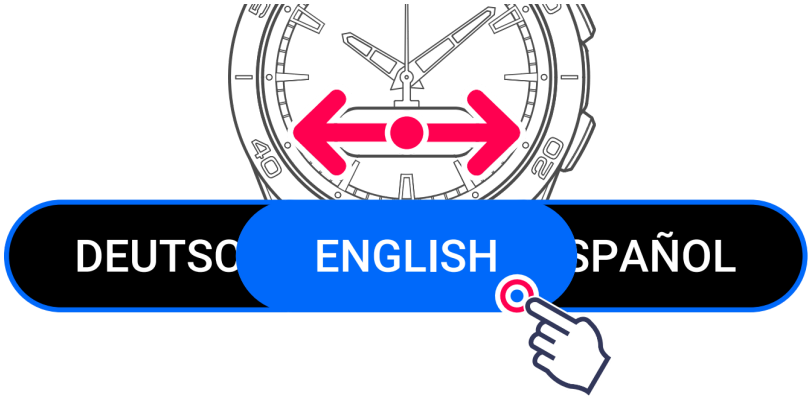
2 Visualizzare e selezionare il menu impostazioni



3 Selezionare l'impostazione della lingua



4 Visualizzare e selezionare la lingua desiderata



Impostazioni avanzate

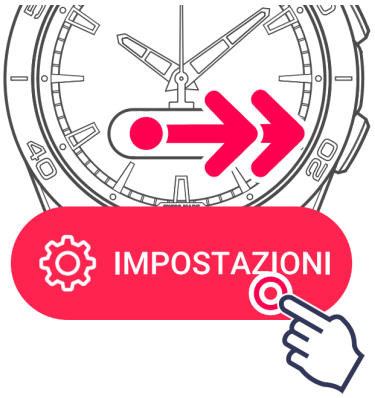
Uso delle impostazioni avanzate

Queste impostazioni sono utilizzate per calibrare le lancette o ripristinare l'orologio.

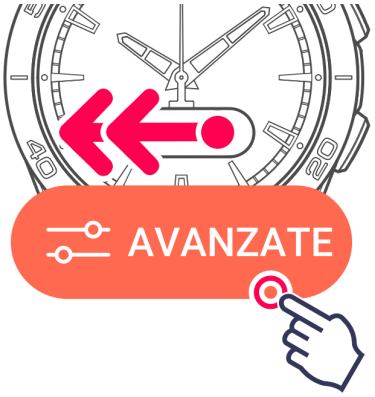
1 Attivare l'orologio



2 Visualizzare e selezionare il menu impostazioni



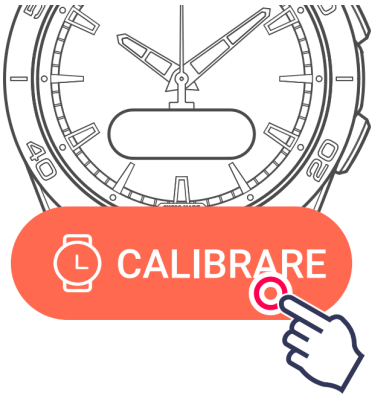
3 Visualizzare e selezionare le impostazioni avanzate



CALIBRARE

Questo comando viene utilizzato per calibrare le lancette quando non sono più posizionate correttamente. Questo può avvenire dopo un urto o quando l'orologio si trova in prossimità di un potente campo magnetico.

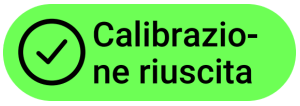
1 Visualizzare e avviare la calibrazione delle lancette



L'orologio esegue un ciclo di calibrazione delle lancette per garantirne il posizionamento preciso.



Fine del ciclo di calibrazione



RIPRISTINA

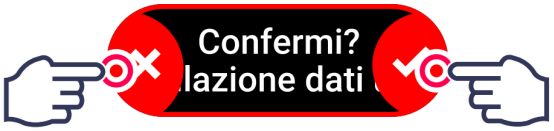
Questo comando ripristina l'orologio consentendo di selezionare nuovamente la modalità abbinata o non abbinata.

2 Visualizzare e avviare l'azzeramento dell'orologio



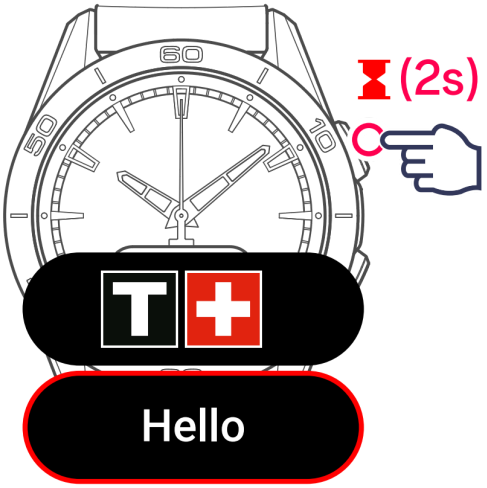
3 Confermare la cancellazione dei dati

Toccare l'area dello schermo corrispondente alla scelta.



Conferma: i dati salvati nell'orologio verranno cancellati (cronometraggio, messaggi, ecc.) ma, se l'orologio è connesso alla app, i dati sincronizzati verranno salvati e saranno ancora accessibili.

Annulla: la procedura è annullata.



L'orologio eseguirà un nuovo ciclo di inizializzazione, come in occasione del primo avvio.

Continuare la procedura di avvio

Formato orario e data

Imposta il formato dell'ora e la data preferiti.

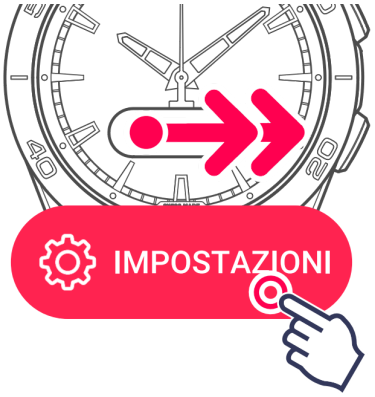
> **NOTA**
>
> Le opzioni disponibili in questa pagina dipendono dal fatto che l'orologio sia in **modalità associata** o **modalità non associata**. Questa modalità viene selezionata durante l'avvio iniziale dell'orologio (start-up.md).

Imposta il formato orario

1 Attivare l'orologio



2 Visualizzare e selezionare il menu impostazioni



3 Visualizza e seleziona l'impostazione ORA/DATA



4 Tocca FORMATO ORA



5 Seleziona 24 ore o 12 ore



Imposta la data

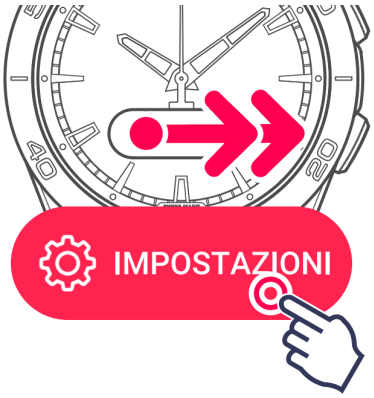
ATTENZIONE

La funzione IMPOSTA DATA è disponibile solo in modalità non associata. In modalità associata, la data si sincronizza automaticamente con lo smartphone.

1 Attivare l'orologio



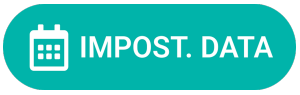
2 Visualizzare e selezionare il menu impostazioni



3 Visualizza e seleziona l'impostazione ORA/DATA



4 Tocca IMPOSTA DATA



5 Regola l'anno, il mese e il giorno

Tocca lo schermo o premi il pulsante superiore per confermare.

6 Conferma



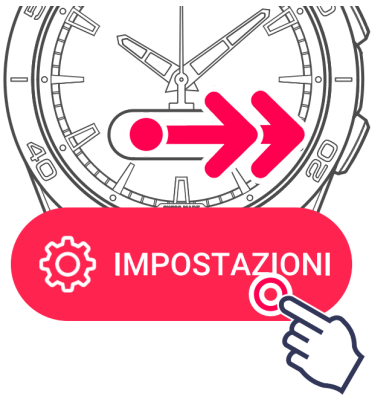
Info

Informazioni sull'orologio

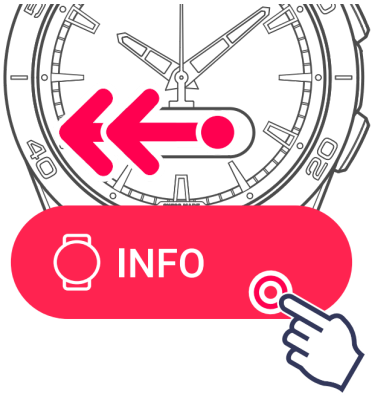
1 Attivare l'orologio



2 Visualizzare e selezionare il menu impostazioni



3 Visualizzare le informazioni sull'orologio



ID OROLOGIO

Il tuo orologio ha un numero di identificazione unico che ne garantisce l'autenticità. Potrebbe venirti chiesto in occasione di una richiesta di assistenza.

Versione del firmware

È la versione software dell'orologio. Tissot SA è impegnata a garantire il costante sviluppo dei suoi prodotti. Vengono regolarmente aggiunte nuove funzionalità. Quando si richiede un aggiornamento dalla app, il server verifica che l'orologio disponga della versione software più recente. Se così non fosse, suggerirà l'installazione dell'aggiornamento.

> **NOTA**
>
> Dopo un aggiornamento, le impostazioni vengono recuperate dall'applicazione mobile: non è necessario riapplicarle manualmente. Assicurati di rimanere connesso all'applicazione mobile dopo l'aggiornamento per consentire il ripristino delle impostazioni.

Versione caratteri

Al fine di garantire una leggibilità ottimale, i caratteri dello schermo possono essere aggiornati per migliorare la visualizzazione di testo e valori sull'orologio.

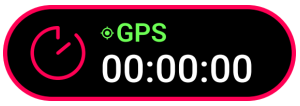
Informazioni

Dati

Dati dell'attività

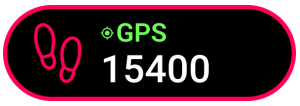
Dati salvati durante le attività monitorate.

Durata dell'attività



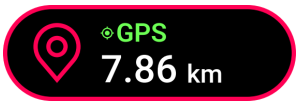
È il tempo trascorso durante il monitoraggio di un'attività. Il tempo viene calcolato fino al termine dell'attività.

Numero di passi



Il numero di passi viene calcolato in base ai movimenti del braccio misurati dall'accelerometro a 3 assi integrato nell'orologio.

Distanza percorsa

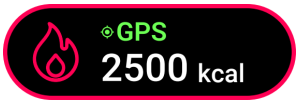


La distanza percorsa viene calcolate in base ai movimenti del braccio misurati dall'accelerometro a 3 assi e ai dati GPS.

> **NOTA**
>
> Se l'attività è in pausa, la distanza percorsa durante la pausa non viene conteggiata. Solo la distanza registrata mentre l'attività è in corso viene aggiunta al totale.
>
> Se i punti dati GNSS mancano per qualsiasi motivo (ad es. autorizzazioni, bassa precisione, assenza di segnale o disconnessione), la distanza per quell'intervallo di

tempo viene stimata tramite interpolazione.

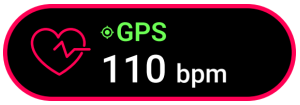
Dispendio energetico



Il dispendio energetico viene calcolato dalla app in base a molteplici dati, la distanza percorsa, la velocità di spostamento, la percentuale di salita, ecc. e ai dati personali inseriti nella app Tissot.

Attività cardiache

Frequenza cardiaca



La frequenza cardiaca viene misurata da un sensore ottico inserito nel fondello dell'orologio. Misura la quantità di luce come funzione del flusso sanguigno nel polso.

> ⚠ **ATTENZIONE**
>
> per garantire che la frequenza cardiaca sia misurata correttamente, accertarsi che l'orologio poggi sul polso.
>
> Durante le attività basate sulla forza (quando i muscoli del polso sono in tensione), per alcuni secondi la lettura può essere meno precisa.

Zone di allenamento

Le zone di allenamento visualizzano la frequenza cardiaca durante un'attività.

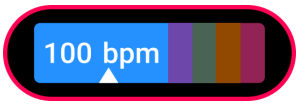
La frequenza cardiaca viene definita in base ai valori specificati nella app Tissot. Se non specificato, il valore dell'anno di nascita sarà 1970. Il valore massimo viene calcolato come segue: 220 - età.

> ⚠ **ATTENZIONE**

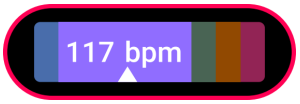
I valori predefiniti per le zone non sono i bpm (battiti al minuto), ma la % della tua frequenza cardiaca massima.

Frequenza cardiaca max. e percentuali possono essere modificate nella app.

Zona di allenamento 1: 50% - 60%



Zona di allenamento 2: 60% - 70%



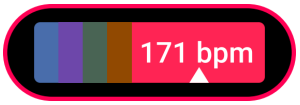
Zona di allenamento 3: 70% - 80%



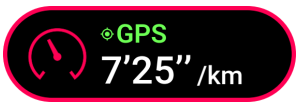
Zona di allenamento 4: 80% - 90%



Zona di allenamento 5: 90% - 100%

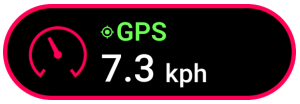


Tempo per unità di distanza (Ritmo)



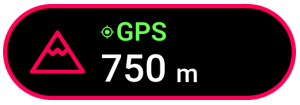
Tempo medio impiegato a percorrere un chilometro (o un miglio) durante un'attività. La app calcola il valore medio del tempo impiegato per ogni chilometro.

Velocità



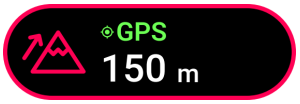
Velocità media durante l'attività espressa in chilometri (o miglia) all'ora.

Altitudine



Altitudine massima raggiunta durante l'attività. Questo valore viene calcolato utilizzando i dati GPS dello smartphone.

Aumento di altitudine totale



Totale di tutti gli spostamenti in salita durante l'attività espresso in metri (o piedi). Questo valore viene calcolato utilizzando i dati GPS dello smartphone.

Dati statistici

I dati salvati nelle statistiche giornaliere e azzerati ogni giorno a mezzanotte.

Numero di passi



Il numero di passi viene calcolato in base ai movimenti del braccio misurati da un accelerometro a 3 assi integrato nell'orologio.

Dispendio energetico



Il dispendio energetico viene calcolato dalla app in base a molteplici dati, la distanza percorsa, la velocità di spostamento, la percentuale di salita, ecc. e ai dati personali inseriti nella app Tissot.

Durata dell'attività



Il tempo durante il quale ci si sposta o si pratica un'attività fisica. I tempi a riposo non vengono considerati.

Distanza percorsa



La distanza percorsa viene calcolate in base ai movimenti del braccio misurati dall'accelerometro a 3 assi e ai dati GPS dello smartphone.

Batteria

Informazioni

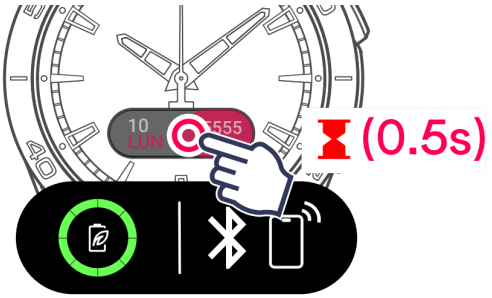
Il T-Touch Connect Sport funziona con una batteria polimerica agli ioni di litio caricata mediante un sensore solare inserito nel quadrante o col cavo in dotazione.

La sua durata media, a seconda del livello di attività, è:

- Autonomia illimitata in modalità Watch (richiede luce esterna > 20 min/giorno con cielo sereno, 20 kLux).
- Fino a 6 mesi in modalità Standard Connected (richiede luce esterna > 35 min/giorno con cielo sereno, 20 kLux).
- Fino a 3 mesi in modalità Sport Connected (richiede luce esterna > 60 min/giorno con cielo sereno, 20 kLux).

Controllare il livello della batteria

1 Toccare lo schermo per 0,5 secondi



Carica della batteria

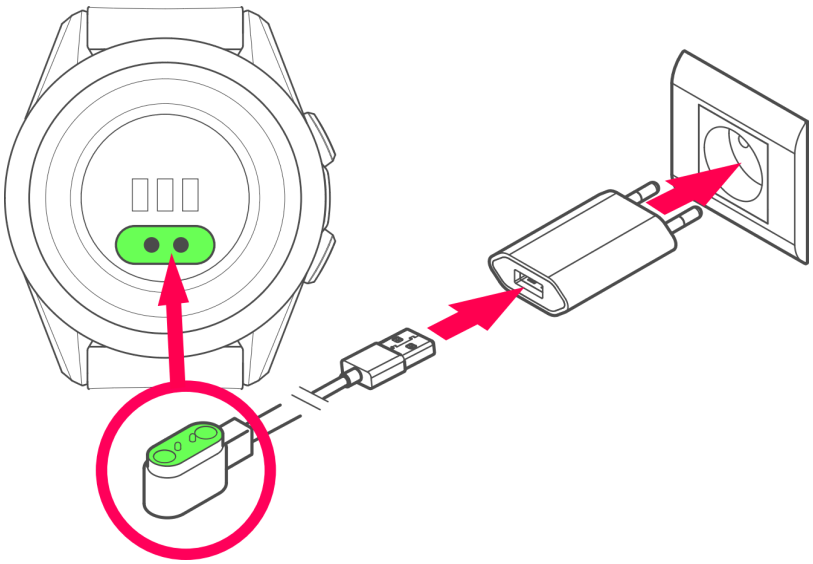
L'orologio è fornito con uno speciale cavo USB per la ricarica garantito impermeabile.

> **ATTENZIONE**
>
> Non utilizzare un caricabatteria superiore a 15 Watt.

Quando il livello di carica della batteria è troppo basso per garantire un funzionamento corretto, sullo schermo viene visualizzato il messaggio seguente:



1 Mettere l'estremità del cavo nel connettore come illustrato



NOTA

Dei magneti assicurano l'orientamento corretto del connettore.

INFORMAZIONI

La carica completa richiede circa 90 minuti.

Modalità

Utilizzo della modalità abbinata

In questa modalità, l'orologio è connesso alla app Tissot installata sullo smartphone.

Alcune funzioni possono essere utilizzate anche tramite smartphone:

- **Timer**: la durata può essere impostata mediante l'app.
- **Cronografo**: i tempi cronometrati e i tempi parziali vengono salvati e possono essere controllati sulla app.
- **Dati di monitoraggio dell'attività**: vengono salvati e possono essere controllati sulla app.
- **Localizzazione**: il GPS dello smartphone salva i dati di localizzazione durante le attività ciclismo, escursioni e corsa.
- **Statistiche**: anche queste possono essere consultate sulla app.

Bluetooth®

Lo scambio dei dati tra orologio e app avviene mediante il protocollo Bluetooth®.

La connessione Bluetooth® deve essere attivata sia sullo smartphone che sull'orologio.

Vedere Impostazioni

ATTENZIONE

tenere lo smartphone con sé durante le attività. La distanza tra i due dispositivi non deve essere superiore a 15 - 20 metri (50 - 65 piedi).

Se l'orologio è troppo lontano dallo smartphone, la connessione si interrompe. Si riattiva automaticamente non appena i due dispositivi si riavvicinano.

NOTA

Se il tuo orologio non si è connesso all'app T-Connect per un po', mostra un pop-up "Apri l'app Tissot" — lo stesso promemoria mostrato durante la configurazione iniziale — che ti invita ad aprire l'app sul telefono. Aprendo l'app, consenti all'orologio di sincronizzare i

tuoi dati in modo che rimangano salvati. Questo promemoria non viene mostrato di nuovo per 24 ore.

Modalità

Utilizzo della modalità non abbinata

In questa modalità, l'orologio funziona in modo autonomo.

Le impostazioni vengono eseguite direttamente sull'orologio invece che tramite app.

Alcuni dati vengono salvati temporaneamente sull'orologio:

- **Cronografo**: i tempi cronometrati e i tempi parziali vengono salvati e possono essere controllati durante il cronometraggio.
- **Dati di monitoraggio dell'attività**: vengono salvati temporaneamente sull'orologio e possono essere consultati durante l'attività.
- **Statistiche**: possono essere consultate durante il giorno.

> **INFORMAZIONI**
>
> **Localizzazione**: nessun tracciamento della posizione né misurazione dell'altitudine. Distanza e velocità non vengono misurate nelle attività di ciclismo.

GPS

Generalità

L'uso di alcune funzioni dell'orologio richiede l'accesso ai dati di posizionamento. A questo fine viene utilizzato il GPS dello smartphone.

> **ATTENZIONE**
>
> lo smartphone deve sempre autorizzare la localizzazione per la app Tissot, non solo quando la app è attiva.

Utilizzo con il GPS

Lo scambio delle informazioni GPS tra smartphone e orologio avviene tramite la connessione Bluetooth®.

Per il funzionamento della connessione Bluetooth® occorre che l'orologio sia utilizzato in modalità abbinata e che la connessione Bluetooth® sia attivata.

Attivare la connessione

Modalità abbinata

> **ATTENZIONE**
>
> tenere lo smartphone con sé durante le attività. La distanza tra i due dispositivi non deve essere superiore a 15 - 20 metri (50 - 65 piedi).
>
> Se l'orologio è troppo lontano dallo smartphone, la connessione si interrompe. Si riattiva automaticamente non appena i due dispositivi si riavvicinano.

Utilizzo senza GPS

Se l'orologio non può utilizzare i dati GPS, le informazioni di localizzazione non sono disponibili e il monitoraggio dei dati per le attività corsa, ciclismo ed escursioni sarà limitato.

Le seguenti informazioni non possono essere salvate:

- Localizzazione
- Misura della distanza
- Velocità

Compatibilità

Il T-Touch Connect Sport è dotato di funzione Bluetooth® e richiede l'uso di uno smartphone che soddisfi i seguenti requisiti:

Requisiti Android	Configurazione richiesta per Android: versione minima 9.0, versione consigliata 13 o 14. Questa versione di sistema è disponibile dal 7 Marzo 2018. La maggior parte degli apparecchi prodotti dopo quella data è dunque conforme a questo requisito.
Requisiti Apple iOS	Configurazione richiesta per Apple iOS: versione minima 16, versione consigliata 17.x o 18.x. Compatibile con iPhone disponibile dal Settembre 2022.
Requisiti Huawei	Configurazione richiesta per Huawei: versione minima HarmonyOS 2.0, versione consigliata Harmony 3.x or 4.x. Disponibile per alcuni smartphone Huawei a partire dal giugno 2021.

Tissot verifica la compatibilità dei propri prodotti con i dispositivi mobili Android più rinomati e diffusi su scala mondiale. Ciononostante, alcuni apparecchi non sono compatibili con il T-Touch Connect Sport:

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

L’app T-Touch Connect Sport è supportata soltanto nei paesi e nelle lingue seguenti:

Paesi supportati

Albania	Australia	Austria

Bielorussia	Belgio	Bosnia ed Erzegovina
Brasile	Bulgaria	Canada
Cile	Cina	Colombia
Croazia	Cipro	Repubblica Ceca
Danimarca	Estonia	Isole Faroe
Finlandia	Francia	Germania
Gibilterra	Grecia	Groenlandia
Guatemala	Hong Kong	Ungheria
Islanda	India	Irlanda
Israele	Italia	Giappone
Giordania	Corea	Kosovo
Lettonia	Libano	Liechtenstein
Lituania	Lussemburgo	Macao
Malesia	Malta	Messico
Moldavia	Monaco	Montenegro
Paesi Bassi	Nuova Zelanda	Macedonia del Nord
Norvegia	Polonia	Portogallo
Romania	San Marino	Serbia
Singapore	Slovacchia	Slovenia
Spagna	Svezia	Svizzera

Taiwan	Thailandia	Turchia
Ucraina	Emirati Arabi Uniti	Regno Unito
Stati Uniti	Città del Vaticano	Venezuela

Set di caratteri supportati (notifiche)

Afrikaans	Albanese	Basco
Bretone	Catalano*	Cinese (semplificato)
Corso	Ceco	Danese*
Olandese*	Inglese	Estone*
Faroese	Finlandese*	Francese
Galiziano	Tedesco	Ungheria*
Islandese	Indonesiano	Irlandese
Irlandese* (ortografia tradizionale)	Italiano	Giapponese
Coreano	Curdo	Leonese
Lituano	Lussemburghese	Malese
Mannese	Norvegese	Occitano
Polacco	Portoghese	Retoromanzo
Gaelico scozzese	Gaelico scozzese	Slovacco
Sami meridionale	Spagnolo	Swahili
Svedese	Tagalog	Vallone

Gallese*		

*Attenzione: alcuni caratteri potrebbero risultare mancanti.

Lingue della app

Cinese (semplificato)	Cinese (tradizionale)	Danese
Olandese	Inglese	Finlandese
Francese	Tedesco	Italiano
Giapponese	Coreano	Norvegese
Polacco	Portoghese	Rumeno
Spagnolo	Svedese	Thailandese

Lingue dell’orologio

Cinese (semplificato)	Inglese	Francese
Tedesco	Italiano	Giapponese
Coreano	Malese	Spagnolo
Thailandese		

Aggiornamento del firmware

Quando è disponibile una nuova versione del firmware, l'app T-Connect la scarica e la trasferisce automaticamente sull'orologio in background, senza installarla subito.

Per installarla, esegui una delle operazioni seguenti:

- Tocca Aggiorna nell'app T-Connect, oppure
- Conferma il promemoria di aggiornamento visualizzato sull'orologio.



Versioni e novità

Versione	Disponibilità	Modifiche
10.2	Agosto 2026	**Correzioni di bug e miglioramenti**
10.1	Giugno 2026	**Correzioni di bug e miglioramenti**
10.0	Aprile 2026	**Distanza precisa durante la pausa** La distanza percorsa mentre un'attività è in pausa non viene più conteggiata e i punti dati GPS mancanti vengono stimati per interpolazione. **Suoni e vibrazioni di sveglie e timer** Sveglie e timer dispongono ora di impostazioni proprie per suono e vibrazione, distinte dalle impostazioni generali dell'orologio. **Attività dal vivo per il ciclismo in Cina** Il monitoraggio dell'attività dal vivo per il ciclismo è ora disponibile per gli utenti in Cina. **Correzioni di bug e miglioramenti**
9.2	Febbraio 2026	**Impostazioni e avvisi obiettivi ampliati** Imposta obiettivi giornalieri per passi, calorie, distanza e tempo attivo sull'orologio e nell'app, e ricevi una notifica quando un obiettivo viene raggiunto. **Più azioni rapide** La funzione torcia (lampada) ritorna, insieme ad attività aggiuntive, ora disponibili come azioni rapide sul pulsante. **Filtro delle notifiche su iOS** Filtra le notifiche dello smartphone per categoria su iOS (per singola app su Android). **Correzioni di bug e miglioramenti**

Versione	Disponibilità	Modifiche
9.1	Ottobre 2025	**Modalità standby** La modalità Sonno è stata rinominata in modalità Standby. **Somma dei dati delle attività quotidiane e sportive** Il riepilogo giornaliero ora combina l'attività quotidiana e le attività sportive: passi, distanza, calorie e durata. **Correzioni di bug e miglioramenti**
9.0	Giugno 2025	**Funzione torcia disabilitata** La funzione torcia è stata disabilitata. **Duplicazione dell'attività in tempo reale** Visualizza la tua attività di ciclismo in tempo reale su T-Connect app — i dati vengono automaticamente riprodotti sullo schermo del telefono. **Non disturbare e cronologia notifiche** L'orologio rispetta la modalità Non disturbare del telefono, silenziando chiamate in arrivo e notifiche; consulta la cronologia delle notifiche sull'orologio. **Widget NBA semplificato** I punteggi e i calendari NBA in diretta non sono più disponibili sull'orologio. Il widget ora mostra un banner che rimanda al sito web della NBA per le ultime notizie. **Correzioni di bug e miglioramenti**
8.3	Aprile 2025	**Cronologia delle attività indoor** L'orologio ora salva la cronologia della tua attività indoor più recente — sincronizza con T-Connect app per salvarla in modo permanente. **Attività indoor sull'orologio** Seleziona e avvia attività di tapis roulant, spinning e scale direttamente dall'orologio — senza bisogno del GPS.

Versione	Disponibilità	Modifiche
		Gestisci gli avvisi di pausa/ripresa automatica Configura gli avvisi per quando un'attività viene messa in pausa o ripresa automaticamente in base al tuo movimento. **Correzioni di bug e miglioramenti**
8.2	Marzo 2025	**Azioni rapide sul pulsante** Assegna un'azione rapida al pulsante per un accesso rapido alla tua funzione preferita. **Selezione del quadrante** Scegli tra 5 quadranti disponibili direttamente sul tuo TTC Sport. **Aggiornamenti firmware trasparenti** T-Connect app scarica gli aggiornamenti firmware e li trasferisce automaticamente al tuo orologio in background, senza installarli subito. **Correzioni di bug e miglioramenti**
8.1	Gennaio 2025	**Accesso più rapido alla frequenza cardiaca** Se l'orologio diventa inattivo durante la misurazione della frequenza cardiaca, la misurazione continua per 30 secondi — riattivalo entro questo tempo per vederla immediatamente. **Rilevamento del sollevamento del polso durante le attività** Solleva il polso durante un'attività per riattivare lo schermo e controllare i tuoi dati; il rilevamento si disattiva automaticamente in pausa. **Correzioni di bug e miglioramenti**
8.0	Ottobre 2024	**Cronologia del livello di luce** Visualizza la cronologia del livello di luce rilevato dal tuo orologio su T-Connect app (modalità abbinata).

Versione	Disponibilità	Modifiche
		Auto Lap per le attività Accedi a informazioni dettagliate sull'Auto Lap per escursionismo, corsa e ciclismo. **Livello di energia solare** Monitora le tendenze dell'energia solare nel tempo e comprendi meglio il loro impatto positivo sulla durata della batteria. **Frequenza cardiaca su richiesta** Misura la frequenza cardiaca in tempo reale direttamente dall'orologio con un semplice tocco. **Funzione torcia** Tieni premuto il pulsante inferiore per trasformare istantaneamente l'orologio in una torcia. **Zone di allenamento al polso** Visualizza la tua zona di allenamento attuale direttamente al polso durante un'attività. **Richiesta di riconnessione** L'orologio ti chiede di aprire T-Connect app se non è connesso. **Pausa e ripresa automatica delle tue attività** Le attività di escursionismo, corsa e ciclismo su TTC Sport si mettono automaticamente in pausa quando ti fermi e riprendono quando ricominci a muoverti. **Correzioni di bug e miglioramenti**

Documenti

DICHIARAZIONE DI CONFORMITÀ

- DICHIARAZIONE DI CONFORMITÀ

Garanzia

- Garanzia