

SUUNTO CORE 2

用户指南

1. 安全.....	4
2. 欢迎.....	5
3. 简介.....	6
4. 开始使用.....	7
5. 常规设置.....	9
5.1. 更改常规设置.....	9
5.1.1. 按钮声音.....	9
5.1.2. 提示音.....	9
5.1.3. 显示设置.....	10
5.1.4. 同步设置.....	10
5.1.5. 激活按钮锁定.....	10
5.2. 查看当前版本信息.....	10
5.3. 恢复出厂设置.....	10
5.4. OTA 更新.....	10
6. 使用主表盘模式.....	12
7. 使用 ALTI & BARO 模式.....	13
7.1. alti & baro 工作原理.....	13
7.1.1. 获得正确读数.....	13
7.1.2. 获得错误读数.....	13
7.2. 设置模式和参考值.....	14
7.2.1. 匹配模式和活动.....	14
7.2.2. 设置模式.....	14
7.2.3. 设置参考值.....	14
7.3. 使用天气趋势指示器.....	14
7.4. 激活暴风警报.....	14
7.5. 使用高度计模式.....	15
7.5.1. 使用高度差测量仪.....	15
7.6. 使用气压计模式.....	15
8. 使用 COMPASS 模式.....	16
8.1. 获得正确读数.....	16
8.1.1. 校准指南针.....	16
8.1.2. 设置磁偏角值.....	17
8.2. 使用指南针.....	17
8.2.1. 使用外壳.....	17
8.2.2. 使用方位跟踪.....	18
9. 使用 DIVE 模式.....	19
10. 使用 TOOL 模式.....	20

10.1. 使用秒表.....	20
10.2. 使用倒数计时器.....	20
10.3. 设置闹钟.....	21
11. 更换电池.....	22
12. 规格.....	23
12.1. 技术数据.....	23
12.2. 商标.....	23
12.3. 版权所有.....	23
12.4. CE.....	24
12.5. 专利公告.....	24
12.6. 保修.....	24

1. 安全

安全预防措施的类型：

 **警告** - 结合操作程序或实际情况使用，用于可能导致严重人身伤害或死亡的情况。

 **小心** - 结合操作程序或实际情况使用，用于可能导致产品受损的情况。

 **注释** - 用于强调重要信息。

安全预防措施：

 **警告** 严禁用于水肺潜水。

 **警告** 尽管我们的产品均符合行业标准，但本产品与皮肤接触可能会产生过敏反应或皮肤刺激。若发生这种情况，请立即停止使用并咨询医生。

 **小心** 严禁在温度快速变化的环境中使用。

 **小心** 切勿使用任何种类的溶剂。

 **小心** 严禁使用杀虫剂。

 **小心** 请作为电子垃圾进行处置。

 **小心** 严禁敲击或丢放。

2. 欢迎

“近 80 年来，Suunto 一直为那些有需要的人们提供了精确可靠的信息。我们的仪器让使用者更有效地达成目标，更充分地体验体育活动的乐趣。我们的产品对使用者来说常常是必不可少的。所以 Suunto 为自己可以保持最优的质量标准而自豪。”

Suunto 于 1936 年成立，是精密指南针、潜水电脑和高度腕表的世界顶级生产商。Suunto 的户外仪器以其极负盛名的设计、精确性和可靠性获得各大洲登山者、潜水者和探险者的信任。1987 年，Suunto 率先推出了第一只潜水电脑，1998 年又推出第一只高度计、气压计、指南针的三合一腕表。今天，Suunto 仍然是户外专家的首选。有关 Suunto 产品及其使用者的更多信息，请访问 www.suunto.com。

3. 简介

Suunto Core 2 是高度表、气压表和电子指南针的多功能组合。同时它还具有时钟、秒表和日历功能。

本《用户指南》说明了产品的功能、工作方法以及操作方法。另外，我们还列举了在实际生活中应用的实例。

每一主要章节都说明了一种模式及其视图。它还为您提供这些视图的设置和使用信息。

Suunto Core 2 可以显示时间、大气压和高度。每一种读数都有附加信息，使您可以最大程度地享受所钟爱的户外活动。

4. 开始使用

基本设置

按下任意按钮，您的 Suunto Core 2 便会激活。然后，仪器会提示您设置语言、单位（英制或公制）、时间和日期以及蓝牙连接。使用右上方的 [+] 按钮和右下方的 [-] 按钮可以更改设置。按右侧中间的 [Mode] 按钮可以确认并进入下一个菜单选项。任何时候，您都可以按左下方的 [Back] 按钮回到上一个菜单选项。根据需要完成设置以后，便可开始使用 Suunto Core 2 的基本时间功能。

在此过程中，您可以决定是否与手机配对。如需与手机配对，请提前下载 Suunto App，确保手机靠近腕表并开启蓝牙。

 **注释** 您需要设置高度计、气压计和指南针，以获得正确读数。请参阅《用户指南》，详细了解如何正确设置它们。

按钮

各按钮及其功能如下：

- 左上 [Light/Lock]：短按开启背光；长按锁定/解锁腕表
- 左下 [Back]：短按返回上一级菜单；长按返回主表盘
- 右上 [+]：增大数值
- 右下 [-]：减小数值
- 中间 [Mode]：确认并移至下一菜单项；在主模式间切换

背光灯

在任何模式下，按下左上角的 [Light/Lock] 按钮均可开启背光。背光灯在 5 秒钟以后自动关闭。

模式

Suunto Core 2 有六种模式：**MAIN WATCH FACE**、**ALTI**、**BARO**、**COMPASS**、**DIVE** 和 **TOOL**。《用户指南》中详细介绍了这些模式。模式启用时，其名称周围会有长方形标记。使用右边中间的 [Mode] 按钮可以在主要模式间进行切换。试试看！

组件

每种模式都有一系列组件，您可以使用右下方的 [-] 按钮来访问组件。组件显示在显示屏的上部和下部面板中。组件包含有关已启用模式的补充信息，例如在主表盘模式下查看双时间和月相。

菜单

在 **MENU** 中，您可以更改数值和常规设置。在 **MAIN WATCH FACE** 中，按住右侧中间的 [Mode]，进入 **MENU**。在 **TOOL** 模式下，使用 [+] 或 [-] 选择 **SETTINGS**，然后按 [Mode] 进入。显示屏外围部分显示您的过渡时间。短按左下 [Back] 按钮，在 **MENU** 中返回。当 **MENU** 的退出选项可用时，显示屏上 [Back] 按钮的旁边会出现一个“X”。熟悉一下进入和退出 **MENU** 的方法！

更改数值

若要更改设置，必须进入 **MENU**。在 **MAIN WATCH FACE** 中，按住右侧中间的 [Mode]，进入 **MENU**。在 **TOOL** 模式下，使用 [+] 或 [-] 选择 **SETTINGS**，然后按 [Mode] 进入。在 **MENU** 中进行的任何更改都会立即生效。例如，如果进入 **MENU** 中的 **TIME-DATE**，将时间从 12:30 改为 11:30，然后退出。时间将设置为 11:30。

5. 常规设置

在使用 Suunto Core 2 之前，最好先根据您的喜好来设置测量单位和常规设置。在 **MENU** 中，您可以更改常规设置。

5.1. 更改常规设置

在 **MENU** 中，您可以访问 **TONES**、**DISPLAY** 和 **GENERAL** 设置。在 **GENERAL** 中，您可以进行常规设置，包括：

- 关于
- 时间-日期
- 日出
- 语言
- 单位
- 步数
- 同步设置
- 恢复出厂设置

要在 **MENU** 中进入 **TONES**、**DISPLAY** 或 **GENERAL**：

1. 在 **MAIN WATCH FACE** 中，按住 [Mode] 进入 **MENU**。在 **TOOL** 模式下，使用 [+] 或 [-] 选择 **SETTINGS**，然后按 [Mode] 进入。
2. 使用 [-] 滚动至 **TONES**、**DISPLAY** 或 **GENERAL**。
3. 通过按 [Mode] 进入。

5.1.1. 按钮声音

在 **BUTTON TONE** 中，您可以打开或关闭按钮声音。每次按下按钮时都会发出一个按钮声音，以确认操作。

1. 在 **TONES** 中，选择 **BUTTON TONE** 以打开或关闭按钮声音。
2. 使用 [+] 和 [-] 来切换按钮声音的开关状态。
3. 按 [Mode] 进行确认。

5.1.2. 提示音

在 **TONE GUIDE** 中，您可以打开或关闭提示音。在下列情况中，您将听到提示音：

- 当您更改设定值时
- 当您设定高度参考值时
- 当您启动或停止日志记录器时
- 当您在日志记录过程中标识高度点时
- 当您启动或停止秒表时

若要打开或关闭提示音：

1. 在 **TONES** 中，选择 **TONE GUIDE**。
2. 使用 [+] 和 [-] 切换提示音的开关状态。

5.1.3. 显示设置

抬起唤醒

抬起唤醒功能默认处于关闭状态。您可以在设置中选择是否启用抬起唤醒功能。

1. 在 **DISPLAY** 中，选择**抬起唤醒**。
2. 使用 [+] 和 [-] 打开或关闭抬起唤醒功能。

背光颜色

在灯光颜色中，您可以定义腕表的背光颜色。

1. 在 **DISPLAY** 中，选择**灯光颜色**。
2. 使用 [+] 和 [-] 在红色背光和绿色背光之间切换。

5.1.4. 同步设置

若要与手机同步：

1. 在 **GENERAL** 中，使用 [-] 向下滚动到 SYNC-APP，然后按 [Mode] 进入。
2. 如果您尚未配对，按 [Mode] 开始配对流程。

同步开始后，中间面板会显示 “Syncing...”，完成后会自动返回上一级。无论同步成功还是失败，都会弹出通知提示。外圈环显示同步进度。在此过程中的任何时候，您都可以短按 [Mode] 取消同步并返回上一级。

5.1.5. 激活按钮锁定

您可以通过按住 [Light/Lock] 来激活或停用按钮锁定。按钮锁定处于激活状态时，将会显示锁定符号。

 **注释** 按钮锁定处于激活状态时，您可以改变视图和使用背光灯。

5.2. 查看当前版本信息

1. 在主表盘上长按 [Mode] 进入菜单。
2. 使用 [-] 向下滚动到 General 设置。通过按 [Mode] 进入。
3. 使用 [-] 向下滚动到 ABOUT。通过按 [Mode] 进入。
4. 进入 ABOUT 后，使用 [-] 可在当前固件版本、序列号、硬件版本和蓝牙版本之间切换。

5.3. 恢复出厂设置

您可以在 **GENERAL** 设置中将腕表恢复为出厂设置。

1. 在主表盘上长按 [Mode] 进入菜单。
2. 使用 [-] 向下滚动到 General 设置。通过按 [Mode] 进入。
3. 使用 [-] 向下滚动到 Reset。通过按 [Mode] 进入。

需要再次确认才能完成重置。确认后，重置将开始，完成后腕表会重新启动。

5.4. OTA 更新

您可以在 **GENERAL** 设置中更新腕表的固件。

1. 在主表盘上长按 [Mode] 进入菜单。
2. 使用 [-] 向下滚动到 General 设置。通过按 [Mode] 进入。
3. 使用 [-] 向下滚动到 Update。通过按 [Mode] 进入。

如果您已配对应用程序，则会显示此选项。按下 [Mode] 将打开蓝牙以与手机配对。如果电量低于 20%，将出现低电量警告，更新无法进行。如果电量充足，更新将正常进行，可通过外圈环进度指示器查看进度。

6. 使用主表盘模式

主表盘模式负责时间测量。

使用 [-] 可以在下列视图之间滚动：

- 双时间：另一个时区的时间
- 日出和日落：特定地点的日出和日落时间
- 月相：特定地点的月相
- 步数：统计您的步行步数

7. 使用 ALTI & BARO 模式

7.1. alti & baro 工作原理

若要从 **ALTI & BARO** 获得正确读数，有必要理解 Suunto Core 2 计算高度和海平面大气压的方法。

Suunto Core 2 将连续测量绝对大气压。根据测得的数值和参考值，仪器就可以计算高度或海平面大气压。

 **小心** 请确保传感器周围没有污物或沙子。严禁将任何物品插入传感器开口之内。

7.1.1. 获得正确读数

如果您进行的户外运动需要了解大气压，您需要输入所在位置的高度参考值。从绝大多数地形图中都可以找到该参考值。现在，您的 Suunto Core 2 可以显示正确读数了。

若要获得正确的高度读数，必须输入海平面大气压参考值。您所在位置的海平面大气压参考值可以在当地报纸的天气预报中找到，也可以从全国天气服务机构的网站上找到。

绝对大气压是持续测量的 $\text{绝对大气压} + \text{高度参考值} = \text{海平面大气压}$

* $\text{绝对大气压} + \text{海平面大气压参考值} = \text{高度}$ *

当地天气变化会影响高度读数。如果当地天气变化频繁，最好经常重置当前的高度参考值，最好是在出发之前可以获得此参考值的时候。如果当地天气稳定，就不需要对参考值进行设置。

7.1.2. 获得错误读数

Altimeter 模式 + 站立不动 + 天气变化

如果在一个固定地点长时间启用 **ALTIMETER** 模式，而该地点的天气发生变化，那么仪器会显示错误的高度读数。

Altimeter 模式 + 高度变化 + 天气变化

如果启用 **ALTIMETER** 模式，而在高度变化的同时天气也频繁发生变化，那么仪器会显示错误的读数。

Barometer 模式 + 高度变化

如果在高度发生变化期间，长时间启用 **BAROMETER** 模式，而仪器假定您站在原地，则会将高度变化视为海平面大气压变化的结果。因而显示错误的海平面大气压读数。

今天您两日徒步旅行的第二天。您发现，今早出发时忘记将从 Barometer 模式切换到 Altimeter 模式。您知道给出的当前高度读数是错误的。因此，您走到地形图上标示有高度参考值的最近地点。您根据高度参考值相应修改了。现在，您的高度读数又恢复正确了。

7.2. 设置模式和参考值

7.2.1. 匹配模式和活动

对于会发生高度变化的山地徒步旅行等户外活动，应选择 **ALTIMETER** 模式。对于不会发生高度变化的冲浪、帆船航行等户外活动，应选择 **BAROMETER** 模式。若得到正确的读数，必须使模式与活动相匹配。您可以让 Suunto Core 2 决定当前哪种模式最适合您，也可以自己选择一种合适的模式。

7.2.2. 设置模式

在 **MAIN WATCH FACE**、**ALTI**、**BARO**、**COMPASS** 或 **TOOL** 模式下长按 [Mode] 进入快速设置。

7.2.3. 设置参考值

若要设置参考值：

1. 在 **ALTI**、**BARO** 或 **DIVE** 模式下长按 [Mode] 进入快速设置。
2. 使用 [-] 选择 **REFERENCE**，然后短按 [Mode] 进入模式设置。
3. 在 **ALTIMETER** 和 **SEA LEVEL** 之间进行选择。
4. 使用 [+] 和 [-]，设置已知的参考值。

可能的实际情况：修正您的高度读数

在徒步旅行中，您见到当前高度标志时休息了一会。您查看 高度读数，发现两个数值之间有细微差别。您 设置高度参考值，与标志上的数值匹配。

7.3. 使用天气趋势指示器

天气趋势指示器位于显示屏的上方。它显示在 **BARO** 模式下，方便您快速查看即将到来的天气状况。天气趋势指示器由两条线构成，它们形成一个箭头。每条线表示 3 小时的时段。右边的线表示最近 3 小时。左边的线表示近 3 小时之前的 3 小时。所以这些线条可以表示 9 种不同的气压变化趋势。

 **提示** 如果天气趋势指示器显示气压持续上升，那么极有可能是个好天气。反之，如果气压持续下降，那个很有可能是坏天气。

7.4. 激活暴风警报

暴风警报会在 3 小时内气压下降达到或超过 4 hPa/0.12 inHg 时发出通知。Suunto Core 2 会激活警报，并在显示屏上闪烁警报符号持续 20 秒。仅当激活了 **BAROMETER** 模式时，暴风警报才能工作。

若要激活暴风警报：

1. 在 **MAIN WATCH FACE**、**ALTI**、**BARO** 或 **DIVE** 模式下长按 [Mode] 进入快速设置。
2. 使用 [-] 选择 **STORM ALARM**，然后短按 [Mode] 进入暴风警报设置。
3. 使用 [+] 和 [-] 来切换暴风警报的开关状态。

可能的实际情况：暴风预警

您在茂密森林中徒步时，腕表激活了暴风警报。天气在近 3 小时内变坏了 - 天空变得阴沉。所幸有腕表提醒您，因为在暴雨来临之前您需要找个庇护所。

7.5. 使用高度计模式

ALTIMETER 模式根据参考值计算高度。参考值可以是海平面大气压，也可以是之前某个高度参考值。当 **ALTIMETER** 模式激活时，显示屏上的 **ALTI** 字样下方会出现下划线，并在下方面板显示当前温度。

激活 **ALTIMETER** 模式时，可以使用 [-] 来访问以下视图：

- 高度差测量仪：测量相对于某个设定点的高度差值

7.5.1. 使用高度差测量仪

高度差测量仪显示当前位置和一个设定点之间的高度差。这项功能在登山的时候特别有用，例如在您希望了解以高度来衡量的攀登进度时。

若要使用高度差测量仪：

1. 在 **ALTI** 模式下，短按 [-] 以选择高度差测量仪组件。
2. 短按 [+] 开始进行高度差测量。
3. 再次短按 [+] 可停止测量。
4. 测量开始后，下部面板会显示与锁定高度的差值。+ 表示高于锁定值，- 表示低于锁定值。

可能的实际情况：测量攀爬高度

您现在要攀登一座高度为 3,280 英尺（1000 米）的山峰。您希望爬山的时候能够了解攀登进度，因此激活 Suunto Core 2 的高度差测量仪。您开始攀爬，不时查看高度，了解自己距离下一个检查点还有多远。攀登到一定高度后，您开始觉得有些累。您查看高度，发现前方仍有大量爬升。也许您需要重新计划下个检查点的位置。

7.6. 使用气压计模式

BAROMETER 模式显示当前的海平面大气压。其依据是给定的参考值和持续测量的绝对大气压值。海平面大气压的变化在显示屏中部以图形方式显示。显示内容是过去 24 小时的记录，记录间隔为 30 分钟。

激活 **BAROMETER** 模式时，显示屏上的 **BARO** 字样将带有下划线。

激活 **BAROMETER** 模式时，可以使用 [-] 来访问以下视图：

- 温度：测量当前温度
- 高度参考：显示高度参考值
- 气压计趋势图

 **注释** 如果您在手腕上佩戴 Suunto Core 2，需要将其取下以获得准确的温度读数，因为体温会影响初始读数。

可能的实际情况：监测天气变化

您正在徒步旅行，越来越疲倦。您决定小睡一会儿，就支起了帐篷。由于这段时间您的高度不会发生变化，所以您激活了“气压计”模式。当您醒来以后，可以查看海平面大气压的变化，同时了解天气情况。

8. 使用 COMPASS 模式

在 **COMPASS** 模式中，可以根据与地磁北极的相对方向来确定前进方向。在 **COMPASS** 模式下，可以使用 [-] 来访问下列视图：

- 高度：显示当前高度
- 气压计：显示当前气压
- 温度：显示当前温度
- 显示朝向和设定方位之间的方向。

 **注释** 首次进入指南针时，会显示校准页面。校准完成后，将直接显示指南针页面。如果您未完成校准就退出指南针，下次进入时仍会显示校准页面。

8.1. 获得正确读数

若要在指南针模式下，确保指南针读数正确：**指南针**

- 出现提示时，正确校正指南针（请参阅 8.1.1. 校准指南针）
- 设置正确的磁偏角值
- 保持仪器水平
- 远离金属（如珠宝首饰）和磁场（如电源线）

8.1.1. 校准指南针

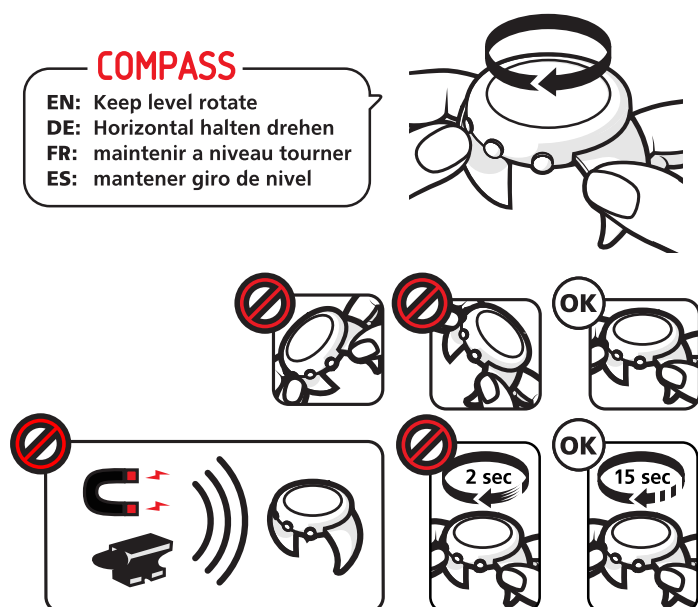
仪器首次使用期间和更换电池之后，需要仔细地校准。仪器会在每次需要校准时发出提醒。

若要校准指南针：

1. 保持仪器水平，不要存在任何倾斜角度。
2. 顺时针缓慢旋转仪器（每圈约 15 秒），直至指南针激活。

 **注释** 如果发现指南针存在偏差，可将其放平，在指南针模式下顺时针缓慢旋转 5-10 圈，从而进行再校准。

 **提示** 每次使用前对指南针进行再校准有助于确保最佳精确度。



8.1.2. 设置磁偏角值

纸质地图指向地理北极。而指南针则指向地磁北极，即地球磁场在地球上方的牵引区域。由于地磁北极和地理北极不在同一个位置，因此必须在指南针上设置磁偏角。地磁北极和地理北极之间的角度即为磁偏角。

绝大多数地图上都注有磁偏角数值。地磁北极的位置每年都会发生变化，所以，可以在互联网上找到最新、最精确的磁偏角值（例如，美国国家地球物理数据中心）。

然而，定向越野地图是根据与地磁北极的关系而绘制的。这表示在使用越野地图时，应将磁偏角值设为 0 度，即关闭磁偏角校正。

若要设置磁偏角值：

1. 在主表盘上长按 [Mode] 键进入设置。
2. 使用 [-] 向下滚动到 General 设置。
3. 在 **GENERAL** 中，按 [Compass] 进入。
4. 将磁偏角关闭，或者选择 **W**（西）或 **E**（东）。
5. 使用 [+] 和 [-]，设置磁偏角值。

8.2. 使用指南针

在 **COMPASS** 模式下，您可以看到显示屏边缘有两个活动的部分。这些部分指向北极。12 点钟位置的细线显示您的朝向，相当于指南针的方向箭头。您朝向的数值显示在显示屏中间。显示屏上的最后一行显示时间、朝向或方位。

您可以通过两种方式使用指南针：使用外壳或方位跟踪。

8.2.1. 使用外壳

您可以将 Suunto Core 2 当作传统指南针使用，根据指向北方的移动段旋转外部外壳，然后沿指示方向前进。

要使用外壳：

1. 在 **COMPASS** 模式下，取下腕表并水平持握，将北向指针指向您的行进方向。
2. 旋转外壳，使外壳上的北向标记与移动的北向段对齐。

3. 沿着您的行进方向前进，同时保持外壳上的北向标记与移动的北向段对齐。

8.2.2. 使用方位跟踪

在方位跟踪中，您可以锁定一个方位（方向），Suunto Core 2 指南针将指引您朝着该方向行进。

若要使用方位跟踪：

1. 将指南针方向箭头指向您要行进的方向，然后短按 [-] 切换到方位跟踪组件，再短按 [+] 锁定该方位。
2. 显示屏第一行的箭头指示了若要保持所需方位，您现在需要前进的方向。符号表明您正朝着正确的方向前进。



注释 按 [Light/Lock] 也会激活背光灯。

可能的实际情况：通过目视保持方向

您在徒步旅行过程中爬上了一座陡坡。俯瞰下方的山谷，您看到另一座山上有间小屋。您决定穿过山谷去往小屋。您将指南针的方向箭头指向小屋，锁定方向。当您 在山谷里面时，显示屏第一行的箭头告诉您应该往哪里走。为了保护电池使用寿命，指南针每次仅激活 40 秒，因此您要不时地重启指南针来检查您的朝向。不时地查看方向，您很快就能到达。

9. 使用 DIVE 模式

您可以在浮潜时使用 **DIVE** 模式。它会显示您在水下的时长。激活 **DIVE** 模式后，显示屏上的 **DIVE** 字样下方会出现下划线，并且显示屏左上方会出现一个波浪图标。

激活 **DIVE** 模式时，可以使用 [-] 来访问以下组件：

- 时间：显示当前时间
- 温度：测量当前温度
- 水下时长：您的潜水持续时间

10. 使用 TOOL 模式

当您需要使用常用工具时，可以使用 **TOOL** 模式。激活 **TOOL** 模式时，显示屏上的 **TOOL** 字样将带有下划线。

激活 **TOOL** 模式时，可以使用 [-] 来访问以下组件：

- 倒数计时器
- 秒表
- 警报
- 设置

10.1. 使用秒表

秒表用于测量时间。分辨率为 0.1 秒。

若要使用秒表：

1. 在 **TOOL** 模式下，选择秒表视图。
2. 使用 [Tool] 启动和暂停秒表。
3. 在暂停模式下，按 [Tool] 重置秒表。

注意：当秒表在后台运行时，切换到任何表盘时，下方面板必须显示秒表。秒表在后台运行时，下方面板仍可切换到其他组件。

可能的实际情况：为 100 米短跑计时

您的朋友正为参加赛跑而训练，他想知道自己跑 100 米需要多长时间。在他冲出起跑线的时候您按下秒表。在他到达终点的时候按停秒表。成绩：11.3 秒。还不错！

10.2. 使用倒数计时器

在 **COUNTDOWN** 中，您可以设置倒数计时器，使其从预设时间倒数至零。倒数至零时，会响起警报。默认值是 1 分钟。

若要开始倒数：

1. 切换到 **TOOL** 模式。
2. 选择倒计时视图。
3. 使用 [+] 可启动、停止或重启。
4. 按住 [Back] 按钮可重置计时器。

若要自定义倒数时间：

1. 在倒计时视图中，短按 [-] 可循环浏览可用的倒计时时长，包括自定义选项。按下 [Mode] 进入时间设置。
2. 使用 [+] 和 [-] 调整分钟和秒数，按 [Mode] 进行确认。
3. 确认自定义设置后，短按右上按钮即可开始自定义倒计时。

 **注释** 腕表会记住用户的上次设置。例如，如果用户设置了 6 分 30 秒的自定义时长，下次切换到自定义时，中间面板仍会显示 6 分 30 秒。

可能的实际情况：煮鸡蛋

您正在远足途中。现在是早上。您醒来以后走出帐篷，开始在篝火边做早饭。今天，您希望将鸡蛋煮 8 分钟。您将鸡蛋放到锅里，将倒数计时器设为 8 分钟，然后等待水开。水开以后，您启动倒数计时器。到 8 分钟时，Suunto Core 2 发出警报。太棒了！完美的 8 分钟鸡蛋。

10.3. 设置闹钟

您可以将 Suunto Core 2 用作闹钟。

若要访问闹钟并设置闹铃：

1. 在 **TOOL** 中，选择 **ALARM**。
2. 使用 [-] 来切换闹铃的开关状态。
3. 短按 [Mode]，然后使用 [+] 和 [-] 设置闹钟时间和频率。

可能的实际情况：清早叫醒

您希望明天早上早起。您在睡觉之前将闹铃设在 6:30。闹钟在第二天早上 6:30 将您唤醒。您起了床，开始兴高采烈地准备出行。

11. 更换电池

 **注释** 为了防止起火或灼伤，不要挤压、穿刺使用过的电池或将其弃入火中或水中。请正确回收或丢弃废旧电池。

 **注释** 如果电池仓盖的螺纹损坏，请将仪器送往 Suunto 授权代表处维修。

 **注释** 必须使用适用的 Suunto 原装电池和腕带套件。套件在 Suunto 网店及授权经销商处有售。如果不使用这些套件及更换电池时操作不当，将可能使产品保修失效。

12. 规格

12.1. 技术数据

常规

- 工作温度：0 °C 至 +40 °C / +32 °F 至 +104 °F
- 防水深度：100 米/ 328 英尺/ 10 巴/ 10 ATM
- 矿物玻璃
- 可由用户更换的电池：CR3032

高度计

- 显示范围：-100 米至 10000 米/-328 英尺至 32808 英尺
- 分辨率：1 米/3 英尺

气压计

- 显示范围：920 至 1080 hPa/27.13 至 31.85 inHg
- 分辨率：1 hPa/0.03 inHg

深度计

- 建议的最大深度：2 米/6.6 英尺
- 分辨率：0.1 米

温度计

- 显示范围：-20°C 至 60°C / -4°F 至 140°F
- 分辨率：1°C/1°F

指南针

- 分辨率 1°

12.2. 商标

Suunto Core 2、其徽标及其他 Suunto 品牌商标和名称，均为 Suunto Oy. 的注册和未注册商标。保留所有权利。

12.3. 版权所有

版权所有 © Suunto Oy. 保留所有权利。Suunto、Suunto 产品名称、其徽标及其他 Suunto 品牌商标和名称，均为 Suunto Oy. 的注册和未注册商标。本文档及其内容归 Suunto Oy 所有，仅用于供其客户使用，以便获取与 Suunto 产品操作有关的知识和信息。在事先未取得 Suunto Oy 书面许可的情况下，不得因任何目的使用或分发其内容和/或以其他方式传播、披露或转载其内容。虽然我们已尽全力确保本文档中所含信息的全面性和准确性，但我们并未明示或暗示保证其完全准确。本文档内容可能随时更改，恕不另行通知。本文档的最新版本可访问 www.suunto.com 下载。

12.4. CE

Suunto Oy 特此声明，本产品遵从 2014/30/EU 指令的实质要求和其他相关规定。

12.5. 专利公告

本产品受美国专利申请序列号“11/152,076”及其他国家/地区相关专利或专利申请的保护。更多专利申请正在处理之中。

12.6. 保修

Suunto 保证，在保修期内，Suunto 或 Suunto 授权服务中心（以下简称“服务中心”）有权在本有限保修的条款和条件限制范围内，单方面酌情选择下列方式来免费补救材料或工艺中的瑕疵：a) 维修，或者 b) 更换，或者 c) 退款。除非购买所在国家/地区的当地法律另有规定，否则本有限保修仅在该国家/地区有效和具有强制效力。

保修期限

本国际有限保修期限自原始零售购买之日起计算。

除非另有规定，否则腕表、智能腕表、潜水电脑、心率传送器、潜水传送器、潜水机械仪器和机械精密仪器的保修期限为两 (2) 年。

配件的保修期限为一 (1) 年，包括但不限于 Suunto 胸部心率传输带、表带、充电器、数据线、可充电电池、手链和软管。

对于可归因于 Suunto 潜水电脑深度测量（压力）传感器的故障，保修期为五 (5) 年。

例外和限制

本有限保修不包括：

1. a. 正常磨损，例如非金属腕带颜色和/或材料的刮损、磨损或改变，b) 粗暴操作造成的瑕疵，或 c) 因应用于非设计用途或建议用途、保养不当、疏忽以及掉落或挤压等意外而造成的瑕疵或损坏；
2. 印刷材料和包装；
3. 将本产品与非 Suunto 制造或提供的任何产品、附件、软件和/或服务一起使用而造成的瑕疵或声称的瑕疵；
4. 非可充电电池。

Suunto 未保证本产品或附件的工作将是不间断或不会发生错误的，也未保证本产品或附件将能够与第三方提供的任何硬件或软件兼容使用。

本有限保修在下列情形下不具有强制效力：

1. 非因预期用途而打开本产品；
2. 使用非授权备件维修本产品；由授权服务中心之外的任何人改动或维修本产品；
3. 产品序号已被去除、改动或以任何方式变得无法辨认，且这种情形将由 Suunto 单方面裁量认定；或
4. 产品或附件曾暴露在包括但不限于防晒霜和驱蚊剂的化学物质中。

访问 Suunto 保修服务

您必须提供购买凭据才能获得 Suunto 保修服务。有关如何获取保修服务的说明，请访问 www.suunto.com/warranty、联系您的当地授权 Suunto 零售商，或者致电 Suunto 客服中心。

责任范围

在适用强制法律允许的最大范围内，本有限保修是向您提供的唯一和专用补救方案，将替代所有其他明示或暗示的保修。对于特殊、偶发、惩罚性或继发性的损失，包括但不限于：由于购买或使用本产品而导致的，或者因违反保修条款、违约、疏忽、严格侵权、违反任何法律或平衡原则而造成的预期利益损失、数据丢失、效用损失、资本成本、任何替代设备或设施的成本、第三方索赔以及财产的损坏，即使 Suunto 已获知发生此类损失的可能性，Suunto 亦不承担任何责任。对于提供所述保修服务过程中出现的迟延，Suunto 不承担任何责任。

INDEX

altimeter.....	15
altimeter profile.....	15
altitude difference measurer.....	15
barometer.....	15
barometer profile.....	15
bearing tracking.....	18
COMPASS.....	16, 17
correct readings.....	16
declination value.....	17
getting correct readings.....	16
modes.....	16
profiles.....	15
setting declination value.....	17
storm alarm.....	14
technical data.....	23
using.....	17

using ALTI & BARO mode.....	14, 15
using COMPASS mode.....	16, 17, 18
using profiles.....	15
views.....	16
weather trend indicator.....	14
错误.....	13
错误读数.....	13
读数.....	13
模式.....	14
使用 ALTI & BARO 模式.....	13, 14
使用 COMPASS 模式.....	16
校准.....	16
正确.....	13
正确读数.....	13
指南针.....	16



SUUNTO CUSTOMER SUPPORT

www.suunto.com/support

www.suunto.com/register

Manufacturer:

Suunto Oy
Tammiston Kauppatie 7 A,
FI-01510 Vantaa FINLAND



© Suunto Oy 09/2026

Suunto is a registered trademark of Suunto Oy. All Rights reserved.