


**SUUNTO KAILASH**  
GUIDE D'UTILISATION


1 Sécurité .....	4
2 Pour commencer .....	6
2.1 Régler les paramètres .....	7
2.2 Affichages et vues .....	8
2.3 Domicile .....	9
3 Caractéristiques .....	11
3.1 Journal 7R .....	11
3.2 Réveil .....	12
3.3 Batterie .....	13
3.4 Rétroéclairage .....	14
3.5 Boussole .....	15
3.6 Compte à rebours .....	16
3.7 Couleur d'affichage .....	18
3.8 Contraste d'affichage .....	18
3.9 Chemin de retour .....	18
3.10 Lampe de poche .....	20
3.11 GPS .....	20
3.12 Icônes .....	21
3.13 Compteur de pas .....	23
3.14 Chronomètre .....	23
3.15 Suunto 7R App .....	24
3.15.1 Liaison avec Suunto 7R App .....	24
3.15.2 Bluetooth .....	25
3.15.3 Notifications .....	26
3.16 Synchronisation GPS .....	27
3.17 Heure .....	27
3.17.1 Heure locale .....	28
3.17.2 Heure domicile .....	28

3.17.3	Heure monde .....	29
3.17.4	Vues en mode heure .....	30
3.17.5	Lever/coucher du soleil .....	30
3.17.6	Date .....	31
3.17.7	Heure GPS .....	31
3.17.8	Heure d'été .....	31
3.18	Tonalités et vibration .....	32
3.19	Unités .....	32
3.20	Indicateurs météo .....	32
4	Entretien et assistance .....	35
4.1	Quelques règles de manipulation .....	35
4.2	Étanchéité .....	35
4.3	Pour bénéficier d'une assistance .....	36
5	Référence .....	38
5.1	Caractéristiques techniques .....	38
5.2	Conformité .....	39
5.2.1	CE .....	39
5.2.2	Conformité FCC .....	39
5.2.3	IC .....	39
5.2.4	NOM-121-SCT1-2009 .....	40
5.3	Marque de commerce .....	40
5.4	Avis de brevets .....	40
5.5	Garantie .....	40
5.6	Droit d'auteur .....	43
<b>Index</b>	.....	<b>45</b>


# 1 SÉCURITÉ

## Types de précautions d'utilisation


 **AVERTISSEMENT:** s'utilise en lien avec une procédure ou une situation pouvant entraîner des accidents graves voire mortels.

 **ATTENTION:** s'utilise en lien avec une procédure ou une situation pouvant entraîner des dégâts sur le produit.

 **REMARQUE:** met l'accent sur des informations importantes.

 **CONSEIL:** signale des conseils supplémentaires sur l'utilisation des fonctionnalités et caractéristiques de l'appareil.

## Précautions d'utilisation

 **AVERTISSEMENT:** DES RÉACTIONS ALLERGIQUES OU DES IRRITATIONS CUTANÉES PEUVENT SURVENIR LORSQUE LE PRODUIT EST EN CONTACT AVEC LA PEAU, MALGRÉ LA CONFORMITÉ DE NOS PRODUITS AUX NORMES INDUSTRIELLES. EN CAS D'ÉVÉNEMENT DE CE TYPE, CESSEZ IMMÉDIATEMENT TOUTE UTILISATION ET CONSULTEZ UN MÉDECIN.

 **AVERTISSEMENT:** RÉSERVÉ À UNE UTILISATION DE LOISIR.

**⚠ AVERTISSEMENT:** NE VOUS FIEZ PAS TOTALEMENT AU GPS OU À L'AUTONOMIE DE LA BATTERIE. POUR VOTRE SÉCURITÉ, UTILISEZ TOUJOURS DES CARTES ET AUTRES MATÉRIELS DE SECOURS.

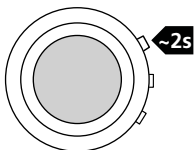
**⚠ ATTENTION:** N'APPLIQUEZ AUCUN PRODUIT INSECTICIDE QUEL QU'IL SOIT SUR LE PRODUIT, AU RISQUE D'EN ENDOMMAGER LA SURFACE.

**⚠ ATTENTION:** NE JETEZ PAS LE PRODUIT AUX ORDURES MÉNAGÈRES. TRAITEZ-LE COMME UN DÉCHET ÉLECTRONIQUE AFIN DE PROTÉGER L'ENVIRONNEMENT.

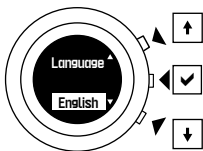
## 2 POUR COMMENCER

La mise en route initiale de votre Suunto Kailash est rapide et simple. L'heure, la date et le lieu sont automatiquement paramétrés si la montre acquiert un signal GPS.

1. Activez la montre en appuyant de façon prolongée sur le bouton 7R jusqu'à ce que l'affichage s'allume.



2. Sélectionnez la langue avec le bouton 7R ou le bouton du bas et confirmez avec le bouton central.



3. Choisissez ensuite les unités et le format d'affichage de l'heure.
4. Attendez que la montre ait acquis les satellites et actualise l'heure, la date et le lieu. Si la montre ne parvient pas à acquérir un signal GPS, poursuivez en paramétrant la date et l'heure manuellement.

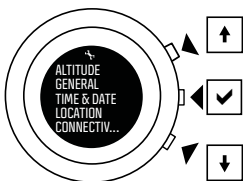
5. Facultatif : liez votre montre avec votre smartphone. Voir *3.15.1 Liaison avec Suunto 7R App*

## 2.1 Régler les paramètres

Vous pouvez régler tous les paramètres de la montre à partir du menu des options.

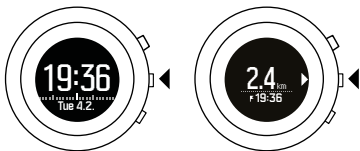
Pour régler un paramètre :

1. Appuyez de façon prolongée sur le bouton central pour accéder au menu des options.
2. Faites défiler les menus vers le haut et vers le bas avec le bouton 7R et le bouton du bas.
3. Pour accéder à un paramètre, appuyez sur le bouton central. Selon le menu, vous devrez peut-être faire défiler les paramètres à l'aide du bouton central.
4. Réglez la valeur du paramètre avec le bouton 7R et le bouton du bas.
5. Confirmez la nouvelle valeur du paramètre en appuyant sur le bouton central.
6. Quittez le menu en appuyant de façon prolongée sur le bouton central.



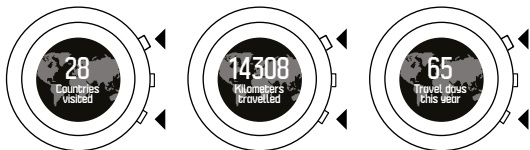
## 2.2 Affichages et vues

Votre Suunto Kailash comporte trois affichages principaux : le calendrier Adventure Timeline™, la navigation et le journal 7R. Pour passer du calendrier à la navigation et vice-versa, appuyez sur le bouton central.



Pour accéder au journal 7R, appuyez sur le bouton 7R tandis que le calendrier est affiché. Appuyez sur le bouton central pour revenir au calendrier.





L'affichage du calendrier présente différentes vues sur la ligne du bas. Vous pouvez les parcourir avec le bouton du bas.



## 2.3 Domicile

Votre Suunto Kailash utilise votre domicile pour les statistiques 7R ainsi que pour pouvoir actualiser l'heure de votre lieu d'habitation. Nous vous recommandons de paramétrer votre domicile dès que vous commencez à utiliser votre montre. Si vous ne paramétrez pas votre domicile, vous n'aurez pas un ensemble complet de statistiques dans votre journal 7R (voir *2.1 Régler les paramètres*).

Pour paramétrer votre domicile :

1. Appuyez de façon prolongée sur le bouton central pour accéder au menu des options.

2. Appuyez sur le bouton du bas pour faire défiler les options jusqu'à **LIEU**, puis sélectionnez cette option avec le bouton central.
3. Appuyez sur le bouton du bas pour faire défiler les options jusqu'à **Définir le domicile**, puis sélectionnez cette option avec le bouton central.



## 3 CARACTÉRISTIQUES

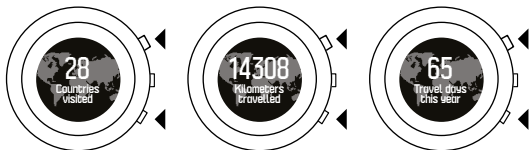
### 3.1 Journal 7R

Appuyez sur le bouton 7R pour consulter vos dernières statistiques d'aventure. La synthèse des statistiques comprend les informations suivantes :

- Villes visitées : 1 000 pas dans la même ville sont nécessaires pour considérer celle-ci comme ayant été visitée.
- Pays visités : 1 000 pas sont nécessaires pour considérer le pays comme ayant été visité.
- Temps total dans la ville actuelle
- Jours de voyage pour l'année\* : seuls les jours complets passés à plus de 75 km (47 miles) de chez vous sont comptés.
- Distance totale parcourue\* : distance totale parcourue, hormis les déplacements à moins de 75 km (47 miles) de votre domicile
- Distance la plus éloignée du domicile\*
- Pas quotidiens moyens : moyenne sur 30 jours calculée en prenant en compte les jours qui dépassent 1 000 pas

\* Nécessite que l'emplacement du domicile soit défini. Voir *2.3 Domicile*.

Parcourez les statistiques à l'aide du bouton 7R ou du bouton du bas.



**REMARQUE:** Votre Suunto Kailash utilise la base de données géographique GeoNames sous licence Creative Commons Attribution 3.0. La base de données de votre Suunto Kailash contient plus de 6 000 lieux peuplés à travers le monde. Les critères de sélection varient d'un pays à l'autre et prennent en considération la taille géographique et la population de chaque pays.

## 3.2 Réveil

Vous pouvez paramétrer une alarme quotidienne. Lorsque vous paramétrez l'alarme, celle-ci apparaît sur l'affichage du calendrier.



Pour paramétrer l'alarme :

1. Appuyez de façon prolongée sur le bouton central pour accéder au menu des options.
2. Appuyez sur le bouton central pour accéder à **Heure et date**.
3. Appuyez sur le bouton central pour accéder au paramétrage de l'alarme.
4. Activez l'alarme et confirmez votre choix.
5. Paramétrez les heures et les minutes, puis confirmez votre choix.
6. Quittez le menu en appuyant de façon prolongée sur le bouton central.

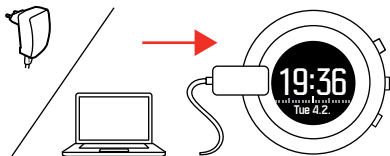
### **3.3 Batterie**

Lorsque le niveau de la batterie atteint 20 %, un message contextuel vous indique que le niveau de charge est bas.

Lorsque le niveau de la batterie chute de façon importante, une notification vous demande de procéder à une mise en charge.

À ce stade, l'icône de la batterie au bas de la vue du calendrier commence à clignoter. Les fonctions de navigation et de connectivité sont automatiquement désactivées jusqu'à ce que la montre soit rechargée.

Rechargez la montre en la raccordant au câble fourni et en branchant le connecteur USB sur un ordinateur ou sur un chargeur mural.



### 3.4 Rétroéclairage

Votre Suunto Kailash possède deux éclairages : un rétroéclairage normal et un rétroéclairage ultra lumineux que vous pouvez utiliser comme une lampe de poche (voir *3.10 Lampe de poche*).

Pour activer le rétroéclairage, appuyez de façon prolongée sur le bouton du bas jusqu'à ce qu'il s'allume.

Le rétroéclairage propose trois modes que vous pouvez choisir dans le menu des options sous **GÉNÉRAL » Affichage » Mode de rétroéclairage**.

- **Nuit** : un appui sur n'importe quel bouton active le rétroéclairage pendant 8 secondes.
- **Normal** (par défaut) : un appui long sur un bouton active le rétroéclairage pendant 8 secondes.
- **Interrupteur** : un appui long sur un bouton active le rétroéclairage, qui va rester allumé jusqu'au prochain appui sur le bouton du bas.
- **Off**.

Vous pouvez également régler le niveau de luminosité du rétroéclairage dans le menu des options sous **GÉNÉRAL » Affichage» Luminosité du rétroéclairage**.

Votre Suunto Kailash comprend par ailleurs un mécanisme à pression permettant d'allumer le rétroéclairage dans n'importe quel affichage. Cette fonction est désactivée par défaut. Vous pouvez l'activer dans le menu des options sous **GÉNÉRAL » Affichage » Pression**.

Lorsqu'elle est activée, vous pouvez allumer le rétroéclairage en exerçant une pression ferme sur la face avant de la montre.

### **3.5 Boussole**

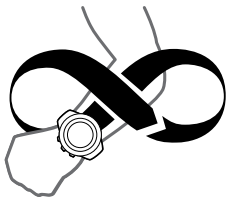
Votre Suunto Kailash comprend une boussole numérique que vous pouvez utiliser pour vous orienter sur terre ou en mer. La boussole est pourvue d'une compensation d'inclinaison. L'aiguille pointe donc vers le nord même si vous ne tenez pas votre montre de niveau.

La vue de la boussole est désactivée par défaut. Vous pouvez activer la vue de la boussole dans le menu des options sous **LIEU » Boussole**.

Lorsque cette vue est activée, vous pouvez accéder à la boussole depuis la vue de la navigation en appuyant une fois ou deux sur le bouton du bas selon le nombre de POI que vous avez sauvegardés.



Étalonner la boussole permet de garantir son exactitude. Vous devez étalonner la boussole lorsque vous l'utilisez pour la première fois ou après une mise à jour logicielle. Pour étalonner la boussole, bougez votre bras en décrivant un 8.



Vous pouvez réétalonner la boussole à tout moment lorsque la montre est en mode navigation en appuyant de façon prolongée sur le bouton du bas.

### 3.6 Compte à rebours

Vous pouvez activer le compte à rebours dans le menu des options sous **HEURE ET DATE** » **Cpte rebrs**. Dès que vous avez paramétré la



durée du compte à rebours, la montre affiche le temps programmé et une barre de compte à rebours.



Pour activer le compte à rebours :

1. Appuyez de façon prolongée sur le bouton central pour accéder au menu des options.
2. Appuyez sur le bouton central pour accéder à **HEURE ET DATE**.
3. Faites défiler les options jusqu'à **Cpte rebrs** et appuyez sur le bouton central.
4. Paramétrez les heures et les minutes, puis confirmez votre choix.
5. Quittez le menu en appuyant de façon prolongée sur le bouton central.

Démarrez et arrêtez le minuteur en appuyant sur le bouton 7R. Tant que le minuteur fonctionne, vous pouvez passer à la minute suivante (mettre les secondes à zéro) en appuyant sur le bouton du bas.

Vous pouvez remettre le minuteur à zéro en appuyant de façon prolongée sur le bouton 7R.

Lorsque le temps est expiré, vous pouvez revenir à l'affichage de l'heure principale en appuyant sur le bouton du bas.

## 3.7 Couleur d'affichage

Par défaut, l'affichage présente un fond sombre. Vous pouvez inverser les couleurs d'affichage pour obtenir un fond clair. Pour ce faire, allez dans le menu des options sous **GÉNÉRAL » Affichage » Inverser l'affichage**.

## 3.8 Contraste d'affichage

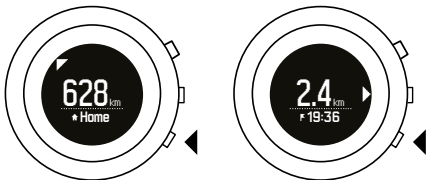
Le contraste d'affichage par défaut est de 50 %. Vous pouvez régler cette valeur entre 0 et 100 % sous **GÉNÉRAL » Affichage » Contraste d'affichage**.

## 3.9 Chemin de retour

Un appui sur le bouton central vous permet de passer à la vue de la navigation avec la fonction Chemin de retour. La fonction Chemin de retour vous donne la direction à suivre et la distance qui vous sépare d'un point d'intérêt donné ou de votre domicile.

La fonction Chemin de retour utilise à la fois le GPS et la boussole numérique. Si vous n'avez pas encore utilisé la boussole, vous devrez l'étalonner pour que la vue de la navigation apparaisse.

Vous pouvez naviguer vers votre domicile (si vous avez paramétré son emplacement, voir *2.3 Domicile*) ou vers un point d'intérêt que vous définissez en fonction de votre emplacement actuel.



Appuyez sur le bouton du bas pour changer de point d'intérêt ou pour voir la boussole.

### **Point d'intérêt (POI)**

Votre Suunto Kailash peut mémoriser deux points d'intérêt (POI). L'un est l'emplacement de votre domicile et l'autre est un POI que vous pouvez sauvegarder à tout moment en utilisant votre emplacement actuel.

Pour sauvegarder un POI, par exemple un hôtel dans une ville que vous visitez pour la première fois :

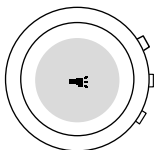
1. Appuyez sur le bouton central pour passer à l'affichage de la navigation.
2. Lorsque vous vous trouvez à l'endroit que vous voulez repérer comme POI, appuyez sur le bouton 7R.
3. Attendez que la montre ait acquis un signal GPS et confirme que l'emplacement est sauvegardé.

L'heure à laquelle vous avez sauvegardé le POI apparaît à côté de l'icône du POI sur l'affichage de la navigation.

## 3.10 Lampe de poche

Outre le rétroéclairage normal, votre Suunto Kailash dispose d'un rétroéclairage ultra lumineux que vous pourrez utiliser comme une lampe de poche.

Pour activer la lampe de poche, maintenez le bouton du bas enfoncé pendant quelques secondes, jusqu'à ce que la luminosité augmente et que l'icône de la lampe de poche apparaisse.



La lampe de poche reste allumée pendant environ 4 minutes. Pour l'éteindre, appuyez à nouveau sur le bouton du bas.

## 3.11 GPS

Suunto Kailash utilise le système de navigation par satellite GPS.

Le GPS est activé par défaut et sert à de nombreuses fonctions importantes de Suunto Kailash telles que l'actualisation de l'heure et de la position ainsi que le journal 7R. Cependant, vous pouvez au besoin désactiver le GPS dans le menu des options sous **LIEU » GPS**.

La réception du signal GPS peut varier nettement en fonction de l'endroit où vous vous trouvez dans le monde et en fonction de votre environnement immédiat.




Vous obtiendrez un signal optimal dans une zone dégagée ayant une ligne de vision directe sur le ciel.

















Les bâtiments, la végétation dense ou un temps couvert peuvent au contraire réduire la qualité de réception du signal GPS. Le signal émis par les satellites en orbite est faible ; il ne peut donc pas passer au travers de constructions en dur ni pénétrer dans l'eau. Par conséquent, lorsque vous êtes chez vous, au bureau ou dans un autre bâtiment, la réception GPS sur votre montre ne fonctionne pas en général.



### 3.12 Icônes

Votre Suunto Kailash emploie les icônes suivantes :

icône	Description
	Alarme quotidienne
	Niveau de charge de la batterie
	Activité Bluetooth

Icône	Description
	Verrouillage des boutons
	Indicateurs d'appui sur les boutons
	Descendre/diminuer
	Lampe de poche
	Force du signal GPS
	Appel entrant
	Message/notification
	Appel manqué
	Suivant/confirmer
	Mis en pause/arrêté
	Point d'intérêt
	Paramètres
	Alarme orage
	Lever du soleil
	Coucher du soleil
	Monter/augmenter


### 3.13 Compteur de pas

Le compteur de pas est disponible sous forme visuelle dans l'affichage de l'heure principale. Il vous indique le nombre de pas que vous avez effectués jusqu'à maintenant dans la journée.

Vous pouvez activer ou désactiver la vue du compteur de pas dans le menu des options sous **GÉNÉRAL** » **Vues** » **Étapes**.

En outre, votre Suunto Kailash calcule vos pas quotidiens moyens au cours des 30 derniers jours et affiche la moyenne dans votre journal 7R (voir *3.1 Journal 7R*).

Le calcul prend uniquement en compte les jours où vous avez effectué plus de 1 000 pas.

 **REMARQUE:** *Le comptage des pas repose sur vos déplacements mesurés par les capteurs de la montre. Les valeurs fournies sont des estimations ; elles ne sont pas destinées à accompagner un traitement médical d'aucune sorte. Elles sont là pour vous aider à mener une vie saine et active.*

### 3.14 Chronomètre

Vous pouvez activer le chronomètre dans le menu des options sous **HEURE ET DATE** » **CHRONOM..** Lorsque le chronomètre est activé, le minuteur apparaît.



Démarrez et arrêtez le minuteur en appuyant sur le bouton 7R. Vous pouvez remettre le minuteur à zéro en appuyant de façon prolongée sur le bouton 7R.

Lorsque le temps est expiré, vous pouvez revenir à l'affichage de l'heure principale en appuyant sur le bouton du bas.

## 3.15 Suunto 7R App

Liez votre Suunto Kailash avec l'application Suunto 7R App pour recevoir des notifications sur votre montre, personnaliser les réglages de votre montre ou encore partager vos aventures.

### 3.15.1 Liaison avec Suunto 7R App

Si vous n'avez pas lié votre montre avec l'application Suunto 7R App, l'appareil va vous inviter à le faire lorsque vous accéderez pour la première fois aux paramètres **CONNECTIVITÉ**.

Pour lier la montre et l'application :

1. Téléchargez et installez l'application Suunto 7R App sur votre appareil compatible Apple depuis l'App Store iTunes.



2. Lancez l'application et activez la connexion Bluetooth si ce n'est pas déjà fait. Laissez l'application s'exécuter au premier plan sur votre appareil mobile.
3. Sur votre montre, maintenez le bouton central enfoncé pour accéder au menu des options.
4. Appuyez sur le bouton du bas pour faire défiler les options jusqu'à **CONNECTIVITÉ**, puis sélectionnez cette option avec le bouton central.
5. Sélectionnez **Oui** en réponse à la question **Lier MobileApp?**.
6. Saisissez le code qui s'affiche sur votre montre dans le champ de demande de liaison qui se trouve sur votre appareil mobile et appuyez sur **Lier**.

### 3.15.2 Bluetooth

La connexion Bluetooth est activée par défaut sur votre Suunto Kailash. Elle s'enclenche automatiquement pour l'envoi et la réception d'informations échangées avec votre appareil mobile si vous avez lié votre montre avec l'application Suunto 7R App.

Toutefois, si vous n'utilisez pas l'application ou si vous ne voulez pas que la connexion Bluetooth soit activée, vous pouvez la désactiver. Notez que la connexion Bluetooth n'est visible que si votre téléphone et votre montre sont déjà liés.

Pour activer ou désactiver la connexion Bluetooth :

1. Appuyez de façon prolongée sur le bouton central pour accéder au menu des options.

2. Appuyez sur le bouton du bas pour faire défiler les options jusqu'à **CONNECTIVITÉ**, puis sélectionnez cette option avec le bouton central.
3. Appuyez sur le bouton du bas pour faire défiler les options jusqu'à **Bluetooth**, puis sélectionnez cette option avec le bouton central.
4. Activez ou désactivez la fonction avec le bouton 7R ou le bouton du bas et confirmez votre choix avec le bouton central.
5. Appuyez de façon prolongée sur le bouton central pour quitter.

### 3.15.3 Notifications

Si vous avez lié votre Suunto Kailash avec l'application Suunto 7R App, vous pourrez recevoir des notifications d'appels et de messages ainsi que des notifications en mode « push » sur votre montre.



Les notifications disparaissent automatiquement dès que vous les avez visualisées sur votre smartphone.

Pour activer ou désactiver les notifications :

1. Appuyez de façon prolongée sur le bouton central pour accéder au menu des options.
2. Appuyez sur le bouton du bas pour faire défiler les options jusqu'à **CONNECTIVITÉ**, puis sélectionnez cette option avec le bouton central.
3. Appuyez sur le bouton du bas pour faire défiler les options jusqu'à **Notifications**, puis sélectionnez cette option avec le bouton central.
4. Activez ou désactivez la fonction avec le bouton 7R ou le bouton du bas et confirmez votre choix avec le bouton central.
5. Appuyez de façon prolongée sur le bouton central pour quitter.

### 3.16 Synchronisation GPS

À tout moment, vous pouvez synchroniser manuellement votre Suunto Kailash avec le GPS. Ceci va actualiser l'heure et l'altitude en fonction de l'endroit où vous vous trouvez actuellement.

Pour lancer la synchronisation, appuyez de façon prolongée sur le bouton 7R.

### 3.17 Heure

Vous pouvez utiliser votre Suunto Kailash pour garder la trace de trois heures différentes : heure locale, heure domicile et heure monde.

L'heure locale est celle de l'endroit où vous vous trouvez actuellement. Voir *3.17.1 Heure locale*.

L'heure domicile est l'heure de votre résidence principale que vous pouvez définir avec le paramétrage du domicile. Voir *3.17.2 Heure domicile*.

L'heure monde est celle d'un lieu de votre choix, comme un deuxième bureau ou votre lieu de vacances favori. Voir *3.17.3 Heure monde*.

### **3.17.1 Heure locale**

L'heure locale ou principale est celle de l'endroit où vous vous trouvez actuellement. Elle se règle automatiquement et s'actualise en continu tant que l'heure GPS et le passage à l'heure d'été sont activés. Si vous paramétrez l'heure locale manuellement, elle n'en sera pas moins actualisée automatiquement, sauf si vous désactivez l'heure GPS (voir *3.17.7 Heure GPS*).

Vous pouvez paramétrer manuellement l'heure locale dans le menu des options sous **HEURE ET DATE** » **Heure et date**.

### **3.17.2 Heure domicile**

L'heure domicile est une deuxième heure en option dont vous pouvez garder la trace après avoir paramétré l'emplacement de votre domicile (voir *2.3 Domicile*). L'heure domicile est actualisée en fonction de l'heure GPS et de l'heure d'été.

L'heure domicile apparaît dans l'affichage du calendrier lorsque l'heure à votre domicile est différente de votre heure principale, quand vous voyagez par exemple. Appuyez sur le bouton du bas pour changer de vue et consulter l'heure à votre domicile.



### 3.17.3 Heure monde

L'heure monde est un paramétrage facultatif que vous pourrez utiliser par exemple pour garder la trace de l'heure d'un bureau à l'étranger. Il peut s'agir de l'heure de n'importe quelle grande ville dans le monde.

Pour régler l'heure monde :

1. Appuyez de façon prolongée sur le bouton central pour accéder au menu des options.
2. Appuyez sur le bouton du bas pour faire défiler les options jusqu'à **HEURE ET DATE**, puis sélectionnez cette option avec le bouton central.
3. Appuyez sur le bouton du bas pour faire défiler les options jusqu'à **Heure monde**, puis sélectionnez cette option avec le bouton central.
4. Réglez **Heure monde** sur **On** avec le bouton 7R.
5. Faites défiler la liste des continents avec le bouton du bas et sélectionnez un **Continent** avec le bouton central.
6. Répétez l'opération pour la liste **Pays** puis **Ville**.



### 3.17.4 Vues en mode heure

Des informations supplémentaires s'affichent dans les vues au bas de l'affichage de l'heure principale. Faites défiler les vues en boucle en appuyant sur le bouton du bas. Les vues par défaut sont la batterie, l'altitude, les heures de lever/coucher du soleil, le compteur de pas, les secondes et la date.



La plupart de ces vues sont facultatives ; vous pouvez les désactiver si vous le souhaitez dans le menu des options sous **GÉNÉRAL » Vues**.

### 3.17.5 Lever/coucher du soleil

Les heures de lever et de coucher du soleil sont basées sur votre position actuelle. Ces heures sont disponibles sous forme visuelle dans l'affichage du calendrier et vous pouvez activer ou désactiver cette fonction dans le menu des options sous **GÉNÉRAL » Vues**.

### 3.17.6 Date

La date qui apparaît dans l'affichage du calendrier est basée sur votre position actuelle. Vous pouvez activer ou désactiver cette vue sous **GÉNÉRAL** » **Vues**.

La date s'actualise automatiquement si vous utilisez l'heure GPS. Vous pouvez changer manuellement la date dans le menu des options sous **HEURE ET DATE** » **Heure et date**.

### 3.17.7 Heure GPS

Vous pouvez utiliser l'heure du GPS pour actualiser l'heure ou les heures de votre montre. Si vous voyagez vers un nouveau fuseau horaire, la montre vérifie et actualise automatiquement l'heure ou les heures en conséquence.

L'heure GPS est activée par défaut. Vous pouvez la désactiver dans le menu des options sous **HEURE ET DATE** » **Heure et date**.

### 3.17.8 Heure d'été

Si vous utilisez l'heure du GPS (voir *3.17.7 Heure GPS*), vous pouvez également passer automatiquement à l'heure d'été ou à l'heure d'hiver. La fonction de passage à l'heure d'été propose trois options :

- **Automatique** – passage automatique à l'heure d'été en fonction de la position GPS
- **Heure d'hiver** – toujours utiliser l'heure d'hiver (pas de passage à l'heure d'été)
- **Heure d'été** – toujours utiliser l'heure d'été

Vous pouvez régler le passage à l'heure d'été sous **HEURE ET DATE** » **Heure et date**. Notez que le réglage n'est visible que si vous utilisez l'heure du GPS.

### 3.18 Tonalités et vibration

Les tonalités et la vibration d'alerte servent à signaler les notifications, alarmes et autres événements importants. Vous pouvez les régler séparément dans le menu des options sous **GÉNÉRAL** » **Sons et vibra**.

Pour chaque type d'alerte, les options suivantes vous sont proposées :

- **Tout activé** : tous les événements déclenchent des tonalités ou une vibration
- **Tout désactivé** : aucun événement ne déclenche de tonalités ni de vibration
- **Bips désactivés** : tous les événements autres que l'appui sur un bouton déclenchent des tonalités ou une vibration

### 3.19 Unités

Les unités s'affichent dans le système métrique ou impérial. Vous pouvez changer de système d'unités dans le menu des options sous **GÉNÉRAL** » **Formats** » **Système d'unités**.

### 3.20 Indicateurs météo




Votre Suunto Kailash possède deux indicateurs météo : tendance météo et alarme orage.



L'indicateur de tendance météo apparaît sous forme visuelle dans l'affichage de l'heure et vous procure un moyen rapide de vérifier les changements de temps.



L'indicateur de tendance météo est constitué de deux lignes formant une flèche. Chaque ligne représente une période de 3 heures. Un changement de pression atmosphérique supérieur à 2 hPa (0,59 inHg) sur trois heures déclenche un changement de direction de la flèche. Par exemple :

-  forte chute de pression au cours des six dernières heures
-  pression stable auparavant, mais s'élevant fortement au cours des trois dernières heures
-  pression s'élevant fortement auparavant, mais chutant fortement au cours des trois dernières heures

## Alarme orage

Une chute importante de la pression atmosphérique signifie en général qu'un orage arrive et que vous devez vous mettre à couvert. Lorsque l'alarme orage est active, votre Suunto Kailash émet une alarme sonore et le symbole de l'orage clignote lorsque la pression chute de 4 hPa (0,12 inHg) ou plus sur une période de 3 heures.

Lorsqu'une alarme orage retentit, un appui sur n'importe quel bouton coupe l'alarme. Si vous n'appuyez sur aucun bouton, l'alarme se répète au bout de cinq minutes. Le symbole de l'orage reste affiché jusqu'à ce que les conditions météorologiques se stabilisent (ralentissement de la chute de pression).

## 4 ENTRETIEN ET ASSISTANCE

### 4.1 Quelques règles de manipulation


Manipulez l'appareil avec soin – ne le heurtez pas et ne le faites pas tomber.

En temps normal, la montre ne nécessite aucun entretien. Rincez-la régulièrement à l'eau claire avec un peu de savon doux et nettoyez délicatement le boîtier avec un chiffon doux humide ou une peau de chamois.

Utilisez uniquement des accessoires d'origine Suunto. Les dégâts imputables à des accessoires d'autres marques ne sont pas couverts par la garantie.

### 4.2 Étanchéité

Votre Suunto Kailash est étanche à 100 mètres (330 pieds). La valeur en mètres désigne une profondeur de plongée réelle et a été contrôlée à la pression d'eau utilisée pendant les tests d'étanchéité Suunto. Cela signifie que vous pouvez utiliser votre montre pour la natation, mais que vous ne pouvez pas l'utiliser pour la plongée.

 **REMARQUE:** *L'étanchéité n'est pas équivalente à la profondeur d'utilisation. L'indication d'étanchéité se rapporte à l'étanchéité air/eau statique qui permet de résister à une douche, à un bain ou à la pratique de la natation, de la plongée en piscine et de la plongée avec masque et tuba.*

Pour conserver cette étanchéité, il est recommandé :

- de ne jamais utiliser l'appareil autrement que pour son utilisation prévue ;
- de s'adresser à un service, un distributeur ou un détaillant agréés Suunto pour toute réparation ;
- de maintenir l'appareil propre et à l'abri du sable ;
- de ne jamais essayer d'ouvrir le boîtier ;
- d'éviter d'exposer l'appareil à des changements rapides de température d'air ou d'eau ;
- de toujours nettoyer l'appareil à l'eau douce s'il a été exposé à de l'eau de mer ;
- de ne jamais heurter ou faire tomber l'appareil.

### **4.3 Pour bénéficier d'une assistance**

Pour bénéficier d'une assistance supplémentaire, rendez-vous sur [www.suunto.com/support](http://www.suunto.com/support). Vous y trouverez un large choix de documents d'aide, notamment des questions et réponses et des vidéos explicatives. Vous pourrez également envoyer vos questions directement à Suunto ou vous adresser par e-mail ou par téléphone aux spécialistes du SAV Suunto.

La chaîne YouTube de Suunto vous propose également de nombreuses vidéos pratiques à l'adresse suivante : [www.youtube.com/user/MovesCountbySuunto](http://www.youtube.com/user/MovesCountbySuunto).

Nous vous recommandons d'enregistrer votre produit pour bénéficier d'une assistance personnalisée optimale auprès de Suunto.

Pour bénéficier de l'assistance de Suunto :

1. Inscrivez-vous sur [www.suunto.com/support/MySuunto](http://www.suunto.com/support/MySuunto). Si c'est déjà fait, connectez-vous et ajoutez votre Suunto Kailash dans **My Products** (mes produits).
2. Rendez-vous sur [Suunto.com](http://Suunto.com) ([www.suunto.com/support](http://www.suunto.com/support)) pour voir si votre question a déjà été posée ou si elle a déjà reçu une réponse.
3. Allez à **CONTACTER SUUNTO** pour poser une question ou appelez-nous à l'un des numéros figurant dans la liste.

Vous pouvez également nous envoyer un e-mail à l'adresse suivante : [support@suunto.com](mailto:support@suunto.com). Merci de préciser le nom et le numéro de série du produit et de fournir une description détaillée du problème.

L'équipe d'assistance clientèle qualifiée de Suunto vous aidera et, si nécessaire, dépannera votre produit au cours de l'appel.

## 5 RÉFÉRENCE

### 5.1 Caractéristiques techniques

#### Caractéristiques générales

- température de fonctionnement : -20 à +60 °C / -5 à +140 °F
- température de mise en charge de la batterie : 0 à +35 °C / +32 à +95 °F
- température de stockage : -30 à +60 °C / -22 à +140 °F
- poids : 71 g
- étanchéité : 100 m (328 pieds) selon la norme EN13319
- verre : cristal de saphir
- couronne : titane Gr5 (qualité aéronautique)
- alimentation : batterie lithium-ion rechargeable
- Autonomie de la batterie : environ 4 à 10 jours, selon les conditions

#### Récepteur radio

- compatible Bluetooth® Smart
- fréquence de communication : 2,4 GHz
- portée : environ 3 m (9,8 pieds)

#### Altimètre

- plage d'affichage : -500 à 9 999 m (-1 640 à 32 805 pieds)
- résolution : 1 m (3 pieds)

#### Boussole

- résolution : 1 degré (18 millièmes)

#### GPS

- technologie : SiRF star V
- résolution : 1 m (3 pieds)

## **5.2 Conformité**

### **5.2.1 CE**

Suunto Oy déclare par la présente que ce produit est conforme aux exigences essentielles et aux autres dispositions pertinentes de la directive 1999/5/CE.

### **5.2.2 Conformité FCC**

Cet appareil est conforme à la Partie 15 des règles de la FCC. Son utilisation est soumise aux deux conditions suivantes :

- (1) cet appareil ne doit pas causer d'interférences dangereuses,
- (2) cet appareil doit accepter toute interférence reçue, y compris les interférences pouvant entraîner un fonctionnement non désiré. La conformité de ce produit aux normes de la FCC a été testée et ce produit est destiné à être utilisé à la maison ou au bureau.

Les changements ou modifications non expressément approuvés par Suunto peuvent annuler votre droit d'utiliser cet appareil dans le cadre de la réglementation de la FCC.

### **5.2.3 IC**

Cet appareil est conforme aux normes RSS hors licence d'Industrie Canada. Son utilisation est soumise aux deux conditions suivantes :

- (1) cet appareil ne doit pas causer d'interférences,

(2) cet appareil doit accepter toute interférence, y compris les interférences pouvant entraîner un fonctionnement non désiré de l'appareil.

#### **5.2.4 NOM-121-SCT1-2009**

The operation of this equipment is subject to the following two conditions: (1) it is possible that this equipment or device may not cause harmful interference, and (2) this equipment or device must accept any interference, including interference that may cause undesired operation of the equipment or device.

### **5.3 Marque de commerce**

Suunto Kailash, ses logos et les autres marques et noms de commerce de la marque Suunto sont des marques de commerce déposées ou non déposées de Suunto Oy. Tous droits réservés.

### **5.4 Avis de brevets**

Ce produit est protégé par les brevets en instance suivants, ainsi que par les législations nationales correspondantes : FI 20155573, US 7,271,774, US 13/794,468, US 14/195,670.

Des demandes de brevets supplémentaires ont été déposées.

### **5.5 Garantie**

Pendant la période de garantie, Suunto ou un centre de service après-vente agréé Suunto (appelé ci-après centre de service) s'engage à sa seule discrétion à remédier sans frais aux défauts de matière ou de fabrication, soit a) en réparant, soit b) en remplaçant ou encore c) en remboursant le produit, conformément aux



conditions générales de la présente garantie limitée. La présente garantie limitée est valide et exécutoire uniquement dans le pays d'achat du produit, sauf dispositions contraires de la législation locale.

## **Période de garantie**

La période de garantie prend effet à la date de l'achat initial au détail. La période de garantie est de deux (2) ans pour les produits, sauf indication contraire.

La période de garantie est d'un (1) an pour les accessoires, notamment et de manière non limitative, les capteurs et transmetteurs sans fil, chargeurs, câbles, batteries rechargeables, sangles, bracelets et tuyaux.

## **Exclusions et limitations**

La présente garantie limitée ne couvre pas :

1. a) l'usure normale telle que les rayures, l'abrasion, la décoloration ou la déformation du matériau des bracelets non métalliques, b) les défauts résultant d'une manipulation brutale ou c) les défauts ou dommages résultant d'une utilisation contraire à celle prévue ou recommandée, un entretien inapproprié, une négligence et les accidents comme les chutes ou l'écrasement ;
2. les documents imprimés et l'emballage ;
3. les défauts ou prétendus défauts consécutifs à l'utilisation avec tout autre produit, accessoire, logiciel ou service non fabriqué ou fourni par Suunto ;
4. les piles non rechargeables.

Suunto ne garantit pas que le fonctionnement du produit ou de l'accessoire sera exempt d'erreur ou d'interruption, ni que le produit ou l'accessoire fonctionnera avec des logiciels ou des matériels fournis par un tiers.

La présente garantie limitée n'est pas exécutoire si le produit ou l'accessoire :

1. a été ouvert hors de l'utilisation prévue ;
2. a été réparé avec des pièces de rechange non autorisées ;  
modifié ou réparé par un centre de service non autorisé ;
3. a vu son numéro de série supprimé, altéré ou rendu illisible de quelque manière que ce soit, ceci étant laissé à la seule appréciation de Suunto ;
4. a été exposé à des produits chimiques, y compris et de manière non limitative les crèmes solaires et anti-moustiques.

## **Accès au service de garantie Suunto**

Vous devez fournir la preuve d'achat du produit pour accéder au service de garantie Suunto. Pour savoir comment bénéficier du service de garantie, rendez-vous sur [www.suunto.com/warranty](http://www.suunto.com/warranty), adressez-vous à votre revendeur Suunto local agréé ou appelez le Centre de contact Suunto.

## **Limitation de responsabilité**

Dans les limites autorisées par la législation applicable, la présente garantie limitée constitue votre seul et exclusif recours et remplace toute autre garantie, expresse ou implicite. Suunto ne saurait être tenue responsable des dommages spéciaux, indirects, exemplaires ou accessoires, y compris et de manière non limitative la perte de

bénéfices anticipés, la perte de données, la perte d'utilisation, le coût du capital, le coût de tout équipement ou moyen de substitution, les plaintes déposées par des tiers, les dommages matériels résultant de l'achat ou de l'utilisation du produit ou découlant du non-respect de la garantie, du non-respect du contrat, d'une négligence, d'un tort strict ou de toute théorie légale ou équitable, même si Suunto avait connaissance de l'éventualité de tels dommages. Suunto ne saurait être tenue responsable des retards liés à l'exécution du service de garantie.

## **5.6 Droit d'auteur**

Copyright © Suunto Oy. Tous droits réservés. Suunto, les noms des produits Suunto, leurs logos et autres marques et noms de commerce de la marque Suunto sont des marques de commerce déposées ou non déposées de Suunto Oy. Ce document et son contenu sont la propriété de Suunto Oy et sont destinés exclusivement à permettre aux clients d'obtenir le savoir et les renseignements nécessaires à l'utilisation des produits Suunto. Son contenu ne saurait en aucun cas être utilisé ou diffusé à d'autres fins ni communiqué, divulgué ou reproduit sans l'accord préalable écrit de Suunto Oy. Bien que nous ayons pris grand soin de vérifier que les renseignements contenus dans ce document sont à la fois complets et exacts, aucune garantie expresse ou implicite d'exactitude n'est donnée. Le contenu de ce document est susceptible d'être modifié à tout moment sans préavis. La dernière version de cette documentation peut être téléchargée sur [www.suunto.com](http://www.suunto.com).



# INDEX

## A

affichage, 18  
    inversion, 18  
affichages, 8  
assistance, 36

## B

batterie, 13  
Bluetooth, 25  
Boussole, 15

## C

chronomètre, 23  
compteur de pas, 23  
connectivité, 25, 26  
Connectivité, 24  
contraste, 18

## D

Date, 31  
domicile, 9

## E

emplacement, 20

## É

Étalonner la boussole, 15

## G

GPS, 18, 20  
    synchronisation, 27

## H

heure, 27, 28  
    Heure GPS, 31  
    heure locale, 28  
    heure monde, 29  
    lever/coucher du soleil, 30  
    Passage à l'heure d'été, 31  
    vues, 30  
Heure d'été, 31  
heure domicile, 28  
Heure GPS, 31  
heure locale, 28  
    heure monde, heure  
    domicile, 27  
heure monde, 29

## I

icônes, 21

## J

journal, 11

## L

lampe de poche, 14, 20  
lever/coucher du soleil, 30  
Liaison , 24

## **M**

météo  
    alarme orage, 32  
    tendance météo, 32

Minuteur, 16

mise en charge de la batterie,  
13

Mise en route, 6

## **N**

notifications, 26

## **P**

paramètres, 7

Point d'intérêt, 18

## **R**

rétroéclairage, 14

réveil, 12

## **S**

Sécurité, 4

Statistiques 7R, 11

Suunto 7R App, 24

## **T**

tonalités, 32

## **U**

Unités, 32

## **V**

vibration, 32

vues, 8



## SUUNTO CUSTOMER SUPPORT

1. [www.suunto.com/support](http://www.suunto.com/support)  
[www.suunto.com/mysuunto](http://www.suunto.com/mysuunto)
2. AUSTRALIA +61 1800 240 498  
AUSTRIA +43 720 883 104  
CANADA +1 800 267 7506  
CHINA +86 010 84054725  
FINLAND +358 9 4245 0127  
FRANCE +33 4 81 68 09 26  
GERMANY +49 89 3803 8778  
ITALY +39 02 9475 1965  
JAPAN +81 3 4520 9417  
NETHERLANDS +31 1 0713 7269  
NEW ZEALAND +64 9887 5223  
RUSSIA +7 499 918 7148  
SPAIN +34 91 11 43 175  
SWEDEN +46 8 5250 0730  
SWITZERLAND +41 44 580 9988  
UK +44 20 3608 0534  
USA +1 855 258 0900