SUUNTO SPARK

PODRĘCZNIK UŻYTKOWNIKA

2026-04-03

1. Przeznaczenie.... 4

2. Bezpieczeństwo.... 5

3. Wprowadzenie.... 7
3.1. Przyciski.... 7
3.2. Mikrofon.... 7
3.3. Łączność Bluetooth.... 7
3.4. Parowanie.... 8
3.5. Aplikacja Suunto.... 9
3.6. Noszenie słuchawek.... 9

4. Funkcje.... 10
4.1. Sterowanie przez ruchy głową.... 10
4.2. Tryb dźwięku.... 10
4.3. Informacje głosowe.... 11
4.4. Połączenie z dwoma urządzeniami.... 12

5. Ustawienia.... 13
5.1. Informacje o urządzeniu.... 13
5.2. Aktualizacje oprogramowania.... 13
5.3. Resetowanie słuchawek.... 13

6. Konserwacja i pomoc techniczna.... 14
6.1. Wskazówki dotyczące obsługi.... 14
6.2. Bateria i ładowanie.... 14
6.3. Utylizacja.... 15

7. Odniesienie.... 16
7.1. Zgodność.... 16
7.2. Znak CE.... 16

1. Przeznaczenie

Słuchawki Suunto Spark to bezprzewodowe słuchawki z obsługą Bluetooth®, zaprojektowane i wyprodukowane do zastosowań w terenie. Korzystając z Suunto Spark, możesz bezpiecznie i wygodnie słuchać muzyki oraz wykonywać połączenia telefoniczne podczas ćwiczeń.

Nie używaj tego produktu w sytuacjach wymagających szczególnej lub pełnej uwagi. Produkt jest przeznaczony wyłącznie do użytku rekreacyjnego.

2. Bezpieczeństwo

Rodzaje środków ostrożności

OSTRZEŻENIE: *- stosowany przy opisie procedury lub sytuacji, która może spowodować poważne obrażenia ciała lub śmierć.*

PRZESTROGA: *- stosowany przy opisie procedury lub sytuacji, która spowoduje uszkodzenie produktu.*

UWAGA: *- służy do podkreślenia ważnej informacji.*

PORADA: *- służy do zapewnienia dodatkowych wskazówek dotyczących korzystania z możliwości i funkcji urządzenia.*

Środki ostrożności

OSTRZEŻENIE: *Nie zbliżaj urządzenia do urządzeń medycznych, takich jak rozruszniki serca, ani do kart służących do otwierania drzwi, kart kredytowych bądź podobnych przedmiotów. Urządzenie jest wyposażone w silny magnes, który może zakłócać działanie urządzeń medycznych lub innych urządzeń elektronicznych, a także przedmiotów zawierających magnetycznie zapisane dane.*

OSTRZEŻENIE: *Mogą wystąpić reakcje alergiczne lub podrażnienia skóry, gdy produkt wejdzie w kontakt ze skórą, nawet jeśli produkt jest zgodny ze standardami branżowymi. W takim przypadku należy natychmiast zaprzestać użytkowania produktu i zgłosić się do lekarza.*

OSTRZEŻENIE: *Przed rozpoczęciem programu treningowego zawsze zasięgnij porady lekarza. Nadmierny wysiłek może być przyczyną poważnych obrażeń.*

OSTRZEŻENIE: *Produkty i usługi Suunto są przeznaczone wyłącznie do użytku rekreacyjnego, a nie do celów medycznych.*

OSTRZEŻENIE: *Noszenie słuchawek może wpłynąć na Twoją zdolność odbierania dźwięków z otoczenia. Używaj słuchawek odpowiedzialnie i traktuj bezpieczeństwo priorytetowo.*

OSTRZEŻENIE: *Przed ładowaniem upewnij się, że w gnieździe ładowania słuchawek nie ma żadnych cieczy. Ciecz w gnieździe ładowania doprowadzi do uszkodzenia obwodu słuchawek.*

OSTRZEŻENIE: *Nie używaj tego produktu podczas burz. Burze mogą powodować niepoprawne działanie urządzenia i zwiększają ryzyko porażenia prądem.*

OSTRZEŻENIE: *Nie ładuj słuchawek, gdy są mokre. Ładowanie mokrych słuchawek może doprowadzić do pożaru lub porażenia prądem. Przed ładowaniem słuchawek upewnij się, że kabel do ładowania i słuchawki są suche.*

⚠ ***PRZESTROGA:*** *Do czyszczenia nie wolno stosować rozpuszczalników, ponieważ może to spowodować uszkodzenie powierzchni.*

⚠ ***PRZESTROGA:*** *Nie spryskuj produktu środkiem do odstraszania owadów, ponieważ może to spowodować uszkodzenie powierzchni.*

⚠ ***PRZESTROGA:*** *Nie uderzaj i nie upuszczaj produktu, ponieważ może to spowodować jego uszkodzenie.*

UWAGA: *Produkt jest urządzeniem elektronicznym i nie należy go wyrzucać z odpadami komunalnymi, aby nie zanieczyszczać środowiska.*

UWAGA: *Używając produktu na zewnątrz i wśród innych osób, zawsze przestrzegaj lokalnie obowiązujących przepisów prawa i regulacji.*

UWAGA: *Upewnij się, że znasz wszystkie zasady używania słuchawek i ich ograniczenia – przeczytaj całą wydrukowaną dokumentację i instrukcję użytkowania online. Zawsze pamiętaj, że odpowiadasz za własne bezpieczeństwo.*

3. Wprowadzenie

3.1. Przyciski

Słuchawki Suunto Spark są wyposażone w panel dotykowy, za pomocą którego można przełączać utwory oraz odbierać i kończyć połączenia telefoniczne.

Nawiązywanie połączenia telefonicznego

- dwukrotnie dotknij dowolnej słuchawki, aby odebrać lub zakończyć połączenie
- dotknij i przytrzymaj dowolną słuchawkę, aby odrzucić połączenie

Sterowanie muzyką

- dwukrotnie dotknij dowolną słuchawkę, aby odtworzyć lub wstrzymać odtwarzanie utworu
- trzykrotnie dotknij dowolną słuchawkę, aby przejść do następnego utworu

3.2. Mikrofon

Produkt Suunto Spark jest wyposażony w podwójny mikrofon i technologię redukcji szumów otoczenia (ENC). Funkcje te gwarantują dobrą jakość głosu podczas połączeń telefonicznych również w warunkach znacznego hałasu lub wiatru.

⚠ ***PRZESTROGA:*** *Nie czyść bezpośrednio mikrofonu wodą ani łatwo parującymi płynami, ponieważ może to negatywnie wpłynąć na działanie mikrofonu.*

3.3. Łączność Bluetooth

Słuchawki Suunto Spark komunikują się z kompatybilnymi urządzeniami przez Bluetooth. Możesz sparować produkt z dowolnymi urządzeniami z obsługą Bluetooth umożliwiającymi odtwarzanie dźwięku, takimi jak telefon komórkowy, smartwatch, tablet itp. Aby sprawdzić, jak

sparować słuchawki z kompatybilnym urządzeniem, zapoznaj się z informacjami *3.4. Parowanie*.

Możesz połączyć słuchawki z dwoma urządzeniami Bluetooth jednocześnie. Zobacz *4.4. Połączenie z dwoma urządzeniami*.

Jeśli chcesz rozłączyć słuchawki i kompatybilne urządzenie, możesz zrobić to w ustawieniach Bluetooth sparowanego urządzenia. Dostępne są dwie opcje. Aby zachować słuchawki na liście Bluetooth sparowanego urządzenia i ułatwić szybkie ponowne połączenie, po prostu rozłącz urządzenia. Jeśli chcesz całkowicie usunąć słuchawki z listy Bluetooth sparowanego urządzenia, usuń słuchawki z listy połączeń Bluetooth. W takim przypadku, jeśli chcesz ponownie użyć słuchawek i urządzenia Bluetooth, musisz uruchomić proces parowania od początku.

UWAGA: *Jeśli podczas noszenia Suunto Spark znajdziesz się poza zasięgiem połączenia Bluetooth na dłużej niż 3 minuty, nastąpi rozłączenie słuchawek i sparowanego urządzenia.*

Jeśli połączenie Bluetooth między słuchawkami a kompatybilnym urządzeniem zostanie utracone na dłużej niż godzinę, Suunto Sparkautomatycznie się wyłączy, aby oszczędzać baterię. Aby ponownie korzystać ze słuchawek, należy ponownie włączyć urządzenie.

3.4. Parowanie

Przed pierwszym użyciem Suunto Spark należy sparować produkt z kompatybilnym urządzeniem.

1. Umieść słuchawki w etui ładującym.
2. Naciśnij i przytrzymaj przycisk na etui przez 2 sekundy, do momentu aż dioda LED zacznie migać na biało.
3. Na urządzeniu wybierz opcję Suunto Spark z listy urządzeń Bluetooth, aby nawiązać połączenie.
4. Parowanie zakończy się, gdy dioda LED przestanie migać.

3.5. Aplikacja Suunto

Dzięki aplikacji Suunto na telefonie możesz jeszcze bardziej ułatwić obsługę słuchawek Suunto Spark. Sparuj słuchawki z aplikacją mobilną, aby ustawić sterowanie przez ruchy głową, tryb dźwięku i nie tylko.

Aby dostosować ustawienia słuchawek w aplikacji Suunto:

1. Sparuj słuchawki Suunto Spark z kompatybilnym urządzeniem mobilnym za pośrednictwem Bluetooth. Zobacz *3.4. Parowanie*.
2. Pobierz i zainstaluj aplikację Suunto na kompatybilnym urządzeniu mobilnym ze sklepu iTunes App Store, Google Play lub jednego z kilku popularnych sklepów z aplikacjami w Chinach.
3. Uruchom aplikację Suunto na telefonie.
4. Aplikacja automatycznie połączy się ze słuchawkami.
5. Przejdź do swojego profilu w aplikacji Suunto i otwórz menu słuchawek, aby zmienić ustawienia produktu.

3.6. Noszenie słuchawek

Słuchawki Suunto Spark to urządzenie z otwartą konstrukcją, które umożliwiają jednoczesne słuchanie nagrań dźwiękowych oraz dźwięków otoczenia w trakcie ćwiczeń.

Dla maksymalnego komfortu użytkowania należy prawidłowo założyć zaczepy na uszy. Dopasuj słuchawki tak, aby głośniki znajdowały na wysokości uszu.

Niezależnie od tego, czy trenujesz na siłowni, czy w terenie na nierównych ścieżkach, słuchawki stabilnie utrzymają się na głowie. Korzystanie ze słuchawek jest wygodne nawet przez wiele godzin, ponieważ są lekkie i nie zakrywają uszu. Możesz nosić Suunto Spark razem z kaskiem rowerowym lub kapeluszem, a nawet pod czapką w stylu beanie.

4. Funkcje

4.1. Sterowanie przez ruchy głową

Sterowanie przez ruchy głową to funkcja umożliwiającą wygodną obsługę bez użycia rąk. Możesz przełączać ścieżki audio i odbierać lub odrzucać połączenia telefoniczne poprzez skinięcie lub potrząśnięcie głową. Aby korzystać ze sterowania przez ruchy głową, musisz aktywować tę funkcję. Możesz ją włączyć w aplikacji Suunto.

Po aktywowaniu sterowania przez ruchy głową możesz sterować odtwarzaniem audio i połączeniami telefonicznymi bez naciskania przycisków. Podczas słuchania muzyki potrząśnij głową dwa razy, aby włączyć kolejny utwór. Kiedy w słuchawkach otrzymasz połączenie przychodzące, kiwnij głową dwa razy, aby je odebrać, lub dwa razy potrząśnij głową, aby je odrzucić.

UWAGA: *Pamiętaj o obracaniu głowy pod wystarczająco dużym kątem i o wykonaniu ruchów w ciągu 1 sekundy.*

Między różnymi operacjami zrób przerwę wynoszącą co najmniej 5 sekund.

UWAGA: *Używanie funkcji sterowania przez ruchy głową podczas ćwiczenia może skutkować jej przypadkowym uruchamianiem. Zalecamy zapoznanie się ze sposobem działania funkcji sterowania przez ruchy głową i zdecydowanie, czy jest ona odpowiednia do Twoich konkretnych aktywności.*

UWAGA: *Sterowanie przez ruchy głową przyspiesza zużycie baterii w słuchawkach, a włączenie tej funkcji zmniejsza czas pracy baterii o około 15%.*

OSTRZEŻENIE: *Sterowanie przez ruchy głową jest przeznaczone do stosowania tylko pomocniczo. Podczas korzystania z tej funkcji bezpieczeństwo powinno być najważniejsze. Nie polegaj wyłącznie na sterowaniu przez ruchy głową w przypadku krytycznych działań, wymagających pełnej uwagi i kontroli manualnej.*

4.2. Tryb dźwięku

Podczas korzystania ze słuchawek możesz wybierać różne tryby dźwięku. Słuchawki Suunto Spark oferują tryb dźwięku do codziennego użytku i lekkich ćwiczeń oraz oddzielny tryb dźwięku do treningów na zewnątrz i w hałaśliwym otoczeniu. W trybie zewnętrznym poziom głośności jest wyższy. Wybierz tryb, który zapewni jak najlepszy efekt w danej sytuacji. Tryb dźwięku można zmienić w aplikacji Suunto.

UWAGA: *Większa głośność może powodować szum.*

OSTRZEŻENIE: *Długotrwałe używanie słuchawek przy wysokich poziomach głośności może doprowadzić do uszkodzenia słuchu i zniekształceń dźwięku.*

OSTRZEŻENIE: *Noszenie słuchawek może wpłynąć na Twoją zdolność odbierania dźwięków z otoczenia. Używaj słuchawek odpowiedzialnie i traktuj bezpieczeństwo priorytetowo.*

4.3. Informacje głosowe

Jeżeli posiadasz zegarek Suunto z obsługą informacji głosowych, podczas ćwiczeń możesz otrzymać informacje głosowe z cennymi wskazówkami. Informacje zwrotne pomogą Ci śledzić postępy i dostarczą przydatnych wskaźników w zależności od tego, jakie opcje informacji zostały wybrane. Przed użyciem tej funkcji słuchawki muszą być sparowane z zegarkiem.

UWAGA: *Ta funkcja jest dostępna tylko w przypadku urządzeń serii Suunto Run, serii Suunto Vertical, serii Suunto Race i serii Suunto Ocean.*

Aby połączyć słuchawki z zegarkiem Suunto, zainstaluj na zegarku aplikację Suunto Spark ze sklepu SuuntoPlus™ Store.

1. Nie wyłączaj trybu parowania słuchawek Suunto Spark.
2. Na ekranie startowym ćwiczeń na zegarku przewiń w dół i wybierz SuuntoPlus™.
3. Włącz aplikację Suunto Spark.
4. Poczekaj, aż zegarek automatycznie połączy się ze słuchawkami Suunto Spark.
5. Wróć i naciśnij Start.

UWAGA: *Jeśli zegarek może podłączyć się z kilkoma słuchawkami, upewnij się, że podłączasz tylko te urządzenia, do których chcesz podłączyć zegarek. Po podłączeniu do zegarka słuchawki odtwarzają dźwięk.*

UWAGA: *Jeśli z zegarkiem są połączone zarówno słuchawki, jak i aplikacja Suunto, można odtwarzać informacje głosowe za pośrednictwem aplikacji. Aby upewnić się, że informacje głosowe są słyszalne przez słuchawki, zaleca się zamknięcie aplikacji w tle.*

Aby aktywować informacje głosowe w zegarku przed ćwiczeniami:

1. Przed rozpoczęciem ćwiczeń przewiń ekran w dół i wybierz pozycję **Informacje głosowe**.
2. Włącz **Informacje głosowe**.
3. Przewiń ekran w dół i wybierz, jakie informacje głosowe chcesz włączyć, włączając lub wyłączając odpowiednie przełączniki.
4. Sprawdź, czy słuchawki są włączone i sparowane z zegarkiem.
5. Wróć i rozpocznij ćwiczenie w zwykły sposób.

Podczas ćwiczenia w słuchawkach będzie słychać różne informacje głosowe zgodnie z Twoim wyborem.

Aby aktywować informacje głosowe w zegarku podczas ćwiczenia:

1. Przytrzymaj środkowy przycisk, aby przejść do **Panel kontrolny**.
2. Przewiń ekran w dół i wybierz **Informacje głosowe**.
3. Włącz **Informacje głosowe**.
4. Przewiń ekran w dół i wybierz, jakie informacje głosowe chcesz włączyć, włączając lub wyłączając odpowiednie przełączniki.
5. Sprawdź, czy słuchawki są włączone i sparowane z zegarkiem.
6. Wróć i kontynuuj ćwiczenia.

4.4. Połączenie z dwoma urządzeniami

Możesz połączyć słuchawki Suunto Spark z dwoma urządzeniami Bluetooth jednocześnie. Korzystając z funkcji połączenia z dwoma urządzeniami, możesz łatwo przełączyć się na telefon i odebrać połączenie, słuchając muzyki z komputera.

Gdy słuchawki są już sparowane z urządzeniem przy użyciu aplikacji Suunto:

1. Włącz połączenie z dwoma urządzeniami w aplikacji Suunto.
2. Umieść słuchawki w etui ładującym.
3. Naciśnij przycisk na etui ładującym i przytrzymaj go przez 5 sekund, aby przejść do trybu parowania.
4. W ustawieniach Bluetooth drugiego kompatybilnego urządzenia otwórz listę urządzeń dostępnych w pobliżu.
5. Znajdź opcję Suunto Spark na liście i sparuj słuchawki z drugim urządzeniem.
6. Po nawiązaniu połączenia z drugim urządzeniem pierwsze urządzenie na chwilę rozłączy się ze słuchawkami. Aby ponownie połączyć pierwsze urządzenie, przejdź do ustawień Bluetooth na urządzeniu lub po prostu uruchom ponownie słuchawki.

Możesz sprawdzić listę połączonych urządzeń w aplikacji Suunto.

UWAGA: *W przypadku jednoczesnego korzystania z Suunto Spark i dwóch sparowanych urządzeń słuchawki określają własny priorytet na podstawie zadań i kolejności odtwarzanych treści. Zwykle pierwszy odtwarzany plik audio ma pierwszeństwo przed drugim, a połączenia telefoniczne mają pierwszeństwo przed odtwarzaniem plików audio. Jednak rzeczywisty sposób działania kompatybilnych urządzeń różnych marek i modeli może się zmieniać.*

5. Ustawienia

5.1. Informacje o urządzeniu

Informacje o urządzeniu, np. wersję oprogramowania słuchawek, możesz sprawdzić w aplikacji Suunto.

5.2. Aktualizacje oprogramowania

Aktualizacje oprogramowania dodają ważne ulepszenia do słuchawek. W celu aktualizowania oprogramowania słuchawki muszą być połączone z aplikacją Suunto. Do pobrania pakietu aktualizacji wymagane jest połączenie z Internetem. W celu zainstalowania pakietu aktualizacji poziom baterii w słuchawkach musi wynosić co najmniej 20%.

Gdy dostępna jest aktualizacja, po otwarciu aplikacji Suunto pojawia się okienko sygnalizujące opcję aktualizacji. Podczas procesu aktualizacji słuchawki muszą być przez cały czas połączone z telefonem. Po zakończeniu aktualizacji nastąpi ponowne uruchomienie słuchawek.

Wersję oprogramowania słuchawek możesz sprawdzić w ustawieniach urządzenia w aplikacji Suunto.

5.3. Resetowanie słuchawek

Jeśli chcesz usunąć wszystkie ustawienia Suunto Spark, możesz zresetować urządzenie. Gdy słuchawki Suunto Spark znajdują się w etui ładującym naciśnij przycisk i przytrzymaj go przez 10 sekund. Gdy dioda LED zacznie migać na pomarańczowo, reset zakończył się powodzeniem.

UWAGA: *Po zresetowaniu dane dotyczące parowania Bluetooth zostaną usunięte ze słuchawek. Aby ponownie użyć tych słuchawek, musisz uruchomić proces parowania od początku. Zobacz 3.4. Parowanie.*

6. Konserwacja i pomoc techniczna

6.1. Wskazówki dotyczące obsługi

Pamiętaj, by ostrożnie obchodzić się z urządzeniem. Nie uderzaj nim o inne przedmioty i nie upuszczaj go. Nie umieszczaj słuchawek pod ciężkimi przedmiotami – może to spowodować deformację słuchawek.

Słuchawki są wprawdzie odporne na pot i deszcz, ale nie należy zanurzać ich w wodzie na długi czas. W razie zabrudzenia powierzchni produktu wytrzyj go miękką suchą ściereczką. Zwróć szczególną uwagę na mikrofony, przyciski i styki złącza ładowania.

W normalnych warunkach użytkowania słuchawki nie wymagają serwisowania.

Używaj tylko oryginalnych akcesoriów Suunto. Gwarancja nie obejmuje uszkodzeń urządzenia spowodowanych zastosowaniem nieoryginalnych akcesoriów.

6.2. Bateria i ładowanie

Wydajność baterii po naładowaniu zależy od sposobu i warunków używania słuchawek. Na przykład niskie temperatury skracają czas pracy. Zasadniczo pojemność akumulatora zmniejsza się wraz z upływem czasu.

Słuchawki będą w pełni naładowane po godzinie, a po jednym ładowaniu można słuchać muzyki nawet przez 6 godzin.

Gdy poziom naładowania baterii słuchawek przekroczy 60%, po otwarciu etui ładującego dioda LED zacznie migać na zielono.

Gdy poziom naładowania baterii słuchawek jest niższy niż 60%, po otwarciu etui ładującego dioda LED zacznie migać na pomarańczowo.

Gdy poziom naładowania baterii etui ładującego przekracza 40%, po zamknięciu etui dioda LED zacznie migać na zielono.

Gdy poziom naładowania baterii etui ładującego jest niższy niż 40%, po zamknięciu etui dioda LED zacznie migać na pomarańczowo.

Aby sprawdzić stan baterii w słuchawkach, połącz produkt z aplikacją Suunto. Stan baterii jest widoczny na stronie słuchawek w aplikacji.

Możesz ładować słuchawki za pomocą dołączonego kabla USB lub przenośnego powerbanku.

Kabel USB

Kabel do ładowania USB jest dołączony do produktu. Aby naładować etui za pomocą kabla, podłącz końcówkę kabla do portu ładowania etui. Podczas ładowania etui zaświeci się dioda LED. Gdy bateria zostanie w pełni naładowana, dioda LED zgaśnie.

Etui ładujące

Zestaw zawiera etui ładujące, umożliwiające ładowanie słuchawek w podróży i dodatkowe 24 godzin pracy na baterii.

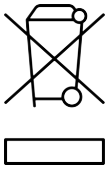
Zanim użyjesz etui ładującego, naładuj je przy użyciu kabla USB-C. Podczas ładowania dioda LED etui ładującego zacznie świecić na pomarańczowo. Gdy bateria zostanie w pełni naładowana, dioda LED zacznie świecić na zielono.

Aby naładować słuchawki, włóż je do etui ładującego. Słuchawki automatycznie połączą się z etui ładującym. Po rozpoczęciu ładowania dioda LED etui ładującego zaświeci się na jedną sekundę.

⚠ ***OSTRZEŻENIE:*** *Przed ładowaniem upewnij się, że w gnieździe ładowania etui nie ma płynu. Obecność płynu w portach spowoduje uszkodzenie obwodu słuchawek i etui ładującego.*

6.3. Utylizacja

Prosimy o prawidłową utylizację urządzenia, razem z odpadami elektronicznymi. Nie należy wyrzucać go z odpadami komunalnymi. Jeśli chcesz, możesz zwrócić urządzenie do najbliższego dystrybutora produktów Suunto.



7. Odniesienie

7.1. Zgodność

W celu uzyskania informacji dotyczących zgodności urządzenia i szczegółowych danych technicznych zobacz „Bezpieczeństwo produktu i informacje prawne” dostarczane wraz z produktem Suunto Spark lub dostępne na stronie *www.suunto.com/userguides*.

7.2. Znak CE

Firma Suunto Oy deklaruje niniejszym zgodność sprzętu radiowego typu HS252 z dyrektywą 2014/53/UE. Pełna treść deklaracji zgodności UE jest dostępna pod następującym adresem internetowym: *www.suunto.com/EUconformity*.

SUUNTO CUSTOMER SUPPORT

www.suunto.com/support
www.suunto.com/register

Manufacturer:
Suunto Sports Technology (Dongguan) Co., Ltd
Room 108, No. 5, Longxi Road, Nancheng Street,
Dongguan City, Guangdong Province

© Suunto Oy 04/2026
Suunto is a registered trademark of Suunto Oy. All Rights reserved.