

Measurements 49 x 49 x 13.6 mm / 1.93 x 1.93 x 0.54 "

Weight 74 g / 2.61 oz

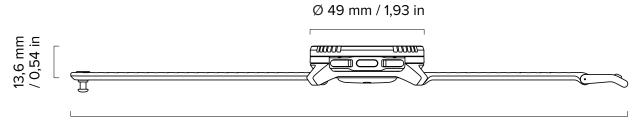
Bezel material Titanium Grade 5

Glass material Sapphire crystal

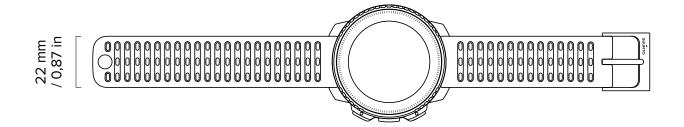
Case material Glass fibre reinforced polyamide

Strap material Silicone

What's in the box? Suunto x Mammut Vertical Titanium, charging cable, printed user documentation



strap S fits wrist sizes 125 - 175 mm / 4,92 - 6,89 in



CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES

GÉNÉRALITÉS

Composition de la lunette Titane Grade 5
Composition du verre Cristal de saphir

Composition du boîtier Polyamide renforcé de fibre de verre

Composition du bracelet Silicone

Poids 74 g / 2,61 oz

Tailles de poignet 125-175 mm (bracelet accessoire -215 mm)

Fréquence cardiaque intégrée au poignet oui Face avant des montres personnalisable oui Verrouillage de l'écran tactile oui Écran tactile oui Écran couleur oui Alerte par vibreur oui Synchronisation automatique oui Étanchéité 100 m

Type de batterie/pile lithium-ion rechargeable

Logiciel pouvant être actualisé oui Heure, date oui Réveil oui Deuxième heure oui Synchronisation automatique oui Compte à rebours oui Chronomètre oui Langues oui Rétroéclairage

Rétroéclairage configurable luminosité automatique Verrouillage des boutons pendant l'exercice

Format d'affichage 1,4"

Type d'affichage matrice

Résolution d'affichage 280 x 280

Indicateur de batterie/pile pourcentage / icône

Unités métriques et impériales oui Oxygène sanguin oui

Mises à jour automatiques du

microprogramme sans fil oui
Largeur du bracelet 22 mm

CONNECTIVITÉ

Compatibilité avec les smartphones Prise en charge des modèles les plus courants

Connectivité (entre appareils) Bluetooth

Affichage des notifications du

téléphone sur la montre oui

Contrôle des médias depuis la montre oui

Envoi de réponses prédéfinies aux

messages entrants depuis la montre Android seulement

Compatible avec les différentes

communautés sportives en ligne Strava, TrainingPeaks et plus encore

Mises à jour logicielles de la montre

depuis le cloud oui

Compatible avec l'appli Suunto oui

Mises à jour logicielles sans fil automatiques oui

BOUSSOLE

Boussole numérique oui Compensation de l'inclinaison oui

Échelle de direction degrés / millièmes
Aiguille indicateur du nord

Précision de la boussole 5° Résolution de la boussole 1°

CARACTÉRISTIQUES PHYSIQUES

Température de fonctionnement -20 à +55 °C/-5 à +130 °FTempérature de stockage -20 à +55 °C/-5 à +130 °FTempérature de mise en charge recommandée 0 à +45 °C / +32 à +113 °F

AUTONOMIE

Rappels de charge intelligents oui

En mode heure 1 année

Avec suivi 24/7 et notifications mobiles 60 jours

Mode entraînement avec GPS 60h / 90h /140h / 500h

(Titanium Solar 85h / 140h / 280h / 30d)

FONCTIONS DE PLONGÉE

Profondimètre pour la plongée avec tuba

10 m

FONCTIONS DÉDIÉES AU PLEIN AIR

SUIVI ET NAVIGATION GPS

Systèmes par satellite GPS, GLONASS, GALILEO, QZSS, BEIDOU

Systèmes satellites simultanés 5

Nombre maximum de satellites connectés 32

Fréquence d'enregistrement GPS Meilleure, Bonne, OK, Faible

Modes batterie intelligents Performance, Endurance, Ultra,

Tour, Personnalisé

Navigation par points de passage

et itinéraire visuel oui

Niveaux de zoom dans la navigation oui

Zoom auto basé sur la forme de l'itinéraire oui

Création de trace en temps réel

(« Petit Poucet ») oui

Cartes topographiques et cartes satellite oui

Cartes de fréquentation du monde entier pour 20 sports oui

Planification d'itinéraires avec

les cartes de chaleur oui

Bibliothèque personnelle d'itinéraires sur

le Web synchronisée avec la montre oui Passer à l'itinéraire oui

Passer à l'itinéraire oui Navigation vers un point d'intérêt (POI) oui

HAE (heure d'arrivée estimée) oui

Analyse de trace GPS oui

Enregistrement, visualisation

et partage des itinéraires oui

Offline maps on watch oui

GNSS frequency support L1 + L5

ALTIMÈTRE

Altitude barométrique oui Altitude GPS oui Altitudes GPS et barométrique combinées (FusedAlti™) oui Altitude en mode quotidien oui Acclimatation à l'altitude avec l'oxygène sanguin oui Totaux des ascensions/descentes oui Vitesse verticale oui Profil altimètre/baromètre automatique oui Fréquence d'enregistrement du journal 1 s Résolution 1 m

Portée -500 - 9999 m

MÉTÉO

Heures de lever/coucher du soleil oui
Alarme d'orage oui
Pression au niveau de la mer oui
Profil altimètre/baromètre automatique oui

Température oui

Plage d'affichage de température -20 à +55 °C/-5 à +130 °F

Résolution de température 1 °C / 1,5 °F

Résolution de pression 1 hPa

Graphique d'altitude affiché dans le

récapitulatif des exercices oui

FONCTIONS DÉDIÉES À L'ENTRAÎNEMENT

ASSISTANCE D'ENTRAÎNEMENT ÉVOLUTIVE

Assistance en temps réel pendant l'exercice basée sur l'intensité et la durée

oui

ENTRAÎNEMENT FRACTIONNÉ

Assistance pour l'entraînement fractionné pendant la séance

oui

Configuration d'intervalles

sur la montre

FRÉQUENCE CARDIAQUE

Fréquence cardiaque mesurée à partir du poignet oui

Compatibilité ceinture de fréquence cardiaque Ceintures Bluetooth Smart

Intervalle RR avec ceinture de fréquence cardiaque Suunto

Smart et capteur Suunto Smart

Fréquence cardiaque en battements par minute oui

Enregistre la fréquence cardiaque pendant

la natation oui

Graphique de fréquence cardiaque en temps réel oui

Fréquence cardiaque moyenne en temps réel oui

Calories oui

Pic d'effet d'entraînement oui

Temps de récupération oui

Zones de fréquence cardiaque personnelles oui

Niveau de forme (VO2max) oui

CHARGE D'ENTRAÎNEMENT

Journal avec détails des exercices oui

Récapitulatif des exercices avec détails des tours oui

Charge d'entraînement avec totaux par sport oui

Journal d'entraînement pour les vues

d'ensemble sur le long terme oui

RÉCUPÉRATION DE L'ENTRAÎNEMENT

Temps de récupération selon l'entraînement oui

Vue journalière du temps de récupération sur la montre

Sensations enregistrées après l'entraînement

sur la montre oui

PARTAGEZ ET REVIVEZ

Évaluation et commentaire des exercices oui

Partage des exercices sur les réseaux sociaux oui

Suivez les autres membres et recevez des

avis via le flux des activités oui

24/7

SUIVI D'ACTIVITÉ

Compteur de pas	oui
Calories brûlées	oui
Objectifs d'activité physique	oui
Historique des activités	oui
Calories dépensées et fréquence cardiaque au cours des activités quotidiennes	oui
Suivi de la fréquence cardiaque journalière minimale	oui

SUIVI DU SOMMEIL

Duree au sommeil	oui
Heures de coucher	oui
Qualité du sommeil	oui
Temps éveillé oui	
Fréquence cardiaque moyenne et minimum pendant le sommeil	oui
Sommeil profond	oui

STRESS ET RÉCUPÉRATION

État de stress et récupération	oui
Niveau des ressources journalières	oui

L'EXPERTISE DU SPORT

MULTISPORT

Récapitulatif des exercices multisport	
sur la montre	oui
Changement de mode sportif pendant l'exercice	oui
Modes multisport préconfigurés	oui
Post-analyse des exercices multisport par sport	oui

COURSE

Rythme de course oui
Suunto FusedSpeed™ oui
Passer à l'itinéraire oui

Puissance de course à pied au poignet ou avec le capteur Stryd

SuuntoPlus™ Ghost runner oui

Étalonnage de capteur de foulée automatique

Tableau des tours dans la montre

et l'appli Suunto oui Cadence moyenne, maxi., au tour en temps réel oui

Assistance pour l'entraînement fractionné avec allure de course/fréquence cardiaque/distance oui

CYCLISME

Vitesse cycliste oui
Vitesse moyenne en temps réel oui

Bike POD avec prise en charge de la vitesse et de la cadence

Bluetooth Smart

Prise en charge des appareils de mesure de

puissance cycliste Bluetooth Smart

Puissance cycliste (W), moyenne et maximum (avec capteur de puissance)

Bluetooth Smart

oui

Tours en vélo et puissance maximum par tour (avec capteur de puissance)

Tableau de tours en temps réel avec FC moyenne, puissance moyenne et vitesse moyenne oui

Assistance pour l'entraînement fractionné avec puissance/vitesse/fréquence cardiaque oui

NATATION

Rythme de nage en bassin et distance oui Distance de nage en eau libre oui

Enregistre la fréquence cardiaque pendant la natation oui Temps de nage par longueur de bassin, tours, total oui Cadence et type de nage et nombre de mouvements oui

Efficacité des mouvements (SWOLF) oui Intervalles automatiques oui Tableau de tours en fractionné oui

MODES SPORTIFS

Modes sportifs et affichages personnalisables oui Affichages graphiques dans les modes sportifs oui Modes sportifs préinstallés dans la montre oui SuuntoPlus™ oui