

## Ръководство за работа, настройки, поддръжка и зареждане на смарт часовници COROS



### 1. Включване и настройка на устройството

За да използвате часовника ви е необходим смартфон (iOS/Android) и приложението на COROS за мобилни устройства. За да използвате всички функции на часовника е важно да създадете свой акаунт в приложението, което става бързо и лесно.

#### Технологични изисквания:

iOS - iPhone 6 или по-висока версия

Android - System 5.0 или по-висока версия

Изтеглете приложението от тук:



#### 1.1 Включете вашия часовник

Натиснете и задръжте бутонът **CONFIRM**, докато не видите логото на **COROS**. Това отнема около 4 сек.

За детайлни инструкции и или при проблеми изберете модела часовник от този [линк](#) и следвайте менюто с въпроси.

#### 1.2. Свържете вашия COROS часовник с вашия смартфон

Включете Bluetooth опцията на вашия телефон и се уверете, че имате връзка с интернет. Отворете приложението COROS и влезте във вашия акаунт. От раздела „**Device**“, натиснете

„**Add New Device**“ и изберете правилния модел часовник. Следвайте инструкциите, за да завършите сдвояването.

За детайлни инструкции и или при проблеми изберете модела часовник от този [ЛИНК](#) и следвайте менюто с въпроси.

▷ [Вижте видео](#)

### 1.3 Обновете софтуера на часовника.

Ако има нова версия на софтуера, ще забележите изкачащ прозорец или червена точка при раздела „**Device**“. Натиснете „**Firmware Update**“, за да изтеглите и обновите софтуера на вашия часовник. Дръжте вашия COROS часовник и вашия смартфон в обхвата на Bluetooth. Не затваряйте приложението COROS по време на обновяването.

За детайлни инструкции и или при проблеми изберете модела часовник от този [ЛИНК](#) и следвайте менюто с въпроси.

### 1.4 Настройване на часовника

Можете да промените различните настройки от приложението COROS за вашия часовник.

За детайлни инструкции и или при проблеми изберете модела часовник от този [ЛИНК](#) и следвайте менюто с въпроси.

От картинката на часовник можете да отворите раздели с допълнителна информация и настройки.

COROS App - Do Not Disturb Period

COROS App - Reset

COROS App - Remove

Ако обновяването на софтуера е прекъснато, ще забележите изкачащо съобщение за поправка на софтуерната версия. Този процес е подобен на обновяването на софтуера.

## 2. Тренировки

Чрез различните режими, функции и настройки на вашия часовник, можете да следите тренировките си. Не се притеснявайте, ако не можете да ги запомните веднага – бързо ще ги усвоите.

## Режим на тренировка

От тялото на часовника натиснете копчето/винт – бутонът **CONFIRM**, за да отворите меню, от което да изберете режим на тренировка. Ако екранът е заключен, натиснете и задръжете което и да е от копчетата, или завъртете винта, за да го отключите. Всеки отделен режим на тренировка има специални настройки. Различните модели на COROS поддържат различни режими.

- **Навигация / Navi.**

Тази настройка е налична за моделите Vertex и Apex.

Можете да изберете един маршрут, предварително качен на часовника, за да имате достъп до детайли относно денивелация, началната точка и упътвания. Функцията Навигация не е налична във всички режими на тренировка.

- **Известия за тренировката / Activity Alert**

Можете да си зададете известия относно дистанция, темпо, ритъм, сърдечен пулс или скорост. Видовете известия зависят от режима на тренировка.

- **Автоматична пауза / Auto Pause**

Чрез тази опция можете да позволите автоматична пауза на тренировката, когато спирате или се движите под определена скорост. Нужни са няколко секунди за автоматичното паузиране и продължаването на тренировката. Тази функция не е налична във всички режими на тренировка.

- **Метроном / Metronome**

Чрез метронома можете да зададете конкретно темпо, за да поддържате постоянен ритъм в тренировката си. Тази функция не е налична във всички режими на тренировка.

- **Интервална тренировка / Interval training**

Можете да зададете в часовника основен план за тренировка, който позволява настройване на броя повторения; на интервал чрез време/дистанция/други, почивка чрез време/дистанция/други, загрявка и разгрявка. Тази функция е налична за режим Бягане и Каране на колело (режим Run и режим Bike).

- **Аеробна тренировка / Aerobic training**

Можете да изберете една от трите цели за тренировката и да следвате зададената аеробна тренировъчна програма, за да подобрите изпълнението си. Поддържайте сърдечния си ритъм в зададените граници за оптимални резултати. Тази функция е налична в режим Бягане и Бягане на закрито (режим Run и режим Indoor Run).

- **Анаеробна тренировка / Anaerobic training**

Можете да изберете една от трите цели за тренировката и да следвате зададената анаеробна тренировачна програма, за да подобрите изпълнението си. Поддържайте сърдечния си ритъм в зададените граници за оптимални резултати. Тази функция е налична в режим Бягане и Бягане на закрито (режим Run и режим Indoor Run).

- **Триатлон / Triathlon**

Можете да изберете до три режима на тренировка от следните режими: Бягане; Каране на колело, Открити Води или Плуване в Басейн (режим Run; Bike; Open Water или Pool Swim)

- **Как да сменим GPS режима?**

Ако искате да смените GPS режима за тренировки, влезете в **System > More > GPS**. Режимът GPS+GLONASS може да изразходва повече батерия от GPS Normal. Режимът UltraMax GPS е наличен при режим „Бягане на открито“. След като започнете тренировка „Бягане на открито“, натиснете и задръжте бутонът BACK/LAP, за да отворите меню Toolbox и да изберете режима UltraMax.

- **Започване на тренировка**

След като изберете вид на тренировката, вашият часовник ще започне да следи сърдечния ви пулс и сигналите на GPS-а. Най-отдолу на началната страница (раздел Start), ще светят иконките на сърдечния пулс и GPS-а докато не се появят налични данни. Моля, не започвайте тренировката си, докато не са налични данни за сърдечен пулс и GPS, за възможно най-голяма точност. Натиснете „Start“, за да започнете тренировката си. Прегледайте разделите с данните, за да видите актуалните данни в 5 различни раздела. Научете как да настройвате тези раздели с данни чрез приложението COROS, като от него влезете в раздел Custom Interface.

Натиснете бутона BACK/LAP, за да започнете нова обиколка.

Натиснете и задръжте бутона BACK/LAP, за да отворите **Toolbox menu**. Така имате достъп до различни настройки, без да прекъсвате текущата тренировка.

**Settings** – изберете, за да промените системните настройки.

**Workout Settings** – изберете, за да промените настройките за текущата тренировка.

**Do Not Disturb Mode** – изберете, за да включите или изключите режим „DND“. Можете да научите повече в раздела Support на уеб сайта [www.coros.com](http://www.coros.com)

**Alarm** – изберете, за да зададете нова аларма или да управлявате съществуващи аларми.

**Compass** – изберете, за да отворите 3D компас с актуални GPS координати и данни за денивелацията.

**HR Measurement** – изберете, за да засечете сърдечния си пулс.

**UltraMax** – изберете, за да включите/изключите UltraMax GPS в режим на тренировка „Бягане на открито“.

**Navigation Settings** – изберете, за достъп до настройките на навигацията; за да започнете да следвате маршрут и за да разгледате данните за денивелацията.

**Map** – изберете, за да разгледате и следвате запазените маршрути, които са най-близо до вашето местоположение.

**Stopwatch** – изберете, за да използвате функцията Хронометър.

**Timer** – изберете, за да зададете нов таймер, с възможност за повторение на запазеното време.

**Watch face** – изберете, за да промените дисплея на часовника и цветовата гама.

**Altitude Performance (налично за VERTIX)** – изберете, за да проследите стойностите на кислород в кръвта (SpO2) при промяна на надморската височина.

**Night mode – (налично за VERTIX)** – изберете, за да включите или изключите нощния режим, който представлява винаги включено слабо фоново осветление.

- **Приключване на тренировката**

Натиснете винчето/ бутонът CONFIRM, за да сложите тренировката си на пауза. Изберете опцията Finish, за да приключите и запазите тренировката си. Можете да изтриете тренировки, които са под 1 минута. Влезете в раздел „*AI Trainer*“ на вашия часовник, за да разгледате историята на запазените тренировки и предложените съвети за възстановяване. Изтриването на тренировки не е опция от самите часовници на COROS. Моля влезете в приложението COROS, за да изтриете тренировки от акаунта си. Изберете дейността, която искате да изтриете и я плъзнете наляво. Няма как да възстановите изтрита тренировка, дори и данните да са налични в часовника.

Моля, синхронизирайте вашия часовник COROS с приложението, когато приключите тренировка. Ако вашият смартфон е свързан с часовника ви, данните за тренировката автоматично ще се синхронизират с приложението (и с трети приложения, свързани в COROS приложението). Можете да разгледате синхронизираната история на тренировките си, когато пожелаете, в приложението COROS.

Ако не синхронизирате часовника COROS с приложението COROS, информацията за тренировката ви може да бъде изгубена, когато изчерпате паметта на часовника.

### 3. Навигация

**Start course** – започнете тренировката, отключена от навигацията.

**Elevation details** – разгледайте запазените данни за денивелацията на този маршрут.

**Start Point Direction** – изберете началната точка на маршрута.

**Map Direction** - изберете посоката, която да зададете на навигацията.

Когато сте избрали Start Course, ще се отвори раздел Навигация. Там ще бъдат отразени началната точка и вашето местоположение спрямо нея. Стигнете до началната точка и следвайте маршрута. Ако се отклоните от маршрута с над 20 м и над 10 сек., ще се включи известието за отклонение.

Натиснете винтчето и от дясната страна ще се появи знак +/- . Така можете да приближавате и отдалечавате картинката, използвайки винтчето. Натиснете бутона BACK/LAP, за да възстановите мащаба на 25 метра. Отново натиснете винтчето, за да излезете от режима картата.

Можете да въртите винтчето, за да сменяте разделите с данни, когато не сте в този режим. Натиснете винтчето в който и да е раздел, освен раздел Навигация, за да сложите тренировката на пауза.

По време на тренировката натиснете и задръжте бутона BACK/LAP, за да отворите Toolbox menu. Превъртете до Navi. Settings, за да настроите текущата навигация.

#### 4. Използване на приложението COROS за мобилни устройства

След като сте настроили вашия часовник на COROS е време да се запознаете с приложението COROS за мобилни устройства. Ще прекарате много време тук, преглеждайки различните данни и специализирани настройки. Има 4 основни раздела в приложението : **Today; All Workouts, Profile** и **Device**.

##### **Today**

Това е разделът, в който можете да разгледате детайлната информация относно вашите дейности, данните за тренировките ви и за вашия сън. Докоснете иконката на календар в горния ляв ъгъл и изберете дата, за която да разгледате вашите данни.

**Active Energy** – показва приблизителните калории, изгорени по време на тренировката или по време на бързо ходене (над 130 крачки/минута) за този ден. При приблизителното изчисляване не се взема предвид вашият индивидуален метаболизъм.

**Exercise Time** – показва времето, в което сте тренирали, като събира времето от режима на тренировка и бързото ходене за този ден.

**Steps** – данните за стъпките ви се изчисляват чрез движението на ръката ви. Не се използва GPS за изчисляването на вашите стъпки.

**Heart Rate** – Часовниците COROS измерват вашия пулс 24/7. На диаграмата можете да разгледате данните за максималния и минимален сърдечен пулс. А чрез уиджета HRна вашия часовник имате достъп до различна диаграма с историята на данните за вашия сърдечен пулс. Данни за пулса се събират на всеки 10 мин. в режим standby, а в режим тренировка – на всяка секунда.

Training Load, Fitness Index и Fitness Level се появяват само на раздел Today и не са достъпни за предишни дати.

**Training Load** – прилага се при всички режими за тренировка. Информацията ще бъде пълна след три средни бягания на открито. Training Load помага да избегнете прекомерното трениране и умората, и ви помага да нагласите интензивността и продължението на вашите тренировки. Може да отнеме няколко часа информацията от Training Load да бъде качена и на вашето приложение Coros.

**Fitness Index** – прилага се в режим Run, Trail run, както и в режим Hike. След три средни бягания, ще можете да разгледате VO2 Max, Lactate Threshold (Анаеробен праг) и Threshold Pace data (данните за границите на темпото ви). Моля, вкарайте данните относно вашия сърдечен пулс в неактивно състояние (Resting Heart Rate) в приложението COROS за по-голяма точност.

**Fitness Level** - прилага се в режим Run, Trail run, както и в режим Hike. Това е оценка на издръжливост и ниво на активност, базираща се на вашия Fitness Index.

**Sleep Tracking** - часовниците COROS следят вашия сън през нощта и дават подробен анализ на съня ви, включващ фазите на съня ви и данни за сърдечния пулс. Данни за съня ви се записват само след 19 ч. всеки ден. Моля, носете часовника COROS за поне 2 часа преди да легнете да спите. Може да отнеме няколко часа данните да се появят в приложението COROS.

Линкове към други въпроси:

Why is my VO2Max inaccurate

What is the source of the COROS Trainer and other fitness data algorithms

### All Workouts

В този раздел можете да разглеждате и да подбирате историята на вашите тренировки. Докоснете горния ляв ъгъл, за да разгледате месечния доклад. Докоснете „**Filter**“ в горния десен ъгъл, за да изберете режим на тренировка.

Плъзнете дадена тренировка наляво, за да я изтриете. Изтритата тренировка не може да бъде върната, дори данните за нея да са съхранени във вашия часовника.

### Workout Details

Можете да разгледате всички детайли от конкретна тренировка като изберете тренировка от раздела „Today“ или от раздела „**All Workouts**“.

**GPS Track** – тренировките на открито включват проследяване с GPS. Докоснете и задръжте с пръст върху номер на картата, за да разгледате данни за всяка обиколка. Докоснете картата, за да влезете в режим разглеждане. Можете да приближавате/отдалечавате, да местите картата и да променят слоевете на дисплея. Най-отдолу се намира диаграма с данни относно темпо и денивелация. Докоснете и задръжте с пръст на диаграмата, за да излязат на картата времето на тренировката, темпото и данните за денивелацията.

**Data Graphs** – докоснете диаграмите с данни, за да ги разгледате в цял екран. След което от най-горното поле изберете видът данни, които искате да прегледате. Докоснете и задръжте на диаграмата, за да видите избраните от вас данни за конкретната минута от тренировката. Вертикална линия от точки на диаграмата указва пауза по време на тренировката.

**Heart Rate Zone** – тази таблица показва общото време на трениране във всяка от зоните на сърдечния пулс и може да бъде полезен индикатор. Можете да промените зоните на сърдечен пулс от раздела Profile в приложението COROS.

**Training Effect** – измерва колко ефективно дадената тренировка е подобрила вашето ниво на активност, базирайки се на промените в сърдечния пулс и времетраенето на тренировката.

**Lap Details** – докоснете таблицата, за да разгледате допълнителни данни в цял екран. Можете да разгледате информацията в км/мили, в зависимост от настройките за мерни единици в приложението COROS.

**Edit Workouts** – Докоснете горния десен ъгъл, за да редактирате името на тренировката и разстоянието. Редактирането на разстоянието няма да се отрази върху изчисленото изминато разстояние в системата COROS.

**Share Workouts** – докоснете горния десен ъгъл, за да споделите детайлите от тренировката си чрез картинка или чрез изображение във Facebook, Instagram и т.н.

**Export Workouts** – докоснете горния десен ъгъл, за да извлечете данни. Можете да изберете формата, в който искате да извлечете данните от дадена тренировка. GPX и FIT са популярни формати. След което изберете приложението, на което да получите файла. Можете да използвате и имейл.

**Save Route** – Ако тренировката има GPS проследяване, можете да запазите дадения маршрут от горния десен ъгъл в приложението COROS, *при „My Favorite Routes“* в раздел Profile. Навигацията и свалянето на маршрути са опции само за моделите APEX и VERTIX.

## Profile

В този раздел можете да разгледате спечелените медали и общото разстояние от тренировките ви.



### **Third-party apps – Приложения на трети страни**

Свържете вашия COROS акаунт с приложения на трети страни и се наслаждавайте на бързия обмен на данни със Strava, TrainingPeaks, Apple Health Kit и други. Предишни тренировки от акаунта ви в COROS няма автоматично да се синхронизират с други приложения на трети страни и трябва ръчно да се качат.

### **Feedback – Обратна Връзка**

Разделът се използва за записване на данни относно възникнали проблеми. Моля, свържете се със екипа на COROS на имейл адреса [support@coros.com](mailto:support@coros.com), преди да дадете обратна връзка. Даването на обратна връзка позволява на COROS достъп до данните ви, с цел разрешаване на възникнали проблеми.

### **My Favorite Routes – Любими маршрути**

Маршрутите към функцията Навигация ще се запазват в този раздел от трети приложения или от предишна тренировка към приложението COROS. Плъзнете маршрут наляво, за да го изтриете. Можете да избирате маршрути от този списък, като го качите на вашия вдвоен часовник в раздел „*Device*“.

### **Settings - Настройки**

В този раздел са налични допълнителни настройки, включително вашите лични данни, профилната ви снимка и други важни опции.

### **Sleep Tracking – Анализ на съня**

Натиснете „*Start Time*“ и „*End Time*“, за да промените настройките спрямо вашия цикъл на сън. Данни за съня се събират само след 19 ч. всеки ден. Моля, носете вашия часовник COROS поне 2 часа преди да заспите. Ако опцията „*Gesture Backlight*“ е включена на Auto, по време на зададените от вас часове за сън ще бъде изключена. Gesture Backlight е опцията за сензорно-задействано светване на дисплея.

### **Goals - Цели**

Когато целите за калории и времетраене на тренировката са постигнати, вашият часовник ще ви осведоми. Целите се обновяват ежедневно. Можете да зададете нереалистични цели, за да избегнете известия.

### **Heart Rate Zone – Зони на Сърдечния Пулс**

Има три различни зони на сърдечен пулс, от които да изберете тази, която най-точно отговаря на вашите нужди. В горната част на раздела се намира спускащо се меню, откъдето да промените Зоната на Максималния сърдечен пулс, Зоната на Резерв на сърдечния пулс и Зона на Лактатния праг на сърдечния пулс. Зоната на Максималния сърдечен пулс или Max Heart Rate Zone е най-простата и може да се използва от всички потребители. Зоната на Резерв на сърдечния пулс (Heart Rate Reserve Zone) и Зона на

Лактатния праг на сърдечния пулс (Lactate Treshold Zone) обикновено се използват от напреднали атлети. Моля, въведете правилни стойности за Сърдечен пулс в покой (Resting Heart Rate) и Максимален сърдечен пулс (Max Heart Rate) при Зоната на Резерв на Сърдечния Пулс, тъй като това е определящо за точността на вашия фитнес индекс. Към настоящия момент COROS поддържа фитнес индекс само за тренировките „Бягане на открито“. Ако използвате други режими на тренировка, задайте данни за Лактатния праг в Зоната на на Лактатния праг на сърдечния пулс, за повече точност на подзоните.

### **Unit – Мерни единици**

Можете да изберете какви мерни единици да използва приложението COROS – фут/паунд или см/кг. Тази настройка не променя мерните единици на самия часовник.

### **Device**

Докоснете червеното плъсче, за да добавите ново устройство. Можете да добавяте до 4 устройства на приложението COROS. Ако искате да добавите допълнителни устройства, моля първо премахнете съществуващите. Приложението COROS поддържа всички COROS часовници и каски. Изберете правилният продукт и следвайте инструкциите, за да завършите сдвояването. Ще трябва да използвате камерата на вашето смартфон устройство, за да сканирате QR кода, когато сдвоявате приложението с часовник COROS. Също така можете да докоснете опцията „**Pair COROS Watch Manually**“ и да изберете правилното устройство от списъка. След като завършите процеса на сдвояване, ще забележите че е добавено ново устройство в раздела „Device“. Може да има достъпна нова версия на софтуера.

Можете да променяте множество настройки на вашия часовник COROS от раздела „**Device**“. Научете повече за тях от страницата Support > Watch Guide в уебсайта [www.coros.com](http://www.coros.com) или от следните линкове:

COROS App - Custom Interface

COROS App - My Route (available on APEX/VERTIX models)

COROS App - Watch Face Setting

COROS App - Notifications

COROS App - GPS Satellite Data

COROS App - Firmware

От картинката на часовник можете да отворите раздели с допълнителна информация и настройки.

COROS App - Do Not Disturb Period

COROS App - Reset

COROS App - Remove

Ако обновяването на софтуера е прекъснато, ще забележите изскачащо съобщение за поправяне на софтуерната версия. Този процес е подобен на обновяването на софтуера.

## Дневен анализ и системни настройки на вашия часовник COROS

Освен, че е чудесен партньор за тренировки вашият часовник COROS предлага и много функции за анализ на деня ви. А може да бъде използван и като обикновен часовник.

### 5. Главен дисплей на часовника

Освен текущия час, главният дисплей на часовникът ви дава и много практическа информация. В зависимост от опцията за дисплей, която сте избрали, можете да разглеждате данни като текущите дата и час; ден на седмицата; калории; времетраене на тренировките; броя на стъпки; изкачени етажи; оставащ процент батерия; час на изгрев; час на залез и денивелация. Не всички от по-горе изброените данни ще бъдат показвани едновременно на главния дисплей на часовника. Натиснете бутона BACK/LAP, за да разгледате всяка поддържана статистика на главния дисплей.

Можете да променят оформлението на главния дисплей чрез предварително заредените опции в приложението COROS. COROS не поддържа персонализиране на оформлението на главния дисплей. Отидете в раздел **Watch Face Setting** в приложението COROS, за да научите повече.

### Уиджети на главния дисплей

Имате лесен достъп до уиджетите от главния дисплей, плъзгайки нагоре и надолу. Натиснете винчето/ бутона CONFIRM, когато сте избрали уиджет за допълнителна информация.

#### Уиджет 1 – Widget 1

Показва калории, брояч на стъпки, времетраене на тренировки и изкачени етажи.

#### Уиджет 2 – Widget 2

Показва диаграма на сърдечния пулс за последните 6 часа и текущият сърдечен пулс. Натиснете, за да разгледате детайлна информация за вашия сърдечен пулс през последните 24 часа.

### Уиджет 3 – Widget 3

Показва диаграма на денивелацията за последните 6 часа. Натиснете, за да разгледате детайлна информация за денивелацията през последните 24 часа.

### Уиджет 4 – Widget 4

Показва диаграма на атмосферното налягане за последните 6 часа. Натиснете, за да разгледате детайлна информация за атмосферното налягане през последните 24 часа.

### Уиджет 5 – Widget 5

Показва диаграма на температурата за последните 6 часа. Натиснете, за да разгледате детайлна информация за температурата през последните 24 часа.

### Уиджети 6 – Widget 6

Показва смарт известия от вашия смартфон.

### Меню Toolbox

От главния дисплей на часовника натиснете и задръжте бутонът BACK/LAP, за да отворите менюто Toolbox. От там имате достъп до следните функции:

- Режим Do Not Disturb  
Изберете за да включите/изключите режима „**DND**“. Натиснете „Smart Notifications and DND mode“, за да научите повече.
- Аларма

Изберете, за да зададете нова аларма или да управлявате съществуващи аларми.

- Compass – изберете, за да отворите 3D компас с актуални GPS координати и данни за денивелацията.
- HR Measurement – изберете, за да засечете сърдечния си пулс.
- UltraMax – изберете, за да включите/изключите UltraMax GPS в режим на тренировка „Бягане на открито“.
- Navigation Settings – изберете, за достъп до настройките на навигацията; за да започнете да следвате маршрут и за да разгледате данните за денивелацията.
- Map – изберете, за да разгледате и следвате запазените маршрути, които са най-близо до вашето местоположение.
- Stopwatch – изберете, за да използвате функцията Хронометър.
- Timer – изберете, за да зададете нов таймер, с възможност за повторение на запазеното време.
- Watch face – изберете, за да промените дисплея на часовника и цветовата гама.
- Altitude Performance (налично за VERTIX) – изберете, за да проследите стойностите на кислород в кръвта (SpO2) при промяна на надморската височина.
- Night mode – (налично за VERTIX) – изберете, за да включите или изключите нощния режим, който представлява винаги включено слабо фоново осветление.

## 6. Меню и настройки на часовника

От главния дисплей на часовника, натиснете винчето/ бутона CONFIRM, за да отворите меню. Оттук можете да избирате режими на тренировка, да разглеждате историята на вашите тренировки чрез „AI Trainer“ и да промените допълнителни настройки чрез „System“. Персонализиране на менюто не се поддържа.

### System

В това меню можете да промените следните настройки:

- **Режим „Do Not Disturb“**

Изберете за да включите/изключите режима „DND“. Натиснете „Smart Notifications and DND mode“, за да научите повече.

- **Workout Interface - Оформление при режим Тренировки**

Оттук можете да избирате цвета на фона, размера на шрифта и функцията „auto scroll“. Ако размерът на шрифта е зададен на „large“, ще показва само цифри след като се задържите на даден раздел с данни за повече от 5 секунди.

- **Pair Phone – Сдвояване със смартфон устройството**

Изберете, за да отворите QR код за процеса на сдвояване на часовника с вашето смартфон устройство.

- **Accessories - Аксесоари**

Изберете, за да добавите нови аксесоари, поддържани от ANT+; за да управлявате вече добавени аксесоари или за да изпращате данните от пулсомера на вашия часовник към аксесоарите, поддържаните от ANT+.

- **Calibrate - Калибриране**

Изберете, за да калибрирате ръчно данните за денивелацията или използвайки GPS, както и за да калибрирате 3D компаса.

### More

В това меню можете да промените следните настройки:

- **Language – Език**

Оттук можете да избирате между английски език, опростен китайски език, традиционен китайски език, немски език, испански език или френски език.

- **Watch Face & Theme Color – Дисплей и цветове**

Оттук можете да избирате различно оформление на дисплея на часовника и различни опции за цветове.

- **Gesture Backlight** – Сензорно-задействащо се фоново осветление  
Оттук можете да промените опциите за сензорно-задействащото се фоново осветление.
- **Wrist Hand** – Активна Ръка  
Оттук можете да посочите ръката, върху която носите вашия часовник.
- **Digital Knob** – Дигитално винтче  
Оттук можете да избирате местоположението и посоката на въртене на главното винтче. Изберете опцията „Left” за местоположението на винтчето, за да по-добро изживяване като потребител десничар.
- **Vibration** - Вибрации  
Оттук можете да промените настройките за вибрацията на бутоните и известията за вашата активност.
- **Tones** - Звуци  
Оттук можете да промените настройките за звука на бутони, съобщения/обаждания, аларми известията за активност.
- **Auto Lock** – Автоматично заключване  
Оттук можете да промените опцията за автоматично заключване при режима в готовност /stand by/ и режима на тренировка.
- **Units** – Мерни единици  
Оттук можете да сменят между метрична и имперска система.
- **Date/Time** – Дата/Час  
Оттук можете да промените настройките, включително 24-часовия формат, Автоматично синхронизиране, Времева Зона и Дата/Час.
- **GPS**  
Оттук можете да промените режима на GPS за различни тренировки.

„GPS+GLONASS” може да изразходва повече батерия от „GPS Normal”.

Режима „UltraMax GPS” е наличен само за режим на тренировка „бягане на открито”. След като започнете тренировка „бягане на открито”, натиснете и задръжте бутона BACK/LAP, за да отворите менюто „Toolbox” и да намерите настройките за „UltraMax”.

- **GPS Satellite Location Data** – Данни за местоположение от сателит  
Оттук можете да разглеждате валидността на запазените данни от GPS. Обновете тази информация в приложението COROS и научете повече в раздела “GPS Satellite Data” в приложението COROS.
- **Altitude Mode** – Режим за надморска височина (само за модел VERTIX)  
Оттук можете да включите/изключите режим “Altitude”.
- **Device’s Info** - Информация  
Оттук можете да разгледате идентификационния код на вашето устройство и информацията за версията на софтуера и на модела устройство.
- **Reset All** – Нулиране на устройството  
Изберете, за да извършите пълно нулиране на устройството. Отидете в раздел „Reset” в приложението COROS, за да научите повече.
- **Turn Off** – Изключване  
Изберете, за да изключите устройството.

## 7. Грижа за часовника

Моля, почиствайте часовника след всяка тренировка използвайки лек разтвор от сапун и вода. Моля, оставете часовникът да изсъхне напълно преди отново да го ползвате. Пазете от замърсяване и замърсяващи частици пулсомерът и портът за зареждане. Избягвайте прекомерно излагане на екстремни температури. Моля, презареждайте часовника преди батерията да достигне 0%, за да удължите живота на батерията. Часовниците COROS не са подходящи за гмуркане. Такъв тип дейности могат да повредят часовника и не се покриват от гаранцията.

## 8. Гаранция и условия на гаранцията

Съгласно политиката на производителя „COROS“, чрез официалния вносител за България фирма „Рънинг Зоун ООД“ и чрез оторизирания дилър Varrío Sport ви дава гаранция от 2 (две) години за закупеното от вас устройство и 90 (деведесет) дни за закупените и прилежащи аксесоари (включително каишките на часовниците и кабелите за зареждане).

Гаранцията е валидна, ако по време на гаранционния срок устройството покаже дефект поради некачествени материали или неправилна изработка, при условие, че е използвано съгласно приложеното към нея ръководство за експлоатация. За всички дефекти през този период може да се обръщате към вносителя „Рънинг Зоун ООД“ или дилърът Varrío Sport.

> Гаранцията се отнася за устройства закупени от „Рънинг Зоун“ или от упълномощеният партньор Varrío Sport и е валидна на територията на ЕВРОПЕЙСКИЯ СЪЮЗ.

> Гаранцията се признава само срещу представяне на гаранционна карта.

За целите на тази временна гаранция, под „продукти“ да се разбират следните продукти на COROS, описани в долните редове:

- **Мултиспорт часовници – Multisport Watches**
- **Аксесоари – Accessories**
- **Дистанционни, каишки на часовници, кабели за зареждане и аксесоари**

## 9. Връщане и замяна

Продуктите, които са закупени онлайн от магазин [www.varriosport.bg](http://www.varriosport.bg), подлежат на връщане в рамките на срок, описан в раздела „Връщане и Замяна“ в сайта [www.varriosport.bg](http://www.varriosport.bg) и в общите условия на Varrío Sport. Продуктите трябва да са със ненарушена цялост и запазен оригинален търговски вид.

Желаем ви приятни мигове онлайн на [www.varriosport.bg](http://www.varriosport.bg) и вълнуващи outdoor приключения с вашия нов смарт часовник Coros.