

HASZNÁLATI ÚTMUTATÓ

Töltés indítása

- Keresse meg a töltőkábelt a COROS órájához.
- Dugja be a töltőkábelt USB adapterbe vagy számítógépbe.
- Csatlakoztassa a töltőkábelt a COROS órájához.
 - COROS APEX/APEX Pro/VERTIX
 - Győződjön meg róla, hogy a kábel megfelelően van csatlakoztatva a COROS órája hátlapjához.
 - A kábel nem mágneses, nem ugrik automatikusan a helyére.
 - COROS PACE
 - Helyezze a kábelt a COROS órája oldalához. Győződjön meg róla, hogy az óra és a kábel fémkapcsai összekapcsolódtak.
- A töltés megkezdésekor az óra automatikusan bekapcsolódik. Az óralap a pillanatnyi töltöttséget fogja mutatni.
- Amikor a töltés befejeződik, a COROS órájának lapján egy zöld kör és a 100%-os töltöttségi állapot fog megjelenni.

Edzés közbeni töltés

A COROS órák támogatják az edzés közbeni töltést. Gond nélkül tudja tölteni COROS óráját egy edzés rögzítése közben. A töltés nem fogja befolyásolni, megállítani vagy újraindítani a folyamatban lévő edzését.

Pillanatnyi töltöttség ellenőrzése

A COROS órájának pillanatnyi töltöttségét az alábbi lépéseket követve tudja ellenőrizni.

- Keresse meg ezt az ikont az órájának főóralapján. A mögötte lévő szám jelzi a töltöttségi szintet. Amennyiben nem találja az ikont, nyomja meg a BACK/LAP (VISSZA/KÖR) gombot, hogy változtassa a főóralapon megjelenő adatokat.
- A COROS alkalmazásban érintse meg az óra ábrát a Device (Eszköz) menüpontban miután hozzáadta a COROS óráját. Keresse meg ezt az ikont az óraazonosító alatt. A mögötte lévő szám jelzi a töltöttségi szintet.

Energiatakarékos működés alacsony töltöttségi szint esetén

Az alábbi lépések követésével ki tudja tolni a COROS órájának üzemidejét. Mindig töltsen fel az órát a 0%-ig való lemerülés előtt, hogy elkerülje az akkumulátor tartós károsodását.

- Kapcsolja ki a Gesture Backlightot (Kézmozdulati háttérvilágítás).
 - Main watch face (Főóralap) > System (Rendszer) > More Settings (További beállítások) > Gesture Backlightot (Kézmozdulati háttérvilágítás) > OFF (KI).
- Kapcsolja ki a rezgéseket.

- Main watch face (Főóralap) > System (Rendszer) > More Settings (További beállítások) > Vibration (Rezgés) > Key | Alert Vibration (Gomb | Riasztási rezgés) > OFF (KI).
- Kapcsolja ki a hangjelzéseket.
 - Main watch face (Főóralap) > System (Rendszer) > More Settings (További beállítások) > Tones (Hangjelzések) > Key | Msg. & Call | Alarm | Activity Alert Tones > (Gomb | Üzenet & Hívás | Ébresztő | Aktivitási riasztás hangjelzések > OFF (KI)
- Kapcsolja be az UltraMax GPS üzemmódot a kültéri futóedzésekhez.
 - Main watch face (Főóralap) > Run | Trail Run | Mtn Climb | Hike (Futás | Terepfutás | Hegymászás [elérhető a COROS APEX Pro/VERTIX-en] | Túrázás) > a Start (Kezdő) lapon nyomja meg és tartsa lenyomva a BACK/LAP (VISSZA/KÖR) gombot > UltraMax > ON (BE) > nyomja meg a BACK/LAP (VISSZA/KÖR) gombot a Start (Kezdő) lapra.
- Kapcsolja ki a telefonos értesítéseket.
 - A COROS alkalmazásban > Device (Eszköz) menüpont > Notifications (Értesítések) > Disable all notifications (Összes értesítés kikapcsolása) > ON (BE).
- Engedélyezze a Night Mode-ot (Éjszakai üzemmód) az éjszakai edzésekhez (nem elérhető a PACE-en).
 - Main watch face (Főóralap) > Toolbox/Quick Menu (Eszköztár/Gyorsmenü) > Night Mode (Éjszakai üzemmód).


Hibaelhárítás

- Ha az órája nem kapcsolódik be, és töltés után is lemerült állapotban van, kövesse az alábbi lépéseket órája újraindításához.
 - Töltse az órát legalább 2 órán keresztül akkor is, ha nem kapcsol be a képernyő.
 - Távolítsa el a töltőkábelt az óráról (ez a lépés nagyon fontos).
 - Nyomja meg és tartsa nyomva a bekapcsoló gombot legalább 15 másodpercig vagy ameddig a COROS logó meg nem jelenik.
 - Bekapcsoló gomb helye
 - COROS PACE - bal alsó gomb (CONFIRM [MEGERŐSÍTÉS] gomb)
 - COROS APEX - felső gomb (Tekerő gomb)
 - COROS APEX Pro - felső gomb (LIGHT (FÉNY) gomb)
 - COROS VERTIX - középső gomb (Tekerő gomb)
 - Ne nyomja meg egyszerre a COROS óráján található gombokat. Ellenkező esetben a COROS órája Inactive mode-ba (Inaktív üzemmód) lép, és nem fog reagálni a normál használatra és töltésre. Kapcsolja ki az órát, ha nem kívánja használni - Főóralap > System (Rendszer) > More Settings (További beállítások) > Turn Off (Kikapcsolás).

Ha az óra nem tartja stabilan a töltési állapotot, ellenőrizze, hogy az áramforrás feszültsége nem túl magas/alacsony. Váltson számítógépes vagy standard USB adapteres töltésre és próbálja meg újra.

Ellenőrizze, hogy a fémkapcsok nem szennyezettek. Távolítsa el a kábelt az áramforrástól, és mossa le az órát és a kábelt. Hagyja megszáradni és próbálja újra.

COROS órájának beállításához és használatához szüksége lesz egy iOS vagy Android (Android 5.0 vagy frissebb) rendszeren futó okostelefonhoz és a COROS alkalmazáshoz. COROS órájának okostelefonhoz való csatlakoztatásához kövesse az alábbi lépéseket.

- Győződjön meg róla, hogy a telefonja csatlakozik WiFi vagy mobilhálózathoz.
- Kapcsolja be telefonján a Bluetooth funkciót.
- Töltse le és telepítse a COROS alkalmazást az iOS App Store-ból vagy a Google Play Store-ból.
 - Android felhasználók az alábbi linkről közvetlenül is le tudják tölteni az apk fájlt a COROS alkalmazás letöltéséhez.
 - <https://d31oxp44ddzkyk.cloudfront.net/apk/426242068348780544.apk>
- Nyissa meg a COROS alkalmazást és jelentkezzen be a COROS fiókjába.
- Az alsó mezőről lépjen a Device (Eszköz) menüpontba , érintse meg az „Add New Device” (Új eszköz hozzáadása) opciót és válassza ki a megfelelő modellt.
- A COROS alkalmazás segítségével olvassa be a COROS óráján megjelenő QR kódot. Ha eltűnt a QR kód az órájáról, így tudja visszahozni - Főóralap > System (Rendszer) > Pair Phone (Telefon párosítása).
- Amennyiben nem kívánja beolvasni a kódot, érintse meg a „Pair COROS Watch Manually” (COROS óra kézi párosítása) opciót, és válassza ki a helyes modellt a listából.
- Fogadja el a Bluetooth kapcsolódási kérést telefonján, és adja meg a megfelelő hozzáférést COROS órájának. Ellenkező esetben néhány funkció, például értesítések és párosítás, nem biztos, hogy működni fog.
- Végezze el a rendszer beállítását, amely során határozza meg, hogy melyik kezén viseli az órát, állítsa be a tekerő gomb helyét, értesítési preferenciáit és egyéb paramétereket a COROS alkalmazásban.
- Szükség esetén frissítse COROS óráján a szoftvert.

COROS órájának leválasztása

- Nyissa meg a COROS alkalmazást és lépjen a Device (Eszköz) menüpontba.
- Érintse meg az óra ábrát, görgessen le és válassza a Remove (Eltávolítás) opciót.
- Az óra eltávolítása a COROS alkalmazásból nem törli a COROS fiókjába mentett adatokat.
- Nyissa meg a Bluetooth beállításokat a telefonján és törölje/felejtse el a COROS óráját.

Párosítsa COROS óráját egy új telefontal vagy COROS fiókkal

- Válassza le COROS óráját a régi telefonjáról vagy COROS fiókjáról.
- Ha nem tudja teljesen leválasztani COROS óráját, vissza kell állítania az órát - Főóralap > System (Rendszer) > More Settings (További beállítások) > Reset All (Mindent visszaállít).
- Jelentkezzen be az új telefonjával COROS fiókjába.
- Kövesse a fent leírt párosítási folyamatot.

Hibaelhárítás

Amennyiben nem tudja csatlakoztatni az óráját a COROS alkalmazáshoz, vagy értesítési problémák jelennek meg az órán, kövesse az alábbi lépéseket a Bluetooth kapcsolat helyreállításához.

- A COROS alkalmazás Device (Eszköz) menüpontjában érintse meg az óra ábrát és keresse meg alul a „Remove” (Eltávolítás) opciót. Érintse meg, hogy eltávolítsa az eszközt a COROS alkalmazásból.
- Az okostelefonjának Bluetooth beállításainál törölje/felejtse el az órát.
- Indítsa újra a telefont és az órát is.
- Kövesse a fent leírt párosítási folyamatot az óra csatlakoztatásához.

Ezen kívül megpróbálhatja kényszerített újraindítással újraindítani az óráját. Nyomja meg és tartsa nyomva a bekapcsoló gombot legalább 15 másodpercig vagy ameddig a COROS logó meg nem jelenik.

iPhone problémák:

Nyissa meg a rendszerbeállításokat a telefonján és ellenőrizze, hogy letiltotta-e a COROS alkalmazás Bluetooth hozzáférését.

- Nyissa meg - iPhone > Settings (Beállítások) > Privacy (Adatvédelem) > Bluetooth > COROS > ON (BE).
- Nyissa meg - iPhone > Settings (Beállítások) > Bluetooth > COROS PACE > „i” > Share System Notifications (Rendszerértesítések megosztása) > ON (BE)

Android 10 problémák:

Sajnos előfordultak Bluetooth csatlakozási hibák Android 10 felhasználóknál, például leválasztás után nem lehetett újracsatlakozni. A COROS nem változtatott a COROS alkalmazáson és termékeken Bluetooth csatlakozás szempontjából. Tesztelés és kutatómunka után arra a következtetésre jutottunk, hogy a Bluetooth csatlakozási hibát az Android 10 BLE csatlakozással rendelkező eszközökkel való Bluetooth kompatibilitása okozza.

Sajnálatos módon Bluetooth eszközök gyártójaként a COROS-nak korlátozott lehetőségei vannak a hiba javítására anélkül, hogy az Android kiadna frissítést az Android 10 felhasználóknak a Bluetooth kapcsolódás javítására. Az Android híres arról, hogy jelentős frissítéseket ad ki anélkül, hogy minden eszközön alaposan tesztelnék a kompatibilitást. Jó hír azonban, hogy lehetséges, hogy az Android hamarosan kiadja az új frissítést.

Bár ez a hiba nem az órához köthető, néhány lehetséges megoldás segítséget tud nyújtani.

Frissítse Android 10 rendszerét amint az új frissítés elérhető. A COROS mérnökcsapata kapcsolatba lépett az Androiddal a probléma miatt.

Próbálja meg az alábbi megoldásokat a hiba átmeneti elhárításához. Nem garantáljuk, hogy biztosan működni fognak, de ez a legtöbb amit jelenleg tenni tudunk.

- Távolítsa el az órát a COROS alkalmazásból.

- Indítsa újra a telefonját.

- Kapcsolja be a repülési üzemmódot a telefonján.

- Engedélyezze a GPS-t.

- Várjon 30 másodpercet és kapcsolja ki a repülési üzemmódot.

- Párosítsa az óráját a COROS alkalmazáshoz a „pair manually” (kézi párosítás) opcióval a kód beolvasása helyett.

MEGJEGYZÉS: A bluetooth fülhallgatók Bluetooth 2.0-t (klasszikus bluetooth) használnak, míg az okos eszközök általában Bluetooth 4.0/5.0-t (BLE). Ez a két protokoll és rendszer egymástól eltérő.

COROS PACE

A COROS PACE óraszíjak eltávolításához és cseréjéhez egy eltávolító eszközre van szüksége. A COROS.com-on megvásárolható csereszíjak mindegyikéhez mellékelünk egy eltávolító eszközt.

- Fejtse le az eltávolító eszközt a tartójáról a két végének megcsavarásával.
- Óvatosan csavarozza ki a szíjat.
- Távolítsa el a csapot a szíjról.
- Helyezze a csapot az új szíjra.
- Erősítse az új szíjat a COROS PACE órájához.

COROS APEX

A COROS APEX 42 mm-es óraszíjak 20 mm szélesek és kompatibilisek néhány más gyártótól származó gyorszáras szíjjal.

A COROS APEX 46 mm-es óraszíjak 22 mm szélesek és kompatibilisek a COROS APEX Pro szíjával, és néhány más gyártótól származó gyorszáras szíjjal.

- Keresse meg a fémcsapot a szíjon.
- Csúsztassa a csapot a reteszen, hogy eltávolítsa a régi szíjat.
- Csúsztassa a csapot a reteszen, hogy felhelyezze az új szíjat.

COROS APEX Pro

A COROS APEX Pro óraszíjak 22 mm szélesek és kompatibilisek a COROS APEX 46mm szíjával, és néhány más gyártótól származó gyorszáras szíjjal.

- Keresse meg a fémcsapot a szíjon.
- Csúsztassa a csapot a reteszen, hogy eltávolítsa a régi szíjat.
- Csúsztassa a csapot a reteszen, hogy felhelyezze az új szíjat.

COROS VERTIX

A COROS VERTIX óraszíjak 22 mm szélesek és kompatibilisek néhány más gyártótól származó gyorszáras szíjjal.

- Keresse meg a kapcsot a szíjon.
- Csúsztassa a kapcsot a szíj eltávolításához.
- Pattintsa az új szíjat a helyére.

A COROS óraszíjak garanciája

A COROS 90 napos garanciát vállal az óraszíjakra. A garancia érvényesítéséhez vegye fel a kapcsolatot a support@coros.com címen, csatoljon egy fényképet a szíjról és az óraszíj rendelési igazolásáról.

Rendeljen eredeti COROS csereszíjat a coros.com webhelyről, az Amazonról vagy más hivatalos viszonteladótól. A más gyártótól származó csereszíjak nem biztos, hogy illeni fognak a COROS órájára.

Start (Start)

Az óra főóralapjáról nyomja meg egyszer a CONFIRM (MEGERŐSÍTÉS) gombot a System (Rendszer) menüpont megnyitásához. Az indításhoz görgessen a kívánt edzéstípushoz.

Győződjön meg róla, hogy a Start (Start) lapon elvégezte a megfelelő beállításokat. Várjon az edzés megkezdésével addig, amíg a pulzus és GPS jelet teljesen megtalálja az óra. Egyéb esetben a pulzusérték és a GPS mérési pontossága jelentősen eltérhet. Ha ANT+ kiegészítőt használ, várjon arra, hogy a fehér kiegészítő ikon kész állapotba kerüljön.



Pause (Megállítás)

Nyomja meg egyszer a CONFIRM (MEGERŐSÍTÉS) gombot az aktuális edzés megállításához. Az állásidő alatt a megállított időmérő és a pillanatnyi pulzusérték látható lesz a képernyőn. Az alábbi listában megtalálja az edzéstípustól függő összes vagy majdnem összes opciót.

Resume (Folytatás)

- Válassza ki az edzés folytatását.

Lane 1 400M (1-es pálya, 400M)

- Válassza ki a pálya változtatásához amelyen fut.

Finish (Befejezés)

- Válassza ki az edzés befejezéséhez.
- COROS APEX/APEX Pro/VERTIX felhasználók 3 másodpercig tartásuk nyomva a gombot az edzés befejezéséhez.

Details (Részletek)

- Válassza ki, hogy megtekintse a részletes edzésadatokat.

Laps (Körök)

- Válassza ki, hogy megtekintse az egyes körök távolságát, idejét és tempóját/sebességét. Ha a körök típusai bemelegítés, levezetés vagy pihenés, akkor a W (bemelegítés), C (levezetés) és R (pihenés) jelzésekkel lesznek ellátva.

Resume later (Későbbi folytatás)

- Válassza ki ahhoz, hogy elmentse a pillanatnyi értékeket, ideiglenesen kiléphessen az edzésből, és visszaléphessen a főoldalra. Ez segít megőrizni a jó üzemidőt több napos tevékenységek során.
- Az alább felsorolt edzéstípusok esetén elérhető.
 - Trail Run (Terepfutás)
 - Mountain Climb (Hegymászás)
 - Hike (Túrázás)
 - Bike (Kerékpározás)
- A hardver korlátozásai miatt a PACE készülékeken nem érhető el.

A Triatlon üzemmód nem támogatja a megállított lapot. Nyomja meg a CONFIRM (MEGERŐSÍTÉS) gombot a váltásba lépéshez. Nyomja meg a BACK/LAP (VISSZA/KÖR) gombot a váltás lapon, hogy visszatérjen az aktuális edzéshez. A triatlon edzés csak egészében fejezhető be, korábban nem.

Finish (Befejezés)

Az edzés befejezése után az edzés részletei képernyő fog megjelenni. Ha több kör vagy edzés került rögzítésre, a lap alján választhatja ki a kör részletes adatainak megtekintését.

A COROS óráján korábban elmentett edzések eléréséhez nyissa meg az AI Trainer (MI edző) menüpontot a főmenüben, és görgessen le.

Ha problémába ütközik az edzés befejezésével, olvassa el ezt [blogot](#) további segítségért.

Óra útmutató

- [A COROS VERTIX óra működtetése](#)
- [A COROS APEX Pro óra működtetése](#)
- [A COROS APEX óra működtetése](#)
- [A COROS PACE óra működtetése](#)

Az edzés befejezése után az óra automatikusan szinkronizálja az adatokat a telefonján lévő COROS fiókjába, amint a Bluetooth kapcsolat létrejön. Ha nem látja a feltöltött adatokat a COROS alkalmazásban, érintse meg a Today (Ma) lapot, húzza le és engedje el a lapot, amíg a felső rész nem mutatja, hogy a szinkronizálás folyamatban van.

Adatszinkronizálás megghiúsult

Ha problémákat tapasztal az adatok szinkronizálásával az óra és a COROS alkalmazása között, kövesse az alábbi lépéseket.

- Ellenőrizze, hogy az edzésadatai megfelelően vannak-e elmentve a COROS óráján.
 - Főóralap > AI Trainer (MI Edző) > görgessen le és válassza ki a megtekinteni kívánt edzéseket.
- Indítsa újra telefonján a Bluetooth funkciót.
- Győződjön meg róla, hogy a Bluetooth kapcsolat létrejött az óra és a telefonja között.
- Nyissa meg a COROS alkalmazást és végezze el a kézi szinkronizálást a Today (Ma) lapon a lap lehúzásával és elengedésével.

Ha a probléma továbbra is fennáll, kövesse az alábbi lépéseket.

- A COROS alkalmazás Device (Eszköz) menüpontjában érintse meg az óra ábrát és keresse meg alul a „Remove” (Eltávolítás) opciót. Érintse meg, hogy eltávolítsa az eszközt a COROS alkalmazásból.
- Az okostelefonja Bluetooth kapcsolat lapján törölje/felejtse el az órát.
- Indítsa újra a telefont és az órát is.
- Párosítsa az órát a telefonjához a COROS alkalmazáson keresztül.

Ha a probléma továbbra is fennáll, ellenőrizze az iOS App store/Google Play store-t COROS alkalmazás frissítésekért.

Ne törölje a COROS alkalmazást adatszinkronizálási problémák esetén. Ellenkező esetben az adatai véglegesen elveszhetnek. Kövesse az alábbi lépéseket ha további segítségre van szüksége a COROS-tól.

- Küldjön visszajelzést a COROS alkalmazáson > Profile (Profil) lap > Feedback (Visszajelzés) > írja le a probléma részleteit és nyomjon a „Submit” (Beküldés) gombra.
- Vegye fel a kapcsolatot a support@coros.com címen és írja meg a COROS fiókhöz tartozó e-mai címét.

COROS PACE paraméterek összehasonlítása

	COROS PACE	COROS PACE 2
Watch Size	46mm	42mm
Screen Size	1.2 inch	1.2 inch
CPU	-	1.5x more powerful
RAM	-	5x larger
Storage	-	4x larger
Weight (With Watch Band)	48g	29g with nylon band
GPS Battery Life	25 hrs	30 hrs
UltraMax	50 hrs	60 hrs
Standby Battery	30 days	20 days
Control	4 Buttons	Digital Dial + 1 Button
Night Mode	No	Yes
Watch Band	Screwdriver replacement	Quick Release
Water Resistance Rating	5 ATM	5 ATM
Charger	Clip	Plug-in

Ugyan az a 1.2 colos kijelzőméret jobb anyagminőséggel (Corning® Glass üveg)

Same 1.2-inch
screen size



COROS PACE

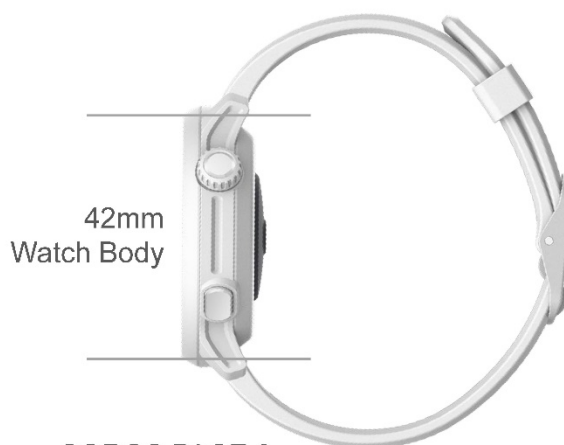


COROS PACE 2

Kisebb óratest jobb GPS üzemidő (30 óra teljes GPS üzemmódban/60 óra UltraMaxon)



COROS PACE



COROS PACE 2

Nyelvválasztás

- A COROS óra első bekapcsolásánál vagy visszaállításánál tud rendszernyelvet választani
- A főóralapról > System (Rendszer) > More settings (További beállítások) > Languages (Nyelvek)

A COROS órák az alábbi nyelveket támogatják: English, 简体中文, 繁体中文, Deutsch, Español, Français, Polski, ภาษาไทย, 日本語. További nyelvek elérhetők lesznek későbbi szoftververziókban.

Változtassa meg a csuklót, a tekerőgomb irányát és helyét

- A COROS alkalmazásban
 - - Válassza ki, hogy melyik csuklón hordja az órát és a gomb helyét a COROS alkalmazáshoz való első párosítási folyamat során.
- A COROS órán
 - - Main watch face (Főóralap) > System (Rendszer) > More Settings (További beállítások) > Wrist hand (Csukló) > Left | Right (Bal | Jobb).
 - - Main watch face (Főóralap) > System (Rendszer) > More Settings (További beállítások) > Digital Dial (Tekerőgomb) > Dial Location (Tekerőgomb helye) > Left | Right Side (Bal | Jobb oldal).
 - - Main watch face (Főóralap) > System (Rendszer) > More Settings (További beállítások) > Digital Dial (Tekerőgomb) > Dial Orientation (Tekerőgomb iránya) > Clockwise Down | Up (Óramutató járása szerint | ellentétesen).

Véletlenül rossz nyelvet választott ki

Ha az óra csatlakoztatva van a COROS alkalmazáshoz, vissza tudja állítani az órát az alkalmazásból. A visszaállítás elvégzése után válassza ki a megfelelő nyelvet az órán.

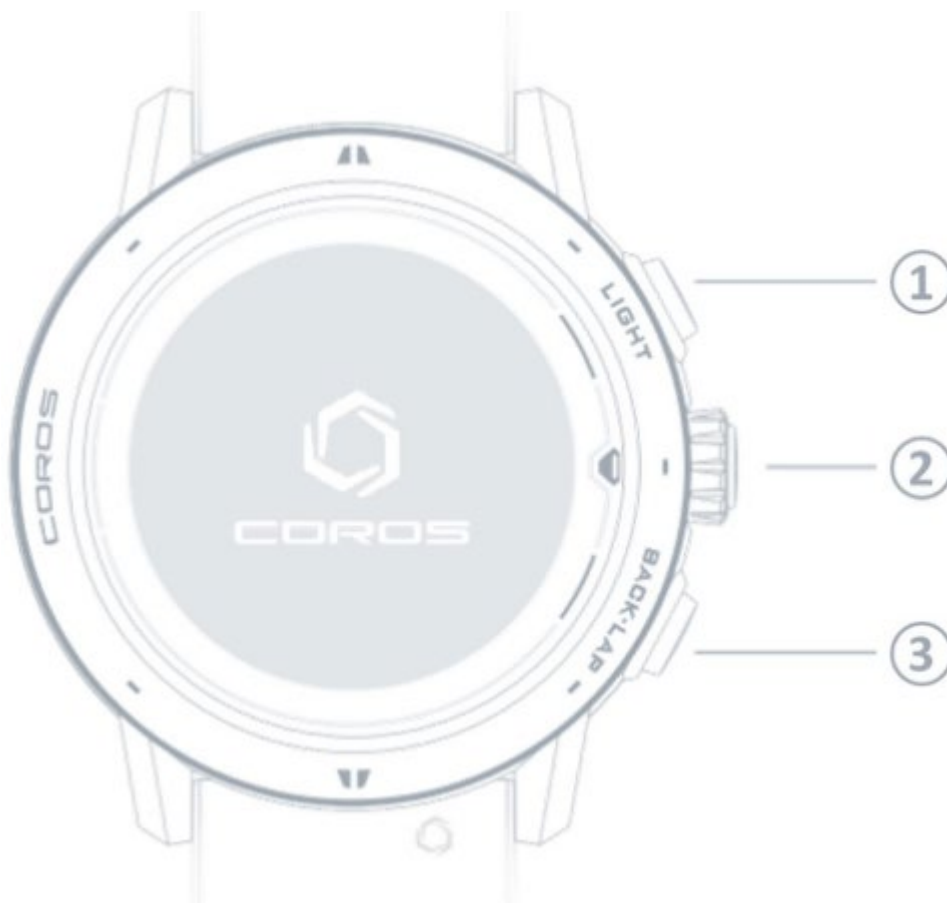
- COROS alkalmazás > Device (Eszköz) lap > érintse meg az óra ábrát az új lap megnyitásához > görgessen le és érintse meg a „Reset” (Visszaállítás) opciót.
- Az óra visszaállítása nem törli a COROS fiókban/alkalmazásban tárolt adatokat. Azonban az órán tárolt adatok törlődni fognak. Szinkronizálja az órát a COROS alkalmazással a visszaállítás előtt.

COROS APEX PRO

Bekapcsolás, kikapcsolás, újraindítás és visszaállítás

- - Bekapcsolás
 - Nyomja meg és tartsa nyomva a felső gombot (LIGHT [FÉNY]) legalább 2 másodpercig vagy ameddig a COROS logó meg nem jelenik.
- - Kikapcsolás
 - Main watch face (Főóralap) > System (Rendszer) > More Settings (További beállítások) > Turn Off (Kikapcsolás).
- - Újraindítás
 - Nyomja meg és tartsa nyomva a felső gombot (LIGHT [FÉNY]) legalább 15 másodpercig vagy ameddig a COROS logó meg nem jelenik.
 - Vagy kapcsolja ki az órát úgy, hogy Main watch face (Főóralap) > System (Rendszer) > More Settings (További beállítások) > Turn Off (Kikapcsolás). Ezután kapcsolja be újra.
- - Visszaállítás
 - Main watch face (Főóralap) > System (Rendszer) > More Settings (További beállítások) > Reset All (Minden visszaállítása).

Eszköz áttekintés



- 1 (LIGHT [FÉNY])
 - - Nyomja meg, hogy aktiválja és deaktiválja a háttérvilágítást
 - - Tartsa nyomva, hogy be- és kikapcsolja az órát.

- 2 (Tekerőgomb/CONFIRM [MEGERŐSÍTÉS])
 - - Tekerje a választási lehetőségek közötti görgetéshez
 - - Tekerje a napi widgetek váltásához
 - - Tekerje az adatlap váltásához az edzés üzemmódokban
 - - Tekerje a Navigation (Navigáció) üzemmódban a közelítéshez és távolításhoz
 - - Nyomja meg a választás megerősítéséhez
 - - Nyomja meg a főmenü megnyitásához
 - - Tartsa nyomva az edzés befejezéséhez
- 3 (BACK/LAP [VISSZA/KÖR])
 - - Nyomja meg az előző lapra való visszatéréshez
 - - Nyomja meg a köridő vagy pihenőidő rögzítéséhez az edzések alatt
 - - Nyomja meg az Interval Training (Intervall edzés) üzemmódban a következő edzésre ugráshoz
 - - Nyomja meg a főóralapon egy másik adatlap megjelenítéséhez
 - - Tartsa nyomva a Toolbox (Eszköztár)/gyors elérés menü megnyitásához
 - - Tartsa nyomva a Stopwatch (Stopper) és Timer (Időzítő) lapokról való kilépéshez

Nem tudja bekapcsolni a COROS óráját?

- Töltse az órát legalább 2 órán keresztül akkor is, ha nem kapcsol be a képernyő.
- Távolítsa el a töltőkábelt az óráról (ez a lépés nagyon fontos).
- Nyomja meg és tartsa nyomva a LIGHT (FÉNY) gombot legalább 15 másodpercig vagy ameddig a COROS logó meg nem jelenik az óra újraindításához.

Ne nyomja meg egyszerre a COROS óráján található gombokat. Ellenkező esetben az órája Inactive mode-ba (Inaktív üzemmód) lép, és nem fog reagálni a normál használatra és töltésre. Kapcsolja ki az órát ha nem kívánja használni - Főóralap > System (Rendszer) > More Settings (További beállítások) > Turn Off (Kikapcsolás).

Nem tudja feloldani a COROS óráját?

Ha egy kis lakat szimbólum jelenik meg a képernyőn a gombok nyomása közben, először fel kell oldania az órát. Ez megakadályozza a gombok félrenyomását, amely befolyásolhatja a napi és az edzés közbeni használatot. Az Auto Lock (Automatikus lezárás) üzemmódtól függően az alábbiak szerint tudja feloldani a kijelzőt.

- Automatikus zárás - Tartsa lenyomva a feloldáshoz
 - - Nyomja meg és tartsa lenyomva a tekerőgombot vagy a BACK/LAP (VISSZA/KÖR) gombot a képernyő feloldásához.
- Automatikus lezárás - Tekerje a feloldáshoz
 - - Tekerje a tekerőgombot bármelyik irányba amíg a lezárást jelző szimbólum el nem tűnik.
- Az alábbiak szerint tudja állítani az Auto Lock (Automatikus lezárás) üzemmód beállításait:
 - - Main watch face (Főóralap) > System (Rendszer) > More Settings (További beállítások) > Auto Lock (Automatikus lezárás) > Standby Mode | Workout Mode (Készenléti üzemmód | Edzés üzemmód) >

Scroll to Unlock | Hold to Unlock | OFF (Tekerje a feloldáshoz | Tartsa lenyomva a feloldáshoz | KI)

- Az Auto Lock (Automatikus zárás) üzemmód aktiválása után a képernyő automatikus lezár amennyiben:
 - - a képernyő Standby (Készenléti) üzemmódban 2 percig érintetlen
 - - a képernyő Workout (Edzés) üzemmódban 10 percig érintetlen

COROS APEX

Bekapcsolás, kikapcsolás, újraindítás és visszaállítás

- - Bekapcsolás
 - Nyomja meg és tartsa nyomva a felső gombot (Digital Dial/CONFIRM [Tekerőgomb/FÉNY]) legalább 2 másodpercig, ameddig a COROS logó meg nem jelenik.
- - Kikapcsolás
 - Main watch face (Főóralap) > System (Rendszer) > More Settings (További beállítások) > Turn Off (Kikapcsolás).
- - Újraindítás
 - Nyomja meg és tartsa nyomva a felső gombot (Digital Dial/CONFIRM [Tekerőgomb/FÉNY]) legalább 15 másodpercig, ameddig a COROS logó meg nem jelenik.
 - Vagy kapcsolja ki az órát úgy, hogy Main watch face (Főóralap) > System (Rendszer) > More Settings (További beállítások) > Turn Off (Kikapcsolás). Ezután kapcsolja be újra.
- - Visszaállítás
 - Main watch face (Főóralap) > System (Rendszer) > More Settings (További beállítások) > Reset All (Minden visszaállítása).

Eszköz áttekintése



- 1 (Tekerőgomb/CONFIRM [MEGERŐSÍTÉS])
 - - Tekerje a választási lehetőségek közötti görgetéshez
 - - Tekerje a napi widgetek váltásához
 - - Tekerje az adatlap váltásához az edzés üzemmódokban
 - - Tekerje a Navigation (Navigáció) üzemmódban a közelítéshez és távolításhoz
 - - Nyomja meg a választás megerősítéséhez
 - - Nyomja meg a főmenü megnyitásához
 - - Tartsa nyomva az edzés befejezéséhez
 - - Tartsa nyomva, hogy be- és kikapcsolja az órát.
- 2 (BACK/LAP [VISSZA/KÖR])
 - - Nyomja meg az előző lapra való visszatéréshez
 - - Nyomja meg a köridő vagy pihenőidő rögzítéséhez az edzések alatt
 - - Nyomja meg az Interval Training (Intervall edzés) üzemmódban a következő edzésre ugráshoz
 - - Nyomja meg a főóralapon egy másik adatlap megjelenítéséhez
 - - Tartsa nyomva a Toolbox (Eszköztár)/gyors elérés menü megnyitásához
 - - Tartsa nyomva a Stopwatch (Stopper) és Timer (Időzítő) lapokról való kilépéshez

Nem tudja bekapcsolni a COROS óráját?

- Töltse az órát legalább 2 órán keresztül akkor is, ha nem kapcsol be a képernyő.
- Távolítsa el a töltőkábelt az óráról (ez a lépés nagyon fontos).
- Nyomja meg és tartsa nyomva a Tekerőgombot legalább 15 másodpercig vagy ameddig a COROS logó meg nem jelenik az óra újraindításához.

Ne nyomja meg egyszerre a COROS óráján található gombokat. Ellenkező esetben az órája Inactive mode-ba (Inaktív üzemmód) lép, és nem fog reagálni a normál használatra és töltésre. Kapcsolja ki az órát ha nem kívánja használni - Főóralap > System (Rendszer) > More Settings (További beállítások) > Turn Off (Kikapcsolás).

Nem tudja feloldani a COROS óráját?

Ha egy kis lakat szimbólum jelenik meg a képernyőn a gombok nyomása közben, először fel kell oldania az órát. Ez megakadályozza a gombok félrenyomását, amely befolyásolhatja a napi és az edzés közbeni használatot. Az Auto Lock (Automatikus lezárás) üzemmódtól függően az alábbiak szerint tudja feloldani a kijelzőt.

- Automatikus zárás - Tartsa lenyomva a feloldáshoz
 - - Nyomja meg és tartsa lenyomva a tekerőgombot vagy a BACK/LAP (VISSZA/KÖR) gombot a képernyő feloldásához.
- Automatikus lezárás - Tekerje a feloldáshoz
 - - Tekerje a tekerőgombot bármelyik irányba amíg a lezárást jelző szimbólum el nem tűnik.
- Az alábbiak szerint tudja állítani az Auto Lock (Automatikus lezárás) üzemmód beállításait:
 - - Main watch face (Főóralap) > System (Rendszer) > More Settings (További beállítások) > Auto Lock (Automatikus lezárás) > Standby Mode | Workout Mode (Készenléti üzemmód | Edzés üzemmód) > Scroll to Unlock | Hold to Unlock | OFF (Tekerje a feloldáshoz | Tartsa lenyomva a feloldáshoz | KI)
- Az Auto Lock (Automatikus zárás) üzemmód aktiválása után a képernyő automatikus lezár amennyiben:
 - - a képernyő Standby (Készenléti) üzemmódban 2 percig érintetlen
 - - a képernyő Workout (Edzés) üzemmódban 10 percig érintetlen

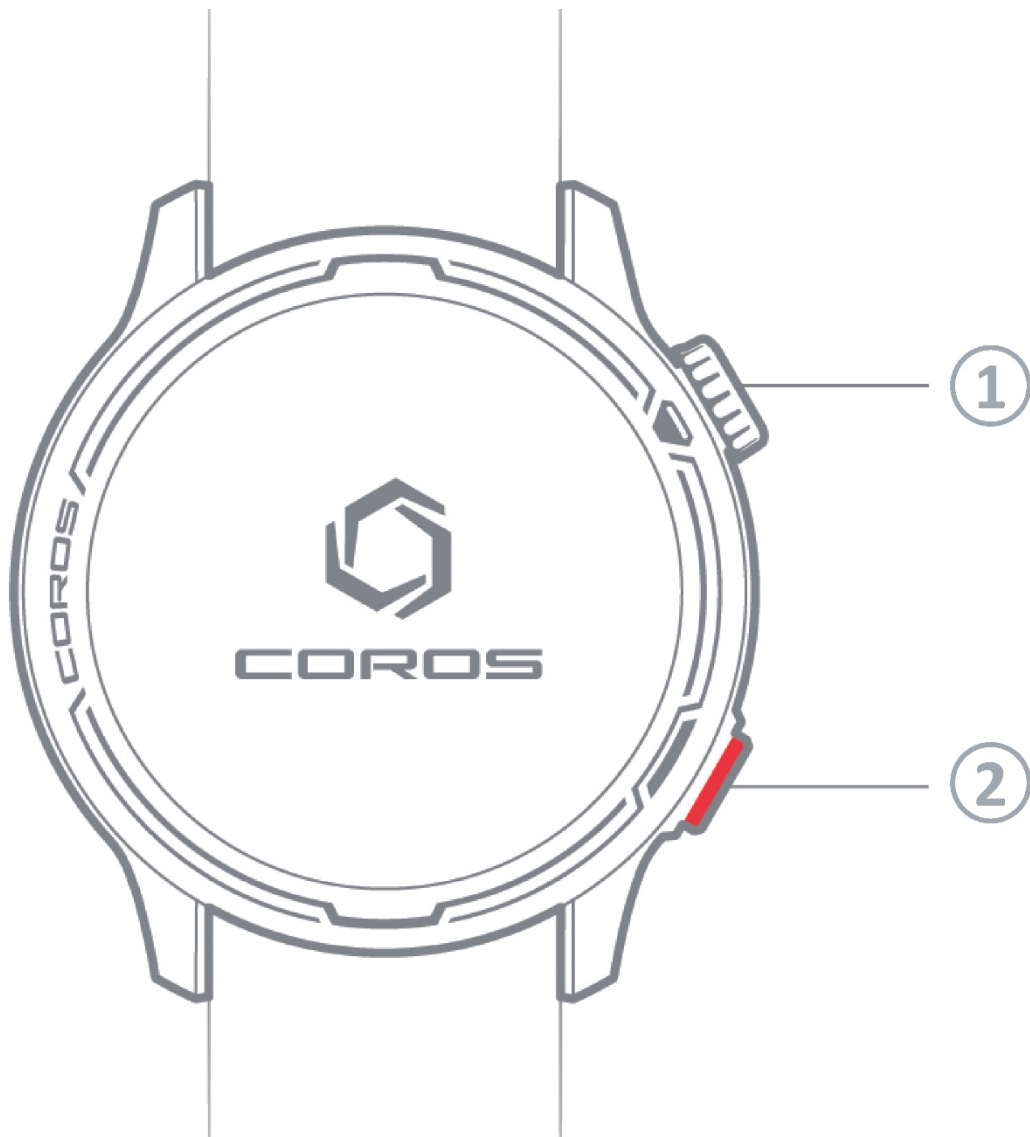
COROS PACE 2

Bekapcsolás, kikapcsolás, újraindítás és visszaállítás

- Start (Start)
 - Nyomja meg és tartsa nyomva az alsó gombot (POWER/ BACK [FÉNY]) legalább 2 másodpercig vagy ameddig a COROS logó meg nem jelenik.
- Kikapcsolás
 - Main watch face (Főóralap) > System (Rendszer) > More Settings (További beállítások) > Turn Off (Kikapcsolás).
- Újraindítás

- Nyomja meg és tartsa nyomva az alsó gombot (POWER/ BACK [FÉNY]) legalább 15 másodpercig vagy ameddig a COROS logó meg nem jelenik.
- Vagy kapcsolja ki az órát úgy, hogy Main watch face (Főóralap) > System (Rendszer) > More Settings (További beállítások) > Turn Off (Kikapcsolás). Ezután kapcsolja be újra.
- Visszaállítás
 - Main watch face (Főóralap) > System (Rendszer) > More Settings (További beállítások) > Reset All (Minden visszaállítása).
 - Az óra visszaállítása nem törli a COROS fiókban/alkalmazásban tárolt adatokat.

Eszköz áttekintése



- 1 (Tekerőgomb/CONFIRM [MEGERŐSÍTÉS])
 - Tekerje a választási lehetőségek közötti görgetéshez
 - Tekerje a napi widgetek váltásához
 - Tekerje az adatlap váltásához az edzés üzemmódokban

- Nyomja meg a választás megerősítéséhez
- Nyomja meg a főmenü megnyitásához
- Tartsa nyomva az edzés befejezéséhez
- 2 (BACK/LAP/POWER [VISSZA/KÖR/BEKAPCSOLÁS]):
 - Nyomja meg az előző lapra való visszatéréshez
 - Nyomja meg a köridő vagy pihenőidő rögzítéséhez az edzések alatt
 - Nyomja meg az Interval Training (Intervall edzés) üzemmódban a következő edzésre ugráshoz
 - Nyomja meg a főóralapon egy másik adatlap megjelenítéséhez
 - Tartsa nyomva a Toolbox (Eszköztár)/gyors elérés menü megnyitásához
 - Tartsa nyomva az olyan további funkciókhoz, mint a Stopwatch (Stopper) és Timer (Időzítő) lapokról való kilépéshez
 - Tartsa nyomva, hogy be- vagy kikapcsolja az órát.

Nem tudja bekapcsolni a COROS óráját?

- Töltse az órát legalább 2 órán keresztül akkor is, ha nem kapcsol be a képernyő.
- Távolítsa el a töltőkábelt az óráról (ez a lépés nagyon fontos).
- Nyomja meg és tartsa nyomva a POWER (BEKAPCSOLÁS) gombot legalább 15 másodpercig vagy ameddig a COROS logó meg nem jelenik az óra újraindításához.

Ne nyomja meg egyszerre a COROS óráján található gombokat. Ellenkező esetben az órája Inactive mode-ba (Inaktív üzemmód) lép, és nem fog reagálni a normál használatra és töltésre. Kapcsolja ki az órát ha nem kívánja használni - Főóralap > System (Rendszer) > More Settings (További beállítások) > Turn Off (Kikapcsolás).

Nem tudja feloldani a COROS óráját?

Ha egy lakat szimbólum jelenik meg a képernyőn a gombok nyomása közben, először fel kell oldania az órát. Ez megakadályozza a gombok félrenyomását, amely befolyásolhatja a napi és az edzés közbeni használatot. Az Auto Lock (Automatikus lezárás) üzemmódtól függően az alábbiak szerint tudja feloldani a kijelzőt.

- Automatikus zárás - Tartsa lenyomva a feloldáshoz
 - Nyomja meg és tartsa nyomva a tekerőgombot vagy a BACK/LAP (VISSZA/KÖR) gombot a képernyő feloldásához.
- Automatikus lezárás - Tekerje a feloldáshoz
 - Tekerje a tekerőgombot bármelyik irányba amíg a lezárást jelző szimbólum el nem tűnik.

Az alábbiak szerint tudja állítani az Auto Lock (Automatikus lezárás) üzemmód beállításait:

- Main watch face (Főóralap) > System (Rendszer) > More Settings (További beállítások) > Auto Lock (Automatikus lezárás) > Standby Mode | Workout Mode (Készenléti üzemmód | Edzés üzemmód) > Scroll to Unlock | Hold to Unlock | OFF (Tekerje a feloldáshoz | Tartsa lenyomva a feloldáshoz | KI)

- Az Auto Lock (Automatikus zárás) üzemmód aktiválása után a képernyő automatikus lezár amennyiben:
 - - a képernyő Standby (Készenléti) üzemmódban 2 percig érintetlen
 - - a képernyő Workout (Edzés) üzemmódban 10 percig érintetlen

Az elem behelyezése

- Távolítsa el a csomagolást, hogy elérje a POD-ot (teljesítmény-optimalizáló eszköz) és az egy CR2032 elemet.
- Távolítsa el a fekete szilikontokat, hogy elérje az ezüst POD-ot.
- Keresse meg az elemfedelelet a hátsó végen. Húzza a szélét az óramutató járásával ellentétes irányba addig amíg az „unlock” (feloldás) ikonra ér.
- Stabílan helyezze a CR2032 elemet az elemfedélbe úgy, hogy a (+) jel a fedél felé néz.
 - Helyezze az elemet a fedélbe, ne a POD-ba. Ellenkező esetben sérülhet a POD a fedél felhelyezésekor.
- Helyezze be az elemet és győződjön meg róla, hogy a „lock” (zárás) ikon van kiválasztva.
- Helyezze a POD-ot a szilikontokba.

A POD aktiválása és hordása

- Rázza meg a POD-ot néhányszor az aktiválásához.
- A COROS logó alatti indikátor felvillan és 2 másodpercig piros marad.
- Ha az elem maradék élettartama túl kevés, az indikátor 2 másodpercig pirosan villog. Javasoljuk, hogy azonnal cserélje ki az elemet
- Csatolja a POD-ot a nadrágja hátuljának középső részére.
 - A POD-ot nem lehet lábfejen, karon vagy lábszáron viselni.
- Ha a POD 2 percig érintetlen, bekapcsol a Sleep (Alvó) üzemmód. A Sleep (Alvó) üzemmódból való kilépéshez rázza meg néhányszor a POD-ot.
 - A Sleep (Alvó) üzemmódban nem lehet az eszközhöz csatlakozni és az edzéseket mérni.

A POD párosítása és edzés a COROS órájával

- A COROS óráján: System (Rendszer) > Accessories (Kiegészítők) > Add ANT+ (ANT+ hozzáadás)
- Várjon, hogy a POD megjelenjen a párosítási listán és erősítse meg a párosításhoz.
 - Az aktiváláshoz ne felejtse el megrázni a POD-ot a párosítási folyamat alatt.
- Magasabb szintű futásadatok, mint futásteljesítmény, bal/jobbsúly, talajérintési idő és további adatok látszanak a COROS óráján edzés közben.
 - Állítsa be az adatlapokat a COROS óráján > Device (Eszköz) lap > Workout Data (Edzésadatok) > bármelyik futóüzemmód.

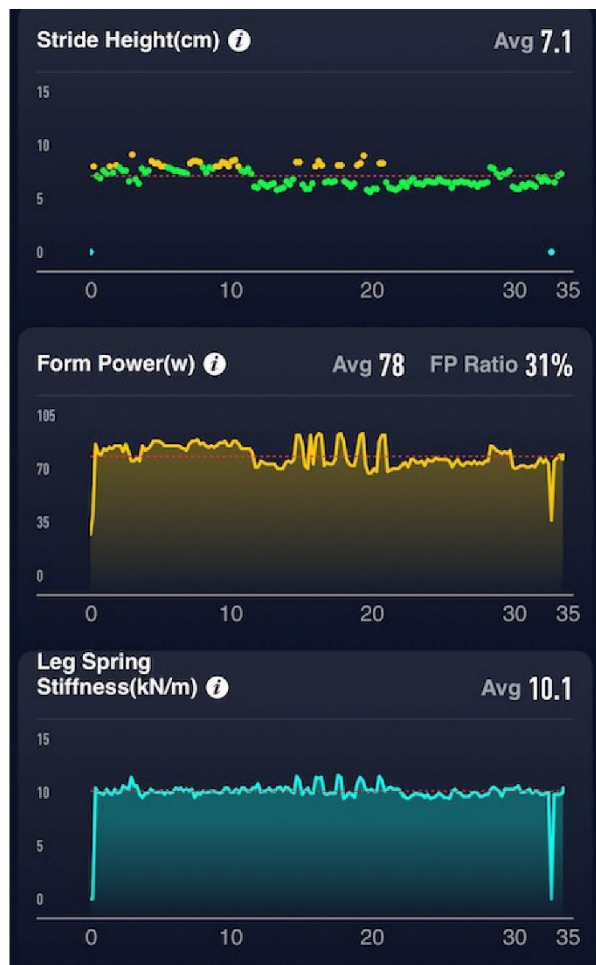
- Indítsa el bármelyik futós üzemmódot az óra menüjéből és egy futó ikon fog megjelenni a lap alján, a pulzus és a GPS ikon alatt.
- Amint a futó ikon nem villog és kész állapotot jelez, a POD készen áll a futóedzése mérésére.
- Az edzés befejezése után ne felejtse el levenni a POD-ot a nadrágtáskáról.

Frissítse a POD szoftvert a COROS alkalmazásban

- Lépjen a Device (Eszköz) lapra a COROS alkalmazásban.
- Érintse meg az „Add new device” (Új eszköz hozzáadása) opciót és válassza ki a COROS POD-ot.
- Rázza a POD-ot addig, amíg a piros fény bekapcsol.
- Miután az alkalmazás megtalálja a POD-ot, fejezze be a párosítási folyamatot.
- Érintse meg a „Firmware Update” ikont (Szoftverfrissítés), hogy új szoftververziókat keressen.
- Győződjön meg róla, hogy a COROS órája a [legfrissebb szoftverrel](#) fut mielőtt csatlakoztatja a POD-ot az órájához,

Edzés utáni elemzés

- Nyissa meg a COROS alkalmazást és válassza ki a megfelelő edzésnaplót.
- A részletes edzéselemzés lapon görgessen le és tekintse meg az alábbiakban felsorolt magasabb szintű támogatott adatokat.
 - Form Power (Futómozgási-energia) (csak kültéri edzésre)
 - Ground Time (Talajérintési idő)
 - Left/Right Balance (Bal/jobb egyensúly)
 - Stride Ratio (Lépésarány)
 - Stride Height (Lépésmagasság)
 - Stride Length (Lépéshossz)
 - **A Running Power (Futásteljesítmény) funkció már az összes COROS órán elérhető**
 - **Running Efficiency (Futáshatákonyság) & Running Power Analysis (Futásteljesítmény-elemzés) funkció már nem elérhető.**



A POD párosítása és edzés a COROS órájával

- A Device (Eszköz) lapon érintse meg az „Add New Device” (Új eszköz hozzáadása) és válassza ki a COROS POD-ot.
- Ne felejtse el aktiválni a POD-ot.
- Várjon, hogy a POD megjelenjen a párosítási listán és végezze el a párosítási folyamatot.
- Telepítse az elérhető szoftverfrissítéseket.
- Amennyiben nincs COROS órája, akkor is tudja használni a POD-ot a futóedzések rögzítésére.

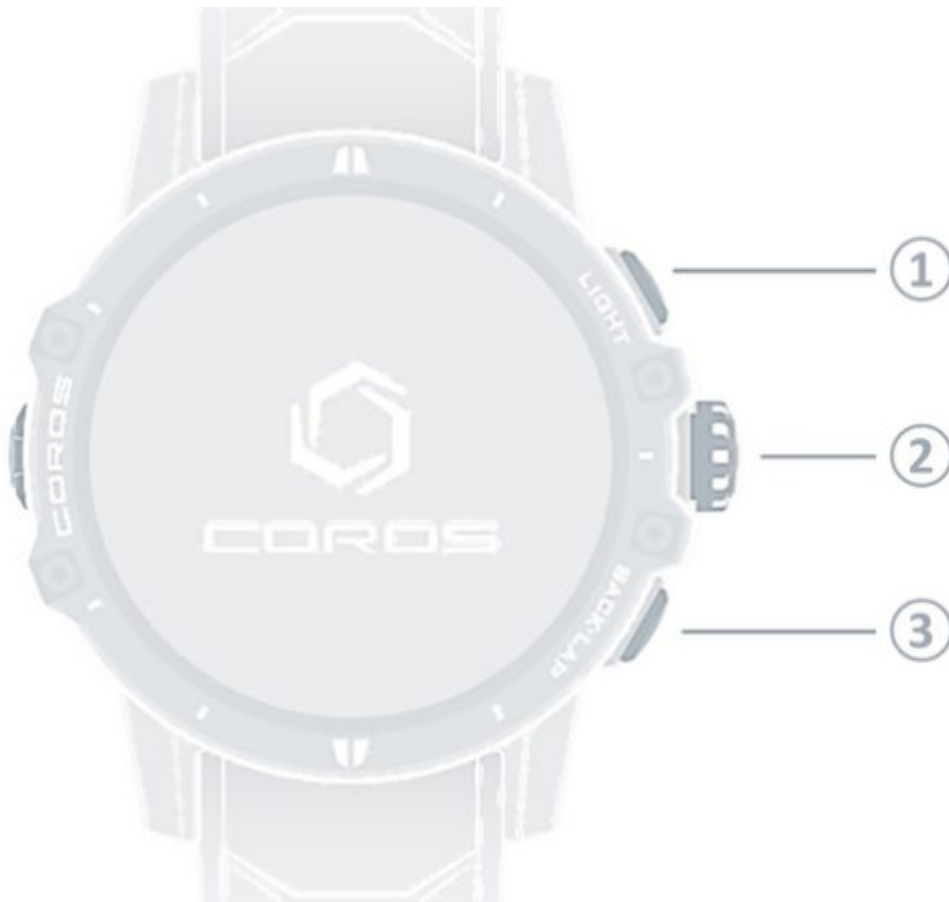
COROS VERTIX

Bekapcsolás, kikapcsolás, újraindítás és visszaállítás

- - Bekapcsolás
 - Nyomja meg és tartsa nyomva a középső gombot (Digital Dial/CONFIRM [Tekerőgomb/FÉNY]) legalább 2 másodpercig, ameddig a COROS logó meg nem jelenik.

- - Kikapcsolás
 - Main watch face (Főóralap) > System (Rendszer) > More Settings (További beállítások) > Turn Off (Kikapcsolás).
- - Újraindítás
 - Nyomja meg és tartsa nyomva a középső gombot (Digital Dial/CONFIRM [Tekerőgomb/FÉNY]) legalább 15 másodpercig, ameddig a COROS logó meg nem jelenik.
 - Vagy kapcsolja ki az órát úgy, hogy Main watch face (Főóralap) > System (Rendszer) > More Settings (További beállítások) > Turn Off (Kikapcsolás). Ezután kapcsolja be újra.
- - Visszaállítás
 - Main watch face (Főóralap) > System (Rendszer) > More Settings (További beállítások) > Reset All (Minden visszaállítása).

Eszköz áttekintés



- 1 (LIGHT [FÉNY])
 - - Nyomja meg, hogy aktiválja és deaktiválja a háttérvilágítást
- 2 (Tekerőgomb/CONFIRM [MEGERŐSÍTÉS])
 - - Tekerje a választási lehetőségek közötti görgetéshez
 - - Tekerje a napi widgetek váltásához
 - - Tekerje az adatlap váltásához az edzés üzemmódokban
 - - Tekerje a Navigation (Navigáció) üzemmódban a közelítéshez és távolításhoz
 - - Nyomja meg a választás megerősítéséhez
 - - Nyomja meg a főmenü megnyitásához

- - Tartsa nyomva az edzés befejezéséhez
- - Tartsa nyomva, hogy be- és kikapcsolja az órát.
- 3 (BACK/LAP [VISSZA/KÖR])
 - - Nyomja meg az előző lapra való visszatéréshez
 - - Nyomja meg a köridő vagy pihenőidő rögzítéséhez az edzések alatt
 - - Nyomja meg az Interval Training (Intervall edzés) üzemmódban a következő edzésre ugráshoz
 - - Nyomja meg a főóralapon egy másik adatlap megjelenítéséhez
 - - Tartsa nyomva a Toolbox (Eszköztár)/gyors elérés menü megnyitásához
 - - Tartsa nyomva a Stopwatch (Stopper) és Timer (Időzítő) lapokról való kilépéshez

Nem tudja bekapcsolni a COROS óráját?

- Töltse az órát legalább 2 órán keresztül akkor is, ha nem kapcsol be a képernyő.
- Távolítsa el a töltőkábelt az óráról (ez a lépés nagyon fontos).
- Nyomja meg és tartsa nyomva a Tekerőgombot legalább 15 másodpercig vagy ameddig a COROS logó meg nem jelenik az óra újraindításához.

Ne nyomja meg egyszerre a COROS óráján található gombokat. Ellenkező esetben az órája Inactive mode-ba (Inaktív üzemmód) lép, és nem fog reagálni a normál használatra és töltésre. Kapcsolja ki az órát ha nem kívánja használni - Főóralap > System (Rendszer) > More Settings (További beállítások) > Turn Off (Kikapcsolás).

Nem tudja feloldani a COROS óráját?

Ha egy kis lakat szimbólum jelenik meg a képernyőn a gombok nyomása közben, először fel kell oldania az órát. Ez megakadályozza a gombok félrenyomását, amely befolyásolhatja a napi és az edzés közbeni használatot. Az Auto Lock (Automatikus lezárás) üzemmódtól függően az alábbiak szerint tudja feloldani a kijelzőt.

- Automatikus zárás - Tartsa lenyomva a feloldáshoz
 - - Nyomja meg és tartsa lenyomva a tekerőgombot vagy a BACK/LAP (VISSZA/KÖR) gombot a képernyő feloldásához.
- Automatikus lezárás - Tekerje a feloldáshoz
 - - Tekerje a tekerőgombot bármelyik irányba amíg a lezárást jelző szimbólum el nem tűnik.
- Az alábbiak szerint tudja állítani az Auto Lock (Automatikus lezárás) üzemmód beállításait:
 - - Main watch face (Főóralap) > System (Rendszer) > More Settings (További beállítások) > Auto Lock (Automatikus lezárás) > Standby Mode | Workout Mode (Készenléti üzemmód | Edzés üzemmód) > Scroll to Unlock | Hold to Unlock | OFF (Tekerje a feloldáshoz | Tartsa lenyomva a feloldáshoz | KI)
- Az Auto Lock (Automatikus zárás) üzemmód aktiválása után a képernyő automatikus lezár amennyiben:
 - - a képernyő Standby (Készenléti) üzemmódban 2 percig érintetlen
 - - a képernyő Workout (Edzés) üzemmódban 10 percig érintetlen

Július 22-éig az alábbi óralapok elérhetők. A COROS rendszeresen ad ki új óralapokat. Néhány óralap nem elérhető minden modellen.



Watch Face



ENERGY



BILLBOARD



RUNWAY



SEED 2



MAX



ScoreBoard



Watch Face



SEED



Gear Box 2



Doodle



Explore 1



Digits



THE 9 DRAGONS

Watch Face



Scope



Cockpit



AURORA



MACARON



ZOOM



Gear Box



Watch Face



GLACIER



FOREST



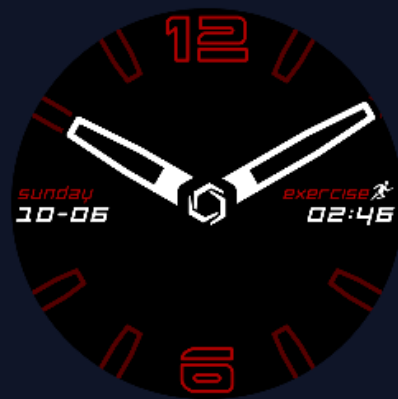
24h on the track



KALENJI



THE CLIMBERS



Panzer



Watch Face



Neno Sign



Dashboard 2



Illustrator 2



Dark Night



Racing



Dashboard

Watch Face



Tachymeter



Detector B



Detector A



Kayan 3



Kayan 2



Kayan 1



Watch Face



Illustrator 1



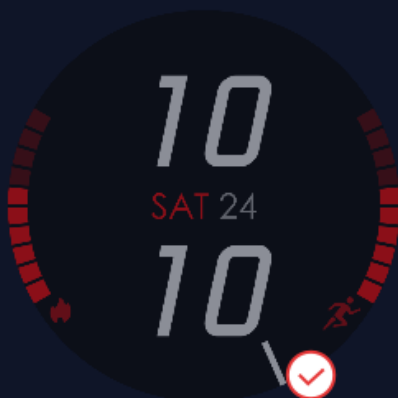
Flash of Lightning



Back to Future



Neon



Real Steel



default 4



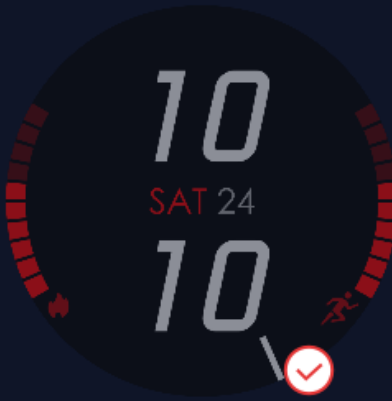
Watch Face



Back to Future



Neon



Real Steel



default 4



default 3



default 5

No more data

Tudjon meg többet az óralap ikonjairól az alábbi blogról.

<https://support.coros.com/hc/en-us/articles/360040254271-Icons-on-the-watch-face>

A COROS órákhoz számtalan óralap elérhető. Egyszerűen tudja keresni, letölteni és változtatni az óralapokat a COROS alkalmazásban és COROS óráján.

- A COROS óráján nyomja meg és tartsa lenyomva a BACK/LAP (VISSZA/KÖR) gombot a toolbox (Eszköztár)/gyors elérés menü megnyitásához
- Keresse meg a Watch Face (Óralap) opciót és válasszon az órán tárolt 5 változat közül.
- Válassza ki az óralap témájának színét, menüelemeket és sortöréseket.
 - MEGJEGYZÉS: néhány óralap nem támogatja a szín testreszabását.

Nézze meg az oktatóvideót a részletes instrukciókhoz.

A COROS órák különböző adatokat tudnak megjeleníteni a főóralapon. Néhány adat nem biztos, hogy elérhető egyes óralapokon.

A COROS óralapokon látható adatok vagy alapértelmezettek vagy változtathatók.

- - Az alapértelmezett adatokat nem tudja megváltoztatni az adott óralapon, például idő, nap, dátum, kalóriák és edzésidő.
- - A változtatható adatokat a BACK/LAP (VISSZA/KÖR) gomb megnyomásával tudja változtatni, például töltöttség, lépésszám, tengerszint feletti magasság, naplemente, napfelkelte, stb.


Ikonok áttekintése


 Exercise time (Edzésidő)

 Active energy (Aktív energia) (kalóriák)

 Battery percentage (Töltöttség) (töltés)

 Elevation (Tengerszint feletti magasság)

 Step counter (Lépésszámláló)

 Floors climbed (Megtett emeletek)

 Sunrise time (Napfelkelte)

 Sunset time (Naplemente)

 Bluetooth disconnected (Bluetooth szétkapcsolva)

 Do not disturb (Ne zavarjon)

Testreszabás

Sajnos a főóralapon az egyetlen testreszabási lehetőség a témaszín kiválasztása. Néhány óralap nem támogatja a szín testreszabását. Nem tudja törölni vagy rendezni a főóralapon megjelenő adatokat.

A főóralapról fel és legörgetéssel könnyen elérheti a widgeteket. További információkért nyomja meg a CONFIRM (MEGERŐSÍTÉS) gombot egyes widget lapokon.

MEGJEGYZÉS: widget oldalakról nem tudja megnyitni a főmenüt. Először vissza kell térnie a főóralapra.

Ez a widget az alábbi információt mutatja.

- Legutóbb frissített barometrikus/atmoszférikus mérés hpa (Hectopascal nyomás) vagy mmHg.
- Maximum, minimum és átlag barometrikus/atmoszférikus mérés az elmúlt 6 órában.
- Barometrikus/atmoszférikus grafikon az elmúlt 6/12/18 órában.
 - Nyomja meg a CONFIRM (MEGERŐSÍTÉS) gombot és görgessen az elmúlt 24/48/72 óra barometrikus/atmoszférikus adatainak megtekintéséhez. A COROS APEX/Pro/VERTIX-en való megtekintéssel húzza el balra vagy jobbra.
 - Változtassa meg az adatmegjelenítési előzmények skáláját - főóralap > System (Rendszer) > Sensors (Szenzorok) > Barometer > Schedule (Időzítés) > Last 6 | 12 | 18 Hours (Elmúlt 6 | 12 | 18 óra).
 - Válasszon a Sea-level Pressure (Tengerszint szerinti nyomás)/Station Pressure (Pozíció szerinti nyomás).
 - Main watch face (Főóralap) > System (Rendszer) > Sensors (Szenzorok) > Barometer > Data Source (Adatforrás) > Station Pressure | Sea-level Pressure (Pozíció szerinti nyomás | Tengerszint szerinti nyomás).
 - A pozíció szerinti nyomás mérése egy adott helyen történik a magasság igazítása nélkül, például egy házból vagy egy hegy tetejéről. Ez változni fog különböző magasságokon.
 - Tengerszint szerinti nyomás a pozíció szerinti nyomás a tengerszinthez igazítva. Gyakran az adott magasságon való időjárás-változások előrejelzésére használják.
 - Az időjárás-előrejelzés a lap tetején lévő nyíllal elérhető.
 - A lefelé mutató nyíl lehetséges viharos időt jelez.
 - A felfelé mutató nyíl lehetséges tiszta időt jelez.
 - A nyíl 2 részből áll. A bal fele a 3-6 órával ezelőtti információkat mutatja, a jobb fele az utóbbi 3 óra információit mutatja.
- A barometrikus/atmoszférikus adatok 10 percenként kerülnek rögzítésre. A légkondicionáló és a fűtés befolyásolhatja a barometrikus mérések pontosságát.
- Nyomja meg és tartsa nyomva a tekerőgombot a gyorsbeállítások eléréséhez.

- Data Source (Adatforrás)
- Schedule (Időzítés)
- Pressure Units (Nyomás mértékegységek)
- Storm Alert (Viharjelzés)
- (i) Baro Direction ((i) Baro iránya)



A főóralapról fel és legörgetéssel könnyen elérheti a widgeteket. További információkért nyomja meg a CONFIRM (MEGERŐSÍTÉS) gombot egyes widget lapokon.

MEGJEGYZÉS: widget oldaláról nem tudja megnyitni a főmenüt. Először vissza kell térnie a főóralapra.

Ez a widget az alábbi információt mutatja.

- A legutoljára rögzített tengerszint feletti magasság méterben (metrikus) vagy lábban (empirikus).
 - Változtassa meg a mértékegységet a COROS óráján - főóralap > System (Rendszer) > More Settings (További beállítások) > Imperial | Metric (Empirikus | Metrikus).
- Maximum, minimum és átlag magasság az elmúlt 6 órában.
- Magassággörbe az elmúlt 6/12/18 órában.
 - Nyomja meg a CONFIRM (MEGERŐSÍTÉS) gombot és görgessen az elmúlt 24 óra magasságadatainak megtekintéséhez. A COROS APEX/Pro/VERTIX-en való megtekintéssel húzza el balra vagy jobbra.
- A magasság napi használatban 10 percenként, edzés üzemmódban 5 másodpercenként rögzül.
- Nyomja meg és tartsa nyomva a tekerőgombot a tengerszint feletti magasság kalibrálásához.
 - Use GPS (GPS használata)
 - Enter Elevation (Tengerszint feletti magasság megadása)



A főóralapról fel és legörgetéssel könnyen elérheti a widgeteket. További információkért nyomja meg a CONFIRM (MEGERŐSÍTÉS) gombot egyes widget lapokon.

MEGJEGYZÉS: widget oldaláról nem tudja megnyitni a főmenüt. Először vissza kell térnie a főóralapra.

Ez a widget az alábbi információt mutatja.

- Pillanatnyi pulzus 1 másodperces méréssel.
 - Az órán és a COROS alkalmazásban látható pulzusgörbét nem befolyásolja ez a beállítás, de a mérés pontosabb lesz.
- Maximum, minimum és átlag pulzus az elmúlt 6 órában.
- Pulzusgörbe az elmúlt 6/12/18 órában.
 - Nyomja meg a CONFIRM (MEGERŐSÍTÉS) gombot és görgessen az elmúlt 24 óra pulzusadatainak megtekintéséhez. A COROS APEX/Pro/VERTIX-en való megtekintéssel húzza el balra vagy jobbra.
- A pulzus napi használatban 10 percenként, edzés üzemmódban másodpercenként rögzül.



A főóralapról fel és legörgetéssel könnyen elérheti a widgeteket. További információkért nyomja meg a CONFIRM (MEGERŐSÍTÉS) gombot egyes widget lapokon.

MEGJEGYZÉS: widget oldaláról nem tudja megnyitni a főmenüt. Először vissza kell térnie a főóralapra.

A widget az alábbi információkat csak napi mérés során mutatja. Az edzés alatti értesítések termékmodelltől és szoftververziótól is függenek.

- A COROS órához párosított telefonjára érkező és az órára továbbított értesítések.
- Támogatott értesítéstípusok
 - SMS
 - Email
 - Üzenetek
 - Naptárértesítések
 - Hívások
- Nem támogatott értesítéstípusok
 - Képek
 - Videók
 - Hangulatjelek

Értesítések megtekintése

- Görgessen a Notifications (Értesítések) widgetre a főóralapról.
- Nyomja meg a CONFIRM (MEGERŐSÍTÉS) gombot, hogy megtekintse a legutóbb fogadott értesítést.
 - A COROS óráján megnézett értesítések nem befolyásolják a telefonjára érkezett értesítéseket.
- Görgessen le, hogy megtekintse a többi értesítést.

Fehér háttér

A Notification (Értesítések) widget felülete automatikusan fehérre vált feketéből, hogy jobban lehessen látni az értesítés egészét.

Értesítések törlése

- Nyomja meg a CONFIRM (MEGERŐSÍTÉS) gombot az adott értesítés, vagy a COROS óráján tárolt összes értesítés törléséhez.
 - A COROS órájáról törölt értesítések nem befolyásolják a telefonjára érkezett értesítéseket.

Hívás fogadása

- Nyomja meg a CONFIRM (MEGERŐSÍTÉS) gombot a hívás elutasításához.
 - Ez hatással lesz a telefonjára, és elutasítja a hívást.
- Nyomja meg a BACK/ LAP (VISSZA/KÖR) gombot a hívás figyelmen kívül hagyásához.
 - Ezután a COROS órája nem fogja figyelmeztetni a hívásról.
 - Ez nem lesz hatással a telefonjára.

Do Not Disturb (Ne zavarjon)

A Do Not Disturb (Ne zavarjon) üzemmód lehetővé teszi, hogy lenémítsa a COROS órájára érkező összes telefonos értesítést. Az értesítések így is beérkeznek a COROS órájára, és a Notifications (Értesítések) widgeten megtekinthetők lesznek.

- Main watch face (Főóralap) > System (Rendszer) > Do Not Disturb (Ne zavarjon) > ON | OFF (BE | KI).
- Main watch face (Főóralap) > nyomja meg és tartsa nyomva a BACK/LAP (VISSZA/KÖR) gombot > Toolbox (Eszköztár)/gyors elérés menü > Do Not Disturb (Ne zavarjon) > ON | OFF (BE | KI).

Ahhoz, semmilyen értesítést ne kapjon a COROS óráján, válassza le az óráját a telefonja Bluetooth beállításairól, vagy változtassa meg az értesítési beállításokat a COROS alkalmazásban.

Edzés közbeni értesítések

Az edzés közbeni értesítések engedélyezéséhez az alábbi lépéseket kövesse.

- Main watch face (Főóralap) > System (Rendszer) > Workout Interface (Edzésfelület) > Msg.& Call Alerts (Üzenetek & Hívásértesítések)> ON (BE).

MEGJEGYZÉS: Az értesítések fogadása csökkentheti a COROS órája üzemidejét.



A főóralapról fel és legörgetéssel könnyen elérheti a widgeteket. További információkért nyomja meg a CONFIRM (MEGERŐSÍTÉS) gombot egyes widget lapokon.

MEGJEGYZÉS: widget oldalakról nem tudja megnyitni a főmenüt. Először vissza kell térnie a főóralapra.

Ez a widget az alábbi információt mutatja.

- Active energy (Aktív energia) (kalóriák).

- A haladásmérő csík alulról indul, és fokozatosan eléri a felső részt, ha az aktív energiára vonatkozó célt elérjük.
- Változtassa meg a napi célt a COROS alkalmazás Profile (Profil) lapján.
- Step counter (Lépésszámláló)
- Exercise time (Edzésidő)
 - A haladásmérő csík alulról indul, és fokozatosan eléri a felső részt, ha az edzésidőre vonatkozó célt elérjük.
 - Változtassa meg a napi célt a COROS alkalmazás Profile (Profil) lapján.
- Floors climbed (Megtett emeletek)



A főőralapról fel és legörgetéssel könnyen elérheti a widgeteket. További információkért nyomja meg a CONFIRM (MEGERŐSÍTÉS) gombot egyes widget lapokon.

MEGJEGYZÉS: widget oldalakról nem tudja megnyitni a főmenüt. Először vissza kell térnie a főőralapra.

Ez a widget az alábbi információt mutatja 24 órás formátumban.

- Solar Noon (Legmagasabb napállás)
- Sunrise (Nafelkelte)
- Sunset (Naplemente)
- Dawn (Hajnal)
- Dusk (Szürkület)
- Date (Dátum)

Ha az óráján megjelenő információ nem pontos, indítson egy rövid GPS edzést. Amint az óra fogadja a friss GPS jelet, a widgeten megjelenő információ frissül.



A főórálapról fel és legörgetéssel könnyen elérheti a widgeteket. További információkért nyomja meg a CONFIRM (MEGERŐSÍTÉS) gombot egyes widget lapokon.

MEGJEGYZÉS: widget oldaláról nem tudja megnyitni a főmenüt. Először vissza kell térnie a főőralapra.

Ez a widget az alábbi információt mutatja.

- Hogy használja ezt az adatot?
 - Mérje a víz hőfokot az úszásokhoz.
 - Mérje a levegő hőfokot.
 - Vegye le az órát és ne nyúljon hozzá 30 másodpercig a pontos levegő hőfok-méréshez.
 - MEGJEGYZÉS: a csuklón, ruha alatt viselés során a testhőmérséklet befolyásolhatja a mért hőfokot.
- A legutóbb mért hőfok Celsiusban °C (metrikus) vagy Fahrenheitban °F (empirikus).
 - Változtassa meg a mértékegységet a COROS óráján - főőralap > System (Rendszer) > More Settings (További beállítások) > Imperial | Metric (Empirikus | Metrikus).
- Maximum, minimum és átlag hőfok az elmúlt 6 órában.
- Hőfokgörbe az elmúlt 6/12/18 órában.
 - Nyomja meg a CONFIRM (MEGERŐSÍTÉS) gombot és görgessen az elmúlt 24 óra hőfokadatainak megtekintéséhez. A COROS APEX/Pro/VERTIX-en való megtekintéssel húzza el balra vagy jobbra.
- A hőfok mérése 10 percenként történik.



A főóralapról fel és legörgetéssel könnyen elérheti a widgeteket. További információkért nyomja meg a CONFIRM (MEGERŐSÍTÉS) gombot egyes widget lapokon.

MEGJEGYZÉS: widget oldaláról nem tudja megnyitni a főmenüt. Először vissza kell térnie a főóralapra.

Ez a widget az alábbi információt mutatja.

- A mai napra időzített edzésterv részletei.
- Nyomja meg a CONFIRM (MEGERŐSÍTÉS) gombot a Training Plan (Edzésterv) üzemmódba való belépéshez.
 - Görgessen le a következő 3 hét tervének megtekintéséhez.
 - Nyomja meg a CONFIRM (MEGERŐSÍTÉS) gombot a mai edzésterv indításához.

Az óra főóralapjáról nyomja meg egyszer a CONFIRM (MEGERŐSÍTÉS) gombot a főmenü megnyitásához.

AI Trainer (MI edző)

- Stamina (Energiatartalék)
 - Az aerob és anaerob energiabefektetés után megmaradt energiatartalék.
- Regenerációs javaslat
 - A teljes energiatartalék visszanyeréséig becsült idő.
- Edzéselőzmények
 - Görgessen le az edzéselőzmények és részleteik megtekintéséhez.

Különböző edzésüzemmódok

A COROS órákon az alábbi edzéstípusok elérhetők. Új edzéstípusok későbbi frissítések során elérhetők lehetnek.

Az összes modellen elérhető

- Run (Futás), Indoor Run (Beltéri futás), Trail Run (Terepfutás), Track Run (Futás futópályán), Hike (Túrázás), Bike (Kerékpározás), Indoor Bike (Beltéri kerékpározás), Pool Swim (Medencés úszás), Open Water (Nyíltvízi úszás), Triathlon (Triatlon), Gym Cardio (Edzőtermi kardió), GPS Cardio (GPS kardió).

COROS APEX/ APEX Pro/ VERTIX órákon elérhető

- Mountain Climb (Hegymászás), Ski (Síelés), Snowboard, XC Ski (Sífutás), Ski Touring (Sítúrázás), Multisport.; Speedsurf; Windsurf (széllovaglás), Whitewater (vadízi evezés); Flatwater (síkvízi evezés);
- Walk (séta) : Pace 2 modellen is!

System menu (Rendszermenü)

- Do Not Disturb (Ne zavarjon)
- Workout Interface (Edzésfelület)
- Pair Phone (Telefon párosítása)
- Sensors (Szenzorok)
- Accessories (Kiegészítők)
- More (Több)

Több beállítást változtathat meg ebben a menüben.

Language (Nyelv)

Válassza ki a nyelv megváltoztatásához.

- English | 简体中文 | 繁体中文 | Deutsch | Español | Français | Polski

Watch Face & Theme Color (Óralap & Témaszín)

Válasszon az órán tárolt 5 óralap és témaszín közül. Töltsön le új óralapokat a COROS alkalmazásból.

Gesture Backlightot (Kézmozdulati háttérvilágítás)

Válassza ki a kézmozdulati háttérvilágítás opciók változtatásához. A háttérvilágítás a csukló emelésével fog aktiválódni.

- Auto (Automata)
 - Napfelkelte és naplemente között aktiválódik. Például 17:05 és 8:06 között.
 - A COROS alkalmazásban beállított alvásidőben automatikusan kikapcsol.
- All day (Egész nap)
- OFF (Ki)

Wrist Hand (Választott csukló)

Válassza ki az órát viselő csukló megváltoztatásához.

- Left | Right (Bal | Jobb)

Digital Dial (Tekerőgomb)

Válassza ki a tekerőgomb helyének és tekerési irányának megváltoztatásához.

- Dial Location (Tekerőgomb helye)
 - Left | Right Side (Bal | Jobb oldal)
 - A Left Side (Bal oldal) 180 fokkal megfordítja a képernyőt.
- Dial Rotation (Tekerési irány)
 - Clockwise Up | Down (Óramutató irányával ellentétes | megegyező)
- MEGJEGYZÉS: Jobbkezesek számára a Dial Location (Tekerőgomb helye) javasolt helye a Left Side (Bal oldal)

Vibration (Rezgés)

Válassza ki a gombok és riasztások rezgési beállításainak megváltoztatásához.

- Key Vibration (Gombok rezgése) (a gombok nyomásával és tekerésével kapcsolatos rezgések is)
 - ON | OFF (BE | KI)
- Alert Vibration (Riasztási rezgés)
 - ON | OFF (BE | KI)

Tones (Hangjelzések)

Válassza ki a gombok, üzenetek/hívások, riasztások, edzésriasztások hangjelzéseinek megváltoztatásához.

- Key Tones (Gombok hangjelzései)
 - ON | OFF (BE | KI)
- & Call Tones (Hívások hangjelzései)
 - ON | OFF (BE | KI)
- Alarm Tones (Ébresztő hangjelzései)
 - ON | OFF (BE | KI)
- Activity Alert Tones (Edzésriasztás hangjelzései)
 - ON | OFF (BE | KI)

Auto Lock (Automatikus lezárás)

Válassza ki a készenléti és edzés üzemmódok alatti automatikus lezárás beállításainak megváltoztatásához.

- Standby Mode (Készenléti üzemmód)
 - 2 perc inaktivitás után a képernyő lezár.
 - Scroll to Unlock | Hold to Unlock | OFF (Tekerje a feloldáshoz | Tartsa lenyomva a feloldáshoz | KI)
 - Workout Mode (Edzés üzemmód)
 - 5 másodperc inaktivitás után a képernyő lezár.
 - Scroll to Unlock | Hold to Unlock | OFF (Tekerje a feloldáshoz | Tartsa lenyomva a feloldáshoz | KI)
 - MEGJEGYZÉS: A Hold to unlock (Tartsa lenyomva a feloldáshoz) üzemmód alatt a tekerőgomb tekerésével váltogatni tudja az edzés adatlapjait.

MEGJEGYZÉS: A COROS PACE felhasználók az Auto Lock (Automatikus lezárás) beállítást megtalálják: Főóralap > System (Rendszer) > Workout Interface (Edzésfelület) > Auto Lock (Automatikus lezárás) > ON | OFF (BE | KI).

Unit (Mértékegység)

- Imperial (Empirikus) (láb) | Metric (Metrikus) (méter)

Date/Time (Dátum/Idő)

Válassza ki a 24-hour (24 órás), Auto Sync (Automatikus szinkronizálás), Time Zone (Időzóna) és Time/Date (Dátum/Idő) beállításához.

- 24-hour (24 órás)
 - ON (BE)
 - OFF (KI) (12 órás formátumban mutatja az időt)
- Auto Sync (Automatikus szinkronizálás)
 - ON (BE) (amikor szinkronizálja az órát a COROS alkalmazással, az óra automatikus frissül az telefon idejével)
 - OFF (KI) (az időzóna megváltoztatása és az idő beállítása automatikusan letiltja az automatikus szinkronizálást)
- Time Zone (Időzóna)
 - Válassza ki a kívánt időzónát.
 - MEGJEGYZÉS: Ajánlott bekapcsolni az automatikus szinkronizálást, hogy az időzóna automatikusan frissüljön, amikor az óra kapcsolódik a COROS alkalmazáshoz.
- Set time (Idő beállítása)
 - Válassza ki az évet, hónapot, napot, órát és percet.
 - MEGJEGYZÉS: Ajánlott bekapcsolni az automatikus szinkronizálást, hogy a dátum és idő automatikusan frissüljön, amikor az óra kapcsolódik a COROS alkalmazáshoz.

GPS

Válassza ki a GPS-hez kapcsolódó beállítások változtatásához.

Mode (Üzem mód)

- GPS Normal
 - Az amerikai műholdas navigációs rendszert használja, és jó általános lefedettséget biztosít világszerte.
- GPS+GLONASS
 - Az amerikai műholdas navigációs rendszer (GPS) és az orosz rendszer (GLONASS) ötvözetét használja. Ez magasabb szintű követési teljesítményt nyújthat nehezebb terepen és magaslati körülmények között.
- GPS+Glonass+Galileo+QZSS
 - Az amerikai műholdas navigációs rendszer (GPS), az orosz rendszer (GLONASS), a japán rendszer (QZSS) és az európai (GALILEO) ötvözetét használja. Ez magasabb szintű követési teljesítményt nyújthat nehezebb terepen és magaslati körülmények között.
- GPS+Beidou+Galileo+QZSS
 - Az amerikai műholdas navigációs rendszer (GPS), a kínai rendszer (Beidou), az európai (GALILEO) és a japán (QZSS) ötvözetét használja. Ez magasabb szintű követési teljesítményt nyújthat.
- GPS+Beidou

- Az amerikai műholdas navigációs rendszer (GPS) és a kínai rendszer (Beidou) ötvözetét használja. Ez magasabb szintű követési teljesítményt nyújthat.
- MEGJEGYZÉS: A GPS+GLONASS és GPS+Beidou használata gyorsabban merítheti az órát mint a GPS Normal üzemmód. Kültéri edzések során az üzemidő kiterjesztéséhez kapcsolja be az UltraMax GPS üzemmódot: Toolbox (Eszköztár)/gyors elérés menü > UltraMax > ON (BE).

Satellite Signal (Műholdas jel)

- Kijelzi a választott GPS üzemmód alapján, a tartózkodási helyén elérhető műholdas jelek erősségét.
 - G > GPS
 - GL > GPS+GLONASS
 - B > Beidou
 - QZSS
 - Galileo
- Görgessen le a műholdtérképről a részletes információk megtekintéséhez.
 - GPS koordináták hosszúsági és szélességi fokok szerint.
 - UTC - 0 idő
 - GPS tengerszint feletti magasság

GPS Satellite Location Data (GPS műhold tartózkodási helyének adatai)

Válassza ki a COROS óráján tárolt GPS műhold tartózkodási helyéhez tartozó adatok érvényességéből hátralévő idejének megtekintéséhez. Az óra típusától függően a maximális időtartam 3 és 7 nap között van. Az érvényes adat szükséges a GPS jel gyors megtalálásához.

Amikor az adat elavult, a GPS jel megtalálása jelentősen lassabb lehet, akár több mint 2 percet is igénybe vehet. Ha a kültéri edzést a GPS jel sikeres megtalálása nélkül kezdi el, a GPS követés és a többi edzésadat jelentősen befolyásolva lesz.

Ha szinkronizálja az óráját a COROS alkalmazással, ez általában automatikusan frissülni fog. Néhány esetben manuálisan kell frissíteni a COROS alkalmazás Device (Eszköz) lapján.

Pos. Format (Poz. formátum)

- Latitude & Longitude (Hosszúsági és szélességi fok)
- MGRS

Altitude Alert (Tengerszint feletti magasság figyelmeztetés) (a COROS APEX Pro/VERTIX órákon elérhető)

Válassza ki az Altitude Alert (Tengerszint feletti magasság figyelmeztetés) be/kikapcsolásához. Amikor a tengerszint feletti magasság 2500 m vagy 8250 láb felett van és a pulzusszám a normálhoz képest magasabb, az órája figyelmeztetni fogja.

Device's Info (Eszközinformáció)

Válassza ki az óraazonosító és a hardver/szoftververzió megtekintéséhez.

- Device ID (Óraazonosító)
 - Ez a 6 számjegyű digitális azonosító a termék online regisztrációjához és a visszajelzések/hibák jelentéséhez szükséges.
- Software (Szoftver)
 - Ez a COROS óráján lévő jelenlegi szoftververzió. Nézze meg a [release notes](#) oldalt a legfrissebb szoftververzióra vonatkozó információkhoz.

Reset All (Minden visszaállítása)

Válassza ki a gyári beállítások visszaállításához. Minden beállítás vissza lesz állítva gyári beállítás állapotra. Az összes adat törölve lesz.

Ez nem lesz hatással a COROS fiókjában tárolt adatokra. Mindig szinkronizálja az óráját a COROS alkalmazással az óra visszaállítása előtt.

Turn Off (Kikapcsolás)

Válassza ki az órája kikapcsolásához.

Ebben a menüben az alábbi beállításokat változtathatja.

Do Not Disturb (Ne zavarjon)

Válassza ki Do Not Disturb (Ne zavarjon) be/kikapcsolásához a beérkező üzenetekre.

Workout Interface (Edzésfelület)

Background Color (Háttérszín)

Válassza ki a háttérszínt az edzésadatlapokhoz.

- Black (Fekete)
 - Fekete háttér fehér betűkkel.
- White (Fehér)
 - Fehér háttér fekete betűkkel.

Betűszín (Betűszín)

Válassza ki a betűszínt az edzésadatlapokhoz.

- Medium (Közepes)
 - Alapértelmezett betűméret.
- Large (Nagy)

- Nagyított betűméret.
- 5 másodperc után aktiválódik az adatlapokon.
- Az aktiválás után a betűk rejtve lesznek.
- A betűméretekkel kapcsolatos problémák esetén olvassa el [ezt a blogot](#) tippekért.

Auto Scroll (Automatikus görgetés)

Válassza ki ahhoz, hogy bizonyos időközönként automatikusan görgesse az adatlapokat (a navigációs lapok megjelenítésénél nem elérhető).

- 2 | 4 | 6 | 8 | 10s | OFF (KI)

Touch Scroll (Érintő görgetés) (elérhető a COROS APEX Pro/VERTIX órákon)

Válassza ki ahhoz, hogy fel és lehúzással tudja változtatni az adatlapokat a képernyő feloldása nélkül.

- ON | OFF (BE | KI)

Msg. & Call Alerts (Üzenetek & Hívásértesítések) (elérhető a COROS APEX/APEX Pro/VERTIX órákon)

Válassza ki, hogy engedélyezze az edzés közbeni értesítéseket.

- ON | OFF (BE | KI)

Pair Phone (Telefon párosítása)

Válassza ki az óra párosítási folyamatához szükséges QR kód megnyitásához. Párosítási problémák esetén olvassa el [ezt a blogot](#).

Sensors (Szenzorok)

Optical HR (Optikai pulzsmérés)

Válassza ki a pulzsméréssel kapcsolatos beállítások megváltoztatásához.

- Daily HR (Napi pulzsmérés)
 - Realtime (Pillanatnyi)
 - Standby Mode-ban (Készenléti üzemmód) percnként rögzíti a pulzust.
 - Ez a beállítás akár 50%-al is csökkenteni tudja az üzemidőt.
 - Every 10 min. (10 percnként)
 - Standby Mode-ban (Készenléti üzemmód) 10 percnként rögzíti a pulzust.
- Workout HR (Edzési pulzus)
 - Válassza ki, hogy engedélyezze/letiltsa az óra csuklós pulzusszenzorát az edzésekre.
 - A párosított pántos pulzsmérőket nem befolyásolják ezek a beállítások.

Barometer (Barométer)

Válassza ki ahhoz, hogy megváltoztassa a Barometer widget olvasási típusát és adatelőzmények skáláját.

- Data Source (Adatforrás)
 - Station Pressure (Pozíció szerinti nyomás)
 - A pozíció szerinti nyomás mérése egy adott helyen történik a magasság igazítása nélkül, például egy házból vagy egy hegy tetejéről. Ez változni fog különböző magasságokon.
 - Sea-level Pressure (Tengerszint szerinti nyomás)
 - Tengerszint szerinti nyomás a pozíció szerinti nyomás a tengerszinthez igazítva. Gyakran az adott magasságon való időjárás-változások előrejelzésére használják.
- Display Range (Megjelenítési skála)
 - Last 6 | 12 | 18 hours (Utolsó 6 | 12 | 18 óra).
- Pressure Units (Nyomás mértékegységek)
 - hpa | mmHg
- Storm Alert (Viharjelzés)
 - Válassza ki, hogy engedélyezze a viharjelzéseket közelgő viharok esetén.
- (i) Baro Direction ((i) Baro iránya)
 - Megjeleníti az információkat a barometer widget oldalon látható nyílról.
 - A lefelé mutató nyíl lehetséges viharos időt jelez.
 - A felfelé mutató nyíl lehetséges tiszta időt jelez.
 - A nyíl 2 részből áll. A bal fele a 3-6 órával ezelőtti információkat mutatja, a jobb fele az utóbbi 3 óra információit mutatja.

Calibrate Elevation (Tengerszint feletti magasság kalibrálása)

Válassza ki a tengerszint feletti magasság GPS alapú vagy manuális kalibrálására.

- Use GPS (GPS használata)
 - A GPS technológia korlátai miatt több kalibrálás más tengerszint feletti magasság méréséhez vezethet
- Enter Elevation (Tengerszint feletti magasság megadása)

Calibrate Compass (Iránytű kalibrálása)

Válassza ki, hogy az instrukciók alapján kalibrálja az iránytűt. Ajánlott kalibrálni az iránytűt a kültéri edzések előtt, mivel az elektronikus eszközök és fémek megzavarhatják az iránytű méréseit.

Accessories (Kiegészítők)

Add ANT+ (ANT+ hozzáadása)

Válassza ki ANT+ támogatott eszközök kereséséhez és hozzáadásához. A támogatott eszközök típusai közé tartoznak a pulzuspántok, kerékpáros teljesítménymérők, sebességszenzorok, lépésszámszenzorok és kerékpáros görgők. A futópod nem támogatott, de a későbbi frissítések lehetővé lehetnek.

Add Bluetooth (Bluetooth hozzáadása)

Válassza ki Bluetooth támogatott eszközök kereséséhez és hozzáadásához. A

támogatott eszközök típusai közé tartoznak a pulzuspántok, kerékpáros sebességszenzorok és lépésszámszenzorok.

Added List (Hozzáadott eszközök listája)

Válassza ki a hozzáadott eszközök listájának megtekintéséhez és kezeléséhez. Nyomja meg a CONFIRM (MEGERŐSÍTÉS) gombot egy eszköz törléséhez.

A főóralapról nyomja meg és tartsa lenyomva a BACK/LAP (VISSZA/KÖR) gombot a toolbox (Eszköztár)/gyors elérés menü megnyitásához

Do Not Disturb (Ne zavarjon)

Válassza ki a ne zavarjon üzemmód be/kikapcsolásához.

Alarm (Ébresztő)

Válassza ki új ébresztés beállításához vagy a meglévő ébresztések kezeléséhez.

- Az ébresztés napok szerint elérhető Only Once | Every Day | Custom (Csak egyszer | Minden nap | Egyedi) üzemmódban.
- A Snooze (Szundi) idő nem testreszabható.

Compass (Iránytű)

Válassza ki a 3D irántű megnyitásához.

- Az alábbi infók váltogatásához nyomja meg a CONFIRM (MEGERŐSÍTÉS) gombot.
 - Irántű és pillanatnyi idő.
 - Irántű, GPS koordináták, tengerszint feletti magasság és barométer.



Broadcast HR (Pulzusjel továbbítása)

Válassza ki ahhoz, hogy a pulzusmérési értékeket továbbítsa egy ANT+-ra vagy más Bluetooth támogatott eszközre és alkalmazásra.



Altitude Performance (Magassági teljesítmény)

(elérhető a COROS APEX Pro/VERTIX órákon)

Válassza ki a véroxigén SpO2 méréséhez.

- Nyomja meg a CONFIRM (MEGERŐSÍTÉS) gombot az új SpO2 méréshez.
- A lapon elérhető adatok
 - Felső rész - Magassági teljesítményindex (2500 m/8250 láb felett elérhető)
 - Középső rész - SpO2 és az utolsó mérés óta eltelt idő
 - Alsó rész - tengerszint feletti magasság
 - Görgessen le az SpO2 (pirossal, sárgával és zölddel) és a tengerszint feletti magasság (kékkel) grafikonjának megtekintéséhez az elmúlt 24 órából és 3 napból.



UltraMax GPS mode (UltraMax GPS üzemmód)

Válassza ki az UltraMax GPS üzemmódot a kültéri futóedzésekre a üzemidő növeléséhez.

Navigation Settings (Navigációs beállítások)

Válassza ki az alábbi beállítások kiválasztásához.

- Select Courses (Útvonalak kiválasztása)
 - Course selection (Elérhető pályák)
 - Start Course (Útvonal indítása)
 - Elevation Details (Magassági adatok)
 - Start Point Direction (Kezdőpont iránya)
 - Positive | Reverse (Pozitív | Ellenkező irány)
 - Start Point Direction (Kezdőpont iránya)
 - Positive | Reverse (Pozitív | Ellenkező irány)
 - Map Direction (Térkép tájolása)
 - Heading Up | North Up (Haladási irány fel | Észak fel)
 - Deviate Course Alert (Riasztás útvonalról letérés esetén)
 - ON | OFF (BE | KI)

- **MEGJEGYZÉS:** ez nem edzés üzemmód, és edzésadat nem kerül elmentésre.



Map (Térkép)

Válassza ki a pillanatnyi helyzetéhez képest legközelebbi mentett útvonal megtekintéséhez és követéséhez.

Offline térképek: Topo és Landscape térképek a Coros oldaláról letölthetők. [<https://mobile.coros.com/maps/>].

Az offline térképeket nem minden modell tudja kezelni. A térképek elérhetők az APEX PRO, VERTX és VERTIX 2 modellek esetén! A térkép feltöltése az órára nem befolyásolja az edzések rögzítésére kialakított tárhelyet. Az Apex Pro és Vertix modellek esetén 4gb tárhely áll csak rendelkezésre a térképek feltöltésére!

Stopwatch (Stopper)

Válassza ki a stopper használatához.

- Nyomja meg a CONFIRM (MEGERŐSÍTÉS) gombot a stopper indításához és megállításához
- Nyomja meg a BACK/LAP (VISSZA/KÖR) gombot az új kör indításához és a stopper visszaállításához.
- Tartsa nyomva a BACK/LAP (VISSZA/KÖR) gombot, hogy a stopper megállítása nélkül tudja elhagyni a lapot.
- Napi és edzésüzemmódban elérhető.

Timer (Időzítő)

Válassza ki a maximum 3 időzítőt, elérhető ismétlési funkcióval.

- Az új időzítések beállítása felülírja a régieket.
- Nyomja meg a CONFIRM (MEGERŐSÍTÉS) gombot az időzítő indításához és megállításához

- Nyomja meg a BACK/LAP (VISSZA/KÖR) gombot az időzítő újraindításához vagy az időzítő beállítás lapjára.
- Az időzítő megismétléséhez válassza ki Repeat (Ismétlés) > ON (BE)
- Tartsa nyomva a BACK/LAP (VISSZA/KÖR) gombot, hogy az időzítő megállítása nélkül tudja elhagyni a lapot.
- Napi és edzésüzem módban elérhető.

Watch Face (Óralap)

Válasszon az órán tárolt 5 óralap és témaszín közül. Töltsön le új óralapokat a COROS alkalmazásról.

Night Mode (Éjszakai üzemmód) (elérhető a

COROS APEX Pro/VERTIX órákon)

Válassza ki az alacsony fényerőhöz a folyamatos világító háttérnél.

- A bekapcsolás után ez az üzemmód automatikusan inaktiválódni fog a következő napfelkeltekor.

Workout Settings (Edzésbeállítások) (az

edzések alatt elérhető)

Válassza ki a jelenlegi edzésre vonatkozó edzésbeállítások eléréséhez.

System (Rendszer)

Válassza ki a System (Rendszer) menü megnyitásához.

Camera Control (Kamera irányítás)

(Pace 2, Apex Pro, VERTIX VERTIX2)

Insta360 ONE, ONE R, GoPro 9, GoPro 10, kamerák irányítása.

FRISSÍTÉSEK:

1: VERTIX 2

2021.08.20.: VERTIX 2 szoftver.

2021.08.27.: Zenelejátszás hibáinak kijavítása.

2021.09.07.:

- Térkép gyorsaságának javítása
- „Heading up” (irány felül) alkalmazása a térképeknél, NEM csak navigációs módban.
- Térkép beállítások opció
- Bug javítások

2021.09.14.:

- iOS értesítések hibáinak kijavítása
- Párosítási hibák kijavítása
- Fájl átviteli sebességek optimalizálása

2021.10.14.:

- Multi-Pitch mászás(kötéllel történő állomásos hegymászás) és ehhez tartozó opciók: bortás, mászási forma, állomások.
- LIGHT key rövidítés: Night mode (éjszakai mód) beállítása a Backlight gomb megnyomásával.
- Olasz nyelv (5 edzésfunkció)
- Bug hibák kijavítása

2021.10.27.

- Light key shortcut hibák kijavítása
- Multisport hibák kijavítása
- Erősítés mód hibáinak kijavítása
- Napi pulzus algoritmus fejlesztése

2021.11.08.

- Zenehallgatás hibáinak kijavítása

2021.11.28.

- Walk (séta) mód és egyéb támogatott adatrögzítés, mint lépésszám és ebből távolság.
- Olasz nyelv, mint rendszernyelv
- Pihenés kör közben távolság mérése
- Thermométer kalibrálás fejlesztése

- Algoritmusok fejlesztése: pulzus, sebesség, frekvencia, nyíltvízi úszás
- Egyéb bug hibák javítása

2. VERTIX

2021.05.28.

- COROS EvoLab funkciók: napi/heti/hosszabb távú monitorozás (edzés hatás, fáradtság, regeneráció, intenzitás, stb.)
- Edzettségi szint előrejelzés: Maraton/félmaraton/10K/5K teljesítmény

2021.07.05

- Speedsurf mód algoritmusának frissítése
- Edzés hatások hibáinak javítása

2021.11.22.

- Topo ÉS Landscape térképek elérhetősége (Offline map)
- Walk mód.
- Kamera irányítás: Insta 360, OneX2, One R, GoPro Hero 9, Go Pro Hero 10.
- Galileo szatellit rendszer kapcsolat
- Light Key rövidítés
- ANT+ erőmérők kalibrálása
- Olasz nyelv rendszernyelvként

3. APEX PRO

2021.05.28.

- COROS EvoLab funkciók: napi/heti/hosszabb távú monitorozás (edzés hatás, fáradtság, regeneráció, intenzitás, stb.)
- Edzettségi szint előrejelzés: Maraton/félmaraton/10K/5K teljesítmény

2021.07.05

- Speedsurf mód algoritmusának frissítése
- Edzés hatások hibáinak javítása

2021.11.22.

- Topo ÉS Landscape térképek elérhetősége (Offline map)
- Walk mód.
- Kamera irányítás: Insta 360, OneX2, One R, GoPro Hero 9, Go Pro Hero 10.
- Galileo szatellit rendszer kapcsolat
- Light Key rövidítés
- ANT+ erőmérők kalibrálása

4. APEX

2021.05.28

- COROS EvoLab funkciók: napi/heti/hosszabb távú monitorozás (edzéshatás, fáradtság, regeneráció, intenzitás, stb.)
- Edzettségi szint előrejelzés: Maraton/félmaraton/10K/5K teljesítmény

2021.11.08.

- Algoritmusok optimalizálása: EvoLab, medencés úszás, futás.

5. PACE 2

2021.05.28

- COROS EvoLab funkciók: napi/heti/hosszabb távú monitorozás (edzéshatás, fáradtság, regeneráció, intenzitás, stb.)
- Edzettségi szint előrejelzés: Maraton/félmaraton/10K/5K teljesítmény

2021.07.05.

- Edzéshatások hibáinak kijavítása

2021.08.03.

- Bug hibák javítása

2021.08.15.

- Medencés úszás algoritmusának fejlesztése a pontosság érdekében.
- Bug hibák javítása

2021.08.17.

- Medencés úszás új algoritmus hibáinak kijavítása.

2021.09.01.

- Edzés közbeni újraindulás hibájának kijavítása
- Emelkedőn futás pulzuszórási hibájának kijavítása.

2021.11.21.

- Walk (séta) mód és egyéb támogatott adatrögzítés, mint lépésszám és ebből távolság.
- Kamera irányítás: Insta 360, OneX2, One R, GoPro Hero 9, Go Pro Hero 10.
- Galileo szatellit rendszer kapcsolat
- Olasz nyelv, mint rendszernyelv opció.
- 5 funkció alkalmazása Multisport módban.
- Pihenés fázis alatti távolságmérés.

6.: PACE

2021.05.28

- COROS EvoLab funkciók: napi/heti/hosszabb távú monitorozás (edzéshatás, fáradtság, regeneráció, intenzitás, stb.)
- Edzettségi szint előrejelzés: Maraton/félmaraton/10K/5K teljesítmény