

SUUNTO 5 PEAK

RELOJ MULTIDEPORTE LIGERO PARA ENTRENARTE, EXPLORAR Y CUIDARTE

El nuevo Suunto 5 Peak te ayuda a dar el primer paso y a seguir avanzando.

Este ligero reloj GPS te equipa con funciones deportivas y de exterior fáciles de usar, una gran duración de la batería y controles de música. También hace seguimiento de tu sueño y bienestar diario.

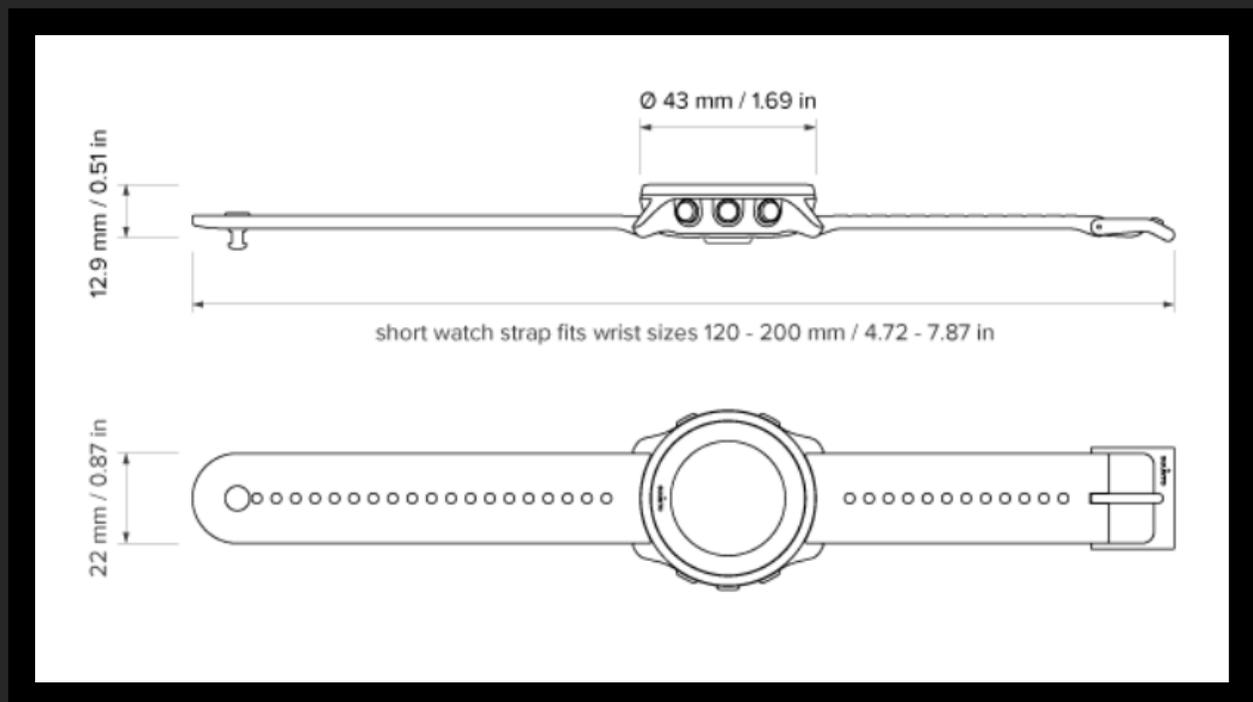
Fabricado en Finlandia. Creado para mantenerte activo.

PRINCIPALES CARACTERÍSTICAS

The infographic consists of eight circular icons arranged in two rows of four, each with a corresponding text label below it:

- MODOS DE BATERÍA INTELIGENTE**: Represented by a battery icon with a lightning bolt.
- MÁS DE 80 MODOS DE DEPORTE**: Represented by an icon of three people in a circle.
- SEGUIMIENTO DEL SUEÑO Y LA ACTIVIDAD**: Represented by a crescent moon icon.
- CONTROLES DE MÚSICA**: Represented by a musical note icon.
- ESTRÉS Y RECUPERACIÓN**: Represented by a lightning bolt icon with a smiley face below it.
- NAVEGACION GPS**: Represented by a location pin icon.
- ACTUALIZACIÓN POR AIRE**: Represented by a watch icon with a downward arrow.
- 30M RESISTENTE AL AGUA**: Represented by the number "30m" inside a circle.

ESPECIFICACIONES



Medidas	43 x 43 x 12.9 mm... / 1.69 x 1.69 x 0.51"
Peso:	39 g / 1.38 oz
Material del bisel:	Acero inoxidable
Material de la lente:	Plástico
Material de la carcasa:	Plástico
Material de la correa:	Silicona

ESPECIFICACIONES TÉCNICAS

GENERAL

Material del bisel:	Acero inoxidable
Material de la lente:	Plástico
Material de la carcasa:	Plástico
Material de la correa:	Silicona
Peso	39 g / 1.38 oz
Ancho de la correa:	22 mm
Tallas de muñeca:	120-200 mm (correa de repuesto de 215 mm)
Esferas de reloj personalizables	Sí
Bloqueo de pantalla táctil	Durante el ejercicio
Pantalla en color	Sí
Sumergibilidad	30 m
Indicador de batería	Porcentaje/icono
Tipo de pila	Recargable de iones de litio
Firmware actualizable	Sí
Hora, fecha	Sí
Despertador	Sí
Hora dual	Sí
Frecuencia cardíaca desde la muñeca integrada	Sí
Control de hora automático	Sí
Cronómetro	Sí
Temporizador de cuenta atrás	Sí
Alerta mediante vibración	Sí
Idiomas	EN, CS, DA, DE, ES, FI, FR, IT, JA, KO, NL, NO, PL, PT, RU, SV, TR, HE, ZH*, TH*, ZHTW*
Luz de fondo	LED
Luz de fondo configurable	Sí
Bloqueo de botones	Durante el ejercicio
Tipo de pantalla	Matricial
Resolución de pantalla	218 x 218
Unidades métricas e imperiales	Sí
Control de hora automático	Sí
Actualizaciones automáticas inalámbricas del firmware	Sí
Esferas de reloj personalizables	Sí
Tamaño de pantalla	1.1"

ESPECIFICACIONES FÍSICAS

Temperatura de funcionamiento	de -20 °C a +55 °C/de -5 °F a +130 °F
Temperatura de almacenamiento	de -20 °C a +55 °C/de -5 °F a +130 °F
Temperatura de carga recomendada	De 0° C a +35° C/de +32° F a +95° F

DURACIÓN DE LA BATERÍA

Recordatorios de carga inteligentes	Sí
En modo hora	Hasta 10 días
Con seguimiento 24/7 y notificaciones móviles	Hasta 7 días
Modo de entrenamiento con GPS	20 h / 40 h / 100 h

CONECTIVIDAD

Conectividad (entre dispositivos)	Bluetooth Smart
Compatible con la Suunto app	Sí
Notificaciones del teléfono en el reloj	Sí
Compatible con las comunidades deportivas en línea	Sí
Actualizaciones del software del reloj desde la nube	Sí
Compatibilidad con smartphone	Compatible con los modelos más comunes
Controles multimedia en el reloj	Sí
Envía desde el reloj respuestas predefinidas a los mensajes entrantes	Solo para Android
Actualizaciones de software inalámbricas automáticas	Sí

24/7

SEGUIMIENTO DE LA ACTIVIDAD

Contador de pasos	Sí
Calorías quemadas	Sí
Objetivos de actividad	Pasos, calorías
Historial de actividad	Sí
Calorías quemadas y frecuencia cardíaca durante las actividades diarias	Sí
Seguimiento de la frecuencia cardíaca diaria mínima	Sí

SEGUIMIENTO DEL SUEÑO

Duración del sueño	Sí
Horas de acostarse	Sí
Tiempo despierto	Sí
Sueño profundo	Sí
Calidad del sueño	Sí
Frecuencia cardíaca media y mínima durante el sueño	Sí

ESTRÉS Y RECUPERACIÓN

Nivel de recursos diario	Sí
Estado de estrés y recuperación	Sí

FUNCIONES PARA AIRE LIBRE SEGUIMIENTO Y NAVEGACIÓN POR GPS

Sistemas de satélite	GPS, GLONASS, GALILEO, QZSS, BEIDOU
Modos de batería inteligente	Rendimiento, Resistencia, Tour, Personalizado
Frecuencia de grabación GPS	Máxima, Buena, Baja
Navegación por puntos de referencia y rutas visuales	Sí
Niveles de zoom en navegación	Sí
Auto zoom basado en la forma de la ruta	Sí
Sendero de navegación en tiempo real	Sí
Planificación de rutas con mapas térmicos	Sí
Planificación de ruta con perfil de altitud	Sí
Librería de rutas personales sincronizadas con el reloj	Sí
Navegación de puntos de interés (PDI)	Sí
Análisis de rutas de GPS	Sí
Registro, visualización e intercambio de rutas	Sí
Hora de llegada estimada (ETA)	Sí
Ajuste de ruta	Sí
Mapas de calor globales para 20 deportes	Sí
Mapas de terreno y de satélite para aire libre	Sí
Mapas de outdoor por satélite, terreno y topografía en la web con Mapbox, Google Maps y Android	Sí
Mapas térmicos para examinar y orientarte durante el ejercicio	Sí
ETA (hora estimada de llegada), distancia restante	Sí

ALTÍMETRO

Altitud de GPS	Sí
Ascenso/descenso total	Sí
Velocidad vertical	Sí
Frecuencia de grabación de registros	1 s
Resolución	1 m
Intervalo	-500 – 9999 m

METEOROLOGÍA

Hora de amanecer/puesta de sol	Sí
Gráfica de altitud visible en el resumen de ejercicios	Sí

FUNCIONES DE ENTRENAMIENTO

ENTRENAMIENTO CON INTERVALOS

Establecer intervalos	Sí
Guía de intervalos durante el entrenamiento	Sí

INDICACIONES DE ENTRENAMIENTO ADAPTATIVAS

Indicaciones en tiempo real durante el ejercicio basadas en intensidad y duración	Sí
Plan de entrenamiento automático de 7 días para mejorar tu nivel de forma física	Sí

FRECUENCIA CARDIACA

Medición de frecuencia cardíaca desde la muñeca	Sí
Compatibilidad con cinturón de frecuencia cardíaca	Cinturones Bluetooth Smart
Intervalo RR	Con Suunto Smart Heart Rate Belt y Suunto Smart Sensor
Gráfica de frecuencia cardíaca en tiempo real	Sí
Frecuencia cardíaca media en tiempo real	Sí
Calorías	Sí
Peak Training Effect	Sí
Tiempo de recuperación	Sí
Zonas personales de frecuencia cardíaca	Sí
Nivel de forma física (VO2máx)	Sí
Registra la frecuencia cardíaca al nadar	Sí
Frecuencia cardíaca en latidos por minuto	Sí
Frecuencia de grabación de registros	1 s

VELOCIDAD Y DISTANCIA

Velocidad y distancia basadas en cadencia	Sí
Velocidad y distancia de GPS	Sí
Cronómetro	Sí
Compatible con Foot POD	Bluetooth Smart
Autolaps	Sí
Vueltas manuales	Sí
Análisis de ritmo, gráficos de velocidad y senderos en el mapa	Sí

RECUPERACIÓN DE ENTRENAMIENTO

Tiempo de recuperación según entrenamiento	Sí
Vista diaria de tiempo de recuperación	En el reloj
Tras el entrenamiento, el reloj guarda información sobre cómo te has sentido	Sí

CARGA DE ENTRENAMIENTO

Diario con datos de los ejercicios	Sí
Resumen de ejercicios con datos de vueltas	Sí
Carga de entrenamiento con totales por deporte	Sí
Diario de entrenamiento para resúmenes a largo plazo	Sí

COMPARTE Y REVIVE

Compartir ejercicios en las redes sociales	Sí
Puntuación y comentarios de los ejercicios	Sí
Sigue a otros miembros y obtén feedback mediante streaming de actividades	Sí

CAPACIDADES PARA DEPORTE

NATACIÓN

Ritmo y distancia de natación en piscina	Sí
Registra la frecuencia cardíaca al nadar	Sí
Frecuencia de brazada en natación, cuenta y tipo	Sí
Eficiencia de brazada (SWOLF)	Sí
Intervalos automáticos	Sí
Tabla de vueltas de intervalos	Sí
Tiempo de natación por largo de piscina, vueltas, total	Sí
Distancia de natación en aguas abiertas	Sí
Guía de intervalos con compatibilidad de entrenamiento con ritmo/duración/distancia en natación	Sí
Ritmo y distancia de natación en aguas abiertas	Sí

CICLISMO

Velocidad de ciclismo	Sí
Velocidad media en tiempo real	Sí
Bike POD con soporte de velocidad/cadencia	Bluetooth
Soporte de medición de Bike Power	Bluetooth Smart
Potencia de bicicleta (W), media y máxima (con sensor de potencia)	Bluetooth Smart
Vuelta de bicicleta y potencia máxima de vuelta (con sensor de potencia)	Sí
Tabla de vueltas en tiempo real con FC media, potencia media y velocidad media	Sí
Guía de intervalos con potencia/velocidad/frecuencia cardíaca	Sí

CARRERA

Ritmo de carrera	Sí
Suunto FusedSpeed™	Sí
Potencia de carrera con sensor Stryd	Sí
SuuntoPlus™ Ghost runner	Sí
Calibración de Foot POD	Automático
Comparación de vueltas	Sí
Ritmo de vuelta medio y máx. en tiempo real	Sí
Guía de intervalos con ritmo/frecuencia cardíaca/distancia en carrera	Sí

MULTIDISCIPLINARIOS

Cambio de modo de deporte durante el ejercicio	Sí
Modos multidisciplinares preconfigurados	Sí
Análisis posterior de ejercicio multidisciplinario por deportes	Sí
Resumen de ejercicios multidisciplinares en el reloj	Sí

MODOS DE DEPORTE

Modos de deporte y pantallas personalizables	Sí
Pantallas gráficas en modos de deporte	frecuencia cardíaca, velocidad y altitud
Modos de deporte preinstalados en el reloj	> 80
SuuntoPlus™	Sí, ver los detalles desde aquí
Parámetros de medición disponibles	> 50 valores en el reloj
Pantallas numéricas en modos de deporte	1-7 campos, vista de tabla de vueltas
Modos de deporte para usos concretos (carreras, intervalos, entrenamientos largos...)	Sí