

Edge[®] Explore

Руководство

Ключи



1	Выберите, чтобы войти в спящий режим и активировать устройство. Удерживайте, чтобы включить и выключить устройство и заблокировать сенсорный экран.
2	Выберите, чтобы отметить новый круг.
3	Выберите для запуска и остановки таймера активности.

Сопряжение вашего смартфона

Чтобы использовать подключенные функции пограничного[®] устройства, он должен быть соединен непосредственно через приложение Garmin Connect[™] Mobile, а не с организацией Bluetooth[®] настройки на вашем смартфоне.

1. В магазине приложений на смартфоне установите и откройте приложение Garmin Connect Mobile.

2. Держать (-) включить устройство.

При первом включении устройства вы выбираете язык устройства. На следующем экране появится запрос на сопряжение со смартфоном.

СОВЕТ: Вы можете провести вниз по домашнему экрану, чтобы просмотреть виджет настроек, и выбрать **Телефон > Сопряжение смартфона** для ручного входа в режим сопряжения.

3. Выберите вариант, чтобы добавить свое устройство в учетную запись Garmin Connect:
 - Если это первое устройство, которое вы подключили к приложению Garmin Connect Mobile, следуйте инструкциям на экране.
 - Если вы уже соединили другое устройство с приложением Garmin Connect Mobile, из меню, выберите **Устройства Garmin > Добавьте устройство** и следуйте инструкциям на экране.

После успешного сопряжения появится сообщение, и ваше устройство автоматически синхронизируется со смартфоном.

Обзор главного экрана

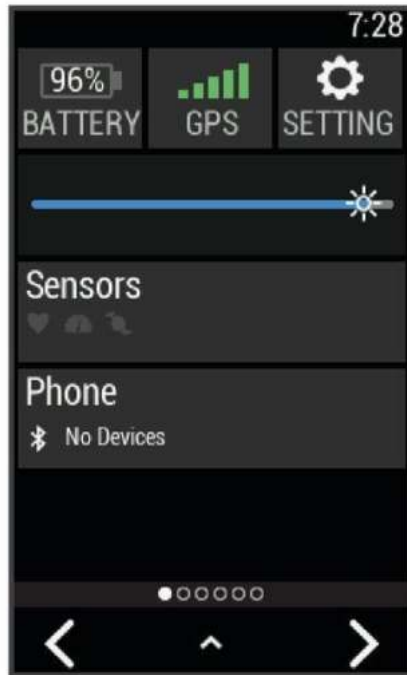
Главный экран обеспечивает быстрый доступ ко всем функциям устройства Edge® .

(Вело)	Выберите, чтобы покататься.
Куда?	Выберите для поиска местоположений, достопримечательностей или адресов.
Курсы	Выберите, чтобы создать новый курс или получить доступ к сохраненному курсу.
(=)	Выберите для доступа к своей истории, личным записям, контактам и настройкам.
(IQ)	Выберите для доступа к приложениям, виджетам и полям данных Connect IQ™.

Просмотр виджетов

На ваше устройство предварительно загружено несколько виджетов, и при подключении устройства к смартфону или другому совместимому устройству доступно больше.

1. На главном экране проведите пальцем вниз от верхней части экрана.



Появится виджет настроек. Мигающий значок означает, что устройство выполняет поиск. Вы можете выбрать любой значок, чтобы изменить настройки.

2. Проведите пальцем влево или вправо, чтобы увидеть больше виджетов.

В следующий раз, когда вы проведете пальцем вниз, чтобы просмотреть виджеты, появится последний просмотренный виджет.

Использование подсветки

Вы можете коснуться сенсорного экрана, чтобы включить подсветку.

ПРИМЕЧАНИЕ. Вы можете настроить время ожидания подсветки ([Настройки дисплея](#)).

1. На главном экране или экране данных проведите пальцем вниз от верхней части экрана.
2. Выбрать (☀) и с помощью ползунка вручную отрегулируйте яркость.

Блокировка сенсорного экрана

Вы можете заблокировать экран, чтобы предотвратить случайные касания экрана.

- Держать (-) и выберите **Блокировка экрана**.
- Во время действия выберите (-),

Зарядка устройства

ВНИМАНИЕ! Чтобы предотвратить коррозию, тщательно высушите порт USB, защитную крышку и окружающую среду перед зарядкой или подключением к компьютеру.

Устройство работает от встроенной литий-ионной батареи, которую можно заряжать с помощью стандартной настенной розетки или порта USB на компьютере.

ПРИМЕЧАНИЕ . Устройство не заряжается за пределами допустимого диапазона температур ([Технические характеристики](#)).

1. Потяните крышку погоды (1) от порта USB (2).



2. Вставьте маленький конец USB-кабеля в USB-порт на устройстве.
3. Подключите большой конец USB-кабеля к адаптеру переменного тока или USB-порту компьютера.
4. Подключите адаптер переменного тока к стандартной настенной розетке.

Когда вы подключаете устройство к источнику питания, оно включается.

5. Зарядите устройство полностью.

После зарядки устройства закройте крышку от непогоды.

О батарее

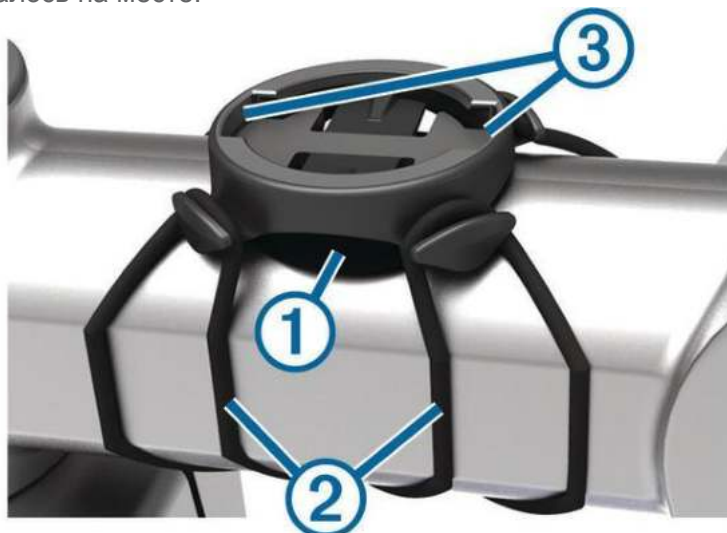
ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ! Это устройство содержит литий-ионный аккумулятор. Сведения о предупреждениях и другой важной информации см. В руководстве «*Важная информация о безопасности и информации о продукте*» в коробке продукта.

Установка стандартного крепления

Для лучшего приема GPS расположите крепление велосипеда так, чтобы передняя часть устройства была направлена к небу. Вы можете установить велосипедное крепление на штангу или руль.

1. Выберите безопасное место для установки устройства там, где оно не мешает безопасной работе вашего велосипеда.
2. Поместите резиновый диск (1) на заднюю часть крепления велосипеда.

Резиновые выступы совпадают с задней частью крепления велосипеда, чтобы оно оставалось на месте.



3. Поместите велосипедное крепление на велосипедную стойку.
4. Надежно прикрепите велосипедное крепление с помощью двух лент (2).
5. Совместите выступы на задней панели устройства с выемками для крепления велосипеда (3).
6. Слегка нажмите и поверните устройство по часовой стрелке, пока оно не зафиксорируется на месте.



Отправляясь на прогулку

Если вы используете беспроводной датчик или аксессуар, его можно подключить и активировать во время начальной настройки ([Сопряжение ваших беспроводных датчиков](#)).

1. Держать (-) включить устройство.
2. Выйдите на улицу и подождите, пока устройство обнаружит спутники.

Спутниковые полосы становятся зелеными, когда устройство готово.

3. Выбрать **(вело)**,

4. Выбрать (значок треугольника) запустить таймер активности.

Time 00:01:34	
Speed 0.0^m_h	
Distance 38^f_t	
Time of Day 10:23:59^A_M	
Calories 0^c_a_i	Heading N

ПРИМЕЧАНИЕ. История записывается только во время работы таймера активности.

5. Проведите пальцем влево или вправо, чтобы просмотреть дополнительные экраны данных.

Вы можете провести вниз от верхней части экрана данных, чтобы просмотреть виджеты.

6. При необходимости коснитесь экрана, чтобы просмотреть наложение таймера.
7. Выбрать (▶) остановить таймер активности.

СОВЕТ. Прежде чем сохранить эту поездку и поделиться ею в своей учетной записи Garmin Connect™, вы можете изменить тип поездки. Точные данные о типе езды важны для создания велосипедных курсов.

8. Выбрать **Сохранить Ride**.
9. Выбрать (v),

Получение спутниковых сигналов

Устройство может нуждаться в четком обзоре неба для получения спутниковых сигналов. Время и дата устанавливаются автоматически в зависимости от положения GPS.

СОВЕТ: Для получения дополнительной информации о GPS, перейдите к www.garmin.com/aboutGPS.

1. Выходите на улицу на открытую площадку.

Передняя часть устройства должна быть ориентирована на небо.

2. Подождите, пока устройство обнаружит спутники.

Поиск спутниковых сигналов может занять 30–60 секунд.

Маркировка вашего местоположения

Прежде чем вы сможете пометить местоположение, вы должны найти спутники.

Если вы хотите запомнить достопримечательности или вернуться к определенному месту, вы можете отметить местоположение.

1. Прокатиться.
2. Выбрать **Куда?** > **Отметить местоположение**,

Сохранение местоположений с карты

1. Выбрать **Куда?** > **Выберите область поиска** > **Точка на карте** .
2. Просмотрите карту для местоположения.
3. Выберите место.

Информация о местоположении появляется в верхней части карты.

4. Выберите информацию о местоположении.
5. Выбрать **(значок флажка)** > **(v)**,

Переход к местоположению

1. Выбрать **Куда?** ,
2. Выберите опцию:
 - Выбрать **Просмотрите карту**, чтобы перейти к местоположению на карте.
 - Выбрать **Поиск** для навигации к точке интереса, городу, перекрестку или известным координатам.

СОВЕТ: Вы можете выбрать **(o)** сузить область поиска.

- Выбрать **Найти адрес**, чтобы ввести конкретный адрес.
- Выбрать **Сохраненные местоположения**, чтобы перейти к сохраненному местоположению.

СОВЕТ: Вы можете выбрать ввести конкретную поисковую информацию.

- Выбрать **Недавние Находки** для перехода в одно из последних 50 найденных мест.
 - Выбрать **(=)** > **Выберите область поиска**, чтобы сузить область поиска.
3. Выберите место.
 4. Выбрать **Поездка** .

5. Следуйте инструкциям на экране до пункта назначения.



Переход к известным координатам

1. Выбрать **Куда?** > **Инструменты поиска** > **Координаты** .
2. Введите координаты и выберите **(v)**,
3. Следуйте инструкциям на экране до пункта назначения.

Навигация назад к началу

В любой момент во время поездки вы можете вернуться к исходной точке.

1. Прокатиться ([Собираюсь покататься](#)) .
2. Во время поездки выберите любое место на экране, чтобы просмотреть наложение таймера.
3. Выбрать (**значок домика**) > **Куда?** > **Вернуться к началу** .
4. Выбрать **По тому же маршруту** или **Самый прямой маршрут** .
5. Выбрать **Поездка** .

Устройство переместит вас обратно к начальной точке вашей поездки.

Остановка навигации

1. Прокрутите до карты.
2. Выбрать **(x)** > **(v)**,

Проектирование местоположения

Вы можете создать новое местоположение, проецируя расстояние и направление от отмеченного местоположения до нового местоположения.

1. Выбрать **Куда?** > **Сохраненные местоположения** .
2. Выберите место.
3. Выберите информацию о местоположении в верхней части экрана.
4. Выбрать (**значок карандаша**) > **Местоположение проекта** .

5. Введите азимут и расстояние до проектируемого места.
6. Выбрать (v),

Редактирование местоположений

1. Выбрать **Куда?** > **Сохраненные местоположения** .
2. Выберите место.
3. Выберите информационную панель в верхней части экрана.
4. Выбрать (**значок карандаша**)
5. Выберите атрибут.

Например, выберите **Измените Высота**, чтобы ввести известную высоту для местоположения.

6. Введите новую информацию и выберите (v).

Удаление местоположения

1. Выбрать **Куда?** > **Сохраненные местоположения** .
2. Выберите место.
3. Выберите информацию о местоположении в верхней части экрана.
4. Выбрать (**значок карандаша**) > **Удалить местоположение** >(v).

Курсы

Вы можете отправить курс из своей учетной записи Garmin Connect™ на свое устройство. После сохранения на вашем устройстве вы можете перемещаться по курсу на вашем устройстве. Вы также можете создать и сохранить пользовательский курс прямо на вашем устройстве.

Вы можете следовать сохраненному курсу просто потому, что это хороший маршрут. Например, вы можете сохранять и ездить на работу на велосипеде.

Планирование и езда на курс

Вы можете создавать и ездить на специальных курсах. Курс - это последовательность путевых точек или мест, которые ведут к вашему конечному пункту назначения.

1. Выбрать **Курсы** > **Создатель курса** > **Добавить первое местоположение** .
2. Выберите опцию:
 - Чтобы выбрать свое текущее местоположение на карте, выберите **Текущее местоположение** .
 - Чтобы выбрать сохраненное местоположение, выберите **Сохраните и** выберите местоположение.
 - Чтобы выбрать местоположение, которое вы недавно искали, выберите **Недавние Находки** и выберите местоположение.
 - Чтобы выбрать местоположение на карте, выберите **Используйте карту** и выберите местоположение.
 - Для поиска и выбора интересующего объекта выберите **Категории POI** и выберите ближайшую достопримечательность.
 - Чтобы выбрать город, выберите **Города** и выберите ближайший город.
 - Чтобы выбрать адрес, выберите **Адреса** и введите адрес.

- Чтобы выбрать пересечение, выберите **Пересечения** и введите названия улиц.
 - Чтобы использовать координаты, выберите **Координаты** и введите координаты.
3. Выбрать **Использование** .

СОВЕТ: На карте вы можете выбрать другое местоположение и выбрать **Используйте** для продолжения добавления местоположений.

4. Выбрать **Добавить следующее местоположение**.
5. Повторяйте шаги со 2 по 4, пока не выберете все места для маршрута.
6. Выбрать **Посмотреть карту** .

Устройство рассчитает ваш маршрут, и появится карта маршрута.

7. Выбрать **Поездка**.

После курса от Garmin Connect™

Прежде чем вы сможете скачать курс из Garmin Connect, у вас должна быть учетная запись Garmin Connect([Garmin Connect](https://connect.garmin.com)) .

1. Выберите опцию:
 - Откройте приложение Garmin Connect Mobile.
 - Перейти к connect.garmin.com .
2. Создайте новый курс или выберите существующий курс.
3. Выбрать **Отправить на устройство** .
4. Следуйте инструкциям на экране.
5. На устройстве Edge® выберите **Курсы > Сохраненные курсы** .
6. Выберите курс.
7. Выбрать **Поездка** .

Создание и поездка в оба направления

Устройство может создать маршрут туда и обратно на основе заданного расстояния, начального местоположения и направления навигации.

1. Выбрать **Курсы > Курс туда и обратно** .
2. Выбрать **Расстояние** и введите общее расстояние для курса.
3. Выбрать **Начальное местоположение**.
4. Выберите опцию:
 - Чтобы выбрать свое текущее местоположение на карте, выберите **Текущее местоположение**.
 - Чтобы выбрать местоположение на карте, выберите **Используйте карту** и выберите местоположение.
 - Чтобы выбрать сохраненное местоположение, выберите **Сохраненные местоположения** и выберите местоположение.
 - Для поиска и выбора интересующего объекта выберите **Инструменты поиска > Категории POI** и выберите ближайшую достопримечательность.
 - Чтобы выбрать город, выберите **Инструменты поиска > Города** и выберите ближайший город.
 - Чтобы выбрать адрес, выберите **Инструменты поиска > Адреса** и введите адрес.

- Чтобы выбрать пересечение, выберите **Инструменты поиска > Пересечения** и введите названия улиц.
 - Чтобы использовать координаты, выберите **Инструменты поиска > Координаты** и введите координаты.
5. Выбрать **Начать направление** и выберите направление.
 6. Выбрать **Поиск** .

СОВЕТ: Вы можете выбрать (O) искать снова.

7. Выберите курс, чтобы просмотреть его на карте.

СОВЕТ: Вы можете выбрать (<) а также (>) для просмотра других курсов.

8. Выбрать **Поездка** .

Советы по прохождению курса

- Используйте руководство поворота ([Варианты курса](#)).
- Если вы включили разминку, выберите (▶) начать курс и разогреться как обычно.
- Держитесь подальше от курса, пока вы разогреваетесь.

Когда вы будете готовы начать, идите к своему курсу. Когда вы находитесь на любой части пути курса, появляется сообщение.

- Выделите карту, чтобы просмотреть карту курса.

Если вы отклонитесь от курса, появится сообщение.

Просмотр сведений о курсе

1. Выбрать **Курсы > Сохраненные курсы** .
2. Выберите курс.
3. Выберите опцию:
 - Выбрать **Резюме** для просмотра деталей о курсе.
 - Выбрать **Карта** для просмотра курса на карте.
 - Выбрать **Возвышение** для просмотра рельефа участка курса.
 - Выбрать **Кругов**, чтобы выбрать круг и просмотреть дополнительную информацию о каждом круге.

Отображение курса на карте

Для каждого курса, сохраненного на вашем устройстве, вы можете настроить его отображение на карте. Например, вы можете установить свой коммутирующий курс, чтобы он всегда отображался на карте желтым цветом. Вы можете иметь альтернативное отображение курса зеленым цветом. Это позволяет вам видеть курсы во время катания, но не следовать за определенным курсом и не перемещаться по нему.

1. Выбрать **Курсы > Сохраненные курсы** .
2. Выберите курс.
3. Выбрать **Настройки** .
4. Выбрать **Всегда отображать**, чтобы курс отображался на карте.

5. Выбрать **Цвет** и выберите цвет.
6. Выбрать **Очки курса**, чтобы включить точки курса на карте.

В следующий раз, когда вы едете рядом с курсом, он появится на карте.

Остановка курса

1. Прокрутите до карты.
2. Выбрать **(x) > (v)**,

Удаление курса

1. Выбрать **Курсы > Сохраненные курсы** .
2. Выберите курс.
3. Выбрать **> (v)**,

Варианты курса

Выбрать **Курсы > Сохраненные курсы > (≡)**,

Поворот Руководство

Включает или отключает запросы поворота.

Предупреждения вне курса

Предупреждает вас, если вы сбились с курса.

Поиск

Позволяет искать сохраненные курсы по названию.

Фильтр

Позволяет фильтровать по типу курса, например по курсам Strava™.

Удалять

Позволяет удалить все или несколько сохраненных курсов с устройства.

Настройки карты

Выбрать **(≡) > Настройки езды > Карта** .

Ориентация

Устанавливает, как карта отображается на странице.

Авто Zoom

Автоматически выбирает уровень масштабирования для карты. когда **Выключен**, вы должны увеличивать или уменьшать масштаб вручную.

Текст руководства

Устанавливает, когда отображаются пошаговые навигационные подсказки (требуется карты маршрутизации).

Видимость карты

Позволяет установить расширенные функции карты.

Информация о карте

Включает или отключает карты, загруженные в данный момент на устройстве.

Изменение ориентации карты

1. Выбрать (☰) > **Настройки езды** .
2. Выбрать **Карта** > **Ориентация** .
3. Выберите опцию:
 - Выбрать **Север вверху**, чтобы показать север вверху страницы.
 - Выбрать **Track Up**, чтобы показать ваше текущее направление движения в верхней части страницы.
 - Выбрать **Режим 3D** для отображения карты в трех измерениях.

Настройки маршрута

Выбрать (☰) > **Настройки езды** > **Маршрутизация**.

Популярность маршрутизации

Рассчитывает маршруты на основе самых популярных поездок из Garmin Connect.

Режим маршрутизации

Устанавливает способ транспортировки для оптимизации вашего маршрута.

Метод расчета

Устанавливает метод, используемый для расчета вашего маршрута.

Замок на дороге

Блокирует значок положения, представляющий ваше положение на карте, на ближайшей дороге.

Настройка предотвращения

Устанавливает типы дорог, которых следует избегать при навигации.

Перерасчет

Автоматически пересчитывает маршрут при отклонении от маршрута.

® Подключенные функции

Устройство Edge® имеет функции Bluetooth для вашего совместимого смартфона или фитнес-устройства. Для некоторых функций требуется установить мобильное приложение Garmin Connect™ на свой смартфон. Перейти к www.garmin.com/intosports/apps для получения дополнительной информации.

ПРИМЕЧАНИЕ. Чтобы использовать некоторые функции, ваше устройство должно быть подключено к смартфону с поддержкой Bluetooth.

LiveTrack

Позволяет друзьям и семье следить за вашими гонками и тренировками в режиме реального времени. Вы можете пригласить подписчиков, используя электронную почту или социальные сети, что позволит им просматривать ваши данные в реальном времени на странице отслеживания Garmin Connect.

GroupTrack

Позволяет отслеживать других гонщиков в вашей группе, используя LiveTrack прямо на экране и в режиме реального времени. Вы можете отправлять предустановленные сообщения другим гонщикам в своей сессии GroupTrack с совместимым Edge-устройством.

Загрузка активности в Garmin Connect

Автоматически отправляет вашу активность в Garmin Connect, как только вы закончите записывать активность.

Загрузка курсов из Garmin Connect

Позволяет искать курсы в Garmin Connect с помощью смартфона и отправлять их на ваше устройство.

Взаимодействие в социальных сетях

Позволяет опубликовать обновление на вашем любимом веб-сайте в социальных сетях при загрузке действия в Garmin Connect.

Обновления погоды

Отправляет в режиме реального времени погодные условия и оповещения на ваше устройство.

Уведомления

Отображает телефонные уведомления и сообщения на вашем устройстве.

Сообщения

Позволяет ответить на входящий вызов или текстовое сообщение с помощью предварительно установленного текстового сообщения. Эта функция доступна для совместимых смартфонов Android™.

Обнаружение инцидента

Позволяет приложению Garmin Connect Mobile отправлять сообщение вашим экстренным контактам, когда пограничное устройство обнаруживает инцидент.

Помощь

Позволяет отправлять автоматические текстовые сообщения с вашим именем и местоположением GPS вашим контактам в чрезвычайных ситуациях с помощью приложения Garmin Connect Mobile.

Групповая сессия

Прежде чем вы сможете начать Во время сеанса GroupTrack у вас должен быть смартфон с приложением Garmin Connect Mobile, подключенным к вашему устройству ([Сопряжение вашего смартфона](#)).

Во время езды вы можете увидеть гонщиков в своем Групповая сессия на карте.

1. На Устройство Edge® выберите (≡) > **Подключенные функции** > **GroupTrack** для включения просмотра соединений на экране карты.
2. В приложении Garmin Connect Mobile в меню настроек выберите **LiveTrack** > **GroupTrack**.
3. Выбрать **Видимо для** > **Все соединения**.

ПРИМЕЧАНИЕ. Если у вас более одного совместимого устройства, вы должны выбрать устройство для Групповая сессия.

4. Выбрать **Запустите LiveTrack**.
5. На Краевое устройство, выберите и покатайтесь.

С

Функция GroupTrack позволяет вам отслеживать других гонщиков в вашей группе, используя LiveTrack прямо на экране. Все гонщики в группе должны быть вашими подключениями в вашей учетной записи Garmin Connect™.

е

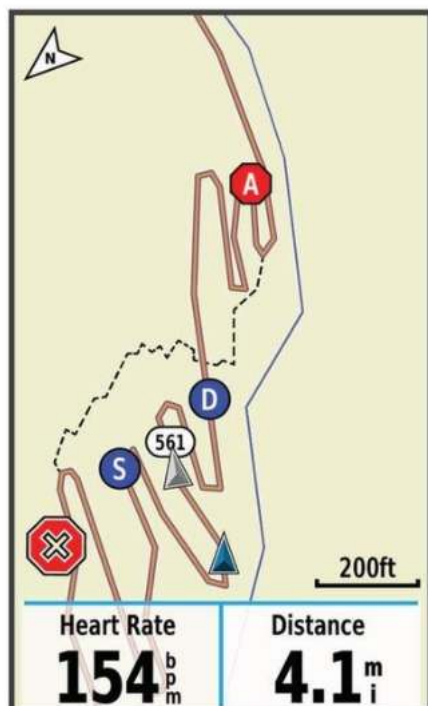
- Ездить на улицу, используя GPS.

Т

ы

д

- Сопряжение вашего Edge® Исследуйте устройство со своим смартфоном, используя технологию Bluetooth® .
 - В приложении Garmin Connect Mobile в меню настроек выберите **Подключения**, чтобы обновить список гонщиков для вашей Групповой сессии.
 - Убедитесь, что все ваши соединения подключены к своим смартфонам и начните Сессию LiveTrack в приложении Garmin Connect Mobile.
 - Убедитесь, что все ваши соединения находятся в пределах досягаемости (40 км или 25 миль).
 - Во время Сеанса GroupTrack , выделите карту, чтобы просмотреть свои соединения.
 - Остановите поездку, прежде чем пытаться просмотреть информацию о местоположении и направлении для других водителей в Групповой сессии.
6. Прокрутите до карты, чтобы просмотреть свои подключения.



Вы можете нажать значок на карте, чтобы просмотреть местоположение и информацию о курсе для других водителей в Групповой сессии.

7. Прокрутите до Списка GroupTrack.

Вы можете выбрать гонщика из списка, и он появится в центре карты.

Обнаружение инцидентов

ВНИМАНИЕ! Обнаружение происшествия является дополнительной функцией, предназначенной в первую очередь для дорожного использования. Обнаружение инцидентов не должно рассматриваться как основной метод получения экстренной помощи. Мобильное приложение Garmin Connect™ не связывается со службами экстренной помощи от вашего имени.

Когда ваше устройство Edge® обнаруживает инцидент с включенным GPS, приложение Garmin Connect Mobile может отправлять автоматические текстовые сообщения и электронные письма с вашим именем и местоположением GPS вашим контактам в чрезвычайных ситуациях.

На вашем устройстве появится сообщение, и на сопряженном смартфоне будет указано, что ваши контакты будут проинформированы через 30 секунд. Если помощь не требуется, вы можете отменить автоматическое экстренное сообщение.

Прежде чем вы сможете включить обнаружение инцидентов на своем устройстве, вы должны настроить контактную информацию для экстренных случаев в приложении Garmin Connect Mobile. Ваш сопряженный смартфон должен быть оборудован тарифным планом передачи данных и находиться в зоне покрытия сети, где доступны данные. Ваши экстренные контакты должны иметь возможность получать текстовые сообщения (могут применяться стандартные скорости обмена текстовыми сообщениями).

Настройка функций обнаружения и поддержки инцидентов

1. В магазине приложений на вашем смартфоне установите и откройте мобильное приложение Garmin Connect™.
2. Сопряжение вашего смартфона с вашим устройством ([Сопряжение вашего смартфона](#)).
3. В настройках приложения в приложении Garmin Connect Mobile выберите **Экстренные контакты** и введите информацию о вашем гонщике и ваши экстренные контакты.

Ваши выбранные контакты получают сообщение, идентифицирующее их как экстренные контакты.

ПРИМЕЧАНИЕ. При вводе экстренных контактов на вашем устройстве автоматически включается обнаружение инцидентов.

4. Включить GPS на вашем устройстве Edge® ([Включение или отключение GPS](#)).

Помощь

ВНИМАНИЕ! Помощь является дополнительной функцией и не должна использоваться в качестве основного метода получения экстренной помощи. Мобильное приложение Garmin Connect™ не связывается со службами экстренной помощи от вашего имени.

Когда ваше устройство Edge® с включенным GPS подключено к приложению Garmin Connect Mobile, вы можете отправлять автоматические текстовые сообщения с вашим именем и местоположением GPS своим экстренным контактам.

Прежде чем вы сможете включить функцию поддержки на своем устройстве, вы должны настроить экстренную контактную информацию в приложении Garmin Connect Mobile. Ваш сопряженный смартфон Bluetooth® должен быть оснащен тарифным планом передачи данных и находиться в зоне покрытия сети, где доступны данные. Ваши экстренные контакты должны иметь возможность получать текстовые сообщения (могут применяться стандартные скорости обмена текстовыми сообщениями).

На вашем устройстве появится сообщение о том, что ваши контакты будут проинформированы после истечения обратного отсчета. Если помощь не требуется, вы можете отменить сообщение.

Просмотр ваших экстренных контактов

Прежде чем вы сможете просматривать свои экстренные контакты на своем устройстве, вы должны настроить информацию о своем гонщике и экстренные контакты в приложении Garmin Connect Mobile.

Выбрать (≡) > **Подключенные функции** > **Контакты** .
Отображаются имена и номера телефонов ваших экстренных контактов.

Запрос помощи

Прежде чем вы сможете запросить помощь, вы должны включить GPS на своем устройстве Edge® .

1. Держать (-) в течение четырех секунд, чтобы активировать функцию помощи.

Устройство подает звуковой сигнал и отправляет сообщение после завершения пятисекундного обратного отсчета.

2. При необходимости выберите **Отправить**, чтобы отправить сообщение немедленно.

Включение и выключение обнаружения инцидентов

Выбрать (≡) > **Подключенные функции** > **Обнаружение инцидентов** .

Отмена автоматического сообщения

Когда на вашем устройстве обнаружен инцидент, вы можете отменить автоматическое экстренное сообщение на вашем устройстве или на вашем сопряженном смартфоне, прежде чем оно будет отправлено вашим контактам.

Выбрать **Отмена** > (v) до конца 30-секундного отсчета.

Отправка обновления статуса после инцидента

Прежде чем вы сможете отправить обновление статуса своим экстренным контактам, ваше устройство должно обнаружить инцидент и отправить автоматическое экстренное сообщение своим экстренным контактам.

Вы можете отправить обновление статуса своим экстренным контактам, сообщив им, что вам не нужна помощь.

1. Проведите пальцем вниз от верхней части экрана и проведите пальцем влево или вправо, чтобы просмотреть виджет элементов управления.
2. Выбрать **Обнаружен инцидент** > **Я в порядке** .

Сообщение отправляется всем экстренным контактам.

Беспроводные датчики

Ваше устройство может использоваться с беспроводными датчиками ANT+® или Bluetooth®. Для получения дополнительной информации о совместимости и приобретении дополнительных датчиков перейдите на сайт buy.garmin.com

Сопряжение ваших беспроводных датчиков

Прежде чем вы сможете выполнить сопряжение, вы должны надеть пульсометр или установить датчик.

Сопряжение - это подключение беспроводных датчиков ANT +® или Bluetooth®, например, подключение пульсометра к устройству Garmin®.

1. Разместите устройство на расстоянии 3 м от датчика.

ПРИМЕЧАНИЕ. Во время спаривания держитесь на расстоянии 10 м (33 фута) от датчиков других гонщиков.

2. Выбрать (≡) > **Датчики** > **Добавить датчик** .
3. Выберите опцию:
 - Выберите тип датчика.
 - Выбрать **Поиск All** для поиска всех соседних датчиков.

Появится список доступных датчиков.

4. Выберите один или несколько датчиков для сопряжения с вашим устройством.
5. Выбрать **Добавить**.

Когда датчик сопряжен с вашим устройством, состояние датчика **Connected** . Вы можете настроить поле данных для отображения данных датчика.

Установка зон пульса

Устройство использует информацию вашего профиля пользователя из начальной настройки для определения зон вашего пульса. Вы можете вручную настроить зоны пульса в соответствии с вашими целями фитнеса. ([Фитнес-цели](#)) . Для получения наиболее точных данных о калориях во время вашей активности вы должны установить максимальную частоту сердечных сокращений, частоту сердечных сокращений в покое и зоны сердечного ритма.

1. Выбрать (≡) > **Моя статистика** > **Учебные зоны** > **Зоны сердечного ритма** .
2. Введите максимальные значения и частоту пульса в состоянии покоя.

Значения зоны обновляются автоматически, но вы также можете редактировать каждое значение вручную.

3. Выбрать **Основываясь на:** .
4. Выберите опцию:
 - Выбрать **ВРМ** для просмотра и редактирования зон в ударах в минуту.
 - Выбрать **% Макс.** просматривать и редактировать зоны в процентах от вашей максимальной частоты сердечных сокращений.
 - Выбрать **% HRR** для просмотра и редактирования зон в процентах от вашего резерва сердечного ритма (максимальный сердечный ритм минус сердечный ритм в покое)

О зонах сердечного ритма

Многие атлеты используют зоны ЧСС для измерения и увеличения сердечно-сосудистой силы и повышения уровня физической подготовки. Зона сердечного ритма - это установленный диапазон сердечных сокращений в минуту. Пять общепринятых зон сердечного ритма пронумерованы от 1 до 5 в соответствии с возрастающей интенсивностью. Как правило, зоны сердечного ритма рассчитываются на основе процентов от вашего максимального сердечного ритма.

Цели Фитнеса

Знание зон пульса поможет вам измерить и улучшить свою физическую форму, понимая и применяя эти принципы.

- Ваш пульс является хорошим показателем интенсивности упражнений.
- Тренировка в определенных зонах сердечного ритма может помочь вам улучшить сердечно-сосудистую способность и силу.

Если вы знаете свой максимальный пульс, вы можете использовать таблицу ([Расчет зоны пульса](#)), чтобы определить лучшую зону пульса для ваших целей в фитнесе.

Если вы не знаете свой максимальный пульс, воспользуйтесь одним из калькуляторов, доступных в Интернете. Некоторые спортивные залы и медицинские центры могут предоставить тест, который измеряет максимальную частоту сердечных сокращений. Максимальная частота сердечных сокращений по умолчанию составляет 220 минус ваш возраст.

Осведомленность о ситуации

Ваш Устройство Edge® может использоваться с интеллектуальными велосипедными фонарями Varia™ и радаром заднего обзора для улучшения ситуационной осведомленности. См. Руководство пользователя для вашего устройства Varia для получения дополнительной информации.

ПРИМЕЧАНИЕ. Возможно, вам потребуется обновить Программное обеспечение Edge перед сопряжением устройств Varia ([Обновление программного обеспечения с использованием Garmin Express™](#)).

История

История включает время, расстояние, калории, скорость, данные круга, высоту и дополнительную информацию от датчика ANT+®.

ПРИМЕЧАНИЕ. История не записывается, когда таймер остановлен или приостановлен.

Когда память устройства заполнена, появляется сообщение. Устройство не удаляет и не перезаписывает вашу историю автоматически. Периодически загружайте свою историю в Garmin Connect™, чтобы отслеживать все ваши данные о поездке.

Просмотр вашей поездки

1. Выбрать (≡) > **История** > **Едет** .
2. Выберите поездку.
3. Выберите опцию.

Просмотр итогов данных

Вы можете просмотреть накопленные данные, которые вы сохранили на устройстве, включая количество поездок, время, расстояние и калории.

Выбрать (≡) > **История** > **Итоги** .

Удаление поездки

1. Выбрать (≡) > **История** > **Едет** .
2. Выберите поездку.
3. Выбрать (≡) > **Удалить** > (v),

Личные записи

Когда вы завершите поездку, устройство отобразит все новые личные записи, которые вы достигли во время этой поездки. Личные записи включают ваше самое быстрое время на стандартном расстоянии, самую длинную поездку и наибольшее количество подъемов, полученных во время езды.

Просмотр ваших личных записей

Выбрать (☰) > **Моя статистика** > **Личные записи** .

Возврат личной записи

Вы можете установить каждую личную запись обратно на ранее записанную.

1. Выбрать (☰) > **Моя статистика** > **Личные записи** .
2. Выберите запись для восстановления.
3. Выбрать **Предыдущая запись** > (v),

ПРИМЕЧАНИЕ. Это не удаляет сохраненные действия.

Вы можете связаться со своими друзьями по Garmin Connect™. Garmin Connect предоставляет вам инструменты для отслеживания, анализа, обмена и поощрения друг друга. Запишите события вашего активного образа жизни, включая бега, прогулки, поездки, плавания, походы, триатлон и многое другое.

Вы можете создать бесплатную учетную запись Garmin Connect при сопряжении устройства с телефоном с помощью приложения Garmin Connect Mobile или перейти на страницу connect.garmin.com .

Храните свою деятельность

После того, как вы завершили и сохранили действие на своем устройстве, вы можете загрузить это действие в Garmin Connect и сохранять его столько, сколько вам нужно.

Проанализируйте ваши данные

Вы можете просмотреть более подробную информацию о своей активности, включая время, расстояние, высоту, частоту сердечных сокращений, сожженные калории, частоту вращения педалей, вид карты сверху, диаграммы темпа и скорости, а также настраиваемые отчеты.

ПРИМЕЧАНИЕ. Для некоторых данных требуется дополнительный аксессуар, например монитор сердечного ритма.



Поделитесь своей деятельностью

Вы можете общаться с друзьями, чтобы следить за действиями друг друга или размещать ссылки на свои действия на своих любимых сайтах социальных сетей.

Отправка поездки в Garmin Connect™

- Синхронизируйте устройство Edge® с приложением Garmin Connect Mobile на своем смартфоне.
- Используйте USB-кабель, поставляемый с устройством Edge, чтобы отправить данные о поездке в свою учетную запись Garmin Connect на компьютере.

Управление данными

ПРИМЕЧАНИЕ . Устройство несовместимо с Windows® 95, 98, Me, Windows NT® и Mac® OS 10.3 и более ранними версиями.

Подключение устройства к вашему компьютеру

ВНИМАНИЕ! Чтобы предотвратить коррозию, тщательно высушите порт USB, защитную крышку и окружающую среду перед зарядкой или подключением к компьютеру.

1. Потяните крышку погоды от порта USB.
2. Вставьте маленький конец USB-кабеля в USB-порт.
3. Подключите большой конец USB-кабеля к USB-порту компьютера.

Устройство отображается как съемный диск в «Моем компьютере» на компьютерах с Windows® и как подключенный том на компьютерах Mac® .

Передача файлов на ваше устройство

1. Подключите устройство к вашему компьютеру.

На компьютерах под управлением Windows® устройство отображается как съемный диск или переносное устройство. На компьютерах Mac® устройство отображается как подключенный том.

ПРИМЕЧАНИЕ. Некоторые компьютеры с несколькими сетевыми дисками могут неправильно отображать диски устройств. Обратитесь к документации по вашей операционной системе, чтобы узнать, как подключить диск.

2. На вашем компьютере откройте браузер файлов.
3. Выберите файл.
4. Выбрать **Редактировать** > **Копировать** .
5. Откройте переносное устройство, диск или том для устройства.
6. Перейдите в папку.
7. Выбрать **Редактировать** > **Вставить** .

Файл появится в списке файлов в памяти устройства.

Удаление файлов

ВНИМАНИЕ! Если вы не знаете назначение файла, не удаляйте его. Память вашего устройства содержит важные системные файлы, которые не должны быть удалены.

1. Открыть **Garmin** диск или объем.
2. При необходимости откройте папку или том.
3. Выберите файл.
4. Нажмите **Удалить** ключ на клавиатуре.

ПРИМЕЧАНИЕ. Если вы используете компьютер Apple®, вы должны очистить Папка для **мусора**, чтобы полностью удалить файлы.

Отключение USB-кабеля

Если ваше устройство подключено к вашему компьютеру как съемный диск или том, вы должны безопасно отключить устройство от компьютера, чтобы избежать потери данных. Если ваше устройство подключено к вашему компьютеру с Windows® в качестве портативного устройства, нет необходимости безопасно отключать устройство.

1. Завершите действие:
 - Для компьютеров с Windows выберите **Безопасно извлеките** значок «**Оборудование**» на панели задач и выберите свое устройство.
 - Для компьютеров Apple® выберите устройство и выберите **Файл** > **Eject** .
2. Отключите кабель от компьютера.

Загружаемые функции Connect IQ™

Вы можете добавить функции Connect IQ на свое устройство от Garmin® и других поставщиков с помощью приложения Connect IQ Mobile.

Поля данных

Позволяет загружать новые поля данных, которые по-новому представляют данные датчиков, активности и истории. Вы можете добавить поля данных Connect IQ во встроенные функции и страницы.

Виджеты

Предоставляйте информацию с первого взгляда, включая данные датчиков и уведомления.

Программы

Добавьте интерактивные функции на ваше устройство, такие как новые виды активного отдыха и занятий фитнесом.

Загрузка функций Connect IQ™ с помощью компьютера

1. Подключите устройство к компьютеру с помощью USB-кабеля.
2. Перейти к apps.garmin.com и войдите в систему.
3. Выберите функцию Connect IQ и загрузите ее.
4. Следуйте инструкциям на экране.

Настройка вашего профиля пользователя

Вы можете обновить свой пол, возраст, вес и рост. Устройство использует эту информацию для расчета точных данных о поездке.

1. Выбрать (≡) > **Моя статистика** > **Профиль пользователя** .
2. Выберите опцию.

Обновление настроек поездки

1. Выбрать (≡) > **Настройки езды** .
2. Выберите опцию:
 - Выбрать **Экраны данных** для настройки экранов данных и полей данных ([Редактирование экрана данных](#)).
 - Выбрать **Оповещения** для настройки ваших тренировочных оповещений ([Оповещения](#)).
 - Выбрать **Авто Особенности** > **Auto Lap**, чтобы установить, как колени запускаются ([Маркировка кругов по позиции](#)).
 - Выбрать **Авто Особенности** > **Auto Sleep** для автоматического перехода в спящий режим после пяти минут бездействия ([Использование автоматического сна](#)).
 - Выбрать **Авто Особенности** > **Auto Pause**, чтобы измениться, когда таймер автоматически делает паузу ([С помощью автоматической паузы](#)).
 - Выбрать **Авто Особенности** > **Автопрокрутка**, чтобы настроить отображение страниц данных тренировки, когда таймер работает ([Использование автопрокрутки](#)).
 - Выбрать **Режим запуска по таймеру**, чтобы настроить, как устройство определяет начало поездки и автоматически запускает таймер ([Автоматический запуск таймера](#)) .
 - Выбрать **Навигационные подсказки** для отображения пошаговых навигационных подсказок в виде текста или на карте.
 - Выбрать **Карта** для настройки параметров карты ([Настройки карты](#)) .
 - Выбрать **Маршрутизация** для настройки параметров маршрута ([Настройки маршрута](#)).

Все изменения сохраняются в настройках езды.

Добавление экрана данных

1. Выбрать (≡) > **Настройки езды**.
2. Выбрать **Экраны данных** > **Добавить новый** > **Экран данных** .
3. Выберите категорию и выберите одно или несколько полей данных.
4. Выбрать (**значок стрелочки**),
5. Выберите опцию.
 - Выберите другую категорию, чтобы выбрать больше полей данных.
 - Выбрать (**v**),
6. Выбрать (<) или (>) изменить макет.
7. Выбрать (**v**),
8. Выберите опцию.
 - Дважды нажмите на поле данных, чтобы изменить его.
 - Нажмите поле данных, а затем нажмите другое поле данных, чтобы изменить их порядок.
9. Выбрать (**v**),

Редактирование экрана данных

1. Выбрать (≡) > **Настройки езды** .
2. Выбрать **Экраны данных** .
3. Выберите экран данных.
4. Выбрать **Макет и поля данных** .
5. Выберите категорию, выберите поля данных для добавления или удаления и выберите (**значок стрелочки**) > (**v**) ,
6. Выбрать (<) или (>) изменить макет.
7. Выбрать (**v**),
8. Выберите опцию.
 - Дважды нажмите на поле данных, чтобы изменить его.
 - Коснитесь поля данных и коснитесь другого поля данных, чтобы изменить их порядок.
9. Выбрать (**v**),

Оповещения

Вы можете использовать оповещения, чтобы тренироваться для достижения определенного времени, расстояния, калорий, частоты сердечных сокращений и частоты вращения педалей.

Настройка оповещений о диапазоне

Если у вас есть дополнительный монитор сердечного ритма или датчик частоты вращения педалей, вы можете настроить оповещения о диапазоне. Предупреждение о диапазоне уведомляет вас, когда измерение устройства выше или ниже указанного диапазона значений. Например, вы можете настроить устройство так, чтобы оно оповещало вас, когда ваш пульс ниже 90 ударов в минуту и более 160 ударов в минуту. ([Установка зон пульса](#)) .

1. Выбрать (≡) > **Настройки езды** > **Оповещения** .
2. Выбрать **Сигнал сердечного ритма** или **Cadence Alert** .
3. При необходимости включите оповещение.
4. Выберите минимальное и максимальное значения или выберите зоны.
5. При необходимости выберите (**v**).

Каждый раз, когда вы превышаете или опускаетесь ниже указанного диапазона, появляется сообщение. Устройство также издает звуковой сигнал, если включены звуковые сигналы. ([Включение и выключение тонов устройства](#)) .

Настройка повторяющегося оповещения

Повторяющееся предупреждение уведомляет вас каждый раз, когда устройство записывает указанное значение или интервал. Например, вы можете настроить устройство на оповещение каждые 30 минут.

1. Выбрать (≡) > **Настройки езды** .
2. Выбрать **Оповещения** .
3. Выберите тип оповещения.
4. Включите оповещение.
5. Введите значение
6. Выбрать (v),

Каждый раз, когда вы достигаете значения предупреждения, появляется сообщение. Устройство также издает звуковой сигнал, если включены звуковые сигналы. ([Включение и выключение тонов устройства](#)) .

Использование автоматического сна

Вы можете использовать **Автоматическое выключение** функция автоматического перехода в режим ожидания после 5 минут бездействия. В спящем режиме экран выключен, а датчики ANT +®, Bluetooth ® и GPS отключены.

1. Выбрать (≡) > **Настройки езды** .
2. Выбрать **Авто Особенности** > **Авто Сон** .

Использование автоматической паузы

Вы можете использовать функцию Auto Pause ® для автоматической приостановки таймера, когда вы прекращаете движение или когда ваша скорость падает ниже заданного значения. Эта функция полезна, если ваша поездка включает стоп-сигналы или другие места, где вам нужно замедлить или остановиться.

ПРИМЕЧАНИЕ. История не записывается, когда таймер остановлен или приостановлен.

1. Выбрать (≡) > **Настройки езды** .
2. Выбрать **Авто Особенности** > **Авто пауза** .
3. Выберите опцию:
 - Выбрать **При остановке** для автоматической остановки таймера, когда вы прекращаете движение.
 - Выбрать **Пользовательская скорость** для автоматической приостановки таймера, когда ваша скорость падает ниже заданного значения.
4. При необходимости настройте необязательные поля данных времени([Редактирование экрана данных](#)) .

Использование автопрокрутки

Вы можете использовать Функция **автопрокрутки** для автоматического переключения между всеми экранами тренировочных данных во время работы таймера.

1. Выбрать (≡) > **Настройки езды** .
2. Выбрать **Авто Особенности** > **Автопрокрутка** .

3. Выберите скорость отображения.

Автоматический запуск таймера

Эта функция автоматически обнаруживает, когда ваше устройство приобрело спутники и движется. Он запускает таймер активности или напоминает вам запустить таймер активности, чтобы вы могли записать данные о своей поездке.

1. Выберите (≡) > **Настройки езды** .
2. Выберите **Режим запуска по таймеру** .
3. Выберите опцию:
 - Выберите **Вручную** и выберите (▶) запустить таймер активности.
 - Выберите **Предлагается** отображать визуальное напоминание при достижении начальной скорости уведомления.
 - Выберите **Авто** для **автоматического** запуска таймера активности при достижении начальной скорости.

Настройки телефона

Выбор (≡) > **Подключенные функции** > **Телефон** .

Включить

Включает беспроводную технологию Bluetooth® .

ПРИМЕЧАНИЕ. Другие настройки Bluetooth отображаются только при включенной беспроводной технологии Bluetooth.

Дружественное имя

Позволяет вам ввести понятное имя, которое идентифицирует ваши устройства с беспроводной технологией Bluetooth.

Парный смартфон

Соединяет ваше устройство с совместимым смартфоном с поддержкой Bluetooth. Этот параметр позволяет использовать функции, подключенные через Bluetooth, включая LiveTrack и активность загружаются в Garmin Connect™.

Вызов и текстовые оповещения

Позволяет включить телефонные уведомления с вашего совместимого смартфона.

Пропущенные звонки и тексты

Отображает уведомления о пропущенных телефонах с вашего совместимого смартфона.

Текст Ответ Подпись

Включает подписи в ваших ответах на текстовые сообщения.

Гостевой режим

Функция гостевого режима позволяет ограничить доступные функции и настройки, прежде чем делиться устройством с гостевым пользователем.

Включение гостевого режима

1. Выберите (≡) > **Гостевой режим** > **Включить** .
2. Выберите опцию:

- Чтобы включить гостевой режим и запросить код для его отключения, выберите (v) введите 4-значный код и выберите (v),
- Чтобы включить гостевой режим без кода, выберите (x),

Устройство ограничивает параметры, доступные для настройки.

Отключение гостевого режима

1. Выбрать (≡) > **Гостевой режим** > **Включить**.
2. При необходимости введите 4-значный код и выберите (v),

ПРИМЕЧАНИЕ. После трех неверных попыток вам будет предложено ввести универсальный код разблокировки: Garmin.

3. Выберите опцию:
 - Выбрать (v) восстановить настройки устройства, использованные до включения гостевого режима.
 - Выбрать (x) сохранить настройки устройства, используемые при включенном гостевом режиме.

Системные настройки

Выбрать (≡) > **Система**.

- Настройки GPS ([Включение или отключение GPS](#))
- Настройки цвета ([Изменение цвета акцента](#))
- Настройки экрана ([Настройки отображения](#))
- Настройки записи данных ([Настройки записи данных](#))
- Настройки устройства ([Изменение единиц измерения](#))
- Настройки тона ([Включение и выключение тонов устройства](#))
- Языковые настройки ([Изменение языка устройства](#))

Включение или отключение GPS

Вы можете отключить GPS во время тренировок в помещении или для экономии заряда аккумулятора.

Выбрать (≡) > **Система** > **Режим GPS** .

Изменение цвета акцента

Вы можете изменить цвет акцента на устройстве.

1. Выбрать (≡) > **Система** > **Цвет** .
2. Выберите цвет акцента.

Настройки экрана

Выбрать (≡) > Система > Дисплей .

Яркость

Устанавливает яркость подсветки.

Тайм-аут подсветки

Устанавливает промежуток времени до выключения подсветки.

Цветовой режим

Устанавливает устройство для отображения дневного или ночного цветов. Вы можете выбрать **Автоматическая** опция, позволяющая устройству автоматически устанавливать дневной или ночной цвета в зависимости от времени суток.

Скриншот

Позволяет сохранить изображение экрана устройства.

Настройки записи данных

Выбрать (≡) > Система > Запись данных .

Интервал записи

Управляет тем, как устройство записывает данные об активности. **Умная** опция записывает ключевые точки, в которых вы меняете направление, скорость или частоту сердечных сокращений. Опция **1 сек.** Записывает очки каждую секунду. Он создает очень подробную запись вашей активности и увеличивает размер хранимого файла активности.

Усреднение частоты вращения педалей

Управляет тем, включает ли устройство нулевые значения для данных о темпе, которые появляются, когда вы не вращаете педали. Настройка по умолчанию исключает нулевые значения, которые появляются, когда вы не вращаете педали.

Журнал ВСР

Устанавливает устройство для записи изменений сердечного ритма во время активности.

Изменение единиц измерения

Вы можете настроить единицы измерения для расстояния и скорости, высоты, веса, формата позиции и формата времени.

1. Выбрать (≡) > Система > Единицы измерения .
2. Выберите тип измерения.
3. Выберите единицу измерения для настройки.

Включение и выключение тонов устройства

Выбрать (≡) > Система > Tones .

Изменение языка устройства

Выбрать (≡) > Система > Язык .

Часовые пояса

Каждый раз, когда вы включаете устройство и получаете спутники или синхронизируете со своим смартфоном, устройство автоматически определяет ваш часовой пояс и текущее время дня.

Характеристики

Тип батареи	Перезаряжаемая, встроенная литий-ионная батарея
Срок службы батареи	До 12 часов
Диапазон рабочих температур	От -20° до 60°C (от -4° до 140°F)
Диапазон температур зарядки	От 0° до 45°C (от 32° до 113°F)
Беспроводная частота / протокол	2,4 ГГц при номинальном значении 4 дБм
Рейтинг воды	IEC 60529 IPX7 ¹

¹ Устройство выдерживает случайное воздействие воды до 1 м в течение до 30 мин. Для получения дополнительной информации перейдите на www.garmin.com/waterrating.

Уход за устройством

ВНИМАНИЕ! Не храните устройство в местах с длительным воздействием экстремальных температур, поскольку это может привести к необратимому повреждению.

ВНИМАНИЕ! Никогда не используйте твердые или острые предметы для работы с сенсорным экраном, это может привести к его повреждению.

ВНИМАНИЕ! Избегайте химических чистящих средств, растворителей и средств от насекомых, которые могут повредить пластиковые компоненты и отделку.

ВНИМАНИЕ! Надежно закрепите крышку от непогоды, чтобы не повредить порт USB.

Очистка устройства

1. Протрите устройство тканью, смоченной в слабом растворе моющего средства.
2. Протрите насухо.

После очистки дайте устройству полностью высохнуть.

Сброс устройства

Если устройство перестает отвечать на запросы, может потребоваться его сброс. Это не удаляет ваши данные или настройки.

Держать (-) на 10 секунд.

Устройство сбрасывается и включается.

Восстановление настроек по умолчанию

Вы можете восстановить настройки конфигурации по умолчанию и профили активности. Это не приведет к удалению вашей истории или данных о деятельности, таких как поездки, тренировки и курсы.

Выбрать (≡) > Система > Сброс устройства > Восстановить настройки по умолчанию > (v)

Максимальное время автономной работы

- Включать **Режим экономии заряда батареи** ([Включение режима экономии заряда батареи](#)).
- Уменьшить яркость подсветки ([Используя подсветку](#)) или сократите время ожидания подсветки ([Настройки дисплея](#)).
- Выберите Интервал **умной** записи ([Настройки записи данных](#)).
- Включите Функция **автоматического сна** ([Использование автоматического сна](#)).
- Выключить Беспроводная функция **телефона** ([Настройки телефона](#)).
- Выберите Настройка **GPS** ([Включение или отключение GPS](#)).
- Удалите беспроводные датчики, которые вы больше не используете.

Включение режима экономии заряда батареи

Режим экономии заряда батареи регулирует настройки автоматически, чтобы продлить срок службы батареи для более длительных поездок. Во время активности экран выключается. Вы можете включить автоматические оповещения и коснуться экрана, чтобы разбудить его. В режиме экономии заряда батареи точки GPS и данные датчиков записываются реже. Скорость, расстояние и точность данных трека снижаются.

ПРИМЕЧАНИЕ. История записывается в режиме экономии заряда батареи, когда работает таймер.

1. Выбрать (≡) > **Режим экономии заряда аккумулятора** > **Включить** .
2. Выберите оповещения, которые просыпаются экран во время активности.

Мой телефон не будет подключаться к устройству

- Принесите устройство в пределах досягаемости вашего смартфона.
- Если ваши устройства уже сопряжены, выключите Bluetooth® на обоих устройствах и включите его снова.
- Если ваши устройства не сопряжены, включите беспроводную технологию Bluetooth на своем смартфоне.
- На вашем смартфоне откройте мобильное приложение Garmin Connect™, выберите (...) или (≡) и выберите **Устройства Garmin** > **Добавить устройство** для входа в режим сопряжения.
- На вашем устройстве проведите пальцем вниз по домашнему экрану, чтобы просмотреть виджет настроек, и выберите **Телефон** > **Сопряжение смартфона** для входа в режим сопряжения.

Улучшение спутникового приема GPS

- Часто синхронизируйте устройство с учетной записью Garmin Connect™:
 - Подключите устройство к компьютеру с помощью USB-кабеля и приложения Garmin Express™.

- Синхронизация устройства с приложением Garmin Connect Mobile с помощью ваш Bluetooth® включен смартфон.

При подключении к вашей учетной записи Garmin Connect устройство загружает спутниковые данные за несколько дней, что позволяет быстро находить спутниковые сигналы.

- Выведите ваше устройство на открытую площадку подальше от высоких зданий и деревьев.
- Оставайтесь неподвижными в течение нескольких минут.

Мое устройство не на том языке

1. Выбрать (≡),
2. Прокрутите вниз до последнего элемента в списке и выберите его.
3. Прокрутите вниз до седьмого пункта в списке и выберите его.
4. Выберите свой язык.

Сменные уплотнительные кольца

Сменные ленты (уплотнительные кольца) доступны для крепления.

ПРИМЕЧАНИЕ. Используйте только сменные ленты этилен-пропилен-диенового мономера (EPDM). Перейдите на сайт <http://buy.garmin.com> или обратитесь к своему дилеру Garmin®.

Просмотр информации об устройстве

1. Выбрать (≡) > Система > О .
2. Выберите опцию.
 - Выбрать **Нормативная информация** для просмотра нормативной информации и номера модели.
 - Выбрать **Информация об авторских правах** для просмотра информации о программном обеспечении, идентификатора устройства и лицензионного соглашения.

Обновление программного обеспечения с помощью

Прежде чем вы сможете обновить программное обеспечение устройства, у вас должна быть учетная запись Garmin Connect™ и вы должны загрузить приложение Garmin Express.

1. Подключите устройство к компьютеру с помощью USB-кабеля.

Когда новое программное обеспечение доступно, Garmin Express отправляет его на ваше устройство.

2. Следуйте инструкциям на экране.
3. Не отключайте устройство от компьютера во время процесса обновления.

Обновления продукта

На вашем компьютере установите Garmin Express™ (www.garmin.com/express).

Это обеспечивает легкий доступ к следующим услугам для устройств Garmin® :

- Обновления программного обеспечения
- Обновления карты
- Регистрация продукта

Получение дополнительной информации

- Перейти к support.garmin.com дополнительных пособий, статей и обновлений программного обеспечения.
- Перейдите на www.garmin.com/intosports .
- Перейти на www.garmin.com/learningcenter .
- Перейти к buy.garmin.com, или обратитесь к вашему Garmin® дилеру для получения информации о дополнительных принадлежностях и запасных частях.

Поля данных

Для некоторых полей данных требуются аксессуары ANT +® для отображения данных.

Asc. к следующей точке курса

Оставшееся восхождение до следующего пункта на курсе.

Восхождение Осталось

Во время курса оставшееся восхождение при использовании цели возвышения.

Уровень заряда батареи

Оставшийся заряд батареи.

Заряд батареи

Оставшийся заряд батареи велосипедного светового аксессуара.

Состояние угла луча

Режим фар дальнего света.

каденция

Езда на велосипеде. Количество оборотов кривошипного рычага. Ваше устройство должно быть подключено к вспомогательному оборудованию для отображения этих данных.

Каденс - Ср.

Езда на велосипеде. Средняя частота для текущей активности.

Каденс - Лап

Езда на велосипеде. Средняя частота для текущего круга.

Калории

Количество сожженных калорий.

Курс оч. Dist.

Оставшееся расстояние до следующей точки на курсе.

Dist. - круг

Расстояние, пройденное за текущий круг.

Dist. к Dest.

Оставшееся расстояние до конечного пункта назначения. Вы должны перемещаться, чтобы эти данные появились.

Dist. идти

Во время курса оставшееся расстояние при использовании цели на расстоянии.

Dist. к следующему

Оставшееся расстояние до следующей путевой точки на маршруте. Вы должны перемещаться, чтобы эти данные появились.

Расстояние

Расстояние, пройденное для текущей дорожки или активности.

высота

Высота вашего текущего местоположения выше или ниже уровня моря.

ETA в пункте назначения

Расчетное время суток, когда вы достигнете конечного пункта назначения (с учетом местного времени пункта назначения). Вы должны перемещаться, чтобы эти данные появились.

ETA на следующем

Расчетное время дня, когда вы достигнете следующей путевой точки на маршруте (с учетом местного времени путевой точки). Вы должны перемещаться, чтобы эти данные появились.

Точность GPS

Погрешность для вашего точного местоположения. Например, ваше местоположение GPS с точностью +/- 3,65 м (12 футов).

Сила сигнала GPS

Сила спутникового сигнала GPS.

Heading

Направление, в котором вы двигаетесь.

Частота сердцебиения

Ваш пульс в ударах в минуту (уд / мин). Ваше устройство должно быть подключено к совместимому монитору сердечного ритма.

ЧСС -% Макс.

Процент максимальной частоты сердечных сокращений.

HR - Ср.

Средний пульс для текущей активности.

HR - Lap

Средняя ЧСС для текущего круга.

HR зона

Текущий диапазон вашего пульса (от 1 до 5). Зоны по умолчанию основаны на вашем профиле пользователя и максимальной частоте сердечных сокращений (220 минус ваш возраст).

Внапуски

Количество пройденных кругов для текущей активности.

Легкий режим

Режим настройки легкой сети.

Огни связаны

Количество подключенных огней.

Расположение на Dest.

Последний пункт на маршруте или курсе.

Расположение на следующем

Следующая точка на маршруте или курсе.

одометр

Бегущий счетчик пройденного расстояния для всех поездок. Эта сумма не очищается при сбросе данных поездки.

скорость

Текущий курс путешествий.

Скорость - Ср.

Средняя скорость для текущей активности.

Скорость - Круг

Средняя скорость для текущего круга.

Скорость - Макс.

Максимальная скорость для текущей активности.

Восход

Время восхода в зависимости от вашей позиции GPS.

Заход солнца

Время заката в зависимости от вашей позиции GPS.

Время

Время секундомера для текущей активности.

Время - Ср. круг

Среднее время круга для текущей активности.

Время истекло; истекшее время

Общее время записано. Например, если вы запускаете таймер и работаете в течение 10 минут, затем останавливаете таймер на 5 минут, затем запускаете таймер и работаете в течение 20 минут, ваше истекшее время составляет 35 минут.

Время - Круг

Время секундомера для текущего круга.

Время суток

Время суток зависит от вашего текущего местоположения и настроек времени (формат, часовой пояс, летнее время).

Время к Dest.

Предполагаемое время, оставшееся до прибытия в пункт назначения. Вы должны перемещаться, чтобы эти данные появились.

Время идти

В течение курса, оставшееся время, когда вы используете цель времени.

Время к следующему

Расчетное время, оставшееся до достижения следующей путевой точки на маршруте. Вы должны перемещаться, чтобы эти данные появились.

Всего Восхождение

Общее высотное расстояние, пройденное с момента последнего сброса.

Общий спуск

Общее расстояние по высоте снизилось с момента последнего сброса.

Расчет зоны сердечного ритма

Зона	% от максимальной частоты сердечных сокращений	Воспринимаемое усилие
1	50-60%	Расслабленный, легкий темп, ритмичное дыхание
2	60-70%	Комфортный темп, немного более глубокое дыхание, возможен разговор
3	70-80%	Умеренный темп, труднее вести разговор
4	80-90%	Быстрый темп и немного неудобно, дышит с силой
5	90-100%	Спринтерский темп, неустойчивый в течение длительного периода времени, затрудненное дыхание

Радиочастотное воздействие

Это устройство представляет собой мобильный передатчик и приемник, который использует свою антенну для отправки и приема низких уровней радиочастотной (РЧ) энергии для передачи голоса и данных. Устройство излучает радиочастотную энергию ниже заявленных

пределов при работе в режиме максимальной выходной мощности и при использовании с авторизованными аксессуарами Garmin®. Для соответствия требованиям FCC по радиочастотному излучению устройство следует использовать в совместимом креплении или только в соответствии с инструкциями по установке. Устройство не должно использоваться в других конфигурациях.

Это устройство не должно быть совмещено или эксплуатироваться совместно с любым другим передатчиком или антенной.