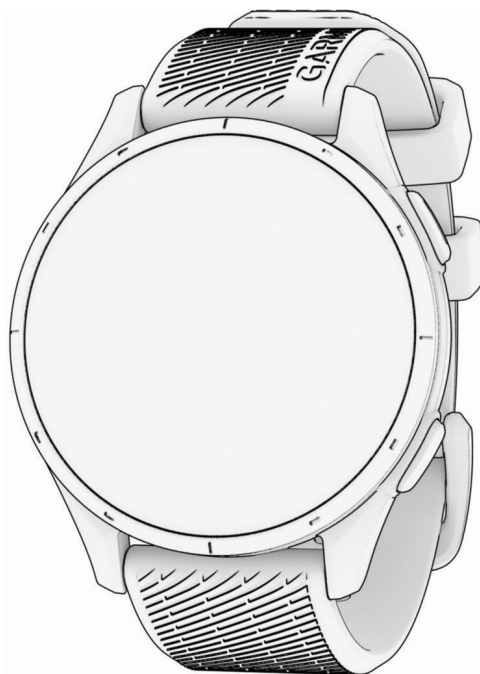


GARMIN®



APPROACH® S44

Brugervejledning

© 2025 Garmin Ltd. eller dets datterselskaber

Alle rettigheder forbeholdes. I henhold til lovgivningen om ophavsret må denne vejledning ikke kopieres, helt eller delvist, uden skriftligt samtykke fra Garmin. Garmin forbeholder sig retten til at ændre eller forbedre sine produkter og til at ændre indholdet af denne vejledning uden at være forpligtet til at varsle sådanne ændringer og forbedringer til personer eller organisationer. Gå til www.garmin.com for at finde aktuelle opdateringer og supplerende oplysninger om brugen af dette produkt.

Garmin®, Garmin logoet, Approach® og Move IQ® er varemærker tilhørende Garmin Ltd. eller dets datterselskaber, registreret i USA og andre lande. Garmin AutoShot™, Garmin Connect™, Garmin Express™ og Garmin Golf™ er varemærker tilhørende Garmin Ltd. eller dets datterselskaber. Disse varemærker må ikke anvendes uden udtrykkelig tilladelse fra Garmin.

American Heart Association® er et registreret varemærke tilhørende American Heart Association, Inc. Android™ er et varemærke tilhørende Google Inc. Ordmerkset Bluetooth® og de tilhørende logoer ejes af Bluetooth SIG, Inc., og enhver brug deraf af Garmin foregår på licens. Handicap Index® og Slope Rating® er registrerede varemærker tilhørende United States Golf Association. iOS® er et registreret varemærke tilhørende Cisco Systems, Inc., som bruges under licens af Apple Inc. iPhone® og Mac® er registrerede varemærker tilhørende Apple Inc. i USA og andre lande. Windows® er et registreret varemærke tilhørende Microsoft Corporation i USA og andre lande. Rettighederne til øvrige varemærker og handelsnavne tilhører de respektive ejere.

M/N: AA4999

Indholdsfortegnelse

Indholdsfortegnelse..... 1

Oversigt over enheden.....	1
Sådan kommer du i gang.....	1
Brug urets funktioner.....	1
Sådan parrer du din telefon.....	2
Opladning af uret.....	2
Produktopdateringer.....	2
Opsætning af Garmin Express.....	2

Golfspil..... 3

Golfmenu.....	4
Visning af greenen.....	4
Hazarder og layups.....	5
Måling af distance ved hjælp af Touch Targeting.....	5
Ændring af huller.....	5
Scoring.....	5
Aktiver registrering af statistik.....	6
Registrering af statistik.....	6
Sådan ændrer du scoremetoden.....	6
Om Stableford-score.....	6
Scorehistorik.....	7
Sådan aktiverer du handicapscore.....	7
Visning af retningen til flaget.....	8
Visning af rundeoplysninger.....	8
Visning af målte slag.....	8
Manuel tilføjelse af et slag.....	8
Visning af køllestatistik.....	8
Lagring af brugerdefinerede mål.....	9
Brug af tilstand med store tal.....	9
PlaysLike Afstandsikoner.....	9
Afslutning af en runde.....	10

Tilslutningsmuligheder..... 10

Telefontilslutningsfunktioner.....	10
Aktivering af Bluetooth meddelelser.....	10
Administration af meddelelser.....	10
Brug af tilstanden Må ikke forstyrres.....	11
Deaktivering af telefonens Bluetooth forbindelse.....	11
Aktivering og deaktivering af telefonforbindelsesalarmer.....	11
Søgning efter din telefon.....	11

Telefonapps og computerprogrammer.....	11
Garmin Golf app.....	11
Automatiske baneopdateringer.....	11
Garmin Connect.....	12
Brug af smartphone-apps.....	12
Sådan bruger du Garmin Connect på computeren.....	12

Overblik..... 13

Visning af oversigtssløjfen.....	14
Tilpasning af overblikssløjfen.....	14

Kontrolfunktioner..... 15

Tilpasning af kontrolmenuen.....	15
----------------------------------	----

Aktiviteter..... 16

Start af aktivitet.....	16
Stop en aktivitet.....	16
Svøm en tur i poolen.....	16
Svømmeterminologi.....	16
Udendørsaktiviteter.....	17

Ure..... 17

Indstilling af en alarm.....	17
Brug af stopur.....	17
Start af nedtællingstimer.....	17

Aktivitetstracking..... 17

Automatisk mål.....	17
Brug af aktivitetsalarm.....	18
Aktivering af aktivitetsalarmen.....	18
Minutter med høj intensitet.....	18
Move IQ®.....	18
Indstillinger for aktivitetstracking.....	18
Deaktivering af aktivitetstracking.....	18

Tilpasning af din enhed..... 18

Ændring af urskiven.....	18
Oprettelse af en brugerdefineret urskive.....	19
Redigering af urskive.....	19
Golfindstillinger.....	20
Scoreindstillinger.....	20
Tilbehør til registrering af kølle.....	20
Indstillinger for aktiviteter og apps.....	21
Tilpasning af skærbilleder.....	21

Satellitindstillinger	21
Aktivitetsalarmer	22
Indstilling af en advarsel	22
Brugerprofil	22
Indstilling af din brugerprofil	23
Indstillinger for køn	23
Sikkerheds- og sporingsfunktioner	23
Tilføjelse af nødkontakter	23
Registrering af hændelse	23
Sådan slår du registrering af	
hændelse til og fra	24
Anmodning om hjælp	24
Tænder LiveTrack	24
Systemindstillinger	25
Tidsindstillinger	25
Tilpasning af skærmindstillingerne ..	25
Indstillinger for batteristyring	26
Ændring af måleenhed	26
Indstilling af adgangskode på uret ..	26
Ændring af adgangskoden til	
uret	26
Nulstilling af alle	
standardindstillinger	26
Avancerede indstillinger	27

Enhedsoplysninger 27

Om AMOLED skærmen	27
Udskiftning af remmene	27
Specifikationer	28
Batterioplysninger	28
Vedligeholdelse af enheden	28
Rengøring af uret	28
Langtidsopbevaring	28
Visning af enhedsoplysninger	29
Visning af oplysninger om lovgivning	
og overensstemmelse via E-label	29
Datahåndtering	29
Sletning af filer	29

Fejlfinding 29

Sådan får du flere oplysninger	29
Maksimering af batterilevetiden	29
Min enhed kan ikke finde golfbaner i	
nærheden	30
Er min telefon kompatibel med mit	
ur?	30

Min telefon kan ikke oprette forbindelse	
til uret	30
Min enhed viser det forkerte sprog	30
Min enhed viser de forkerte	
måleenheder	30
Genstart dit ur	30
Modtagelse af satellitsignaler	31
Forbedring af GPS-	
satellitmodtagelsen	31
Registrering af aktivitet	31
Mit daglige antal skridt vises ikke	31
Min skridttæller lader ikke til at være	
præcis	31
Antallet af skridt på mit ur og min	
Garmin Connect konto stemmer ikke	
overens	31
Mine minutter med høj intensitet	
blinker	31

Appendiks 32

Datafelter	32
Hjulstørrelse og -omkreds	33

Introduktion

⚠ ADVARSEL

Se guiden *Vigtige produkt- og sikkerhedsinformationer* i æsken med produktet for at se produktadvarsler og andre vigtige oplysninger.

Oversigt over enheden



- ① **Touchscreen:** Tryk for at vælge en indstilling i en menu.
Stryg op eller ned for at rulle gennem oversigtens sløjfe og menuer (*Overblik, side 13*).
- ② **Øverste knap** : Tryk for at starte en runde golf.
Tryk for at starte en aktivitet eller app.
Hold nede for at tænde for uret.
Hold nede for at få vist kontrolmenuen og urets indstillinger (*Kontrolfunktioner, side 15*).
- ③ **Nederste knap** : Tryk for at vende tilbage til det forrige skærbillede.
Tryk på under en aktivitet for at optage en omgang eller hvile.

Sådan kommer du i gang

Når du bruger uret første gang, skal du udføre disse opgaver for at konfigurere det og lære de grundlæggende funktioner at kende.

- 1 Hold  nede for at tænde uret (*Oversigt over enheden, side 1*).
- 2 Besvar urets meddelelser om dit foretrukne sprog, måleenheder og driverafstand.
- 3 Par din telefon (*Sådan parrer du din telefon, side 2*).
Når du parrer telefonen, får du adgang til synkronisering af scorecard, meddelelser med mere.
- 4 Oplad uret helt, så du har nok opladning til en runde golf (*Opladning af uret, side 2*).

Brug urets funktioner

- På urskiven skal du stryge op eller ned for at rulle gennem overblikssløjfen.
Uret leveres med forudinstallerede overblik, der giver øjeblikkelige oplysninger. Der er flere overblik tilgængelige, når du parrer dit ur med en telefon.
- Tryk på  på urskiven, og vælg  for at starte en aktivitet eller åbne en app.
- Hold  nede, og vælg **Indstillinger** for at justere indstillingerne og tilpasse urskiven.

Sådan parrer du din telefon

Hvis du vil bruge de tilsluttede funktioner på uret, skal det parres direkte via Garmin Golf™ appen i stedet for fra Bluetooth® indstillingerne på din smartphone.

- 1 Under den indledende opsætning på dit ur skal du vælge ✓, når du bliver bedt om at parre med din telefon.

BEMÆRK: Hvis du tidligere har sprunget parringsprocessen over, kan du holde  nede og vælge **Indstillinger > Telefon > Par telefon**.

- 2 Scan QR-koden med din telefon og følg instruktionerne på skærmen for at gennemføre parrings- og opsætningsprocessen.

Opladning af uret

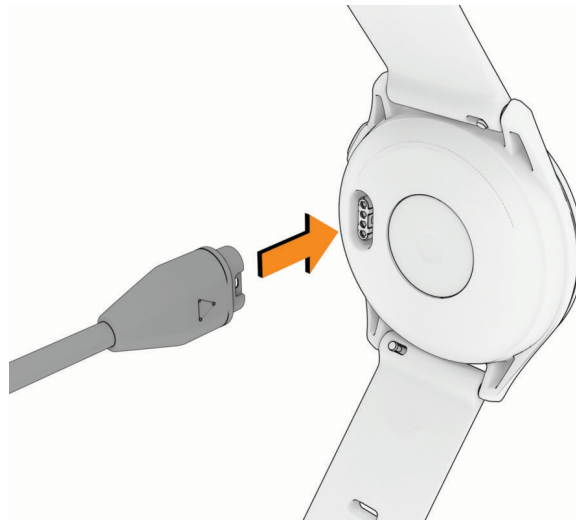
⚠ ADVARSEL

Denne enhed indeholder et lithiumionbatteri. Se guiden *Vigtige produkt- og sikkerhedsinformationer* i æsken med produktet for at se produktadvarsler og andre vigtige oplysninger.

BEMÆRK

For at forebygge korrosion skal du tørre kontakterne og det omgivende område grundigt før opladning eller tilslutning til en computer. Der henvises til rengøringsvejledningen (*Vedligeholdelse af enheden, side 28*).

- 1 Sæt kablet (▲ stikket) i opladningsporten på uret.



- 2 Sæt det andet stik i en USB-opladerport.
Uret viser det aktuelle batteriopladningsniveau.

Produktopdateringer

Installer Garmin Express™ (www.garmin.com/express) på din computer. Installer Garmin Golf appen på din telefon.

Dette giver nem adgang til disse tjenester for Garmin® enheder:

- Softwareopdateringer
- Baneopdateringer
- Data uploades til Garmin Golf
- Produktregistrering

Opsætning af Garmin Express

- 1 Tilslut enheden til din computer med et USB-kabel.
- 2 Gå til garmin.com/express.
- 3 Følg instruktionerne på skærmen.

Golfspil

Før du spiller golf, bør du oplade uret ([Opladning af uret, side 2](#)).

BEMÆRK: Nogle funktioner er kun tilgængelige med et Garmin Golf abonnement.

1 Tryk på den .

2 Vælg **Spil golf**.

Enheden finder satellitter, beregner din position og vælger en bane, hvis der kun er én bane i nærheden.

3 Hvis banelisten vises, skal du vælge en bane fra listen.

4 Vælg  for at holde styr på scoren.

5 Vælg et tee-sted.

Skærbilledet med oplysninger om hullet vises.



①	Aktuelt hulnummer
②	Par for hullet
③	Kort over hullet.
④	Afstand til greenens forreste, midterste og bagerste del.

BEMÆRK: Da flagplaceringer kan ændre sig, beregner uret afstanden til front, center og bagkant af greenen og ikke den faktiske flagplacering.

6 Vælg en mulighed:

- Tryk på afstande til front, center og bagkant af greenen for at få vist PlaysLike afstanden ([PlaysLike Afstandsikoner, side 9](#)).
- Stryg op eller ned på afstande til front, center og bagkant af greenen for at få vist yderligere data, herunder din handicap-rating og PlaysLike faktorerne.
- Tryk på kortet for at få vist flere detaljer eller måle afstand med Touch Targeting ([Måling af distance ved hjælp af Touch Targeting, side 5](#)).
- Tryk på kortet, og vælg  or  for at få vist placeringen og afstanden til et layup eller til fronten eller bagkanten af en fare. ([Hazarder og layups, side 5](#)).
- Tryk på den  for at åbne golfmenuen ([Golfmenu, side 4](#)).

Når du går videre til det næste hul, skifter uret automatisk til at vise oplysninger om det nye hul.

Golfmenu

Under en runde kan du trykke på  for at få adgang til yderligere funktioner i golfmenuen.

Se Green: Giver dig mulighed for at flytte flagplaceringen for at få en mere præcis afstandsmåling ([Visning af greenen, side 4](#)). .

Skift hul: Giver dig mulighed for at skifte hul manuelt ([Ændring af huller, side 5](#)).

Skift green: Giver dig mulighed for at skifte green, når der er mere end én green til et hul. ([Ændring af huller, side 5](#)).

Scorekort: Åbner scorecard for runden ([Scoring, side 5](#)).

PinPointer: Funktionen PinPointer er et kompas, der viser retningen mod flagets placering, når du ikke kan se greenen. ([Visning af retningen til flaget, side 8](#)). Denne funktion kan hjælpe dig med at placere dit slag, selv når du befinder dig mellem træer eller i en dyb sandgrav.

BEMÆRK: Brug ikke funktionen PinPointer, mens du er i en golfbil. Interferens fra golfbilen kan påvirke kompassets nøjagtighed.

Rundeinfo: Viser dine oplysninger om score, statistik og skridt ([Visning af rundedplysninger, side 8](#)).

Seneste slag: Viser afstanden for det forrige slag, der er registreret med Garmin AutoShot™ funktionen ([Visning af målte slag, side 8](#)). Du kan også registrere et slag manuelt ([Manuel tilføjelse af et slag, side 8](#)).

Køllestatistik: Viser din statistik med hver kølle ([Visning af køllestatistik, side 8](#)). Viser, når du parrer Approach tilbehør til registrering af kølle eller aktiverer indstillingen Køllemeddelelse.

Brugerdefinerede mål: Giver dig mulighed for at gemme en position, f.eks. en genstand eller en forhindring, for det aktuelle hul ([Lagring af brugerdefinerede mål, side 9](#)).

Solopgang & solnedgang: Viser tidspunkter for solopgang, solnedgang og tusmørke for den aktuelle dag.

Indstillinger: Giver dig mulighed for at tilpasse indstillingerne for golfaktivitet ([Indstillinger for aktiviteter og apps, side 21](#)).

Afslut runde: Afslutter den aktuelle runde ([Afslutning af en runde, side 10](#)).

Visning af greenen

Mens du spiller en runde, kan du se nærmere på greenen og flytte flaget for at få en mere nøjagtig afstandsmåling.

1 Tryk på .

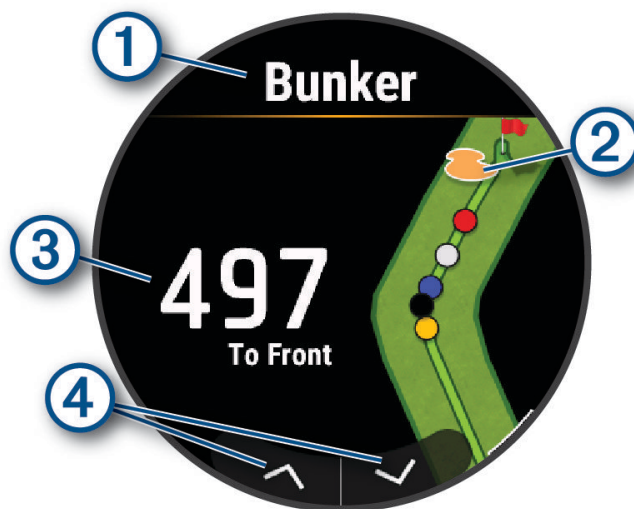
2 Vælg **Se Green**.

3 Tryk på eller træk i  for at ændre flagplaceringen.

Afstandene på skærbilledet med oplysninger om hul opdateres for at afspejle den nye flagplacering. Flagplaceringen gemmes kun for den aktuelle runde.

Hazarder og layups

Du kan trykke på kortet for at få vist hazarder og layups for det aktuelle hul.



①	Typen af hazard eller layup-afstand.
②	Placeringen af hazarden eller layup.
③	Afstanden til layuppet eller til forreste eller bagerste del af hazarden.
④	Pile, som du kan trykke på for at se andre hazarder eller layups for hullet.

Måling af distance ved hjælp af Touch Targeting

Mens du spiller et spil, kan du ved hjælp af Touch Targeting måle distancen til et hvilket som helst punkt på kortet.

BEMÆRK: Denne funktion kræver et Garmin Golf abonnement.

- 1 Tryk på kortet, mens du spiller golf.
- 2 Tryk på kortet for at placere mål cirkel

Du kan få vist distancen fra din aktuelle position til målcirklen og fra målcirklen til flagplaceringen.

Ændring af huller

Du kan ændre huller manuelt fra skærbilledet til visning af hullet.

- 1 Tryk på
- 2 Vælg **Skift hul**.
- 3 Stryg op eller ned for at vælge hullet.

Scoring

- 1 Tryk på
- 2 Vælg **Scorekort**.

BEMÆRK: Hvis scoring ikke er aktiveret, kan du vælge Start scoring.
- 3 Vælg et hul.
- 4 Vælg eller for at indstille scoren.

Aktiver registrering af statistik

Når du aktiverer Stat tracking på enheden, kan du se din statistik for den aktuelle runde ([Visning af rundeoplysninger, side 8](#)). Du kan sammenligne baner og registrere forbedringer ved hjælp af Garmin Golf appen.

1 Hold  nede.

2 Vælg **Indstillinger** > **Golfindstillinger** > **Scoreindstillinger** > **Stat Tracking**.

Registrering af statistik

Før du kan optage statistik, skal du aktivere statistiksporing ([Aktiver registrering af statistik, side 6](#)).

1 Vælg et hul på dit scorecard.

2 Indtast det samlede antal slag, inklusive put, og vælg **Næste**.

3 Indtast antallet af put, og vælg **Næste**.

BEMÆRK: Antal put bruges kun til statistisk registrering og øger ikke din score.

4 Vælg om nødvendigt en indstilling:

BEMÆRK: Hvis du befinder dig på et par 3-hul eller bruger Approach sensorer, vises oplysninger om fairway ikke.

- Hvis bolden ramte fairwayen, skal du vælge .

- Hvis din bold ikke ramte fairwayen, skal du vælge  eller .

5 Indtast om nødvendigt antallet af strafslog.

Sådan ændrer du scoremetoden

Du kan ændre den metode, som uret bruger til at gemme score.

1 Hold  nede.

2 Vælg **Indstillinger** > **Golfindstillinger** > **Scoreindstillinger** > **Scoremetode**.

3 Vælg en scoremetode.

Om Stableford-score

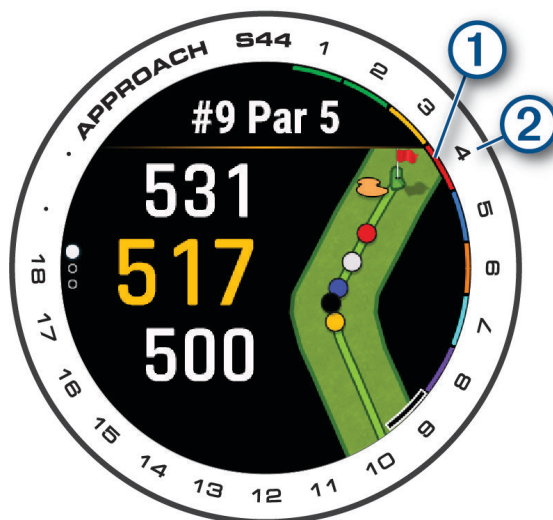
Når du vælger Stableford scoremetoden ([Sådan ændrer du scoremetoden, side 6](#)), tildeles antal point baseret på antallet af slag, der er brugt i forhold til par. Ved slutningen af hver runde vinder den højeste score. Enheden tildeler point som angivet af United States Golf Association.

Scorekortet for et spil med Stableford-score viser point i stedet for slag.

Punkter	Antal slag brugt i forhold til par
0	2 eller flere over
1	1 over
2	Par
3	1 under
4	2 under
5	3 under

Scorehistorik

Mens du spiller en runde, viser uret en farve ① ved siden af hver af hulindikatorerne ② langs urkransen for at angive din score på det hul.



Farve	Antal slag brugt i forhold til par
Lilla	5 eller flere over
Pink	4 over
Rød	3 over
Orange	2 over
Gul	1 over
Grøn	Par
Lyseblå	1 under
Mørkeblå	2 eller flere under

Sådan aktiverer du handicapscore

- 1 Hold  nede.
- 2 Vælg **Indstillinger** > **Golfindstillinger** > **Scoreindstillinger** > **Handicapscore**.
- 3 Vælg en mulighed:
 - Vælg **Brug Garmin Golf** for at bruge det handicap, der er konfigureret i Garmin Golf appen.
 - Vælg **Lokalt handicap** for at angive det antal slag, som skal trækkes fra spillerens samlede score.
 - Vælg **Indeks/hældning** for at indtaste spillerens Handicap Index® for at beregne et banehandicap for spilleren.

BEMÆRK: Slope Rating® beregnes automatisk ud fra dit valg af tee-sted.

Du kan stryge nedad på skærmen med oplysninger om huller for at se antallet af handicapslag og din handicap-bedømmelse. Scorecard viser din score justeret efter handicap for runden.

Visning af retningen til flaget

Funktionen PinPointer er et kompas, der giver retningshjælp, når du ikke kan se greenen. Denne funktion kan hjælpe dig med at placere dit slag, selv når du befinder dig mellem træer eller i en dyb sandgrav.

BEMÆRK: Brug ikke funktionen PinPointer, mens du er i en golfbil. Interferens fra golfbilen kan påvirke kompassets nøjagtighed.

- 1 Tryk på .
- 2 Vælg **PinPointer**.
Pilen peger på flagplaceringen.

Visning af rundeoplysninger

Under en runde kan du se din score, statistik og skridt.

- 1 Tryk på .
- 2 Vælg **Rundeinfo**.
- 3 Swipe op.

Visning af målte slag

Enheden har automatisk registrering og lagring af slag. Hver gang du udfører et slag langs fairwayen, registrerer enheden din slaglængde, så du kan få den vist senere.

TIP: Automatisk registrering af slag fungerer bedst, når du bærer enheden på dit primære håndled og får god kontakt med bolden. Put registreres ikke.

- 1 Tryk på , mens du spiller golf.
- 2 Vælg **Seneste slag**.
Din seneste slaglængde vises.
- 3 Vælg  > **Se flere** for at få vist alle optagne slaglængder.

BEMÆRK: Afstanden fra det seneste slag vises også øverst på skærbilledet med information om hullet.

Manuel tilføjelse af et slag

Du kan tilføje et slag manuelt, hvis enheden ikke registrerer det. Du skal tilføje slaget fra det sted, hvor slaget blev misset.

- 1 Tryk på .
- 2 Vælg **Seneste slag** >  > **Tilføj slag**.
- 3 Vælg  for at starte et nyt slag fra din aktuelle position.

Visning af køllestatistik

Før du kan få vist køllestatistikker, skal du parre Approach tilbehør til registrering af kølle eller aktivere indstillingen Køllemeddelelse ([Golfindstillinger, side 20](#)).

Under en runde kan du få vist din køllestatistik, f.eks. oplysninger om distance og nøjagtighed.

- 1 Tryk på .
- 2 Vælg **Køllestatistik**.
- 3 Vælg en kølle.
- 4 Swipe op.

Lagring af brugerdefinerede mål

Mens du spiller en runde, kan du gemme op til fem brugerdefinerede mål for hvert hul. Det er praktisk at gemme mål for at registrere genstande eller forhindringer, der ikke vises på kortet. Du kan få vist afstanden mellem disse positioner fra skærbilledet for hazarder og layups ([Hazarder og layups, side 5](#)).

- 1 Stå i nærheden af det mål, du vil gemme.

BEMÆRK: Du kan ikke gemme et mål, som er langt fra det hul, der er valgt i øjeblikket.

- 2 Fra skærbilledet med oplysninger om hullet skal du trykke på .
- 3 Vælg **Brugerdefinerede mål**.
- 4 Vælg en måltype.

Brug af tilstand med store tal

Du kan ændre størrelsen på de tal, der vises på skærbilledet til visning af hullet.

- 1 Tryk på .
- 2 Vælg **Indstillinger > Store tal**.
- 3 Tryk på .

Afstandene til forsiden, midten og bagsiden af greenen vises med stor skrift.



- 4 Stryg op eller ned for at få vist yderligere data.

PlaysLike Afstandsikoner

PlaysLike afstandsfunktionen indregner højdeændringer på banen ved at vise den justerede afstand til greenen. Under en runde kan du trykke på en afstand til greenen for at få vist PlaysLike afstanden.

BEMÆRK: Denne funktion kræver et Garmin Golf abonnement.

▲: Afstanden synes længere end forventet på grund af ændringer i højden.

■: Afstanden er som forventet.

▼: Afstanden synes kortere end forventet på grund af ændringer i højden.

Afslutning af en runde

- 1 Tryk på .
- 2 Vælg **Afslut runde**.
- 3 Swipe op.
- 4 Vælg en mulighed:
 - Hvis du vil gemme runden og vende tilbage til urtilstand, skal du vælge **Gem**.
 - Hvis du vil redigere dit scorecard, skal du vælge **Rediger score**.
 - Hvis du vil slette runden og vende tilbage til urtilstand, skal du vælge **Slet**.
 - Hvis du vil sætte runden på pause og genoptage den på et senere tidspunkt, skal du vælge **Pause**.

Tilslutningsmuligheder

Tilslutningsfunktioner er tilgængelige for dit ur, når du parrer det med din kompatible telefon ([Sådan parrer du din telefon, side 2](#)). .

Telefontilslutningsfunktioner

Der er tilgængelige telefontilslutningsfunktioner til dit Approach ur, når du parrer det via Garmin Golf appen ([Sådan parrer du din telefon, side 2](#)).

- App-funktioner fra Garmin Golf appen ([Garmin Golf app, side 11](#))
- App-funktioner fra Garmin Connect™ appen ([Garmin Connect, side 12](#))
- Oversigter ([Overblik, side 13](#))
- Funktioner i kontrolmenuen ([Kontrolfunktioner, side 15](#))
- Sikkerheds- og sporingsfunktioner ([Sikkerheds- og sporingsfunktioner, side 23](#))
- Telefoninteraktioner, f.eks. meddelelser ([Aktivering af Bluetooth meddelelser, side 10](#))

Aktivering af Bluetooth meddelelser

Før du kan aktivere meddelelser, skal du parre Approach uret med en kompatibel telefon ([Sådan parrer du din telefon, side 2](#)).

- 1 Hold  nede.
- 2 Vælg **Indstillinger > Notifikationer og alarmer > Smart notifikationer**.
- 3 Vælg en mulighed:
 - Vælg **Generel anvendelse** for at angive præferencer for meddelelser, der vises i urtilstand.
 - Vælg **Under aktivitet** for at angive præferencer for meddelelser, der vises, når en aktivitet optages.
 - Vælg **Under søvn** for at slå **Må ikke forstyrres** til eller fra.
 - Vælg **Personlige oplysninger** for at angive en præference for privatliv.

Administration af meddelelser

Du kan bruge din kompatible telefon til at administrere meddelelser, der vises på dit Approach S44 ur.

Vælg en mulighed:

- Hvis du bruger en iPhone® enhed, skal du gå til iOS® indstillingerne for meddelelser for at vælge de elementer, der skal vises på uret.
- Hvis du bruger en Android™ telefon, skal du i Garmin Connect appen vælge **••• > Indstillinger > Meddelelser**.

Brug af tilstanden Må ikke forstyrres

Du kan bruge Må ikke forstyrres-tilstand til at slå baggrundslys og vibrationsalarmer fra. Du kan f.eks. bruge denne tilstand, mens du sover eller ser en film.

BEMÆRK: Du kan indstille din normale sovetid i brugerindstillingerne på din Garmin Connect konto.

- 1 Hold  nede.
- 2 Vælg **Må ikke forstyrres**.

Deaktivering af telefonens Bluetooth forbindelse

- 1 Hold  nede.
- 2 Vælg **Indstillinger > Telefon > Status > Fra** for at afbryde Bluetooth telefonforbindelsen til dit Approach ur.
Se i brugervejledningen til din telefon for at deaktivere Bluetooth teknologi på din telefon.

Aktivering og deaktivering af telefonforbindelsesalarmer

Du kan indstille Approach S44 uret til at advare dig, når din parrede telefon forbindes og afbrydes ved hjælp af Bluetooth teknologi.

BEMÆRK: Telefonforbindelsesalarmer er deaktiveret som standard.

- 1 Hold  nede.
- 2 Vælg **Indstillinger > Telefon > Tilslutningsalarmer**.

Søgning efter din telefon

Du kan bruge denne funktion til at hjælpe med at finde en bortkommet telefon, der er parret ved hjælp af Bluetooth teknologi, og som er inden for rækkevidden af denne.

- 1 Hold  nede.
 - 2 Vælg .
- Signalstyrkebjælkerne vises på Approach S44 skærmen, og der afspilles en hørbar alarm på din telefon. Bjælkerne bliver større, når du kommer tættere på din telefon.
- 3 Tryk på  for at stoppe med at søge.

Telefonapps og computerprogrammer

Du kan slutte uret til flere Garmin telefonapps og computerprogrammer via den samme Garmin konto.

Garmin Golf app

Garmin Golf appen lader dig uploade scorecards fra din Approach S44 enhed for at se detaljerede statistikker og slaganalyser. Golfspillere kan konkurrere med hinanden på forskellige baner ved at benytte Garmin Golf appen. Mere end 43.000 baner har ranglister, som alle kan tilmelde sig. Du kan oprette en turneringsbegivenhed og invitere spillere til at konkurrere. Yderligere funktioner er tilgængelige på din Approach S44 enhed med et Garmin Golf medlemskab, f.eks. mere detaljerede banekort, konturdata over greens, Touch Targeting (*Måling af distance ved hjælp af Touch Targeting, side 5*), og PlaysLike afstand (*PlaysLike Afstandsikoner, side 9*).

Garmin Golf appen synkroniserer dine data med din Garmin Connect konto. Du kan downloade Garmin Golf appen fra app store på din telefon (garmin.com/golfapp).

Automatiske baneopdateringer

Din Approach enhed har automatiske baneopdateringer med Garmin Golf appen. Når du opretter forbindelse mellem enheden og din smartphone, opdateres de golfbaner, du bruger oftest, automatisk.

Garmin Connect

Når du parrer din enhed med dit ur ved hjælp af Garmin Golf appen, oprettes der automatisk en Garmin Connect konto. Garmin Golf appen synkroniserer dine data med din Garmin Connect konto. Du kan downloade Garmin Connect appen fra app store på din telefon.

Din Garmin Connect konto gør det muligt for dig at registrere dine resultater inden for form og velvære og få kontakt med dine venner. Den giver jer værktøj til at spore, analysere, dele og opmuntre hinanden. Du kan registrere begivenheder fra din aktive livsstil, bl.a. løb, køreture, svømning med mere.

Gem dine aktiviteter: Når du har afsluttet og gemt en aktivitet med tidtagning med uret, kan du uploade aktiviteten til din Garmin Connect konto og beholde den, så længe du vil.

Analyser dine data: Du kan få vist mere detaljerede oplysninger om dine fitness- og udendørsaktiviteter, herunder tid, distance, forbrændte kalorier, et oversigtskort og tempo og hastighedsdiagrammer. Du kan også få vist brugerdefinerede rapporter.

Hold styr på dine fremskridt: Du kan registrere dine daglige antal skridt, deltage i en venskabelig konkurrence med dine venner og opfylde dine mål.

Del dine aktiviteter: Du kan oprette forbindelse med venner, så I kan følge hinandens aktiviteter, og du kan sende links til dine aktiviteter på dine foretrukne sociale netværkswebsteder.

Brug af smartphone-apps

Når du har parret din enhed med din smartphone (*Sådan parrer du din telefon, side 2*), kan du bruge appsene Garmin Golf og Garmin Connect til at uploade alle dine data til din Garmin konto.

- 1 Åbn Garmin Golf eller Garmin Connect appen på din smartphone.

TIP: Appen kan være åben, eller den kan køre i baggrunden.

- 2 Anbring enheden inden for 10 m (30 ft.) fra din smartphone.

Din enhed synkroniserer automatisk dine data med din konto.

Opdatering af softwaren ved hjælp af smartphone-apps

Når du har parret enheden med din smartphone (*Sådan parrer du din telefon, side 2*), kan du bruge Garmin Golf og Garmin Connect appsene til at opdatere softwaren til din enhed.

Synkroniser din enhed med en af appsene (*Brug af smartphone-apps, side 12*).

Når der er ny tilgængelig software, sender appen automatisk opdateringen til din enhed.

Sådan bruger du Garmin Connect på computeren

Garmin Express applikationen forbinder dit compatible Garmin golfur med din Garmin Connect konto via en computer.

- 1 Slut dit Garmin golfur til din computer vha. det medfølgende USB-kabel.
- 2 Gå til garmin.com/express.
- 3 Download og installer Garmin Express programmet.
- 4 Åbn Garmin Express programmet, og vælg **Tilføj enhed**.
- 5 Følg instruktionerne på skærmen.

Opdatering af softwaren ved hjælp af Garmin Express

Før du kan opdatere urets software, skal du downloade og installere Garmin Express appen og tilføje uret (*Sådan bruger du Garmin Connect på computeren, side 12*).

- 1 Tilslut uret til din computer med USB-kablet.

Når der er ny software tilgængelig, sender Garmin Express programmet den til uret.

- 2 Når Garmin Express appen er færdig med at sende opdateringen, skal du koble uret fra din computer. Dit ur installerer opdateringen.

Overblik

Uret leveres med forudindlæste overblik, der giver hurtige oplysninger ([Visning af oversigtssløjfen](#), side 14). Nogle overblik kræver en Bluetooth forbindelse til en kompatibel telefon.

Nogle overblik er ikke synlige som standard. Du kan føje dem til overbliklisten manuelt ([Tilpasning af overblikssløjfen](#), side 14).

Navn	Beskrivelse
Kalender	Viser kommende møder fra din telefonkalender.
Kalorier	Viser dine kalorieoplysninger for den aktuelle dag.
Golf	Viser golfscorer og statistik for din seneste runde.
Golfstatistik	Viser golfstatistik, der hjælper dig med at holde styr på og forstå forbedringer af dit golfspil.
Historik	Viser din aktivitetshistorik og en graf over dine registrerede aktiviteter.
Intensitetsminutter	Registrerer den tid, du har tilbragt med at deltage i aktiviteter med moderat til høj intensitet, dit ugentlige mål for minutter med høj intensitet og dit fremskridt i forhold til målet.
Sidste aktivitet	Viser en kort oversigt over din seneste registrerede aktivitet.
Musik	Giver dig musikafspillerknapper til din telefon.
Meddelelser	Giver dig besked om indgående opringninger, sms'er, opdateringer fra sociale netværk og andet ud fra din telefons meddelelsesindstillinger (Aktivering af Bluetooth meddelelser , side 10).
Skridt	Spor dit daglige skridttal, skridtmål samt data for de seneste dage.
Solopgang og solnedgang	Viser solopgang, solnedgang og tusmørke.
Vejr	Viser den aktuelle temperatur og vejrudsigt.

Visning af oversigtssløjfen

Oversigt giver hurtig adgang til helbredsdata, aktivitetsoplysninger, indbyggede sensorer og meget mere. Når du parrer dit ur, kan du få vist data fra din telefon, f.eks. meddelelser, vejrudsigter og kalenderbegivenheder.

- 1 Fra urskiven skal du stryge op eller ned.

Uret ruller gennem oversigtssløjfen og viser oversigtsdata for hvert overblik.



- 2 Tryk på touchscreenen for at få vist mere information for oversigten.
- 3 Vælg en mulighed:
 - Stryg op at få vist oplysninger om en oversigt.
 - Vælg  for at få vist yderligere indstillinger og funktioner for en oversigt.

Tilpasning af overblikssløjfen

- 1 Stryg op eller ned for at få vist overblikssløjfen.
- 2 Vælg **Rediger**.
- 3 Vælg en mulighed:
 - Hvis du vil ændre positionen for et overblik i sløjfen, skal du vælge et overblik og stryge op eller ned.
 - For at fjerne et overblik fra sløjfen skal du vælge et overblik og vælge .
 - Hvis du vil tilføje et overblik til sløjfen, skal du vælge **Tilføj** og vælge et overblik.

Kontrolfunktioner

Kontrolmenuen giver dig hurtig adgang til urets funktioner og indstillinger. Du kan tilføje, omorganisere og fjerne funktioner i kontrolmenuen ([Tilpasning af kontrolmenuen, side 15](#)).

Hold  nede.

Ikon	Navn	Beskrivelse
	Hjælp	Vælg for at sende en anmodning om hjælp (Anmodning om hjælp, side 24).
	Batterisparer	Vælg for at aktivere batterisparerfunktionen (Indstillinger for batteristyring, side 26).
	Lysstyrke	Vælg for at justere skærmens lysstyrke (Tilpasning af skærmindstillingerne, side 25).
	Ure	Vælg for at åbne appen Ure for at indstille en alarm, timer eller et stopur (Ure, side 17).
	Må ikke forstyrres	Vælg for at aktivere Forstyr ikke-tilstanden for at dæmpe skærmen og deaktivere alarmer og meddelelser. Du kan f.eks. bruge denne tilstand, mens du ser en film.
	Find min telefon	Vælg for at afspille en lydalarm på din parrede telefon, hvis den er inden for Bluetooth rækkevidde. Bluetooth signalstyrken vises på Approach urets skærm, og den øges, når du bevæger dig tættere på telefonen.
	Lås skærm	Vælg for at låse knapperne og touchscreenen for at forhindre utilsigtede tryk og strøg.
	Telefonforbindelse	Vælg for at deaktivere Bluetooth teknologi og forbindelsen til din parrede telefon.
	Sluk	Vælg for at slukke for skærmen.
	Indstillinger	Vælg for at åbne indstillingsmenuen.
	Søvnfunktion	Vælg for at aktivere Søvnfunktion.
	Synkroniser	Vælg for at synkronisere uret med din parrede telefon.
	Tidssynk.	Vælg for at synkronisere uret med tiden på din telefon eller ved hjælp af satellitter.

Tilpasning af kontrolmenuen

Du kan tilføje, fjerne og ændre rækkefølgen af genvejsmenupunkter i kontrolmenuen ([Kontrolfunktioner, side 15](#)).

1 Hold  nede.

2 Vælg **Rediger**.

3 Vælg den genvej, der skal tilpasses.

4 Vælg en mulighed:

- Hvis du vil ændre positionen for en genvej i kontrolmenuen, skal du stryge op eller ned.
- Vælg  for at fjerne genvejen fra kontrolmenuen.

5 Vælg om nødvendigt **Tilføj** for at tilføje en yderligere genvej i kontrolmenuen.

Aktiviteter

Start af aktivitet

Når du starter en aktivitet, tændes GPS automatisk (hvis det er nødvendigt).

- 1 Tryk på .
- 2 Vælg .
- 3 Vælg en aktivitet.
- 4 Hvis aktiviteten kræver GPS, skal du gå udenfor til et område, hvor der er frit udsyn til himlen, og vente til enheden er klar.
- 5 Tryk på  for at starte aktivitetstimeren.
Enheden registrerer kun dataaktivitet, mens aktivitetstimeren kører.

Stop en aktivitet

- 1 Tryk på .
- 2 Vælg en mulighed:
 - Vælg  for at gemme aktiviteten.
 - Vælg  for at slette aktiviteten.
 - Hvis du vil genoptage aktiviteten, skal du trykke på .

Svøm en tur i poolen

BEMÆRK: Touchscreenen er ikke tilgængelig under svømmeaktiviteter.

- 1 Tryk på .
- 2 Vælg .
- 3 Vælg **Svøm i pool**.
- 4 Vælg poolstørrelsen, eller indtast en brugerdefineret størrelse.
- 5 Tryk på  for at starte aktivitetstimeren.
- 6 Start svømning.
Uret registrerer automatisk intervaller og længder for svømningen.
- 7 Tryk på  under hvile.
TIP: Du kan aktivere funktionen Automatisk hvile for at indstille uret til automatisk at registrere, hvornår du hviler, og oprette et hvileinterval.
Hvile-skærm-billedet vises.
- 8 Tryk på  for at genstarte intervaltimeren.
- 9 Når du er færdig med din aktivitet, skal du trykke på  for at stoppe aktivitetstimeren.
- 10 Vælg en mulighed:
 - Hvis du vil gemme aktiviteten, skal du holde  nede.
 - Hvis du vil fjerne aktiviteten, skal du holde  nede.

Svømmeterminologi

Længde: En tur til den anden ende af poolen.

Interval: En eller flere på hinanden følgende længder. Et nyt interval starter, når du har hvilet dig.

Tag: Et tag tælles, hver gang den arm, hvor du bærer enheden, gennemfører en hel cyklus.

Swolf: Din swolf-score er summen af tiden for en pool-længde og antallet af tag i den pågældende længde. 30 sekunder plus 15 tag svarer f.eks. til en swolf-score på 45. Swolf er en måleenhed for svømmeeffektivitet, og jo lavere score, jo bedre, ligesom i golf.

Udendørsaktiviteter

Approach uret har forudinstallerede udendørsaktiviteter såsom løb og cykling. GPS er aktiveret for udendørs aktiviteter.

Ure

Indstilling af en alarm

Du kan indstille flere alarmer. Du kan indstille hver alarm til at lyde én gang eller blive gentaget regelmæssigt.

- 1 Hold  nede.
- 2 Vælg **Ure** > **Alarmer** > **Tilføj alarm**.
- 3 Indtast en tid.
- 4 Vælg alarmen.
- 5 Vælg **Gentag**, og vælg en funktion.
- 6 Vælg **Etiket**, og vælg en beskrivelse for alarmen.

Brug af stopur

- 1 Hold  nede.
- 2 Vælg **Ure** > **Stopur**.
- 3 Tryk på  for at starte timeren.
- 4 Tryk på  for at genstarte omgangstimeren.
Den samlede stopurstid fortsætter med at tælle.
- 5 Tryk på  for at stoppe timeren.
- 6 Vælg en mulighed:
 - Swipe nedad for at nulstille timeren.
 - Hvis du vil gemme stopurstiden som en aktivitet, skal du stryge opad og vælge **Gem**.
 - Du kan gennemse omgangstimerne ved at stryge opad og vælge **Gennemse omgange**.
 - Vælg **Fuldført** for at forlade stopuret.

Start af nedtællingstimer

- 1 Hold  nede.
- 2 Vælg **Ure** > **Timer**.
- 3 Indtast tiden, og vælg .
- 4 Tryk på .

Aktivitetstracking

Du kan få vist data for aktivitetstracking og registrerede aktiviteter i Garmin Connect appen.

Automatisk mål

Enheden opretter automatisk et dagligt mål for antallet af skridt baseret på dine tidligere aktivitetsniveauer. I løbet af dagen viser enheden dit fremskridt i forhold til dagens mål.

Hvis du vælger ikke at bruge funktionen automatisk mål, kan du indstille et personligt mål for antal skridt på din Garmin Connect konto.

Brug af aktivitetsalarm

Hvis du sidder ned i længere tid, kan det medføre uønskede forandringer i stofskiftet. Aktivitetsalarmen minder dig om at holde dig i bevægelse. Efter en times inaktivitet vises en besked. Uret vibrerer også, hvis vibration er aktiveret ([Systemindstillinger, side 25](#)).

Tag en kort gåtur (mindst et par minutter), eller fuldfør de bevægelser, der foreslås på skærmen, for at nulstille aktivitetsalarmen.

Aktivering af aktivitetsalarmen

- 1 Hold  nede.
- 2 Vælg **Indstillinger > Notifikationer og alarmer > Sundhed & Wellness > Aktivitetsalarm > Til**.

Minutter med høj intensitet

For at forbedre sundheden anbefaler organisationer såsom det amerikanske Centers for Disease Control and Prevention, American Heart Association® og Verdenssundhedsorganisationen (WHO) mindst 150 minutters aktivitet om ugen med moderat intensitet, f.eks. frisk gang.

Enheden overvåger din aktivitets intensitet og registrerer dine minutter med høj intensitet. Du kan arbejde hen imod dit ugentlige mål for minutter med høj intensitet ved at gå rask til i mindst 10 minutter i træk.

Move IQ®

Når dine bevægelser matcher velkendte træningsmønstre, registrerer Move IQ funktionen automatisk hændelsen og viser den i tidslinjen. Move IQ Hændelserne viser aktivitetstype og varighed, men de vises hverken på aktivitetslisten eller i dit newsfeed.

Move IQ funktionen kan automatisk starte en aktivitet med tidsbegrænsning for gang og løb ved hjælp af de tærskelværdier, du fastsætter i Garmin Connect appen eller indstillingerne for urets aktiviteter. Disse aktiviteter føjes til din aktivitetsliste.

Indstillinger for aktivitetstracking

Hold  nede, og vælg **Indstillinger > Aktivitetstracking**.

Status: Deaktiverer aktivitetstracking.

Move IQ: Lader dig slå Move IQ begivenheder til og fra.

Automatisk start af aktivitet: Gør det muligt for dit ur at oprette og gemme tidsbestemte aktiviteter automatisk, når Move IQ funktionen registrerer, at du går eller løber. Du kan også indstille mindstetidsgrænsen for løb og gang.

Deaktivering af aktivitetstracking

Når du deaktiverer registrering af aktivitet, registreres dine skridt, intensitetsminutter, søvn og Move IQ begivenheder ikke.

- 1 På urskiven skal du holde  nede.
- 2 Vælg **Indstillinger > Aktivitetstracking > Status > Fra**.

Tilpasning af din enhed

Ændring af urskiven

Du kan vælge mellem flere forudindlæste urskiver. Du kan redigere en eksisterende urskive ([Redigering af urskive, side 19](#)) eller oprette en ny ([Oprettelse af en brugerdefineret urskive, side 19](#)).

- 1 Hold  nede.
- 2 Vælg **Indstillinger > Urskive**.
- 3 Stryk fingeren mod højre eller venstre for at se de tilgængelige urskiver.
- 4 Tryk på touchscreenen for at vælge urskiven.

Oprettelse af en brugerdefineret urskive

Du kan oprette en ny urskive ved at vælge layout, farver og ekstra data.

- 1 Hold  nede.
 - 2 Vælg **Indstillinger > Urskive**.
 - 3 Stryg til venstre, og vælg .
 - 4 Vælg typen af urskive.
 - 5 Vælg baggrundstypen.
 - 6 Stryg op- eller nedad for at rulle gennem indstillinger for baggrund, og tryk på skærmen for at vælge den viste baggrund.
 - 7 Stryg op eller ned for at rulle gennem de analoge og digitale urskiver, og tryk på skærmen for at vælge den viste urskive.
 - 8 Vælg hvert datafelt, som du vil tilpasse, og vælg de data, der skal vises på den.
En grøn kant angiver de brugerdefinerede datafelter for den pågældende urskive.
 - 9 Stryg mod venstre for at tilpasse tidsmarkørerne.
 - 10 Swipe op- eller nedad for at rulle gennem markørerne for tid, og tryk på skærmen for at vælge en markør for tid.
 - 11 Stryg op- eller nedad for at rulle gennem kontrastfarverne, og tryk på skærmen for at vælge den viste farve.
 - 12 Tryk på .
- Uret indstiller den nye urskive som din aktive urskive.

Redigering af urskive

Du kan tilpasse urskivens design og datafelter.

BEMÆRK: Du kan ikke redigere visse urskiver.

- 1 Hold  nede.
- 2 Vælg **Indstillinger > Urskive**.
- 3 Stryg fingeren mod højre eller venstre for at se de tilgængelige urskiver.
- 4 Vælg  for at redigere en urskive.
- 5 Vælg en indstilling, der skal redigeres.
- 6 Stryg op- eller nedad for at rulle gennem mulighederne.
- 7 Tryk på  for at vælge indstillingen.
- 8 Tryk på touchscreenen for at vælge urskiven.

Golfindstillinger

Hold  nede, og vælg **Indstillinger > Golfindstillinger** for at tilpasse golfindstillinger og -funktioner.

BEMÆRK: Nogle indstillinger er kun tilgængelige med et Garmin Golf abonnement.

Scoreindstillinger: Giver dig mulighed for at foretage indstillinger for scorer og slå statistiksporing til.

Driverdistance: Indstiller den gennemsnitlige afstand, som kuglen bevæger sig fra tee-stedet på dit drive. Driverafstanden vises som en bue på kortet, hvis du har et Garmin Golf abonnement.

PlaysLike: Aktiverer funktionen plays like" distancefunktionen, mens du spiller golf, som indregner højdeændringer på banen ved at vise den justerede afstand til greenen ([PlaysLike Afstandsikoner, side 9](#)).

Konturskyggelægning: Giver dig mulighed for at vælge konturskygge for højde eller hældning for greens på baner med konturdata for green ([Garmin Golf app, side 11](#)).

Store tal: Ændrer størrelsen på de tal, der vises på skærbilledet til visning af hullet.

Turneringstilstand: Deaktiverer distancefunktionerne PinPointer og PlaysLike. Disse funktioner er ikke tilladte under godkendte turneringer eller baner til beregning af handicap.

Golfdistance: Indstiller måleenheden for distance, når du spiller golf.

Registrering af kølle: Viser en meddelelse, der giver dig mulighed for at indstille, hvilken kølle du brugte efter hvert registreret slag og giver dig muligheden for at konfigurere kompatibelt Garmin tilbehør til registrering af køller.

Registrer aktivitet: Aktiverer registrering af FIT aktivitetsfiler for golfaktiviteter. FIT-filer registrerer formoplysninger, der er skræddersyet til appen Garmin Connect.

Par afstandsmåler: Giver dig mulighed for at parre uret med din kompatible afstandsmåler.

Scoreindstillinger

Hold  nede, og vælg **Indstillinger > Golfindstillinger > Scoreindstillinger**.

Scoremetode: Ændrer den metode, som uret bruger til at gemme score.

Handicapscore: Muliggør scoring af handicap ([Sådan aktiverer du handicapscore, side 7](#)).

Indstil handicap: Indstiller dit handicap, når handicapscore er aktiveret.

Vis score: Viser din samlede score for runden øverst på dit scorecard ([Scoring, side 5](#)).

Stat Tracking: Aktiverer statistikregistrering for antal put, greens in regulation og fairway-slag, mens du spiller golf.

Strafslag: Aktiverer sporing af strafslag, mens du spiller golf.

Prompt: Aktiverer prompten i starten af en runde, der spørger, om du vil gemme scoren.

2 spillere: Indstiller scorecard til at gemme score for to spillerne.

BEMÆRK: Denne indstilling er kun tilgængelig under en runde. Du skal aktivere denne indstilling, hver gang du starter en runde.

Tilbehør til registrering af kølle

Dit ur er kompatibelt med Approach tilbehør til registrering af kølle. Du kan bruge parret tilbehør til registrering af kølle til automatisk at registrere dine golfslag, herunder position, distance og kølletype. Se brugervejledningen til dit tilbehør til registrering af kølle for at få yderligere oplysninger.

Indstillinger for aktiviteter og apps

Disse indstillinger giver dig mulighed for at tilpasse hver enkelt forudinstalleret aktivitets-app ud fra dine behov. Du kan f.eks. tilpasse datasiderne og aktivere advarsler og træningsfunktioner. Ikke alle indstillinger er tilgængelige for alle aktivitetstyper.

Tryk på den  på urskiven, vælg , vælg en aktivitet, vælg , og vælg aktivitetsindstillingerne.

TIP: Du kan også redigere aktivitetsindstillingerne, mens du træner. Under en aktivitet skal du holde den  nede, vælge **Indstillinger** og vælge Aktuel aktivitet.

Farvetone: Indstiller farvetonen for den enkelte aktivitet for at medvirke til at identificere, hvilken aktivitet der er aktiv.

Alarmer: Indstiller trænings- eller navigationsadvarsler for aktiviteten ([Aktivitetsalarmer, side 22](#)).

Auto Lap: Markerer omgange automatisk ved en bestemt distance. Denne funktion er nyttig, hvis du vil sammenligne din præstation på forskellige dele af en aktivitet (eksempelvis for hver 5 km eller 1 mile).

Auto Pause: Indstiller enheden til at holde op med at registrere data, når du holder op med at bevæge dig, eller når du bevæger dig under en bestemt hastighed. Denne funktion er nyttig, hvis der på din aktivitet er lyskryds eller andre steder, hvor du er nødt til at stoppe.

Automatisk hvile: Opretter automatisk et hvileinterval, når du holder op med at bevæge dig under en svømmeaktivitet i pool.

Skærbilleder: Tilpasser dataskærbilleder og tilføjer nye dataskærbilleder for aktiviteten ([Tilpasning af skærbilleder, side 21](#)).

GPS: Indstiller det satellitsystem, der skal bruges til aktiviteten ([Satellitindstillinger, side 21](#)).

Poolstørrelse: Indstiller pool længden ved svømning i pool.

Omdøb: Angiver aktivitetens navn.

Tilpasning af skærbilleder

Du kan brugerdefinere datafelterne for hvert dataskærbillede.

- 1 Tryk på .
- 2 Vælg .
- 3 Vælg en aktivitet.
- 4 Vælg .
- 5 Vælg aktivitetsindstillingerne.
- 6 Vælg **Skærbilleder**.
- 7 Vælg en eller flere valgmuligheder:

BEMÆRK: Ikke alle valgmuligheder er tilgængelige for alle aktiviteter.

- Hvis du vil justere design og antallet af datafelter på hvert dataskærbillede, skal du vælge skærbilledet og vælge **Sidelayout**.
- Hvis du vil tilpasse felterne på skærmen, skal du vælge skærmen og vælge **Rediger datafelter**.
- Hvis du vil vise eller skjule et dataskærbillede, skal du vælge Til/Fra-knappen ved siden af skærmen.

Satellitindstillinger

Du kan ændre satellitindstillingerne for at tilpasse de satellitsystemer, der bruges for hver aktivitet. Der findes oplysninger om satellitsystemer på garmin.com/aboutGPS.

Tryk på , vælg , vælg en aktivitet, vælg , vælg aktivitetsindstillingerne, og vælg **GPS**.

BEMÆRK: Denne funktion er ikke tilgængelig for alle aktiviteter.

Fra: Deaktiverer satellitsystemer for aktiviteten.

Kun GPS: Aktiverer GPS-satellitsystemet.

Alle systemer: Aktiverer flere satellitsystemer. Brugen af flere satellitsystemer samtidigt giver øget ydeevne i udfordrende omgivelser og hurtigere modtagelse af position, end når man kun bruger GPS. Brugen af flere systemer kan dog reducere batteritiden hurtigere, end hvis der udelukkende bruges GPS.

Aktivitetsalarmer

Du kan indstille alarmer for hver aktivitet, hvilket kan hjælpe dig med at træne mod bestemte mål eller øge din opmærksomhed på omgivelserne. Visse alarmer er kun tilgængelige for specifikke aktiviteter. Der er tre typer alarmer: Hændelsesalarmer, områdealarmer og tilbagevendende alarmer.

Hændelsesalarm: Med en hændelsesalarm advares du én gang. Hændelsen er en bestemt værdi. Du kan f.eks. indstille uret til at advare dig, når du forbrænder et bestemt antal kalorier.

Områdealarm: Med en områdealarm får du besked, hver gang uret er over eller under et bestemt værdiområde. Du kan for eksempel indstille uret til at advare dig, når dit tempo er over 10 minutter pr. mil og under 15 minutter pr. mil.

Tilbagevendende alarm: Med en tilbagevendende alarm får du besked, hver gang uret registrerer en bestemt værdi eller et bestemt interval. Du kan f.eks. indstille uret til at give dig et signal hvert 30. minut.

Alarmnavn	Alarmtype	Beskrivelse
Kadence	Område	Du kan indstille minimum- og maksimumværdier for kadence.
Kalorier	Hændelse, tilbagevendende	Du kan indstille antallet af kalorier.
Brugerdefineret	Hændelse, tilbagevendende	Du kan vælge en eksisterende besked eller oprette en brugerdefineret besked og vælge en alarmtype.
Distance	Tilbagevendende	Du kan indstille et distanceinterval.
Tempo	Område	Du kan indstille minimum- og maksimumværdier for tempo.
Løb/gå	Tilbagevendende	Du kan indstille tidsafhængige gåpauser med regelmæssige intervaller.
Hastighed	Område	Du kan indstille minimum- og maksimumværdier for hastighed.
Antal tag	Område	Du kan indstille høje eller lave antal slag pr. minut.
Tid	Hændelse, tilbagevendende	Du kan indstille et tidsinterval.

Indstilling af en advarsel

- 1 Tryk på .
- 2 Vælg .
- 3 Vælg en aktivitet.
- 4 Vælg .
- 5 Vælg aktivitetsindstillingerne.
- 6 Vælg **Alarmer**.
- 7 Vælg en mulighed:
 - Vælg **Tilføj ny** for at føje en ny advarsel til aktiviteten.
 - Vælg et advarselsnavn for at redigere en eksisterende advarsel.
- 8 Vælg advarselstypen, hvis det er nødvendigt.
- 9 Vælg en zone, og angiv minimum- og maksimumværdien, eller angiv en brugerdefineret værdi for advarslen.
- 10 Tænd om nødvendigt for alarmen.

For hændelsesadvarsler og tilbagevendende advarsler vises en meddelelse, hver gang du når alarmværdien. For områdeadvarsler vises en meddelelse, hver gang du overstiger eller kommer under det angivne område (minimum- og maksimumværdier).

Brugerprofil

Du kan opdatere din brugerprofil på uret eller i Garmin Connect appen.

Indstilling af din brugerprofil

Du kan opdatere køn, fødselsår, højde, vægt, håndled og søvnplan. Uret anvender disse oplysninger til at beregne nøjagtige træningsdata.

- 1 Hold  nede.
- 2 Vælg **Indstillinger > Brugerprofil**.
- 3 Vælg en funktion.

Indstillinger for køn

Når du først konfigurerer uret, skal du vælge et køn. De fleste fitness- og træningsalgoritmer er binære. Garmin anbefaler, at du vælger det køn, du har fået tildelt ved fødslen, for at opnå de mest nøjagtige resultater. Efter den første opsætning kan du tilpasse profilindstillingerne på din Garmin Connect konto.

Profil og privatliv: Giver dig mulighed for at tilpasse dataene på din offentlige profil.

Brugerindstillinger: Indstiller dit køn. Hvis du vælger Ikke angivet, vil de algoritmer, der kræver et binært input, bruge det køn, du angav, da du første gang konfigurerede uret.

Sikkerheds- og sporingsfunktioner

FORSIGTIG

Sikkerheds- og sporingsfunktionerne er supplerende funktioner, som ikke må betragtes som den primære metode til at få assistance fra nødtjenester. Garmin Connect appen kontakter ikke nødtjenester for dig.

BEMÆRK

Hvis du vil bruge sikkerheds- og sporingsfunktionerne, skal Approach S44 uret have forbindelse til Garmin Connect appen ved hjælp af Bluetooth teknologi. Din parrede telefon skal være udstyret med et dataabonnement og være i et område med netværksdækning og adgang til data. Du kan indtaste nødkontakter på din Garmin Connect konto.

Du kan få flere oplysninger om sikkerheds- og sporingsfunktioner ved at gå til garmin.com/safety.

Assistance: Gør det muligt for dig at sende en besked med dit navn, LiveTrack link og GPS-position (hvis tilgængelig) til dine nødkontakter.

Registrering af hændelse: Når Approach S44 uret registrerer en hændelse under visse udendørsaktiviteter, sender uret en automatisk besked, et LiveTrack link og en GPS-position (hvis tilgængelig) til dine nødkontakter.

Tilføjelse af nødkontakter

Nødkontakttelefonnumre bruges til sikkerheds- og sporingsfunktioner.

- 1 I Garmin Connect appen skal du vælge ●●●.
- 2 Vælg **Sikkerhed & sporing > Sikkerhedsfunktioner > Nødkontakter > Tilføj nødkontakter**.
- 3 Følg instruktionerne på skærmen.

Dine nødkontakter modtager en meddelelse, når du tilføjer dem som en nødkontakt, og kan acceptere eller afvise din anmodning. Hvis en kontakt afviser, skal du vælge en anden nødkontakt.

Registrering af hændelse

FORSIGTIG

Registrering af hændelser er kun en supplerende funktion, der er tilgængelig for visse outdoor-aktiviteter. Registrering af hændelse må ikke betragtes som den primære metode til at få hjælp fra nødtjenester.

BEMÆRK

Før du kan aktivere registrering af hændelser på dit ur, skal du indstille nødkontakter i Garmin Connect appen (*Tilføjelse af nødkontakter, side 23*). Din parrede telefon skal være udstyret med et dataabonnement og være i et område med netværksdækning og adgang til data. Dine nødkontakter skal kunne modtage e-mails eller tekstbeskeder (standard-sms-takst er muligvis gældende).

Sådan slår du registrering af hændelse til og fra

⚠ FORSIGTIG

Registrering af hændelser er kun en supplerende funktion, der er tilgængelig for visse udendørsaktiviteter. Registrering af hændelse må ikke betragtes som den primære metode til at få hjælp fra nødtjenester. Garmin Connect appen kontakter ikke nødtjenester for dig.

BEMÆRK

Før du kan aktivere registrering af hændelser på dit ur, skal du indstille nødkontakter i Garmin Connect appen (*Tilføjelse af nødkontakter, side 23*). Din parrede telefon skal være udstyret med et dataabonnement og være i et område med netværksdækning og adgang til data. Dine nødkontakter skal kunne modtage e-mails eller tekstbeskeder (standard-sms-takst er muligvis gældende).

- 1 Hold  nede.
- 2 Vælg **Indstillinger > Sikkerhed & sporing > Registrering af hændelse**.
- 3 Vælg en GPS-aktivitet.

BEMÆRK: Registrering af hændelser er kun tilgængelig for visse udendørs aktiviteter.

Hvis en hændelse registreres af dit Approach S44 ur, og din telefon er tilsluttet, kan Garmin Connect appen sende en automatisk tekstbesked og e-mail med dit navn og din GPS-position (hvis tilgængelig) til dine nødkontakter. Der vises en meddelelse på enheden, og din parrede telefon angiver, at dine kontakter vil blive informeret, når der er gået 15 sekunder. Hvis du ikke har brug for hjælp, kan du annullere den automatiske nødopkaldsbesked.

Anmodning om hjælp

⚠ FORSIGTIG

Hjælp er en supplerende funktion, som ikke må betragtes som den primære metode til at få hjælp fra nødtjenester. Garmin Connect appen kontakter ikke nødtjenester for dig.

BEMÆRK

Før du kan anmode om hjælp, skal du angive nødkontakter i Garmin Connect appen (*Tilføjelse af nødkontakter, side 23*). Din parrede telefon skal være udstyret med et dataabonnement og være i et område med netværksdækning og adgang til data. Dine nødkontakter skal kunne modtage e-mails eller tekstbeskeder (standard-sms-takst er muligvis gældende).

- 1 Hold  nede.
- 2 Når du mærker tre vibrationer, skal du slippe knappen for at aktivere hjælpefunktionen. Nedtælingsskærmen vises.
- 3 Vælg om nødvendigt en indstilling, før nedtællingen er færdig:
 - Hvis du vil sende en tilpasset meddelelse med din anmodning, skal du vælge .
 - Vælg  for at annullere meddelelsen.

Tænder LiveTrack

Før du kan starte din første LiveTrack session, skal du konfigurere kontakter i Garmin Connect appen (*Tilføjelse af nødkontakter, side 23*).

- 1 Hold  nede.
- 2 Vælg **Indstillinger > Sikkerhed & sporing > LiveTrack**.
- 3 Vælg **Automatisk start > Til** for at starte en LiveTrack session, hver gang du starter en udendørsaktivitet.

Systemindstillinger

Hold  nede, og vælg **Indstillinger > System**.

Display: Justerer skærmindstillinger ([Tilpasning af skærmindstillingerne, side 25](#)).

Vibration: Slår vibrationer til eller fra og angiver vibrationsintensiteten.

Batteristyring: Indstiller hvordan den resterende batteritid aktiverer Batterisparer for at forlænge batterilevetiden ([Indstillinger for batteristyring, side 26](#)).

Tid: Justerer tidsindstillingerne ([Tidsindstillinger, side 25](#)).

Enheder: Indstiller de måleenheder, der anvendes på uret ([Ændring af måleenhed, side 26](#)).

Adgangskode: Indstiller en firecifret adgangskode til at sikre dine personlige oplysninger ([Indstilling af adgangskode på uret, side 26](#)).

Autolås: Låser knapperne og berøringsskærmen automatisk for at forhindre utilsigtede tryk på knapperne og touchscreenen.

Sprog: Indstiller det sprog, der vises på uret.

Nulstil: Nulstiller standardindstillingerne eller sletter personoplysninger og nulstiller indstillingerne ([Nulstilling af alle standardindstillinger, side 26](#)).

Softwareopdatering: Søger efter softwareopdateringer.

Om: Viser lovgivningsmæssige oplysninger og oplysninger om enhed, software og licens.

Avanceret: Indstiller avancerede systemindstillinger ([Avancerede indstillinger, side 27](#)).

Tidsindstillinger

Hold  nede, og vælg **Indstillinger > System > Tid**.

Tidsformat: Indstiller uret til at vise klokkeslættet i 12-timers, 24-timers eller militært format.

Tidskilde: Indstiller tiden for uret. Indstillingen Automatisk angiver automatisk tiden baseret på din GPS-position.

Tid: Indstiller klokkeslæt, hvis indstillingen Tidskilde er indstillet til Manuel.

Tidssynk.: Gør det muligt for dig manuelt at synkronisere klokkeslættet, når du skifter tidszoner, og for at opdatere til sommertid.

Tilpasning af skærmindstillingerne

1 Hold  nede.

2 Vælg **Indstillinger > System > Display**.

3 Slå **Store skrifttyper** til for at øge størrelsen på teksten på skærmen.

4 Vælg **Lysstyrke** for at indstille skærmens lysstyrkeniveau.

5 Vælg **Generel anvendelse** eller **Under aktivitet**.

6 Vælg en mulighed:

- Vælg **Timeout** for at indstille længden af tid, inden skærmen slukker.
- Vælg **Altid tændt** for at holde urskivedata synlig og skrue ned for lysstyrken og baggrunden. Denne funktion påvirker batteriets og skærmens levetid ([Om AMOLED skærmen, side 27](#)).
- Vælg **Bevægelse** for tænde for skærmen ved at løfte og rotere armen for at se på enheden.
- Vælg **Følsomhed** for at justere bevægelsesfølsomheden for at tænde for skærmen mere eller mindre hyppigt.

7 Vælg **Under søvn > Urskive** for at vælge en urskive til søvn med minimale, dæmpede indstillinger eller for at holde standardurskiven tændt under din definerede soveperiode.

Indstillinger for batteristyring

Hold  nede, og vælg **Indstillinger > System > Batteristyring**.

Batterisparer: Slukker for visse enhedsfunktioner for at maksimere batterilevetiden.

Batteri %: Viser resterende batterilevetid som en procentdel.

Batteri est.: Viser batteriets levetid som et estimat for resterende tid.

Ændring af måleenhed

Du kan tilpasse måleenheder for afstand, tempo og hastighed, vægt, højde og temperatur.

- 1 Hold  nede.
- 2 Vælg **Indstillinger > System > Enheder**.
- 3 Vælg en måletype.
- 4 Vælg måleenhed.

Indstilling af adgangskode på uret

BEMÆRK

Hvis du indtaster din adgangskode forkert tre gange, låses uret midlertidigt. Efter fem forkerte forsøg låses uret, indtil du nulstiller din adgangskode i Garmin Connect appen. Hvis du ikke har parret uret med din telefon, sletter uret dine data og nulstilles til fabriksindstillingerne efter fem forkerte forsøg.

Du kan oprette en adgangskode til dit ur for at sikre dine personlige oplysninger.

- 1 Hold  nede.
- 2 Vælg **Indstillinger > System > Adgangskode > Indstil adgangskode**.
- 3 Indtast en firecifret adgangskode.

Du skal indtaste adgangskoden, lige efter du har tændt uret eller efter en periode uden aktivitet. Du kan indstille, hvor længe uret skal være inaktivt, før du skal indtaste adgangskoden ved hjælp af Timeout-indstillingen.

Ændring af adgangskoden til uret

Du skal kende din aktuelle adgangskode til uret for at ændre den. Hvis du glemmer din adgangskode eller foretager for mange forkerte adgangskodeforsøg, skal du nulstille den i Garmin Connect appen.

- 1 Hold  nede.
- 2 Vælg **Indstillinger > System > Adgangskode > Skift adgangskode**.
- 3 Indtast din nuværende firecifrede adgangskode.
- 4 Indtast en ny firecifret adgangskode.

Nulstilling af alle standardindstillinger

Før du nulstiller alle standardindstillinger, skal du synkronisere uret med Garmin Connect appen for at overføre dine aktivitetsdata.

Du kan nulstille alle urets indstillinger til fabrikkens standardværdier.

- 1 Hold  nede.
- 2 Vælg **Indstillinger > System > Nulstil**.
- 3 Vælg en mulighed:
 - Hvis du vil nulstille alle urets indstillinger til fabriksindstillingerne, herunder brugerprofildata, men gemme aktivitetshistorik og downloadede apps og filer, skal du vælge **Nulstil standardindstillinger**.
 - Hvis du vil nulstille alle urets indstillinger til fabrikkens standardværdier og slette alle brugerangivne oplysninger og aktivitetshistorik, skal du vælge **Slet data og nulstil indstillingerne**.

Avancerede indstillinger

Hold  nede, og vælg **Indstillinger > System > Avanceret**.

Dataregistrering: Angiver, hvordan enheden registrerer aktivitetsdata. Registreringsindstillingen Smart (standard) giver mulighed for længerevarende registreringer af aktiviteter. Registreringsindstillingen Hvert sekund giver mere detaljerede aktivitetsregistreringer, men registrerer muligvis ikke hele aktiviteter, der varer i længere perioder.

USB-tilstand: Indstiller uret til at bruge MTP (Media Transfer Protocol) eller Garmin tilstand, når den er forbundet med en computer. Tilstanden Garmin giver dig mulighed for at fortsætte med at bruge uret, mens den er sluttet til en strømkilde.

Kalibrer kompas: Giver dig mulighed for manuelt at kalibrere kompasset, hvis du oplever uregelmæssig kompasadfærd. Efter for eksempel at have bevæget sig over lange afstande eller efter ekstreme temperaturændringer.

Enhedsoplysninger

Om AMOLED skærmen

Som standard er urindstillingerne optimeret til batteritid og ydeevne ([Maksimering af batterilevetiden, side 29](#)).

Billedfastholdelse eller pixel "burn-in" er normal adfærd for AMOLED enheder. Du kan forlænge skærmens levetid ved at undgå at vise statiske billeder ved høje lysstyrkeniveauer i længere tid. For at minimere risikoen for fastbrænding slukker Approach S44 skærmen efter den valgte timeout ([Tilpasning af skærmindstillingerne, side 25](#)) Du kan dreje håndledet mod kroppen, trykke på berøringsskærmen eller trykke på en knap for at vække uret.

Udskiftning af remmene

Du kan udskifte remmene med nye Approach S44 remme. Hvis du vil købe nye remme, skal du gå til buy.garmin.com.

BEMÆRK: Uret er ikke kompatibelt med tredjepartsremme.

- 1 Skub Quick Release-pinden på springbaren for at fjerne remmen.



- 2 Indfør den ene side af springbaren på den nye rem i uret.
- 3 Skub Quick Release-pinden, og placer springbaren ud for den modsatte side af uret.
- 4 Gentag trin 1 til 3 for at udskifte den anden rem.

Specifikationer

Batteritype	Genopladeligt, indbygget litiumionbatteri
Vandtæthedsklasse	5 ATM ¹
Temperaturområde for drift og opbevaring	Fra -20 til 60 °C (fra -4 til 140 °F)
Temperaturområde ved opladning	Fra 0 til 45 °C (fra 32 til 113 °F)
Europæiske Union (EU) trådløse frekvenser (effekt)	2,4 GHz ved 4 dBm maks., 13,56 MHz ved 70 dBuV/m

Batteriopllysninger

Den faktiske batteritid afhænger af de funktioner, der er aktiveret på uret, f.eks. telefonmeddelelser, GPS, interne sensorer og tilsluttede sensorer.

Tilstand	Batteritid
Smartwatch-tilstand	Op til 10 dages typisk brug
Alle satellitsystemtilstande	Op til 15 timers typisk brug

Vedligeholdelse af enheden

BEMÆRK

Undgå hårde stød og hårdhændet behandling, da det kan reducere produktets levetid.

Undgå at trykke på knapperne under vandet.

Brug ikke en skarp genstand til at fjerne batteriet.

Du må aldrig bruge en hård eller skarp genstand til at betjene touchscreenen, da det kan beskadige skærmen.

Undgå kemiske rengøringsmidler, opløsnings- og insektmidler, der kan beskadige plastikkomponenterne og overfladebehandlingen.

Rengør enheden grundigt med rent vand efter udsættelse for klor, saltvand, solcreme, makeup, alkohol eller andre skrappe kemikalier. Lang tids udsættelse for disse stoffer kan skade kabinettet.

Du må ikke opbevare enheden på steder, hvor den kan blive udsat for ekstreme temperaturer i længere tid, da det kan føre til permanente skader på den.

Rengøring af uret

⚠ FORSIGTIG

Nogle brugere kan opleve hudirritation efter længere tids brug af uret, især hvis brugeren har følsom hud eller allergi. Hvis du bemærker hudirritation, skal du fjerne uret og give huden tid til at hele. For at undgå hudirritation skal du sørge for, at uret er rent og tørt, og at uret ikke overspændes på håndledet.

BEMÆRK

Selv små mængder sved eller fugt kan forårsage korrosion i de elektriske kontakter, når de tilsluttes en oplader. Korrosion kan forhindre opladning og dataoverførsel.

TIP: Du kan finde flere oplysninger på [garmin.com/fitandcare](https://www.garmin.com/fitandcare).

- 1 Skyl med vand, eller brug en fugtig, fnugfri klud.
- 2 Lad uret tørre helt.

Langtidsopbevaring

Hvis du planlægger ikke at bruge enheden i flere måneder, bør du oplade batteriet til mindst 50 % før opbevaring af enheden. Enheden skal opbevares på et køligt, tørt sted med temperaturer omkring det typiske husholdningsniveau. Efter opbevaring skal du oplade enheden helt før brug.

¹ Enheden kan modstå tryk svarende til en dybde på 50 m. Du kan finde flere oplysninger på www.garmin.com/waterrating.

Visning af enhedsoplysninger

Du kan se oplysninger om enheden, såsom enheds-id, softwareversion, lovgivningsmæssige oplysninger og licensaftale.

- 1 Hold  nede.
- 2 Vælg **Indstillinger** > **System** > **Om**.

Visning af oplysninger om lovgivning og overensstemmelse via E-label

Denne enheds label leveres elektronisk. En E-label kan oplyse om de lovpligtige oplysninger, såsom identifikationsnumre fra FCC eller regionale lovkrav, samt tilhørende produkt- og licensoplysninger.

- 1 Hold  nede.
- 2 Vælg **System** fra indstillingsmenuen.
- 3 Vælg **Om**.

Datahåndtering

Sletning af filer

BEMÆRK

Hvis du ikke ved, hvad en fil skal bruges til, må du ikke slette den. Hukommelsen i din enhed indeholder vigtige systemfiler, som ikke må slettes.

- 1 Åbn drevet eller disken **Garmin**.
- 2 Åbn en mappe eller diskenhed, hvis det er nødvendigt.
- 3 Vælg en fil.
- 4 Tryk på tasten **Slet** på tastaturet.

BEMÆRK: Mac® operativsystemer giver begrænset understøttelse af MTP-filoverførselstilstand. Åbn drevet Garmin på et Windows® operativsystem.

Fejlfinding

Sådan får du flere oplysninger

Du finder flere oplysninger om dette produkt på Garmin webstedet.

- Gå til support.garmin.com for at finde flere vejledninger, artikler og softwareopdateringer.
- Gå til buy.garmin.com, eller kontakt din Garmin forhandler for at få oplysninger om valgfrit tilbehør og reservedele.

Maksimering af batterilevetiden

Du kan gøre flere ting for at forlænge batteriets levetid.

- Tænd **Batterisparer** (*Indstillinger for batteristyring, side 26*).
- Stop med at bruge **Altid tændt** skærmtimeout, og vælg en kortere skærmtimeout (*Tilpasning af skærmindstillingerne, side 25*).
- Reducer skærmens lysstyrke (*Tilpasning af skærmindstillingerne, side 25*).
- Skift fra en live urskive til en urskive med en statisk baggrund (*Ændring af urskiven, side 18*).
- Deaktiver Bluetooth teknologi, når du ikke bruger tilsluttede funktioner (*Deaktivering af telefonens Bluetooth forbindelse, side 11*).
- Deaktiver aktivitetsregistrering (*Indstillinger for aktivitetstracking, side 18*).
- Begræns typen af telefonmeddelelser (*Administration af meddelelser, side 10*).

Min enhed kan ikke finde golfbaner i nærheden

Hvis en baneopdatering afbrydes eller annulleres, før den er gennemført, mangler enheden muligvis banedata. Hvis du vil hente manglende banedata, skal du opdatere banerne igen.

- 1 Download og installer baneopdateringer fra Garmin Express applikationen ([Opdatering af softwaren ved hjælp af Garmin Express, side 12](#)).
- 2 Frakobl enheden på en sikker måde.
- 3 Gå udenfor og start en testrunde golf for at kontrollere, at enheden finder baner i nærheden.

Er min telefon kompatibel med mit ur?

Approach S44 uret er kompatibelt med telefoner, der bruger Bluetooth teknologi.

Gå til garmin.com/ble for at få oplysninger om Bluetooth kompatibilitet.

Min telefon kan ikke oprette forbindelse til uret

Hvis din telefon ikke kan oprette forbindelse til uret, kan du prøve følgende tip.

- Sluk for din telefon og dit ur, og tænd for dem igen.
- Aktiver Bluetooth teknologi på din telefon.
- Opdater Garmin Golf appen til den nyeste version.
- Fjern dit ur fra Garmin Golf appen og Bluetooth indstillingerne på din telefon for at prøve at gennemføre parringsprocessen igen.
- Hvis du har købt en ny telefon, skal du fjerne dit ur fra Garmin Golf appen på den telefon, du vil holde op med at bruge.
- Anbring din telefon inden for 10 m (33 fod) fra uret.
- På din telefon skal du åbne Garmin Golf appen og vælge **Profil > Mine enheder > Tilføj enhed** for at gå i parringstilstand.
- Fra urskiven skal du holde  nede og vælge **Indstillinger > Telefon > Par telefon**.

Min enhed viser det forkerte sprog

- 1 Hold  nede.
- 2 Vælg .
- 3 Rul ned til det sidste element på listen, og vælg det.
- 4 Rul ned til det sjette element på listen, og vælg det.
- 5 Vælg dit sprog.

Min enhed viser de forkerte måleenheder

- Kontrollér, at du valgte den korrekte indstilling for måleenheder på enheden ([Ændring af måleenhed, side 26](#)).
- Kontrollér, at du valgte den korrekte indstilling for måleenheder på din Garmin Golf konto.

Hvis måleenhederne på enheden ikke stemmer overens med din Garmin Golf konto, dine indstillinger for enheden overskrides muligvis, når du synkroniserer enheden.

Genstart dit ur

- 1 Hold  nede, indtil uret slukker.
- 2 Hold  nede for at tænde uret.

Modtagelse af satellitsignaler

Enheden skal muligvis have frit udsyn til himlen for at kunne opfange satellitsignaler. Klokkeslættet og datoen indstilles automatisk baseret på GPS-positionen.

TIP: Du kan finde flere oplysninger om GPS under garmin.com/aboutGPS.

- 1 Gå udendørs i et åbent område.
Forsiden af enheden skal pege mod himlen.
- 2 Vent, mens enheden finder satellitsignaler.
Det kan tage 30-60 sekunder at finde satellitsignaler.

Forbedring af GPS-satellitmodtagelsen

- Synkroniser uret regelmæssigt med din Garmin konto:
 - Slut uret til en computer med det medfølgende USB-kabel og Garmin Express programmet.
 - Synkroniser dit ur til Garmin Golf appen med din Bluetooth aktiverede telefon.Mens du er tilsluttet din Garmin konto, downloader uret flere dages satellitdata, så den hurtigt kan lokalisere satellitsignaler.
- Tag dit ur med udenfor til et åbent område væk fra høje bygninger og træer.
- Stå stille i et par minutter.

Registrering af aktivitet

Du finder flere oplysninger om aktivitetssporing og nøjagtigheden af sporing ved at gå til garmin.com/ataccuracy.

Mit daglige antal skridt vises ikke

Det daglige antal skridt nulstilles hver dag ved midnat.

Hvis der vises tankestreger i stedet for antal skridt, skal du lade enheden finde satellitsignaler og indstille tiden automatisk.

Min skridttæller lader ikke til at være præcis

Hvis skridttælleren ikke lader til at være præcis, kan du prøve følgende tip.

- Bær uret på det håndled, der ikke er det dominerende.
- Anbring uret i lommen, når du skubber en klapvogn eller en græsslåmaskine.
- Anbring uret i lommen, når du kun bruger hænderne eller armene aktivt.

BEMÆRK: Enheden kan tolke visse gentagne bevægelser, såsom opvask, sammenlægning af tøj eller håndklap som skridt.

Antallet af skridt på mit ur og min Garmin Connect konto stemmer ikke overens

Antallet af skridt på din Garmin Connect konto opdateres, når du synkroniserer uret.

- 1 Vælg en mulighed:
 - Synkroniser dit antal skridt med Garmin Express appen (*Sådan bruger du Garmin Connect på computeren, side 12*).
 - Synkroniser antal skridt med Garmin Connect appen (*Brug af smartphone-apps, side 12*).
- 2 Vent, mens dine data synkroniseres.
Synkroniseringen kan tage adskillige minutter.
BEMÆRK: Opdatering af Garmin Connect appen eller Garmin Express programmet synkroniserer ikke dine data og opdaterer heller ikke antallet af skridt.

Mine minutter med høj intensitet blinker

Når du træner med en intensitet, der ligger inden for dine mål for minutter med høj intensitet, blinker minutterne med høj intensitet.

Appendiks

Datafelter

24 timer maksimum: Den maksimale registrerede temperatur i de sidste 24 timer fra en kompatibel temperatursensor.

24 timer minimum: Den mindste registrerede temperatur i de sidste 24 timer fra en kompatibel temperatursensor.

Aktive kalorier: Mængden af forbrændte kalorier under aktiviteten.

Distance: Den tilbagelagte distance for aktuelt spor eller aktivitet.

Fart: Den aktuelle rejsehastighed.

Gennemsnitlig omgangstid: Den gennemsnitlige omgangstid for den aktuelle aktivitet.

Gennemsnitlig Swolf: Den gennemsnitlige SWOLF score for den aktuelle aktivitet. SWOLF scoren er summen af tiden for en længde plus antallet af tag i længden (*Svømmeterminologi, side 16*).

Gennemsnitligt antal af tag/længde: Det gennemsnitlige antal tag pr. længde under den aktuelle aktivitet.

Gennemsnitsfart: Den gennemsnitlige hastighed for den aktuelle aktivitet.

Gennemsnitskadence: Cykling. Den gennemsnitlige kadence for den aktuelle aktivitet.

Gennemsnitskadence: Løb. Den gennemsnitlige kadence for den aktuelle aktivitet.

Gennemsnitstempo: Det gennemsnitlige tempo for den aktuelle aktivitet.

Højintensive minutter: Antallet af minutter med høj intensitet.

Intervaldistance: Den tilbagelagte afstand for det aktuelle interval.

Intervallængder: Antal længder i poolen, der er tilbagelagt i det aktuelle interval.

Interval - Swolf: Den gennemsnitlige SWOLF score i det aktuelle interval.

Interval tag/længde: Det gennemsnitlige antal tag pr. længde i det aktuelle interval.

Interval tag type: Den aktuelle type tag i intervallet.

Intervaltempo: Det gennemsnitlige tempo for det aktuelle interval.

Interval - tid: Stopurtid for det aktuelle interval.

Kadence: Cykling. Antal omdrejninger på pedalarmen. Din enhed skal være tilsluttet kadencesensor (tilbehør), for at disse data vises.

Kadence: Løb. Antal skridt pr. minut (højre og venstre).

Kalorier: Antallet af forbrændte kalorier i alt.

Klokkeslæt: Klokkeslættet baseret på din aktuelle position og dine tidsindstillinger (format, tidszone og sommertid).

Længder: Antal længder i poolen, der er tilbagelagt under den aktuelle aktivitet.

Maksimal fart: Den højeste hastighed for den aktuelle aktivitet.

Minutter i alt: Det samlede antal minutter med høj intensitet.

Moderate minutter: Antallet af minutter med moderat intensitet.

Omgange: Antallet af gennemførte baner for den aktuelle aktivitet.

Omgangsdistance: Den tilbagelagte distance for den aktuelle omgang.

Omgangsfart: Den gennemsnitlige hastighed for den aktuelle omgang.

Omgangskadence: Cykling. Den gennemsnitlige kadence for den aktuelle omgang.

Omgangskadence: Løb. Den gennemsnitlige kadence for den aktuelle omgang.

Omgang - skridt: Antallet af trin for den aktuelle omgang.

Omgangstempo: Det gennemsnitlige tempo for den aktuelle omgang.

Omgangstid: Stopurtid for den aktuelle omgang.

Retning: Den retning, du bevæger dig i.

Sidste interval Swolf: Den gennemsnitlige swolf-score for det senest gennemførte interval.

Sidste længde Swolf: SWOLF scoren for den senest gennemførte pool-længde.

Sidste længde - tag: Det samlede antal tag i den senest gennemførte pool-længde.

Sidste længde - tempo: Det gennemsnitlige tempo for den senest gennemførte pool-længde.

Sidste længde - type af tag: Den anvendte type tag under den senest gennemførte pool-længde.

Sidste omgang - fart: Den gennemsnitlige hastighed for den senest gennemførte omgang.

Sidste omgang - kadence: Cykling. Den gennemsnitlige kadence for den senest gennemførte omgang.

Sidste omgang - kadence: Løb. Den gennemsnitlige kadence for den senest gennemførte omgang.

Sidste omgangsdistance: Den tilbagelagte distance for den senest gennemførte omgang.

Sidste omgang - tempo: Det gennemsnitlige tempo for den senest gennemførte omgang.

Skridt: Antallet af skridt for den aktuelle aktivitet.

Solnedgang: Tidspunktet for solnedgang på din GPS-position.

Solopgang: Tidspunktet for solopgang på din GPS-position.

Svømmetid: Svømmetiden for den aktuelle aktivitet, eksklusiv hviletid.

Temperatur: Lufttemperaturen. Din kropstemperatur påvirker temperatursensoren. Enheden skal være tilsluttet en *tempe™* sensor, for at disse data vises.

Tempo: Det aktuelle tempo.

Tid for seneste omgang: Stopursted for den senest gennemførte omgang.

Tidsforbrug: Den samlede registrerede tid. Hvis du eksempelvis starter timeren og løber i 10 minutter, stopper timeren i 5 minutter og derefter starter timeren igen og løber i 20 minutter, er den forløbne tid 35 minutter.

Timer: Stopursted for den aktuelle aktivitet.

Timer: Den aktuelle tid for aktivitetstimeren.

Hjulstørrelse og -omkreds

Når den bruges til cykling, registrerer hastighedssensoren automatisk din hjulstørrelse. Du kan evt. manuelt indtaste din hjulstørrelse i hastighedssensorens indstillinger.

Dækstørrelsen til cykling er markeret på begge sider af dækket. Du kan måle omkredsen af dit hjul eller bruge en af de beregningsredskaber, der findes på internettet.

