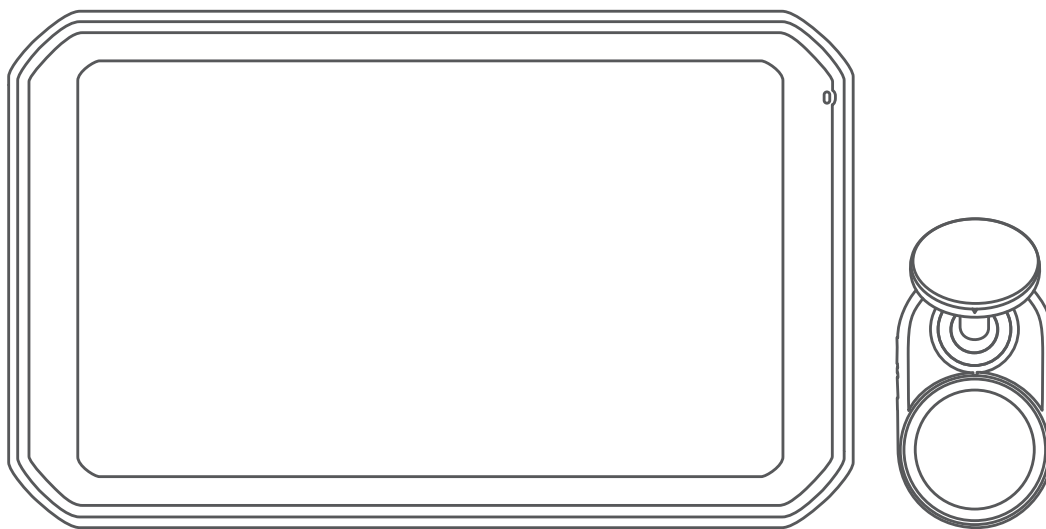


**GARMIN®**



# **GARMIN CATALYST™**

## **Driving Performance Optimizer**

---

详细的操作手册

© 2020 Garmin Ltd. 或其子公司

保留所有权利。根据版权法，未经 Garmin 的书面同意，不得复制此手册的全部或部分内容。Garmin 保留更改或改善其产品并对此手册的内容进行更改的权利，但没有义务向任何人或任何组织通知此类变更或改善。有关本产品的使用的最新更新和补充信息，请访问 [www.garmin.com](http://www.garmin.com)。

Garmin® 和 Garmin 徽标是 Garmin Ltd. 或其分公司在美国和其他国家/地区注册的商标。Garmin Catalyst™ 和 Garmin Express™ 是 Garmin Ltd. 或其子公司的商标。未经 Garmin 明确许可，不得使用这些商标。

Apple® 和 Mac® 是 Apple Inc. 在美国和其他国家/地区的注册商标。Bluetooth® 字标和徽标归 Bluetooth SIG, Inc. 所有，Garmin 使用这些名称前已获得许可。microSD® 是 SD-3C 的商标。Wi-Fi® 是 Wi-Fi Alliance 的注册商标。Windows® 是 Microsoft Corporation 在美国和其他国家/地区的注册商标。

# 目录

## 使用入门..... 1

## 安装..... 1

在车辆中安装磁性底座.....	1
将底座连接至车辆电源.....	2
裸线 USB 电缆.....	2
摄像头安装注意事项.....	3
将偏振滤波器安装到摄像头上.....	4
从摄像头上取下偏振滤波器.....	5
在挡风玻璃上安装远程摄像头.....	5
正在连接摄像头电缆.....	7
将设备连接至磁性底座.....	8
在仪表板上安装旋入式球形固定装置.....	9

## 设备概述..... 10

使用触摸屏.....	11
主页屏幕.....	12
状态栏图标.....	13
将练习数据同步至您的 Garmin 账户.....	13
查看路线信息.....	13
查看天气预报.....	13

## Catalyst 应用程序..... 14

## 开始驾驶练习..... 14

暂停驾驶练习.....	15
驾驶练习音频设置.....	15
语音提示和指导设置.....	15
比赛计时器.....	16
添加路线.....	16
添加路线配置.....	17
添加驾驶员配置文件.....	17
编辑驾驶员配置文件.....	17
更改测量单位.....	17
添加或编辑汽车配置文件.....	17
选择汽车或驾驶员配置文件.....	17

## 查看驾驶练习..... 18

练习摘要.....	18
查看练习视频.....	19
保存练习视频.....	19
比较练习.....	19
删除练习.....	19
查看机会.....	19

机会.....	20
将机会信息添加到比赛教练.....	21
查看跑圈.....	21
跑圈.....	22
查看跑圈速度数据.....	22
查看加速和减速数据.....	23
比较跑圈.....	23

## 设置..... 23

正在连接至无线网络.....	23
启用 Bluetooth 无线技术.....	23
配对无线耳机或汽车立体声音响.....	23
显示设置.....	23
声音和通知设置.....	23
声音和通知音量.....	24
设置文本语言.....	24
日期和时间设置.....	24
设备设置.....	24
重置数据和设置.....	24

## 设备信息..... 24

查看电子标签的法规和合规信息.....	24
规格.....	24
给设备充电.....	25

## 设备维护..... 25

Garmin 支持中心.....	25
使用 Wi-Fi 网络更新软件.....	25
使用 Garmin Express™ 更新软件.....	26
安装 Garmin Express.....	27
更新摄像头软件.....	27
设备保养.....	27
清洁外壳.....	27
清洁触摸屏.....	27
清洁相机镜头.....	27
防窃.....	28
重新启动设备.....	28
取下设备、固定架和吸盘.....	28
从吸盘上取下固定架.....	28
从挡风玻璃上取下吸盘.....	28
取下带粘膜的摄像头底座.....	28

## 常见问题解答..... 28

吸盘吸不住挡风玻璃.....	28
车辆行驶中底座无法固定我的设备.....	28
我的设备无法获取卫星信号.....	28
设备在我的车辆中无法充电.....	29

我的电池电量短时间内会耗完 ..... 29

我的摄像头在工作时发热 ..... 29

我的录像画面模糊 ..... 29

**附录.....29**

数据管理 ..... 29

    存储卡 ..... 29

    正在更换存储卡 ..... 30

    格式化存储卡 ..... 30

    从存储卡中删除视频 ..... 30

    将设备连接至计算机。 ..... 31

    从计算机传送数据 ..... 31

    断开 USB 数据线连接 ..... 31

购买附件 ..... 31

# 使用入门

## ⚠ 警告

请参阅产品包装盒中的重要安全和产品信息指南，了解产品警告和其他重要信息。

此设备仅设计为在电路环境中用于娱乐用途。切勿在公共道路上使用此设备。未能遵守此警告，可能会导致造成财产损失、严重人身伤害或死亡的事故。您有责任安全谨慎使用此设备。

首次开启设备时，它会通过屏幕提示引导您完成初始设置步骤。您应在首次使用设备时完成以下步骤。

- 1 打开设备，然后按照屏幕上的说明进行操作。
- 2 更新设备软件 (使用 [Wi-Fi 网络更新软件](#), 第 25 页)。

## 安装

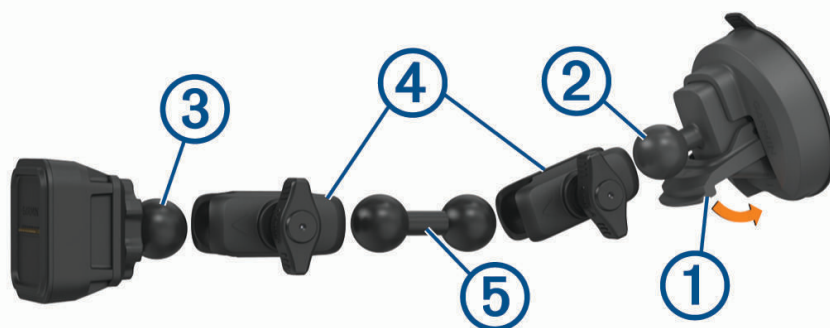
### 在车辆中安装磁性底座

## ⚠ 警告

本产品含有锂离子电池。为防止因电池暴露在极热环境而可能导致的个人伤害或产品损坏，请将产品存放在阳光照射不到的地方。

此设备及其固定装置都具有磁力。在特定情况下，磁铁可能会干扰某些植入医疗器械和电子设备，其中包括起搏器、胰岛素泵或笔记本电脑硬盘。确保使设备远离医疗器械和电子设备。

- 1 使用无绒软布清洁并擦干挡风玻璃和吸盘。
- 2 将吸盘按到挡风玻璃上，并翻转手柄 ①。



- 3 将吸盘座 ② 上的小球和插电磁性底座 ③ 上的小球连接至双窝臂 ④。
- 4 将双球连杆 ⑤ 连接至两个双窝臂。
- 5 稍微拧紧两个双窝臂的旋钮。
- 6 如有必要，请旋转插电磁性底座，使 Garmin® 徽标朝向右上方，并调节底座以便更好地查看和操作。
- 7 拧紧旋钮固定底座。

# 将底座连接至车辆电源

1 将电源线 ① 的 mini-USB 端插入到插电底座上的 mini-USB 端口 ② 中。



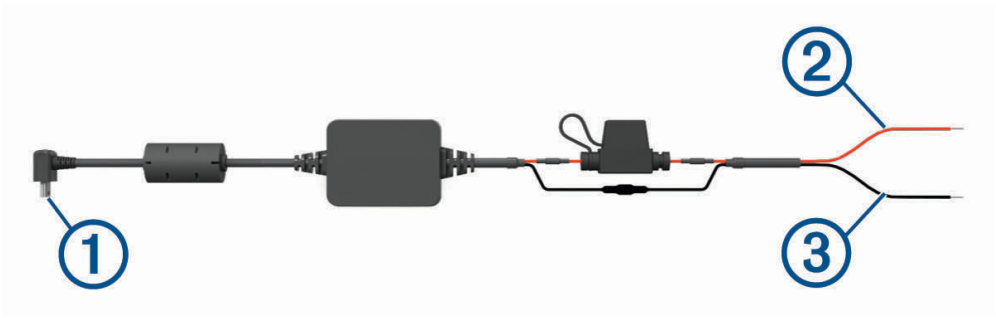
- 2 将电源线插入随附的车辆电源适配器 ③ 中。
- 3 将车辆电源适配器插入车辆上的电源插座中。
- 4 如有必要，请打开车辆的点火开关为车辆的电源插座供电。

## 裸线 USB 电缆

### 警告

Garmin 强烈建议由具备相关电气系统知识且经验丰富的安装人员安装设备。电源线接线错误可能会导致车辆或电池受损以及人身伤害。

该设备随附裸线电源适配器，可用于未配备 CLA 电源插座的车辆。您也可以在首选使用硬连线永久电源的应用中使用此电缆。该设备必须安装在车辆上合适又安全的位置（基于可用电源和安全电缆布线）。



①	设备 mini-USB 接口
②	10 至 30 V 直流系统输入电源（红色）
③	系统接地（黑色）

## 摄像头安装注意事项

首次开启设备时，它会提供帮助您安装摄像头的信息。使用随附的带粘膜的底座将摄像头固定到挡风玻璃上。这一带粘膜的底座在安装后将极难去除。您应先仔细考虑底座安装位置再进行安装。

- 请勿将摄像头安装在干扰驾驶员视野的位置。
- 您应该选择能够使摄像头清晰拍摄前方道路的安装位置。
- 您应该选择挡风玻璃中心尽可能高的安装位置。
- 您应该确认挡风玻璃刮水器已清理了摄像头前方的挡风玻璃区域。
- 您应该避免将摄像头放置在挡风玻璃的有色区域后面。

## 将偏振滤波器安装到摄像头上

摄像头在镜头上预先安装了偏振滤波器，有助于减少挡风玻璃的眩光。偏振滤波器取下后还能重新安装。

### 注意

当镜头盖安装在摄像头上时，请勿旋转镜头盖。

- 1 调整滤波器，使外缘上的线条朝上。



- 2 将滤波器牢固安装到摄像头镜头上。
- 3 确保滤波器外缘上的线条 ① 朝上，且 Garmin 徽标正面朝上。





## 从摄像头上取下偏振滤波器

- 1 用一只手握紧摄像头，另一只手握住偏振滤波器。
- 2 拉动滤波器以将其从摄像头上取下。

## 在挡风玻璃上安装远程摄像头

### 注意

带粘膜的底座旨在用于长期安装，其粘膜可能极难去除。您应先仔细考虑底座安装位置再进行安装。

您应先查看挡风玻璃安装注意事项，再在挡风玻璃上安装带粘膜的底座 ([摄像头安装注意事项, 第 3 页](#))。

为获得最佳效果，在挡风玻璃上安装摄像头时，环境温度应为 21°C 至 38°C ( 70°F 至 100°F )。如果温度超出此范围，粘膜可能无法准确黏合。如果您需要在较低温度下安装摄像头，则必须先清除挡风玻璃上的所有雪、冰和水汽并使用车辆除霜器加热挡风玻璃，再安装摄像头。

使用随附的带粘膜的底座将摄像头固定到挡风玻璃上。

- 1 使用水或酒精清洁挡风玻璃内部，然后使用无绒布擦干。  
挡风玻璃上必须没有灰尘、蜡、油或涂层。
- 2 握住摄像头将其放在想要安装在挡风玻璃上的位置，确保摄像头视野清晰、没有障碍。

**提示：**为获得最佳效果，您应该将摄像头安装在挡风玻璃中心尽可能高的位置。

3 选择好视野清晰的安装位置后，从带粘膜的底座上取下保护膜。



4 将底座放置在安装位置上。

**提示：** 由于粘膜极黏，因此在正确放置底座之前，请避免让粘膜粘到挡风玻璃。

5 将底座牢固地按压在挡风玻璃上，保持按压至少 30 秒。

这会有助于确保底座粘膜与挡风玻璃完美黏合。



## 正在连接摄像头电缆

1 将摄像头电缆插入到摄像头的 Micro-USB 端口中。



2 围绕挡风玻璃边框布设摄像头电缆，以免其妨碍您的视野。



我们设计在不影响视野的位置布设电缆。要隐藏电缆，请沿着挡风玻璃、门框或行车记录仪将电缆布设在车辆装饰的后面。

- 3 如有必要，请使用随附的带粘膜的电缆夹将摄像头电缆固定到车辆框架上。
- 4 将摄像头电缆连接至磁性底座的 USB 端口。



## 将设备连接至磁性底座

磁性底座负责为 Garmin Catalyst™ 设备供电。在通过电池电源使用设备之前，应该先为电池充满电。  
将设备的背面放置在磁性固定架上。



## 在仪表板上安装旋入式球形固定装置

在将旋入式球型固定装置安装到仪表板之前，您必须在仪表板上选择一个合适的位置，并购买适合安装表面的硬件。

### 警告

您有责任确保安装位置符合所有适用法律法规，不会在安全行车过程中妨碍视线。

### 注意

钻导孔以及将固定架连接到车辆时，请避开仪表、气囊、气囊盖、HVAC 和其他会受到影响的部分。Garmin 不对因安装导致的任何损坏或后果负责。

### 注意

Garmin 建议由专业人员安装螺旋式球形固定装置。

该设备包括一个可选的 4 孔 AMPS 图案固定装置，您可以将其固定在仪表板上以代替吸盘。如果您无法将此设备安装到挡风玻璃上，这将对您有所帮助。

- 1 将固定装置放在选定位置。
- 2 使用固定装置作为模板，标记 4 个螺钉位置 ①。



- 3 如果您的安装表面有需要，请钻出导向孔。  
注：不要钻穿安装架。
- 4 使用适合您的安装表面的 M4 或 8 号螺钉将固定装置固定在表面。

## 设备概述





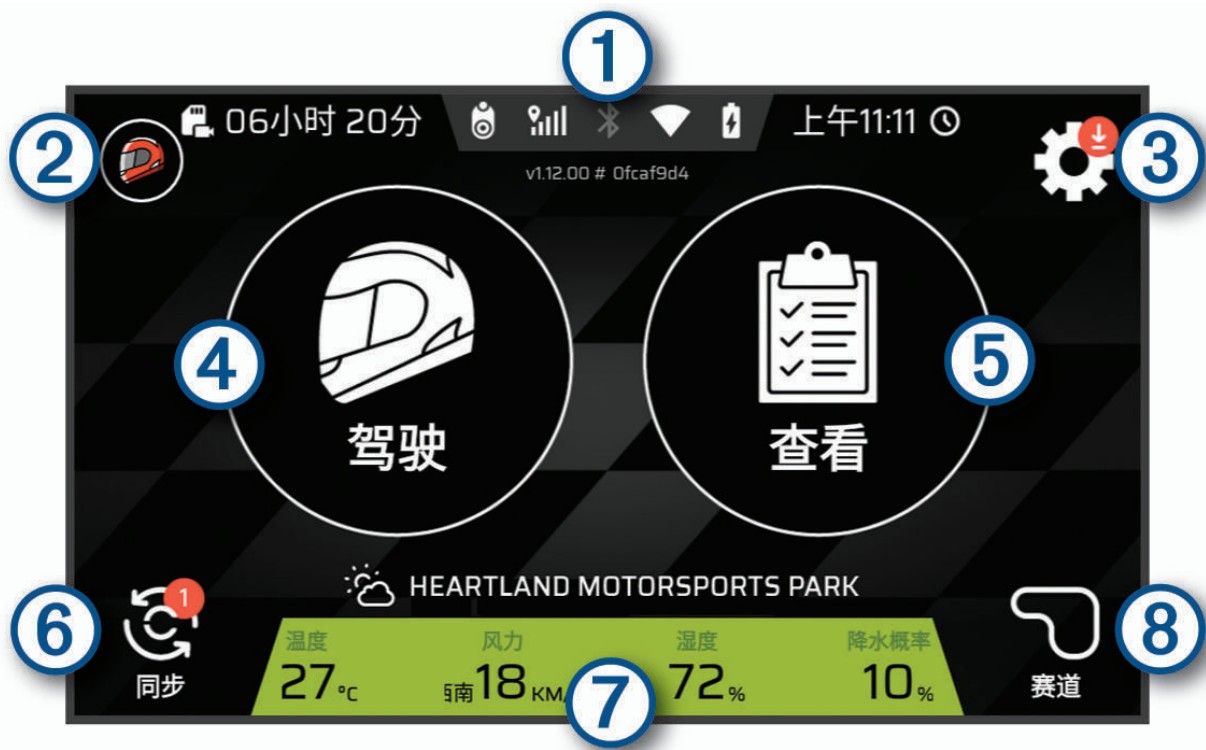
①	麦克风
②	音量控制
③	电源键
④	Micro USB 电源和数据端口
⑤	辅助存储卡插槽（用于附加内存）
⑥	3.5 毫米音频插口
⑦	带 14 个插头连接器的磁性底座界面
⑧	扬声器
⑨	带有预装 microSD® 卡的存储卡插槽（位于盖下方）

## 使用触摸屏

- 点击触摸屏可选择项目。
- 在触摸屏上拖动或滑动手指可平移或滚动。
- 合并两个手指进行缩小操作。
- 分开两个手指进行放大操作。



主页屏幕









① 状态栏	选择其中某个图标可查看更多信息。
② 比赛配置文件	选择此项可配置驾驶员或汽车配置文件。
③ 设置	选择此项可更改设备设置。
④ 驾驶	选择此项可开始驾驶练习。
⑤ 查看	选择此项可查看最近驾驶练习的详细信息。
⑥ 同步	选择此项可与 Garmin 帐户同步数据。
⑦ 天气信息	显示最近路线的天气情况。
⑧ 赛道	选择此项可在设备上查看有关任意路线的信息。



## 状态栏图标

状态栏位于主菜单顶部。状态栏图标显示有关设备功能的信息。您可以选择一些图标以更改设置或查看其他信息。

	摄像头存储。计时器显示存储卡上剩余的预估录制时间。选择以清除存储卡上的空间。
	摄像头状态。选择以对齐摄像头。
	GPS 信号状态。选择以查看位置准确性及获得的卫星信息。
	Bluetooth® 技术状态。选择以查看 Bluetooth 设置。
	Wi-fi 信号强度。选择以更改 wi-fi 设置。
	电池充电量。

## 将练习数据同步至您的 Garmin 账户

必须具有 Wi-Fi® 连接，以便于 Garmin Catalyst 设备与 Garmin 帐户同步练习数据。

Garmin Catalyst 设备会自动与 Garmin 帐户同步练习数据。这让您可以在 Catalyst 应用程序 ([Catalyst 应用程序](#), [第 14 页](#)) 上查看驾驶练习和表现数据。

注：该设备不会同步视频片段。

- 1 如果设备无法自动同步会话数据，请选择 **同步**。
- 2 选择一个选项：
  - 如果设备提示您登录至 Garmin 账户，请选择**登录或创建新账号**。
  - 如果设备提示您连接至 Wi-Fi，请选择**连接**。
- 3 按照屏幕上的说明进行操作。

## 多重因素验证

在您登录 Garmin 帐户之前，多重因素验证使用第二个因素验证您的身份，例如您的电话或电子邮件。

注：必须在您的 Garmin 帐户中启用多重因素验证才能使用此功能。

## 查看路线信息

您可以查看有关设备内存中提供的所有赛道的信息和统计数据。

- 1 从主页屏幕中，选择**赛道**。
- 2 选择搜索栏。
- 3 输入全部或部分路线名称。  
建议的路线名称将出现在搜索栏下方。
- 4 选择航迹。

## 查看天气预报

必须将设备连接到网络并登陆至 Garmin 帐户才能使用此功能。


- 1 从主页屏幕中，选择天气栏。  
设备显示当前天气情况和您当前位置的每小时天气预报。
- 2 选择一个选项卡以查看其他天气预报数据。

## Catalyst 应用程序

您可以使用 Catalyst 应用程序来查看 Garmin Catalyst 设备中的表现数据，例如跑圈时间、练习摘要和年度驾驶活动指标。您也可以查看每次练习的天气情况。此应用程序为您的驾驶员和车辆资料提供了可以自定义的图标。您可以在移动设备上的应用程序商店中下载 Catalyst 应用程序。








**注：**您的驾驶员和车辆资料图标无法与 Garmin Catalyst 设备同步。

### 开始驾驶练习

您的设备必须先获取卫星信号，才能开始驾驶练习。您可以通过在状态栏中选择  来检查当前信号强度和精度。

- 1 从主页屏幕中，选择 **驾驶**。
- 2 选择航迹。



- 3 选择一个选项：
  - 要更改驾驶员配置文件，请选择 .
  - 要更改车辆配置文件，请选择 .
  - 要配置音频功能，请选择 .
  - 要更改路线段条件，请选择  或 .
  - 要配置跑圈计时器设置，请选择 .
  - 要启用或禁用音频录制，请选择 .
- 4 选择 **对齐校准**，并按照屏幕上的说明进行调整以对准摄像头。
- 5 选择 **开始**。
- 6 开始驾驶。

计时器会在您通过开始线时自动启动。

## 暂停驾驶练习

您可以暂停已在进行中的驾驶练习。暂停驾驶练习时，设备将停止录制音频和视频，并停止录制部分比赛数据。如果您的车在赛道上抛锚了，或者您需要停很长时间，此功能很有用。

当您停下来时，设备会自动提示您暂停驾驶练习。

1 停车。

2 从比赛计时器上选择一个选项：

- 设备提示时，请选择 **暂停**。
- 如果设备未提示，则选择 **暂停 > 暂停**。

您再次开始驾驶时，练习将自动恢复。

## 驾驶练习音频设置

比赛开始前，您可以选择 **检查音频** 来调整驾驶练习的音频设置。

**录制摄像头音频：**启用或禁用驾驶练习视频的摄像头音频录制功能。

**语音提示：**设置在驾驶练习中接收的音频指导反馈等级和语音提示音量大小 ([语音提示和指导设置, 第 15 页](#))。

**音频输出：**设置音频输出设备。

**音量：**设置语音提示的音量大小。您可以向左或向右移动滑块来调节音量。

**测试音频：**播放示例音频片段，以测试音频配置的功能和音量。

## 语音提示和指导设置

### 警告

高级比赛教练功能仅限有高速驾驶经验的驾驶员使用。没有相关经验的驾驶员使用该功能可能会导致事故，从而造成财产损失、人身伤害和/或死亡。任何使用或依赖高级比赛教练提供的建议所致的风险均由您自己承担。

您可以设置在驾驶练习中接收音频指导反馈的数量。开始驾驶练习前，请选择 **检查音频 > 语音提示**。

**高级比赛教练：**将设备设置为在您驾驶时自动提供高级指导反馈，如制动和转弯建议。

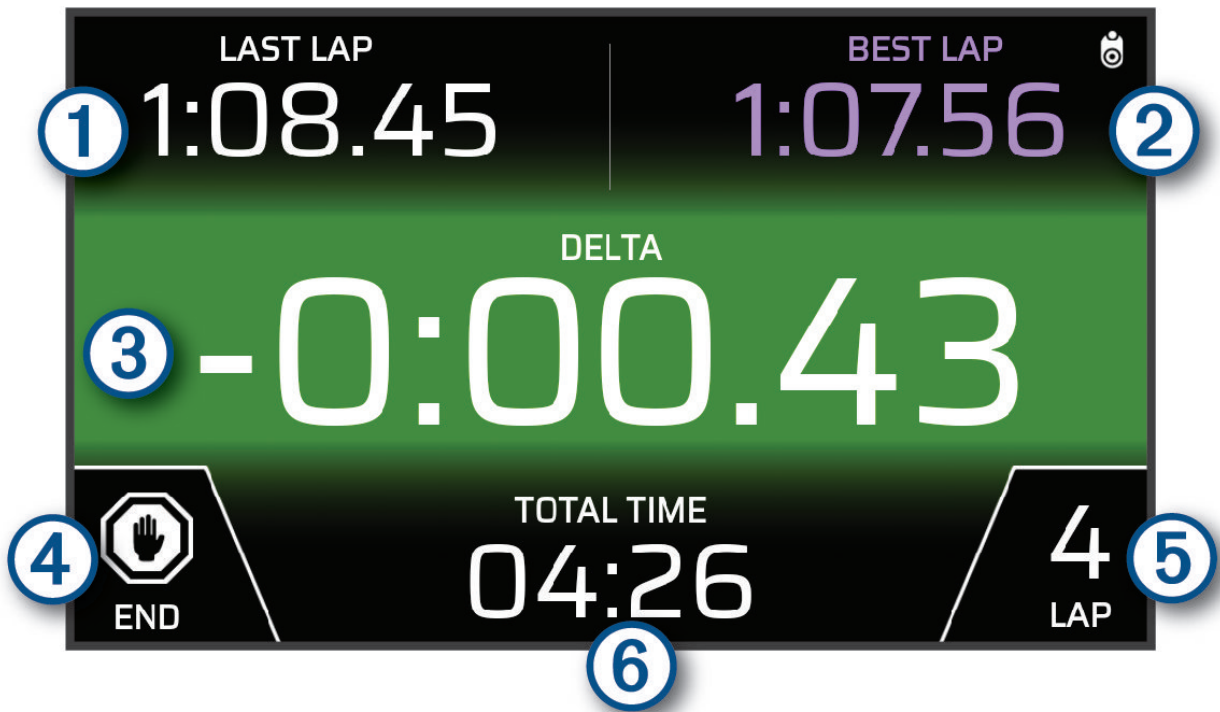
**比赛教练提示：**将设备设置为根据您的驾驶表现为您提供基本的指导反馈。查看驾驶练习后，您可以在比赛教练反馈中添加额外提示 ([将机会信息添加到比赛教练, 第 21 页](#))。

**仅提示跑圈时间：**将设备设置为提供仅包含跑圈时间信息的音频提示。

**关：**禁用音频提示。

# 比赛计时器

设备会在您驾驶时追踪您的进度并提供语音指导建议。比赛计时器会追踪圈数并显示最佳跑圈时间。



① 上一圈	显示当前练习期间的上一跑圈时间。
② 最佳跑圈	显示当前练习的最佳跑圈时间。
③ 值差	显示当前练习期间，当前跑圈与最佳跑圈之间的时间差。
④ 结束	选择此项可结束当前练习。
⑤ 跑圈	显示当前圈数。
⑥ 总时间	显示总跑圈时间。

## 添加路线

您可以添加设备上尚未加载的路线。该设备会使用您的 GPS 位置和车辆的移动路线创建路线地图。

- 1 选择 **驾驶 > 添加路线**。
- 2 按照屏幕上的说明输入有关您的驾驶练习的路线详情和信息。
- 3 选择 **开始**。
- 4 开始驾驶。  
在离开维修区并进入赛道后，您必须以 90 公里/小时（55 英里/小时）的速度直线行驶至少 0.5 秒，并完成一整圈。
- 5 在完成驾驶练习后，选择 **结束**。
- 6 选择 **▶▶** 或 **◀◀** 以定位地图中的开始线。
- 7 选择 **保存**。

## 添加路线配置

您可以为存储在设备上的路线添加其他配置。


- 1 选择 **驾驶**。
- 2 选择航迹。
- 3 选择 **添加路线配置**。
- 4 按照屏幕上的说明输入有关您的驾驶练习的路线详情和信息。
- 5 选择 **开始**。
- 6 开始驾驶。
- 7 在完成驾驶练习后，选择 **结束**。
- 8 选择 **▶▶** 或 **◀◀** 以定位地图中的开始线。
- 9 选择 **保存**。

## 添加驾驶员配置文件

- 1 从主页屏幕中，选择比赛配置文件图标 ([主页屏幕, 第 12 页](#))。
- 2 选择**驾驶员**。
- 3 选择**添加个人资料**。
- 4 按照屏幕上的说明进行操作。


## 编辑驾驶员配置文件

您可以编辑驾驶员配置文件以调整首选项，并更改度量单位。


- 1 从主页屏幕中，选择比赛配置文件图标 ([主页屏幕, 第 12 页](#))。
- 2 选择**驾驶员**。
- 3 选择 。
- 4 选择一个字段以编辑其内容。

## 更改测量单位

您可以自定义设备上显示的测量单位。

- 1 从主页屏幕中，选择比赛配置文件图标 ([主页屏幕, 第 12 页](#))。
- 2 选择**驾驶员 >  > 单位**。
- 3 选择测量单位。

## 添加或编辑汽车配置文件

- 1 从主页屏幕中，选择比赛配置文件图标 ([主页屏幕, 第 12 页](#))。
- 2 选择**汽车**。
- 3 选择一个选项：
  - 要添加汽车配置文件，请选择**添加一辆汽车**。
  - 要编辑汽车配置文件，请选择 .
- 4 选择一个字段以输入有关车辆材料、型号和制造年份的信息。
- 5 选择**完成**。

## 选择汽车或驾驶员配置文件

- 1 从主页屏幕中，选择比赛配置文件图标 ([主页屏幕, 第 12 页](#))。
- 2 选择一个选项：
  - 要更改驾驶员配置文件，请选择**驾驶员**。
  - 要更改汽车配置文件，请选择**汽车**。
- 3 选择汽车或驾驶员。

# 查看驾驶练习



请勿在驾驶时查看任何驾驶练习。未能注意周围环境和路况可能会引起严重人身伤害或死亡。

设备会记录每次驾驶练习的详细信息。您可以单独查看每个驾驶练习的结果，也可以将数据与其他练习进行对比。设备会在每个练习结尾自动提示您查看每个驾驶练习。

- 1 从主页屏幕中，选择查看。
- 2 选择航迹。
- 3 按照屏幕中的提示选择驾驶练习。

## 练习摘要



① 路线地图	显示路线地图。您可以选择高亮显示的路线段来查看该路线段的机会。
② 练习摘要统计数据	显示路线条件摘要和所选练习的表现指标。
③ 练习视频缩略图	选择此项可查看整个练习的视频。
④ 机会	选择此项可查看所选练习的所有改进机会 (机会, 第 20 页)。
⑤ 跑圈	选择此项可查看有关所选跑圈的详细信息 (查看跑圈, 第 21 页)。
⑥ 赛段	选择此项可查看有关每个路线段的详细信息。


## 查看练习视频

设备在您驾驶时，记录了您的驾驶练习视频。您可以查看每个练习的记录片段。这对于帮助您查看表现数据十分有用。

从练习摘要屏幕中，选择视频缩略图 (练习摘要, 第 18 页)。


## 保存练习视频

您可以使用数据叠加层将录制的练习保存至存储卡。

- 1 在练习摘要屏幕中，选择视频缩略图，然后选择  (练习摘要, 第 18 页)。
- 2 选择数据叠加层选项，然后选择 **下一步**。
- 3 选择 Delta 计时器选项，然后选择 **存档**。


## 比较练习

您可以比较两个驾驶练习的结果。这样可以帮您看到两个练习之间的改进之处。

- 1 从练习摘要屏幕中，选择  > **是**。
- 2 选择一个练习。

## 删除练习

您通过在存储卡中删除驾驶练习来清理空间。这些驾驶练习一经删除即无法恢复。

从练习摘要屏幕中，选择 。

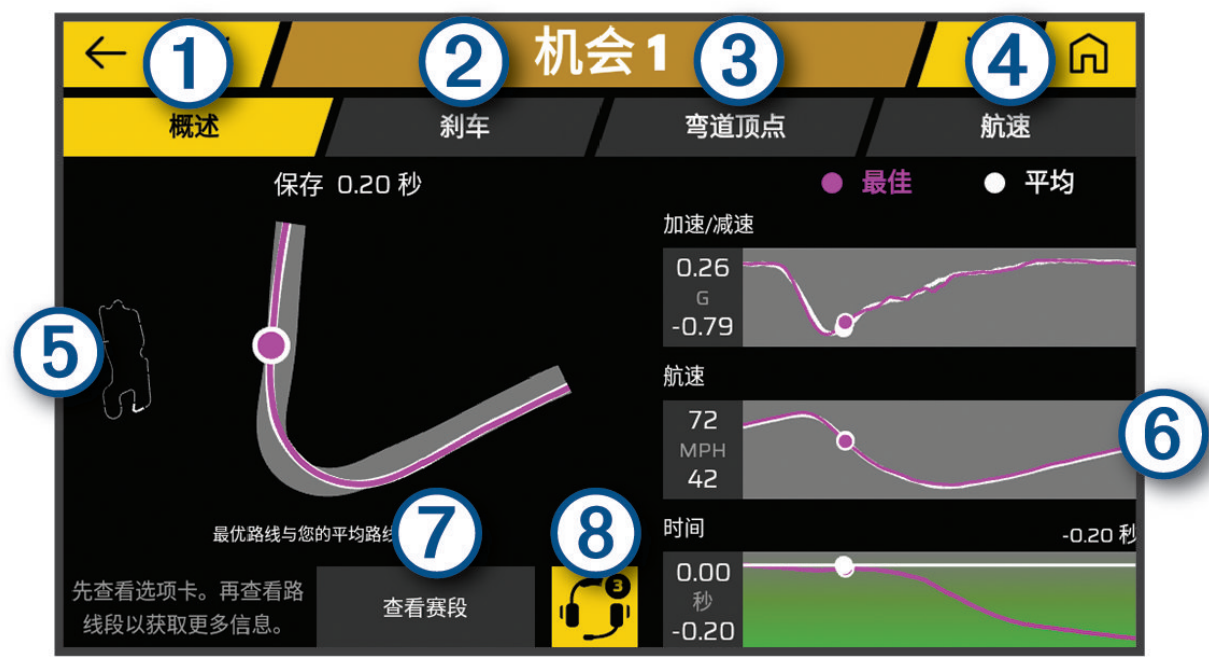
## 查看机会

在驾驶练习中，设备会分析您的表现并记录改进机会。这些机会属于指导建议，可帮助您缩短跑圈时间。机会页面可让您查看机会，提供改进建议。

从练习摘要页面中，选择**机会**。



机会



① 概述	选择此项可查看机会概述。
② 刹车	选择此项可查看所选路线段的最佳刹车时机和指导建议。
③ 弯道顶点	选择此项可查看所选路线段的最佳路线使用情况和指导建议。
④ 航速	选择此项可查看所选路线段的最佳速度和指导建议。
⑤ 路线段地图	显示您在所选路线段的表现的动画地图。
⑥ 数据图	显示加速幅度、速度或时间与最佳数据的比较图。
⑦ 查看赛段	选择此项可查看有关当前路线段的其他详细信息，例如视频剪辑和速度信息。
⑧ 添加所有机会	选择将所有可用机会添加至比赛教练。




## 将机会信息添加到比赛教练

您可以将记录的机会添加到比赛教练功能中。这样设备将会在您下一次接近保存的路线段时，使用配对的耳机或汽车立体声音响提供指导信息。

1 从练习摘要页面中，选择**机会**。

2 选择一个选项：

- 要添加所有机会，请选择 。

注：您在开始驾驶练习以使用此功能之前必须启用 **高级比赛教练** ([语音提示和指导设置, 第 15 页](#))。

- 要一次添加一个机会，请选择一个机会。

3 选择一个选项：

- 要查看有关刹车时机的信息，请选择**刹车**。
- 要查看有关转弯时路线使用情况的信息，请选择**弯道顶点**。
- 要查看有关速度的信息，请选择**航速**。

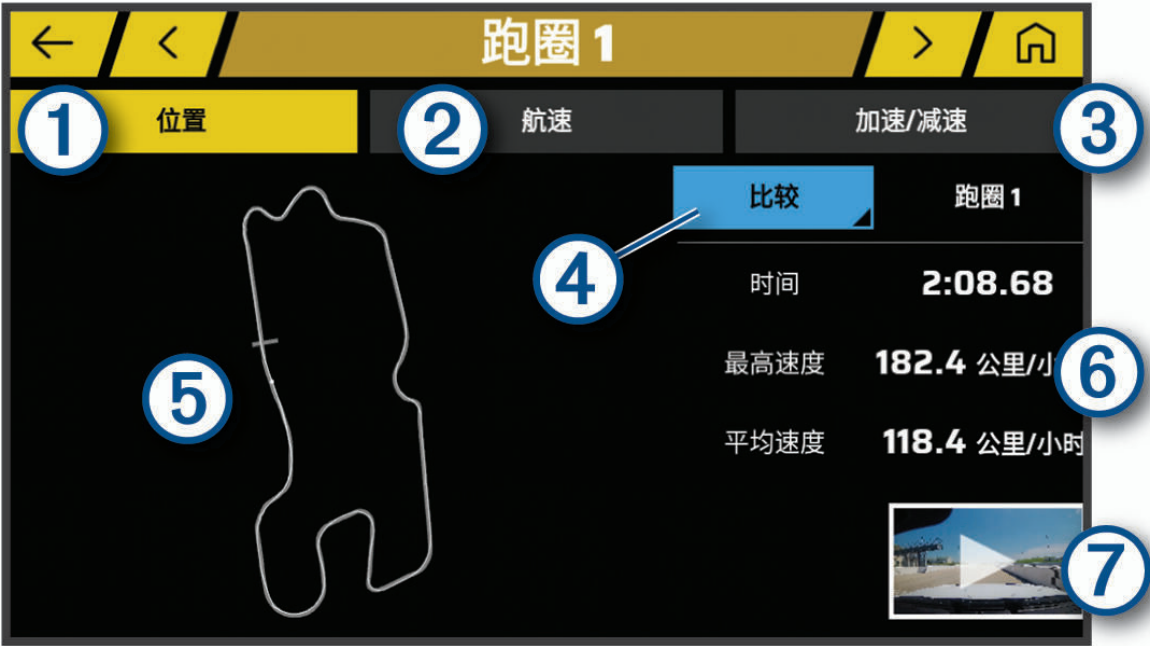
4 选择**添加到比赛教练提示**。

## 查看跑圈

“跑圈页面”可让您查看每个跑圈的跑圈时间和速度信息。您可以比较同一练习中的任意两个跑圈。

从练习摘要页面中，选择**跑圈**。

跑圈



① 位置	选择此项可查看跑圈期间的路线位置地图。
② 航速	选择此项可查看跑圈期间不同点的速度。
③ 加速/减速	选择此项可查看跑圈期间不同点的加速/减速速率。
④ 比较	选择此项可比较所选跑圈与其他跑圈。
⑤ 路线地图	使用触摸屏控件 ( <a href="#">使用触摸屏, 第 11 页</a> ) 可以调整跑圈数据视图。
⑥ 时间和速度信息	显示跑圈时间、最高速度和平均速度。
⑦ 视频缩略图	选择此项可查看所选跑圈的视频。

查看跑圈速度数据

您可以查看跑圈期间不同点的详细速度数据地图。

- 1 从练习摘要页面中，选择**跑圈**。
- 2 选择一个跑圈。
- 3 选择**航速**。

## 查看加速和减速数据

您可以查看跑圈期间不同点的详细加速数据地图。

- 1 从练习摘要页面中，选择**跑圈**。
- 2 选择一个跑圈。
- 3 选择**加速/减速**。


## 比较跑圈

您可以比较同一练习中的任意两个跑圈。

- 1 从路程摘要页面中，选择**跑圈**。
- 2 选择一个跑圈。
- 3 选择**比较**。
- 4 选择一个跑圈，然后选择**确定**。

# 设置

## 正在连接至无线网络



- 1 选择  > **Wi-Fi**。
- 2 如有必要，选择“拨动开关”以打开无线网络技术。
- 3 选择一个无线网络。
- 4 如有必要，请输入加密密钥。

设备已连接至无线网络。设备会记住网络信息，以后回到这个地方时会自动连接。

## 启用 Bluetooth 无线技术

选择  > **蓝牙**。

## 配对无线耳机或汽车立体声音响

- 1 将耳机和 Garmin Catalyst 设备的距离保持在 10 米（33 英尺）以内。
- 2 在您的 Garmin Catalyst 设备上，选择  > **蓝牙**。
- 3 在您的 Garmin Catalyst 设备上，验证 Bluetooth 无线技术是否已启用。
- 4 在手机上启用 Bluetooth 无线技术，然后将手机设置为对其他 Bluetooth 设备可见。
- 5 从设备列表中选择耳机。  
**提示：**如果耳机没有出现在列表中，您可以选择  > **刷新** 以刷新 Bluetooth 设备列表。
- 6 按照屏幕上的说明完成配对流程。

## 显示设置

选择  > **显示**。

**亮度级别：**在您的设备上设置显示亮度级别。

**自调节亮度：**当设备离开底座时，根据环境亮度自动调节背光亮度。

**睡眠：**允许您设置设备在进入睡眠模式之前的空闲时间（使用电池时）。

**屏幕截图：**允许您给设备屏幕拍照。屏幕截图存储在设备存储器的 Screenshot 文件夹中。


## 声音和通知设置

选择  > **声音和通知**。

**音量调节滑块：**设置音频功能的音量。


**其他声音：**允许您启用或禁用其他用户与设备交互时（例如触摸屏幕、锁定屏幕或充电）发出的声音。

## 声音和通知音量

- 1 选择  > 声音和通知。
- 2 使用滑块调节声音和通知音量。

## 设置文本语言

您可在设备软件中选择文本语言。

- 1 选择  > 语言与输入 > 语言。
- 2 选择语言。

## 日期和时间设置

选择  > 日期和时间。

**自动设置时区:** 根据从连接网络中获得的信息自动设置时区。

**选择时区:** 如果禁用 自动设置时区，请设置设备的时区。

**使用 24 小时格式:** 启用或禁用 24 小时时间格式。

## 设备设置

选择  > 关于设备。

**状态:** 显示系统状态和网络信息。

**法律信息:** 可用于查看最终用户许可协议 (EULA) 和软件许可证信息。


**法规信息:** 显示电子标签的法规和合规信息。

**Garmin 设备信息:** 显示硬件和软件版本信息。

**设备数据报告:** 共享匿名数据来改进设备。

## 重置数据和设置

设备提供多个删除用户数据和将所有设置恢复为出厂默认值的选项。

- 1 选择 .
- 2 选择一个选项：
  - 要删除所有已保存的无线网络和配对设备，请选择 **设备重置 > 恢复网络设置**。  
此选项不会删除任何其他用户数据。
  - 要删除所有用户数据并将所有设置恢复为出厂默认设置，请选择 **设备重置 > 恢复出厂设置**。  
此选项会删除旅行历史记录、应用程序、帐户、设置、已保存的网络、配对设备以及所有其他用户数据。  
不会删除已安装的地图。可能不会删除 Garmin 文件夹中的用户文件。

## 设备信息

### 查看电子标签的法规和合规信息

- 1 从设置菜单中，滑动至菜单底部。
- 2 选择关于设备 > 法规信息。

## 规格

工作温度范围	-20° 至 55°C ( -4° 到 131°F )
充电温度范围	0° 至 45°C ( 32° 到 113°F )
射频/协议	2.4 GHz @ 19.5dBm ( 最大 )
电源输入	使用随附车辆电源线的车辆电源。使用可选附件的交流电源 ( 仅适合家庭或办公室使用 )。
电池类型	可充电锂离子电池

## 给设备充电

注：这个 III 类产品应该通过 LPS 电源供电。

您可以使用以下任何方式为设备电池充电。

- 将设备安装在底座上，并将底座连接至车辆电源。
- 将设备连接至可选电源适配器附件，如墙上电源适配器。

您可以从 Garmin 经销商或 [www.garmin.com](http://www.garmin.com) 购买适合家庭或办公室使用的 Garmin 交流-直流电源适配器。连接至第三方适配器时，设备可能充电缓慢。

## 设备维护

### Garmin 支持中心

访问 [support.garmin.com](http://support.garmin.com) 以获取帮助和信息，如产品手册、常见问题、视频和客户支持。

### 使用 Wi-Fi 网络更新软件

#### 注意

软件更新可能需要设备下载大文件。互联网服务提供商的一般数据限制或收费适用。请与您的互联网服务提供商联系，了解有关数据限制或收费的更多信息。

您可以通过将设备连接至允许您访问互联网的 Wi-Fi 网络来更新软件。这允许您不连接计算机即可以更新设备。

- 1 使用随附的 USB 电缆，将设备连接到外部电源。

注：未随附 USB 电源适配器。请转至 [garmin.com](http://garmin.com) 上的产品页面购买电源适配器附件。

- 2 将设备连接至 Wi-Fi 网络 ([正在连接至无线网络, 第 23 页](#))。

连接至 Wi-Fi 网络时，设备将自动检查可用的更新，并在有可用更新时显示通知信息。

- 3 选择  > 系统更新。

设备将显示可用的软件更新。有更新可用时，有可用更新会出现在软件下方。

- 4 选择下载。

- 5 如有必要，则阅读许可协议，然后选择**全部接受**以接受协议。

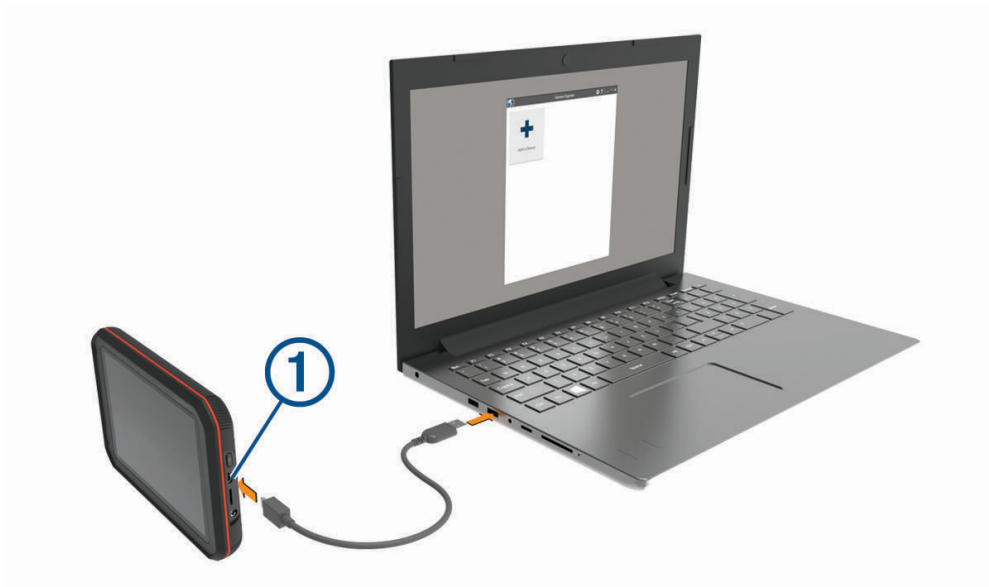
注：如果您不同意许可条款，可以选择拒绝。这会停止更新过程。在您接受许可协议之后，才能安装更新。

- 6 设备保持连接到外部电源并在 Wi-Fi 网络的范围内，直到更新过程完成为止。

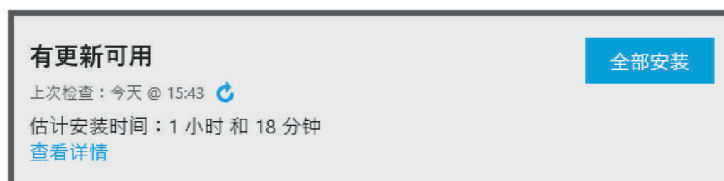
## 使用 Garmin Express™ 更新软件

您可以使用 Garmin Express 应用程序下载并安装适合您的设备的最新软件更新。

- 1 如果您的计算机上还没有安装 Garmin Express 应用程序，请转至 [garmin.com/express](https://garmin.com/express)，然后按照屏幕上的说明进行操作，以安装该应用程序 ([安装 Garmin Express, 第 27 页](#))。
- 2 打开  Garmin Express 应用程序。
- 3 使用兼容的 micro-USB 数据线将设备连接至计算机。  
数据线的小端连接至 Garmin Catalyst 设备上的 micro-USB 端口 ①，大端连接到计算机上的可用 USB 端口。



- 4 在 Garmin Express 应用程序中，单击**添加一个设备**。  
Garmin Express 应用程序会搜索您的设备，并会显示设备名称和序列号。
- 5 单击**添加设备**，然后按照屏幕上的说明进行操作，以将设备添加到 Garmin Express 应用程序。  
设置完成后，Garmin Express 应用程序会显示可用于您的设备的更新。



- 6 选择一个选项：
  - 要安装所有可用更新，请单击**全部安装**。
  - 要安装特定更新，请单击**查看详情**，然后单击所需更新旁边的**安装**。Garmin Express 应用程序便会将更新下载到您的设备上并进行安装。
- 7 在更新过程中，按照屏幕上的说明进行操作，以完成安装更新。  
例如，在更新过程中，Garmin Express 应用程序可能指示您断开然后重新连接设备。

## 安装 Garmin Express

Garmin Express 应用程序可用于 Windows® 和 Mac® 计算机。

- 1 在计算机上访问 [garmin.com/express](http://garmin.com/express)。
- 2 选择一个选项：
  - 要查看系统要求并验证 Garmin Express 应用程序与您的系统兼容，请选择**系统要求**。
  - 要在 Windows 计算机上安装，请选择**供 Windows 用户下载**。
  - 要在 Mac 计算机上安装，请选择**供 Mac 用户下载**。
- 3 打开下载的文件，然后按照屏幕上的说明完成安装。

## 更新摄像头软件

Garmin Catalyst 设备的软件更新可能包括远程摄像头的软件更新。设备会在您下次连接到磁性插电底座上时，提示您安装摄像头更新。

- 1 更新 Garmin Catalyst 设备上的软件 ([使用 Wi-Fi 网络更新软件, 第 25 页](#))。
- 2 将 Garmin Catalyst 设备连接到磁性插电底座。
- 3 如有必要，请打开车辆的点火开关，为底座和摄像头供电。  
如果摄像头更新可用，设备会提示您更新摄像头。
- 4 按照屏幕上的说明更新摄像头软件。

## 设备保养

### 注意

避免跌落设备。

请勿将本设备存放在可能长期处于极端温度的环境中，因为这可能导致永久性损坏。

切勿使用坚硬或尖锐的物体操作触屏，否则将会导致触屏受损。

请勿将本设备置于水中。

## 清洁外壳

### 注意

避免使用可能损坏塑料组件的化学清洁剂和溶剂。

- 1 使用蘸有温和的洗涤剂溶液的软布清洁设备的外壳（不是触摸屏）。
- 2 擦干设备。

## 清洁触摸屏

- 1 使用柔软、干净的无绒布。
- 2 如有必要，软布上可以稍稍蘸水。
- 3 如果使用蘸湿的软布，请关闭设备并断开设备的电源。
- 4 用软布轻轻拭擦屏幕。

## 清洁相机镜头

### 注意

避免使用可能损坏塑料组件的化学清洁剂和溶剂。

应定期清洁相机镜头，改善录制视频的质量。

- 1 用无划痕镜头清洁布擦拭镜头（可蘸取异丙醇擦拭）。
- 2 让镜头自然风干。

## 防窃

- 在不使用的时候取下设备和固定架，并将其放在隐蔽位置。
- 除去挡风玻璃上吸盘留下的残留物。
- 不要将设备放置在储物箱中。
- 使用 Garmin Express 软件注册设备 ([garmin.com/express](http://garmin.com/express))。

## 重新启动设备

如果设备停止工作，则您可以重新启动设备。

按住电源键 10 秒钟。

## 取下设备、固定架和吸盘

### 从吸盘上取下固定架

- 1 拧松将磁性固定架固定到吸盘球上的螺母。
- 2 向右或向左转动设备固定架。
- 3 用力压固定架，直到固定架上的插座与吸盘上的小球松开。

### 从挡风玻璃上取下吸盘

- 1 朝自己所在方向翻转吸盘上的手柄。
- 2 朝自己所在方向拉吸盘上的压片。

## 取下带粘膜的摄像头底座

带粘膜的摄像头底座旨在用于长期安装，其粘膜可能极难去除。

- 1 牢牢抓紧底座。
- 2 施加稳定的力度向上拉起底座使其远离窗户或表面，直到粘合剂不再粘连底座。
- 3 去除表面残留的粘合剂。

# 常见问题解答

## 吸盘吸不住挡风玻璃

- 1 用酒精清洁吸盘和挡风玻璃。
- 2 用干净的干布擦干。
- 3 安装吸盘。

## 车辆行驶中底座无法固定我的设备

为达到最佳效果，应当保持车载底座清洁，并将设备放在靠近吸盘的位置。

如果设备的位置在车辆行驶中发生移动，那么应当完成以下步骤。

- 将已插电的底座从吸盘臂上取下，然后用软布擦拭球头和球窝。  
灰尘和其它杂质可减小球窝接头的摩擦，导致接头在行驶过程中发生移动。
- 将机械臂朝吸盘转动，直到碰到挡风玻璃。  
将设备放在靠近挡风玻璃的位置，以减小由路面引起的摇动和振动造成的影响。

## 我的设备无法获取卫星信号

- 将设备从车库取出并远离高楼和大树。
- 保持静止几分钟。



## 设备在我的车辆中无法充电

- 检查并确定车辆已启动并且正在为电源插座供电。
- 验证车内温度是否在规格中指定的充电温度范围内。
- 确认车辆保险丝盒中车辆电源插座的保险丝未损坏。

## 我的电池电量短时间内会耗完

- 降低屏幕亮度 ([显示设置, 第 23 页](#))。
- 缩短显示超时时间 ([显示设置, 第 23 页](#))。
- 调低音量 ([声音和通知音量, 第 24 页](#))。
- 不使用时关闭 Wi-Fi 无线 ([正在连接至无线网络, 第 23 页](#))。
- 不使用时将设备设为省电模式。
- 让设备远离极端温度环境。
- 请勿将设备置于阳光直射到的位置。

## 我的摄像头在工作时发热

Garmin 摄像头专为汽车环境而设计。在阳光直射的温暖气候中使用本产品时，产品可能会发热或发烫，这属于正常预期现象，您仍可安全使用。即使设备本身的温度可能会超过设备规定的最高工作环境温度，也仍可安全使用。请始终按照产品手册中包含的设备使用和保养说明进行操作。

## 我的录像画面模糊

- 清洁相机镜头 ([清洁相机镜头, 第 27 页](#))。
- 清洁相机前方的挡风玻璃。
- 验证相机前方对应的挡风玻璃部位不受挡风玻璃雨刮器遮挡，如有必要，请移动设备。

# 附录

## 数据管理

设备上配有存储卡插槽，可增加数据存储空间。

注：设备与 Windows 7 及其更高版本以及 Mac OS 10.4 及其更高版本兼容。

## 存储卡

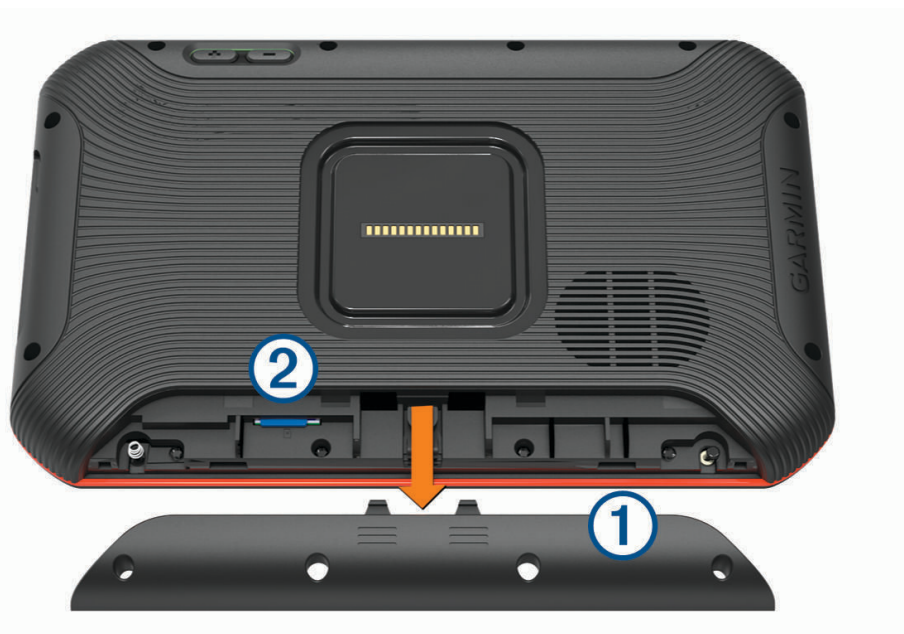
您可以从电子设备供应商处购买存储卡。存储卡可用于存储驾驶练习的视频片段和数据。

## 正在更换存储卡

您可通过更换存储卡来增加存储容量，或更换已达到使用寿命的存储卡。摄像头要求 microSD 存储卡容量为 32 至 256 GB，传输速度为 10 级或更高。

您可以从设备上两个存储卡插槽中的任一个（[设备概述, 第 10 页](#)）。

1 要更换后板下方的存储卡，请按住两处标记区域，然后向下滑动后板 ① 以打开。



- 2 找到存储卡插槽 ②。
- 3 按入旧存储卡，直到发出“卡嗒”声，然后松开。  
旧存储卡从插槽中弹出。
- 4 从插槽中取出存储卡
- 5 将新存储卡插入插槽。
- 6 按入卡直至听到“卡嗒”声。
- 7 更换后板，然后将后板向上滑动直到嵌入到位。

## 格式化存储卡

设备存储卡需要使用 FAT32 文件系统进行格式化。您可以使用设备通过此文件系统对卡进行格式化。

如果未格式化全新存储卡，则必须使用 FAT32 文件系统对其进行格式化。

**注：**格式化存储卡会删除卡上的所有数据。

- 1 选择 > 设备重置 > 格式化存储卡。
- 2 选择擦除和格式化。

## 从存储卡中删除视频

您可以从设备中删除视频，以清除已安装存储卡的空间。

- 1 从主页屏幕中，选择 。
- 2 选择一个选项：
  - 要自动删除所有已保存的视频，请选择 **自动删除**。
  - 要选择要删除的视频，请选择 **选择视频**。
- 3 如有必要，请选择要删除的视频，然后选择 **删除**。

## 将设备连接至计算机。

您可以使用 USB 数据线将设备连接至计算机。

- 1 将 USB 数据线的小端插入设备上的端口。
- 2 将 USB 数据线的较大一端插到计算机上的端口中。

根据计算机的操作系统，设备会显示为便携式设备、可移动驱动器或可移动卷。

## 从计算机传送数据

- 1 将设备连接至计算机 ( [将设备连接至计算机。](#), 第 31 页 )。

根据计算机的操作系统，设备会显示为便携式设备、可移动驱动器或可移动卷。

- 2 在计算机上打开文件浏览器。
- 3 选择一个文件。
- 4 选择**编辑 > 复制**。
- 5 浏览设备上的文件夹。

**注：**对于可移动驱动器或卷，不应该将文件放置在 Garmin 文件夹中。

- 6 选择**编辑 > 粘贴**。

## 断开 USB 数据线连接

如果您的设备已作为可移动驱动器或卷连接至计算机，则您必须从计算机上安全断开设备连接以避免数据丢失。如果您的设备已作为便携设备连接至 Windows 计算机，则不需要安全断开设备连接。

- 1 完成操作：
  - 对于 Windows 计算机，请选择系统托盘中的**安全删除硬件**图标，然后选择您的设备。
  - 对于 Apple®计算机，请选择设备，然后选择**文件 > 弹出**。
- 2 断开数据线与计算机的连接。

## 购买附件

转至 [garmin.com/accessories](https://garmin.com/accessories)。

