

GARMIN®

HRM 600

Benutzerhandbuch

© 2025 Garmin Ltd. oder deren Tochtergesellschaften

Alle Rechte vorbehalten. Gemäß Urheberrechten darf dieses Handbuch ohne die schriftliche Genehmigung von Garmin weder ganz noch teilweise kopiert werden. Garmin behält sich das Recht vor, Änderungen und Verbesserungen an seinen Produkten vorzunehmen und den Inhalt dieses Handbuchs zu ändern, ohne Personen oder Organisationen über solche Änderungen oder Verbesserungen informieren zu müssen. Unter www.garmin.com finden Sie aktuelle Updates sowie zusätzliche Informationen zur Verwendung dieses Produkts.

Garmin®, das Garmin Logo und ANT+® sind Marken von Garmin Ltd. oder deren Tochtergesellschaften und sind in den USA und anderen Ländern eingetragen. Diese Marken dürfen nur mit ausdrücklicher Genehmigung von Garmin verwendet werden. Garmin Connect™, Garmin Express™ und TrueUp™ sind Marken von Garmin Ltd. oder deren Tochtergesellschaften. Diese Marken dürfen nur mit ausdrücklicher Genehmigung von Garmin verwendet werden.

Die Wortmarke BLUETOOTH® und die Logos sind Eigentum von Bluetooth SIG, Inc. und werden von Garmin ausschließlich unter Lizenz verwendet. Mac® ist eine Marke von Apple Inc. und ist in den USA und anderen Ländern eingetragen. Weitere Marken und Markennamen sind Eigentum ihrer jeweiligen Inhaber.

M/N: A04863

Inhaltsverzeichnis

Anweisungen für den Herzfrequenzsensor	1
Erstmalige Aktivierung des HRM 600	1
Kopplung und Einrichtung	1
Anlegen des HRM 600	4
Lauffeffizienz	5
Laufpace und -distanz	5
Herzfrequenzmessung während des Schwimmens	6
Aufzeichnen von Aktivitäten	7
Fitness Tracker	7
Verbindung mit Fitnessgeräten	8
Geräteinformationen	8
Pflege des Gurts	8
Aufladen des Geräts	9
Verbinden des Geräts mit dem Computer	10
Technische Daten	10
Eingeschränkte Gewährleistung	10
Fehlerbehebung	11
Status-LED	11
Tipps beim Auftreten fehlerhafter Herzfrequenzdaten	12
Wie überprüfe ich den Batteriestand?	12
Aktualisieren der HRM 600 Software ...	12
Zurücksetzen des Geräts mit der Garmin Connect App	12

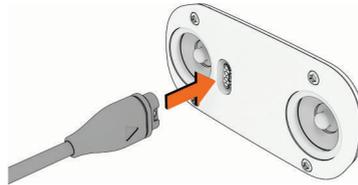
Anweisungen für den Herzfrequenzsensor

⚠️ WARNUNG

Lesen Sie alle Produktwarnungen und sonstigen wichtigen Informationen der Anleitung "Wichtige Sicherheits- und Produktinformationen", die dem Produkt beiliegt.

Erstmalige Aktivierung des HRM 600

- 1 Verbinden Sie das HRM 600 Modul 2 Sekunden lang mit einer Stromquelle.



- 2 Trennen Sie den HRM 600.

Kopplung und Einrichtung

Verbindungstypen und LED-Verhalten

Der HRM 600 unterstützt sowohl sichere als auch offene Verbindungstypen.

Sicher: Der sichere Bluetooth® Verbindungstyp ist verschlüsselt und authentifiziert. Eine Liste von Garmin® Geräten, die das Herstellen sicherer Verbindungen unterstützen, finden Sie unter garmin.com/hrm_connection_types. Für einige Garmin Geräte ist möglicherweise ein Software-Update erforderlich.

Wenn der HRM 600 aktiv ist und eine sichere Verbindung nutzt, blinkt die LED alle 5 Sekunden ■ ■ (2-mal).

Offen: Der offene Verbindungstyp unterstützt alle Garmin Geräte, die mit Herzfrequenz-Brustgurten kompatibel sind. ANT+® Verbindungen und einige Bluetooth Verbindungen sind offen. Der offene Verbindungstyp wird auch für die Bluetooth Kopplung mit Smartwatches, Tablets oder Fitnessgeräten von Drittanbietern empfohlen.

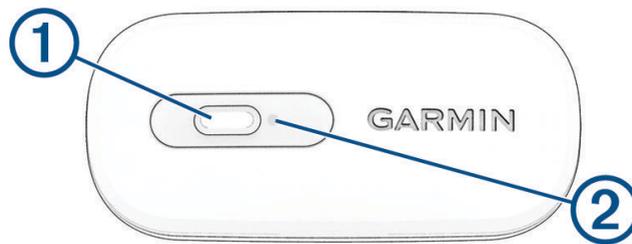
Wenn der HRM 600 aktiv ist und eine offene Verbindung nutzt, blinkt die LED alle 5 Sekunden ■ ■ ■ (3-mal).

TIPP: Halten Sie beim Koppeln eine Entfernung von 10 m (33 Fuß) zu anderen Herzfrequenzsensoren ein.

Koppeln des HRM 600 mit einem kompatiblen Gerät

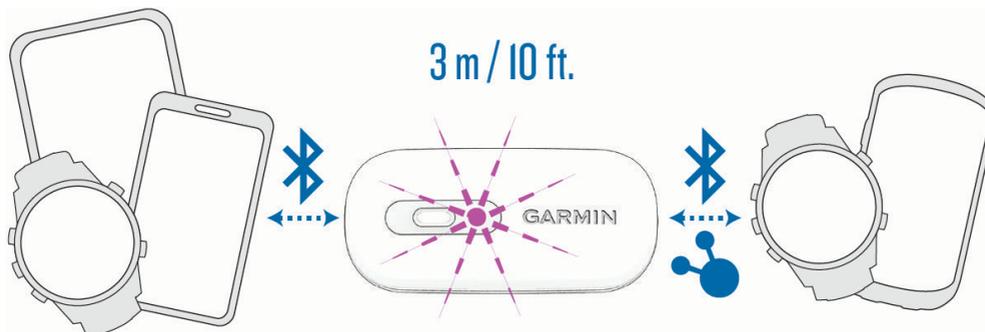
Sie können den HRM 600 mit kompatiblen Garmin Geräten, Smartwatches, Tablets oder Fitnessgeräten koppeln (*Verbindungstypen und LED-Verhalten, Seite 1*).

- 1 Drücken Sie am HRM 600 Modul die Taste ①, um es zu aktivieren.



Die LED ② blinkt ■ ■, wenn es aktiv ist und eine sichere Verbindung nutzt.

- 2 Überprüfen Sie, ob das Garmin Gerät den durch die LED angezeigten Verbindungstyp unterstützt. Drücken Sie die Taste zweimal schnell, um zwischen Verbindungstypen zu wechseln (*Verbindungstypen und LED-Verhalten, Seite 1*). Die LED blinkt ■ ■ ■, wenn es aktiv ist und eine offene Verbindung nutzt.
TIPP: Viele kompatible Geräte und Apps nutzen eine offene Verbindung.
- 3 Halten Sie die Taste 4 Sekunden lang gedrückt, um den Kopplungsmodus zu aktivieren.



Die LED blinkt fortwährend ■.

Der HRM 600 bleibt für 5 Minuten im Kopplungsmodus.

Zum Beenden des Kopplungsmodus drücken Sie die Taste.

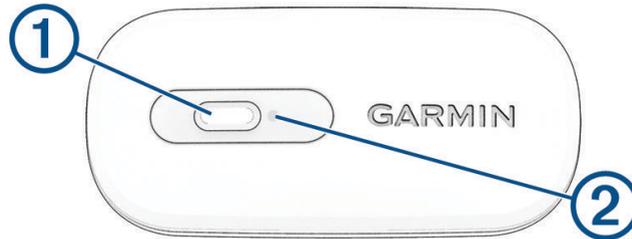
- 4 Wählen Sie eine Option:
 - Öffnen Sie auf dem Garmin Gerät das Sensorenmenü, um den externen Herzfrequenzsensor hinzuzufügen.
HINWEIS: Die Anweisungen zum Koppeln sind für jedes Garmin fähige Gerät unterschiedlich. Weitere Informationen finden Sie im Benutzerhandbuch.
 - Öffnen Sie auf dem Drittanbietergerät die Bluetooth Einstellungen.
Der HRM 600 sollte in der Liste verfügbarer Geräte angezeigt werden.
- 5 Wählen Sie das HRM 600 Gerät.

Nach der ersten Kopplung erkennt das Gerät den HRM 600 automatisch, wenn er aktiviert ist und sich in Reichweite befindet.

Koppeln des HRM 600 mit der Garmin Connect™ App

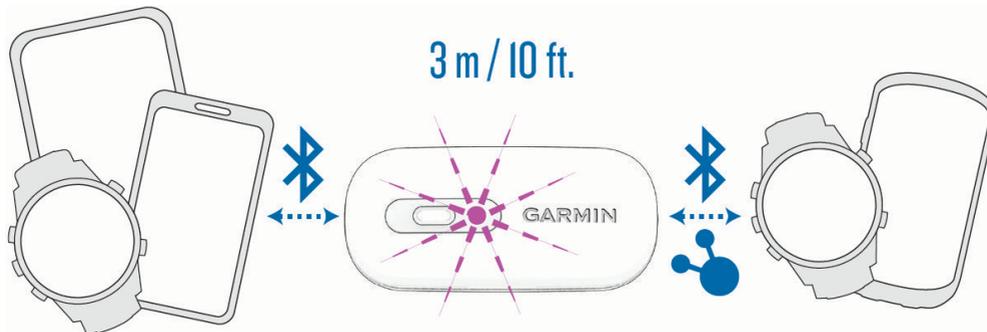
In der Garmin Connect App können Sie Einstellungen anpassen, Software-Updates erhalten und Aktivitäten mit dem HRM 600 aufzeichnen und synchronisieren, ohne das Gerät mit einer Smartwatch oder einem Fahrradcomputer zu verbinden.

- 1 Drücken Sie am HRM 600 Modul die Taste ①, um es zu aktivieren.



Die LED ② blinkt ■, wenn es aktiv ist und Daten sendet.

- 2 Installieren Sie über den App-Shop des Smartphones die Garmin Connect App und öffnen Sie sie.
- 3 Halten Sie die Taste 4 Sekunden lang gedrückt, um den Kopplungsmodus zu aktivieren.



Die LED blinkt fortwährend ■.

Der HRM 600 bleibt für 5 Minuten im Kopplungsmodus.

Zum Beenden des Kopplungsmodus drücken Sie die Taste.

- 4 Wählen Sie eine Option, um den HRM 600 Ihrem Garmin Connect Konto hinzuzufügen:
 - Wenn Sie zum ersten Mal ein Gerät mit der Garmin Connect App koppeln, folgen Sie den Anweisungen auf dem Display.
 - Wenn Sie bereits ein anderes Gerät mit der Garmin Connect App gekoppelt haben, wählen Sie die Option **••• > Garmin-Geräte > Gerät hinzufügen** und folgen den Anweisungen auf dem Display.

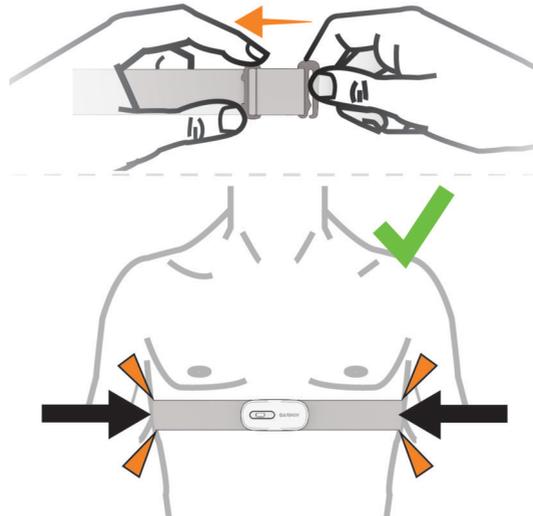
Anlegen des HRM 600

- 1 Befestigen Sie das Modul am Gurt.

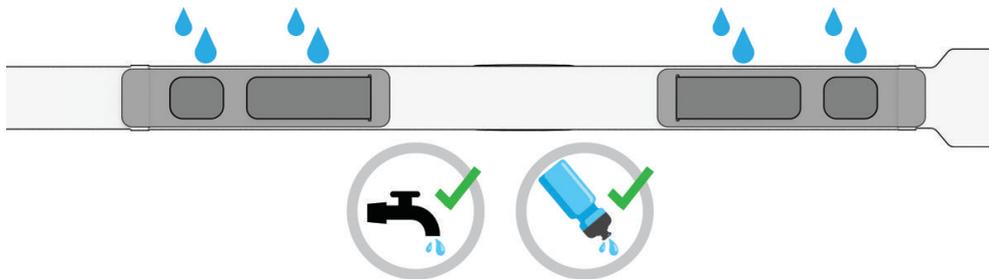


HINWEIS: Beide Garmin Logos müssen von vorne lesbar sein.

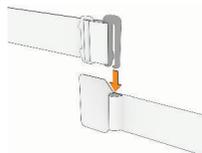
- 2 Passen Sie den Gurt an.



- 3 Feuchten Sie die Sensoren an.



- 4 Schließen Sie den Haken des Gurts an der rechten Seite Ihres Körpers.



Lauffeffizienz

Koppeln Sie die kompatible Garmin Uhr mit dem HRM 600 Herzfrequenz-Brustgurt, um Echtzeit-Informationen zu Ihrem Laufstil zu erhalten.

Der Herzfrequenz-Brustgurt ist mit Bewegungssensoren ausgestattet, die Rumpfbewegungen messen, um Parameter für die Lauffeffizienz zu berechnen. Weitere Informationen finden Sie unter garmin.com/performance-data/running.

HINWEIS: Daten zum Bodenkontakt und zum Geschwindigkeitsverlust bei Bodenkontakt sind beim Gehen nicht verfügbar.

Schrittfrequenz: Die Schrittfrequenz ist die Anzahl der Schritte pro Minute. Sie zeigt die Anzahl an Gesamtschritten an (kombiniert für rechts und links).

Schrittlänge: Die Schrittlänge ist die Länge Ihres Schritts von einem Auftritt zum nächsten. Sie wird in Metern gemessen.

Vertikale Bewegung: Die vertikale Bewegung ist die Hoch-Tiefbewegung beim Laufen. Sie zeigt die vertikale Bewegung des Rumpfes in Zentimetern an.

Vertikales Verhältnis: Das vertikale Verhältnis ist das Verhältnis der vertikalen Bewegung zur Schrittlänge. Sie wird in Prozent angegeben. Ein niedrigerer Wert weist in der Regel auf einen besseren Laufstil hin.

Bodenkontaktzeit: Die Bodenkontaktzeit ist die Zeit jedes Schrittes, die man beim Laufen am Boden verbringt. Sie wird in Millisekunden gemessen.

Balance der Bodenkontaktzeit: Die Balance der Bodenkontaktzeit zeigt das Verhältnis von links und rechts Ihrer Bodenkontaktzeit beim Laufen an. Sie wird in Prozent angegeben. Beispielsweise wird sie als 53,2 angezeigt zusammen mit einem Pfeil, der nach links oder rechts zeigt.

Geschwindigkeitsverlust bei Bodenkontakt: Der Geschwindigkeitsverlust bei Bodenkontakt gibt an, wie viel langsamer Sie werden, wenn Ihr Fuß beim Laufen den Boden berührt. Der Wert wird in Zentimetern pro Sekunde gemessen. Eine niedrigere Zahl ist gewöhnlich besser, da dies bedeutet, dass zur erneuten Beschleunigung weniger Antriebskräfte erforderlich sind.

Geschwindigkeitsverlust bei Bodenkontakt %: Der Geschwindigkeitsverlust bei Bodenkontakt % gibt an, wie viel langsamer Sie prozentual zu Ihrer Laufgeschwindigkeit werden, wenn Ihr Fuß den Boden berührt. Dabei wird der Geschwindigkeitsverlust bei Bodenkontakt berücksichtigt, der gewöhnlich bei schnelleren Laufgeschwindigkeiten zunimmt.

Laufpace und -distanz

Der Herzfrequenzsensor berechnet die Laufpace und -distanz basierend auf Ihren Benutzerprofilinformationen und der vom Sensor bei jedem Schritt gemessenen Bewegung. Der Herzfrequenzsensor liefert Laufpace und -distanz, wenn kein GPS verfügbar ist, z. B. beim Laufen auf dem Laufband. Sie können die Laufpace und -distanz auf Ihrem kompatiblen Garmin Gerät anzeigen, wenn eine Verbindung per ANT+ oder über die sichere Bluetooth Technologie besteht. Sie können die Daten auch in kompatiblen Trainingsapps von Drittanbietern anzeigen.

Herzfrequenzmessung während des Schwimmens

Der Herzfrequenzsensor zeichnet Ihre Herzfrequenzdaten beim Schwimmen auf und speichert sie. Herzfrequenzdaten werden nicht an gekoppelte Garmin Geräte übertragen, während sich der Herzfrequenzsensor unter Wasser befindet.

Stellen Sie sicher, dass der Herzfrequenz-Brustgurt dicht anliegt, wenn Sie ihn beim Schwimmen verwenden. Wenn sich der Herzfrequenz-Brustgurt an der Brust bewegt, kann die Genauigkeit der Herzfrequenzmessungen beeinträchtigt werden. Beim Schwimmbadschwimmen sollte der Herzfrequenz-Brustgurt unter einem Schwimmanzug oder Triathlon-Top getragen werden. Andernfalls könnte er von der Brust rutschen, wenn Sie sich von der Schwimmbadwand abstoßen.

Sie müssen auf dem gekoppelten Garmin Gerät eine Aktivität mit Zeitangabe starten, um gespeicherte Herzfrequenzdaten später anzuzeigen. Wenn sich der Herzfrequenzsensor während Erholungsintervallen außerhalb des Wassers befindet, sendet er die durchschnittliche und maximale Herzfrequenz für das vorherige Intervall sowie die aktuelle Herzfrequenz an das Garmin Gerät.

Das Garmin Gerät lädt gespeicherte Herzfrequenzdaten automatisch vom Herzfrequenz-Brustgurt herunter, wenn Sie die Schwimmaktivität mit Zeitangabe speichern. Der Herzfrequenz-Brustgurt muss sich während des Downloads der Daten außerhalb des Wassers befinden, aktiv und in Reichweite (3 m) des Geräts sein. Sie können sich die Schwimmaktivität, einschließlich der Herzfrequenzdaten, im Protokoll des Geräts und im Garmin Connect Konto ansehen.

HINWEIS: Zum Aufzeichnen von Herzfrequenzdaten beim Schwimmen muss das HRM 600 Zubehör per ANT+ oder über die sichere Bluetooth Technologie mit dem kompatiblen Garmin Gerät gekoppelt sein. Nur einige Garmin Geräte unterstützen Herzfrequenzdaten beim Schwimmen.

Zugreifen auf gespeicherte Herzfrequenzdaten

Wenn Sie eine Aktivität mit Zeitangabe speichern, ohne gespeicherte Herzfrequenzdaten herunterzuladen, können Sie die Daten später vom HRM 600 Herzfrequenz-Brustgurt herunterladen.

- 1 Legen Sie den Herzfrequenz-Brustgurt an.
- 2 Wählen Sie auf der kompatiblen Garmin Uhr das Protokollmenü.
- 3 Wählen Sie die Aktivität mit Zeitangabe, die Sie gespeichert haben, als Sie den HRM 600 Herzfrequenz-Brustgurt trugen.
- 4 Wählen Sie **HF herunterladen**.

Die Garmin Uhr erstellt eine neue Aktivitätsdatei mit Herzfrequenzdaten. Evtl. müssen Sie die neue Datei manuell in Ihr Garmin Connect Konto importieren.

Aufzeichnen von Aktivitäten

Bei Kopplung mit der Garmin Connect App können Sie direkt mit dem HRM 600 Aktivitäten mit Zeitangabe aufzeichnen. Dies bietet sich für Teamsportarten, Kampfsportarten und andere Aktivitäten an, bei denen Sie die Uhr abnehmen müssen. Die Aufzeichnungszeit beträgt bis zu 24 Stunden.

HINWEIS: Der Herzfrequenz-Brustgurt führt bei einem Akkuladestand von weniger als 5 % keine Aufzeichnungen durch (*Wie überprüfe ich den Batteriestand?*, Seite 12). Wenn Sie eine Aktivität aufzeichnen und der Akkuladestand unter 5 % sinkt, stoppt der Herzfrequenz-Brustgurt die Aufzeichnung automatisch.

- 1 Legen Sie den Herzfrequenz-Brustgurt an.
- 2 Drücken Sie bei Bedarf die Taste, um den Herzfrequenz-Brustgurt zu aktivieren.
- 3 Wählen Sie in der Garmin Connect App die Option **••• > Garmin-Geräte**.
- 4 Wählen Sie das HRM 600 Gerät.
- 5 Wählen Sie **Aktivitätsaufzeichnung**.
- 6 Folgen Sie den Anweisungen auf dem Display, um die Aktivität zu starten.

Die LED blinkt alle fünf Sekunden  , während der Herzfrequenz-Brustgurt aktiv ist und die Aktivität aufzeichnet.

HINWEIS: Sie müssen während der Aufzeichnung der Aktivität nicht in Reichweite des Smartphones bleiben.

- 7 Nach Abschluss der Aktivität wählen Sie in der Garmin Connect App auf der Aktivitätsseite die Option **Stopp > Speichern**.

Wenn Sie den Herzfrequenz-Brustgurt abnehmen, ohne in der Garmin Connect App die Option **Stopp > Speichern** zu wählen, stoppt der Herzfrequenz-Brustgurt die Aufzeichnung automatisch und speichert die Aktivität, bevor er den Ruhezustand aktiviert. Außerdem versucht das Gerät, die Aktivität mit der Garmin Connect App zu synchronisieren.

Fitness Tracker

Wenn Sie den HRM 600 Herzfrequenz-Brustgurt tragen, werden Ihre täglichen Aktivitätswerte überwacht. Die Fitness-Tracker-Funktion zeichnet Ihre Schrittzahl, Distanz, Kalorien, Intensitätsminuten und ganztägige Herzfrequenz auf. Zum Verwenden dieser Funktion müssen Sie den Herzfrequenz-Brustgurt mit Ihrem Garmin Connect Konto koppeln (*Koppeln des HRM 600 mit der Garmin Connect™ App*, Seite 3).

Nachdem der Herzfrequenz-Brustgurt gekoppelt wurde, sendet er Aktivitätsdaten an Ihr Garmin Connect Konto, wenn der Brustgurt aktiv ist und sich in Reichweite des Smartphones befindet. Wenn Sie während einer Aktivität nur den Herzfrequenz-Brustgurt tragen, werden Fitness-Tracker-Daten über die TrueUp™ Funktion an die Tagesübersicht in Garmin Connect und an Ihre kompatiblen Garmin Geräte gesendet.

Verbindung mit Fitnessgeräten

Sie können den Herzfrequenzsensor mithilfe der ANT+ oder Bluetooth Technologie mit kompatiblen Fitnessgeräten verbinden, um auf der Konsole des Fitnessgeräts die Herzfrequenz anzuzeigen.

- Kompatible Fitnessgeräte sind mit dem Logo „ANT+LINK HERE“ versehen.



- Kompatible Fitnessgeräte sind mit dem Logo „Bluetooth“ versehen.



Geräteinformationen

Pflege des Gurts

Vor dem Waschen des Gurts müssen Sie das Modul entfernen.

HINWEIS

Schweiß- und Salzurückstände auf dem Gurt können ihn dauerhaft schädigen und die Fähigkeit des Geräts zum Melden genauer Daten einschränken.

Das Verwenden von zu viel Reinigungsmittel könnte den Gurt beschädigen.

Das Trocknen des Gurts im Trockner könnte den Gurt dauerhaft beschädigen.

Das Waschen des Gurts in heißem Wasser mit einer Temperatur von über 40 °C (104 °F) könnte den Gurt dauerhaft beschädigen.

Waschen Sie den Gurt, wenn er mit Chlorwasser oder anderen Schwimmbadchemikalien in Berührung gekommen ist. Wenn das Gerät diesen Substanzen über längere Zeit ausgesetzt ist, kann dies zu Schäden führen.

- Reinigen Sie den Gurt nach jeder Verwendung.
- Waschen Sie den Gurt nach jeder siebten Verwendung.
- Der Gurt ist nicht für den Trockner geeignet.

Tipps für Aufbewahrung und Schutz

HINWEIS

Setzen Sie das Gerät möglichst nicht Sonnenschutzmitteln, Bleichmitteln, Insektenschutzmitteln und Chemikalien aus, die in bestimmten Deos, Duschgelen, Seifen und Erste-Hilfe-Salben enthalten sind. Insbesondere Propylenglykol, Dipropylenglycol und Ethylendiamintetraessigsäure (EDTA) können den Gurt beschädigen.

- Bewahren Sie den Herzfrequenz-Brustgurt flach liegend auf.
- Knicken Sie den Herzfrequenz-Brustgurt nicht und rollen Sie ihn auch nicht straff auf.
- Bewahren Sie den Herzfrequenz-Brustgurt nicht in direktem Sonnenlicht oder bei extremen Temperaturen auf.

Aufladen des Geräts

⚠ WARNUNG

Dieses Gerät ist mit einem Lithium-Ionen-Akku ausgestattet. Lesen Sie alle Produktwarnungen und sonstigen wichtigen Informationen der Anleitung "*Wichtige Sicherheits- und Produktinformationen*", die dem Produkt beiliegt.

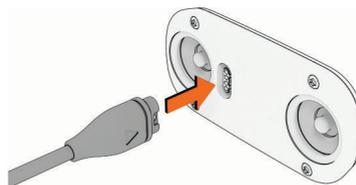
HINWEIS

Zum Schutz vor Korrosion sollten Sie die Ladekontakte und den umliegenden Bereich vor dem Laden gründlich reinigen und abtrocknen.

HINWEIS: Das Gerät kann nicht außerhalb des zugelassenen Temperaturbereichs aufgeladen werden (*Technische Daten, Seite 10*).

Im Lieferumfang des Geräts ist ein proprietäres Ladekabel enthalten. Optionale Zubehör- und Ersatzteile erhalten Sie unter buy.garmin.com. Sie können sich auch an Ihren Garmin Händler wenden.

- 1 Entfernen Sie das Modul.
- 2 Stecken Sie das Kabel (das Ende mit dem Symbol ▲) in den Ladeanschluss.



- 3 Schließen Sie das andere Ende des Kabels an einen USB-Ladeanschluss an.
- 4 Laden Sie das Gerät vollständig auf.
Die LED blinkt während des Ladevorgangs ■. Die LED leuchtet ■, wenn der Ladevorgang abgeschlossen ist.
Der Ladevorgang kann bis zu 3 Stunden dauern.
TIPP: Ein Ladevorgang von mindestens 10 Minuten ermöglicht die Verwendung des Geräts für bis zu zwei Stunden.

Verbinden des Geräts mit dem Computer

Sie können das HRM 600 Gerät mit dem Computer verbinden, um Software-Updates zu installieren oder Aktivitätsdateien oder Daten auf den Computer zu übertragen.

- 1 Wählen Sie in der Garmin Connect App die Option ●●● > **Garmin-Geräte**.
- 2 Wählen Sie das HRM 600 Gerät.
- 3 Wählen Sie **System > USB-Dateizugriff**.
- 4 Aktivieren Sie die Option **Dateizugriff über USB**.
- 5 Stecken Sie das Kabel (das Ende mit dem Symbol ▲) in den Ladeanschluss des Geräts.
- 6 Stecken Sie das andere Ende des Kabels in einen USB-Anschluss am Computer.

Je nach Betriebssystem des Computers wird das Gerät als tragbares Gerät oder als Wechseldatenträger angezeigt.

HINWEIS: Mac® Betriebssysteme erkennen das Gerät nicht standardmäßig. Sie müssen die Software Garmin Express™ verwenden, um mit Dateien auf dem Gerät zu interagieren.

Technische Daten

Akkutyp: Lithium-Ionen-Akku

Akkulaufzeit: Bis zu 2 Monate bei 1 Stunde/Tag

Wasserdichtigkeit: 5 ATM¹

Betriebstemperaturbereich: 0 °C bis 40 °C (32 °F bis 104 °F)

Ladetemperaturbereich: 15 °C bis 42 °C (59 °F bis 108 °F)

EU-Funkfrequenz (Leistung): 2,4 GHz bei 9,9 dBm (maximal)

Eingeschränkte Gewährleistung

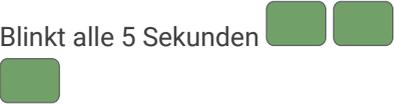
Für dieses Zubehör gilt die eingeschränkte Gewährleistung von Garmin. Weitere Informationen finden Sie unter garmin.com/support/warranty.

¹ Das Gerät widersteht einem Druck wie in 50 Metern Wassertiefe. Weitere Informationen finden Sie unter www.garmin.com/waterrating.

Fehlerbehebung

Status-LED

Die LED kann Sie bei der Behebung von Fehlern mit dem HRM 600 unterstützen.

LED-Status	Beschreibung	Schritt
Blinkt alle 5 Sekunden 	Aktiv und sichere Verbindung	Sie können die Taste zweimal schnell drücken, um zum offenen Verbindungstyp zu wechseln. Die LED-Farbe zeigt die Batterielaufzeit an (Wie überprüfe ich den Batteriestand?, Seite 12).
Blinkt alle 5 Sekunden 	Aktiv und offene Verbindung	Sie können die Taste zweimal schnell drücken, um zum sicheren Verbindungstyp zu wechseln. Die LED-Farbe zeigt die Batterielaufzeit an (Wie überprüfe ich den Batteriestand?, Seite 12).
Blinkt fortwährend 	Kopplungsmodus	Sie können die Taste drücken, um den Kopplungsmodus zu beenden (Kopplung und Einrichtung, Seite 1).
Blinkt alle 5 Sekunden 	Aktiv und zeichnet eine Aktivität mit Zeitangabe auf	Beenden Sie die Aktivität und wählen Sie in der Garmin Connect App die Option Stopp > Speichern (Aufzeichnen von Aktivitäten, Seite 7).
Blinkt schnell   und wiederholt die Abfolge	Verbindungsfehler	Entfernen Sie den HRM 600 aus der Liste gekoppelter Sensoren auf dem Garmin Gerät oder Smartphone, wechseln Sie auf dem HRM 600 zur offenen Verbindung und koppeln Sie das Gerät erneut (Kopplung und Einrichtung, Seite 1).
Blinkt 	Aktualisieren der Software	Warten Sie, bis das Update abgeschlossen ist (Aktualisieren der HRM 600 Software, Seite 12).
Blinkt fortwährend 	Zurücksetzen des Geräts	Warten Sie, bis das Gerät vollständig zurückgesetzt wurde (Zurücksetzen des Geräts mit der Garmin Connect App, Seite 12).
Blinkt langsam 	Fehlerzustand	Kontaktieren Sie den Garmin Support.

Tipps beim Auftreten fehlerhafter Herzfrequenzdaten

Falls die Herzfrequenzdaten fehlerhaft sind oder gar nicht angezeigt werden, versuchen Sie es mit diesen Tipps.

- Drücken Sie die Taste, um sicherzustellen, dass der Herzfrequenz-Brustgurt aktiv ist.
- Feuchten Sie die Elektroden und die Kontaktstreifen erneut an (sofern zutreffend).
- Überprüfen Sie, ob beide Seiten vollständig mit dem Gurt verbunden sind.
- Wärmen Sie sich für 5 bis 10 Minuten auf.
- Überprüfen Sie, ob der Gurt eng genug anliegt, um Bewegungen während der Aktivität zu minimieren.
- Folgen Sie den Pflegehinweisen (*Pflege des Gurts, Seite 8*).
- Entfernen Sie sich von Quellen, die die Funktion des Herzfrequenzsensors beeinträchtigen könnten.
Zu Störquellen zählen z. B. starke elektromagnetische Felder, einige drahtlose 2,4-GHz-Sensoren, Hochspannungsleitungen, Elektromotoren, Herde, Mikrowellengeräte, drahtlose 2,4-GHz-Telefone und WLAN Access Points.

Wie überprüfe ich den Batteriestand?

Es gibt drei Möglichkeiten, den Batteriestand zu überprüfen.

- Drücken Sie die Taste am HRM 600 Modul, um es zu aktivieren.
 - Der Batteriestand ist in Ordnung .
 - Der Batteriestand ist niedrig .
 - Der Batteriestand ist extrem niedrig .
- Öffnen Sie auf dem verbundenen Garmin Gerät das Sensorenmenü und wählen Sie den HRM 600.
- Wählen Sie in der Garmin Connect App die Option **••• > Garmin-Geräte** und anschließend den HRM 600.

Aktualisieren der HRM 600 Software

Der HRM 600 kann Software-Updates von einem verbundenen Garmin Gerät oder aber direkt von der Garmin Connect App oder der Garmin Express Desktop-Anwendung empfangen (*Verbinden des Geräts mit dem Computer, Seite 10*).

- 1 Drücken Sie die Taste am HRM 600 Modul, um es zu aktivieren.
- 2 Bringen Sie die Geräte in Reichweite voneinander (3 m/10 Fuß).
- 3 Wählen Sie eine Option:
 - Synchronisieren Sie das kompatible Garmin Gerät mit der Garmin Connect App.
Wenn ein Update verfügbar ist, werden Sie vom verbundenen Gerät aufgefordert, das Update für den HRM 600 nach der nächsten Aktivität anzuwenden.
 - Synchronisieren Sie den HRM 600 mit der Garmin Connect App.

Die LED des HRM 600 blinkt während des Updates  und . Nach Abschluss des Updates schaltet sich der HRM 600 ein und die LED blinkt 20-mal . Falls das Update fehlschlägt, blinkt die LED 20-mal .

Zurücksetzen des Geräts mit der Garmin Connect App

Sie können den HRM 600 auf Werkseinstellungen zurücksetzen.

HINWEIS: Beim Zurücksetzen des Geräts werden alle Daten und Kopplungen gelöscht.

- 1 Wählen Sie in der Garmin Connect App die Option **Garmin-Geräte**. Wählen Sie den HRM 600 und anschließend **System > Werkseinstellungen**.
Die LED blinkt fortwährend   , bis das Zurücksetzen abgeschlossen ist.
- 2 Koppeln Sie das Gerät erneut (*Kopplung und Einrichtung, Seite 1*).

