

HRM 600

Käyttöopas

© 2025 Garmin Ltd. tai sen tytäryhtiöt

Kaikki oikeudet pidätetään. Tekijänoikeuslakien mukaisesti tätä opasta ei saa kopioida kokonaan tai osittain ilman Garmin kirjallista lupaa. Garmin pidättää oikeuden muuttaa tai parannella tuotteitaan sekä tehdä muutoksia tämän oppaan sisältöön ilman velvollisuutta ilmoittaa muutoksista tai parannuksista muille henkilöille tai organisaatioille. Osoitteessa www.garmin.com on uusimmat päivitykset ja lisätietoja tämän tuotteen käyttämisestä.

Garmin®, Garmin logo ja ANT+® ovat Garmin Ltd:n tai sen tytäryhtiöiden tavaramerkkejä, jotka on rekisteröity Yhdysvalloissa ja muissa maissa. Näitä tavaramerkkejä ei saa käyttää ilman Garminin nimenomaista lupaa. Garmin Connect™, Garmin Express™ ja TrueUp™ ovat Garmin Ltd:n tai sen tytäryhtiöiden tavaramerkkejä. Näitä tavaramerkkejä ei saa käyttää ilman Garminin nimenomaista lupaa.

Sana BLUETOOTH® ja vastaavat logot ovat Bluetooth SIG Inc:n omaisuutta, ja Garminilla on lisenssi niiden käyttöön. Mac® on Apple Inc:n rekisteröity tavaramerkki Yhdysvalloissa ja muissa maissa. Muut tavaramerkit ja tuotenimet kuuluvat omistajilleen.

M/N: A04863

Sisällysluettelo

Sykevyön ohjeet..... 1

HRM 600 sykemittarin aktivoiminen ensimmäisen kerran.....	1
Pariliitos ja määrittäminen.....	1
HRM 600 sykevyön asettaminen paikalleen.....	4
Juoksun dynamiikka.....	5
Juoksutahti ja -matka.....	5
Syke uinnin aikana.....	5
Suorituksen tallentaminen.....	6
Aktiivisuuden seuranta.....	6
Liittäminen kuntoilulaitteisiin.....	7

Laitteen tiedot..... 7

Hihnan huoltaminen.....	7
Laitteen lataaminen.....	8
Laitteen liittäminen tietokoneeseen.....	8
Tekniset tiedot.....	8
Rajoitettu takuu.....	9

Vianmääritys..... 9

Tilan merkkivalo.....	9
Vinkkejä, jos syketiedot ovat vääriä.....	10
Miten akun varaus tarkistetaan?.....	10
HRM 600 ohjelmiston päivittäminen... ..	10
Laitteen nollaaminen Garmin Connect sovelluksella.....	10

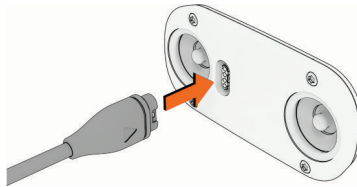
Sykevyön ohjeet

⚠ VAROITUS

Lue lisätietoja varoituksista ja muista tärkeistä seikoista laitteen mukana toimitetusta *Tärkeitä turvallisuus- ja tuotetietoja* -oppaasta.

HRM 600 sykemittarin aktivoiminen ensimmäisen kerran

- 1 Liitä HRM 600 moduuli virtalähteeseen 2 sekunniksi.



- 2 Irrota HRM 600.

Pariliitos ja määrittäminen

Yhteystyyppit ja merkkivalon toiminta

HRM 600 tukee sekä suojattua että avointa yhteystyyppiä.

Suojattu: suojattu Bluetooth® yhteystyyppi on salattu ja todennettu. Voit tarkistaa suojattujen yhteyksien muodostamista tukevat Garmin® laitteet osoitteesta garmin.com/hrm_connection_types. Jotkin Garmin laitteet tarvitsevat ehkä ohjelmistopäivityksen.

Kun HRM 600 on aktiivinen ja käyttää suojattua yhteyttä, merkkivalo välähtää ■ ■ (2 kertaa) 5 sekunnin välein.

Avoin: avoin yhteystyyppi tukee kaikkia Garmin laitteita, jotka tukevat sykemittareita. ANT+® yhteydet ja jotkin Bluetooth yhteydet ovat avoimia. Lisäksi avointa yhteystyyppiä suositellaan kolmannen osapuolen älykellojen, tablettien ja kuntoilulaitteiden Bluetooth pariliitokseen.

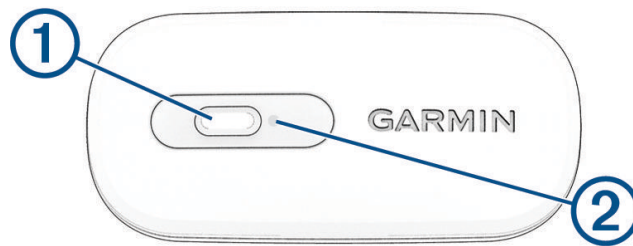
Kun HRM 600 on aktiivinen ja käyttää avointa yhteyttä, merkkivalo välähtää ■ ■ ■ (3 kertaa) 5 sekunnin välein.

VIHJE: pysy pariliittämisen aikana vähintään 10 metrin (33 jalan) päässä muista sykemittareista.

HRM 600 sykevyön pariliitos yhteensopivaan laitteeseen

HRM 600 sykevyön voi pariliittää yhteensopivaan Garmin laitteeseen, älykelloon, tablettiin tai kuntoilulaitteeseen (*Yhteystyypit ja merkkivalon toiminta, sivu 1*).

- 1 Herätä HRM 600 moduuli painamalla painiketta ①.



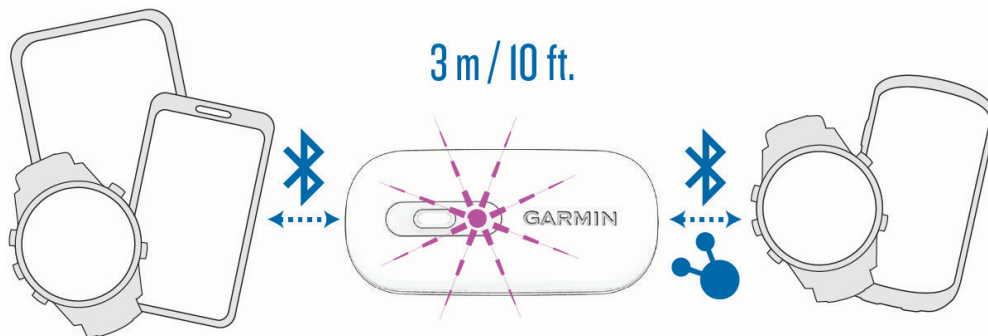
Merkkivalo ② vilkkuu ■■■ ollessaan aktiivinen ja käyttäessään suojattua yhteyttä.

- 2 Varmista, että Garmin laite tukee merkkivalon ilmaisemaa yhteystyyppiä.

Yhteystyyppien välillä voi siirtyä painamalla painiketta nopeasti kaksi kertaa (*Yhteystyypit ja merkkivalon toiminta, sivu 1*). Merkkivalo vilkkuu ■■■■ ollessaan aktiivinen ja käyttäessään avointa yhteyttä.

VIHJE: monet yhteensopivat laitteet ja sovellukset käyttävät avointa yhteyttä.

- 3 Siirrä sykevyö pariliitostilaan painamalla painiketta 4 sekunnin ajan.



Merkkivalo vilkkuu jatkuvasti ■.

HRM 600 on pariliitostilassa 5 minuuttia.

Sulje pariliitostila painamalla painiketta.

- 4 Valitse vaihtoehto:

- Lisää ulkoinen sykeanturi Garmin laitteen anturivalikosta.

HUOMAUTUS: pariliitoksen muodostamista koskevat ohjeet vaihtelevat yhteensopivan Garmin laitteen mukaan. Lisätietoja on käyttöoppaassa.

- Avaa kolmannen osapuolen laitteessa Bluetooth asetukset.

HRM 600 sykevyön pitäisi ilmestyä käytettävissä olevien laitteiden luetteloon.

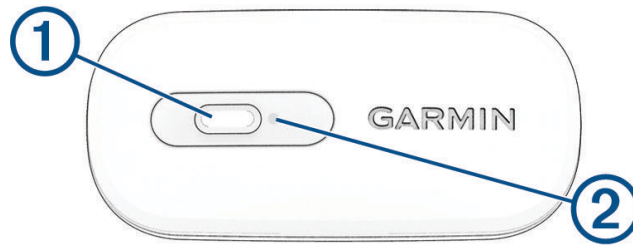
- 5 Valitse HRM 600.

Kun olet luonut pariliitoksen ensimmäisen kerran, laite tunnistaa jatkossa HRM 600 sykevyön automaattisesti aina, kun se on aktiivinen ja käyttöalueella.

HRM 600 sykevyön pariliitos Garmin Connect™ sovellukseen

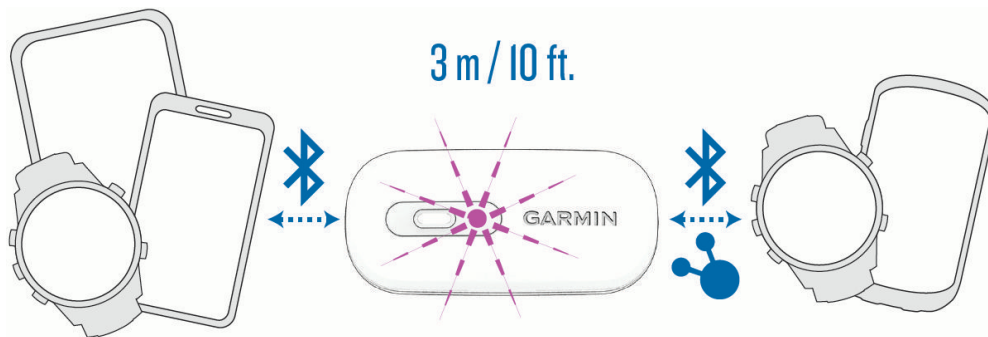
Garmin Connect sovelluksella voit mukauttaa asetuksia, vastaanottaa ohjelmistopäivityksiä sekä tallentaa ja synkronoida suorituksia HRM 600 mittarilla yhdistämättä sitä älykelloon tai pyörätietokoneeseen.

- 1 Herätä HRM 600 moduuli painamalla painiketta ①.



Merkkivalo ② vilkkuu ■, kun sykevyö on aktiivinen ja lähettää tietoa.

- 2 Asenna ja avaa puhelimen sovelluskaupasta Garmin Connect sovellus.
- 3 Siirrä sykevyö pariliitostilaan painamalla painiketta 4 sekunnin ajan.



Merkkivalo vilkkuu jatkuvasti ■.

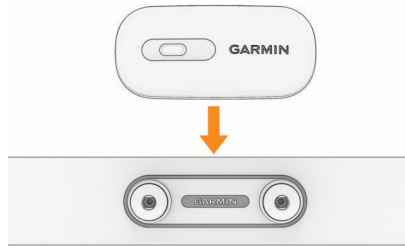
HRM 600 on pariliitostilassa 5 minuuttia.

Sulje pariliitostila painamalla painiketta.

- 4 Valitse, miten HRM 600 lisätään Garmin Connect tilillesi:
 - Jos pariliität laitetta Garmin Connect sovellukseen ensimmäistä kertaa, seuraa näytön ohjeita.
 - Jos olet jo pariliittänyt toisen laitteen Garmin Connect sovellukseen, valitse ●●● > **Garmin-laitteet** > **Lisää laite** ja seuraa näytön ohjeita.

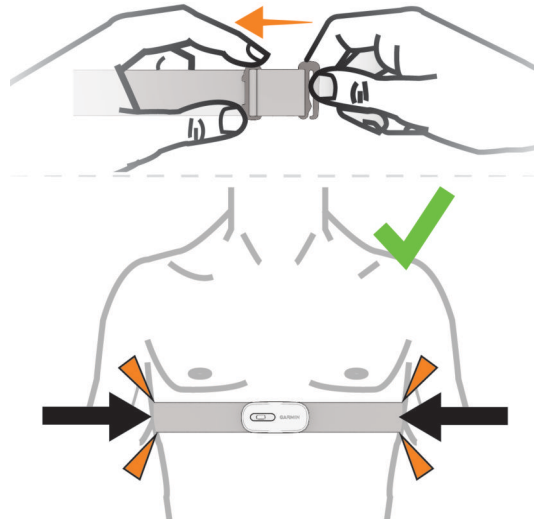
HRM 600 sykevyön asettaminen paikalleen

- 1 Napsauta moduuli kiinni hihnaan.

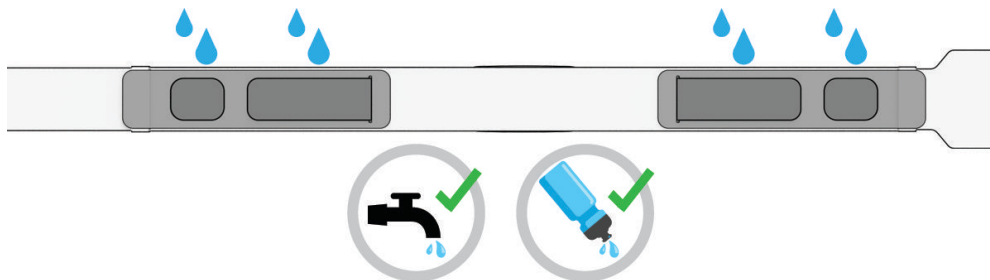


HUOMAUTUS: molempien Garmin logojen pitäisi olla ylöspäin.

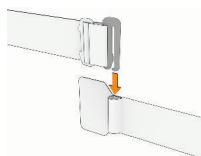
- 2 Säädä hihnaa.



- 3 Kostuta anturit.



- 4 Kiinnitä hihnan koukku kehosi oikealla puolella.



Juoksun dynamiikka

Voit käyttää yhteensopivaa Garmin kelloa, joka on pariliitetty HRM 600 sykevyöhön, kun haluat reaaliaikaista palautetta juoksuasennostasi.

Sykevyössä on liikeanturit, jotka mittaavat ylävartalon liikkeitä ja laskevat sen perusteella juoksun metriikatietoja. Lisätietoja on osoitteessa garmin.com/performance-data/running.

HUOMAUTUS: maakosketuksen keston ja askelnopeuden menetyksen tiedot eivät ole käytettävissä käveltäessä.

Askeltiheys: askeltiheys tarkoittaa askelten määrää minuutissa. Se näyttää askelten kokonaismäärää (oikea ja vasen yhteenlaskettuna).

Askeleen pituus: askeleen pituus on kahden maakosketuksen väli. Se mitataan metreinä.

Pystysuuntainen liikehdintä: pystysuuntainen liikehdintä tarkoittaa juoksun joustavuutta. Se näyttää ylävartalon pystysuuntaisen liikkeen senttimetreinä.

Pystysuhde: pystysuhde on pystysuuntaisen liikehdinnän suhde askeleen pituuteen. Se mitataan prosentteina. Juoksukunto on tavallisesti sitä parempi, mitä pienempi luku on.

Maakosketuksen kesto: maakosketuksen kesto tarkoittaa aikaa, jonka olet maassa juostessasi kunkin askeleen kohdalla. Se mitataan millisekunteina.

Maakosketuksen keston tasapaino: maakosketuksen keston tasapaino näyttää juoksun aikaisen maakosketuksen keston vasemman ja oikean jalan tasapainon. Se mitataan prosentteina. Arvo voi olla esimerkiksi 53,2, ja sen vierellä on nuoli vasemmalle tai oikealle.

Askelnopeuden menetys: askelnopeuden menetys tarkoittaa sitä, miten paljon nopeutesi laskee, kun jalka osuu maahan juostessasi. Se mitataan senttimetreinä sekunnissa. Pieni luku on tavallisesti paras, sillä se tarkoittaa, että pystyt taas lisäämään nopeutta vähemmällä työntövoimalla.

Askelnopeuden menetysprosentti: askelnopeuden menetysprosentti ilmaisee juoksunopeuden prosenttiosuutena, miten paljon nopeutesi laskee, kun jalka osuu maahan. Se ilmaisee, miten askelnopeuden menetys tavallisesti kasvaa juoksunopeuden kasvaessa.

Juoksutahti ja -matka

Sykevyö käyttää juoksutahdin ja -matkan laskemiseen käyttäjäprofiilia ja anturin joka askeleella mittaamaa liikettä. Sykevyö ilmoittaa juoksutahdin ja -matkan, kun GPS ei ole käytettävissä eli esimerkiksi juoksumattojuoksussa. Juoksutahtia ja -matkaa voi tarkastella yhteensopivassa Garmin laitteessa, joka on yhdistetty ANT+ tekniikalla tai suojatulla Bluetooth tekniikalla. Sitä voi myös tarkastella yhteensopivilla kolmannen osapuolen harjoittelusovelluksilla.

Syke uinnin aikana

Sykevyö tallentaa syketietoja uinnin aikana. Syketiedot eivät siirry pariliitettyihin Garmin laitteisiin, kun sykevyö on veden alla.

Kun käytät sykevyötä uidessasi, kiinnitä se tiiviisti. Sykevyön siirtyminen rintakehällä saattaa heikentää sykemittausten tarkkuutta. Sykevyö pitää asettaa uima-asun tai triathlon-asun alle allasuinnin ajaksi. Muutoin se voi siirtyä pois paikaltaan lähdetessä liukuun altaan päästä.

Sinun on aloitettava ajastettu suoritus pariliitettyssä Garmin laitteessa, jotta voit tarkastella tallennettuja syketietoja myöhemmin. Kun olet lepointervallien aikana poissa vedestä, sykevyö lähettää edellisen intervallin keski- ja maksimisykkeen sekä reaaliaikaisen syketiedon Garmin laitteeseen.

Garmin laite lataa tallennetut syketiedot sykemittarista automaattisesti, kun tallennat ajastetun uintisuorituksen. Sykevyön on oltava poissa vedestä, aktiivisena ja laitteen toiminta-alueella (3 m) tietojen latauksen aikana. Voit tarkastella uintisuoritusta syketietoineen laitteen historiatiedoissa ja Garmin Connect tililläsi.

HUOMAUTUS: jotta voit tallentaa syketietoja uinnin aikana, HRM 600 lisävaruste on pariliitettävä yhteensopivaan Garmin laitteeseen ANT+ tekniikalla tai suojatulla Bluetooth tekniikalla. Vain jotkin Garmin laitteet tukevat syketietojen tallennusta uinnin aikana.

Tallennettujen syketietojen avaaminen

Jos tallennat ajastetun suorituksen lataamatta tallennettuja syketietoja, voit ladata tiedot myöhemmin HRM 600 sykevyöstä.

- 1 Aseta sykevyö paikalleen.
- 2 Valitse yhteensopivassa Garmin kellossa Historia-valikko.
- 3 Valitse ajastettu suoritus, jonka tallensit käyttäessäsi HRM 600 sykevyötä.
- 4 Valitse **Lataa syke**.

Garmin kello luo uuden suoritustiedoston, joka sisältää syketiedot. Uusi tiedosto on ehkä tuotava manuaalisesti Garmin Connect tilille.

Suorituksen tallentaminen

Pariliitettynä Garmin Connect sovellukseen voit tallentaa ajoitettuja suorituksia suoraan HRM 600 mittarilla. Se voi olla kätevää joukkue- ja kamppailulajeissa sekä muissa suorituksissa, joissa kello on riisuttava. Tietoja voi tallentaa enintään 24 tunnin ajan.

HUOMAUTUS: sykevyö ei tallenna tietoja, kun akun varaus on alle 5 % ([Miten akun varaus tarkistetaan?, sivu 10](#)). Jos akun varaus laskee alle 5 prosenttiin suorituksen tallennuksen aikana, sykevyö lopettaa tallennuksen automaattisesti.

- 1 Aseta sykevyö paikalleen.
- 2 Herätä sykevyö tarvittaessa painamalla painiketta.
- 3 Valitse Garmin Connect sovelluksessa **••• > Garmin-laitteet**.
- 4 Valitse HRM 600.
- 5 Valitse **Suoritusta tallennetaan**.

- 6 Aloita suoritus näytön ohjeiden mukaisesti.

Merkkivalo välähtää   viiden sekunnin välein, kun sykevyö on aktiivinen ja tallentaa suoritusta.

HUOMAUTUS: sinun ei tarvitse olla puhelimesi toiminta-alueella suorituksen tallennuksen aikana.

- 7 Valitse suorituksen jälkeen Garmin Connect sovelluksen suoritusnäytössä **Pysäytä > Tallenna**.

Jos irrotat sykevyön valitsematta Garmin Connect sovelluksessa **Pysäytä > Tallenna**, sykevyö lopettaa tallennuksen automaattisesti, tallentaa suorituksen ja siirtyy lepotilaan. Lisäksi se yrittää synkronoida suorituksen Garmin Connect sovelluksen kanssa.

Aktiivisuuden seuranta

HRM 600 sykevyö seuraa päivittäisiä aktiivisuustietojasi aina, kun käytät sitä. Aktiivisuuden seuranta tallentaa askelmäärän, matkan, kalorit, tehominuutit ja sykkeen koko päivän ajalta. Jotta voit käyttää tätä ominaisuutta, sinun on pariliitettävä sykevyö Garmin Connect tiliisi ([HRM 600 sykevyön pariliitos Garmin Connect™ sovellukseen, sivu 3](#)).

Pariliitoksen jälkeen sykevyö lähettää aktiivisuustietoja Garmin Connect tilillesi aina ollessaan hereillä ja puhelimesi toiminta-alueella. Jos käytät suorituksen aikana ainoastaan sykevyötä, TrueUp™ ominaisuus lähettää aktiivisuuden seurantatiedot Garmin Connectin päivittäiseen yhteenvetoon ja yhteensopiviin Garmin laitteisiisi.

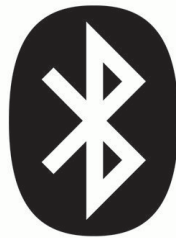
Liittäminen kuntoilulaitteisiin

Voit yhdistää sykevyön yhteensopiviin kuntoilulaitteisiin ANT+ tai Bluetooth tekniikalla, jotta voit tarkastella syketietojasi laitteen konsolissa.

- Etsi logo ANT+LINK HERE yhteensopivasta kuntoilulaitteesta.



- Etsi logo Bluetooth yhteensopivasta kuntoilulaitteesta.



Laitteen tiedot

Hihnan huoltaminen

Irrota moduuli ennen hihnan pesua.

HUOMAUTUS

Hihnaan kertynyt hiki ja suola voivat vaurioittaa hihnaa pysyvästi ja heikentää laitteen kykyä ilmoittaa tiedot tarkasti.

Liian suuri määrä pesuainetta voi vahingoittaa hihnaa.

Hihna saattaa vahingoittua pysyvästi, jos se kuivataan kuivaajalla.

Hihna saattaa vahingoittua pysyvästi, jos se pestään kuumalla vedellä (yli 40 °C / 104 °F).

Pese hihna, kun se on altistunut kloorivedelle tai muille uima-altaissa käytetyille kemikaaleille. Pitkäaikainen altistuminen näille aineille saattaa vahingoittaa sykevyötä.

- Huuhtelee hihna aina käytön jälkeen.
- Pese hihna seitsemän käyttökerran välein.
- Älä laita hihnaa kuivausrumpuun.

Vihjeitä säilyttämiseen ja kunnossapitoon

HUOMAUTUS

Älä altista laitetta aurinkovoiteelle, valkaisuaineille, hyönteismyrkylle tai joissakin deodoranteissa, suihkugeeleissä, käsisäippuoissa ja ensiapuvoiteissa oleville kemikaaleille. Erityisesti propyleeniglykoli, dipropyleeniglykoli ja EDTA eli etyleenidiamiinitetraetikkahappo voivat vahingoittaa hihnaa.

- Säilytä sykevyötä levällään.
- Älä taivuta tai kierrä sykevyötä tiukkaan.
- Älä säilytä sykevyötä suorassa auringonvalossa tai äärimmäisissä lämpötiloissa.

Laitteen lataaminen

⚠ VAROITUS

Laite sisältää litiumioniakun. Lue lisätietoja varoituksista ja muista tärkeistä seikoista laitteen mukana toimitetusta *Tärkeitä turvallisuus- ja tuotetietoja* -oppaasta.

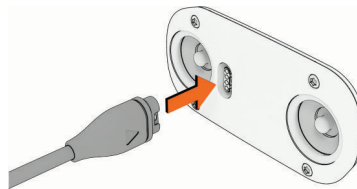
HUOMAUTUS

Voit estää korroosiota puhdistamalla kuivaamalla liitännät ja niiden ympäristön hyvin ennen lataamista.

HUOMAUTUS: laite ei lataudu, jos lämpötila on hyväksytyn alueen ulkopuolella (*Tekniset tiedot, sivu 8*).

Laitteen mukana toimitetaan sen latauskaapeli. Voit ostaa valinnaisia lisävarusteita ja vaihto-osia osoitteesta buy.garmin.com tai Garmin jälleenmyyjältä.

- 1 Irrota moduuli.
- 2 Liitä kaapeli (pää, jossa on ▲) latausporttiin.



- 3 Liitä kaapelin toinen pää USB-latausporttiin.
- 4 Lataa laitteen akku täyteen.
Merkkivalo vilkkuu ■ latauksen aikana. Merkkivalo palaa tasaisen ■, kun lataus on päättynyt.
Lataaminen kestää enintään 3 tuntia.

VIHJE: vähintään 10 minuutin latauksella saat enintään kaksi tuntia käyttöaikaa.

Laitteen liittäminen tietokoneeseen

Voit liittää HRM 600 laitteen tietokoneeseen ja asentaa ohjelmistopäivityksiä tai siirtää suoritustiedostoja tai muita tietoja tietokoneeseen.

- 1 Valitse Garmin Connect sovelluksessa ●●● > **Garmin-laitteet**.
- 2 Valitse HRM 600.
- 3 Valitse **Järjestelmä > USB-pääsy tiedostoihin**.
- 4 Ota käyttöön **Tiedostojen USB-käyttö**.
- 5 Liitä kaapeli (pää, jossa on ▲) laitteen latausporttiin.
- 6 Liitä kaapelin toinen pää tietokoneen USB-porttiin.

Tietokoneen käyttöjärjestelmän mukaan laite näkyy kannettavana laitteena, siirrettävänä levynä tai siirrettävänä taltiona.

HUOMAUTUS: Mac® käyttöjärjestelmät eivät oletusarvoisesti tunnista laitetta. Laitteen tiedostojen käsittelyyn tarvitaan Garmin Express™ ohjelmisto.

Tekniset tiedot

Akun tyyppi: ladattava litiumioniakku

Akunkesto: enintään 2 kk 1 h päivässä

Vedenkestävyys: 5 ATM¹

Käyttölämpötila: 0–40 °C (32–104 °F)

Latauslämpötila: 15–42 °C (59–108 °F)

EU:n langaton taajuus (teho): enintään 2,4 GHz (nimellinen 9,9 dBm)

¹ Laite kestää painetta, joka vastaa 50 metrin syvyyttä. Lisätietoja on osoitteessa www.garmin.com/waterrating.

Rajoitettu takuu

Yhtiön Garmin yleinen rajoitettu tuotetakuu pätee tähän lisävarusteeseen. Lisätietoja on osoitteessa garmin.com/support/warranty.

Vianmääritys

Tilan merkkivalo

Merkkivalo helpottaa HRM 600 sykevyyden vianmääritystä.

Merkkivalon tila	Kuvaus	Toiminto
Välähtää   5 sekunnin välein	Aktiivinen suojattu yhteys	Yhteystyyppin voi vaihtaa avoimeen painamalla painiketta nopeasti kaksi kertaa. Merkkivalon väri ilmaisee akun varauksen (<i>Miten akun varaus tarkistetaan?</i> , sivu 10).
Välähtää    5 sekunnin välein	Aktiivinen avoin yhteys	Yhteystyyppin voi vaihtaa suojattuun painamalla painiketta nopeasti kaksi kertaa. Merkkivalon väri ilmaisee akun varauksen (<i>Miten akun varaus tarkistetaan?</i> , sivu 10).
Vilkkuu jatkuvasti 	Pariliitostila	Voit poistua pariliitostilasta painikkeella (<i>Pariliitos ja määrittäminen</i> , sivu 1).
Välähtää   5 sekunnin välein	Aktiivinen ja tallentaa ajoitettua suoritusta	Lopeta suoritus ja valitse Garmin Connect sovelluksessa Pysäytä > Tallenna (<i>Suorituksen tallentaminen</i> , sivu 6).
Vilkkuu nopeasti    ja toistaa tätä  	Yhteysvirhe	Poista HRM 600 Garmin laitteen tai puhelimen pariliitettujen anturien luettelosta, siirrä HRM 600 käyttämään avointa yhteyttä ja pariliitä uudelleen (<i>Pariliitos ja määrittäminen</i> , sivu 1).
Vilkkuu  	Ohjelmistoa päivitetään	Odota, kunnes päivitys on valmis (<i>HRM 600 ohjelmiston päivittäminen</i> , sivu 10).
Vilkkuu jatkuvasti   	Laitetta nollataan	Odota, kunnes nollaus on valmis (<i>Laitteen nollaaminen Garmin Connect sovelluksella</i> , sivu 10).
Vilkkuu hitaasti 	Virhetila	Ota yhteys Garmin tukeen.

Vinkkejä, jos syketiedot ovat väärä

Jos syketiedot ovat väärä tai eivät näy oikein, kokeile seuraavia toimia.

- Varmista painikkeella, että sykevyö on käynnissä.
- Kostuta elektrodit ja kosketuspinnat (jos käytettävissä) uudelleen.
- Varmista, että molemmat painonapit ovat kunnolla kiinni hihnassa.
- Lämmittele 5–10 minuuttia.
- Varmista, että hihna on riittävän tiukalla, jotta laite ei pääse siirtymään suorituksen aikana.
- Noudata hoito-ohjeita ([Hihnan huoltaminen, sivu 7](#)).
- Siirry kauemmas kohteista, jotka voivat häiritä sykevyön toimintaa.

Häiriöitä voivat aiheuttaa voimakkaat sähkömagneettiset kentät, jotkin 2,4 GHz:n langattomat anturit, voimajohdot, sähkömoottorit, uunit, mikroaaltouunit, 2,4 GHz:n langattomat puhelimet ja langattoman lähiverkon tukiasemat.

Miten akun varaus tarkistetaan?

Akun varauksen voi tarkistaa kolmella tavalla.

- Herätä HRM 600 moduuli painamalla painiketta.
 - Akun varaus on kunnossa: .
 - Akun varaus on vähissä: .
 - Akun varaus on kriittisen vähissä: .
- Avaa yhdistetyssä Garmin laitteessa anturivalikko ja valitse HRM 600.
- Valitse Garmin Connect sovelluksessa **••• > Garmin-laitteet** ja valitse HRM 600.

HRM 600 ohjelmiston päivittäminen

HRM 600 voi vastaanottaa ohjelmistopäivityksen yhdistetystä Garmin laitteesta tai suoraan Garmin Connect sovelluksesta tai Garmin Express tietokonesovelluksesta ([Laitteen liittäminen tietokoneeseen, sivu 8](#)).

- 1 Herätä HRM 600 moduuli painamalla painiketta.
- 2 Tuo laitteet enintään 3 metrin (10 jalan) päähän toisistaan.
- 3 Valitse vaihtoehto:
 - Synkronoi yhteensopiva Garmin laite Garmin Connect sovelluksen kanssa.
Jos päivitys on saatavilla, yhdistetty laite kehottaa asentamaan HRM 600 sykevyön päivityksen seuraavan suorituksen jälkeen.
 - Synkronoi HRM 600 Garmin Connect sovelluksen kanssa.

Päivityksen aikana HRM 600 merkkivalo vilkkuu  ja . Kun päivitys on valmis, HRM 600 käynnistyy ja merkkivalo välähtää  20 kertaa. Jos päivitys epäonnistuu, merkkivalo välähtää  20 kertaa.

Laitteen nollaaminen Garmin Connect sovelluksella

Voit palauttaa HRM 600 sykevyön tehdasasetukset.

HUOMAUTUS: laitteen nollaus poistaa kaikki tiedot ja pariliitokset.

- 1 Valitse Garmin Connect sovelluksessa **Garmin-laitteet**, HRM 600 ja **Järjestelmä > Tehdasnollaus**.
Merkkivalo vilkkuu jatkuvasti   , kunnes nollaus on valmis.
- 2 Pariliitä uudelleen ([Pariliitos ja määrittäminen, sivu 1](#)).

