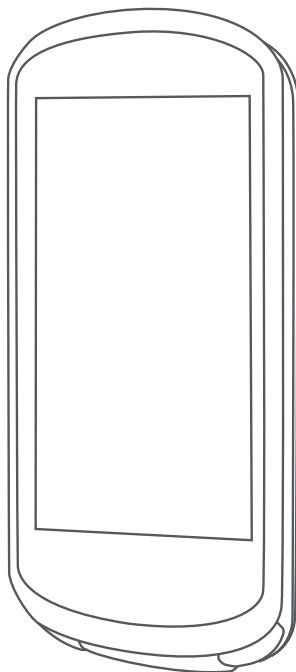


GARMIN®



EDGE® EXPLORE 2

Naudotojo vadovas

© 2022 „Garmin Ltd.“ arba filialai

Visos teisės saugomos. Remiantis autorių teisių įstatymu, be raštiško „Garmin“ sutikimo negalima kopijuoti nei viso, nei dalies šio vadovo. „Garmin“ pasilieka teisę keisti arba tobulinti savo gaminį bei keisti šio vadovo turinį be įsipareigojimo pranešti bet kokiam asmeniui ar organizacijai apie tokius pakeitimus ar patobulinimus. Dabartinių atnaujinimų ir papildomos informacijos dėl šio gaminio naudojimo ieškokite adresu www.garmin.com.

Garmin®, „Garmin“ logotipas, ANT+®, Auto Lap®, Auto Pause®, Edge®, inReach®, VIRB® ir Virtual Partner® yra „Garmin Ltd.“ arba jos patrunuojamųjų įmonių prekių ženklai, registruoti JAV ir kitose šalyse. Connect IQ™, Firstbeat Analytics™, Garmin Connect™, Garmin Express™, HRM-Dual™, HRM-Fit™, HRM-Pro™, Index™, Rally™, tempe™, Varia™ ir Vector™ yra „Garmin Ltd.“ arba jos patrunuojamųjų įmonių prekių ženklai. Be atskirai duoto „Garmin“ leidimo šiuos prekių ženklus naudoti draudžiama.

Android™ yra „Google Inc.“ prekių ženklas. Apple® ir Mac® yra „Apple Inc.“ prekių ženklai, registruoti JAV ir kitose šalyse. BLUETOOTH® žodinis prekių ženklas ir logotipai yra „Bluetooth SIG, Inc.“ nuosavybė, o „Garmin“ šiuos ženklus naudoja pagal licenciją. Bosch® yra „Robert Bosch GmbH“ registruotasis prekių ženklas. The Cooper Institute® ir kiti susiję prekių ženklai yra „The Cooper Institute“ nuosavybė. Shimano® yra registruotasis „Shimano, Inc.“ prekių ženklas. Windows® ir Windows NT™ yra registruotieji „Microsoft Corporation“ prekių ženklai JAV ir kitose šalyse. Kiti prekių ženklai ir prekių pavadinimai yra atitinkamų savininkų nuosavybė.

Šiam produktui suteiktas ANT+® sertifikatas. Suderinamų produktų ir programų sąrašas pateiktas www.thisisant.com/directory.

M/N: A04457, B04457

Turiny

Ižanga.....	1
Įrenginio apžvalga.....	1
Pradžios ekrano apžvalga.....	3
Valdiklių peržiūra.....	3
Infoskydelių peržiūra.....	4
Jutiklinio ekrano naudojimas.....	4
Jutiklinio ekrano užrakimas.....	4
Palydovo signalų gavimas.....	5
Navigacija.....	5
Važiavimas dviračiu.....	5
Vietos.....	6
Savo buvimo vietos pažymėjimas.....	6
Vietų iš žemėlapiu išsaugojimas.....	6
Navigavimas į vietą.....	6
Navigacija atgal į pradžios tašką.....	7
Važiavimo pradžia iš bendrinamos vietos.....	7
Navigacija į bendrinamą vietą važiuojant.....	8
Navigacijos sustabdymas.....	8
Vietų redagavimas.....	8
Vietos šalinimas.....	8
Vietos žemėlapyje bendrinimas naudojantis programa Garmin Connect.....	9
Pranešimas apie kliūtį.....	9
Trasos.....	10
Trasos planavimas ir važiavimas ja.....	10
Žiedinės trasos kūrimas ir važiavimas ja.....	11
Trasos kūrimas iš pastarojo važiavimo.....	11
Vykimas trasa iš Garmin Connect....	11
Važiavimo trasa patarimai.....	12
Trasos informacijos peržiūra.....	12
Trasos rodymas žemėlapyje.....	12
Kaip naudotis ClimbPro.....	13
Įkalnių kategorijos.....	13
Trasos parinktys.....	14
Trasos maršruto keitimas.....	14
Trasos stabdymas.....	14
Trasos pašalinimas.....	14
Žemėlapiu nustatymai.....	14

Žemėlapiu išvaizdos nustatymai.....	14
Žemėlapiu orientacijos keitimas.....	15
Žemėlapiu temas.....	15
Maršruto nustatymai.....	15
Veiklos pasirinkimas maršrutui apskaičiuoti.....	15

Ryšio funkcijos.....	15
Telefono susiejimas.....	16
Bluetooth ryšio funkcijos.....	16
Saugumo ir stebėjimo funkcijos.....	17
Įvykių aptikimas.....	17
Pagalbos funkcija.....	18
Skubios pagalbos kontaktų pridėjimas.....	18
Skubios pagalbos kontaktų peržiūra.....	18
Pagalbos prašymas.....	18
Įvykių aptikimo funkcijos įjungimas ir išjungimas.....	18
Automatinės žinutės atšaukimas.....	18
Būsenos atnaujinimo siuntimas po įvykio.....	19
LiveTrack.....	19
LiveTrack įjungimas.....	19
GroupTrack sesijos paleidimas.....	20
Tiesioginių transliacijų bendrinimas.....	21
Tiesioginių transliacijų bendrinimo įjungimas.....	21
GroupRide.....	21
GroupRide sesijos paleidimas..	21
Prisijungimas prie GroupRide sesijos.....	23
GroupRide žinutės siuntimas....	23
GroupRide žemėlapiu būseną..	24
Išėjimas iš GroupRide sesijos...	24
Patarimai dėl GroupRide sesijų.....	24
Žiūrovų pranešimai.....	24
Žiūrovų pranešimų blokavimas.....	25
Dviračio signalizacijos nustatymas.....	25
Garsinių raginimų leidimas telefone.....	25

Muzikos klausymasis.....	25	Rally sistemos programinės įrangos naujinimas naudojantis Edge dviračio kompiuteriu.....	34
Treniruotė.....	25	Aplinkos įvertinimas.....	34
Treniravimasis patalpose.....	25	Varia kameros valdiklių naudojimas.....	35
Patalpos treniruoklio susiejimas.....	26	Žalio grėsmės lygio signalo įjungimas.....	35
Vidaus treniruoklio naudojimas.....	26	Treniravimasis su „eBike“.....	35
Pasipriešinimo nustatymas.....	26	„eBike“ jutiklių informacijos peržiūra.....	36
Imituojamo nuolydžio nustatymas.....	26	inReach nuotolinis valdymas.....	36
Galios tikslo nustatymas.....	26	inReach nuotolinio valdymo funkcijos naudojimas.....	36
Treniravimosi tikslo nustatymas.....	27		
Lenktyniavimas su ankstesne veikla...	27	Istorija.....	36
Mano statistika.....	27	Važiavimo peržiūra.....	36
Rezultatų matavimai.....	27	Laiko kiekvienoje treniravimosi zonoje peržiūra.....	37
Apie VO2 maksimumo įverčius.....	27	Važiavimo šalinimas.....	37
Jūsų VO2 maksimumo įverčio gavimas.....	28	Duomenų bendrųjų verčių peržiūra.....	37
Važiavimo dviračiu VO2 maksimumo vertinimo patarimai.....	28	Duomenų bendrųjų verčių šalinimas.....	37
Jėgų atgavimo laikas.....	29	Garmin Connect.....	38
Jėgų atgavimo laiko peržiūra.....	29	Garmin Connect+ prenumerata.....	38
Pranešimų apie rezultatus išjungimas.....	29	Važiavimo siuntimas į Garmin Connect.....	38
Savo fizinio pasirengimo amžiaus peržiūra.....	29	Duomenų įrašymas.....	39
Intensyvumo minučių peržiūra.....	29	Duomenų tvarkymas.....	39
Asmeniniai rekordai.....	29	Įrenginio prijungimas prie kompiuterio.....	39
Asmeninių rekordų peržiūra.....	30	Failų perkėlimas į įrenginį.....	39
Asmeninio rekordo atšaukimas.....	30	Failų šalinimas.....	39
Asmeninio rekordo pašalinimas.....	30	USB laido atjungimas.....	40
Treniravimosi zonos.....	30		
Naudotojo profilio nustatymas.....	30	Įrenginio tinkinimas.....	40
Belaidžiai jutikliai.....	31	Connect IQ atsisiunčiamosios funkcijos.....	40
Belaidžių jutiklių susiejimas.....	32	Connect IQ funkcijų atsisuntimas kompiuteriu.....	40
Belaidžio jutiklio baterijos veikimo laikas.....	32	Veiklos profilio atnaujinimas.....	41
Širdies dažnio zonų nustatymas.....	32	Duomenų ekrano pridėjimas.....	42
Apie širdies dažnio zonas.....	32	Muzikos valdiklių duomenų ekrano pridėjimas.....	42
Fizinio pasirengimo tikslai.....	33	Duomenų ekranų redagavimas.....	42
Treniruotė naudojant galios matuoklius.....	33	Duomenų ekranų pertvarkymas.....	43
Savo galios zonų nustatymas.....	33	Įspėjimų ir raginimų nustatymai.....	43
Galios matuoklio kalibravimas.....	33		
Galia ant pedalo.....	34		

Įspėjimų apie diapazoną nustatymas.....	43	Programinės įrangos naujinimas naudojant Garmin Connect programą.....	55
Pasikartojančių įspėjimų nustatymas.....	44	Programinės įrangos naujinimas naudojant Garmin Express.....	55
Auto Lap®.....	44	Įrenginio informacijos peržiūra.....	55
Ratų žymėjimas pagal vietą.....	44	Reglamentavimo ir atitikties informacijos peržiūra.....	56
Ratų žymėjimas pagal atstumą....	44	Įrenginio priežiūra.....	56
Ratų žymėjimas pagal laiką.....	45	Įrenginio valymas.....	56
Rato juostos tinkinimas.....	45	Edge maitinamojo laikiklio priežiūra....	56
Automatinės pauzės naudojimas....	45	Edge maitinamojo laikiklio valymas.....	56
Automatinis laikmačio paleidimas...	45	USB priedado valymas.....	57
Palydovų nustatymo keitimas.....	46	Trikčių šalinimas.....	57
Automatinio miego režimo naudojimas.....	46	Edge kelionės kompiuterio nustatymas iš naujo.....	57
Automatinio slinkimo naudojimas...	46	Numatytųjų nustatymų atkūrimas....	57
Telefono nustatymai.....	46	Naudotojų duomenų ir nustatymų išvalymas.....	57
Svečio režimas.....	46	Demonstracinio režimo išjungimas.....	57
Svečio režimo įjungimas.....	46	Baterijos veikimo laiko pailginimas....	57
Svečio režimo išjungimas.....	47	Baterijos taupymo priemonės režimo įjungimas.....	58
Sistemos nustatymai.....	47	Mano telefonas neprisijungia prie įrenginio.....	58
Ekrano nustatymai.....	47	GPS palydovo signalų priėmimo gerinimas.....	58
Foninio apšvietimo naudojimas...	47	Mano įrenginio kalba netinkama.....	58
Infoskydelių tinkinimas.....	47	Barometrinio aukštimačio kalibravimas.....	59
Valdiklių juostos tinkinimas.....	47	Aukščio nustatymas.....	59
Duomenų įrašymo nustatymai.....	48	Temperatūros rodmenys.....	59
Kadencijos ir galios duomenų vidurkinimas.....	48	Pakaitiniai sandarinimo žiedai.....	59
Matavimo vienetų keitimas.....	48	Kaip gauti daugiau informacijos.....	59
Įrenginio tonų įjungimas ir išjungimas.....	48	Priedas.....	60
Įrenginio kalbos keitimas.....	48	Duomenų laukai.....	60
Laiko juostos.....	48	VO2 maks. standartiniai įverčiai.....	62
Įrenginio informacija.....	49	Širdies dažnio zonų skaičiavimas.....	62
Įrenginio įkrovimas.....	49	Ratų dydis ir perimetras.....	62
Apie bateriją.....	49		
Standartinio laikiklio montavimas.....	50		
Edge atlaisvinimas.....	50		
Dirželio tvirtinimas.....	51		
Edge maitinamojo laikiklio apžvalga...	51		
Edge maitinamojo laikiklio montavimas.....	52		
Reikalingi kabeliai.....	54		
Edge maitinamojo laikiklio būsenos LED.....	54		
Specifikacijos.....	55		
Produktų naujiniai.....	55		

Įžanga

⚠ ĮSPĖJIMAS

Žr. vadovą *Svarbi saugos ir produkto informacija*, pateiktą produkto dėžėje, kad susipažintumėte su įspėjimais dėl produkto ir kita svarbia informacija.

Prieš pradėdami naudoti bet kokią pratimų programą ar prieš ją koreguodami visada pasitarkite su gydytoju.

Įrenginio apžvalga



① 	Paspauskite, jei norite įjungti miego režimą arba pažadinti įrenginį. Palaikykite, jei norite įjungti ir išjungti įrenginį arba užrakinti jutiklinį ekraną.
② 	Paspauskite, jei norite pažymėti naują ratą.
③ USB jungtis (po apsauginiu dangteliu)	Pakelkite apsauginį dangtelį, jei norite įkrauti įrenginį arba prijungti jį prie kompiuterio. Uždėkite apsauginį dangtelį atgal, kad apsaugotumėte USB prievadą nuo žalos.
④ 	Paspauskite, jei norite paleisti ir sustabdyti veiklos laikmatį.
⑤ 	Pasirinkite, jei norite atidaryti pagrindinį meniu.
⑥ Infoskydeliai	Braukite aukštyn arba žemyn pradžios ekrane, jei norite peržiūrėti infoskydelius. Pasirinkite, jei norite atidaryti infoskydelį arba meniu.
⑦ Veiklos profilis	Braukite į kairę arba dešinę, jei norite pakeisti veiklos profilį. Pasirinkite, jei norite atidaryti veiklos profilį.
⑧ Valdikliai	Braukite nuo ekrano viršaus, jei norite peržiūrėti valdiklius, tada braukite į kairę arba į dešinę ir peržiūrėkite daugiau valdiklių.
⑨ Elektros kontaktai	Įkraukite naudodami išorinį maitinimo priedą. PASTABA: yra ne visuose modeliuose.

PASTABA: apsilankykite adresu buy.garmin.com ir įsigykite pasirinktinių priedų.

Pradžios ekrano apžvalga

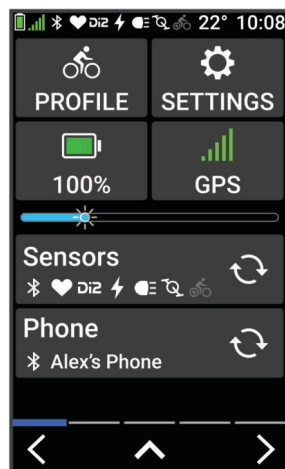
Pradžios ekrane galima greitai apžvelgti visas Edge dviračio kompiuterio funkcijas.

	Baterijos būseną
	GPS signalo stiprumas
	Bluetooth® būseną
	Vyksta sinchronizavimas
	Pasirinkite, jei norite važiuoti dviračiu. Naudodamiesi rodyklėmis pakeiskite važiavimo dviračiu profilį.
Navigacija	Pasirinkite, jei norite naršyti žemėlapij, pažymėti vietą, ieškoti vietų, lankytinų vietų ar adresų.
Trasa	Pasirinkite, jei norite sukurti naują trasą arba pasiekti išsaugotą trasą.
Ankstesni įrašai	Pasirinkite, jei norite pasiekti ankstesnius važiavimus ir bendruosius rezultatus.
	Pasirinkite, jei norite pasiekti prijungtas funkcijas, asmeninius rekordus, kontaktus ir nustatymus. Pasirinkite, jei norite pasiekti Connect IQ™ programas, valdiklius ir duomenų laukus.

Valdiklių peržiūra

Įrenginyje yra keli įkelti valdikliai; dar daugiau galėsite naudoti, kai susiesite įrenginį su išmaniuoju telefonu ar kitu suderinamu įrenginiu.

1 Pradžios ekrane arba važiuodami braukite žemyn nuo ekrano viršaus.



Atidaromas būsenos valdiklis. Mirksinti piktograma reiškia, kad įrenginys ieško signalo. Nuolat švytinti piktograma reiškia, kad signalas buvo rastas arba jutiklis yra prijungtas. Galite pasirinkti bet kurią piktogramą ir pakeisti nustatymus.

2 Braukite į kairę arba į dešinę ir peržiūrėkite daugiau valdiklių.

Kai kitą kartą brauksite žemyn norėdami peržiūrėti valdiklius, atsiras paskutinis jūsų peržiūrėtas valdiklis.

Infoskydelių peržiūra

Infoskydeliuose galima greitai pasiekti sveikatos duomenis, veiklos informaciją, įrenginyje integruotus jutiklius ir kt.

- Kai rodomas pradžios ekranas, braukite į viršų.



Įrenginyje slenka infoskydeliai.

- Pasirinkite infoskydelį ① ir peržiūrėkite papildomą informaciją.
- Pasirinkite ✎, jei norite tinkinti infoskydelius (*Infoskydelių tinkinimas, 47 psl.*).

Jutiklinio ekrano naudojimas

- Kai laikmatis veikia, palieskite ekraną ir peržiūrėkite laikmačio perdangą. Važiuodami galite grįžti iš laikmačio perdangos į pradžios ekraną.
- Norėdami grįžti į pradžios ekraną, pasirinkite 🏠.
- Braukite arba slinkite pasirinkdami rodykles.
- Kai rodomas pradžios ekranas, braukite aukštyn ir peržiūrėkite infoskydelius.
- Pradžios ekrane arba važiavimo ekrane braukite žemyn ir peržiūrėkite valdiklius.
- Pasirinkite ⋮, jei norite atidaryti meniu.
- Pasirinkite ⬅️, jei norite grįžti į ankstesnį puslapį.
- Pasirinkite ✓, jei norite išsaugoti pakeitimus ir uždaryti puslapį.
- Pasirinkite ✕, jei norite uždaryti puslapį ir grįžti į ankstesnį puslapį.
- Pasirinkite 🔍, jei norite ieškoti šalia vietos.
- Pasirinkite 🗑️, jei norite pašalinti elementą.
- Pasirinkite ⓘ, jei reikia daugiau informacijos.

Jutiklinio ekrano užrakinimas

Galite užrakinti ekraną, kad netyčia jo nepaliestumėte.

- Palaikykite paspaudę 🖐️ ir pasirinkite **Užrakinti ekraną**.
- Veiklos metu pasirinkite 🖐️.

Palydovo signalų gavimas

Norint gauti palydovo signalus, įrenginiui gali reikėti giedro dangaus vaizdo. Laikas ir data nustatomi automatiškai, pagal GPS padėtį.

PATARIMAS: daugiau informacijos apie GPS žr. www.garmin.com/aboutGPS.

- 1 Išeikite į atvirą vietą lauke.
Įrenginio priekį reikia atsukti į dangų.
- 2 Palaukite, kol įrenginys aptiks palydovus.
Palydovo signalams aptikti gali reikėti 30–60 sekundžių.

Navigacija

Navigacijos funkcijos ir nustatymai taikomi ir važiuojant trasomis (*Trasos, 10 psl.*).

- Vietovės ir vietų radimas (*Vietos, 6 psl.*)
- Trasos planavimas (*Trasos, 10 psl.*)
- Maršruto nustatymai (*Maršruto nustatymai, 15 psl.*)
- Žemėlapių nustatymai (*Žemėlapių nustatymai, 14 psl.*)

Važiavimas dviračiu

Jei naudojate belaidį jutiklį ar priedą, galite jį susieti ir suaktyvinti pradinio nustatymo metu (*Belaidžių jutiklių susiejimas, 32 psl.*).

- 1 Palaikykite , jei norite įjungti įrenginį.
- 2 Išeikite į lauką ir palaukite, kol įrenginys aptiks palydovus.
Kai įrenginys paruošiamas, palydovų stulpeliai tampa žali.
- 3 Pradžios ekrane paspaudę  arba  pakeiskite važiavimo dviračiu profilį.
- 4 Paspauskite , jei norite įjungti veiklos laikmatį.

SPEED	AVG SPEED
21.2 ^m _h	17.8 ^m _h
DISTANCE	
26.29 ^m _i	
TIMER	
1:45:15	
CALORIES	↑ TTL ASCENT
1120	1563 ^f _t

PASTABA: istorija registruojama tik kai veiklos laikmatis veikia.

- 5 Braukite į kairę arba į dešinę, jei norite matyti daugiau duomenų ekranų.
Perbraukę iš viršaus į apačią duomenų ekranuose galite peržiūrėti valdiklius.
- 6 Jei reikia, palieskite ekraną ir peržiūrėkite būsenos perdangos duomenis (įskaitant baterijos veikimo laiką) arba grįžkite į pradžios ekraną.
- 7 Paspauskite , jei norite stabdyti veiklos laikmatį.
- 8 Pasirinkite **Išsaugoti**.
- 9 Pasirinkite .

Vietos

Įrenginyje galite įrašyti ir išsaugoti vietas.

Savo buvimo vietos pažymėjimas

Kad būtų galima pažymėti buvimo vietą, turi būti aptikti palydovų signalai.

Jei norite prisiminti orientyrus arba grįžti į konkretų tašką, galite pažymėti vietą.

- 1 Važiukite dviračiu.
- 2 Pasirinkite **Navigacija** >  > **Žymėti buvimo vietą** > .

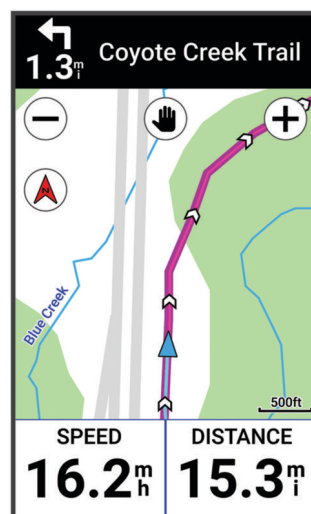
Vietų iš žemėlapis išsaugojimas

- 1 Pasirinkite **Navigacija** > **Naršyti po žemėl.**
- 2 Raskite vietą žemėlapyje.
- 3 Pasirinkite vietą.
Žemėlapis viršuje rodoma informacija apie vietą.
- 4 Pasirinkite vietos informaciją.
- 5 Pasirinkite  > **Išsaugoti vietą** > .

Navigavimas į vietą

PATARIMAS: naudodamiesi VIETOS PAIEŠKA infoskydeliu galite atlikti greitą paiešką pradžios ekrane. Jei reikia, galite pridėti infoskydelį prie infoskydelių juostos (*Infoskydelių tinkinimas, 47 psl.*).

- 1 Pasirinkite **Navigacija**.
- 2 Pasirinkite parinktį:
 - Pasirinkite **Naršyti po žemėl.**, jei norite važiuoti į vietą žemėlapyje.
 - Pasirinkite **Trasa**, jei norite važiuoti naudodamiesi išsaugota trasa (*Trasos, 10 psl.*).
 - Pasirinkite **Ieškoti**, jei norite važiuoti į lankytiną vietą, miestą, adresą, sankryžą arba žinomas koordinatas.
PATARIMAS: galite pasirinkti  ir įvesti konkrečią paieškos informaciją.
 - Pasirinkite **Įrašytos vietos**, jei norite važiuoti į išsaugotą vietą.
 - Pasirinkite **Neseniai rasti**, jei norite važiuoti į vieną iš pastarųjų 50 jūsų rastų vietų.
 - Pasirinkite  > **Paieška netoli:**, jei norite siaurinti paieškos zoną.
- 3 Pasirinkite vietą.
- 4 Pasirinkite **Važiuoti**.
- 5 Vykdami į kelionės tikslą vadovaukitės ekrane pateikiamomis instrukcijomis.



Navigacija atgal į pradžios tašką

Bet kada važiavimo metu galite grįžti į pradžios tašką.

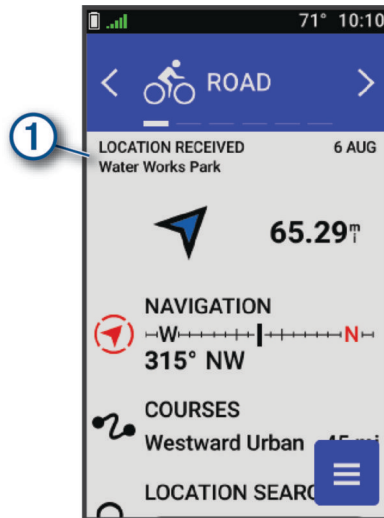
- 1 Važiukite dviračiu.
- 2 Bet kuriuo metu braukite žemyn nuo ekrano viršaus ir valdiklyje pasirinkite **Atgal į pradžią**.
- 3 Pasirinkite **Tuo pačiu maršrutu** arba **Tiesiausias maršrutas**.
- 4 Pasirinkite **Važiuoti**.

Įrenginio navigacija padeda nuvažiuoti į važiavimo pradžios tašką.

Važiavimo pradžia iš bendrinamos vietos

Naudodami programą Garmin Connect™ galite bendrinti vietą iš „Apple® Maps“ su Edge dviračio kompiuteriu ir pradėti navigaciją į tą vietą (*Vietos žemėlapyje bendrinimas naudojantis programa Garmin Connect, 9 psl.*).

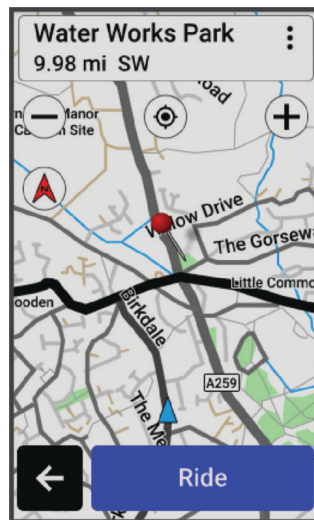
- 1 Dinaminėje pradžios ekrano srityje ① pasirinkite informaciją apie bendrinamą vietą.



Edge dviračio kompiuteryje rodomas žemėlapis su bendrinamos vietos pavadinimu ir koordinatėmis.

PATARIMAS: vieta išsaugoma meniu **Navigacija > Neseniai rasti**.

- 2 Pasirinkite **Važiuoti**.



- 3 Vykdami į kelionės tikslą vadovaukitės ekrane pateikiamomis instrukcijomis.

Navigacija į bendrinamą vietą važiuojant

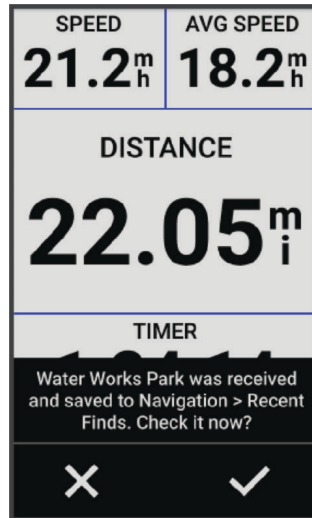
Ši funkcija skirta naudoti, kai važiuojate naudodami GPS. Jei važiuojate pasirinkę veiklos profilį Vidaus ir navigacija yra išjungta, pasirinkdami ✓ atmeskite pranešimą.

PATARIMAS: vieta išsaugoma meniu **Navigacija > Neseniai rasti**.

Galite gauti bendrinamas vietas Edge dviračio kompiuteryje ir pradėti navigaciją į jas (*Vietos žemėlapyje bendrinimas naudojantis programa Garmin Connect, 9 psl.*).

- 1 Pradėkite važiuoti (*Važiavimas dviračiu, 5 psl.*).

Edge dviračio kompiuteryje pateikiamas pranešimas, kuriame nurodomas bendrinamos vietos pavadinimas.



- 2 Pasirinkite ✓, jei norite pradėti navigaciją į bendrinamą vietą.
- 3 Vykdami į kelionės tikslą vadovaukitės ekrane pateikiamomis instrukcijomis.

Navigacijos sustabdymas

- 1 Palieskite ekraną.
- 2 Pasirinkite **Stabdyti navigaciją > ✓**.

Vietų redagavimas

- 1 Pasirinkite **Navigacija > Įrašytos vietos**.
- 2 Pasirinkite vietą.
- 3 Pasirinkite informacijos juostą ekrano viršuje.
- 4 Pasirinkite ⋮.
- 5 Pasirinkite atributą.
Pavyzdžiui, pasirinkite Keisti aukštį ir įveskite žinomą vietos aukštį virš jūros lygio.
- 6 Įveskite naują informaciją ir pasirinkite ✓.

Vietos šalinimas

- 1 Pasirinkite **Navigacija > Įrašytos vietos**.
- 2 Pasirinkite vietą.
- 3 Pasirinkite vietos informaciją ekrano viršuje.
- 4 Pasirinkite ⋮ > **Pašalinti vietą > ✓**.

Vietos žemėlapyje bendrinimas naudojantis programa Garmin Connect

PRANEŠIMAS

Bendrindami savo buvimo vietos duomenis su kitais privalote būti atsargūs. Visada įsitikinkite, kad žinote su kokiais dviratininkais bendriname vietos informaciją ir kad tais asmenimis pasitikite.

PASTABA: šia funkcija galite naudotis tik jei su trasa suderinamas jūsų Garmin® įrenginys yra prijungtas prie iPhone® įrenginio naudojant Bluetooth technologiją.

Galite bendrinti informaciją ir duomenis iš „Apple Maps“ su suderinamu Garmin įrenginiu.

1 „Apple Maps“ pasirinkite vietą.

2 Pasirinkite  > .

3 Jei reikia, programoje Garmin Connect pasirinkite Garmin įrenginį.

Programoje Garmin Connect pateikiamas pranešimas, kad vieta jau pasiekama jūsų įrenginyje (*Važiavimo pradžia iš bendrinamos vietos, 7 psl.*).

Pranešimas apie kliūtį

⚠ ĮSPĖJIMAS

Ši funkcija leidžia naudotojams pateikti informacijos apie galimas kliūtis trasoje. Garmin neteikia jokių garantijų dėl naudotojų pateiktos informacijos tikslumo, išsamumo ar savalaikiškumo. Važiuodami atidžiai stebėkite aplinką ir vadovaukitės visomis nuorodomis. Jei nestebėsite aplinkos, galite patirti turtinę žalą arba susižeisti.

Bet kada važiavimo metu galite pranešti apie kliūtį, kuri gali kelti pavojų dviratininkams, pvz., duobes, palaidus šunis arba nuvirtusius medžius. Taip pat galite patvirtinti kliūtį Edge dviračio kompiuteryje arba pranešti, kad kliūtis nebėra. Jei apie kliūtį nebepranešama tam tikrą laiką, ji panaikinama.

1 Pradėkite važiuoti (*Važiavimas dviračiu, 5 psl.*).

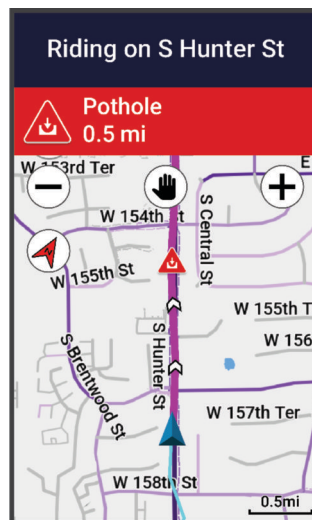
2 Paliesdami ekraną atidarykite laikmačio perdangą.

3 Pasirinkite .

4 Pasirinkite kliūties tipą.

5 Pasirinkite **Pranešti**.

Kliūtis rodoma navigacijos žemėlapyje, o Edge dviračio kompiuteris pateikia garsinį įspėjimą (*Įspėjimų ir raginimų nustatymai, 43 psl.*).



Trasos

Galite siųsti trasą iš Garmin Connect paskyros į įrenginį. Kai išsaugosite trasą įrenginyje, galėsite vykti trasą naudodamiesi įrenginiu. Be to, pačiame įrenginyje galite sukurti ir išsaugoti tinkintą trasą.

Galite vykti išsaugota trasą tiesiog dėl to, kad tai geras maršrutas. Pavyzdžiui, galite išsaugoti ir naudoti dviračiams pritaikytą maršrutą į darbą.

PATARIMAS: you can send courses to your device from third-party apps when you link your accounts or use a Connect IQ app. Go to apps.garmin.com for more information about Connect IQ apps.

Trasos planavimas ir važiavimas ja

Galite sukurti pasirinktinę trasą ir ja važiuoti. Trasa – tai kelio taškų ar vietų seka, vedanti į galutinį kelionės tikslą.

PATARIMAS: taip pat galite sukurti pasirinktinę trasą programoje Garmin Connect ir nusiųsti ją į įrenginį (*Vykimas trasa iš Garmin Connect, 11 psl.*).

- 1 Pasirinkite **Trasa** >  > **Trasų kūr. priemonė**.
- 2 Pasirinkite parinktį:
 - Jei norite žemėlapyje pasirinkti savo dabartinę vietą, pasirinkite **Dabartinė vieta**.
 - Jei norite pasirinkti vietą žemėlapyje, pasirinkite **Naudoti žemėlapi** ir pasirinkite vietą.
 - Jei norite pasirinkti išsaugotą vietą, pasirinkite **Išsaugoti ir pastarieji** > **Irašytos vietos** ir pasirinkite vietą.
 - Jei norite pasirinkti vietą, kurios neseniai ieškojote, pasirinkite **Išsaugoti ir pastarieji** > **Neseniai rasti** ir pasirinkite vietą.
 - Jei norite rasti ir pasirinkti lankytiną vietą, pasirinkite **Lankytinos vietos** ir pasirinkite netoliese esančią lankytiną vietą.
 - Jei norite pasirinkti miestą, pasirinkite **Miestai**, tada pasirinkite netoliese esantį miestą.
 - Jei norite pasirinkti adresą, pasirinkite **Paieškos priemonės** > **Adresai** ir įveskite adresą.
 - Jei norite pasirinkti sankryžą, pasirinkite **Paieškos priemonės** > **Sankryžos** ir įveskite gatvių pavadinimus.
 - Jei norite naudotis koordinatėmis, pasirinkite **Paieškos priemonės** > **Koordinatės** ir įveskite koordinates.
- 3 Jei gausite raginimą, pasirinkite  ir pridėkite vietą prie trasos.
Atidaromas trasos žemėlapis.
- 4 Žemėlapyje pasirinkite parinktį ir toliau pridėkite vietų:
 - Pasirinkite  > , jei norite pridėti dar vieną vietą naudodami žemėlapi.
 - Pasirinkite , jei norite ieškoti kitos vietos.
 - Pasirinkite , jei norite anuliuoti anksčiau pridėtą vietą.
- 5 Kartokite 2–4 veiksmus, kol pasirinksite visas maršruto vietas.
- 6 Jei reikia, braukite aukštyn nuo ekrano apačios ir pasirinkite parinktį:
 - Laikykite paspaudę  ant vietos ir tempdami keiskite jos padėtį sąraše.
 - Jei norite pašalinti vietą, braukite į kairę ir pasirinkite .
- 7 Jei reikia, pasirinkite parinktį:
 - Jei norite skaičiuoti maršrutą grįždami į pradžios vietą tuo pačiu keliu, pasirinkite  > **Iki galo ir atgal**.
 - Jei norite skaičiuoti maršrutą grįždami į pradžios vietą kitu keliu, pasirinkite  > **Grįžti į pradžią**.
- 8 Pasirinkite **Išsaugoti**.
- 9 Įveskite trasos pavadinimą.
- 10 Pasirinkite  > **Važiuoti**.

Žiedinės trastos kūrimas ir važiavimas ja

Įrenginys gali sukurti žiedinę trasą pagal nurodytą atstumą, pradinę vietą ir vykimo kryptį.

- 1 Pasirinkite **Trasa** >  > **Žiedinis maršrutas**.
- 2 Pasirinkite **Atstumas** ir įveskite bendrą trasos atstumą.
- 3 Pasirinkite **Pradžios vieta**.
- 4 Pasirinkite parinktį:
 - Jei norite pasirinkti dabartinę buvimo vietą, pasirinkite **Dabartinė vieta**.
 - Jei norite pasirinkti vietą žemėlapyje, pasirinkite **Naudoti žemėlapyje** ir pasirinkite vietą.
 - Jei norite pasirinkti išsaugotą vietą, pasirinkite **Irašytos vietos** ir pasirinkite vietą.
 - Jei norite pasirinkti vietą, kurios neseniai ieškojote, pasirinkite **Neseniai rasti**, tada pasirinkite vietą.
 - Jei norite peržiūrėti ir pasirinkti lankytiną vietą, pasirinkite **Lankytinos vietos**, tada pasirinkite netoliese esančią lankytiną vietą.
 - Jei norite pasirinkti adresą, pasirinkite **Paieškos priemonės** > **Adresai** ir įveskite adresą.
 - Jei norite pasirinkti sankryžą, pasirinkite **Paieškos priemonės** > **Sankryžos** ir įveskite gatvių pavadinimus.
 - Jei norite naudotis koordinatėmis, pasirinkite **Paieškos priemonės** > **Koordinatės** ir įveskite koordinates.
- 5 Pasirinkite **Pradžios kryptis** ir įveskite kryptį.
- 6 Pasirinkite **Ieškoti**.

PATARIMAS: galite pasirinkti , kad galėtumėte ieškoti dar kartą.
- 7 Pasirinkite trasą, jei norite ją peržiūrėti žemėlapyje.

PATARIMAS: galite pasirinkti  ir , jei norite peržiūrėti kitas trasas.
- 8 Pasirinkite **Išsaugoti** > **Važiuoti**.

Trastos kūrimas iš pastarojo važiavimo

Galite sukurti naują trasą naudodamiesi važiavimu, išsaugotu šiame Edge įrenginyje.

- 1 Pasirinkite **Ankstesni įrašai** > **Važiavimai**.
- 2 Pasirinkite važiavimą.
- 3 Pasirinkite  > **Išsaugoti važiavimą kaip trasą**.
- 4 Įveskite trasos pavadinimą ir pasirinkite .

Vykimas trasa iš Garmin Connect

Norint atsisiųsti trasą iš Garmin Connect, reikia turėti Garmin Connect paskyrą ([Garmin Connect](#), 38 psl.).

- 1 Pasirinkite parinktį:
 - Atidarykite programą Garmin Connect.
 - Eikite į connect.garmin.com.
- 2 Sukurkite ir išsaugokite naują trasą arba pasirinkite esamą.
- 3 Pasirinkite parinktį:
 - Programoje Garmin Connect pasirinkite .
 - Garmin Connect svetainėje pasirinkite **Siųsti į įrenginį**.
- 4 Pasirinkite savo Edge dviračio kompiuterį.
- 5 Pasirinkite parinktį:
 - Sinchronizuokite įrenginį su programa Garmin Connect.
 - Sinchronizuokite įrenginį naudodami programą Garmin Express™.

Įrenginyje trasa rodoma dinaminėje pradžios ekrano srityje.
- 6 Pasirinkite trasą.

PASTABA: jei norite pasirinkti kitą trasą, pasirinkite **Trasa**.
- 7 Pasirinkite **Važiuoti**.

Važiavimo trasa patarimai

- Naudokite posūkių nuorodas (*Trasos parinktys, 14 psl.*).
- Jei įtraukėte pramankštą, paspaudę ► pradėkite trasą ir prasimankštinkite kaip paprastai.
- Pramankštos metu būkite toliau nuo savo trasos.
Kai būsite pasiruošę pradėti, traukite į trasą. Jums atsidūrus bet kurioje trasos dalyje, bus pateiktas pranešimas.
- Slinkite į žemėlapij ir peržiūrėkite trasą jame.
Jei išklysite iš trasos, bus pateiktas pranešimas.

Trasos informacijos peržiūra

- 1 Pasirinkite **Trasa**.
- 2 Pasirinkite trasą.
- 3 Pasirinkite parinktį:
 - Pasirinkite trasą ir peržiūrėkite ją žemėlapyje.
 - Pasirinkite įkalnių schemą ir peržiūrėkite informaciją apie kiekvieną įkalnę bei aukščio diagramas.
 - Pasirinkite **Suvestinė** ir peržiūrėkite informaciją apie trasą.

Trasos rodymas žemėlapyje

Galite nustatyti, kaip kiekviena įrenginyje išsaugota trasa bus rodoma žemėlapyje. Pavyzdžiui, galite nustatyti, kad jūsų kelionės į darbą ir namo trasa žemėlapyje visada būtų geltona. Alternatyvi trasa gali būti rodoma žaliai. Tai leidžia matyti trasas, kai važiuojate, bet nesinaudojate navigacija ir nesilaikote konkrečios trasos.

- 1 Pasirinkite **Trasa**.
- 2 Pasirinkite trasą.
- 3 Pasirinkite ⋮.
- 4 Pasirinkite **Visada rodyti**, kad trasa būtų rodoma žemėlapyje.
- 5 Pasirinkite **Spalva** ir pasirinkite spalvą.
- 6 Pasirinkite **Trasos taškai** ir įtraukite į žemėlapij trasos taškų.

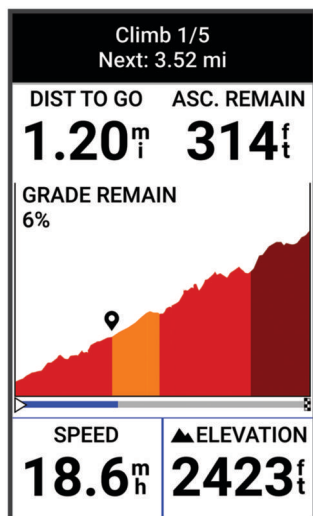
Kai kitą kartą važiuosite netoli trasos, matysite ją žemėlapyje.

Kaip naudotis ClimbPro

ClimbPro funkcija padeda valdyti jūsų pastangas artėjant prie įkalnių trasoje. Galite peržiūrėti informaciją apie įkalnes, įskaitant jų vietą, vidutinį statumą ir visą pakilimą. Įkalnių kategorijos pagal ilgį ir statumą žymimos spalvomis (*Įkalnių kategorijos, 13 psl.*).

- 1 Įjunkite funkciją ClimbPro veiklos profilyje (*Veiklos profilio atnaujinimas, 41 psl.*).
- 2 Peržiūrėkite trasos įkalnes ir kitą informaciją (*Trasos informacijos peržiūra, 12 psl.*).
- 3 Pradėkite važiuoti išsaugota trasa (*Trasos, 10 psl.*).

Prasidėjus įkalnei, automatiškai atsidaro ClimbPro ekranas.



Išsaugoję važiavimą, galite peržiūrėti įkalnės atkarpos važiavimo istorijoje.

Įkalnių kategorijos

Įkalnių kategorijos nustatomos pagal įkalnės balą, kuris apskaičiuojamas naudojant įkalnės statumą, padaugintą iš jos ilgio. Kad įkalnė būtų aptikta, jos ilgis turi būti bent 500 metrų, o vidutinis statumas turi siekti bent 3 procentus.

Kategorijos	Įkalnės balas	Spalva
„Hors Category“ (HC)	Daugiau nei 80 000	
Kategorija 1	Daugiau nei 64 000	
Kategorija 2	Daugiau nei 32 000	
Kategorija 3	Daugiau nei 16 000	
Kategorija 4	Daugiau nei 8000	
Nepriskirta kategorijoms	Daugiau nei 1500	

Trasos parinktys

Pasirinkite **Trasa** >  .

Sukimo nuoroda: įjungiami arba išjungiami raginimai pasukti.

Įspėjimai apie nukrypimą nuo trasos: gaunate įspėjimą, jei nukrypote nuo trasos.

Ieškoti: galite ieškoti išsaugotų trasų pagal pavadinimą.

Rikiuoti: galite rikiuoti išsaugotas trasas pagal pavadinimą, atstumą arba datą.

Ištrinti: galite šalinti iš įrenginio visas arba kelias išsaugotas trasas.

Trasos maršruto keitimas

Galite pasirinkti, kaip įrenginys perskaičiuos maršrutą, jei išklysite iš trasos.

Jei išklydote iš trasos, pasirinkite parinktį:

- Jei norite pristabdyti navigaciją, kol grįšite į trasą, pasirinkite **Pristabdyti navigaciją**.
- Jei norite rinktis iš maršruto keitimo pasiūlymų, pasirinkite **Maršrutą kurti iš naujo**.

PASTABA: pirmoji maršruto keitimo parinktis yra trumpiausias maršrutas atgal į trasą, jis automatiškai pradedamas po 10 sekundžių.

Trasos stabdymas

- 1 Slinkite į žemėlapij.
- 2 Braukite žemyn nuo ekrano viršaus ir slinkite prie valdiklių.
- 3 Pasirinkite **Stabdyti kursą** > .

Trasos pašalinimas

- 1 Pasirinkite **Navigacija** > **Trasa**.
- 2 Ant trasos braukite į kairę.
- 3 Pasirinkite .

Žemėlapio nustatymai

Pasirinkite  > **Veiklos profiliai**, pasirinkite profilį ir pasirinkite **Navigacija** > **Žemėlapis**.

Orientacija: nustatoma, kaip žemėlapis rodomas puslapyje.

Automatinis mastelio keitimas: automatiškai parenkamas žemėlapio mastelio lygis. Jei pasirinkta Išjungta, mastelis keičiamas rankiniu būdu.

Nuorodos tekstas: nustatoma, kada rodomi išsamios navigacijos raginimai (reikia žemėlapių, kuriuose galima kurti maršrutus).

Išvaizda: tinkinami žemėlapio išvaizdos nustatymai ([Žemėlapio išvaizdos nustatymai, 14 psl.](#)).

Žemėlapio informacija: įjungiami arba išjungiami tuo metu į įrenginį įkelti žemėlapiai.

Žemėlapio išvaizdos nustatymai

Pasirinkite  > **Veiklos profiliai**, pasirinkite profilį ir pasirinkite **Navigacija** > **Žemėlapis** > **Išvaizda**.

Žemėlapio tema: žemėlapio išvaizda koreguojama pagal jūsų važiavimo tipą. ([Žemėlapių temos, 15 psl.](#))

Populiarių kelių žemėlapis: pažymimi populiariausi keliai ar takai pagal važiavimo tipą. Kuo kelias arba takas tamsesnis, tuo jis populiariesnis.

Žemėlapio detalumas: nustatomas žemėlapio rodymo detalumo lygis.

Istor. juost. spalva: galite pakeisti tako, kuriuo keliavote, linijos spalvą.

Patobulintas: galite nustatyti mastelį ir teksto dydį, taip pat įjungti šešėlinius reljefus bei kontūrus.

Atkurti žemėlapio numatytuosius: atkuriami numatytieji žemėlapio išvaizdos nustatymai.

Žemėlapių orientacijos keitimas

- 1 Pasirinkite  > **Veiklos profiliai**.
- 2 Pasirinkite profilį.
- 3 Pasirinkite **Navigacija** > **Žemėlapis** > **Orientacija**.
- 4 Pasirinkite parinktį:
 - Pasirinkite **I šiaurę**, kad šiaurė būtų rodoma puslapio viršuje.
 - Pasirinkite **Pagal kryptį**, kad dabartinė kelionės kryptis būtų rodoma puslapio viršuje.

Žemėlapių temos

Galite keisti žemėlapių temą ir taip koreguoti žemėlapių išvaizdą pagal važiavimo tipą.

Pasirinkite  > **Veiklos profiliai**, pasirinkite profilį ir pasirinkite **Navigacija** > **Žemėlapis** > **Išvaizda** > **Žemėlapių tema**.

Klasikinis: naudokite klasikinį Edge žemėlapių spalvų derinį nepritaikę jokios papildomos temos.

Didelis kontrastas: nustatoma, kad žemėlapyje duomenys būtų rodomi didesniu kontrastu geresniam jų matomumui sudėtingoje aplinkoje.

Kalnų dviračių sportas: nustatomas trasų duomenims optimizuotas žemėlapis kalnų dviračių sporto režimu.

Maršruto nustatymai

Pasirinkite  > **Veiklos profiliai**, pasirinkite profilį ir pasirinkite **Navigacija** > **Maršruto parinkimas**.

Populiarūs maršrutai: maršrutai skaičiuojami remiantis populiariausiais važiavimais iš Garmin Connect.

Maršruto parinkimo režimas: nustatomas transportavimo metodas maršrutui optimizuoti.

Skaičiavimo metodas: nustatomas maršruto skaičiavimo metodas.

Užrakinti kelyje: padėties piktograma, kuri reiškia vietą žemėlapyje, užfiksuojama artimiausiame kelyje.

Vengimo sąranka: nustatoma, kokių tipų kelių reikia vengti naudojantis navigacija.

Trasos perskaičiavimas: kai nukrypstate nuo trasos, maršrutas automatiškai perskaičiuojamas.

Maršruto perskaičiavimas: nukrypus nuo maršruto, jis automatiškai perskaičiuojamas.

Veiklos pasirinkimas maršrutui apskaičiuoti

Galite nustatyti, kad įrenginys apskaičiuotų maršrutą pagal veiklos tipą.

- 1 Pasirinkite  > **Veiklos profiliai**.
- 2 Pasirinkite profilį.
- 3 Pasirinkite **Navigacija** > **Maršruto parinkimas** > **Maršruto parinkimo režimas**.
- 4 Pasirinkite maršruto skaičiavimo parinktį.

Pavyzdžiui, galite pasirinkti Važiavimas dviračiu keliais, jei norite naudotis navigacija keliais, arba Kalnų dviračių sportas, jei naudositės navigacija bekelėje.

Ryšio funkcijos

ĮSPĖJIMAS

Nesinaudokite ekranu važiuodami dviračiu – neįvedinėkite informacijos, neskaitykite žinučių ir neatsakinėkite į jas, nes tai gali išblaškyti dėmesį ir kils pavojus pakliūti į avariją, kurios metu galite sunkiai ar net mirtinai susižeisti.

Ryšio funkcijos pasiekiamos Edge dviračio kompiuteryje, kai prijungiate jį prie suderinamo telefono naudodami Bluetooth technologiją.

Telefono susiejimas

Norint naudoti Edge dviračio kompiuterio ryšio funkcijas, reikia susieti jį tiesiogiai programoje Garmin Connect, o ne naudojantis Bluetooth nustatymais išmaniajame telefone.

- 1 Palaikykite , jei norite įjungti įrenginį.
- 2 Jei įjungėte įrenginį pirmą kartą, pasirinkite įrenginio kalbą.
Kitame ekrane matysite raginimą susieti su išmaniuoju telefonu.
- 3 Telefonu nuskenokite QR kodą ir vadovaudamiesi ekrane pateikiamomis instrukcijomis atlikite susiejimo ir nustatymo veiksmus.
- 4 Jei reikia, braukdami žemyn pradžios ekrane galite atidaryti būsenos valdiklį ir pasirinkę **Telefonas > Susieti išmanųjį telefoną** įjungti susiejimo režimą rankiniu būdu (*Valdiklių peržiūra, 3 psl.*).
PASTABA: jei susieiate naują telefoną, pasirinkite anksčiau susieto telefono pavadinimą ir pasirinkite ✓, kad telefonas būtų pamirštas. Kai anksčiau susietas telefonas pamirštas, rodoma **Susieti išmanųjį telefoną**.

Sėkmingai susiejus, pateikiamas pranešimas, o dviračio kompiuteris automatiškai sinchronizuojamas su telefonu.

Bluetooth ryšio funkcijos

Edge įrenginyje yra kelios Bluetooth ryšio funkcijos, skirtos suderinamam išmaniajam telefonui, kuriame naudojamos programos Garmin Connect ir Connect IQ. Daugiau informacijos rasite adresu www.garmin.com/apps.

Veiklos įkėlimas į Garmin Connect: veikla automatiškai siunčiama į Garmin Connect, kai tik baigiate veiklos įrašymą.

Garsiniai raginimai: programa Garmin Connect gali leisti būsenos pranešimus išmaniajame telefone, kai važiuojate.

Dviračio signalizacija: galima įjungti signalizaciją, kuri skamba įrenginyje ir siunčia įspėjimą į išmanųjį telefoną, kai įrenginys aptinka judėjimą.

Connect IQ atsisiunčiamosios funkcijos: galima atsisiųsti Connect IQ funkcijų iš programos Connect IQ.

Trasų atsisiuntimas iš Garmin Connect: galima ieškoti trasų Garmin Connect naudojantis išmaniuoju telefonu ir siųsti jas į įrenginį.

Rasti mano Edge: nustatoma jūsų pamesto su išmaniuoju telefonu susieto Edge įrenginio vieta, jei jis yra ryšio diapazone.

Žinutės: galima atsakyti į priimamą skambutį ar gautą tekstinę žinutę standartine tekstine žinute. Ši funkcija veikia su suderinamais Android™ išmaniaisiais telefonais.

Muzikos valdikliai: naudojantis įrenginiu galima valdyti muzikos atkūrimą telefone.

Pranešimai: įrenginyje rodo telefono pranešimus ir žinutes.

Saugumo ir stebėjimo funkcijos: (*Saugumo ir stebėjimo funkcijos, 17 psl.*)

Sąveika su socialiniais tinklais: galima skelbti naujienas mėgstamame socialiniame tinkle, kai veikla įkeliama į Garmin Connect.

Naujausia orų informacija: į įrenginį siunčiama tiesioginė orų informacija ir įspėjimai.

Saugumo ir stebėjimo funkcijos

PERSPĖJIMAS

Saugumo ir stebėjimo funkcijos yra papildomos, todėl nesikliaukite jomis kaip pagrindine priemone skubiai pagalbai gauti. Programa Garmin Connect nesusisiečia su skubios pagalbos tarnybomis jūsų vardu.

PRANEŠIMAS

Norint naudotis šiomis funkcijomis, Edge Explore 2 įrenginyje reikia įjungti GPS ir prijungti įrenginį prie programos Garmin Connect naudojant Bluetooth technologiją. Skubios pagalbos kontaktus galite įvesti Garmin Connect paskyroje.

Edge Explore 2 įrenginyje yra saugumo ir stebėjimo funkcijų, kurias reikia nustatyti programoje Garmin Connect. Daugiau informacijos apie saugumo ir stebėjimo funkcijas žr. www.garmin.com/safety.

Pagalbos funkcija: leidžia išsiųsti tekstinę žinutę su jūsų vardu, LiveTrack nuoroda ir GPS vieta (jei žinoma) jūsų skubios pagalbos kontaktams.

Įvykių aptikimas: jei užsiimant tam tikra veikla lauke Edge Explore 2 įrenginys užfiksuoja įvykį, jis išsiunčia automatinę žinutę, LiveTrack nuorodą ir GPS vietą (jei žinoma) jūsų skubios pagalbos kontaktams.

LiveTrack: leidžia draugams ir šeimai tikruoju laiku stebėti jūsų varžybas ir treniruotes. Galite pakviesti stebėtojus el. paštu arba socialiniuose tinkluose, leisdami jiems stebėti jūsų tiesiogiai transliuojamus duomenis interneto puslapyje.

Live Event Sharing: leidžia siųsti žinutes draugams ir šeimai įvykio metu, taip suteikiant naujausią informaciją tikruoju laiku.

PASTABA: šia funkcija galite naudotis, tik jei įrenginys prijungtas prie suderinamo Android išmaniojo telefono.

GroupRide: galite sukurti ir pasiekti bendrinamas trasas, grupės žinutes ir tiesioginius buvimo vietos duomenis su kitais dviratininkais.

GroupTrack: leidžia stebėti savo kontaktus naudojantis LiveTrack tiesiai ekrane ir tikruoju laiku.

Įvykių aptikimas

PERSPĖJIMAS

Įvykių aptikimas – tai papildoma funkcija, veikianti tik užsiimant tam tikra veikla lauke. Įvykių aptikimu nereikėtų kliautis kaip pagrindiniu būdu skubiai pagalbai gauti. Programa Garmin Connect nesusisiečia su skubios pagalbos tarnybomis jūsų vardu.

PRANEŠIMAS

Kad galėtumėte įjungti įvykių aptikimą įrenginyje, reikia konfigūruoti skubios pagalbos kontaktų informaciją programoje Garmin Connect. Susietame telefone turi būti duomenų planas, o telefonas turi būti duomenų ryšio veikimo zonoje. Jūsų skubios pagalbos kontaktai turi galėti gauti tekstines žinutes (gali būti taikomi standartiniai tekstinių žinučių mokesčiai).

Kai jūsų Edge įrenginys su įjungta GPS funkcija aptinka įvykį, programa Garmin Connect gali išsiųsti automatinę tekstinę žinutę ir el. laišką su jūsų vardu ir GPS vieta (jei žinoma) skubios pagalbos kontaktams.

Įrenginyje ir susietame telefone pateikiamas pranešimas, kuriame nurodoma, kad jūsų kontaktai bus informuoti praėjus 30 sekundžių. Jei pagalbos nereikia, galite atšaukti automatinę skubios pagalbos žinutę.

Pagalbos funkcija

⚠ PERSPĖJIMAS

Pagalbos funkcija yra papildoma ir neturėtų būti laikoma pagrindine priemone skubiai pagalbai iškviešti. Programa Garmin Connect nesusisiečia su skubios pagalbos tarnybomis jūsų vardu.

PRANEŠIMAS

Norint įjungti įrenginyje pagalbos funkciją, reikia nustatyti informaciją apie skubios pagalbos kontaktus programoje Garmin Connect. Susietame telefone turi būti duomenų planas, o telefonas turi būti duomenų ryšio veikimo zonoje. Jūsų skubios pagalbos kontaktai turi galėti gauti tekstines žinutes (gali būti taikomi standartiniai tekstinių žinučių mokesčiai).

Jei jūsų Edge GPS įrenginys prijungtas prie programos Garmin Connect, galite siųsti automatinę tekstinę žinutę su jūsų vardu ir GPS vieta (jei žinoma) skubios pagalbos kontaktams.

Įrenginyje pateikiamas pranešimas, kuriame nurodoma, kad jūsų kontaktai bus informuoti praėjus nustatytam laikui. Jei pagalbos nereikia, galite atšaukti žinutę.

Skubios pagalbos kontaktų pridėjimas

Skubios pagalbos kontaktų telefono numeriai naudojami saugumo ir stebėjimo funkcijoms.

- 1 Programoje Garmin Connect pasirinkite ●●●.
- 2 Pasirinkite **Sauga ir stebėjimas > Saugos funkcijos > Skubios pagalbos kontaktai > Pridėti skubios pagalbos kontaktų**.
- 3 Vadovaukitės ekrane pateikiamomis instrukcijomis.

Kai pridėsite skubios pagalbos kontaktų, jie gaus pranešimą ir galės priimti jūsų prašymą arba jį atmesti. Jei kontaktas atmetė prašymą, reikės pasirinkti kitą skubios pagalbos kontaktą.

Skubios pagalbos kontaktų peržiūra

Norint matyti skubios pagalbos kontaktus įrenginyje, reikia nustatyti važiotojo informaciją ir skubios pagalbos kontaktus programoje Garmin Connect.

Pasirinkite  > **Sauga ir stebėjimas > Skubios pagalbos kontaktai**.

Rodomi skubios pagalbos kontaktų vardai ir telefonų numeriai.

Pagalbos prašymas

PRANEŠIMAS

Norint prašyti pagalbos, reikia įjungti GPS savo Edge įrenginyje ir nustatyti skubios pagalbos kontaktų informaciją programoje Garmin Connect. Susietame telefone turi būti duomenų planas, o telefonas turi būti duomenų ryšio veikimo zonoje. Jūsų skubios pagalbos kontaktai turi galėti gauti el. laiškus arba tekstines žinutes (gali būti taikomi standartiniai tekstinių žinučių mokesčiai).

- 1 Jei norite suaktyvinti pagalbos funkciją, penkias sekundes laikykite paspaustą .
Įrenginys supypsi ir po penkių sekundžių išsiunčia žinutę.
PATARIMAS: jei norite atšaukti žinutę, pasirinkite  prieš baigiantis atbuliniam skaičiavimui.
- 2 Jei reikia, pasirinkite **Siųsti** ir siųskite žinutę iš karto.

Įvykių aptikimo funkcijos įjungimas ir išjungimas

PASTABA: susietame telefone turi būti duomenų planas, o telefonas turi būti duomenų ryšio veikimo zonoje.

- 1 Pasirinkite  > **Sauga ir stebėjimas > Įvykių aptikimas**.
- 2 Pasirinkdami veiklos profilį įjunkite įvykių aptikimą.

PASTABA: užsiimant tam tikra veikla lauke įvykių aptikimas įjungiamas pagal numatytuosius nustatymus. Priklausomai nuo vietovės ir važiavimo stiliaus gali būti klaidingai teigiamų verčių.

Automatinės žinutės atšaukimas

Kai jūsų įrenginys aptinka įvykį, galite atšaukti automatinę skubios pagalbos žinutę įrenginyje arba susietame telefone prieš ją išsiunčiant skubios pagalbos kontaktams.

Prieš baigiantis 30 sekundžių laikui palaikykite paspaudę **Jei norite atšaukti, paspausk. ir palaikyk..**

Būsenos atnaujinimo siuntimas po įvykio

Prieš siunčiant būsenos atnaujinimą skubios pagalbos kontaktams, įrenginys turi aptikti įvykį ir išsiųsti skubios pagalbos kontaktams automatinę skubios pagalbos žinutę.

Galite išsiųsti skubios pagalbos kontaktams būsenos atnaujinimą pranešdami, kad jums nereikia pagalbos.

- 1 Braukite žemyn nuo ekrano viršaus ir braukite į kairę arba į dešinę ir peržiūrėkite daugiau valdiklių.
- 2 Pasirinkite **Aptiktas įvykis > Man viskas gerai**.

Žinutė išsiunčiama visiems skubios pagalbos kontaktams.

LiveTrack

PRANEŠIMAS

Bendrindami savo buvimo vietos duomenis su kitais privalote būti atsargūs. Visada įsitikinkite, kad žinote su koku dviratininku bendrinate buvimo vietos informaciją ir kad tuo asmeniu pasitikite.

Funkcija LiveTrack suteikia galimybę bendrinti važiavimo dviračiu veiklas su kontaktais jūsų telefone ir socialinių tinklų paskyrose. Kai bendrinate, žiūrovai gali realiuoju laiku stebėti jūsų dabartinę buvimo vietą ir tiesioginius duomenis tinklalapyje.

Norint naudotis šia funkcija, Edge Explore 2 įrenginyje reikia įjungti GPS ir prijungti įrenginį prie programos Garmin Connect naudojant Bluetooth technologiją.

LiveTrack įjungimas

Prieš pradėdami pirmąją LiveTrack sesiją reikia nustatyti kontaktus programoje Garmin Connect.

- 1 Pasirinkite  > **Sauga ir stebėjimas > LiveTrack**.
- 2 Pasirinkite parinktį:
 - Pasirinkite **Automatinė pradžia**, jei norite, kad LiveTrack sesija būtų pradėta kiekvieną kartą, kai pradėsite šio tipo veiklą.
 - Pasirinkite **„LiveTrack“ pavadinimas**, jei norite atnaujinti LiveTrack sesijos pavadinimą. Numatytasis pavadinimas yra dabartinė data.
 - Pasirinkite **Gavėjai** ir peržiūrėkite gavėjus.
 - Pasirinkite **Trasos bendrinimas**, jei norite, kad gavėjai matytų jūsų trasą.
 - Pasirinkite **Žiūrovų pranešimai**, jei norite leisti savo gavėjams siųsti jums tekstines žinutes, kai važiuojate dviračiu ([Žiūrovų pranešimai, 24 psl.](#)).
 - Pasirinkite **Pratęsti „LiveTrack“**, jei norite pratęsti LiveTrack sesijos peržiūrą 24 valandoms.
- 3 Pasirinkite **Įjungti „LiveTrack“**.

Gavėjai tiesiogiai matys jūsų duomenis Garmin Connect stebėjimo puslapyje.

GroupTrack sesijos paleidimas

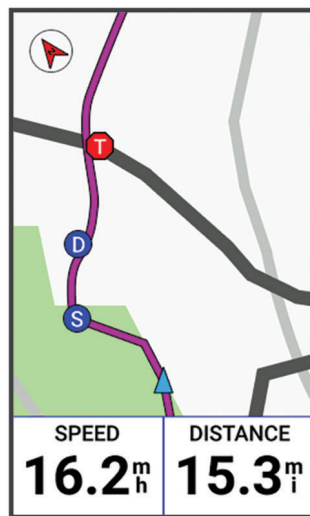
Norint pradėti GroupTrack sesiją, reikia turėti su įrenginiu susietą telefoną su programa Garmin Connect ([Telefono susiejimas, 16 psl.](#)).

PASTABA: ši funkcija reikalinga važiavimo grupėms, naudojančioms Edge Explore ir ankstesnius dviračio kompiuterius.

Edge 1040, 840, 540 ir naujesniuose dviračio kompiuteriuose naudokite funkciją GroupRide ([GroupRide sesijos paleidimas, 21 psl.](#)).

Važiuodami galėsite matyti jūsų GroupTrack sesijos važiotojus žemėlapyje.

- 1 Edge dviračio kompiuteryje pasirinkdami  > **Sauga ir stebėjimas** > **LiveTrack** > **GroupTrack**- 2 Programoje Garmin Connect pasirinkite **•••** > **Sauga ir stebėjimas** > **LiveTrack** > **Nustatymai** > **GroupTrack** > **Visi kontaktai**.
- 3 Pasirinkite **Įjungti „LiveTrack“**.
- 4 Edge dviračio kompiuteryje paspauskite  ir pradėkite važiuoti.
- 5 Slinkite į žemėlapyj ir peržiūrėkite savo kontaktus.



Palietę piktogramą žemėlapyje galite peržiūrėti informaciją apie kitų GroupTrack sesijos važiotojų vietą ir judėjimo kryptį.

- 6 Slinkite į GroupTrack sąrašą.
Sąraše galite pasirinkti važiotoją ir jis bus rodomas žemėlapyje centre.

Patarimai dėl GroupTrack sesijų

Funkcija GroupTrack leidžia stebėti kitus jūsų grupės važiotojus naudojant LiveTrack tiesiogiai ekrane. Visi grupės nariai turi būti jūsų kontaktai Garmin Connect paskyroje.

- Važiuokite lauke naudodamiesi GPS.
- Susiekite Edge Explore 2 dviračio kompiuterį su telefonu naudodami Bluetooth technologiją.
- Programoje Garmin Connect pasirinkite **•••** > **Kontaktai** ir atnaujinkite jūsų GroupTrack sesijos dviratininkų sąrašą.
- Pasirūpinkite, kad visi jūsų kontaktai susietų savo įrenginius su telefonais ir pradėtų LiveTrack sesiją programoje Garmin Connect.
- Įsitikinkite, kad visi kontaktai yra ryšio diapazone (40 km arba 25 myl.).
- GroupTrack sesijos metu slinkite į žemėlapyj ir peržiūrėkite kontaktus.
- Prieš peržiūradami informaciją apie kitų GroupTrack sesijos važiotojų buvimo vietą ir kryptį sustokite.

Tiesioginių transliacijų bendrinimas

Tiesioginių transliacijų bendrinimo funkcija suteikia galimybę siųsti pranešimus draugams ir namiškiams renginio metu, taip suteikiant naujausią informaciją tikruoju laiku, įskaitant bendrą laiką ir paskutinio rato laiką. Prieš renginį galite pakeisti gavėjų sąrašą ir žinutės turinį programoje Garmin Connect.

Tiesioginių transliacijų bendrinimo įjungimas

Prieš bendrinant tiesiogines transliacijas reikia nustatyti funkciją LiveTrack programoje Garmin Connect.

PASTABA: liveTrack funkcijos pasiekiamos, kai įrenginys prijungtas prie programos Garmin Connect naudojant Bluetooth technologiją su suderinamu Android telefonu.

- 1 Įjunkite Edge dviračio kompiuterį.
- 2 Programoje Garmin Connect pasirinkite **••• > Sauga ir stebėjimas > Tiesioginių transliacijų bendrinimas**.
- 3 Pasirinkite **Įrenginiai** ir pasirinkite Edge dviračio kompiuterį.
- 4 Pasirinkdami perjungiklį įjunkite **Tiesioginių transliacijų bendrinimas**.
- 5 Pasirinkite **Atlikta**.
- 6 Pasirinkite **Gavėjai** ir pridėkite žmonių iš kontaktų sąrašo.
- 7 Pasirinkite **Žinučių parinktys** ir tinkinkite žinučių paleidiklius ir parinktis.
- 8 Išseikite į lauką ir pasirinkite GPS dviračių sporto profilį Edge Explore 2 dviračio kompiuteryje.

Tiesioginių transliacijų bendrinimas įjungiamas 24 valandoms.

GroupRide

ĮSPĖJIMAS

Važiuodami dviračiu būtinai stebėkite aplinką ir valdykite dviratį saugiai. Antraip kils sunkių ar net mirtinų sužeidimų pavojus.

PRANEŠIMAS

Bendrinami savo buvimo vietos duomenis su kitais dviratininkais privalote būti atsargūs. Visada įsitikinkite, kad žinote su kokiais dviratininkais bendrinatė buvimo vietos informaciją ir kad tais asmenimis pasitikite.

Naudodami GroupRide funkciją Edge dviračio kompiuteryje galite kurti ir pasiekti bendrinamas trasas, grupės žinutes ir tiesioginius buvimo vietos duomenis su kitais dviratininkais, kurie naudoja suderinamais įrenginiais.

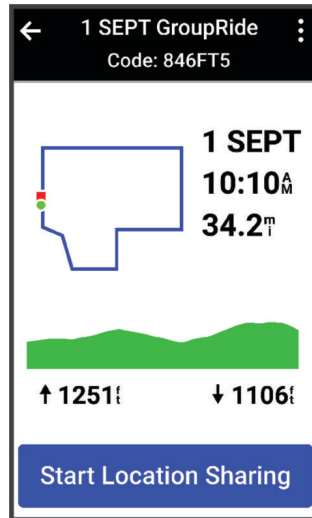
GroupRide sesijos paleidimas

Norint pradėti GroupRide sesiją, reikia turėti su įrenginiu susietą telefoną su programa Garmin Connect ([Telefono susiejimas, 16 psl.](#)).

- 1 Slinkite į infoskydelį **GroupRide**.
- 2 Pasirinkite , jei sutinkate bendrinti tiesioginius savo buvimo vietos duomenis su kitais dviratininkais.
- 3 Pasirinkite **Kurti „GroupRide“**.
- 4 Pasirinkite **Pavadinimas, Data** arba **Pradžios laikas**, jei norite redaguoti informaciją (pasirenkama).
- 5 Pasirinkite **Pridėti trasą**, jei norite bendrinti trasą su kitais dviratininkais.
Galite rinktis iš išsaugotų trasų arba pasirinkti  ir sukurti naują trasą ([Trasos, 10 psl.](#)).

6 Pasirinkite **Generuoti kodą**.

Edge dviračio kompiuteris generuoja kodą, kurį galite išsiųsti kitiems dviratininkams.



7 Pasirinkite **⋮ > Bendrinti kodą > ✓**.

8 Atidarykite programą Garmin Connect ir pasirinkite **Peržiūrėti kodą > Bendrinti**.

9 Pasirinkite kodo bendrinimo su kitais dviratininkais metodą.

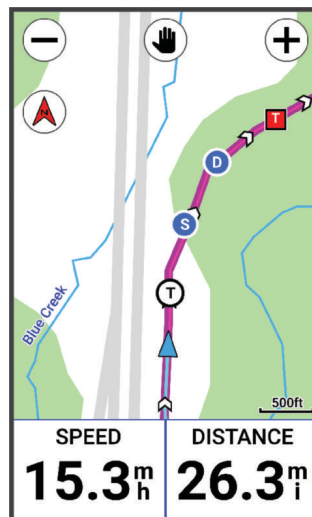
Programa Garmin Connect bendrina GroupRide kodą su jūsų kontaktais.

10 Edge dviračio kompiuteryje pasirinkite **Pradėti buvimo vietos bendrinimą**.

11 Paspauskite **▶** ir pradėkite važiuoti.

Prie aktyvaus profilio duomenų ekraną pridedamas GroupRide duomenų ekranas.

12 **GroupRide** duomenų ekrane pasirinkite dviratininką ir peržiūrėkite jo vietą žemėlapyje arba slinkite žemėlapyje ir peržiūrėkite visus dviratininkus ([GroupRide žemėlapyje, 24 psl.](#)).



Palietę piktogramą žemėlapyje, galite peržiūrėti kitų dviratininkų buvimo vietą, kryptį ir būseną GroupRide sesijos metu.

Prisijungimas prie GroupRide sesijos

Galite prisijungti prie GroupRide sesijos Edge dviračio kompiuteryje, kai su jumis bendrinamas GroupRide kodas. Galite įvesti šį kodą prieš važiavimo pradžią.

1 Slinkite į infoskydelį **GroupRide**.

PATARIMAS: galite pridėti GroupRide infoskydelį prie infoskydelių juostos (*Infoskydelių tinkinimas, 47 psl.*).

2 Pasirinkite **Įveskite kodą**.

3 Įveskite 6 skaitmenų kodą ir pasirinkite ✓.

Edge dviračio kompiuteris automatiškai atsisunčia trasą.

4 Važiavimo dieną pasirinkite **Pradėti buvimo vietos bendrinimą**.

5 Paspauskite ► ir pradėkite važiuoti.

GroupRide žinutės siuntimas

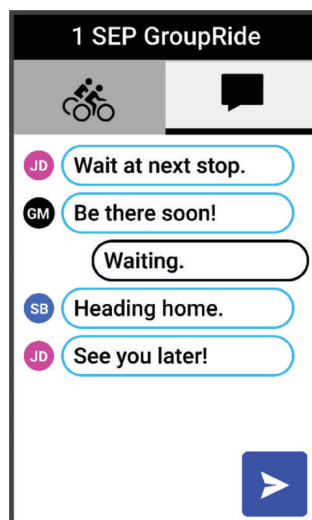
GroupRide sesijos metu galite siųsti žinutę kitiems dviratininkams.

1 **GroupRide** duomenų ekrane savo Edge dviračio kompiuteryje pasirinkite  > ►.

2 Pasirinkite parinktį:

- Pasirinkite žinutę standartinių tekstinių atsakymų sąraše.
- Pasirinkite **Įveskite pranešimą** ir siųskite jūsų pačių sukurtą žinutę.

PASTABA: galite tinkinti standartinius tekstinius atsakymus įrenginio nustatymuose programoje Garmin Connect. Pakeitus nustatymus, reikia sinchronizuoti duomenis, kad pakeitimai būtų pritaikyti Edge dviračio kompiuteryje.



PASTABA: galite slinkti į žinučių ekrano viršų ir peržiūrėti senesnes žinutes, įskaitant žinutes, išsiųstas prieš prisijungiant prie GroupRide sesijos (*Prisijungimas prie GroupRide sesijos, 23 psl.*).

GroupRide žemėlapių būsenos

Važiuodami galėsite matyti jūsų GroupRide sesijos važiotojus žemėlapyje.

PATARIMAS: raidės žemėlapių piktogramose atitinka dviratininkų vardų pirmąsias raides.

Piktograma	Forma	Spalva	Juda	Prijungta programoje Garmin Connect
	Apskritimas	Balta	Taip	Ne
	Apskritimas	Mėlyna	Taip	Taip
	Kvadratas	Balta	Ne	Ne
	Kvadratas	Raudona	Ne	Taip
	Apskritimas	Pilka	Nežinoma	Nežinoma

PASTABA: jei norite keisti žemėlapių nustatymus, puslapyje GroupRide pasirinkite .

Išėjimas iš GroupRide sesijos

Jei norite, kad Edge dviračio kompiuteris pašalintų jus iš kitų dviratininkų žemėlapių ir sąrašų, jums reikia veikiančio interneto ryšio.

Galite bet kada išeiti iš GroupRide sesijos.

Pasirinkite parinktį:

- Važiuodami perbraukite žemyn, atsidarys valdiklių rodinys, jame pasirinkite **Išeiti iš „GroupRide“**.
- **GroupRide** puslapyje pasirinkite **Išeiti iš „GroupRide“**.
- Paspauskite  > **Išsaugoti**, jei norite stabdyti veiklos laiką ir baigti veiklą.

PATARIMAS: Edge dviračio kompiuteris automatiškai pašalins GroupRide sesiją, kai baigsis jos galiojimas (*Patarimai dėl GroupRide sesijų, 24 psl.*).

Patarimai dėl GroupRide sesijų

- Važiuokite lauke naudodamiesi GPS.
- Susiekite su derinamą Edge dviračio kompiuterį su telefonu naudodami Bluetooth technologiją.
- Grupės dviratininkai gali bet kada pridėti GroupRide sesiją prie savo įrenginio ir prisijungti prie sesijos važiavimo dieną. Sesijos nustoja galioti praėjus 24 valandoms nuo jų pradžios laiko.
- Jei norite bendrinti GroupRide kodą važiavimo metu, pasirinkite  **GroupRide** duomenų ekrane Edge dviračio kompiuteryje.
- Gavę GroupRide žinutę, pasirinkdami  galite nutildyti visus pranešimus apie žinutes tos GroupRide sesijos metu.
- Dviratininkų sąrašas atnaujinamas kas 15 sekundžių, jame rodoma informacija apie 25 arčiausiai esančius dviratininkus 40 km (25 myl.) spinduliu. Jei norite matyti dviratininkus, esančius už 40 km (25 myl.) spindulio ribų, pasirinkite **Rodyti daugiau**.
- Važiavimo metu perbraukę valdiklių rodinį žemyn pamatysite daugiau parinkčių.
- Prieš peržiūrėdami informaciją apie kitų GroupRide sesijos dviratininkų buvimo vietą ir kryptį sustokite (*GroupRide žemėlapių būsenos, 24 psl.*).

Žiūrovų pranešimai

PASTABA: susietame telefone turi būti duomenų planas, o telefonas turi būti duomenų ryšio veikimo zonoje.

Žiūrovų pranešimai – tai funkcija, leidžianti jūsų LiveTrack sekėjams siųsti jums tekstines žinutes, kai važiuojate dviračiu. Galite nustatyti šią funkciją LiveTrack nustatymuose programoje Garmin Connect.

Žiūrovų pranešimų blokavimas

Jei norite blokuoti žiūrovų pranešimus, Garmin rekomenduoja juos išjungti prieš pradedant veiklą.

Pasirinkite  > **Sauga ir stebėjimas** > **LiveTrack** > **Žiūrovų pranešimai**.

Dviračio signalizacijos nustatymas

Galite įjungti dviračio signalizaciją, jei būsite toliau nuo dviračio, pavyzdžiui, sustoję ilgo važiavimo metu. Galite valdyti dviračio signalizaciją naudodamiesi įrenginiu arba įrenginio nustatymais programoje Garmin Connect.

1 Pasirinkite  > **Sauga ir stebėjimas** > **Dvirač. signal.**

2 Sukurkite arba atnaujinkite slaptažodį.

Išjungiant dviračio signalizaciją Edge įrenginyje reikia įvesti slaptažodį.

3 Braukite žemyn nuo ekrano viršaus ir valdiklyje pasirinkite **Nustatyti dviračio signalizaciją**.

Jei įrenginys aptinka judėjimą, skamba signalizacija ir į prijungtą telefoną siunčiamas įspėjimas.

Garsinių raginimų leidimas telefone

Kad galėtumėte nustatyti garsinius raginimus, reikia susieti telefoną, kuriame įrašyta programa Garmin Connect, su Edge dviračio kompiuteriu.

Galite nustatyti, kad programa Garmin Connect leistų motyvacinius būsenos pranešimus telefone jums važiuojant ar užsiimant kita veikla. Garsiniai raginimai apima ratų skaičių ir rato laiką, navigaciją, galią, tempą ar greitį ir širdies dažnio duomenis. Kai leidžiamas garsinis raginimas, programa Garmin Connect nutildo pagrindinį garso šaltinį telefone. Galite nustatyti pasirinktą garsumo lygį programoje Garmin Connect.

1 Programoje Garmin Connect pasirinkite ●●●.

2 Pasirinkite „**Garmin**“ įrenginiai.

3 Pasirinkite įrenginį.

4 Pasirinkite **Garsiniai raginimai**.

Muzikos klausymasis

ĮSPĖJIMAS

Nesiklausykite muzikos važiuodami viešaisiais keliais, nes praradę dėmesingumą galite patekti į avariją ir sunkiai ar net mirtinai susižeisti. Naudotojas privalo žinoti ir suprasti vietos įstatymus ir taisykles dėl ausinių naudojimo važiuojant dviračiu.

Galite valdyti telefono muzikos atkūrimą naudodamiesi Edge dviračio kompiuteriu.

1 Telefone pradėkite leisti dainą ar grojaraštį.

2 Pasirinkite parinktį:

- Braukdami žemyn nuo Edge dviračio kompiuterio ekrano viršaus atidarykite valdiklius, o tada braukdami kairėn arba dešinėn atidarykite muzikos valdiklį.

PASTABA: galite pridėti parinkčių prie valdiklių juostos (*Valdiklių juostos tinkinimas, 47 psl.*).

- Braukite kairėn arba dešinėn ir atidarykite muzikos valdiklių duomenų ekraną (*Muzikos valdiklių duomenų ekrano pridėjimas, 42 psl.*).

3 Pradėkite klausytis muzikos iš susieto telefono.

Galite valdyti telefono muzikos atkūrimą naudodamiesi Edge dviračio kompiuteriu.

Treniruotė

Treniravimasis patalpose

Įrenginyje yra veikla patalpose profilis, naudojamas, kai GPS funkcija išjungta. Jei GPS funkcija išjungta, greičio ir atstumo duomenys nepasiekiami, nebent turite suderinamą jutiklį ar vidaus treniruoklį, kurie siunčia greičio ir atstumo duomenis į įrenginį.

Patalpos treniruoklio susiejimas

- 1 Laikykitės Edge dviračio kompiuterį ne didesniu kaip 3 m (10 pėdų) atstumu nuo patalpos treniruoklio.
- 2 Pasirinkite dviračio treniruoklio profilį.
- 3 Pradėkite minti patalpos treniruoklio pedalus arba paspauskite susiejimo mygtuką.

Daugiau informacijos rasite patalpos treniruoklio naudotojo vadove.

- 4 Edge dviračio kompiuteryje pateikiamas pranešimas.

PASTABA: jei nematote pranešimo, pasirinkite  > **Jutikliai** > **Pridėti jutiklį**.

- 5 Vadovaukitės ekrane pateikiamomis instrukcijomis.

Kai patalpos treniruoklis bus susietas su Edge dviračio kompiuteriu naudojant ANT+® technologiją, jis bus rodomas kaip prijungtas jutiklis. Pakeitę duomenų laukus, galėsite matyti jutiklio duomenis.

Vidaus treniruoklio naudojimas

Prieš naudojant suderinamą vidaus treniruoklį, reikia susieti treniruoklį su įrenginiu naudojant ANT+ technologiją (*Patalpos treniruoklio susiejimas, 26 psl.*).

Kai kurios funkcijos ir nustatymai pasiekiami ne visuose patalpos treniruokliuose. Daugiau informacijos rasite treniruoklio naudotojo vadove.

Galite naudoti įrenginį su vidaus treniruokliu ir imituoti pasipriešinimą, kai laikotės trasos ar veiklos. Naudojant vidaus treniruoklį, GPS funkcija automatiškai išsijungia.

- 1 Pasirinkite  > **Treniravimasis** > **Patalpos treniruoklis**.

- 2 Pasirinkite parinktį:

- Pasirinkite **Laisvas važiavimas**, jei norite reguliuoti pasipriešinimo lygį rankiniu būdu.
- Pasirinkite **Sekti trasą**, jei norite laikytis išsaugotos trasos (*Trasos, 10 psl.*).
- Pasirinkite **Sekti veiklą**, jei norite laikytis išsaugoto važiavimo (*Važiavimas dviračiu, 5 psl.*).
- Jei yra, pasirinkite **Nustatyti lygį**, **Nustatyti pasipriešinimą** arba **Nustatyti galios tikslą** ir tinkinkite važiavimą.

PASTABA: treniruoklio pasipriešinimas keičiasi priklausomai nuo trasos arba važiavimo informacijos.

- 3 Pasirinkite trasą arba veiklą.
- 4 Pasirinkite **Važiuoti**.
- 5 Paspauskite , jei norite įjungti veiklos laikmatį.

Pasipriešinimo nustatymas

- 1 Pasirinkite  > **Treniravimasis** > **Patalpos treniruoklis** > **Nustatyti pasipriešinimą**.
- 2 Pasirinkdami  arba  nustatykite treniruoklio taikomą pasipriešinimo jėgą.
- 3 Paspauskite , jei norite įjungti veiklos laikmatį.
- 4 Jei reikia, pasirinkdami  arba  keiskite pasipriešinimą veiklos metu.

Imituojamo nuolydžio nustatymas

- 1 Pasirinkite  > **Treniravimasis** > **Patalpos treniruoklis** > **Nustatyti lygį**.
- 2 Pasirinkdami  arba  nustatykite treniruoklio taikomą imituojamą nuolydį.
- 3 Paspauskite , jei norite įjungti veiklos laikmatį.
- 4 Jei reikia, pasirinkdami  arba  keiskite imituojamą nuolydį veiklos metu.

Galios tikslo nustatymas

- 1 Pasirinkite  > **Treniravimasis** > **Patalpos treniruoklis** > **Nustatyti galios tikslą**.
- 2 Nustatykite galios tikslo vertę.
- 3 Paspauskite , jei norite įjungti veiklos laikmatį.

Treniruoklio taikoma pasipriešinimo jėga koreguojama siekiant išlaikyti pastovią generuojamą galią priklausomai nuo jūsų greičio.

- 4 Jei reikia, pasirinkdami  arba  keiskite galios tikslą veiklos metu.

Treniravimosi tikslo nustatymas

- 1 Pasirinkite **Treniravimasis > Nustatyti uždavinį**.
- 2 Pasirinkite parinktį:
 - Pasirinkite **Tik atstumas**, jei norite pasirinkti iš anksto nustatytą atstumą arba įvesti tinkantį atstumą.
 - Pasirinkite **Atstumas ir laikas**, jei norite pasirinkti atstumo ir laiko tikslą.
 - Pasirinkite **Atstumas ir greitis**, jei norite pasirinkti atstumo ir greičio tikslą.

Atsidarys treniravimosi tikslo ekranas, kuriame bus rodomas apskaičiuotas finišo laikas. Apskaičiuotas finišo laikas priklauso nuo jūsų dabartinių rezultatų ir likusio laiko.
- 3 Pasirinkite .
- 4 Paspauskite , jei norite įjungti veiklos laikmatį.
- 5 Kai baigsite veiklą, paspauskite  ir pasirinkite **Išsaugoti**.

Lenktyniavimas su ankstesne veikla

Galite lenktyniauti su anksčiau įrašyta veikla arba išsaugota trasa.

- 1 Pasirinkite  > **Treniravimasis > Lenktyniauti pagal veiklą**.
- 2 Pasirinkite parinktį:
 - Pasirinkite **Lenktyniauti pagal veiklą**.
 - Pasirinkite **Išsaugotos trasos**.
- 3 Pasirinkite veiklą arba trasą.
- 4 Pasirinkite **Važiuoti**.
- 5 Paspauskite , jei norite įjungti veiklos laikmatį.

Mano statistika

Edge Explore 2 dviračio kompiuteris gali stebėti jūsų asmeninę statistiką ir apskaičiuoti efektyvumo matavimus. Efektyvumo matavimams reikia suderinamo širdies dažnio monitoriaus, galios matuoklio arba išmaniojo treniruoklio.

Rezultatų matavimai

Šie rezultatų matavimai yra įvertinimai, kurie gali padėti stebėti ir treniravimosi veiklą, ir varžybų rezultatus. Norint užfiksuoti matavimus, reikia atlikti kelias veiklas naudojant ant riešo ar ant krūtinės tvirtinamą suderinamą širdies dažnio monitorių. Norint užfiksuoti važiavimo dviračiu rezultatus, reikia širdies dažnio monitoriaus ir galios matuoklio.

Šiuos įverčius teikia ir palaiko Firstbeat Analytics™. Daugiau informacijos rasite adresu www.garmin.com/performance-data.

PASTABA: įverčiai iš pradžių gali atrodyti netikslūs. Norint gauti informacijos apie savo efektyvumą, reikia atlikti keletą veiklų naudojantis įrenginiu.

VO2 maksimumas: VO2 maksimumas yra maksimalus deguonies kiekis (milimetrais), kurį maksimaliai intensyvios veiklos metu galite sunaudoti per minutę, padalytas iš kūno svorio kilogramų. Įrenginys rodo pagal karštį ir aukštį pakoreguotas VO2 maksimumo vertes, kai aklimatizuojatės prie didelio karščio ar aukščio.

Jėgų atgavimo laikas: jėgų atgavimo laikas yra laikas iki visiško jėgų atgavimo ir pasiruošimo kitai sunkiai treniruotei.

Apie VO2 maksimumo įverčius

VO2 maksimumas yra maksimalus deguonies kiekis (milimetrais), kurį maksimaliai intensyvios veiklos metu galite sunaudoti per minutę, padalytas iš kūno svorio kilogramų. Paprastai tariant, VO2 maksimumas yra atletiško rodiklis ir turėtų didėti gerėjant fiziniam pasirengimui. VO2 maksimumo įverčius teikia ir palaiko Firstbeat. Naudodami Garmin įrenginį, susietą su suderinamu širdies dažnio monitoriumi ir galios matuokliu, galite peržiūrėti važiavimo dviračiu VO2 maksimumo įvertį.

Jūsų VO2 maksimumo įvertio gavimas

Norint peržiūrėti VO2 maksimumo įvertį, reikia užsidėti širdies dažnio monitorių, prijungti galios matuoklį ir susieti juos su įrenginiu (*Belaidžių jutiklių susiejimas, 32 psl.*). Jei įrenginys buvo vienoje pakuotėje su širdies dažnio monitoriumi, įrenginys ir jutiklis jau susieti. Kad vertės būtų kuo tikslesnės, atlikite naudotojo profilio sąranką (*Naudotojo profilio nustatymas, 30 psl.*) ir nustatykite maksimalų širdies dažnį (*Širdies dažnio zonų nustatymas, 32 psl.*).

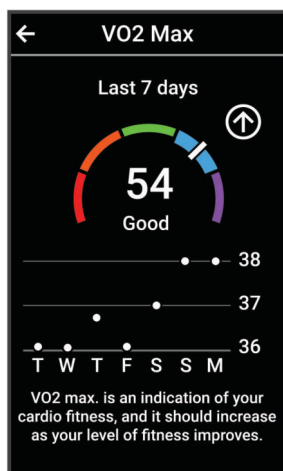
PASTABA: įvertis iš pradžių gali atrodyti netikslus. Kad būtų užfiksuoti važiavimo dviračiu rezultatai, su įrenginiu reikia atlikti kelis važiavimus.

1 Mažiausiai 20 minučių važiuokite pastoviu, dideliu intensyvumu.

2 Baigę važiuoti, pasirinkite **Išsaugoti**.

3 Select  > **Mano statistika** > **VO2 maks..**

VO2 maksimumo įvertis rodomas kaip skaičius ir padėtis spalviniame matuoklyje.



 Violetinė	Geriausias
 Mėlyna	Puikus
 Žalia	Geras
 Oranžinė	Patenkinamas
 Raudona	Prastas

VO2 maksimumo duomenų analizė atliekama gavus The Cooper Institute® leidimą. Jei reikia daugiau informacijos, žr. priedą (*VO2 maks. standartiniai įvertiniai, 62 psl.*) ir apsilankykite www.CooperInstitute.org.

Važiavimo dviračiu VO2 maksimumo vertinimo patarimai

VO2 maksimumo skaičiavimo sėkmė ir tikslumas didėja, kai važiuojate stabiliomis ir vidutiniškai didelėmis pastangomis, o širdies dažnis ir galia svyruoja nestipriai.

- Prieš važiuodami patikrinkite, ar įrenginys, širdies dažnio monitorius ir galios matuoklis veikia tinkamai, yra susieti, o jų baterijų įkrova pakankama.
- Važiuodami 20 minučių išlaikykite širdies dažnį didesnį nei 70 % jūsų maksimalaus širdies dažnio.
- Važiuodami 20 minučių išlaikykite gana pastovią generuojamą galią.
- Venkite kalvotų vietovių.
- Stenkitės nevažiuoti grupėje, nes susidaro vėjo trauka.

Jėgų atgavimo laikas

Naudodami Garmin įrenginį su ant riešo tvirtinamu širdies dažnio monitoriumi arba suderinamu ant krūtinės tvirtinamu širdies dažnio matuokliu, galite matyti, kiek laiko liko iki visiškų jėgų atgavimo ir pasiruošimo kitai sunkiai treniruotei.

PASTABA: nustatant jėgų atgavimo laiko rekomendaciją naudojamas VO2 maks. įvertis, ir pradžioje ji gali atrodyti netiksli. Jei norite sužinoti apie savo veiklą įrenginyje, reikia, kad atliktumėte keletą veiklų.

Jėgų atgavimo laiko rekomendacija rodoma iš karto po veiklos. Laikas skaičiuojamas atvirkštine tvarka iki optimalaus meto bandyti atlikti kitą sunkią treniruotę. Įrenginys atnaujina jūsų jėgų atgavimo laiką visą parą remdamasis miego, streso, atsipalaidavimo ir fizinio aktyvumo pokyčiais.

Jėgų atgavimo laiko peržiūra

Norint naudotis jėgų atgavimo laiko funkcija, reikia turėti Garmin įrenginį su širdies dažnio matavimo ant riešo funkcija arba suderinamą ant krūtinės tvirtinamą širdies dažnio matuoklį, susietą su jūsų įrenginiu ([Belaidžių jutiklių susiejimas, 32 psl.](#)). Jei įrenginys buvo vienoje pakuotėje su širdies dažnio monitoriumi, įrenginys ir jutiklis jau susieti. Kad vertės būtų kuo tikslesnės, atlikite naudotojo profilio sąranką ([Naudotojo profilio nustatymas, 30 psl.](#)) ir nustatykite maksimalų širdies dažnį ([Širdies dažnio zonų nustatymas, 32 psl.](#)).

1 Pasirinkite  > **Mano statistika** > **Atsigavimas** >  > **Ijungti**.

2 Važiukite dviračiu.

3 Baigę važiuoti, pasirinkite **Išsaugoti**.

Rodomas jėgų atgavimo laikas. Maksimalus laikas yra 4 dienos, o minimalus – 6 valandos.

Pranešimų apie rezultatus išjungimas

Pagal numatytuosius nustatymus rezultatų pranešimai yra įjungti. Kai kurie rezultatų pranešimai yra įspėjimai, kurie rodomi jums baigus veiklą. Kai kurie pranešimai apie rezultatus rodomi veiklos metu arba pasiekus naują rezultatų įvertį, pvz., naują VO2 maksimumo įvertį.

1 Pasirinkite  > **Mano statistika** > **Našumo pranešimai**.

2 Pasirinkite parinktį.

Savo fizinio pasirengimo amžiaus peržiūra

Kad įrenginys galėtų tiksliai apskaičiuoti fizinio pasirengimo amžių, reikia atlikti naudotojo profilio sąranką programoje Garmin Connect.

Fizinio pasirengimo amžius rodo, kaip jūsų fizinį pasirengimą galima palyginti su tos pačios lyties asmeniu. Jūsų įrenginys nurodo fizinio pasirengimo amžių naudodamas tokią informaciją kaip amžius, kūno masės indeksas (KMI), širdies dažnio ilsintis duomenys ir intensyvios veiklos istorija. Jei turite Index™ svarstyklės, fizinio pasirengimo amžiui nustatyti įrenginys vietoje KMI naudoja kūno riebalų procentą. Fizinio pasirengimo amžiui turi įtakos mankšta ir gyvenimo būdo pokyčiai.

Pasirinkite  > **Mano statistika** > **Fizinio pasirengimo amžius**.

Intensyvumo minučių peržiūra

Kad įrenginys galėtų apskaičiuoti intensyvumo minutes, reikia susieti įrenginį ir važiuoti su suderinamu širdies dažnio monitoriumi ([Belaidžių jutiklių susiejimas, 32 psl.](#)).

Tokios sveikatos organizacijos kaip Pasaulinė sveikatos organizacija rekomenduoja per savaitę bent 150 minučių užsiimti vidutinio intensyvumo veikla arba 75 min. per savaitę užsiimti intensyvia veikla. Susiejus su širdies dažnio monitoriumi, Edge dviračio kompiuteris stebi, kiek laiko užsiimate vidutinio ir didelio intensyvumo veikla, jūsų savaitės intensyvumo minučių tikslą ir pažangą siekiant šio tikslo.

Pasirinkite  > **Mano statistika** > **Intensyvumo minutės**.

Asmeniniai rekordai

Kai baigiate važiuoti, įrenginyje rodomi visi nauji važiavimo metu pasiekti asmeniniai rekordai. Asmeniniai rekordai apima greičiausią laiką standartiniame atstume, ilgiausią važiavimą ir didžiausią pakilimą važiuojant. Susiejus su suderinamu galios matuokliu, įrenginyje pateikiamas maksimalus galios rodmuo, užfiksuotas 20 minučių laikotarpiu.

Asmeninių rekordų peržiūra

Pasirinkite  > **Mano statistika** > **Asmeniniai rekordai**.

Asmeninio rekordo atšaukimas

Kiekvieną asmeninį rekordą galite pakeisti anksčiau įrašytu rekordu.

- 1 Pasirinkite  > **Mano statistika** > **Asmeniniai rekordai**.
- 2 Pasirinkite rekordą, kurį norite atšaukti.
- 3 Pasirinkite **Ankstesnis įrašas** > .

PASTABA: tai neištrina jokių išsaugotų veiklų.

Asmeninio rekordo pašalinimas

- 1 Pasirinkite  > **Mano statistika** > **Asmeniniai rekordai**.
- 2 Pasirinkite asmeninį rekordą.
- 3 Pasirinkite  > .

Treniravimosi zonos

- Širdies dažnio zonos ([Širdies dažnio zonų nustatymas, 32 psl.](#))
- Galios zonos ([Savo galios zonų nustatymas, 33 psl.](#))

Naudotojo profilio nustatymas

Galite atnaujinti lyties, amžiaus, svorio ir ūgio nustatymus. Įrenginys šią informaciją naudoja tiksliais važiavimo duomenims apskaičiuoti.

- 1 Pasirinkite  > **Mano statistika** > **Naudotojo profilis**.
- 2 Pasirinkite parinktį.

Belaidžiai jutikliai

Galite susieti Edge dviračio kompiuterį ir naudoti su belaidžiais jutikliais naudodami ANT+ arba Bluetooth technologiją (*Belaidžių jutiklių susiejimas, 32 psl.*). Susieję įrenginius, galite keisti pasirenkamus duomenų laukus (*Duomenų ekrano pridėjimas, 42 psl.*). Jei jutiklis buvo pateiktas kartu su įrenginiu, jie jau susieti.

Jei reikia informacijos apie konkretaus Garmin jutiklio suderinamumą ar įsigijimą arba norite skaityti naudotojo vadovą, apsilankykite buy.garmin.com ir ieškokite atitinkamo jutiklio.

Jutiklio tipas	Aprašas
eBike	Naudodami įrenginį su „eBike“ galite važiuodami peržiūrėti dviračio duomenis, pvz., informaciją apie bateriją ir pavarų perjungimą (<i>„eBike“ jutiklių informacijos peržiūra, 36 psl.</i>).
„Edge“ nuotolinio valdymo pultas	Galite valdyti Edge dviračio kompiuterį naudodamiesi Edge nuotolinio valdymo pultu, įskaitant veiklos laikmačio įjungimą, ratų žymėjimą ir slinkimą duomenų ekranais.
Širdies dažnis	Naudodami išorinį jutiklį, pavyzdžiui, HRM 200, HRM 600, HRM-Dual™, HRM-Fit™ arba HRM-Pro™ serijos širdies dažnio monitorių, galite matyti širdies dažnio duomenis veiklos metu.
„inReach“ n. v. pultas	inReach® nuotolinio valdymo funkcija suteikia galimybę valdyti inReach palydovinį komuni-katorių naudojantis Edge dviračio kompiuteriu (<i>inReach nuotolinio valdymo funkcijos naudo-jimas, 36 psl.</i>).
Žibintai	Naudodamiesi Varia™ išmaniaisiais dviračio žibintais galite geriau matyti aplinką. Su Varia priekinio žibinto kamera taip pat galite fotografuoti ir filmuoti važiuodami (<i>Varia kameros valdiklių naudojimas, 35 psl.</i>).
Galia	Jei norite peržiūrėti galios duomenis įrenginyje, galite naudotis Rally™ arba Vector™ galią matuojančiais dviračio pedalais. Galite keisti galios zonas pagal savo tikslus ir galimybes (<i>Savo galios zonų nustatymas, 33 psl.</i>) arba naudotis diapazonų įspėjimais, kurie pateikiami pasiekus nurodytą galios zoną (<i>Įspėjimų apie diapazoną nustatymas, 43 psl.</i>).
Radaras	Naudodami Varia galinio vaizdo dviračio radarą galite gauti daugiau informacijos apie aplinką ir įspėjimus apie artėjančias transporto priemones. Su Varia radaro kameros galiniu žibintu taip pat galite fotografuoti ir filmuoti važiuodami (<i>Varia kameros valdiklių naudo-jimas, 35 psl.</i>).
Shimano E-Bike	Naudodami dviračio kompiuterį su „Shimano“ eBike sistema galite važiuodami peržiūrėti dviračio duomenis, pvz., informaciją apie bateriją ir pavarų perjungimą (<i>„eBike“ jutiklių infor-macijos peržiūra, 36 psl.</i>).
Išmanusis treni-ruoklis	Naudodami dviračio kompiuterį su išmaniuoju dviračio treniruokliu galite imituoti pasiprieši-nimą, kai važiuojate trasa ar be trasos (<i>Vidaus treniruoklio naudojimas, 26 psl.</i>).
Greitis / kadencija	Galite prijungti greičio arba kadencijos jutiklius prie dviračio ir peržiūrėti duomenis dviračio kompiuteryje važiuodami. Jei reikia, galite neautomatiškai įvesti rato perimetrą (<i>Ratų dydis ir perimetras, 62 psl.</i>).
Temperatūra	Galite prisegti tempe™ temperatūros jutiklį prie tvirtinimo dirželio ar kilpos, kad jis nebūtų uždengtas nuo aplinkos oro ir galėtų nuolat teikti tikslius temperatūros duomenis.
VIRB	VIRB® nuotolinio valdymo funkcija leidžia valdyti VIRB veiksmo kamerą naudojantis dviračio kompiuteriu.

Belaidžių jutiklių susiejimas

Pirmą kartą belaidį jutiklį prijungdami prie savo įrenginio naudodami ANT+ arba Bluetooth technologiją, įrenginį ir jutiklį turite susieti. Susiejus, Edge dviračio kompiuteris automatiškai prisijungia prie jutiklio, kai pradėsite veiklą, jei jutiklis įjungtas ir pasiekiamas. Daugiau informacijos apie ryšio tipus žr. www.garmin.com/hrm_connection_types.

PASTABA: jei jutiklis buvo pateiktas kartu su įrenginiu, jie jau susieti.

- 1 Užsidėkite širdies dažnio monitorių ir prijunkite jutiklį arba paspauskite mygtuką, kad jį pažadintumėte.

PASTABA: informacijos apie susiejimą ieškokite belaidžio jutiklio naudotojo vadove.

- 2 Įrenginys turi būti ne didesniu kaip 3 m (10 pėdų) atstumu nuo jutiklio.

PASTABA: susiedami būkite bent 10 m (33 pėdų) atstumu nuo kitų dviratininkų jutiklių.

- 3 Pasirinkite  > **Jutikliai** > **Pridėti jutiklį**.

- 4 Pasirinkite parinktį:

- Pasirinkite jutiklio tipą.
- Pasirinkite **Ieškoti visų**, jei norite ieškoti visų netoliese esančių jutiklių.

Atidaromas pasiekiamų jutiklių sąrašas.

- 5 Pasirinkite vieną ar kelis jutiklius, kuriuos norite susieti su įrenginiu.

- 6 Pasirinkite **Pridėti**.

Kai jutiklis susiejamas su įrenginiu, jutiklio būseną yra Prisijungta. Galite tinkinti duomenų lauką, kad būtų rodomi jutiklio duomenys.

Belaidžio jutiklio baterijos veikimo laikas

Jums išvažiavus, rodomi belaidžių jutiklių, kuriuos prijungėte tai veiklai, baterijų įkrovos lygiai. Sąrašas rikiuojamas pagal baterijos įkrovos lygį.

Širdies dažnio zonų nustatymas

Siekiant nustatyti jūsų širdies dažnio zonas, įrenginys naudoja naudotojo profilio informaciją iš pradinės sąrankos. Įvertinę savo fizinio pasirengimo tikslus, galite keisti širdies dažnio zonas rankiniu būdu (*Fizinio pasirengimo tikslai*, 33 psl.). Kad veiklos metu gautumėte kuo tikslesnius kalorijų duomenis, nustatykite maksimalų širdies dažnį, širdies dažnį ilsintis ir širdies dažnio zonas.

- 1 Pasirinkite  > **Mano statistika** > **Treniruotės zonos** > **Širdies dažnio zonos**.

- 2 Įveskite maksimumo ir širdies dažnio ilsintis vertes.

Zonų vertės atnaujinamos automatiškai, bet galite redaguoti kiekvieną vertę rankiniu būdu.

- 3 Pasirinkite **Pagal**:

- 4 Pasirinkite parinktį:

- Pasirinkite **D / S**, kad peržiūrėtumėte ir redaguotumėte dūžių per minutę zonas.
- Pasirinkite **% maks**, jei norite peržiūrėti ir redaguoti zonas kaip maksimalaus širdies dažnio procentą.
- Pasirinkite **% ŠDR**, jei norite peržiūrėti ir redaguoti zonas kaip širdies dažnio rezervo procentą (maksimalus širdies dažnis minus širdies dažnis ilsintis).

Apie širdies dažnio zonas

Daug sportininkų širdies dažnio zonas naudoja siekdami išmatuoti ir padidinti kardiovaskuliarinę jėgą ir pagerinti fizinį pasirengimą. Širdies dažnio zona yra nustatytas širdies susitraukimo kartų per minutę diapazonas. Penkios įprastai nustatytos širdies dažnio zonos sunumeruotos nuo 1 iki 5, pagal didėjančią intensyvumą. Bendrai kalbant, širdies dažnio zonos apskaičiuojamos pagal maksimalaus širdies dažnio procentinę dalį.

Fizinio pasirengimo tikslai

Žinodami savo širdies dažnio zonas galėsite lengviau vertinti ir gerinti fizinį pasirengimą suprasdami ir taikydami šiuos principus.

- Jūsų širdies dažnis yra geras mankštinimosi intensyvumo rodiklis.
- Treniravimasis tam tikrose širdies dažnio zonose gali padėti padidinti širdies ir kraujagyslių pajėgumą bei jėgą.

Jei žinote savo maksimalų širdies dažnį, naudodamiesi lentele (*Širdies dažnio zonų skaičiavimas, 62 psl.*) galite nustatyti savo fizinio pasirengimo tikslams tinkamiausią širdies dažnio zoną.

Jei savo maksimalaus širdies dažnio nežinote, naudokitės internete siūlomais skaičiuotuvais. Kai kurie sporto ir sveikatos centrai gali pasiūlyti testą maksimaliam širdies dažniui nustatyti. Numatytasis maksimalus širdies dažnis yra 220 minus jūsų amžius.

Treniruotė naudojant galios matuoklius

- Apsilankykite www.garmin.com/cycling, kur rasite su Edge dviračio kompiuteriu (pavyzdžiui, Rally ir Vector sistemomis) suderinamų galios matuoklių sąrašą.
- Daugiau informacijos rasite galios matuoklio naudotojo vadove.
- Sureguliuokite galios zonas pagal savo tikslus ir galimybes (*Savo galios zonų nustatymas, 33 psl.*).
- Naudokitės diapazonų įspėjimais, kurie pateikiami pasiekus tam tikrą galios zoną (*Įspėjimų apie diapazoną nustatymas, 43 psl.*).
- Tinkinkite galios duomenų laukus (*Duomenų ekrano pridėjimas, 42 psl.*).

Savo galios zonų nustatymas

Zonų vertės yra numatytosios ir gali neatitikti jūsų asmeninių galimybių. Galite koreguoti zonas rankiniu būdu įrenginyje arba naudodamiesi Garmin Connect. Jei žinote savo galios funkcinio slenksčio (GFS) vertę, galite ją įvesti ir leisti programinei įrangai apskaičiuoti jūsų galios zonas automatiškai.

- 1 Pasirinkite  > **Mano statistika** > **Treniruotės zonos** > **Galios zonos**.
- 2 Įveskite savo GFS vertę.
- 3 Pasirinkite **Pagal**.
- 4 Pasirinkite parinktį:
 - Pasirinkite **vatai**, jei norite peržiūrėti ir redaguoti zonas vatais.
 - Pasirinkite **% GFS**, jei norite peržiūrėti ir redaguoti zonas pagal jūsų galios funkcinio slenksčio procentinę vertę.
 - Pasirinkite **Konfigūracija**, jei norite redaguoti galios zonų skaičių.

Galios matuoklio kalibravimas

Norint kalibruoti galios matuoklį, reikia jį įdiegti, susieti su įrenginiu ir įsitikinti, kad galios matuoklis aktyviai siunčia duomenis.

Jūsų konkretaus galios matuoklio kalibravimo nurodymus rasite gamintojo pateiktose instrukcijose.

- 1 Pasirinkite  > **Jutikliai**.
- 2 Pasirinkite savo galios matuoklį.
- 3 Pasirinkite **Patikrinti**.
PATARIMAS: leiskite galios matuokliui veikti, kol bus pateiktas pranešimas.
- 4 Vadovaukitės ekrane pateikiamomis instrukcijomis.

Galia ant pedalo

Rally matuoja galią ant pedalo.

Rally matuoja jūsų taikomą galią kelis šimtus kartų per sekundę. Rally taip pat matuoja jūsų kadenciją arba pedalo sukimosi greitį. Matuodamas jėgą, jėgos kryptį, švaistiklio sukimąsi ir laiką Rally gali nustatyti galią (vatais). Rally atskirai matuoja kairės ir dešinės kojos galią, todėl gali nurodyti kairės ir dešinės kojų galios balansą.

PASTABA: vieno pedalo Rally sistema nenurodo kairės ir dešinės kojų galios balanso.

Rally sistemos programinės įrangos naujinimas naudojantis Edge dviračio kompiuteriu

Norint naujinti programinę įrangą, reikia susieti Edge dviračio kompiuterį su Rally sistema.

- 1 Siųskite važiavimo duomenis į Garmin Connect paskyrą (*Važiavimo siuntimas į Garmin Connect, 38 psl.*).
Garmin Connect automatiškai ieško programinės įrangos naujinių ir siunčia juos į Edge dviračio kompiuterį.
- 2 Edge dviračio kompiuteris turi būti galios matuoklių ryšio diapazone (3 m).
- 3 Kelis kartus pasukite švaistiklį. Edge dviračio kompiuteris paragina diegti visus laukiančius programinės įrangos naujinius.
- 4 Vadovaukitės ekrane pateikiamomis instrukcijomis.

Aplinkos įvertinimas

ĮSPĖJIMAS

Varia linijos produktai dviratininkams gali padėti geriau įvertinti aplinką. Jie negali atstoti dviratininko atidumo ir apdairumo. Visada stebėkite aplinką ir valdykite dviratį saugiai. Antraip kils sunkių ar net mirtinų sužeidimų pavojus.

Edge dviračio kompiuterį galima naudoti su Varia linijos produktais dviratininkams (*Belaidžiai jutikliai, 31 psl.*). Daugiau informacijos žiūrėkite priedo naudotojo vadove.

Varia kameros valdiklių naudojimas

PRANEŠIMAS

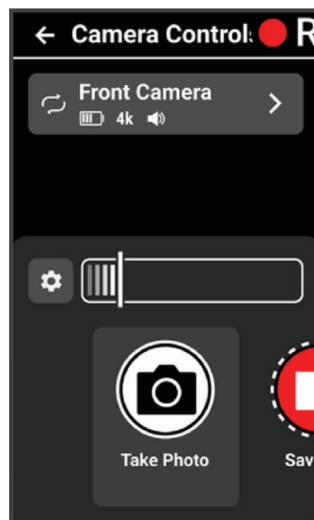
Kai kuriose jurisdikcijose vaizdo ar garso įrašymas bei fotografavimas gali būti draudžiamas arba reglamentuojamas, arba gali būti reikalaujama, kad visos šalys žinotų apie įrašymą ir duotų sutikimą. Už visų jurisdikcijos, kurioje ketinate naudoti šį įrenginį, įstatymų, taisyklių ir kitų apribojimų žinojimą ir laikymąsi atsakote jūs patys.

Prieš naudojantis Varia kameros valdikliais reikia susieti priedą su dviračio kompiuteriu ([Belaidžių jutiklių susiejimas, 32 psl.](#)).

- 1 Paliesdami ekraną atidarykite laikmačio perdangą ir pasirinkite ➤.

PATARIMAS: taip pat galite valdyti kamerą naudodamiesi sparčiaisiais veiksmų mygtukais laikmačio perdangoje.

Dviračio kompiuteryje rodomi kameros valdikliai ir visų prijungtų kamerų įrašymo režimas, baterijos būseną, vaizdo įrašo raiška ir garso būseną.



- 2 Pasirinkite parinktį:
 - Pasirinkite **Priekinio žibinto kamera** arba **Radaro kamera** ir pritaikykite kameros nustatymus.
 - Pasirinkite ⚙️, jei norite pritaikyti laikmačio perdangoje rodomus sparčiuosius veiksmų mygtukus.
 - Pasirinkite **Daryti nuotr.**, **Išsaugoti klipą** arba **Filmuoti važiav..**

Žalio grėsmės lygio signalo įjungimas

Norint įjungti žalią grėsmės lygio signalą, reikia susieti įrenginį su suderinamu Varia galinio vaizdo radaru ir įjungti garsinius signalus.

Galite įjungti garsinį signalą, leidžiamą, kai ratas nustato žalią grėsmės lygį.

- 1 Pasirinkite ☰ > **Jutikliai**.
- 2 Pasirinkite radarą.
- 3 Pasirinkite **Jutiklio duomenys** > **Įspėjimų nustatymai**.
- 4 Pasirinkite perjungiklį **Žalio grėsmės lygio signalas**.

Treniravimasis su „eBike“

Norint naudoti suderinamą „eBike“, pvz., „Shimano eBike“ sistemą, reikia susieti jį su Edge įrenginiu ([Belaidžių jutiklių susiejimas, 32 psl.](#)). Galite keisti pasirenkamą „eBike“ duomenų ekraną ir duomenų laukus ([Duomenų ekrano pridėjimas, 42 psl.](#)).

„eBike“ jutiklių informacijos peržiūra

- 1 Pasirinkite  > **Jutikliai**.
 - 2 Pasirinkite savo „eBike“.
 - 3 Pasirinkite parinktį:
 - Jei norite peržiūrėti „eBike“ informaciją, pvz., odometrą arba kelionės atstumą, pasirinkite **Jutiklio duomenys** > **El. dviračio informacija**.
 - Jei norite peržiūrėti „eBike“ klaidų pranešimus, pasirinkite .
- Daugiau informacijos rasite „eBike“ naudotojo vadove.

inReach nuotolinis valdymas

inReach nuotolinio valdymo funkcija suteikia galimybę valdyti palydovinį komunikatorių inReach naudojantis Edge dviračio kompiuteriu. Daugiau informacijos apie suderinamus įrenginius rasite adresu buy.garmin.com.

inReach nuotolinio valdymo funkcijos naudojimas

- 1 Įjunkite palydovinį komunikatorių inReach.
 - 2 Edge dviračio kompiuteryje pasirinkite  > **Jutikliai** > **Pridėti jutiklį** > **inReach**.
 - 3 Pasirinkite palydovinį komunikatorių inReach ir pasirinkite **Pridėti**.
 - 4 Pradžios ekrane braukite žemyn, tada braukdami kairėn arba dešinėn atidarykite inReach nuotolinį valdiklį.
 - 5 Pasirinkite parinktį:
 - Jei norite siųsti standartinę žinutę, pasirinkite  > **Siųsti išanks praneš** ir pasirinkite žinutę sąraše.
 - Jei norite siųsti tekstinę žinutę, pasirinkite  > **Pradėti pokalbį**, tada pasirinkite žinutės adresatus ir įveskite žinutės tekstą arba pasirinkite kurią nors greitąją tekstinę žinutę.
 - Jei stebėjimo sesijos metu norite matyti laikmatį ir įveiktą atstumą, pasirinkite  > **Pradėti stebėti**.
 - Norėdami siųsti SOS žinutę, pasirinkite **SOS**.
- PASTABA:** SOS funkciją naudokite tik esant tikrai pavojingai situacijai.

Istorija

Istorijos infoskydelyje Edge Explore 2 dviračio kompiuteryje rodomas laikas, atstumas, kalorijos, greitis, rato duomenys, aukštis ir pasirenkama informacija apie jutiklius naudojant ANT+ technologiją.

PASTABA: istorija neįrašoma, kai veiklos laikmatis sustabdytas arba pristabdytas.

Kai įrenginio atmintis užpildoma, pateikiamas pranešimas. Įrenginys neištrina ir neperrašo jūsų istorijos automatiškai. Reguliariai įkelkite savo istoriją į Garmin Connect paskyrą, kad turėtumėte visus važiavimo duomenis.

Važiavimo peržiūra

- 1 Kai rodomas pradžios ekranas, perbraukdami aukštyn arba žemyn atidarykite istorijos infoskydelį.
PASTABA: gali reikėti pridėti šį infoskydelį prie pradžios ekrano (*Infoskydelių tinkinimas, 47 psl.*).
- 2 Pasirinkite istorijos infoskydelį.
- 3 Pasirinkite **Važiavimai**.
- 4 Pasirinkite važiavimą.
- 5 Pasirinkite parinktį.

Laiko kiekvienoje treniravimosi zonoje peržiūra

Norint peržiūrėti savo laiką kiekvienoje treniravimosi zonoje, reikia susieti įrenginį su suderinamu širdies dažnio monitoriumi arba galios matuokliu, o tada atlikti ir išsaugoti veiklą.

Laiko kiekvienoje širdies dažnio zonoje ir galios zonoje peržiūra gali padėti koreguoti treniravimosi intensyvumą. Galite koreguoti savo galios zonas (*Savo galios zonų nustatymas, 33 psl.*) ir širdies dažnio zonas (*Širdies dažnio zonų nustatymas, 32 psl.*), kad jos atitiktų jūsų tikslus ir galimybes. Galite pakeisti duomenų lauką, kad būtų rodomas laikas treniravimosi zonose važiuojant (*Duomenų ekrano pridėjimas, 42 psl.*).

- 1 Kai rodomas pradžios ekranas, perbraukdami aukštyn arba žemyn atidarykite istorijos infoskydelį.
PASTABA: gali reikėti pridėti šį infoskydelį prie pradžios ekrano (*Infoskydelių tinkinimas, 47 psl.*).
- 2 Pasirinkite istorijos infoskydelį.
- 3 Pasirinkite **Važiavimai**.
- 4 Pasirinkite važiavimą.
- 5 Pasirinkite **Suvestinė**.
- 6 Pasirinkite parinktį:
 - Pasirinkite **ŠD zonos**.
 - Pasirinkite **Galios zonos**.

Važiavimo šalinimas

- 1 Kai rodomas pradžios ekranas, perbraukdami aukštyn arba žemyn atidarykite istorijos infoskydelį.
PASTABA: gali reikėti pridėti šį infoskydelį prie pradžios ekrano (*Infoskydelių tinkinimas, 47 psl.*).
- 2 Pasirinkite istorijos infoskydelį.
- 3 Pasirinkite **Važiavimai**.
- 4 Braukite važiavimą į kairę ir pasirinkite .

Duomenų bendrųjų verčių peržiūra

Galite peržiūrėti sukauptus įrenginyje išsaugotus duomenis, įskaitant važiavimų skaičių, laiką, atstumą ir kalorijas.

- 1 Kai rodomas pradžios ekranas, perbraukdami aukštyn arba žemyn atidarykite istorijos infoskydelį.
PASTABA: gali reikėti pridėti šį infoskydelį prie pradžios ekrano (*Infoskydelių tinkinimas, 47 psl.*).
- 2 Pasirinkite istorijos infoskydelį.
- 3 Pasirinkite **Iš viso**.

Duomenų bendrųjų verčių šalinimas

- 1 Kai rodomas pradžios ekranas, perbraukdami aukštyn arba žemyn atidarykite istorijos infoskydelį.
PASTABA: gali reikėti pridėti šį infoskydelį prie pradžios ekrano (*Infoskydelių tinkinimas, 47 psl.*).
- 2 Pasirinkite istorijos infoskydelį.
- 3 Pasirinkite **Iš viso**.
- 4 Pasirinkite parinktį:
 - Pasirinkdami  pašalinkite visas bendrąsias duomenų vertes iš istorijos.
 - Jei norite panaikinti vieno profilio sukauptas bendrąsias duomenų vertes, pasirinkite veiklos profilį.**PASTABA:** tai neištrina jokių išsaugotų veiklų.
- 5 Pasirinkite .

Garmin Connect

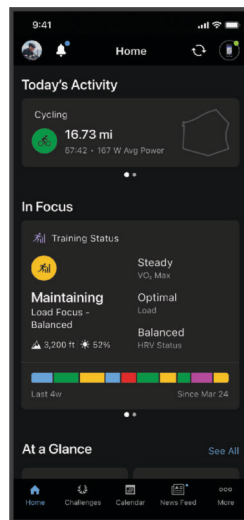
Naudodami Garmin Connect galite susisiekti su draugais. Garmin Connect suteikia įrankių, padedančių stebėti, analizuoti, bendrinti ir skatinti vieniems kitus. Registruokite savo aktyvaus gyvenimo būdo įvykius, įskaitant važiavimą dviračiu, bėgimą, vaikščiojimą, plaukimą, žygius, triatloną ir pan.

Galite sukurti nemokamą Garmin Connect paskyrą, kai susiejate įrenginį su telefonu naudodami programą Garmin Connect, arba galite apsilankyti adresu connect.garmin.com.

Išsaugokite veiklas: baigę veiklą ir išsaugoję ją įrenginyje, galite įkelti veiklą į Garmin Connect paskyrą ir saugoti tiek, kiek norite.

Analizuokite duomenis: galite peržiūrėti išsamesnę informaciją apie veiklą, įskaitant laiką, atstumą, aukštį, širdies dažnį, sudegintas kalorijas, kadenciją, žemėlapių vaizdą, tempo ir greičio schemas bei tinkinamas ataskaitas.

PASTABA: tam tikriems duomenims reikia atskirai įsigyjamo priedo, pvz., širdies dažnio monitoriaus.



Bendrinkite savo veiklą: galite susisiekti su draugais ir stebėti vieni kitų veiklas arba bendrinti veiklų nuorodas.

Tvarkykite nustatymus: galite pritaikyti dviračio kompiuterio ir naudotojo nustatymus Garmin Connect paskyroje.

Garmin Connect+ prenumerata

Užsisakę Garmin Connect+ prenumeratą galite patobulinti jūsų Garmin Connect paskyroje esančius duomenis, ryšius ir treniruotes. Norėdami užsiregistruoti, atsisiųskite programą Garmin Connect iš programų parduotuvės telefone arba apsilankykite adresu connect.garmin.com.

„Active Intelligence“ (AI): gaukite DI įžvalgas apie savo duomenis ir veiklą.

LiveTrack+: siųskite LiveTrack teksto žinutes, gaukite suasmenintą profilio puslapį ir peržiūrėkite ankstesnius LiveTrack seansus.

Efekttyvumo ataskaitų sritis: peržiūrėkite savo treniruočių duomenis jums tinkamiausiu būdu naudodami pritaikytas diagramas ir grafikus.

Socialinės funkcijos: gaukite galimybę naudotis išskirtiniais ženkleliais, ženklelių iššūkiais ir dvigubais taškais už iššūkius. Galite atnaujinti savo profilio avatarą pritaikomais rėmeliais.

Važiavimo siuntimas į Garmin Connect

- Sinchronizuokite Edge dviračio kompiuterį su programa Garmin Connect telefone.
- Naudodami su Edge dviračio kompiuteriu pateiktą USB kabelį siųskite važiavimo duomenis į Garmin Connect paskyrą kompiuteryje.

Duomenų įrašymas

Įrenginys įrašo taškus kas sekundę. Įrašant taškus kiekvieną sekundę, sukuriamas labai detalus įrašas, kuriam reikia daugiau atminties.

Daugiau informacijos apie kadencijos ir galios duomenų vidurkinimą žr. [Kadencijos ir galios duomenų vidurkinimas, 48 psl.](#)

Duomenų tvarkymas

Įrenginio prijungimas prie kompiuterio

PRANEŠIMAS

Kad išvengtumėte korozijos, prieš įkraudami ar jungdami prie kompiuterio kruopščiai nusauskite USB prievadą, apsauginį dangtelį ir šalia esančią sritį.

- 1 Nuimkite apsauginį dangtelį nuo USB prievado.
- 2 Prijunkite vieną kabelio galą prie USB prievado įrenginyje.
- 3 Kitą kabelio galą prijunkite prie kompiuterio USB prievado.
Jūsų įrenginys rodomas kaip keičiamasis diskas srityje „Šis kompiuteris“ Windows® kompiuteriuose ir kaip pasiekiamas diskas Mac® kompiuteriuose.

Failų perkėlimas į įrenginį

- 1 Prijunkite įrenginį prie kompiuterio.
Priklausomai nuo kompiuteryje įdiegtos operacinės sistemos, įrenginys rodomas kaip nešiojamasis įrenginys, keičiamasis kaupiklis arba keičiamoji talpykla.
PASTABA: pagal numatytuosius nustatymus Mac operacinės sistemos neaptinka įrenginio. Norint atlikti veiksmus su failais įrenginyje, reikia naudoti Garmin Express programinę įrangą.
- 2 Kompiuteryje atidarykite failų naršyklę.
- 3 Pasirinkite failą.
- 4 Pasirinkite **Redaguoti > Kopijuoti**.
- 5 Atidarykite nešiojamąjį įrenginį diską ar atmintį.
- 6 Raskite aplanką.
PASTABA: daugelio tipų failai turi pavadintą aplanką aplanke Garmin.
- 7 Pasirinkite **Redaguoti > Įklijuoti**.
Failas atsiranda failų sąrašė įrenginio atmintyje.

Failų šalinimas

PRANEŠIMAS

Jei nežinote, kam skirtas failas, jo nepašalinkite. Jūsų įrenginio atmintyje yra svarbių sistemos failų, kurių negalima pašalinti.

- 1 Atverkite **Garmin** diską arba talpyklą.
- 2 Jei reikia, atverkite aplanką arba talpyklą.
- 3 Pasirinkite failą.
- 4 Paspauskite jūsų klaviatūroje esantį mygtuką **Šalinti**.
PASTABA: jei naudojate Apple kompiuterį, norėdami visiškai pašalinti failus, turite išvalyti aplanką Šiukšlinė.

USB laido atjungimas

Jei įrenginys prie kompiuterio prijungtas kaip keičiamasis kaupiklis arba talpykla, jį turite saugiai atjungti, kad neprarastumėte duomenų. Jei įrenginys prie Windows kompiuterio prijungtas kaip nešiojamasis įrenginys, saugiai atjungti įrenginį nebūtina.

1 Baikite veiksmą:

- Jei naudojate Windows kompiuterius, pasirinkite piktogramą **Saugiai pašalinti aparatūrą**, esančią sistemos dėkle, ir pažymėkite įrenginį.
- Jei naudojate Apple kompiuterį, pasirinkite įrenginį ir **Failas > Pašalinti**.

2 Atjunkite laidą nuo kompiuterio.

Įrenginio tinkinimas

Connect IQ atsiųnčiamosios funkcijos

Galite pridėti Connect IQ funkcijų prie savo įrenginio iš Garmin ir kitų tiekėjų, naudodamiesi programa Connect IQ.

Duomenų laukai: galite atsisiųsti naujų duomenų laukų, kuriuose jutiklių, veiklos ir istorijos duomenys pateikti naujai. Connect IQ duomenų laukus galima pridėti prie įtaisytyjų funkcijų ir puslapių.

Valdikliai: suteikiama glausta informacija, įskaitant jutiklių duomenis ir pranešimus.

Programos: į įrenginį įtraukiama interaktyvių funkcijų, pvz., naujų lauko ir fizinio pasirengimo veiklos rūšių.

Connect IQ funkcijų atsiuntimas kompiuteriu

- 1 USB laidu įrenginį prijunkite prie kompiuterio.
- 2 Eikite į apps.garmin.com ir prisijunkite.
- 3 Pasirinkite Connect IQ funkciją ir ją atsisiųskite.
- 4 Vadovaukitės ekrane pateikiamomis instrukcijomis.

Veiklos profilio atnaujinimas

Galite tinkinti tris veiklos profilius. Galite tinkinti konkrečios veiklos ar kelionės nustatymus ir duomenų laukus.

PATARIMAS: taip pat galite tinkinti veiklos profilius įrenginio nustatymuose programoje Garmin Connect.

1 Pasirinkite  > **Veiklos profiliai**.

2 Pasirinkite profilį.

3 Jei reikia, pasirinkite  ir redaguokite profilio pavadinimą bei spalvą.

4 Pasirinkite parinktį:

- Pasirinkite **Duomenų ekranai**, jei norite tinkinti duomenų ekranus ir duomenų laukus (*[Duomenų ekrano pridėjimas, 42 psl.](#)*).
- Pasirinkite **Pakilimai** > **ClimbPro**, jei norite įjungti funkciją ClimbPro (*[Kaip naudotis ClimbPro, 13 psl.](#)*).
- Pasirinkite **Pakilimai** > **Lipimo aptikimas**, jei norite tinkinti, kokių tipų įkalnes aptinka įrenginys.
- Pasirinkite **Įspėjimai ir raginimai**, jei norite tinkinti veiklos įspėjimus (*[Įspėjimų ir raginimų nustatymai, 43 psl.](#)*).
- Pasirinkite **Įspėjimai ir raginimai** > **Įspėjimai apie staigius posūkius**, jei norite įjungti įspėjamuosius navigacijos pranešimus apie sudėtingus posūkius.
- Pasirinkite **Įspėjimai ir raginimai** > **Įspėjimai apie intens. eismo kelius**, jei norite įjungti navigacijos įspėjamuosius pranešimus apie intensyvaus eismo kelius.
- Pasirinkite **Įspėjimai ir raginimai** > **Ratas**, jei norite nustatyti, kaip pažymimi ratai (*[Ratų žymėjimas pagal vietą, 44 psl.](#)*).
- Pasirinkite **Laikmatis** > **Auto Pause**, jei norite pakeisti automatinių veiklos laikmačio pauzių laiką (*[Automatinės pauzės naudojimas, 45 psl.](#)*).
- Pasirinkite **Laikmatis** > **Laikmačio paleisties režimas**, jei norite pakeisti, kaip įrenginys aptinka važiavimo pradžią ir automatiškai įjungia veiklos laikmatį (*[Automatinis laikmačio paleidimas, 45 psl.](#)*).
- Pasirinkite **Navigacija** > **Žemėlapis**, jei norite tinkinti žemėlapių nustatymus (*[Žemėlapių nustatymai, 14 psl.](#)*).
- Pasirinkite **Navigacija** > **Maršruto parinkimas**, jei norite tinkinti maršrutų kūrimo nustatymus (*[Maršruto nustatymai, 15 psl.](#)*).
- Pasirinkite **Navigacija** > **Navigacijos raginimai**, jei norite matyti išsamius navigacijos raginimus kaip tekstą arba žemėlapyje.
- Pasirinkite **Palydovinės sistemos**, jei norite išjungti GPS (*[Treniravimasis patalpose, 25 psl.](#)*) arba pakeisti palydovų nustatymą (*[Palydovų nustatymo keitimas, 46 psl.](#)*).
- Pasirinkite **Automatinis miego režimas**, jei norite, kad miego režimas būtų automatiškai įjungiamas praėjus penkioms minutėms nuo paskutinės veiklos pabaigos (*[Automatinio miego režimo naudojimas, 46 psl.](#)*).

Visi pakeitimai išsaugomi veiklos profilyje.

Duomenų ekrano pridėjimas

- 1 Pasirinkite  > **Veiklos profiliai**.
- 2 Pasirinkite profilį.
- 3 Pasirinkite **Duomenų ekranai** > **Pridėti naują** > **Duomenų ekranas**.
- 4 Pasirinkite kategoriją ir vieną ar kelis duomenų laukus.
PATARIMAS: norėdami peržiūrėti visus galimus duomenų laukus, eikite į [Duomenų laukai, 60 psl.](#)
- 5 Pasirinkite .
- 6 Pasirinkite parinktį:
 - Jei norite pasirinkti daugiau duomenų laukų, pasirinkite kitą kategoriją.
 - Pasirinkite .
- 7 Pasirinkite  arba , jei norite pakeisti išdėstymą.
- 8 Pasirinkite .
- 9 Pasirinkite parinktį:
 - Palieskite duomenų lauką, tada paliesdami kitą duomenų lauką pertvarkykite juos.
 - Dukart palieskite duomenų lauką, jei norite jį pakeisti.
- 10 Pasirinkite .

Muzikos valdiklių duomenų ekrano pridėjimas

Galite nustatyti, kad duomenų ekrane būtų rodomi muzikos valdikliai ir realiojo laiko duomenys, pavyzdžiui, rato laikas arba visas pakilimas ([Muzikos klausymasis, 25 psl.](#)).

- 1 Pasirinkite  > **Veiklos profiliai**.
- 2 Pasirinkite profilį.
- 3 Pasirinkite **Duomenų ekranai** > **Pridėti naują** > **Muzikos valdikliai**.
- 4 Laikykite paspaudę  ir tempkite duomenų ekraną aukštyn arba žemyn, jei norite pakeisti jo vietą juostoje (pasirenkama).
- 5 Pasirinkite  > **Muzikos valdikliai** > **Išdėstymas ir duomenų laukai**.
- 6 Pasirinkite parinktį:
 - Palieskite duomenų lauką, tada paliesdami kitą duomenų lauką pertvarkykite juos.
 - Dukart palieskite duomenų lauką, jei norite jį pakeisti.
- 7 Pasirinkite .

Pridėtas muzikos duomenų ekranas rodomas profilio duomenų ekranų sąrašė ([Duomenų ekranų pertvarkymas, 43 psl.](#)).

Duomenų ekranų redagavimas

- 1 Pasirinkite  > **Veiklos profiliai**.
- 2 Pasirinkite profilį.
- 3 Pasirinkite **Duomenų ekranai**.
- 4 Pasirinkite duomenų ekraną.
- 5 Pasirinkite **Išdėstymas ir duomenų laukai**.
- 6 Pasirinkite  arba , jei norite pakeisti išdėstymą.
- 7 Pasirinkite .
- 8 Pasirinkite parinktį:
 - Palieskite duomenų lauką, tada paliesdami kitą duomenų lauką pertvarkykite juos.
 - Dukart palieskite duomenų lauką, jei norite jį pakeisti.
- 9 Pasirinkite .

Duomenų ekranų pertvarkymas

- 1 Pasirinkite  > **Veiklos profiliai**.
- 2 Pasirinkite profilį.
- 3 Pasirinkite **Duomenų ekranai** >  > **Pertvarkyti**.
- 4 Palaikykite paspaudę  duomenų ekrane ir nutempkite jį į kitą vietą.
- 5 Pasirinkite .

Įspėjimų ir raginimų nustatymai

Naudodamiesi įspėjimais galite treniruotis siekdami konkrečių laiko, atstumo, kalorijų, širdies dažnio, kadencijos ir galios tikslų. Taip pat galite nustatyti navigacijos įspėjimus. Įspėjimų nustatymai išsaugomi veiklos profilyje.

Pasirinkite  > **Veiklos profiliai**, pasirinkite profilį ir pasirinkite **Įspėjimai ir raginimai**.

Įspėjimai apie staigius posūkius: įjungiami įspėjimai apie sudėtingus posūkius.

Įspėjimai apie intens. eismo kelius: įjungiami įspėjimai apie intensyvaus eismo zonas.

Įspėjimai apie kelio pavojus: įjungiami įspėjimai apie kelio pavojus, pavyzdžiui, duobes ar kliūtis.

Įspėjimai apie negrįstą kelią: įjungiami įspėjimai apie negrįstus kelius, pavyzdžiui, purvo ar žvyro.

Ratas: nustatoma, kaip suaktyvinamas ratas (*Ratų žymėjimas pagal vietą, 44 psl.*).

Perspėjimas apie laiką: nustatomas nurodyto laiko įspėjimas (*Pasikartojančių įspėjimų nustatymas, 44 psl.*).

Perspėj. apie atst.: nustatomas nurodyto atstumo įspėjimas (*Pasikartojančių įspėjimų nustatymas, 44 psl.*).

Įspėjimas dėl kalorijų: nustatomas įspėjimas, pateikiamas, kai sudeginate nurodytą kalorijų skaičių.

Įspėjimas dėl širdies dažnio: galite nustatyti, kad įrenginys jums praneštų, kai širdies dažnis yra didesnis arba mažesnis už numatytą tikslinę zoną (*Įspėjimų apie diapazoną nustatymas, 43 psl.*).

Kadencijos įspėjimas: galite nustatyti, kad įrenginys jums praneštų, kai kadencija yra didesnė arba mažesnė nei pasirinktinis pasikartojimų per minutę diapazonas (*Įspėjimų apie diapazoną nustatymas, 43 psl.*).

Įspėjimas dėl maitinimo: galite nustatyti, kad įrenginys jums praneštų, kai jūsų galios slenkstis yra didesnis arba mažesnis nei tikslinė zona (*Įspėjimų apie diapazoną nustatymas, 43 psl.*).

Apsisukimo įspėj.: galima nustatyti įspėjimą, rodomą, kai reikia apsisukti važiuojant.

Įspėjimas pavalgyti: galite nustatyti įspėjimą, kuris primena pavalgyti konkrečiu laiku arba po tam tikro atstumo.

Įspėjimas atsigerti: galite nustatyti įspėjimą, kuris primena atsigerti konkrečiu laiku arba po tam tikro atstumo.

„Connect IQ“ įspėjimai: galima įjungti įspėjimus, nustatytus programoje Connect IQ.

Įspėjimų apie diapazoną nustatymas

Jei turite pasirenkamą širdies dažnio monitorių, kadencijos jutiklį arba galios matuoklį, galite nustatyti įspėjimus apie diapazoną. Įspėjimas apie diapazoną pateikiamas, kai įrenginio atliekamo matavimo vertė yra didesnė arba mažesnė už nustatytą verčių diapazoną. Pavyzdžiui, galite nustatyti, kad įrenginys jus įspėtų, kai kadencija bus mažesnė nei 40 aps./min. arba didesnė nei 90 aps./min. Įspėjimui apie diapazoną galite naudoti ir treniruotės zoną (*Treniravimosi zonos, 30 psl.*).

- 1 Pasirinkite  > **Veiklos profiliai**.
- 2 Pasirinkite profilį.
- 3 Pasirinkite **Įspėjimai ir raginimai**.
- 4 Pasirinkite **Įspėjimas dėl širdies dažnio, Kadencijos įspėjimas** arba **Įspėjimas dėl maitinimo**.
- 5 Pasirinkite minimalią ir maksimalią vertes arba zonas.

Kiekvieną kartą, kai viršijate nustatytą diapazoną arba jo nesiekiate, pateikiamas pranešimas. Jei įjungti garsiniai signalai, įrenginys taip pat supypsi (*Įrenginio tonų įjungimas ir išjungimas, 48 psl.*).

Pasikartojančių įspėjimų nustatymas

Pasikartojantis įspėjimas pateikiamas kiekvieną kartą, kai įrenginys įrašo nurodytą vertę ar intervalą. Pavyzdžiui, galite nustatyti, kad įrenginys įspėtų jus kas 30 minučių.

- 1 Pasirinkite  > **Veiklos profiliai**.
- 2 Pasirinkite profilį.
- 3 Pasirinkite **Įspėjimai ir raginimai**.
- 4 Pasirinkite įspėjimo tipą.
- 5 Įjunkite įspėjimą.
- 6 Įveskite vertę.
- 7 Pasirinkite .

Kiekvieną kartą pasiekus įspėjimo vertę, pateikiamas pranešimas. Jei įjungti garsiniai signalai, įrenginys taip pat supypsi (*Įrenginio tonų įjungimas ir išjungimas, 48 psl.*).

Auto Lap®

Ratų žymėjimas pagal vietą

Naudojantis Auto Lap funkcija, ratas gali būti automatiškai pažymimas konkrečioje vietoje. Ši funkcija naudinga, jei norite palyginti savo rezultatus skirtingose važiavimo dalyse (pavyzdžiui, ilgoje įkalnėje ar treniruodamiesi sprintui). Naudodami parinktį Pagal poziciją trasose galite suaktyvinti ratus visose trasoje išsaugotose ratų vietose.

- 1 Pasirinkite  > **Veiklos profiliai**.
- 2 Pasirinkite profilį.
- 3 Pasirinkite **Įspėjimai ir raginimai > Ratas**.
- 4 Įjunkite įspėjimą **Auto Lap**.
- 5 Pasirinkite **Automatinio rato paleidiklis > Pagal poziciją**.
- 6 Pasirinkite **Ratas ties**.
- 7 Pasirinkite parinktį:
 - Pasirinkite **Ratas tik paspaudus**, jei norite suaktyvinti ratų skaitiklį kiekvieną kartą, kai paspaudžiate , ir kiekvieną kartą, kai vėl pravažiuojate pro bet kurią iš šių vietų.
 - Pasirinkite **Pradžią ir ratas**, jei norite suaktyvinti ratų skaitiklį GPS vietoje, kurioje paspaudėte , ir bet kurioje vietoje važiavimo metu, kurioje paspaudžiate .
 - Pasirinkite **Žymėti ir ratas**, jei norite suaktyvinti ratų skaitiklį konkrečioje GPS vietoje, pažymėtoje prieš važiuojant, ir bet kurioje vietoje važiavimo metu, kurioje paspaudžiate .
- 8 Jei reikia, tinkinkite ratų duomenų laukus (*Duomenų ekrano pridėjimas, 42 psl.*).

Ratų žymėjimas pagal atstumą

Naudojantis Auto Lap funkcija, ratas gali būti automatiškai pažymimas tam tikru atstumu. Ši funkcija naudinga, jei norite palyginti savo rezultatus skirtingose važiavimo dalyse (pvz., kas 10 mylių ar 40 kilometrų).

- 1 Pasirinkite  > **Veiklos profiliai**.
- 2 Pasirinkite profilį.
- 3 Pasirinkite **Įspėjimai ir raginimai > Ratas**.
- 4 Įjunkite įspėjimą **Auto Lap**.
- 5 Pasirinkite **Automatinio rato paleidiklis > Pagal atstumą**.
- 6 Pasirinkite **Ratas ties**.
- 7 Įveskite vertę.
- 8 Pasirinkite .
- 9 Jei reikia, tinkinkite ratų duomenų laukus (*Duomenų ekrano pridėjimas, 42 psl.*).

Ratų žymėjimas pagal laiką

Naudojantis Auto Lap funkcija, ratas gali būti automatiškai pažymimas tam tikru metu. Ši funkcija naudinga, jei norite palyginti savo rezultatus skirtingose važiavimo dalyse (pvz., kas 20 minučių).

- 1 Pasirinkite  > **Veiklos profiliai**.
- 2 Pasirinkite profilį.
- 3 Pasirinkite **Įspėjimai ir raginimai > Ratas**.
- 4 Įjunkite įspėjimą **Auto Lap**.
- 5 Pasirinkite **Automatinio rato paleidiklis > Pagal laiką**.
- 6 Pasirinkite **Ratas ties**.
- 7 Pasirinkite valandų, minučių arba sekundžių vertę.
- 8 Pasirinkdami  arba  įveskite vertę.
- 9 Pasirinkite .
- 10 Jei reikia, tinkinkite ratų duomenų laukus (*[Duomenų ekrano pridėjimas, 42 psl.](#)*).

Rato juostos tinkinimas

Galite tinkinti duomenų laukus, rodomus rato juostoje.

- 1 Pasirinkite  > **Veiklos profiliai**.
- 2 Pasirinkite profilį.
- 3 Pasirinkite **Įspėjimai ir raginimai > Ratas**.
- 4 Įjunkite įspėjimą **Auto Lap**.
- 5 Pasirinkite **Pasirinktinė rato juosta**.
- 6 Pasirinkite duomenų lauką, jei norite jį pakeisti.

Automatinės pauzės naudojimas

Naudodamiesi Auto Pause® funkcija galite nustatyti, kad laikmatis būtų automatiškai pristabdomas, kai nustojate judėti arba kai jūsų greitis tampa mažesnis nei nustatyta vertė. Ši funkcija naudinga, jei važiuodami turite sustoti degant raudonam šviesoforo signalui ir kitais atvejais, kai reikia sumažinti greitį ar sustoti.

PASTABA: istorija neįrašoma, kai veiklos laikmatis sustabdytas arba pristabdytas.

- 1 Pasirinkite  > **Veiklos profiliai**.
- 2 Pasirinkite profilį.
- 3 Pasirinkite **Laikmatis > Auto Pause**.
- 4 Pasirinkite parinktį:
 - Pasirinkite **Sustabdžius**, kad laikmatis būtų automatiškai pristabdytas, kai nustojate judėti.
 - Jei norite, kad laikmatis būtų automatiškai pristabdomas, kai jūsų greitis tampa mažesnis nei nurodyta vertė, pasirinkite **Tinkintas**.
- 5 Jei reikia, tinkinkite pasirenkamus laiko duomenų laukus (*[Duomenų ekrano pridėjimas, 42 psl.](#)*).

Automatinis laikmačio paleidimas

Ši funkcija automatiškai aptinka, kai jūsų įrenginys gauna palydovų signalus ir juda. Jis įjungia veiklos laikmatį arba primena tai padaryti, kad galėtumėte įrašyti važiavimo duomenis.

- 1 Pasirinkite  > **Veiklos profiliai**.
- 2 Pasirinkite profilį.
- 3 Pasirinkite **Laikmatis > Laikmačio paleisties režimas**.
- 4 Pasirinkite parinktį:
 - Pasirinkite **Rankinis** ir , kad paleistumėte veiklos laikmatį.
 - Pasirinkite **Patarimai**, kad pasiekus pradinį informavimo greitį būtų pateiktas vaizdinis priminimas.
 - Pasirinkite **Auto**, kad veiklos laikmatis būtų paleistas automatiškai, kai pasiekiate pradinį greitį.

Palydovų nustatymo keitimas

Jei norite didesnio efektyvumo sudėtingose vietovėse ir greitesnio GPS vietos nustatymo, galite įjungti Kelios GNSS sistemos. GPS ir kitų palydovų naudojimas kartu gali greičiau išsekvoti bateriją nei naudojant tik GPS.

- 1 Pasirinkite  > **Veiklos profiliai**.
- 2 Pasirinkite profilį.
- 3 Pasirinkite **Palydovinės sistemos**.
- 4 Pasirinkite parinktį.

Automatinio miego režimo naudojimas

Naudojantis Automatinis miego režimas funkcija, miego režimas gali būti automatiškai įjungtas, jei 5 minutes neužsiimsite veikla. Miego režimu ekranas užgesta, o jutikliai, Bluetooth technologija ir GPS funkcija išjungiami.

- 1 Pasirinkite  > **Veiklos profiliai**.
- 2 Pasirinkite profilį.
- 3 Pasirinkite **Automatinis miego režimas**.

Automatinio slinkimo naudojimas

Automatinis slinkimas funkcija automatiškai perjungia visus treniravimosi duomenų ekranus, kai veikia laikmatis.

- 1 Pasirinkite  > **Veiklos profiliai**.
- 2 Pasirinkite profilį.
- 3 Pasirinkite **Duomenų ekranai** >  > **Automatinis slinkimas**.
- 4 Pasirinkite rodymo greitį.

Telefono nustatymai

Pasirinkite  > **Telefonas**.

Įjungti: įjungia Bluetooth.

PASTABA: kiti Bluetooth nustatymai rodomi tik įjungus Bluetooth technologiją.

Patogus pavadinimas: galima įvesti lengvai atpažįstamą įrenginių su Bluetooth pavadinimą.

Susieti išmanųjį telefoną: įrenginys prijungiamas prie suderinamo telefono su įjungtu Bluetooth. Šis nustatymas suteikia galimybę naudoti Bluetooth ryšio funkcijas, įskaitant LiveTrack ir veiklos įkėlimą į Garmin Connect.

Sinchronizuoti dabar: galite sinchronizuoti įrenginį su suderinamu telefonu.

Išmanieji pranešimai: galite įjungti telefono pranešimus iš suderinamo telefono.

Praleisti pranešimai: rodomi praleisti telefono pranešimai iš suderinamo telefono.

Atsakymo žinute parašas: įjungiamas parašo naudojimas atsakymo žinutėse. Ši funkcija veikia su suderinamais Android išmaniaisiais telefonais.

Svečio režimas

Svečio režimas suteikia galimybę riboti pasiekiamas funkcijas ir nustatymus prieš dalijantis įrenginiu su naudotoju-svečiu.

Svečio režimo įjungimas

- 1 Pasirinkite  > **Svečio režimas** > **Įjungti**.
 - 2 Pasirinkite parinktį:
 - Jei norite įjungti svečio režimą ir reikalauti kodo jam išjungti, pasirinkite , įveskite 4 skaičių kodą ir pasirinkite .
 - Jei norite įjungti svečio režimą be kodo, pasirinkite .
- Įrenginys leidžia tinkinti ne visus nustatymus.

Svečio režimo išjungimas

1 Pasirinkite  > **Svečio režimas** > **Ijungti**.

2 Jei reikia, įveskite 4 skaičių kodą ir pasirinkite .

PASTABA: po trijų neteisingų bandymų būsite paraginti įvesti bendrąjį atrakinimo kodą: Garmin.

3 Pasirinkite parinktį:

- Pasirinkite , jei norite atkurti įrenginio nustatymus, naudotus prieš įjungiant svečio režimą.
- Pasirinkite , jei norite palikti įrenginio nustatymus, naudotus įjungus svečio režimą.

Sistemos nustatymai

Pasirinkite  > **Sistema**.

- Ekranų nustatymai (*Ekranų nustatymai, 47 psl.*)
- Valdiklių nustatymai (*Valdiklių juostos tinkinimas, 47 psl.*)
- Duomenų įrašymo nustatymai (*Duomenų įrašymo nustatymai, 48 psl.*)
- Matavimo vienetų nustatymai (*Matavimo vienetų keitimas, 48 psl.*)
- Tonų nustatymai (*Įrenginio tonų įjungimas ir išjungimas, 48 psl.*)
- Kalbos nustatymai (*Įrenginio kalbos keitimas, 48 psl.*)

Ekranų nustatymai

Pasirinkite  > **Sistema** > **Ekranas**.

Ryškumas: nustatomas foninio apšvietimo ryškumas.

Apšvietimo laikas: nustatomas laikas iki foninio apšvietimo išsijungimo.

Spalvų režimas: nustatomas diena arba naktis pritaikytų spalvų rodymas. Galite pasirinkti parinktį Auto, kad leistumėte įrenginiui automatiškai nustatyti dieną ar naktį pritaikytų spalvų rodymą priklausomai nuo paros meto.

Ekranų nuotrauka: galite išsaugoti įrenginio ekranų vaizdą paspausdami .

Foninio apšvietimo naudojimas

Paliesdami jutiklinį ekraną galite įjungti foninį apšvietimą.

PASTABA: galite reguliuoti foninio apšvietimo skirtąjį laiką (*Ekranų nustatymai, 47 psl.*).

1 Pradžios ekrane arba duomenų ekrane braukite žemyn nuo ekrano viršaus.

2 Pasirinkite  ir rankiniu būdu reguliuokite ryškumą naudodamiesi slankiklio juosta.

Infoskydelių tinkinimas

1 Slinkite į pradžios ekrano apačią.

2 Pasirinkite .

3 Pasirinkite parinktį:

- Jei norite pridėti infoskydelį prie infoskydelių juostos, pasirinkite .
- Pasirinkite  ir tempdami infoskydelį aukštyn arba žemyn pakeiskite jo vietą infoskydelių juostoje.
- Braukite į kairę ant infoskydelio ir pasirinkite , jei norite šalinti infoskydelį iš infoskydelių juostos.

Valdiklių juostos tinkinimas

Galite keisti valdiklių tvarką valdiklių juostoje, šalinti valdiklius ir pridėti naujų valdiklių.

1 Pasirinkite  > **Sistema** > **Valdikliai**.

2 Pasirinkite parinktį:

- Jei norite pridėti valdiklį prie valdiklių juostos, pasirinkite .
- Jei norite nutempti valdiklį aukštyn arba žemyn pakeisdami jo vietą valdiklių juostoje, pasirinkite .
- Braukite į kairę ant valdiklio ir pasirinkite , jei norite pašalinti valdiklį iš valdiklių juostos.

Duomenų įrašymo nustatymai

Pasirinkite  > Sistema > Duomenų įrašymas.

Kadencijos vidurkinimas: nustatoma, ar įrenginys turi įtraukti nulines kadencijos duomenų vertes, kai neminate pedalų (*Kadencijos ir galios duomenų vidurkinimas, 48 psl.*).

Galios vidurkio nustatymas: nustatoma, ar įrenginys turi įtraukti nulines galios duomenų vertes, kai neminate pedalų (*Kadencijos ir galios duomenų vidurkinimas, 48 psl.*).

Registruoti ŠDK: nustatoma, kad įrenginys įrašytų širdies dažnio kintamumą veiklos metu.

Kadencijos ir galios duomenų vidurkinimas

Jei treniruojatės naudodami pasirinktą kadencijos jutiklį arba galios matuoklį, gali naudotis duomenų vidurkinimo atmetant nulines vertes nustatymu. Pagal numatytąjį nustatymą nulinės vertės neminant pedalų pašalinamos.

Šio nustatymo vertę galite pakeisti (*Duomenų įrašymo nustatymai, 48 psl.*).

Matavimo vienetų keitimas

Galite pasirinkti atstumo ir greičio, aukščio, temperatūros ir svorio matavimo vienetus, taip pat vietos ir laiko formatą.

- 1 Pasirinkite  > Sistema > Vienetai.
- 2 Pasirinkite matų sistemos tipą.
- 3 Pasirinkite nustatymo matavimo vienetą.

Įrenginio tonų įjungimas ir išjungimas

Pasirinkite  > Sistema > Tonai.

Įrenginio kalbos keitimas

Pasirinkite  > Sistema > Kalba.

Laiko juostos

Kiekvieną kartą, kai įrenginys įjungiamas ir aptinka palydovus arba yra sinchronizuojamas su telefonu, jis automatiškai aptinka jūsų laiko juostą ir dabartinį paros laiką.

Įrenginio informacija

Įrenginio įkrovimas

PRANEŠIMAS

Kad išvengtumėte korozijos, prieš įkraudami ar jungdami prie kompiuterio kruopščiai nusauskite USB prievadą, apsauginį dangtelį ir šalia esančią sritį.

Įrenginį maitina įtaisyta ličio jonų baterija, kurią galite įkrauti naudodamiesi standartiniu sieniniu lizdu arba kompiuterio USB jungtimi.

PASTABA: įrenginys nebus įkraunamas, jei aplinkos temperatūra nepateks į patvirtintą diapazoną (*Specifikacijos, 55 psl.*).

1 Patraukite apsauginį dangtelį ① nuo USB prievado ②.



2 Mažesnį USB kabelio galą įkiškite į įrenginio USB prievadą.

3 Didesnį USB kabelio galą įkiškite į kintamosios srovės adapterį arba kompiuterio USB prievadą.

4 Prijunkite kintamosios srovės adapterį prie standartinio sieninio lizdo.

Prijungus įrenginį prie maitinimo šaltinio, jis įsijungia.

5 Iki galo įkraukite įrenginį.

Kai įkrausite įrenginį, uždarykite apsauginį dangtelį.

Apie bateriją

⚠ ĮSPĖJIMAS

Šiame įrenginyje yra ličio jonų baterija. Žr. vadovą *Svarbi saugos ir produkto informacija*, pateiktą produkto dėžėje, kad susipažintumėte su įspėjimais dėl produkto ir kita svarbia informacija.

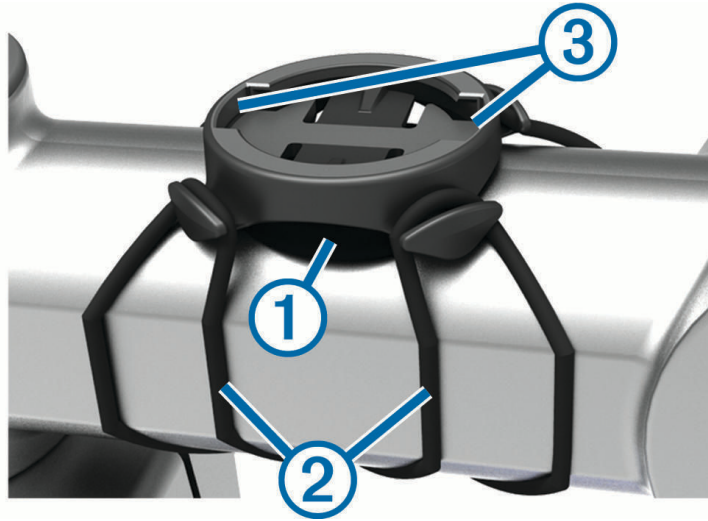
Standartinio laikiklio montavimas

Norėdami geriausio GPS ryšio ir ekrano matomumo, nustatykite dviračio laikiklį taip, kad įrenginys būtų lygiagretus su žeme, o jo priekis atsuktas į dangų. Galite montuoti laikiklį ant vairo koto arba vairo rankenų.

PASTABA: jei neturite šio laikiklio, šią užduotį galite praleisti.

- 1 Montuodami įrenginį pasirinkite saugią vietą, kurioje jis netrukdytų saugiai valdyti dviratį.
- 2 Dėkite guminį diskelį ① ant laikiklio galo.

Pateikiami du guminiai diskai – pasirinkite tinkamiausią jūsų dviračiui. Guminės ąselės sulygiuojamos su laikiklio galine puse, todėl jis patikimai laikosi savo vietoje.



- 3 Dėkite laikiklį ant dviračio vairo koto.
- 4 Tvirtinkite laikiklį dviem dirželiais ②.
- 5 Sulygiuokite ąselės galinę įrenginio pusę su laikiklio įrantomis ③.
- 6 Truputį paspauskite ir pasukite įrenginį pagal laikrodžio rodyklę, kol užsifiksuos.



Edge atlaisvinimas

- 1 Pasukdami Edge pagal laikrodžio rodyklę atfiksukite įrenginį.
- 2 Iškelkite Edge iš laikiklio.

Dirželio tvirtinimas

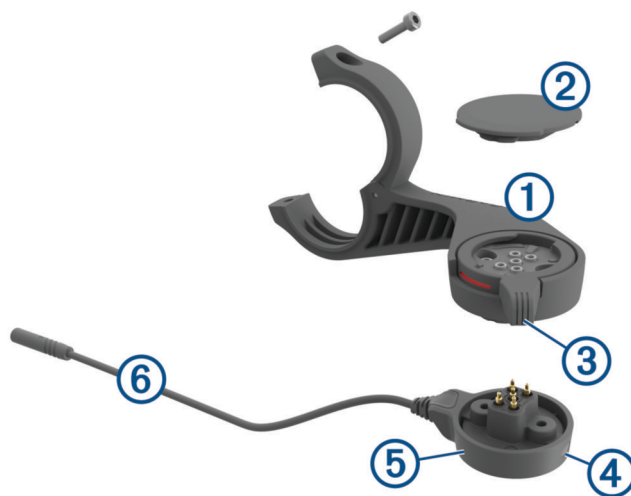
Pasirenkamu dirželiu galite prišti Edge įrenginį prie dviračio vairo.

- 1 Nuimkite apsauginį dangtelį nuo USB prievado.
- 2 Užpakalinėje įrenginio pusėje įkiškite dirželio kilpą ① pro ąselę įrenginyje.



- 3 Praverkite kitą dirželio galą ② pro kilpą ir suveržkite.
- 4 Uždėkite apsauginį dangtelį, įsitikinkite, kad dirželis sulgyjuotas su įranta.

Edge maitinamojo laikiklio apžvalga



①	Priekinis laikiklis
②	Apsauginis dangtelis
③	Fiksavimo žiedas
④	Būsenos LED
⑤	Maitinimo blokas
⑥	Maitinimo bloko kabelis

Edge maitinamojo laikiklio montavimas

Naudodami maitinamąjį laikiklį galite montuoti Edge įrenginį ir prijungti jį prie „eBike“. Garmin rekomenduoja sureguliuoti laikiklį nustatant Edge matymo kampą ir tik po to prijungti kabelį prie „eBike“.

PASTABA: jei neturite šio laikiklio, šią užduotį galite praleisti.

- 1 Pasirinkite saugią vietą Edge įrenginiui montuoti, kurioje jis netrukdytų saugiai valdyti „eBike“.
- 2 Naudodamiesi 2,5 mm šešiabriauniu raktu išsukite varžtą ① iš vairo jungties ②.



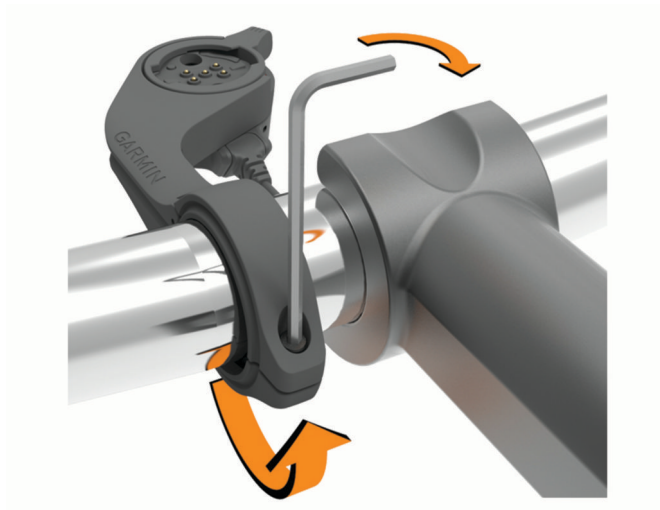
- 3 Dėkite guminį padėklą aplink vairą:
 - Jei vairo skersmuo 25,4 mm, naudokite storesnį padėklą.
 - Jei vairo skersmuo 31,8 mm, naudokite plonesnį padėklą.
 - Jei vairo skersmuo 35 mm, nenaudokite guminio padėklo.

- 4 Uždėkite vairo jungtį ant guminio padėklo.

PASTABA: sulygiuokite guminio padėklo kontūrus su grioveliais vidinėje vairo jungties pusėje.

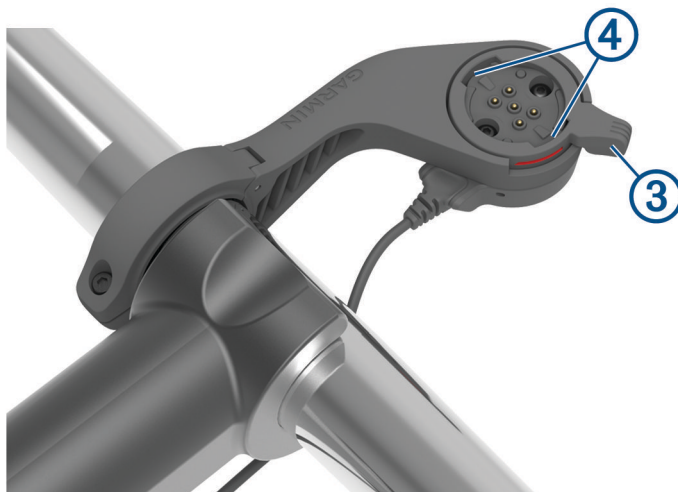
- 5 Įstatykite varžtą atgal ir priveržkite jį 2,5 mm šešiabriauniu raktu, kol laikiklis bus patikimai pritvirtintas.

PASTABA: reguliariai tikrinkite varžto priveržimą.



- 6 Atidarykite fiksavimo žiedą ③.

PASTABA: fiksavimo žiedas yra atidarytas, kai ant laikiklio šono matosi raudona linija.



- 7 Sulygiuokite ąselės galinėje Edge įrenginio pusėje su „eBike“ laikiklio įrantomis ④.

- 8 Truputį paspauskite ir uždarydami svirtelę užfiksuokite Edge įrenginį laikiklyje.
- 9 Prijunkite maitinimo bloko kabelį ⑤ prie suderinamo maitinimo kabelio jūsų „eBike“ (*Reikalingi kabeliai, 54 psl.*).



Reikalingi kabeliai

Norint tinkamai sumontuoti, reikia įsigyti vieną iš šių suderinamų kabelių:

- Bosch® maitinamojo laikiklio priedo kabelis
- Shimano maitinamojo laikiklio priedo kabelis

PASTABA: Garmin rekomenduoja, kad dviračių priežiūros specialistas sutrumpintų suderinamą Shimano kabelį iki tinkamo ilgio.

Laido spalva	Laido funkcija
Raudona	Galia
Geltona	Galia
Mėlyna	Įžeminimas
Juoda	Įžeminimas

- USB-A maitinamojo laikiklio priedo kabelis

PASTABA: if you have trouble installing and wiring the mount, Garmin recommends visiting a bike service store for assistance.

Edge maitinamojo laikiklio būsenos LED

LED veikimas	Būsena
Ištisinė žalia	Maitinamasis laikiklis prijungtas prie maitinimo šaltinio, bet nesusietas su Edge įrenginiu.
Mirksi žaliai	Maitinamasis laikiklis susietas su Edge įrenginiu ir yra įkraunamas.
Mirksi raudonai	Įvyko klaida. Atjunkite maitinamąjį laikiklį ir išimkite Edge įrenginį. Vėl prijunkite maitinamąjį laikiklį ir montuokite Edge įrenginį. Jei raudona lemputė toliau mirksi, susisiekite su produktų palaikymo komanda.

Specifikacijos

Baterijos tipas	Įkraunama integruota ličio jonų baterija
Baterijos veikimo laikas	Iki 16 val.
Darbinės temperatūros diapazonas	Nuo –20 iki 60 °C (nuo –4 iki 140 °F) PASTABA: naudojant temperatūroje nuo –20 iki 0 °C baterija gali veikti trumpiau.
Įkrovimo temperatūros diapazonas	Nuo 0 iki 45 °C (nuo 32 iki 113 °F)
Belaidžio ryšio dažnis	2,4 GHz esant 20 dBm maks.
Atsparumo vandeniui klasė	IEC 60529 IPX7 ¹

Produktų naujiniai

Įrenginys automatiškai tikrina, ar yra naujinių, kai susiejate su telefonu naudodami Bluetooth technologiją. Ar yra naujinių, rankiniu būdu galite tikrinti sistemos nustatymuose (*Sistemos nustatymai*, 47 psl.). Telefone įdiekite programą Garmin Connect.

Tai užtikrina paprastą prieigą prie šių paslaugų, kurios skirtos Garmin įrenginiams:

- Programinės įrangos naujiniai
- Žemėlapių naujiniai
- **PASTABA:** žemėlapių naujiniai pasiekiami naudojantis Garmin Express.
- Duomenų įkėlimas į Garmin Connect
- Produktų registravimas

Programinės įrangos naujinimas naudojant Garmin Connect programą

Kad galėtumėte atnaujinti įrenginio programinę įrangą naudodami Garmin Connect programą, turite turėti Garmin Connect paskyrą ir turite susieti įrenginį su suderinamu išmaniuoju telefonu (*Telefono susiejimas*, 16 psl.).

Sinchronizuokite įrenginį su Garmin Connect programa.

Kai nauja programinė įranga pasiekama, Garmin Connect programa automatiškai siunčia naujinį į įrenginį.

Programinės įrangos naujinimas naudojant Garmin Express

Kad galėtumėte atnaujinti įrenginio programinę įrangą, turite turėti Garmin Connect paskyrą ir atsisiųsti Garmin Express programą.

1 Prijunkite įrenginį prie kompiuterio USB laidu.

Kai nauja programinė įranga pasiekama, Garmin Express programa siunčia ją į įrenginį.

2 Vadovaukitės ekrane pateikiamomis instrukcijomis.

3 Naujinimo proceso metu neatjunkite įrenginio nuo kompiuterio.

Įrenginio informacijos peržiūra

Galite peržiūrėti įrenginio informaciją, pvz., įrenginio ID, programinės įrangos versiją ir licencijos sutartį.

Pasirinkite  > Sistema > Apie > Informacija apie autorių teises.

¹ Įrenginys atsparus vandens poveikiui iki 1 m gylio iki 30 min. Daugiau informacijos žr. www.garmin.com/waterrating.

Reglamentavimo ir atitikties informacijos peržiūra

Šio įrenginio etiketė pateikiama elektroniniu būdu. El. etiketėje gali būti pateikiama teisinė informacija, pvz., identifikavimo numeriai, pateikti pagal FCC arba regioninį atitikties ženklą, taip pat atitinkama informacija apie produktus ir licencijas.

1 Pasirinkite .

2 Pasirinkite **Sistema > Informacija apie reglamentavimą**.

Įrenginio priežiūra

PRANEŠIMAS

Įrenginio nelaikykite vietose, kuriose jis gali būti veikiamas ypač didele temperatūra, nes tai gali sukelti ilgalaikių pažeidimų.

Jutiklinio ekrano niekada nevaldykite kietu ar aštriu daiktu, nes galite jį sugadinti.

Nenaudokite cheminių valiklių, tirpiklių, preparatų nuo saulės nudegimo ir vabzdžių repelentų, kurie gali pažeisti plastikines dalis ir apdailą.

Tvirtai uždėkite apsauginį dangtelį, kad USB prievadą apsaugotumėte nuo pažeidimų.

Venkite smarkiai trankyti ir neatsargiai elgtis su gaminiu, nes tai gali pabloginti jo tarnavimo laiką.

Įrenginio valymas

PRANEŠIMAS

Net nedidelis prakaito ar drėgmės kiekis gali sukelti prie įkroviklio prijungtų elektros kontaktų koroziją. Korozija gali trukdyti įkrauti ir perduoti duomenis.

1 Nuvalykite įrenginį švelniu plovikliu sudrėkinta šluoste.

2 Sausai nušluostykite.

Nuvalę, leiskite įrenginiui visiškai išdžiūti.

Edge maitinamojo laikiklio priežiūra

PRANEŠIMAS

Tvirtai uždėkite apsauginį dangtelį, kad apsaugotumėte atvirus kontaktus.

Rūpinkitės komponentų švara.

Įrenginio nelaikykite vietose, kuriose jis gali būti veikiamas ypač didele temperatūra, nes tai gali sukelti ilgalaikių pažeidimų.

Nenaudokite cheminių valiklių, tirpiklių, preparatų nuo saulės nudegimo ir vabzdžių repelentų, kurie gali pažeisti plastikines dalis ir apdailą.

Venkite smarkiai trankyti ir neatsargiai elgtis su gaminiu, nes tai gali pabloginti jo tarnavimo laiką.

Keiskite komponentus tik Garmin dalimis. Kreipkitės į Garmin atstovą arba apsilankykite Garmin interneto svetainėje.

Norėdami utilizuoti maitinamąjį laikiklį pagal vietos įstatymus ir taisykles, susisiekite su vietine atliekų tvarkymo tarnyba.

Edge maitinamojo laikiklio valymas

- Nuvalykite purvą ir nešvarumus nuo apsauginio dangtelio ir atvirų kontaktų.
- Uždėję apsauginį dangtelį laikykite įrenginį po tekančiu vandeniu.

Nuvalę, leiskite įrenginiui visiškai išdžiūti.

USB prievado valymas

- 1 Išjunkite įrenginį ir atjunkite jį nuo maitinimo šaltinio.
- 2 Valykite USB prievadą minkšta, švaria ir pūkų nepaliekančia šluoste ar vatos pagalvėle.
PASTABA: jei būtina, galite sudrėkinti šluostę arba vatos pagalvėlę trupučiu izopropilo alkoholio.
- 3 Prieš vėl prijungdami įrenginį prie maitinimo šaltinio, palaukite, kol jis bus visiškai sausas.

Trikčių šalinimas

Edge kelionės kompiuterio nustatymas iš naujo

Jei dviračio kompiuteris nustoja reaguoti, gali reikėti nustatyti jį iš naujo. Tai nepanaikina jokių jūsų duomenų ar nustatymų.

Paspauskite ir 12 sekundžių palaikykite .

Dviračio kompiuteris nustatomas iš naujo ir įsijungia.

Numatytųjų nustatymų atkūrimas

Galite atkurti numatytuosius konfigūracijos nustatymus ir veiklos profilius. Tai nepašalins jūsų istorijos ar veiklos duomenų, pvz., važiavimų ir trasų.

Pasirinkite  > **Sistema** > **Įrenginio nustatymas iš naujo** > **Atkurti numatytuosius nustatymus** > .

Naudotojų duomenų ir nustatymų išvalymas

Galite išvalyti visus naudotojo duomenis ir atkurti pradinę įrenginio sąranką. Tai pašalina jūsų istoriją ir duomenis, pvz., važiavimus ir trasas, bei atkuria įrenginio nustatymus ir veiklos profilius. Tai nepašalins jokių failų, perkeltų į įrenginį iš kompiuterio.

Pasirinkite  > **Sistema** > **Įrenginio nustatymas iš naujo** > **Šalinti duomenis ir atkurti nustatymus** > .

Demonstracinio režimo išjungimas

Demonstraciniu režimu pateikiama jūsų Edge dviračio kompiuterio funkcijų apžvalga.

- 1 Aštuonis kartus paspauskite .
- 2 Pasirinkite .

Baterijos veikimo laiko pailginimas

- Įjunkite **Baterijos taupymo priemonę** (*Baterijos taupymo priemonės režimo įjungimas, 58 psl.*).
- Sumažinkite foninio apšvietimo ryškumą (*Foninio apšvietimo naudojimas, 47 psl.*) arba skirtąjį laiką (*Ekrano nustatymai, 47 psl.*).
- Įjunkite funkciją **Automatinis miego režimas** (*Automatinio miego režimo naudojimas, 46 psl.*).
- Išjunkite **Telefonas** belaidžio ryšio funkciją (*Telefono nustatymai, 46 psl.*).
- Pasirinkite **GPS** nustatymą (*Palydovų nustatymo keitimas, 46 psl.*).
- Atjunkite belaidžius jutiklius, kurių nebenaudojate.

Baterijos taupymo priemonės režimo įjungimas

Baterijos taupymo priemonės režimas suteikia galimybę pakeisti nustatymus, kad baterija veiktų ilgiau ilgo važiavimo metu.

1 Pasirinkite  > **Baterijos taupymo priemonė** > **Įjungti**.

2 Pasirinkite parinktį:

- Pasirinkite **Mažinti foninį apšvietimą**, jei norite sumažinti apšvietimo ryškumą.
- Pasirinkite **Slėpti žemėlapij**, jei norite slėpti žemėlapijo ekraną.
PASTABA: kai suaktyvinta ši parinktis, navigacijos raginimai pasukti vis tiek rodomi.
- Pasirinkite **Palydovinės sistemos**, jei norite pakeisti palydovų nustatymą.

Apytikslis likęs baterijos veikimo laikas rodomas ekrano viršuje.

Baigę važiuoti, įkraukite įrenginį ir išjunkite baterijos taupymo priemonės režimą, kad galėtumėte naudotis visomis įrenginio funkcijomis.

Mano telefonas neprisijungia prie įrenginio

Jei telefonas neprisijungia prie įrenginio, galite išbandyti šiuos patarimus.

- Išjunkite telefoną ir įrenginį, tada vėl įjunkite.
- Telefone įjunkite Bluetooth technologiją.
- Atsisiųskite naujausią programos Garmin Connect versiją.
- Pašalinkite įrenginį iš programos Garmin Connect ir Bluetooth nustatymų telefone bei bandykite susieti iš naujo.
- Jei įsigijote naują telefoną, pašalinkite įrenginį iš programos Garmin Connect telefone, kurio nebenaudosite.
- Laikykite telefoną ne didesniu kaip 10 m (33 pėdų) atstumu nuo įrenginio.
- Telefone atidarykite programą Garmin Connect, pasirinkite ●●● ir pasirinkdami „Garmin“ įrenginiai > Pridėti įrenginį įjunkite susiejimo režimą.
- Braukdami žemyn pradžios ekrane atidarykite būsenos valdiklį ir pasirinkę **Telefonas** > **Susieti išmanųjį telefoną** įjunkite susiejimo režimą rankiniu būdu.

GPS palydovo signalų priėmimo gerinimas

- Dažnai sinchronizuokite įrenginį su savo Garmin paskyra:
 - Prijunkite įrenginį prie kompiuterio naudodami USB kabelį ir programą Garmin Express.
 - Sinchronizuokite įrenginį su programa Garmin Connect naudodami telefoną su įjungtu Bluetooth.Prijungus prie Garmin paskyros, įrenginys atsisiuos kelių dienų palydovų duomenis, kad galėtų greitai rasti palydovų signalus.
- Išeikite su įrenginiu į atvirą vietą, toliau nuo aukštų pastatų ir medžių.
- Keletą minučių nejudėkite.

Mano įrenginio kalba netinkama

- 1 Pasirinkite .
- 2 Slinkite žemyn iki priešpaskutinio elemento sąrašė ir pasirinkite jį.
- 3 Slinkite žemyn iki aštunto elemento sąrašė ir pasirinkite jį.
- 4 Pasirinkite kalbą.

Barometrinio aukštimačio kalibravimas

Jūsų įrenginys jau sukalibruotas gamykloje ir pagal numatytuosius nustatymus naudoja automatinį kalibravimą jūsų GPS pradžios taške. Galite kalibruoti barometrinį aukštmatį rankiniu būdu, jei tiksliai žinote aukštį virš jūros lygio.

1 Pasirinkite  > **Sistema** > **Aukščiamatis**.

2 Pasirinkite parinktį:

- Jei norite kalibruoti automatiškai pagal GPS pradžios tašką, pasirinkite **Automat. kalibr.**.
- Jei norite įvesti esamą aukštį rankiniu būdu, pasirinkite **Patikrinti** > **Įveskite neautomatiškai**.
- Jei norite, kad dabartinis aukštis būtų įvestas pagal skaitmeninį aukščio modelį (DEM), pasirinkite **Patikrinti** > **Naudoti DEM**.
- Jei norite, kad dabartinis aukštis būtų įvestas pagal jūsų GPS pradžios tašką, pasirinkite **Patikrinti** > **Naudoti GPS**.

Aukščio nustatymas

Jei turite tikslius dabartinės buvimo vietos aukščio duomenis, galite kalibruoti įrenginio aukštmatį rankiniu būdu.

1 Pasirinkite **Navigacija** >  > **Nustatyti aukštį**.

2 Įveskite aukštį ir pasirinkite .

Temperatūros rodmenys

Įrenginyje pateikiami temperatūros rodmenys gali būti didesni už tikrąją oro temperatūrą, jei įrenginys padėtas tiesioginėje saulės šviesoje, laikomas rankoje arba įkraunamas naudojant išorinį baterijų paketą. Be to, praeina šiek tiek laiko, kol įrenginys prisitaiko prie didesnių temperatūros pokyčių.

Pakaitiniai sandarinimo žiedai

Galima įsigyti laikikliams pakaitinių dirželių (sandarinimo žiedų).

PASTABA: naudokite tik etileno-propileno-dieno kaučiuko (EPDM) keičiamąsias juosteles. Eikite į <http://buy.garmin.com> arba kreipkitės į savo Garmin atstovą.

Kaip gauti daugiau informacijos

- Papildomų naudojimo vadovų, straipsnių ir programinės įrangos naujinių ieškokite adresu support.garmin.com.
- Informacijos apie pasirinktinius priedus ir atsargines dalis ieškokite adresu buy.garmin.com arba kreipkitės į Garmin atstovą.

Priedas

Duomenų laukai

Norint rodyti duomenis tam tikruose duomenų laukuose, reikia ANT+ arba Bluetooth priedų. Kai kurie duomenų laukai įrenginyje rodomi daugiau nei vienoje kategorijoje.

PATARIMAS: duomenų laukus taip pat galite tinkinti įrenginio nustatymuose programoje Garmin Connect.

%maks. širdies dažnis: maksimalaus širdies dažnio procentas.

24 valandų maksimali temperatūra: maksimali temperatūra, įrašyta per pastarąsias 24 valandas, naudojant suderinamą temperatūros jutiklį.

24 valandų minimali temperatūra: minimali temperatūra, įrašyta per pastarąsias 24 valandas, naudojant suderinamą temperatūros jutiklį.

3 s galia: 3 sekundžių sugeneruotos galios slankusis vidurkis.

AAL ties kitu: apytikris paros laikas, kuriuo pasieksite kitą kelio tašką (pakoreguotas nurodant atvykimą į kelio tašką vietos laiku). Jei norite, kad būtų rodomi šie duomenys, turite naudoti navigaciją.

Atst. iki taško: likęs atstumas iki kito taško.

Atstumas: dabartinėje trasoje arba veikloje įveiktas atstumas.

Atstumas iki kito: likęs atstumas iki kito kelio taško maršrute. Jei norite, kad būtų rodomi šie duomenys, turite naudoti navigaciją.

Atstumas iki tikslo: atstumas iki kelionės tikslo. Jei norite, kad būtų rodomi šie duomenys, turite naudoti navigaciją.

Atstumas iki trasos taško: likęs atstumas iki kito taško trasoje.

Aukščio diagrama: linijinė diagrama, vaizduojanti jūsų dabartinį aukštį, visą pakilimą ir visą dabartinės veiklos pakilimą.

Aukštis: esamos vietos aukštis virš ar žemiau jūros lygio.

Baterijos būseną: likusi dviračio žibinto baterijos galia.

Baterijos lygis: likusi baterijos įkrova.

Bendras nuolydis: bendras nusileidimo atstumas, įveiktas nuo paskutinio nustatymo iš naujo.

Bendras pakilimas: bendras pakilimo atstumas, įveiktas nuo paskutinio nustatymo iš naujo.

Dienos laikas: paros laikas pagal esamus vietos ir laiko nustatymus (formatas, laiko juosta, vasaros laikas).

ETA ties kelionės tikslu: apytikris paros laikas, kuriuo pasieksite galutinį kelionės tikslą (pakoreguotas nurodant atvykimą į kelionės tikslą vietos laiku). Jei norite, kad būtų rodomi šie duomenys, turite naudoti navigaciją.

Galia: esama sugeneruota galia vatais.

Galios diagrama: linijinė diagrama, vaizduojanti veiklos dabartinę, vidutinę ir maksimalią generuojamos galios vertę.

Galios zona: esamos sugeneruotos galios diapazonas (nuo 1 iki 7) pagal GFS arba tinkintus nustatymus.

GPS signalo stiprumas: GPS palydovų signalo stiprumas.

Greičio diagrama: linijinė diagrama, vaizduojanti jūsų greitį dabartinėje veikloje.

Greitis: esamas judėjimo greitis.

Įkalnė iki kito trasos taško: likusi įkalnė iki kito taško trasoje.

Išmanusis kelionės nuotolis: apytikslis likęs atstumas, kurį „eBike“ teks pagalbą, įvertinus vietovę.

Kadencija: važiavimas dviračiu. Švaistiklio apsisukimų skaičius. Kad šie duomenys būtų rodomi, įrenginys turi būti prijungtas prie kadencijos priedo.

Kadencijos diagrama: linijinė diagrama, vaizduojanti jūsų važiavimo dviračiu kadencijos vertes dabartinėje veikloje.

Kalorijos: visas sudegintas kalorijų kiekis.

Kelionės nuotolis: apytikslis atstumas, kurį galite įveikti, remiantis dabartiniais „eBike“ nustatymais ir likusia baterijos įkrova.

Kelionės tikslo vieta: galutinio kelionės tikslo vieta.

Kilodžauliai: sukauptas atliktas darbas (generuojama galia) kilodžauliais.

Kitas kelio taškas: kitas taškas maršrute. Jei norite, kad būtų rodomi šie duomenys, turite naudoti navigaciją.

Kryptis: kryptis, kuria judate.

Laikas iki kito: apytikris likęs laikas iki kito kelio taško maršrute. Jei norite, kad būtų rodomi šie duomenys, turite naudoti navigaciją.

Laikas iki taško: likęs laikas iki kito taško.

Laikas iki vietos: apytikslis laikas iki kelionės tikslo. Jei norite, kad būtų rodomi šie duomenys, turite naudoti navigaciją.

Laikmatis: esamos veiklos laikmačio laikas.

Laipsnis: pakilimo (aukščio) įvertis bėgant (atstumas). Pavyzdžiui, jei pakildami 3 m (10 pėdų) nukeliate 60 m (200 pėdų), nuolydis yra 5 proc.

Likusį įkalnė: likusi įveikti įkalnė, kai naudojate aukščio tikslą važiuodami trasa.

Maks. galia: didžiausia sugeneruota galia per esamą veiklą.

Maks. greitis: didžiausias greitis per esamą veiklą.

Nuolydis rate: vertikalus nusileidimo atstumas esamame rate.

Pagalbos režimas: dabartinis „eBike“ pagalbos režimas.

Pakilimas rate: vertikalus pakilimo atstumas esamame rate.

Perjungimo rekomendacija: rekomendacija perjungti į aukštesnę arba žemesnę pavarą pagal dabartines pastangas. „eBike“ turi veikti rankinio pavarų perjungimo režimu.

Praėjęs laikas: visas įrašytas laikas. Pavyzdžiui, jei paleisite veiklos laikmatį ir 10 minučių važiuosite, tada 5 minutėms sustabdysite laikmatį, tada vėl jį paleisite ir važiuosite 20 minučių, bendras praėjęs laikas bus 35 minutės.

Prijungti žibintai: prijungtų žibintų skaičius.

Ratai: įveiktų ratų skaičius per esamą veiklą.

Rato galia: vidutinė sugeneruota galia per esamą ratą.

Rato greitis: esamo rato vidutinis greitis.

Rato ilgis: esamame rate įveiktas atstumas.

Rato kadencija: važiavimas dviračiu. Vidutinė kadencija per esamą ratą.

Rato laikas: esamo rato laikmačio laikas.

Rato širdies dažnis: vidutinis širdies dažnis per esamą ratą.

Ridos skaitiklis: dabartinis per visas keliones įveikto atstumo rezultatas. Ši suma nepašalinama iš naujo nustatant kelionės duomenis.

Saulėlydis: saulėlydžio laikas pagal jūsų GPS padėtį.

Saulėtekis: saulėtekio laikas pagal jūsų GPS padėtį.

Širdies dažnio diagrama: linijinė diagrama, vaizduojanti veiklos dabartinę, vidutinę ir maksimalią širdies dažnio vertę.

Širdies dažnio zona: esamas širdies dažnio diapazonas (nuo 1 iki 5). Numatytosios zonos pagrįstos naudotojo profiliu ir maksimaliu širdies dažniu (220 minus amžius).

Širdies dažnis: širdies dažnis dūžiais per minutę (dpm). Įrenginys turi būti prijungtas prie suderinamo širdies dažnio matuoklio.

Spindulio kampo būseną: priekinio žibinto spindulio režimas.

Šviesos režimas: žibintų tinklo konfigūracijos režimas.

Temperatūra: oro temperatūra. Kūno temperatūra veikia temperatūros jutiklį.

Treniruoklio valdikliai: treniruotės metu – patalpos treniruoklio taikoma pasipriešinimo jėga.

Vid. galia: vidutinė generuojama galia per esamą veiklą.

Vid.greit.: vidutinis greitis dabartinėje veikloje.

Vid. kadencija: važiavimas dviračiu. Vidutinė kadencija per esamą veiklą.

Vid. rato laikas: esamos veiklos vidutinis rato laikas.

Vid. širdies dažnis: vidutinis širdies dažnis dabartinėje veikloje.

„eBike“ baterija: likusi „eBike“ baterijos įkrova.

V02 maks. standartiniai įverčiai

Šiose lentelėse pateikta standartizuota V02 maks. įverčių klasifikacija pagal amžių ir lytį.

Vyrai	Procentiliai	20–29	30–39	40–49	50–59	60–69	70–79
Geriausias	95	55,4	54	52,5	48,9	45,7	42,1
Puikus	80	51,1	48,3	46,4	43,4	39,5	36,7
Geras	60	45,4	44	42,4	39,2	35,5	32,3
Patenkinamas	40	41,7	40,5	38,5	35,6	32,3	29,4
Prastas	0-40	<41,7	<40,5	<38,5	<35,6	<32,3	<29,4

Moterys	Procentiliai	20–29	30–39	40–49	50–59	60–69	70–79
Geriausias	95	49,6	47,4	45,3	41,1	37,8	36,7
Puikus	80	43,9	42,4	39,7	36,7	33	30,9
Geras	60	39,5	37,8	36,3	33	30	28,1
Patenkinamas	40	36,1	34,4	33	30,1	27,5	25,9
Prastas	0-40	<36,1	<34,4	<33	<30,1	<27,5	<25,9

Duomenys perspausdinti leidus The Cooper Institute. Daugiau informacijos rasite www.CooperInstitute.org.

Širdies dažnio zonų skaičiavimas

Zona	Maksimalaus širdies dažnio procentas	Suvokiamas įtempimo lygis	Nauda
1	50–60 proc.	Atsipalaidavimas, lengvas tempas, ritmiškas kvėpavimas	Pradinio lygio aerobinė treniruotė, sumažina stresą
2	60–70 proc.	Patogus tempas, šiek tiek gilesnis kvėpavimas, galimas pokalbis	Bazinė kardiovaskulinė treniruotė, geras atsistatymo tempas
3	70–80 proc.	Vidutinis tempas, šiek tiek sunkiau kalbėti	Didesnis aerobinis pajėgumas, optimali kardiovaskulinė treniruotė
4	80–90 proc.	Greitas tempas, šiek tiek nepatogumo, stiprus kvėpavimas	Didesnis anaerobinis pajėgumas ir slenkstis, didesnis greitis
5	90–100 proc.	Sprinto tempas, neįmanoma išlaikyti ilgesnį laiką, sunkus kvėpavimas	Anaerobinė ir raumenų ištvermė, didesnė galia

Ratų dydis ir perimetras

Jei naudojate važiuodami dviračiu, greičio jutiklis automatiškai aptinka rato dydį. Jei reikia, greičio jutiklio nustatymuose galite neautomatiškai įvesti rato perimetrą.

Dviračio padangos dydis nurodytas ant abiejų padangos pusių. Galite išmatuoti rato perimetrą arba nurodyti interneto skaičiuoklėse nurodytą perimetrą.

