

GARMIN®

BOUNCE™ 2 WATCH



Brugervejledning

Indholdsfortegnelse

Introduktion	4	Opsætning af en genvej.....	16
Konfiguration af uret.....	4	Sikkerheds- og	
Oversigt.....	4	sporingsfunktioner	17
Tip til touchscreen.....	5	Anmodning om hjælp.....	17
Låsning og oplåsning af enheden.....	5	Afslutning af en anmodning om	
LTE tilsluttede funktioner.....	5	hjælp.....	17
		Tilføjelse af assistancekontakter....	17
Tilslutningsmuligheder	6	LiveTrack.....	17
Telefontilslutningsfunktioner.....	6	Start en LiveTrack session.....	17
Parring af uret med en forældres eller		Afslutning af en LiveTrack	
værges telefon.....	6	session.....	18
Opkald fra uret.....	7	Sporing af position.....	18
Beskeder fra uret.....	7	Indtjekning fra uret.....	18
Beskeder fra Garmin Jr.™ appen.....	7	Visning af barnets aktuelle	
Visning af notifikationer.....	7	position.....	18
Administration af forudindstillede		Visning af dit barns	
sms'er.....	8	placeringshistorik.....	18
Sletning af meddeleleshistorik fra		Grænser.....	18
Garmin Jr.™ appen.....	8	Tilføjelse af en grænse.....	18
Wi-Fi® tilslutningsfunktioner.....	8	Tilføjelse af en midlertidig grænse..	18
Tilslutning til et Wi-Fi® netværk.....	8	Administration af grænser.....	18
Garmin Jr.™ App.....	8	Sletning af en grænse.....	19
Indstilling af dit barns brugerprofil....	9	Aktivering og deaktivering af	
Garmin Jr.™ Familie.....	9	grænsealarmer.....	19
Synkronisering af dine urdata med		Apps og aktiviteter	20
Garmin Jr.™ appen.....	9	Apps.....	20
Visning af historik.....	10	Start af et spil.....	21
Søvnregistrering.....	10	Indstillinger for spil.....	21
App-indstillinger.....	10	Brug af stemmekommandoer.....	21
		Aktiviteter.....	22
Udseende	12	Aktivitetsmål.....	23
Urskiveindstillinger.....	12	Start af aktivitet.....	23
Sådan tilpasser du urskiven.....	12	Løb.....	23
Oprettelse af en brugerdefineret		Cykling.....	24
urskive.....	12	Svømning.....	24
Overblik.....	12	Vintersport.....	25
Visning af overblik.....	13	Tilpasning af aktiviteter og apps.....	25
Opdatering af vejpositionen.....	13	Tilpasning af app-liste.....	25
Opgaver og belønninger.....	13	Tilpas din liste med foretrukne	
Kontrolfunktioner.....	15	aktiviteter.....	25
Tilpasning af kontrolmenuen.....	16	Aktivitetsindstillinger.....	26
Brug af skærmen Lommelygte.....	16	Aktivitetsalarmer.....	26
Brug af tilstanden Må ikke		Historik	28
forstyrres.....	16	Brug af historik.....	28

Personlige rekorder.....	28	Specifikationer.....	38
Visning af dine personlige rekorder.....	28	Batterioplysninger.....	39
Gendannelse af en personlig rekord.....	28	Visning af enhedsoplysninger.....	39
Sletning af personlige rekorder.....	28	Visning af oplysninger om lovgivning og overensstemmelse via E-label....	39
Visning af samlede data.....	29	Vedligeholdelse af enheden.....	39
Ure.....	30	Rengøring af uret.....	39
Indstilling af en alarm.....	30	Udskiftning af rem.....	39
Redigering af en alarm.....	30	Fejlfinding.....	40
Brug af nedtællingstimeren.....	30	Produktopdateringer.....	40
Sletning af en nedtællingstimer.....	30	Sådan får du flere oplysninger.....	40
Brug af stopur.....	30	Genstart af uret.....	40
Tilføjelse af et nedtællingsevent.....	31	Nulstiller alle standardindstillinger fra Garmin Jr.™ appen.....	40
Redigering af et nedtællingsevent...	31	Nulstiller alle standardindstillinger fra uret.....	40
Indstillinger for meddelelser og alarmer.....	32	Er min telefon kompatibel med mit ur?.....	40
Tilpasning af opkaldsalarmer.....	32	Mit ur viser det forkerte sprog.....	40
Tilpasning af beskedalarmer.....	32	Min telefon kan ikke oprette forbindelse til uret.....	41
Indstilling af et tidsalarmer.....	32	Hvordan parrer jeg et ekstra ud med Garmin Jr.™ appen?.....	41
Indstillinger for Lyd og vibration.....	33	Kan mit barn sende beskeder til andre børn?.....	41
Indstillinger for skærm og lysstyrke.....	34	Mit ur viser ikke det korrekte klokkeslæt.....	41
Musik.....	35	Sådan finder du et bortkommet ur.....	41
Opsætning af musik på uret.....	35	Hvordan kan jeg fortryde et tryk på omgangsknappen?.....	41
Aktivering af musik fra Garmin Jr.™ appen.....	35	Registrering af aktivitet.....	42
Vælg en musikudbyder i Garmin Jr.™ appen.....	35	Min skridttæller lader ikke til at være præcis.....	42
Tilslutning af Bluetooth® hovedtelefoner.....	35	Maksimering af batterilevetiden.....	42
Afspilning af musik.....	35	Modtagelse af satellitsignaler.....	42
Kontrollementer til musikafspilning..	35		
Systemindstillinger.....	37		
Indstillinger for dato og klokkeslæt....	37		
Ændring af måleenhed.....	37		
Tilpasning af knapgenveje.....	37		
Enhedsoplysninger.....	38		
Om AMOLED skærmen.....	38		
Opladning af uret.....	38		

Introduktion


⚠ ADVARSEL

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

Det er en forælders eller værges ansvar at konfigurere enheden, før et barn bruger den. Det er en forælders eller værges ansvar at læse og forstå dette dokument og sikre, at barnet bruger enheden på en passende og sikker måde.

Konfiguration af uret




For at få fuldt udbytte af Bounce™ 2 funktionerne skal du udføre disse handlinger.

- 1 Hold  nede for at tænde for uret.
- 2 Følg vejledningen på skærmen for at gennemføre den første opsætning.
Under den indledende opsætning kan du parre din telefon med dit ur for at modtage notifikationer og synkronisere dine aktiviteter med mere (*Parring af uret med en forældres eller værges telefon, side 6*).
- 3 Konfigurer LTE Subscription for Bounce 2 uret (*LTE tilsluttede funktioner, side 5*).
- 4 Konfigurer grænser (*Tilføjelse af en grænse, side 18*).
- 5 Opsætning af Wi-Fi® netværk (*Tilslutning til et Wi-Fi® netværk, side 8*).
- 6 Oplad uret (*Opladning af uret, side 38*).
- 7 Søg efter softwareopdateringer (*Produktopdateringer, side 40*).


Du bør holde softwaren på dit ur opdateret for at få den bedste oplevelse. Softwareopdateringer giver ændringer og forbedringer til beskyttelse af personlige oplysninger, sikkerhed og funktioner.

Oversigt



 Knappen START	<ul style="list-style-type: none">• Hold nede i 2 sekunder for at tænde for uret.• Tryk for at åbne menuen for aktiviteter og apps, herunder urindstillinger.• Hold nede i 2 sekunder for at se kontrolmenuen, herunder strøm.• Hold nede, indtil uret vibrerer tre gange, for at anmode om assistance (<i>Sikkerheds- og springsfunktioner, side 17</i>).
 Knappen TILBAGE	<ul style="list-style-type: none">• Tryk for at gå tilbage til den foregående side. TIP: Under en aktivitet vises der tip på skærmen for at forklare adfærden for knapper, der ikke er standard.• Hold nede for at få vist den tilpassede genvejsfunktionen (<i>Opsætning af en genvej, side 16</i>).
 Touchscreen	<ul style="list-style-type: none">• Stryg op, ned, til venstre eller til højre for at rulle igennem overblik, funktioner og menuer (<i>Tip til touchscreen, side 5</i>).• Tryk for at vælge en indstilling i en menu.• Stryg til højre for at vende tilbage til det forrige skærmbillede.



Tip til touchscreen

- Træk langsomt op eller ned for at rulle gennem lister og menuer.
- Tryk for at vælge et punkt.
- Tryk for at vække uret.
- På urskiven skal du stryge op eller ned for at rulle gennem urets overblik.
- På urskiven skal du stryge til venstre for at få vist menuen Apps og aktiviteter, herunder urindstillinger.
- På urskiven skal du stryge ned for at få vist overblikket over meddelelsescenteret.
- Stryg til højre for at vende tilbage til det forrige skærmbillede.
- Tryk og hold på et element på urskiven for at få vist kontekstafhængige oplysninger, f.eks. overblik eller menuer, hvis de er tilgængelige.
- Fra overblik eller app-menuen skal du trykke og holde nede på urskiven for at slette eller ændre rækkefølgen af indstillingerne.
- Stryg op eller ned under en aktivitet for at se det næste dataskærmbillede.
- Under en aktivitet kan du swipe til højre for at få vist urmenuen, urskiven og overblik.
- Under en aktivitet kan du swipe til venstre for at få vist musikafspilleren.
- Dæk skærmen med håndfladen for at vende tilbage til urskiven og skrue ned for skærmens lysstyrke.
- Når det er tilgængeligt, skal du vælge  eller swipe for at få vist menupunkter.
- Udfør hvert menuvalg som en enkeltstående handling.

Låsning og oplåsning af enheden

Du kan låse enheden for at forhindre utilsigtede berøringer af skærmen og tryk knapperne.

BEMÆRKNING: Du kan tilpasse kontrolmenuen (*Tilpasning af kontrolmenuen, side 16*).

- 1 Hold  nede for at få vist kontrolmenuen.
- 2 Vælg .
Enheden reagerer ikke på berøringer eller tryk på knapper, før du låser den op.
- 3 Hold en vilkårlig knap nede for at låse enheden op.

LTE tilsluttede funktioner

ADVARSEL

Bounce™ 2 uret har visse funktioner, der kræver et LTE Subscription og skal konfigureres med Garmin Jr.™ appen. Få abonnementsoplysninger ved at gå til garmin.com/subscriptions.

De funktioner, der er angivet her, kræver en aktiv LTE Subscription og LTE-forbindelse.

- Assistance
- Opgaver og belønninger
- LiveTrack
- Tekst- og talebeskeder
- Stemmeopkald

Tilslutningsmuligheder

Tilslutningsfunktioner er tilgængelige for dit ur, når du parrer det med din compatible telefon (*Parring af uret med en forældres eller værges telefon, side 6*). Yderligere funktioner er tilgængelige, når du slutter uret til et Wi-Fi® netværk (*Tilslutning til et Wi-Fi® netværk, side 8*).

Telefontilslutningsfunktioner

Der er telefontilslutningsfunktioner tilgængelige for dit Bounce™ 2 ur, når du parrer det via Garmin Jr.™ appen (*Parring af uret med en forældres eller værges telefon, side 6*). Hvis du vil kommunikere med Bounce 2 uret, skal du have en Garmin Connect™ konto, downloade Garmin Jr. appen og være tilføjet som en kontakt for barnet (*Tilføjelse af meddelelseskontakter, side 9*).

- App-funktioner fra Garmin Jr. appen (*Garmin Jr.™ App, side 8*)
- Overblik (*Overblik, side 12*)
- Funktioner i kontrolmenuen (*Kontrolfunktioner, side 15*)
- Sikkerheds- og sporingsfunktioner (*Sikkerheds- og sporingsfunktioner, side 17*)


Parring af uret med en forældres eller værges telefon

Før du kan parre Bounce™ 2 uret med en forældres eller værges telefon, skal forælderen eller værgeren have eller oprette en Garmin Connect™ konto.

ADVARSEL


Bounce 2 uret har visse funktioner, der kræver en LTE Subscription og skal konfigureres med Garmin Jr.™ appen (*LTE tilsluttede funktioner, side 5*). Du kan finde oplysninger om abonnement på garmin.com/subscriptions.

Bounce 2 uret skal parres direkte via Garmin Jr. appen i stedet for fra Bluetooth® indstillingerne på din telefon.

- 1 Fra appbutikken på din telefon kan du installere og åbne Garmin Jr. appen.
- 2 Log på med dit Garmin Connect brugernavn og din adgangskode.
- 3 Følg instruktionerne i appen for at konfigurere din familie og tilføj hvert barn.
- 4 Hvis du tidligere har sprunget parringsprocessen over eller har parret uret med en anden telefon, skal du trykke på  og vælge **Indstillinger > Synkroniser & par > Par** for manuelt at skifte til parringstilstand.
- 5 Følg vejledningen i appen for at gennemføre opsætningsprocessen.

BEMÆRKNING: Du kan parre flere mobilenheder, f.eks. en tablet eller en anden forælders telefon (*Parring af flere mobile enheder, side 6*).

Tips til eksisterende Garmin Jr.™ app-brugere

- 1 Fra Garmin Jr. appen skal du vælge **Home**.
- 2 Vælg  > **Add a new child or device**.
- 3 Vælg en mulighed:
 - Hvis du vil føje et nyt ur til et eksisterende barn, skal du vælge det pågældende barn.
 - Hvis du vil føje et nyt ur til et nyt barn, skal du vælge **New kid**.
- 4 Følg instruktionerne på skærmen.

Parring af flere mobile enheder

Når du har fuldført førstegangsopsætningen (*Parring af uret med en forældres eller værges telefon, side 6*), kan du parre Bounce™ 2 uret med op til to ekstra mobilenheder, som f.eks. en tablet eller en anden forælders eller værges telefon.

- 1 Fra appbutikken på din telefon eller tablet kan du installere og åbne Garmin Jr.™ appen.
- 2 Log på med dit Garmin Connect™ brugernavn og din adgangskode.
- 3 Følg vejledningen i Garmin Jr. appen for at blive føjet til en eksisterende familie.
- 4 Anbring din mobile enhed inden for 3 m af Bounce 2 uret og 10 m væk fra andre parrede mobile enheder.

BEMÆRKNING: Hvis du ikke kan flytte enhederne langt nok fra hinanden, skal du slukke for Bluetooth® teknologien på tidligere parrede mobile enheder.

- 5 Følg vejledningen i appen for at fuldføre parringsprocessen.

Remember: Hvis du har slået Bluetooth teknologi fra på tidligere parrede mobilenheder, skal du slå den til igen.




- 6 Gentag om nødvendigt trin 1 til 5 for hver yderligere mobilenhed.

Opkald fra uret

Før du kan foretage opkald fra uret, skal du aktivere dit LTE Subscription (*LTE tilsluttede funktioner, side 5*).

BEMÆRK





Udsæt ikke mikrofonens og højttalerens åbninger for solcreme eller andre kemikalier. Dette kan tilstoppe eller på anden måde påvirke mikrofonen og højttaleren negativt, hvilket forringer deres ydeevne.

- 1 Tryk på .
 - 2 Vælg **Telefon**.
 - 3 Vælg en mulighed:
 - Hvis du vil ringe til et telefonnummer fra dine kontakter, skal du vælge , vælge et kontaktnavn og vælge et telefonnummer (*Tilføjelse af meddelelseskontakter, side 9*).
 - Stryg opad for at få vist de seneste opkald, der er foretaget eller modtaget på uret.
- TIP:** Du kan vælge  for at lægge på, før opkaldet tilsluttes.

Beskeder fra uret



Afsendelse af en meddelelse fra uret

Før du kan sende beskeder fra uret, skal du aktivere dit LTE Subscription (*LTE tilsluttede funktioner, side 5*).






- 1 Tryk på .
- 2 Vælg **Beskeder** > .
- 3 Vælg en kontaktperson.
- 4 Vælg en mulighed:
 - Hvis du vil sende en sms, skal du vælge **Sms**.
Listen over meddelelser og meddelelsetekst kan tilpasses i Garmin Jr.™ appen (*Administration af forudindstillede sms'er, side 8*).
 - Hvis du vil sende en talebesked, skal du vælge **Stemme** > .
 - Hvis du vil sende en lyd-emoji, skal du vælge **Lyd-emoji**.
- 5 Vælg en lyd-emoji eller tekstbesked, skriv en brugerdefineret tekstbesked eller optag en talebesked.
- 6 Vælg .

Beskeder fra Garmin Jr.™ appen

Afsendelse af en sms fra Garmin Jr.™ appen




- 1 I Garmin Jr. appen vælges **Connect**.
- 2 Vælg dit barn.
- 3 Indtast en meddelelse.
- 4 Vælg  eller  for at sende sms'en.

Afsendelse af en talemeddelelse fra Garmin Jr.™ appen

- 1 I Garmin Jr. appen vælges **Connect**.
- 2 Vælg dit barn.
- 3 Hold  nede, også mens du optager meddelelsen.
BEMÆRKNING: Garmin Jr. appen begrænser automatisk optagetiden til ca. 20 sekunder.
- 4 Vælg en mulighed:
 - Vælg eventuelt  for at afspille meddelelsen, før du sender den.
 - Vælg  for at slette meddelelsen, og prøv igen.
 - Vælg  eller  for at sende meddelelsen.

Visning af notifikationer

Du kan få vist opkalds- og beskednotifikationer på uret fra flere forskellige menuer.

- Når der vises en ny meddelelse på uret, skal du swipe til venstre og vælge **Svar** eller **Afslut**.
- Når du vil se listen over notifikationer, skal du vælge en mulighed:
 - På urskiven skal du stryge ned for at få vist overblikket over notifikationscenteret.
 - På urskiven skal du trykke på , og vælge **Beskeder** for at få vist beskedappen.
 - Hold  nede og vælg  for at se notifikationsbetjeningen.

Administration af forudindstillede sms'er

Dit barn kan bruge listen over forudindstillede sms'er til at kommunikere med dets kontakter (*Afsendelse af en meddelelse fra uret, side 7*).

- 1 I Garmin Jr.™ appen vælges **Connect**.
- 2 Vælg dit barn.
- 3 Vælg **:**.
- 4 Vælg **Preset text messages** eller **Manage preset messages**.
- 5 Vælg en mulighed:
 - Vælg **Reorder List**, og træk **≡** for at ændre rækkefølgen på listen.
 - Indtast tekst i en tom besked for at oprette en brugerdefineret besked.
 - Fjern teksten fra en besked for at slette den fra listen.
 - Vælg **:** > **Restore defaults** for at fjerne brugerdefinerede beskeder og sortere beskederne i standardrækkefølgen.
- 6 Vælg **<**.
Listen over forudindstillede sms'er opdateres på uret.

Sletning af meddelelshistorik fra Garmin Jr.™ appen

- 1 I Garmin Jr. appen vælges **Connect**.
- 2 Vælg dit barn.
- 3 Vælg **:** > **Delete message history** > **Delete**.

Wi-Fi® tilslutningsfunktioner

Aktivitetsoverførsler til din Garmin Jr.™ konto: Sender automatisk din aktivitet til din Garmin Jr. konto, så snart du er færdig med at registrere aktiviteten.

Lydindhold: Giver dig mulighed for at synkronisere lydindhold fra tredjepartsudbydere.

Softwareopdateringer: Du kan downloade og installere den nyeste software.

Tilslutning til et Wi-Fi® netværk

Før du kan oprette forbindelse til et Wi-Fi netværk, skal du forbinde uret med Garmin Jr.™ appen på din telefon (*Parring af uret med en forældres eller værges telefon, side 6*).

Garmin® anbefaler, at du slutter uret til et Wi-Fi netværk for at opnå optimal ydeevne, herunder forbedret batterilevetid.

- 1 Placer dig inden for rækkevidde af et Wi-Fi netværk.
- 2 Fra Garmin Jr. appen skal du vælge **Home**.
- 3 Vælg dit barn, og vælg **Settings** > **Wi-Fi** > **+**.
- 4 Vælg et tilgængeligt Wi-Fi netværk, og indtast logon-oplysningerne.

Garmin Jr.™ App

Med den gratis Garmin Jr. app kan du følge status for dine børns daglige aktiviteter og opgaver.

Aktivitetstracking: Giver dig mulighed for at registrere dit barns daglige skridt, aktive minutter, aktiviteter med tidtagning og søvndata.

Eventyrkort: Giver dig mulighed for at se dit barns status hver dag, når barnet når sit mål på 60 minutters aktivitet, hvilket udløser nye oplevelser.

Udfordringer: Giver dig mulighed for at sammenligne skridt for hele familien og forbindelserne fra dit Garmin Connect™ fællesskab.

Status for opgaver: Giver dig mulighed for at oprette og administrere opgaver, tildele virtuelle mønter ved færdiggørelse af gøremål og indløse virtuelle mønter for brugerdefinerede belønninger.

Flere: Giver dig mulighed for at tilpasse din familie, opdatere appindstillinger og få vist emner i hjælp og oplysninger.

Belønninger: Giver dig mulighed for at oprette belønninger og indløse virtuelle mønter til belønninger.

Indstillinger: Giver dig mulighed for at tilpasse uret og brugerindstillingerne, herunder alarmtoner, nødkontakt oplysninger, profilbilleder og meget mere.

Søvnregistrering: Giver dig mulighed for at få vist dit barns statistik over søvn.

Statistik: Giver dig mulighed for at få vist registreringer af dit barns aktive minutter og antal skridt.

Skridt: Giver dig mulighed for at få vist dit barns data om antal skridt.

Indstilling af dit barns brugerprofil

Du kan opdatere dit barns foto, navn, avatar, baggrundsfarve, sengetid, vækningstidspunkt, fødselsdato og køn.

- 1 Fra Garmin Jr.™ appen skal du vælge **Home**.
- 2 Vælg dit barn, og vælg **Settings > Edit Profile**.
- 3 Vælg en funktion.

Garmin Jr.™ Familie

Din Garmin Jr. familie består af medlemmer, som du kan udpege som værger eller omsorgspersoner. Familiemedlemmer tilføjes automatisk som Garmin Jr. kontakter.

Du kan også tilføje forbindelser fra din Garmin Connect™ konto, som skal medtages på din families ranglister og tilføje deres Garmin® enhed som en kontakt.

BEMÆRKNING: Familiemedlemmer kan kun tilhøre én Garmin Jr. familie.

Tilføjelse af medlemmer til en Garmin Jr.™ familie

Før du kan føje medlemmer til en Garmin Jr. familie, skal hver bruger have eller oprette en Garmin Connect™ konto.

- 1 Fra Garmin Jr. appen skal du vælge **••• > Family > Invite member**.
- 2 Indtast den e-mailadresse, som er knyttet til brugerens Garmin Connect konto.
- 3 Vælg en mulighed:
 - Vælg **Guardian** for at give brugeren mulighed for at se barnets position og interagere med familien og ændre børneindstillinger.
 - Vælg **Caregiver** for at give brugeren mulighed for at se barnets position og interagere med familien.
 - Vælg **Communicator** for at give brugeren mulighed for at interagere med familien.
- 4 Vælg **Continue > Send invitation**.
Brugeren modtager en e-mailinvitation til at oprette forbindelse til din Garmin Jr. familie.
Brugerens e-mailadresse vises på listen Afventende invitationer, indtil invitationen accepteres. Du kan sende invitationen igen eller annullere den, før den accepteres.

Invitation af forbindelser med Garmin Jr.™ appen

Før du kan invitere en person som en forbindelse, skal hver person have eller oprette en Garmin Connect™ konto.

- 1 Fra Garmin Jr. appen skal du vælge **••• > Family > Connections**.
- 2 Vælg **Find People** eller **+**.
- 3 Vælg en mulighed:
 - Indtast et navn eller en e-mail for at søge efter en person.
 - Vælg **Your Contacts** for at vælge en person fra dine kontakter.
- 4 Vælg personen, og vælg **Connect > OK**.
Personen modtager en e-mailinvitation til at oprette forbindelse til din familie.

Tilføjelse af meddelelseskontakter

Før du kan tilføje meddelelseskontakter, skal du oprette forbindelse til personer, der har Garmin® enheder, der kan sende beskeder i Garmin Jr.™ appen (*Invitation af forbindelser med Garmin Jr.™ appen, side 9*).

Medlemmer af din Garmin Jr. familie er automatisk inkluderet i listen over meddelelseskontakter (*Tilføjelse af medlemmer til en Garmin Jr.™ familie, side 9*).


- 1 Fra Garmin Jr. appen skal du vælge **Home**.
- 2 Vælg dit barn og vælg **Settings > Contacts**.
- 3 Vælg **+** ud for en tilgængelig kontakt.
- 4 Vælg **✓**.

Synkronisering af dine urdata med Garmin Jr.™ appen

Bounce™ 2 uret synkroniserer med jævne mellemrum automatisk data med Garmin Jr. appen. Du kan også når som helst synkronisere data manuelt.

- 1 Placer uret i nærheden af den parrede telefon.
- 2 Åbn Garmin Jr. appen.

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

- 3 Tryk på  på telefonen for at få vist menuen.
- 4 Vælg **Indstillinger** > **Synkroniser & par** > **Synkroniser**.
- 5 Vent, mens dataene synkroniseres.
- 6 Få vist aktuelle data i Garmin Jr. appen.

Visning af historik

Bounce™ 2 uret holder styr på dit barns aktive minutter, søvn og daglige antal skridt. Du kan få vist dit barns historik i Garmin Jr.™ appen.

- 1 Fra Garmin Jr. appen skal du vælge **Home**.
- 2 Vælg dit barn, og vælg en indstilling:
 - Vælg **Activity** for at få vist aktive minutter.
 - Vælg **Sleep** for at få vist søvn.
 - Vælg **Steps** for at få vist antal skridt.
 - Vælg **Statistik** for at få vist dit barns mest aktive dage.

Data vises i daglige intervaller på 7 dage, 4 uger og 12 måneder.

Søvnregistrering

Mens dit barn sover, overvåger uret dets bevægelse. Du kan indstille normale sovetimer i Garmin Jr.™ appindstillingerne (*Bruger- og sikkerhedsindstillinger, side 10*). Du kan få vist statistik for søvn i Garmin Jr. appen (*Visning af historik, side 10*).

App-indstillinger

Du kan tilpasse dine familie- og appindstillinger i Garmin Jr.™ appen. Du kan også tilpasse bruger- og sikkerhedsindstillinger (*Bruger- og sikkerhedsindstillinger, side 10*).

I Garmin Jr. appen skal du vælge ●●●.

Family: Giver dig mulighed for at tilpasse familieindstillingerne. Du kan eksempelvis redigere familienavnet, invitere yderligere forældre eller værger.

App settings: Giver dig mulighed for at indstille Garmin Jr. appen til tilstanden Barn, tilpasse meddelelser, slå musik- og lydeffekter til eller fra og logge af din konto.

Help: Indeholder oplysninger om pleje og tilpasning af uret, videoer og andre nyttige oplysninger.

Om: Giver dig mulighed for at få vist versionsoplysninger og juridiske oplysninger.

Pair a new Garmin device: Giver dig mulighed for at udskifte et ur til et eksisterende barn eller føje et nyt ur til et nyt barn.

Administration af notifikationer om uraktiviteter

Du kan modtage notifikationer på din telefon om dit barns uraktiviteter, f.eks. placeringsstatus, enhedsstatus og opdateringer om opgaver.

- 1 Fra Garmin Jr.™ appen på din telefon skal du vælge ●●● > **App settings** > **App settings**.
- 2 Vælg til/fra-knappen for at aktivere de notifikationer, du vil modtage.

Bruger- og sikkerhedsindstillinger

Du kan tilpasse dine bruger- og sikkerhedsindstillinger i Garmin Jr.™ appen.

I Garmin Jr. appen skal du vælge **Home**, vælge dit barn og vælge **Settings**.

Edit Profile: Giver dig mulighed for at tilpasse dit barns profiloplysninger. Du kan angive barnets navn, avatar, baggrundsfarve, sengetid, vækketidspunkt, fødselsdato og køn (*Indstilling af dit barns brugerprofil, side 9*).

Display text: Giver dig mulighed for at ændre det navn, der vises på urskiven.

Watch faces: Giver dig mulighed for at sende flere urskiver til uret.

Alarms: Giver dig mulighed for at indstille en alarm, der skal sendes til uret (*Indstilling af en alarm, side 30*).

Daily steps goal: Giver dig mulighed for at opdatere det daglige mål for antal skridt.

Parental controls: Giver dig mulighed for at aktivere Forstyr ikke under søvn-timer og skoletilstand (*Aktiver skoletilstand, side 11*).

Contacts: Giver dig mulighed for at tilføje personer, som dit barn må sende en meddelelse til (*Tilføjelse af meddelelseskontakter, side 9*).

Preset text messages: Giver dig mulighed for at opdatere de forudindstillede sms'er, som dit barn kan sende fra uret (*Administration af forudindstillede sms'er, side 8*).

Safety: Giver dig mulighed for at administrere familiekontakter, der modtager en meddelelse, når dit barn anmoder om hjælp.

Boundaries: Giver dig mulighed for at opdatere grænser (*Tilføjelse af en grænse, side 18*).

Wi-Fi: Giver dig mulighed for at slutte uret til et Wi-Fi® netværk (*Tilslutning til et Wi-Fi® netværk, side 8*).

Connectivity: Giver dig mulighed for at få vist detaljer om dine LTE Subscription (garmin.com/subscriptions).

Find my watch: Hjælper dig med at finde et mistet Bounce™ 2 ur, der er parret ved hjælp af Bluetooth® teknologi og lige nu er i nærheden (*Sådan finder du et bortkommet ur, side 41*).

Power off: Giver dig mulighed for at slukke uret fra Garmin Jr. appen.

Device details: Giver dig mulighed for at få vist model, softwareversion, serienummer og brugervejledning. Du kan også nulstille uret (*Nulstiller alle standardindstillinger fra Garmin Jr.™ appen, side 40*).

Pairing: Giver dig mulighed for at registrere en tilbehørsrem, parre et nyt ur eller annullere parringen af det aktuelle ur.

Language: Giver dig mulighed for at opdatere sproget på uret.

Aktiver skoletilstand

Du kan bruge skoletilstand til automatisk at sætte uret på lydløs og begrænse brugen af det i skoletiden. Dit barn kan bruge hjælp, mens uret er i skoletilstand.

1 Fra Garmin Jr.™ appen skal du vælge **Home**.

2 Vælg dit barn, og vælg **Settings > Parental controls > School mode**.

3 Aktiver skoletilstand.

4 Vælg en mulighed:

BEMÆRKNING: Begge muligheder slår vibrationer og lyde fra for alle meddelelser undtagen alarmer, hjælp, find mit ur, og når skoletilstanden aktiveres eller deaktiveres.

- Hvis du vil sætte uret på lydløs og tillade alle funktioner i skoletiden, skal du vælge **Silent**.
- Hvis du vil sætte uret på lydløs og begrænse brugen af spil og meddelelser i skoletiden, skal du vælge **Silent & restricted**.

5 Vælg **Start time, End time** eller **Days** for at opdatere skoletiden.

Deaktiver skoletilstand

1 Fra Garmin Jr.™ appen skal du vælge **Home**.

2 Vælg dit barn, og vælg **Settings > Parental controls > School mode**.

3 Deaktiver skoletilstand.

4 Vælg ✓.

5 Vent på, at Garmin Jr. appen synkroniseres med uret.

Brug af Barn-tilstand

Du kan aktivere tilstanden Barn i Garmin Jr.™ appen for at give et barn mulighed for at markere opgaver som fuldførte og indløse belønninger uden forældre- eller værgegodkendelse. Du kan også bruge ansigtsgenkendelse eller scanning af fingeraftryk på telefonen i stedet for en adgangskode til at låse indstillingerne for tilstanden Barn op.

1 Fra Garmin Jr. appen skal du vælge **••• > App settings > Kid Mode**.

2 Aktiver tilstanden Barn.

3 Vælg eventuelt muligheder for at tilpasse tilstanden Barn.

4 Vælg eventuelt **Change Passcode** for at skifte adgangskoden.

BEMÆRKNING: Adgangskoden er nødvendig for at få adgang til visse funktioner i Garmin Jr. appen, når tilstanden Barn er aktiveret. Standardadgangskoden er 0000.

5 Vælg ✓.

Sletning af en profil

1 Fra Garmin Jr.™ appen skal du vælge **Home**.

2 Vælg dit barn.

3 Vælg **Settings > Edit Profile > Delete profile**.

Udseende



Du kan tilpasse urskivens udseende og de hurtige adgangsfunktioner i oversigtssløjfen og kontrolmenuen.

Urskiveindstillinger

Du kan brugertilpasse urskivens udseende ved at vælge layout, farver og ekstra data. Du kan også oprette brugerdefinerede urskiver i Garmin Jr.™ appen.

Sådan tilpasser du urskiven

Du kan tilpasse oplysningerne på urskiven og dens udseende.

- 1 Tryk på .
- 2 Vælg **Urskive**.
- 3 Rul op for at gennemse urskivefunktionerne.
- 4 Vælg **Tilføj ny** for at vælge mellem flere urskivemuligheder.
- 5 Vælg en urskive, og vælg .
- 6 Vælg en mulighed:

BEMÆRKNING: Ikke alle valgmuligheder er tilgængelige for alle urskiver.

- For at aktivere urskiven skal du vælge **Anvend**.
- For at ændre de data, der vises på urskiven, skal du vælge **Data**.
- Vil du tilføje eller ændre en farvetone for urskiven, skal du vælge **Farvetone**.
- For at ændre farven på de data, der vises på urskiven, skal du vælge **Datafarve**.
- For at fjerne urskiven skal du vælge **Slet**.

Oprettelse af en brugerdefineret urskive

- 1 Fra Garmin Jr.™ appen skal du vælge **Home**.
- 2 Vælg dit barn.
- 3 Vælg **Settings > Watch faces > Your designs > Create a watch face**.
- 4 Følg instruktionerne på skærmen.
- 5 Vælg **Install**.
Uret opdateres med din brugerdefinerede urskive.

Overblik

Uret leveres med forudindstillede overblik, der giver øjeblikkelige oplysninger ([Visning af overblik, side 13](#)). Du kan stryge op på urskiven for at rulle gennem overblikkene, og du kan vælge et overblik for at få vist detaljer. Nogle overblik kræver en LTE Subscription.

Nogle overblik er ikke synlige som standard. Du kan tilføje dem til overbliklisten manuelt ([Tilpasning af overbliklisten, side 13](#)).


Navn	Beskrivelse
Aktive minutter	Registrerer den tid, du har tilbragt med at deltage i aktiviteter med moderat til høj intensitet, dit ugentlige mål for aktive minutter og dit fremskridt i forhold til målet.
Udfordringer	Viser din aktuelle ranglisteplacering, hvis du deltager i en Garmin Connect™ udfordring.
Opgaver	Viser en tjekliste over de opgaver, der er konfigureret i Garmin Jr.™ appen. Du kan markere opgaver som udført og modtage mønter med forælder eller værges godkendelse.
Nedtællinger	Viser kommende nedtællingsevents.
Historik	Viser din aktivitetshistorik og en graf over dine registrerede aktiviteter (Visning af historik, side 10).
Sidste aktivitet	Viser en kort oversigt over din seneste registrerede aktivitet.
Sidste tur Sidste løbetur Sidste svømtur	Viser en kort oversigt over din seneste registrerede aktivitet og historik for den angivne sport.
Månefase	Viser tidspunkter for måneopgang og månenedgang samt månefase, baseret på din GPS-position.
Musik	Giver dig musikafspillerknapper til musik på dit ur.
Skridt	Spor dit daglige skridttal, skridtmål samt data for de seneste dage.

Navn	Beskrivelse
Solopgang & solnedgang	Viser solopgang, solnedgang og tussmørke.
Vejr	Viser den aktuelle temperatur og vejrudsigt.

Visning af overblik

- Fra urskiven skal du stryge op. Uret ruller gennem overblikssløjfen.
- Vælg et overblik for at få vist yderligere oplysninger.
- Swipe til venstre for at få et overblik over yderligere indstillinger og funktioner.

Tilpasning af overbliklisten

- 1 Fra urskiven skal du stryge op. Uret ruller gennem overbliklisten.
- 2 Vælg **Rediger**.
- 3 Vælg et overblik.
- 4 Vælg en mulighed:
 - Hvis du vil fjerne et overblik fra listen, skal du vælge .
 - Hvis du vil ændre placeringen af et overblik på listen, skal du vælge overblikket og trække det til den ønskede placering på skærmen.
- 5 Vælg om nødvendigt **Tilføj** for at føje et overblik til listen.

Opdatering af vejrpositionen

- 1 Swipe op for at se vejroverblikket.
- 2 Vælg overblikket for at se det aktuelle vejr for din position.
- 3 Swipe venstre.
- 4 Vælg **Vejrindstillinger** > **Opdater aktuel position**.
- 5 Vent, mens uret finder satellitter ([Modtagelse af satellitsignaler](#), side 42).

Opgaver og belønninger

Du kan oprette en liste over opgaver i Garmin Jr.™ appen, som du kan sende til uret. Dit barn kan markere opgaverne som fuldført på uret for at optjene virtuelle mønter, som kan handles til belønninger. Dit barn kan vælge fra en liste over forudindstillede belønninger, for eksempel at købe et nyt legetøj eller spil, svømme eller skærmtime, eller du kan oprette en brugerdefineret belønning ([Oprettelse af belønninger](#), side 14).

Et aktivt LTE abonnement er påkrævet for at bruge denne funktion ([LTE tilsluttede funktioner](#), side 5).

Brug af opgaveoverblik

Før du kan bruge opgaveoverblikket, skal du have tildelte opgaver i Garmin Jr.™ appen ([Tildeling af opgaver](#), side 14) og have et aktivt LTE abonnement ([LTE tilsluttede funktioner](#), side 5).

- 1 Swipe op for at se opgaveoverblikket. Uret viser det opdaterede antal opgaver, der er fuldført ① og tildelt ② den pågældende dag.



2 Vælg den opgave, du har fuldført.

Opgaven viser Godkender indtil opgaven er godkendt i Garmin Jr. appen (*Godkendelse af opgaver, side 14*). Når opgaven er godkendt, viser uret det opdaterede antal optjente virtuelle mønter.

Mønter kan indløses i Garmin Jr. appen (*Indløsning af belønninger, side 14*).

Tildeling af opgaver

Du kan oprette en liste over opgaver, der skal sendes til uret (*Brug af opgaveoverblik, side 13*).

- 1 Fra Garmin Jr.™ appen skal du vælge **Home**.
- 2 Vælg dit barn, og vælg **Chores** > **:** > **Add new chore**.
- 3 Indtast et navn til opgaven, eller vælg en opgave på listen.
- 4 Vælg **<** eller **←**.
- 5 Vælg det antal virtuelle mønter, der skal tildeles en opgave.
- 6 Indstil eventuelt klokkeslæt og dage, hvor opgaven skal være fuldført.
TIP: Du kan også aktivere en alarm for opgaven.
- 7 Vælg **✓**.

Godkendelse af opgaver

Når du har fuldført en opgave, kan dit barn anmode om godkendelse fra Bounce™ 2 uret (*Brug af opgaveoverblik, side 13*).

- 1 Fra Garmin Jr.™ appen skal du vælge **Home**.
- 2 Vælg dit barn, og vælg **Chores**.
- 3 Vælg den opgave, du vil godkende.
Dit barn modtager en meddelelse på uret, når opgaverne er godkendt.

Oprettelse af belønninger

Du kan oprette en liste over belønninger, som dit barn kan købe med virtuelle mønter.

- 1 Fra Garmin Jr.™ appen skal du vælge **Home**.
- 2 Vælg dit barn, og vælg **Rewards** > **+** > **Add Name**.
- 3 Indtast et navn for belønningen, eller vælg en belønning på listen.
- 4 Vælg **<** eller **←**.
- 5 Vælg **Price** for at angive det antal virtuelle mønter, dit barn skal bruge for at indløse belønningen.
- 6 Opdater eventuelt ikonet og beskrivelsen.
- 7 Vælg **✓**.

Du kan indløse belønninger i Garmin Jr. appen til dit barn (*Indløsning af belønninger, side 14*), eller dit barn kan indløse belønninger via Garmin Jr. appen i Barn-tilstand (*Brug af Barn-tilstand, side 11*).

Indløsning af belønninger

Dit barn kan indløse virtuelle mønter optjent for belønninger (*Oprettelse af belønninger, side 14*).

1 Fra Garmin Jr.™ appen skal du vælge **Home**.

2 Vælg dit barn, og vælg **Rewards**.

3 Vælg **Redeem** på den belønning, som du vil indløse.

BEMÆRKNING: Vælg eventuelt **Request**, når Garmin Jr. appen er i Barn-tilstand, og godkendelsesindstillingen er aktiveret (*Brug af Barn-tilstand, side 11*).

Virtuelle mønter trækkes fra virtuelle mønter i alt.






Kontrolfunktioner

Kontrolmenuen giver dig hurtig adgang til urets funktioner og indstillinger. Du kan tilføje, omorganisere og fjerne valgmulighederne i kontrolmenuen (*Tilpasning af kontrolmenuen, side 16*).

Fra et hvilket som helst skærbillede skal du holde  nede.






Ikon	Navn	Beskrivelse
	Alarm	Vælg for at åbne vækkeurs-appen (<i>Indstilling af en alarm, side 30</i>).
	Lysstyrke	Vælg for at justere lysstyrken for skærmen (<i>Indstillinger for skærm og lysstyrke, side 34</i>).
	Lommeregner	Vælg for at bruge lommeregneren, herunder drikkepengeberegneren.
	Tjek ind	Vælg for at tjekke ind med din aktuelle position (<i>Indtjekning fra uret, side 18</i>).
	Ure	Vælg for at åbne appen Ure og indstille en alarm, timer, stopuret eller få vist flere tidszoner (<i>Ure, side 30</i>).
	Skærm	Vælg for at slukke skærmen for alarmer og bevægelser (<i>Indstillinger for skærm og lysstyrke, side 34</i>).
	Må ikke forstyrres	Vælg for at aktivere eller deaktivere Forstyr ikke-tilstanden for at dæmpe skærmen og deaktivere alarmer og meddelelser. Du kan f.eks. bruge denne tilstand, mens du ser en film.
	Lommelygte	Vælg for at tænde for skærmen for at bruge uret som lommelygte.
	Få hjælp	Vælg for at sende en anmodning om hjælp (<i>Anmodning om hjælp, side 17</i>).
	Lås enheden	Vælg for at låse knapperne og touchscreenen for at forhindre utilsigtede tryk og strøg.
	Musik	Vælg for at styre musikafspilningen på dit ur.
	Sluk	Vælg for at slukke for skærmen.
	Rødt skifte	Vælg for at skifte skærmen til røde nuancer for at bruge uret i svagt lys.
	Indstillinger	Vælg for at åbne indstillingsmenuen.
	Stopur	Vælg for at starte stopuret.
	Solopgang & solnedgang	Vælg for at få vist tider for solopgang, solnedgang og tussmørke.
	Synkroniser	Vælg for at synkronisere uret med din parrede telefon.

Ikon	Navn	Beskrivelse
	Timer	Vælg for at indstille nedtællingstimeren.
	Stemme kommando	Vælg for at åbne appen til stemmekommando og sige en kommando (<i>Brug af stemmekommandoer, side 21</i>).
	Lydstyrke	Vælg for at åbne urets kontrolelementer.
	Udkastning af vand	Vælg for at afspille toner for at udkaste vand fra højttaler- og mikrofonportene.
	Vejr	Vælg for at få vist den aktuelle vejrudsigt og de aktuelle forhold.




Tilpasning af kontrolmenuen

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

- Hold  nede.
Kontrolmenuen vises.
- Swipe ned.
- Vælg **Rediger**.
- Vælg en genvej:
 - Hvis du vil ændre placeringen af genvejen i menuen kontrolelementer, skal du trække den til den ønskede placering på skærmen og vælge .
 - Vælg  for at fjerne genvejen fra kontrolmenuen.
- Vælg om nødvendigt **Tilføj** for at tilføje en genvej i kontrolmenuen.



Brug af skærmen Lommelygte

BEMÆRKNING: Brug af lommelygten kan reducere batteritiden.

- Hold  nede for at få vist kontrolmenuen.
- Vælg .
- Vælg **+** eller **-** for at justere lysstyrken.
- Tryk på  for at slukke for lommelygten.

Brug af tilstanden Må ikke forstyrres


Du kan bruge tilstanden Må ikke forstyrres til at deaktivere vibrationer og skærmen for alarmer og meddelelser. Denne tilstand deaktiverer bevægelsesindstillingen (*Indstillinger for skærm og lysstyrke, side 34*). Dit barn kan bruge Bounce™ 2 uret til at anmode om assistance, mens uret er i tilstanden Må ikke forstyrres.

- Hvis du manuelt vil slå tilstanden Må ikke forstyrres til eller fra, skal du holde  nede og vælge .
- Hvis du automatisk vil aktivere tilstanden Må ikke forstyrres i barnets søvnperiode, skal du i Garmin Jr.™ appen (*Bruger- og sikkerhedsindstillinger, side 10*) vælge barnet og vælge **Settings > Parental controls > Do not disturb during sleep**.

Du kan vælge Silent for at sætte uret på lydløs og give adgang til alle urfunktioner, eller du kan vælge Silent & restricted for at sætte uret på lydløs og begrænse adgang til urfunktionerne.

Opsætning af en genvej

Du kan oprette en genvej til din favoritapp -overblik eller -knap, f.eks. dit vækkeur eller musikstyring.

- Tryk på .
- Vælg **Indstillinger > System > Genveje**.
- Vælg en knap eller knapkombination, der skal tilpasses.

Sikkerheds- og sporingsfunktioner

⚠ ADVARSEL

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

Sikkerheds- og sporingsfunktionerne kræver en LTE Subscription og skal konfigureres med Garmin Jr. appen. Du kan finde oplysninger om abonnement på garmin.com/subscriptions.

Bounce™ 2 uret har sikkerheds- og sporingsfunktioner, der kræver en telefon parret med Garmin Jr. appen. Værger og omsorgspersoner i din Garmin Jr. familie får besked, når dit barn anmoder om hjælp. Du kan administrere Garmin Jr. familiemedlemmer i Garmin Jr. appen.

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

Assistance: Giver dit barn mulighed for at starte en LiveTrack session og sende en meddelelse til værger og plejepersoner i din Garmin Jr. familie.

LiveTrack: Gør det muligt for værger og plejepersoner i din Garmin Jr. familie at sende en anmodning om at få vist dit barns placering i realtid.


Anmodning om hjælp

⚠ ADVARSEL

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

BEMÆRK

Før du kan anmode om hjælp, skal du angive nødkontakter i Garmin Jr. appen (*Tilføjelse af assistancekontakter, side 17*). Et aktivt LTE Subscription er påkrævet for at anmode om assistance, og uret skal være i et område med netværksdækning, hvor data er tilgængelige. Dine nødkontakter skal kunne modtage e-mails eller tekstbeskeder (standard-sms-takst er muligvis gældende).

- 1 Hold  nede.
- 2 Når du mærker tre vibrationer, skal du slippe knappen for at aktivere hjælpefunktionen. Nedtælingskærmen vises.
TIP: Før nedtællingen er færdig, kan du holde en vilkårlig knap nede for at annullere meddelelsen.

Afslutning af en anmodning om hjælp

- 1 Åbn Garmin Jr.™ appen, mens en anmodning om hjælp er i gang, og vælg **View location**.
- 2 Vælg til/fra-knappen ved siden af **LiveTrack**.
Anmodningen om hjælp annulleres, og deling af live-position slutter.

Tilføjelse af assistancekontakter

Telefonnumre for assistancekontakter bruges til sikkerheds- og sporingsfunktioner. Du kan tilføje værger eller plejepersoner fra din Garmin Jr.™ familie til opkaldslisten for assistance.

- 1 Fra Garmin Jr. appen skal du vælge **Home**.
- 2 Vælg dit barn, og vælg **Settings > Safety**.
- 3 Følg instruktionerne på skærmen.

LiveTrack

⚠ ADVARSEL

Det er brugerens ansvar at udvise diskretion, når man deler positionsoplysninger med andre. Sørg altid for, at du er bekendt med og tryk ved de personer, du deler dine positionsoplysninger med.

Med LiveTrack funktionen kan du spore dit barns aktuelle position, seneste besøgte steder, ruten for dets nylige rejser i realtid.

Start en LiveTrack session

Før du kan starte en LiveTrack session, skal du parre uret med Garmin Jr.™ appen på din telefon (*Parring af uret med en forældres eller værges telefon, side 6*).

- 1 I Garmin Jr. appen skal du vælge **Location**.
- 2 Vælg dit barn, og vælg **LiveTrack**.

LiveTrack fortsætter med at køre i baggrunden.

Afslutning af en LiveTrack session



LiveTrack sessionen afsluttes automatisk efter 30 minutter, medmindre du vælger at forlænge den.

I Garmin Jr.™ appen skal du vælge **Location** > **End LiveTrack**.

Spring af position

Indtjekning fra uret

Før dit barn kan tjekke ind på en position, skal du parre uret med Garmin Jr.™ appen på din telefon ([Parring af uret med en forældres eller værges telefon, side 6](#)).

- 1 Hold  nede for at se kontrolmenuen.
- 2 Vælg .
- 3 Vælg **Send**.

Uret sender en meddelelse til forælder eller værge og vibrerer, hvis vibration er aktiveret ([Indstillinger for Lyd og vibration, side 33](#)).

Visning af barnets aktuelle position


Før du kan finde dit barn, skal du parre uret med Garmin Jr.™ appen på din telefon ([Parring af uret med en forældres eller værges telefon, side 6](#)).

- 1 I Garmin Jr. appen skal du vælge **Location**.
Urets sidst rapporterede position og tidspunktet for rapporten vises.
- 2 Vælg **Refresh** for at opdatere positionen.

Visning af dit barns placeringshistorik

Før du kan få vist dit barns placeringshistorik, skal du parre uret med Garmin Jr.™ appen på din telefon ([Parring af uret med en forældres eller værges telefon, side 6](#)).





Alle godkendte familiemedlemmer kan få vist dit barns placeringshistorik i appen.

- 1 I Garmin Jr. appen skal du vælge **Location** > **History**.
- 2 Vælg  for at få vist op til syv foregående dage.

Grænser


Tilføjelse af en grænse

Før du kan tilføje en grænse, skal du parre uret med Garmin Jr.™ appen på din telefon ([Parring af uret med en forældres eller værges telefon, side 6](#)).

- 1 I Garmin Jr. appen skal du vælge **Location** >  > **Add a new boundary**.
- 2 Tryk eventuelt på standardadressen for at opdatere midten af grænsen.
- 3 Brug eventuelt skyderen til at justere grænsens størrelse.
- 4 Vælg  eller .
- 5 Indtast et navn til grænsen.
- 6 Vælg **Alerts** for at aktivere alarmer, når uret forlader eller kører ind i grænsen.
- 7 Vælg  for at gemme grænsen.

Tilføjelse af en midlertidig grænse

Du kan bruge en midlertidig grænse for at modtage en advarsel, når dit barn forlader en position. Den midlertidige grænse fjernes, når du har modtaget alarmen. Du kan også indstille en permanent grænse ([Tilføjelse af en grænse, side 18](#)).

- 1 I Garmin Jr.™ appen skal du vælge **Location**.
- 2 Vælg dit barns position.
- 3 Stryg op, og vælg **Temporary boundary**.
- 4 Brug eventuelt skyderen til at justere grænsens størrelse.
- 5 Vælg .

Administration af grænser

- 1 I Garmin Jr.™ appen skal du vælge **Location** >  > **Manage boundaries**.

- 2 Vælg en grænse.
- 3 Vælg den adresse, du vil opdatere.
- 4 Brug skyderen til at justere grænsens størrelse.
- 5 Træk 📍 til adressens nøjagtige placering.
- 6 Vælg < > ✓.

Sletning af en grænse

- 1 I Garmin Jr.™ appen skal du vælge **Location** > ⋮ > **Manage boundaries**.
- 2 Vælg en grænse.
- 3 Vælg **Delete boundary** > **Delete**.

Aktivering og deaktivering af grænsealarmer

Når grænsealarmer er aktiveret, modtager forældre og værger en meddelelse, når uret dommer ind i eller forlader en grænse (*Tilføjelse af en grænse, side 18*).

- 1 I Garmin Jr.™ appen skal du vælge **Location** > ⋮ > **Manage boundaries**.
- 2 Vælg en grænse.
- 3 Vælg **Alerts** for at aktivere eller deaktivere alarmer.

Apps og aktiviteter

Dit ur leveres med en række forudinstallerede apps og aktiviteter.

Apps: Apps indeholder interaktive funktioner til dit ur, f.eks. spil eller opkald til en person fra dit ur ([Apps, side 20](#)).

Aktiviteter: Dit ur leveres med forudinstallerede apps til indendørs og udendørs aktiviteter, herunder løb, cykling og svømning i pool med mere.

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

Apps

Du kan tilpasse dit ur ved hjælp af appsmenuen, som giver dig hurtig adgang til urfunktioner og -indstillinger. Nogle apps kræver en LTE Subscription. Mange apps kan også findes i overblikkene ([Overblik, side 12](#)) eller betjeningslementerne ([Kontrolfunktioner, side 15](#)).


På urskiven skal du trykke på  for at få vist listen over apps.



Navn	Flere oplysninger
Lommeregner	Vælg for at bruge lommeregneren, herunder drikkepengeberegneren.
Tjek ind	Vælg for at tjekke ind med din aktuelle position.
Ure	Vælg for at indstille en alarm, en timer, et stopur, en alternativ tidszone eller et nedtællingsevent (Ure, side 30).
Nedtællinger	Viser kommende nedtællingsevents.
Spil	Vælg for at åbne en liste over spil på dit ur.
Historik	Vælg for at få vist din aktivitetshistorik, rekorder og totaler (Visning af historik, side 10).
Beskeder	Vælg for at sende beskeder eller tjekke om der er nye beskeder.
Månefase	Vælg for at få vist tidspunkter for måneopgang og månenedgang samt månefase, baseret på din GPS-position.
Musik	Vælg for at styre lydafspilning på dit ur (Afspilning af musik, side 35).
Telefon	Vælg for at åbne telefonens kontrolfunktioner, f.eks. kontakter og nummerpanelet (Opkald fra uret, side 7).
Indstillinger	Vælg for at åbne indstillingsmenuen.
Skridt	Vælg for at se dit daglige skridttal, skridtmål og data fra de seneste dage.
Solopgang & solnedgang	Vælg for at få vist tider for solopgang, solnedgang og tusmørke.
Tip	Vælg for at se interaktive urtip og scanne et direkte link til support.garmin.com for at få adgang til brugervejledningen til dit ur.
Stemme kommando	Vælg for at sige en kommando, som uret skal udføre (Brug af stemmekommandoer, side 21).

Navn	Flere oplysninger
Urskive	Vælg for at tilpasse din urskive.
Vejr	Vælg for at få vist den aktuelle vejrudsigt og forhold.

Start af et spil

- 1 Tryk på .
- 2 Vælg **Spil**.
- 3 Vælg et spil.
- 4 Følg instruktionerne på skærmen.

Indstillinger for spil



Med disse indstillinger kan du tilpasse hvert forudindlæst spil. Ikke alle indstillinger er tilgængelige for alle spiltyper.

Tryk på , vælg Games, vælg et spil, vælg et niveau, og vælg .

Nedtælling: Giver dig mulighed for at optjene flere point ved at angive en tidsgrænse.

Lyde & stemning: Slår kun lyde og vibrationer til eller fra for spillet (*Indstillinger for Lyd og vibration, side 33*).

Brug af stemmekommandoer

- 1 Vælg en mulighed:
 - Tryk på  på urskiven, og vælg **Stemme kommando**.
 - Hold  nede, og vælg **Stemme kommando**.

BEMÆRKNING: Du kan tilpasse kontrolmenuen (*Tilpasning af kontrolmenuen, side 16*).
- 2 Sig en stemmekommando, som uret skal udføre (*Se stemmekommandoer, side 21*).

Se stemmekommandoer

Stemme kommandosystemet er designet til at registrere naturlig tale. Dette er en liste over almindeligt anvendte stemmekommandoer, men uret kræver ikke disse præcise sætninger. Du kan prøve at sige variationer af disse kommandoer på en måde, der er naturlig for dig. Gå til garmin.com/voicecommand/tips for at få tips til stemmekommandoer og oplysninger om fejlfinding.

Stemme kommando	Funktion
Hvad kan jeg sige?	Viser en liste over almindelige stemmekommandoer

Enheds- og skærmfunktioner

Stemme kommando	Funktion
Sluk for forstyr ikke	Deaktiverer Forstyr ikke-tilstanden for at dæmpe skærmen og deaktivere alarmer og meddelelser.
Tænd for flytilstand	Aktiverer Flytilstand for at deaktivere al trådløs kommunikation.
Skru op for lysstyrken	Hæver lysstyrkeniveauet.
Skru ned for lysstyrken	Sænker lysstyrkeniveauet.
Indstil lysstyrken til 80	Indstiller lysstyrkeniveauet til en angivet procent. De tilgængelige tal er 0-100 %.

Urfunktioner

Stemme kommando	Funktion
Indstil timeren til femten minutter	Indstiller en nedtællingstimer til det angivne klokkeslæt.
Paus timeren	Sætter den aktuelt kørende nedtællingstimer på pause.
Fortsæt timeren	Genoptager den nedtællingstimer der er på pause.
Sluk for timeren	Annullerer den aktuelt kørende nedtællingstimer.
Start stopuret	Starter stopuret.
Sluk for stopuret	Stopper stopuret.
Væk mig klokken kvart over tre om morgenen	Indstiller en engangsalarm for det angivne klokkeslæt.

App- og aktivitetsfunktioner

Stemmekommando	Funktion
Hvordan er vejret?	Åbner vejrappen.
Begynd at løbe	Starter aktiviteten Løb.

BEMÆRKNING: De angivne apps og aktiviteter er eksempler, men du kan styre alle standardapps og -aktiviteter med stemmekommandoer ([Apps, side 20](#)), ([Aktiviteter, side 22](#)).

Mediefunktioner

Stemmekommando	Funktion
Indstil lydstyrken til 8	Justerer lydstyrken til det angivne niveau. Tilgængelige tal er 0-10 eller 0-100 %.
Skrup op for lydstyrken	Hæver lydstyrken.
Skrup ned for lydstyrken	Sænker lydstyrken.
Spil sang	Afspiller det aktuelt valgte medie.
Vælg næste	Afspiller det næste mediespor.
Vælg forrige	Afspiller det forrige mediespor.
Stand afspilning	Sætter det aktuelt valgte medie på pause.
Mute lyd	Slår al lyd fra.
Tænd lyd	Aktiverer al lyd.

Aktiviteter

Fra urskiven skal du trykke på , vælge **Aktiviteter** og swipe op for at rulle gennem dine apps. Din liste over foretrukne aktiviteter vises øverst på listen ([Tilpas din liste med foretrukne aktiviteter, side 25](#)).

BEMÆRKNING: Nogle aktiviteter forekommer i mere end én kategori.



Kategori	Aktiviteter
Løb	Indendørs bane, Løb, Baneløb, Trailløb, Løbebånd
Cykling	Cykel, Cykelpendling, Cykling inde, BMX, eBike, Gruscykling, MTB, Landevejscykling
Svømning	Svøm i pool
Motionscenter	Boksning, Kardio, Elliptisk, Sjippetov, Blandet kampsport, Indendørs roning, Stepper, Indendørs gang, Yoga
Udendørs	Hesteryg, Discgolf, Vandring, Hesteryg, Rulleskøjteløb, Bjergbestigning, Gang
Vintersport	Skøjtebane, Ski, Snowboard, Snesko, XC Classic Ski
Vandsport	Båd, Båd, Kajak, Ro, Snorkel
Holdsport	Amerikansk fodbold, Baseball, Basketball, Cricket, Hockey, Ishockey, Lacrosse, Rugby, Fodbold, Softball, Volleyball, Ultimate disc

Kategori	Aktiviteter
Ketsjersport	Badminton, Padel, Pickleball, Platformtennis, Racquetball, Squash, Bordtennis, Tennis
Motorsport	ATV, Motocross



Aktivitetsmål


For at fremme børns sundhed anbefaler organisationer som U.S. Centers for Disease Control and Prevention mindst 60 minutters fysisk aktivitet dagligt. Det kan omfatte aktivitet med et moderat intensitetsniveau, som f.eks. rask gang, eller aktivitet med et højt intensitetsniveau, som f.eks. løb.

Uret motiverer børn til at være aktive ved at vise deres status for at nå det daglige mål på 60 minutters aktivitet.

Start af aktivitet


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


- 1 Fra urskiven skal du trykke på .
- 2 Vælg en mulighed:
 - Vælg en fastgjort aktivitet ([Tilpasning af aktiviteter og apps, side 25](#)).
 - Vælg  eller **Aktiviteter**, og vælg en aktivitet fra dine favoritter eller en aktivitetskategori.
- 3 Hvis aktiviteten kræver GPS signaler, skal du gå udenfor til et område, hvor der er frit udsyn til himlen, og vente til uret er klar.

Uret er klar, når det modtager GPS- signaler (hvis nødvendigt).
- 4 Tryk på  for at starte aktivitetstimeren.

Uret registrerer kun dataaktivitet, mens aktivitetstimeren kører.



Tip til registrering af aktiviteter




- Oplad uret, før du starter en aktivitet ([Opladning af uret, side 38](#)).
- For nogle aktiviteter skal du trykke på  for at optage omgange, starte et nyt sæt eller en ny stilling eller gå videre til næste træningstrin.

Du kan vælge  for at kassere en omgang for bestemte aktiviteter ([Hvordan kan jeg fortryde et tryk på omgangsknappen?, side 41](#)).
- Swipe op eller ned for at få vist yderligere dataskærbilleder.

Stop en aktivitet

Ikke alle valgmuligheder er tilgængelige for alle aktivitetstyper.



- 1 Tryk på .
- 2 Vælg en mulighed:
 - Hvis du vil genoptage aktiviteten, skal du vælge **Fortsæt**.
 - Hvis du vil gemme aktiviteten og få vist detaljerne, skal du vælge  og vælge en mulighed.
 - Du kan markere en omgang ved at vælge **Omgang**.




Du kan vælge  for at kassere en omgang for bestemte aktiviteter ([Hvordan kan jeg fortryde et tryk på omgangsknappen?, side 41](#)).
 - Vælg , og tryk på  for at kassere aktiviteten.

BEMÆRKNING: Når aktiviteten er stoppet, gemmer uret den automatisk efter 30 minutter.

Løb

Løb en tur





- 1 Tryk på .
- 2 Vælg **Aktiviteter > Løb**.
- 3 Gå udenfor, og vent, mens uret finder satellitterne.
- 4 Tryk på  for at starte aktivitetstimeren.

Uret registrerer kun dataaktivitet, mens aktivitetstimeren kører.
- 5 Løb en tur.
- 6 Tryk på  for at registrere omgange (valgfri).
- 7 Stryk op eller ned for at rulle gennem dataskærbillederne.
- 8 Når du har fuldført din aktivitet, skal du trykke på  og vælge .

Løb et baneløb

Før du løber en baneløb, skal du sikre dig, at du løber på en 400 m standardbane.

Du kan bruge baneløbsaktiviteten til at registrere dine udendørs banedata, herunder afstand i meter og omgangstider.

- 1 Stå på udendørsbanen.
- 2 Tryk på  på urskiven.
- 3 Vælg **Aktiviteter > Løb > Baneløb**.
- 4 Vent, mens uret finder satellitsignaler.
- 5 Hvis du løber i bane 1, skal du gå til trin 8.
- 6 Vælg **Banenummer**.
- 7 Vælg et banenummer.
- 8 Tryk på .
- 9 Løb rundt på banen.
- 10 Når du har fuldført din aktivitet, skal du trykke på  og vælge .




Tip til registrering af et baneløb

Garmin® banedatabasen indeholder mere end 10.000 baner fra hele verden.

- Vent, indtil uret modtager satellitsignaler, før du starter et baneløb.
- Hvis uret ikke genkender banen, skal du løbe fire omgange for at kalibrere din banedistance. Du bør løbe en smule forbi dit startpunkt for at fuldføre omgangen.
- Løb hver omgang i samme løbebane.
BEMÆRKNING: Standarddistancen for Auto Lap® er 1600 m eller 4 omgange rundt på banen.
- Hvis du løber i en anden løbebane end løbebane 1, skal du angive banenummeret i aktivitetsindstillingerne.





Kalibrering af distance på løbebånd

Hvis du vil registrere mere præcise afstande for dine løb på løbebånd, kan du kalibrere løbebåndsdistancen, efter at du har løbet mindst 2,4 km (1,5 mi.) på et løbebånd. Hvis du bruger forskellige løbebånd, kan du kalibrere løbebåndsdistancen manuelt på hvert løbebånd eller efter hvert løb.

- 1 Start en aktivitet på løbebåndet (*Start af aktivitet, side 23*).
- 2 Løb på løbebåndet, indtil uret registrerer mindst 2,4 km (1,5 mile).
- 3 Når du er færdig med din aktivitet, skal du trykke på  for at stoppe aktivitetstimeren.
- 4 Vælg en mulighed:
 - Kalibrer løbebåndsdistancen for første gang ved at vælge .
 - Enheden beder dig om at fuldføre løbebåndskalibreringen.
 - Hvis du manuelt vil kalibrere løbebåndsdistancen efter den første kalibrering, skal du vælge **Kalibrer og gem > **.
- 5 Kontrollér den tilbagelagte distance på løbebåndets display, og indtast distancen på dit ur.

Cykling

Kør en tur






- 1 Tryk på .
- 2 Vælg **Aktiviteter > Cykling > Cykel**.
- 3 Gå udenfor, og vent, mens uret finder satellitterne.
- 4 Tryk på  for at starte aktivitetstimeren. Uret registrerer kun dataaktivitet, mens aktivitetstimeren kører.
- 5 Start din aktivitet.
- 6 Stryg op eller ned for at rulle gennem dataskærm-billederne.
- 7 Når du har fuldført din aktivitet, skal du trykke på  og vælge .

Svømning

Svøm en tur i poolen

BEMÆRKNING: Touchscreenen er ikke tilgængelig under svømmeaktiviteter.

- 1 Tryk på .

- 2 Vælg **Svøm i pool**.
- 3 Vælg poolstørrelsen, eller indtast en brugerdefineret størrelse.
- 4 Tryk på  for at starte aktivitetstimeren.
- 5 Start svømning.
- 6 Tryk på  efter hver pool-længde.
- 7 Når du har fuldført din aktivitet, skal du trykke på  for at stoppe aktivitetstimeren.
- 8 Vælg en mulighed:
 - Gem aktiviteten ved at holde  nede.
 - Kassér aktiviteten ved at holde  nede.

Vintersport

Visning af skiløbeture




Uret registrerer oplysningerne for hver enkelt tur på ski eller snowboard ved hjælp af funktionen til automatisk skiløb. Denne funktion er aktiveret som standard for alpint skiløb og snowboarding. Den registrerer automatisk nye skiløb, når du begynder at bevæge dig ned ad bakke.

- 1 Start en ski- eller snowboard-aktivitet.
- 2 Stryg til højre.
- 3 Vælg **Vis skiløbeture**.
- 4Swipe op for at få vist oplysninger om den seneste løbetur, den aktuelle løbetur og dit samlede antal løbeture.
Skærmbilledet for løbeture omfatter tid, distance, maksimumhastighed, gennemsnitlig hastighed og samlet nedstigning.

Tilpasning af aktiviteter og apps




Du kan tilpasse listen over aktiviteter og apps, dataskærmbilleder, datafelter og andre indstillinger.

Tilpasning af app-liste

- 1 Tryk på .
- 2 Vælg **Rediger**.
- 3 Vælg **Tilføj**, og vælg en eller flere apps, der skal føjes til app-listen.
- 4 Vælg en mulighed:
 - Hvis du vil ændre placeringen af en app på listen, skal du vælge aktiviteten, rulle op eller ned for at flytte appen og trykke på  for at vælge den nye placering.
 - Hvis du vil fjerne en app fra listen, skal du vælge appen og vælge .
- 5 Vælg .

Tilpas din liste med foretrukne aktiviteter

Din liste over foretrukne aktiviteter giver hurtig adgang til de aktiviteter, du bruger mest.

- 1 Tryk på .
- 2 Vælg **Aktiviteter**.
Hvis du allerede har valgt dine foretrukne aktiviteter, vises de øverst på listen.
- 3 Vælg **Rediger**.
- 4 Vælg en mulighed:
 - Hvis du vil ændre placeringen af en aktivitet på listen, skal du vælge aktiviteten, rulle op eller ned for at flytte aktiviteten og trykke på  for at vælge den nye placering.
 - Hvis du vil fjerne en foretrukket aktivitet, skal du vælge .
 - Hvis du vil tilføje en favoritaktivitet, skal du vælge **Tilføj** og vælge en eller flere aktiviteter.

Fastgørelse af en foretrukket aktivitet på listen

Du kan fastgøre op til tre foretrukne aktiviteter øverst på listen over apps og aktiviteter.

- 1 Tryk på .
- 2 Vælg **Aktiviteter > Rediger**.
- 3 Rul til en foretrukket aktivitet (*Tilpas din liste med foretrukne aktiviteter, side 25*).

4 Vælg  ved siden af den foretrukne aktivitet.

Næste gang du åbner listen over apps og aktiviteter, vises den fastgjorte aktivitet øverst på listen.

Aktivitetsindstillinger

Disse indstillinger giver dig mulighed for at tilpasse hver enkelt forudinstalleret aktivitet ud fra dine behov. Du kan f.eks. tilpasse dataskærm-billederne og aktivere advarsler og træningsfunktioner. Ikke alle indstillinger er tilgængelige for alle aktivitetstyper. Visse aktivitetstyper har separate indstillingslister.

Fra urskiven skal du trykke på , vælge **Aktiviteter**, vælge en aktivitet, rulle ned, og vælge aktivitetsindstillinger.

Alarmer: Indstiller trænings- eller navigationsadvarsler for aktiviteten ([Aktivitetsalarmer](#), side 26).

Auto Lap: Indstiller Auto Lap® funktionen til automatisk at markere omgange. Indstillingen **Efter distance** markerer omgange på en bestemt distance. Når du har gennemført en omgang, vises en omgangsalarmbesked, der kan tilpasses. Denne funktion er nyttig, hvis du vil sammenligne dine præstationer ved forskellige dele af en aktivitet.

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

Automatisk løb: Registrerer automatisk skiløb eller snowboardløb ved hjælp af det indbyggede accelerometer ([Visning af skiløbeture](#), side 25).

Automatisk rullefunktion: Ruller automatisk gennem alle aktivitetsdataskærm-billederne, mens aktivitetstimeren kører.

Rediger vægt: Beder dig om at tilføje den vægt, der bruges til en træning, der er indstillet under en cardioaktivitet.

Jump-tilstand: Indstiller målet for sjippetovsaktivitet til et angivet klokkeslæt, antal gentagelser eller åben afslutning.

Banenummer: Indstiller dit banenummer til baneløb.

Omgange: Konfigurerer indstillingerne for **Auto Lap**, **Lap-tast** og **Lap-alarm**.

Lap-alarm: Indstiller de datafelter, der skal vises for omgange.

Lap-tast: Aktiverer  knappen for at registrere en omgang eller hvile under en aktivitet.

Omdøb: Angiver aktivitetens navn.

Gendan standardindstillinger: Nulstiller aktivitetsindstillingerne.

Touch-lås: Gør det muligt at stryge nedad fra toppen af skærmen for at åbne touchscreenen.

Aktivitetsalarmer

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


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

Områdealarm: Med en områdealarm får du besked, hver gang uret er over eller under et bestemt værdiområde. Du kan f.eks. indstille uret til at advare dig, når en bestemt hastighed overskrides under en cykelaktivitet.

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

Alarmnavn	Alarmtype	Beskrivelse
Kadence	Område	Du kan indstille minimum- og maksimumværdier for kadence.
Kalorier	Hændelse, tilbagevendende	Du kan indstille antallet af kalorier.
Distance	Hændelse, tilbagevendende	Du kan indstille et distanceinterval.
Tempo	Område	Du kan indstille minimum- og maksimumværdier for tempo.
Alarmpunkter	Hændelse	Du kan indstille en radius fra en gemt position.
Løb/gå	Tilbagevendende	Du kan indstille tidsafhængige gåpauser med regelmæssige intervaller.
Hastighed	Område	Du kan indstille minimum- og maksimumværdier for hastighed.
Antal tag	Område	Du kan indstille høje eller lave antal slag pr. minut.
Tid	Hændelse, tilbagevendende	Du kan indstille et tidsinterval.
Banetimer	Tilbagevendende	Du kan indstille et banetidsinterval i sekunder.

Indstilling af en advarsel

- 1 Tryk på .
- 2 Vælg **Aktiviteter**, og vælg en aktivitet.
BEMÆRKNING: Denne funktion er ikke tilgængelig for alle aktiviteter.
- 3 Rul ned, og vælg aktivitetsindstillingerne.
- 4 Vælg **Alarmer**.
- 5 Vælg en mulighed:
 - Vælg **Tilføj ny** for at føje en ny advarsel til aktiviteten.
 - Vælg et advarselsnavn for at redigere en eksisterende advarsel.
- 6 Vælg advarselstypen, hvis det er nødvendigt.
- 7 Vælg en zone, og angiv minimum- og maksimumværdien, eller angiv en brugerdefineret værdi for advarslen.
- 8 Tænd om nødvendigt for alarmerne.

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

Historik



Historikken omfatter tid, distance, gennemsnitligt tempo eller hastighed og omgangsdata.

BEMÆRKNING: Når enhedens hukommelse er fuld, vil dine ældste data blive overskrevet.

Brug af historik

Historikken indeholder gemte aktivitetsdata, rekorder og totaler.


Uret har en historikoversigt, der giver hurtig adgang til dine aktivitetsdata (*Overblik, side 12*).

- 1 Tryk på .
- 2 Vælg **Historik**.
Der vises et søjlediagram over de seneste aktiviteter.
- 3 Swipe til venstre for at få vist mulighederne.
- 4 Vælg en mulighed:
 - Hvis du vil ændre tidsperioden for søjlegrafen, skal du vælge **Grafindstillinger**.
 - Hvis du vil have vist dine personlige rekorder efter sportsgren, skal du vælge **Rekorder** (*Personlige rekorder, side 28*).
 - Hvis du vil have vist dine ugentlige eller månedlige totaler, skal du vælge **Totaler** (*Visning af samlede data, side 29*).
- 5 Tryk på  for at vende tilbage til søjlegraf.
- 6 Rul ned for at få vist din aktivitetshistorik.
- 7 Vælg en aktivitet.
- 8 Swipe til venstre for at få vist mulighederne.

Personlige rekorder



Når du har afsluttet en aktivitet, viser uret eventuelle nye personlige rekorder, som du har sat under den pågældende aktivitet. Personlige rekorder omfatter din hurtigste tid over flere typiske distancer, højeste styrkeaktivitetsvægt for større bevægelser og længste løb, tur eller svømning.

Visning af dine personlige rekorder

- 1 Tryk på .
- 2 Vælg **Historik**.
- 3 Swipe til venstre for at få vist mulighederne.
- 4 Vælg **Rekorder**.
- 5 Vælg en sport.
- 6 Vælg en rekord.
- 7 Vælg **Vis rekord**.


Gendannelse af en personlig rekord

Du kan stille alle personlige rekorder tilbage til tidligere registrerede rekorder.

- 1 Tryk på .
- 2 Vælg **Historik**.
- 3 Swipe til venstre for at få vist mulighederne.
- 4 Vælg **Rekorder**.
- 5 Vælg en sport.
- 6 Vælg den rekord, der skal gendannes.
- 7 Vælg **Forrige** > .

BEMÆRKNING: Dette sletter ikke gemte aktiviteter.

Sletning af personlige rekorder

- 1 Tryk på .
- 2 Vælg **Historik**.
- 3 Swipe til venstre for at få vist mulighederne.
- 4 Vælg **Rekorder**.
- 5 Vælg en sport.


6 Vælg en mulighed:

- Hvis du vil slette en rekord, skal du vælge en rekord og vælge **Slet rekord** > ✓.
- Hvis du vil slette alle rekorder for sporten, skal du vælge **Slet alle rekorder** > ✓.

BEMÆRKNING: Dette sletter ikke gemte aktiviteter.

Visning af samlede data



Du kan se de akkumulerede data for distance og tid, der er gemt på uret.

- 1 Tryk på .
- 2 Vælg **Historik**.
- 3Swipe til venstre for at få vist mulighederne.
- 4 Vælg **Totaler**.
- 5 Vælg en aktivitet.
- 6 Vælg en indstilling for se ugentlige og månedlige totaler.


Ure

Indstilling af en alarm





Du kan indstille flere alarmer.

- 1 Tryk på .
- 2 Vælg **Ure > Alarmer**.
- 3 Vælg en mulighed:
 - Hvis du vil indstille og gemme en alarm første gang, skal du indtaste alarmtidspunktet.
 - Vælg **Tilføj alarm**, og indtast alarmtidspunktet for at indstille og gemme flere alarmer.
- 4 Rul ned for se flere muligheder.
- 5 Vælg .


Redigering af en alarm

- 1 Tryk på .
- 2 Vælg **Ure > Alarmer**.
- 3 Vælg en alarm.
- 4 Vælg en mulighed:
 - Vælg **Status** for at slå alarmeren til eller fra.
 - Vælg **Tid** for at ændre alarmtidspunktet.
 - Vælg **Gentag** for at indstille alarmeren til at blive gentaget regelmæssigt, og vælg, hvornår alarmeren skal gentages.
 - Vælg **Lyd og vibration** for at vælge typen af alarmmeddelelse.
 - Vælg **Etiket** for at ændre alarmbeskrivelsen.
 - Vælg **Ikone** for at ændre alarmikonet.
 - Vælg **Slet** for at slette alarmeren.


Brug af nedtællingstimeren



- 1 Tryk på .
- 2 Vælg **Ure > Timere**.
- 3 Hvis du aldrig har gemt en timer, skal du vælge en timer eller indtaste en brugerdefineret timer.
- 4 Hvis du tidligere har gemt en timer, kan du vælge en indstilling:
 - Vælg **Hurtig timer**, og indtast tiden for at indstille en ny nedtællingstimer uden at gemme den.
 - Vælg **Rediger > Tilføj timer**, og indtast tiden for at indstille og gemme en ny nedtællingstimer.
 - Hvis du vil indstille en gemt nedtællingstimer, skal du vælge den gemte timer.
- 5 Tryk på  for at starte timeren.
- 6 Vælg om nødvendigt en indstilling:
 - Vælg  for at stoppe timeren med den resterende tid.
 - Hvis du vil genstarte timeren, skal du vælge .
 - Swipe venstre og vælg **Annuler timer** for at stoppe timeren og nulstille den.
 - Swipe venstre og vælg **Gem timer** for at gemme timeren.
 - Swipe venstre og vælg **Auto genstart** for at genstarte timeren automatisk, efter den udløber.
 - Hvis du vil tilpasse timermeddelelsen, skal du swipe til venstre og vælge **Lyd og vibration**.

Sletning af en nedtællingstimer

- 1 Tryk på .
- 2 Vælg **Ure > Timere > Rediger**.
- 3 Vælg en timer.
- 4 Vælg **Slet**.



Brug af stopur

- 1 Tryk på .
- 2 Vælg **Ure > Stopur**.


- Tryk på  for at starte timeren.
- Tryk på  for at genstarte omgangstimeren ①.




Den samlede stopurstid ② fortsætter med at tælle.

- Tryk på  for at stoppe begge timere.
- Vælg en mulighed:
 - Du kan nulstille begge timere ved at vælge .
 - Hvis du vil gemme stopurstiden som en aktivitet, skal du swipe til venstre og vælge **Gem aktivitet**.
 - For at aktivere eller deaktivere registrering af omgange skal du swipe til venstre og vælge **Lap-tast**.

Tilføjelse af et nedtællingsevent

- Tryk på .
- Vælg **Ure > Nedtællinger > Tilføj**.
- Indtast et navn.
- Vælg et år, en måned og en dag.
- Vælg en mulighed:
 - Vælg **Hele dagen**.
 - Vælg **Specifik tid**, og indtast et klokkeslæt.
- Vælg et ikon.

Redigering af et nedtællingsevent

- Tryk på .
- Vælg **Ure > Nedtællinger**.
- Vælg et nedtællingsevent.
- Swipe til venstre, og vælg **Indstil som favorit** for at få vist nedtællingsbegivenheden i overbliklisten (valgfrit).
- Swipe til venstre, og vælg **Rediger nedtælling**.
- Vælg en indstilling, der skal redigeres:
 - Hvis du vil omdøbe eventet, skal du vælge **Navn**.
 - Hvis du vil ændre datoen, skal du vælge **Dato**.
 - Hvis du vil ændre klokkeslættet, skal du vælge **Tid**.
 - Hvis du vil ændre eventtypen, skal du vælge **Type**.
 - Hvis du vil tilføje et forkortet navn til eventet, skal du vælge **Forkortelse**.
 - Hvis du vil tilføje påmindelser om eventet, skal du vælge **Påmindelser**.
 - Hvis du vil gentage eventet hvert år, skal du vælge **Gentag årligt**.
 - Hvis du vil fjerne eventet, skal du vælge **Slet nedtælling**.

Indstillinger for meddelelser og alarmer


På urskiven skal du trykke på  og vælge **Indstillinger > Notifikationer og alarmer**.

Opkald: Indstiller ringetonen og vibrationerne for alarmer om indgående opkald (*Tilpasning af opkaldsalarmer, side 32*).


Sms: Indstiller tonen og vibrationerne for indkommende tekstbesked alarmer (*Tilpasning af beskedalarmer, side 32*).

Tid: Indstiller tidsalarmer (*Indstilling af et tidsalarmer, side 32*).


Tilpasning af opkaldsalarmer

- 1 Tryk på .
- 2 Vælg **Indstillinger > Notifikationer og alarmer > Opkald**.
- 3 Vælg en mulighed:
 - Hvis du vil tilpasse ringetonen for indgående opkald, skal du vælge **Ringetone**.
 - Hvis du vil tilpasse vibrationsmønstret for indgående opkald, skal du vælge **Vibrationsmuligheder**.

Tilpasning af beskedalarmer

- 1 Tryk på .
- 2 Vælg **Indstillinger > Notifikationer og alarmer > Sms**.
- 3 Vælg en mulighed:
 - Hvis du vil tilpasse ringetonen for indgående sms-, stemme- eller emoji-beskeder, skal du vælge **Ringetone**.
 - Hvis du vil slå vibrationer til eller fra for indgående sms-, stemme- eller emoji-beskeder, skal du vælge **Vibration**.
 - Hvis du vil tilpasse vibrationsmønstret for indgående sms-, stemme- eller emoji-beskeder, skal du vælge **Vibrationsmuligheder**.

Indstilling af et tidsalarmer

- 1 Tryk på .
- 2 Vælg **Indstillinger > Notifikationer og alarmer > Tid**.
- 3 Vælg en mulighed:
 - For at sætte en alarm for solnedgang til afspilning et bestemt antal minutter eller timer før solnedgang, skal du vælge **Til solnedgang > Status > Til**, vælg **Tid**, og indtast tiden.
 - For at sætte en alarm for solopgang til afspilning et bestemt antal minutter eller timer før solopgang, skal du vælge **Til solopgang > Status > Til**, vælg **Tid**, og indtast tiden.
 - For at sætte en alarm til hver time skal du vælge **Hver time > Til**.

Indstillinger for Lyd og vibration

Fra urskiven skal du trykke på  og vælge **Indstillinger** > **Lyd og vibration**.

Lydstyrke: Slår lyden fra eller justerer højttalerens lydstyrke.

Alarmtoner: Afspiller en tone for advarsler.

Ringetone: Afspiller en tone, når du trykker på en knap.

Vibration: Indstiller urvibrationer for uret til alarmer og knaptryk.

Indstillinger for skærm og lysstyrke

Fra urskiven skal du trykke på  og vælge **Indstillinger** > **Skærm og lysstyrke**.

: Indstiller skærbilledets lysstyrkeniveau.

Tema: Indstiller farvetemaet for urets skærm.

Tekststør: Justerer størrelsen på teksten på skærmen.

Rødt skifte: Skifter skærmen til røde, grønne eller orange nuancer, så du kan bruge uret i svagt lys, og hjælpe med at bevare dit nattesyn.

Bevægelse: Tænder for skærmen, når du hæver og drejer armen for at se på håndleddet.

Timeout: Indstiller længden af tiden, inden skærmen slukker.

Touch-lås: Låser skærmen for at forebygge utilsigtede skærmtryk. Hvis du aktiverer denne indstilling, skal du stryge nedad fra toppen af skærmen for at låse touchscreenen op.

Musik

På et Bounce™ 2 ur kan du downloade lydindhold til dit ur fra en tredjepartsudbyder. Du kan lytte til lydindhold gemt på uret ved at forbinde Bluetooth® hovedtelefoner. Du kan også lytte til lydindhold direkte via højttaleren i dit ur.

Opsætning af musik på uret

- 1 Aktiver musik i Garmin Jr.™ appindstillingerne (*Aktivering af musik fra Garmin Jr.™ appen, side 35*).
- 2 Vælg en musikudbyder fra barnets indstillinger i Garmin Jr. appen (*Vælg en musikudbyder i Garmin Jr.™ appen, side 35*).

Aktivering af musik fra Garmin Jr.™ appen

I Garmin Jr. appen skal du vælge **••• > App settings > Music**.

Vælg en musikudbyder i Garmin Jr.™ appen



Før du vælger en musikudbyder, skal du aktivere musik i Garmin Jr. appindstillingerne (*Aktivering af musik fra Garmin Jr.™ appen, side 35*).

- 1 Fra Garmin Jr. appen skal du vælge **Home**.
- 2 Vælg dit barn.
- 3 Vælg **Settings > Music > Amazon Music > Connect to Amazon Music > Allow/Install**.
- 4 Følg instruktionerne på skærmen.

Musikudbyderen er tilgængelig på Bounce™ 2 uret, efter at den er synkroniseret med Garmin Jr. appen (*Afspilning af musik, side 35*).


Tilslutning af Bluetooth® hovedtelefoner

Hvis du vil lytte til musik, der er indlæst på dit Bounce™ 2 ur, kan du tilslutte Bluetooth hovedtelefoner eller bruge den interne højttaler i uret.

- 1 Anbring hovedtelefonerne inden for 2 m (6,6 fod) fra på dit ur.
- 2 Aktiver parringstilstand på hovedtelefonerne.
- 3 Tryk på .
- 4 Vælg **Musik**.
- 5 Vælg en musikudbyder, og vælg en afspilningsliste.
- 6 Vælg **••• >  > Lydoutput > Tilføj ny**.
- 7 Vælg dine hovedtelefoner.

Afspilning af musik

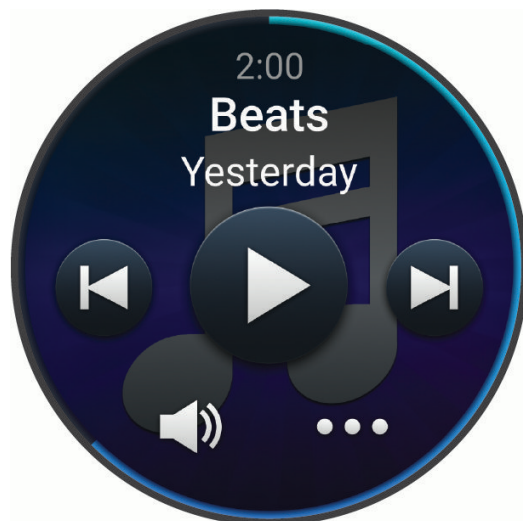
Før du lytter til musik på dit ur, skal en forælder eller værge aktivere musik og tilføje en udbyder (*Opsætning af musik på uret, side 35*).

- 1 Tilslut om nødvendigt dine Bluetooth® hovedtelefoner (*Tilslutning af Bluetooth® hovedtelefoner, side 35*).
- 2 Åbn musikstyring.
- 3 Vælg en afspilningsliste.
- 4 Vælg .

Kontrollementer til musikafspilning

BEMÆRKNING: Under en aktivitet kan du swipe til venstre for at få vist kontrollementerne til afspilning af musik.

Knapperne til musikafspilning kan se anderledes ud, afhængigt af den valgte musikkilde.



...	Vælg for at se flere kontrolelementerne til musikafspilning.
🔊	Vælg for at justere lydstyrken.
▶	Vælg for at afspille og sætte den aktuelle lydfil på pause.
▶	Vælg for at springe til den næste lydfil i afspilningslisten. Hold nede for at spole hurtigt frem i den aktuelle lydfil.
◀	Vælg for at genstarte den aktuelle lydfil. Vælg to gange for at springe til den forrige lydfil i afspilningslisten. Hold nede for at spole tilbage igennem den aktuelle lydfil.
🔄	Vælg for at ændre gentagelsestilstand.
🔀	Vælg for at ændre blandingstilstand.

Systemindstillinger

Fra urskiven skal du trykke på  og vælge **Indstillinger > System**.

Genveje: Tildeler genveje til knapper (*Tilpasning af knappgenveje, side 37*).

Tid: Justerer indstillinger for klokkeslæt.

Enheder: Indstiller måleenhederne (*Ændring af måleenhed, side 37*).

Må ikke forstyrres: Aktiverer Forstyr ikke-tilstand for at dæmpe skærmen og deaktivere alarmer og notifikationer (*Brug af tilstanden Må ikke forstyrres, side 16*).

Flytilstand: Aktiverer Flytilstand for at deaktivere al trådløs kommunikation.

Softwareopdatering: Installerer downloadede softwareopdateringer, aktiverer automatiske opdateringer og giver dig mulighed for manuelt at søge efter opdateringer (*Produktopdateringer, side 40*).

Om: Viser lovgivningsmæssige oplysninger og oplysninger om enhed, software og licens (*Visning af enhedsoplysninger, side 39*).

Indstillinger for dato og klokkeslæt


På urskiven skal du trykke på  og vælge **Indstillinger > System > Tid**.

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

Datoformat: Indstiller skærmrækkefølgen for dagen, måneden og året for datoer.


Ændring af måleenhed

Du kan tilpasse måleenheder for distance og temperatur.

- 1 Tryk på .
- 2 Vælg **Indstillinger > System > Enheder**.
- 3 Vælg en måletype.
- 4 Vælg måleenhed.

Tilpasning af knappgenveje

Du kan tilpasse holdefunktionen for enkelte knapper og knapkombinationer.

- 1 Tryk på .
- 2 Vælg **Indstillinger > System > Genveje**.
- 3 Vælg en knap eller knapkombination, der skal tilpasses.
- 4 Vælg en funktion.

Enhedsoplysninger

Om AMOLED skærmen

Som standard er urindstillingerne optimeret til batterilevetid og ydeevne (*Maksimering af batterilevetiden*, side 42).

Billedfastholdelse eller pixel "burn-in" er normal adfærd for AMOLED enheder. Du kan forlænge skærmens levetid ved at undgå at vise statiske billeder ved høje lysstyrkeniveauer i længere tid. For at reducere risikoen for fastbrænding slukker Bounce™ 2 skærmen efter den valgte timeout (*Indstillinger for skærm og lysstyrke*, side 34). Du kan dreje håndleddet mod kroppen, trykke på touchscreenen eller trykke på en knap for at vække uret.

Opladning af uret

⚠ ADVARSEL

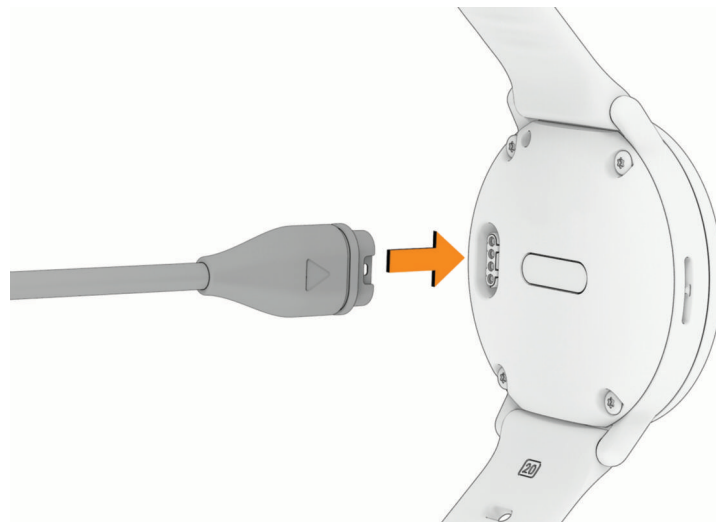
Denne enhed indeholder et lithiumionbatteri. Se guiden *Vigtige produkt- og sikkerhedsinformationer* i æsken med produktet for at se produktadvarsler og andre vigtige oplysninger.

BEMÆRK

For at forebygge korrosion skal du tørre kontakterne og det omgivende område grundigt før opladning eller tilslutning til en computer. Der henvises til rengøringsvejledningen.

Dit ur leveres med et proprietært opladningskabel. For tilvalgt tilbehør og reservedele skal du gå til buy.garmin.com eller kontakte din Garmin® forhandler.

- 1 Sæt kablet (enden med ▲) i opladningsporten på dit ur.



- 2 Sæt den anden ende af kablet i en USB-C® computerport eller en AC-adapter (min. 5 V effektvurdering). Uret viser det aktuelle batteriopladningsniveau.
- 3 Frakobl uret, når batteriopladningsniveauet når 100 %.

Specifikationer

Batteritype	Genopladeligt, indbygget litiumionbatteri
Vandtæthedsklasse	5 ATM ¹
Temperaturområde for drift og opbevaring	From -20° to 60°C (from -4° to 140°F)
Temperaturområde for USB-opladning	From 0° to 45°C (from 32° to 113°F)
EU Trådløse frekvenser og sendeeffekt	2400 – 2483,5 MHz: < 20 dBm 5150 – 5250 MHz: < 23 dBm 5725 – 5850 MHz: < 20 dBm LTE (B3, B8, B20): < 25 dBm
EU SAR værdier	< 1,94 W/kg limb, < 0,51 W/kg/head

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

Batterioplysninger

Den faktiske batteritid afhænger af de funktioner, der er aktiveret på uret, såsom notifikationer, GPS og musik. Den anslåede batteritid er op til 2 dage.


Visning af enhedsoplysninger

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

- 1 Tryk på .
- 2 Vælg **Indstillinger** > **System** > **Om**.

Visning af oplysninger om lovgivning og overensstemmelse via E-label

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

- 1 Tryk på .
- 2 Vælg **System** fra indstillingsmenuen.
- 3 Vælg **Om**.

Vedligeholdelse af enheden

BEMÆRK

Brug ikke en skarp genstand til at fjerne batteriet.

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

Udsæt ikke mikrofonens og højttalerens åbninger for solcreme eller andre kemikalier. Dette kan tilstoppe eller på anden måde påvirke mikrofonen og højttaleren negativt, hvilket forringer deres ydeevne.

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

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

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

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

Rengøring af uret

⚠ ADVARSEL

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

TIP: Du kan finde flere oplysninger på www.garmin.com/fitandcare.

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

Udskiftning af rem

Den strækbare rem er designet til at kunne passe de fleste børn fra 6 år og opefter. Uret er kompatibelt med 20 mm brede remme. Du kan kontakte Garmin® kundeservice for at få oplysninger om reservedele.

Fejlfinding

Produktopdateringer

Din enhed søger automatisk efter opdateringer, når den er parret med en telefon, der bruger Bluetooth® teknologi, eller når den er tilsluttet Wi-Fi®. Du kan manuelt søge efter opdateringer fra systemindstillingerne (*Systemindstillinger, side 37*). Installer Garmin Express™ (garmin.com/express) på din computer. Installer Garmin Jr.™ appen på din telefon.

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

- Softwareopdateringer
- Datauploads til Garmin Jr. appen på din telefon
- Produktregistrering

Sådan får du flere oplysninger

Du finder flere oplysninger om dette produkt på Garmin® webstedet.

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

Genstart af uret

Hvis uret holder op med at reagere, skal du muligvis genstarte det. Dette sletter ikke dine data.

1 Hold  nede, indtil uret viser .

Du skal holde  nede for at undgå at sende en assistancealarm (ca. 10 sekunder).

2 Slip .

Uret genstarter.

Nulstiller alle standardindstillinger fra Garmin Jr.™ appen

Du kan nulstille alle urets indstillinger til fabrikkens standardværdier.

Nulstilling af uret rydder også alle data, f.eks. aktiviteter. Du skal synkronisere uret med Garmin Jr. appen for at overføre aktivitetsdata, før du nulstiller uret.

1 Fra Garmin Jr. appen skal du vælge **Home**.

2 Vælg dit barn.

3 Vælg **Settings > Device details > Remotely reset Bounce 2 > Reset now > Reset**.

Nulstiller alle standardindstillinger fra uret

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

Du kan nulstille alle urets indstillinger til fabrikkens standardværdier.

1 Tryk på .

2 Vælg Indstillinger **System Diagnostik Nulstil**.

3 Vælg en mulighed:

- Hvis du vil nulstille alle urets indstillinger til fabrikkens standardværdier og gemme alle brugerangivne oplysninger og aktivitetshistorik, skal du vælge **Nulstil standardindstillinger**.
- Hvis du vil nulstille alle urets indstillinger til fabrikkens standardværdier og slette alle brugerangivne oplysninger og aktivitetshistorik, skal du vælge **Slet data og nulstil indstillingerne**.
- Hvis du vil slette alle midlertidige filer fra uret, skal du vælge **Slet midlertidige filer**.

Er min telefon kompatibel med mit ur?

Bounce™ 2 uret er kompatibelt med telefoner, der bruger Bluetooth teknologi.

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

Gå til for oplysninger om kompatibilitet med stemmefunktioner.

Mit ur viser det forkerte sprog

Du skal ændre urets sprog i Garmin Jr.™ appen.

1 I Garmin Jr. appen skal du vælge **Home**, vælge dit barn og vælge **Settings > Language**.


2 Vælg et sprog.

3 Vælg ✓.

Urets sprog opdateres, næste gang uret synkroniseres med Garmin Jr. appen.

Min telefon kan ikke oprette forbindelse til uret

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

- Sluk for din telefon og dit ur, og tænd for dem igen.
- Aktiver Bluetooth® teknologi på din telefon.
- Opdater Garmin Jr.™ appen til den nyeste version.
- Fjern dit ur fra Garmin Jr. appen og Bluetooth indstillingerne på din telefon for at prøve at gennemføre parringsprocessen igen.
- Hvis du har købt en ny telefon, skal du fjerne dit ur fra Garmin Jr. appen på den telefon, du vil holde op med at bruge.
- Anbring din telefon inden for 10 m (33 fod) fra uret.
- På telefonen skal du åbne Garmin Jr. appen og vælge ●●● > **Garmin-enheder** > **Tilføj enhed** for at åbne parringstilstand.
- På urskiven skal du trykke på  og vælge **Indstillinger** > **Synkroniser & par** > **Par**.

Hvordan parrer jeg et ekstra ud med Garmin Jr.™ appen?

Hvis du allerede har parret et ur med Garmin Jr. appen, kan du tilføje et nyt barn og et nyt ur fra menuen Barn. Du kan parre op til otte ure.

Du skal fjerne et ur fra et barn, før du føjer et nyt ur til det pågældende barn.

1 Åbn Garmin Jr. appen.

2 Vælg **Home** >  > **Add a new child or device**.

3 Vælg en mulighed:

- Hvis du vil føje et nyt ur til et eksisterende barn, skal du vælge det pågældende barn.
- Hvis du vil føje et nyt ur til et nyt barn, skal du vælge **New kid**.


4 Følg instruktionerne på skærmen.

Kan mit barn sende beskeder til andre børn?

Andre børn skal konfigureres som kontakter i Garmin Jr.™ appen ([Tilføjelse af meddelelseskontakter, side 9](#)).

Mit ur viser ikke det korrekte klokkeslæt

Uret opdaterer klokkeslæt og dato, når det synkroniseres med en parret telefon eller modtager GPS-signaler. Du skal synkronisere uret for at modtage det korrekte klokkeslæt, når du skifter tidszoner og for at opdatere for sommertid.

- Tryk på , og vælg **Indstillinger** > **Synkroniser & par** > **Synkroniser**. Uret begynder automatisk at synkronisere klokkeslættet med telefonen.
- Gå til et sted udendørs, hvor der er klart udsyn til himlen, start en aktivitet, og vent, mens uret modtager satellitsignaler.

Sådan finder du et bortkommet ur

Du kan bruge denne funktion til at finde et bortkommet Bounce™ 2 ur, der er inden for rækkevidde af en parret telefon.

TIP: Hvis du ikke kan finde uret i nærheden, kan du prøve at få vist urets aktuelle position ([Visning af barnets aktuelle position, side 18](#)).


1 Fra Garmin Jr.™ appen skal du vælge **Home**.

2 Vælg dit barn, og vælg **Settings** > **Find my watch**.

Telefonen begynder at søge efter det parrede Bounce 2 ur. Uret vibrerer og bipper også, hvis hørbare toner slås til ([Indstillinger for Lyd og vibration, side 33](#)).

3 Tryk på  på uret for at stoppe søgningen.

Hvordan kan jeg fortryde et tryk på omgangsknappen?

Under en aktivitet kan du ved et uheld trykke på omgangsknappen. I de fleste tilfælde vises  på skærmen ved siden af en knap, og du har et par sekunder til at kassere den seneste omgang. Funktionen Fortryd omgang er

tilgængelig for aktiviteter, der understøtter manuelle omgange, såsom løb og gang. Funktionen Fortryd omgang er ikke tilgængelig for aktiviteter, der udløser automatiske omgange, løb, hvile eller pauser, såsom skiløb og svømning i pool.

Registrering af aktivitet

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

Min skridttæller lader ikke til at være præcis

Hvis skridttælleren ikke lader til at være præcis, kan du prøve disse tips.

- Gå til garmin.com/ataccuracy.
- Bær uret på det håndled, der ikke er det dominerende.
- Anbring uret i lommen, når du kun bruger hænderne eller armene aktivt.

BEMÆRKNING: Uret kan tolke visse gentagne bevægelser, f.eks. at du klapper i hænderne eller børster tænder, som skridt.

Maksimering af batterilevetiden

Du kan gøre flere ting for at forlænge batteriets levetid.

- Reducer skærmens lysstyrke og timeout (*Indstillinger for skærm og lysstyrke, side 34*).
- Deaktiver håndledsbevægelser (*Indstillinger for skærm og lysstyrke, side 34*).
- Reducer vibrationsniveauet (*Indstillinger for Lyd og vibration, side 33*).

Modtagelse af satellitsignaler

Uret skal muligvis have frit udsyn til himlen for at kunne opfange satellitsignaler.

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

support.garmin.com

© 2025 Garmin Ltd. eller dets datterselskaber

Garmin®, Garmin logoet, Auto Lap® og Auto Pause® er varemærker tilhørende Garmin Ltd. eller dets datterselskaber, registreret i USA og andre lande. Bounce™, Connect IQ™, Garmin Connect™, Garmin Express™ og Garmin Jr.™ er varemærker tilhørende Garmin Ltd. eller dets datterselskaber. Disse varemærker må ikke anvendes uden udtrykkelig tilladelse fra Garmin.

Navnet Bluetooth® og de tilhørende logoer ejes af Bluetooth SIG, Inc., og enhver brug deraf af Garmin foregår under licens. USB-C® er et registreret varemærke tilhørende USB Implementers Forum. Wi-Fi® er et registreret varemærke tilhørende Wi-Fi Alliance Corporation. Rettighederne til øvrige varemærker og handelsnavne tilhører de respektive ejere.

M/N: A05001