

GARMIN®

BOUNCE™ 2 WATCH



Brukerveiledning

Innholdsfortegnelse

Innledning	4
Konfigurere klokken.....	4
Oversikt.....	4
Tips for berøringsskjerm.....	5
Låse og låse opp enheten.....	5
LTE-tilkoblede funksjoner.....	5
Tilkobling	6
Funksjoner for telefontilkobling.....	6
Parkoble klokken med telefonen til en forelder eller foresatt.....	6
Ring fra klokken.....	7
Meldinger fra klokken.....	7
Meldinger fra Garmin Jr.™ appen.....	7
Vise varsler.....	7
Administrere forhåndsdefinerte tekstmeldinger.....	8
Slette meldingshistorikken i Garmin Jr.™-appen.....	8
Wi-Fi® tilkoblingsfunksjoner.....	8
Koble til et Wi-Fi® nettverk.....	8
Garmin Jr.™ appen.....	8
Konfigurere barnets brukerprofil.....	9
Garmin Jr.™ familie.....	9
Synkronisere klokke-dataene ved hjelp av Garmin Jr.™ appen.....	9
Vise historikk.....	10
Søvnsporing.....	10
Appinnstillinger.....	10
Utseende	12
Innstillinger for urskive.....	12
Tilpasse urskiven.....	12
Opprette en egendefinert urskive....	12
Oversikter.....	12
Se på oversiktene.....	13
Oppdatere værposisjonen.....	13
Gjøre mål og belønninger.....	13
Kontroller.....	15
Endre kontrollmenyen.....	16
Bruke lommelykt-skjerm bildet.....	16
Bruke Ikke forstyr-modusen.....	16
Konfigurere en snarvei.....	16

Sikkerhets- og sporingsfunksjoner	17
Be om assistanse.....	17
Avslutte en forespørsel om hjelp....	17
Legge til assistansekontakter.....	17
LiveTrack.....	17
Start av LiveTrack økt.....	17
Avslutte en LiveTrack-økt.....	18
Posisjonssporing.....	18
Innsjekking fra klokken.....	18
Vise barnets gjeldende posisjon.....	18
Vise barnets posisjonshistorikk.....	18
Grenser.....	18
Legge til en grense.....	18
Legge til en midlertidig grense.....	18
Administrere grenser.....	18
Slette en grense.....	19
Slå av og på grensevarsler.....	19
Programmer og aktiviteter	20
Apper.....	20
Starte et spill.....	21
Innstillinger for spill.....	21
Bruke talekommandoer.....	21
Aktiviteter.....	22
Aktivitetsmål.....	23
Starte en aktivitet.....	23
Løping.....	23
Sykling.....	24
Svømming.....	25
Vintersport.....	25
Tilpasse aktiviteter og apper.....	25
Tilpasse applisten.....	25
Tilpass listen over favorittaktiviteter.....	25
Aktivitetsinnstillinger.....	26
Aktivitetsvarsler.....	26
Historikk	28
Bruke historikk.....	28
Personlige rekorder.....	28
Vise personlige rekorder.....	28
Gjenopprette en personlig rekord....	28
Slette personlige rekorder.....	28
Vis totalverdier for data.....	29
Klokker	30

Still inn en alarm.....	30	Produktoppdateringer.....	40
Redigere en alarm.....	30	Få mer informasjon.....	40
Bruke nedtellingstidtageren.....	30	Starte klokken på nytt.....	40
Slette en nedtelling.....	30	Tilbakestille alle standardinnstillinger fra	
Bruke stoppeklokken.....	30	Garmin Jr.™ appen.....	40
Legge til en nedtellingshendelse.....	31	Tilbakestille alle standardinnstillinger fra	
Redigere en nedtellingshendelse....	31	klokken.....	40
Varselsinnstillinger.....	32	Er telefonen kompatibel med klokken	
Tilpasse anropsvarsler.....	32	min?.....	40
Tilpasse meldingsvarsler.....	32	Klokken min bruker feil språk.....	40
Angi tidsvarsler.....	32	Telefonen min kobler seg ikke til	
Lyd og vibrasjon-innstillinger.....	33	klokken.....	41
Innstillinger for skjerm og		Hvordan parkobler jeg en annen klokke	
lysstyrke.....	34	med Garmin Jr.™ appen?.....	41
Musikk.....	35	Kan barnet mitt sende meldinger til	
Konfigurere musikk på klokken.....	35	andre barn?.....	41
Aktivere musikk fra Garmin Jr.™		Klokken min viser ikke riktig	
appen.....	35	klokkeslett.....	41
Velge en musikkleverandør i Garmin		Finne en mistet klokke.....	41
Jr.™ appen.....	35	Hvordan angrer jeg et trykk på	
Koble til Bluetooth® hodetelefoner.....	35	runde knappen?.....	41
Lytt til musikk.....	35	Aktivitetsmåling.....	42
Kontroller for musikkavspilling.....	35	Antallet skritt virker unøyaktig.....	42
Systeminnstillinger.....	37	Maksimere batterilevetiden.....	42
Innstillinger for dato og klokkeslett....	37	Innhente satellittsignaler.....	42
Endre måleenhetene.....	37		
Tilpasse knappesnarveier.....	37		
Informasjon om enheten.....	38		
Om AMOLED-skjermen.....	38		
Lading av klokke.....	38		
Spesifikasjoner.....	38		
Batteriinformasjon.....	39		
Vise enhetsinformasjon.....	39		
Vise informasjon om forskrifter og			
samsvar fra den elektroniske			
etiketten.....	39		
Enhetsvedlikehold.....	39		
Rengjøre klokken.....	39		
Rembytte.....	39		
Feilsøking.....	40		

Innledning


⚠ ADVARSEL!

Se veiledningen *Viktig sikkerhets- og produktinformasjon* i produktlesken for å lese advarsler angående produktet og annen viktig informasjon.

Foreldre og foresatte har ansvaret for å konfigurere enheten før den brukes av barn. Foreldre og foresatte har ansvaret for å lese og forstå dette dokumentet, og for å sørge for at barnet bruker enheten på en forsvarlig og trygg måte.






Konfigurere klokken

Hvis du vil dra full nytte av Bounce™ 2 funksjonene, kan du fullføre disse oppgavene.


- 1 Trykk på  for å slå på klokken.
- 2 Følg instruksjonene på skjermen for å fullføre det første oppsettet.
Under førstegangsoppsettet kan du parkoble telefonen med klokken for å motta varsler, synkronisere aktivitetene dine med mer (*Parkoble klokken med telefonen til en forelder eller foresatt, side 6*).
- 3 Konfigurer LTE Subscription for Bounce 2 klokken (*LTE-tilkoblede funksjoner, side 5*).
- 4 Konfigurer grenser (*Legge til en grense, side 18*).
- 5 Konfigurer Wi-Fi® nettverk (*Koble til et Wi-Fi® nettverk, side 8*).
- 6 Lad klokken (*Lading av klokke, side 38*).
- 7 Søk etter programvareoppdateringer (*Produktoppdateringer, side 40*).
Du bør oppdatere programvaren på klokken jevnlig for å få den beste opplevelsen.
Programvareoppdateringer inneholder endringer og forbedringer av personvern, sikkerhet og funksjoner.

Oversikt



  START-knapp	<ul style="list-style-type: none">• Hold nede i to sekunder for å slå på klokken.• Trykk for å åpne aktivitets- og appmenyen, inkludert klokkeinnstillinger.• Hold nede i to sekunder for å vise kontrollmenyen, inkludert for strøm.• Hold nede til klokken vibrerer tre ganger for å be om assistanse (<i>Sikkerhets- og springfunksjoner, side 17</i>).
  BACK-knapp	<ul style="list-style-type: none">• Trykk på for å gå tilbake til forrige side. TIPS: Under en aktivitet ser det ut til at tips på skjermen forklarer ikke-standard knappeoppførsel.• Hold inne for å se den tilpassede snarveifunksjonen (<i>Konfigurere en snarvei, side 16</i>).
 Berørings- skjerm	<ul style="list-style-type: none">• Sveip opp, ned, venstre eller høyre for å bla gjennom oversikter, funksjoner og menyer (<i>Tips for berørings-skjerm, side 5</i>).• Trykk for å velge et alternativ på en meny.• Sveip mot høyre for å gå tilbake til forrige skjermbilde.



Tips for berøringsskjerm

- Dra oppover eller nedover for å bla sakte gjennom listene og menyene.
- Trykk for å velge et element.
- Trykk for å aktivere klokken.
- Sveip oppover på urskiven for å bla gjennom oversiktene på klokken.
- Sveip til venstre fra urskiven for å vise apper og aktivitetsmenyen, inkludert klokkeinnstillinger.
- Sveip nedover på urskiven for å vise varslingssenteret.
- Sveip mot høyre for å gå tilbake til forrige skjermbilde.
- Trykk og hold på et element på urskiven for å få opp kontekstbasert informasjon, for eksempel oversikter eller menyer, hvis tilgjengelig.
- Gå til menyen for oversikter eller apper, og hold inne på urskiven for å omorganisere eller slette alternativene.
- Under en aktivitet kan du sveipe opp eller ned for å vise det neste dataskjermbildet.
- Sveip til høyre under en aktivitet for å se klokkenemenyen, urskiven og oversikter.
- Sveip til venstre under en aktivitet for å vise musikkavspilleren.
- Dekk til skjermen med håndflaten for å gå tilbake til urskiven og skru ned lysstyrken på skjermen.
- Velg  eller sveip for å vise menyalternativer når dette er tilgjengelig.
- Utfør hvert menyvalg som en separat handling.

Låse og låse opp enheten

Du kan låse enheten for å forhindre at du trykker på skjermen eller knappene utilsiktet.

MERK: Du kan tilpasse kontrollmenyen (*Endre kontrollmenyen, side 16*).

- 1 Hold inne  for å vise kontrollmenyen.
- 2 Velg .
Enheten reagerer ikke på berøring eller knappetrykk før du låser den opp.
- 3 Hold inne en knapp for å låse opp enheten.

LTE-tilkoblede funksjoner

FORSIKTIG

Bounce™ 2 klokken har visse funksjoner som krever et LTE Subscription, og som må konfigureres ved hjelp av Garmin Jr.™ appen. Hvis du vil ha abonnementsinformasjon, kan du gå til garmin.com/subscriptions.

Funksjonene som vises her, krever et aktivt LTE Subscription og en aktiv LTE-tilkobling.

- Assistanse
- Gjøremaal og belønninger
- LiveTrack
- Tekst- og talemeldinger
- Toleanrop

Tilkobling

Du kan bruke tilkoblingsfunksjoner på klokken ved å parkoble den med en kompatibel telefon (*Parkoble klokken med telefonen til en forelder eller foresatt, side 6*). Tilleggsfunksjoner er tilgjengelige når du kobler klokken til et Wi-Fi® nettverk (*Koble til et Wi-Fi® nettverk, side 8*).

Funksjoner for telefontilkobling

Funksjoner for telefontilkobling er tilgjengelige for Bounce™ 2 klokken når du parkobler den ved hjelp av Garmin Jr.™ appen (*Parkoble klokken med telefonen til en forelder eller foresatt, side 6*). For å kommunisere med Bounce 2 klokken må du ha en Garmin Connect™ konto, laste ned Garmin Jr. appen og være lagt til som kontakt for barnet (*Legge til meldingskontakter, side 9*).

- Appfunksjoner fra Garmin Jr. appen (*Garmin Jr.™ appen, side 8*)
- Oversikter (*Oversikter, side 12*)
- Kontroller menyfunksjoner (*Kontroller, side 15*)
- Konfigurer sikkerhets- og sporingsfunksjoner (*Sikkerhets- og sporingsfunksjoner, side 17*)


Parkoble klokken med telefonen til en forelder eller foresatt

Før du kan parkoble Bounce™ 2 klokken med en telefon må minst én forelder eller foresatt ha eller opprette en Garmin Connect™ konto.

FORSIKTIG

Bounce 2 klokken har bestemte funksjoner som krever et LTE Subscription og må konfigureres ved hjelp av Garmin Jr.™ appen (*LTE-tilkoblede funksjoner, side 5*). Du finner mer informasjon om abonnementer på garmin.com/subscriptions.

Bounce 2 klokken må parkobles direkte via Garmin Jr. appen og ikke fra Bluetooth® innstillingene på telefonen.

- 1 Installer og åpne Garmin Jr. appen fra appbutikken på telefonen.
- 2 Logg på med Garmin Connect brukernavnet og -passordet.
- 3 Følg instruksjonene i appen for å konfigurere enheten for familien din og legge til hvert barn.
- 4 Hvis du har hoppet over parkoblingsprosessen tidligere eller parkoblet enheten med en annen smarttelefon, trykker du på  og velger **Innstillinger > Synkroniser og parkoble > Parkoble** for å gå inn i parkoblingsmodus manuelt.
- 5 Følg instruksjonene i appen for å fullføre konfigurasjonsprosessen.
MERK: Du kan parkoble flere mobile enheter, for eksempel et nettbrett eller telefonen til en annen forelder eller foresatt (*Parkoble flere mobile enheter, side 6*).

Tips for eksisterende brukere av Garmin Jr.™ appen

- 1 Gå til Garmin Jr. appen, og velg **Home**.
- 2 Trykk på **+** > **Add a new child or device**.
- 3 Velg et alternativ:
 - Hvis du skal legge til en ny klokke for et eksisterende barn, velger du barnet.
 - Hvis du skal legge til en ny klokke for et nytt barn, velger du **New kid**.
- 4 Følg instruksjonene på skjermen.

Parkoble flere mobile enheter

Når du har fullført det første oppsettet (*Parkoble klokken med telefonen til en forelder eller foresatt, side 6*), kan du parkoble Bounce™ 2 klokken med opptil to andre mobile enheter, for eksempel et nettbrett eller telefonen til en annen forelder eller foresatt.

- 1 Installer og åpne Garmin Jr.™ appen fra appbutikken på en telefon eller et nettbrett.
- 2 Logg på med Garmin Connect™ brukernavnet og -passordet.
- 3 Følg instruksjonene i Garmin Jr. appen for å bli med i en eksisterende familie.
- 4 Hold mobilenheten innenfor 3 m fra Bounce 2 klokken og 10 m unna andre parkoblede mobilenheter.
MERK: Hvis du ikke kan flytte enhetene langt nok fra hverandre, slår du av Bluetooth® teknologien på tidligere parkoblede mobilenheter.
- 5 Følg instruksjonene i appen for å fullføre parkoblingen.
Remember: Hvis du har slått av Bluetooth teknologi på tidligere parkoblede mobile enheter, slår du den på igjen.




6 Gjenta trinn 1–5 for å parkoble flere mobile enheter.

Ring fra klokken

Før du kan sende meldinger fra klokken, må du aktivere LTE Subscription (*LTE-tilkoblede funksjoner, side 5*).

LES DETTE





Ikke utsett mikrofonen eller høyttaleråpningene for solkrem eller andre kjemikalier. Hvis du gjør det, kan mikrofonen og høyttaleren bli tette eller negativt påvirket på andre måter og få redusert ytelse.

- 1 Trykk på .
 - 2 Velg **Telefon**.
 - 3 Velg et alternativ:
 - Hvis du vil ringe et telefonnummer fra kontaktene, velger du , et kontaktnavn og deretter et telefonnummer (*Legge til meldingskontakter, side 9*).
 - Hvis du vil vise nylige anrop som er foretatt eller mottatt på klokken, sveiper du oppover.
- TIPS:** Du kan velge  for å legge på før anropet kobles til.

Meldinger fra klokken



Sende en melding fra klokken

Før du kan sende meldinger fra klokken, må du aktivere LTE Subscription (*LTE-tilkoblede funksjoner, side 5*).






- 1 Trykk på .
- 2 Velg **Meldinger** > .
- 3 Velg en kontakt.
- 4 Velg et alternativ:
 - Hvis du vil sende en tekstmelding, trykker du på **Melding**.
Listen over meldinger og meldingstekst kan tilpasses i Garmin Jr.™ appen (*Administrere forhåndsdefinerte tekstmeldinger, side 8*).
 - Hvis du vil sende en talemelding, velger du **Stemme** > .
 - Hvis du vil sende en lydemoji, trykker du på **Lydemoji**.
- 5 Velg en lydemoji eller tekstmelding, skriv inn en egendefinert tekstmelding eller ta opp en talemelding.
- 6 Velg .

Meldinger fra Garmin Jr.™ appen

Sende en tekstmelding fra Garmin Jr.™ appen


- 1 Gå til Garmin Jr. appen og velg **Connect**.
- 2 Velg barnet ditt.
- 3 Skriv inn en melding.
- 4 Trykk på  eller  for å sende tekstmeldingen.


Sende en talemelding fra Garmin Jr.™ appen

- 1 Gå til Garmin Jr. appen og velg **Connect**.
- 2 Velg barnet ditt.
- 3 Hold inne , og fortsett å holde det inne mens du spiller inn meldingen.
MERK: Garmin Jr. klokken begrenser automatisk opptakstiden til ca. 20 sekunder.
- 4 Velg et alternativ:
 - Om nødvendig kan du trykke på  for å spille av meldingen før du sender den.
 - Trykk på  for å slette meldingen og prøve på nytt.
 - Trykk på  eller  for å sende meldingen.

Vise varsler





Du kan vise anrops- og meldingsvarsler på klokken fra flere menyer.

- Når en ny melding vises på klokken, sveiper du mot venstre og velger **Svar** eller **Lukk**.
- Når du vil vise listen over varsler, velger du et alternativ:
 - Sveip nedover på urskiven for å vise varslingssenteret.
 - Trykk på  på urskiven, og velg **Meldinger** for å vise meldingsappen.


- Hold inne , og velg  for å vise varslingskontrollen.

Administrere forhåndsdefinerte tekstmeldinger

Barnet kan bruke listen over forhåndsdefinerte tekstmeldinger til å kommunisere med kontaktene sine ([Send en melding fra klokken, side 7](#)).

- 1 Gå til Garmin Jr.™ appen og velg **Connect**.
 - 2 Velg barnet ditt.
 - 3 Velg .
 - 4 Velg **Preset text messages** eller **Manage preset messages**.
 - 5 Velg et alternativ:
 - Velg **Reorder List**, og dra  for å omorganisere listen.
 - Skriv inn tekst i en tom melding for å opprette en egendefinert melding.
 - Fjern teksten fra en melding for å slette den fra listen.
 - Trykk på  > **Restore defaults** for å fjerne egendefinerte meldinger og sortere meldingene i standardrekkefølgen.
 - 6 Trykk på .
- Listen over forhåndsdefinerte tekstmeldinger oppdateres på klokken.

Slette meldingshistorikken i Garmin Jr.™-appen

- 1 Gå til Garmin Jr. appen og velg **Connect**.
- 2 Velg barnet ditt.
- 3 Velg  > **Delete message history** > **Delete**.

Wi-Fi® tilkoblingsfunksjoner

Aktivitetsopplastinger til Garmin Jr.™ kontoen: Sender automatisk aktiviteten til Garmin Jr. kontoen når du er ferdig med å registrere den.


Lyddinnhold: Du kan synkronisere lydinnhold fra tredjepartsleverandører.

Programvareoppdateringer: Du kan laste ned og installere den nyeste programvaren.

Koble til et Wi-Fi® nettverk

Før du kan koble til et Wi-Fi nettverk, må du koble klokken til Garmin Jr.™ appen på telefonen ([Parkoble klokken med telefonen til en forelder eller foresatt, side 6](#)).

Garmin® anbefaler å koble klokken til et Wi-Fi nettverk for optimal ytelse, inkludert forbedret batteribrukstid.

- 1 Gå innenfor rekkevidde av et Wi-Fi nettverk.
- 2 Gå til Garmin Jr. appen, og velg **Home**.
- 3 Velg barnet ditt og trykk på **Settings** > **Wi-Fi** > .
- 4 Velg et tilgjengelig Wi-Fi nettverk, og skriv inn påloggingsinformasjonen.

Garmin Jr.™ appen

Med den kostnadsfrie Garmin Jr. appen kan du registrere barnas daglige aktiviteter og se hvordan de ligger an med gjøremålene sine.

Aktivitetsmålning: Du kan registrere barnas daglige skritt, aktive minutter, aktiviteter du tar tiden på, og søvndata.

Oppdagelseskart: Barna får nye oppdagelser når aktivitetsmålet på 60 minutter er nådd, og du kan se fremgangen deres.

Utfordringer: Du kan sammenligne skrittantallene til hele familien din og kontaktene dine fra Garmin Connect™ nettsamfunnet.

Fremgang for gjøremål: Du kan opprette og administrere gjøremål, tildele poeng for fullførte gjøremål og løse inn mynter for egendefinerte belønninger.

Mer: Her kan du tilpasse familien din, oppdatere appinnstillinger og vise hjelpeemner og informasjon.

Belønninger: Her kan du opprette belønninger og løse inn mynter for å få belønninger.

Innstillinger: Her kan du tilpasse klokken og brukerinnstillingene, for eksempel varseltoner, nødkontaktinformasjon, profilbilder med mer.

Søvnsporing: Her kan du vise barnets søvnstatistikk.

Statistikk: Her kan du vise barnets aktive minutter og skritt.

Skritt: Her kan du vise barnets skrittdata.

Konfigurere barnets brukerprofil

Du kan oppdatere barnets bilde, navn, avatar, bakgrunnsfarge, leggetid, oppvåkningstid, fødselsdato og kjønn.

- 1 Gå til Garmin Jr.™ appen, og velg **Home**.
- 2 Velg barnet ditt, og trykk på **Settings > Edit Profile**.
- 3 Velg et alternativ.

Garmin Jr.™ familie

Garmin Jr. familien din består av medlemmer som du kan utpeke som verger eller omsorgspersoner. Familiemedlemmer legges automatisk til som Garmin Jr. kontakter.

Du kan også legge til kontakter fra Garmin Connect™ kontoen din for å inkludere personene i familiens ledertavler for skritt, og legge til vedkommendes Garmin® enhet som kontakt.

MERK: Familiemedlemmer kan bare tilhøre én Garmin Jr. familie.

Legge til medlemmer i en Garmin Jr.™-familie

Før du kan legge til medlemmer i en Garmin Jr.-familie, må hver bruker ha eller opprette en Garmin Connect™-konto.

- 1 Gå til Garmin Jr. appen, og velg **••• > Family > Invite member**.
- 2 Skriv inn e-postadressen som er knyttet til brukerens Garmin Connect-konto.
- 3 Velg et alternativ:
 - Velg **Guardian** for å la brukeren se barnets posisjon og samhandle med familien og endre barneinnstillinger.
 - Velg **Caregiver** for å la brukeren se barnets posisjon og samhandle med familien.
 - Velg **Communicator** for å la brukeren samhandle med familien.
- 4 Velg **Continue > Send invitation**.
Brukeren mottar en e-postinvitasjon for å bli med i Garmin Jr.-familien din.
Brukerens e-postadresse vises på listen over ventende invitasjoner frem til invitasjonen er akseptert. Du kan sende invitasjonen på nytt eller avbryte den før den godtas.

Invitere kontakter med Garmin Jr.™ appen

Før du kan invitere en person som kontakt, må personen ha eller opprette en Garmin Connect™ konto.

- 1 Gå til Garmin Jr. appen, og velg **••• > Family > Connections**.
- 2 Velg **Find People** eller **+**.
- 3 Velg et alternativ:
 - Skriv inn et navn eller en e-postadresse for å søke etter en person.
 - Velg **Your Contacts** for å velge en person fra kontaktene dine.
- 4 Velg personen og deretter **Connect > OK**.
Personen mottar en e-postinvitasjon for å kobles til familien din.

Legge til meldingskontakter

Før du kan legge til meldingskontakter, må du koble til personer med meldingskompatible Garmin® enheter i Garmin Jr.™ appen ([Invitere kontakter med Garmin Jr.™ appen, side 9](#)).

Medlemmer av Garmin Jr. familien din blir automatisk tatt med i listen over meldingskontakter ([Legge til medlemmer i en Garmin Jr.™-familie, side 9](#)).


- 1 Gå til Garmin Jr. appen, og velg **Home**.
- 2 Velg barnet ditt og deretter **Settings > Contacts**.
- 3 Velg **+** ved siden av en tilgjengelig kontakt.
- 4 Velg **✓**.

Synkronisere klokke-dataene ved hjelp av Garmin Jr.™ appen

Bounce™ 2 klokken synkroniserer regelmessig data med Garmin Jr. appen. Dette skjer automatisk. Du kan også synkronisere data manuelt når som helst.

- 1 Hold klokken i nærheten av den parkoblede telefonen.
- 2 Åpne Garmin Jr. appen.

TIPS: Appen kan være åpen eller kjøre i bakgrunnen.

- 3 Trykk på  på klokken for å vise menyen.
- 4 Trykk på **Innstillinger** > **Synkroniser og parkoble** > **Synkronisering**.
- 5 Vent mens dataene synkroniseres.
- 6 Du kan se de gjeldende dataene i Garmin Jr. appen.

Vise historikk

Bounce™ 2 klokken holder oversikt over barnets aktive minutter, søvn og daglige skritt. Du kan vise barnets historikk i Garmin Jr.™ appen.

- 1 Gå til Garmin Jr. appen, og velg **Home**.
- 2 Velg barnet ditt, og velg deretter et alternativ:
 - Velg **Activity** for å vise aktive minutter.
 - Velg **Sleep** for å vise søvnen.
 - Velg **Steps** for å vise skrittene.
 - Velg **Statistikk** for å vise barnets mest aktive dager.

Data vises i trinn på én dag, syv dager, fire uker og tolv måneder.

Søvnsporing

Klokken overvåker bevegelsene til barnet ditt mens det sover. Du kan angi vanlig søvnperiode i innstillingene for Garmin Jr.™ appen (*Bruker- og sikkerhetsinnstillinger, side 10*). Du kan vise søvnstatistikk i Garmin Jr. appen (*Vise historikk, side 10*).

Appinnstillinger

Du kan tilpasse familie- og appinnstillingene i Garmin Jr.™ appen. Du kan også tilpasse bruker- og sikkerhetsinnstillingene (*Bruker- og sikkerhetsinnstillinger, side 10*).

Gå til Garmin Jr. appen, og velg **•••**.

Family: Gjør at du kan tilpasse familieinnstillingene dine. Du kan for eksempel redigere etternavnet eller invitere flere foreldre og foresatte.

App settings: Her kan du sette Garmin Jr. appen i barnemodus, tilpasse varsler, slå musikk og lydeffekter av og på, og logge av kontoen.

Help: Inkluderer klokkepassform og -vedlikehold, og annen nyttig informasjon.

Om: Her kan du vise versjonen og juridisk informasjon.

Pair a new Garmin device: Her kan du erstatte en klokke for et eksisterende barn, eller legge til en ny klokke for et nytt barn.

Administrere varsler for klokkeaktivitet

Du kan motta varsler på telefonen om barnets klokkeaktivitet, for eksempel posisjonsstatus, enhetsstatus og gjøremålsoppdateringer.

- 1 Gå til Garmin Jr.™ appen på telefonen din, velg **•••** > **App settings** > **Notifications**.
- 2 Velg vekslebryterne for å slå på varslene du vil motta.

Bruker- og sikkerhetsinnstillinger

Du kan tilpasse bruker- og sikkerhetsinnstillingene i Garmin Jr.™ appen.

Gå til Garmin Jr. appen, trykk på **Home**, velg barnet ditt og trykk deretter på **Settings**.

Edit Profile: Her kan du tilpasse barnets profilinformasjon. Du kan angi barnets navn, avatar, bakgrunnsfarge, leggetid, oppvåkningstid, fødselsdato og kjønn (*Konfigurere barnets brukerprofil, side 9*).

Display text: Her kan du endre navnet som vises på urskiven.

Watch faces: Her kan du sende flere urskiver til klokken.

Alarms: Her kan du angi en alarm som skal sendes til klokken (*Still inn en alarm, side 30*).

Daily steps goal: Her kan du angi målet for antall skritt per dag.

Parental controls: Her kan du slå på Ikke forstyrr-modus under søvnperioden og i skolemodus (*Slå på skolemodus, side 11*).

Contacts: Her kan du legge til personer som barnet ditt kan sende melding til (*Legge til meldingskontakter, side 9*).

Preset text messages: Her kan du oppdatere de forhåndsdefinerte tekstmeldingene som barnet ditt kan sende fra klokken (*Administrere forhåndsdefinerte tekstmeldinger, side 8*).

Safety: Her kan du administrere familiekontaktene som skal motta et varsel når barnet ber om hjelp.

Boundaries: Her kan du oppdatere grenser (*Legge til en grense, side 18*).

Wi-Fi: Her kan du koble klokken til et Wi-Fi® nettverk (*Koble til et Wi-Fi® nettverk, side 8*).

Connectivity: Her kan du vise informasjon om LTE Subscription (garmin.com/subscriptions).

Find my watch: Hjelper deg med å finne en mistet Bounce™ 2 klokke som er parkoblet ved hjelp av Bluetooth® teknologi, og er i nærheten for øyeblikket (*Finne en mistet klokke, side 41*).

Power off: Gjør det mulig å slå av klokken fra Garmin Jr. appen.

Device details: Her kan du vise modellen, programvareversjonen, serienummeret og brukerhåndboken. Du kan også tilbake stille klokken (*Tilbake stille alle standardinnstillinger fra Garmin Jr.™ appen, side 40*).

Pairing: Her kan du registrere en rem, parkoble en ny klokke eller oppheve parkoblingen av gjeldende klokke.

Language: Her kan du oppdatere språket på klokken.

Slå på skolemodus

Du kan bruke skolemodus for å dempe og begrense klokken automatisk i skoletiden. Barnet ditt kan bruke assistanse mens klokken er i skolemodus.

1 Gå til Garmin Jr.™ appen, og velg **Home**.

2 Velg barnet ditt og trykk på **Settings > Parental controls > School mode**.

3 Slå på skolemodus.

4 Velg et alternativ:

MERK: Begge alternativene demper vibrasjoner og lyder for alle varsler bortsett fra alarmer, assistanse, finn klokken min og når skolemodus slås av eller på.

- Hvis du vil dempe klokken og tillate alle funksjoner i skoletiden, velger du **Silent**.

- Hvis du vil dempe klokken og begrense spill og meldinger i skoletiden, velger du **Silent & restricted**.

5 Velg **Start time, End time** eller **Days** for å oppdatere skoletiden.

Slå av skolemodus

1 Gå til Garmin Jr.™ appen, og velg **Home**.

2 Velg barnet ditt og trykk på **Settings > Parental controls > School mode**.

3 Slå av skolemodus.

4 Velg ✓.

5 Vent på at Garmin Jr. appen blir synkronisert med klokken.

Bruke barnemodus

Du kan aktivere barnemodus i Garmin Jr.™ appen slik at et barn kan merke gjøremål som fullføre og løse inn belønninger uten godkjenning fra en forelder eller foresatt. Du kan også låse opp innstillingene for barnemodus med ansiktsgjenkjenning eller fingeravtrykkskanning på telefonen i stedet for et passord.

1 Gå til Garmin Jr. appen, og velg **••• > App settings > Kid Mode**.

2 Slå på barnemodus.

3 Velg om nødvendig alternativer for å tilpasse barnemodus.

4 Trykk om nødvendig på **Change Passcode** for å endre passordet.

MERK: Passordet må oppgis for å få tilgang til enkelte funksjoner i Garmin Jr. appen når barnemodus er slått på. Standardpassordet er 0000.

5 Velg ✓.

Slette en profil

1 Gå til Garmin Jr.™ appen, og velg **Home**.

2 Velg barnet ditt.

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

Utseende



Du kan tilpasse utseendet på urskiven og hurtigtilgangsfunksjonene i menyen for oversiktssløyfen og i kontrollmenyen.

Innstillinger for urskive

Du kan tilpasse utseendet til urskiven ved å velge oppsett, farger og ekstra data. Du kan også opprette tilpassede urskiver fra Garmin Jr.™ appen.

Tilpasse urskiven

Du kan tilpasse urskivens informasjon og utseende.

- 1 Trykk på .
- 2 Velg **Urskive**.
- 3 Bla opp for å se en forhåndsvisning av urskivealternativene.
- 4 Velg **Legg til ny** for å velge mellom flere urskivealternativer.
- 5 Velg en urskive, og velg deretter .
- 6 Velg et alternativ:

MERK: Ikke alle alternativer er tilgjengelige for alle urskiver.

- Velg **Bruk** for å aktivere urskiven.
- Hvis du vil endre dataene som vises på urskiven, velger du **Data**.
- Hvis du vil legge til eller endre en detaljfarge for den digitale urskiven, velger du **Aksentfarge**.
- Hvis du vil endre fargen på dataene som vises på urskiven, velger du **Datafarge**.
- Du sletter urskiven ved å velge **Slett**.

Opprette en egendefinert urskive

- 1 Gå til Garmin Jr.™ appen, og velg **Home**.
- 2 Velg barnet ditt.
- 3 Velg **Settings > Watch faces > Your designs > Create a watch face**.
- 4 Følg instruksjonene på skjermen.
- 5 Velg **Install**.
Klokken er oppdatert med din egendefinerte urskive.

Oversikter

Klokken leveres med forhåndsinstallerte oversikter som gir rask informasjon ([Se på oversiktene, side 13](#)). Du kan sveipe opp fra urskiven for å bla gjennom oversiktene, og du kan velge en oversikt for å se mer informasjon. Enkelte oversikter krever en LTE Subscription.

Enkelte oversikter er som standard ikke synlige. Du kan legge dem til i oversiktlisten manuelt ([Tilpasse oversiktlisten, side 13](#)).


Navn	Beskrivelse
Aktive minutter	Registrerer tiden du har brukt på aktiviteter med moderat til høy intensitet, det ukentlige målet ditt for aktive minutter og fremgangen mot målet.
Utfordringer	Viser rangeringen din på ledertabellen hvis du deltar Garmin Connect™ i en utfordring.
Gjøremål	Viser en sjekkliste over gjøremål som er konfigurert i Garmin Jr.™ appen. Du kan merke gjøremål som fullført og motta mynter med godkjenning fra en forelder eller foresatt.
Nedtelling	Viser kommende nedtellingshendelser.
Historikk	Viser aktivitetshistorikken din og en graf med de registrerte aktivitetene dine (Vise historikk, side 10).
Siste aktivitet	Viser et kort sammendrag av den sist registrerte aktiviteten.
Forrige sykkeltur Forrige løpetur Forrige svømmetur	Viser et kort sammendrag av siste registrerte aktivitet og historikk for den angitte sporten.
Månefase	Viser tidspunktene for måne opp og måne ned samt månefasen basert på GPS-posisjonen din.
Musikk	Brukes til å kontrollere musikkavspilling fra klokken.

Navn	Beskrivelse
Skritt	Sporer antall skritt per dag, skrittmål og data for de siste dagene.
Soloppgang og solnedgang	Viser tidspunktene for soloppgang, solnedgang og skumring.
Vær	Viser gjeldende temperatur og værmelding.

Se på oversiktene

- Sveip oppover på urskiven. Klokken blir gjennom oversiktsløyken.
- Velg en oversikt for å få mer informasjon.
- Sveip til venstre for å se flere alternativer og funksjoner for en oversikt.

Tilpasse oversiktlisten

- 1 Sveip oppover på urskiven. Klokken blir gjennom oversiktlisten.
- 2 Velg **Rediger**.
- 3 Velg en oversikt.
- 4 Velg et alternativ:
 - Velg  for å fjerne en oversikt fra listen.
 - Velg en oversikt og dra den til en ønsket posisjon på skjermen for å endre posisjonen til den i listen.
- 5 Velg om nødvendig **Legg til** for å legge til en oversikt i listen.

Oppdatere værposisjonen

- 1 Sveip opp for å vise væroversikten.
- 2 Velg oversikten for å vise den gjeldende værmeldingen for posisjonen din.
- 3 Sveip mot venstre.
- 4 Velg **Væralternativer > Oppdater gjeldende posisjon**.
- 5 Vent mens klokken finner satellitter (*Innhente satellittsignaler, side 42*).

Gjøre mål og belønninger

Du kan opprette en liste over gjøre mål i Garmin Jr.™ appen som skal sendes til klokken. Barnet ditt kan markere gjøre mål som fullført på klokken for å tjene mynter, og bytte inn myntene i belønninger. Barnet ditt kan velge fra en liste over forhåndsinnstilte belønninger som å kjøpe et nytt leketøy eller spill, dra å svømme eller få skjermtid. Du kan også opprette en tilpasset belønning (*Opprette belønninger, side 14*).

Det kreves et aktivt LTE Subscription for å bruke denne funksjonen (*LTE-tilkoblede funksjoner, side 5*).

Bruke gjøre målsoversikten

Før du kan bruke gjøre målsoversikten, må du ha fått tildelt gjøre mål i Garmin Jr.™ appen (*Tilordne gjøre mål, side 14*) og ha et aktivt LTE-abonnement (*LTE-tilkoblede funksjoner, side 5*).

- 1 Sveip opp for å vise gjøre målsoversikten. Klokken viser det oppdaterte antallet fullførte ① og tilordnede ② gjøre mål for dagen.



2 Velg gjøremålet du har fullført.

Godkjenning vises for gjøremålet frem til det er godkjent i Garmin Jr. appen (*Godkjenne gjøremål, side 14*). Når et gjøremål er godkjent, vises det oppdaterte antallet opptjente mynter på klokken.

Mynter kan løses inn i Garmin Jr. appen (*Løse inn belønninger, side 14*).

Tilordne gjøremål

Du kan opprette en liste over gjøremål som skal sendes til klokken (*Bruke gjøremålsoversikten, side 13*).

- 1 Gå til Garmin Jr.™ appen, og velg **Home**.
- 2 Velg barnet ditt og trykk på **Chores** > **+** > **Add new chore**.
- 3 Angi et navn for gjøremålet, eller velg et gjøremål fra listen.
- 4 Velg **←** eller **←**.
- 5 Velg antallet mynter gjøremålet skal belønnes med.
- 6 Angi om nødvendig klokkeslettet og dagene gjøremålet må utføres på.
TIPS: Du kan også slå på en alarm for gjøremålet.
- 7 Velg **✓**.

Godkjenne gjøremål

Etter å ha fullført et gjøremål kan barnet ditt be om godkjenning fra Bounce™ 2 klokken (*Bruke gjøremålsoversikten, side 13*).

- 1 Gå til Garmin Jr.™ appen, og velg **Home**.
- 2 Velg barnet ditt og trykk på **Chores**.
- 3 Velg hvor mange du skal godkjenne.
Barnet ditt mottar et varsel på klokken når gjøremålene er godkjent.

Opprette belønninger

Du kan opprette en liste over belønninger som barnet ditt kan kjøpe med mynter.

- 1 Gå til Garmin Jr.™-appen, og velg **Home**.
- 2 Velg barnet ditt og trykk på **Rewards** > **+** > **Add Name**.
- 3 Angi et navn for belønningen, eller velg en belønning fra listen.
- 4 Velg **←** eller **←**.
- 5 Trykk på **Price** for å angi antallet mynter barnet ditt trenger for å løse inn for belønningen.
- 6 Oppdater ikonet og beskrivelsen om nødvendig.
- 7 Velg **✓**.

Du kan løse inn belønninger i Garmin Jr. appen for barnet ditt (*Løse inn belønninger, side 14*), eller barnet ditt kan løse inne belønninger med Garmin Jr. appen i barnemodus (*Bruke barnemodus, side 11*).

Løse inn belønninger

Barnet ditt løse inn opptjente mynter for å få belønninger (*Opprette belønninger, side 14*).


- 1 Gå til Garmin Jr.™-appen, og velg **Home**.
- 2 Velg barnet ditt og trykk på **Rewards**.
- 3 Velg **Redeem** på belønningen du vil løse inn.

MERK: Velg om nødvendig **Request** når Garmin Jr. appen er i barnemodus, og godkjenningalternativet er slått på (*Bruke barnemodus, side 11*).

Myntene trekkes fra det totale antallet mynter.






Kontroller

Med kontrollmenyen får du rask tilgang til klokkes funksjoner og alternativer. Du kan legge til, flytte om på og fjerne alternativene i kontrollmenyen (*Endre kontrollmenyen, side 16*).

Hold inne  på et skjermbilde.






Ikone	Navn	Beskrivelse
	Alarmklokke	Velg for å åpne alarmklokkeappen (<i>Still inn en alarm, side 30</i>).
	Lysstyrke	Velg for å justere lysstyrken på skjermen (<i>Innstillinger for skjerm og lysstyrke, side 34</i>).
	Kalkulator	Velg for å bruke kalkulatoren, inkludert tipskalkulatoren.
	Sjekk inn	Velg for å sjekke inn på nåværende posisjon (<i>Innsjekking fra klokken, side 18</i>).
	Klokker	Velg for å åpne Klokker-appen for å angi en alarm, tidtaker, stoppeklokke eller vise alternative tidssoner (<i>Klokker, side 30</i>).
	Skjerm	Velg for å slå av skjermen for varsler og bevegelser (<i>Innstillinger for skjerm og lysstyrke, side 34</i>).
	Ikke forstyr	Velg for å aktivere eller deaktivere ikke forstyr-modus for å dimme skjermen og deaktivere varsler og varslinger. Du kan for eksempel bruke denne modusen når du ser på en film.
	Lommelykt	Velg for å slå på skjermen for å bruke klokken som lommelykt.
	Få hjelp	Velg for å sende en forespørsel om assistanse (<i>Be om assistanse, side 17</i>).
	Lås enheten	Velg for å låse knappene og berøringsskjermen for å hindre utilsiktet trykk og sveip.
	Musikk	Velg for å styre musikkavspilling på klokken din.
	Slå av	Velg for å slå av klokka.
	Rødt lys	Velg for å se røde fargenyanser på skjermen og bruke klokken i dårlige lysforhold.
	Innstillinger	Velg for å åpne menyen med innstillinger.
	Stoppeklokke	Velg for å starte stoppeklokken.
	Soloppgang og solnedgang	Velg for å vise klokkeslett for soloppgang, solnedgang og skumring.
	Synkronisering	Velg for å synkronisere klokka med den sammenkoblede telefonen.

Ikon	Navn	Beskrivelse
	Tidtaker	Velg for å angi en nedtellingstidtager.
	Talekommando	Velg for å åpne talekommandoappen og gi en kommando (<i>Bruke talekommandoer, side 21</i>).
	Volum	Velg for å åpne volumkontrollene for klokken.
	Få ut vann	Velg for å spille av toner for å få ut vann fra høyttaler- og mikrofonportene.
	Vær	Velg for å vise den gjeldende værmeldingen og de gjeldende forholdene.




Endre kontrollmenyen

Du kan legge til, fjerne og endre rekkefølgen på snarveiene i kontrollmenyen (*Kontroller, side 15*).

- Hold inne .
Kontrollmenyen vises.
- Sveip ned.
- Velg **Rediger**.
- Velg en snarvei:
 - Hvis du vil endre posisjonen til snarveien i kontrollmenyen, drar du den til en ønsket posisjon på skjermen og velger .
 - Velg  for å fjerne snarveien fra kontrollmenyen.
- Velg om nødvendig **Legg til** for å legge til en snarvei på kontrollmenyen.



Bruke lommelykt-skjermbildet

MERK: Bruk av lommelykten kan redusere batterilevetiden.

- Hold inne  for å vise kontrollmenyen.
- Velg .
- Velg **+** eller **-** for å justere lysstyrken.
- Trykk på  for å slå av lommelykten.

Bruke Ikke forstyr-modusen


Du kan bruke Ikke forstyr-modusen til å slå av vibrasjoner og visning av varsler og meldinger. Denne modusen deaktiverer bevegelsesinnstillingen (*Innstillinger for skjerm og lysstyrke, side 34*). Barnet ditt kan bruke Bounce™ 2 klokken til å be om assistanse når klokken er i Ikke forstyr-modus.

- Hvis du vil slå ikke forstyr-modusen av eller på manuelt, holder du inne  og velger .
- Du kan slå på Ikke forstyr-modus automatisk i barnets søvnperiode i Garmin Jr.™ appen (*Bruker- og sikkerhetsinnstillinger, side 10*), velge barnet og trykke på **Settings > Parental controls > Do not disturb during sleep**.

Du kan velge Silent for å dempe klokken og gi tilgang til alle klokkefunksjoner, eller du kan velge Silent & restricted for å dempe klokken og begrense tilgangen til klokkefunksjonene.

Konfigurere en snarvei

Du kan konfigurere en snarvei til appen, oversikten eller kontrollen du liker best, for eksempel alarmklokken eller musikkkontrollene.

- Trykk på .
- Velg **Innstillinger > System > Snarveier**.
- Velg en knapp eller en knappkombinasjon som skal tilpasses.

Sikkerhets- og sporingsfunksjoner

FORSIKTIG

Sikkerhets- og sporingsfunksjonene er tilleggsfunksjoner, og de bør ikke brukes som eneste måte å tilkalle nødhjelp på. Garmin Jr.™ appen kontakter ikke nødtjenester på dine vegne.

Sikkerhets- og sporingsfunksjonene krever et LTE Subscription og må konfigureres ved hjelp av Garmin Jr. appen. Hvis du vil ha abonnementsinformasjon, kan du gå til garmin.com/subscriptions.

Bounce™ 2 klokken har sikkerhets- og sporingsfunksjoner som krever en telefon som er parkoblet til Garmin Jr. appen. Foresatte og omsorgspersoner i Garmin Jr. familien blir varslet når barnet ber om hjelp. Du kan administrere Garmin Jr.-familiemedlemmene i Garmin Jr.-appen.

Hvis du vil ha mer informasjon om sikkerhets- og sporingsfunksjoner, kan du gå til www.garmin.com/safety.

Assistanse: Lar barnet starte en LiveTrack-økt og sende en melding til foresatte og omsorgspersoner i Garmin Jr.-familien.

LiveTrack: Lar foresatte og omsorgspersoner i Garmin Jr.-familien sende en forespørsel om å se barnets posisjon i sanntid.


Be om assistanse

FORSIKTIG

Assistanse er en tilleggsfunksjon, og den skal ikke brukes som eneste måte å tilkalle nødhjelp på. Garmin Jr.™ appen kontakter ikke nødtjenester på dine vegne.

LES DETTE

Før du kan be om assistanse, må du angi nødkontakter i Garmin Jr. appen (*Legge til assistansekontakter, side 17*). Et aktivt LTE Subscription kreves for å be om hjelp, og klokken må være i et område med nettverksdekning der data er tilgjengelig. Nødkontaktene dine må kunne motta e-poster eller tekstmeldinger (standardpriser for tekstmeldinger kan påløpe).

- 1 Hold inne .
- 2 Når du kjenner tre vibrasjoner, slipper du knappen for å aktivere assistansefunksjonen. Skjermbildet for nedtelling vises.
TIPS: Før nedtellingen fullføres, kan du holde inne en hvilken som helst knapp for å avbryte meldingen.

Avslutte en forespørsel om hjelp

- 1 Mens en forespørsel om hjelp er aktiv, åpner du Garmin Jr.™ appen og velger **View location**.
- 2 Velg vekslebryteren ved siden av **LiveTrack**.
Forespørselen om hjelp blir avbrutt, og delingen av posisjonen din avsluttes.

Legge til assistansekontakter

Assistansekontaktnumre brukes til sikkerhets- og sporingsfunksjoner. Du kan legge til foresatte eller omsorgspersoner fra Garmin Jr.™-familien din i listen over assistanseanrop.

- 1 Gå til Garmin Jr.-appen, og velg **Home**.
- 2 Velg barnet ditt, og velg **Settings > Safety**.
- 3 Følg instruksjonene på skjermen.

LiveTrack

FORSIKTIG

Det er brukerens ansvar å utvise skjønn ved deling av posisjonsinformasjon med andre brukere. Sørg alltid for at du er klar over og komfortabel med hvem du deler posisjonsinformasjon med.

Med LiveTrack-funksjonen kan du spore barnets nåværende posisjon, nylig besøkte posisjoner og rutene for barnets siste reiser i sanntid.

Start av LiveTrack økt

Før du kan starte en LiveTrack-økt, må du parkoble klokken med Garmin Jr.™ appen på telefonen (*Parkoble klokken med telefonen til en forelder eller foresatt, side 6*).

- 1 Gå til Garmin Jr. appen og velg **Location**.
- 2 Velg barnet ditt og trykk på **LiveTrack**.

LiveTrack fortsetter å kjøre i bakgrunnen.

Avslutte en LiveTrack-økt



LiveTrack-økten avsluttes automatisk etter 30 minutter, med mindre du velger å forlenge den.

I Garmin Jr.™-appen velger du **Location** > **End LiveTrack**.

Posisjonssporing

Innsjekking fra klokken

Før barnet ditt kan sjekke inn på en posisjon, må du parkoble klokken med Garmin Jr.™ appen på telefonen ([Parkoble klokken med telefonen til en forelder eller foresatt, side 6](#)).

- 1 Hold inne  for å vise kontrollmenyen.
- 2 Trykk på .
- 3 Velg **Send**.

Klokken sender en melding til en forelder eller foresatt og vibrerer hvis vibrasjon er slått på ([Lyd og vibrasjon-innstillinger, side 33](#)).

Vise barnets gjeldende posisjon


Før du kan finne barnet ditt, må du parkoble klokken med Garmin Jr.™ appen på telefonen ([Parkoble klokken med telefonen til en forelder eller foresatt, side 6](#)).

- 1 Gå til Garmin Jr. appen og velg **Location**.
Den siste rapporterte posisjonen til klokken og klokkeslettet for rapporten vises.
- 2 Trykk på **Refresh** for å oppdatere posisjonen.

Vise barnets posisjonshistorikk

Før du kan vise barnets posisjonshistorikk, må du parkoble klokken med Garmin Jr.™ appen på telefonen ([Parkoble klokken med telefonen til en forelder eller foresatt, side 6](#)).





Alle godkjente familiemedlemmer kan vise barnets posisjonshistorikk i appen.

- 1 Gå til Garmin Jr. appen og velg **Location** > **History**.
- 2 Velg  for å se inntil de siste sju dagene.

Grenser


Legge til en grense

Før du kan legge til en grense, må du parkoble klokken med Garmin Jr.™ appen på telefonen ([Parkoble klokken med telefonen til en forelder eller foresatt, side 6](#)).

- 1 Gå til Garmin Jr. appen, velg **Location** >  > **Add a new boundary**.
- 2 Trykk om nødvendig på standardadressen for å oppdatere grensesenteret.
- 3 Juster om nødvendig størrelsen på grensen med glidebryteren.
- 4 Trykk på  eller .
- 5 Angi et navn på grensen.
- 6 Velg **Alerts** for å aktivere varsler idet klokken beveger seg utenfor eller innenfor grensen.
- 7 Trykk på  for å lagre treningsøkten.

Legge til en midlertidig grense

Du kan bruke en midlertidig grense for å motta et varsel når barnet ditt forlater et område. Den midlertidige grensen fjernes når du mottar varselet. Du kan også sette opp permanent grense ([Legge til en grense, side 18](#)).

- 1 Gå til Garmin Jr.™ appen og velg **Location**.
- 2 Velg barnets posisjon.
- 3 Sveip opp, og velg **Temporary boundary**.
- 4 Juster om nødvendig størrelsen på grensen med glidebryteren.
- 5 Velg .

Administrere grenser

- 1 Gå til Garmin Jr.™ appen, og velg **Location** >  > **Manage boundaries**.
- 2 Velg en grense.

- 3 Velg adressen du vil oppdatere.
- 4 Juster størrelsen på grensen med glidebryteren.
- 5 Dra 📍 til den nøyaktige posisjonen til adressen.
- 6 Velg ⏪ > ✓.

Slette en grense

- 1 Gå til Garmin Jr.™ appen, velg **Location** > ⋮ > **Manage boundaries**.
- 2 Velg en grense.
- 3 Velg **Delete boundary** > **Delete**.

Slå av og på grensevarsler

Når grensevarsler er slått på, får foreldre og foresatte et varsel når klokken beveger seg innenfor eller utenfor en grense ([Legge til en grense, side 18](#)).

- 1 Gå til Garmin Jr.™ appen, velg **Location** > ⋮ > **Manage boundaries**.
- 2 Velg en grense.
- 3 Velg **Alerts** for å slå varsler av eller på.

Programmer og aktiviteter

Klokken din leveres med en rekke forhåndsinstallerte programmer og aktiviteter.

Apper: Apper har interaktive funksjoner for klokken, for eksempel å spille spill eller å ringe noen fra klokken (*Apper, side 20*).

Aktiviteter: Klokken leveres med forhåndsinstallerte programmer for innendørs- og utendørsaktiviteter, blant annet for løping, sykling, svømming i basseng med mer.

Hvis du vil ha mer informasjon om nøyaktigheten til aktivitetsmåling og treningsmålinger, kan du gå til garmin.com/ataccuracy.

Apper

Du kan tilpasse klokken ved hjelp av appmenyen, der du raskt kan få tilgang til klokkefunksjoner og alternativer. Enkelte apper krever en LTE Subscription. Mange apper finnes også i oversiktene (*Oversikter, side 12*) eller kontrollene (*Kontroller, side 15*).


Trykk på  på urskiven for å vise listen over apper.



Navn	Mer informasjon
Kalkulator	Velg for å bruke kalkulatoren, inkludert tipskalkulatoren.
Sjekk inn	Velg for å sjekke inn med din nåværende posisjon.
Klokker	Velg for å angi en alarm, tidtaker, stoppeklokke, alternativ tidssone eller nedtelling til en hendelse (<i>Klokker, side 30</i>).
Nedtelling	Viser kommende nedtellingshendelser.
Spill	Velg for å åpne en liste over spill på klokken.
Historikk	Velg for å vise registrert aktivitetslogg, registreringer og totaler (<i>Vise historikk, side 10</i>).
Meldinger	Velg for å sende meldinger eller se etter nye meldinger.
Månefase	Velg for å vise tidspunktene for måne opp og måne ned samt månefasen basert på GPS-posisjonen din.
Musikk	Velg for å kontrollere lydavspilling ved hjelp av klokken (<i>Lytt til musikk, side 35</i>).
Telefon	Velg for å åpne telefonkontrollene, for eksempel kontakter og taltastaturet (<i>Ring fra klokken, side 7</i>).
Innstillinger	Velg for å åpne menyen med innstillinger.
Skritt	Velg for å vise antall skritt per dag, skrittmål og data for de siste dagene.
Soloppgang og solnedgang	Velg for å vise klokkeslett for soloppgang, solnedgang og skumring.
Tips	Velg for å se interaktive klokketips, og skann en direktelenke til support.garmin.com for å få tilgang til klokkes brukerveiledning.
Talekommando	Velg for å gi en kommando som klokken skal utføre (<i>Bruke talekommandoer, side 21</i>).

Navn	Mer informasjon
Urskive	Velg for å tilpasse urskiven.
Vær	Velg for å se gjeldende værmelding og forhold.

Starte et spill

- 1 Trykk på .
- 2 Velg **Spill**.
- 3 Velg et spill.
- 4 Følg instruksjonene på skjermen.

Innstillinger for spill



Med disse innstillingene kan du tilpasse hvert forhåndsinnlastede spill. Det er ikke alle innstillinger som er tilgjengelige for alle spilltyper.

Trykk på , velg Games, velg et spill, velg et nivå og velg .

Tidtaker: Du kan tjene opp flere poeng ved å angi en tidsgrense.

Lyder og vibrasjon: Her kan du slå lyder og vibrasjoner av og på kun for spillet (*Lyd og vibrasjon-innstillinger*, side 33).

Bruke talekommandoer

- 1 Velg et alternativ:
 - Trykk på  på urskiven og velg **Talekommando**.
 - Hold inne  og velg **Talekommando**.

MERK: Du kan redigere kontrollmenyen (*Endre kontrollmenyen*, side 16).
- 2 Gi klokken en talekommando (*Talekommandoer for klokken*, side 21).

Talekommandoer for klokken

Talekommandosystemet er utformet for å oppdage naturlig tale. Dette er en liste over vanlige talekommandoer, men klokken krever ikke disse nøyaktige setningene. Du kan prøve å si variasjoner av disse kommandoene på en måte som er naturlig for deg. Du finner tips om talekommandoer og feilsøkinginformasjon på garmin.com/voicecommand/tips.

Talehjelpkommando	Funksjon
What can I say?	Viser en liste over vanlige talekommandoer

Enhets- og skjermfunksjoner

Talekommando	Funksjon
Disable do not disturb	Deaktiverer Ikke forstyr-modusen for å dimme skjermen og deaktivere varsler og meldinger.
Turn on airplane mode	Aktiverer flymodus, som slår av all trådløs kommunikasjon.
Increase brightness	Øker lysstyrkenivået.
Decrease brightness	Reduserer lysstyrkenivået.
Set brightness to 80	Stiller inn lysstyrkenivået til en angitt prosentandel. Mulige tall er 0–100 %.

Klokkefunksjoner

Talekommando	Funksjon
Set a timer for fifteen minutes	Angir en nedtellingstidtaker for den angitte tiden.
Pause timer	Stopper nedtellingstidtakeren som er i gang.
Resume timer	Gjenopptar nedtellingstidtakeren som er satt på pause.
Cancel timer	Avbryter nedtellingstidtakeren som er i gang.
Start stopwatch	Starter stoppeklokken.
Stop stopwatch	Stopper stoppeklokken.
Wake me up at 3:15 a.m.	Angir en engangsalarm for det angitte klokkeslettet.

App- og aktivitetsfunksjoner

Talekommando	Funksjon
Show me the weather	Åpner vær-appen.
Start a run	Starter en Løp-aktivitet.

MERK: Appene og aktivitetene som er oppført, er eksempler, men du kan styre alle standardappene og aktivitetene med talekommandoer ([Apper, side 20](#)), ([Aktiviteter, side 22](#)).

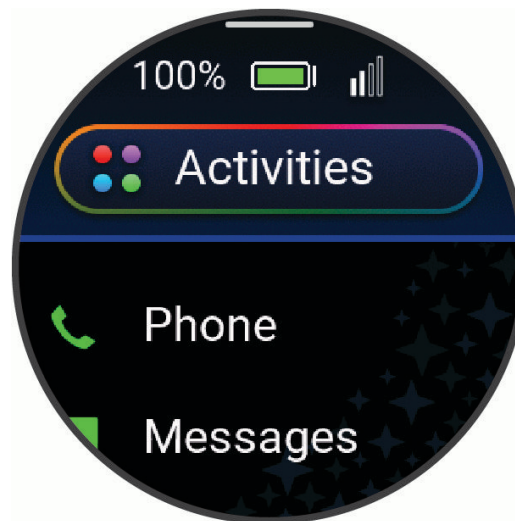
Mediefunksjoner

Talekommando	Funksjon
Change volume to 8	Justerer volumet til det angitte nivået. Mulige tall er 0–10 eller 0–100 %.
Increase volume	Øker lydvolument.
Decrease volume	Senker lydvolument.
Play music	Spiller av det valgte mediet.
Next song	Spiller av neste mediespor.
Previous song	Spiller av forrige mediespor.
Pause music	Stopper mediet som spilles av.
Mute	Demper all lyd.
Unmute	Slår på all lyd.

Aktiviteter

Trykk på  på urskiven, velg **Aktiviteter**, og sveip opp for å bla gjennom aktivitetene. Favorittaktivitetene dine vises øverst på listen ([Tilpass listen over favorittaktiviteter, side 25](#)).

MERK: Noen aktiviteter vises i mer enn én kategori.



Kategori	Aktiviteter
Løping	Innendørsløping, Løp, Baneløp, Terrengløp, Tredemølle
Sykling	Sykkel, Sykkelpendling, Sykling inne, BMX, Elsykkel, Grussykkel, Terrengsykling, Landeveissykkel
Svømming	Basseng
Treningsstudio	Boksing, Utholdenhet Elliptisk maskin, Tauhopping, MMA, Innendørsroing, Trappemaskin, Gå innendørs, Yoga
Utendørs	Hesterygg Diskgolf, Fotvandring, Hesterygg, Rulleskøyter, Alpinklatring, Gå
Vintersport	Skøyteis, Ski, Snøbrett, Truger, Langrennsski, klassisk
Vannsport	Båt, Kajakk, Roing, Snorkel, SUP
Lagidretter	Amerikansk fotball, Baseball, Basketball, Cricket, Landhockey, Ishockey, Lacrosse, Rugby, Fotball, Softball, Volleyball, Ultimate Disc

Kategori	Aktiviteter
Racketsport	Badminton, Padel, Pickleball, Plattformtennis, Racquetball, Squash, Bordtennis, Tennis
Motorsport	Terrengbil, Motocross



Aktivitetsmål


Organisasjoner som Centers for Disease Control and Prevention i USA anbefaler minst 60 minutters fysisk aktivitet hver dag for å forbedre barns helse. Dette kan inkludere aktivitet med middels intensitet, for eksempel rask gange, eller aktivitet med høy intensitet, for eksempel løping.

Klokken oppmuntrer barn til å være aktive ved å vise fremgangen mot det daglige aktivitetsmålet på 60 minutter.

Starte en aktivitet


Når du starter en aktivitet, aktiveres GPS automatisk (hvis dette kreves).


- 1 Trykk på  på urskiven.
- 2 Velg et alternativ:
 - Velg en festet aktivitet (*Tilpasse aktiviteter og apper, side 25*).
 - Velg  symbol eller **Aktiviteter**, og velg en aktivitet fra favorittlisten eller en aktivitetskategori.
- 3 Hvis aktiviteten krever GPS-signaler, går du utendørs til et sted med fri sikt mot himmelen, og venter til klokken er klar.

Klokken er klar etter at den mottar GPS-signaler (om nødvendig).
- 4 Trykk på  for å starte aktivitetstidtakeren.

Klokken registrerer kun aktivitetsdata når aktivitetstidtakeren kjører.



Tips for registrering av aktiviteter




- Lad klokken før du starter en aktivitet (*Lading av klokke, side 38*).
- For noen aktiviteter trykker du på  for å registrere runder, starte et nytt sett eller en ny stilling eller gå videre til neste treningstrinn.

Du kan velge  for å forkaste en runde under bestemte aktiviteter (*Hvordan angre jeg et trykk på runde knappen?, side 41*).
- Sveip oppover eller nedover for å vise flere dataskjermbilder.

Stoppe en aktivitet

Alle alternativer er ikke tilgjengelige for alle aktivitetstyper.



- 1 Trykk på .
- 2 Velg et alternativ:
 - Hvis du vil fortsette aktiviteten, velger du **Fortsett**.
 - Hvis du vil lagre aktiviteten og vise detaljene, velger du  og deretter et alternativ.
 - Hvis du vil markere en runde, velger du **Runde**.


Du kan velge  for å forkaste en runde under bestemte aktiviteter (*Hvordan angre jeg et trykk på runde knappen?, side 41*).
 - Hvis du vil forkaste aktiviteten, velger du  og trykker på .

MERK: Når aktiviteten er stoppet, lagres den automatisk av klokken etter 30 minutter.

Løping

Ta en løpetur

- 1 Trykk på .
- 2 Velg **Aktiviteter > Løp**.
- 3 Gå ut, og vent mens klokken innhenter satellitter.
- 4 Trykk på  for å starte aktivitetstidtakeren.





Klokken registrerer kun aktivitetsdata når aktivitetstidtakeren kjører.
- 5 Ta en løpetur.
- 6 Trykk på  for å registrere runder (valgfritt).
- 7 Sveip oppover eller nedover for å bla gjennom dataskjermbilder.

8 Når du har fullført aktiviteten, trykker du på  og velger .

Løp på bane

Før du løper på bane, må du kontrollere at du løper på en standard 400 meter-bane.

Du kan bruke baneløpaktiviteten til å registrere informasjon om løping på utendørsbane, blant annet distanse i meter og rundetider.

- 1 Stå på utendørsbanen.
- 2 Trykk på  på urskiven.
- 3 Velg **Aktiviteter > Løping > Baneløp**.
- 4 Vent mens klokka finner satellittene.
- 5 Hvis du løper i bane 1, går du videre til trinn 8.
- 6 Velg **Banenummer**.
- 7 Velg et banenummer.
- 8 Trykk på .
- 9 Løp rundt banen.
- 10 Når du har fullført aktiviteten, trykker du på  og velger .




Tips for registrering av et baneløp

Garmin® banedatabasen inneholder mer enn 10 000 baner fra hele verden.

- Vent til klokken har innhentet satellittsignaler før du starter på et baneløp.
- Hvis klokken ikke gjenkjenner banen, løper du fire runder for å kalibrere banedistansen. Du bør løpe litt forbi startpunktet for å fullføre runden.
- Løp hver runde i samme bane.
MERK: Standard Auto Lap® distanse er 1600 m eller fire runder rundt banen.
- Hvis du løper i en annen bane enn bane 1, angi du banenummeret i aktivitetsinnstillingene.





Kalibrer tredemøllekastansen

For å kunne registrere mer nøyaktige distanser i forbindelse med tredemølleløpingen din kan du kalibrere tredemøllekastansen etter at du har løpt minst 2,4 km (1,5 engelsk mil) på en tredemølle. Hvis du bruker forskjellige tredemøller, kan du kalibrere tredemøllekastansen manuelt for hver tredemølle eller etter hver løpeøkt.

- 1 Start en tredemølleaktivitet (*Starte en aktivitet, side 23*).
- 2 Løp på tredemøllen til klokken har registrert minst 2,4 km (1,5 engelsk mil).
- 3 Når du har fullført aktiviteten, trykker du på  for å stoppe aktivitetstidtakeren.
- 4 Velg et alternativ:
 - Velg  for å kalibrere tredemøllekastansen for første gang. Enheten ber om at du fullfører tredemøllekalibreringen.
 - Hvis du vil kalibrere tredemøllekastansen manuelt etter første gangs kalibrering, velger du **Kalibrer og lagre > **.
- 5 Se hvor langt du har løpt på tredemøllen, og angi distansen på klokka.

Sykling







Legge ut på tur

- 1 Trykk på .
- 2 Velg **Aktiviteter > Sykling > Sykkel**.
- 3 Gå ut, og vent mens klokken innhenter satellitter.
- 4 Trykk på  for å starte aktivitetstidtakeren. Klokken registrerer kun aktivitetsdata når aktivitetstidtakeren kjører.
- 5 Start aktiviteten.
- 6 Sveip oppover eller nedover for å bla gjennom dataskjermbilder.
- 7 Når du har fullført aktiviteten, trykker du på  og velger .

Svømming

Legg på svøm i et basseng

MERK: Berøringsskjermen er ikke tilgjengelig under svømmeaktiviteter.

- 1 Trykk på .
- 2 Velg **Basseng**.
- 3 Velg bassengstørrelsen, eller angi en egendefinert størrelse.
- 4 Trykk på  for å starte aktivitetstidtakeren.
- 5 Begynn å svømme.
- 6 Trykk på  etter hver bassenglengde.
- 7 Trykk på  for å stoppe aktivitetstidtakeren når du er ferdig med aktiviteten.
- 8 Velg et alternativ:
 - Hold inne  for å lagre aktiviteten.
 - Hold inne  for å forkaste aktiviteten.

Vintersport

Se skiturene dine





Klokka registrerer detaljene for hver tur med ski eller snøbrett gjennom funksjonen for automatisk tur. Denne funksjonen er slått på som standard for alpint og snøbrettkjøring. Den registrerer nye skiturer automatisk når du begynner å bevege deg nedover.

- 1 Start en ski- eller snøbrettaktivitet.
- 2 Dra til høyre.
- 3 Velg **Vis nedkjøringer**.
- 4 Sveip opp for å vise informasjon om siste tur, gjeldende tur og totalt antall turer.
Turen omfatter tid, tilbakelagt avstand, maksimal hastighet, gjennomsnittlig hastighet og total nedstigning.

Tilpasse aktiviteter og apper




Du kan tilpasse listen over aktiviteter og apper, dataskjermer, datafelt og andre innstillinger.

Tilpasse applisten

- 1 Trykk på .
- 2 Velg **Rediger**.
- 3 Velg **Legg til**, og velg én eller flere apper du vil legge til i applisten.
- 4 Velg et alternativ:
 - Hvis du vil endre posisjonen til en app i listen, velger du appen, blar opp eller ned for å flytte den, og trykker på  for å velge den nye posisjonen.
 - Hvis du vil fjerne en app fra listen, velger du appen og deretter .
- 5 Velg .



Tilpass listen over favorittaktiviteter

Listen over favorittaktiviteter gir deg rask tilgang til aktivitetene du bruker mest.

- 1 Trykk på .
- 2 Velg **Aktiviteter**.
Hvis du allerede har valgt favorittaktivitetene dine, vises de øverst på listen.
- 3 Velg **Rediger**.
- 4 Velg et alternativ:
 - Hvis du vil endre posisjonen til en aktivitet i listen, velger du aktiviteten, blar opp eller ned for å flytte den, og trykker på  for å velge den nye posisjonen.
 - Hvis du vil fjerne en favorittaktivitet, velger du aktiviteten og deretter .
 - Hvis du vil legge til en favorittaktivitet, velger du **Legg til**, og velger én eller flere aktiviteter.

Feste en favorittaktivitet til listen

Du kan feste opptil tre favorittaktiviteter øverst i listen over apper og aktiviteter.

- 1 Trykk på .
- 2 Velg **Aktiviteter** > **Rediger**.
- 3 Bla til en favorittaktivitet (*Tilpass listen over favorittaktiviteter, side 25*).
- 4 Velg  ved siden av favorittaktiviteten.

Neste gang du åpner listen over apper og aktiviteter, vises den festede aktiviteten øverst i listen.

Aktivitetsinnstillinger

Med disse innstillingene kan du tilpasse hver forhåndslestede aktivitet etter dine behov. Du kan for eksempel tilpasse dataskjermbilder og aktivere varsler og treningsfunksjoner. Ikke alle innstillinger er tilgjengelige for alle aktivitetstyper. Noen aktivitetstyper har egne innstillingslister.

Trykk på  på urskiven, velg **Aktiviteter**, bla ned og velg aktivitetsinnstillingene.

Varsler: Angir trenings- eller navigasjonsvarsler for aktiviteten (*Aktivitetsvarsler, side 26*).

Auto Lap: Angir alternativene for Auto Lap® funksjonen for å markere runder automatisk. Alternativet **Etter distanse** markerer runder ved en bestemt avstand. Når du fullfører en runde, vises en varselmelding om egendefinerbar runde. Denne funksjonen er nyttig når du vil sammenligne ytelsen din over ulike deler av en aktivitet.

Auto Pause: Angir alternativene for Auto Pause® funksjonen slik at den slutter å registrere data når du slutter å bevege deg, eller når hastigheten faller under en bestemt verdi. Denne funksjonen er nyttig hvis aktiviteten omfatter trafikklys eller andre steder der du må stoppe.

Automatisk løp: Registrerer ski- eller snøbrettaktiviteter automatisk ved hjelp av den innebygde akselerasjonsmåleren (*Se skiturene dine, side 25*).

Bla automatisk: Blar automatisk gjennom alle aktivitetsdataskjermbildene mens aktivitetstidtakeren er i gang.

Rediger vekt: Ber deg om å legge til vekten som brukes til et sett kondisjonstrening.

Hoppemodus: Angir målet for hoppetauaktiviteten som en bestemt tid, antall repetisjoner eller åpent.

Banenummer: Angir ditt banenummer for baneløping.

Runder: Konfigurerer innstillingene for alternativene **Auto Lap**, **Rundetast** og **Rundevarsling**.

Rundevarsling: Angir datafeltene som skal vises for runder.

Rundetast: Aktiverer knappen  for å registrere en runde eller hvile under en aktivitet.

Gi nytt navn: Angir aktivitetsnavnet.

Gjenopprett standardinnstillinger: Tilbakestiller aktivitetsinnstillingene.

Berøringslås: Gjør det mulig å sveipe nedover fra toppen av skjermen for å låse opp berøringsskjermen.

Aktivitetsvarsler

Du kan angi varsler for hver aktivitet, slik at du får hjelp til å trene mot spesifikke mål, for å gjøre deg mer bevisst på omgivelsene, og for å navigere til destinasjonen. Enkelte varsler er bare tilgjengelige for spesifikke aktiviteter. Det finnes tre typer varsler: hendelsesvarsler, områdevarsler og regelmessige varsler.

Hendelsesvarsel: Et hendelsesvarsel varsler deg én gang. Hendelsen er en bestemt verdi. Du kan for eksempel angi at klokken skal varsle deg når du har forbrent et bestemt antall kalorier.


Områdevarsel: Et områdevarsel varsler deg hver gang klokken er over eller under et angitt verdiområde. Du kan for eksempel angi at klokken skal varsle deg når du overskrider en viss hastighet under en sykkelaktivitet.

Regelmessig varsel: Et regelmessig varsel varsler deg hver gang klokken registrerer en bestemt verdi eller et bestemt intervall. Du kan for eksempel angi at klokken skal varsle deg hvert 30. minutt.

Varselnavn	Varseltype	Beskrivelse
Skrittfrekvens	Rekkevidde	Du kan angi minimums- og maksimumsverdier for kadens.
Kalorier	Hendelse, regelmessig	Du kan angi antall kalorier.
Avstand	Hendelse, regelmessig	Du kan angi et avstandsintervall.
Tempo	Rekkevidde	Du kan angi minimums- og maksimumsverdier for tempo.
Nærhet	Hendelse	Du kan angi en radius fra en lagret posisjon.
Løpe/gå	Regelmessig	Du kan angi tidsinnstilte gåpauser ved regelmessige intervaller.
Hastighet	Rekkevidde	Du kan angi minimums- og maksimumsverdier for hastighet.
Tempo for tak	Rekkevidde	Du kan angi lavt eller høyt antall tak per minutt.

Varselnavn	Varseltype	Beskrivelse
Tid	Hendelse, regelmessig	Du kan angi et tidsintervall.
Banetidtager	Regelmessig	Du kan angi et intervall for springstid i sekunder.

Angi et varsel

- 1 Trykk på .
- 2 Velg **Aktiviteter**, og velg en aktivitet.
MERK: Denne funksjonen er ikke tilgjengelig for alle aktiviteter.
- 3 Bla ned, og velg aktivitetsinnstillingene.
- 4 Velg **Varsler**.
- 5 Velg et alternativ:
 - Velg **Legg til ny** for å legge til et nytt varsel for aktiviteten.
 - Velg varselnavnet for å redigere et eksisterende varsel.
- 6 Velg eventuelt typen varsel.
- 7 Velg en sone, angi verdier for minimum og maksimum, eller angi en tilpasset verdi for varselet.
- 8 Slå på varselet om nødvendig.

For hendelsesvarsler og regelmessige varsler vises en melding hver gang du når verdien for varselet. For områdevarsler vises en melding hver gang du går over eller under området som er angitt (verdiene for minimum og maksimum).

Historikk



Historikk omfatter tid, avstand, gjennomsnittlig tempo eller hastighet og rundedata.

MERK: Når enhetsminnet er fullt, blir de eldste dataene overskrevet.

Bruke historikk

Historikk inneholder lagrede aktivitetsdata, rekorder og totaler.


Klokken har en historikkoversikt som gir deg rask tilgang til aktivitetsdataene dine ([Oversikter, side 12](#)).

- 1 Trykk på .
- 2 Velg **Historikk**.
Et stolpediagram med de nylige aktivitetene dine vises.
- 3 Sveip til venstre for å vise alternativer.
- 4 Velg et alternativ:
 - Velg **Grafalternativer** for å endre tidsperioden til stolpediagrammet.
 - Hvis du vil vise dine personlige rekorder sortert etter sport, velger du **Rekorder** ([Personlige rekorder, side 28](#)).
 - Velg **Totalverdier** for å vise ukentlige eller månedlige totaler ([Vis totalverdier for data, side 29](#)).
- 5 Trykk på  for å gå tilbake til stolpediagrammet.
- 6 Bla nedover for å se aktivitetshistorikken din.
- 7 Velg en aktivitet.
- 8 Sveip til venstre for å vise alternativer.

Personlige rekorder



Når du har fullført en aktivitet, viser klokka eventuelle nye personlige rekorder som du oppnådde under aktiviteten. Personlige rekorder viser raskest tid over flere typiske løpslengder, høyeste aktivitetsvekt for store bevegelser og lengste løp, sykkeltur eller svømmetur.

Vise personlige rekorder

- 1 Trykk på .
- 2 Velg **Historikk**.
- 3 Sveip til venstre for å vise alternativer.
- 4 Velg **Rekorder**.
- 5 Velg en sport.
- 6 Velg en rekord.
- 7 Velg **Vis post**.


Gjenopprette en personlig rekord

Du kan tilbakestille personlige rekorder til en tidligere registrert rekord.

- 1 Trykk på .
- 2 Velg **Historikk**.
- 3 Sveip til venstre for å vise alternativer.
- 4 Velg **Rekorder**.
- 5 Velg en sport.
- 6 Velg rekorden du vil gjenopprette.
- 7 Velg **Forrige** > .

MERK: Dette sletter ingen lagrede aktiviteter.

Slette personlige rekorder

- 1 Trykk på .
- 2 Velg **Historikk**.
- 3 Sveip til venstre for å vise alternativer.
- 4 Velg **Rekorder**.
- 5 Velg en sport.


6 Velg et alternativ:

- Velg en rekord og deretter **Slett post** > ✓ for å slette én rekord.
- Velg **Slett alle rekorder** > ✓ for å slette alle rekorder for sporten.

MERK: Dette sletter ingen lagrede aktiviteter.

Vis totalverdier for data



Du kan vise den samlede informasjonen om avstand og tid som er lagret på klokken.

- 1 Trykk på .
- 2 Velg **Historikk**.
- 3 Sveip til venstre for å vise alternativer.
- 4 Velg **Totalverdier**.
- 5 Velg en aktivitet.
- 6 Velg et alternativ for å vise ukentlige eller månedlige totaler.


Klokker

Still inn en alarm





Du kan angi flere alarmer.

- 1 Trykk på .
- 2 Velg **Klokker > Alarmer**.
- 3 Velg et alternativ:
 - Hvis du skal angi og lagre en alarm for første gang, taster du inn alarmtiden.
 - Hvis du skal angi og lagre flere alarmer, velger du **Legg til alarm**, og deretter taster du inn alarmtiden.
- 4 Bla nedover for å se flere alternativer.
- 5 Velg .


Redigere en alarm

- 1 Trykk på .
- 2 Velg **Klokker > Alarmer**.
- 3 Velg en alarm.
- 4 Velg et alternativ:
 - Hvis du vil slå alarmen av eller på, velger du **Status**.
 - Hvis du vil endre alarmtiden, velger du **Tid**.
 - Hvis du vil angi at alarmen skal gjentas regelmessig, velger du **Gjentakelse** og deretter når alarmen skal gjentas.
 - Hvis du vil velge typen alarmvarsel, velger du **Lyd og vibrasjon**.
 - Hvis du vil velge en beskrivelse av alarmen, velger du **Merke**.
 - Hvis du vil velge et ikon for alarmen, velger du **Ikon**.
 - Hvis du vil slette alarmen, velger du **Slett**.

Bruke nedtellingstidtakeren




- 1 Trykk på .
- 2 Velg **Klokker > Tidtakere**.
- 3 Hvis du aldri har lagret en tidtaker, velger du en tidtaker eller angir en egendefinert tidtaker.
- 4 Hvis du tidligere har lagret en tidtaker, velger du et alternativ:
 - Hvis du vil stille inn en ny tidtaker uten å lagre den, må du velge **Hurtigtidtaker** og angi tiden.
 - Hvis du vil stille inn og lagre en ny nedtellingstidtaker, velger du **Rediger > Legg til tidtaker** og angir tiden.
 - Velg den lagrede tidtakeren for å angi en lagret nedtellingstidtaker.
- 5 Trykk på  for å starte tidtakeren.
- 6 Velg eventuelt et alternativ:
 - Velg  for å stoppe tidtakeren med den gjenstående tiden.
 - Velg  for å starte tidtakeren på nytt.
 - Sveip mot venstre og velg **Avbryt tidtaker** for å stoppe tidtakeren og tilbakestille den.
 - Sveip mot venstre og velg **Lagre tidtaker** for å lagre tidtakeren.
 - Sveip mot venstre og velg **Automatisk omstart** for å starte tidtakeren på nytt automatisk når den utløper.
 - Sveip mot venstre og velg **Lyd og vibrasjon** for å tilpasse tidtakervarselet.

Slette en nedtelling

- 1 Trykk på .
- 2 Velg **Klokker > Tidtakere > Rediger**.
- 3 Velg en tidtaker.
- 4 Velg **Slett**.



Bruke stoppeklokken

- 1 Trykk på .
- 2 Velg **Klokker > Stoppeklokke**.


- Trykk på  for å starte tidtakeren.
- Trykk på  for å starte rundetidtakeren  på nytt.




Den totale stoppeklokketiden  fortsetter å gå.

- Trykk på  for å stoppe begge tidtakerne.
- Velg et alternativ:
 - Velg  for å tilbakestille begge tidtakerne.
 - Sveip til venstre og velg **Lagre aktivitet** for å lagre stoppeklokketiden som en aktivitet.
 - Sveip til venstre og velg **Rundetast** for å aktivere eller deaktivere runderegistrering.

Legge til en nedtellingshendelse

- Trykk på .
- Velg **Klokker > Nedtellinger > Legg til**.
- Angi et navn.
- Velg år, måned og dag.
- Velg et alternativ:
 - Velg **Hele dagen**.
 - Velg **Bestemt tidspunkt**, og angi en tid.
- Velg et ikon.

Redigere en nedtellingshendelse

- Trykk på .
- Velg **Klokker > Nedtellinger**.
- Velg en nedtellingshendelse.
- Sveip til venstre og velg **Angi som favoritt** for å vise nedtellingshendelsen i oversiktslisten (valgfritt).
- Sveip til venstre og velg **Rediger nedtelling**.
- Velg et alternativ som skal redigeres:
 - Velg **Navn** for å gi hendelsen et nytt navn.
 - Velg **Dato** for å endre datoen.
 - Velg **Tid** for å endre klokkeslettet.
 - Velg **Type** for å endre hendelsestypen.
 - Velg **Forkortelse** for å legge til et forkortet navn på hendelsen.
 - Velg **Påminnelser** for å legge til påminnelser om hendelsen.
 - Velg **Gjenta årlig** for å gjenta hendelsen hvert år.
 - Velg **Slett nedtelling** for å fjerne hendelsen.

Varselsinnstillinger


Trykk på  på urskiven, og velg **Innstillinger > Varsler**.

Anrop: Angir ringetone og vibrasjoner for varsler om innkommende anrop (*Tilpasse anropsvarsler, side 32*).


Tekstmeldinger: Angir tone og vibrasjoner for innkommende tekstsvarsler (*Tilpasse meldingsvarsler, side 32*).

Tid: Angir tidsvarsler (*Angi tidsvarsler, side 32*).


Tilpasse anropsvarsler

- 1 Trykk på .
- 2 Velg **Innstillinger > Varsler > Anrop**.
- 3 Velg et alternativ:
 - Hvis du vil tilpasse ringetonen for innkommende anrop, velger du **Ringetone**.
 - Hvis du vil tilpasse vibrasjonsmønsteret for innkommende anrop, velger du **Vibrasjonsalternativer**.

Tilpasse meldingsvarsler

- 1 Trykk på .
- 2 Velg **Innstillinger > Varsler > Tekstmeldinger**.
- 3 Velg et alternativ:
 - Hvis du vil tilpasse ringetonen for innkommende tekst-, tale- eller emoji-meldinger, velger du **Ringetone**.
 - Hvis du vil slå vibrasjoner av eller på for innkommende tekst-, tale- eller emoji-meldinger, velger du **Vibrasjon**.
 - Hvis du vil tilpasse vibrasjonsmønsteret for innkommende tekst-, tale- eller emoji-meldinger, velger du **Vibrasjonsalternativer**.

Angi tidsvarsler

- 1 Trykk på .
- 2 Velg **Innstillinger > Varsler > Tid**.
- 3 Velg et alternativ:
 - Velg **Til solnedgang > Status > På**, velg **Tid**, og angi tidspunkt for et varsel som utløses et bestemt antall minutter eller timer før solnedgangen finner sted.
 - Velg **Til soloppgang > Status > På**, velg **Tid**, og angi tidspunkt for et varsel som utløses et bestemt antall minutter eller timer før soloppgangen finner sted.
 - Velg **Hver time > På** for å få et varsel hver time.

Lyd og vibrasjon-innstillinger

Trykk på  på urskiven, og velg **Innstillinger** > **Lyd og vibrasjon**.

Volum: Demper alle lyder eller justerer høyttalervolumet.

Varseltoner: Spiller av en tone når det kommer varsler.

Ringetone: Spiller av en tone når du trykker på en knapp.

Vibrasjon: Angir klokkevibrasjoner for klokken, varsler og knappetrykk.

Innstillinger for skjerm og lysstyrke

Hold inne  på urskiven, og velg **Innstillinger > Skjerm og lysstyrke**.

: Angir lysstyrken for skjermen.

Tema: Angir fargetemaet for klokkeskjermen.

Tekststr.: Justerer størrelsen på teksten på skjermen.

Rødt lys: Endrer fargene på skjermen til nyanser av rødt, grønt og oransje, slik at du kan bruke klokken i dårlige lysforhold og bevare sikten om natten.

Håndbevegelse: Slår på skjermen når du løfter og vrir armen for å se på håndleddet.

Tidsavbrudd: Angir hvor lang tid det tar før skjermen slås av.

Berøringslås: Låser skjermen for å forhindre at du trykker på knapper utilsiktet. Hvis du slår på dette alternativet, må du sveipe ned fra toppen av skjermen for å låse opp berøringsskjermen.

Musikk

På en Bounce™ 2 klokke kan du laste ned lydinnhold til klokken fra en tredjepartsleverandør. Hvis du vil lytte til lydinnhold som er lagret på klokka, kan du koble til Bluetooth® hodetelefoner. Du kan også lytte til lydinnhold via høyttaleren på klokka.

Konfigurere musikk på klokken

- 1 Aktiver musikk i Garmin Jr.™ appinnstillingene (*Aktivere musikk fra Garmin Jr.™ appen, side 35*).
- 2 Velg en musikkleverandør fra barnets innstillinger i Garmin Jr. appen (*Velge en musikkleverandør i Garmin Jr.™ appen, side 35*).

Aktivere musikk fra Garmin Jr.™ appen

Gå til Garmin Jr. appen, og velg **••• > App settings > Music**.

Velge en musikkleverandør i Garmin Jr.™ appen


Før du velger en musikkleverandør må du aktivere musikk i Garmin Jr. appinnstillingene (*Aktivere musikk fra Garmin Jr.™ appen, side 35*).

- 1 Gå til Garmin Jr. appen, og velg **Home**.
- 2 Velg barnet ditt.
- 3 Velg **Settings > Music > Amazon Music > Connect to Amazon Music > AllowInstall**.
- 4 Følg instruksjonene på skjermen.

Musikkleverandøren er tilgjengelig på Bounce™ 2 klokken etter at den er synkronisert med Garmin Jr. appen (*Lytt til musikk, side 35*).


Koble til Bluetooth® hodetelefoner

Hvis du vil lytte til musikk som er lastet inn på Bounce™ 2 klokken, kan du koble til Bluetooth hodetelefonene eller bruke den interne høyttaleren på klokken.

- 1 Hold hodetelefonene innenfor 2 m av klokka.
- 2 Aktiver parkoblingsmodus på hodetelefonene.
- 3 Trykk på .
- 4 Velg **Musikk**.
- 5 Velg en musikkleverandør, og velg en spilleliste.
- 6 Velg **••• > ⚙ > Lydutgang > Legg til ny**.
- 7 Velg hodetelefonene.

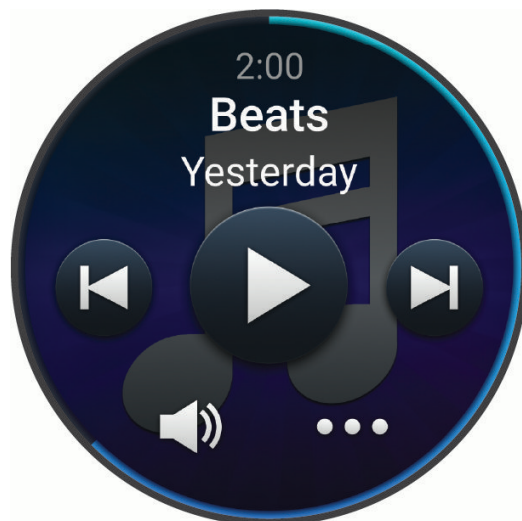
Lytt til musikk

Før du lytter til musikk på klokken, må en forelder eller foresatt aktivere musikk og legge til en leverandør (*Konfigurere musikk på klokken, side 35*).

- 1 Koble til Bluetooth® hodetelefonene dine om nødvendig (*Koble til Bluetooth® hodetelefoner, side 35*).
- 2 Åpne musikkkontrollene.
- 3 Velg en spilleliste.
- 4 Velg .

Kontroller for musikkavspilling

MERK: Du kan sveipe til venstre for å vise musikkavspillingskontrollene under en aktivitet. Kontrollene for musikkavspilling kan se annerledes ut, avhengig av den valgte musikkilden.



...	Velg for å vise flere kontroller for musikkavspilling.
🔊	Velg for å justere volumet.
▶	Velg for å spille av og sette den gjeldende lydfilen på pause.
▶	Velg for å hoppe til neste lydfile i spillelisten. Hold inne for å spole gjennom den gjeldende lydfilen.
◀	Velg for å starte den gjeldende lydfilen på nytt. Velg to ganger for å hoppe til den forrige lydfilen i spillelisten. Hold inne for å spole tilbake gjennom den gjeldende lydfilen.
🔄	Velg for å endre repetisjonsmodusen.
🔀	Velg for å endre blandemodusen.

Systeminnstillinger

Trykk på  på urskiven, og velg **Innstillinger** > **System**.

Snarveier: Tilordner snarveier til knapper (*Tilpasse knappesnarveier, side 37*).

Tid: Justerer tidsinnstillingene.

Enheter: Angir måleenhetene (*Endre måleenhetene, side 37*).

Ikke forstyr: Slår på Ikke forstyr-modus for å dempe skjermen og deaktivere varsler og meldinger (*Bruke Ikke forstyr-modusen, side 16*).

Flymodus: Aktiverer flymodus, som slår av all trådløs kommunikasjon.

Programvareoppdatering: Installerer nedlastede programvareoppdateringer, slår på automatiske oppdateringer og lar deg se etter oppdateringer manuelt (*Produktoppdateringer, side 40*).

Om: Viser informasjon om enhet, programvare, lisens og forskrifter (*Vise enhetsinformasjon, side 39*).

Innstillinger for dato og klokkeslett


Trykk på  på urskiven, og velg **Innstillinger** > **System** > **Tid**.

Tidsformat: Angir om klokken skal vise tiden i 12- eller 24-timers format.

Datoformat: Angir visningsrekkefølgen for dag, måned og år i datoer.


Endre måleenhetene

Du kan tilpasse måleenheter for avstand og temperatur.

- 1 Trykk på .
- 2 Velg **Innstillinger** > **System** > **Enheter**.
- 3 Velg en målingstype.
- 4 Velg en måleenhet.

Tilpasse knappesnarveier

Du kan tilpasse holdefunksjonen på individuelle knapper og knappkombinasjoner.

- 1 Trykk på .
- 2 Velg **Innstillinger** > **System** > **Snarveier**.
- 3 Velg en knapp eller en knappkombinasjon som skal tilpasses.
- 4 Velg en funksjon.

Informasjon om enheten

Om AMOLED-skjermen

Som standard er klokkeinnstillingene optimalisert for batteritid og ytelse (*Maksimere batterilevetiden, side 42*). Bildevarighet eller fastlåste bilder er vanlig på AMOLED-enheter. Hvis du vil forlenge skjermens levetid, bør du unngå å vise statiske bilder med høye lysstyrkenivåer over lengre perioder. Bounce™ 2-skjermen slås av etter det valgte tidsavbruddet for å redusere fastlåste bilder (*Innstillinger for skjerm og lysstyrke, side 34*). Du kan vri håndleddet mot kroppen din, trykke på berøringsskjermen eller trykke på en knapp for å aktivere klokken.

Lading av klokke

⚠ ADVARSEL!

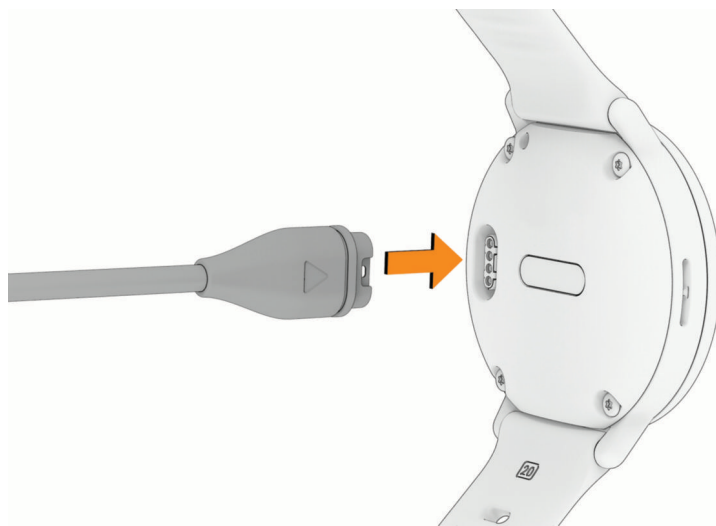
Denne enheten inneholder et litiumionbatteri. Se veiledningen *Viktig sikkerhets- og produktinformasjon* i produktesken for å lese advarsler angående produktet og annen viktig informasjon.

LES DETTE

Tørk godt av og rengjør kontaktene og området rundt før du lader enheten eller kobler den til en datamaskin. På denne måten kan du forhindre korrosjon. Se rengjøringsinstruksjonene.

Klokken leveres med en egen ladekabel. Gå til buy.garmin.com eller kontakt Garmin® forhandleren din for å skaffe deg ekstrautstyr og reservedeler.

1 Koble kablen (▲-enden) til ladeporten på klokken din.



2 Koble den andre enden av kablen til en USB-C® datamaskinport eller strømadapter (med en minste effekt på 5 W).

Klokken viser batteriets gjeldende lade nivå.

3 Koble fra klokken når batteriets lade nivå har nådd 100 %.

Spesifikasjoner

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

¹ Enheten tåler trykk som tilsvarer en dybde på 50 m. Du finner mer informasjon på www.garmin.com/waterrating.

Batteriinformasjon

Den faktiske batteribrukstiden avhenger av hvilke funksjoner som er aktivert på klokken, for eksempel varslinger, GPS og musikk. Den anslåtte batteribrukstiden er opptil 2 dager.


Vise enhetsinformasjon

Du kan vise enhetsinformasjon, for eksempel enhets-ID-en, programvareversjonen, informasjon om forskrifter og lisensavtalen.

- 1 Trykk på .
- 2 Velg **Innstillinger > System > Om**.

Vise informasjon om forskrifter og samsvar fra den elektroniske etiketten

Etiketten for denne enheten er tilgjengelig elektronisk. E-etiketten kan gi informasjon om forskrifter, slik som ID-numre fra FCC eller regional samsvarsmerking, samt aktuelt produkt- og lisensinformasjon.

- 1 Trykk på .
- 2 Gå til menyen for innstillinger, og velg **System**.
- 3 Velg **Om**.

Enhetsvedlikehold

LES DETTE

Ikke bruk en skarp gjenstand til å rengjøre enheten.

Du må aldri trykke på skjermen med en hard eller skarp gjenstand, da dette kan skade skjermen.

Ikke utsett mikrofonen eller høyttaleråpningene for solkrem eller andre kjemikalier. Hvis du gjør det, kan mikrofonen og høyttaleren bli tette eller negativt påvirket på andre måter og få redusert ytelse.

Unngå kjemiske rengjøringsmidler, løsemidler og insektsmidler som kan skade plastdeler og lakker.

Skyll enheten godt med ferskvann hvis den er blitt utsatt for klor, saltvann, solkrem, kosmetikk, alkohol eller andre sterke kjemikalier. Dekselet kan bli skadet dersom det utsettes for disse stoffene over lengre tid.

Unngå kraftige slag og hard behandling. Dette kan redusere produktets levetid.

Ikke oppbevar enheten på et sted der den kan bli utsatt for ekstreme temperaturer over lengre tid. Dette kan føre til permanent skade.

Rengjøre klokken

FORSIKTIG

Enkelte brukere kan oppleve hudirritasjon etter å ha brukt klokken over en lengre periode, spesielt hvis brukeren har sensitiv hud eller allergier. Hvis du opplever hudirritasjon, må du ta av deg klokken og gi huden tid til å leges. Sørg for at du holder klokken ren og tørr, og at du ikke strammer klokken for hardt på håndleddet, for å unngå hudirritasjon.

TIPS: Du finner mer informasjon på www.garmin.com/fitandcare.

- 1 Skyll med vann, eller bruk en fuktig, lofri klut.
- 2 La klokken tørke helt.

Rembytte

Den justerbare remmen er laget for å passe barn fra 6 år. Klokken er kompatibel med 20 mm remmer. Kontakt Garmin® kundestøtten for å få informasjon om reservedeler.

Feilsøking

Produktoppdateringer

Enheten søker automatisk etter oppdateringer når den er parkoblet med en telefon med Bluetooth® teknologi, eller når den er koblet til Wi-Fi®. Du kan søke etter oppdateringer manuelt i systeminnstillingene (*Systeminnstillinger, side 37*). Installer Garmin Express™ (garmin.com/express) på datamaskinen din. Åpne Garmin Jr.™ appen på telefonen.

Appen gir Garmin® enheter enkel tilgang til disse tjenestene:

- Programvareoppdateringer
- Dataopplastinger til Garmin Jr. appen på telefonen din
- Produktregistrering





Få mer informasjon

Du finner mer informasjon om dette produktet på webområdet for Garmin®.

- Gå til support.garmin.com for å finne flere brukerveiledninger, artikler og programvareoppdateringer.
- Gå til buy.garmin.com eller kontakt Garmin forhandleren din for å få informasjon om tilbehør og reservedeler.

Starte klokken på nytt

Hvis klokken slutter å reagere, må du kanskje starte den på nytt. Dette sletter ikke noen av dataene dine.

- 1 Hold inne  til  vises på klokken.
Du må fortsette å holde inne  for å unngå å sende et assistansevarsel (i ca. 10 sekunder).
 - 2 Slipp .
- Klokken starter på nytt.

Tilbakestille alle standardinnstillinger fra Garmin Jr.™ appen

Du kan gjenopprette alle klokkeinnstillingene til standardinnstillingene.

Når klokken tilbakestilles, slettes også alle data, for eksempel aktiviteter. Du bør synkronisere klokken din med Garmin Jr. appen for å laste opp aktivitetsdataene før du tilbakestiller klokken.

- 1 Gå til Garmin Jr. appen, og velg **Home**.
- 2 Velg barnet ditt.
- 3 Velg **Settings > Device details > Remotely reset Bounce 2 > Reset now > Reset**.

Tilbakestille alle standardinnstillinger fra klokken

Før du tilbakestiller alle standardinnstillingene, bør du synkronisere klokken med Garmin Jr.™ appen for å laste opp aktivitetsdataene dine.

Du kan gjenopprette alle klokkeinnstillingene til standardinnstillingene.

- 1 Trykk på .
- 2 Velg **Innstillinger > System > Diagnostikk > Nullstill**.
- 3 Velg et alternativ:
 - Hvis du vil gjenopprette alle klokkeinnstillingene til standardinnstillingene og lagre all brukerangitt informasjon og aktivitetshistorikk, må du velge **Gjenopprette standardinnstillingene**.
 - Hvis du vil gjenopprette alle klokkeinnstillinger til standardinnstillingene og slette all brukerangitt informasjon og aktivitetshistorikk, må du velge **Slett data og gjenoppsett standardinnstillinger**.
 - Hvis du vil slette alle midlertidige filer fra klokken, velg du **Slett midlertidige filer**.

Er telefonen kompatibel med klokken min?

Klokken Bounce™ 2 er kompatibel med telefoner med Bluetooth teknologi.

Gå til www.garmin.com/ble-jr for å se informasjon om kompatibilitet med Bluetooth.

Gå til for informasjon om kompatibilitet med talefunksjonalitet.

Klokken min bruker feil språk

Du må endre klokkespråket i Garmin Jr.™ appen.

- 1 Gå til Garmin Jr. appen, trykk på **Home**, velg barnet ditt og trykk deretter på **Settings > Language**.


2 Velg språk.

3 Velg ✓.

Klokkespråket oppdateres neste gang klokken synkroniseres med Garmin Jr. appen.

Telefonen min kobler seg ikke til klokken

Hvis telefonen ikke kobler seg til klokken, kan du forsøke disse tipsene.

- Slå telefonen og klokken av og på.
- Aktiver Bluetooth® teknologi på telefonen.
- Oppdater Garmin Jr.™ appen til den nyeste versjonen.
- Fjern klokken fra Garmin Jr. appen og Bluetooth innstillingene på telefonen for å parkoble den på nytt.
- Hvis du har kjøpt en ny telefon, fjerner du klokken fra Garmin Jr. appen på telefonen du vil slutte å bruke.
- Hold telefonen innenfor 10 m (33 fot) unna klokken.
- Åpne Garmin Jr. appen på telefonen din, og velg ●●● > **Garmin-enheter** > **Legg til enhet** for å aktivere parkoblingsmodus.
- Trykk på  på urskiven, og velg **Innstillinger** > **Synkroniser og parkoble** > **Parkoble**.

Hvordan parkobler jeg en annen klokke med Garmin Jr.™ appen?

Hvis du allerede har parkoblet en klokke med Garmin Jr. appen, kan du legge til et nytt barn og en ny klokke fra barnemenyen. Du kan parkoble opptil åtte klokker.

Du må fjerne en klokke fra et barn før du legger til en ny klokke for det barnet.

1 Åpne Garmin Jr. appen.

2 Trykk på **Home** > **+** > **Add a new child or device**.

3 Velg et alternativ:

- Hvis du skal legge til en ny klokke for et eksisterende barn, velger du barnet.
- Hvis du skal legge til en ny klokke for et nytt barn, velger du **New kid**.


4 Følg instruksjonene på skjermen.

Kan barnet mitt sende meldinger til andre barn?

Andre barn må være lagt til som kontakter i Garmin Jr.™-appen ([Legge til meldingskontakter, side 9](#)).

Klokken min viser ikke riktig klokkeslett

Dato og klokkeslett oppdateres når klokken synkroniseres med en parkoblet telefon, eller når klokken henter GPS-signaler. Du bør synkronisere klokken når du reiser til en annen tidssone, slik at den viser riktig klokkeslett. Dette gjelder også for sommertid.

- Trykk på , og velg **Innstillinger** > **Synkroniser og parkoble** > **Synkronisering**. Klokkeslettet på klokken og telefonen synkroniseres automatisk.
- Gå til et åpent område utendørs med fri sikt mot himmelen, start en aktivitet og vent mens klokken henter satellittsignalene.

Finne en mistet klokke


Du kan bruke denne funksjonen til å finne en mistet Bounce™ 2 klokke som er innenfor rekkevidden til en parkoblet telefon.

TIPS: Hvis du ikke finner klokken i nærheten, kan du prøve å vise gjeldende posisjon for klokken ([Vise barnets gjeldende posisjon, side 18](#)).


1 Gå til Garmin Jr.™ appen, og velg **Home**.

2 Velg barnet ditt, og velg deretter **Settings** > **Find my watch**.

Telefonen begynner å lete etter den parkoblede Bounce 2 klokken. Klokken vibrerer, og den piper også hvis lydvarsler er slått på ([Lyd og vibrasjon-innstillinger, side 33](#)).

3 Trykk på  på klokken for å stanse letingen.

Hvordan angrer jeg et trykk på rundeknappen?

Det kan hende at du trykker på rundeknappen under en aktivitet ved et uhell. I de fleste tilfeller vises  på skjermen ved siden av en knapp, og du har noen sekunder på deg på å trykke på knappen og forkaste den nyeste runden. Angrer på runde-funksjonen er tilgjengelig under aktiviteter som støtter manuelle runder,

for eksempel løping og gåing. Angre på runde-funksjonen er ikke tilgjengelig under aktiviteter som utløser automatiske runder, løp, hvileperioder eller pauser, for eksempel ski og bassengsvømming.

Aktivitetmåling

Hvis du vil ha mer informasjon om nøyaktigheten til aktivitetmåling, kan du gå til garmin.com/ataccuracy.

Antallet skritt virker unøyaktig

Hvis antallet skritt virker unøyaktig, kan du prøve følgende.

- Gå til garmin.com/ataccuracy.
- Ha på deg klokken på håndleddet til hånden du bruker minst.
- La klokken ligge i en lomme når du bare bruker hendene eller armene aktivt.

MERK: Klokken kan tolke enkelte repetitive bevegelser, for eksempel når du klapper i hendene eller pusser tennene, som skritt.

Maksimere batterilevetiden

Det finnes flere ting du kan gjøre for å øke batterilevetiden.

- Justere lysstyrke og tidsavbrudd for skjermen (*Innstillinger for skjerm og lysstyrke, side 34*).
- Slå av håndleddsbevegelser (*Innstillinger for skjerm og lysstyrke, side 34*).
- Redusere vibrasjonsnivået (*Lyd og vibrasjon-innstillinger, side 33*).

Innhente satellittsignaler

Det kan hende klokken må ha klar sikt til himmelen for å innhente satellittsignaler.

- 1 Gå utendørs til et åpent område.
Forsiden av klokken må peke mot himmelen.
- 2 Vent mens klokken finner satellittene.
Det kan ta 30 til 60 sekunder å lokalisere satellittsignaler.

support.garmin.com

© 2025 Garmin Ltd. eller tilhørende datterselskaper

Garmin®, Garmin-logoen, Auto Lap® og Auto Pause® er varemerker for Garmin Ltd. eller tilhørende datterselskaper, registrert i USA og andre land. Bounce™, Connect IQ™, Garmin Connect™, Garmin Express™ og Garmin Jr.™ er varemerker for Garmin Ltd. eller tilhørende datterselskaper. Disse varemerkene kan ikke brukes uten uttrykkelig tillatelse fra Garmin.

Bluetooth® navnet og logoene eies av Bluetooth SIG, Inc., og enhver bruk som Garmin gjør av disse, er underlagt lisens. USB-C® er et registrert varemerke for USB Implementers Forum. Wi-Fi® er et registrert merke for Wi-Fi Alliance Corporation. Andre varemerker og varenavn tilhører sine respektive eiere.

M/N: A05001