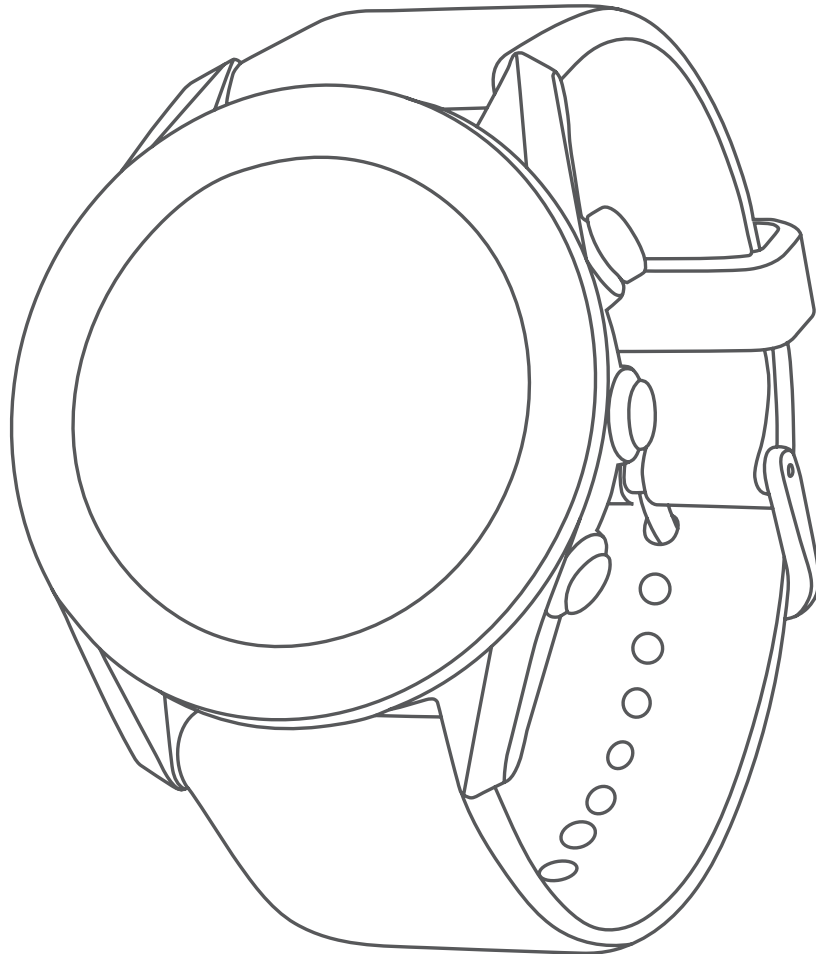


GARMIN®



# APPROACH® S60

---

Brugervejledning

© 2017 Garmin Ltd. eller dets datterselskaber

Alle rettigheder forbeholdes. I henhold til lovgivningen om ophavsret må denne vejledning ikke kopieres, helt eller delvist, uden skriftligt samtykke fra Garmin. Garmin forbeholder sig retten til at ændre eller forbedre sine produkter og til at ændre indholdet af denne vejledning uden at være forpligtet til at varsle sådanne ændringer og forbedringer til personer eller organisationer. Gå til [www.garmin.com](http://www.garmin.com) for at finde aktuelle opdateringer og supplerende oplysninger om brugen af dette produkt.

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

Android™ er et varemærke tilhørende Google Inc. Apple®, og Mac® er varemærker tilhørende Apple Inc., der er registreret i USA og andre lande. Navnet Bluetooth® og de tilhørende logoer ejes af Bluetooth SIG, Inc., og enhver brug deraf af Garmin foregår på licens. Handicap Index® og Slope Rating® er registrerede varemærker tilhørende United States Golf Association. Windows® er et registreret varemærke tilhørende Microsoft Corporation i USA og andre lande. Rettighederne til øvrige varemærker og handelsnavne tilhører de respektive ejere.

Dette produkt er ANT+® certificeret. Gå til [www.thisisant.com/directory](http://www.thisisant.com/directory), hvis du vil have en liste over kompatible produkter og apps.

M/N: A03116

# Indholdsfortegnelse

<b>Indholdsfortegnelse</b> .....	<b>1</b>
<b>Introduktion</b> .....	<b>1</b>
Oversigt over enheden .....	1
Parring med din smartphone .....	1
Opladning af enheden .....	1
Tip til opladning af din enhed .....	1
Visning af menuen Styring .....	1
Produktopdateringer .....	1
Opsætning af Garmin Express .....	1
<b>Garmin Golf™ app</b> .....	<b>2</b>
<b>Sådan spiller du golf</b> .....	<b>2</b>
Visning af hul .....	2
Visning af PlaysLike distance .....	2
Visning af greenen .....	2
Visning af retningen til flaget .....	2
Visning af Layup- og Dogleg-afstande og Gemte positioner .....	2
Sådan gemmer du en position .....	2
Måling af distance ved hjælp af Touch Targeting .....	2
Måling af et slag med funktionen Garmin AutoShot™ .....	2
Brug af scorekortet .....	3
Sporing af statistik .....	3
Sådan ændrer du scoremetoden .....	3
Sådan aktiverer du handicapscore .....	3
Visning af slaghistorik .....	3
Visning af TruSwing™ målinger under en runde .....	3
Visning af rundeoversigt .....	3
Afslutning af en runde .....	3
<b>Svingtempo</b> .....	<b>4</b>
Det ideelle svingtempo .....	4
Analyse af dit svingtempo .....	4
Visning af tipsekvens .....	4
<b>TruSwing</b> .....	<b>4</b>
TruSwing Målinger .....	4
Optagelse og visning af TruSwing målinger på din enhed .....	4
Ændring af håndthed .....	4
<b>Widgets</b> .....	<b>4</b>
Visning af widgets .....	5
Sådan tilpasser du widget-sløjfen .....	5
Registrering af aktivitet .....	5
Automatisk mål .....	5
Brug af aktivitetsalarm .....	5
Sønregistrering .....	5
<b>Aktiviteter</b> .....	<b>5</b>
Start af aktivitet .....	5
Tip til registrering af aktiviteter .....	5
Stop en aktivitet .....	5
Indendørs aktiviteter .....	5
Udendørsaktiviteter .....	6
<b>Ur</b> .....	<b>6</b>
Indstilling af en alarm .....	6
Brug af nedtællingstimeren .....	6
Brug af stopur .....	6
<b>Connectede funktioner</b> .....	<b>6</b>
Aktivisering af Bluetooth meddelelser .....	6
Visning af meddelelser .....	6
Administration af meddelelser .....	6
Deaktivering af Bluetooth Smartphone-tilslutning .....	6
Sådan aktiveres smartphone forbindelsesalarmen .....	6
Sådan finder du en bortkommet mobil enhed .....	6
Garmin Connect .....	6
Opdatering af softwaren med Garmin Connect Mobile .....	7
Opdatering af softwaren med Garmin Express .....	7
Manuel synkronisering af data med Garmin Connect Mobile .....	7
<b>Connect IQ funktioner</b> .....	<b>7</b>
Sådan downloades Connect IQ funktioner .....	7
Sådan downloades Connect IQ funktioner ved hjælp af computeren .....	7
<b>Tilpasning af din enhed</b> .....	<b>7</b>
Ændring af urskiven .....	7
Tilpasning af kontrolmenuen .....	7
Golfindstillinger .....	8
Scoreindstillinger .....	8
Indstillinger for aktiviteter og apps .....	8
Tilpasning af skærbilleder .....	8
Alarmer .....	8
Tilføjelse af en aktivitet eller app .....	9
Fjernelse af en aktivitet eller app .....	9
Indstilling af din brugerprofil .....	9
Indstillinger for registrering af aktivitet .....	9
Systemindstillinger .....	9
Tidsindstillinger .....	9
Indstillinger for baggrundsbelysning .....	9
Ændring af måleenhed .....	9
<b>ANT+ sensorer</b> .....	<b>9</b>
Parring af ANT+ sensorer .....	9
Brug af en valgfri sensor til cykelhastighed eller -kadence .....	10
Fodsensor .....	10
Forbedring af fodsensorens kalibrering .....	10
tempe™ .....	10
<b>Enhedsoplysninger</b> .....	<b>10</b>
Udskiftning af QuickFit™ remmene .....	10
Specifikationer .....	10
Vedligeholdelse af enheden .....	10
Rengøring af enheden .....	10
Rengøring af læderremmene .....	11
Langtidsopbevaring .....	11
Visning af enhedsoplysninger .....	11
Datahåndtering .....	11
Frakobling af USB-kablet .....	11
Sletning af filer .....	11
<b>Fejlfinding</b> .....	<b>11</b>
Maksimering af batterilevetiden .....	11
Min enhed kan ikke finde golfbaner i nærheden .....	11
Er min smartphone kompatibel med min enhed? .....	11
Min telefon kan ikke oprette forbindelse til enheden .....	11
Min enhed viser det forkerte sprog .....	11
Min enhed viser de forkerte måleenheder .....	11
Nulstilling af enheden .....	11
Gendannelse af alle standardindstillinger .....	12
Modtagelse af satellitsignaler .....	12
Forbedring af GPS-satellitmodtagelsen .....	12
Registrering af aktivitet .....	12
Mit daglige antal skridt vises ikke .....	12
Min skridttæller lader ikke til at være præcis .....	12
Antallet af skridt på min enhed og min Garmin Connect konto stemmer ikke overens .....	12
Mine minutter med høj intensitet blinker .....	12
Sådan får du flere oplysninger .....	12
<b>Appendiks</b> .....	<b>12</b>
Datafelter .....	12
Hjulstørrelse og -omkreds .....	13
Symboldefinitioner .....	14
<b>Indeks</b> .....	<b>15</b>



# Introduktion

## ⚠ ADVARSEL

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

## Oversigt over enheden



① Touchscreen	Stryk for at rulle gennem widgets, funktioner og menyer. Tryk for at vælge.
② Handlingstast	Vælg for at starte en aktivitet. Vælg dette for at se golfmenuen, mens du spiller golf.
③ ☰	Hold nede for at tænde for enheden. Hold nede for at se menuen Styring. Vælg at se en menu for det aktuelle skærmbillede.
④ ↶	Vælg for at vende tilbage til det forrige skærmbillede.

## Parring med din smartphone

For at bruge de connectede funktioner i Approach S60 enheden skal den parres direkte via Garmin Connect™ Mobile app i stedet for fra Bluetooth® indstillingerne på din smartphone.

- 1 Fra app store på din smartphone kan du installere og åbne Garmin Connect Mobile app.
- 2 Hold ☰ nede for at tænde enheden.  
Første gang du tænder enheden, skal du vælge enhedens sprog. Næste skærmbillede beder dig parre enheden med din smartphone.  
**TIP:** Du kan vælge ☰ > **Indstillinger** > **Par telefon** for at skifte til parringstilstand efter den indledende opsætningsproces.
- 3 Vælg en indstilling for at føje din enhed til din Garmin Connect Mobile konto:
  - Hvis dette er den første enhed, du parrer med Garmin Connect Mobile app, skal du følge instruktionerne på skærmen.
  - Hvis du allerede har parret en anden enhed med Garmin Connect Mobile appen, skal du vælge **Garmin-enheder** > **Tilføj enhed** fra indstillingsmenuen og følge instruktionerne på skærmen.

Når parringen er gennemført, vises en meddelelse, og din enhed synkroniseres automatisk med din smartphone.

## Opladning af enheden

### ⚠ ADVARSEL

Denne enhed indeholder et litiumionbatteri. 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 i appendikset.

- 1 Sæt det lille stik på USB-kablet ind i opladerporten på din enhed.



- 2 Sæt det store stik på USB-kablet ind i en USB-port på din computer.
- 3 Oplad enheden helt.

## Tip til opladning af din enhed

- Tilslut opladeren helt til enheden for at oplade den med USB-kablet (*Opladning af enheden*, side 1).  
Du kan oplade enheden ved at tilslutte USB-kablet til en Garmin® AC-adapter i en almindelig stikkontakt eller til en USB-port på din computer. Opladning af et helt afladet batteri tager ca. fire timer.
- Se den resterende batteriprocent i kontrolmenuen (*Visning af menuen Styring*, side 1).

## Visning af menuen Styring

Menuen Styring indeholder genveje, for eksempel aktivering af Vil ikke forstyrres-tilstand, låsning af touchskærmen og slukning af enheden.

**BEMÆRK:** Du kan tilføje, omorganisere og fjerne genvejsmenupunkter i menuen Styring (*Tilpasning af kontrolmenuen*, side 7).

- 1 Hold ☰ nede fra et vilkårligt skærmbillede.



- 2 Vælg en funktion.

## Produktopdateringer

På din computer skal du installere Garmin Express™ ([www.garmin.com/express](http://www.garmin.com/express)). På din smartphone skal du installere Garmin Connect Mobile-appen.

Dette giver nem adgang til disse tjenester for Garmin enheder:

- Softwareopdateringer
- Baneopdateringer
- Data uploades til Garmin Connect
- Produktregistrering

## Opsætning af Garmin Express

- 1 Tilslut enheden til din computer med et USB-kabel.
- 2 Gå til [garmin.com/express](http://garmin.com/express).
- 3 Følg instruktionerne på skærmen.

## Garmin Golf™ app

Med Garmin Golf appen kan golfspillere konkurrere med hinanden på forskellige baner. Mere end 40.000 baner har en ugentlig rangliste, som alle kan tilmelde sig. Du kan oprette en turneringsbegivenhed og invitere spillere til at konkurrere. Garmin Golf appen synkroniserer dine data med Garmin Connect webstedet og Garmin Connect Mobile app. Du kan downloade Garmin Golf appen fra app-butikken på din smartphone.

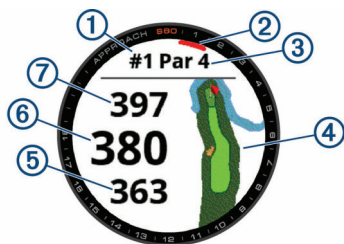
### Sådan spiller du golf

- 1 Vælg handlingstasten.
- 2 Vælg **Golf**.
- 3 Vent, mens enheden finder satellitsignaler.  
Dette kan tage 30 til 60 sekunder.
- 4 Vælg en bane fra listen over baner i nærheden.

### Visning af hul

Enheden viser det hul, du aktuelt er i gang med at spille, og skifter automatisk, når du bevæger dig til et nyt hul. Du kan stryge op eller ned eller trække hulindikatoren rundt langs kanten af skærmen for at skifte hul.

**BEMÆRK:** Enheden beregner som standard afstanden til forkanten, midten og bagkanten af greenen. Hvis du kender flagets placering, kan du angive det mere præcist (*Visning af greenen, side 2*).



①	Aktuelt hulnummer
②	Hulindikator
③	Par for hullet
④	Kort over hullet
⑤	Afstand til forkanten af greenen
⑥	Afstand til midten af greenen
⑦	Afstand til bagkanten af greenen

### Visning af PlaysLike distance

Funktionen "PlaysLike Distance" indregner højdeændringer på banen ved at vise den justerede afstand til greenen.

Vælg en distance til greenen.

Der vises et ikon ud for hver distance.

▲	Afstanden synes længere end forventet på grund af ændringer i højden.
■	Afstanden er som forventet.
▼	Afstanden synes kortere end forventet på grund af ændringer i højden.

### Visning af greenen

Mens du spiller et spil, kan du se nærmere på greenen og flytte flagplaceringen.

- 1 Vælg kortet
- 2 Vælg øverst på skærmen.
- 3 Tryk på eller træk i for at ændre flagplaceringen.

Afstandene på skærbilledet med oplysninger om hul opdateres for at afspejle den nye flagplacering. Flagplaceringen gemmes kun for den aktuelle runde.

### Visning af retningen til flaget

Funktionen PinPointer er et kompas, der giver retningshjælp, når du ikke kan se greenen. Denne funktion kan hjælpe dig med at placere dit slag, selv når du befinder dig mellem træer eller i en dyb sandgrav.

**BEMÆRK:** Brug ikke funktionen PinPointer, mens du er i en golfbil. Interferens fra golfbilen kan påvirke kompassets nøjagtighed.

- 1 Vælg handlingstasten.
  - 2 Vælg .
- Pilen peger på flagplaceringen.

### Visning af Layup- og Dogleg-afstande og Gemte positioner

Du kan få vist en liste med layup- og dogleg-afstande for par 4- og 5-huller. Gemte placeringer vises også på denne liste.

- 1 Vælg handlingstasten.
- 2 Vælg .

**BEMÆRK:** Distancer og placeringer fjernes fra listen, når du passerer dem.

### Sådan gemmer du en position

Mens du spiller en runde, kan du gemme op til fem positioner på hvert hul. Det er praktisk at gemme en position for at registrere genstande eller forhindringer, der ikke vises på kortet. Du kan få vist afstanden mellem disse positioner fra skærbilledet for layup og dogleg (*Visning af Layup- og Dogleg-afstande og Gemte positioner, side 2*).

- 1 Stå på den position, du vil gemme.

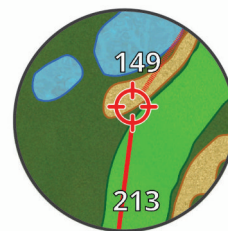
**BEMÆRK:** Du kan ikke gemme en position, som er langt fra det hul, der er valgt i øjeblikket.

- 2 Vælg handlingstasten.
- 3 Vælg > > **Gem position**.
- 4 Vælg en betegnelse for positionen.

### Måling af distance ved hjælp af Touch Targeting

Mens du spiller et spil, kan du ved hjælp af Touch Targeting måle distancen til et hvilket som helst punkt på kortet.

- 1 Vælg kortet
- 2 Tryk eller træk med fingeren for at placere målcirklen .



Du kan få vist distancen fra din aktuelle position til målcirklen og fra målcirklen til flagplaceringen.

- 3 Du kan eventuelt vælge eller for at zoome ind eller ud.

### Måling af et slag med funktionen Garmin AutoShot™

Din Approach S60 enhed har automatisk registrering og lagring af slag. Hver gang du udfører et slag langs fairwayen, registrerer

enheden din slaglængde, så du kan se den senere (*Visning af slaghistorik, side 3*).

**TIP:** Automatisk registrering af slag fungerer bedst, når du bærer enheden på dit primære håndled og får god kontakt med bolden. Put registreres ikke.

#### 1 Begynd at spille en runde.

Når enheden registrerer et slag, vises din afstand fra slagstedet på bjælken ① øverst på skærmen.



**TIP:** Du kan trykke på bjælken for at skjule den i 10 sekunder.

#### 2 Gå eller kør hen til bolden.

#### 3 Foretag dit næste slag.

Enheden registrerer afstanden for dit sidste slag.

## Brug af scorekortet

#### 1 Vælg handlingstasten, mens du spiller golf.

#### 2 Vælg

#### 3 Vælg om nødvendigt for at opsætte scorer eller ændre hullets par.

#### 4 Stryg op eller ned, eller træk hulindikatoren rundt langs kanten af skærmen for at skifte hul.

#### 5 Tryk midt på skærmen.

#### 6 Vælg eller for at angive scoren.

## Sporing af statistik

Når du aktiverer Stat tracking på enheden, kan du se din statistik for den aktuelle runde (*Visning af rundeoversigt, side 3*). Du kan sammenligne baner og registrere forbedringer ved hjælp af Garmin Connect Mobile appen.

Fra scorecard skal du vælge > **Golfindstillinger** > **Scorer** > **Stat Tracking**.

### Registrering af statistik

Før du kan optage statistik, skal du aktivere statistiksporing (*Sporing af statistik, side 3*).

#### 1 Fra scorecard skal du trykke midt på skærmen.

#### 2 Angiv antallet af slag, og vælg **Næste**.

#### 3 Indtast antallet af put, og vælg **Næste**.

#### 4 Vælg en funktion:

- Hvis bolden ramte fairwayen, skal du vælge .
- Hvis bolden røg forbi fairwayen, skal du vælge eller .

## Sådan ændrer du scoremetoden

Du kan ændre den metode, som enheden bruger til at holde styr på resultater.

#### 1 Fra scorecard skal du vælge > **Golfindstillinger** > **Scorer** > **Scoremetode**.

#### 2 Vælg en scoremetode.

### Om Stableford-score

Når du vælger Stableford-scoremetoden (*Sådan ændrer du scoremetoden, side 3*), tildes antal point baseret på antallet af slag, der er brugt i forhold til par. Ved slutningen af hver runde vinder den højeste score. Enheden tildeler point som angivet af United States Golf Association.

Scorekortet for et spil med Stableford-score viser point i stedet for slag.

Point	Antal slag brugt i forhold til par
0	2 eller flere over
1	1 over
2	Par
3	1 under
4	2 under
5	3 under

## Sådan aktiverer du handicapscore

#### 1 Fra scorecard skal du vælge > **Golfindstillinger** > **Scorer** > **Handicapscore**.

#### 2 Vælg en funktion:

- Vælg **Lokalt handicap** for at angive det antal slag, som skal trækkes fra spillerens samlede score.
- Vælg **Indeks/hældning** for at indtaste spillerens Handicap Index® og banens Slope Rating® for at beregne et banehandicap for spilleren.

Antallet af handicapslag vises som prikker på skærbilledet med oplysninger om hullet. Scorecard viser din score justeret efter handicap for runden.

## Visning af slaghistorik

#### 1 Vælg handlingstasten, efter at du har spillet et hul.

#### 2 Vælg for at få vist oplysninger om dit seneste slag.

#### 3 Vælg for at få vist oplysninger om hvert slag for et hul.

#### 4 Vælg et slag for at få vist dit svingtempo.

## Visning af TruSwing™ målinger under en runde

Før du kan bruge funktionen TruSwing på din Approach enhed, skal du kontrollere, at TruSwing enheden er sikkert monteret på køllen. Se brugervejledningen til din TruSwing enhed for at få yderligere oplysninger.

#### 1 Tænd TruSwing enheden.

#### 2 Begynd at spille en runde.

#### 3 Vælg handlingstasten på din Approach S60 enhed, og vælg .

Din Approach S60 enhed parres med TruSwing enheden.

#### 4 Vælg > **Skift kølle** for at vælge en kølle.

#### 5 Slå et slag.

Der vises svingmålinger på din Approach S60 enhed efter hvert sving (*TruSwing Målinger, side 4*).

#### 6 Tryk på skærmen for at rulle gennem de registrerede svingmålinger.

## Visning af rundeoversigt

Under en runde kan du se din score, statistik og skridt.

#### 1 Vælg handlingstasten.

#### 2 Vælg .

#### 3 Stryg op eller ned.

## Afslutning af en runde

#### 1 Vælg handlingstasten.

#### 2 Vælg **Afslut**.

#### 3 Vælg en funktion:

- Tryk på din score for at få vist din statistik og oplysninger om runden.
- Hvis du vil gemme runden og vende tilbage til urtilstand, skal du vælge **Gem**.



- Hvis du vil redigere dit scorecard, skal du vælge **Redig. score**.
- Hvis du vil slette runden og vende tilbage til utilstand, skal du vælge **Slet**.
- Hvis du vil sætte runden på pause og genoptage den på et senere tidspunkt, skal du vælge **Pause**.

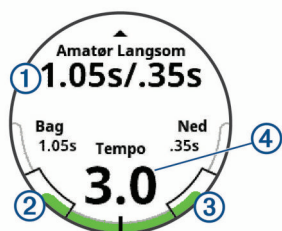
## Svingtempo

Svingtempo-appen hjælper dig med at udføre et mere ensartet sving. Enheden måler og viser din tid for bagudrettet sving og nedsving. Enheden viser også tempoet i dit sving. Svingtempoet er tiden for det bagudrettede sving divideret med tiden for nedsvinget, udtrykt som et forhold. Forholdet 3 til 1, eller 3.0, er det ideelle svingtempo baseret på studier af professionelle golfspillere.

### Det ideelle svingtempo

Du kan opnå det ideelle 3.0 tempo ved at bruge forskellig timing for dit sving, eksempelvis 0,7 sekunder/0,23 sekunder eller 1,2 sekunder/0,4 sekunder. Hver golfspiller har et unikt svingtempo baseret på deres evner og erfaring. Garmin giver seks forskellige muligheder for timing.

Enheden viser en graf, der angiver, om dine tider for bagudrettet sving eller nedsving er for hurtige, for langsomme eller lige tilpas til den valgte timing.



①	Timingvalg (forhold mellem bagudrettet sving og nedsving)
②	Tid for bagudrettet sving
③	Tid for nedsving
④	Dit tempo
■	God timing
■	For langsomt
■	For hurtigt

For at finde din ideelle svingtiming skal du starte med den mest langsomme timing og prøve den på et par sving. Når tempografen er konstant grøn for både dit bagudrettede sving og nedsving, kan du rykke op til den næste timing. Når du finder en timing, som passer dig godt, kan du bruge den til at opnå mere ensartede sving og præstationer.

### Analyse af dit svingtempo

Du skal ramme en bold for at kunne se dit svingtempo.

- 1 Fra urskiven skal du vælge handlingstasten.
- 2 Vælg **Svingtempo**.
- 3 Vælg ▲ eller ▼ for at indstille tempoet.
- 4 Vælg **Kølletype**, og vælg en kølletype.
- 5 Gennemfør et fuldt sving, og ram bolden.  
Enheden viser din svinganalyse.

### Visning af tipsekvens

Den første gang du bruger svingtempo-appen, viser enheden en række tips for at forklare, hvordan dit sving analyseres.

- 1 Fra **Svingtempo**-appen skal du vælge handlingstasten.
- 2 Tryk på skærmen for at få vist det næste tip.

## TruSwing

Funktionen TruSwing giver dig mulighed for at få vist de svingmålinger, der er registreret fra din TruSwing enhed. Gå til [www.garmin.com/golf](http://www.garmin.com/golf) for at købe en TruSwing enhed.

### TruSwing Målinger

Du kan se svingmålinger på din Approach enhed, på Garmin Connect eller på Garmin Connect Mobile app'en. Se brugervejledningen til din TruSwing enhed for at få yderligere oplysninger.

Funktion	Beskrivelse	Krav
Kun svingmålinger på din Approach enhed	De tilgængelige målinger er bl.a. dit svingtempo, hastighed, køllespøsmålinger og kritiske kølle-vinkler.	TruSwing enheden skal parres med Approach enheden.
Svingmålinger på din Approach enhed og på Garmin Connect Mobile app'en	De tilgængelige målinger er bl.a. dit svingtempo, hastighed, køllespøsmålinger og kritiske kølle-vinkler.	Både TruSwing og Approach enhederne skal parres med Garmin Connect Mobile app'en på din smartphone.

### Optagelse og visning af TruSwing målinger på din enhed

Før du kan bruge funktionen TruSwing på din Approach S60 enhed, skal du kontrollere, at TruSwing enheden er sikkert monteret på køllen. Se brugervejledningen til din TruSwing enhed for at få yderligere oplysninger.

- 1 Tænd TruSwing enheden.
- 2 På din Approach S60 enhed skal du vælge handlingstasten og vælge **TruSwing**.  
Din Approach S60 enhed parres med TruSwing enheden.
- 3 Vælg **Skift kølle** for at vælge en kølle.
- 4 Slå et slag.  
Der vises svingmålinger på din Approach S60 enhed efter hvert sving.
- 5 Tryk på skærmen for at rulle gennem de registrerede svingmålinger.

### Ændring af håndthed

- 1 Fra TruSwing appen skal du vælge **Håndthed**.
- 2 Vælg en funktion.

## Widgets

Enheden leveres med forudinstallerede widgets, der giver øjeblikkelige oplysninger. Nogle widgets kræver en Bluetooth forbindelse til en kompatibel smartphone.

Nogle widgets er ikke synlige som standard. Du kan tilføje dem til widget-sløjfen manuelt.

**Kalender:** Viser kommende møder fra din smartphone-kalender.

**Kalorier:** Viser dine kalorieoplysninger for den aktuelle dag.

**Golf:** Viser golfoplysninger for din seneste runde.

**Intensitetsminutter:** Registrerer den tid, du har tilbragt med at deltage i aktiviteter med moderat til høj intensitet, dit ugentlige mål for minutter med høj intensitet og dit fremskridt i forhold til målet.

**Sidste aktivitet:** Viser en kort oversigt over din seneste registrerede aktivitet, såsom din seneste løbe-, køre- eller svømmetur.

**Seneste sport:** Viser en kort oversigt over din seneste registrerede sportsaktivitet.



**Min dag:** Viser en dynamisk oversigt over din aktivitet i dag. Målingerne omfatter dine seneste aktiviteter med tidtagning, intensitetsminutter, skridt, forbrændte kalorier med mere.


**Meddelelser:** Giver dig besked om indgående opkald, sms-beskeder og opdateringer fra sociale netværk m.m. baseret på din smartphones meddelelsesindstillinger.

**Skridt:** Spor dit daglige skridttal, skridtmål samt data for de seneste dage.


**Vejr:** Viser den aktuelle temperatur og vejrudsigt.

## Visning af widgets

Enheden leveres med adskillige forudinstallerede widgets, og flere funktioner er tilgængelige, når du parrer enheden med en smartphone.

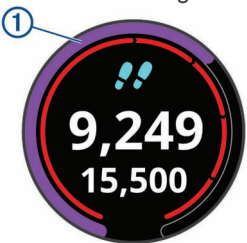
- Fra urskiven skal du stryge op eller ned.
- Tryk på touchskærmen for at se yderligere indstillinger og funktioner for en widget.
- Vælg  for at få vist widget-indstillingerne.

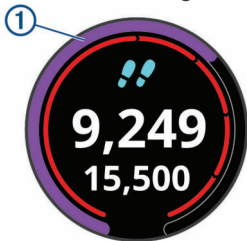
### Sådan tilpasser du widget-sløjfen

- 1 Vælg  > **Indstillinger** > **Widgets**.
- 2 Vælg en widget.
- 3 Vælg Til/Fra-knappen **Aktiveret** for at fjerne en widget fra widget-sløjfen.
- 4 Vælg **Tilføj widgets**.
- 5 Vælg en widget.  
Widget'en føjes til widget-sløjfen.

## Registrering af aktivitet

### Automatisk mål

Enheden opretter automatisk et dagligt mål for antallet af skridt baseret på dine tidligere aktivitetsniveauer. I løbet af dagen viser enheden dit fremskridt i forhold til dagens mål .



Hvis du vælger ikke at bruge funktionen automatisk mål, kan du indstille et personligt mål for antal skridt på din Garmin Connect konto.

### Brug af aktivitetsalarm

Hvis du sidder ned i længere tid, kan det medføre uønskede forandringer i stofskiftet. Aktivitetsalarmer minder dig om at holde dig i bevægelse. Efter en times inaktivitet vises Bevæg dig! og den røde bjælke. Der vises flere segmenter, hver gang der går 15 minutter uden aktivitet. Enheden vibrerer, hvis vibration er aktiveret ([Systemindstillinger](#), side 9).

Tag en kort gåtur (mindst et par minutter) for at nulstille aktivitetsalarmerne.

### Søvnregistrering

Når du sover, registrerer enheden automatisk din søvn og overvåger dine bevægelser i din normale sovetid. Du kan indstille din normale sovetid i brugerindstillingerne på Garmin Connect kontoen. Søvnstatistik omfatter samlet antal timers søvn, søvnniveauer og bevægelse under søvn. Du kan se din søvnstatistik på din Garmin Connect konto.

**BEMÆRK:** En lur tæller ikke i din søvnstatistik. Du kan bruge Må ikke forstyrres-tilstand til at slå meddelelser og advarsler, bortset fra alarmer, fra.

### Sådan bruger du automatisk søvnregistrering

- 1 Bær enheden, mens du sover.
- 2 Upload dine søvnregistreringsdata til Garmin Connect webstedet ([Manuel synkronisering af data med Garmin Connect Mobile](#), side 7).  
Du kan få vist din søvnstatistik på din Garmin Connect konto.

## Aktiviteter


Enheden kan bruges til indendørs- og udendørsaktiviteter, atletik- og fitnessaktiviteter. Når du starter en aktivitet, viser og registrerer enheden sensordata. Du kan gemme aktiviteter og dele dem med Garmin Connect fællesskabet.

Du kan også føje Connect IQ™ aktivitets-apps til enheden med din Garmin Connect konto ([Connect IQ funktioner](#), side 7).

Du finder flere oplysninger om aktivitetssporing og nøjagtigheden af fitnessmålinger ved at gå til [garmin.com/ataccuracy](http://garmin.com/ataccuracy).

### Start af aktivitet

Når du starter en aktivitet, tændes GPS automatisk (hvis det er nødvendigt). Når du stopper aktiviteten, vender enheden tilbage til urtilstand.



- 1 Fra urskiven skal du vælge handlingstasten.
- 2 Vælg .
- 3 Vælg en aktivitet.
- 4 Hvis det er nødvendigt, skal du vente, mens enheden opretter forbindelse til dine ANT+® sensorer.
- 5 Hvis aktiviteten kræver GPS, skal du gå udenfor og vente, indtil enheden finder satellitsignaler.
- 6 Vælg handlingstasten for at starte timeren.

**BEMÆRK:** Enheden registrerer ikke dine aktivitetsdata, før du starter timeren.

### Tip til registrering af aktiviteter

- Oplad enheden, før du starter en aktivitet ([Opladning af enheden](#), side 1).
- Stryg op eller ned for at se yderligere datasider.

### Stop en aktivitet

- 1 Vælg handlingstasten.
- 2 Vælg en funktion:
  - Hvis du vil genoptage aktiviteten, skal du vælge handlingstasten.
  - Hvis du vil gemme aktiviteten og vende tilbage til urtilstand, skal du vælge **Udført** > .
  - Hvis du vil slette aktiviteten og vende tilbage til urtilstand, skal du vælge **Udført** > **X** > .

### Indendørs aktiviteter

Approach S60 enheden kan bruges til indendørs træning, f.eks. løb på en indendørs bane eller ved brug af en motionscykel. GPS er slukket for indendørs aktiviteter.

Når du løber eller går med GPS slukket, beregnes fart, distance og kadence ved hjælp af accelerometeret i enheden. Accelerometeret er selvkalibrerende. Nøjagtigheden af dataene for fart, distance og kadence forbedres efter et par udendørs løb eller gåture med GPS.

**TIP:** Hvis du holder fast i løbebandets gelændere, reduceres nøjagtigheden. Du kan bruge en fodsensord (tilbehør) til at registrere tempo, distance og kadence.

Hvis du cykler samtidig med, at GPS'en er slået fra, kan oplysninger om hastighed og distance ikke vises, medmindre du har en sensor (tilbehør), som sender oplysninger om hastighed

og distance til enheden (f.eks. en hastigheds- eller kadencesensor).



## Udendørsaktiviteter

Approach S60 enheden har forudinstallerede apps til udendørsaktiviteter såsom løb og cykling. GPS er aktiveret for udendørs aktiviteter. Du kan tilføje apps ved hjælp af standardaktiviteter såsom kardio eller roning.



## Ur

### Indstilling af en alarm


Du kan indstille op til otte forskellige alarmer. Du kan indstille hver alarm til at lyde én gang eller blive gentaget regelmæssigt.

- 1 Fra urskiven skal du vælge  > **Ure** > **Alarmer** > **Tilføj ny** > **Tid**.
- 2 Vælg **+** og **—** for at indstille tiden.
- 3 Vælg .
- 4 Vælg **Gentag**, og vælg, hvornår alarmen skal gentages (valgfrít).
- 5 Vælg **Etiket**, og vælg et navn for alarmen (valgfrít).

### Brug af nedtællingstimeren

- 1 Fra urskiven skal du vælge  > **Ure** > **Timer** > **Rediger**.
- 2 Vælg **+** og **—** for at indstille timeren.
- 3 Vælg .
- 4 Vælg handlingstasten for at starte timeren.
- 5 Vælg handlingstasten for at stoppe timeren.
- 6 Væg **Nulstil** for at nulstille timeren.

### Brug af stopur

- 1 Fra urskiven skal du vælge  > **Ure** > **Stopur**.
- 2 Vælg handlingstasten for at starte timeren.
- 3 Vælg **Omgang** for at genstarte omgangstimeren.  
Den samlede stopurstid fortsætter med at tælle.
- 4 Vælg handlingstasten for at stoppe begge timere.
- 5 Vælg **Nulstil** for at nulstille begge timere.

## Connectede funktioner

Connectede funktioner er tilgængelige for din Approach S60 enhed, når du opretter forbindelse mellem enheden og en kompatibel smartphone med Bluetooth trådløs teknologi. Visse funktioner kræver, at du installerer Garmin Connect Mobile app på den tilsluttede smartphone. Gå til [www.garmin.com/apps](http://www.garmin.com/apps) for at få yderligere oplysninger.

**Telefonmeddelelser:** Viser telefonmeddelelser og beskeder på din Approach S60 enhed.

**Aktivitetsoverførsel til Garmin Connect:** Sender automatisk din aktivitet til din Garmin Connect konto, så snart du er færdig med at registrere aktiviteten.




**Connect IQ:** Giver dig mulighed for at udvide enhedens funktioner med nye urskiver, widgets, apps og datafelter.

**Find min telefon:** Finder din mistede smartphone, der er parret med din Approach S60 enhed og er inden for rækkevidde.


**Find mit ur:** Finder din mistede Approach S60 enhed, der er parret med din smartphone, og som er inden for rækkevidde.

### Aktivering af Bluetooth meddelelser

Før du kan aktivere meddelelser, skal du parre din Approach S60 enhed med en kompatibel mobil enhed (*Parring med din smartphone, side 1*).

- 1 Vælg  > **Indstillinger** > **Telefon**.
- 2 Vælg Til/Fra-knappen for **Meddelelser** for at aktivere meddelelser.
- 3 Vælg **Meddelelser** > **Under aktivitet**.
- 4 Vælg dine meddelelsespræferencer.
- 5 Vælg  > **Ikke under aktivitet**.
- 6 Vælg dine meddelelsespræferencer.
- 7 Vælg  > **Timeout**.
- 8 Vælg det tidsrum, som alarmen for en ny meddelelse vises på skærmen.

### Visning af meddelelser

- 1 På urskiven skal du stryge op eller ned for at få vist widget'en med registrering af aktiviteten.
- 2 Vælg en meddelelse.  
Du kan trykke på touchscreenen for at få vist hele meddelelsen.
- 3 Vælg  for at vende tilbage til det forrige skærmbillede.



### Administration af meddelelser

Du kan bruge din compatible smartphone til at administrere meddelelser, der vises på din Approach S60-enhed.

Vælg en funktion:

- Hvis du bruger en Apple® smartphone, skal du bruge indstillingerne i meddelelsescenteret på din smartphone til at vælge de elementer, der skal vises på enheden.
- Hvis du bruger en smartphone med Android™, skal du i Garmin Connect Mobile-appen vælge **Indstillinger** > **Smart Notifications**.

### Deaktivering af Bluetooth Smartphone-tilslutning

- 1 Hold  nede for at få vist kontrolmenuen.
- 2 Vælg  for at deaktivere Bluetooth smartphone-tilslutning på din Approach S60 enhed.  
Se i brugervejledningen til din mobile enhed for at deaktivere Bluetooth trådløs teknologi på din mobile enhed.



### Sådan aktiveres smartphone forbindelsesalarmen

Du kan indstille Approach enheden til at advare dig, når din parrede smartphone forbindes og afbrydes ved hjælp af Bluetooth trådløs teknologi.

Vælg  > **Indstillinger** > **Telefon** > **Tilsluttede alarmer**.

### Sådan finder du en bortkommet mobil enhed

Du kan bruge denne funktion til at hjælpe med at finde en bortkommet mobil enhed, der er parret ved hjælp af Bluetooth trådløs teknologi, og som er inden for rækkevidden af denne.

- 1 Hold  nede for at få vist kontrolmenuen.
- 2 Vælg .

Approach S60 enheden begynder at søge efter din mobile enhed. Der lyder en akustisk alarm på din mobile enhed, og Bluetooth signalstyrken vises på Approach S60 enhedens skærm. Signalstyrken for Bluetooth forøges, når du kommer tættere på din mobile enhed.

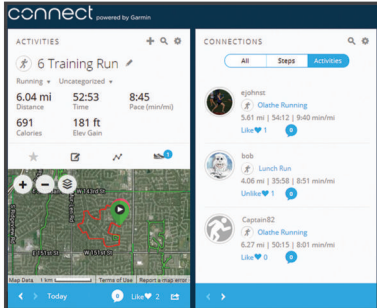
- 3 Vælg  for at stoppe søgningen.

### Garmin Connect

Du kan oprette forbindelse til dine venner på din Garmin Connect konto. Garmin Connect giver dig værktøj til at spore, analysere, dele og opmuntre hinanden. Registrer begivenheder fra din aktive livsstil, bl.a. løb, gang, køreture, svømning, vandreture, golfspil osv. Garmin Connect er din online-statistiksporing, hvor du kan analysere og dele alle dine golfrunder. Registrer en gratis konto på [www.garminconnect.com/start](http://www.garminconnect.com/start).

**Gem dine aktiviteter:** Når du har afsluttet og gemt en aktivitet med tidtagning med enheden, kan du uploade aktiviteten til din Garmin Connect konto og beholde den, så længe du vil.

**Analysér dine data:** Du kan få vist mere detaljerede oplysninger om dine fitness- og udendørsaktiviteter, herunder tid, distance, puls, forbrændte kalorier, kadence, et oversigtskort og tempo og hastighedsdiagrammer. Du kan få vist mere detaljerede oplysninger om dit golfspil, inklusive scorekort, statistik og baneinformation. Du kan også få vist brugerdefinerede rapporter.



**Hold styr på dine fremskridt:** Du kan registrere dine daglige antal skridt, deltage i en venskabelig konkurrence med dine venner og opfylde dine mål.

**Del dine aktiviteter:** Du kan oprette forbindelse med venner, så I kan følge hinandens aktiviteter, og du kan sende links til dine aktiviteter på dine foretrukne sociale netværkswebsteder.

**Administrér dine indstillinger:** Du kan tilpasse dine enheds- og brugerindstillinger på din Garmin Connect konto.

**Gå til Connect IQ butik:** Du kan downloade apps, urskiver, datafelter og widgets.

### Opdatering af softwaren med Garmin Connect Mobile

Før du kan opdatere enhedens software ved hjælp af Garmin Connect Mobile app, skal du have en Garmin Connect konto, og du skal parre enheden med en kompatibel smartphone (*Parring med din smartphone, side 1*).

- 1 Synkroniser din enhed med Garmin Connect Mobile app (*Manuel synkronisering af data med Garmin Connect Mobile, side 7*).

Når der er ny tilgængelig software, sender Garmin Connect Mobile app automatisk opdateringen til din enhed.

- 2 Følg instruktionerne på skærmen.

### Opdatering af softwaren med Garmin Express

Før du kan opdatere enhedssoftwaren, skal du have en Garmin Connect konto, og du skal downloade og installere programmet Garmin Express.

- 1 Tilslut enheden til din computer med USB-kablet.

Når der er ny software tilgængelig, sender Garmin Express den til enheden.

- 2 Kobl enheden fra computeren.

Enheden giver dig besked om at opdatere softwaren.

- 3 Vælg en funktion.

### Sådan bruger du Garmin Connect på computeren

Hvis du ikke har parret din Approach S60 enhed med din smartphone, kan du uploade alle dine aktiviteter på din Garmin Connect konto via computeren.

- 1 Tilslut enheden til din computer med USB-kablet.
- 2 Gå til [www.garminconnect.com/start](http://www.garminconnect.com/start).
- 3 Følg instruktionerne på skærmen.

### Manuel synkronisering af data med Garmin Connect Mobile

- 1 Hold nede for at få vist kontrolmenuen.
- 2 Vælg .

## Connect IQ funktioner

Du kan tilføje Connect IQ funktioner til dit ur fra Garmin og andre udbydere ved hjælp af Connect IQ Mobile-appen. Du kan tilpasse din enhed med urskiver, datafelter, widgets og apps.

**Urskiver:** Giver dig mulighed for at tilpasse urets udseende.

**Datafelter:** Giver dig mulighed for at downloade nye datafelter, der viser sensor-, aktivitets- og historiske data på nye måder. Du kan føje datafelter Connect IQ til indbyggede funktioner og sider.

**Widgets:** Angiv oplysninger på et øjeblik, herunder sensordata og meddelelser.

**Programmer:** Føj interaktive funktioner til dit ur, som f.eks. nye typer fitness- og udendørsaktiviteter.

### Sådan downloades Connect IQ funktioner

Før du kan downloade Connect IQ funktioner fra Garmin Connect Mobile app'en, skal du parre din Approach S60 enhed med din smartphone.

- 1 Fra indstillingerne i Garmin Connect Mobile app'en skal du vælge **Connect IQ™ butik**.
- 2 Vælg din enhed, hvis det er nødvendigt.
- 3 Vælg en Connect IQ funktion.
- 4 Følg instruktionerne på skærmen.

### Sådan downloades Connect IQ funktioner ved hjælp af computeren

- 1 Tilslut enheden til din computer med et USB-kabel.
- 2 Gå til [apps.garmin.com](http://apps.garmin.com), og log på.
- 3 Vælg en Connect IQ funktion, og download den.
- 4 Følg instruktionerne på skærmen.

## Tilpasning af din enhed

### Ændring af urskiven

Før du kan aktivere en Connect IQ urskive, skal du installere en urskive fra Connect IQ store (*Connect IQ funktioner, side 7*).

- 1 Fra urskiven skal du vælge > **Urskive**.
- 2 Før fingeren opad eller nedad for at se urskiverne.
- 3 Tryk på skærmen for at vælge en urskive.

### Tilpasning af kontrolmenuen

Du kan tilføje, fjerne og ændre rækkefølgen af genvejsmenupunkter i kontrolmenuen (*Visning af menuen Styling, side 1*).

- 1 Hold nede.  
Kontrolmenuen vises.
- 2 Vælg > **Kontrollerer indstillinger**.
- 3 Tryk på den genvej, du vil tilpasse.
- 4 Vælg en funktion:
  - Hvis du vil ændre genvejens placering i kontrolmenuen, skal du trykke på den placering, hvor den skal vises.
  - Tryk på for at fjerne genvejen fra kontrolmenuen.
- 5 Vælg om nødvendigt for at tilføje en genvej i kontrolmenuen.

## Golfindstillinger

Fra urskiven skal du vælge  > **Indstillinger** > **Apps og aktiviteter** > **Golf** > **Golfindstillinger**.

**Scorer:** Giver dig mulighed for at indstille scoringsfunktioner (*Scoreindstillinger*, side 8).

**Driverdistance:** Angiver den gennemsnitlige distance, bolden tilbagelægger på din drive.

**Turneringstilstand:** Deaktiverer distancefunktionerne PinPointer og PlaysLike. Disse funktioner er ikke tilladte under godkendte turneringer eller baner til beregning af handicap.

**Store tal:** Ændrer størrelsen på de tal, der vises på skærmbilledet til visning af hullet.

### Scoreindstillinger

Fra urskiven skal du vælge  > **Indstillinger** > **Apps og aktiviteter** > **Golf** > **Golfindstillinger** > **Scorer**.

**Status:** Slår automatisk registrering af resultater til eller fra, når du starter en runde. Indstillingen Spørg altid spørger dig, når du starter en runde.

**Stat Tracking:** Aktiverer statistikregistrering for antal put, greens in regulation og fairway-slag, mens du spiller golf.

**Registrering af kølle:** Giver dig mulighed for at registrere de anvendte køller.

**2 spillere:** Indstiller scorecard til at registrere resultaterne for to spillere.

**BEMÆRK:** Denne indstilling er kun tilgængelig under en runde. Du skal aktivere denne indstilling, hver gang du starter en runde.

**Scoremetode:** Ændrer den metode, som enheden bruger til at holde styr på resultater.

**Handicapscore:** Angiver spillerhandicap.

## Indstillinger for aktiviteter og apps

Disse indstillinger giver dig mulighed for at tilpasse hver enkelt forudinstalleret aktivitets-app ud fra dine behov. Du kan f.eks. tilpasse datasiderne og aktivere advarsler og træningsfunktioner. Ikke alle indstillinger er tilgængelige for alle aktivitetstyper.

Fra urskiven skal du vælge  > **Indstillinger** > **Apps og aktiviteter**, vælge en aktivitet og vælge aktivitetsindstillingerne.

**Skærmbilleder:** Giver dig mulighed for at tilpasse dataskærmbilleder og tilføje nye dataskærmbilleder for aktiviteten (*Tilpasning af skærmbilleder*, side 8).

**Alarmer:** Indstiller trænings- eller navigationsadvarsler for aktiviteten (*Alarmer*, side 8).

**Omgange:** Indstillinger funktionen Auto Lap® til automatisk markering af en omgang ved en specifik distance. Denne funktion er nyttig, hvis du vil sammenligne din præstation på forskellige dele af en aktivitet (eksempelvis for hver 5 km eller 1 mile).

**Auto Pause:** Indstiller enheden 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 rullefunktion:** Giver dig mulighed for automatisk at bladere gennem skærmbillederne med aktivitetsdata, mens timeren kører.

**GPS:** Indstiller aktiviteten til at bruge GPS-satellitssignaler. Du kan slå GPS fra, når du træner indendørs eller for at spare batterilevetid. GPS er som standard slukket for indendørs aktiviteter.

**Poolstørrelse:** Indstiller pool længden ved svømning i pool.

**Baggrund:** Indstiller baggrundsfarven for den enkelte aktivitet til sort eller hvid.

**Farvetone:** Indstiller farvetonen for den enkelte aktivitet for at medvirke til at identificere, hvilken aktivitet der er aktiv.

### Tilpasning af skærmbilleder

Du kan vise, skjule og ændre layout og indhold af dataskærmbilleder for den enkelte aktivitet.

1 Vælg  > **Indstillinger** > **Apps og aktiviteter**.

2 Vælg den aktivitet, du vil tilpasse.

3 Vælg aktivitetsindstillingerne.

4 Vælg **Datafelter**.

5 Hvis det er nødvendigt, skal du vælge Til/Fra-knappen for at aktivere dataskærmbilledet.

6 Vælg et dataskærmbillede, som du vil tilpasse.

7 Vælg en funktion:

- Vælg **Sidelayout** for at tilpasse antallet af datafelter på dataskærmbilledet.
- Vælg **Rediger datafelter**, og vælg et felt for at ændre de data, der vises i feltet.

### Alarmer

Du kan indstille alarmer for hver aktivitet, og det kan hjælpe dig med at træne mod bestemte mål. Visse alarmer er kun tilgængelige for specifikke aktiviteter. Nogle alarmer kræver ekstra tilbehør, f.eks. pulsmåler eller kadencesensor. Der er tre typer alarmer: Hændelsesalarmer, områdealarmer og tilbagevendende alarmer.

**Hændelsesalarm:** Med en hændelsesalarm advares du én gang. Hændelsen er en bestemt værdi. Du kan f.eks. indstille enheden til at advare dig, når du forbrænder et bestemt antal kalorier.


**Områdealarm:** Med en områdealarm får du besked, hver gang enheden er over eller under et bestemt værdiområde. Du kan f.eks. indstille enheden til at advare dig, hvis din puls er under 60 bpm (hjerteslag pr. minut) og over 210 bpm.

**Tilbagevendende alarm:** Med en tilbagevendende alarm får du besked, hver gang enheden registrerer en bestemt værdi eller et bestemt interval. Du kan f.eks. indstille enheden 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.
Brugerdefineret	Tilbagevendende	Du kan vælge en eksisterende besked eller oprette en brugerdefineret besked og vælge en alarmtype.
Distance	Tilbagevendende	Du kan indstille et afstandsinterval.
Puls	Område	Du kan indstille minimum- og maksimumværdier for puls eller vælge zoneændringer.
Tempo	Område	Du kan indstille minimum- og maksimumværdier for tempo.
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.



## Indstilling af en advarsel

- 1 Fra urskiven skal du vælge  > **Indstillinger** > **Apps og aktiviteter**.
- 2 Vælg en aktivitet.
- 3 Vælg aktivitetsindstillingerne.
- 4 Vælg **Alarmer**.
- 5 Vælg en funktion:
  - 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).

## Tilføjelse af en aktivitet eller app

- 1 Vælg  > **Indstillinger** > **Apps og aktiviteter**.
- 2 Vælg en funktion:
  - Hvis du vil tilføje en aktivitet til dine favoritter, skal du vælge aktiviteten, og derefter vælge **Tilføj favorit**.
  - Hvis du vil tilføje en aktivitet til aktivitetslisten, skal du vælge **Tilføj** og vælge aktiviteten.

## Fjernelse af en aktivitet eller app

- 1 Vælg  > **Indstillinger** > **Apps og aktiviteter**.
- 2 Vælg en aktivitet.
- 3 Vælg en funktion:
  - Hvis du vil fjerne aktiviteten fra listen med aktiviteter, skal du vælge Til/Fra-knappen **Aktiveret**.
  - Hvis du vil fjerne aktiviteten fra din liste over favoritter, skal du vælge **Fjern favorit**.
  - Hvis du vil fjerne aktiviteten fra enheden, skal du vælge aktivitetsindstillingerne og vælge **Fjern**.

## Indstilling af din brugerprofil

Du kan opdatere indstillingerne for køn, fødselsår, højde, vægt og håndled. Enheden anvender disse oplysninger til at beregne nøjagtige træningsdata.

- 1 Vælg  > **Indstillinger** > **Brugerprofil**.
- 2 Vælg en funktion.

## Indstillinger for registrering af aktivitet

Vælg  > **Indstillinger** > **Registrering af aktivitet**.

**Aktivitetsalarm:** Viser en meddelelse og aktivitetsindikatoren på den digitale urskive og skærbilledet med skridt. Enheden vibrerer også, hvis vibration er aktiveret (*Systemindstillinger*, side 9).

**Alarm ved mål:** Lader dig slå alarmer ved mål til og fra. Alarmer ved mål vises for dit daglige skridtmål og ugentlige mål for minutter med høj intensitet.

## Systemindstillinger

Vælg  > **Indstillinger** > **System**.

**Autolås:** Giver dig mulighed for at låse touchskærmen automatisk for at forhindre utilsigtede tryk på tasterne. Brug indstillingen Under aktivitet til at låse touchskærmen under en aktivitet med tidtagning. Brug indstillingen Urtilstand til at låse

touchskærmen, når du ikke registrerer en aktivitet med tidtagning.

**Sprog:** Indstiller det sprog, der vises på enheden.

**Tid:** Justerer tidsindstillingerne (*Tidsindstillinger*, side 9).

**Baggrundslys:** Justerer indstillingerne for baggrundsbelysning (*Indstillinger for baggrundsbelysning*, side 9).

**Vibration:** Indstiller enhedens vibrationsniveau. Til/Fra-knappen giver dig mulighed for at slå vibrationer til eller fra.

**Må ikke forstyrres:** Tænder eller slukker tilstanden Vil ikke forstyrres.

**Kontrollerer indstillinger:** Gør det muligt for dig at tilføje, omorganisere og fjerne genvejsmenupunkter i kontrolmenuen (*Tilpasning af kontrolmenuen*, side 7).

**Enheder:** Indstiller de måleenheder, der anvendes på enheden (*Ændring af måleenhed*, side 9).

**USB-tilstand:** Indstiller enheden til at bruge masselagringstilstand eller Garmin tilstand, når den er forbundet med en computer.

**Gend. stand.indstillinger:** Giver dig mulighed for at nulstille brugerdata og -indstillinger (*Gendannelse af alle standardindstillinger*, side 12).

**Softwareopdatering:** Giver dig mulighed for at installere softwareopdateringer, der er downloadet med Garmin Express.


## Tidsindstillinger

Vælg  > **Indstillinger** > **System** > **Tid**.

**Tidsformat:** Indstiller enheden til at vise klokkeslættet i 12-timers eller 24-timers format.

**Tidskilde:** Indstiller enhedens tidskilde. Indstillingen Automatisk angiver automatisk tiden baseret på din GPS-position. Indstillingen Manuel giver dig mulighed for at justere tiden.

## Indstillinger for baggrundsbelysning

Vælg  > **Indstillinger** > **System** > **Baggrundslys**.

**Tilstand:** Indstiller baggrundsbelysningen, så det tændes ved interaktioner. Interaktioner omfatter taster, touchscreen og meddelelser.


**Bevægelse:** Indstiller baggrundsbelysningen, så det aktiveres af håndledsbevægelser. Håndbevægelser omfatter at rotere dit håndled mod kroppen for at få vist enheden. Du kan bruge funktionen Kun under aktivitet til kun at bruge bevægelser under aktiviteter med tidtagning.

**Timeout:** Indstiller længden af tid, inden baggrundsbelysningen slukker.

**Lysstyrke:** Indstiller baggrundsbelysningens lysstyrke.

## Ændring af måleenhed

Du kan tilpasse måleenhederne for distance, tempo og fart, højde, vægt, højde og temperatur.

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

## ANT+ sensorer

Din enhed kan bruges sammen med trådløse ANT+ sensorer. Du kan få flere oplysninger om kompatibilitet og ekstra sensorer på <http://buy.garmin.com>.

## Parring af ANT+ sensorer

Før du kan foretage parring, skal du tage pulsmåleren på eller installere sensoren.

Parring betyder, at du opretter forbindelsen mellem ANT+ de trådløse sensorer, f.eks. ved at tilslutte en pulsmåler til din Garmin enhed.

- 1 Flyt enheden inden for sensorens rækkevidde (3 m).  
**BEMÆRK:** Hold dig 10 m væk fra andre ANT+ sensorer under parringen.
- 2 Vælg  > **Indstillinger** > **Sensorer og tilbehør** > **Tilføj ny**.
- 3 Vælg en sensor.  
Når sensoren er parret med din enhed, vises der en meddelelse. Du kan tilpasse et datafelt til at vise sensordata.

## Brug af en valgfri sensor til cykelhastighed eller -kadence

Du kan bruge en kompatibel sensor til cykelhastighed eller -kadence til at sende data til din enhed.

- Par sensoren med din enhed (*Parring af ANT+ sensorer, side 9*).
- Opdater oplysningerne i din fitnessbrugerprofil (*Indstilling af din brugerprofil, side 9*).
- Indstil din hjulstørrelse (*Hjulstørrelse og -omkreds, side 13*).
- Kør en tur (*Start af aktivitet, side 5*).

## Fodsensor

Din enhed er kompatibel med en fodsensor. Du kan bruge fodsensoren til at registrere tempo og afstand i stedet for brug af GPS, når du træner indendørs, eller når dit GPS-signal er svagt. Fodsensoren er på standby og klar til at sende data (ligesom pulsmåleren).

Efter 30 minutter uden aktivitet slukker fodsensoren for at spare på batteriet. Hvis batteriniveauet er lavt, vises en meddelelse på din enhed. Der er så ca. fem timers batterilevetid tilbage.

### Forbedring af fodsensorens kalibrering

Før du kan kalibrere din enhed, skal du have modtaget GPS-signaler, og du skal parre din enhed med fodsensoren (*Parring af ANT+ sensorer, side 9*).

Fodsensoren er selvkalibrerende, men du kan forbedre nøjagtigheden af hastigheds- og distancedata med et par udendørs løbeture med brug af GPS.

- 1 Stå udendørs i 5 minutter med klart udsyn til himlen.
- 2 Start en løbeaktivitet.
- 3 Løb på et spor uden at stoppe i 10 minutter.
- 4 Stop aktiviteten, og gem den.

Baseret på de registrerede data ændres fodsensorens kalibreringsværdier, hvis det er nødvendigt. Det bør ikke være nødvendigt at kalibrere fodsensoren igen, medmindre din løbestil ændrer sig.

## tempe™

tempe er en ANT+ trådløs temperatursensor. Du kan fastgøre sensoren på en sikker strop eller en løkke, hvor den eksponeres for den omgivende luft og derfor fungerer som kilde for nøjagtige temperaturoplysninger. Du skal parre tempe med din enhed for at få vist temperaturoplysninger fra tempe.

## Enhedsoplysninger

### Udskiftning af QuickFit™ remmene

- 1 Løft smækklåsen på QuickFit remmen, og fjern remmen fra uret.



- 2 Juster den nye rem med uret.
- 3 Tryk remmen på plads.  
**BEMÆRK:** Kontroller, at remmen sidder fast. Låsen bør lukkes over urstiften.
- 4 Gentag trin 1 til 3 for at udskifte den anden rem.

## Specifikationer

Batteritype	Genopladeligt, indbygget litiumionbatteri
Batterilevetid	Op til 10 dage i utilstand Op til 10 timer i GPS-tilstand
Vandtæthedsklasse	5 ATM <sup>1</sup>
Driftstemperaturområde	Fra -20 til 55 °C (fra -4 til 131 °F)
Temperaturområde ved opladning	Fra 0° til 45°C (fra 32° til 113°F)
Trådløse frekvenser/protokol	2,4 GHz ved 1 dBm nominelt

## Vedligeholdelse af enheden

### BEMÆRK

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

Undgå at trykke på tasterne under vandet.

Brug ikke en skarp genstand til at fjerne batteriet.

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

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.

Hold læderremmen tør. Undgå at svømme eller tage brusebad med læderremmen på. Udsættes læderremmen for vand, kan den beskadiges.

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 enheden

### BEMÆRK

Selv små mængder sved eller fugt kan forårsage korrosion i de elektriske kontakter, når de tilsluttes en oplader. Korrosion kan forhindre opladning og dataoverførsel.

<sup>1</sup> \*Enheden tåler tryk svarende til en dybde på 50 m. Du kan finde flere oplysninger på [www.garmin.com/waterrating](http://www.garmin.com/waterrating).



1 Rengør enheden med en klud fugtet med en mild rengøringsmiddelopløsning.

2 Tør den af.

Efter rengøring skal du lade enheden tørre helt.

**TIP:** Du kan finde flere oplysninger på [garmin.com/fitandcare](http://garmin.com/fitandcare).

## Rengøring af læderremmene

1 Tør læderremmene med en tør klud.

2 Brug et læderplejemiddel til at rengøre læderremmene.

## Langtidsopbevaring

Hvis du planlægger ikke at bruge enheden i flere måneder, bør du oplade batteriet til mindst 50 % før opbevaring af enheden. Enheden skal opbevares på et køligt, tørt sted med temperaturer omkring det typiske husholdningsniveau. Efter opbevaring skal du oplade enheden helt før brug.

## Visning af enhedsoplysninger

Du kan se enheds-id, softwareversion, lovgivningsmæssige oplysninger (e-label) og licensaftale.

Vælg  > **Indstillinger** > **System** > **Om**.

## Datahåndtering

**BEMÆRK:** Enheden er ikke kompatibel med Windows® 95, 98, Me, Windows NT® og Mac® OS 10.3 og tidligere.

### Frakobling af USB-kablet

Hvis din enhed er forbundet til din computer som et flytbart drev, skal du frakoble din enhed fra din computer på en sikker måde for at forhindre tab af data. Hvis din enhed er forbundet til din Windows computer som en bærbar enhed, er det ikke nødvendigt at frakoble den på en sikker måde.

1 Fuldfør en handling:

- På Windows computere skal du vælge **Sikker fjernelse af hardware** på proceslinjen og vælge din enhed.
- For Apple computere skal du vælge enheden og derefter vælge **Fil** > **Skub ud**.

2 Tag kablet ud af computeren.

### Sletning af filer

#### **BEMÆRK**

Hvis du ikke ved, hvad en fil skal bruges til, må du ikke slette den. Hukommelsen i din enhed indeholder vigtige systemfiler, som ikke må slettes.

1 Åbn drevet eller disken **Garmin**.

2 Åbn en mappe eller diskenhed, hvis det er nødvendigt.

3 Vælg en fil.

4 Tryk på tasten **Slet** på tastaturet.

**BEMÆRK:** Hvis du bruger en Apple computer, skal du tømme mappen Papirkurv for helt at slette filerne.

## Fejlfinding

### Maksimering af batterilevetiden

Du kan gøre flere ting for at forlænge batteriets levetid.

- Reducer tiden, før baggrundsbelysningen slukker (*Indstillinger for baggrundsbelysning, side 9*).
- Reducer baggrundsbelysningens lysstyrke (*Indstillinger for baggrundsbelysning, side 9*).
- Slå håndledsbevægelser (*Indstillinger for baggrundsbelysning, side 9*).

• Deaktiver Bluetooth trådløs teknologi, når du ikke bruger tilsluttede funktioner (*Deaktivering af Bluetooth Smartphone-tilslutning, side 6*).

• Brug en Connect IQ urskive, der ikke opdateres hvert sekund.

Brug for eksempel en urskive uden sekundviser (*Ændring af urskiven, side 7*).

• Begræns det antal smartphone-meddelelser, enheden viser (*Administration af meddelelser, side 6*).

## Min enhed kan ikke finde golfbaner i nærheden

Hvis en baneopdatering afbrydes eller annulleres, før den er gennemført, mangler enheden muligvis banedata. Hvis du vil hente manglende banedata, skal du opdatere banerne igen.

1 Download og installer baneopdateringer fra Garmin Express applikationen (*Opdatering af softwaren med Garmin Express, side 7*).

2 Frakobl enheden på en sikker måde (*Frakobling af USB-kablet, side 11*).





3 Gå udenfor og start en testrunde golf for at kontrollere, at enheden finder baner i nærheden.

## Er min smartphone kompatibel med min enhed?

Approach S60 enheden er kompatibel med smartphones, som anvender Bluetooth trådløs teknologi.

Gå til [garmin.com/ble](http://garmin.com/ble) for at få oplysninger om kompatibilitet.

## Min telefon kan ikke oprette forbindelse til enheden

- Aktiver Bluetooth trådløs teknologi på din smartphone.
- Anbring din telefon inden for 10 m (33 fod) fra enheden.
- På din smartphone skal du åbne Garmin Connect Mobile appen, vælge  eller  og vælge **Garmin-enheder** > **Tilføj enhed** for at åbne paringstilstand.
- På din enhed skal du holde  nede og vælge  for at aktivere Bluetooth teknologi og gå i paringstilstand.

## Min enhed viser det forkerte sprog

1 Fra urskiven vælges .

2 Rul ned til det sidste element på listen, og vælg det.

3 Rul ned til det sidste element på listen, og vælg det.

4 Rul ned til det andet element på listen, og vælg det.

5 Vælg dit sprog.


## Min enhed viser de forkerte måleenheder

- Kontrollér, at du valgte den korrekte indstilling for måleenheder på enheden (*Ændring af måleenhed, side 9*).
- Kontrollér, at du valgte den korrekte indstilling for måleenheder på din Garmin Connect konto.

Hvis måleenhederne på enheden ikke stemmer overens med din Garmin Connect konto, dine indstillinger for enheden overskrides muligvis, når du synkroniserer enheden.

## Nulstilling af enheden

Hvis enheden holder op med at reagere, skal du muligvis nulstille den. Dette sletter hverken dine gemte data eller indstillinger.

1 Hold  nede i op til 30 sekunder, eller indtil enheden slukker.

2 Hold  nede i ét sekund for at tænde for enheden.

## Gendannelse af alle standardindstillinger

**BEMÆRK:** Dette sletter alle brugerindtastede oplysninger og historik.

Du kan nulstille alle indstillinger til fabriksindstillingerne.

Vælg  > **Indstillinger** > **System** > **Gend. stand.indstillinger** > **Ja**.

## Modtagelse af satellitsignaler

Enheden skal muligvis have frit udsyn til himlen for at kunne opfange satellitsignaler. Klokkeslættet og datoen indstilles automatisk baseret på GPS-positionen.

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

## Forbedring af GPS-satellitmodtagelsen

- Synkroniser enheden regelmæssigt med din Garmin Connect konto:
  - Slut enheden til en computer med det medfølgende USB-kabel og Garmin Express programmet.
  - Synkroniser enheden til Garmin Connect Mobile app'en med din Bluetooth aktiverede smartphone.

Mens du er tilsluttet din Garmin Connect konto, downloader enheden flere dages satellitdata, så den hurtigt kan lokalisere satellitsignaler.

- Tag din enhed med udenfor til et åbent område væk fra høje bygninger og træer.
- Stå stille i et par minutter.

## Registrering af aktivitet

Du finder flere oplysninger om aktivitetssporing og nøjagtigheden af sporing ved at gå til [garmin.com/ataccuracy](http://garmin.com/ataccuracy).

### Mit daglige antal skridt vises ikke

Det daglige antal skridt nulstilles hver dag ved midnat.

Hvis der vises tankestreger i stedet for antal skridt, skal du lade enheden finde satellitsignaler og indstille tiden automatisk.

### Min skridttæller lader ikke til at være præcis

Hvis skridttælleren ikke lader til at være præcis, kan du prøve følgende tip.

- Bær enheden på det håndled, der ikke er det dominerende.
- Anbring enheden i lommen, når du skubber en klapvogn eller en græsslåmaskine.
- Anbring kun enheden i lommen, når du bruger hænderne eller armene aktivt.

**BEMÆRK:** Enheden kan tolke enkelte gentagne bevægelser, såsom opvask, lægge tøj sammen eller klappe i hænderne, som skridt.

### Antallet af skridt på min enhed og min Garmin Connect konto stemmer ikke overens

Antallet af skridt på din Garmin Connect konto opdateres, når du synkroniserer enheden.

- 1 Vælg en funktion:
  - Synkroniser antallet af skridt med Garmin Connect programmet (*Sådan bruger du Garmin Connect på computeren, side 7*).
  - Synkroniser antallet af skridt med Garmin Connect mobil-app'en (*Manuel synkronisering af data med Garmin Connect Mobile, side 7*).
- 2 Vent, mens enheden synkroniserer dine data.  
Synkroniseringen kan tage adskillige minutter.

**BEMÆRK:** Opdatering af Garmin Connect mobil-app'en eller Garmin Connect-programmet synkroniserer ikke dine data og opdaterer heller ikke antallet af skridt.

### Mine minutter med høj intensitet blinker

Når du træner med en intensitet, der ligger inden for dine mål for minutter med høj intensitet, blinker minutterne med høj intensitet.

Træn i mindst 10 minutter i træk ved moderat eller høj intensitet.

## Sådan får du flere oplysninger

Du finder flere oplysninger om dette produkt på Garmin webstedet.

- Gå til [support.garmin.com](http://support.garmin.com).
- Gå til [www.garmin.com/outdoor](http://www.garmin.com/outdoor).
- Gå til <http://buy.garmin.com>, eller kontakt din Garmin forhandler for at få oplysninger om valgfrit tilbehør og reservedele.

## Appendiks

### Datafelter

Nogle datafelter kræver ANT+ tilbehør for at vise data.

**%HRR:** Procentdelen af pulsreserve (maksimal puls minus hvilepuls).

**24 timer maksimum:** Den maksimale registrerede temperatur i de sidste 24 timer.

**24 timer minimum:** Den laveste registrerede temperatur i de sidste 24 timer.

**30s gennemsnitlig lodret fart:** Bevægelsesgennemsnit pr. 30 sekunder for lodret hastighed.

**500 m tempo:** Det aktuelle svømmetempo pr. 500 meter.

**Antal tag:** Svømning. Antallet af tag pr. minut (spm).

**Antal tag:** Roning. Antallet af tag pr. minut (spm).

**Distance:** Den tilbagelagte distance for aktuelt spor eller aktivitet.

**Distance pr. tag:** Den tilbagelagte distance pr. tag.

**Distance seneste omgang:** Den tilbagelagte distance for den senest gennemførte omgang.

**Fart:** Den aktuelle rejsehastighed.

**Gennemsnitlig distance/tag:** Roning. Den gennemsnitlige tilbagelagte distance pr. tag under den aktuelle aktivitet.

**Gennemsnitlig kadence:** Cykling. Den gennemsnitlige kadence for den aktuelle aktivitet.

**Gennemsnitlig kadence:** Løb. Den gennemsnitlige kadence for den aktuelle aktivitet.

**Gennemsnitlig omgangstid:** Den gennemsnitlige omgangstid for den aktuelle aktivitet.

**Gennemsnitlig puls:** Den gennemsnitlige puls for den aktuelle aktivitet.

**Gennemsnitlig puls %Maksimal:** Den gennemsnitlige procentdel af den maksimale puls for den aktuelle aktivitet.

**Gennemsnitlig SWOLF:** Den gennemsnitlige swolf-score for den aktuelle aktivitet. Din swolf-score er summen af tiden for en længde plus antallet af tag i den længde.

**Gennemsnitligt 500 m tempo:** Det gennemsnitlige svømmetempo pr. 500 meter for den aktuelle aktivitet.

**Gennemsnitlig taghastighed:** Svømning. Det gennemsnitlige antal tag pr. minut (spm) under den aktuelle aktivitet.

**Gennemsnitlig taghastighed:** Roning. Det gennemsnitlige antal tag pr. minut (spm) under den aktuelle aktivitet.

**Gennemsnitsfart:** Den gennemsnitlige hastighed for den aktuelle aktivitet.

**Gn %HRR:** Den gennemsnitlige procentdel af pulsreserve (maksimal puls minus hvilepuls) for den aktuelle aktivitet.

**Gnm. tag/lngde:** Det gennemsnitlige antal tag pr. længde under den aktuelle aktivitet.

**Gn tempo:** Det gennemsnitlige tempo for den aktuelle aktivitet.

**Højde:** Højden over eller under havets overflade for din aktuelle position.

**Int. tempo:** Det gennemsnitlige tempo for det aktuelle interval.

**Interval Antal tag:** Det gennemsnitlige antal tag pr. minut (spm) i det aktuelle interval.

**Intervaldistance:** Den tilbagelagte afstand for det aktuelle interval.

**Intervaldistance/tag:** Den gennemsnitlige tilbagelagte distance pr. tag i det aktuelle interval.

**Intervallængder:** Antal længder i poolen, der er tilbagelagt i det aktuelle interval.

**Interval SWOLF:** Den gennemsnitlige swolf-score i det aktuelle interval.

**Interval - tag:** Det samlede antal tag for det aktuelle interval.

**Interval Tag/længde:** Det gennemsnitlige antal tag pr. længde i det aktuelle interval.

**Interval tag type:** Den aktuelle type tag i intervallet.

**Interval - tid:** Stopursted for det aktuelle interval.

**Kadence:** Cykling. Antallet af pedalarmens omdrejninger. Din enhed skal være tilsluttet kadencesensor (tilbehør), for at disse data vises.

**Kadence:** Løb. Antal skridt pr. minut (højre og venstre).

**Kalorier:** Antallet af forbrændte kalorier i alt.

**Klokkeslæt:** Klokkeslættet baseret på din aktuelle position og dine tidsindstillinger (format, tidszone og sommertid).

**Længder:** Antal længder i poolen, der er tilbagelagt under den aktuelle aktivitet.

**Lodret fart:** Stignings- eller nedstigningshastigheden over tid.

**Maksimal fart:** Den højeste hastighed for den aktuelle aktivitet.

**Nautisk distance:** Den tilbagelagte distance i nautiske meter eller nautiske fod.

**Nautisk fart:** Den aktuelle hastighed i knob.

**Omg.fart:** Den gennemsnitlige hastighed for den aktuelle omgang.

**Omgang %HRR:** Den gennemsnitlige procentdel af pulsreserve (maksimal puls minus hvilepuls) for den aktuelle omgang.

**Omgang 500 m tempo:** Det gennemsnitlige svømmetempo pr. 500 meter for den aktuelle omgang.

**Omgange:** Antallet af gennemførte omgange for den aktuelle aktivitet.

**Omgangsdistance:** Den tilbagelagte distance for den aktuelle omgang.

**Omgangskadence:** Cykling. Den gennemsnitlige kadence for den aktuelle omgang.

**Omgangskadence:** Løb. Den gennemsnitlige kadence for den aktuelle omgang.

**Omgangs puls:** Den gennemsnitlige puls for den aktuelle omgang.

**Omgangspuls %Maksimum:** Den gennemsnitlige procentdel af den maksimale puls for den aktuelle omgang.

**Omgangstempo:** Det gennemsnitlige tempo for den aktuelle omgang.

**Omgangstid:** Stopursted for den aktuelle omgang.

**Omgang - trin:** Antallet af trin for den aktuelle omgang.

**Puls:** Din puls i hjerteslag pr. minut (bpm). Enheden skal være tilsluttet en kompatibel pulsmåler.

**Puls %Maks.:** Procentdelen af maksimal puls.

**Pulszone:** Det aktuelle interval for din puls (1 til 5). Standardzonerne er baseret på din brugerprofil og maksimale puls (220 minus din alder).

**Retning:** Den retning, du bevæger dig i.

**Samlet fald:** Den samlede højdedestigning under aktiviteten og siden den seneste nulstilling.

**Samlet stigning:** Den samlede højdedestigning under aktiviteten eller siden den seneste nulstilling.

**Sidste interval-dist. pr. tag:** Den gennemsnitlige tilbagelagte distance pr. tag i det seneste fuldførte interval.

**Sidste interval - tag:** Det samlede antal tag for det senest gennemførte interval.

**Sidste interval tag hastighed:** Det gennemsnitlige antal tag pr. minut (spm) i det senest gennemførte interval.

**Sidste længde - SWOLF:** Swolf-scoren for den senest gennemførte pool-længde.

**Sidste længde - tag:** Det samlede antal tag i den senest gennemførte pool-længde.

**Sidste længde - tempo:** Det gennemsnitlige tempo for den senest gennemførte pool-længde.

**Sidste omgang 500 m tempo:** Det gennemsnitlige svømmetempo pr. 500 meter for den sidste omgang.

**Sidste omgang - hastighed for tag:** Det gennemsnitlige antal af tag pr. minut (spm) under den senest gennemførte pool-længde.

**Sidste omgang - hastighed Type:** Den anvendte type tag under den senest gennemførte pool-længde.

**Sidste omgang - kadence:** Cykling. Den gennemsnitlige kadence for den senest gennemførte omgang.

**Sidste omgang - kadence:** Løb. Den gennemsnitlige kadence for den senest gennemførte omgang.

**Sidste omgangsfart:** Den gennemsnitlige hastighed for den senest gennemførte omgang.

**Sidste omgangstid:** Stopursted for den senest gennemførte omgang.

**Sidste omgang - tempo:** Det gennemsnitlige tempo for den senest gennemførte omgang.

**Skridt:** Antallet af trin for den aktuelle aktivitet.

**Solnedgang:** Tidspunktet for solnedgang på din GPS-position.

**Solopgang:** Tidspunktet for solopgang på din GPS-position.

**Svømmetag:** Svømning. Det samlede antal tag for den aktuelle aktivitet.

**Tag:** Roning. Det samlede antal tag for den aktuelle aktivitet.

**Temperatur:** Lufttemperaturen. Din kropstemperatur påvirker temperatursensoren.

**Tempo:** Det aktuelle tempo.

**Tid i zone:** Den forgangne tid i hver enkelt puls- eller effektzone.

**Tidsforbrug:** Den samlede registrerede tid. Hvis du f.eks. starter timeren og løber i 10 minutter, stopper timeren i 5 minutter og derefter starter timeren igen og løber i 20 minutter, er den forløbne tid 35 minutter.

**Timer:** Stopursted for den aktuelle aktivitet.

## Hjulstørrelse og -omkreds

Hjulstørrelsen er markeret på begge sider af dækket. Dette er ikke en komplet liste. Du kan også bruge en af de beregningsredskaber, der findes på internettet.

Hjulstørrelse	L (mm)
12 × 1,75	935
14 × 1,5	1020
14 × 1,75	1055
16 × 1,5	1185
16 × 1,75	1195
18 × 1,5	1340
18 × 1,75	1350
20 × 1,75	1515
20 × 1-3/8	1615
22 × 1-3/8	1770
22 × 1-1/2	1785
24 × 1	1753
24 × 3/4 lukket ring	1785
24 × 1-1/8	1795
24 × 1-1/4	1905
24 × 1,75	1890
24 × 2,00	1925
24 × 2,125	1965
26 × 7/8	1920
26 × 1(59)	1913
26 × 1(65)	1952
26 × 1,25	1953
26 × 1-1/8	1970
26 × 1-3/8	2068
26 × 1-1/2	2100
26 × 1,40	2005
26 × 1,50	2010
26 × 1,75	2023
26 × 1,95	2050
26 × 2,00	2055
26 × 2,10	2068
26 × 2,125	2070
26 × 2,35	2083
26 × 3,00	2170
27 × 1	2145
27 × 1-1/8	2155
27 × 1-1/4	2161
27 × 1-3/8	2169
650 × 35A	2090
650 × 38A	2125
650 × 38B	2105
700 × 18C	2070
700 × 19C	2080
700 × 20C	2086
700 × 23C	2096
700 × 25C	2105
700 × 28C	2136
700 × 30C	2170
700 × 32C	2155
700C lukket ring	2130
700 × 35C	2168
700 × 38C	2180
700 × 40C	2200



WEEE-symbol vedrørende bortskaffelse og genanvendelse. WEEE-symbolet står på produktet i overensstemmelse med EU-direktiv 2012/19/EU om bortskaffelse af elektrisk og elektronisk udstyr (WEEE - Waste Electrical and Electronic Equipment). Formålet er at forhindre, at produktet bortskaffes på en forkert måde, samt at fremme genanvendelse.

## Symboldefinitioner

Disse symboler findes muligvis på mærker på enheden eller tilbehøret.

# Indeks

## A

afstandsmåling af slag **2**  
aktiviteter **5, 6, 8, 9**  
    gemme **5**  
    starte **5**  
alarmer **6, 8, 9**  
ANT+ sensorer **9**  
    parre **9**  
applikationer **6, 7**

## B

baggrundslys **1, 9**  
batteri  
    maksimere **6, 11**  
    opbevaring **11**  
    oplade **1**  
Bluetooth teknologi **1, 6, 11**  
brugerdata, slette **11**  
brugerprofil **9**

## C

Connect IQ **7**  
cykelsensorer **10**

## D

data  
    opbevare **2, 6, 7**  
    overføre **2, 6, 7**  
    sider **8**  
    upload **7**  
datafelter **7, 12**  
distance  
    alarmer **9**  
    måle **2**  
dogleg **2**

## E

effekt (kraft), alarmer **9**  
enheds-ID **11**

## F

fart- og kadencesensorer **10**  
fejlfinding **11, 12**  
flagplacering, green oversigt **2**  
fodsensoren **10**

## G

Garmin Connect **6, 7**  
    opbevare data **7**  
Garmin Express **1**  
    opdatering af software **1**  
gemme, positioner **2**  
genveje **1, 7**  
GLONASS **9**  
golfrunde, afslutning **3**  
GPS **9**  
    signal **12**  
green oversigt, flagplacering **2**

## H

handicap **3**  
historik  
    sende til computer **2, 6, 7**  
    vise **3**  
hjulstørrelser **13**  
hovedmenu, tilpasse **5**  
håndethed **4**

## I

indendørs træning **5**  
indstillinger **5, 8, 9, 12**

## K

kadence  
    alarmer **9**  
    sensorer **10**  
kalorie, alarmer **9**  
kompas **2**

## L

layout **2**

## M

meddelelser **6**  
menu **1**  
menuen styring **7**  
minutter med høj intensitet **12**  
måleenheder **9**  
målinger **3, 4**

## N

nedtællingstimer **6**  
nulstilling af enheden **11**

## O

opbevare data **2, 6**  
opdateringer, software **7**  
oplade **1**

## P

parre, smartphone **1, 11**  
parring af ANT+ sensorer **9**  
positioner **2**  
    gemme **2**  
profiler **5**  
    bruger **9**  
programmer **6**  
puls, alarmer **9**

## R

registrering af aktivitet **5, 9**  
remme **10**  
rengøre enhed **10, 11**  
ruter  
    afspille **2**  
    vælge **2**

## S

satellitsignaler **12**  
score **3**  
scorecard **3**  
scorekort **3**  
skærm **9**  
slette, alle brugerdata **11**  
smartphone **4, 6, 7, 11**  
    applikationer **6**  
    parre **1, 11**  
software  
    licens **11**  
    opdatere **1, 7**  
    version **11**  
specifikationer **10**  
sprog **9**  
statistik **3**  
stopur **6**  
svinganalyse **3, 4**  
systemindstillinger **9**  
søvnfunktion **5**

## T

taster **1, 9, 10**  
tempe **10**  
temperatur **10**  
tid  
    alarmer **9**  
    indstillinger **9**  
tilhører **9, 12**  
tilpasning af enheden **7, 8**  
timer, nedtælling **6**  
touchscreen **1**  
træning **4, 6**

## U

uploade data **7**  
ur **6**  
urskiver **7**  
USB **7**  
    frakoble **11**

## W

widgets **4, 5, 7**

