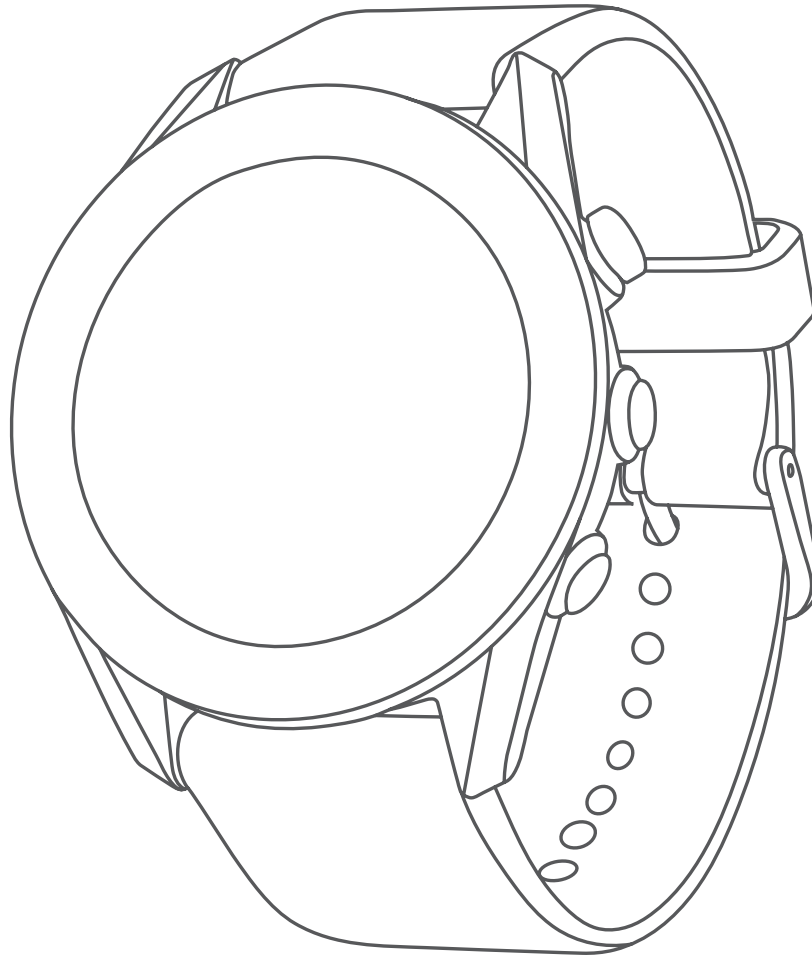




APPROACH® S60

Brukerveiledning

© 2017 Garmin Ltd. eller tilhørende datterselskaper

Med enerett. I henhold til opphavsretslovene må ingen deler av denne brukerveiledningen kopieres uten skriftlig samtykke fra Garmin. Garmin forbeholder seg retten til å endre eller forbedre produktene sine og gjøre endringer i innholdet i denne brukerveiledningen uten plikt til å varsle noen person eller organisasjon om slike endringer eller forbedringer. Gå til www.garmin.com for å finne gjeldende oppdateringer og tilleggsinformasjon vedrørende bruk av dette produktet.

Garmin®, Garmin logoen, ANT+®, Approach®, Auto Lap® og Auto Pause® er varemerker for Garmin Ltd. eller tilhørende datterselskaper som er registrert i USA og andre land. Connect IQ™, Garmin Connect™, Garmin Express™, QuickFit™, tempe™ og TruSwing™ er varemerker for Garmin Ltd. eller tilhørende datterselskaper. Disse varemerkene kan ikke brukes uten uttrykkelig tillatelse fra Garmin.

Android™ er et varemerke for Google Inc. Apple® og Mac® er varemerker for Apple Inc., registrert i USA og andre land. Navnet Bluetooth® og tilknyttede logoer eies av Bluetooth SIG, Inc., og enhver bruk som Garmin gjør av disse, er underlagt lisens. Handicap Index® og Slope Rating® er registrerte varemerker for United States Golf Association. Windows® er et registrert varemerke for Microsoft Corporation i USA og andre land. Andre varemerker og varenavn tilhører sine respektive eiere.

Produktet er sertifisert i henhold til ANT+®. Du finner en liste over kompatible produkter og apper på www.thisisant.com/directory.

M/N: A03116

Innholdsfortegnelse

Innledning	1
Oversikt over enheten	1
Parkoble smarttelefonen	1
Lade enheten	1
Tips til lading av enheten	1
Vise kontrollmenyen	1
Produktoppdateringer	1
Konfigurere Garmin Express	1
Garmin Golf™-appen	2
Spille golf	2
Visning av hull	2
Vise PlaysLike-avstand	2
Vise greenen	2
Vise retningen til flagget	2
Vise avstand for layup og dogleg og lagrede posisjoner	2
Lagre en posisjon	2
Måle avstand ved å angi mål ved berøring	2
Måle et slag med Garmin AutoShot™-funksjonen	2
Bruke scorekortet	3
Spore statistikk	3
Angi metode for poengregning	3
Aktivere poengregning for handikap	3
Vise slagshistorikk	3
Vise TruSwing™ målinger under en runde	3
Vise rundesammendraget ditt	3
Avslutte en runde	3
Svingtempo	4
Det ideelle svingtempoet	4
Analysere svingtempoet ditt	4
Vise tipssekvensen	4
TruSwing	4
TruSwing målinger	4
Registrere og vise TruSwing målinger på enheten	4
Bytte foretrukket hånd	4
Widgets	4
Vise widgeter	5
Tilpasse widgetløyen	5
Aktivitetssporing	5
Automatisk mål	5
Bruke bevegelsesvarsler	5
Søvnsporing	5
Aktiviteter	5
Starte en aktivitet	5
Tips for registrering av aktiviteter	5
Stoppe en aktivitet	5
Innendørsaktiviteter	5
Friluftaktiviteter	6
Klokke	6
Stille inn en alarm	6
Bruke nedtellingstidtakeren	6
Bruke stoppeklokken	6
Tilkoblede funksjoner	6
Aktivere Bluetooth varsler	6
Vise varsler	6
Administrere varsler	6
Slå av smartfontilkoblingen til Bluetooth	6
Slå på tilkoblingsvarsel for smarttelefon	6
Finne en mistet mobilenhet	6
Garmin Connect	6
Oppdatere programvaren ved hjelp av Garmin Connect	6
Mobile	7

Oppdatere programvaren ved hjelp av Garmin Express	7
Manuell synkronisering av data med Garmin Connect	
Mobile	7
Connect IQ – funksjoner	7
Laste ned Connect IQ funksjoner	7
Laste ned Connect IQ funksjoner ved hjelp av datamaskinen	7
Tilpasse enheten	7
Endre urskiven	7
Endre kontrollmenyen	7
Golfinnstillinger	8
Innstillinger for poengregnskap	8
Innstillinger for aktiviteter og apper	8
Tilpasse dataskjermbildene	8
Varsler	8
Legge til en aktivitet eller app	9
Fjerne en aktivitet eller app	9
Konfigurere brukerprofilen	9
Innstillinger for aktivitetssporing	9
Systeminnstillinger	9
Tidsinnstillinger	9
Innstillinger for bakgrunnslys	9
Endre måleenhetene	9
Sensorer med ANT+	9
Pare sensorer med ANT+	9
Bruke en valgfri hastighets- eller pedalfrekvenssensor for sykkel	10
Fotsensor	10
Forbedre fotsensorkalibreringen	10
tempe™	10
Informasjon om enheten	10
Bytte remmene på QuickFit™	10
Spesifikasjoner	10
Ta vare på enheten	10
Rengjøre enheten	10
Rengjøre lærremmene	11
Langvarig oppbevaring	11
Vise enhetsinformasjon	11
Databehandling	11
Koble fra USB-kabelen	11
Slette filer	11
Feilsøking	11
Maksimere batterilevetiden	11
Enhets min finner ikke golfbaner i nærheten	11
Er smarttelefonen min kompatibel med enheten?	11
Telefonen min kobler seg ikke til enheten	11
Enhets bruker feil språk	11
Enhets min viser feil måleenheter	11
Nullstille enheten	11
Gjenopprette alle fabrikkinnstillinger	11
Innhente satellittsignaler	12
Forbedre GPS-satellitmottaket	12
Aktivitetmåling	12
Antallet daglige skritt vises ikke	12
Antall skritt virker unøyaktig	12
Antall skritt på enheten og Garmin Connect kontoen samsvarer ikke	12
Intensitetsminuttene blinker	12
Få mer informasjon	12
Tillegg	12
Datafelter for	12
Hjulstørrelse og -omkrets	13
Symbolforklaring	14
Indeks	15

Innledning

⚠ ADVARSEL

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

Oversikt over enheten



① Berøringsskjerm	Sveip for å bla gjennom widgeter, funksjoner og menyer. Trykk for å velge.
② Handlingstast	Velg for å starte en aktivitet. Når du spiller golf, velger du den for å vise golfmenyen.
③ ≡	Hold inne for å slå på enheten. Hold inne for å vise kontrollmenyen. Velg for å vise en meny for det gjeldende skjerm-bildet.
④ ↶	Velg for å gå tilbake til forrige skjermbilde.

Parkoble smarttelefonen

For at du skal kunne bruke funksjonene til Approach S60-enheden, må den parkobles direkte via Garmin Connect™ Mobile-appen og ikke fra Bluetooth® innstillingene på smarttelefonen.

1 Installer og åpne Garmin Connect Mobile-appen fra appbutikken på smarttelefonen.

2 Hold nede ≡ for å slå på enheten.

Den første gangen du slår på enheten, må du velge enhetsspråket. Det neste skjermbildet ber deg om å parkoble med smarttelefonen.

TIPS: Du kan velge ≡ > **Innstillinger** > **Parkoble telefon** for å angi parkoblingsmodus etter den første konfigurasjonsprosessen.

3 Velg et alternativ for å legge til enheten i Garmin Connect Mobile-kontoen din:

- Hvis dette er den første enheten du parkobler med Garmin Connect Mobile-appen, følger du instruksjonene på skjermen.
- Hvis du allerede har parkoblet en annen enhet med Garmin Connect Mobile-appen, velger du **Garmin-enheter** > **Legg til enhet** fra Innstillinger-menyen og følger instruksjonene på skjermen.

Når du har parkoblet enhetene, vises en melding, og enheten synkroniseres automatisk med smarttelefonen.

Lade enheten

⚠ 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 instruksjoner for rengjøring i tillegg.

1 Koble den minste enden av USB-kabelen til ladeporten på enheten.



2 Koble den største enden av USB-kabelen til en USB-port på datamaskinen.

3 Lad enheten helt opp.

Tips til lading av enheten

- Bruk USB-kabelen for å koble laderen til enheten, og sørg for at kabelen sitter godt (*Lade enheten, side 1*).

Du kan lade enheten ved hjelp av USB-kabelen på to måter. Enten ved å bruke en strømadapter som er godkjent av Garmin® i en vanlig stikkontakt, eller ved å koble USB-kabelen til USB-porten på en datamaskin. Det tar omtrent fire timer å lade opp et helt utladet batteri.

- Se hvor mye batteristrøm du har igjen, på kontrollmenyen (*Vise kontrollmenyen, side 1*).

Vise kontrollmenyen

Kontrollmenyen inneholder snarveismenyalternativer, blant annet for å slå på Ikke forstyr-modusen, låse berøringsskjermen og slå av enheten.

MERK: I kontrollmenyen (*Endre kontrollmenyen, side 7*) kan du legge til, endre rekkefølgen på eller fjerne alternativer i snarveismenyen.

1 Hold nede ≡ fra alle skjermbilder.



2 Velg et alternativ.

Produktoppdateringer

Installer Garmin Express™ (www.garmin.com/express) på datamaskinen. Installer Garmin Connect Mobile-appen på smarttelefonen.

Appen gir Garmin enheter enkel tilgang til disse tjenestene:

- Programvareoppdateringer
- Baneoppdateringer
- Dataopplastinger til Garmin Connect
- Produktregistrering

Konfigurere Garmin Express

- 1 Koble enheten til datamaskinen med en USB-kabel.
- 2 Gå til garmin.com/express.

3 Følg instruksjonene på skjermen.

Garmin Golf™-appen

Garmin Golf-appen gjør det mulig for golfspillere å konkurrere med hverandre på ulike baner. Flere enn 40 000 baner har en ukentlig ledertavle som alle kan bli med på. Du kan starte en turneringshendelse og invitere spillere til å delta. Garmin Golf-appen synkroniserer dataene dine med Garmin Connect webområdet og Garmin Connect Mobile-appen. Du kan laste ned Garmin Golf-appen fra appbutikken på smarttelefonen din.

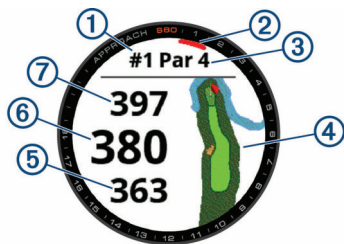
Spille golf

- 1 Velg handlingstasten.
- 2 Velg **Golf**.
- 3 Vent mens enheten finner satellittene.
Dette kan ta 30–60 sekunder.
- 4 Velg en bane fra listen over baner i nærheten.

Visning av hull

Enheden viser hullet du spiller for øyeblikket. Den veksler automatisk når du går til et nytt hull. Du kan sveipe opp eller ned eller dra hullindikatoren rundt kanten av skjermen for å bytte hull.

MERK: Enheten beregner avstanden til fremre del, midten og bakre del av greenen. Hvis du kjenner til flaggposisjonen, kan du angi den mer nøyaktig (*Vise greenen, side 2*).



①	Gjeldende hullnummer
②	Hullindikator
③	Par for hullet
④	Kart over hullet
⑤	Avstand til fremre del av greenen
⑥	Avstand til midten av greenen
⑦	Avstand til bakre del av greenen

Vise PlaysLike-avstand

Funksjonen PlaysLike-avstand tar hensyn til høydeforskjeller på banen ved å vise justert avstand til greenen.

Velg en avstand til greenen.

Et ikon vises ved siden av hver avstand.

▲	Avstanden vises som lenger enn forventet grunnet en endring i høydeforskjell.
■	Avstanden vises som forventet.
▼	Avstanden vises som kortere enn forventet grunnet en endring i høydeforskjell.

Vise greenen

Du kan se nærmere på greenen og flytte flaggposisjonen mens du spiller et spill.

- 1 Velg kartet.
- 2 Velg øverst på skjermbildet.
- 3 Trykk på eller dra for å flytte flaggposisjonen.

Avstandene på skjermbildet for hullinformasjonen oppdateres for å vise den nye flaggposisjonen. Flaggposisjonen lagres bare for den gjeldende runden.

Vise retningen til flagget

Funksjonen PinPointer er et kompass som viser retning når du ikke kan se greenen. Denne funksjonen kan hjelpe deg med å finne ut hvor du skal sikte et slag, selv om du er i skogen eller en sandgrop.

MERK: Ikke bruk PinPointer mens du sitter i en golfbil. Forstyrrelser fra golfbilen kan påvirke nøyaktigheten til kompasset.

- 1 Velg handlingstasten.
 - 2 Velg .
- Pilen peker mot flaggposisjonen.

Vise avstand for layup og dogleg og lagrede posisjoner

Du kan vise en liste over avstander for layup og dogleg for hull med par på 4 og 5. Lagrede posisjoner vises også på listen.

- 1 Velg handlingstasten.
- 2 Velg .

MERK: Avstandene fjernes fra listen etter hvert som du passerer dem.

Lagre en posisjon

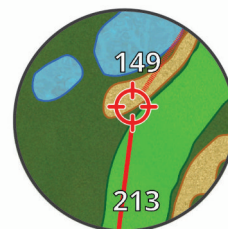
Du kan lagre opptil fem posisjoner for hvert hull mens du spiller en runde. Det kan være nyttig å lagre en posisjon for å lagre objekter eller hindringer som ikke vises på kartet. Du kan vise avstanden til posisjonene fra skjermbildene for layup og dogleg (*Vise avstand for layup og dogleg og lagrede posisjoner, side 2*).

- 1 Stå ved posisjonen du vil lagre.
- MERK:** Du kan ikke lagre en posisjon som er langt unna hullet som er valgt for øyeblikket.
- 2 Velg handlingstasten.
 - 3 Velg > > **Lagre posisjon**.
 - 4 Velg et merke for posisjonen.

Måle avstand ved å angi mål ved berøring

Når du spiller golf, kan du bruke mål ved berøring for å måle avstanden til et hvilket som helst punkt på kartet.

- 1 Velg kartet.
- 2 Trykk på skjermen eller dra fingeren for å plassere objektsirkelen.



Du kan vise avstanden fra den gjeldende posisjonen din til målsirkelen, eller fra målsirkelen til flaggposisjonen.

- 3 Velg eller for å zoome inn eller ut ved behov.

Måle et slag med Garmin AutoShot™ -funksjonen

Approach S60 enheten leveres med automatisk slagsporing og slagregistrering. Hver gang du gjør et slag langs fairwayen, registrerer enheten slaglengden, slik at du kan se den senere (*Vise slaghistorikk, side 3*).

TIPS: Automatisk slagsporing fungerer best når du har enheten på hånden du bruker mest og har god kontakt med ballen. Putter spores ikke.

1 Begynn å spille en runde.

Når enheten sporer et slag, vises slaglengden i banneret ① øverst på skjermen.



TIPS: Du kan trykke på banneret for å skjule det i 10 sekunder.

2 Gå eller kjør bort til ballen din.

3 Gjør ditt neste slag.

Enheten registrerer lengden på det siste slaget ditt.

Bruke scorekortet

1 Mens du spiller golf, velger du handlingstasten.

2 Velg ✎.

3 Velg om nødvendig ≡ for å konfigurere poengregning eller endre par for hullet.

4 Sveip opp eller ned eller dra hullindikatoren rundt kanten av skjermen for å bytte hull.

5 Trykk midt på skjermen.

6 Velg — eller + for å angi poeng.

Spore statistikk

Når du aktiverer statistikkregistrering på enheten, kan du vise statistikken din for den gjeldende runden ([Vise rundesammendraget ditt](#), side 3). Du kan sammenligne runder og registrere forbedringer ved hjelp av mobilappen Garmin Connect.

Fra scorekortet velger du ≡ > **Golf-innstillinger** > **Poengregning** > **Statistikksporing**.

Registrere statistikk

Du må aktivere statistikkregistrering før du kan registrere statistikk ([Spore statistikk](#), side 3).

1 Fra scorekortet trykker du midt på skjermen.

2 Angi antall slag, og velg **Neste**.

3 Angi antall putter, og velg **Neste**.

4 Velg et alternativ:

- Hvis ballen traff fairwayen, velger du ⬆.
- Hvis ballen ikke traff fairwayen, velger du ⬅ eller ➡.

Angi metode for poengregning

Du kan endre metoden enheten bruker til å føre poengregnskap.

1 Fra scorekortet velger du ≡ > **Golf-innstillinger** > **Poengregning** > **Metode for poengr.**

2 Velg en metode for poengregning.

Om Stableford-poengregning

Når du velger metoden Stableford for poengregning ([Angi metode for poengregning](#), side 3), gis det poeng etter antall slag i forhold til par. Ved slutten av runden vinner spilleren med høyest poengsum. Enheten tildeler poeng etter United States Golf Association.

Scorekort for spill med Stableford-poengregning viser poeng i stedet for slag.

Poeng	Antall slag i forhold til par
0	2 eller flere over
1	1 over
2	Par
3	1 under
4	2 under
5	3 under

Aktivere poengregning for handicap

1 Fra scorekortet velger du ≡ > **Golf-innstillinger** > **Poengregning** > **Poeng m/handikap**.

2 Velg et alternativ:

- Velg **Lokalt handicap** for å angi antall slag som skal trekkes fra spillerens sammenlagte poengregning.
- Velg **Indeks/Slope** for å angi spillerens Handicap Index® og banens Slope Rating® for å beregne et banehandicap for spilleren.

Antall handicapslag vises som prikker på skjermbildet for hullinformasjon. Scorekortet viser den handicapjusterte scoren for runden.

Vise slaghistorikk

1 Når du har spilt et hull, velger du handlingstasten.

2 Velg ⌂ for å vise informasjon om ditt siste slag.

3 Velg ... for å vise informasjon om hvert slag for et hull.

4 Velg et slag for å vise svingtempoet ditt.

Vise TruSwing™ målinger under en runde

Før du kan bruke TruSwing funksjonen på Approach enheten, må du feste TruSwing enheten trygt på køllen. Du finner mer informasjon i brukerveiledningen for TruSwing enheten.

1 Slå på TruSwing enheten.

2 Begynn å spille en runde.

3 På Approach S60-enheten velger du handlingstasten, og deretter velger du ⌂.

Approach S60-enheten parkobles med TruSwing enheten.

4 Velg ≡ > **Endre kølle** for å velge en kølle.

5 Gjør et slag.

Svingmålingene vises på Approach S60-enheten etter hver sving ([TruSwing målinger](#), side 4).

6 Trykk på skjermen for å bla gjennom de registrerte svingmålingene.

Vise rundesammendraget ditt

Under en runde kan du vise informasjon om poeng, statistikk og skritt.

1 Velg handlingstasten.

2 Velg ①.

3 Sveip opp eller ned.

Avslutte en runde

1 Velg handlingstasten.

2 Velg **Avslutt**.

3 Velg et alternativ:

- Hvis du vil vise statistikk og rundeinformasjon, trykker du på scoren din.
- Hvis du vil lagre runden og gå tilbake til klokkemodus, velger du **Lagre**.
- Hvis du vil redigere scorekortet ditt, velger du **Redig score**.

- Hvis du vil forkaste runden og gå tilbake til klokkemodus, velger du **Forkast**.
- Hvis du vil stanse runden midlertidig og fortsette senere, velger du **Pause**.

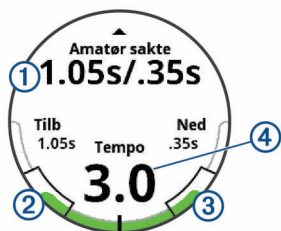
Svingtempo

Appen for svingtempo hjelper deg med å få et mer konsekvent slag. Enheten måler og viser deg baksving- og nedsvingtidene dine. Enheten viser deg også svingtempoet ditt. Svingtempoet vises som et forholdstall basert på å dele baksvingtiden med nedsvingtiden. Studier av profesjonelle golfspillere viser at et 3-til-1-forhold, eller 3.0, er det ideelle svingtempoet.

Det ideelle svingtempoet

Du kan oppnå det ideelle svingtempoet på 3,0 ved hjelp av ulike svingtimer, som for eksempel 0,7 sek/0,23 sek eller 1,2 sek/0,4 sek. Alle golfspillere har unike svingtempoer basert på ferdighet og erfaring. Garmin gir deg seks forskjellige timer.

Enheten viser en graf som indikerer om baksvingen eller nedsvingen er for rask, for sakte eller akkurat passe for den valgte timingen.



①	Timingvalg (tidsforhold fra baksving til nedsving)
②	Tid for baksving
③	Tid for nedsving
④	Ditt tempo
■	Bra timing
■	For sakte
■	For fort

Du bør starte med den sakteste timingen og prøve noen slag for å finne den ideelle svingtimingene dine. Når tempografen konsekvent er grønn for både baksving- og nedsvingstidene dine, kan du gå videre til neste timing. Når du finner en komfortabel timing, kan du bruke den til å oppnå mer konsekvente svinger og ytelse.

Analysere svingtempoet ditt

Du må slå en ball for å se svingtempoet ditt.

- 1 Fra urskiven velger du handlingstasten.
 - 2 Velg > **Svingtempo**.
 - 3 Velg eller for å angi tidtakeren for tempo.
 - 4 Velg > **Type golfkølle**, og velg deretter en kølletype.
 - 5 Utfør en full sving, og slå til ballen.
- Enheten viser analysen for slaget.

Vise tipssekvensen

Første gang du bruker appen for svingtempo, viser enheten en tipssekvens som forklarer hvordan slaget analyseres.

- 1 Fra appen for **Svingtempo** velger du handlingstasten.
- 2 Trykk på skjermen for å vise neste tips.

TruSwing

TruSwing funksjonen gjør det mulig å se svingmålinger registrert av TruSwing enheten. Gå til www.garmin.com/golf hvis du vil kjøpe en TruSwing enhet.

TruSwing målinger

Du kan vise svingmålinger på Approach enheten din, i Garmin Connect eller i Garmin Connect Mobile-appen. Du finner mer informasjon i brukerveiledningen for TruSwing enheten.

Funksjon	Beskrivelse	Krav
Bare svingmålinger på Approach enheten din	Tilgjengelige målinger omfatter svingtempo, hastighet, målinger for køllebane, kritiske kølle-vinkler med mer.	TruSwing enheten må være parkoblet med Approach enheten.
Svingmålinger på Approach enheten din og i Garmin Connect Mobile-appen	Tilgjengelige målinger omfatter svingtempo, hastighet, målinger for køllebane, kritiske kølle-vinkler med mer.	Både TruSwing og Approach enheten må være parkoblet med Garmin Connect Mobile-appen på smarttelefonen.

Registrere og vise TruSwing målinger på enheten

Før du kan bruke TruSwing funksjonen på Approach S60 enheten, må du feste TruSwing enheten trygt på køllen. Du finner mer informasjon i brukerveiledningen for TruSwing enheten.

- 1 Slå på TruSwing enheten.
- 2 På Approach S60-enheten velger du handlingstasten, og deretter velger du > **TruSwing**.
Approach S60-enheten parkobles med TruSwing enheten.
- 3 Velg > **Endre kølle** for å velge en kølle.
- 4 Gjør et slag.
Svingmålingene vises på Approach S60-enheten etter hver sving.
- 5 Trykk på skjermen for å bla gjennom de registrerte svingmålingene.

Bytte foretrukket hånd

- 1 Fra TruSwing appen velger du > **Foretrukken hånd**.
- 2 Velg et alternativ.

Widgets

Enheten leveres forhåndsinstallert med widgets som gir oversiktlig informasjon. Enkelte widgets krever en Bluetooth tilkobling til en kompatibel smarttelefon.

Enkelte widgets er som standard ikke synlige. Du kan legge dem til i widgetløyken manuelt.

Kalender: Viser kommende møter fra kalenderen på smarttelefonen.

Kalorier: Viser informasjon om kaloriforbruk for dagen i dag.

Golf: Viser informasjon om den siste golfunden din.

Intensitetsminutter: Registrerer tiden du har brukt på aktiviteter med moderat til høy intensitet, det ukentlige målet ditt for intensitetsminutter og fremdriften mot målet.

Siste aktivitet: Viser et kort sammendrag av den sist registrerte aktiviteten, for eksempel siste løpetur, siste sykkelturn eller siste svømmetur.

Forrige idrett: Viser et kort sammendrag av den sist registrerte idretten.

Min dag: Viser et dynamisk sammendrag av dagens aktiviteter.

Statistikken omfatter aktiviteter du tar tiden på, intensitetsminutter, skritt, kaloriforbruk og annet.

Varsler: Varsler deg om innkommende anrop, tekstmeldinger, oppdateringer fra sosiale medier og annet, basert på varslingsinnstillingene på smarttelefonen.

Skritt: Sporer antall skritt per dag, skrittmål og data for de siste dagene.

Vær: Viser gjeldende temperatur og værmelding.

Vise widgeter

Enheden leveres forhåndslastet med flere widgets. Du får tilgang til flere funksjoner når du parkobler enheten med en smarttelefon.

- Sveip oppover eller nedover på urskiven.
- Trykk på berøringsskjermen for å vise flere alternativer og funksjoner for en widget.
- Velg  for å vise widgetinnstillingene.

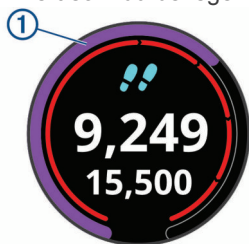
Tilpasse widgetløyken

- 1 Velg  > **Innstillinger** > **Widgeter**.
 - 2 Velg et kontrollprogram.
 - 3 Velg **Aktivert**-bryteren for å fjerne widgeten fra widgetløyken.
 - 4 Velg **Legg til widgeter**.
 - 5 Velg et kontrollprogram.
- Widgeten legges til i widgetløyken.

Aktivitetssporing

Automatisk mål

Enheden oppretter automatisk et daglig skrittmål basert på tidligere aktivitetsnivå. Enheden viser deg fremdriften mot ditt daglige mål ① etter hvert som du beveger deg.



Hvis du velger ikke å slå på Automatisk mål-funksjonen, kan du angi et eget mål på Garmin Connect kontoen din.

Bruke bevegelsesvarsler

Hvis du sitter stille over lengre tid, kan du utvikle uønskede stoffskifteendringer. Bevegelsesvarsleren minner deg på at du bør bevege på deg. Når du har holdt deg i ro i én time, vises Beveg deg! og den røde linjen. Det vises flere deler etter hvert 15. minutt med inaktivitet. Enheden vibrerer også hvis vibrering er slått på (*Systeminnstillinger*, side 9).

Gå litt (minst et par minutter) for å nullstille bevegelsesvarsleren.

Søvnsporing

Enheden registrerer automatisk søvnen din og overvåker hvordan du beveger deg mens du sover i den normale søvnperioden din. Du kan angi tidspunktene du vanligvis sover i brukerinnsstillingene på Garmin Connect kontoen. Søvnstatistikk er totalt antall timer søvn, søvnnivåer og bevegelse i søvn. Du kan se søvnstatistikken din på Garmin Connect kontoen din.

MERK: Høneblunder regnes ikke med i søvnstatistikken din. Du kan bruke Ikke forstyr-modusen til å slå av varsler med unntak av alarmer.

Bruke automatisk søvnsporing

- 1 Ha på deg enheten mens du sover.
 - 2 Last opp søvnsporingsdataene dine til Garmin Connect nettstedet (*Manuell synkronisering av data med Garmin Connect Mobile*, side 7).
- Du kan se søvnstatistikken din på Garmin Connect kontoen din.

Aktiviteter

Enheden kan brukes til en ulike treningsaktiviteter, både utendørs og innendørs. Når du starter en aktivitet, viser og registrerer enheten sensordata. Du kan lagre aktiviteter og dele dem med Garmin Connect fellesskapet.

Du kan også legge til Connect IQ™ aktivitetsapper på enheten ved hjelp av Garmin Connect kontoen din (*Connect IQ – funksjoner*, side 7).

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

Starte en aktivitet

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

- 1 Fra urskiven velger du handlingstasten.
- 2 Velg .
- 3 Velg en aktivitet.
- 4 Vent eventuelt mens enheten kobler til ANT+® sensorene.
- 5 Hvis aktiviteten krever GPS, gå du utendørs og vent mens enheten innhenter satellittsignaler.
- 6 Trykk på handlingstasten for å starte tidtakeren.

MERK: Enheden registrerer ikke aktivitetsdata før du starter tidtakeren.

Tips for registrering av aktiviteter

- Lad enheten før du starter en aktivitet (*Lade enheten*, side 1).
- Sveip oppover eller nedover for å se flere datasider.

Stoppe en aktivitet

- 1 Velg handlingstasten.
- 2 Velg et alternativ:
 - Velg handlingstasten for å gjenoppta aktiviteten.
 - Hvis du vil lagre aktiviteten og gå tilbake til klokkemodus, velger du **Ferdig** > ✓.
 - Hvis du vil forkaste aktiviteten og gå tilbake til klokkemodus, velger du **Ferdig** > ✕ > ✓.

Innendørsaktiviteter

Approach S60-enheden kan brukes til innendørstrening, slik som løping på tredemølle eller ved bruk av ergometersykkel. GPS slås av for innendørsaktiviteter.

Når GPS er slått av, beregnes hastighet, distanse og pedalfrekvens ved hjelp av akselerasjonsmåleren i enheten. Akselerasjonsmåleren kalibrerer seg selv. Nøyaktigheten til dataene for hastighet, distanse og pedalfrekvens blir bedre etter at du har tatt noen løpeturer eller gåturer utendørs med GPS.

TIPS: Hvis du holder i gelendrene til tredemøllen, reduseres nøyaktigheten. Du kan bruke en tilleggssensor for å registrere tempo, avstand og pedalfrekvens.

Hvis du sykler med GPS slått av, er ikke hastighet og avstand tilgjengelig med mindre du har en tilleggssensor som sender hastighets- og avstandsdata til enheten (for eksempel en hastighets- eller pedalfrekvenssensor).

Friluftaktiviteter

Approach S60-enheten leveres forhåndslastet med apper for utendørsaktiviteter, for eksempel løping og sykling. GPS-en slås på for utendørsaktiviteter. Du kan legge til apper som bruker standardaktiviteter, for eksempel kondisjon eller roing.

Klokke

Stille inn en alarm

Du kan angi opptil åtte separate alarmer. Du kan stille inn hver alarm til å spilles av én gang eller til å gjentas regelmessig.

- 1 Fra urskiven velger du > **Klokker** > **Alarmer** > **Legg til ny** > **Tid**.
- 2 Velg og for å angi klokkeslett.
- 3 Velg .
- 4 Velg **Gjentakelse** og deretter gjentakelsesfrekvensen for alarmen (valgfritt).
- 5 Velg **Merke**, og velg et navn for alarmen (valgfritt).

Bruke nedtellingstidtakeren

- 1 Fra urskiven velger du > **Klokker** > **Tidtaker** > **Rediger**.
- 2 Velg og for å angi tidtaker.
- 3 Velg .
- 4 Trykk på handlingstasten for å starte tidtakeren.
- 5 Velg handlingstasten for å stoppe tidtakeren.
- 6 Velg **Nullstill** for å nullstille tidtakeren.

Bruke stoppeklokken

- 1 Fra urskiven velger du > **Klokker** > **Stoppeklokke**.
- 2 Trykk på handlingstasten for å starte tidtakeren.
- 3 Velg **runde** for å starte rundetidtakeren på nytt.
Den totale stoppeklokketiden fortsetter å gå.
- 4 Velg handlingstasten for stoppe begge tidtakerne.
- 5 Velg **Nullstill** for å nullstille begge tidtakerne.

Tilkoblede funksjoner

Det finnes tilkoblede funksjoner for Approach S60 enheten når du kobler enheten til en kompatibel smarttelefon ved hjelp av Bluetooth trådløs teknologi. Enkelte funksjoner krever at du installerer programmet Garmin Connect Mobile på den tilkoblede smarttelefonen. Du finner mer informasjon på www.garmin.com/apps.

Telefonvarsler: Viser telefonvarsler og meldinger på Approach S60 enheten.

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

Connect IQ: Brukes til å utvide enhetens funksjoner med nye urskiver, widgets og datafelter.

Finn telefonen min: Finner en forlagt smarttelefon som er parkoblet med Approach S60 enheten din og er innenfor rekkevidde.

Finn klokken min: Finner en forlagt Approach S60 enhet som er parkoblet med smarttelefonen og er innenfor rekkevidde.

Aktivere Bluetooth varsler

Du må parkoble Approach S60-enheten med en kompatibel mobilenhet før du kan aktivere varsler (*Parkoble smarttelefonen*, side 1).

- 1 Velg > **Innstillinger** > **Telefon**.

- 2 Velg **Varsler**-bryteren for å aktivere varsler.

- 3 Velg **Varsler** > **Under aktiviteter**.

- 4 Velg varslingspreferansene dine.

- 5 Velg > **Ikke i løpet av aktivitet**.

- 6 Velg varslingspreferansene dine.

- 7 Velg > **Tidsavbrudd**.

- 8 Velg hvor lenge varselet om ny varsling skal vises på skjermen.

Vise varsler

- 1 Sveip oppover eller nedover på urskiven for å vise widgeten for varsler.

- 2 Velg et varsel.

Du kan trykke på berøringsskjermen for å vise hele varselet.

- 3 Velg for å gå tilbake til forrige skjermbilde.

Administrere varsler

Du kan bruke den compatible smarttelefonen din til å administrere varsler som vises på Approach S60-enheten.

Velg et alternativ:

- Hvis du bruker en Apple® smarttelefon, kan du bruke innstillingene for varslingssenteret på smarttelefonen til å velge elementene som skal vises på enheten.
- Hvis du bruker en smarttelefon med Android™, går du inn i Garmin Connect Mobile-appen, velger **Innstillinger** > **Smarte varsler**.

Slå av smarttelefontilkoblingen til Bluetooth

- 1 Hold nede for å vise kontrollmenyen.

- 2 Velg for å slå av smarttelefontilkoblingen til Bluetooth på Approach S60 enheten din.

Se i brukerveiledningen for mobilenheten hvis du vil vite hvordan du slår av trådløs Bluetooth teknologi på mobilenheten.

Slå på tilkoblingsvarsel for smarttelefon

Du kan angi at Approach enheten skal varsle deg når den parkoblede smarttelefonen kobles til og fra ved hjelp av trådløs Bluetooth teknologi.

Velg > **Innstillinger** > **Telefon** > **Tilkoblingsvarsler**.

Finne en mistet mobilenhet

Du kan bruke denne funksjonen til å finne en mistet mobilenhet som er parkoblet ved hjelp av trådløs Bluetooth teknologi og befinner seg innenfor rekkevidde.

- 1 Hold nede for å vise kontrollmenyen.

- 2 Velg .

Approach S60 enheten begynner å søke etter den parkoblede mobilenheten. Et lydvarsel spilles av på mobilenheten, og Bluetooth signalstyrken vises på Approach S60 enhetsskjermen. Bluetooth signalstyrken øker etter hvert som du nærmer deg mobilenheten.

- 3 Velg for å avslutte søket.

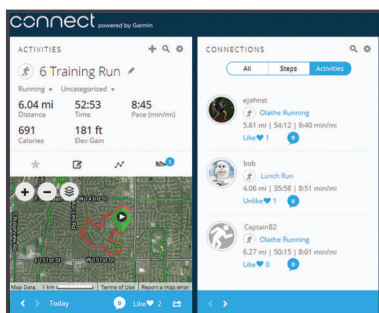
Garmin Connect

Du kan holde kontakten med venner på Garmin Connect kontoen din. Garmin Connect gir dere verktøy for sporing, analyse, deling og mulighet til å oppmuntre hverandre. Loggfør hendelsene i en aktiv livsstil, inkludert løpeturer, gåturer, sykkelturner, svømming, villmarksturer, golfturner med mer. Garmin Connect er også en nettbasert statistikksporer der du kan analysere og dele alle golfturnene dine. Du kan opprette en gratis konto på www.garminconnect.com/start.

Lagre aktivitetene dine: Når du har fullført og lagret en aktivitet du tar tiden på ved hjelp av enheten, kan du laste opp denne

aktiviteten til Garmin Connect kontoen din hvor du kan beholde den så lenge du ønsker.

Analyser data: Du kan vise mer detaljert informasjon og treningsaktiviteter og utendørsaktiviteter, inkludert tid, avstand, puls, kaloriforbruk, pedalfrekvens, kart sett ovenfra samt tempo- og hastighetsdiagrammer. Du kan vise mer detaljert informasjon om golf rundene dine, inkludert scorekort, statistikk og baneinformasjon. Du kan også vise egendefinerbare rapporter.



Spor fremdriften: Du kan spore antall skritt per dag, bli med i en vennskapelig konkurranse med kontaktene dine og nå målene dine.

Del aktivitetene med andre: Du kan ha kontakt med venner og følge hverandres sosiale aktiviteter eller publisere koblinger til aktiviteter på sosiale nettverk.

Administrer innstillinger: Du kan tilpasse enheten og brukerinnstillingene dine på Garmin Connect kontoen din.

Gå til butikken til Connect IQ: Du kan laste ned apper, urskiver, datafelter og kontrollprogrammer.

Oppdatere programvaren ved hjelp av Garmin Connect Mobile

Du må ha en Garmin Connect konto og parkoble enheten med en kompatibel smarttelefon før du kan oppdatere programvaren på enheten ved hjelp av Garmin Connect Mobile-appen (*Parkoble smarttelefonen*, side 1). Garmin Connect

- 1 Synkroniser enheten med Garmin Connect Mobile-appen (*Manuell synkronisering av data med Garmin Connect Mobile*, side 7).

Garmin Connect Mobile-appen sender automatisk oppdateringer til enheten når ny programvare er tilgjengelig.

- 2 Følg instruksjonene på skjermen.

Oppdatere programvaren ved hjelp av Garmin Express

Du må ha en Garmin Connect konto, og du må laste ned og installere programmet Garmin Express før du kan oppdatere enhetsprogramvaren.

- 1 Koble enheten til datamaskinen med USB-kabelen.
Når det finnes ny programvare, sender Garmin Express den til enheten.
- 2 Koble enheten fra datamaskinen.
Enheten varsler deg når du kan oppgradere programvaren.
- 3 Velg et alternativ.

Bruke Garmin Connect på datamaskinen

Hvis du ikke har parkoblet Approach S60 enheten med smarttelefonen, kan du laste opp alle aktivitetsdata til Garmin Connect kontoen ved hjelp av datamaskinen.

- 1 Koble enheten til datamaskinen med USB-kabelen.
- 2 Gå til www.garminconnect.com/start.
- 3 Følg instruksjonene på skjermen.

Manuell synkronisering av data med Garmin Connect Mobile

- 1 Hold nede  for å vise kontrollmenyen.
- 2 Velg .

Connect IQ – funksjoner

Du kan legge til Connect IQ funksjoner på klokken fra Garmin og andre leverandører ved hjelp av Connect IQ Mobile-appen. Du kan tilpasse enheten med urskiver, datafelt, kontrollprogrammer og apper.

Urskiver: Gjør det mulig å endre klokken utseende.

Datafelter: Gjør det mulig å laste ned nye datafelter som viser sensordata, aktivitetsdata og historiske data på nye måter. Du kan legge til Connect IQ datafelter for innebygde funksjoner og sider.

Widgets: Få oversiktlig informasjon, inkludert sensordata og varsler.

Programmer: Legg til interaktive funksjoner på klokken. For eksempel aktivitetstyper for utendørs aktivitet og treningsaktiviteter.

Laste ned Connect IQ funksjoner

Før du kan laste ned Connect IQ funksjoner fra Garmin Connect Mobile-appen, må du parkoble Approach S60 enheten med en smarttelefon.

- 1 Åpne Garmin Connect Mobile-appen, og velg **Connect IQ™-butikken**.
- 2 Velg enheten din om nødvendig.
- 3 Velg en Connect IQ funksjon.
- 4 Følg instruksjonene på skjermen.

Laste ned Connect IQ funksjoner ved hjelp av datamaskinen

- 1 Koble enheten til datamaskinen med en USB-kabel.
- 2 Gå til apps.garmin.com, og logg deg på.
- 3 Velg en Connect IQ funksjon, og last den ned.
- 4 Følg instruksjonene på skjermen.

Tilpasse enheten

Endre urskiven

Før du kan aktivere en Connect IQ urskive må du installere en urskive fra Connect IQ butikken (*Connect IQ – funksjoner*, side 7).

- 1 Fra urskiven velger du  > **Urskive**.
- 2 Skyv opp eller ned for å vise urskivene.
- 3 Trykk på skjermen for å velge en urskive.

Endre kontrollmenyen

I kontrollmenyen kan du legge til, fjerne og endre rekkefølge på alternativer i snarveismenyen (*Vise kontrollmenyen*, side 1).

- 1 Hold nede .
Kontrollmenyen vises.
- 2 Velg  > **Kontrollmenyinnstillinger**.
- 3 Velg snarveien du vil tilpasse.
- 4 Velg et alternativ:
 - Hvis du vil endre plasseringen av snarveien i kontrollmenyen, trykker du på plasseringen der du vil den skal vises.
 - Trykk på  for å fjerne snarveien fra kontrollmenyen.

5 Velg **+** for å legge til en snarvei på kontrollmenyen hvis det er nødvendig.

Golfinnstillinger

Fra urskiven velger du **≡ > Innstillinger > Apper og aktiviteter > Golf > Golf-innstillinger**.

Poengregning: Gjør det mulig å angi alternativer for poengregnskap (*Innstillinger for poengregnskap, side 8*).

Driverdistanse: Angir gjennomsnittlig avstand ballen tilbakelegger.

Turneringsmodus: Deaktiverer avstandsfunksjonene PinPointer og PlaysLike. Disse funksjonene er ikke tillatt under sanksjonerte turneringer eller runder for beregning av handicap.

Store tall: Endrer størrelsen på tallene på skjermen for visning av hull.

Innstillinger for poengregnskap

Fra urskiven velger du **≡ > Innstillinger > Apper og aktiviteter > Golf > Golf-innstillinger > Poengregning**.

Status: Aktiverer eller deaktiverer poengregning automatisk når du starter en runde. Alternativet Spør alltid varsler deg når du starter en runde.

Statistikksporing: Aktiverer statistikkregistrering for antall putter, greens in regulation og fairwayslag mens du spiller golf.

Køllesporing: Gjør det mulig å registrere køllene som brukes.

2 spillere: Angir at scorekortet skal føre poeng for to spillere.

MERK: Denne innstillingen er bare tilgjengelig under en runde. Du må aktivere denne innstillingen hver gang du starter en runde.

Metode for poengr.: Endrer metoden enheten bruker til å føre poengregnskap.

Poeng m/handikap: Angir ditt spillerhandicap.

Innstillinger for aktiviteter og apper

Med disse innstillingene kan du tilpasse alle forhåndslastede aktivitetsprogrammer etter behovene dine. Du kan for eksempel tilpasse datasider og aktivere varsler og treningsfunksjoner. Ikke alle innstillinger er tilgjengelige for alle aktivitetstyper.

Fra urskiven velger du **≡ > Innstillinger > Apper og aktiviteter** og deretter velger du en aktivitet og aktivitetsinnstillingene.

Dataskjermer: Gjør det mulig å tilpasse dataskjermbilder for aktiviteten og å legge til nye dataskjermbilder for aktiviteten (*Tilpasse dataskjermbildene, side 8*).

Varsler: Angir trenings- eller navigasjonsvarsler for aktiviteten (*Varsler, side 8*).

Runder: Angir at Auto Lap® funksjonen skal markere en runde ved en bestemt avstand automatisk. Denne funksjonen er til god hjelp for å sammenligne ytelsen din under forskjellige deler av en aktivitet (for eksempel etter hver 1. mile eller 5. kilometer).

Auto Pause: Angir at enheten skal slutte 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.

Bla automatisk: Gjør det mulig å bla gjennom alle aktivitetsdataskjermbildene automatisk mens tidtakeren er i gang.

GPS: Angir at aktiviteten skal bruke GPS-satellittsignaler. Du kan slå av GPS når du trener innendørs for å spare batterilevetid. GPS slås som standard av for innendørsaktiviteter.

Bassengstørrelse: Angir bassenglengde for bassengsvømming.

Bakgrunn: Angir bakgrunnsfargen for hver aktivitet til svart eller hvit.

Detaljfarge: Angir detaljfargen for hver aktivitet slik at det blir enklere å identifisere aktive aktiviteter.

Tilpasse dataskjermbildene

Du kan vise, skjule og endre oppsett og innhold for dataskjermbilder for hver aktivitet.

1 Velg **≡ > Innstillinger > Apper og aktiviteter**.

2 Velg aktiviteten som du vil tilpasse.

3 Velg aktivitetsinnstillingene.

4 Velg **Datafelter**.

5 Velg eventuelt bryteren for å aktivere et dataskjermbilde.

6 Velg et dataskjermbilde du vil tilpasse.

7 Velg et alternativ:

- Velg **Oppsett** for å justere antall datafelter på dataskjermbildet.
- Velg **Rediger datafelter**, og velg et felt for å endre dataene som vises i feltet.

Varsler

Du kan angi varsler for hver aktivitet, slik at du får hjelp til å trene mot spesifikke mål. Enkelte varsler er bare tilgjengelige for spesifikke aktiviteter. Enkelte varsler krever ekstra tilbehør, for eksempel pulsmåler eller kadenssensor. 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 enheten skal varsle deg når du har forbrant et bestemt antall kalorier.

Områdevarsel: Et områdevarsel varsler deg hver gang enheten er over eller under et angitt verdiområde. Du kan for eksempel angi at enheten skal varsle deg når pulsen går under 60 bpm (slag i minuttet) og over 210 bpm.

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

Varselnavn	Varseltype	Beskrivelse
Kadens	Rekkevidde	Du kan angi minimums- og maksimumsverdier for kadens.
Kalorier	Hendelse, regelmessig	Du kan angi antall kalorier.
Egendefinert	Regelmessig	Du kan velge en eksisterende melding eller opprette en egendefinert melding og velge en varseltype.
Avstand	Regelmessig	Du kan angi et avstandsintervall.
Puls	Rekkevidde	Du kan angi minimums- og maksimumsverdier for puls eller velge soneendringer.
Tempo	Rekkevidde	Du kan angi minimums- og maksimumsverdier for tempo.
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.
Tid	Hendelse, regelmessig	Du kan angi et tidsintervall.

Angi et varsel

- 1 Fra urskiven velger du  > **Innstillinger** > **Apper og aktiviteter**.
- 2 Velg en aktivitet.
- 3 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).

Legge til en aktivitet eller app

- 1 Velg  > **Innstillinger** > **Apper og aktiviteter**.
- 2 Velg et alternativ:
 - Hvis du vil legge til en aktivitet i favorittene dine, velger du aktiviteten, og deretter velger du **Legg til favoritt**.
 - Hvis du vil legge til en aktivitet i aktivitetslisten, velger du **Legg til**, og deretter velger du aktiviteten.

Fjerne en aktivitet eller app

- 1 Velg  > **Innstillinger** > **Apper og aktiviteter**.
- 2 Velg en aktivitet.
- 3 Velg et alternativ:
 - Hvis du vil fjerne aktiviteten fra aktivitetslisten, velger du **Aktivert**-bryteren.
 - Hvis du vil fjerne aktiviteten fra favorittlisten, velger du **Fjern favoritt**.
 - Hvis du vil fjerne aktiviteten fra enheten, velger du aktivitetsinnstillingene, og deretter velger du **Fjern**.

Konfigurere brukerprofilen

Du kan oppdatere innstillingene for kjønn, fødselsår, høyde, vekt og håndledd. Enheten bruker denne informasjonen til å beregne nøyaktige treningsdata.

- 1 Velg  > **Innstillinger** > **Brukerprofil**.
- 2 Velg et alternativ.

Innstillinger for aktivitetssporing

Velg  > **Innstillinger** > **Aktivitetssporing**.

Bevegelsesvarsel: Viser en melding og bevegelseslinjen på den digitale urskiven og skrittskjermbildet. Enheten vibrerer også hvis vibrering er slått på (*Systeminnstillinger, side 9*).

Målvarsler: Gjør det mulig å slå målvarsler av og på. Målvarsler vises for daglige skrittmål og ukentlige intensitetsminuttmaal.

Systeminnstillinger

Velg  > **Innstillinger** > **System**.

Automatisk lås: Gjør det mulig å låse berøringsskjermen automatisk for å forhindre utilsiktede tastetrykk. Bruk alternativet Under aktiviteter for å låse berøringsskjermen under en aktivitet du tar tiden på. Bruk alternativet Klokkemodus for å låse berøringsskjermen når du ikke registrerer en aktivitet du tar tiden på.

Språk: Angir språket som vises på enheten.

Tid: Justerer klokkeslettinnstillingene (*Tidsinnstillinger, side 9*).

Bakgrunnslys: Justerer innstillingene for bakgrunnslys (*Innstillinger for bakgrunnslys, side 9*).

Vibrasjon: Angir vibrasjonsnivået for enheten. Bryteren gjør det mulig å slå vibrasjon på eller av.

Ikke forstyrr: Slår Ikke forstyrr-modus av eller på.

Kontrollmenyinnstillinger: Gjør det mulig å legge til, endre rekkefølge på eller fjerne alternativer i snarveismenyen (*Endre kontrollmenyen, side 7*).

Enheter: Angir hvilke måleenheter som skal brukes på enheten (*Endre måleenhetene, side 9*).

USB-modus: Angir at enheten skal bruke masselagringsmodus eller Garmin modus når den er koblet til en datamaskin.

Fabrikkinnstillinger: Gjør det mulig å nullstille brukerdata og gjenopprette innstillinger (*Gjenopprette alle fabrikkinnstillinger, side 11*).

Programvareoppdatering: Gjør det mulig å installere programvareoppdateringer som lastes ned ved hjelp av Garmin Express.

Tidsinnstillinger

Velg  > **Innstillinger** > **System** > **Tid**.

Tidsformat: Angir at enheten skal vise tiden i et 12- eller 24-timers format.

Kilde for tid: Angir tidssone for enheten. Alternativet Automatisk angir tidssone automatisk basert på gjeldende GPS-posisjon. Alternativet Manuelt gjør det mulig å justere tidssonen.

Innstillinger for bakgrunnslys

Velg  > **Innstillinger** > **System** > **Bakgrunnslys**.

Modus: Angir at bakgrunnslyset skal slås på ved samhandlinger. Samhandlinger inkluderer tastene, berøringsskjermen og varsler.

Bevegelse: Angir at bakgrunnslyset skal slås på ved håndleddsbevegelser. Bevegelser inkluderer å vri håndleddet mot kroppen for å se på enheten. Du kan bruke alternativet Bare under en aktiv. for å bare bruke bevegelser under aktiviteter du tar tiden på.

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

Lysstyrke: Angir lysstyrken for bakgrunnslyset.

Endre måleenhetene

Du kan tilpasse måleenheter for avstand, tempo og hastighet, høyde, vekt og temperatur.

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

Sensorer med ANT+

Enheten kan brukes med trådløse sensorer med ANT+. Hvis du vil ha mer informasjon om kompatibilitet og kjøp av sensorer (tilleggsutstyr), kan du gå til <http://buy.garmin.com>.

Pare sensorer med ANT+

Før du kan pare enhetene, må du ta på deg pulsmåleren eller installere sensoren.

Paring vil si å koble sammen trådløse sensorer fra ANT+, for eksempel å koble en pulsmåler til enheten fra Garmin.

- 1 Sørg for at enheten er innenfor rekkevidden til sensoren (3 m).

MERK: Stå 10 meter unna andre sensorer med ANT+ når du skal pare enhetene.

- 2 Velg **≡** > **Innstillinger** > **Sensorer og tilbehør** > **Legg til ny**.
- 3 Velg en sensor.
Det vises en melding når sensoren er paret med enheten. Du kan tilpasse et datafelt til å vise sensordata.

Bruke en valgfri hastighets- eller pedalfrekvenssensor for sykkel

Du kan bruke en kompatibel sensor for hastighet eller pedalfrekvens for sykkel for å sende data til enheten.

- Par sensoren med enheten (*Pare sensorer med ANT+, side 9*).
- Oppdater informasjonen for brukerprofilen for trening (*Konfigurere brukerprofilen, side 9*).
- Angi hjulstørrelsen (*Hjulstørrelse og -omkrets, side 13*).
- Legg ut på tur (*Starte en aktivitet, side 5*).

Fotsensor

Enheten er kompatibel med fotsensoren. Du kan bruke fotsensoren til å registrere tempo og avstand i stedet for GPS når du trener innendørs og GPS-signalet er svakt. Fotsensoren er i standbymodus og er klar til å sende data (slik som pulsmåleren).

Når fotsensoren har vært inaktiv i 30 minutter, slår den seg automatisk av for å spare batterikapasitet. Når batterinivået er lavt, vises det en melding på enheten. Det er igjen ca. fem timer av batterilevetiden.

Forbedre fotsensorkalibreringen

Du må innhente GPS-signaler og parkoble enheten med fotsensoren før du kan kalibrere enheten (*Pare sensorer med ANT+, side 9*).

Fotsensoren kalibreres automatisk, men du kan forbedre nøyaktigheten til hastighets- og distansedataene ved å ta noen få løpeturer utendørs med GPS aktivert.

- 1 Opphold deg utendørs i fem minutter på et sted der du kan se himmelen uten blokkert sikt.
- 2 Start en løpsaktivitet.
- 3 Løp i ti minutter uten å stanse.
- 4 Stopp aktiviteten, og lagre den.

Verdien til fotsensorkalibreringen vil nå bli endret, dersom dette er nødvendig, basert på de registrerte dataene. Det skal ikke være nødvendig å kalibrere fotsensoren igjen, med mindre løpesettet ditt endres.

tempe™

tempe er en ANT+ trådløs temperatursensor. Du kan feste sensoren til en slitesterk stropp eller et feste der den utsettes for omgivende luft. Dermed blir enheten en stabil kilde til nøyaktige temperaturdata. Du må pare tempe med enheten for å vise temperaturdata fra tempe.

Informasjon om enheten

Bytte remmene på QuickFit™

- 1 Skyv på låsen på QuickFit remmen, og fjern deretter remmen fra klokken.



- 2 Rett inn den nye remmen etter klokken.
- 3 Trykk remmen på plass.
MERK: Kontroller at remmen er godt festet. Låsen skal lukkes over pinnen på klokken.
- 4 Gjenta trinn 1 til 3 for å bytte den andre remmen.

Spesifikasjoner

Batteritype	Oppladbart, innebygd litiumionbatteri
Batteritid	Opptil 10 dager i klokkemodus Opptil 10 timer i GPS-modus
Kapslingsgrad	5 ATM ¹
Driftstemperaturområde	Fra -20 til 55 °C (fra -4 til 131 °F)
Ladetemperaturområde	Fra 0 til 45 °C (fra 32 til 113 °F)
Trådløs frekvens/protokoll	2,4 GHz ved 1 dBm nominell

Ta vare på enheten

LES DETTE

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

Unngå å trykke på tastene under vann.

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.

Unngå kjemiske rengjøringsmidler, løsemidler og insektmidler som kan skade plastdelene og finish.

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.

Hold skinnremmen tørr. Unngå å svømme eller dusje med skinnremmen. Hvis skinnremmen kommer i kontakt med vann, kan den bli skadet.

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

Rengjøre enheten

LES DETTE

Selv svette eller fukt i små mengder kan føre til korrosjon i de elektriske kontaktene når de er koblet til en lader. Korrosjon kan hindre lading eller overføring av data.

- 1 Tørk av enheten med en klut som er fuktet med et mildt vaskemiddel.

¹ *Enheten tåler trykk tilsvarende en dybde på 50 meter. Du finner mer informasjon på www.garmin.com/waterrating.

2 Tørk av.

La enheten tørke når den er rengjort.

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

Rengjøre lærremmene

1 Tørk av lærremmene med en tørr klut.

2 Bruk et rengjøringsmiddel for lær til å rengjøre lærremmene.

Langvarig oppbevaring

Hvis du ikke har tenkt å bruke enheten på noen måneder, bør du lade batteriet til omtrent 50 % før du oppbevarer den. Du bør oppbevare enheten på et kjølig og tørt sted med normal hustemperatur. Du bør lade enheten helt før du bruker den etter å ha oppbevart den over lengre tid.

Vise enhetsinformasjon

Du kan vise enhets-ID-en, programvareversjonen, informasjon om forskrifter (e-etikett) og lisensavtalen.

Velg  > **Innstillinger** > **System** > **Om**.

Databehandling

MERK: Enheten er ikke kompatibel med Windows® 95, 98, Me, Windows NT® og Mac® OS 10.3 eller eldre.

Koble fra USB-kabelen

Hvis enheten er koblet til datamaskinen som en flyttbar stasjon eller et flyttbart volum, må du koble enheten fra datamaskinen på en sikker måte for å unngå tap av data. Hvis enheten er koblet til Windows datamaskinen din som en bærbar enhet, er det ikke nødvendig å koble fra enheten på en sikker måte.

1 Gjør ett av følgende:

- I Windows velger du ikonet **Trygg fjerning av maskinvare** i systemstatusfeltet og velger deretter enheten.
- Du velger enheten, og deretter velger du **Fil** > **Løs ut** for Apple datamaskiner.

2 Koble kabelen fra datamaskinen.

Slette filer

LES DETTE

Hvis du ikke er sikker på hvilken funksjon en fil har, må du ikke slette den. Enhetens minne inneholder viktige systemfiler som ikke må slettes.

1 Åpne **Garmin** stasjonen eller -volumet.

2 Åpne om nødvendig en mappe eller et volum.

3 Velg en fil.

4 Trykk på **Delete**-tasten på tastaturet.

MERK: Hvis du bruker en Apple datamaskin, må du tømme Papirkurv-mappen for å fjerne filene helt.

Feilsøking

Maksimere batterilevetiden

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

- Reduser tidsavbruddet for bakgrunnslys (*Innstillinger for bakgrunnslys, side 9*).
- Reduser lysstyrken til bakgrunnslyset (*Innstillinger for bakgrunnslys, side 9*).
- Slå av håndleddsbevegelser (*Innstillinger for bakgrunnslys, side 9*).
- Slå av trådløs Bluetooth teknologi når du ikke bruker tilkoblede funksjoner (*Slå av smarttelefonilkoblingen til Bluetooth, side 6*).

- Bruk en Connect IQ urskive som ikke oppdateres hvert sekund.

Bruk for eksempel en urskive uten en annen viser (*Endre urskiven, side 7*).

- Begrens smarttelefonvarslene som vises på skjermen (*Administrere varsler, side 6*).

Enheten min finner ikke golfbaner i nærheten

Hvis en baneoppdatering blir avbrutt før den fullføres, kan enheten mangle banedata. Du må oppdatere banene igjen for å reparere manglende banedata.

- 1 Last ned og installer baneoppdateringer fra appen Garmin Express (*Oppdatere programvaren ved hjelp av Garmin Express, side 7*).
- 2 Koble fra enheten (*Koble fra USB-kabelen, side 11*).
- 3 Gå ut, og start en testrunde for å kontrollere at enheten finner baner i nærheten.

Er smarttelefonen min kompatibel med enheten?

Approach S60 enheten er kompatibel med smarttelefoner som bruker trådløs Bluetooth teknologi.

Du finner informasjon om kompatibilitet på garmin.com/ble.

Telefonen min kobler seg ikke til enheten

- Aktiver trådløs Bluetooth teknologi på smarttelefonen.
- Hold telefonen innenfor 10 m (33 fot) unna enheten.
- På smarttelefonen åpner du Garmin Connect Mobile-appen, velger  eller  og velger **Garmin-enheter** > **Legg til enhet** for å gå inn i parkoblingsmodus.
- På enheten holder du inne , og velger  for å slå på Bluetooth teknologi og gå til parkoblingsmodus.

Enheten bruker feil språk

- 1 Velg  på urskiven.
- 2 Bla ned til det siste elementet i listen, og velg det.
- 3 Bla ned til det siste elementet i listen, og velg det.
- 4 Bla ned til det andre elementet i listen, og velg det.
- 5 Velg språk.

Enheten min viser feil måleenheter

- Kontroller at du har valgt riktig innstilling for måleenheter på enheten (*Endre måleenhetene, side 9*).
- Kontroller at du har valgt riktig innstilling for måleenheter på Garmin Connect kontoen.

Hvis måleenhetene på enheten ikke samsvarer med Garmin Connect kontoen, kan det hende innstillingene på enheten overskrives når du synkroniserer enheten.

Nullstille enheten

Hvis enheten slutter å reagere, må du kanskje nullstille den. Dette sletter ikke noen av de lagrede dataene eller innstillingene dine.

- 1 Hold  nede i opptil 30 sekunder eller til enheten slår seg av.
- 2 Hold  nede i ett sekund for å slå på enheten.

Gjenopprette alle fabrikkinnstillinger

MERK: Ved en nullstilling slettes all brukerangitt informasjon og alt innhold i aktivitetsloggen.

Du kan nullstille alle innstillinger tilbake til fabrikkinnstillingene.

Velg  > **Innstillinger** > **System** > **Fabrikkinnstillinger** > **Ja**.

Tren i minst ti sammenhengende minutter med moderat eller høy intensitet.

Innhente satellittsignaler

Det kan hende enheten må ha klar sikt til himmelen for å innhente satellittsignaler. Dato og klokkeslett stilles automatisk etter GPS-posisjonen.

1 Gå utendørs til et åpent område.

Forsiden av enheten må peke mot himmelen.

2 Vent mens enheten finner satellittene.

Det kan ta 30–60 sekunder å lokalisere satellittsignaler.

Forbedre GPS-satellitmottaket

- Synkroniser enheten ofte med Garmin Connect kontoen din:
 - Koble enheten til en datamaskin ved hjelp av USB-kabelen og Garmin Express appen.
 - Synkroniser enheten din med Garmin Connect Mobile-appen ved hjelp av en Bluetooth aktivert smarttelefon.

Mens enheten er koblet til Garmin Connect kontoen, laster den ned flere dager med satellittdata, slik at den raskt kan finne satellittsignaler.

- Ta enheten ut til et åpent område, bort fra høye bygninger og trær.
- Hold enheten på samme sted i noen minutter.

Aktivitetsmåling

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

Antallet daglige skritt vises ikke

Antallet daglige skritt nullstilles ved midnatt.

Hvis du ser en stiplet linje i stedet for antallet skritt, lar du enheten innhente satellittsignaler og angi tiden automatisk.

Antall skritt virker unøyaktig

Hvis antall skritt virker unøyaktig, kan du prøve disse tipsene.

- Ha på deg enheten på hånden du bruker minst.
- La enheten ligge i en lomme når du skyver en barnevogn eller en gressklipper.
- La enheten ligge i en lomme når du bare bruker hendene eller armene aktivt.

MERK: Enheten kan tolke enkelte repetitive bevegelser, for eksempel når du vasker opp, bretter klesvask eller klapper i hendene, som skritt.

Antall skritt på enheten og Garmin Connect kontoen samsvarer ikke

Antall skritt på Garmin Connect kontoen oppdateres når du synkroniserer enheten.

1 Velg et alternativ:

- Synkroniser antall skritt med Garmin Connect programmet (*Bruke Garmin Connect på datamaskinen, side 7*).
- Synkroniser antall skritt med Garmin Connect Mobile-appen (*Manuell synkronisering av data med Garmin Connect Mobile, side 7*).

2 Vent mens enheten synkroniserer dataene.

Synkroniseringen kan ta flere minutter.

MERK: Du kan ikke synkronisere dataene eller oppdatere antall skritt ved å oppdatere Garmin Connect Mobile-appen eller Garmin Connect programmet.

Intensitetsminuttene blinker

Når du trener på et intensitetsnivå som er høyt nok til å være gjeldende i forhold til målet ditt for intensitetsminutter, blinker intensitetsminuttene.

Få mer informasjon

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

- Gå til support.garmin.com.
- Gå til www.garmin.com/outdoor.
- Gå til <http://buy.garmin.com> eller kontakt forhandleren for Garmin for å få informasjon om ekstra tilbehør og reservedeler.

Tillegg

Datafelter for

Enkelte datafelt krever ANT+ tilbehør for å kunne vise data.

%pulsreserve: Prosent av pulsreserve (maksimal puls minus hvilepuls).

%pulsreserve for runde: Snittprosent av pulsreserve (maksimal puls minus hvilepuls) for gjeldende runde.

30 s gj.sn. vertikal hastighet: 30 sekunders gjennomsnittlig bevegelse for vertikal hastighet.

500m tpo.: Gjeldende svømmetempo per 500 meter.

Avstand per tak: Tilbakelagt avstand per tak.

Distanse: Avstanden som er tilbakelagt under gjeldende spor eller aktivitet.

Distanse, intervall: Avstand som er tilbakelagt under gjeldende intervall.

Gj. %pulsr.: Snittprosent av pulsreserve (maksimal puls minus hvilepuls) for gjeldende aktivitet.

Gj.sn. prosent for maks. puls: Snittprosent av maksimal puls for gjeldende aktivitet.

Gjennomsnittlig distanse per tak: Padleidretter. Gjennomsnittlig avstand tilbakelagt per tak under gjeldende aktivitet.

Gjennomsnittlig hastighet: Gjennomsnittlig hastighet for gjeldende aktivitet.

Gjennomsnittlig pedalfrekvens: Sykling. Gjennomsnittlig kadens for gjeldende aktivitet.

Gjennomsnittlig puls: Gjennomsnittlig puls for gjeldende aktivitet.

Gjennomsnittlig rundetid: Gjennomsnittlig rundetid for gjeldende aktivitet.

Gjennomsnittlig skrittfrekvens: Løping. Gjennomsnittlig kadens for gjeldende aktivitet.

Gjennomsnittlig SWOLF: Gjennomsnittlig Swolf-poeng for gjeldende aktivitet. Swolf-poengene er summen av tiden for én lengde pluss antall svømmetak for lengden.

Gjennomsnittlig tak/lengde: Gjennomsnittlig antall tak per lengde under gjeldende aktivitet.

Gjennomsnittlig tempo: Gjennomsnittlig tempo for gjeldende aktivitet.

Gjennomsnittlig tempo 500 m: Det gjennomsnittlige svømmetempoet per 500 meter for den gjeldende aktiviteten.

Gjennomsnittlig tempo for tak: Svømming. Gjennomsnittlig antall tak per minutt (tpm) under gjeldende aktivitet.

Gjennomsnittlig tempo for tak: Padleidretter. Gjennomsnittlig antall tak per minutt (tpm) under gjeldende aktivitet.

Hastighet: Gjeldende reisegrad.

Høyde: Høyde over eller under havet for den gjeldende posisjonen.

Intervall, tak: Totalt antall tak for gjeldende intervall.

INTERVALL, TYPE TAK: Gjeldende type tak for intervall.

Intervallavstand per tak: Gjennomsnittlig avstand tilbakelagt per tak under gjeldende intervall.

Kalorier: Totalt antall kalorier som er forbrent.

Klokkeslett: Klokkeslett basert på gjeldende posisjon og tidsinnstillinger (format, tidssone, sommertid).

Lengder: Antall bassenglengder som er fullført under gjeldende aktivitet.

Lengder, intervall: Antall bassenglengder som er fullført under gjeldende aktivitet.

Maks. for 24 timer: Den høyeste temperaturen som er registrert de siste 24 timene.

Maksimal hastighet: Høyeste hastighet for gjeldende aktivitet.

Medgått tid: Sammenlagt tid som er registrert. Hvis du for eksempel starter tidtakeren og løper i 10 minutter, stopper tidtakeren i 5 minutter og deretter starter tidtakeren og løper i 20 minutter, har det gått 35 minutter.

Min. for 24 timer: Den laveste temperaturen som er registrert de siste 24 timene.

Nautisk distanse: Tilbakelagt avstand i nautiske mil eller nautiske fot.

Nautisk hastighet: Gjeldende hastighet i knop.

Pedalfrekvens: Sykling. Antall omdreininger for krankarmen. Enheten må være koblet til en sensor for kadens for at disse dataene skal vises.

Pedalfrekvens, runde: Sykling. Gjennomsnittlig kadens for gjeldende runde.

Pedalfrekvens, siste runde: Sykling. Gjennomsnittlig kadens for forrige fullførte runde.

Puls: Puls angitt i slag per minutt (bpm). Enheten må være koblet til en kompatibel pulsmåler.

Puls %maksimum: Prosent av maksimal puls.

Puls %maksimum, runde: Snittprosent av maksimal puls for gjeldende runde.

Puls for runden: Gjennomsnittlig puls for gjeldende runde.

Pulssone: Gjeldende pulsområde (1 til 5). Standardsonene er basert på brukerprofilen og maksimal puls (220 minus alderen din).

Retning: Retningen du beveger deg i.

Rundedistanse: Avstanden som er tilbakelagt under gjeldende runde.

Rundehastighet: Gjennomsnittlig hastighet for gjeldende runde.

Rundeintervallavstand per tak: Gjennomsnittlig avstand tilbakelagt per tak under siste fullførte intervall.

Runder: Antall runder som er fullført for gjeldende aktivitet.

Rundetempo: Gjennomsnittlig tempo for gjeldende runde.

Rundetempo 500 m: Det gjennomsnittlige svømmetempoet per 500 meter for den gjeldende runden.

Rundetid: Stoppeklokketiden for gjeldende runde.

Rundetid, siste: Stoppeklokketiden for forrige fullførte runde.

Siste runde, tempo 500 m: Det gjennomsnittlige svømmetempoet per 500 meter for den siste runden.

Siste rundedistanse: Avstanden som er tilbakelagt under forrige fullførte runde.

Siste rundehastighet: Gjennomsnittlig hastighet for forrige fullførte runde.

Skritt: Antall trinn for gjeldende aktivitet.

Skritt, runde: Antall trinn for gjeldende runde.

Skrittfrekvens: Løping. Skritt per minutt (høyre og venstre).

Skrittfrekvens, runde: Løping. Gjennomsnittlig kadens for gjeldende runde.

Skrittfrekvens, siste runde: Løping. Gjennomsnittlig kadens for forrige fullførte runde.

Solnedgang: Tidspunktet for solnedgang basert på gjeldende GPS-posisjon.

Soloppgang: Tidspunktet for soloppgang basert på gjeldende GPS-posisjon.

Svømmetak: Padleidretter. Totalt antall tak for gjeldende aktivitet.

SWOLF, intervall: Gjennomsnittlig Swolf-poeng for gjeldende intervall.

SWOLF, siste lengde: Swolf-poeng for siste fullførte bassenglengde.

Tak: Svømming. Totalt antall tak for gjeldende aktivitet.

Tak, siste intervall: Totalt antall tak for siste fullførte intervall.

Tak, siste lengde: Antall tak for siste fullførte bassenglengde.

Tak/lengde i intervall: Gjennomsnittlig antall tak per lengde under gjeldende intervall.

Temperatur: Temperaturen i luften. Kropstemperaturen påvirker temperatursensoren.

Tempo: Gjeldende tempo.

Tempo, siste lengde: Gjennomsnittlig tempo for forrige fullførte bassenglengde.

Tempo, siste runde: Gjennomsnittlig tempo for forrige fullførte runde.

Tempo for tak: Svømming. Antall tak per minutt (tpm).

Tempo for tak: Padleidretter. Antall tak per minutt (tpm).

Tempo for tak, intervall: Gjennomsnittlig antall tak per minutt (tpm) under gjeldende intervall.

Tempo for tak, siste intervall: Gjennomsnittlig antall tak per minutt (tpm) under siste fullførte intervall.

Tempo for tak, siste lengde: Gjennomsnittlig antall tak per minutt (tpm) under siste fullførte bassenglengde.

Tempo int.: Gjennomsnittlig tempo for gjeldende intervall.

Tid, intervall: Stoppeklokketid for gjeldende intervall.

Tid i sone: Tilbakelagt tid i hver sone for puls eller kraft.

Tidtaker: Stoppeklokketiden for gjeldende aktivitet.

Total stigning: Sammenlagt høydeavstand som er besteget under en aktivitet siden forrige nullstilling.

Totalt fall: Sammenlagt høydeavstand som er nedsteget under en aktivitet siden forrige nullstilling.

Type tak, siste lengde: Type tak som ble brukt under siste fullførte bassenglengde.

Vertikal hastighet: Oppstigning eller nedstigning over tid.

Hjulstørrelse og -omkrets

Størrelsen på hjulet er avmerket på begge sider av dekket. Dette er ikke en fullstendig liste. Du kan også bruke en av kalkulatorene som finnes på Internett.

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

Hjulstørrelse	L (mm)
24 × 1	1753
24 × 3/4 rørformet	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 rørformet	2130
700 × 35C	2168
700 × 38C	2180
700 × 40C	2200

Symbolforklaring

Følgende symboler kan vises på enheten eller tilbehør.

	WEEE-symbol for kassering og resirkulering. WEEE-symbolet merker produktet i henhold til EU-direktivet 2012/19/EU om kasserte elektriske og elektroniske produkter. Formålet er å sikre at produktet ikke kasseres på feil måte samt å promotere gjenbruk og resirkulering.
--	---

Indeks

A

aktiviteter **5, 6, 8, 9**
lagre **5**
starte **5**
aktivitetsmåling **5, 9**
aktivitetssporing **5**
alarmer **6, 8**
avstand
måle **2**
varsler **9**

B

bakgrunnslys **1, 9**
baner
spille **2**
velge **2**
batteri
lade **1**
lagring **11**
maksimere **6, 11**
berøringsskjerm **1**
Bluetooth teknologi **1, 6, 11**
brukerdata, slette **11**
brukerprofil **9**

C

Connect IQ **7**

D

data
lagre **2, 6, 7**
laste opp **7**
overføre **2, 6, 7**
sider **8**
datafelter **7, 12**
dogleg **2**

E

enhets-ID **11**

F

feilsøking **11, 12**
flaggplassering, greenvisning **2**
foretrukken hånd **4**
fotsensor **10**

G

Garmin Connect **6, 7**
lagre data **7**
Garmin Express **1**
oppdatere programvare **1**
GLONASS **9**
golfrunde, avslutte **3**
GPS **9**
signal **12**
greenvisning, flaggplassering **2**

H

handikap **3**
hjulstørrelser **13**
hovedmeny, tilpasse **5**

I

innendørstrening **5**
innstillinger **5, 8, 9, 11**
intensitetsminutter **12**

K

kalori, varsler **9**
klokke **6**
kompass **2**
kontrollmeny **7**
kraft, varsler **9**

L

lade **1**
lagre, posisjoner **2**
lagre data **2, 6**
laste opp data **7**

layup **2**

logg

sende til datamaskin **2, 6, 7**
vise **3**

M

meny **1**
måle et slag **2**
måleenheter **9**
målinger **3, 4**

N

nedtellingstidtager **6**
nullstille enheten **11**

O

oppdateringer, programvare **7**

P

pare sensorer med ANT+ **9**
parkobling, smarttelefon **1, 11**
pedalfrekvens
sensorer **10**
varsler **9**
poengregning **3**
posisjoner **2**
lagre **2**
profiler **5**
bruker **9**
programmer **6, 7**
programvare
lisens **11**
oppdatere **1, 7**
versjon **11**
puls, varsler **9**

R

remmer **10**
rengjøre enheten **10, 11**

S

satellittsignaler **12**
scorekort **3**
sensorer for hastighet og pedalfrekvens **10**
sensorer med ANT+ **9**
pare **9**
skjerm bilde **9**
slette, alle brukerdata **11**
smarttelefon **4, 6, 7, 11**
parkobling **1, 11**
programmer **6**
snarveier **1, 7**
spesifikasjoner **10**
språk **9**
statistikk **3**
stoppeklokke **6**
svinganalyse **4**
swinganalyse **3, 4**
sykkelsensorer **10**
systeminnstillinger **9**
søvnmodus **5**

T

taster **1, 9, 10**
tempe **10**
temperatur **10**
tid
innstillinger **9**
varsler **9**
tidtager, nedtelling **6**
tilbehør **9, 12**
tilpasse enheten **7, 8**
trening **4, 6**

U

urskiver **7**
USB **7**
koble fra **11**

V

varsler **6, 8, 9**

W

widgets **4, 5, 7**

