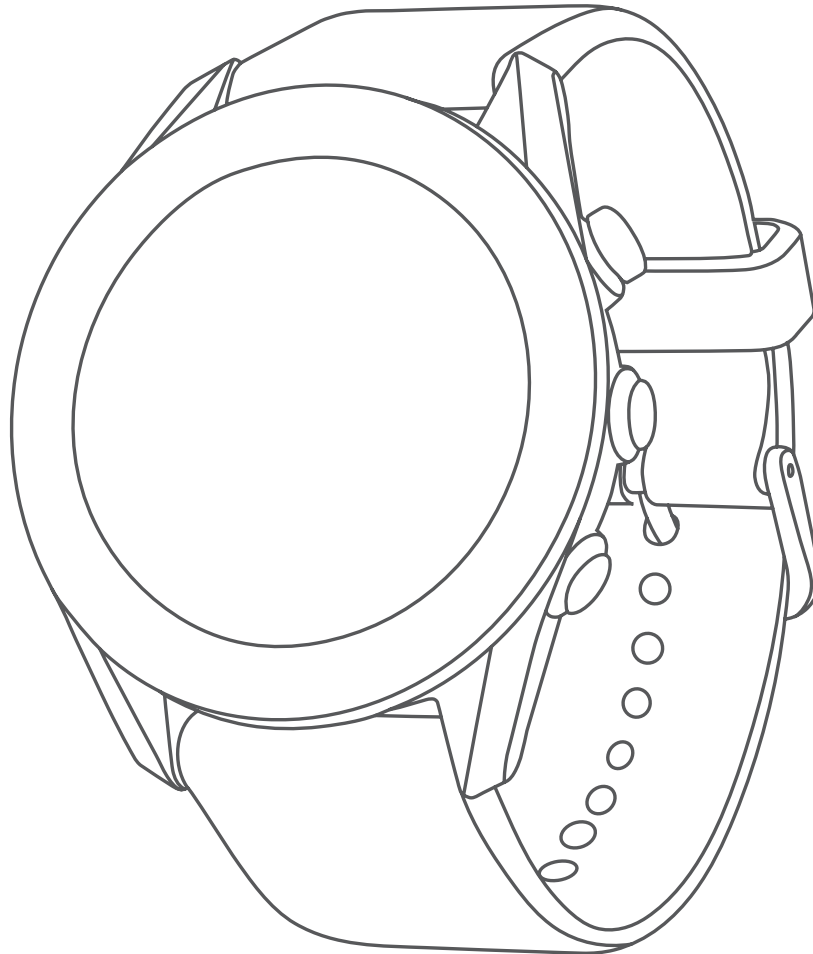


GARMIN®



# APPROACH® S60

---

Gebruikershandleiding

© 2017 Garmin Ltd. of haar dochtermaatschappijen

Alle rechten voorbehouden. Volgens copyrightwetgeving mag deze handleiding niet in zijn geheel of gedeeltelijk worden gekopieerd zonder schriftelijke toestemming van Garmin. Garmin behoudt zich het recht voor om haar producten te wijzigen of verbeteren en om wijzigingen aan te brengen in de inhoud van deze handleiding zonder de verplichting te dragen personen of organisaties over dergelijke wijzigingen of verbeteringen te informeren. Ga naar [www.garmin.com](http://www.garmin.com) voor de nieuwste updates en aanvullende informatie over het gebruik van dit product.

Garmin®, het Garmin logo, ANT+®, Approach®, Auto Lap® en Auto Pause® zijn handelsmerken van Garmin Ltd. of haar dochtermaatschappijen, geregistreerd in de Verenigde Staten en andere landen. Connect IQ™, Garmin Connect™, Garmin Express™, QuickFit™, tempe™ en TruSwing™ zijn handelsmerken van Garmin Ltd. of haar dochtermaatschappijen. Deze handelsmerken mogen niet worden gebruikt zonder de uitdrukkelijke toestemming van Garmin.

Android™ is een handelsmerk van Google Inc. Apple® en Mac® zijn handelsmerken van Apple Inc., geregistreerd in de Verenigde Staten en andere landen. Het woordmerk en de logo's van Bluetooth® zijn eigendom van Bluetooth SIG, Inc. en voor het gebruik van deze merknaam door Garmin is een licentie verkregen. Handicap Index® en Slope Rating® zijn geregistreerde handelsmerken van de United States Golf Association. Windows® is een geregistreerd handelsmerk van Microsoft Corporation in de Verenigde Staten en andere landen. Overige handelsmerken en merknamen zijn het eigendom van hun respectieve eigenaars.

Dit product is ANT+® gecertificeerd. Ga naar [www.thisisant.com/directory](http://www.thisisant.com/directory) voor een lijst met compatibele producten en apps.

M/N: A03116

# Inhoudsopgave

<b>Inleiding</b> .....	<b>1</b>
Overzicht van het toestel .....	1
Uw smartphone koppelen .....	1
Het toestel opladen .....	1
Tips voor het opladen van uw toestel .....	1
Het bedieningsmenu weergeven .....	1
Productupdates .....	1
Garmin Express instellen .....	1
<b>Garmin Golf™ app</b> .....	<b>2</b>
<b>Golfen</b> .....	<b>2</b>
Hole-weergave .....	2
PlaysLike afstand bekijken .....	2
De green weergeven .....	2
De richting naar de pinlocatie bekijken .....	2
Layup- en dogleg-afstanden en opgeslagen locaties weergeven .....	2
Een locatie opslaan .....	2
Afstand meten met Touch-targeting .....	2
Een shot meten met de Garmin AutoShot™ functie .....	3
De scorekaart gebruiken .....	3
Statistieken bijhouden .....	3
De scoringsmethode instellen .....	3
Handicapscores inschakelen .....	3
Shotgeschiedenis weergeven .....	3
TruSwing™ metingen weergeven tijdens een ronde .....	3
Uw rondeoverzicht bekijken .....	3
Een ronde beëindigen .....	4
<b>Swingtempo</b> .....	<b>4</b>
Het ideale swingtempo .....	4
Uw swingtempo analyseren .....	4
De tips bekijken .....	4
<b>TruSwing</b> .....	<b>4</b>
TruSwing statistieken .....	4
TruSwing statistieken vastleggen en weergeven op uw toestel .....	4
Links-/rechtshandig instellen .....	4
<b>Widgets</b> .....	<b>5</b>
Widgets weergeven .....	5
De widgetlijst aanpassen .....	5
Activiteiten volgen .....	5
Automatisch doel .....	5
De bewegingswaarschuwing gebruiken .....	5
Slaap bijhouden .....	5
<b>Activiteiten</b> .....	<b>5</b>
Een activiteit starten .....	5
Tips voor het vastleggen van activiteiten .....	5
Een activiteit stoppen .....	6
Binnenactiviteiten .....	6
Buitenactiviteiten .....	6
<b>Klok</b> .....	<b>6</b>
Een alarm instellen .....	6
De afteltimer .....	6
De stopwatch gebruiken .....	6
<b>Connected functies</b> .....	<b>6</b>
Bluetooth meldingen inschakelen .....	6
Meldingen weergeven .....	6
Meldingen beheren .....	6
De Bluetooth smartphone-verbinding uitschakelen .....	6
Connectiewaarschuwing inschakelen op uw smartphone .....	7
Een verloren mobiel toestel lokaliseren .....	7
Garmin Connect .....	7
De software bijwerken via Garmin Connect Mobile .....	7
De software bijwerken via Garmin Express .....	7
Gegevens handmatig synchroniseren met Garmin Connect Mobile .....	7
<b>Connect IQ functies</b> .....	<b>7</b>
Connect IQ functies downloaden .....	7
Connect IQ functies downloaden via uw computer .....	8
<b>Uw toestel aanpassen</b> .....	<b>8</b>
De watch face wijzigen .....	8
Het bedieningsmenu aanpassen .....	8
Golfinstellingen .....	8
Score-instellingen .....	8
Instellingen van activiteiten en apps .....	8
Gegevensschermen aanpassen .....	8
Waarschuwingen .....	9
Een activiteit of app toevoegen .....	9
Een activiteit of app verwijderen .....	9
Uw gebruikersprofiel instellen .....	9
Instellingen voor activiteiten volgen .....	9
Systeeminstellingen .....	9
Tijdstellingen .....	10
Schermverlichtingsinstellingen .....	10
De maateenheden wijzigen .....	10
<b>ANT+ sensors</b> .....	<b>10</b>
Uw ANT+ sensors koppelen .....	10
Een optionele fietssnelheids- of fietscadanssensor gebruiken .....	10
Voetsensor .....	10
Kalibratie van de voetsensor verbeteren .....	10
tempe™ .....	10
<b>Toestelinformatie</b> .....	<b>10</b>
De QuickFit™ bandjes vervangen .....	10
Specificaties .....	11
Toestelonderhoud .....	11
Het toestel schoonmaken .....	11
De leren bandjes reinigen .....	11
Langdurige opslag .....	11
Toestelgegevens weergeven .....	11
Gegevensbeheer .....	11
De USB-kabel loskoppelen .....	11
Bestanden verwijderen .....	11
<b>Problemen oplossen</b> .....	<b>12</b>
Levensduur van de batterijen maximaliseren .....	12
Mijn toestel kan geen golfbanen in de buurt vinden .....	12
Is mijn smartphone compatibel met mijn toestel? .....	12
Ik kan mijn telefoon niet koppelen met het toestel .....	12
Op mijn toestel wordt niet de juiste taal gebruikt .....	12
Mijn toestel geeft onjuiste maateenheden weer .....	12
Het toestel herstellen .....	12
Alle standaardinstellingen herstellen .....	12
Satellietsignalen ontvangen .....	12
De ontvangst van GPS-signalen verbeteren .....	12
Activiteiten volgen .....	12
Mijn dagelijkse stappentelling wordt niet weergegeven .....	12
Mijn stappentelling lijkt niet nauwkeurig te zijn .....	13
De stappentellingen op mijn toestel en mijn Garmin Connect account komen niet overeen .....	13
Mijn minuten intensieve training knipperen .....	13
Meer informatie .....	13
<b>Appendix</b> .....	<b>13</b>
Gegevensvelden .....	13
Wielmaat en omvang .....	14
Symbooldefinities .....	15
<b>Index</b> .....	<b>16</b>



## Inleiding

### ⚠ WAARSCHUWING

Lees de gids *Belangrijke veiligheids- en productinformatie* in de verpakking voor productwaarschuwingen en andere belangrijke informatie.

## Overzicht van het toestel



① Aanraakscherm	Veeg om door widgets, functies en menu's te bladeren. Tik om te selecteren.
② Actieknop	Selecteer om een activiteit te starten. Selecteer om tijdens het golfen het golfmenu weer te geven.
③ ≡	Houd ingedrukt om het toestel in te schakelen. Houd ingedrukt om het bedieningsmenu weer te geven. Selecteer om het menu voor het huidige scherm weer te geven.
④ ↶	Selecteer om terug te keren naar het vorige scherm.

## Uw smartphone koppelen

Als u gebruik wilt maken van de connected functies van het Approach S60 toestel, moet het rechtstreeks via de Garmin Connect™ Mobile app worden gekoppeld, en niet via de Bluetooth® instellingen op uw smartphone.

- 1 U kunt de Garmin Connect Mobile app via de app store op uw telefoon installeren en openen.
- 2 Houd ≡ ingedrukt om het toestel in te schakelen.

De eerste keer dat u het toestel inschakelt, stelt u de taal van het toestel in. In het volgende scherm wordt u gevraagd een koppeling tot stand te brengen met uw smartphone.

**TIP:** U kunt ≡ > **Instellingen** > **Koppel telefoon** selecteren om naar de koppelmodus te gaan na het initiële instelproces.

- 3 Selecteer een optie om uw toestel toe te voegen aan uw Garmin Connect Mobile-account:
  - Als dit het eerste toestel is dat u koppelt met de Garmin Connect Mobile app, volgt u de instructies op het scherm.
  - Als u reeds een toestel hebt gekoppeld met de Garmin Connect Mobile app, selecteert u **Garmin toestellen** > **Voeg toestel toe** in het instellingenmenu en volgt u de instructies op het scherm.

Als het toestel is gekoppeld, wordt een bericht weergegeven en synchroniseert uw toestel automatisch met uw smartphone.

## Het toestel opladen

### ⚠ WAARSCHUWING

Dit toestel bevat een lithium-ionbatterij. Lees de gids *Belangrijke veiligheids- en productinformatie* in de verpakking voor productwaarschuwingen en andere belangrijke informatie.

### LET OP

Om roestvorming te voorkomen, dient u alle contactpunten en de directe omgeving ervan grondig te reinigen en af te drogen voordat u het toestel oplaadt of aansluit op een computer. Raadpleeg de instructies voor reiniging in de appendix.

- 1 Steek het kleine uiteinde van de USB-kabel in de oplaadpoort op het toestel.



- 2 Steek het brede uiteinde van de USB-kabel in een USB-poort op uw computer.
- 3 Laad het toestel volledig op.

### Tips voor het opladen van uw toestel

- Sluit de oplader met behulp van de USB-kabel aan op het toestel om het op te laden (*Het toestel opladen*, pagina 1).  
U kunt het toestel opladen door de USB-kabel aan te sluiten op een standaardstopcontact via een Garmin® netadapter of op een USB-poort op uw computer. Het opladen van een geheel lege batterij duurt circa vier uur.
- Bekijk het percentage resterende batterijcapaciteit in het bedieningsmenu (*Het bedieningsmenu weergeven*, pagina 1).

## Het bedieningsmenu weergeven

Het bedieningsmenu bevat snelkoppelingen om bijvoorbeeld de modus Niet storen in te schakelen, het touchscreen te vergrendelen of het toestel uit te schakelen.

**OPMERKING:** U kunt zelf snelkoppelingen toevoegen, rangschikken en verwijderen in het bedieningsmenu (*Het bedieningsmenu aanpassen*, pagina 8).

- 1 Houd ≡ ingedrukt in een scherm.



- 2 Selecteer een optie.

## Productupdates

Installeer Garmin Express™ ([www.garmin.com/express](http://www.garmin.com/express)) op uw computer. Installeer de Garmin Connect Mobile app op uw smartphone.

Op die manier kunt u gemakkelijk gebruikmaken van de volgende diensten voor Garmin toestellen:

- Software-updates
- Baanupdates
- Gegevens worden geüpload naar Garmin Connect
- Productregistratie

### Garmin Express instellen

- 1 Sluit het toestel met een USB-kabel aan op uw computer.
- 2 Ga naar [garmin.com/express](http://garmin.com/express).

- Volg de instructies op het scherm.

## Garmin Golf™ app

Met de Garmin Golf app kunnen golfers elkaar uitdagen op verschillende banen. Iedereen kan elke week meedoen in de klassementen van meer dan 40.000 banen. U kunt een toernooi maken en spelers uitnodigen om mee te doen. De Garmin Golf app synchroniseert uw gegevens met de Garmin Connect website en de Garmin Connect Mobile app. U kunt de Garmin Golf app downloaden in de app store van uw smartphone.

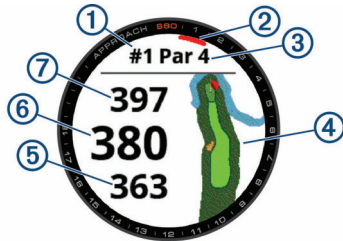
### Golfen

- Selecteer de actiekноп.
- Selecteer **Golfen**.
- Wacht terwijl het toestel satellieten zoekt.  
Dit kan 30 tot 60 seconden duren.
- Selecteer een baan in de lijst met nabije golfbanen.

### Hole-weergave

Het toestel geeft de hole weer die u nu speelt, en schakelt automatisch over naar de volgende hole wanneer u naar een nieuwe hole gaat. U kunt naar boven of beneden vegen of de hole-indicator langs de rand slepen van het scherm om van hole te wisselen.

**OPMERKING:** Standaard berekent het toestel de afstand tot het begin, midden en einde van de green. Als u de locatie van de pin weet, kunt u die nauwkeuriger instellen (*De green weergeven, pagina 2*).



①	Nummer van huidige hole
②	Hole-indicator
③	Par voor de hole
④	Kaart van de hole
⑤	Afstand tot het begin van de green
⑥	Afstand tot het midden van de green
⑦	Afstand tot het einde van de green

### PlaysLike afstand bekijken

De functie "speelt als"-afstand houdt rekening met hoogteverschillen op de baan door de aangepaste afstand tot de green weer te geven.

Selecteer een afstand tot de green.

Naast elke afstand wordt een pictogram weergegeven.

▲	Speelafstand langer dan verwacht vanwege een wijziging in de hoogte.
■	Speelafstand zoals verwacht.
▼	Speelafstand korter dan verwacht vanwege een wijziging in de hoogte.

### De green weergeven

Tijdens een game kunt u de green in meer detail bekijken en de pinlocatie verplaatsen.

- Selecteer de kaart.

- Selecteer boven aan het scherm.
- Tik op of versleep om de pinlocatie te verplaatsen.

De afstanden op het hole-informatiescherm worden bijgewerkt met de nieuwe pinlocatie. De pinlocatie wordt alleen opgeslagen voor de huidige ronde.

### De richting naar de pinlocatie bekijken

De functie PinPointer is een kompas dat de richting aangeeft wanneer u de green niet kunt zien. Met deze functie kunt u de richting van een shot plannen, zelfs als u tussen bomen of struiken of in een diepe zandbunker staat.

**OPMERKING:** Gebruik de functie PinPointer niet terwijl u in een golfkar zit. Interferentie van de golfkar kan de nauwkeurigheid van het kompas beïnvloeden.

- Selecteer de actiekноп.
  - Selecteer .
- De pijl wijst naar de pinlocatie.

### Layup- en dogleg-afstanden en opgeslagen locaties weergeven

U kunt een lijst met layup- en dogleg-afstanden weergeven voor par 4 en 5 holes. Opgeslagen locaties verschijnen ook in deze lijst.

- Selecteer de actiekноп.
- Selecteer .

**OPMERKING:** Afstanden en locaties worden uit de lijst verwijderd wanneer u deze passeert.

### Een locatie opslaan

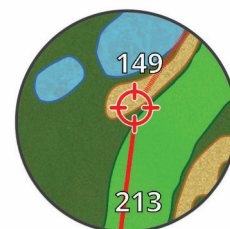
Tijdens het spelen van een ronde kunt u maximaal vijf locaties op elke hole opslaan. Een locatie opslaan is handig om voorwerpen of obstakels te registreren die niet op de kaart worden weergegeven. U kunt de afstand tot deze locaties bekijken op het layup- en dogleg-scherm (*Layup- en dogleg-afstanden en opgeslagen locaties weergeven, pagina 2*).

- Ga naar de locatie die u wilt opslaan.  
**OPMERKING:** U kunt geen locatie opslaan die ver bij de momenteel geselecteerde hole vandaan ligt.
- Selecteer de actiekноп.
- Selecteer > > **Sla locatie op**.
- Selecteer een label voor de locatie.

### Afstand meten met Touch-targeting

Terwijl u een game speelt, kunt u Touch Targeting gebruiken om de afstand naar een punt op de kaart te meten.

- Selecteer de kaart.
- Tik op het doelcirkeltje of sleep het met uw vinger naar de gewenste positie.



U kunt de afstand van uw huidige locatie tot het doelcirkeltje bekijken en vanaf het doelcirkeltje tot de pinlocatie.

- Selecteer indien nodig of om in of uit te zoomen.

## Een shot meten met de Garmin AutoShot™ functie

Uw Approach S60 toestel beschikt over een functie voor het automatisch detecteren en vastleggen van slagen. Telkens wanneer u tegen de bal slaat op de fairway, legt het toestel uw slagafstand vast, zodat u deze later kunt bekijken (*Shotgeschiedenis weergeven, pagina 3*).

**TIP:** Automatische detectie werkt het beste wanneer u het toestel op uw belangrijke pols draagt en goed contact maakt met de bal. Putts worden niet gedetecteerd.

### 1 Start een ronde.

Als het toestel een shot detecteert, verschijnt uw slagafstand in de banner ① bovenaan in het scherm.



**TIP:** U kunt op de banner tikken om deze 10 seconden lang te verbergen.

### 2 Loop of rijd rechtstreeks naar de bal.

### 3 Sla de bal opnieuw.

Het toestel registreert de afstand van uw laatste shot.

## De scorekaart gebruiken

### 1 Selecteer de actieknoop tijdens het golfen.

### 2 Selecteer .

### 3 Selecteer zo nodig om de score-instellingen te configureren of de par voor de hole te wijzigen.


### 4 Veeg naar boven of beneden of sleep de hole-indicator langs de rand van het scherm om van hole te wisselen.

### 5 Tik in het midden van het scherm.

### 6 Selecteer of om de score in te stellen.

## Statistieken bijhouden

Als u Statistieken bijhouden op uw toestel inschakelt, kunt u de statistieken voor de huidige ronde bekijken (*Uw rondeoverzicht bekijken, pagina 3*). U kunt rondes vergelijken en uw verbeteringen bijhouden met de Garmin Connect Mobile app.

Selecteer  > **Golfinstellingen** > **Score** > **Statistieken** op de scorekaart.

### Statistieken vastleggen




Voordat u statistieken kunt vastleggen, moet u het bijhouden van statistieken inschakelen (*Statistieken bijhouden, pagina 3*).

### 1 Tik in de scorekaart op het midden van het scherm.

### 2 Stel het aantal gespeelde slagen in en selecteer **Volgende**.

### 3 Stel het aantal gespeelde putts in en selecteer **Volgende**.

### 4 Selecteer een optie:

- Als uw bal de fairway raakt, selecteert u .
- Als uw bal de fairway mist, selecteert u  of .

## De scoringsmethode instellen

U kunt de methode wijzigen die het toestel gebruikt om de score bij te houden.

### 1 Selecteer > **Golfinstellingen** > **Score** > **Scoremethode** op de scorekaart.

### 2 Selecteer een scoringsmethode.

## Stableford-scoring

Wanneer u de Stableford-scoringsmethode selecteert (*De scoringsmethode instellen, pagina 3*), worden punten toegekend op basis van het aantal slagen ten opzichte van par. Aan het einde van een ronde wint de hoogste score. Het toestel kent punten toe zoals gespecificeerd door de United States Golf Association.

De scorekaart voor een game met Stableford-score toont punten in plaats van slagen.

Punten	Gespeelde slagen ten opzichte van par
0	2 of meer boven
1	1 boven
2	Par
3	1 onder
4	2 onder
5	3 onder

## Handicapscores inschakelen

### 1 Selecteer > **Golfinstellingen** > **Score** > **Handicapscore** op de scorekaart.

### 2 Selecteer een optie:

- Selecteer **Lokale handicap** als u het aantal slagen wilt instellen dat wordt afgetrokken van de totale score van de speler.
- Selecteer **Index/Slope** als u de Handicap Index® van de speler en de Slope Rating® van de baan wilt invoeren om de baanhandicap voor de speler te berekenen.

Het aantal handicap-slagen wordt op het hole-informatiescherm weergegeven als stippen. Op de scorekaart wordt voor elke ronde de op uw handicap afgestemde score weergegeven.

## Shotgeschiedenis weergeven

### 1 Selecteer de actieknoop tijdens het golfen.

### 2 Selecteer om informatie over uw laatste shot weer te geven.

### 3 Selecteer om informatie over elk shot voor een hole weer te geven.

### 4 Selecteer een shot om uw swingtempo weer te geven.

## TruSwing™ metingen weergeven tijdens een ronde

Voordat u de TruSwing functie kunt gebruiken op uw Approach toestel, moet u bevestigen dat uw TruSwing toestel veilig is bevestigd aan uw club. Raadpleeg de handleiding van het TruSwing toestel voor meer informatie.

### 1 Schakel het TruSwing toestel in.

### 2 Start een ronde.

### 3 Selecteer de actieknoop op uw Approach S60 toestel en selecteer .

Uw Approach S60 toestel wordt nu met het TruSwing toestel gekoppeld.

### 4 Selecteer > **Wijzig club** om een club te selecteren.


### 5 Voer een swing uit.

De swinggegevens worden na elke swing weergegeven op uw Approach S60 toestel (*TruSwing statistieken, pagina 4*).

### 6 Tik op het scherm om door de vastgelegde swingstatistieken te bladeren.

## Uw rondeoverzicht bekijken

Tijdens een ronde kunt u uw score, statistieken en aantal stappen bekijken.

- 1 Selecteer de actieknop.
- 2 Selecteer .
- 3 Veeg omlaag of omhoog.

## Een ronde beëindigen

- 1 Selecteer de actieknop.
- 2 Selecteer **Einde**.
- 3 Selecteer een optie:
  - Tik op uw score om uw statistieken en ronde-informatie te bekijken.
  - Selecteer **Sla op** om de ronde op te slaan en terug te keren naar de horlogemodus.
  - Selecteer **Wijzig score** om uw scorekaart te bewerken.
  - Selecteer **Gooi weg** om de ronde te verwijderen en terug te keren naar de horlogemodus.
  - Selecteer **Pauze** om de ronde te pauzeren en later te hervatten.

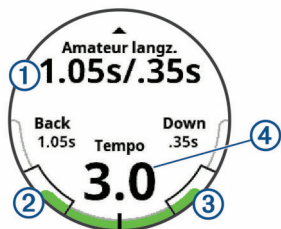
## Swingtempo




De swingtempo app helpt u bij het ontwikkelen van een meer consistente swing. Het toestel meet en toont de tijd van uw backswing en uw downswing. Op het toestel wordt ook het tempo van uw swing weergegeven. Het swingtempo is de tijd van de backswing gedeeld door de tijd van de downswing, uitgedrukt in een verhoudingsgetal. Een verhouding van 3 tot 1 (ofwel 3,0) is het ideale swingtempo op basis van studies van professionele golfers.

### Het ideale swingtempo

U kunt het ideale 3.0 tempo bereiken door de timing van uw backswing en downswing te variëren, bijvoorbeeld 0,7 sec./0,23 sec. of 1,2 sec./0,4 sec. Elke golfer heeft een uniek swingtempo op basis van vaardigheid en ervaring. Garmin beschikt over zes verschillende timingen.

Het toestel geeft een grafiek weer die aangeeft of uw backswing of downswing te snel of te langzaam was, of precies goed bij de geselecteerde timing.




①	Timingkeuzes (verhouding backswing-/downswing-tijd)
②	Backswing-tijd
③	Downswing-tijd
④	Uw tempo
	Goede timing
	Te langzaam
	Te snel

Om uw ideale swing-timing te vinden moet u beginnen met de langzaamste timing en daarmee een paar swings oefenen. Als de tempografiek continu groen is voor zowel uw backswing- als downswing-tijden, kunt u verder gaan met de volgende timing. Als een bepaalde timing goed voelt, kunt u deze aanhouden om meer consistente swings en prestaties te realiseren.

### Uw swingtempo analyseren

U moet een bal raken om uw swingtempo te bekijken.

- 1 Selecteer de actieknop op de watch face.
- 2 Selecteer  > **Swing-tempo**.
- 3 Selecteer  of  om de tempotimer in te stellen.
- 4 Selecteer  > **Type club**, en selecteer een clubtype.
- 5 Maak een volledige swing en raak de bal.

Op het toestel wordt de analyse van uw swing weergegeven.

### De tips bekijken

De eerste keer dat u de swingtempo app gebruikt, wordt op het toestel een reeks tips weergegeven om u inzicht te geven in de manier waarop uw swing wordt geanalyseerd.

- 1 Selecteer de actieknop vanuit de **Swing-tempo** app.
- 2 Tik op het scherm om de volgende tip weer te geven.

## TruSwing

Met de TruSwing functie kunt u swinggegevens bekijken die zijn vastgelegd met uw TruSwing toestel. Ga naar [www.garmin.com/golf](http://www.garmin.com/golf) als u een TruSwing toestel wilt aanschaffen.



### TruSwing statistieken

U kunt swingstatistieken bekijken op uw Approach toestel, op Garmin Connect of op de Garmin Connect Mobile app. Raadpleeg de gebruikershandleiding van het TruSwing toestel voor meer informatie.


Functie	Beschrijving	Vereisten
Swingstatistieken alleen op uw Approach toestel	De beschikbare statistieken zijn onder andere uw swingtempo, snelheid, club path-metingen, belangrijke clubhoeken en meer.	Het TruSwing toestel moet zijn gekoppeld met een Approach toestel.
Swingstatistieken op uw Approach toestel en in de Garmin Connect Mobile app	De beschikbare statistieken zijn onder andere uw swingtempo, snelheid, club path-metingen, belangrijke clubhoeken en meer.	Zowel de TruSwing als Approach toestellen moeten zijn gekoppeld met de Garmin Connect Mobile app op uw smartphone.

### TruSwing statistieken vastleggen en weergeven op uw toestel

Voordat u de TruSwing functie kunt gebruiken op uw Approach S60 toestel, moet u bevestigen dat uw TruSwing toestel veilig is bevestigd aan uw club. Raadpleeg de handleiding van het TruSwing toestel voor meer informatie.

- 1 Schakel het TruSwing toestel in.
- 2 Selecteer op uw Approach S60 toestel de actieknop en selecteer  > **TruSwing**.  
Uw Approach S60 toestel wordt nu met het TruSwing toestel gekoppeld.
- 3 Selecteer  > **Wijzig club** om een club te selecteren.
- 4 Voer een swing uit.  
De swinggegevens worden na elke swing weergegeven op uw Approach S60 toestel.
- 5 Tik op het scherm om door de vastgelegde swingstatistieken te bladeren.

### Links-/rechtshandig instellen

- 1 Selecteer in de TruSwing app  > **Links-/rechtshandig**.
- 2 Selecteer een optie.



## Widgets

Uw toestel wordt geleverd met vooraf geïnstalleerde widgets die u direct informatie geven. Voor sommige widgets is een Bluetooth verbinding met een compatibele smartphone vereist.

Sommige widgets zijn standaard niet zichtbaar. U kunt deze handmatig toevoegen aan de widgetlijst.

**Agenda:** Geeft de in uw smartphone agenda geplande afspraken weer.

**Calorieën:** Geeft uw caloriegegevens weer voor de huidige dag.

**Golf:** Geeft uw golfgegevens weer voor uw laatste ronde.

**Minuten intensieve training:** Houdt de tijd bij die u besteedt aan activiteiten bij gemiddelde tot intensieve inspanning, het aantal minuten dat u wekelijks wilt besteden aan intensieve activiteiten en uw vorderingen om dat doel te halen.

**Laatste activiteit:** Geeft een kort overzicht weer van uw laatst vastgelegde activiteit, zoals een hardloop-, fiets- of zwemsessie.

**Laatste sport:** Toont een kort overzicht van uw laatst vastgelegde sport.

**Mijn dag:** Geeft een dynamisch overzicht van uw activiteiten van vandaag. Hierin staan uw getimede activiteiten, minuten intensieve training, stappentelling, verbrande calorieën en meer.

**Meldingen:** Waarschuwt u bij inkomende oproepen, sms-berichten, updates van sociale netwerken en meer volgens de meldingsinstellingen op uw smartphone.

**Stappen:** Houdt uw dagelijkse aantal stappen, het stappendoel en de gegevens van de afgelopen dagen bij.

**Weer:** Geeft de huidige temperatuur en weersverwachting weer.

### Widgets weergeven

Uw toestel wordt geleverd met verschillende vooraf geladen widgets en als u uw toestel koppelt met een smartphone zijn er nog meer functies beschikbaar.

- Veeg omlaag of omhoog op de watch face.
- Tik op het touchscreen om meer opties en functies voor een widget weer te geven.
- Selecteer  om de widgetinstellingen weer te geven.


### De widgetlijst aanpassen

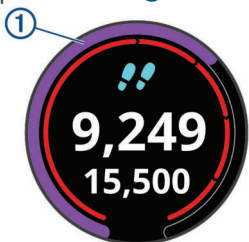
- 1 Selecteer  > **Instellingen** > **Widgets**.
- 2 Selecteer een widget.
- 3 Selecteer de schakelaar **Ingeschakeld** om de widget uit de widgetlijst te verwijderen.
- 4 Selecteer **Voeg widgets toe**.
- 5 Selecteer een widget.

De widget wordt toegevoegd aan de widgetlijst.

### Activiteiten volgen

#### Automatisch doel

Uw toestel maakt automatisch een dagelijks stapdoel dat is gebaseerd op uw voorgaande activiteitsniveaus. Wanneer u tijdens de dag beweegt, toont het toestel hoe u het aantal stappen van uw stapdoel nadert .



Als u de functie Automatisch doel niet wilt gebruiken, kunt u een persoonlijk stapdoel instellen via uw Garmin Connect account.

### De bewegingswaarschuwing gebruiken

Langdurig zitten kan leiden tot ongewenste veranderingen in uw metabolisme. De bewegingswaarschuwingen sporen u aan om te blijven bewegen. Na een uur inactiviteit worden Beweeg! en de rode balk weergegeven. Vervolgens verschijnen extra segmenten in de balk na elke volgende 15 minuten inactiviteit. Het toestel trilt ook als het trilsignaal is ingeschakeld ([Systeeminstellingen](#), pagina 9).

Maak een korte wandeling (minimaal enkele minuten) om de waarschuwing te verwijderen.

### Slaap bijhouden

Het toestel detecteert automatisch uw slaap wanneer u slaapt en het houdt uw bewegingen bij gedurende uw normale slaaptijden. U kunt uw normale slaaptijden instellen in de gebruikersinstellingen van uw Garmin Connect account. Slaapstatistieken omvatten het totale aantal uren slaap, slaapniveaus en perioden van beweging tijdens de slaap. U kunt uw slaapstatistieken inzien via uw Garmin Connect account.

**OPMERKING:** Dutjes worden niet aan uw slaapstatistieken toegevoegd. U kunt de modus Niet storen gebruiken om de meldingen en waarschuwingen uit te schakelen; alarmen worden hierdoor niet uitgeschakeld.

#### Uw slaap automatisch bijhouden

- 1 Draag het toestel terwijl u slaapt.
- 2 Upload uw slaapgegevens naar de Garmin Connect site ([Gegevens handmatig synchroniseren met Garmin Connect Mobile](#), pagina 7).

U kunt uw slaapstatistieken inzien via uw Garmin Connect account.

## Activiteiten

Uw toestel kan worden gebruikt voor binnen-, buiten-, sport- en fitnessactiviteiten. Wanneer u een activiteit start, worden de sensorgegevens weergegeven en vastgelegd op uw toestel. U kunt activiteiten opslaan en delen met de Garmin Connect community.

U kunt ook Connect IQ™ activiteiten-apps aan uw toestel toevoegen via uw Garmin Connect account ([Connect IQ functies](#), pagina 7).

Ga naar [garmin.com/ataccuracy](http://garmin.com/ataccuracy) voor meer informatie over activiteiten-tracking en de nauwkeurigheid van fitnessgegevens.

### Een activiteit starten

Als u een activiteit start, wordt GPS automatisch ingeschakeld (indien vereist). Als u de activiteit stopt, schakelt het toestel over op de horlogemodus.

- 1 Selecteer de actieknop op de watch face.
- 2 Selecteer .
- 3 Selecteer een activiteit.
- 4 Wacht indien nodig totdat het toestel een verbinding heeft gemaakt met uw ANT+® sensors.
- 5 Indien voor de activiteit GPS is vereist, gaat u naar buiten en wacht u totdat het toestel satellieten heeft gevonden.
- 6 Selecteer de actieknop om de timer te starten.

**OPMERKING:** Het toestel begint pas met het vastleggen van uw activiteitsgegevens nadat de timer is gestart.

#### Tips voor het vastleggen van activiteiten

- Laad het toestel op voordat u aan de activiteit begint ([Het toestel opladen](#), pagina 1).
- Veeg omhoog of omlaag om meer gegevensschermen te bekijken.

## Een activiteit stoppen

- 1 Selecteer de actieknop.
- 2 Selecteer een optie:
  - Selecteer de actieknop om uw activiteit te hervatten.
  - Als u de activiteit wilt opslaan en wilt terugkeren naar horlogemodus, selecteert u **OK** > ✓.
  - Als u de activiteit wilt verwijderen en wilt terugkeren naar horlogemodus, selecteert u **OK** > ✕ > ✓.

## Binnenactiviteiten

Het Approach S60 toestel kan worden gebruikt voor training binnenshuis, zoals hardlopen op een binnenbaan of fietsen op een hometrainer. Bij binnenactiviteiten wordt GPS uitgeschakeld.

Als hardlopen of wandelen met GPS is uitgeschakeld, worden snelheid, afstand en cadans berekend met behulp van de versnellingsmeter in het toestel. De versnellingsmeter voert automatisch een kalibratie uit. De nauwkeurigheid van de snelheid-, afstand- en cadansgegevens verbetert na een aantal hardloopsessies of wandelingen in de buitenlucht met behulp van GPS.

**TIP:** Als u de handrails van de loopband vasthoudt, gaat de nauwkeurigheid omlaag. U kunt gebruikmaken van een optionele voetsensor om uw tempo, afstand en cadans vast te leggen.

Als u met uitgeschakelde GPS fietst, zijn er geen snelheids- en afstandsgegevens beschikbaar, tenzij u over een optionele sensor beschikt die deze gegevens naar het toestel verzendt (zoals een snelheids- of cadanssensor).

## Buitenactiviteiten

De Approach S60 wordt geleverd met een aantal vooraf geladen apps voor buitenactiviteiten, zoals hardlopen en fietsen. Bij buitenactiviteiten wordt GPS ingeschakeld. U kunt apps toevoegen voor standaardactiviteiten, zoals cardio of roeien.

# Klok

## Een alarm instellen

U kunt maximaal acht verschillende alarmen instellen. U kunt elk alarm één keer of met regelmatige tussenpozen laten afgaan.

- 1 Selecteer > **Klokken** > **Alarmen** > **Voeg nieuw toe** > **Tijd** op de watch face.
- 2 Selecteer **+** en **-** om de tijd in te stellen.
- 3 Selecteer ✓.
- 4 Selecteer **Herhaal** en selecteer wanneer het alarm moet worden herhaald (optioneel).
- 5 Selecteer **Label** en kies een naam voor het alarm (optioneel).

## De afteltimer

- 1 Selecteer > **Klokken** > **Timer** > **Wijzig** op de watch face.
- 2 Selecteer **+** en **-** om de timer in te stellen.
- 3 Selecteer ✓.
- 4 Selecteer de actieknop om de timer te starten.
- 5 Selecteer de actieknop om de timer te stoppen.
- 6 Selecteer **Herstel** om de timer opnieuw in te stellen.

## De stopwatch gebruiken

- 1 Selecteer > **Klokken** > **Stopwatch** op de watch face.
- 2 Selecteer de actieknop om de timer te starten.
- 3 Selecteer **Ronde** om de rondetimer opnieuw te starten.  
De totale stopwatchtijd blijft lopen.

- 4 Selecteer de actieknop om beide timers te stoppen.
- 5 Selecteer **Herstel** om beide timers opnieuw in te stellen.

## Connected functies

Connected functies zijn beschikbaar voor uw Approach S60 toestel als u het toestel verbindt met een compatibele smartphone via Bluetooth draadloze technologie. Voor sommige functies moet u de Garmin Connect Mobile app op de verbonden smartphone installeren. Ga naar [www.garmin.com/apps](http://www.garmin.com/apps) voor meer informatie.

**Telefoonmeldingen:** Geeft telefoonmeldingen en berichten weer op uw Approach S60 toestel.

**Activiteiten uploaden naar Garmin Connect:** Uw activiteit wordt automatisch naar uw Garmin Connect account verstuurd zodra u klaar bent met het vastleggen van de activiteit.

**Connect IQ:** Hiermee kunt u de toestelfuncties uitbreiden met nieuwe watch faces, widgets, apps en gegevensvelden.

**Vind mijn telefoon:** Hiermee kunt u een kwijtgeraakte smartphone terugvinden die is gekoppeld met uw Approach S60 toestel en momenteel binnen bereik is.

**Zoek mijn horloge:** Hiermee kunt u uw kwijtgeraakte Approach S60 toestel terugvinden dat is gekoppeld met uw smartphone en momenteel binnen bereik is.

## Bluetooth meldingen inschakelen

Voordat u meldingen kunt inschakelen, moet u het Approach S60 toestel koppelen met een compatibel mobiel toestel (*Uw smartphone koppelen, pagina 1*).

- 1 Selecteer > **Instellingen** > **Telefoon**.
- 2 Selecteer de schakelaar **Meldingen** om meldingen in te schakelen.
- 3 Selecteer **Meldingen** > **Tijdens activiteit**.
- 4 Selecteer uw meldingsvoorkeuren.
- 5 Selecteer > **Niet tijdens activiteit**.
- 6 Selecteer uw meldingsvoorkeuren.
- 7 Selecteer > **Time-out**.
- 8 Selecteer hoe lang de waarschuwing voor een nieuwe melding op het scherm wordt weergegeven.

## Meldingen weergeven

- 1 Veeg op de watch face omhoog of omlaag om de meldingenwidget weer te geven.
- 2 Selecteer een melding.  
U kunt op het aanraakscherm tikken om de volledige melding te zien.
- 3 Selecteer om terug te keren naar het vorige scherm.

## Meldingen beheren

Met uw compatibele smartphone kunt u meldingen beheren die op uw Approach S60 toestel worden weergegeven.

Selecteer een optie:

- Als u een Apple® smartphone gebruikt, kunt u via de instellingen in het meldingencentrum van uw smartphone de items selecteren die u op het toestel wilt weergeven.
- Als u een smartphone met Android™ gebruikt, selecteert u in de Garmin Connect Mobile app de optie **Instellingen** > **Smartphone meldingen**.

## De Bluetooth smartphone-verbinding uitschakelen

- 1 Houd ingedrukt om het bedieningsmenu weer te geven.
- 2 Selecteer om de Bluetooth smartphone-verbinding op uw Approach S60 toestel uit te schakelen.

Raadpleeg de gebruikershandleiding voor uw mobiele toestel om draadloze Bluetooth technologie uit te schakelen op uw mobiele toestel.



## Connectie waarschuwing inschakelen op uw smartphone

U kunt instellen dat het Approach toestel u waarschuwt wanneer uw gekoppelde smartphone een verbinding maakt of deze verbreekt via draadloze Bluetooth technologie.


Selecteer  > **Instellingen** > **Telefoon** > **Verbindingsmeldingen**.

## Een verloren mobiel toestel lokaliseren

U kunt deze functie gebruiken om een verloren mobiel toestel te lokaliseren dat is gekoppeld met Bluetooth draadloze technologie en momenteel binnen bereik is.

- 1 Houd  ingedrukt om het bedieningsmenu weer te geven.
- 2 Selecteer .

Het Approach S60 toestel begint nu met zoeken naar uw gekoppelde mobiele toestel. U hoort een waarschuwing op uw mobiele toestel en de signaalsterkte van Bluetooth wordt weergegeven op het Approach S60 toestelscherm. De Bluetooth signaalsterkte wordt hoger naarmate u dichter bij uw mobiele toestel komt.

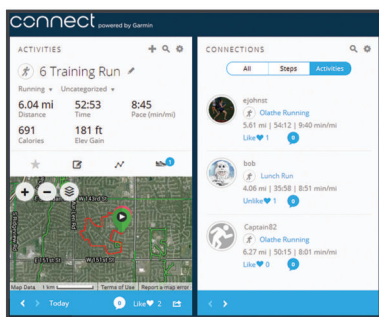
- 3 Selecteer  om te stoppen met zoeken.

## Garmin Connect

U kunt contact houden met uw vrienden via uw Garmin Connect account. Garmin Connect biedt u de hulpmiddelen om te volgen, te analyseren, te delen en elkaar aan te moedigen. Leg de prestaties van uw actieve lifestyle vast, zoals hardloopsessies, wandelingen, fietstochten, zwemsessies, hikes, golfresultaten en meer. Garmin Connect kunt u ook gebruiken om online statistieken bij te houden en de golfresultaten van al uw rondes te analyseren en te delen. Meld u aan voor een gratis account op [www.garminconnect.com/start](http://www.garminconnect.com/start).

**Uw activiteiten opslaan:** Nadat u een activiteit met tijdmeting met uw toestel hebt voltooid en opgeslagen, kunt u die activiteit uploaden naar uw Garmin Connect account en zo lang bewaren als u wilt.

**Uw gegevens analyseren:** U kunt meer gedetailleerde informatie over uw fitness- en buitensportactiviteiten weergeven, zoals tijd, afstand, hartslag, verbrande calorieën, cadans, een bovenaanzicht van de kaart en tempo- en snelheidsgrafieken. U kunt meer gedetailleerde informatie over uw golfprestaties weergeven, zoals scorekaarten, statistieken en baaninformatie. U kunt ook instelbare rapporten weergeven.



**Uw voortgang volgen:** U kunt uw dagelijkse aantal stappen bijhouden, uzelf vergelijken met uw connecties en uw doelen behalen.

**Uw activiteiten delen:** U kunt contact houden met vrienden en elkaars activiteiten volgen of koppelingen naar uw activiteiten plaatsen op uw favoriete sociale netwerksites.

**Uw instellingen beheren:** U kunt uw toestel- en gebruikersinstellingen aanpassen via uw Garmin Connect account.

**De Connect IQ store gebruiken:** U kunt apps, watch face, gegevensvelden en widgets downloaden.

## De software bijwerken via Garmin Connect Mobile

Voordat u de software op uw toestel kunt bijwerken via de Garmin Connect Mobile app, moet u een Garmin Connect account hebben en het toestel koppelen met een compatibele smartphone (*Uw smartphone koppelen, pagina 1*).

- 1 Synchroniseer uw toestel met de Garmin Connect Mobile app (*Gegevens handmatig synchroniseren met Garmin Connect Mobile, pagina 7*).

Wanneer er nieuwe software beschikbaar is, verstuurt de Garmin Connect Mobile app deze update automatisch naar uw toestel.

- 2 Volg de instructies op het scherm.

## De software bijwerken via Garmin Express

Voordat u de toestelsoftware kunt bijwerken, moet u beschikken over een Garmin Connect account en moet u de Garmin Express toepassing downloaden en installeren.



- 1 Sluit het toestel met een USB-kabel aan op uw computer.  
Als er nieuwe software beschikbaar is, verstuurt Garmin Express deze naar uw toestel.
- 2 Koppel het toestel los van de computer.  
Uw toestel waarschuwt u als u de software kunt bijwerken.
- 3 Selecteer een optie.

## Garmin Connect op uw computer gebruiken

Als u uw Approach S60 toestel niet hebt gekoppeld met uw smartphone, kunt u al uw activiteitgegevens uploaden naar uw Garmin Connect account via uw computer.

- 1 Sluit het toestel met een USB-kabel aan op uw computer.
- 2 Ga naar [www.garminconnect.com/start](http://www.garminconnect.com/start).
- 3 Volg de instructies op het scherm.

## Gegevens handmatig synchroniseren met Garmin Connect Mobile

- 1 Houd  ingedrukt om het bedieningsmenu weer te geven.
- 2 Selecteer .

## Connect IQ functies

U kunt aan uw horloge Connect IQ functies toevoegen van Garmin en andere leveranciers via de Connect IQ Mobile app. U kunt uw toestel aanpassen met watch faces, gegevensvelden, widgets en apps.

**Watch Faces:** Hiermee kunt u de stijl van de klok aanpassen.

**Gegevensvelden:** Hiermee kunt u nieuwe gegevensvelden downloaden die sensors, activiteiten en historische gegevens op andere manieren presenteren. U kunt Connect IQ gegevensvelden toevoegen aan ingebouwde functies en pagina's.

**Widgets:** Hiermee kunt u direct informatie bekijken, zoals sensorgegevens en meldingen.

**Apps:** Voeg interactieve functies toe aan uw horloge, zoals nieuwe soorten buiten- en fitnessactiviteiten.

## Connect IQ functies downloaden

Voordat u Connect IQ functies kunt downloaden via de Garmin Connect Mobile app, moet u uw Approach S60 toestel koppelen met uw smartphone.

- 1 Selecteer in de instellingen van de Garmin Connect Mobile app de optie **Connect IQ™ Store**.

- 2 Selecteer zo nodig uw toestel.
- 3 Selecteer een Connect IQ functie.
- 4 Volg de instructies op het scherm.

## Connect IQ functies downloaden via uw computer

- 1 Sluit het toestel met een USB-kabel aan op uw computer.
- 2 Ga naar [apps.garmin.com](https://apps.garmin.com) en meld u aan.
- 3 Selecteer een Connect IQ functie en download deze.
- 4 Volg de instructies op het scherm.

## Uw toestel aanpassen





### De watch face wijzigen

U moet eerst een Connect IQ watch face uit de Connect IQ store ([Connect IQ functies, pagina 7](#)).

- 1 Selecteer  > **Wijzerplaat** op de watch face.
- 2 Veeg omhoog of omlaag om de watch faces weer te geven.
- 3 Tik op het scherm om een watch face te selecteren.

### Het bedieningsmenu aanpassen

U kunt snelkoppelingen toevoegen, verwijderen en de volgorde ervan wijzigen in het bedieningsmenu ([Het bedieningsmenu weergeven, pagina 1](#)).

- 1 Houd  ingedrukt.  
Het bedieningsmenu wordt weergegeven.
- 2 Selecteer  > **Bedieningsinstellingen**.
- 3 Tik op de snelkoppeling die u wilt aanpassen.
- 4 Selecteer een optie:
  - Om de locatie van de snelkoppeling in het bedieningsmenu te wijzigen, tikt u op de gewenste locatie.
  - Tik op  om de snelkoppeling uit het bedieningsmenu te verwijderen.
- 5 Selecteer indien nodig  om een snelkoppeling aan het bedieningsmenu toe te voegen.

### Golfinstellingen

Selecteer op de watch face  > **Instellingen > Apps en activiteiten > Golfen > Golfinstellingen**.

**Score:** Hiermee kunt u de scoreopties instellen ([Score-instellingen, pagina 8](#)).

**Driver-afstand:** Hiermee stelt u de gemiddelde afstand in die de bal aflegt tijdens uw drive.

**Toernooimodus:** Hiermee schakelt u de PinPointer en PlaysLike afstandsfuncties uit. Deze functies mogen niet worden ingeschakeld tijdens officiële toernooien of rondes waarbij de handicap wordt berekend.

**Grote cijfers:** Hiermee wijzigt u de grootte van de getallen in de hole-weergave.

### Score-instellingen

Selecteer op de watch face  > **Instellingen > Apps en activiteiten > Golfen > Golfinstellingen > Score**.

**Status:** Hiermee wordt uw score wel of niet automatisch bijgehouden als u een ronde start. De optie Vraag altijd vraagt u of de score moet worden bijgehouden als u een ronde start.

**Statistieken:** Hiermee kunt u tijdens het golfen statistieken bijhouden, zoals aantal putts, greens in regulation en fairways hit.

**Club bijhouden:** Hiermee kunt u bijhouden welke clubs u hebt gebruikt.

**2 spelers:** Hiermee wordt de score van twee spelers bijgehouden op de scorekaart.

**OPMERKING:** Deze instelling is alleen beschikbaar tijdens een ronde. U dient deze instelling bij elke ronde opnieuw in te schakelen.

**Scoremethode:** Hiermee wijzigt u de methode die het toestel gebruikt om de score bij te houden.

**Handicap score:** Hiermee stelt u de handicap van een speler in.

### Instellingen van activiteiten en apps

Met deze instellingen kunt u elke vooraf geïnstalleerde activiteiten-app naar wens aanpassen. U kunt bijvoorbeeld gegevenspagina's aanpassen en waarschuwingen en trainingsfuncties inschakelen. Niet alle instellingen zijn beschikbaar voor alle soorten activiteiten.

Selecteer op de watch face  > **Instellingen > Apps en activiteiten**, selecteer een activiteit en selecteer vervolgens de activiteitinstellingen.

**Gegevensschermen:** Hiermee kunt u gegevensschermen aanpassen en nieuwe gegevensschermen toevoegen voor de activiteit ([Gegevensschermen aanpassen, pagina 8](#)).

**Waarschuwingen:** Hiermee kunt u de trainings- of navigatiewaarschuwingen voor de activiteit instellen ([Waarschuwingen, pagina 9](#)).

**Ronden:** Hiermee stelt u de functie Auto Lap® in om automatisch een ronde te markeren op basis van een bepaalde afstand. Dit is handig als u uw prestaties tijdens verschillende gedeeltes van een activiteit wilt vergelijken (bijvoorbeeld elke 1 mijl of 5 km).

**Auto Pause:** Hiermee kan het toestel zo worden ingesteld dat de gegevensopslag wordt gestopt, zodra u stopt met bewegen of wanneer u onder een bepaalde snelheid komt. Dit is handig als in uw activiteit verkeerslichten of andere plaatsen waar u moet stoppen, voorkomen.

**Auto Scroll:** Hiermee kunt u alle schermen met activiteitgegevens doorlopen terwijl de timer loopt.

**GPS:** Hiermee stelt u de activiteit in voor het gebruik van GPS-satellietsignalen. U kunt GPS uitschakelen bij indoortrainingen of om batterijvermogen te sparen. Bij binnenactiviteiten wordt GPS standaard uitgeschakeld.

**Grootte van bad:** Hiermee kunt u de lengte van het bad instellen voor zwemmen in een zwembad.

**Achtergrond:** Hiermee stelt u de achtergrondkleur van elke activiteit in op zwart of wit.

**Accentkleur:** Hiermee stelt u de accentkleur van elke activiteit in, waaraan u kunt zien welke activiteit actief is.

### Gegevensschermen aanpassen

U kunt voor elke activiteit de lay-out en inhoud van gegevensschermen weergeven, verbergen of wijzigen.

- 1 Selecteer  > **Instellingen > Apps en activiteiten**.
- 2 Selecteer de activiteit om deze aan te passen.
- 3 Selecteer de activiteitinstellingen.
- 4 Selecteer **Gegevensvelden**.
- 5 Selecteer zo nodig de schakelaar om een gegevensscherm in te schakelen.
- 6 Selecteer een gegevensscherm dat u wilt aanpassen.
- 7 Selecteer een optie:
  - Selecteer **Indeling** om het aantal gegevensvelden in het gegevensscherm te wijzigen.
  - Selecteer **Wijzig gegevensvelden** en selecteer een gegevensveld om het type gegevens in het veld te wijzigen.

## Waarschuwingen

U kunt waarschuwingen instellen voor elke activiteit om u te helpen specifieke doelen te bereiken. Sommige waarschuwingen zijn alleen beschikbaar voor specifieke activiteiten. Voor sommige waarschuwingen hebt u optionele accessoires nodig, zoals een hartslagmeter of een cadanssensor. Er zijn drie typen waarschuwingen: Gebeurteniswaarschuwingen, bereikwaarschuwingen en terugkerende waarschuwingen.

**Gebeurteniswaarschuwing:** Een gebeurteniswaarschuwing wordt eenmaal afgegeven. De gebeurtenis is een specifieke waarde. U kunt het toestel bijvoorbeeld instellen om u te waarschuwen wanneer u een bepaald aantal calorieën verbrandt.

**Bereikwaarschuwing:** Een bereikwaarschuwing wordt telkens afgegeven wanneer het toestel een waarde meet die boven of onder een opgegeven waardenbereik ligt. Zo kunt u bijvoorbeeld instellen dat het toestel u waarschuwt als uw hartslag lager is dan 60 bpm (slagen per minuut) of hoger dan 210 bpm.

**Terugkerende waarschuwing:** Een terugkerende waarschuwing wordt afgegeven telkens wanneer het toestel een opgegeven waarde of interval registreert. U kunt bijvoorbeeld instellen dat het toestel u elke 30 minuten waarschuwt.

Waarschuwingnaam	Waarschuwingstype	Beschrijving
Cadans	Bereik	U kunt minimale en maximale cadanswaarden instellen.
Calorieën	Gebeurtenis, terugkerend	U kunt het aantal calorieën instellen.
Aangepast	Terugkerend	U kunt een bestaand bericht selecteren of een aangepast bericht maken en een waarschuwingstype selecteren.
Afstand	Terugkerend	U kunt een afstandsinterval instellen.
Hartslag	Bereik	U kunt minimale en maximale waarden voor de hartslag instellen of zonewijzigingen selecteren.
Tempo	Bereik	U kunt minimale en maximale tempowaarden instellen.
Ren/Loop	Terugkerend	U kunt regelmatige looppauses infassen.
Snelheid	Bereik	U kunt minimale en maximale snelheidswaarden instellen.
Slagsnelheid	Bereik	U kunt een hoog of laag aantal slagen per minuut instellen.
Tijd	Gebeurtenis, terugkerend	U kunt een tijdsinterval instellen.

### Een waarschuwing instellen

- 1 Selecteer op de watch face  > **Instellingen > Apps en activiteiten**.
- 2 Selecteer een activiteit.
- 3 Selecteer de activiteitinstellingen.
- 4 Selecteer **Waarschuwingen**.
- 5 Selecteer een optie:
  - Selecteer **Voeg nieuw toe** om een nieuwe waarschuwing toe te voegen voor de activiteit.
  - Selecteer de naam van de waarschuwing om een bestaande waarschuwing te wijzigen.
- 6 Selecteer, indien gewenst, het type waarschuwing.
- 7 Selecteer een zone, voer de minimum- en maximumwaarden in of voer een aangepaste waarde in voor de waarschuwing.
- 8 Schakel indien nodig de waarschuwing in.

Bij gebeurteniswaarschuwingen en terugkerende waarschuwingen wordt er een bericht weergegeven telkens als de waarschuwingswaarde bereikt is. Bij bereikwaarschuwingen wordt er een bericht weergegeven telkens als u boven of onder het opgegeven bereik komt (minimum- en maximumwaarden).

## Een activiteit of app toevoegen


- 1 Selecteer  > **Instellingen > Apps en activiteiten**.
- 2 Selecteer een optie:
  - Selecteer de activiteit die u aan uw favorieten wilt toevoegen en selecteer **Voeg favoriet toe**.
  - Selecteer een activiteit en selecteer **Voeg toe** om de activiteit aan de activiteitenlijst toe te voegen.

## Een activiteit of app verwijderen

- 1 Selecteer  > **Instellingen > Apps en activiteiten**.
- 2 Selecteer een activiteit.
- 3 Selecteer een optie:
  - Selecteer de schakelaar **Ingeschakeld** als u een activiteit wilt verwijderen uit uw lijst activiteiten.
  - Selecteer **Wis favoriet** als u een activiteit wilt verwijderen uit uw lijst met favorieten.
  - Selecteer de activiteitinstellingen en selecteer **Verwijder** als u een activiteit van uw toestel wilt verwijderen.

## Uw gebruikersprofiel instellen

U kunt de instellingen wijzigen voor geslacht, leeftijd, lengte, gewicht en polsinstellingen. Het toestel gebruikt deze informatie om nauwkeurige trainingsgegevens te berekenen.

- 1 Selecteer  > **Instellingen > Gebruikersprofiel**.
- 2 Selecteer een optie.

## Instellingen voor activiteiten volgen

Selecteer  > **Instellingen > Activiteiten tracken**.

**Bewegingsmelding:** Geeft een bericht en de bewegingsbalk weer op de digitale watch face en het stappenscherf. Het toestel trilt ook als het trilsignaal is ingeschakeld ([Systeeminstellingen, pagina 9](#)).

**Doelwaarsch.:** Hiermee kunt u doelwaarschuwingen in- en uitschakelen. Doelwaarschuwingen worden weergegeven voor uw dagelijkse stappendoel en uw doel voor uw wekelijkse aantal minuten intensieve training.

## Systeeminstellingen

Selecteer  > **Instellingen > Systeem**.

**Auto vergrend.:** Hiermee kunt u het touchscreen automatisch vergrendelen om te voorkomen dat u per ongeluk het scherm aanraakt. Gebruik de optie Tijdens activiteit om het touchscreen te vergrendelen tijdens een activiteit met tijdmetering. Gebruik de optie Horlogestand om het touchscreen te vergrendelen wanneer u geen activiteit met tijdmetering vastlegt.

**Taal voor tekst:** Hiermee kunt u de taal van het toestel instellen.

**Tijd:** Hiermee kunt u de tijdsinstellingen aanpassen ([Tijdsinstellingen, pagina 10](#)).

**Scherfverlichting:** Hiermee kunt u instellingen van de schermverlichting wijzigen ([Scherfverlichtingsinstellingen, pagina 10](#)).

**Trillen:** Hier kunt u het trilniveau van het toestel instellen. Met de schakelaar kunt u trilsignalen in- of uitschakelen.

**Niet storen:** Hiermee schakelt u de modus Niet storen in of uit.

**Bedieningsinstellingen:** Hiermee kunt u snelkoppelingen toevoegen aan het bedieningsmenu, de volgorde ervan

wijzigen en ze verwijderen (*Het bedieningsmenu aanpassen*, pagina 8).

**Eenheden:** Hiermee kunt u de op het toestel gebruikte meeteenheden instellen (*De maateenheden wijzigen*, pagina 10).

**USB-modus:** Hiermee kunt u de massaopslagmodus of de Garmin modus inschakelen op het toestel als er verbinding is met een computer.

**Standaardinstellingen:** Hier kunt u gebruikersgegevens en -instellingen opnieuw instellen (*Alle standaardinstellingen herstellen*, pagina 12).

**Software-update:** Hiermee kunt u via Garmin Express gedownload software-updates installeren.

### Tijdinstellingen

Selecteer  > **Instellingen** > **Systeem** > **Tijd**.

**Tijdweergave:** Hiermee stelt u de 12- of 24-uursklok in.

**Tijdbron:** Hiermee stelt u de tijdbron voor het toestel in. De optie Automatisch stelt de tijd automatisch in op basis van uw GPS-positie. Met de optie Handmatig kunt u de tijd aanpassen.

### Schermerverlichtingsinstellingen

Selecteer  > **Instellingen** > **Systeem** > **Schermerverlichting**.

**Modus:** Hiermee stelt u het inschakelen van de schermverlichting in voor interacties. Interacties omvatten knoppen, touchscreen en meldingen.

**Beweging:** Hiermee stelt u in dat de schermverlichting wordt ingeschakeld bij polsbewegingen. Denk bij gebaren aan het roteren van uw pols in de richting van uw lichaam om het toestel te kunnen zien. U kunt de optie Alleen bij activiteit gebruiken om gebaren alleen te gebruiken tijdens activiteiten met tijdmeting.

**Time-out:** Hiermee kunt u de tijdsduur instellen voordat de schermverlichting wordt uitgeschakeld.

**Helderheid:** Hiermee stelt u de helderheid van de schermverlichting in.

### De maateenheden wijzigen

U kunt de eenheden voor afstand, tempo en snelheid, hoogte, gewicht, lengte en temperatuur aanpassen.

- 1 Selecteer  > **Instellingen** > **Systeem** > **Eenheden**.
- 2 Selecteer een type maatsysteem.
- 3 Selecteer een maateenheid.

## ANT+ sensors

Uw toestel kan worden gebruikt in combinatie met draadloze ANT+ sensors. Ga voor meer informatie over compatibiliteit en de aanschaf van optionele sensors naar <http://buy.garmin.com>.

### Uw ANT+ sensors koppelen

Voordat u kunt koppelen, moet u de hartslagmeter omdoen of de sensor plaatsen.

Koppelen is het maken van een verbinding tussen ANT+ draadloze sensors, bijvoorbeeld het verbinden van een hartslagmeter met uw Garmin toestel.

- 1 Breng het toestel binnen bereik (3 m) van de sensor.

**OPMERKING:** Zorg ervoor dat u minstens 10 m bij andere ANT+ sensors vandaan bent tijdens het koppelen.

- 2 Selecteer  > **Instellingen** > **Sensors en accessoires** > **Voeg nieuwe toe**.

- 3 Selecteer een sensor.

Als de sensor is gekoppeld met uw toestel, wordt er een bericht weergegeven. U kunt een gegevensveld aanpassen om sensorgegevens weer te geven.

## Een optionele fietssnelheids- of fietscadansensor gebruiken

Met een compatibele fietssnelheids- of fietscadansensor kunt u gegevens verzenden naar uw toestel.

- Koppel de sensor met uw toestel (*Uw ANT+ sensors koppelen*, pagina 10).
- Werk de gegevens in uw fitness-gebruikersprofiel bij (*Uw gebruikersprofiel instellen*, pagina 9).
- Stel de wielmaat in (*Wielmaat en omvang*, pagina 14).
- Maak een rit (*Een activiteit starten*, pagina 5).

## Voetsensor

Het toestel is compatibel met de voetsensor. Bij indoortrainingen of als het GPS-signaal zwak is, kunt u in plaats van GPS de voetsensor gebruiken om het tempo en de afstand vast te leggen. De voetsensor is stand-by en klaar om gegevens te verzenden (net als de hartslagmeter).

Na 30 minuten zonder activiteit schakelt de trainingsassistent zichzelf uit om de batterij te sparen. Als de batterij bijna leeg is, verschijnt een bericht op uw toestel. Na ongeveer vijf uur is de batterij leeg.

### Kalibratie van de voetsensor verbeteren

Voordat u het toestel kunt kalibreren, hebt u GPS-signalen nodig en moet u het toestel koppelen met de voetsensor (*Uw ANT+ sensors koppelen*, pagina 10).

De voetsensor beschikt over automatische kalibratie, maar u kunt de nauwkeurigheid van de snelheids- en afstandsgegevens verbeteren met een paar hardloopsessies met ingeschakelde GPS.

- 1 Sta buiten 5 minuten stil met goed uitzicht op de lucht.
- 2 Start een hardlooptactiviteit.
- 3 Loop 10 minuten hard zonder te stoppen.
- 4 Stop uw activiteit en sla deze op.

De kalibratiewaarde van de voetsensor verandert mogelijk op basis van de vastgelegde gegevens. U hoeft uw voetsensor niet opnieuw te kalibreren tenzij uw hardlooptijl verandert.

### tempe™

De tempe is een draadloze ANT+ temperatuursensor. U kunt de sensor aan een stevige band of lus bevestigen op een plek waar deze is blootgesteld aan omgevingslucht en zo een consistente bron van nauwkeurige temperatuurgegevens vormt. U moet de tempe met uw toestel koppelen om temperatuurgegevens van de tempe te kunnen weergeven.

## Toestelinformatie

### De QuickFit™ bandjes vervangen

- 1 Verschuif de vergrendeling op het QuickFit bandje en verwijder het bandje van het horloge.



- 2 Breng de nieuwe band op één lijn met het horloge.
- 3 Druk de band op zijn plaats.  
**OPMERKING:** Controleer of de band stevig vastzit. De vergrendeling moet over het pennetje van het horloge heen sluiten.
- 4 Herhaal de stappen 1 t/m 3 om de andere band te vervangen.

## Specificaties

Batterijtype	Oplaadbare, ingebouwde lithium-ionbatterij
Levensduur van batterij	Tot 10 dagen in horlogemodus Tot 10 uur in GPS-modus
Waterbestendigheid	5 ATM <sup>1</sup>
Bedrijfstemperatuurbereik	Van -20° tot 55°C (van -4° tot 131°F)
Laadtemperatuurbereik	Van 0° tot 45°C (van 32° tot 113°F)
Draadloze frequentie/ draadloos protocol	2,4 GHz @ 1 dBm nominaal

## Toestelonderhoud

### LET OP

Vermijd schokken en ruwe behandeling omdat hierdoor het product korter meegaat.

Druk niet op de knoppen onder water.

Gebruik nooit een scherp voorwerp om het toestel schoon te maken.

Gebruik nooit een hard of scherp object om het aanraakscherm te bedienen omdat het scherm daardoor beschadigd kan raken.

Gebruik geen chemische reinigingsmiddelen, oplosmiddelen en insectenwerende middelen die plastic onderdelen en oppervlakken kunnen beschadigen.

Spoel het toestel goed uit met leidingwater nadat het in aanraking is geweest met chloor of zout water, zonnebrand, cosmetica, alcohol en andere chemicaliën die een reactie kunnen veroorzaken. Langdurige blootstelling aan deze stoffen kan de behuizing beschadigen.

Zorg dat de leren band droog blijft. Ga niet zwemmen of onder de douche met de leren band. Blootstelling aan water kan de leren band beschadigen.

Bewaar het toestel niet op een plaats waar het langdurig aan extreme temperaturen kan worden blootgesteld omdat dit onherstelbare schade kan veroorzaken.

## Het toestel schoonmaken

### LET OP

Ook een klein beetje zweet of vocht kan corrosie van de elektrische contactpunten veroorzaken als het toestel is aangesloten op een oplader. Corrosie kan opladen en gegevensoverdracht blokkeren.

- 1 Veeg het toestel schoon met een doek die is bevochtigd met een mild schoonmaakmiddel.
  - 2 Veeg de behuizing vervolgens droog.
- Laat het toestel na reiniging helemaal drogen.

**TIP:** Ga voor meer informatie naar [garmin.com/fitandcare](http://garmin.com/fitandcare).

## De leren bandjes reinigen

- 1 Veeg de leren bandjes af met een droge doek.
- 2 Gebruik leerreiniger om de leren bandjes te reinigen.

## Langdurige opslag

Als u van plan bent uw toestel gedurende enige maanden niet te gebruiken, wordt u aangeraden de batterij voor ten minste 50% op te laden voor u het toestel opbergt. Het toestel moet worden bewaard op een koele, droge plek met ongeveer de normale huistemperatuur. Als u het toestel later weer wilt gebruiken, dient u het eerst volledig op te laden.

## Toestelgegevens weergeven

U kunt de toestel-id, softwareversie, informatie over wet- en regelgeving (e-label) en de licentieovereenkomst weergeven.

Selecteer  > **Instellingen** > **Systeem** > **Over**.

## Gegevensbeheer

**OPMERKING:** Het toestel is niet compatibel met Windows® 95, 98, ME, Windows NT®, en Mac® OS 10.3 en ouder.

## De USB-kabel loskoppelen

Als uw toestel als een verwisselbaar station of volume is aangesloten op uw computer, dient u het toestel op een veilige manier los te koppelen om gegevensverlies te voorkomen. Als uw toestel als een draagbaar toestel is aangesloten op uw Windows computer, hoeft u het niet op een veilige manier los te koppelen.

- 1 Voer een van onderstaande handelingen uit:
  - Op Windows computers: Selecteer het pictogram **Hardware veilig verwijderen** in het systeemvak en selecteer uw toestel.
  - Voor Apple computers selecteert u het toestel en selecteert u **File > Eject**.
- 2 Koppel de kabel los van uw computer.

## Bestanden verwijderen

### LET OP

Als u niet weet waar een bestand voor dient, verwijder het dan niet. Het geheugen van het toestel bevat belangrijke systeembestanden die niet mogen worden verwijderd.

- 1 Open het **Garmin** station of volume.
- 2 Open zo nodig een map of volume.
- 3 Selecteer een bestand.
- 4 Druk op het toetsenbord op de toets **Delete**.  
**OPMERKING:** Als u een Apple computer gebruikt, moet u de map Trash leegmaken om de bestanden volledig te verwijderen.

<sup>1</sup> \*Het toestel is bestand tegen druk tot een diepte van maximaal 50 meter. Ga voor meer informatie naar [www.garmin.com/waterrating](http://www.garmin.com/waterrating).

## Problemen oplossen

### Levensduur van de batterijen maximaliseren

U kunt verschillende acties ondernemen om de levensduur van de batterij te verlengen.

- Verkort de time-out voor de schermverlichting (*Schermverlichtingsinstellingen*, pagina 10).
- Verlaag de helderheid van de schermverlichting (*Schermverlichtingsinstellingen*, pagina 10).
- Schakel polsgebaren uit (*Schermverlichtingsinstellingen*, pagina 10).
- Schakel Bluetooth draadloze technologie uit wanneer u niet gebruikmaakt van connected functies (*De Bluetooth smartphone-verbinding uitschakelen*, pagina 6).
- Gebruik een Connect IQ watch face die niet elke seconde wordt bijgewerkt.  
Gebruik bijvoorbeeld een watch face zonder secondewijzer (*De watch face wijzigen*, pagina 8)).
- Beperk de smartphone-meldingen die op het toestel worden weergegeven (*Meldingen beheren*, pagina 6).

### Mijn toestel kan geen golfbanen in de buurt vinden

Als een baanupdate wordt onderbroken of geannuleerd voordat het proces is voltooid, kunnen er op uw toestel baangegevens ontbreken. U moet de banen opnieuw updaten om ontbrekende baangegevens te herstellen.




- 1 Download en installeer de baanupdates vanuit de Garmin Express applicatie (*De software bijwerken via Garmin Express*, pagina 7).
- 2 Koppel uw toestel voorzichtig los (*De USB-kabel loskoppelen*, pagina 11).
- 3 Ga naar buiten en start een testronde golf om te controleren of het toestel golfbanen in de buurt vindt.

### Is mijn smartphone compatibel met mijn toestel?


Het Approach S60 is compatibel met smartphones met Bluetooth draadloze technologie.

Ga naar [garmin.com/ble](http://garmin.com/ble) voor informatie over compatibiliteit.

### Ik kan mijn telefoon niet koppelen met het toestel

- Schakel Bluetooth draadloze technologie op uw smartphone in.
- Houd uw telefoon binnen 10 m (33 ft.) van het toestel.
- Open de Garmin Connect Mobile app op uw smartphone, selecteer  of  en selecteer **Garmin toestellen > Voeg toestel toe** om de koppelmodus in te schakelen.
- Houd  ingedrukt en selecteer  om de Bluetooth technologie en de koppelmodus in te schakelen.

### Op mijn toestel wordt niet de juiste taal gebruikt



- 1 Selecteer op de watch face .
- 2 Blader omlaag naar het laatste item in de lijst en selecteer het.
- 3 Blader omlaag naar het laatste item in de lijst en selecteer het.
- 4 Blader omlaag naar het tweede item in de lijst en selecteer het.
- 5 Selecteer uw taal.

### Mijn toestel geeft onjuiste maateenheden weer

- Controleer of u de juiste instelling voor maateenheden hebt geselecteerd (*De maateenheden wijzigen*, pagina 10).
- Controleer of de maateenheden die u hebt geselecteerd, overeenkomen met de instelling in uw Garmin Connect account.  
Als de maateenheden op uw toestel niet overeenkomen met die in uw Garmin Connect account, worden uw toestelinstellingen mogelijk overschreven als u uw toestel synchroniseert.

### Het toestel herstellen


Als het toestel niet meer reageert, moet u het mogelijk herstellen. Uw opgeslagen gegevens en instellingen worden dan niet gewist.

- 1 Houd  maximaal 30 seconden ingedrukt of tot het toestel wordt uitgeschakeld.
- 2 Houd  één seconde ingedrukt om het toestel in te schakelen.

### Alle standaardinstellingen herstellen

**OPMERKING:** Hiermee worden alle gegevens die u hebt ingevoerd en uw activiteitgeschiedenis gewist.

U kunt alle fabrieksinstellingen van het toestel herstellen.

Selecteer  > **Instellingen > Systeem > Standaard instellingen > Ja**.

### Satellietsignalen ontvangen

Het toestel dient mogelijk vrij zicht op de satellieten te hebben om satellietsignalen te kunnen ontvangen. De tijd en datum worden automatisch ingesteld op basis van uw GPS-positie.

- 1 Ga naar buiten naar een open gebied.  
De voorzijde van het toestel moet naar de lucht zijn gericht.
- 2 Wacht terwijl het toestel satellieten zoekt.  
Het kan 30 tot 60 seconden duren voordat satellietsignalen worden gevonden.

### De ontvangst van GPS-signalen verbeteren

- Synchroniseer het toestel regelmatig met uw Garmin Connect account:
    - Verbind uw toestel met een computer via de USB-kabel en de Garmin Express app.
    - Synchroniseer uw toestel met de Garmin Connect Mobile app op uw Bluetooth smartphone.
- Na verbinding met uw Garmin Connect account downloadt het toestel diverse dagen aan satellietgegevens, zodat het toestel snel satellietsignalen kan vinden.
- Ga met uw toestel naar buiten, naar een open plek, ver weg van hoge gebouwen en bomen.
  - Blijf enkele minuten stilstaan.

### Activiteiten volgen

Ga naar [garmin.com/ataccuracy](http://garmin.com/ataccuracy) voor meer informatie over de nauwkeurigheid van activiteiten-tracking.

### Mijn dagelijkse stappentelling wordt niet weergegeven

De dagelijkse stappentelling wordt elke dag om middernacht op nul gezet.

Als er streepjes verschijnen in plaats van uw stappentelling, moet u wachten tot uw toestel satellietsignalen ontvangt en de tijd automatisch instelt.



## Mijn stappentelling lijkt niet nauwkeurig te zijn

Als uw stappentelling niet nauwkeurig lijkt te zijn, kunt u deze tips proberen.

- Draag het toestel om uw niet-dominante pols.
- Draag het toestel in uw zak wanneer u een wandelwagen of grasmaaier duwt.
- Draag het toestel in uw zak wanneer u alleen uw handen of armen gebruikt.

**OPMERKING:** Het toestel kan herhalende bewegingen, zoals afwassen, was opvouwen of in de handen klappen, interpreteren als stappen.

## De stappentellingen op mijn toestel en mijn Garmin Connect account komen niet overeen

De stappentelling op uw Garmin Connect account wordt bijgewerkt wanneer u uw toestel synchroniseert.

### 1 Selecteer een optie:

- Synchroniseer uw stappentelling met de Garmin Connect toepassing (*Garmin Connect op uw computer gebruiken, pagina 7*).
- Synchroniseer uw stappentelling met de Garmin Connect Mobile app (*Gegevens handmatig synchroniseren met Garmin Connect Mobile, pagina 7*).

### 2 Wacht tot het toestel uw gegevens heeft gesynchroniseerd. Synchronisatie kan enkele minuten duren.

**OPMERKING:** Uw gegevens worden niet gesynchroniseerd en uw stappentelling wordt niet bijgewerkt door uw Garmin Connect Mobile app of de Garmin Connect toepassing te vernieuwen.

## Mijn minuten intensieve training knippen

Als u traint op een bepaald intensiteitsniveau en u uw doel van een bepaald aantal minuten intensieve training haalt, knippen de minuten intensieve training.

Sport minimaal 10 minuten bij een gemiddeld of inspannend intensiteitsniveau.

## Meer informatie

Meer informatie over dit product vindt u op de Garmin website.

- Ga naar [support.garmin.com](http://support.garmin.com).
- Ga naar [www.garmin.com/outdoor](http://www.garmin.com/outdoor).
- Ga naar <http://buy.garmin.com> of neem contact op met uw Garmin dealer voor informatie over optionele accessoires en vervangingsonderdelen.

# Appendix

## Gegevensvelden

Voor sommige gegevensvelden hebt u ANT+ accessoires nodig om de gegevens weer te geven.

**%HSR:** Het percentage van de hartslagreserve (maximale hartslag minus rusthartslag).

**30 sec.-gemiddelde verticale snelheid:** Het voortschrijdend gemiddelde (30 seconden) van verticale snelheid.

**Afstand:** De afstand die u hebt afgelegd voor de huidige activiteit of het huidige spoor.

**Afstand per slag:** De afstand die u per slag hebt afgelegd.

**Afstand per slag interval:** De gemiddelde afstand die u per slag hebt afgelegd tijdens het huidige interval.

**Afstand per slag laatste interval:** De gemiddelde afstand die u per slag hebt afgelegd tijdens het laatste voltooide interval.

**Banen:** Het aantal volledige banen dat gedurende de huidige activiteit is afgelegd.

**Cadans:** Fietsen. Het aantal omwentelingen van de pedaalarm. Voor weergave van deze gegevens moet uw toestel zijn aangesloten op een cadansaccessoire.

**Cadans:** Hardlopen. Het aantal stappen per minuut (rechts en links).

**Cadans laatste ronde:** Fietsen. De gemiddelde cadans van de laatste voltooide ronde.

**Cadans laatste ronde:** Hardlopen. De gemiddelde cadans van de laatste voltooide ronde.

**Calorieën:** De hoeveelheid calorieën die u hebt verbrand.

**Gem %HSR:** Het gemiddelde percentage van de hartslagreserve (maximale hartslag minus rusthartslag) voor de huidige activiteit.

**Gemiddelde afstand per slag:** Roeisporten. De gemiddelde afstand die u per slag hebt afgelegd tijdens de huidige activiteit.

**Gemiddelde cadans:** Fietsen. De gemiddelde cadans voor de huidige activiteit.

**Gemiddelde cadans:** Hardlopen. De gemiddelde cadans voor de huidige activiteit.

**Gemiddelde hartslag:** De gemiddelde hartslag voor de huidige activiteit.

**Gemiddelde HS %Max.:** Het gemiddelde percentage van de maximale hartslag voor de huidige activiteit.

**Gemiddelde rondetijd:** De gemiddelde rondetijd voor de huidige activiteit.

**Gemiddelde slagen/baan:** Het gemiddelde aantal slagen per baan gedurende de huidige activiteit.

**Gemiddelde slagsnelheid:** Zwemmen. Het gemiddelde aantal slagen per minuut (spm) tijdens de huidige activiteit.

**Gemiddelde slagsnelheid:** Roeisporten. Het gemiddelde aantal slagen per minuut (spm) tijdens de huidige activiteit.

**Gemiddelde snelheid:** De gemiddelde snelheid voor de huidige activiteit.

**Gemiddelde SWOLF:** De gemiddelde swolf-score voor de huidige activiteit. Uw swolf-score is de som van de tijd voor één baan plus het aantal slagen voor die baan.

**Gemiddeld tempo 500 meter:** Het gemiddelde zwemtempo per 500 meter voor de huidige activiteit.

**Gem tp:** Het gemiddelde tempo van de huidige activiteit.

**Hartslag:** Uw aantal hartslagen per minuut. Uw toestel moet zijn aangesloten op een compatibele hartslagmeter.

**Hoogte:** De hoogte van uw huidige locatie boven of onder zeeniveau.

**HS %Max.:** Het percentage van maximale hartslag.

**HS-zone:** Uw huidige hartslagbereik (1 tot 5). De standaardzones zijn gebaseerd op uw gebruikersprofiel en de maximale hartslag (220 min uw leeftijd).

**Intervalafstand:** De afstand die u hebt afgelegd voor het huidige interval.

**Intervalbanen:** Het aantal volledige banen dat tijdens het huidige interval is afgelegd.

**Interval Slagen/baan:** Het gemiddeld aantal slagen per baan gedurende de huidige activiteit.

**Interval Slagsnelheid:** Het gemiddelde aantal slagen per minuut (spm) tijdens het huidige interval.

**Interval slagtype:** Het huidige slagtype voor het interval.

**Intervaltijd:** De stopwatchtijd voor het huidige interval.

**Int tempo:** Het gemiddelde tempo van het huidige interval.

**Koers:** De richting waarin u zich verplaatst.

**Laatste ronde afstand:** De afstand die u hebt afgelegd voor de laatste voltooide ronde.

**Laatste rondesnelheid:** De gemiddelde snelheid voor de laatste voltooide ronde.

**Laatste rondetempo:** Het gemiddelde tempo van de laatste voltooide ronde.

**Laatste rondetijd:** De stopwatchtijd voor de laatste voltooide ronde.

**Max. 24 uur:** De maximumtemperatuur gemeten in de afgelopen 24 uur.

**Maximumsnelheid:** De hoogste snelheid voor de huidige activiteit.

**Min. 24 uur:** De minimumtemperatuur gemeten in de afgelopen 24 uur.

**Nautische afstand:** De afstand afgelegd in nautische meters of nautische voeten.

**Nautische snelheid:** De huidige snelheid in knopen.

**Ronde %HSR:** Het gemiddelde percentage van de hartslagreserve (maximale hartslag minus rusthartslag) voor de huidige ronde.

**Rondeafstand:** De afstand die u hebt afgelegd voor de huidige ronde.

**Rondecadans:** Fietsen. De gemiddelde cadans voor de huidige ronde.

**Rondecadans:** Hardlopen. De gemiddelde cadans voor de huidige ronde.

**Ronde HS:** De gemiddelde hartslag voor de huidige ronde.

**Ronde HS %Max.:** Het gemiddelde percentage van de maximale hartslag voor de huidige ronde.

**Ronden:** Het aantal ronden dat is voltooid voor de huidige activiteit.

**Rondesnelheid:** De gemiddelde snelheid voor de huidige ronde.

**Ronde stappen:** Het aantal stappen tijdens de huidige ronde.

**Rondetempo:** Het gemiddelde tempo van de huidige ronde.

**Rondetijd:** De stopwatchtijd voor de huidige ronde.

**Slagen:** Zwemmen. Het totale aantal slagen voor de huidige activiteit.

**Slagen:** Roeisporten. Het totale aantal slagen voor de huidige activiteit.

**Slagen interval:** Het totale aantal slagen voor het huidige interval.

**Slagen laatste baan:** Het totale aantal slagen voor de laatste voltooide baan.

**Slagen laatste interval:** Het totale aantal slagen voor het laatste voltooide interval.

**Slagsnelheid:** Zwemmen. Het aantal slagen per minuut (spm).

**Slagsnelheid:** Roeisporten. Het aantal slagen per minuut (spm).

**Slagsnelheid laatste baan:** Het gemiddelde aantal slagen per minuut (spm) tijdens de laatste voltooide baan.

**Slagsnelheid laatste interval:** Het gemiddelde aantal slagen per minuut (spm) tijdens het laatste voltooide interval.

**Slagtype laatste baan:** Het slagtype dat is gebruikt tijdens de laatste voltooide baan.

**Snelheid:** De huidige snelheid waarmee u zich verplaatst.

**Stappen:** Het aantal stappen tijdens de huidige activiteit.

**SWOLF interval:** De gemiddelde swolf-score voor het huidige interval.

**SWOLF laatste baan:** De swolf-score voor de laatste voltooide baan.

**Temperatuur:** De temperatuur van de lucht. Uw lichaamstemperatuur beïnvloedt de temperatuursensor.

**Tempo:** Het huidige tempo.

**Tempo 500 meter laatste ronde:** Het gemiddelde zwemtempo per 500 meter voor de laatste ronde.

**Tempo 500 meter ronde:** Het gemiddelde zwemtempo per 500 meter voor de huidige ronde.

**Tempo laatste baan:** Het gemiddelde tempo van de laatste voltooide volledige baan.

**Tijd:** De tijd van de dag, op basis van uw huidige locatie en tijdstellingen (notatie, tijdzone en zomertijd).

**Tijd in zone:** De tijd verstreken in elke hartslag- of vermogenszone.

**Timer:** De stopwatchtijd voor de huidige activiteit.

**Totale daling:** De totale afstand van de daling tijdens de activiteit of sinds deze waarde voor het laatst is hersteld.

**Totale stijging:** De totale afstand van de stijging tijdens de activiteit of sinds deze waarde voor het laatst is hersteld.

**Tp 500 m:** Het huidige zwemtempo per 500 meter.

**Verstreken tijd:** De totale verstreken tijd. Als u bijvoorbeeld de timer start en 10 minuten hardloopt, vervolgens de timer 5 minuten stopt en daarna de timer weer start en 20 minuten hardloopt, bedraagt de verstreken tijd 35 minuten.

**Verticale snelheid:** De stijg- of daalsnelheid over tijd.

**Zon onder:** Het tijdstip waarop de zon ondergaat, gebaseerd op uw GPS-positie.

**Zon op:** Het tijdstip waarop de zon opkomt, gebaseerd op uw GPS-positie.

## Wielmaat en omvang


De wielmaat wordt aan weerszijden van de band aangegeven. Dit is geen volledige lijst. U kunt ook een van de rekenprogramma's op internet gebruiken om de omvang van uw wiel te berekenen.

Wielmaat	L (mm)
12 x 1,75	935
14 x 1,5	1020
14 x 1,75	1055
16 x 1,5	1185
16 x 1,75	1195
18 x 1,5	1340
18 x 1,75	1350
20 x 1,75	1515
20 x 1-3/8	1615
22 x 1-3/8	1770
22 x 1-1/2	1785
24 x 1	1753
24 x 3/4 (tubulair)	1785
24 x 1-1/8	1795
24 x 1-1/4	1905
24 x 1,75	1890
24 x 2,00	1925
24 x 2,125	1965
26 x 7/8	1920
26 x 1(59)	1913
26 x 1(65)	1952
26 x 1,25	1953
26 x 1-1/8	1970
26 x 1-3/8	2068
26 x 1-1/2	2100
26 x 1,40	2005
26 x 1,50	2010
26 x 1,75	2023
26 x 1,95	2050

Wielmaat	L (mm)
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 (tubulair)	2130
700 × 35C	2168
700 × 38C	2180
700 × 40C	2200

## Symboldefinities

Deze symbolen worden mogelijk weergegeven op de toestel- of accessoirelabels.

	WEEE-symbool voor weggooien en recycling. Het WEEE-symbool is toegevoegd op het product in overeenstemming met de EU-richtlijn 2012/19/EU met betrekking tot Waste Electrical and Electronic Equipment (WEEE). Hiermee wordt het onjuist afdanken van dit product ontmoedigd en het hergebruiken en recyclen bevorderd.
--	---

# Index

## A

aanraakscherm 1  
accessoires 10, 13  
activiteiten 5, 6, 8, 9  
    opslaan 6  
    starten 5  
activiteiten volgen 5, 9  
afstand  
    meten 2  
    waarschuwingen 9  
afteltimer 6  
alarmen 6, 9  
ANT+ sensors 10  
    koppelen 10  
ANT+ sensors koppelen 10  
applicaties 6, 7

## B

banden 10  
batterij  
    maximaliseren 6, 12  
    opladen 1  
    opslag 11  
bedieningsmenu 8  
Bluetooth technologie 1, 6, 7, 12

## C

cadans  
    sensors 10  
    waarschuwingen 9  
calorie, waarschuwingen 9  
Connect IQ 7, 8

## D

dogleg 2

## E

een shot meten 3

## F

fietssensors 10

## G

Garmin Connect 6, 7  
    gegevens opslaan 7  
Garmin Express 1  
    software bijwerken 1  
gebruikersgegevens, verwijderen 11  
gebruikersprofiel 9  
gegevens  
    opslaan 2, 7  
    overbrengen 2, 7  
    pagina's 8  
    uploaden 7  
gegevens opslaan 2, 7  
gegevens uploaden 7  
gegevensvelden 7, 13  
geschiedenis  
    naar de computer verzenden 2, 7  
    weergeven 3  
GLONASS 9  
golfronde, beëindigen 4  
GPS 9  
    signaal 12  
green-weergave, pinlocatie 2

## H

handicap 3  
hartslag, waarschuwingen 9  
het toestel resetten 12  
hoofdmenu, aanpassen 5

## I

indoortraining 6  
instellingen 5, 8–10, 12

## K

klok 6  
knoppen 1, 9, 11

koersen  
    afspelen 2  
    selecteren 2  
kompas 2  
koppelen, smartphone 1, 12

## L

layup 2  
links-/rechtshandig 4  
locaties 2  
    opslaan 2

## M

maateenheden 3, 4, 10  
meldingen 6  
menu 1  
minuten intensieve training 13

## O

opladen 1  
opslaan, locaties 2

## P

pinlocatie, green-weergave 2  
problemen oplossen 12, 13  
profielen 5  
    gebruiker 9

## S

satellietsignalen 12  
scherm 10  
schermverlichting 1, 10  
score 3  
scorekaart 3  
slaapmodus 5  
smartphone 5, 7, 12  
    applicaties 6  
    koppelen 1, 12  
snelheids- en cadanssensors 10  
snelkoppelingen 1, 8  
software  
    bijwerken 1, 7  
    licentie 11  
    versie 11  
specificaties 11  
statistieken 3  
stopwatch 6  
swing-analyse 3, 4  
systeeminstellingen 9

## T

taal 9  
tempe 10  
temperatuur 10  
tijd  
    instellingen 10  
    waarschuwingen 9  
timer, afteltimer 6  
toestel aanpassen 8  
toestel schoonmaken 11  
toestel-id 11  
training 4, 6

## U

updates, software 7  
USB 7  
    loskoppelen 11

## V

vermogen (kracht), waarschuwingen 9  
verwijderen, alle gebruikersgegevens 11  
voetsensor 10

## W

waarschuwingen 9  
watch faces 7, 8  
widgets 5, 7  
wielmaten 14



