

GARMIN®

Approach® X40



Käyttöopas

© 2016 Garmin Ltd. tai sen tytäryhtiöt

Kaikki oikeudet pidätetään. Tekijänoikeuslakien mukaisesti tätä opasta ei saa kopioida kokonaan tai osittain ilman Garminin kirjallista lupaa. Garmin pidättää oikeuden muuttaa tai parannella tuotteitaan sekä tehdä muutoksia tämän oppaan sisältöön ilman velvollisuutta ilmoittaa muutoksista tai parannuksista muille henkilöille tai organisaatioille. Osoitteessa www.garmin.com on uusimmat päivitykset ja lisätietoja tämän tuotteen käyttämisestä.

Garmin®, Garmin logo, Approach® ja Auto Lap® ovat Garmin Ltd:n tai sen tytäryhtiöiden tavaramerkkejä, jotka on rekisteröity Yhdysvalloissa ja muissa maissa. Garmin Connect™, Garmin Express™ ja TruSwing™ ovat Garmin Ltd:n tai sen tytäryhtiöiden tavaramerkkejä. Näitä tavaramerkkejä ei saa käyttää ilman yhtiön Garminin nimenomaista lupaa.

Sana Bluetooth® ja vastaavat logot ovat Bluetooth SIG Inc:n omaisuutta, ja yhtiöllä Garmin on lisenssi niiden käyttöön. Muut tavaramerkit ja tuotenimet kuuluvat omistajilleen.

Tuote saattaa sisältää kirjaston (Kiss FFT), jonka on lisensoinut Mark Borgerding 3-Clause BSD -lisenssin mukaan (<http://opensource.org/licenses/BSD-3-Clause>).

M/N: A02933

Sisällysluettelo

Johdanto	1
Laitteen esittely	1
Laitteen lataaminen	1
Pariliitos ja määrittys	1
Garmin Connect™	1
Pariliitos älypuhelimien kanssa	1
Laitteen määrittäminen tietokoneella	2
Automaattinen lyönnin tunnistus	2
Golfin pelaaminen	2
Golfkuvakkeet	2
Reiän näkymä	2
Lyönnin mittaaminen	2
Esteiden tarkasteleminen	2
Layup- ja dogleg-etäisyyksien tarkasteleminen	3
Pisteiden seuraaminen	3
Kierroksen lopettaminen	3
TruSwing	3
TruSwing mittausten tarkasteleminen laitteessa	3
Mailan vaihtaminen	3
Kätisyyden vaihtaminen	3
TruSwing laitteen yhteyden katkaiseminen	3
Aktiivisuuden seuranta ja älyominaisuudet	3
Kuvakkeet	3
Automaattinen tavoite	4
Liikkumispalkki	4
Tehominuutit	4
Sykekaavion tarkasteleminen	4
Unen seuranta	4
Kuntoilusuorituksen tallentaminen	4
Laitteen käyttäminen ja syke	4
Bluetooth yhteysominaisuudet	4
Ilmoitusten tarkasteleminen	5
Ilmoitusten hallinta	5
Kadonneen älypuhelimien paikantaminen	5
Bluetooth asetukset	5
Laitteen mukauttaminen	5
Garmin Connect asetukset	5
Laiteasetukset	6
Laitteen tiedot	6
Tekniset tiedot	6
Laitteen tietojen näyttäminen	6
Laitteen huoltaminen	6
Vianmääritys	6
Vinkkejä, jos syketiedot ovat väärä	6
Akuneston maksimoiminen	6
Laitteen asetusten nollaaminen	7
Kaikkien oletusasetusten palauttaminen	7
Ohjelmisto- ja kenttäpäivitykset	7
Ohjelmiston päivittäminen Garmin Express sovelluksella	7
Satelliittisignaalien etsiminen	7
Tuki ja päivitykset	7
Lisätietojen saaminen	7
Liite	7
Ohjelmiston käyttöoikeussopimus	7
BSD 3-Clause -lisenssi	7
Hakemisto	9

Johdanto

VAROITUS

Lue lisätietoja varoituksista ja muista tärkeistä seikoista laitteen mukana toimitetusta *Tärkeitä turvallisuus- ja tuotetietoja* -oppaasta.

Keskustele aina lääkärin kanssa ennen harjoitusohjelman aloittamista tai sen muuttamista.

Laitteen esittely



① Kosketusnäyttö	Selaa ominaisuuksia, tietonäyttöjä ja valikkoja pyyhkäisemällä. Valitse napauttamalla.
② Laitteen painike	Lukitse näyttö ja käynnistä ja sammuta laite painamalla painiketta pitkään. Avaa ja sulje valikkoja painamalla. Palaa valikoissa edelliseen näyttöön painamalla.

Valikkokuvakkeet

	Aloittaa golfpelin
	Aloittaa kuntoilusuorituksen
	Asettaa Älä häiritse -tilan
	Näyttää hälytysasetukset
	Määrittää Bluetooth® asetukset
	Aktivoi Etsi puhelin -ominaisuuden
	Aloittaa TruSwing™ lyöntianalyysin
	Avaa laitteen asetusvalikon
	Avaa laitteen tietovalikon

Laitteen lataaminen

VAROITUS

Laite sisältää litiumioniakun. Lue lisätietoja varoituksista ja muista tärkeistä seikoista laitteen mukana toimitetusta *Tärkeitä turvallisuus- ja tuotetietoja* -oppaasta.

HUOMAUTUS

Voit estää korroosiota puhdistamalla ja kuivaamalla liitinpinnat ja niiden ympäristön perusteellisesti ennen lataamista ja liittämistä tietokoneeseen. Katso puhdistusohjeet liitteestä.

- 1 Liitä USB-kaapeli tietokoneen USB-porttiin.
- 2 Kohdista laturin tapit laitteen takapuolella olevien liitinpintojen kanssa ja työnnä laturia ①, kunnes se napsahtaa paikalleen.



- 3 Lataa laitteen akku täyteen.

Pariliitos ja määrittys

Garmin Connect™

Garmin Connect on tilastojen seurantatyökalu verkossa. Siinä voit analysoida ja jakaa pelaamiasi kierroksia. Voit pitää yhteyttä kavereihisi Garmin Connect sivustossa tai mobiilisovelluksessa. Garmin Connect on työkalu, jolla voit seurata, analysoida ja jakaa harjoituksiasi ja kannustaa muita. Voit hankkia maksuttoman tilin osoitteessa www.garminconnect.com/golf.

Pelien tallentaminen: kun olet tallentanut pelin laitteeseen, voit ladata sen Garmin Connect palveluun ja säilyttää sitä niin kauan kuin haluat.

Tietojen analysoiminen: voit näyttää lisätietoja pelistä, kuten tulokortit, tilastot, kentän tiedot ja mukautettavat raportit.

Suoritusten jakaminen: voit muodostaa yhteyden kavereihisi, joiden kanssa voit seurata toistenne suorituksia, tai julkaista linkkejä suorituksiisi haluamissasi yhteisösivustoissa.

Pariliitos älypuhelimien kanssa

Jotta voit käyttää Approach X40 laitetta tehokkaasti, sinun tarvitsee pariliittää se älypuhelimeen ja tehdä määrittys Garmin Connect Mobile sovelluksella.

HUOMAUTUS: toisin kuin muut Bluetooth-laitteet, jotka pariliitetään mobiililaitteen Bluetooth-asetuksista, Approach X40 laite on pariliitettävä suoraan Garmin Connect Mobile sovelluksen kautta.

- 1 Lataa ja asenna Garmin Connect Mobile sovelluksen uusin versio yhteensopivaan älypuhelimeen.
- 2 Avaa Garmin Connect Mobile sovellus.
- 3 Lisää laite Garmin Connect Mobile tilillesi valitsemalla vaihtoehto:
 - Jos tämä on ensimmäinen laite, jota pariliität Garmin Connect Mobile sovellukseen, seuraa näytön ohjeita.
 - Jos olet jo pariliittänyt jonkin toisen laitteen Garmin Connect Mobile sovelluksella, valitse asetusvalikosta **Garmin-laitteet** > **+**.
- 4 Avaa valikko painamalla Approach X40 laitteen painiketta.
- 5 Valitse Approach X40 laitteesta > **Pariliitä puhelin**.
- 6 Valitse yhteensopivassa älypuhelimessa **Etsi laite**.

Tietojen synkronointi Garmin Connect Mobile sovelluksella

Laite synkronoi tiedot ajoittain Garmin Connect Mobile sovelluksen kanssa automaattisesti. Voit synkronoida tiedot myös manuaalisesti milloin tahansa.

- 1 Tuo laite enintään 3 m (10 jalan) päähän älypuhelimesta.
- 2 Avaa valikko painamalla laitteen painiketta.
- 3 Valitse > **Synkronoi**.
- 4 Voit tarkastella nykyisiä tietoja Garmin Connect Mobile sovelluksessa.

Laitteen määrittäminen tietokoneella

Jos et ole pariliittänyt Approach X40 laitetta älypuhelimeen, voit tehdä määrittäksen tietokoneella Garmin Connect tiilläsi.

HUOMAUTUS: joihinkin laitteen toimintoihin tarvitaan pariliitettävä älypuhelin.

- 1 Kytke latauspidike tukevasti laitteeseen (*Laitteen lataaminen, sivu 1*).
- 2 Liitä USB-kaapeli tietokoneen USB-porttiin.
- 3 Siirry osoitteeseen www.garminconnect.com/golf.
- 4 Lataa ja asenna Garmin Express™ sovellus:
 - Jos käyttöjärjestelmä on Windows®, valitse **Windows-lataus**.
 - Jos käyttöjärjestelmä on Mac®, valitse **Mac-lataus**.
- 5 Seuraa näytön ohjeita.

Tietojen synkronointi tietokoneeseen

Synkronoi tietosi säännöllisesti, jotta voit seurata edistymistäsi Garmin Connect sovelluksella.

- 1 Liitä laite tietokoneeseen USB-kaapelilla.
Garmin Express sovellus synkronoi tietosi.
- 2 Voit tarkastella nykyisiä tietoja Garmin Connect sovelluksessa.

Automaattinen lyönnin tunnistus

Approach X40 laitteessa on automaattinen lyönnin tunnistus ja tallennus. Aina kun lyöt palloa, laite tallentaa sijaintisi, jotta voit tarkastella sitä myöhemmin Garmin Connect palvelussa.

VIHJE: automaattinen lyönnin tunnistus toimii parhaiten, kun sinulla on hyvä kosketus palloon. Toiminto ei tunnista puttauksia.

Golfin pelaaminen

Ennen kuin voit pelata golfia, odota, että laite löytää satelliittisignaaleja, mikä saattaa kestää 30–60 sekuntia.

- 1 Avaa valikko painamalla laitteen painiketta.
- 2 Valitse .
Laite etsii satelliitteja ja laskee sijaintisi.
- 3 Valitse kenttä luettelosta.
- 4 Viimeistelee määrittäminen näytön ohjeiden mukaan ja aloita peli.

Golfkuvakkeet

	Viheriönäkymä
	Estenäkymä
	Mittaa lyönti
	Layup- tai dogleg-etäisyydet
	Muuta pisteitä
	Vaihda viheriötä
	TruSwing lyöntianalyysi
	Matkamittari
	Keskeytä kierros
	Lopeta kierros

Reiän näkymä

Laite näyttää pelaamasi reiän ja siirtyy automaattisesti, kun siirryt uudelle reiälle.

HUOMAUTUS: laite laskee etäisyyden viheriön etu- ja takareunaan sekä keskikohtaan oletusarvoisesti. Jos tiedät lipun sijainnin, voit määrittää sen tarkasti (*Lipun siirtäminen, sivu 2*).



①	Nykyisen reiän numero
②	Reiän par-arvo
③	Etäisyys viheriön takareunaan
④	Etäisyys lipun sijaintiin
⑤	Etäisyys viheriön etureunaan

Reiän vaihtaminen

Voit vaihtaa reikää manuaalisesti reikänäkymässä.

- 1 Kun tarkastelet reiän tietoja, napauta näyttöä.
- 2 Valitse reikä ja valitse **Valmis**.

Viheriön vaihtaminen

Jos pelaat reikää, jossa on useita viheriöitä, voit vaihtaa viheriötä.

- 1 Voit avata valikon golfpelin aikana painamalla laitteen painiketta.
- 2 Valitse .

Lipun siirtäminen

Voit tarkastella viheriötä tarkemmin ja siirtää lipun paikkaa.

- 1 Voit avata valikon golfpelin aikana painamalla laitteen painiketta.
- 2 Valitse .
- 3 Siirrä lipun paikkaa valitsemalla tai .

Lyönnin mittaaminen

- 1 Voit avata valikon golfpelin aikana painamalla laitteen painiketta.
- 2 Valitse .
- 3 Kävele pallon luo.

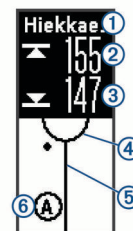
Matka nollautuu automaattisesti, kun lyöt uudelleen.

VIHJE: voit tarkastella aiempia lyöntejä valitsemalla Aiemmat lyönnit.

Esteiden tarkasteleminen

Voit näyttää etäisyyden väylällä oleviin esteisiin rei'illä, joiden par on 4 tai 5. Approach laite näyttää lyönnin valintaan vaikuttavat esteet yksittäin tai ryhminä, jotta voit arvioida etäisyyden layupiin tai pallon ilmassa kulkemaan matkaan.

- 1 Voit avata valikon golfpelin aikana painamalla laitteen painiketta.
- 2 Valitse .



①	Esteen nimi
②	Etäisyys esteen takareunaan
③	Etäisyys esteen etureunaan
④	Viheriön sijainti
⑤	Väylän keskikohta
⑥	Esteen summittainen sijainti suhteessa väylään

- 3 Voit tarkastella nykyisen reiän muita esteitä pyyhkäisemällä ylös tai alas.

Layup- ja dogleg-etäisyyksien tarkasteleminen

Voit tarkastella luetteloa, jossa näkyy sellaisten reikien layup- ja dogleg-etäisyydet, joiden par on 4 tai 5.

- 1 Voit avata valikon golfpelin aikana painamalla laitteen painiketta.
- 2 Valitse .

①	 100
②	126
	 102
	 150
	79

Layup- ja dogleg-etäisyydet ① sekä etäisyys kullekin layupille tai doglegille ② ilmestyvät näyttöön.

Pisteiden seuraaminen

Kun pistelasku on käytössä, saat kehoitteen antaa pistemääräsi ollessasi viheriöllä. Voit säätää pistemäärää manuaalisesti milloin tahansa pelin aikana.

- 1 Voit avata valikon golfpelin aikana painamalla laitteen painiketta.
- 2 Valitse .
- 3 Valitse reikä.
- 4 Aseta pistemäärä pyyhkäisemällä ylös tai alas.

Kierroksen lopettaminen

- 1 Avaa valikko painamalla laitteen painiketta.
- 2 Valitse .

TruSwing

TruSwing toiminnolla voit tarkastella TruSwing laitteesta tallennettuja lyöntimittauksia. Voit ostaa TruSwing laitteen osoitteesta www.garmin.com/golf.

TruSwing mittausten tarkasteleminen laitteessa

Ennen kuin voit käyttää TruSwing toimintoa Approach laitteessa, muista tarkistaa, että TruSwing laite on tukevasti kiinni mailassa. Lisätietoja on TruSwing laitteen käyttöoppaassa.

- 1 Käynnistä TruSwing laite.
- 2 Avaa valikko painamalla Approach laitteen painiketta ja valitse .
- 3 Valitse golfmaila.
- 4 Tee lyönti.
Lyöntimittaukset näkyvät Approach laitteessa joka lyönnin jälkeen.

- 5 Voit selata tallennettuja lyöntimittauksia pyyhkäisemällä ylös- tai alaspäin.

Mailan vaihtaminen

- 1 Avaa valikko painamalla laitteen painiketta Approach laitteen  valikosta.
- 2 Valitse **Vaihda maila**.
- 3 Valitse golfmaila.

Kätisyyden vaihtaminen

TruSwing laite laskee oikeat lyöntianalyysitiedot kätisyyden perusteella. Kätisyyden voi vaihtaa Approach laitteesta milloin tahansa.

- 1 Avaa valikko painamalla laitteen painiketta Approach laitteen  valikosta.
- 2 Valitse **Golflyönti**.
- 3 Valitse kätisyys.

TruSwing laitteen yhteyden katkaiseminen

- 1 Avaa valikko painamalla laitteen painiketta Approach laitteen  valikosta.
- 2 Valitse **Sulje TruSwing**.

Aktiivisuuden seuranta ja älyominaisuudet

Voit näyttää aktiivisuuden seurannan ja älyominaisuudet pyyhkäisemällä ylös- tai alaspäin. Joihinkin toimintoihin tarvitaan pariliitetty älypuhelin.

Aika ja päiväys: näyttää nykyisen ajan ja päiväkseen. Aika ja päivämäärä asetetaan automaattisesti, kun laite löytää satelliittisignaaleja ja kun synkronoit laitteen älypuhelimien kanssa.

Aktiivisuuden seuranta: seuraa päivittäistä askelmäärääsi, kulkemaasi matkaa, kaloreita ja tehominuutteja. Liikkumispalkki osoittaa ajan, jolloin olet passiivisena.

Tavoitteet: näyttää edistymisesi aktiivisuustavoitteita kohti. Laite oppii ja ehdottaa kullekin päivälle uutta askeltavoitetta. Voit mukauttaa päivittäisten askelten ja viikoittaisten tehominuuttien tavoitteita Garmin Connect tililläsi.

Auringon nousu ja auringonlasku: näyttää auringon nousu- ja -laskuajan.

Syke: näyttää nykyisen sykkeesi lyönteinä minuutissa ja keskimääräisen leposykkeesi seitsemän päivän ajalta. Voit näyttää sykekäyrän napauttamalla näyttöä.

Ilmoitukset: hälyttää älypuhelimien ilmoitusasetusten mukaisesti esimerkiksi älypuhelimien ilmoituksista, kuten puheluista, tekstiviesteistä ja yhteisöpalvelusovellusten päivityksistä.

Musiikin hallinta: sisältää älypuhelimien musiikkisoittimen säätimet.

Sää: näyttää nykyisen lämpötilan.

Kuvakkeet

Kuvakkeet edustavat laitteen eri ominaisuuksia. Voit selata ominaisuuksia pyyhkäisemällä. Joihinkin toimintoihin tarvitaan pariliitetty älypuhelin.

HUOMAUTUS: voit mukauttaa laitteessa näkyviä näyttöjä Garmin Connect tililläsi ([Laitteasetukset Garmin Connect palvelussa](#), sivu 5).

	Päivän askelmäärä ja askeltavoite sekä edistymisesi tavoitetta kohti.
	Nykyinen sykkeesi ja keskimääräinen leposykkeesi seitsemän päivän ajalta lyönteinä minuutissa (bpm). Viilkkuva kuvake merkitsee, että laite etsii signaalia.

	Kuluvana päivänä kulutettu kalorimäärä, joka sisältää sekä aktiiviset kalorit että lepopalorit.
	Kyseisenä päivänä kuljettu matka kilometreinä tai mailleina.
	Keskitasoisista suuritehoisiin suorituksiin käyttämäsi aika, viikon tehominuuttitavoite ja edistymisesi tavoitetta kohti.
	Pariliitetyn älypuhelimien musiikkisoittimen säätimet.
	Pariliitetystä älypuhelimesta saadut ilmoitukset.
	Nykyinen lämpötila ja sääennuste pariliitetystä älypuhelimesta.

Automaattinen tavoite

Laite luo automaattisesti päivittäisen askeltavoitteen aiemman aktiivisuutesi perusteella. Kun liikut päivän mittaan, laite näyttää edistymisesi päivätavoitteesi suhteen ①.



Jos et halua käyttää automaattista tavoitetta, voit määrittää oman askeltavoitteen Garmin Connect tililläsi.

Liikkumispalkki

Pitkäaikainen istuminen voi laukaista haitallisia aineenvaihdunnan muutoksia. Liikkumispalkki muistuttaa liikkumisen tärkeydestä. Liikkumispalkki ① tulee näkyviin, kun et ole liikkunut tuntiin. Palkki kasvaa ② aina 15 minuutin välein, jos olet paikallasi.



Voit nollata liikkumispalkin kävelemällä vähän.

Tehominuutit

Esimerkiksi Yhdysvaltain Centers for Disease Control and Prevention, American Heart Association® ja maailman terveysjärjestö WHO (World Health Organization) suosittelevat viikossa kunnon parantamiseksi vähintään 150 minuuttia keskitehoisia suorituksia, kuten reipasta kävelyä, tai 75 minuuttia erittäin tehokkaita suorituksia, kuten juoksua.

Laite seuraa suorituksen tehoa ja tallentaa keski- tai suuritehoisiin suorituksiin käyttämäsi ajan (syketiedot tarvitaan). Voit pyrkiä viikon tehominuuttitavoitteeseesi käyttämällä vähintään 10 minuuttia yhtäjaksoisesti keski- tai suuritehoisiin suorituksiin. Laite laskee suorituksen kohtalaisen ja suuren tehon minuutit yhteen. Suuren tehon tehominuutit näkyvät kaksinkertaisina, kun niitä lisätään.

Tehominuuttien hankkiminen

Approach X40 laite laskee tehominuutteja vertaamalla suorituksen aikaisia syketietoja keskimääräiseen leposykkeeseen. Jos syke ei ole käytössä, laite laskee kohtalaisen tehon minuutteja analysoimalla askelmääräsi minuutissa.

- Saat tarkimmat tehominuuttilukemat aloittamalla ajoitetun suorituksen.

- Harjoittele vähintään 10 minuuttia yhtäjaksoisesti kohtalaisella tai suurella tehotasolla.

Sykekaavion tarkasteleminen

Sykekaaviosta näet syketietosi viimeisimpien 4 tunnin ajalta sekä alimman ja ylimmän sykkeesi lyönteinä minuutissa samalta ajanjaksolta.

- Avaa sykenäkymä pyyhkäisemällä.
- Näytä sykekaavio napauttamalla näyttöä.

Unen seuranta

Laite seuraa liikkeitäsi nukuessasi. Unitilastot sisältävät nukuttujen tuntien kokonaismäärän, unitasot ja liikkeet unen aikana. Voit määrittää normaalin nukkuma-aikasi Garmin Connect tilisi käyttäjäasetuksista. Voit tarkastella unitilastojasi Garmin Connect tililläsi.

Kuntoilusuorituksen tallentaminen

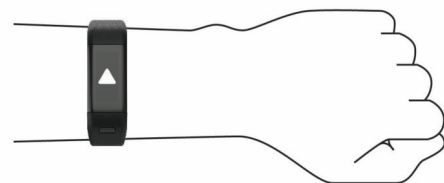
Voit tallentaa ajoitetun suorituksen, joka voidaan tallentaa ja lähettää Garmin Connect tilillesi.

- Avaa valikko painamalla laitteen painiketta.
- Valitse
- Valitse vaihtoehto:
 - Voit ottaa käyttöön tai poistaa käytöstä GPS-toiminnon kuntoilusuorituksissa valitsemalla **GPS**.
 - Voit vaihtaa kuntoilusuoritusta valitsemalla **Suoritus** ja valitsemalla suorituksen.
 - Voit ottaa käyttöön tai poistaa käytöstä Auto Lap® ominaisuudet valitsemalla **Auto Lap**.
- Käynnistä ajanotto painamalla laitteen painiketta.
- Aloita suoritus.
- Näytä lisää tietonäyttöjä pyyhkäisemällä ylös tai alas.
- Lopeta ajanotto suorituksen jälkeen painamalla laitteen painiketta.
- Valitse

Laitteen käyttäminen ja syke

- Kiinnitä Approach X40 laite ranneluun yläpuolelle.

HUOMAUTUS: kiinnitä laite tiukasti mutta mukavasti niin, että se ei pääse liikkumaan juostessasi tai kuntoillessasi muuten.



- Älä vahingoita laitteen takana olevaa sykeanturia.
- Lisätietoja rannesykemittarista on kohdassa [Vianmääritys, sivu 6](#).

Bluetooth yhteysominaisuudet

Approach X40 laitteessa on useita Bluetooth yhteysominaisuuksia yhteensopivaa älypuhelinia varten käyttämällä Garmin Connect Mobile sovellusta.

Ilmoitukset: hälyttää älypuhelimien ilmoitusasetusten mukaisesti esimerkiksi älypuhelimien ilmoituksista, kuten puheluista, tekstiviesteistä ja yhteisöpalvelusovellusten päivityksistä.

Puhelimen etsiminen: helpottaa etsittäessä kadonnutta älypuhelinta, joka on alueella ja pariliitetty langattomalla Bluetooth tekniikalla.

Yhteishälytys: voit ottaa käyttöön hälytyksen, joka ilmoittaa, kun pariliitetty älypuhelin ei enää ole langattoman Bluetooth tekniikan käyttöalueella.

Musiikin hallinta: pariliitetyn älypuhelimen soittimen hallinta.

Suoritusten lataaminen Garmin Connect tilillesi: voit synkronoida suoritustiedot pariliitettyyn älypuhelimeen. Voit tarkastella tietojasi Garmin Connect Mobile sovelluksessa.

Ilmoitusten tarkasteleminen

- Kun ilmoitus näkyy laitteessa, valitse vaihtoehto:
 - Näytä viesti napauttamalla näyttöä, ja näytä koko ilmoitus pyyhkäisemällä näyttöä.
 - Hylkää ilmoitus valitsemalla **X**.

- Kun saapuva puhelu näkyy laitteessa, valitse vaihtoehto:

HUOMAUTUS: käytettävissä olevat vaihtoehdot vaihtelevat älypuhelimen mukaan.

- Hyväksy puhelu älypuhelimessa valitsemalla .
- Hylkää tai mykistä puhelu valitsemalla .
- Jos haluat näyttää kaikki ilmoitukset, avaa ilmoitusnäyttö pyyhkäisemällä, napauta kosketusnäyttöä ja valitse vaihtoehto:
 - Voit selata ilmoituksia pyyhkäisemällä.
 - Näytä koko ilmoitus valitsemalla se ja valitsemalla **Lue**.
 - Ohita ilmoitus valitsemalla se ja valitsemalla **Ohita**.

Ilmoitusten hallinta

Voit hallita Approach X40 laitteessa näkyviä ilmoituksia yhteensopivassa älypuhelimessa.

Valitse vaihtoehto:

- Jos käytät Apple® laitetta, voit valita laitteessa näkyvät kohteet älypuhelimen ilmoituskeskuksen asetuksista.
- Jos käytät Android™ laitetta, valitse laitteessa näkyvät kohteet Garmin Connect Mobile sovelluksen sovellusasetuksista.

Kadonneen älypuhelimen paikantaminen

Tällä toiminnolla voit etsiä kadonneen älypuhelimen, joka on pariliitetty langattomalla Bluetooth tekniikalla ja on toiminta-alueella.

1 Avaa valikko painamalla laitteen painiketta.

2 Valitse .

Approach X40 laite alkaa etsiä pariliitettyä älypuhelinta. Älypuhelimesta kuuluu hälytys, ja Bluetooth signaalin voimakkuus näkyy Approach X40 laitteen näytössä. Bluetooth signaalin voimakkuus kasvaa, kun siirryt lähemmäs älypuhelinta.

Bluetooth asetukset

Avaa valikko painamalla laitteen painiketta ja valitse .

Bluetooth: voit ottaa käyttöön langattoman Bluetooth tekniikan.

HUOMAUTUS: muut Bluetooth asetukset näkyvät ainoastaan, kun langaton Bluetooth tekniikka on käytössä.

Pariliitä puhelin: liittää laitteen yhteensopivaan Bluetooth älypuhelimeen. Tällä asetuksella voit käyttää Bluetooth yhteysominaisuuksia Garmin Connect Mobile sovelluksella. Niitä ovat esimerkiksi ilmoitukset ja suoritusten lataaminen Garmin Connect palveluun.

Ilmoitukset: vastaanota ja määritä puhelu- ja tekstiviesti-ilmoituksia yhteensopivasta älypuhelimestasi. Voit näyttää

ainoastaan saapuvien puheluiden ilmoitukset valitsemalla Näytä vain puh..

Yhteishälytys: voit ottaa käyttöön hälytyksen, joka ilmoittaa, kun pariliitetty älypuhelin ei enää ole langattoman Bluetooth tekniikan käyttöalueella.

Synkronoi: synkronoi laite Garmin Connect Mobile sovelluksella.

Langattoman Bluetooth tekniikan poistaminen käytöstä

1 Avaa valikko painamalla laitteen painiketta.

2 Valitse  > **Bluetooth** > **Pois**, jos haluat poistaa langattoman Bluetooth tekniikan käytöstä Approach X40 laitteesta.

VIHJE: poista langaton Bluetooth tekniikka käytöstä älypuhelimen käyttöoppaan mukaisesti.

Laitteen mukauttaminen

Garmin Connect asetukset

Voit mukauttaa laitteen asetuksia sekä juoksu- ja käyttäjäasetuksiasi Garmin Connect tililläsi. Joitakin asetuksia voi mukauttaa myös Approach X40 laitteessa.

- Valitse Garmin Connect Mobile sovelluksen asetusvalikosta **Garmin-laitteet** ja valitse laite.
- Valitse Garmin Connect sovelluksen laitewidgetissä **Laitteasetukset**.

Kun olet mukauttanut asetuksia, ota muutokset käyttöön laitteessa synkronoimalla tietosi ([Tietojen synkronointi Garmin Connect Mobile sovelluksella](#), sivu 1) ([Tietojen synkronointi tietokoneeseen](#), sivu 2).

Laitteasetukset Garmin Connect palvelussa

Valitse Garmin Connect tilillä **Laitteasetukset**.

Herätys: määrittää herätysajan ja -tiheyden laitetta varten.

Aktiivisuuden seuranta: ottaa käyttöön tai poistaa käytöstä aktiivisuuden seurantaominaisuudet, kuten askeleiden, unen ja kaloreiden tarkkailun.

Liikkumishälytys: määrittää laitteen hälyttämään, kun olet passiivinen.

Näkyvät näytöt: voit mukauttaa laitteessa näkyviä näyttöjä.

Automaattisesti syttyvä taustavalo: laite voi sytyttää taustavalon automaattisesti, kun kierrät rannettasi kehoasi kohti. Voit mukauttaa laitteen käyttämään tätä ominaisuutta aina tai suorituksen aikana. Voit myös poistaa ominaisuuden käytöstä.

HUOMAUTUS: asetus lyhentää akunkestoa.

Kumpi ranne?: voit määrittää, kummassa ranneessa ranneketta käytetään. Mukauta näytön suunta tällä asetuksella.

Aikamuoto: määrittää laitteeseen 12 tai 24 tunnin kellon.

Kieli: laitteen kielen määrittäminen.

Yksikkö: määrittää laitteen näyttämään kuljetun matkan kilometreinä tai mailleina.

Sykemittari: ottaa käyttöön tai poistaa käytöstä sykemittauksen.

Garmin Connect tilin juoksuasetukset

Valitse Garmin Connect tililläsi **Juoksuasetukset**.

Auto Lap: Määrittää laitteen merkitsemään kierrokset automaattisesti kilometrin (mailin) välein.

Tietokentät: voit mukauttaa ajastetun suorituksen aikana näkyviä tietonäyttöä.

Garmin Connect tilin käyttäjäasetukset

Valitse Garmin Connect tilillä **Käyttäjäasetukset**.

Mukautettu askeleen pituus: laite voi laskea kuljetun matkan tavallistakin tarkemmin mukautetun askeleen pituutesi avulla.

Kun annat tietyn matkan ja askelmäärän, joka siihen tarvitaan, Garmin Connect laskee askeleesi pituuden.

Päivittäiset askeleet: voit määrittää päivittäisen askeltavoitteen. Käyttämällä Automaattinen tavoite -asetusta voit antaa laitteen määrittää askeltavoitteen automaattisesti.

Tehominuuttia viikossa: voit määrittää viikoittaisen aikataavoitteen kohtalaisen tehon tai suuren tehon liikuntaa varten.

Laiteasetukset

Valitse päävalikosta .

Golf: määrittää tilastojen ja mailan seurannan sekä pisteiden asetukset (*Golfasetukset*, sivu 6).

Aktiivis. seuranta: määrittää aktiivisuudenseurannan, sykemittauksen ja liikkumishälytyksen asetukset (*Aktiivisuuden seuranta-asetukset*, sivu 6).

Järjestelmä: määrittää näytön lukituksen, ajan, kielen ja mittayksiköiden asetukset (*Järjestelmäasetukset*, sivu 6).

Palauta oletukset: palauttaa laitteen asetusten oletusarvot.

Golfasetukset

Valitse päävalikosta  > **Golf**.

Tilastojen seuranta: ottaa käyttöön puttausmäärän, GIR-arvojen ja väyläosumien tilastojen seurannan golfpelien aikana.

Mailan seuranta: voit seurata käytettäviä mailoja ja määrittää aloituslyönnin pituuden.

Pisteytys: ottaa pistelaskun käyttöön.

Aktiivisuuden seuranta-asetukset

Valitse päävalikosta  > **Aktiivis. seuranta**.

Akt. seuranta: ottaa käyttöön tai poistaa käytöstä aktiivisuudenseurantaominaisuudet.

Syke: ottaa käyttöön tai poistaa käytöstä sykemittausominaisuudet.

Liikuntakannustin: ottaa käyttöön tai poistaa käytöstä liikkumishälytyksen.

Järjestelmäasetukset

Valitse päävalikosta  > **Järjestelmä**.

Aut. näyt. luk.: määrittää näytön lukittumaan automaattisesti.

Taustavalo: taustavalon kirkkauden määrittäminen.

Aika: määrittää ajan.

Kieli: laitteen kielen määrittäminen.

HUOMAUTUS: tekstin kielen vaihtaminen ei vaihda käyttäjän antamien tietojen tai karttatietojen kieltä.

Yksikkö: määrittää etäisyyden mittayksikön.

Laitteen tiedot

Tekniset tiedot

Akun tyyppi	Ladattava sisäinen litiumioniakku
Akunkesto	Enintään 5 päivää Enintään 10 h GPS-tilassa
Käyttölämpötila	-10–60 °C (14–140 °F)
Latauslämpötila	0–40 °C (32–104 °F)
Radiotaajuus/yhteyksikäytäntö	2,4 GHz:n langaton ANT+® yhteyksikäytäntö Langaton Bluetooth Smart tekniikka
Vesitiiviys	Uinti, 5 ATM ¹

¹ *Laitte kestää painetta, joka vastaa 50 metrin syvyyttä. Lisätietoja on osoitteessa www.garmin.com/waterrating.

Laitteen tietojen näyttäminen

Voit tarkastella laitteen tunnusta, ohjelmistoversiota, säädöstietoja ja jäljellä olevaa akun virtaa.

1 Avaa valikko painamalla laitteen painiketta.

2 Valitse .

Laitteen huoltaminen

HUOMAUTUS

Vältä kovia iskuja ja kovaa käsittelyä, koska se voi lyhentää laitteen käyttöikää.

Älä paina painikkeita veden alla.

Älä käytä terävää esinettä laitteen puhdistamiseen.

Älä koskaan käytä kosketusnäyttöä kovalla tai terävällä esineellä. Muutoin näyttö voi vahingoittua.

Vältä kemiallisia puhdistusaineita, liuottimia ja hyönteismyrkkyjä, jotka voivat vahingoittaa muoviosia ja pintoja.

Huuhtelee laite perusteellisesti puhtaalla vedellä, kun laite on altistunut kloori- tai suolavedelle, aurinkovoiteelle, kosmetiikalle, alkoholille tai muille kemikaaleille. Pitkäaikainen altistuminen näille aineille saattaa vahingoittaa koteloa.

Älä säilytä laitetta erittäin kuumissa tai kylmissä paikoissa, koska laite saattaa vahingoittua pysyvästi.

Älä irrota hihnoja.

Laitteen puhdistaminen

HUOMAUTUS

Pienikin määrä hikeä tai muuta kosteutta voi syövyttää sähköisiä liitinpintoja, kun laite on liitetty laturiin. Korroosio voi estää lataamisen ja tiedonsiirron.

1 Käytä miedolla pesuaineliuksella kostutettua liinaa.

2 Pyyhi laite kuivaksi.

Anna laitteen kuivua kokonaan puhdistuksen jälkeen.

VIHJE: lisätietoja on osoitteessa www.garmin.com/fitandcare.

Vianmääritys

Vinkkejä, jos syketiedot ovat vääriä

Jos syketiedot ovat vääriä tai eivät näy oikein, kokeile seuraavia toimia.

• Puhdista ja kuivaa käsivartesi, ennen kuin kiinnität laitteen ranteeseen.

• Älä käytä aurinkovoidetta laitteen alla.

• Kiinnitä laite ranneluun yläpuolelle. Laitteen pitäisi olla tiukalla mutta tuntua miellyttävältä.

HUOMAUTUS: kokeile käyttää laitetta ylempänä kyynärvarressasi. Kokeile käyttää laitetta toisessa käsivarressa.

• Lämmittele 5 - 10 minuutin ajan ja odota, että laite lukee sykkeesi, ennen kuin aloitat suorituksen.

HUOMAUTUS: jos harjoitusympäristö on kylmä, lämmittele sisätiloissa.

• Huuhtelee laite puhtaalla vedellä aina harjoituksen jälkeen.

Akunkeston maksimoiminen

• Poista käytöstä **Automaattisesti syttyvä taustavalo** -asetus (*Laiteasetukset Garmin Connect palvelussa*, sivu 5).

• Vähennä taustavalon kirkkautta (*Laiteasetukset Garmin Connect palvelussa*, sivu 5).

• Rajoita Approach X40 laitteessa näkyvien ilmoitusten määrää älypuhelimien ilmoituskeskuksen asetuksista (*Ilmoitusten hallinta*, sivu 5).

- Poista älykkäät ilmoitukset käytöstä (*Bluetooth asetukset*, sivu 5).
 - Poista käytöstä langaton Bluetooth tekniikka, kun et käytä yhteysominaisuuksia (*Langattoman Bluetooth tekniikan poistaminen käytöstä*, sivu 5).
 - Poista käytöstä sykemittaus ranteesta (*Laiteasetukset Garmin Connect palvelussa*, sivu 5).
- HUOMAUTUS:** ranteesta mitattujen syketietojen avulla lasketaan suurtehoisia tehominuutteja ja kulutettuja kaloreita.

Laitteen asetusten nollaaminen

Jos laite lakkaa vastaamasta, se on ehkä nollattava. Tämä ei poista tietoja tai nollaa määrittämiäsi asetuksia.

- 1 Paina laitteen painiketta 10 sekunnin ajan.
Laite sammuu.
- 2 Käynnistä laite painamalla sen painiketta yhden sekunnin ajan.

Kaikkien oletusasetusten palauttaminen

Kaikki laitteen asetukset voidaan palauttaa tehtaalla määritettyihin oletusarvoihin.

HUOMAUTUS: tämä poistaa kaikki käyttäjän määrittämät tiedot ja suoritushistorian.

- 1 Avaa valikko painamalla laitteen painiketta.
- 2 Valitse  > **Palauta oletukset** > .

Ohjelmisto- ja kenttäpäivitykset

Tämä laite oikeuttaa maksuttomiin kenttien karttapäivityksiin. Lataa laitteen päivittämiseksi maksuton Garmin Express ohjelmisto osoitteesta www.garmin.com/express.

Ohjelmiston päivittäminen Garmin Express sovelluksella

Ennen kuin voit päivittää laitteen ohjelmiston, tarvitset Garmin Connect tilin ja sinun on ladattava ja asennettava Garmin Express sovellus.

- 1 Liitä laite tietokoneeseen USB-kaapelilla.
Kun uusi ohjelmisto on saatavilla, Garmin Express lähettää sen laitteeseen.
- 2 Irrota laite tietokoneesta.
Laite kehottaa päivittämään ohjelmiston.
- 3 Valitse jokin vaihtoehto.

Satelliittisignaalien etsiminen

Satelliittisignaalien etsiminen saattaa edellyttää esteetöntä näköyhteyttä taivaalle.

- 1 Mene ulos aukealle paikalle.
Pidä laitteen etupuoli taivasta kohti.
- 2 Odota, kun laite hakee satelliitteja.
Satelliittisignaalien etsiminen voi kestää 30–60 sekuntia.

GPS-satelliittivastaanoton parantaminen

- Synkronoi laite usein Garmin Connect tilillesi:
 - Yhdistä laite tietokoneeseen mukana toimitetulla USB-kaapelilla ja Garmin Express sovelluksella.
 Kun laite on yhteydessä Garmin Connect tiliisi, se lataa monen päivän satelliittitiedot, minkä ansiosta se löytää satelliittisignaalit nopeasti.
- Vie laite ulos aukealle paikalle pois korkeiden rakennusten ja puiden läheltä.
- Pysy paikallasi muutaman minuutin ajan.

Tuki ja päivitykset

Garmin Express (www.garmin.com/express) helpottaa näiden palvelujen käyttöä Garmin® laitteissa.

- Tuotteen rekisteröiminen
- Tuoteoppaat
- Ohjelmistopäivitykset
- Tietojen lataaminen Garmin Connect palveluun
- Kartta- tai kenttäpäivitykset

Lisätietojen saaminen

- Siirry osoitteeseen www.garmin.com/golf.
- Saat lisätietoja valinnaisista lisävarusteista ja varaosista osoitteesta <http://buy.garmin.com> tai Garmin jälleenmyyjältä.

Liite

Ohjelmiston käyttöoikeussopimus

KÄYTTÄMÄLLÄ LAITETTA HYVÄKSYT SEURAAVAN OHJELMISTON KÄYTTÖOIKEUSSOPIMUKSEN EHDOT. LUE TÄMÄ SOPIMUS HUOLELLISESTI.

Garmin Ltd. ja/tai sen tytäryhtiöt myöntävät käyttäjälle rajallisen käyttöoikeuden tämän laitteen kiinteään ohjelmistoon (Ohjelmisto) suoritettavassa binaarimuodossa tuotteen normaalin käytön yhteydessä. Ohjelmiston nimi sekä omistus- ja immateriaalioikeudet säilyvät Garmin ja/tai sen kolmansien osapuolten toimittajilla.

Käyttäjä hyväksyy, että ohjelmisto on Garmin ja/tai sen kolmansien osapuolten toimittajien omaisuutta ja Yhdysvaltain sekä kansainvälisten tekijänoikeuslakien ja -sopimusten suojaama. Lisäksi käyttäjä hyväksyy, että ohjelmiston, jonka lähdekoodia ei toimiteta, rakenne, järjestys ja koodi sisältää Garmin ja/tai sen kolmansien osapuolten toimittajien arvokkaita liikesalaisuuksia, ja lähdekoodimuotoinen ohjelmisto pysyy Garmin ja/tai sen kolmansien osapuolten toimittajien arvokkaana liikesalaisuutena. Käyttäjä lupaa, ettei pura, muuta, käännä takaisin tai muunna ohjelmistoa tai mitään sen osaa ihmisen luettavaan muotoon tai luo sen perusteella johdannaisteoksia. Käyttäjä lupaa, ettei vie eikä jälleenvie ohjelmistoa mihinkään sellaiseen maahan, johon vieminen rikkoisi Yhdysvaltain tai jonkin muun asianmukaisen maan vientirajoituslakeja.

BSD 3-Clause -lisenssi

Copyright © 2003-2010, Mark Borgerding

Kaikki oikeudet pidätetään.

Ohjelmakoodin käyttäminen ja jakeleminen lähde- ja binäärimuodossa muuttamattomana tai muutettuna on sallittua sillä edellytyksellä, että seuraavat ehdot täyttyvät:

- Lähdekoodin edelleenjakelun yhteydessä siinä on säilytettävä edellä oleva tekijänoikeusilmoitus, nämä ehdot ja seuraava vastuuvapautuslauseke.
- Binäärikoodin edelleenjakelun yhteydessä edellä oleva tekijänoikeusilmoitus, nämä ehdot ja seuraava vastuuvapautuslauseke pitää liittää jakelun mukana toimitettavaan dokumentointiin ja/tai muuhun materiaaliin.
- Tekijän nimeä ja muiden yhteistyökumppaneiden nimiä ei saa käyttää tämän ohjelmiston pohjalta johdettujen tuotteiden myynninedistämisessä tai markkinoinnissa ilman ennalta myönnettyä kirjallista lupaa.

TEKIJÄNOIKEUDEN OMISTAJAT JA YHTEISTYÖKUMPPANIT OVAT TOIMITTANEET TÄMÄN OHJELMISTON "SELLAISENAAN" JA ILMAN MITÄÄN ILMAISTUJA TAI OLETETTUJA TAKUITA, MUKAAN LUKIEN, MUTTA MUUTAKAAN POIS SULKEMATTA, OLETETUT TAKUUT SOPIVUUDESTA KAUPANKÄYNNIN KOHTEEKSI JA SOPIVUUDESTA MIHINKÄÄN TIETTYYN TARKOITUKSEEN.

TEKIJÄNOIKEUDEN OMISTAJAT JA NIIDEN
YHTEISTYÖKUMPPANIT EIVÄT OLE VASTUUSSA MISTÄÄN
VÄLITTÖMISTÄ, EPÄSUORISTA, SATUNNAISISTA,
ERITYISISTÄ TAI VÄLILLISISTÄ VAHINGOISTA (MUKAAN
LUKIEN, MUTTA MUITAKAAN POIS SULKEMATTA,
KYVYTTÖMYYS TOIMITTAA TAVAROITA TAI PALVELUITA,
KÄYTTÖKATKOKSET, TIETOJEN JA TULOJEN
MENETYKSET TAI LIIKETOIMINNAN KESKEYTYMINEN), EI
SOPIMUSPERUSTEESEEN, VASTUUVELVOLLISUUTEEN
EIKÄ OIKEUKSIEN LOUKKAAMISEEN VEDOTEN (MUKAAN
LUKIEN LAIMINLYÖNNIT JA MUUT SYYT), JOITA VOI
AIHEUTUA MILLÄ TAHANSA TAVALLA JOHTUEN TÄMÄN
OHJELMISTON KÄYTTÄMISESTÄ, VAIKKA TÄLLAISTEN
VAHINKOJEN MAHDOLLISUUDESTA OLISI ILMOITETTU
ENNALTA.

Hakemisto

A

ajanotto 4
akku 6
 lataaminen 1
 maksimoiminen 5, 6
aktiivisuuden seuranta 3, 4
asetukset 5, 7
 laite 5
Auto Lap 5

B

Bluetooth tekniikka 4, 5

C

Connect IQ 1

D

dogleg 3

E

esteet 2

G

Garmin Connect 1, 2, 5
Garmin Express 2
 laitteen rekisteröiminen 7
 ohjelmiston päivittäminen 7
golfpeli, lopettaminen 3
GPS, signaali 7

H

historia 1
 lähettäminen tietokoneeseen 1, 2

I

ilmoitukset 3, 5

J

järjestelmäasetukset 6

K

kartat
 päivittäminen 7
 päivitykset 7
kentät
 pelaaminen 2
 valitseminen 2
kosketusnäyttö 1
kuvakkeet 3

L

laitteen asetusten nollaaminen 7
laitteen mukauttaminen 6
laitteen puhdistaminen 6
laitteen rekisteröiminen 7
laitteen tunnus 6
lataaminen 1
layup 3
lisävarusteet 7
lyönnin mittaaminen 2
lyöntianalyysi 3

M

mitat 3

O

ohjelmisto
 päivittäminen 7
 versio 6
ohjelmiston käyttöoikeussopimus 7

P

painikkeet 1, 6
pariliitos, älypuhelin 1
päivitykset
 kenttien kartat 7
 ohjelmisto 7

R

reiät, vaihtaminen 2

S

satelliittisignaalit 7
sovellukset 4
 älypuhelin 1
suoritukset 4
suoritusten tallentaminen 4
syke 3, 4
 mittari 6

T

tavoitteet 3, 5
tehominuutit 4
tekniset tiedot 6
tiedot 3
 siirtäminen 1
 tallentaminen 1
tietojen tallentaminen 1
tietonäytöt 5
tuloskortti 3
tuotteen rekisteröiminen 7

U

unitila 4
USB 7
 tiedostojen siirtäminen 2

V

valikko 1
vianmääritys 6, 7
viheriönäkymä, lipun sijainti 2

Ä

älypuhelin
 pariliitos 1
 sovellukset 4

