

GARMIN®

Edge® 20/25



Návod k obsluze

© 2015 Garmin Ltd. nebo její dceřiné společnosti

Všechna práva vyhrazena. Na základě autorských zákonů není povoleno tento návod kopírovat (jako celek ani žádnou jeho část) bez písemného souhlasu společnosti Garmin. Společnost Garmin si vyhrazuje právo změnit nebo vylepšit svoje produkty a provést změny v obsahu tohoto návodu bez závazku vyrozumět o takových změnách nebo vylepšeních jakoukoli osobu nebo organizaci. Aktuální aktualizace a doplňkové informace o použití tohoto produktu naleznete na webu na adrese www.garmin.com.

Garmin®, logo společnosti Garmin, ANT+®, Auto Lap®, Auto Pause® a Edge® jsou ochranné známky společnosti Garmin Ltd. nebo jejích dceřiných společností registrované v USA a dalších zemích. Garmin Connect™ a Garmin Express™ jsou ochranné známky společnosti Garmin Ltd. nebo jejích dceřiných společností. Tyto ochranné známky nelze používat bez výslovného souhlasu společnosti Garmin.

Značka slova Bluetooth® a loga jsou majetkem společnosti Bluetooth SIG, Inc. a jakékoli použití tohoto názvu společnosti Garmin podléhá licenci. Mac® je ochranná známka společnosti Apple Inc. registrovaná v USA a dalších zemích. Windows® je registrovaná ochranná známka společnosti Microsoft Corporation ve Spojených státech a dalších zemích.

Tento produkt obdržel certifikaci ANT+®. Seznam kompatibilních produktů a aplikací naleznete na adrese www.thisisant.com/directory.

M/N: A02643

Obsah

Úvod	1
Tlačítka	1
Ikony stavu	1
Instalace standardního držáku	1
Uvolněte zařízení Edge	1
Vyrážíme na projíždku	1
Nabíjení zařízení	1
Trénink	2
Nastavení režimu jízdy	2
Úprava cílového času, vzdálenosti nebo počtu kalorií	2
Změna režimu jízdy	2
Indoorový trénink	2
Označování okruhů	2
Používání služby Auto Pause®	2
Použití funkce Automatické procházení	2
Změny datových polí	2
Historie	2
Zobrazení jízdy	2
Odstranění jízdy	2
Osobní rekordy	3
Zobrazení osobních rekordů	3
Odstranění osobních rekordů	3
Zobrazení souhrnů	3
Vynulování souhrnů	3
Garmin Connect	3
Odeslání dat do účtu Garmin Connect	3
Správa dat	3
Odpojení kabelu USB	3
Online funkce Bluetooth	3
Spárování smartphonu se zařízením Edge 25	4
Vypnutí technologie Bluetooth	4
Vypnutí chytrých oznámení	4
Navigace	4
Trasy	4
Sledování trasy z webové stránky	4
Závodění se segmentem	4
Zobrazení podrobností trasy	4
Odstranění trasy	4
Možnosti trasy	4
Snímače ANT+	5
Nasazování volitelného snímače srdečního tepu	5
Instalace snímače kadence	5
Párování snímačů ANT+	5
Nastavení maximálního srdečního tepu	5
Rozsahy srdečního tepu	5
Cíle aktivit typu fitness	5
Nastavení alarmů srdečního tepu	6
Přízpůsobení zařízení	6
Nastavení uživatelského profilu	6
Nastavení systému	6
Nastavení času	6
Informace o zařízení	6
Technické údaje	6
Technické údaje zařízení Edge	6
Technické údaje snímače srdečního tepu	6
Technické údaje snímače rychlosti a snímače kadence	6
Péče o zařízení	6
Čištění zařízení	7
Péče o snímač srdečního tepu	7
Vyměnitelné baterie	7
Výměna baterie snímače srdečního tepu	7
Výměna baterie snímače rychlosti a kadence	7

Odstranění problémů	7
Aktualizace softwaru	7
Podpora a aktualizace	7
Další informace	7
Maximalizace životnosti baterie	8
Vyhledání družicových signálů	8
Vynulování zařízení	8
Náhradní O-kroužky	8
Zobrazení informací o zařízení	8
Dodatek	8
Datová pole	8
Výpočty rozsahů srdečního tepu	8
Softwarová licenční dohoda	8
Rejstřík	9

Úvod

VAROVÁNÍ

Přečtěte si leták *Důležité bezpečnostní informace a informace o produktu* vložený v obalu s výrobkem. Obsahuje varování a další důležité informace.

Před zahájením nebo úpravou každého cvičebního programu se vždy poraďte se svým lékařem.

Tlačítka



① ☀ ⏻	Stisknutím zapnete a vypnete podsvícení. Stisknutím a podržením zapnete nebo vypnete zařízení.
② ▶	Stisknutím spustíte a zastavíte stopky. Stisknutím vyberete možnost nebo potvrdíte zprávu.
③ ▼	Stisknutím procházíte datové obrazovky, možnosti a nastavení. Stisknutím na domovské obrazovce si zobrazíte menu zařízení.
④ ↶	Stisknutím označíte nový okruh. Stisknutím se vrátíte na předchozí obrazovku.

Ikony stavu

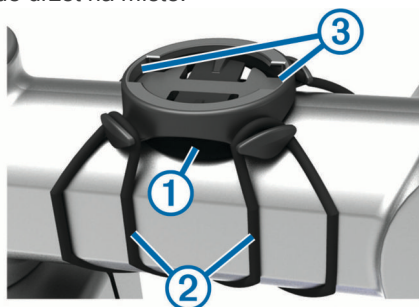
Pokud bude ikona svítit nepřetržitě, znamená to, že byl nalezen signál a snímač je připojen.

📶	Stav signálu GPS
📶	Bluetooth® stav
❤	Stav srdečního tepu
🚴	Stav rychlosti a kadence
👁	LiveTrack stav

Instalace standardního držáku

Nejlepšího příjmu signálu GPS dosáhnete, když sadu na kolo umístíte tak, aby přední část zařízení směřovala k obloze. Sadu na kolo lze nainstalovat na rám nebo na řídítka.

- 1 Vyberte vhodné umístění k montáži, kde nebrání bezpečnému provozu kola.
- 2 Pryžové kolečko ① umístěte na zadní stranu sady na kolo. Pryžové jazýčky zapadnou do zadní strany sady na kolo, takže bude držet na místě.



- 3 Sadu na kolo umístěte na rám kola.
- 4 Sadu řádně připevněte pomocí dvou gumiček ②.
- 5 Jazýčky na zadní straně zařízení zarovnejte podle zářezů sady na kolo ③.

- 6 Zařízení mírně stlačte a otočte ve směru hodinových ručiček, dokud nezapadne na místo.



Uvolněte zařízení Edge

- 1 Otočením zařízení Edge ve směru hodinových ručiček zařízení odemkněte.
- 2 Zvedněte zařízení Edge z držáku.

Vyrážíme na projížďku

Zařízení je částečně nabit. Je možné, že bude nutné zařízení před jízdou dobít (*Nabíjení zařízení, strana 1*). Pokud vaše zařízení Edge 25 bylo dodáno se snímačem ANT+®, jsou již zařízení spárována.

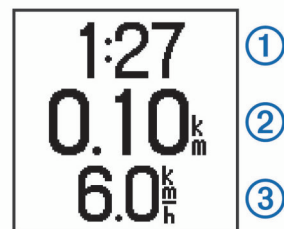
- 1 Podržením tlačítka ⏻ zařízení zapnete.
- 2 Na domovské obrazovce stisknete tlačítko ▶.
- 3 Jděte ven a počkejte několik minut, než zařízení vyhledá satelity.

Když je zařízení připraveno, pruhy označující sílu signálu jsou plné.

- 4 Stisknutím tlačítka ▶ stopky spustíte.

POZNÁMKA: Historie je zaznamenávána pouze, pokud jsou spuštěny stopky.

- 5 Stisknutím tlačítka ▼ zobrazíte další datové obrazovky.



Když běží čas, zaznamenávají se hodnoty času ①, vzdálenosti ②, rychlosti ③, celkového převýšení a počtu kalorií. Používáte-li volitelný snímač srdečního tepu, zobrazuje se počet tepů za minutu a zóna srdečního tepu.

TIP: Datová pole si můžete přizpůsobit podle svého (*Změny datových polí, strana 2*).

- 6 Stisknutím tlačítka ▶ stopky zastavíte.
- 7 Vyberte možnost Uložit.

Nabíjení zařízení

VAROVÁNÍ

Toto zařízení obsahuje lithiovou baterii. Přečtěte si leták *Důležité bezpečnostní informace a informace o produktu* vložený v obalu s výrobkem. Obsahuje varování a další důležité informace.

OZNÁMENÍ

Před nabíjením nebo připojením k počítači důkladně vyčistěte a vysušte kontakty a okolní oblast; zabráníte tak korozi. Pokyny týkající se čištění naleznete v příloze.

- 1 Připojte kabel USB k portu USB na počítači.

- 2 Zarovnejte kontakty nabíječky s kontakty na zadní straně zařízení a zatlačte na nabíječku ①, dokud nezacvakne.



- 3 Zařízení zcela nabijte.

Trénink

Nastavení režimu jízdy

- 1 Stiskněte tlačítko ► > **Moznosti jízdy** > **Rezim jízdy**.
- 2 Vyberte možnost:
 - Vyberte možnost **Zakladni** pro venkovní jízdu (*Vyrážíme na projížďku, strana 1*) nebo pro jízdu v kryté hale (*Indoorový trénink, strana 2*).
 - POZNÁMKA:** Jedná se o výchozí režim jízdy.
 - Vyberte možnost **Sledovat trasu**, chcete-li sledovat trasu staženou z účtu Garmin Connect™ (*Sledování trasy z webové stránky, strana 4*).
 - Vyberte možnost **Cas**, chcete-li trénink směřovat k určitému času.
 - Vyberte možnost **Vzdalen.**, chcete-li trénink směřovat k určité vzdálenosti.
 - Vyberte možnost **Kal. (kcal)**, chcete-li trénink směřovat k určitému počtu kalorií.
- 3 Pokud je třeba, zadejte u času, vzdálenosti nebo počtu kalorií vlastní hodnotu.
- 4 Stiskněte tlačítko ↵.

Když dosáhnete stanoveného času, vzdálenosti nebo počtu kalorií, zobrazí se zpráva. Pokud jsou zapnuté tóny, zařízení také pípne (*Nastavení systému, strana 6*).

Úprava cílového času, vzdálenosti nebo počtu kalorií

Pokud trénink směřujete k určitému cíli, například času, vzdálenosti, nebo množství kalorií, můžete aktuální režim jízdy upravit a změnit nastavení cíle.

- 1 Stiskněte tlačítko ► > **Moznosti jízdy** > **Rezim jízdy** > **Upravit**.
- 2 Zadejte vlastní hodnotu.
- 3 Stiskněte tlačítko ↵.

Změna režimu jízdy

- 1 Stiskněte tlačítko ► > **Moznosti jízdy** > **Rezim jízdy** > **Zmenit rezim**.
- 2 Vyberte možnost.
- 3 Pokud trénink směřujete k určitému cíli, například času, vzdálenosti, nebo množství kalorií, zadejte vlastní hodnotu.
- 4 Chcete-li sledovat trasu, vyberte trasu staženou z účtu Garmin Connect.
- 5 Stiskněte tlačítko ↵.

Indoorový trénink

Systém GPS lze při indoorovém tréninku vypnout a šetřit tak energii baterie.

- 1 Vyberte možnost ► > **Moznosti jízdy** > **Použit uvnitř**. Zařízení přejde do režimu stopky.

- 2 Stisknutím tlačítka ► stopky spustíte.

Je-li zařízení GPS vypnuto, budou rychlost a vzdálenost dostupné, pouze pokud je k dispozici volitelný snímač rychlosti, který do zařízení odesílá údaje o rychlosti a vzdálenosti (pouze zařízení Edge 25). Při dalším spuštění zařízení bude znovu vyhledávat signál družic.

Označování okruhů

Pomocí funkce Auto Lap® můžete označit okruh o konkrétní délce (například každou míli nebo každých 5 kilometrů) nebo můžete okruhy označit ručně. Tato funkce je užitečná pro srovnávání vašich výkonů v různých částech aktivity.

- 1 Stiskněte tlačítko ▼ > **Nastavení** > **Nastavení jízdy** > **Okruhy**.
- 2 Vyberte možnost:
 - Vyberte možnost **Auto Lap** a nastavením vzdálenosti aktivujete funkci Auto Lap.
 - Vyberte možnost **Klavesa okruh** > **Zapnout**, chcete-li k označení okruhu během aktivity používat tlačítko ↵.

Používání služby Auto Pause®

Pomocí funkce Auto Pause můžete automaticky pozastavit stopky, jakmile se přestanete pohybovat. Tato funkce je užitečná, jestliže vaše aktivita zahrnuje semaforey nebo jiná místa, kde musíte zastavit.

POZNÁMKA: Pozastavený čas se neukládá do dat historie.

Stiskněte tlačítko ▼ > **Nastavení** > **Nastavení jízdy** > **Auto Pause** > **Zapnout**.

Použití funkce Automatické procházení

Funkci Automatické procházení můžete použít k tomu, aby procházela všechny datové obrazovky tréninků, jestliže jsou zapnuty stopky.

- 1 Stiskněte tlačítko ▼ > **Nastavení** > **Nastavení jízdy** > **Automatické procházení**.
- 2 Vyberte rychlost zobrazování.

Změny datových polí

Můžete změnit kombinace datových polí na stránkách, které se zobrazují, když jsou spuštěné stopky.

- 1 Stiskněte tlačítko ▼ > **Nastavení** > **Nastavení jízdy** > **Datová pole**.
- 2 Vyberte stránku.
- 3 Vyberte datové pole, které chcete změnit.

Historie

Historie obsahuje čas, vzdálenost, kalorie, rychlost, údaje o okruhu, nadmořskou výšku a informace z volitelného snímače ANT+.

POZNÁMKA: Pokud je časovač zastaven nebo pozastaven, nedochází k zaznamenávání historie.

Když se paměť zařízení zaplní, nejstarší data se přepíší. Budete-li nahrávat historii pravidelně do služby Garmin Connect, získáte přehled o všech svých údajích o jízdě.

Zobrazení jízdy

- 1 Stiskněte tlačítko ▼ > **Historie** > **Jízdy**.
- 2 Vyberte jízdu.

Odstranění jízdy

- 1 Stiskněte tlačítko ▼ > **Historie** > **Jízdy**.
- 2 Vyberte jízdu.
- 3 Stiskněte tlačítko ► > **Zrusit** > **Ano**.

Osobní rekordy

Po dokončení jízdy zařízení zobrazí všechny nové osobní rekordy, kterých jste během této jízdy dosáhli. Osobní rekordy zahrnují váš nejrychlejší čas na klasické vzdálenosti, nejdelší jízdu a největší výstup během jízdy.

Zobrazení osobních rekordů

- 1 Stiskněte tlačítko ▼ > **Historie** > **Rekordy**.
- 2 Pomocí tlačítka ▼ můžete záznamy procházet.

Odstranění osobních rekordů

- 1 Stiskněte tlačítko ▼ > **Historie** > **Rekordy**.
- 2 Vyberte rekord, který chcete odstranit.
- 3 Vyberte možnost **Vymazat?** > **Ano**.

Obnovení osobního rekordu

Každý osobní rekord můžete nastavit zpět k již zaznamenanému rekordu.

- 1 Vyberte možnost ▼ > **Historie** > **Rekordy**.
- 2 Vyberte rekord, který chcete obnovit.
- 3 Vyberte možnost **Použit předchozí** > **Použit záznam**.

Zobrazení souhrnů

Můžete zobrazit nahromaděná data, která jste uložili do zařízení Edge, včetně počtu jízd, času a vzdálenosti.

- 1 Stiskněte tlačítko ▼ > **Historie** > **Souhrny**.
- 2 Vyberte možnost zobrazení souhrnů pro jednu jízdu nebo pro celé zařízení

Vynulování souhrnů

- 1 Stiskněte tlačítko ▼ > **Historie** > **Souhrny** > **Reset**.
- 2 Vyberte možnost vynulování souhrnů pro jednu jízdu nebo pro celé zařízení.

TIP: Můžete vymazat pouze souhrny za poslední trasu a celkové souhrny v zařízení ponechat. Při příští jízdě pak pořídíte nový záznam.

- 3 Vyberte možnost **Ano**.

POZNÁMKA: Tento krok neodstraní žádné uložené aktivity.

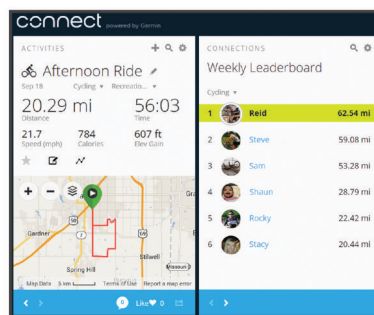
Garmin Connect

Můžete se spojit se svými přáteli ve službě Garmin Connect. Garmin Connect vám nabízí nástroje ke sledování tras, analýzu, sdílení a vzájemnému povzbuzování. Zaznamenávejte svůj aktivní životní styl včetně běhu, chůze, jízdy, plavání, turistiky, triatlonů a dalších aktivit. Pokud se chcete zaregistrovat k bezplatnému účtu, přejděte na adresu www.garminconnect.com/start.

Uložte si své aktivity: Jakmile aktivitu pomocí zařízení dokončíte a uložíte, můžete ji nahrát do služby Garmin Connect a uchovat jak dlouho budete chtít.

Analyzujte svá data: Můžete zobrazit podrobnější informace o své aktivitě, včetně času, vzdálenosti, nadmořské výšky, srdečního tepu, spálených kalorií, kadenci, zobrazení výškové mapy, tabulek tempa a rychlosti a přizpůsobení zpráv.

POZNÁMKA: Některá data vyžadují volitelné příslušenství, například snímač srdečního tepu.



Sdílejte své aktivity: Můžete se spojit se svými přáteli a vzájemně sledovat své aktivity nebo zveřejnit odkazy na své aktivity na svých oblíbených sociálních sítích.

Odeslání dat do účtu Garmin Connect

Všechny údaje o svých aktivitách můžete odeslat na účet Garmin Connect pro provedení komplexní analýzy. Můžete se podívat na mapu vaší aktivity a sdílet vaše aktivity s přáteli.

- 1 Připojte zařízení k počítači pomocí kabelu USB.
- 2 Přejděte na adresu www.garminconnect.com.
- 3 Postupujte podle pokynů na obrazovce.

Správa dat

POZNÁMKA: Toto zařízení není kompatibilní se systémy Windows® 95, 98, Me, Windows NT® a Mac® OS 10.3 a staršími.

Odstranění souborů

OZNÁMENÍ

Pokud neznáte účel souboru, neodstraňujte jej. Paměť zařízení obsahuje důležité systémové soubory, které by neměly být odstraněny.

- 1 Otevřete jednotku nebo svazek **Garmin**.
- 2 V případě potřeby otevřete složku nebo svazek.
- 3 Vyberte soubor.
- 4 Stiskněte klávesu **Delete** na klávesnici.

Odpojení kabelu USB

Pokud je zařízení připojeno k počítači jako vyměnitelná jednotka nebo svazek, je nutné zařízení bezpečně odpojit od počítače, abyste předešli ztrátě dat. Pokud je zařízení připojeno k počítači v přenosném režimu, Windows není třeba je bezpečně odpojit.

- 1 Dokončete následující krok:
 - V počítači Windows vyberte ikonu **Bezpečně odebrat hardware** v hlavním panelu systému a zvolte zařízení.
 - V počítači se systémem Mac přetáhněte ikonu svazku do koše.
- 2 Odpojte kabel od svého počítače.

Online funkce Bluetooth

Zařízení Edge 25 má několik připojených funkcí Bluetooth pro kompatibilní smartphone a mobilní zařízení využívající aplikaci Garmin Connect Mobile. Další informace najdete na stránce www.garmin.com/intosports/apps.

LiveTrack: Umožňuje vašim přátelům a rodině sledovat vaše závodění a tréninky v reálném čase. Můžete pozvat sledující osoby prostřednictvím e-mailu nebo sociálních sítí a umožnit jim sledovat vaše aktuální data na sledovací stránce služby Garmin Connect.

Odeslání aktivit: Jakmile záznam aktivit dokončíte, budou vaše aktivity automaticky odeslány do aplikace Garmin Connect Mobile.

Interakce se sociálními sítěmi: Umožňuje odeslání aktualizací pro vaši sociální síť současně s odesláním do aplikace Garmin Connect Mobile.

Oznámení: Zobrazuje hovory a textová upozornění na zařízení Edge 25.

Spárování smartphonu se zařízením Edge 25

- 1 Přejděte na webovou stránku www.garmin.com/intosports/apps a stáhněte si aplikaci Garmin Connect Mobile do svého smartphonu.
- 2 Umístěte zařízení smartphonu do okruhu 10 m (33 stop) od zařízení.
- 3 Na zařízení Edge 25 vyberte možnost ▼ > **Nastavení** > **Bluetooth** > **Parovat smartphone**.
- 4 Spustíte aplikaci Garmin Connect Mobile a připojte zařízení podle pokynů na obrazovce.
Pokyny jsou uvedeny po počátečním nastavení, případně se nacházejí v nápovědě aplikace Garmin Connect Mobile.

Vypnutí technologie Bluetooth

- Na zařízení Edge 25 vyberte možnost ▼ > **Nastavení** > **Bluetooth** > **Vypnout**.
- Informace o vypnutí bezdrátové technologie Bluetooth naleznete v návodu k obsluze ke smartphonu.

Vypnutí chytrých oznámení

Na zařízení Edge 25 vyberte možnost ▼ > **Nastavení** > **Bluetooth** > **Smart oznámení** > **Vypnout**.

Navigace

Trasy

Trasu je možné odeslat z účtu Garmin Connect do zařízení. Jakmile je trasa uložena do zařízení, je možné pomocí zařízení provádět navigaci po trase.

Můžete navigovat podle uložené trasy. Například můžete uložit kurz, který je vhodný pro dojíždění do práce na kole, a podle něj navigovat. Můžete také navigovat podle uložené trasy a pokusit se vyrovnat nebo překonat nastavené výkonnostní cíle.

Sledování trasy z webové stránky

Chcete-li stáhnout trasu ze služby Garmin Connect, musíte mít účet Garmin Connect www.garminconnect.com/start.

- 1 Připojte zařízení k počítači pomocí kabelu USB.
- 2 Přejděte na adresu (*Odeslání dat do účtu Garmin Connect, strana 3*).
- 3 Vytvořte novou trasu nebo vyberte stávající trasu.
- 4 Vyberte možnost **Odeslat do zařízení**.
- 5 Odpojte zařízení.
- 6 Stiskněte tlačítko ▼ > **Trasy**.
- 7 Vyberte trasu.
- 8 Vyberte možnost **Spustit trasu**.
- 9 Stisknutím tlačítka ► stopky spustíte.
Na mapě se zobrazí trasa a v horní části obrazovky informace o stavu.
- 10 V případě potřeby výběrem tlačítka ▼ zobrazíte další datové obrazovky.



Můžete si zobrazit vzdálenost ke konci trasy ① a svůj čas vzhledem k času trasy ②.

Závodění se segmentem

Ze svého účtu Garmin Connect si můžete stáhnout trasy se segmenty. Segmenty představují virtuální závodní tratě. Můžete závodit na určité trase a porovnávat své výsledky se svou předchozí aktivitou, se svými kontakty v účtu Garmin Connect nebo s dalšími členy komunity Garmin Connect. Data své aktivity můžete nahrát do svého účtu Garmin Connect a zobrazit si svou pozici v daném segmentu.

- 1 Najedte na trasu, která obsahuje segment (*Sledování trasy z webové stránky, strana 4*).

Když budete v blízkosti počátečního bodu segmentu, zobrazí se zpráva.

- 2 Začněte závodit se segmentem.

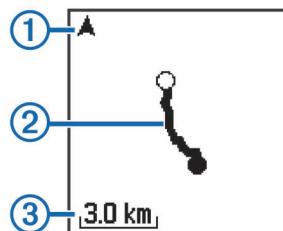
Zařízení zobrazí čas, který jste v daném segmentu strávili

Po dokončení segmentu se zobrazí zpráva.

Zobrazení podrobností trasy

- 1 Stiskněte tlačítko ▼ > **Trasy**.
- 2 Vyberte trasu.
- 3 Vyberte možnost:
 - Chcete-li si zobrazit čas, vzdálenost a celkové převýšení trasy, vyberte možnost **Detaily**.
 - Výběrem možnosti **Mapa** zobrazíte trasu na mapě.

Funkce mapy



①	Ukazuje na sever
②	Trasa
③	Úroveň přiblížení

Odstranění trasy

- 1 Stiskněte tlačítko ▼ > **Trasy**.
- 2 Vyberte trasu.
- 3 Vyberte možnost **Odstranit** > **Ano**.

Možnosti trasy

Stiskněte tlačítko ▼ > **Nastavení** > **Moznosti trasy**.

Odbocovací pokyny: Zapíná nebo vypíná podrobné navigační pokyny.

Segmentové pokyny: Zapíná nebo vypíná upozornění na blížící se segmenty.

Snímače ANT+

Zařízení Edge 25 lze používat s bezdrátovými snímači ANT+. Další informace o kompatibilitě a nákupu volitelných snímačů najdete na <http://buy.garmin.com>.

Nasazování volitelného snímače srdečního tepu

OZNÁMENÍ

Pokud budete snímač srdečního tepu používat delší dobu, může dojít k jeho odření. Abyste tomuto problému předešli, aplikujte lubrikant nebo gel zabraňující tření do středu modulu, pokud je v kontaktu s vaší pokožkou. Neaplikujte gel nebo lubrikant zabraňující tření na elektrody. Nepoužívejte gely nebo lubrikanty, které obsahují ochranu proti slunci.

Snímač srdečního tepu je třeba nosit přímo na kůži těsně pod hrudní kostí. Musí být upevněn tak, aby zůstal při vašich aktivitách na místě.

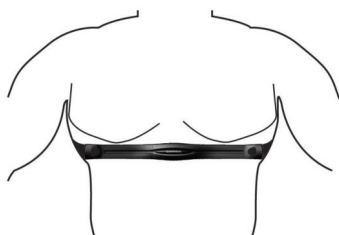
- 1 Jeden jazýček ① provlečte otvorem ② na modulu snímače srdečního tepu.



- 2 Jazýček zatlačte dolů.
- 3 Navlhčete elektrody ③ na zadní straně modulu, abyste zlepšili vodivost mezi hrudníkem a modulem snímače srdečního tepu.



- 4 Nasadte si pásek kolem hrudníku a připojte jej ke druhé straně modulu snímače srdečního tepu.



Logo Garmin® musí směřovat nahoru.

- 5 Umístěte zařízení ve vzdálenosti 3 m (10 stop) od snímače srdečního tepu.

Po nasazení je snímač srdečního tepu aktivní a odesílá data.

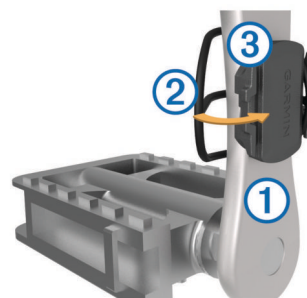
Instalace snímače kadence

POZNÁMKA: Pokud tento snímač nemáte, můžete tento úkol přeskóčit.

TIP: Společnost Garmin doporučuje, abyste své kolo při instalaci snímače postavili do stojanu.

- 1 Vyberete velikost pásku, který bude možné bezpečně umístit na kliku pedálů ①.
Pásek, který vyberete, by měl být nejmenší z těch, které jsou nataženy přes kliku pedálů.
- 2 Na opačné straně od pohonu umístěte a upevněte rovnou část snímače kadence do vnitřní strany kliky pedálů.

- 3 Protáhněte pásky ② okolo kliky pedálů a připevněte je k háčkům ③ na snímači.



- 4 Otáčejte klikou pedálů a zkontrolujte, zda se pohybuje volně. Snímač ani pásky by se neměly dotýkat žádné čisti kola nebo boty.

POZNÁMKA: Kontrolka LED bude blikat zeleně po dobu pěti sekund a označovat aktivitu po dvou otáčkách.

- 5 Vykonejte 15minutovou zkušební jízdu a prohlédněte snímač a pásky, zda nevykazují známky poškození.

Párování snímačů ANT+

Při prvním připojení snímače ANT+ k zařízení musíte zařízení a snímač spárovat. Po provedení prvního spárování se zařízení automaticky připojí k aktivnímu snímači v dosahu, jakmile zahájíte aktivitu.

POZNÁMKA: Pokud vaše zařízení Edge 25 bylo dodáno se snímačem ANT+, jsou již zařízení spárována.

- 1 Upevněte snímač nebo si nasadte snímač srdečního tepu.
- 2 Stiskněte tlačítko ▼ > **Nastavení** > **Připojit snímace**.
- 3 Umístěte zařízení ve vzdálenosti do 1 cm od snímače a počkejte, až se zařízení připojí ke snímači.
Poté, co zařízení snímač detekuje, zobrazí se zpráva.

Nastavení maximálního srdečního tepu

Zařízení od počátečního nastavení využívá informace z vašeho uživatelského profilu k odhadování vašeho maximálního srdečního tepu a určení výchozích zón srdečního tepu. Výchozí maximální srdeční tep je 220 minus váš věk. Abyste během aktivity získali co nejpřesnější data o kaloriích, měli byste nastavit svůj maximální srdeční tep (pokud jej znáte).

- 1 Vyberte možnost ▼ > **Nastavení** > **Uživatelský profil** > **Max. ST**.
- 2 Zadejte svůj maximální srdeční tep.

Rozsahy srdečního tepu

Mnoho sportovců využívá rozsahy srdečního tepu pro měření a zvyšování výkonnosti kardiovaskulárního systému a zvýšení své kondice. Rozsah srdečního tepu je nastavený rozsah počtu srdečních stahů za minutu. Existuje pět běžně uznávaných rozsahů srdečního tepu, které jsou očíslovány od 1 do 5 podle vzrůstající intenzity. Rozsahy srdečního tepu se vypočítávají jako procentní hodnota vašeho maximálního srdečního tepu.

Cíle aktivit typu fitness

Znalost vlastních rozsahů srdečního tepu vám může pomoci měřit a zvyšovat svou kondici za předpokladu porozumění a aplikace uvedených principů.

- Váš srdeční tep je dobrým měřítkem intenzity cvičení.
- Trénink v určitém rozsahu srdečního tepu vám pomůže zvýšit výkonnost vašeho kardiovaskulárního systému.
- Znalost vlastních rozsahů srdečního tepu vám také pomůže vyhnout se přetřénování a snížit riziko zranění.

Znáte-li svůj maximální srdeční tep, můžete pomocí tabulky (*Výpočty rozsahů srdečního tepu, strana 8*) určit rozsah srdečního tepu nejvhodnější pro vaše kondiční cíle.

Pokud svůj maximální srdeční tep neznáte, použijte některý z kalkulačků dostupných na síti Internet. Změření maximálního srdečního tepu také nabízejí některá zdravotnická střediska. Výchozí maximální srdeční tep je 220 minus váš věk.

Nastavení alarmů srdečního tepu

Pokud máte volitelný snímač srdečního tepu, můžete zařízení nastavit, aby vás upozornilo, když je srdeční tep nad nebo pod cílovou zónou nebo vlastním rozsahem. Můžete například nastavit zařízení tak, aby vás upozornilo, když váš srdeční tep klesne pod 150 tepů za minutu.

1 Stiskněte tlačítko ► > **Moznosti jízdy** > **Alarm ST**.

2 Vyberte možnost:

- Chcete-li použít rozsah existující zóny srdečního tepu, vyberte zónu srdečního tepu.
- Chcete-li přizpůsobit maximální hodnotu, vyberte **Vlastní** > **Vysoka** > **Zapnout** a zadejte hodnotu.
- Chcete-li přizpůsobit minimální hodnotu, vyberte **Vlastní** > **Nizka** > **Zapnout** a zadejte hodnotu.

Pokaždé, když překročíte nebo se dostanete pod stanovený rozsah nebo vlastní hodnotu, zobrazí se zpráva. Pokud jsou zapnuté tóny, zařízení také pípne (*Nastavení systému, strana 6*).

Přizpůsobení zařízení

Nastavení uživatelského profilu

Můžete upravit nastavení pro pohlaví, rok narození, výšku, hmotnost a maximální srdeční tep (*Nastavení maximálního srdečního tepu, strana 5*). Zařízení pomocí těchto údajů vypočítává přesné údaje o tréninku.

1 Stiskněte tlačítko ▼ > **Nastavení** > **Uživatelský profil**.

2 Vyberte možnost.

Nastavení systému

Vyberte ▼ > **Nastavení** > **System**.

Jazyk: Slouží k nastavení jazyka, který se zobrazuje na zařízení.

Cas: Upraví nastavení času (*Nastavení času, strana 6*).

Prodleva podsvícení: Umožňuje nastavit, za jak dlouho bude podsvícení vypnuto.

Tony: Vypíná a zapíná tóny. Tóny můžete nastavit pro tlačítka a zprávy s upozorněním.

Jednotky: Nastaví měrné jednotky zařízení.

GLONASS: Slouží k zapnutí nebo vypnutí systému GLONASS. Ve výchozím nastavení používá zařízení pro vyhledání satelitů systém GPS. Chcete-li zvýšit přesnost ve ztížených podmínkách a rychleji vyhledávat pozici GPS, můžete zapnout systém GPS i systém GLONASS. Pokud použijete systém GPS i systém GLONASS, vyčerpáte kapacitu baterie rychleji, než kdybyste použili pouze systém GPS.

Aktualizace softwaru: Umožňuje zkontrolovat aktualizace softwaru.

Informace o: Zobrazí verzi softwaru a ID jednotky.

Nastavení času

Stiskněte tlačítko ▼ > **Nastavení** > **System** > **Cas**.

Format casu: Nastaví zařízení na 12hodinový nebo 24hodinový formát.

Nastavit cas: Umožňuje nastavit čas ručně nebo automaticky na základě vaší pozice GPS.

Informace o zařízení

Technické údaje

Technické údaje zařízení Edge

Typ baterie	Dobíjecí vestavěná lithium-iontová baterie
Výdrž baterie	Až 8 hodin
Rozsah provozních teplot	-15 až 60 °C (5 až 140 °F)
Rozsah nabíjecí teploty	0 až 45 °C (32 až 113 °F)
Rádiová frekvence/protokol	Protokol pro bezdrátovou komunikaci 2,4 GHz ANT+ (pouze zařízení Edge 25) Bezdrátová technologie Bluetooth Smart (pouze zařízení Edge 25)
Stupeň vodotěsnosti	IEC 60529 IPX7 ¹

Technické údaje snímače srdečního tepu

Typ baterie	Vyměnitelná baterie CR2032, 3 volty
Výdrž baterie	Přibližně 3 roky (1 hodina denně)
Rozsah provozních teplot	-10 až 50 °C (14 až 122 °F)
Rádiová frekvence/protokol	Protokol pro bezdrátovou komunikaci ANT+ 2,4 GHz
Stupeň vodotěsnosti	1 ATM ² POZNÁMKA: Během plavání nepřenáší tento produkt srdeční tep.

Technické údaje snímače rychlosti a snímače kadence

Typ baterie	Uživatelé vyměnitelná baterie CR2032 (3 V)
Výdrž baterie	Přibližně 12 měsíců (1 hodina denně)
Rozsah provozních teplot	-20 až 60 °C (-4 až 140 °F)
Bezdrátová frekvence/protokol	Protokol pro bezdrátovou komunikaci ANT+ 2,4 GHz
Stupeň vodotěsnosti	1 ATM ²

Péče o zařízení

OZNÁMENÍ

Nevystavujte zařízení působení extrémních otřesů a hrubému zacházení, protože by mohlo dojít ke snížení životnosti produktu.

Nemačkejte klávesy pod vodou.

K čištění zařízení nepoužívejte ostré předměty.

Nepoužívejte chemické čističe, rozpouštědla a odpuzovače hmyzu, protože by mohly poškodit plastové součásti a koncovky.

Pokud je zařízení vystaveno působení chlórované vody, slané vody, ochrany proti slunci, kosmetiky, alkoholu nebo jiných nešetrných chemických látek, opláchněte je důkladně čistou vodou. Delší působení těchto látek může způsobit poškození pouzdra.

Neskladujte zařízení na místech, která jsou vystavena zvýšenému působení extrémních teplot, protože by mohlo dojít k jeho poškození.

¹ Zařízení vydrží náhodné vystavení vodě až do hloubky 1 m po dobu až 30 minut. Další informace naleznete na webových stránkách www.garmin.com/waterrating.

² Zařízení vydrží tlak odpovídající hloubce 10 m. Další informace najdete na webových stránkách www.garmin.com/waterrating.

Čištění zařízení

OZNÁMENÍ

I malé množství potu nebo vlhkosti může při připojení k nabíječce způsobit korozi elektrických kontaktů. Koroze může bránit nabíjení a přenosu dat.

- 1 Otřete zařízení pomocí tkaniny namočené v roztoku jemného čistícího prostředku.
- 2 Otřete zařízení do sucha.

Po vyčištění nechte zařízení zcela uschnout.

Péče o snímač srdečního tepu

OZNÁMENÍ

Nahromadění potu a soli na pásku může snížit schopnost snímače srdečního tepu hlásit správné údaje.

- Pásek po každém použití opláchněte.
- Příležitostně pásek ručně umyjte pomocí velmi malého množství jemného čistícího prostředku, jako je například tekutý prostředek na mytí nádobí.

POZNÁMKA: Použitím přílišného množství čistícího prostředku můžete pásek poškodit.

- Nedávejte pásek do sušičky.
- Při sušení pásek pověste nebo jej položte.

Vyměnitelné baterie

VAROVÁNÍ

K vyjmutí baterií nepoužívejte ostré předměty.

Baterie udržujte mimo dosah dětí.

Baterie nikdy nevkládějte do úst. Pokud by došlo ke spolknutí, obraťte se na svého lékaře nebo místní centrum pro otravy.

Vyměnitelné knoflíkové baterie mohou obsahovat chloristanový materiál. Může být vyžadována speciální manipulace. Další informace naleznete na adrese www.dtsc.ca.gov/hazardouswaste/perchlorate.

UPOZORNĚNÍ

Chcete-li baterie správně recyklovat nebo zlikvidovat, kontaktujte místní středisko pro likvidaci odpadů.

Výměna baterie snímače srdečního tepu

- 1 Na zadní straně snímače srdečního tepu vyhledejte kulatý kryt baterie.



- 2 Pomocí mince otočte krytem proti směru hodinových ručiček, dokud se neuvolní tak, aby šel sundat (šipka směřuje k nápisu **OPEN**).
- 3 Vyjměte kryt a baterii.
- 4 Počkejte 30 sekund.
- 5 Vložte novou baterii kladným pólem nahoru.
POZNÁMKA: Dejte pozor, abyste nepoškodili nebo neztratili těsnící O-kroužek.
- 6 Pomocí mince zajistěte kryt otočením ve směru hodinových ručiček (šipka směřuje k nápisu **CLOSE**).

Po výměně baterie snímače srdečního tepu možná budete muset snímač znovu spárovat se zařízením.

Výměna baterie snímače rychlosti a kadence

Po dvou otáčkách dioda LED bliká červeně a označuje, že je baterie téměř vybitá.

- 1 Najděte kulatý kryt baterie ① na zadní straně snímače.



- 2 Otáčejte krytem proti směru hodinových ručiček, dokud značka není v odemknuté poloze a kryt je možné vyjmout.
- 3 Vyjměte kryt a baterii. ②.

TIP: Baterii můžete z pouzdra vyjmout pomocí pásky ③ nebo magnetu.



- 4 Počkejte 30 sekund.
- 5 Vložte do pouzdra novou baterii a dbejte na polaritu.
POZNÁMKA: Dejte pozor, abyste nepoškodili nebo neztratili těsnící O-kroužek.
- 6 Otáčejte krytem ve směru hodinových ručiček, dokud značka není v zamknuté poloze.
POZNÁMKA: Po výměně baterie dioda LED několik sekund bliká červeně a zeleně. Jakmile dioda LED bliká zeleně a poté zhasne, zařízení je aktivní a je připraveno odesílat data.

Odstranění problémů

Aktualizace softwaru

Před aktualizací softwaru zařízení je třeba mít účet Garmin Connect a stáhnout aplikaci Garmin Express™.

- 1 Připojte zařízení k počítači pomocí kabelu USB.
Jestliže je dostupný nový software, aplikace Garmin Express jej odešle do vašeho zařízení.
- 2 Postupujte podle pokynů na obrazovce.
- 3 Neodpojujte zařízení od počítače, než aplikace Garmin Express stáhne software.

TIP: V případě potíží s aktualizováním softwaru pomocí aplikace Garmin Express možná bude nutné nahrát historii aktivit do aplikace Garmin Connect a pak odstranit historii aktivit ze zařízení. Tím by se měl uvolnit dostatek místa pro aktualizaci.

Podpora a aktualizace

Služba Garmin Express (www.garmin.com/express) poskytuje snadný přístup k následujícím službám pro zařízení Garmin.

- Registrace produktu
- Návodů k produktům
- Aktualizace softwaru
- Odeslání dat do služby Garmin Connect

Další informace

- Přejděte na adresu www.garmin.com/intosports.

- Přejděte na adresu www.garmin.com/learningcenter.
- Přejděte na adresu <http://buy.garmin.com> nebo požádejte svého prodejce Garmin o informace o volitelném příslušenství a náhradních dílech.

Maximalizace životnosti baterie

- Vypněte bezdrátovou funkci Bluetooth na zařízení Edge 25 (*Vypnutí technologie Bluetooth, strana 4*).
- Vypněte systém GLONASS (*Nastavení systému, strana 6*).

Vyhledání družicových signálů

Zařízení bude možná potřebovat k vyhledání družicových signálů nezastíněný výhled na oblohu. Údaje o datu a čase jsou automaticky nastaveny podle pozice GPS.

- 1 Vezměte přístroj ven, do otevřené krajiny.
Přední část zařízení by měla směřovat k obloze.
- 2 Počkejte, až zařízení nalezne družice.
Vyhledání družicových signálů může trvat 30-60 sekund.

Vynulování zařízení

Pokud zařízení přestane reagovat, bude zřejmě nutné je vynulovat.

POZNÁMKA: Vynulování zařízení může vést k vymazání dat nebo nastavení.

- 1 Podržte tlačítko  po dobu 15 sekund.
Zařízení se vypne.
- 2 Podržetím tlačítka  po dobu jedné sekundy zařízení zapnete.

Náhradní O-kroužky

Pro držáky jsou dostupné náhradní O-kroužky.

POZNÁMKA: Používejte pouze náhradní pásy vyrobené z etylen propylen dien monomeru (EPDM). Přejděte na webovou stránku <http://buy.garmin.com> nebo se obraťte na prodejce Garmin.

Zobrazení informací o zařízení

Můžete zobrazit ID jednotky, verzi softwaru, verzi GPS a informace o softwaru.

Vyberte možnost ▼ > **Nastavení** > **System** > **Informace o**.

Dodatek

Datová pole

Některá datová pole vyžadují pro zobrazení dat příslušenství ANT+ (pouze zařízení Edge 25)

Cas: Čas změřený stopkami pro aktuální aktivitu.

Celk. vystup: Celkové převýšení překonané při výstupu od posledního vynulování.

Kadence: Jízda na kole. Počet otáček kliky pedálů. Aby bylo možné tato data zobrazit, musí být zařízení připojeno k příslušenství pro sledování kadence.

Kal. (kcal): Celkový počet spálených kalorií.

Nadm. vyska: Výška vaší současné polohy nad mořskou hladinou nebo pod mořskou hladinou.

Prumerna rychlost: Průměrná rychlost pro aktuální aktivitu.

Rychlost: Aktuální cestovní rychlost.

Tepy za min: Váš srdeční tep udávaný v tepech za minutu (bpm). Zařízení musí být připojeno ke kompatibilnímu snímači srdečního tepu.

Vzdalen.: Ujetá vzdálenost pro aktuální prošlou trasu nebo aktivitu.

Zona ST: Aktuální rozsah srdečního tepu (1 až 5). Výchozí zóny vycházejí z vašeho uživatelského profilu a maximálního srdečního tepu (220 minus váš věk).

Výpočty rozsahů srdečního tepu

Rozsah	% maximálního srdečního tepu	Vnímaná námaha	Výhody
1	50–60 %	Uvolněné, lehké tempo, rytmické dýchání	Aerobní trénink základní úrovně, snižuje stres
2	60–70 %	Pohodlné tempo, mírně hlubší dýchání, je možné konverzovat	Základní kardio-askulární trénink, vhodné regenerační tempo
3	70–80 %	Střední tempo, udržování konverzace je obtížnější	Zvýšená aerobní kapacita, optimální kardiovaskulární trénink
4	80–90 %	Rychlé tempo, mírně nepohodlné, intenzivní dýchání	Zvýšená anaerobní kapacita a hranice, zvýšená rychlost
5	90–100 %	Tempo sprintu, neudržitelné po delší dobu, namáhavé dýchání	Anaerobní a svalová vytrvalost, zvýšená výkonnost

Softwarová licenční dohoda

POUŽÍVÁNÍM ZAŘÍZENÍ SE ZAVAZUJETE RESPEKTOVAT PODMÍNKY NÁSLEDUJÍCÍ SOFTWARE LICENČNÍ DOHODY. TUTO DOHODU SI PROSÍM PEČLIVĚ PROČTĚTE.

Společnost Garmin Ltd. a její dceřiné společnosti (dále jen „Garmin“) vám poskytují omezenou licenci na užívání softwaru zabudovaného v tomto zařízení v binární použitelné podobě (dále jen „Software“) při běžném provozu přístroje. Právní nárok, vlastnická práva a práva související s duševním vlastnictvím tohoto Softwaru zůstávají majetkem společnosti Garmin a/nebo poskytovatelů třetích stran.

Tímto potvrzujete, že Software je majetkem společnosti Garmin a/nebo poskytovatelů třetích stran a je chráněn americkými zákony o autorských právech a mezinárodními úmluvami o autorských právech. Dále potvrzujete, že struktura, organizace a kód softwaru, pro který není poskytnut zdrojový kód, jsou cenným obchodním tajemstvím společnosti Garmin anebo poskytovatelů třetích stran, a že zdrojový kód softwaru zůstává cenným obchodním tajemstvím společnosti Garmin anebo poskytovatelů třetích stran. Souhlasíte s tím, že Software ani jeho části nebudete dekompileovat, rozebírat, upravovat, provádět zpětné sestavení nebo převádět do formy čitelné pro člověka a nebudete je využívat k vytváření odvozených děl. Souhlasíte s tím, že nebudete exportovat nebo reexportovat Software do jiných zemí, a tím porušovat zákony o kontrole exportu Spojených států amerických nebo zákony o kontrole exportu jakýchkoli jiných příslušných zemí.

Rejstřík

A

aktualizace, software 7
alarmy 6
aplikace 3
 smartphone 4
Auto Lap 2
Auto Pause 2
Automatické procházení 2

B

baterie
 maximalizace 4, 6, 8
 nabíjení 1
 výměna 7

Č

čas, nastavení 6
čištění zařízení 6, 7

D

data
 přenos 3
 ukládání 3
datová pole 2, 8
družicové signály 8

G

Garmin Connect 3, 4
Garmin Express
 aktualizace softwaru 7
 registrace zařízení 7
GPS 1
 signál 8
 zastavení 2

H

historie 1–3
 odeslání do počítače 3
 odstranění 2, 3
hodiny 6

I

ID zařízení 8
ikony 1
instalace 1, 5
instalace zařízení 1

K

klávesy 6

M

mapy 4
 aktualizace 7
menu 1

N

nabíjení 1
nastavení 6
nastavení systému 6
navigace 4

O

O-kroužky. Viz pásky
odstranění
 historie 3
 osobní rekordy 3
 všechna uživatelská data 3
odstranění problémů 7, 8
okruhy 1, 2
osobní rekordy 3
 obnovení 3
 odstranění 3

P

párování
 smartphone 4
 Snímače ANT+ 5
pásky 8
podsvícení 1

profily, uživatelské 6
příslušenství 5, 7

R

registrace produktu 7
registrace zařízení 7

S

segmenty 4
smartphone 4
 aplikace 3
 párování 4
Snímače ANT+ 5
 párování 5
snímače rychlosti a kadence 1, 5, 7
software
 aktualizace 7
 verze 8
softwarová licenční dohoda 8
srdeční tep 1
 alarmy 6
 rozsahy 5, 8
 snímač 5, 7
 zóny 5
stopky 1, 2

T

technické údaje 6
Technologie Bluetooth 1, 3, 4
tlačítka 1
trasy 4
 načítání 4
 odstranění 4
trénink 3
 režimy 2
 stránky 1

U

ukládání aktivit 1
ukládání dat 3
USB 7
 odpojení 3
uživatelská data, odstranění 3
uživatelský profil 6

V

výměna baterie 7
vynulování zařízení 8

Z

zóny, srdeční tep 5

