

GARMIN®

Edge® 20/25



Korisnički priručnik

© 2015 Garmin Ltd. ili njezine podružnice

Sva prava pridržana. Sukladno zakonima o zaštiti autorskih prava, ovaj priručnik se ne smije kopirati, u cijelosti niti djelomično, bez prethodnog pismenog odobrenja tvrtke Garmin. Garmin pridržava pravo izmjene ili poboljšanja svojih proizvoda te izmjene sadržaja ovog priručnika, bez obaveze da obavijesti bilo koju osobu ili organizaciju o tim izmjenama ili poboljšanjima. Posjetite www.garmin.com gdje ćete pronaći posljednje nadogradnje i dodatne podatke o korištenju ovog proizvoda.

Garmin®, logotip Garmin, ANT+®, Auto Lap®, Auto Pause® i Edge® trgovački su znakovi tvrtke Garmin Ltd. ili njezinih podružnica, registrirani u SAD-u i drugim državama. Garmin Connect™ i Garmin Express™ trgovački su znakovi tvrtke Garmin Ltd. ili njezinih podružnica. Ovi trgovački znakovi ne smiju se koristiti bez izričitog dopuštenja tvrtke Garmin.

Riječ i logotipi Bluetooth® u vlasništvu su tvrtke Bluetooth SIG, Inc. i svaka upotreba te riječi od strane tvrtke Garmin u skladu je s dodijeljenom licencom. Mac® zaštitni je znak tvrtke Apple Inc., registriran u SAD-u i ostalim državama. Windows® registrirani je trgovački znak tvrtke Microsoft Corporation u SAD-u i drugim državama.

Ovaj proizvod ima certifikat ANT+®. Popis kompatibilnih proizvoda i aplikacija potražite na adresi www.thisisant.com/directory.

M/N: A02643

Sadržaj

Uvod	1	Rješavanje problema	7
Tipke	1	Ažuriranje softvera	7
Ikone statusa	1	Podrška i nadogradnja	7
Postavljanje standardnog nosača	1	Dodatne informacije	7
Otpuštanje Edge	1	Maksimalno produljenje vijeka trajanja baterije	7
Odlazak na vožnju	1	Traženje satelitskih signala	7
Punjenje uređaja	1	Ponovno postavljanje uređaja	8
Vježbanje	2	Zamjenski O-prsteni	8
Postavljanje načina vožnje	2	Prikaz informacija o uređaju	8
Uređivanje ciljnog vremena, udaljenosti ili broja kalorija	2	Dodatak	8
Promjena načina vožnje	2	Podatkovna polja	8
Trening u zatvorenom	2	Izračuni zona pulsa	8
Označavanje dionica	2	Licencni ugovor za softver	8
Korištenje funkcije Auto Pause®	2	Indeks	9
Korištenje značajke automatskog pomicanja	2		
Promjena podatkovnih polja	2		
Povijest	2		
Pregledavanje vaše vožnje	2		
Brisanje vožnje	2		
Osobni rekordi	3		
Pregledavanje osobnih rekorda	3		
Brisanje osobnih rekorda	3		
Pregledavanje ukupnih vrijednosti vožnje	3		
Ponovno postavljanje ukupnih vrijednosti vožnje	3		
Garmin Connect	3		
Slanje podataka na Garmin Connect račun	3		
Upravljanje podacima	3		
Iskopčavanje USB kabela	3		
Bluetooth – funkcije povezivosti	3		
Uparivanje pametnog telefona i uređaja Edge 25	4		
Isključivanje Bluetooth tehnologije	4		
Isključivanje pametnih obavijesti	4		
Navigacija	4		
Staze	4		
Praćenje staze na internetu	4		
Utrkivanje protiv segmenta	4		
Pregled pojedinosti o stazi	4		
Brisanje staze	4		
Opcije staze	4		
ANT+ senzori	4		
Postavljanje opcionalnog monitora pulsa	4		
Postavljanje senzora takta	5		
Uparivanje ANT+ senzora	5		
Postavljanje maksimalnog pulsa	5		
O zonama pulsa	5		
Ciljevi vježbanja	5		
Postavljanje upozorenja za puls	5		
Prilagođavanje vašeg uređaja	6		
Postavljanje korisničkog profila	6		
Postavke sustava	6		
Postavke vremena	6		
Informacije o uređaju	6		
Specifikacije	6		
Edge – specifikacije	6		
Specifikacije senzora pulsa	6		
Specifikacije senzora brzine i kadence	6		
Postupanje s uređajem	6		
Čišćenje uređaja	6		
Održavanje monitora pulsa	6		
Zamjenjive baterije	7		
Zamjena baterije monitora pulsa	7		
Zamjena baterije senzora brzine ili takta	7		

Uvod

⚠ UPOZORENJE

U kutiji proizvoda potražite list *Važni podaci o sigurnosti i proizvodu* koji sadrži upozorenja i druge važne informacije o proizvodu.

Uvijek se posavjetujte s liječnikom prije nego započnete s programom vježbanja ili ga promijenite.

Tipke



①	Odaberite kako biste uključili ili isključili pozadinsko osvjetljenje. Držite kako biste uključili ili isključili uređaj.
②	Odaberite za pokretanje ili zaustavljanje mjerača vremena. Odaberite za odabir opcije ili potvrdu poruke.
③	Odaberite za kretanje kroz podatkovne zaslone, opcije i postavke. Na početnom zaslonu odaberite za prikaz izbornika uređaja.
④	Odaberite za označavanje nove dionice. Odaberite za povratak na prethodni zaslon.

Ikone statusa

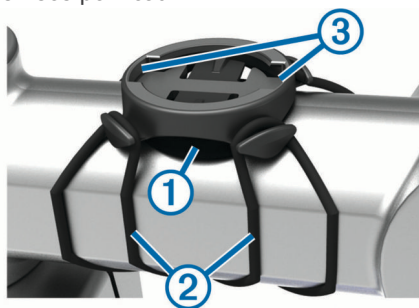
Postojana ikona označava da je signal pronađen ili da je senzor povezan.

	GPS status
	Bluetooth® status
	Status pulsa
	Status senzora za brzinu i takt
	LiveTrack status

Postavljanje standardnog nosača

Za najbolji GPS prijem postavite nosač za bicikl tako da je prednja strana uređaja okrenuta prema nebu. Nosač za bicikl možete postaviti na bazu upravljača ili jednu od ručki.

- 1 Odaberite sigurnu lokaciju za montiranje uređajana kojoj vam neće smetati za sigurno upravljanje biciklom.
- 2 Postavite gumeni disk ① na stražnju stranu nosača za bicikl. Gumene izbočine ući će u stražnju stranu nosača za bicikl tako da se neće pomicati.



- 3 Postavite nosač za bicikl na bazu upravljača.
- 4 Nosač za bicikl čvrsto učvrstite pomoću dvije trake ②.
- 5 Poravnajte izbočine na stražnjoj strani uređaja s utorima na nosaču za bicikl ③.

- 6 Pritisnite lagano dolje i okrećite u smjeru kazaljke sata dok ne sjedne na mjesto.



Otpuštanje Edge

- 1 Okrenite Edge u smjeru kazaljke na satu kako biste otključali uređaj.
- 2 Podignite Edge s nosača.

Odlazak na vožnju

Uređaj se isporučuje djelomično napunjen. Možda ćete prije vožnje trebati napuniti uređaj (*Punjenje uređaja, stranica 1*). Ako je vaš uređaj Edge 25 isporučen sa senzorom ANT+, već su upareni.

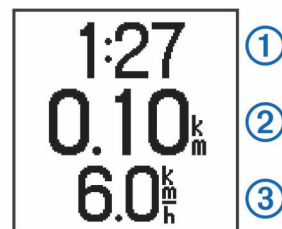
- 1 Držite kako biste uključili uređaj.
- 2 Na početnom zaslonu odaberite .
- 3 Izađite na otvorenu površinu i pričekajte da uređaj pronađe satelite.

Kada je uređaj spreman, crtice za prikaz jačine satelitskog signala postaju pune.

- 4 Odaberite kako biste pokrenuli mjerač vremena.

NAPOMENA: Povijest se bilježi samo dok je mjerač vremena pokrenut.

- 5 Odaberite za dodatne stranice s podacima.



Vrijeme ①, udaljenost ②, brzina ③, ukupni uspon i kalorije bilježe se dok je pokrenut mjerač vremena. Kada koristite opcionalni monitor pulsa, prikazuju se vaši otkucaji u minuti i zona pulsa.

SAVJET: Možete prilagoditi podatkovna polja (*Promjena podatkovnih polja, stranica 2*).

- 6 Za zaustavljanje mjerača vremena odaberite .
- 7 Odaberite **Spremi**.

Punjenje uređaja

⚠ UPOZORENJE

Uređaj koristi litij-ionsku bateriju. U kutiji proizvoda potražite list *Važni podaci o sigurnosti i proizvodu* koji sadrži upozorenja i druge važne informacije o proizvodu.

OBAVIJEST

Kako biste spriječili koroziju, prije punjenja ili priključivanja na računalo temeljito očistite i osušite kontakte i okolno područje. Proučite upute za čišćenje u dodatku.

- 1 Priključite USB kabel u USB priključak računala.
- 2 Poravnajte kontakte punjača s kontaktima na pozadini uređaja i pritisnite punjač ① tako da škljocne.



3 Napunite uređaj do kraja.

Vježbanje

Postavljanje načina vožnje

1 Odaberite ► > **Opcije vožnje** > **Nacin vožnje**.

2 Odaberite opciju:

- Odaberite **Osnovno** za vožnju na otvorenom (*Odlazak na vožnju, stranica 1*) ili vožnju u zatvorenom (*Trening u zatvorenom, stranica 2*).

NAPOMENA: Ovo je zadani način vožnje.

- Odaberite **Slijedi stazu** kako biste slijedili stazu preuzetu s Garmin Connect™ računa (*Praćenje staze na internetu, stranica 4*).
- Odaberite **Vrijeme** kako biste trenirali za određeno ciljno vrijeme.
- Odaberite **Udalj.** kako biste trenirali za određenu ciljnu udaljenost.
- Odaberite **Kalorije** kako biste trenirali za određen ciljni broj kalorija.

3 Po potrebi unesite prilagođenu vrijednost za ciljno vrijeme, udaljenost ili broj kalorija.

4 Odaberite ➡.

Kada ostvarite ciljno vrijeme, udaljenost ili broj kalorija, prikazat će se poruka. Uređaj se oglašava i zvučnim signalima ako su oni uključeni (*Postavke sustava, stranica 6*).

Uređivanje ciljnog vremena, udaljenosti ili broja kalorija

Kada trenirate za ostvarivanje ciljnog vremena, udaljenosti ili broja kalorija, možete urediti trenutni način vožnje kako biste promijenili postavku cilja.

1 Odaberite ► > **Opcije vožnje** > **Nacin vožnje** > **Uredjivanje**.

2 Unesite prilagođenu vrijednost.

3 Odaberite ➡.

Promjena načina vožnje

1 Odaberite ► > **Opcije vožnje** > **Nacin vožnje** > **Promjena nacina rada**.

2 Odaberite opciju.

3 Ako trenirate za ostvarivanje ciljnog vremena, udaljenosti ili broja kalorija, unesite prilagođenu vrijednost.

4 Ako slijedite stazu, odaberite stazu preuzetu s Garmin Connect računa.

5 Odaberite ➡.

Trening u zatvorenom

GPS možete isključiti ako trenirate u zatvorenom ili želite produljiti vijek trajanja baterije.

1 Odaberite ► > **Opcije vožnje** > **Koristi u interijerima**.

Uređaj prelazi u način rada mjerača vremena.

2 Odaberite ► kako biste pokrenuli mjerač vremena.

Kada je GPS isključen, podaci o brzini i udaljenosti nisu dostupni, osim u slučaju da imate dodatni senzor brzine koji uređaju šalje podatke o brzini i udaljenosti (samo za uređaj Edge 25). Prilikom sljedećeg uključivanja uređaj traži satelitske signale.

Označavanje dionica

Možete koristiti funkciju Auto Lap® za automatsko označavanje dionice (npr. svakih 5 km ili 1 mi), a dionice možete označavati i ručno. Ova značajka pomaže prilikom usporedbe rezultata za različite dijelove aktivnosti.

1 Odaberite ▼ > **Postavke** > **Postavke vožnje** > **Dionice**.

2 Odaberite opciju:

- Odaberite **Automatska dionica** i odaberite udaljenost kako biste koristili funkciju Auto Lap.
- Odaberite **Tipka Dionica** > **Ukljuci** kako biste za vrijeme trajanja aktivnosti pomoću značajke ➡ označili dionicu.

Korištenje funkcije Auto Pause®

Funkciju Auto Pause možete koristiti za automatsko zaustavljanje brojača vremena kada se zaustavite. Ta je funkcija korisna ako tijekom aktivnosti nailazite na semafore ili druga mjesta gdje trebate stati.

NAPOMENA: Vrijeme nakon zaustavljanja ne sprema se u povijesne podatke.

Odaberite ▼ > **Postavke** > **Postavke vožnje** > **Auto Pause** > **Ukljuci**.

Korištenje značajke automatskog pomicanja

Funkciju Automatsko pomicanje možete koristiti za automatsko kruženje kroz stranice s podacima o treniranju dok je uključen mjerač vremena.

1 Odaberite ▼ > **Postavke** > **Postavke vožnje** > **Automatsko pomicanje**.

2 Odaberite brzinu prikaza.

Promjena podatkovnih polja

Možete promijeniti kombinacije podatkovnih polja za stranice koje se prikazuju dok je pokrenut mjerač vremena.

1 Odaberite ▼ > **Postavke** > **Postavke vožnje** > **Podatkovna polja**.

2 Odaberite stranicu.

3 Odaberite podatkovno polje kako biste ga promijenili.

Povijest

U povijesti se nalaze vrijeme, udaljenost, kalorije, brzina, podaci o dionici i nadmorskoj visini i opsijske informacije ANT+ senzora.

NAPOMENA: Povijest se ne snima dok je mjerač vremena zaustavljen ili pauziran.

Kada se memorija uređaja napuni, najstariji se podaci brišu. Prenesite povremeno povijest u Garmin Connect kako biste mogli pratiti podatke o svim svojim vožnjama.

Pregledavanje vaše vožnje

1 Odaberite ▼ > **Povijest** > **Voznje**.

2 Odaberite vožnju.

Brisanje vožnje

1 Odaberite ▼ > **Povijest** > **Voznje**.

2 Odaberite vožnju.

3 Odaberite ► > **Odbaci** > **Da**.

Osobni rekordi

Kada dovršite vožnju, uređaj prikazuje sve nove osobne rekorde koje ste postigli tijekom te vožnje. Osobni rekordi obuhvaćaju najbrže vrijeme za uobičajenu duljinu, najdulju biciklističku dionicu i najveći uspon tijekom vožnje.

Pregledavanje osobnih rekorda

- 1 Odaberite ▼ > Povijest > Rekordi.
- 2 Odaberite ▼ za kretanje rekordima.

Brisanje osobnih rekorda

- 1 Odaberite ▼ > Povijest > Rekordi.
- 2 Odaberite rekord koji želite izbrisati.
- 3 Odaberite **Ocistiti?** > **Da**.

Vraćanje osobnog rekorda

Svaki osobni rekord možete postaviti na prethodni zabilježeni rekord.

- 1 Odaberite ▼ > Povijest > Rekordi.
- 2 Odaberite rekord koji želite vratiti.
- 3 Odaberite **Koristi prethodno** > **Koristi rekord**.

Pregledavanje ukupnih vrijednosti vožnje

Možete vidjeti zbrojene podatke koje ste spremili na uređaj Edge, uključujući broj vožnji, vrijeme i udaljenost.

- 1 Odaberite ▼ > Povijest > Ukupno.
- 2 Odaberite opciju prikaza ukupnih rezultata puta ili uređaja.

Ponovno postavljanje ukupnih vrijednosti vožnje

- 1 Odaberite ▼ > Povijest > Ukupno > Ponovno postavljanje.
- 2 Odaberite opciju ponovnog postavljanja ukupnih rezultata uređaja ili puta.

SAVJET: Možete ponovo postaviti ukupne rezultate puta i zadržati ukupne rezultate uređaja kako biste zabilježili novi zapisnik puta.

- 3 Odaberite **Da**.

NAPOMENA: Time se ne brišu spremljene aktivnosti.

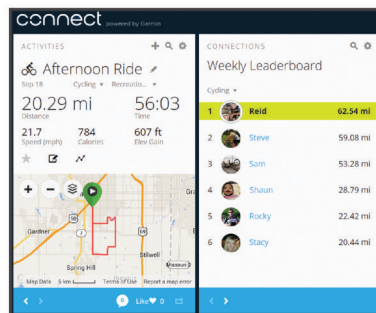
Garmin Connect

Možete se povezati s prijateljima na usluzi Garmin Connect. Garmin Connect daje vam alate za praćenje, analizu, dijeljenje i podršku. Zabilježite svoj aktivni životni stil, uključujući trčanje, hodanje, vožnje, plivanje, planinarenje, triatlone i još mnogo toga. Za besplatan račun možete se prijaviti na adresi www.garminconnect.com/start.

Spremite svoje aktivnosti: Nakon što dovršite i spremite aktivnost na vašem uređaju, možete prenijeti tu aktivnost na Garmin Connect i držati je ondje koliko god želite.

Analizirajte svoje podatke: Možete vidjeti detaljnije informacije o svojim aktivnostima, uključujući vrijeme, udaljenost, nadmorsku visinu, puls, potrošene kalorije, takt i tlocrtni prikaz karte, grafikon tempa i brzine te izvješća koja se mogu prilagoditi.

NAPOMENA: Za neke podatke potreban je dodatni pribor kao što je monitor pulsa.



Podijelite svoje aktivnosti: Možete se povezati s prijateljima kako biste međusobno pratili aktivnosti ili postaviti veze na aktivnosti na omiljenim društvenim mrežama.

Slanje podataka na Garmin Connect račun

Možete prenijeti sve podatke o aktivnostima na svoj Garmin Connect račun kako biste dobili sveobuhvatnu analizu. Možete vidjeti kartu svojih aktivnosti i dijeliti aktivnosti s prijateljima.

- 1 Povežite uređaj s računalom pomoću USB kabela.
- 2 Idite na web-mjesto www.garminconnect.com.
- 3 Slijedite upute na zaslonu.

Upravljanje podacima

NAPOMENA: Ovaj uređaj nije kompatibilan sa sustavima Windows® 95, 98, Me, Windows NT® i Mac® OS 10.3 i ranijim verzijama.

Brisanje datoteka

OBAVIJEST

Ako ne znate čemu datoteka služi, nemojte je izbrisati. Memorija uređaja sadrži važne sistemske datoteke koje se ne bi smjele izbrisati.

- 1 Otvorite pogon **Garmin**.
- 2 Ako je potrebno, otvorite mapu ili disk.
- 3 Odaberite datoteku.
- 4 Na tipkovnici pritisnite tipku **Izбриši**.

Iskopčavanje USB kabela

Ako je vaš uređaj priključen na računalo kao prijenosni pogon ili jedinica, pazite da sigurno isključite uređaj iz računala kako ne bi došlo do gubitka podataka. Ako je vaš uređaj priključen na računalo sa sustavom Windows kao prijenosni uređaj, nije ga potrebno sigurno isključiti.

- 1 Dovršenje postupka:
 - Za računalo sa sustavom Windows odaberite ikonu **Sigurno isključivanje uređaja** na traci sustava, a zatim odaberite svoj uređaj.
 - Za Mac računala povucite ikonu jedinice u smeće.
- 2 Iskopčajte kabel iz računala.

Bluetooth – funkcije povezivosti

Uređaj Edge 25 može se pohvaliti s nekoliko funkcija povezivosti Bluetooth tehnologijom koje su namijenjene za vaš kompatibilan pametni telefon ili mobilni uređaj, a dostupne su putem aplikacije Garmin Connect Mobile. Dodatne informacije potražite na web-mjestu www.garmin.com/intosports/apps.

LiveTrack: Omogućuje prijateljima i obitelji da prate vaše utrke i treninge u stvarnom vremenu. Možete pozvati pratitelje putem e-pošte ili društvenih medija i omogućiti im prikaz podataka uživo na Garmin Connect stranici za praćenje.

Prijenos aktivnosti: Automatski šalje vašu aktivnost na Garmin Connect Mobile čim završite sa snimanjem te aktivnosti.

Interakcija u društvenim medijima: Omogućuje vam objavljivanje nove obavijesti na omiljenoj društvenoj mreži kad prenesete aktivnost na Garmin Connect Mobile.

Obavijesti: Prikazuje obavijesti o pozivima i porukama na uređaju Edge 25.

Uparivanje pametnog telefona i uređaja Edge 25

- 1 Idite na www.garmin.com/intosports/apps i na svoj pametni telefon preuzmite aplikaciju Garmin Connect Mobile.
 - 2 Postavite pametni telefon na udaljenost od najviše 10 m (33 ft) od uređaja.
 - 3 Na uređaju Edge 25 odaberite ▼ > **Postavke** > **Bluetooth** > **Upari pametni telefon**.
 - 4 Otvorite aplikaciju Garmin Connect Mobile i za povezivanje uređaja slijedite upute na zaslonu.
- Upute se prikazuju tijekom početnog postavljanja, a mogu se pronaći i u odjeljku pomoći aplikacije Garmin Connect Mobile.

Isključivanje Bluetooth tehnologije

- Na uređaju Edge 25 odaberite ▼ > **Postavke** > **Bluetooth** > **Iskljuci**.
- Upute za isključivanje Bluetooth bežične tehnologije potražite u korisničkom priručniku svog pametnog telefona.

Isključivanje pametnih obavijesti

Na uređaju Edge 25 odaberite ▼ > **Postavke** > **Bluetooth** > **Pametne obavijesti** > **Iskljuci**.

Navigacija

Staze

Stazu s računa usluge Garmin Connect možete poslati na svoj uređaj. Nakon spremanja staze na uređaj možete navigirati tom stazom pomoću uređaja.

Ako se radi o dobroj ruti, možete pratiti spremljenu stazu. Primjerice, možete spremati i pratiti rutu za put na posao kojom se mogu kretati biciklisti. Možete pratiti i spremljenu stazu te pokušati dostići ili premašiti prethodno postavljene ciljeve performansi.

Praćenje staze na internetu

Prije preuzimanja staze s računa usluge Garmin Connect morate imati Garmin Connect račun www.garminconnect.com/start.

- 1 Povežite uređaj s računalom pomoću USB kabela.
- 2 Idite na ([Slanje podataka na Garmin Connect račun, stranica 3](#)).
- 3 Izradite novu stazu ili odaberite postojeću stazu.
- 4 Odaberite **Pošalji na uređaj**.
- 5 Isključite uređaj.
- 6 Odaberite ▼ > **Staze**.
- 7 Odaberite stazu.
- 8 Odaberite **Slijedi stazu**.
- 9 Odaberite ► kako biste pokrenuli mjerač vremena.
Na karti se pri vrhu zaslona prikazuje staza i traka napretka.
- 10 Po potrebi odaberite ▼ za dodatne stranice s podacima.



Možete pregledati udaljenost do kraja staze ① i je li vaše vrijeme ispred ili iza vremena staze ②.

Utrkivanje protiv segmenta

Možete preuzeti staze koje sadrže segmente sa svog Garmin Connect računa. Segmenti su virtualne staze za utrkivanje. Možete se utrkiivati protiv segmenta i uspoređivati rezultate u odnosu na protekle aktivnosti, s kontaktima na Garmin Connect računu ili drugim članovima Garmin Connect zajednice. Možete prenijeti podatke o aktivnostima na Garmin Connect račun kako biste vidjeli svoj položaj u segmentu.

- 1 Započnite s praćenjem staze koja sadrži segment ([Praćenje staze na internetu, stranica 4](#)).

Kada dođete blizu početne točke segmenta, prikazat će se poruka.

- 2 Započnite utrku protiv segmenta.

Uređaj prikazuje vrijeme provedeno u segmentu.

Po dovršetku segmenta prikazat će se poruka.

Pregled pojedinosti o stazi

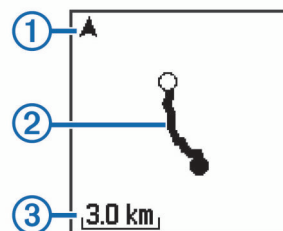
- 1 Odaberite ▼ > **Staze**.

- 2 Odaberite stazu.

- 3 Odaberite opciju:

- Odaberite **Pojedinosti** kako biste pregledali vrijeme, udaljenost i ukupni uspon staze.
- Odaberite **Karta** kako biste stazu vidjeli na karti.

Značajke karte



①	Pokazuje na sjever
②	Prikaz staze
③	Razina zumiranja

Brisanje staze

- 1 Odaberite ▼ > **Staze**.
- 2 Odaberite stazu.
- 3 Odaberite **Izbrisi** > **Da**.

Opcije staze

Odaberite ▼ > **Postavke** > **Opcije staze**.

Upute za skretanja: Omogućivanje ili onemogućivanje navigacijskih uputa skretanje-po-skretanje.

Upute za segmente: Omogućivanje ili onemogućivanje upozorenja na nadolazeće segmente.

ANT+ senzori

Uređaj Edge 25 može se koristiti s bežičnim ANT+ senzorima. Više informacija o kompatibilnosti i kupnji dodatnih senzora potražite na web-mjestu <http://buy.garmin.com>.

Postavljanje opcionalnog monitora pulsa

OBAVIJEST

Monitor pulsa vas može našaljavati nakon dužeg korištenja. Kako biste riješili ovaj problem, nanosite lubrikant ili gel za smanjenje trenja na sredinu tvrdog remena gdje vam dodiruje kožu. Ne nanosite lubrikant ili gel za smanjenje trenja na elektrode. Ne

koristite gelove ni lubrikante koji sadrže sredstvo za zaštitu od sunca.

Monitor pulsa trebate nositi izravno na koži, neposredno ispod prsne kosti. Trebao bi dovoljno čvrsto prijanjati da ostane na mjestu tijekom aktivnosti.

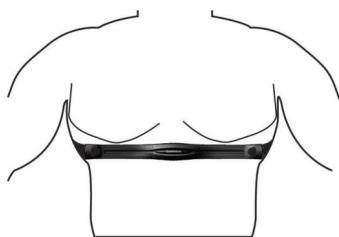
- 1 Jezičac ① na traci umetnite u utor ② modula monitora pulsa.



- 2 Pritisnite jezičac prema dolje.
- 3 Navlažite elektrode ③ na poledini modula kako biste stvorili čvrstu vezu između prsa i modula monitora pulsa.



- 4 Omotajte traku oko prsa i pričvrstite je na drugu stranu modula monitora pulsa.



Logotip Garmin® trebao bi biti ispravno okrenut.

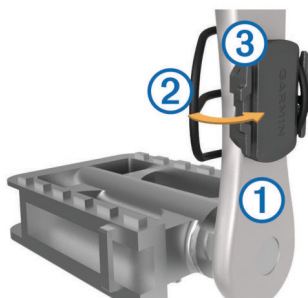
- 5 Postavite uređaj unutar 3 m (10 ft) od monitora pulsa. Kad postavite monitor pulsa, on je aktivan i šalje podatke.

Postavljanje senzora takta

NAPOMENA: Ako nemate senzor, možete preskočiti ovaj zadatak.

SAVJET: Garmin savjetuje stavljanje bicikla na stalak za vrijeme postavljanja senzora.

- 1 Odaberite veličinu vezice koja čvrsto prijanja na pedalu ①. Vezica koju odaberete trebala bi biti najmanja koja se može rastegnuti preko pedale.
- 2 Na strani koja se ne koristi za vožnju postavite i držite ravnu stranu senzora takta s unutrašnje strane pedale.
- 3 Povucite vezice ② oko pedale i pričvrstite ih na kukice ③ na senzoru.



- 4 Zavrtite pedalu kako biste provjerili okreće li se ispravno. Senzor i vezice ne smiju dodirivati nijedan dio bicikla ili obuće.

NAPOMENA: LED dioda bljeska pet sekundi kako bi označila aktivnost nakon dva okreta.

- 5 Vozite se 15 minuta i zatim pregledajte senzor i vezice kako biste provjerili jesu li neoštećeni.

Uparivanje ANT+ senzora

Prilikom prvog povezivanja senzora i uređaja putem bežične tehnologije ANT+ morate upariti uređaj sa senzorom. Nakon početnog uparivanja uređaj se automatski povezuje sa senzorom kada započnete aktivnost, a senzor je aktivan i unutar dometa.

NAPOMENA: Ako je vaš uređaj Edge 25 isporučen sa senzorom ANT+, već su upareni.

- 1 Postavite senzor ili stavite monitor pulsa.
- 2 Odaberite ▼ > **Postavke** > **Povezivanje sa senzorima**.
- 3 Postavite uređaj unutar 1 cm od senzora i pričekajte dok se uređaj poveže sa senzorom.

Kada uređaj prepozna senzor, pojavit će se poruka.

Postavljanje maksimalnog pulsa

Za procjenu vašeg maksimalnog pulsa i određivanje zona pulsa uređaj koristi podatke iz korisničkog profila koje ste unijeli prilikom početnog postavljanja. Zadani maksimalni puls je 220 umanjen za broj vaših godina. Za najtočnije podatke o kalorijama tijekom aktivnosti postavite svoj maksimalni puls (ako ga znate).

- 1 Odaberite ▼ > **Postavke** > **Korisnički profil** > **Maksimalni puls**.
- 2 Unesite svoj maksimalni puls.

O zonama pulsa

Mnogi sportaši zone pulsa koriste za mjerenje i povećanje svoje kardiovaskularne snage i poboljšanje kondicije. Zona pulsa je postavljeni raspon otkucaja srca u minuti. Pet opće prihvaćenih zona pulsa označene su brojevima od 1 do 5 u skladu s povećanjem intenziteta. Općenito, zone pulsa izračunavaju se na temelju postotka maksimalnog pulsa.

Ciljevi vježbanja

Poznavanje zona pulsa može pomoći u mjerenju i poboljšanju kondicije ako ta načela razumijete i primjenjujete.

- Vaš je puls dobar pokazatelj intenziteta vježbanja.
- Vježbanje u određenim zonama pulsa može poboljšati kardiovaskularni kapacitet i snagu.
- Poznavanje zona pulsa može spriječiti pretjerano treniranje i smanjiti rizik od ozljeda.

Ako znate svoj maksimalni puls, pomoću tablice (*Izračuni zona pulsa, stranica 8*) možete odrediti najbolju zonu pulsa za svoje ciljeve vježbanja.

Ako ne znate svoj maksimalni puls, koristite jedan od kalkulatora na internetu. Neke teretane i zdravstveni centri nude test koji mjeri maksimalni puls. Zadani maksimalni puls je 220 umanjen za broj vaših godina.

Postavljanje upozorenja za puls

Ako imate dodatni monitor pulsa, uređaj možete postaviti tako da vas upozori kada vam je puls ispod ili iznad zone cilja ili prilagođenog raspona. Na primjer, uređaj možete postaviti tako da vas upozorava kada vam je puls ispod 150 otkucaja u minuti (otk./min).

- 1 Odaberite ► > **Opcije vožnje** > **Upozorenje za puls**.
- 2 Odaberite opciju:
 - Za upotrebu postojeće zone pulsa odaberite zonu pulsa.
 - Za prilagođavanje maksimalne vrijednosti odaberite **Prilagodjeno** > **Visok** > **Ukljuci** i unesite vrijednost.

- Za prilagođavanje minimalne vrijednosti odaberite **Prilagodjeno > Nizak > Ukljuci** i unesite vrijednost.

Pri svakom prekoračenju ili padu ispod navedenog raspona ili prilagođene vrijednosti prikazuje se poruka. Uređaj se oglašava i zvučnim signalima ako su oni uključeni (*Postavke sustava*, stranica 6).

Prilagođavanje vašeg uređaja

Postavljanje korisničkog profila

Možete ažurirati postavke spola, godine rođenja, visine, težine i maksimalnog pulsa (*Postavljanje maksimalnog pulsa*, stranica 5). Uređaj te informacije koristi za izračunavanje preciznih podataka o vježbanju.

- 1 Odaberite ▼ > **Postavke > Korisnički profil**.
- 2 Odaberite opciju.

Postavke sustava

Odaberite ▼ > **Postavke > Sustav**.

Jezik: Postavljanje jezika prikaza uređaja.

Vrijeme: Postavljanje postavki vremena (*Postavke vremena*, stranica 6).

Isključivanje pozadinskog osvjetljenja: Prilagođavanje trajanja prije isključivanja pozadinskog osvjetljenja.

Tonovi: Uključivanje i isključivanje zvučnih tonova. Možete postaviti tonove tipki i upozorenja.

Jedinice: Postavljanje mjernih jedinica koje se koriste na uređaju.

GLONASS: Uključivanje ili isključivanje GLONASS sustava. Uređaj zadano koristi GPS za lociranje satelita. Radi boljih performansi u zahtjevnim okruženjima i brže pronalaženje GPS položaja možete omogućiti GPS i GLONASS. Kada se istovremeno koriste GPS i GLONASS, baterija se brže troši nego kada se koristi samo GPS.

Azuriranje softvera: Omogućuje provjeru nadogradnji softvera.

O uređaju: Prikaz verzije softvera i ID-a jedinice.

Postavke vremena

Odaberite ▼ > **Postavke > Sustav > Vrijeme**.

Format za vrijeme: Postavljanje uređaja tako da prikazuje vrijeme u 12-satnom ili 24-satnom formatu.

Postavi vrijeme: Omogućuje ručno ili automatsko postavljanje vremena prema GPS položaju.

Informacije o uređaju

Specifikacije

Edge – specifikacije

Vrsta baterije	Ugrađena punjiva litij-ionska baterija
Trajanje baterije	Do 8 h
Raspon radne temperature	Od -15 ° do 60 °C (od 5 ° do 140 °F)
Raspon temperature za punjenje	Od 0 ° do 45 °C (od 32 ° do 113 °F)
Radijska frekvencija/protokol	Bežični komunikacijski protokol od 2,4 GHz ANT+ (samo za uređaj Edge 25) Bluetooth Smart bežična tehnologija (samo za uređaj Edge 25)
Vodootpornost	IEC 60529 IPX7 ¹

¹ Uređaj može izdržati slučajno izlaganje vodi do 1 m dubine na 30 minuta. Dodatne informacije potražite na web-mjestu www.garmin.com/waterrating.

Specifikacije senzora pulsa

Vrsta baterije	Zamjenjiva baterija, model CR2032, 3 volta
Trajanje baterije	Približno 3 godine (1 sat dnevno)
Raspon radne temperature	Od -10 ° do 50 °C (od 14 ° do 122 °F)
Radijska frekvencija/protokol	ANT+ bežični komunikacijski protokol od 2,4 GHz
Vodootpornost	1 ATM ² NAPOMENA: Ovaj proizvod ne prikazuje puls tijekom plivanja.

Specifikacije senzora brzine i kadence

Vrsta baterije	Zamjenjiva baterija, model CR2032, 3 V
Trajanje baterije	Približno 12 mjeseci (1 sat dnevno)
Raspon radne temperature	Od -20 ° do 60 °C (od -4 ° do 140 °F)
Bežična frekvencija / protokol	ANT+ bežični komunikacijski protokol od 2,4 GHz
Vodootpornost	1 ATM ²

Postupanje s uređajem

OBAVIJEST

Izbjegavajte snažne udarce i grubo rukovanje jer to može skratiti vijek trajanja proizvoda.

Nemojte pritiskati tipke ispod vode.

Uređaj nemojte čistiti oštrim predmetima.

Izbjegavajte kemijska sredstva za čišćenje, otapala i sredstva za tjeranje kukaca koja mogu oštetiti plastične komponente i površine.

Temeljito isperite uređaj slatkom vodom nakon izlaganja kloru, slanoj vodi, sredstvima za zaštitu od sunca, kozmetičkim proizvodima, alkoholu ili drugim snažnim kemikalijama. Dugotrajna izloženost tim tvarima može oštetiti kućište.

Ne skladištite uređaj na mjestima na kojima bi moglo doći do trajne izloženosti ekstremnim temperaturama jer biste time mogli uzrokovati trajnu štetu.

Čišćenje uređaja

OBAVIJEST

Čak i male količine znoja ili vlage mogu izazvati koroziju električnih kontakata prilikom ukapčanja u punjač. Korozija može onemogućiti punjenje i prijenos podataka.

1 Obrišite uređaj krpom navlaženom blagom otopinom deterdženta.

2 Brišite ga dok ne bude suh.

Nakon čišćenja ostavite uređaj da se potpuno osuši.

Održavanje monitora pulsa

OBAVIJEST

Naslage znoja i soli na traci mogu utjecati na točnost podataka monitora pulsa.

- Isperite traku nakon svakog korištenja.
- Povremeno ručno operite traku s malo blagog deterdženta poput deterdženta za pranje posuđa.

NAPOMENA: Previše deterdženta može oštetiti traku.

- Traku ne stavljajte u sušilicu.
- Kako bi se osušila, traku objesite ili polegnite na ravnu površinu.

² Uređaj može izdržati tlak istovjetan onome na dubini od 10 m. Dodatne informacije potražite na web-mjestu www.garmin.com/waterrating.

Zamjenjive baterije

⚠ UPOZORENJE

Baterije nemojte vaditi pomoću oštih predmeta.

Bateriju držite izvan dohvata djece.

Baterije nikad ne stavljajte u usta. Ako ih progutate, obratite se liječniku ili lokalnom centru za kontrolu otrova.

Zamjenjive baterije u obliku kovanica mogu sadržavati perklorat. Na njih se mogu primjenjivati posebni uvjeti rukovanja. Pogledajte www.dtsc.ca.gov/hazardouswaste/perchlorate.

⚠ OPREZ

Za ispravnu reciklažu baterija obratite se lokalnoj tvrtki za zbrinjavanje otpada.

Zamjena baterije monitora pulsa

- 1 Pronađite kružni poklopac baterije na poledini monitora pulsa.



- 2 Pomoću novčića zakrećite poklopac u smjeru suprotnom od kazaljke na satu sve dok ne bude dovoljno olabavljen da se može skinuti (strelica je usmjerena prema oznaci **OPEN**).
- 3 Skinite poklopac i izvadite bateriju.
- 4 Pričekajte 30 sekundi.
- 5 Umetnite novu bateriju s pozitivnom stranom okrenutom prema gore.
NAPOMENA: Nemojte oštetiti ili izgubiti brtvu o-prsten.
- 6 Pomoću novčića zakrećite poklopac u smjeru kazaljke na satu dok ne sjedne na mjesto (strelica je usmjerena prema oznaci **CLOSE**).

Nakon zamjene baterije monitora za puls možda ćete trebati ponovno upariti monitor pulsa s uređajem.

Zamjena baterije senzora brzine ili takta

LED indikator treperi crvenom bojom kako bi ukazao na slabu bateriju nakon dva okretaja.

- 1 Pronađite kružni poklopac baterije ① na poledini senzora.



- 2 Zakrećite poklopac u smjeru suprotnom od kazaljke na satu sve dok oznaka ne bude usmjerena prema otključanom položaju, a poklopac dovoljno olabavljen da se može skinuti.
- 3 Skinite poklopac i izvadite bateriju ②.

SAVJET: Bateriju iz poklopca možete izvaditi pomoću ljepljive trake ③ ili magneta.



- 4 Pričekajte 30 sekundi.
- 5 U poklopac umetnite novu bateriju pazeći pritom na polaritet.
NAPOMENA: Nemojte oštetiti ili izgubiti brtvu o-prsten.
- 6 Zakrećite poklopac u smjeru kazaljke na satu sve dok oznaka ne bude usmjerena prema zaključanom položaju.
NAPOMENA: LED indikator nakon zamjene baterije nekoliko će sekundi treperiti crvenom i zelenom bojom. Kada LED indikator zatreperi zelenom bojom i zatim prestane treperiti, uređaj je aktivan i spreman slati podatke.

Rješavanje problema

Ažuriranje softvera

Prije ažuriranja softvera uređaja morate imati Garmin Connect račun i preuzeti Garmin Express™ aplikaciju.

- 1 Povežite uređaj s računalom pomoću USB kabela.
Kada je novi softver dostupan, aplikacija Garmin Express šalje ga na vaš uređaj.
- 2 Slijedite upute na zaslonu.
- 3 Dok aplikacija Garmin Express preuzima softver, nemojte isključivati uređaj iz računala.
SAVJET: Ako imate poteškoća s ažuriranjem softvera pomoću aplikacije Garmin Express, možda će biti potrebno prenijeti povijest aktivnosti na aplikaciju Garmin Connect i izbrisati povijest aktivnosti s uređaja. Time bi se trebalo osloboditi dovoljno memorijskog prostora za ažuriranje.

Podrška i nadogradnja

Garmin Express (www.garmin.com/express) omogućuje jednostavan pristup ovim uslugama za Garmin uređaje.

- Registracija proizvoda
- Priručnici za proizvode
- Nadogradnja softvera
- Prijenos podataka na Garmin Connect

Dodatne informacije

- Posjetite www.garmin.com/intosports.
- Posjetite www.garmin.com/learningcenter.
- Posjetite <http://buy.garmin.com> ili kontaktirajte zastupnika tvrtke Garmin i zatražite informacije o dodatnoj opremi i zamjenskim dijelovima.

Maksimalno produljenje vijeka trajanja baterije

- Isključite Bluetooth bežičnu tehnologiju na uređaju Edge 25 (*Isključivanje Bluetooth tehnologije, stranica 4*).
- Isključite **GLONASS** (*Postavke sustava, stranica 6*).

Traženje satelitskih signala

Za primanje satelitskih signala uređaju će možda trebati neometan pogled na nebo. Vrijeme i datum postavljaju se automatski na temelju vaše GPS lokacije.

- 1 Izađite van na otvoreno područje.
Prednja strana uređaja treba biti okrenuta prema nebu.
- 2 Pričekajte da uređaj pronađe satelite.
Traženje signala može potrajati 30–60 sekundi.

Ponovno postavljanje uređaja

Ako uređaj prestane funkcionirati, možda ga trebate ponovno postaviti.

NAPOMENA: Ponovno postavljanje uređaja možda će izbrisati vaše podatke ili postavke.

- 1 Držite  15 sekundi.
Uređaj će se isključiti.
- 2 Držite  jednu sekundu za uključivanje uređaja.

Zamjenski O-prsteni

Zamjenske trake (O-prsteni) dostupne su za nosače.

NAPOMENA: Koristite samo zamjenske trake od etilen propilen dieno monomera (EPDM). Idite na <http://buy.garmin.com> ili se obratite predstavniku tvrtke Garmin.

Prikaz informacija o uređaju

Možete vidjeti ID jedinice, verziju softvera, verziju GPS softvera i informacije o softveru.

Odaberite ▼ > Postavke > Sustav > O uređaju.

Dodatak

Podatkovna polja

Neka podatkovna polja uključuju ANT+ dodatke za prikazivanje podataka (samo za uređaj Edge 25).

Brzina: Trenutna stopa kretanja.

Kadencia: Biciklizam. Broj okretaja pedale. Za prikazivanje ovih podataka vaš uređaj mora biti priključen na opremu za mjerenje kadenca.

Kalorije: Ukupna količina potrošenih kalorija.

Nadm. visina: Visina vaše trenutne lokacije iznad ili ispod razine mora.

Otkucaji/min: Vaš puls u otkucajima u minuti (otk./min). Vaš uređaj mora biti povezan s kompatibilnim monitorom pulsa.

Prosječna brzina: Prosječna brzina za trenutnu aktivnost.

Udalj.: Prijedena udaljenost za trenutnu trasu ili aktivnost.

Uk.uspon: Ukupna razlika u nadmorskoj visini kod uspona od posljednjeg ponovnog postavljanja.

Vrijeme: Vrijeme štoperice za trenutnu aktivnost.

Z.pul.: Trenutačni raspon pulsa (1 do 5). Zadane zone temelje se na vašem korisničkom profilu i maksimalnom pulsu (220 manje broj vaših godina).

Izračuni zona pulsa

Zona	% maksimalnog pulsa	Zabilježen napor	Prednosti
1	50–60%	Opušten, lagan tempo, ritmično disanje	Početnički aerobni trening, smanjenje stresa
2	60–70%	Ugodan tempo, lagano dublje disanje, moguć razgovor	Osnovni kardiovaskularni trening, dobar tempo za oporavak
3	70–80%	Umjeren tempo, teže je voditi razgovor	Poboljšani aerobni kapacitet, optimalni kardiovaskularni trening

Zona	% maksimalnog pulsa	Zabilježen napor	Prednosti
4	80–90%	Brzi tempo, pomalo neugodan, snažno disanje	Poboljšani anaerobni kapacitet i prag, poboljšana brzina
5	90–100%	Sprinterski tempo, ne može se održati dulje razdoblje, teško disanje	Anaerobna i mišićna izdržljivost, povećana snaga

Licencni ugovor za softver

KORIŠTENJEM UREĐAJA PRISTAJETE NA OBVEZU PREMA ODREDBAMA I UVJETIMA SLJEDEĆEG LICENCNOG UGOVORA ZA SOFTVER. PAŽLJIVO PROČITAJTE OVAJ UGOVOR.

Tvrtka Garmin Ltd. i njene podružnice ("Garmin") vam daju ograničenu licencu za korištenje softvera ugrađenog u ovaj uređaj (u nastavku "Softver") u binarnom izvršnom obliku tijekom normalnog rada proizvoda. Tvrtka Garmin i/ili davatelji sadržaja treće strane zadržavaju naziv te prava vlasništva i intelektualnog vlasništva unutar i prema Softveru.

Potvrđujete da je Softver vlasništvo tvrtke Garmin i/ili davatelja sadržaja treće strane i kao takav zaštićen zakonima o autorskim pravima u SAD-u te međunarodnim sporazumima o zaštiti autorskih prava. Nadalje, potvrđujete da su struktura, organizacija i kod Softvera, čiji izvorni kod nije isporučen, važne poslovne tajne tvrtke Garmin i/ili davatelja sadržaja treće strane te da izvorni kod Softvera ostaje važna poslovna tajna tvrtke Garmin i/ili davatelja sadržaja treće strane. Obvezujete se da nećete vršiti dekompilaciju, raščlambu, modifikaciju, obrnuto sastavljanje, obrnuti inženjering Softvera, svoditi Softver ili neki njegov dio na čitljivi oblik ili izvršavati bilo kakve radove zasnovane na Softveru. Obvezujete se da nećete izvoziti ili ponovno izvoziti Softver u bilo koju drugu državu i time kršiti zakone o kontroli izvoza SAD-a ili zakone o kontroli izvoza bilo koje druge primjenjive države.

Indeks

A

ANT+ senzori 4
aplikacije 3
 pametni telefon 4
Auto Lap 2
Auto Pause 2
Automatsko pomicanje 2
ažuriranja, softver 7

B

baterija
 maksimiziranje 4, 6, 7
 punjenje 1
 zamjena 7
Bluetooth tehnologija 1, 3, 4
brisanje
 osobni rekordi 3
 povijest 3
 svi korisnički podaci 3

Č

čišćenje uređaja 6

D

dionice 1, 2
dodaci 7
dodatna oprema 4

G

Garmin Connect 3, 4
Garmin Express
 nadogradnja softvera 7
 registriranje uređaja 7
GPS 1
 signal 7
 zaustavljanje 2

I

ID jedinice 8
ikone 1
izbornik 1

K

karte 4
 nadogradnja 7
korisnički podaci, brisanje 3
korisnički profil 6

L

licencni ugovor za softver 8

M

mjerač vremena 1, 2
montaža uređaja 1

N

navigacija 4

O

O-prsteni. *Vidi* remeni
osobni rekordi 3
 brisanje 3
 vraćanje 3

P

pametni telefon 4
 aplikacije 3
 uparivanje 4
podaci
 prijenos 3
 spremanje 3
podatkovna polja 2, 8
ponovno postavljanje uređaja 8
postavke 6
postavke sustava 6
postavljanje 1, 5
povijest 1–3
 brisanje 2, 3
 slanje na računalo 3

pozadinsko osvjetljenje 1
profili, korisnik 6
puls 1

 monitor 4–7
 upozorenja 5
 zone 5

Puls, zone 8
punjenje 1

R

registracija proizvoda 7
registriranje uređaja 7
remeni 8
rješavanje problema 7, 8

S

sat 6
satelitski signali 7
segmenti 4
senzori za brzinu i kadencu 1, 7
senzori za brzinu i takt 5
softver
 ažuriranje 7
 nadogradnja 7
 verzija 8
specifikacije 6
spremanje aktivnosti 1
spremanje podataka 3
staze 4
 brisanje 4
 učitavanje 4

T

tipke 1, 6
treniranje 3
 načini rada 2
 stranice 1

U

uparivanje
 ANT+ senzori 5
 pametni telefon 4
upozorenja 5
USB 7
 prekid veze 3

V

vrijeme, postavke 6

Z

zamjena baterije 7
zone, puls 5

