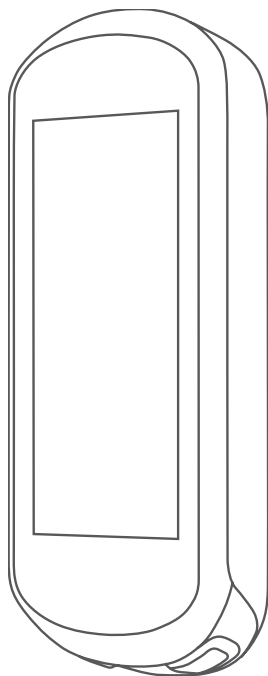


GARMIN®



EDGE® EXPLORE

Brukerveiledning

© 2018 Garmin Ltd. eller tilhørende datterselskaper

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

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

Android™ er et varemerke for Google Inc. Apple® og Mac® er varemerker for Apple Inc., registrert i USA og andre land. Bluetooth® ordmerket og logoene eies av Bluetooth SIG, Inc., og enhver bruk som Garmin gjør av disse, er underlagt lisens. Strava og Strava™ er varemerker for Strava, Inc. Windows® er et registrert varemerke for Microsoft Corporation i USA og andre land. Andre varemerker og varenavn tilhører sine respektive eiere.

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

M/N: A03490

Innholdsfortegnelse

Innledning..... 1

Taster.....	1
Parkoble smarttelefonen.....	1
Oversikt over startskjermbildet.....	2
Vise widgeter.....	2
Bruke bakgrunnslyset.....	2
Bruke berøringsskjermen.....	3
Låse berøringsskjermen.....	3
Lade enheten.....	3
Om batteriet.....	4
Installere standardbraketten.....	4
Løse ut Edge.....	4

Navigasjon..... 5

Legge ut på tur.....	5
Innhente satellittsignaler.....	5
Posisjoner.....	5
Merke posisjonen.....	6
Lagre posisjoner fra kartet.....	6
Navigere til en posisjon.....	6
Navigere til kjente koordinater.....	7
Navigere tilbake til start.....	7
Stoppe navigasjon.....	7
Projisere en posisjon.....	7
Redigere posisjoner.....	7
Slette en posisjon.....	7
Løyper.....	7
Planlegge og sykle en løype.....	8
Følge en løype fra Garmin Connect....	8
Opprette og sykle en rundturløype....	9
Løypetips.....	9
Vise løypedetaljer.....	9
Stoppe en løype.....	10
Slette en løype.....	10
Løypealternativer.....	10
Kartinnstillinger.....	10
Endre kartorienteringen.....	10
Ruteinnstillinger.....	11

Bluetooth tilkoblede funksjoner..... 11

Starte en GroupTrack økt.....	12
Tips for GroupTrack økter.....	12
Hendelsesregistrering og assistansefunksjoner.....	13

Hendelsesregistrering.....	13
Assistent.....	13
Konfigurere hendelsesregistrering og assistansefunksjoner.....	13
Vise nødkontakter.....	13
Be om hjelp.....	13
Slå hendelsesregistrering av og på..	14
Avbryte en automatisk melding.....	14
Sende en statusoppdatering etter en hendelse.....	14

Trådløse sensorer..... 14

Parkoble trådløse sensorer.....	14
Angi pulssoner.....	15
Situasjonsoppfattelse.....	15

Logg..... 15

Vise turen.....	15
Vise totalverdier for data.....	16
Slette en tur.....	16
Personlige rekorder.....	16
Vise personlige rekorder.....	16
Gjenopprette en personlig rekord....	16
Slette en personlig rekord.....	16
Garmin Connect.....	17
Sende turen din til Garmin Connect.....	17
Databehandling.....	17
Koble enheten til datamaskinen.....	17
Overføre filer til enheten.....	18
Slette filer.....	18
Koble fra USB-kabelen.....	18

Tilpasse enheten..... 18

Connect IQ Nedlastbare funksjoner....	18
Laste ned Connect IQ funksjoner ved hjelp av datamaskinen.....	19
Konfigurere brukerprofilen.....	19
Oppdatere turinnstillingene.....	19
Legge til et dataskjermbilde.....	19
Redigere et dataskjermbilde.....	20
Flytte dataskjermbilder.....	20
Varsler.....	20
Auto Lap®.....	21
Bruke automatisk dvalemodus.....	21
Bruke Auto Pause.....	22
Bruke Bla automatisk.....	22

Starte tidtakeren automatisk.....	22
Telefoninnstillinger	22
Gjestemodus	22
Aktivere gjestemodus	23
Deaktivere gjestemodus	23
Systeminnstillinger	23
Aktivere eller deaktivere GPS	23
Endre fargen på detaljer	23
Skjerminnstillinger	23
Innstillinger for dataregistrering	24
Endre måleenhetene	24
Slå enhetstener på og av	24
Endre enhetsspråk	24
Tidssoner	24

Informasjon om enheten.....24

Spesifikasjoner	24
Ta vare på enheten	24
Rengjøre enheten	25

Feilsøking.....25

Nullstille enheten	25
Gjenopprette standardinnstillingene	25
Fjerne brukerdata og innstillinger	25
Maksimere batterilevetiden	25
Slå på sparemodus for batteri	25
Telefonen min kobler seg ikke til enheten	26
Forbedre GPS-satellittmottaket	26
Enheten bruker feil språk	26
Utbyttbare tetningsringer	26
Vise enhetsinformasjon	26
Oppdatere programvaren ved hjelp av Garmin Express	26
Produktoppdateringer	27
Få mer informasjon	27

Tillegg.....27

Datafelter	27
Pulssoneberegninger	28
Hjulstørrelse og -omkrets	29
Radiofrekvenseksponering	31

Innledning

⚠ ADVARSEL

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

Rådfør deg alltid med legen før du begynner på eller endrer et treningsprogram.

Taster



①



Velg for å gå i dvalemodus og aktivere enheten.
Hold inne for å slå enheten av og på og for å låse berøringsskjermen.

②



Velg for å markere en ny runde.

③



Velg for å starte og stoppe aktivitetstidtakeren.

Parkoble smarttelefonen

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

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

2 Hold nede  for å slå på enheten.

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

TIPS: Du kan sveipe nedover på startskjermbildet for å vise innstillingswidgeten og velge **Telefon > Parkoble smarttelefon** for å gå inn i parkoblingsmodus manuelt.

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

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

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

Oversikt over startskjermbildet

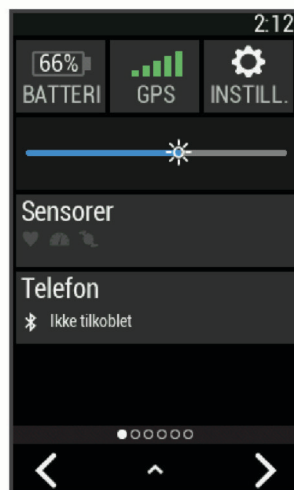
Startskjermbildet gir deg rask tilgang til alle funksjonene på Edge enheten.

	Velg for å legge ut på tur.
Hvor skal du?	Velg for å søke etter posisjoner, interessepunkter eller adresser.
Løyper	Velg for å opprette en ny løype eller for å få tilgang til en lagret løype.
	Velg for å få tilgang til loggen, personlige rekorder, kontakter og innstillinger.
	Velg for å få tilgang til apper, widgets og datafelter på Connect IQ™.

Vise widgeter

Enheten leveres med flere forhåndsinstallerte widgeter. Når du parkobler enheten med en smarttelefon eller annen kompatibel enhet, kan du få tilgang til flere widgeter.

- 1 Gå til startskjermbildet, og sveip ned fra øverst på skjermen.



Innstillingswidgeten vises. Et blinkende ikon betyr at enheten søker. Du kan velge et ikon for å endre innstillingene.

- 2 Sveip til venstre eller høyre for å vise flere widgeter.

Neste gang du sveiper nedover for å vise widgetene, vises den siste widgeten du brukte.

Bruke bakgrunnslyset

Du kan trykke på berøringsskjermen for å slå på bakgrunnsbelysningen.

MERK: Du kan justere tidsavbrudd for bakgrunnslyset ([Skjerminnstillinger, side 23](#)).

- 1 Gå til skjermbildet Hjem eller Data, og sveip ned fra øverst på skjermen.
- 2 Velg , og bruk glidebryteren for å justere lysstyrken manuelt.

Bruke berøringsskjermen

- Når tidtakeren kjører, trykker du på skjermen for å vise tidtakeroverlegget. Tidtakeroverlegget gjør det mulig å gå tilbake til skjermbildet Hjem under en tur.
- Velg 🏠 for å gå tilbake til skjermbildet Hjem.
- Sveip eller velg pilene for å rulle.
- Velg ↶ for å gå tilbake til den forrige siden.
- Velg ✓ for å lagre endringene og lukke siden.
- Velg ✕ for å lukke siden og gå tilbake til forrige side.
- Velg 🎯 for å søke etter i nærheten av en posisjon.
- Velg 🗑️ for å slette et element.
- Velg ⓘ for å få mer informasjon.

Låse berøringsskjermen

Du kan låse skjermen for å forhindre at du trykker på knapper på skjermen utilsiktet.

- Hold 🔒, og velg **Lås skjermen**.
- Velg 🔒 under en aktivitet.

Lade enheten

LES DETTE

Tørk godt av USB-porten, gummihebben og området rundt før du lader enheten eller kobler den til en datamaskin. På denne måten kan du forhindre korrosjon.

Enheden får strøm fra et innebygd lithiumionbatteri som du kan lade ved hjelp av en vanlig veggkontakt eller en USB-port på datamaskinen.

MERK: Enheden lades ikke når den er utenfor det godkjente temperaturområdet (*Spesifikasjoner, side 24*).

- 1 Fjern gummihebben ① fra USB-porten ②.



- 2 Koble den minste enden av USB-kabelen til USB-porten på enheten.
 - 3 Koble den største enden av USB-kabelen til en vekselstrømadapter eller en USB-port på en datamaskin.
 - 4 Koble strømadapteren til en vanlig veggkontakt.
Enheden slår seg på når du kobler den til en strømkilde.
 - 5 Lad enheten helt opp.
- Sett på plass gummihebben når du har ladet enheten.

Om batteriet

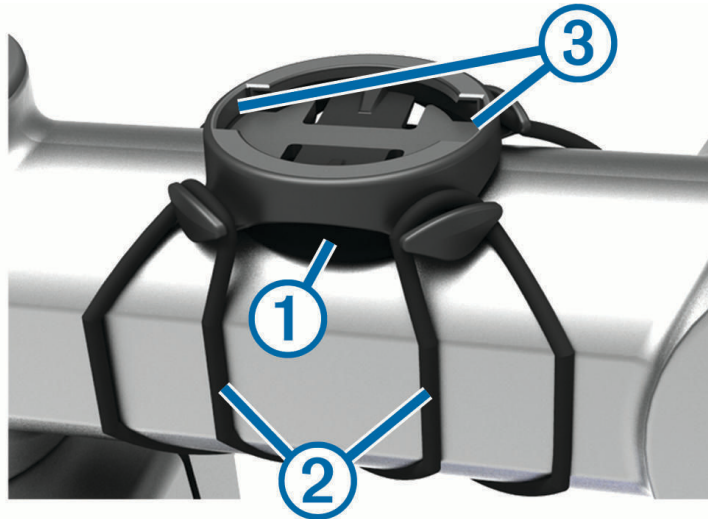
⚠ ADVARSEL

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

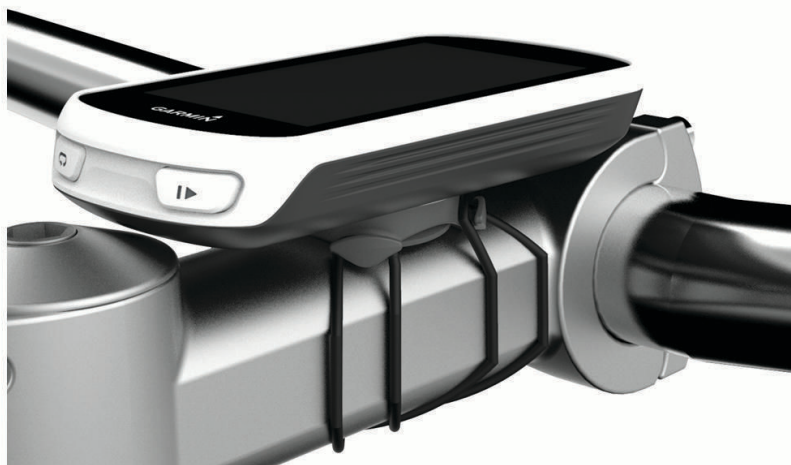
Installere standardbraketten

For å få best mulig GPS-mottak bør du plassere sykkelbraketten slik at den fremre delen av enheten peker mot himmelen. Du kan montere sykkelbraketten på styrestammen eller på styret.

- 1 Velg et sikkert sted å montere enheten, der den ikke kommer i veien for betjeningen av sykkelen.
- 2 Plasser gummiplaten ① på baksiden av sykkelbraketten.
Gummitappene justeres etter baksiden av sykkelbraketten slik at den holder seg på plass.



- 3 Plasser sykkelbraketten på styrestammen.
- 4 Fest sykkelbraketten godt med de to båndene ②.
- 5 Juster tappene på baksiden av enheten etter hakkene på sykkelbraketten ③.
- 6 Trykk lett ned på enheten, og vri den med klokken til den låses på plass.



Løse ut Edge

- 1 Vri Edge med klokken for å låse opp enheten.
- 2 Løft Edge ut av braketten.

Navigasjon

Legge ut på tur

Hvis du bruker en trådløs sensor eller et trådløst tilbehør, kan den/det pares og aktiveres under førstegangsoppsettet (*Parkoble trådløse sensorer, side 14*).

- 1 Hold nede  for å slå på enheten.
- 2 Gå ut, og vent mens enheten innhenter satellitter.
Satellittstolpene blir grønne når enheten er klar.
- 3 Velg .
- 4 Velg  for å starte aktivitetstidtageren.

Tid
00:00:05
Hastighet
0.0 km/h
Avstand
0 m
Klokkeslett
15:33:59
Kalorier
0 cal

MERK: Oppføringer i loggen registreres bare når aktivitetstidtageren går.

- 5 Dra fingeren mot venstre eller høyre for å vise flere dataskjermbilder.
Du kan dra sveipe nedover fra toppen av dataskjermbildene for å vise widgetene.
- 6 Trykk eventuelt på skjermen for å vise tidtakeroverlegget.
- 7 Velg  for å stoppe aktivitetstidtageren.
TIPS: Du kan endre turtypen før du lagrer og deler denne turen på Garmin Connect kontoen. Det er viktig med nøyaktige turtyper for å opprette sykkelvenlige løyper.
- 8 Velg **Lagre tur**.
- 9 Velg .

Innhente satellittsignaler

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

TIPS: Du finner mer informasjon om GPS på www.garmin.com/aboutGPS.

- 1 Gå utendørs til et åpent område.
Forsiden av enheten må peke mot himmelen.
- 2 Vent mens enheten finner satellittene.
Det kan ta 30–60 sekunder å lokalisere satellittsignaler.

Posisjoner

Du kan registrere og lagre posisjoner på enheten.

Merke posisjonen

Før du kan merke en posisjon, må du innhente satellitter.

Du kan merke en posisjon hvis du for eksempel vil huske landemerker eller komme tilbake til et bestemt sted senere.

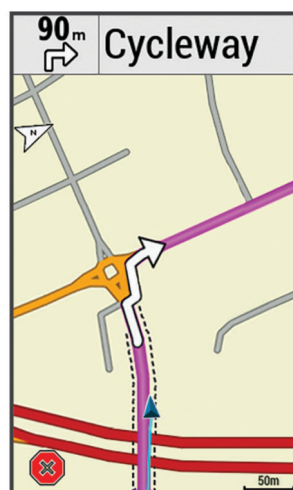
- 1 Ta deg en tur.
- 2 Velg **Hvor skal du?** >  > **Marker posisjon** > .

Lagre posisjoner fra kartet

- 1 Velg **Hvor skal du?** >  > **Velg område for søk** > **Et kartpunkt**.
- 2 Let opp posisjonen på kartet.
- 3 Velg sted.
Posisjonsinformasjonen vises øverst på kartet.
- 4 Velg posisjonsinformasjonen.
- 5 Velg  > .

Navigere til en posisjon

- 1 Velg **Hvor skal du?**.
- 2 Velg et alternativ:
 - Velg **Se på kart** for å navigere til en posisjon på kartet.
 - Velg **Søk** for å navigere til et interessepunkt, en by, et veikryss eller kjente koordinater.
TIPS: Du kan velge  for å begrense søkeområdet.
 - Velg **Finn adresse** for å angi en spesifikk adresse.
 - Velg **Lagrede posisjoner** for å navigere til en lagret posisjon.
TIPS: Du kan velge  for å skive inn spesifikk søkeinformasjon.
 - Velg **Nylige treff** for å navigere til én av de siste 50 posisjonene du har funnet.
 - Velg  > **Velg område for søk** for å begrense søkeområdet.
- 3 Velg en posisjon.
- 4 Velg **Kjør**.
- 5 Følg instruksjonene på skjermen frem til destinasjonen.



Navigere til kjente koordinater

- 1 Velg **Hvor skal du?** > **Søkeverktøy** > **Koordinater**.
- 2 Angi koordinatene, og velg ✓.
- 3 Følg instruksjonene på skjermen frem til destinasjonen.

Navigere tilbake til start

Du kan når som helst i løpet av turen returnere til startpunktet.

- 1 Legg ut på tur (*Legge ut på tur, side 5*).
- 2 Trykk på skjermen for å vise tidtakeroverlegget under turen.
- 3 Velg 🏠 > **Hvor skal du?** > **Tilbake til start**.
- 4 Velg **Langs samme rute** eller **Mest direkte rute**.
- 5 Velg **Kjør**.

Enheten navigerer deg tilbake til startpunktet for turen.

Stoppe navigasjon

- 1 Bla til kartet.
- 2 Velg ⊗ > ✓.

Projisere en posisjon

Du kan opprette en ny posisjon ved å projisere avstanden og retningen fra en merket posisjon til en ny posisjon.

- 1 Velg **Hvor skal du?** > **Lagrede posisjoner**.
- 2 Velg en posisjon.
- 3 Velg posisjonsinformasjonen øverst i skjermbildet.
- 4 Velg ✎ > **Projiser posisjon**.
- 5 Angi retning og avstand til den projiserte posisjonen.
- 6 Velg ✓.

Redigere posisjoner

- 1 Velg **Hvor skal du?** > **Lagrede posisjoner**.
- 2 Velg en posisjon.
- 3 Velg informasjonslinjen øverst i skjermbildet.
- 4 Velg ✎.
- 5 Velg et attributt.
Velg for eksempel Endre høyde for å angi en kjent høyde for posisjonen.
- 6 Angi den nye informasjonen, og velg ✓.

Slette en posisjon

- 1 Velg **Hvor skal du?** > **Lagrede posisjoner**.
- 2 Velg en posisjon.
- 3 Velg posisjonsinformasjonen øverst i skjermbildet.
- 4 Velg ✎ > **Slett posisjon** > ✓.

Løyper

Du kan sende en løype fra Garmin Connect kontoen til enheten. Når den er lagret på enheten, kan du navigere løypen på enheten. Du kan også opprette og lagre en egenfinert løype direkte på enheten.

Du kan følge en lagret løype rett og slett fordi det er en god løype. Du kan for eksempel lagre og følge en sykkelvennlig vei til jobben.

Planlegge og sykle en løype

Du kan opprette og sykle etter en tilpasset løype. En løype er en serie av veipunkter eller posisjoner som fører deg til den endelige destinasjonen.

1 Velg **Løyper** > **Lag løype** > **Legg til første posisjon**.

2 Velg et alternativ:

- Hvis du vil vise den gjeldende posisjonen din på kartet, velger du **Gjeldende posisjon**.
- Hvis du vil velge en lagret posisjon, velger du **Lagret** og velger en posisjon.
- Hvis du vil velge en posisjon du nylig har søkt etter, velger du **Nylige treff** og velger en posisjon.
- Hvis du vil velge en posisjon på kartet, velger du **Bruk kart** og velger en posisjon.
- Hvis du vil bla gjennom og velge et punkt av interesse, velger du **POI-kategorier** og velger et punkt av interesse i nærheten.
- Hvis du vil velge en by, velger du **Byer** og velger en by i nærheten.
- Hvis du vil velge en adresse, velger du **Adresser** og angir adressen.
- Hvis du vil velge et veikryss, velger du **Veikryss** og angir gatenavnene.
- Hvis du vil bruke koordinater, velger du **Koordinater** og angir koordinatene.

3 Velg **Bruk**.

TIPS: Du kan velge en annen posisjon på kartet og velge **Bruk** for å fortsette å legge til posisjoner.

4 Velg **Legg til neste posisjon**.

5 Gjenta trinn 2–4 til du har valgt alle posisjonene for løypen.

6 Velg **Se på kart**.

Enheten beregner ruten og viser et kart over ruten når den er klar.

TIPS: Du kan velge  for å vise et stigningsplott for ruten.

7 Velg **Kjør**.

Følge en løype fra Garmin Connect

Før du kan laste ned en løype fra Garmin Connect, må du ha en Garmin Connect konto ([Garmin Connect](#), side 17).

1 Velg et alternativ:

- Åpne Garmin Connect Mobile-appen.
- Gå til connect.garmin.com.

2 Opprett en ny løype, eller velg en eksisterende løype.

3 Velg **Send til enhet**.

4 Følg instruksjonene på skjermen.

5 På Edge enheten velger du **Løyper** > **Lagrede løyper**.

6 Velg løypen.

7 Velg **Kjør**.

Opprette og sykle en rundturløype

Enheten kan opprette en rundturløype basert på en bestemt avstand, startposisjon og navigasjonsretning.

- 1 Velg **Løyper** > **Løype med rundreise**.
- 2 Velg **Distanse**, og angi totalavstanden for løypen.
- 3 Velg **Startposisjon**.
- 4 Velg et alternativ:
 - Hvis du vil vise den gjeldende posisjonen din på kartet, velger du **Gjeldende posisjon**.
 - Hvis du vil velge en posisjon på kartet, velger du **Bruk kart** og velger en posisjon.
 - Hvis du vil velge en lagret posisjon, velger du **Lagrede posisjoner** og deretter en posisjon.
 - Når du skal bla gjennom og velge et interessepunkt, velger du **Søkeverktøy** > **POI-kategorier** og deretter et interessepunkt i nærheten.
 - Hvis du vil velge en by, velger du **Søkeverktøy** > **Byer** og deretter en by i nærheten.
 - Når du vil velge en adresse, velger du **Søkeverktøy** > **Adresser** og angir adressen.
 - Når du vil velge et veikryss, velger du **Søkeverktøy** > **Veikryss** og angir gatenavnene.
 - Når du vil bruke koordinater, velger du **Søkeverktøy** > **Koordinater** og angir koordinatene.
- 5 Velg **Startretning** og deretter en retning.
- 6 Velg **Søk**.

TIPS: Du kan velge  for å søke igjen.
- 7 Velg en løype for å vise den på kartet.

TIPS: Du kan velge  og  for å vise de andre løypene.
- 8 Velg **Kjør**.

Løpetips

- Bruk svingveiledning ([Løypealternativer](#), side 10).
- Hvis du tar med oppvarming, velger du  for å begynne løypen og varmer opp som vanlig.
- Sørg for at du holder deg utenfor løypen når du varmer opp.

Når du er klar til å begynne, setter du kursen mot løypen. Når du befinner deg innenfor løypen, vises en melding.
- Bla til kartet for å vise løypekartet.

Det vises en melding hvis du beveger deg utenfor løypen.

Vise løypedetaljer

- 1 Velg **Løyper** > **Lagrede løyper**.
- 2 Velg en løype.
- 3 Velg et alternativ:
 - Velg **Sammendrag** for å se detaljer om løypen.
 - Velg **Kart** for å vise løypen på kartet.
 - Velg **Høyde** for å vise et stigningsplott for løypen.
 - Velg **Runder** for å velge en runde og vise ekstra informasjon om hver runde.

Vise en løype på kartet

Du kan tilpasse hvordan hver løype som er lagret på enheten, vises på kartet. Du kan for eksempel angi at veien til jobben alltid vises i gult på kartet. Du kan angi at en alternativ rute skal vises i grønt. På denne måten kan du se løypene mens du kjører uten at du trenger å følge eller navigere etter en bestemt løype.

- 1 Velg **Løyper** > **Lagrede løyper**.
- 2 Velg løypen.
- 3 Velg **Innstillinger**.
- 4 Velg **Vis alltid** for å vise løypen på kartet.
- 5 Velg **Farge**, og velg en farge.
- 6 Velg **Løypepunkter** for å vise løypepunkter på kartet.

Neste gang du kjører i nærheten av løypen, vises den på kartet.

Stoppe en løype

- 1 Bla til kartet.
- 2 Velg  > .

Slette en løype

- 1 Velg **Løyper** > **Lagrede løyper**.
- 2 Velg en løype.
- 3 Velg  > .

Løypealternativer

Velg **Løyper** > **Lagrede løyper** > .

Svingveiledning: Aktiverer eller deaktiverer svingvarsler.

Ute av kurs varsler: Varsler deg hvis du beveger deg utenfor løypen.

Søk: Gjør det mulig å søke etter lagrede løyper ved navn.

Filtrer: Gjør det mulig å filtrere etter løypetype, for eksempel Strava™ løyper.

Slett: Gjør det mulig å slette alle løyper eller flere lagrede løyper på enheten.

Kartinnstillinger

Velg  > **Kjøreturinnstillinger** > **Kart**.

Orientering: Angir hvordan kartet vises på siden.

Autozoom: Velger automatisk et zoomnivå for kartet. Når Av er valgt, må du zoome inn eller ut manuelt.

Veiledningstekst: Angir når de detaljerte navigasjonsmeldingene skal vises (krever rutbare kart).

Kartsynlighet: Her kan du konfigurere avanserte kartfunksjoner.

Kartinformasjon: Aktiverer eller deaktiverer kartene som er lastet inn på enheten for øyeblikket.

Endre kartorienteringen

- 1 Velg  > **Kjøreturinnstillinger**.
- 2 Velg **Kart** > **Orientering**.
- 3 Velg et alternativ:
 - Velg **Nord opp** for å vise nord øverst på siden.
 - Velg **Spor opp** for å vise gjeldende reiseretning øverst på siden.
 - Velg **3D-modus** for å vise kartet tredimensjonalt.

Ruteinnstillinger

Velg  > **Kjøreturinnstillinger** > **Ruting**.

Popularitetsruting: Beregner ruter basert på de mest populære sykkelturene i Garmin Connect.

Metode for ruting: Angir transportmetoden for å optimalisere ruten.

Beregningsmetode: Angir metoden som brukes til å beregne ruten.

Lås på vei: Låser posisjonsikonet, som representerer posisjonen din på kartet, på den nærmeste veien.

Oppsett for unngåelse: Angir veitypene som skal unngås under navigasjon.

Omberegning: Beregner automatisk ruten på nytt hvis du avviker fra den.

Bluetooth tilkoblede funksjoner

Edge enheten har Bluetooth tilkoblede funksjoner for compatible smarttelefoner eller treningsenheter. Enkelte funksjoner krever at du installerer Garmin Connect Mobile-appen på smarttelefonen. Du finner mer informasjon på www.garmin.com/intosports/apps.

MERK: Du må koble enheten til smarttelefonen med Bluetooth for at du skal kunne benytte deg av enkelte funksjoner.

LiveTrack: Gjør det mulig for venner og familie å følge løpene og treningsaktivitetene dine i sanntid. Du kan invitere følgere med e-post eller sosiale medier, slik at de kan følge sanntidsdataene dine på en sporingsside for Garmin Connect.

GroupTrack: Gir deg mulighet til å spore de andre personene i gruppen din ved å bruke LiveTrack direkte på skjermen og i sanntid. Du kan sende forhåndsdefinerte meldinger til andre syklistere i GroupTrack-økten som har en kompatibel Edge enhet.

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

Last ned løyper fra Garmin Connect: Gjør det mulig å søke etter løyper på Garmin Connect ved hjelp av smarttelefonen og sende dem til enheten.

Samhandling med sosiale medier: Gjør det mulig å publisere oppdateringer til sosiale medier når du laster opp en aktivitet til Garmin Connect.

Væroppdateringer: Sender værforhold og -varsler i sanntid til enheten.

Varsler: Viser telefonvarsler og meldinger på enheten.

Meldinger: Gjør det mulig å svare på et innkommende anrop eller en tekstmelding med en forhåndsdefinert tekstmelding. Denne funksjonen er tilgjengelig med compatible Android™ smarttelefoner.

Hendelsesregistrering: Gjør det mulig for Garmin Connect Mobile-appen å sende meldinger til nødkontaktene dine hvis Edge enheten registrerer en hendelse.

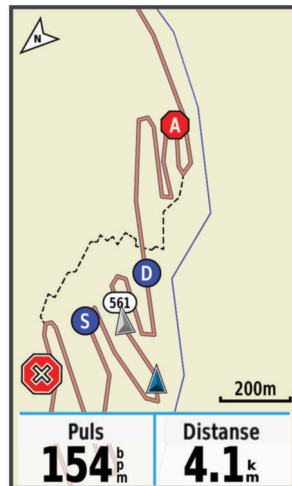
Assistent: Gjør det mulig å bruke Garmin Connect Mobile-appen til å sende en automatisert tekstmelding med navnet ditt og GPS-posisjonen din til nødkontakter.

Starte en GroupTrack økt

Før du kan starte en GroupTrack økt, må du ha parkoblet enheten din med en smarttelefon som har Garmin Connect Mobile-appen ([Parkoble smarttelefonen, side 1](#)).

Under sykkelturner kan du se syklistene i GroupTrack økten din på kartet.

- 1 På Edge enheten velger du  > **Tilkoblede funksjoner** > **GroupTrack** for å gjøre det mulig å se kontakter på kartskjermbildet.
- 2 I innstillingsmenyen på Garmin Connect mobilappen velger du **LiveTrack** > **GroupTrack**.
- 3 Velg **Synlig for** > **Alle kontakter**.
MERK: Hvis du har mer enn én kompatibel enhet, må du velge en enhet for GroupTrack økten.
- 4 Velg **Start LiveTrack**.
- 5 Velg  på Edge enheten, og sykle av gårde.
- 6 Bla til kartskjermbildet for å vise kontaktene dine.



Du kan trykke på ikonet på kartet for å vise informasjon om posisjon og kurs for de andre personene i GroupTrack økten.

- 7 Bla til GroupTrack listen.
Du kan velge en syklist fra listen, slik at syklisten vises midt på kartet.

Tips for GroupTrack økter

GroupTrack funksjonen gir deg mulighet til å spore de andre personen i gruppen din ved å bruke LiveTrack direkte på skjermen. Alle personene i gruppen må være kontakter i Garmin Connect kontoen din.

- Sykle utendørs med GPS.
- Du kan parkoble Edge Explore enheten med smarttelefonen med Bluetooth teknologi.
- I innstillingsmenyen på Garmin Connect mobilappen velger du **Kontakter** for å oppdater listen over personer for GroupTrack økten.
- Kontroller at alle kontaktene dine parkobler med smarttelefonene deres og starter en LiveTrack økt i Garmin Connect Mobile -appen.
- Kontroller at alle kontaktene dine er innenfor en rekkevidde på 40 km (eller 25 mi).
- Du kan bla til kartet for å vise kontaktene dine under en GroupTrack økt.
- Du må slutte å sykle før du kan vise informasjon om posisjon og kurs for de andre personene i GroupTrack økten.

Hendelsesregistrering og assistansefunksjoner

Hendelsesregistrering

FORSIKTIG

Hendelsesregistrering er en tilleggsfunksjon, og er utformet for bruk på veien. Hendelsesregistrering skal ikke brukes som eneste måte å tilkalle nødhjelp på. Garmin Connect Mobile-appen kontakter ikke nødtjenester på dine vegne.

Når Edge enheten registrerer en hendelse, og hvis GPS er aktivert, kan Garmin Connect Mobile-appen sende en automatisk tekstmelding og e-post med navnet ditt og GPS-posisjonen din til nødkontaktene dine.

Det vises en melding på enheten og den parkoblede smarttelefonen din om at nødkontaktene dine blir kontaktet etter 30 sekunder. Hvis du ikke trenger hjelp, kan du avbryte den automatiske nødmeldingen.

Før du kan aktivere hendelsesregistrering på enheten din, må du angi nødkontaktinformasjon i Garmin Connect Mobile-appen. Den parkoblede smarttelefonen din må ha et mobilabonnement med datatrafikk og befinne seg i et område med datadekning. Nødkontaktene dine må kunne motta tekstmeldinger (standardpriser for tekstmeldinger kan gjelde).

Assistent

FORSIKTIG

Assistanse er en tilleggsfunksjon, og den skal ikke brukes som eneste måte å tilkalle nødhjelp på. Garmin Connect Mobile-appen kontakter ikke nødtjenester på dine vegne.

Når Edge enheten med GPS aktivert er koblet til Garmin Connect Mobile-appen, kan du sende en automatisert tekstmelding med navn og GPS-posisjon til nødkontaktene dine.

Før du kan aktivere assistansefunksjonen på enheten din, må du angi nødkontaktinformasjon i Garmin Connect Mobile-appen. Den Bluetooth parkoblede smarttelefonen din må ha et mobilabonnement med datatrafikk og befinne seg i et område med datadekning. Nødkontaktene dine må kunne motta tekstmeldinger (standardpriser for tekstmeldinger kan gjelde).

På enheten vises en melding som sier at kontaktene dine blir informert etter at en nedtelling er fullført. Hvis du ikke trenger hjelp, kan du avbryte meldingen.

Konfigurere hendelsesregistrering og assistansefunksjoner

- 1 Installer og åpne Garmin Connect Mobile-appen fra appbutikken på smarttelefonen.
- 2 Parkoble smarttelefonen med enheten ([Parkoble smarttelefonen, side 1](#)).
- 3 Gå til appinnstillingene i Garmin Connect Mobile-appen, velg **Nødkontakter**, og angi førerinformasjonen og nødkontakter.

De valgte kontaktene mottar en melding som identifiserer dem som nødkontakter.

MERK: Når du angir en nødkontakt, aktiveres hendelsesregistrering automatisk på enheten.

- 4 Aktiver GPS på Edge enheten ([Aktivere eller deaktivere GPS, side 23](#)).

Vise nødkontakter

Før du kan vise nødkontakter på enheten, må du konfigurere informasjon om syklisten og nødkontakter i Garmin Connect Mobile-appen.

Velg  > **Tilkoblede funksjoner** > **Kontakter**.

Navnene og telefonnumrene til nødkontaktene vises.

Be om hjelp

Før du kan be om assistanse, må du aktivere GPS på Edge enheten.

- 1 Hold nede  i fire sekunder for å aktivere assistansefunksjonen.
Enheten piper og sender meldingen når nedtellingen på fem sekunder er fullført.
- 2 Hvis det er nødvendig, velger du **Send** for å sende meldingen umiddelbart.

Slå hendelsesregistrering av og på

Velg  > Tilkoblede funksjoner > Hendelsesreg..

Avbryte en automatisk melding

Når en hendelse registreres av enheten, kan du avbryte den automatiske nødmeldingen fra enheten eller den parkoblede smarttelefonen før meldingen sendes til nødkontaktene.

Velg **Avbryt** >  før den 30 sekunder lange nedtellingen når 0.

Sende en statusoppdatering etter en hendelse

Før du kan sende en statusoppdatering til nødkontaktene, må enheten registrere en hendelse og sende en automatisk nødmelding til nødkontaktene.

Du kan sende en statusoppdatering til nødkontaktene for å melde at du ikke trenger hjelp.

- 1 Sveip nedover fra toppen av skjermbildet, og skyv til venstre eller høyre for å vise styringswidgetene.
- 2 Velg **Hendelse oppdaget** > **Jeg er OK**.

En melding sendes til alle nødkontakter.

Trådløse sensorer

Enheten kan brukes med trådløse ANT+® eller Bluetooth sensorer. Hvis du vil ha mer informasjon om kompatibilitet og kjøp av sensorer (tilleggsutstyr), kan du gå til buy.garmin.com.

Parkoble trådløse sensorer

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

Parkobling vil si å koble trådløse ANT+ eller Bluetooth sensorer, for eksempel en pulsmåler, sammen med Garmin® enheten.

- 1 Sørg for at enheten er innenfor rekkevidden til sensoren (3 m (10 fot)).
MERK: Stå 10 meter (33 fot) unna andre sensorene til andre syklistene når du skal parkoble enhetene.

- 2 Velg  > **Sensorer** > **Legg til sensor**.

- 3 Velg et alternativ:

- Velg en sensortype.
- Velg **Søk på alle** for å søke etter alle sensorer i nærheten.

Det vises en liste over tilgjengelige sensorer.

- 4 Velg én eller flere enheter du vil pare med enheten.

- 5 Velg **Legg til**.

Når sensoren er paret med enheten, vises sensorens status som Tilkoblet. Du kan tilpasse et datafelt til å vise sensordata.

Angi pulssoner

Enheten benytter informasjonen i brukerprofilen i det første oppsettet for å bestemme pulssonene. Du kan justere pulssonene manuelt etter treningsmålene dine ([Treningsmål, side 15](#)). Du bør stille inn maksimal puls, hvilepuls og pulssoner for å få mest mulig nøyaktige kalordata under aktiviteten.

- 1 Velg  > **Min statistikk** > **Treningssoner** > **Pulssoner**.
- 2 Angi verdier for maksimal puls og hvilepuls.
Soneverdiene oppdateres automatisk, men du kan også redigere hver verdi manuelt.
- 3 Velg **Basert på**:
- 4 Velg et alternativ:
 - Velg **BPM** for å vise og redigere sonene i slag per minutt.
 - Velg % **maksimum** for å vise og redigere sonene som en prosentandel av din maksimale puls.
 - Velg % **pulsreserve** for å se og redigere sonene som prosentandeler av pulsreserven din (makspuls minus hvilepuls).

Om pulssoner

Mange idrettsutøvere bruker pulssoner til å måle og øke den kardiovaskulære styrken og forbedre formen. En pulssone er et definert intervall over hjerteslag per minutt. De fem vanlige pulssonene er nummerert fra 1 til 5 etter hvor høy intensiteten er. Pulssoner beregnes som regel basert på prosentandeler av den maksimale pulsen din.

Treningsmål

Hvis du kjenner til pulssonene dine, kan du enklere måle og forbedre formen din ved å forstå og følge de følgende prinsippene.

- Pulsen gir en god indikasjon på intensiteten på treningsøkten.
- Ved å trene i bestemte pulssoner kan du forbedre den kardiovaskulære kapasiteten og styrken din.

Hvis du vet hva makspulsen din ligger på, kan du bruke tabellen ([Pulssoneberegninger, side 28](#)) for å finne frem til den beste pulssonen for treningsmålene dine.

Hvis du ikke vet hva makspulsen din ligger på, kan du bruke en av kalkulatorene som finnes på Internett. Enkelte treningssentre tilbyr en test som måler maksimal puls. Standard maksimal puls er 220 minus alderen din.

Situasjonsoppfattelse

Edge enheten kan brukes med Varia™ smartsykkelys og bakspeilradar for å gi en bedre situasjonsoppfattelse. Du finner mer informasjon i brukerveiledningen for Varia enheten.

MERK: Det kan hende du må oppdatere Edge programvaren før du parkobler Varia enheter ([Oppdater programvaren ved hjelp av Garmin Express, side 26](#)).

Logg

Loggen omfatter tid, avstand, kalorier, hastighet, rundedata, høyde og informasjon fra sensorer med ANT+ (tilleggsutstyr).

MERK: Det registreres ikke oppføringer til loggen så lenge tidtakeren er stanset eller satt på pause.

Det vises en melding når enhetsminnet er fullt. Enheten sletter eller overskriver ikke loggen automatisk. Last regelmessig opp loggen til Garmin Connect for å holde oversikt over alle turdataene.

Vise turen

- 1 Velg  > **Historikk** > **Turer**.
- 2 Velg en tur.
- 3 Velg et alternativ.

Vise totalverdier for data

Du kan vise oppsamlede data som er lagret på enheten, inkludert antall turer, tid, avstand og kalorier.

Velg  > **Historikk** > **Totalverdier**.

Slett totalverdier for data

1 Velg  > **Historikk** > **Totalverdier**.

2 Velg et alternativ:

- Velg  for å slette alle datatotaler fra loggen.
- Velg en aktivitetsprofil der oppsamlede totalverdier for data skal slettes for en enkelt profil.

MERK: Dette sletter ingen lagrede aktiviteter.

3 Velg .

Slette en tur

1 Velg  > **Historikk** > **Turer**.

2 Velg en tur.

3 Velg  > **Slett** > .

Personlige rekorder

Når du har fullført en tur, viser enheten eventuelle nye personlige rekorder som ble oppnådd under turen.

Personlige rekorder omfatter raskeste tid for en standardavstand, lengste tur og høyeste stigning under en tur.

Vise personlige rekorder

Velg  > **Min statistikk** > **Personlige rekorder**.

Gjenopprette en personlig rekord

Du kan tilbakestille personlige rekorder til en tidligere registrert rekord.

1 Velg  > **Min statistikk** > **Personlige rekorder**.

2 Velg rekorden du vil gjenopprette.

3 Velg **Tidligere rekord** > .

MERK: Dette sletter ingen lagrede aktiviteter.

Slette en personlig rekord

1 Velg  > **Min statistikk** > **Personlige rekorder**.

2 Velg en personlig rekord.

3 Velg  > .

Garmin Connect

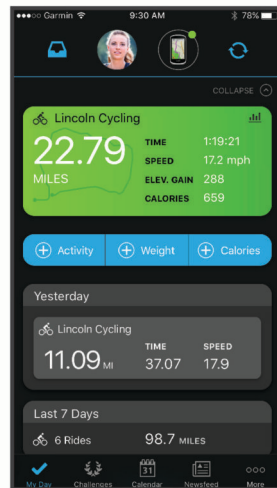
Du kan komme i kontakt med venner på Garmin Connect. Garmin Connect gir dere verktøy for sporing, analyse, deling og mulighet til å oppmuntre hverandre. Loggfør hendelsene i en aktiv livsstil, inkludert løpeturer, gåturer, sykkelture, svømming, villmarksturer, triatlon med mer.

Du kan opprette en gratis Garmin Connect konto når du parkobler enheten med telefonen ved hjelp av Garmin Connect Mobile-appen, eller du kan gå til connect.garmin.com.

Lagre aktivitetene dine: Når du har fullført og lagret en aktivitet med enheten, kan du laste opp denne aktiviteten til Garmin Connect hvor du kan beholde den så lenge du ønsker.

Analyser data: Du kan vise mer detaljert informasjon om aktiviteten, inkludert tid, avstand, høyde, puls, forbrente kalorier, pedalfrekvens, kart sett ovenfra, tempo- og hastighetsdiagrammer og egendefinerbare rapporter.

MERK: Enkelte data krever ekstra tilbehør, for eksempel en pulsmåler.



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

Sende turen din til Garmin Connect

- Synkroniser Edge enheten med Garmin Connect Mobile-appen på smarttelefonen.
- Bruk USB-kabelen som fulgte med Edge enheten til å sende turdata til Garmin Connect kontoen din på datamaskinen.

Databehandling

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

Koble enheten til datamaskinen

LES DETTE

Tørk godt av USB-porten, gummiheften og området rundt før du lader enheten eller kobler den til en datamaskin. På denne måten kan du forhindre korrosjon.

- 1 Ta av gummiheften på USB-porten.
- 2 Koble den lille enden av USB-kabelen til USB-porten.
- 3 Koble den store enden av USB-kabelen til en USB-port på datamaskinen.
Enheten vises som en flyttbar stasjon i Min datamaskin i Windows og som et aktivert volum i Mac.

Overføre filer til enheten

- 1 Koble enheten til datamaskinen.

På Windows vises enheten som en flyttbar stasjon eller en bærbar enhet. På Mac vises enheten som en tilkoblet stasjon.

MERK: Noen datamaskiner med flere nettverksstasjoner viser kanskje ikke stasjoner for enheten riktig. Du finner mer informasjon om hvordan du tilordner stasjonen, i dokumentasjonen for operativsystemet.

- 2 Åpne filleseren på datamaskinen.
- 3 Velg en fil.
- 4 Velg **Rediger > Kopier**.
- 5 Åpne den bærbare enheten, stasjonen eller volumet for enheten.
- 6 Bla til en mappe.
- 7 Velg **Rediger > Lim inn**.

Filen vises i listen over filer i minnet på enheten.

Slette filer

LES DETTE

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

- 1 Åpne **Garmin** stasjonen eller -volumet.
- 2 Åpne om nødvendig en mappe eller et volum.
- 3 Velg en fil.
- 4 Trykk på **Delete**-tasten på tastaturet.

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

Koble fra USB-kabelen

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

- 1 Gjør ett av følgende:
 - I Windows velger du ikonet **Trygg fjerning av maskinvare** i systemstatusfeltet og velger deretter enheten.
 - Du velger enheten, og deretter velger du **Fil > Løs ut** for Apple datamaskiner.
- 2 Koble kabelen fra datamaskinen.

Tilpasse enheten

Connect IQ Nedlastbare funksjoner

Du kan legge til Connect IQ funksjoner på enheten fra Garmin og andre leverandører ved hjelp av programmet Connect IQ Mobile.

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

Widgets: Få oversiktlig informasjon, inkludert sensordata og varsler.

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

Laste ned Connect IQ funksjoner ved hjelp av datamaskinen

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

Konfigurere brukerprofilen

Du kan oppdatere innstillingene for kjønn, alder, vekt og høyde. Enheten bruker denne informasjonen til å beregne nøyaktige turdata.

- 1 Velg  > **Min statistikk** > **Brukerprofil**.
- 2 Velg et alternativ.

Oppdatere turinnstillingene

- 1 Velg  > **Kjøreturinnstillinger**.
- 2 Velg et alternativ:
 - Velg **Dataskjermer** for å tilpasse dataskjermbildene og datafeltene (*Redigere et dataskjermbilde, side 20*).
 - Velg **Varsler** for å tilpasse treningsvarslene (*Varsler, side 20*).
 - Velg **Automatiske funksjoner** > **Auto Lap** for å angi hvordan runder skal utløses (*Markere runder etter posisjon, side 21*).
 - Velg **Automatiske funksjoner** > **Automatisk dvale** for å aktivere dvalemodus automatisk når enheten ikke har blitt brukt på fem minutter (*Bruke automatisk dvalemodus, side 21*).
 - Velg **Automatiske funksjoner** > **Auto Pause** for å endre når tidtakeren stanser midlertidig (*Bruke Auto Pause, side 22*).
 - Velg **Automatiske funksjoner** > **Bla automatisk** for å tilpasse visningen av treningsdatasidene når tidtakeren er i gang (*Bruke Bla automatisk, side 22*).
 - Velg **Startmodus for tidtaker** for å tilpasse hvordan enheten registrerer begynnelsen av en tur og starter tidtakeren automatisk (*Starte tidtakeren automatisk, side 22*).
 - Velg **Navigasjonsmeldinger** for å vise avanserte retningsanvisninger som tekst eller på kartet.
 - Velg **Kart** for å tilpasse kartinnstillingene (*Kartinnstillinger, side 10*).
 - Velg **Ruting** for å tilpasse ruteinnstillingene (*Ruteinnstillinger, side 11*).

Alle endringer lagres i turinnstillingene.

Legge til et dataskjermbilde

- 1 Velg  > **Kjøreturinnstillinger**.
- 2 Velg **Dataskjermer** > **Legg til ny** > **Dataskjermbilde**.
- 3 Velg en kategori og deretter ett eller flere datafelt.
- 4 Velg .
- 5 Velg et alternativ.
 - Velg en annen kategori for å velge flere datafelt.
 - Velg .
- 6 Velg  eller  for å endre oppsettet.
- 7 Velg .
- 8 Velg et alternativ.
 - Trykk to ganger på et datafelt for å endre det.
 - Trykk først på et datafelt og deretter på en annet datafelt for å bytte om på dem.
- 9 Velg .

Redigere et dataskjerm bilde

- 1 Velg  > **Kjøreturinnstillinger**.
- 2 Velg **Dataskjermer**.
- 3 Velg et dataskjerm bilde.
- 4 Velg **Oppsett og datafelter**.
- 5 Velg en kategori, velg datafeltene du vil legge til eller fjerne, og velg deretter  > .
- 6 Velg  eller  for å endre oppsettet.
- 7 Velg .
- 8 Velg et alternativ.
 - Trykk to ganger på et datafelt for å endre det.
 - Trykk først på et datafelt og deretter på en annet datafelt for å bytte om på dem.
- 9 Velg .

Flytte dataskjerm bilder

- 1 Velg  > **Kjøreturinnstillinger**.
- 2 Velg **Dataskjermer** > .
- 3 Velg et dataskjerm bilde.
- 4 Velg  eller .
- 5 Velg .

Varsler

Du kan bruke varsler til å trene mot bestemte mål når det gjelder tid, avstand, kalorier, puls og pedalfrekvens.

Angi områdevarsler

Du kan angi områdevarsler hvis du har en valgfri pulsmåler eller pedalfrekvenssensor. Et områdevarsel varsler deg når enhetsmålingene er over eller under et angitt verdiområde. Du kan for eksempel konfigurere enheten slik at den varsler deg når pulsen er under 90 BPM og over 160 BPM ([Angi pulssoner, side 15](#)).

- 1 Velg  > **Kjøreturinnstillinger** > **Varsler**.
- 2 Velg **Pulsvarsel** eller **Pedalfrekvensvarsel**.
- 3 Slå på varselet om nødvendig.
- 4 Velg verdier for minimum og maksimum, eller velg soner.
- 5 Velg eventuelt .

Det vises en melding hver gang du går over eller under området som er angitt. Enheten piper hvis du har slått på toner ([Slå enhetstoner på og av, side 24](#)).

Angi et regelmessig varsel

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

- 1 Velg  > **Kjøreturinnstillinger**.
- 2 Velg **Varsler**.
- 3 Velg en varseltype.
- 4 Slå på varselet.
- 5 Angi en verdi.
- 6 Velg .

Det vises en melding hver gang du når verdien for varselet. Enheten piper hvis du har slått på toner ([Slå enhetstoner på og av, side 24](#)).

Auto Lap

Markere runder etter posisjon

Du kan bruke Auto Lap til å markere runden automatisk ved en bestemt posisjon. Denne funksjonen er til god hjelp når du vil sammenligne ytelsen din over forskjellige deler av turen (for eksempel en lang stigning eller når du trener sprint). Du kan bruke alternativet Etter posisjon langs løypen for å utløse runder ved alle rundeposisjonene som er lagret på løypen.

- 1 Velg  > **Kjøreturinnstillinger**.
- 2 Velg **Automatiske funksjoner > Auto Lap > Auto Lap-utløser > Etter posisjon > Runde ved**.
- 3 Velg et alternativ:
 - Velg **Bare LAP-trykk** for å utløse rundetelleren hver gang du velger , og hver gang du passerer en av disse posisjonene igjen.
 - Velg **Start og Lap** for å utløse rundetelleren ved GPS-posisjonen der du velger , og hvor som helst i løpet av løpeturen der du velger .
 - Velg **Marker og Lap** for å utløse rundetelleren ved en bestemt GPS-posisjon som er merket før turen, og hvor som helst under turen der du velger .
- 4 Tilpass eventuelt rundedatafeltene ([Redigere et dataskjerm bilde, side 20](#)).

Markere runder etter avstand

Du kan bruke funksjonen Auto Lap til å markere en runde ved en bestemt avstand automatisk. Denne funksjonen er til god hjelp for å sammenligne ytelsen din under forskjellige deler av turen (for eksempel etter hver 40. kilometer eller 10. mile).

- 1 Velg  > **Kjøreturinnstillinger**.
- 2 Velg **Automatiske funksjoner > Auto Lap > Auto Lap-utløser > Etter distanse > Runde ved**.
- 3 Angi en verdi.
- 4 Tilpass eventuelt rundedatafeltene ([Redigere et dataskjerm bilde, side 20](#)).

Markere runder etter tid

Du kan bruke Auto Lap funksjonen til å automatisk markere en runde etter en bestemt tid. Denne funksjonen er til god hjelp for å sammenligne ytelsen din under forskjellige deler av turen (for eksempel etter hvert 20. minutt).

- 1 Velg  > **Kjøreturinnstillinger**.
- 2 Velg **Automatiske funksjoner > Auto Lap > Auto Lap-utløser > Etter tid > Runde ved**.
- 3 Angi en verdi.
- 4 Tilpass eventuelt rundedatafeltene ([Redigere et dataskjerm bilde, side 20](#)).

Bruke automatisk dvalemodus

Du kan bruke funksjonen Automatisk dvale til å aktivere dvalemodus automatisk når enheten ikke har blitt brukt på fem minutter. Under dvalemodus slås skjermen av, og ANT+ sensoren, Bluetooth og GPSen kobles fra.

- 1 Velg  > **Kjøreturinnstillinger**.
- 2 Velg **Automatiske funksjoner > Automatisk dvale**.

Bruke Auto Pause

Du kan bruke funksjonen Auto Pause® til å sette tidtakeren på pause automatisk når du slutter å bevege deg, eller når hastigheten faller under en bestemt verdi. Denne funksjonen er nyttig hvis turen omfatter trafikklys eller andre steder der du må senke farten eller stoppe.

MERK: Det registreres ikke oppføringer til loggen så lenge tidtakeren er stanset eller satt på pause.

- 1 Velg  > **Kjøreturinnstillinger**.
- 2 Velg **Automatiske funksjoner** > **Auto Pause**.
- 3 Velg et alternativ:
 - Velg **Når stoppet** for å sette tidtakeren på pause automatisk når du slutter å bevege deg.
 - Velg **Tilpasset hastighet** for å sette tidtakeren på pause automatisk når hastigheten faller under en bestemt verdi.
- 4 Tilpass eventuelt valgfrie datafelt for tid ([Redigere et dataskjerm bilde, side 20](#)).

Bruke Bla automatisk

Du kan bruke funksjonen Bla automatisk til å bla gjennom alle treningsdataskjerm bildene automatisk mens tidtakeren er i gang.

- 1 Velg  > **Kjøreturinnstillinger**.
- 2 Velg **Automatiske funksjoner** > **Bla automatisk**.
- 3 Velg en visningshastighet.

Starte tidtakeren automatisk

Denne funksjonen oppdager automatisk når enheten har innhentet satellitter og er i bevegelse. Den starter aktivitetstidtakeren eller er en påminnelse om at du må starte tidtakeren, slik at du kan registrere data for turen.

- 1 Velg  > **Kjøreturinnstillinger**.
- 2 Velg **Startmodus for tidtaker**.
- 3 Velg et alternativ:
 - Velg **Manuelt** og deretter  for å starte aktivitetstidtakeren.
 - Velg **Etterspørsel** for å vise en visuell påminnelse når du når hastigheten for startvarsel.
 - Velg **Automatisk** for å starte aktivitetstidtakeren automatisk når du når starthastigheten.

Telefoninnstillinger

Velg  > **Tilkoblede funksjoner** > **Telefon**.

Aktiver: Aktiverer trådløs Bluetooth teknologi.

MERK: Andre innstillinger for Bluetooth vises bare når trådløs Bluetooth teknologi er aktivert.

Enhetsnavn: Gjør det mulig å angi et enhetsnavn som identifiserer enhetene dine med Bluetooth.

Par smarttelefon: Kobler enheten til en kompatibel smarttelefon med Bluetooth. Denne innstillingen gjør at du kan bruke Bluetooth tilkoblede funksjoner, inkludert LiveTrack og aktivitetsopplasting til Garmin Connect.

Anrops- og SMS-varslere: Gjør det mulig å aktivere telefonvarsler fra en kompatibel smarttelefon.

Tapte anrop og tekstmeldinger: Viser tapte anrop fra en kompatibel smarttelefon.

Signatur for tekstsvar: Aktiverer signaturer i tekstmeldinger du sender.

Gjestemodus

Gjestemodusfunksjonen gjør at du kan begrense de tilgjengelige funksjonene og innstillingene før du deler enheten med en gjestebroker.

Aktivere gjestemodus

- 1 Velg  > **Gjestemodus** > **Aktiver**.
- 2 Velg et alternativ:
 - Hvis du vil aktivere gjestemodus og trenger en kode for å deaktivere den, velger du  og skriver inn en firesifret kode. Deretter velger du .
 - Hvis du vil aktivere gjestemodus uten noen kode, velger du .Enheten begrenser innstillingene som er tilgjengelige for tilpasning.

Deaktivere gjestemodus

- 1 Velg  > **Gjestemodus** > **Aktiver**.
- 2 Skriv om nødvendig inn den firesifrede koden, og velg .
- MERK:** Hvis du skriver inn feil kode tre ganger, blir du bedt om å skrive inn den universale koden for opplåsing: Garmin.
- 3 Velg et alternativ:
 - Velg  for å gjenopprette enhetsinnstillingene som ble brukt før gjestemodus ble aktivert.
 - Velg  for å beholde enhetsinnstillingene som ble brukt da gjestemodus var aktivert.

Systeminnstillinger

Velg  > **System**.

- GPS-innstillinger ([Aktivere eller deaktivere GPS, side 23](#))
- Fargeinnstillinger ([Endre fargen på detaljer, side 23](#))
- Skjerminnstillinger ([Skjerminnstillinger, side 23](#))
- Innstillinger for dataregistrering ([Innstillinger for dataregistrering, side 24](#))
- Innstillinger for enheter ([Endre måleenhetene, side 24](#))
- Innstillinger for toner ([Slå enhetstoner på og av, side 24](#))
- Språkinnstillinger ([Endre enhetsspråk, side 24](#))

Aktivere eller deaktivere GPS

Du kan slå av GPS når du trener innendørs for å spare batterilevetid.

Velg  > **System** > **GPS-modus**.

Endre fargen på detaljer

Du kan endre fargen på detaljer på enheten.

- 1 Velg  > **System** > **Farge**.
- 2 Velg en farge for detaljene.

Skjerminnstillinger

Velg  > **System** > **Skjerm**.

Lysstyrke: Angir lysstyrken på bakgrunnslyset.

Tidsavb. bak.lys: Angir hvor lang tid det tar før bakgrunnslyset slås av.

Fargemodus: Angir om enheten skal vise dag- eller nattfarger. Du kan velge Automatisk slik at enheten angir dag- eller nattfarger automatisk etter klokkeslettet.

Skjermlagring: Gjør at du kan lagre bildet som vises på enhetsskjermen.

Innstillinger for dataregistrering

Velg  > **System** > **Dataregistrering**.

Registreringsintervall: Kontrollerer hvordan enheten registrerer aktivitetsdata. Smart-alternativet registrerer nøkkelpunkter hvor du endrer retning, hastighet eller puls. 1 sek-alternativet registrerer punkter hvert sekund. Dette alternativet oppretter en svært detaljert opptegning av aktiviteten, men den øker også størrelsen på den lagrede aktivitetsfilen.

Gj.sn. pedalfrekvens: Kontrollerer om enheten tar med nullverdier for pedalfrekvensdata som oppstår når du ikke trår på pedalene. Standardinnstillingen utelater nullverdier som oppstår når du ikke trækker på pedalene.

Loggfør pulsvariasjon: Angi et enheten skal loggføre pulsvariasjonen din under aktiviteter.

Endre måleenhetene

Du kan tilpasse måleenheter for avstand og hastighet, høyde, vekt, posisjonsformat og tidsformat.

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

Slå enhetstoner på og av

Velg  > **System** > **Toner**.

Endre enhetsspråk

Velg  > **System** > **Språk**.

Tidssoner

Hver gang du slår på enheten og innhenter satellitter eller synkroniserer med smarttelefonen, finner enheten automatisk riktig tidssone og klokkeslett.

Informasjon om enheten

Spesifikasjoner

Batteritype	Oppladbart, innebygd litiumionbatteri
Batteritid	Opptil 12 timer
Driftstemperaturområde	Fra -20 til 60 °C (fra -4 til 140 °F)
Ladetemperaturområde	Fra 0 til 45 °C (fra 32 til 113 °F)
Trådløs frekvens/protokoll	2,4 GHz ved 4 dBm nominell
Kapslingsgrad	IEC 60529 IPX7 ¹

Ta vare på enheten

LES DETTE

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

Du må aldri trykke på skjermen med en hard eller skarp gjenstand, da dette kan skade skjermen.

Unngå kjemiske rengjøringsmidler, løsemidler og insektsmidler som kan skade plastdeler og finish.

Fest gummihetten godt for å forhindre skade på USB-porten.

¹ Enheten tåler utilsiktet kontakt med vann ned til 1 meter i opptil 30 minutter. Du finner mer informasjon på www.garmin.com/waterrating.

Rengjøre enheten

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

La enheten tørke når den er rengjort.

Feilsøking

Nullstille enheten

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

Hold  nede i ti sekunder.

Enheten nullstilles og slår seg på.

Gjenopprette standardinnstillingene

Du kan gjenopprette standardinnstillingene og -aktivitetsprofilene. Dette fjerner ikke historikken og dataene, som turer, treningsøkter og løyper.

Velg  > **System** > **Nullstilling av enhet** > **Standardinnstillinger** > .

Fjerne brukerdata og innstillinger

Du kan slette alle brukerdata og tilbakestille enheten til førstegangsoppsettet. Dette fjerner historikken og dataene, som turer, treningsøkter og løyper, og tilbakestiller enhetsinnstillingene og aktivitetsprofilene. Dette fjerner ikke eventuelle filer du har lagt til på enheten fra datamaskinen.

Velg  > **System** > **Nullstilling av enhet** > **Fjern data og innstillinger** > .

Maksimere batterilevetiden

- Slå på **Sparemodus for batteri** ([Slå på sparemodus for batteri, side 25](#)).
- Reduser lysstyrken ([Bruke bakgrunnslyset, side 2](#)) eller forkort tidsavbruddet for bakgrunnslyset ([Skjerminnstilling, side 23](#)).
- Velg registreringsintervallet **Smart** ([Innstilling for dataregistrering, side 24](#)).
- Slå på funksjonen **Automatisk dvale** ([Bruke automatisk dvalemodus, side 21](#)).
- Slå av trådløsfunksjonen **Telefon** ([Telefoninnstillinger, side 22](#)).
- Velg **GPS**-innstillingen ([Aktivere eller deaktivere GPS, side 23](#)).
- Fjern trådløse sensorer som du ikke bruker lenger.

Slå på sparemodus for batteri

Hvis du bruker sparemodus for batteri, forlenger innstillingene automatisk batteriets levetid for lengre sykkelturer. Skjermen slås av under aktiviteter. Du kan aktivere automatiske varsler og trykke på skjermen for å aktivere den. Sparemodusen for batteri registrerer ikke GPS-punkter i sporloggen og sensordata like ofte som vanlig GPS-modus. Nøyaktigheten til dataene for hastighet, avstand og sporing reduseres.

MERK: I sparemodus for batteri, registreres bare oppføringer i loggen når tidtakeren går.

- 1 Velg  > **Sparemodus for batteri** > **Aktiver**.
- 2 Velg varslene som aktiverer skjermen under en aktivitet.

Telefonen min kobler seg ikke til enheten

- Sørg for at enheten er innenfor rekkevidde for smarttelefonen.
- Hvis enhetene allerede er parkoblet, slår du Bluetooth av på begge enhetene og slår den deretter på igjen.
- Hvis enhetene ikke er parkoblet, aktiverer du trådløs Bluetooth teknologi på smarttelefonen.
- Åpne Garmin Connect Mobile-appen på smarttelefonen, velg  eller , og velg **Garmin-enheter > Legg til enhet** for å gå inn i parkoblingsmodus.
- Sveip nedover på enheten på startskjermbildet for å vise innstillingswidgeten og velge **Telefon > Par smarttelefon** for å gå i parkoblingsmodus manuelt.

Forbedre GPS-satellitmottaket

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

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

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

Enheten bruker feil språk

- 1 Velg .
- 2 Bla ned til det siste elementet i listen, og velg det.
- 3 Bla ned til det sjuende elementet i listen, og velg det.
- 4 Velg språk.

Utbyttbare tetningsringer

Det finnes erstatningsbånd (tetningsringer) for brakettene.

MERK: Bruk bare reservebånd i etylenpropylen (EPDM). Gå til <http://buy.garmin.com>, eller kontakt forhandleren for Garmin.

Vise enhetsinformasjon

- 1 Velg  > **System > Om**.
- 2 Velg et alternativ.
 - Velg **Informasjon om forskrifter** for å vise informasjon om forskrifter og modellnummeret.
 - Velg **Informasjon om opphavsrett** for å vise informasjon om programvaren, enhets-ID-en og lisensavtalen.

Oppdatere programvaren ved hjelp av Garmin Express

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

- 1 Koble enheten til datamaskinen med USB-kabelen.
Når det finnes ny programvare, sender Garmin Express den til enheten.
- 2 Følg instruksjonene på skjermen.
- 3 Ikke koble enheten fra datamaskinen under oppdateringsprosessen.

Produktoppdateringer

Installer Garmin Express (www.garmin.com/express) på datamaskinen.

Appen gir Garmin enheter enkel tilgang til disse tjenestene:

- Programvareoppdateringer
- Kartoppdateringer
- Produktregistrering

Få mer informasjon

- Gå til support.garmin.com for å finne flere brukerveiledninger, artikler og programvareoppdateringer.
- Gå til www.garmin.com/intosports.
- Gå til www.garmin.com/learningcenter.
- Gå til buy.garmin.com eller kontakt Garmin forhandleren din for å få informasjon om tilbehør og reservedeler.

Tillegg

Datafelter

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

Avst. neste: Gjenværende avstand til neste veipunkt på ruten. Denne siden vises bare når du navigerer.

Avstand til destinasjon: Gjenværende avstand til endelig destinasjon. Denne siden vises bare når du navigerer.

Avstand til løypepunkt: Gjenværende avstand til neste punkt på løypen.

Batterinivå: Gjenværende batteristrøm.

Batteristatus: Gjenværende batteristrøm til et sykkellyktiltilbehør.

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

Distanse - runde: Avstanden som er tilbakelagt under gjeldende runde.

ETA neste: Beregnet tidspunkt for ankomst til neste veipunkt på ruten (justert etter lokalt klokkeslett ved veipunktet). Denne siden vises bare når du navigerer.

ETA ved best.sted: Beregnet tidspunkt for ankomst til bestemmelsesstedet (justert etter lokalt klokkeslett ved bestemmelsesstedet). Denne siden vises bare når du navigerer.

Gjenværende distanse: Under en løype er dette avstanden som gjenstår når du bruker et avstandsmål.

Gjenværende stigning: Under en løype er dette stigningen som gjenstår når du bruker et høydemål.

GPS-nøyaktighet: Feilmargin for din nøyaktige posisjon. GPS-posisjonen din er for eksempel nøyaktig innenfor +/- 3,65 m (12 fot).

GPS-signalstyrke: Styrken til GPS-satellittsignalet.

Hastighet: Gjeldende reisegrad.

Hastighet - gjennomsnitt: Gjennomsnittlig hastighet for gjeldende aktivitet.

Hastighet - maksimal: Høyeste hastighet for gjeldende aktivitet.

Hastighet - runde: Gjennomsnittlig hastighet for gjeldende runde.

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

Kalorier: Totalt antall kalorier som er forbrent.

Kilometerteller: En løpende oversikt over den tilbakelagte avstanden for samtlige turer. Denne sammenlagtverdien fjernes ikke når du nullstiller tripdataene.

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

Lysmodus: Konfigurasjonsmodus for lyktnettverket.

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

Pedalfrekvens - gjennomsnitt: Sykling. Gjennomsnittlig kadens for gjeldende aktivitet.

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

Posisjon ved destinasjon: Siste punkt på ruten eller løypen.

Posisjon ved neste: Neste punkt på ruten eller løypen.

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

Puls - %maksimum: Prosent av maksimal puls.

Puls - gjennomsnitt: Gjennomsnittlig puls for gjeldende aktivitet.

Puls - runde: Gjennomsnittlig puls for gjeldende runde.

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

Retning: Retningen du beveger deg i.

Runder: Antall runder som er fullført for gjeldende aktivitet.

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

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

Stigning til neste løypepunkt: Gjenværende stigning til neste punkt i løypen.

Strålevinkelstatus: Strålemodus for frontlykten.

Tid: Stoppeklokketiden for gjeldende aktivitet.

Tid - gj.sn. runde: Gjennomsnittlig rundetid for gjeldende aktivitet.

Tid igjen: Under en løype er dette tiden som gjenstår når du bruker et tidsmål.

Tid - runde: Stoppeklokketiden for gjeldende runde.

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

Tid til bes.st.: Beregnet tid som gjenstår før ankomst til destinasjonen. Denne siden vises bare når du navigerer.

Tid til neste: Beregnet tid som gjenstår før ankomst til neste veipunkt på ruten. Denne siden vises bare når du navigerer.

Tilkoblede lykter: Antall tilkoblede lykter.

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

Totalt fall: Sammenlagt fallavstand som er nedsteget siden forrige nullstilling.

Pulssoneberegninger

Sone	% av makspuls	Oppfattet anstrengelse	Fordeler
1	50–60 %	Avslappet, jevnt tempo, rytmisk pust	Aerob trening på begynnernivå, reduserer stress
2	60–70 %	Komfortabelt tempo, litt tyngre pust, mulig å holde en samtale i gang	Grunnleggende kardiovaskulær trening, bra nedtrappingstempo
3	70–80 %	Moderat tempo, vanskeligere å holde en samtale i gang	Forbedret aerob kapasitet, optimal kardiovaskulær trening
4	80–90 %	Høyt tempo og litt ubehagelig, vanskelig å puste	Forbedret anaerob kapasitet og terskel, økt hastighet
5	90–100 %	Spurtetempo, ikke mulig over lengre tid, vanskelig å puste	Anaerob og muskulær utholdenhet, økt kraft

Hjulstørrelse og -omkrets

Hastighetssensoren registrerer automatisk hjulstørrelsen. Du kan eventuelt angi omkretsen på hjulet i innstillingene for hastighetssensoren.

Størrelsen på dekket er avmerket på begge sider av dekket. Dette er ikke en fullstendig liste. Du kan også måle omkretsen av hjulet eller bruke en av kalkulatorene som du finner på Internett.

Dekkstørrelse	Omkrets på hjulet (mm)
20 × 1,75	1515
20 × 1-3/8	1615
22 × 1-3/8	1770
22 × 1-1/2	1785
24 × 1	1753
24 × 3/4 rørformet	1785
24 × 1-1/8	1795
24 × 1,75	1890
24 × 1-1/4	1905
24 × 2,00	1925
24 × 2,125	1965
26 × 7/8	1920
26 × 1-1,0	1913
26 × 1	1952
26 × 1,25	1953
26 × 1-1/8	1970
26 × 1,40	2005
26 × 1,50	2010
26 × 1,75	2023
26 × 1,95	2050
26 × 2,00	2055
26 × 1-3/8	2068
26 × 2,10	2068
26 × 2,125	2070
26 × 2,35	2083
26 × 1-1/2	2100
26 × 3,00	2170
27 × 1	2145
27 × 1-1/8	2155
27 × 1-1/4	2161
27 × 1-3/8	2169
29 × 2,1	2288

Dekkstørrelse	Omkrets på hjulet (mm)
29 x 2,2	2298
29 x 2,3	2326
650 x 20C	1938
650 x 23C	1944
650 x 35A	2090
650 x 38B	2105
650 x 38A	2125
700 x 18C	2070
700 x 19C	2080
700 x 20C	2086
700 x 23C	2096
700 x 25C	2105
700C rørformet	2130
700 x 28C	2136
700 x 30C	2146
700 x 32C	2155
700 x 35C	2168
700 x 38C	2180
700 x 40C	2200
700 x 44C	2235
700 x 45C	2242
700 x 47C	2268

Radiofrekvenseksponering

Denne enheten er en mobil sender og mottaker som bruker en antenne til å sende og motta et lavt nivå av radiofrekvent (RF) energi for tale- og datakommunikasjon. Enheten avgir RF-energi som er lavere enn de offentlig tillatte grensene når produktet brukes med maksimal uteffekt, og når det brukes sammen med tilbehør som er godkjent av Garmin. For å samsvare med FCC RF-krav til eksponering skal enheten bare brukes i en kompatibel brakett eller montert i henhold til instruksjonene. Enheten skal ikke brukes i andre konfigurasjoner. Denne enheten må ikke plasseres eller brukes sammen med en annen sender eller antenne.

