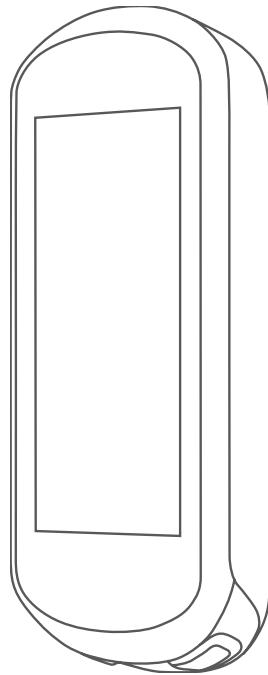


**GARMIN**<sup>®</sup>



# **EDGE<sup>®</sup> EXPLORE**

---

**Manual do proprietário**

© 2018 Garmin Ltd. ou suas subsidiárias

Todos os direitos reservados. Em conformidade com as leis que regem os direitos autorais, o presente manual não pode ser copiado, parcial ou integralmente, sem o prévio consentimento por escrito da Garmin. A Garmin se reserva o direito de alterar ou melhorar seus produtos e fazer mudanças no conteúdo do presente manual sem a obrigação de notificar qualquer pessoa ou organização sobre tais alterações ou melhorias. Acesse [www.garmin.com](http://www.garmin.com) para conferir as atualizações mais recentes e obter mais informações sobre o uso do produto.

Garmin®, o logotipo da Garmin e ANT+®, Auto Lap®, Auto Pause® e Edge® são marcas comerciais da Garmin Ltd. ou suas subsidiárias, registrada nos Estados Unidos da América e em outros países. Connect IQ™, Garmin Connect™, Garmin Express™ e Varia™ são marcas comerciais da Garmin Ltd. ou das suas subsidiárias. Essas marcas comerciais não podem ser usadas sem a permissão expressa da Garmin.

Android™ é uma marca registrada da Google Inc. Apple® e Mac® são marcas registradas da Apple, Inc. nos EUA e em outros países. A marca da palavra Bluetooth® e os logotipos são propriedade da Bluetooth SIG, Inc., e qualquer uso de tais marcas pela Garmin é realizado sob licença. STRAVA e Strava™ são marcas comerciais da Strava, Inc. Windows® é uma marca comercial registrada da Microsoft Corporation nos Estados Unidos da América e em outros países. Outras marcas registradas e nomes de marcas são dos seus respectivos proprietários.

Este produto possui certificação da ANT+. Acesse [www.thisisant.com/directory](http://www.thisisant.com/directory) para obter uma lista de produtos e de aplicativos compatíveis.

M/N: A03490

# Sumário

<b>Introdução.....</b>	<b>1</b>
Teclas.....	1
Emparelhando o smartphone.....	1
Visão geral da tela inicial.....	2
Visualizando widgets.....	2
Utilizando a luz de fundo.....	2
Usando a tela sensível ao toque.....	3
Bloqueando a tela sensível ao toque.....	3
Carregando o dispositivo.....	3
Sobre a bateria.....	4
Instalando o suporte de montagem padrão.....	4
Liberando o Edge.....	5
<b>Navegação.....</b>	<b>5</b>
Começando uma etapa de ciclismo.....	5
Obtendo sinais de satélite.....	6
Locais.....	6
Marcando seu local.....	6
Salvando locais do mapa.....	6
Navegando até um local.....	7
Navegando até coordenadas conhecidas.....	7
Navegando de volta ao início.....	7
Interrompendo a navegação.....	7
Projetando um local.....	8
Editando locais.....	8
Excluindo um local.....	8
Percursos.....	8
Planejando e percorrendo um percurso.....	9
Como seguir um percurso do Garmin Connect.....	9
Criando e percorrendo um percurso de ida e volta.....	10
Dicas para percorrer um percurso.....	10
Exibindo detalhes do percurso.....	10
Parando um percurso.....	11
Excluindo um percurso.....	11
Opções de percurso.....	11
Configurações do mapa.....	11
Alterando a orientação do mapa.....	11
Configurações de rotas.....	12

<b>Recursos conectados do Bluetooth.....</b>	<b>12</b>
Iniciando uma sessão do GroupTrack.....	13
Dicas para sessões do GroupTrack.....	13
Detecção de incidentes e recursos de assistência.....	14
Detecção de incidente.....	14
Assistência.....	14
Definir a detecção de incidentes e os recursos de assistência.....	14
Visualizando seus contatos de emergência.....	14
Como solicitar assistência.....	15
Ligando e desligando a detecção de incidente.....	15
Cancelando uma mensagem automática.....	15
Enviando uma atualização de status após um incidente.....	15
<b>Sensores sem fio.....</b>	<b>15</b>
Emparelhamento de seus sensores sem fio.....	15
Configurando suas zonas de frequência cardíaca.....	16
Percepção situacional.....	16
<b>Histórico.....</b>	<b>16</b>
Visualizando percursos.....	17
Visualizando totais de dados.....	17
Excluindo um percurso.....	17
Recordes pessoais.....	17
Visualizando seus recordes pessoais.....	17
Revertendo um registro pessoal.....	17
Excluindo um registro pessoal.....	17
Garmin Connect.....	18
Enviando seu trajeto para Garmin Connect.....	18
Gerenciamento de dados.....	18
Conectando o dispositivo ao computador.....	18
Transferindo arquivos para seu dispositivo.....	19
Excluindo arquivos.....	19

Desconectando o cabo USB.....	19
<b>Personalizar seu dispositivo.....</b>	<b>19</b>
Recursos para download do Connect IQ.....	19
Download de recursos do Connect IQ utilizando o computador.....	20
Configurando seu perfil de usuário.....	20
Atualizar suas configurações de percurso.....	20
Como adicionar uma tela de dados.....	21
Como editar uma tela de dados.....	21
Como reorganizar telas de dados.....	21
Alertas.....	21
Auto Lap®.....	22
Usando o descanso automático.....	23
Usando o Auto Pause.....	23
Utilizando rolagem automática.....	23
Iniciando o timer automaticamente.....	24
Configurações do telefone.....	24
Modo convidado.....	24
Ativar o modo convidado.....	24
Desativar o modo convidado.....	24
Configurações do sistema.....	25
Ativar ou desativar o GPS.....	25
Alterando a cor de destaque.....	25
Configurações do visor.....	25
Configurações do registro de dados.....	25
Definindo as unidades de medida.....	25
Ligando e desligando os toques do dispositivo.....	25
Alterando o idioma do dispositivo...	26
Fusos horários.....	26
<b>Informações sobre o dispositivo.....</b>	<b>26</b>
Especificações.....	26
Cuidados com o dispositivo.....	26
Limpando o dispositivo.....	26
<b>Solução de problemas.....</b>	<b>26</b>
Redefinindo o dispositivo.....	26
Como restaurar as configurações-padrão.....	26
Limpeza de dados do usuário e configurações.....	27
Maximizando a vida útil da bateria.....	27
Ativando o modo de economia de bateria.....	27
Meu telefone não se conecta ao dispositivo.....	27
Aprimorando a receptação de satélite do GPS.....	27
Meu dispositivo está com o idioma errado.....	28
Anéis O-ring de substituição.....	28
Visualizando informações do dispositivo.....	28
Atualização de software usando o Garmin Express.....	28
Atualizações do produto.....	28
Obter mais informações.....	28
<b>Apêndice.....</b>	<b>29</b>
Campos de dados.....	29
Cálculos da zona de frequência cardíaca.....	30
Tamanho da roda e circunferência.....	31
Exposição à radiofrequência.....	33

# Introdução

## ⚠ ATENÇÃO

Consulte o guia *Informações importantes sobre segurança e sobre o produto* na caixa do produto para obter mais detalhes sobre avisos e outras informações importantes.

Consulte sempre seu médico antes de começar ou modificar o programa de exercícios.

## Teclas



1



Seleciona para entrar no modo de descanso para ativar o dispositivo.

Mantenha pressionado para ligar e desligar o dispositivo e bloquear a tela touchscreen.

2



Seleciona para marcar uma nova volta.

3



Seleciona para iniciar e parar o temporizador de atividade.

## Emparelhando o smartphone

Para usar os recursos conectados do dispositivo Edge, ele deve ser emparelhado diretamente pelo aplicativo Garmin Connect™ Mobile, ao invés das configurações do Bluetooth® no seu smartphone.

1 Através da loja de aplicativos em seu smartphone, instale e abra o aplicativo Garmin Connect Mobile.

2 Mantenha  pressionado para ligar o dispositivo.

Na primeira vez que você ligar o dispositivo, será necessário selecionar o idioma. A próxima tela solicita que você emparelhe com seu smartphone.

**DICA:** você pode deslizar o dedo para baixo na tela inicial para ver o widget de configurações e selecionar **Telefone > Emparelhar smartphone** para entrar manualmente no modo de emparelhamento.

3 Selecione uma opção para adicionar seu dispositivo à sua conta do Garmin Connect:

- Se este for o primeiro dispositivo a ser emparelhado usando o aplicativo Garmin Connect Mobile, siga as instruções da tela.
- Se você já tiver emparelhado outro dispositivo usando o aplicativo Garmin Connect Mobile, no menu  ou , selecione **Dispositivos Garmin > Adicionar dispositivo** e siga as instruções na tela.

Depois de emparelhar com êxito, uma mensagem será exibida e o dispositivo sincroniza automaticamente com o seu smartphone.

## Visão geral da tela inicial

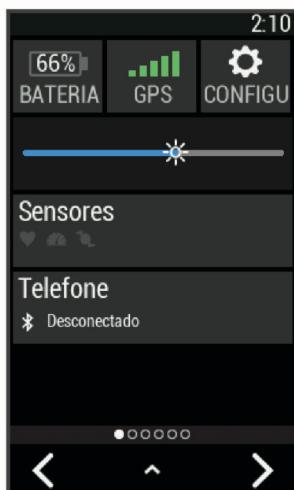
Na tela inicial, é possível obter acesso rápido a todos os recursos do dispositivo Edge.

	Selecione para começar um percurso.
Para onde?	Selecione para procurar locais, pontos de interesse ou endereços.
Percursos	Selecione para criar um novo percurso ou acessar um percurso salvo.
	Selecione para acessar seu histórico, os registros pessoais, os contatos e as configurações.
	Selecione para acessar seus aplicativos Connect IQ™, widgets e campos de dados.

## Visualizando widgets

O dispositivo vem pré-carregado com diversos widgets e outros recursos disponíveis mediante emparelhamento do dispositivo com um smartphone ou com outro dispositivo compatível.

- 1 Na tela inicial, deslize para baixo a partir da parte superior da tela.



O widget de configurações é exibido. O ícone intermitente significa que o dispositivo está procurando. Você pode selecionar qualquer ícone para alterar as configurações.

- 2 Deslize para a esquerda ou para a direita para ver mais widgets.

Na próxima vez que você deslizar o dedo para baixo para visualizar os widgets, o último widget visualizado será exibido.

## Utilizando a luz de fundo

Para acender a luz de fundo, você pode tocar na tela sensível ao toque.

**OBSERVAÇÃO:** é possível ajustar o tempo limite da luz de fundo ([Configurações do visor](#), página 25).

- 1 Na tela inicial ou em uma tela de dados, deslize o dedo de cima para baixo na tela.
- 2 Selecione  e use as setas para ajustar o brilho manualmente.

## Usando a tela sensível ao toque

- Quando o temporizador estiver em execução, toque na tela para visualizar a sobreposição. A sobreposição do temporizador permite retornar à tela inicial durante um percurso.
- Selecione  para retornar à tela inicial.
- Deslize o dedo ou selecione as setas para rolar.
- Selecione  para voltar para a página anterior.
- Selecione  para salvar suas alterações e fechar a página.
- Selecione  para fechar a página e retornar à página anterior.
- Selecione  para procurar um local nas proximidades.
- Selecione  para excluir um item.
- Selecione  para obter mais informações.

## Bloqueando a tela sensível ao toque

Você pode bloquear a tela para evitar toques acidentais à tela.

- Mantenha pressionado , e selecione **Bloquear tela**.
- Durante uma atividade, selecione .

## Carregando o dispositivo

### AVISO

Para evitar corrosão, seque cuidadosamente a mini-porta USB, a capa contra intempéries e a área envolvente antes de carregar ou ligar o dispositivo a um computador.

O dispositivo é alimentado por uma bateria íons e lítio integrada que pode ser carregada usando uma tomada padrão ou uma porta USB em seu computador.

**OBSERVAÇÃO:** o dispositivo não carregará enquanto estiver fora do intervalo de temperatura aprovado ([Especificações](#), página 26).

- 1 Levante a cobertura de proteção  da porta USB .



- 2 Conecte a extremidade menor do cabo USB à porta USB do dispositivo.
  - 3 Conecte a extremidade maior do cabo USB ao adaptador de CA ou a uma porta USB do computador.
  - 4 Conecte o adaptador de CA a uma tomada padrão.
- Quando você conectar o dispositivo a uma fonte de alimentação, o dispositivo ligará.
- 5 Carregue o dispositivo completamente.
- Depois de carregar o dispositivo, feche a cobertura de proteção.

## Sobre a bateria

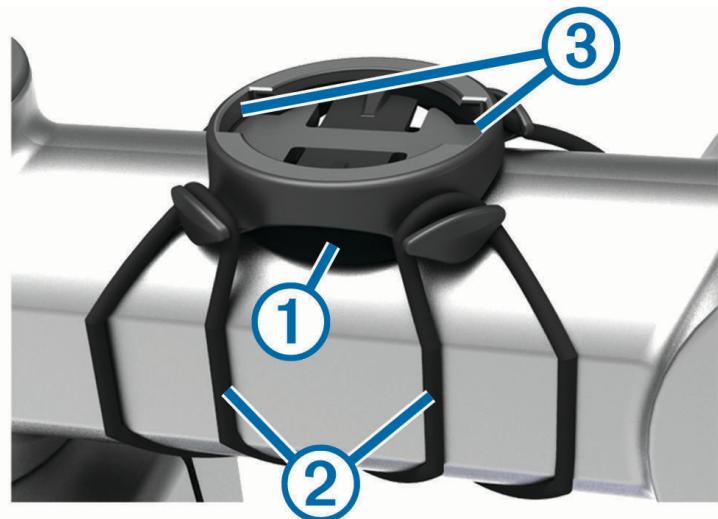
### ATENÇÃO

Este dispositivo contém uma bateria de íon-lítio. Consulte o guia *Informações importantes sobre segurança e sobre o produto* na caixa do produto para obter mais detalhes sobre avisos e outras informações importantes.

## Instalando o suporte de montagem padrão

Para a melhor recepção de sinal GPS, posicione o suporte de montagem da bicicleta, de maneira que a parte frontal do dispositivo fique em direção ao céu. É possível instalar o suporte de montagem da bicicleta na haste ou no guidão.

- 1 Selecione um local seguro para posicionar o dispositivo de modo que não interfira com a operação segura da sua bicicleta.
- 2 Posicione o disco de borracha ① na parte posterior do suporte de montagem da bicicleta.  
As pastilhas de borracha se alinham com a parte posterior do suporte de montagem da bicicleta para fixar.



- 3 Coloque o suporte de montagem da bicicleta na haste.
- 4 Fixe o suporte de montagem da bicicleta de maneira segura usando as duas faixas ②.
- 5 Alinhe as pastilhas na parte posterior do dispositivo com os entalhes do suporte de montagem da bicicleta ③.
- 6 Pressione levemente para baixo e gire o dispositivo no sentido horário até que ele se encaixe.



## Liberando o Edge

- 1 Gire o Edge no sentido horário para destravar o dispositivo.
- 2 Levante o Edge do suporte.

## Navegação

### Começando uma etapa de ciclismo

Se você estiver usando um sensor ou acessório sem fio, ele pode ser emparelhado e ativado durante a configuração inicial ([Emparelhamento de seus sensores sem fio](#), página 15).

- 1 Mantenha  pressionado para ligar o dispositivo.
- 2 Vá para fora e espere enquanto o dispositivo localiza os satélites.  
As barras de satélites se tornam verdes quando o serviço estiver pronto.
- 3 Selecione .
- 4 Selecione  para iniciar o temporizador de atividade.



**OBSERVAÇÃO:** o histórico será gravado apenas enquanto o temporizador de atividade estiver funcionando.

- 5 Deslize para a esquerda ou para a direita para visualizar outras telas de dados.  
Você pode deslizar o dedo para baixo, partindo da parte superior das telas de dados para visualizar os widgets.
- 6 Se necessário, toque na tela para visualizar a sobreposição do timer.
- 7 Selecione  para parar o temporizador de atividade.
- DICA:** antes de salvar o percurso e compartilhá-lo em sua conta Garmin Connect, será possível alterar o tipo de percurso. A precisão dos dados de tipo de percurso é importante para criar percursos de fácil acesso para o ciclismo.
- 8 Selecione **Salvar passeio**.
- 9 Selecione .

## Obtendo sinais de satélite

O dispositivo deve ter uma visão limpa do céu para captar os sinais de satélite. A hora e a data são definidas automaticamente de acordo com a posição do GPS.

**DICA:** para obter mais informações sobre o GPS, acesse [www.garmin.com/aboutGPS](http://www.garmin.com/aboutGPS).

**1** Dirija-se a uma área aberta.

A parte da frente do dispositivo deve estar voltada para cima.

**2** Aguarde enquanto o dispositivo localiza satélites.

Poderá levar de 30 a 60 segundos para localizar os sinais do satélite.

## Locais

Você pode gravar e armazenar locais no dispositivo.

### Marcando seu local

Antes de marcar um local, você deve localizar satélites.

Se você quiser se lembrar de pontos de referência ou voltar para algum lugar, pode marcar uma localização.

**1** Dê uma volta.

**2** Selecione **Para onde?** >  > **Marcar local** > .

### Salvando locais do mapa

**1** Selecione **Para onde?** >  > **Selecione uma área de pesquisa** > **Um ponto do mapa**.

**2** Procure o local no mapa.

**3** Selecione o local.

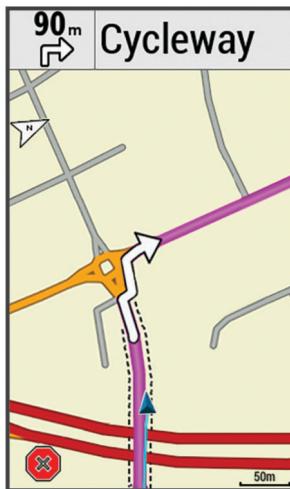
As informações do local aparecem no topo do mapa.

**4** Selecione as informações do local.

**5** Selecione  > .

## Navegando até um local

- 1 Selecione **Para onde?**.
- 2 Selecione uma opção:
  - Selecione **Pesquisar mapa** para navegar para um local no mapa.
  - Selecione **Pesquisar** para navegar até um ponto de interesse, cidade, cruzamento ou coordenadas conhecidas.  
**DICA:** você pode selecionar  para restringir sua área de pesquisa.
  - Selecione **Pesquisar endereço** para inserir um endereço específico.
  - Selecione **Localizações salvas** para navegar até um local salvo.  
**DICA:** você pode selecionar  para inserir uma informação de pesquisa específica.
  - Selecione **Pesquisas recentes** para navegar até um dos 50 últimos locais encontrados.
  - Selecione  > **Selecionar uma área de pesquisa** para restringir a área de pesquisa.
- 3 Selecione um local.
- 4 Selecione **De bicicleta**.
- 5 Siga as instruções na tela até o seu destino.



## Navegando até coordenadas conhecidas

- 1 Selecione **Para onde? > Ferramentas de pesquisa > Coordenadas**.
- 2 Insira as coordenadas e selecione .
- 3 Siga as instruções na tela até o seu destino.

## Navegando de volta ao início

A qualquer momento durante seu percurso, você poderá voltar ao ponto inicial.

- 1 Comece o percurso ([Começando uma etapa de ciclismo, página 5](#)).
- 2 Durante o percurso, selecione qualquer ponto na tela para ver o temporizador sobreposto.
- 3 Selecione  > **Para onde? > De volta ao início**.
- 4 Selecione **Na mesma rota ou Rota mais direta**.
- 5 Selecione **De bicicleta**.

O dispositivo navega até o ponto de partida do seu percurso.

## Interrompendo a navegação

- 1 Role pelo mapa.
- 2 Selecione  > .

## Projetando um local

Você pode criar um novo local ao projetar a distância e a direção de um local marcado para um novo local.

- 1 Selecione **Para onde?** > **Localizações salvas**.
- 2 Selecione um local.
- 3 Selecione as informações do local na parte superior da tela.
- 4 Selecione  > **Projetar local**.
- 5 Informe a direção e a distância até o local projetado.
- 6 Selecione .

## Editando locais

- 1 Selecione **Para onde?** > **Localizações salvas**.
- 2 Selecione um local.
- 3 Selecione a barra de informações na parte superior da tela.
- 4 Selecione .
- 5 Selecione um atributo.  
Por exemplo, selecione Alterar elevação para inserir a altitude conhecida do local.
- 6 Insira as novas informações e selecione .

## Excluindo um local

- 1 Selecione **Para onde?** > **Localizações salvas**.
- 2 Selecione um local.
- 3 Selecione as informações do local na parte superior da tela.
- 4 Selecione  > **Excluir local** > .

## Percursos

Você pode enviar um percurso de sua conta Garmin Connect para seu dispositivo. Você poderá navegar pelo percurso em seu dispositivo, após salvá-lo. Também é possível criar e salvar um percurso personalizado diretamente no seu dispositivo.

Você pode seguir um percurso simplesmente porque é um bom caminho. Por exemplo, você pode salvar e seguir um percurso tranquilo de bicicleta para chegar ao seu trabalho.

## Planejando e percorrendo um percurso

Você pode criar e percorrer um percurso personalizado. Um percurso é uma sequência de pontos de parada ou locais que levam você ao seu destino final.

**1** Selecione **Percursos > Criador de percurso > Adicionar primeiro local**.

**2** Selecione uma opção:

- Para selecionar o seu local atual no mapa, selecione **Local atual**.
- Para selecionar um local salvo, selecione **Salvo** e selecione um local.
- Para selecionar um local pesquisado recentemente, selecione **Pesquisas recentes** e selecione um local.
- Para selecionar um local no mapa, selecione **Usar mapa** e selecione um local.
- Para procurar e selecionar um ponto de interesse, selecione **Categorias de POI** e selecione um ponto de interesse próximo.
- Para selecionar uma cidade, selecione **Cidades** e escolha uma cidade próxima.
- Para selecionar um endereço, selecione **Endereços** e insira o endereço.
- Para selecionar uma interseção, selecione **Interseções** e insira os nomes das ruas.
- Para usar coordenadas, selecione **Coordenadas** e insira as coordenadas.

**3** Selecione **Usar**.

**DICA:** no mapa, selecione outro local e Usar para continuar a adicionar localizações.

**4** Selecione **Adicionar próximo local**.

**5** Repita as etapas 2 a 4 até que você tenha selecionado todos os locais para a rota.

**6** Selecione **Exibir Mapa**.

O dispositivo calcula a sua rota e um mapa da rota é exibido.

**DICA:** você pode selecionar  para exibir um plano de elevação da rota.

**7** Selecione **De bicicleta**.

## Como seguir um percurso do Garmin Connect

Para fazer o download de um percurso do Garmin Connect, é necessário ter uma conta do Garmin Connect ([Garmin Connect, página 18](#)).

**1** Selecione uma opção:

- Abra o aplicativo Garmin Connect Mobile.
- Acesse [connect.garmin.com](http://connect.garmin.com).

**2** Crie um novo percurso ou selecione um percurso existente.

**3** Selecione **Enviar para dispositivo**.

**4** Siga as instruções na tela.

**5** No dispositivo Edge, selecione **Percursos > Percursos salvos**.

**6** Selecione o percurso.

**7** Selecione **De bicicleta**.

## Criando e percorrendo um percurso de ida e volta

O dispositivo pode criar um percurso de ida e volta com base em distância, local de partida e direção de navegação especificados.

- 1 Selecione **Percursos > Percurso de ida e volta**.
- 2 Selecione **Distância** e insira a distância total do percurso.
- 3 Selecione **Iniciar local**.
- 4 Selecione uma opção:
  - Para selecionar o seu local atual no mapa, selecione **Local atual**.
  - Para selecionar um local no mapa, selecione **Usar mapa** e selecione um local.
  - Para selecionar um local salvo, selecione **Localizações salvas** e selecione um local.
  - Para procurar e selecionar um ponto de interesse, selecione **Ferramentas de pesquisa > Categorias de POI** e selecione um ponto de interesse próximo.
  - Para selecionar uma cidade, selecione **Ferramentas de pesquisa > Cidades** e escolha uma cidade próxima.
  - Para selecionar um endereço, selecione **Ferramentas de pesquisa > Endereços** e insira o endereço.
  - Para selecionar um cruzamento, selecione **Ferramentas de pesquisa > Interseções** e insira os nomes das ruas.
  - Para usar as coordenadas, selecione **Ferramentas de pesquisa > Coordenadas** e insira as coordenadas.
- 5 Selecione **Iniciar direção** e selecione a direção da viagem.
- 6 Selecione **Pesquisar**.  
**DICA:** você pode selecionar  para pesquisar novamente.
- 7 Selecione um percurso para vê-lo no mapa.  
**DICA:** você pode selecionar  e  para visualizar os outros percursos.
- 8 Selecione **De bicicleta**.

### Dicas para percorrer um percurso

- Utilize a orientação de curvas ([Opções de percurso, página 11](#)).
- Se você incluir um aquecimento, selecione  para iniciar o percurso e faça seu aquecimento normal.
- Mantenha-se afastado do percurso durante o aquecimento.  
Quando estiver pronto para começar, dirija-se ao seu percurso. Quando estiver em qualquer parte do percurso, é apresentada uma mensagem.
- Role o mapa para ver o mapa do percurso.  
Se você desviar do percurso, uma mensagem aparece.

## Exibindo detalhes do percurso

- 1 Selecione **Percursos > Percursos salvos**.
- 2 Selecione um percurso.
- 3 Selecione uma opção:
  - Selecione **Resumo** para exibir detalhes sobre o percurso.
  - Selecione **Mapa** para exibir o percurso no mapa.
  - Selecione **Elevação** para exibir um plano de elevação do percurso.
  - Selecione **Volta** para selecionar uma volta e exibir as informações adicionais sobre cada volta.

## Exibindo um percurso no mapa

Para cada percurso salvo em seu dispositivo, será possível personalizar o modo como ele aparecerá no mapa. Por exemplo, você pode configurar seu percurso de deslocamento para que ele sempre seja exibido em amarelo no mapa. Você poderá ter um percurso alternativo exibido em verde. Isso permite que você visualize os percursos enquanto você estiver pedalando, mas não permitirá que você siga ou navegue por um percurso específico.

- 1 Selecione **Percursos > Percursos salvos**.
- 2 Selecione o percurso.
- 3 Selecione **Configurações**.
- 4 Selecione **Sempre exibir** para que o percurso seja exibido no mapa.
- 5 Selecione **Cor** e selecione uma cor.
- 6 Selecione **Pontos do percur.** para incluir os pontos do percurso no mapa.

Na próxima vez em que você passar perto do percurso, ele aparecerá no mapa.

## Parando um percurso

- 1 Role pelo mapa.
- 2 Selecione  > .

## Excluindo um percurso

- 1 Selecione **Percursos > Percursos salvos**.
- 2 Selecione um percurso.
- 3 Selecione  > .

## Opções de percurso

Selecione **Percursos > Percursos salvos > **.

**Orientação de curva:** ativa ou desativa avisos sobre curvas.

**Avisos de fora de percurso:** envia alertas caso você desvie do percurso.

**Pesquisar:** permite pesquisar percursos salvos por nome.

**Filtro:** permite filtrar por tipo de percurso, como percursos do Strava™.

**Excluir:** permite excluir do dispositivo todos os percursos salvos ou vários deles.

## Configurações do mapa

Selecione  > **Config. percurso > Mapa**.

**Orientação:** define a apresentação do mapa na página.

**Zoom auto.:** seleciona automaticamente um nível de zoom para o mapa. Quando a opção Desl. estiver selecionada, você deverá aplicar mais ou menos zoom manualmente.

**Texto guia:** define quando os avisos de navegação curva a curva são mostrados (requer planejamento de rotas).

**Visibilidade do mapa:** permite configurar recursos de mapa avançados.

**Informações do mapa:** ativa ou desativa os mapas atualmente carregados no dispositivo.

## Alterando a orientação do mapa

- 1 Selecione  > **Config. percurso**.
- 2 Selecione **Mapa > Orientação**.
- 3 Selecione uma opção:
  - Selecione **Norte para cima** para mostrar o norte no topo da página.
  - Selecione **Subida** para mostrar a direção atual de sua viagem no topo da página.
  - Selecione **Modo 3D** para exibir o mapa em três dimensões.

## Configurações de rotas

Selecione  > Config. percurso > Rota.

**Roteamento de popularidade:** calcula as rotas com base nos percursos mais populares do Garmin Connect.

**Modo de rota:** define o método de transporte para otimizar sua rota.

**Método de cálculo:** define o método usado para calcular sua rota.

**Bloquear na estrada:** bloqueia o ícone de posição, que representa sua posição no mapa, na estrada mais próxima.

**Configuração a ser evitada:** define os tipos de estrada a evitar durante a navegação.

**Recálculo:** recalcula a rota automaticamente quando você desviar dela.

## Recursos conectados do Bluetooth

O dispositivo Edge tem vários recursos Bluetooth conectados para seu smartphone compatível ou dispositivo de condicionamento físico. Alguns recursos exigem a instalação do aplicativo móvel Garmin Connect em seu smartphone. Acesse [www.garmin.com/intosports/apps](http://www.garmin.com/intosports/apps) para obter mais informações.

**OBSERVAÇÃO:** seu dispositivo deve estar conectado ao seu smartphone ativado com Bluetooth para aproveitar alguns recursos.

**LiveTrack:** permite que os seus amigos e a sua família acompanhem as suas corridas e atividades de treino em tempo real. Você pode convidar seguidores por e-mail ou mídia social, permitindo que eles visualizem seus dados ao vivo em uma página de monitoramento do Garmin Connect.

**GroupTrack:** permite que você acompanhe outras pessoas de seu grupo usando o LiveTrack diretamente na tela e em tempo real. É possível enviar mensagens predefinidas a outras pessoas em sua sessão do GroupTrack que tenham um dispositivo Edge compatível.

**Enviar atividades para o Garmin Connect:** envia automaticamente sua atividade para o Garmin Connect assim que você concluir a gravação da atividade.

**O percurso é baixado do Garmin Connect:** permite que você pesquise por percursos no Garmin Connect usando seu smartphone e envie-os para o seu dispositivo.

**Interações de rede social:** permite que você publique atualizações em seu site de mídia social favorito ao carregar uma atividade no Garmin Connect.

**Atualizações meteorológicas:** envia condições meteorológicas e alertas em tempo real para o seu dispositivo.

**Notificações:** exibe as notificações e mensagens do telefone em seu dispositivo.

**Mensagens:** permite responder a uma chamada recebida ou a uma mensagem de texto com uma mensagem de texto predefinida. Esse recurso está disponível para smartphones Android™ compatíveis.

**Detecção de incidente:** permite que o aplicativo Garmin Connect Mobile envie uma mensagem aos seus contatos de emergência quando o dispositivo Edge detectar um incidente.

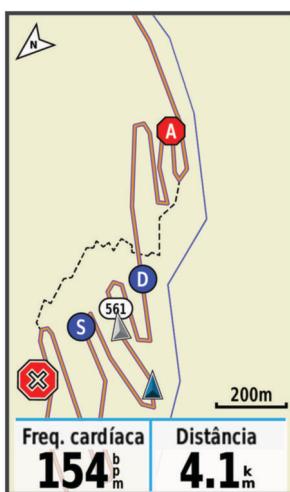
**Assistência:** permite que você envie uma mensagem de texto automática com seu nome e a localização do GPS para os seus contatos de emergência usando o aplicativo Garmin Connect Mobile.

## Iniciando uma sessão do GroupTrack

Antes de iniciar uma sessão do GroupTrack, você deve ter um smartphone com o aplicativo móvel Garmin Connect emparelhado com seu dispositivo ([Emparelhando o smartphone, página 1](#)).

Durante um percurso, você pode ver os participantes em sua sessão do GroupTrack no mapa.

- 1 No dispositivo Edge, selecione  > **Recursos conectados** > **GroupTrack** para ativar a exibição de conexões na tela do mapa.
  - 2 No aplicativo Garmin Connect Mobile, no menu de configurações, selecione **LiveTrack** > **GroupTrack**.
  - 3 Selecione **Visível para** > **Todas as conexões**.
- OBSERVAÇÃO:** se você tiver mais de um dispositivo compatível, será necessário selecionar um dispositivo para a sessão do GroupTrack.
- 4 Selecione **Iniciar LiveTrack**.
  - 5 No dispositivo Edge, selecione  e saia para pedalar.
  - 6 Role o mapa para visualizar suas conexões.



É possível tocar em um ícone do mapa para visualizar informações de local e direção de outras pessoas na sessão do GroupTrack.

- 7 Role até a lista do GroupTrack.

Você poderá selecionar uma pessoa na lista para que ela apareça centralizada no mapa.

## Dicas para sessões do GroupTrack

O recurso GroupTrack permite que você acompanhe outras pessoas de seu grupo usando o LiveTrack diretamente na tela. Todas as pessoas do grupo devem ser conexões em sua conta Garmin Connect.

- Faça um percurso ao ar livre usando o GPS.
- Emparelhe seu dispositivo Edge Explore com seu smartphone usando a tecnologia Bluetooth.
- No aplicativo Garmin Connect Mobile, no menu de configurações, selecione **Conexões** para atualizar a lista de pessoas em sua sessão do GroupTrack.
- Certifique-se de que todas as suas conexões estejam emparelhadas com seus respectivos smartphones e inicie uma sessão do LiveTrack no aplicativo Garmin Connect Mobile.
- Verifique se todas as suas conexões estão dentro do alcance (40 km ou 25 milhas).
- Durante uma sessão do GroupTrack, role o mapa para visualizar suas conexões.
- Pare de pedalar antes de tentar visualizar informações de local e direção de outras pessoas na sessão do GroupTrack.

# Detecção de incidentes e recursos de assistência

## Detecção de incidente

### CUIDADO

A detecção de incidente é um recurso complementar projetado basicamente para o uso em estradas. A detecção de incidente não deve ser considerada o método principal de obtenção de assistência de emergência. O aplicativo Garmin Connect não entra em contato com os serviços de emergência em seu nome.

Quando um incidente é detectado por seu dispositivo Edge com o GPS ativado, o aplicativo Garmin Connect Mobile pode enviar uma mensagem de texto e um e-mail automáticos com seu nome e a localização do GPS para os seus contatos de emergência.

Uma mensagem é exibida no seu dispositivo e no smartphone emparelhado, indicando que seus contatos serão informações depois de 30 segundos. Se a assistência não for necessária, você pode cancelar a mensagem de emergência automática.

Antes de habilitar a detecção de incidente em seu dispositivo, é necessário configurar as informações de contatos de emergência no aplicativo Garmin Connect Mobile. Seu smartphone emparelhado deve estar equipado com um plano de dados e estar em uma área de cobertura de rede em que os dados estejam disponíveis. Seus contatos de emergência devem conseguir receber mensagens de texto (taxas padrão de mensagens de texto podem ser aplicáveis).

## Assistência

### CUIDADO

A Assistência é um recurso complementar, e não deve ser considerado o método principal de obtenção de assistência de emergência. O aplicativo Garmin Connect não entra em contato com os serviços de emergência em seu nome.

Quando seu dispositivo Edge com o GPS ativado está conectado ao aplicativo Garmin Connect Mobile, é possível enviar uma mensagem de texto automático com seu nome e a localização do GPS para os seus contatos de emergência.

Antes de ativar o recurso de assistência em seu dispositivo, é necessário configurar as informações de contatos de emergência no aplicativo Garmin Connect Mobile. Seu smartphone emparelhado Bluetooth deve estar equipado com um plano de dados e estar em uma área de cobertura de rede em que os dados estejam disponíveis. Seus contatos de emergência devem conseguir receber mensagens de texto (taxas padrão de mensagens de texto podem ser aplicáveis).

Uma mensagem é exibida no seu dispositivo, indicando que seus contatos serão informações depois de uma contagem regressiva. Se a assistência não for necessária, você pode cancelar a mensagem.

## Definir a detecção de incidentes e os recursos de assistência

- 1 Através da loja de aplicativos em seu smartphone, instale e abra o aplicativo Garmin Connect Mobile.
- 2 Emparelhe seu smartphone com seu dispositivo ([Emparelhando o smartphone, página 1](#)).
- 3 Nas configurações do aplicativo Garmin Connect Mobile, selecione **Contatos de emergência** e insira informações sobre o motorista e de seus contatos de emergência.  
Os contatos selecionados recebem uma mensagem identificando-os como contatos de emergência.
- 4 Ative o GPS em seu dispositivo Edge ([Ativar ou desativar o GPS, página 25](#)).

## Visualizando seus contatos de emergência

Antes de poder visualizar os contatos de emergência no dispositivo, você deve configurar suas informações e os contatos de emergência no aplicativo móvel Garmin Connect.

Selecione  > **Recursos conectados** > **Contatos**.

Os nomes e telefones dos contatos de emergência aparecem.

## Como solicitar assistência

Antes de poder solicitar assistência, você deve ativar o GPS de seu dispositivo Edge.

- 1 Pressione e segure  por quatro segundos para ativar o recurso de assistência.

O dispositivo emite um sinal sonoro e envia a mensagem depois de concluir a contagem decrescente de cinco segundos.

- 2 Se necessário, selecione **Enviar** para enviar a mensagem imediatamente.

## Ligando e desligando a detecção de incidente

Selecione  > **Recursos conectados** > **Deteção de incid..**

## Cancelando uma mensagem automática

Quando um incidente é detectado pelo seu dispositivo, você pode cancelar a mensagem de emergência automática no dispositivo ou smartphone emparelhado antes de ela ser enviada para os seus contatos de emergência.

Selecione **Cancelar** >  antes do final da contagem decrescente de 30 segundos.

## Enviando uma atualização de status após um incidente

Antes de poder enviar uma atualização de status para seus contatos de emergência, o dispositivo deve detectar um incidente e enviar uma mensagem de emergência automática para os contatos de emergência.

Você pode enviar uma atualização de status para os contatos de emergência informando você não precisa de ajuda.

- 1 Deslize para baixo a partir da parte superior da tela e deslize para a esquerda ou para a direita para visualizar o widget de controles.
- 2 Selecione **Incidente detectado** > **Estou ok**.

Uma mensagem foi enviada para todos os seus contatos de emergência.

## Sensores sem fio

Seu dispositivo pode ser usado com sensores sem fio ANT+® ou Bluetooth. Para mais informações sobre compatibilidade e compra de sensores opcionais, acesse [buy.garmin.com](http://buy.garmin.com).

## Emparelhamento de seus sensores sem fio

Antes de emparelhar, vista o monitor de frequência cardíaca ou instale o sensor.

O emparelhamento é a conexão de sensores sem fio ANT+ ou Bluetooth, por exemplo, a conexão de um monitor de frequência cardíaca com o seu dispositivo Garmin®.

- 1 Coloque o dispositivo ao alcance de até 3 m (10 pés) do sensor.

**OBSERVAÇÃO:** afaste-se 10 m (33 pés) de outros sensores de percurso durante o emparelhamento.

- 2 Selecione  > **Sensores** > **Adicionar sensor**.

- 3 Selecione uma opção:

- Selecione um tipo de sensor.
- Selecione **Buscar todos** para procurar todos os sensores próximos.

É exibida uma lista de sensores disponíveis.

- 4 Selecione um ou mais sensores para emparelhar com o seu dispositivo.

- 5 Selecione **Adicionar**.

Após emparelhar o sensor com o seu dispositivo, o status do sensor muda para Conectado. Você pode personalizar um campo de dados para exibir os dados do sensor.

## Configurando suas zonas de frequência cardíaca

O dispositivo utiliza as informações do seu perfil de usuário da configuração inicial para determinar suas zonas de frequência cardíaca. Você pode ajustar manualmente as zonas de frequência cardíaca de acordo com os seus objetivos de condicionamento ([Objetivos de treino, página 16](#)) Para dados de calorias mais exatos durante a atividade, defina a sua frequência cardíaca máxima, frequência cardíaca em repouso e zonas de frequência cardíaca.

- 1 Selecione  > **Minhas estatísticas** > **Zonas de treinamento** > **Zonas de frequência cardíaca**.
- 2 Digite os valores da sua frequência cardíaca máxima e em repouso.  
Os valores da zona são atualizados automaticamente, mas você também pode editar cada valor manualmente.
- 3 Selecione **Com base em:**.
- 4 Selecione uma opção:
  - Selecione **BPM** para exibir e editar as zonas em batimentos por minuto.
  - Selecione **% Max.** para visualizar e editar as zonas como uma porcentagem de sua frequência cardíaca máxima.
  - Selecione **% HRR** para visualizar e editar as zonas como uma porcentagem da sua reserva de frequência cardíaca (frequência cardíaca máxima menos a frequência cardíaca de descanso).

### Sobre zonas de frequência cardíaca

Muitos atletas utilizam zonas de frequência cardíaca para medir e aumentar sua força cardiovascular e melhorar seu nível de treino. A zona de frequência cardíaca é um intervalo definido de batimentos cardíacos por minuto. As cinco zonas de frequência cardíaca são numeradas de 1 a 5 de acordo com o aumento da intensidade. Geralmente, as zonas de frequência cardíaca são calculadas com base na porcentagem de sua frequência cardíaca máxima.

### Objetivos de treino

Conhecer suas zonas de frequência cardíaca pode ajudar você a mensurar e melhorar seu treino entendendo e aplicando esses princípios.

- Sua frequência cardíaca é uma boa medida de intensidade do exercício.
- Treinar em certas zonas de frequência cardíaca pode ajudar você a melhorar sua capacidade cardiovascular e força.

Se você sabe qual é sua frequência cardíaca máxima, pode usar a tabela ([Cálculos da zona de frequência cardíaca, página 30](#)) para determinar a melhor zona de frequência cardíaca para seus objetivos de treino.

Se você não sabe sua frequência cardíaca máxima, use uma das calculadoras disponíveis na Internet. Algumas academias e clínicas podem fornecer um teste que mede a frequência cardíaca máxima. A frequência cardíaca mínima padrão é 220 menos sua idade.

### Percepção situacional

Seu dispositivo Edge pode ser usado com faróis inteligentes para bicicleta Varia™ e radar retrovisor para melhorar a visão do local. Consulte o manual do proprietário do seu dispositivo Varia para obter mais informações.

**OBSERVAÇÃO:** talvez você precise atualizar o software Edge antes de emparelhar Varia dispositivos ([Atualização de software usando o Garmin Express, página 28](#)).

## Histórico

O histórico inclui tempo, distância, calorias, velocidade, dados das voltas, elevação, além de informações opcionais do sensor ANT+.

**OBSERVAÇÃO:** o histórico não é gravado quando o cronômetro está parado ou em pausa.

Quando a memória do dispositivo estiver cheia, uma mensagem será exibida. O dispositivo não exclui ou substitui o seu histórico automaticamente. Carregue seu histórico no Garmin Connect periodicamente a fim de controlar todos os seus dados de percurso.

## Visualizando percursos

- 1 Selecione  > Histórico > Passeios.
- 2 Selecione um percurso.
- 3 Selecione uma opção.

## Visualizando totais de dados

É possível exibir os dados acumulados salvos no dispositivo, incluindo o número de percursos, o tempo, a distância e as calorias.

Selecione  > Histórico > Totais.

## Excluir totais de dados

- 1 Selecione  > Histórico > Totais.
- 2 Selecione uma opção:
  - Selecione  para excluir todos os totais de dados do histórico.
  - Selecione um perfil de atividade para excluir os totais de dados acumulados para um único perfil.
- 3 **OBSERVAÇÃO:** isso não exclui quaisquer atividades salvas.
- 3 Selecione .

## Excluindo um percurso

- 1 Selecione  > Histórico > Passeios.
- 2 Selecione um percurso.
- 3 Selecione  > Excluir > .

## Recordes pessoais

Ao concluir um percurso, o dispositivo exibirá todos os novos registros pessoais atingidos por você durante esse percurso. Os registros pessoais incluem seu tempo mais rápido com relação a uma distância padrão, o maior percurso e a maior elevação alcançada durante um percurso.

## Visualizando seus recordes pessoais

Selecione  > Minhas estatísticas > Recordes pessoais.

## Revertendo um registro pessoal

Você pode definir um recorde pessoal para o recorde gravado anteriormente.

- 1 Selecione  > Minhas estatísticas > Recordes pessoais.
- 2 Selecione um registro para reverter.
- 3 Selecione **Registro anterior** > .

**OBSERVAÇÃO:** isso não exclui quaisquer atividades salvas.

## Excluindo um registro pessoal

- 1 Selecione  > Minhas estatísticas > Recordes pessoais.
- 2 Selecione um registro pessoal.
- 3 Selecione  > .

## Garmin Connect

Você pode se conectar com seus amigos no Garmin Connect. O Garmin Connect oferece ferramentas para localizar, analisar, compartilhar e encorajar uns aos outros. Grave os eventos de seu estilo de vida ativo incluindo corridas, caminhadas, percursos, natação, escaladas, triatlo e muito mais.

Você pode criar sua conta gratuita do Garmin Connect ao emparelhar o dispositivo com seu celular usando o aplicativo Garmin Connect Mobile ou acessando [connect.garmin.com](http://connect.garmin.com).

**Armazene suas atividades:** após completar e salvar uma atividade em seu dispositivo, você pode carregar esta atividade no Garmin Connect e mantê-la salva por quanto tempo quiser.

**Analise suas informações:** você pode exibir informações mais detalhadas sobre sua atividade, incluindo tempo, distância, elevação, frequência cardíaca, calorias queimadas, cadência, visualização elevada do mapa, gráficos de ritmo e de velocidade, além de relatórios personalizáveis.

**OBSERVAÇÃO:** algumas informações exigem acessórios opcionais, como um monitor de frequência cardíaca.



**Compartilhe suas atividades:** você e seus amigos podem se conectar e seguir as atividades uns dos outros ou publicar suas atividades nas suas redes sociais favoritas.

## Enviando seu trajeto para Garmin Connect

- Sincronize seu dispositivo Edge com o aplicativo Garmin Connect Mobile em seu smartphone.
- Utilize o cabo USB fornecido com seu dispositivo Edge para enviar dados de percurso para sua conta Garmin Connect no seu computador.

## Gerenciamento de dados

**OBSERVAÇÃO:** o dispositivo não é compatível com Windows® 95, 98, Me, Windows NT® e Mac® OS 10.3 e versões anteriores.

## Conectando o dispositivo ao computador

### AVISO

Para evitar corrosão, seque cuidadosamente a mini-porta USB, a capa contra intempéries e a área envolvente antes de carregar ou ligar o dispositivo a um computador.

- 1 Levante a cobertura de proteção da porta USB.
- 2 Conecte a extremidade menor do cabo USB à porta USB.
- 3 Conecte a extremidade maior do cabo USB à porta USB do computador.

O dispositivo é exibido como uma unidade removível em Meu Computador em computadores Windows e como um volume montado em computadores Mac.

## Transferindo arquivos para seu dispositivo

### 1 Conecte o dispositivo ao computador.

Em computadores Windows, o dispositivo é exibido como uma unidade removível ou um dispositivo portátil.

Em computadores Mac, o dispositivo é exibido como um volume montado.

**OBSERVAÇÃO:** alguns computadores com diversas unidades de rede não podem exibir unidades de dispositivo corretamente. Consulte a documentação do sistema operacional para saber como mapear a unidade.

### 2 No computador, abra o navegador de arquivos.

### 3 Selecione um arquivo.

### 4 Selecione **Editar > Copiar**.

### 5 Abra o dispositivo portátil, a unidade ou o volume do dispositivo.

### 6 Navegue até uma pasta.

### 7 Selecione **Editar > Colar**.

O arquivo aparecerá na lista de arquivos na memória do dispositivo.

## Excluindo arquivos

### AVISO

Se você não souber a finalidade de um arquivo, não o exclua. A memória do dispositivo contém arquivos do sistema importantes que não devem ser excluídos.

### 1 Abra a unidade **Garmin** ou o volume.

### 2 Se necessário, uma pasta ou o volume.

### 3 Selecione um arquivo.

### 4 Pressione a tecla **Excluir** no teclado.

**OBSERVAÇÃO:** se você está usando um computador Apple®, é necessário esvaziar a pasta Lixo para remover os arquivos completamente.

## Desconectando o cabo USB

Se seu dispositivo estiver conectado a um computador como uma unidade removível ou volume, você deverá desconectá-lo com segurança do computador para evitar perda de dados. Se o dispositivo estiver conectado ao computador Windows como um dispositivo portátil, não será necessário desconectá-lo com segurança.

### 1 Execute uma ação:

- Em computadores Windows selecione o ícone **Remover hardware com segurança** na bandeja do sistema e selecione seu dispositivo.
- Para computadores Apple, selecione o dispositivo e selecione **Arquivo > Ejetar**.

### 2 Desconecte o cabo do computador.

## Personalizar seu dispositivo

## Recursos para download do Connect IQ

Você pode adicionar recursos de Connect IQ ao seu dispositivo a partir de Garmin e outros fornecedores usando o aplicativo Connect IQ Mobile.

**Campos de dados:** permite que você faça o download de novos campos de dados que mostrem dados de sensor, atividade e histórico de novas formas. Você pode adicionar campos de dados do Connect IQ a recursos e páginas integrados.

**Widgets:** fornece informações gerais, incluindo dados do sensor e notificações.

**Aplicativos:** adiciona recursos interativos a seu dispositivo, como novos tipos de atividades de condicionamento físico e atividades em ambientes externos.

## Download de recursos do Connect IQ utilizando o computador

- 1 Conecte o dispositivo ao computador usando um cabo USB.
- 2 Acesse [apps.garmin.com](http://apps.garmin.com) e efetue login.
- 3 Selecione um recurso do Connect IQ e faça o download.
- 4 Siga as instruções na tela.

## Configurando seu perfil de usuário

É possível atualizar as configurações de sexo, idade, peso e altura. O dispositivo utiliza essas informações para calcular dados precisos de percurso.

- 1 Selecione  > **Minhas estatísticas** > **Perfil de usuário**.
- 2 Selecione uma opção.

## Atualizar suas configurações de percurso

- 1 Selecione  > **Config. percurso**.
- 2 Selecione uma opção:
  - Selecione **Telas de dados** para personalizar as telas de dados e os campos de dados ([Como editar uma tela de dados, página 21](#)).
  - Selecione **Alertas** para personalizar os alertas de treinamento ([Alertas, página 21](#)).
  - Selecione **Recursos automáticos** > **Auto Lap** para configurar como as voltas serão acionadas ([Marcando voltas por posição, página 22](#)).
  - Selecione **Recursos automáticos** > **Descanso automático** para entrar automaticamente no modo de descanso após cinco minutos de inatividade ([Usando o descanso automático, página 23](#)).
  - Selecione **Recursos automáticos** > **Auto Pause** para alterar o tempo em que o temporizador fará uma pausa automática ([Usando o Auto Pause, página 23](#)).
  - Selecione **Recursos automáticos** > **Rolagem automática** para personalizar a exibição das páginas de dados de treinamento quando o temporizador estiver em execução ([Utilizando rolagem automática, página 23](#)).
  - Selecione **Modo de início do timer** para personalizar como o dispositivo detecta o início de um percurso e inicia automaticamente o temporizador ([Iniciando o timer automaticamente, página 24](#)).
  - Selecione **Indicações de navegação** para mostrar avisos de navegação trecho a trecho como texto ou no mapa.
  - Selecione **Mapa** para personalizar as configurações de mapa ([Configurações do mapa, página 11](#)).
  - Selecione **Rota** para personalizar as configurações de rota ([Configurações de rotas, página 12](#)).

Todas as alterações são salvas nas configurações do percurso.

## Como adicionar uma tela de dados

- 1 Selecione  > **Config. percurso**.
- 2 Selecione **Telas de dados** > **Adic. novo** > **Tela de dados**.
- 3 Selecione uma categoria e selecione um ou mais campos de dados.
- 4 Selecione .
- 5 Selecione uma opção.
  - Selecione outra categoria para selecionar mais campos de dados.
  - Selecione .
- 6 Selecione  ou  para mudar o layout.
- 7 Selecione .
- 8 Selecione uma opção.
  - Toque duas vezes em um campo de dados para alterá-lo.
  - Toque em um campo de dados e, em seguida, em outro campo de dados para reorganizá-los.
- 9 Selecione .

## Como editar uma tela de dados

- 1 Selecione  > **Config. percurso**.
- 2 Selecione **Telas de dados**.
- 3 Selecione uma tela de dados.
- 4 Selecione **Camp. dados e layouts**.
- 5 Selecione uma categoria, os campos de dados para adicionar ou remover e selecione  > .
- 6 Selecione  ou  para mudar o layout.
- 7 Selecione .
- 8 Selecione uma opção.
  - Toque duas vezes em um campo de dados para alterá-lo.
  - Toque em um campo de dados e, em seguida, em outro campo de dados para reorganizá-los.
- 9 Selecione .

## Como reorganizar telas de dados

- 1 Selecione  > **Config. percurso**.
- 2 Selecione **Telas de dados** > .
- 3 Selecione uma tela de dados.
- 4 Selecione  ou .
- 5 Selecione .

## Alertas

Você pode usar alertas para treinar com metas específicas de tempo, distância, calorias, frequência cardíaca e cadênciा.

## Configurando alertas de intervalo

Se você tiver um monitor de frequência cardíaca ou sensor de cadência opcional, você pode configurar alertas de intervalo. Um alerta de intervalo notifica você quando a medição do dispositivo estiver acima ou abaixo de um determinado intervalo de valores. Por exemplo, você pode configurar o dispositivo para alertá-lo quando sua frequência cardíaca estiver abaixo de 90 BPM e acima de 160 BPM ([Configurando suas zonas de frequência cardíaca, página 16](#)).

- 1 Selecione  > **Config. percurso** > **Alertas**.
- 2 Selecione **Alert. freq cardíaca** ou **Alerta de cadência**.
- 3 Se necessário, ative o alerta.
- 4 Selecione os valores mínimo e máximo, ou selecione as zonas.
- 5 Se necessário, selecione .

Sempre que ultrapassar o limite superior ou inferior da faixa especificada, uma mensagem é exibida. O dispositivo também emite um sinal sonoro se os sons estiverem habilitados ([Ligando e desligando os toques do dispositivo, página 25](#)).

## Configurando um alerta recorrente

Um alerta recorrente notifica você sempre que o dispositivo registrar um intervalo ou valor especificado. Por exemplo, é possível definir o dispositivo para alertar você a cada 30 minutos.

- 1 Selecione  > **Config. percurso**.
- 2 Selecione **Alertas**.
- 3 Selecione um tipo de alerta.
- 4 Ligue o alerta.
- 5 Insira um valor.
- 6 Selecione .

Sempre que atingir o valor do alerta, uma mensagem será exibida. O dispositivo também emite um sinal sonoro se os sons estiverem habilitados ([Ligando e desligando os toques do dispositivo, página 25](#)).

## Auto Lap<sup>®</sup>

### Marcando voltas por posição

Você pode usar o recurso Auto Lap para marcar automaticamente a volta a uma posição especificada. Este recurso é útil para comparar o seu desempenho em diversas partes de um percurso (por exemplo, uma subida longa ou treino de curta distância). Durante os cursos, você pode usar a opção Por posição para acionar voltas em todas as posições da volta salvas no curso.

- 1 Selecione  > **Config. percurso**.
- 2 Selecione **Recursos automáticos** > **Auto Lap** > **Disparador de Auto Lap** > **Por posição** > **Volta em**.
- 3 Selecione uma opção:
  - Selecione **Somente pressionar volta** para acionar o contador de voltas sempre que você selecionar  e sempre que você passar novamente por um desses locais.
  - Selecione **Início e volta** para acionar o contador de voltas no local do GPS onde você selecionar  e em qualquer local durante o percurso quando selecionar .
  - Selecione **Marca e volta** para acionar o contador de voltas em um local marcado específico do GPS antes de o percurso em qualquer local durante o percurso quando selecionar .
- 4 Se necessário, você pode personalizar os campos de dados de voltas ([Como editar uma tela de dados, página 21](#)).

## Marcando voltas por distância

Você pode usar o recurso Auto Lap para marcar automaticamente a volta a uma distância especificada. Este recurso é útil para comparar o seu desempenho em diversos momentos de um percurso (por exemplo, a cada 40 km ou 10 milhas).

- 1 Selecione  > **Config. percurso**.
- 2 Selecione **Recursos automáticos > Auto Lap > Disparador de Auto Lap > Por distância > Volta em**.
- 3 Insira um valor.
- 4 Se necessário, personalize os campos de dados da volta ([Como editar uma tela de dados, página 21](#)).

## Marcação de voltas por tempo

Você pode usar o recurso Auto Lap para marcar automaticamente a volta em um tempo específico. Esse recurso é útil para comparar o seu desempenho em diversos momentos de um percurso (por exemplo, a cada 20 minutos).

- 1 Selecione  > **Config. percurso**.
- 2 Selecione **Recursos automáticos > Auto Lap > Disparador de Auto Lap > Cumulativo > Volta em**.
- 3 Insira um valor.
- 4 Se necessário, personalize os campos de dados da volta ([Como editar uma tela de dados, página 21](#)).

## Usando o descanso automático

Você pode usar o recurso Descanso automático para automaticamente entrar no modo de descanso após 5 minutos de inatividade. Durante modo de descanso, a tela ficará desligada e os sensores ANT+, Bluetooth e o GPS ficam desconectados.

- 1 Selecione  > **Config. percurso**.
- 2 Selecione **Recursos automáticos > Descanso automático**.

## Usando o Auto Pause

Você pode usar o recurso Auto Pause<sup>®</sup> para pausar o timer automaticamente quando parar de se mexer ou quando a sua velocidade cair abaixo de um valor especificado. Este recurso é útil se o seu percurso incluir semáforos ou outros locais onde você deverá diminuir a velocidade ou parar.

**OBSERVAÇÃO:** o histórico não é gravado quando o cronômetro está parado ou em pausa.

- 1 Selecione  > **Config. percurso**.
- 2 Selecione **Recursos automáticos > Auto Pause**.
- 3 Selecione uma opção:
  - Selecione **Quando parado** para pausar o timer automaticamente quando parar de se mexer.
  - Selecione **Velocidade personal.** para pausar o timer automaticamente quando sua velocidade cair abaixo de um valor especificado.
- 4 Se necessário, você pode personalizar os campos de dados de tempo opcionais ([Como editar uma tela de dados, página 21](#)).

## Utilizando rolagem automática

Você pode usar o recurso Rolagem automática para percorrer automaticamente todas as telas de dados de treinamento enquanto o timer está em funcionamento.

- 1 Selecione  > **Config. percurso**.
- 2 Selecione **Recursos automáticos > Rolagem automática**.
- 3 Selecione uma velocidade a ser exibida.

## Iniciando o timer automaticamente

Este recurso detecta automaticamente quando o dispositivo captou o sinal do satélite e está em movimento. Ele inicia o timer de atividade ou lembra que você deve iniciá-lo para que possa registrar os dados do seu percurso.

1 Selecione  > **Config. percurso**.

2 Selecione **Modo de início do timer**.

3 Selecione uma opção:

- Selecione **Manual** e, em seguida, selecione  para iniciar o timer de atividade.
- Selecione **Avisado** para exibir um aviso visual quando você atingir a velocidade do aviso de início.
- Selecione **Automático** para iniciar o timer de atividade automaticamente quando você atingir a velocidade de início.

## Configurações do telefone

Selecione  > **Recursos conectados** > **Telefone**.

**Ativar**: ativa a tecnologia sem fio Bluetooth.

**OBSERVAÇÃO**: outras configurações Bluetooth são exibidas somente quando a tecnologia sem fio Bluetooth estiver ativada.

**Apelido**: permite que você insira um apelido que identifica seus dispositivos com tecnologia sem fio Bluetooth.

**Emparelhar smartphone**: conecta seu dispositivo com um smartphone habilitado para Bluetooth compatível.

Esta configuração permite que você utilize os recursos Bluetooth conectados, incluindo LiveTrack e carregamentos de atividades para o Garmin Connect.

**Alertas de cham. e de texto**: permite que você ative as notificações do telefone pelo seu smartphone compatível.

**Chamadas e textos perdidos**: exibe notificações de chamadas telefônicas perdidas de seu smartphone compatível.

**Assinatura da resposta do texto**: ativa assinaturas em suas respostas de mensagens de texto.

## Modo convidado

O modo convidado permite que você limite os recursos e configurações disponíveis antes de compartilhar o dispositivo com um usuário convidado.

### Ativar o modo convidado

1 Selecione  > **Modo convidado** > **Ativar**.

2 Selecione uma opção:

- Para ativar o modo convidado e solicitar um código para desativá-lo, selecione , insira um código de 4 dígitos e selecione .
- Para ativar o modo convidado sem solicitar um código, selecione .

O dispositivo limita as configurações disponíveis para personalização.

### Desativar o modo convidado

1 Selecione  > **Modo convidado** > **Ativar**.

2 Se necessário, insira o código de 4 dígitos e selecione .

**OBSERVAÇÃO**: após três tentativas incorretas, você será solicitado a inserir o código de desbloqueio universal: Garmin.

3 Selecione uma opção:

- Selecione  para restaurar as configurações do dispositivo usadas antes da ativação do modo convidado.
- Selecione  para manter as configurações do dispositivo usadas enquanto o modo convidado esteve ativado.

## Configurações do sistema

Selecione  > Sistema.

- Configurações de GPS (*Ativar ou desativar o GPS*, página 25)
- Configurações de cor (*Alterando a cor de destaque*, página 25)
- Configurações do visor (*Configurações do visor*, página 25)
- Configurações do registro de dados (*Configurações do registro de dados*, página 25)
- Configurações da unidade (*Definindo as unidades de medida*, página 25)
- Configurações de toque (*Ligando e desligando os toques do dispositivo*, página 25)
- Configurações de idioma (*Alterando o idioma do dispositivo*, página 26)

### Ativar ou desativar o GPS

Você pode desligar o GPS quando estiver treinando em ambientes internos ou para economizar a carga da bateria.

Selecione  > Sistema > Modo GPS.

### Alterando a cor de destaque

Você pode alterar a cor de destaque no dispositivo.

1 Selecione  > Sistema > Cor.

2 Selecione uma cor de destaque.

### Configurações do visor

Selecione  > Sistema > Visor.

**Brilho:** define o brilho da luz de fundo.

**Tempo máx luz fundo:** define o período de tempo em que a luz de fundo permanecerá acesa.

**Modo Cor:** define o dispositivo para apresentar cores diurnas ou noturnas. É possível selecionar a opção Automático para permitir que o dispositivo defina automaticamente cores diurnas ou noturnas com base na hora do dia.

**Capt. imagem:** permite salvar a imagem da tela do dispositivo.

### Configurações do registro de dados

Selecione  > Sistema > Registro de dados.

**Intervalo de gravação:** controla a forma como o dispositivo registra dados de atividade. A opção Inteligente grava os pontos principais onde você muda de direção, velocidade ou frequência cardíaca. A opção 1 segundo registra pontos a cada segundo. Cria um registro bastante detalhado de sua atividade e aumenta o tamanho do arquivo de registro de atividades.

**Cadência média:** controla se o dispositivo inclui valores de zero para dados de cadência que ocorrem quando você não está pedalando. A configuração padrão exclui os valores zero que ocorrem quando você não está pedalando.

**HRV de log:** configura o dispositivo para gravar sua variação de frequência cardíaca durante uma atividade.

### Definindo as unidades de medida

Você pode personalizar unidades de medida para distância e velocidade, elevação, peso, formato da posição e formato de tempo.

1 Selecione  > Sistema > Unidades.

2 Selecione um tipo de medida.

3 Selecione uma unidade de medida para a configuração.

### Ligando e desligando os toques do dispositivo

Selecione  > Sistema > Toques.

## Alterando o idioma do dispositivo

Selecione  > Sistema > Idioma.

## Fusos horários

Sempre que você ativar o dispositivo e conseguir sinais de satélite, ou sincronizar com seu smartphone, o dispositivo detectará automaticamente seu fuso horário e a hora atual.

# Informações sobre o dispositivo

## Especificações

Tipo de bateria	Recarregável, bateria de íon de lítio integrada
Duração da bateria	Até 12 horas.
Intervalo de temperatura de funcionamento	De -20 ° a 60 °C (de -4 ° a 140 °F)
Intervalo de temperatura de carregamento	De 0 °C a 45 °C (de 32 °F a 113 °F)
Frequência/protocolo sem fio	2,4 GHz a 4 dBm nominal
Classificação de impermeabilidade	IEC 60529 IPX7 <sup>1</sup>

## Cuidados com o dispositivo

### AVISO

Não coloque o dispositivo em locais com exposição prolongada a temperaturas extremas, pois isso pode causar danos permanentes.

Nunca use um objeto duro ou pontiagudo para operar a tela sensível ao toque. Isso pode causar danos.

Evite produtos químicos, solventes, e repelentes de insetos que possam danificar os componentes de plástico e acabamentos.

Fixe bem a capa contra intempéries para evitar danos à porta USB.

## Limpando o dispositivo

1 Limpe o dispositivo usando um pano umedecido com solução de detergente neutro.

2 Seque-o com um pano.

Após a limpeza, deixe o dispositivo secar completamente.

# Solução de problemas

## Redefinindo o dispositivo

Se o dispositivo parar de responder, pode ser necessário reiniciá-lo. Isso não apaga seus dados nem suas configurações.

Mantenha a tecla  pressionada por 10 segundos.

O dispositivo é reiniciado e ligado.

## Como restaurar as configurações-padrão

Você pode restaurar as definições de configuração-padrão e os perfis de atividade. Isso não removerá seu histórico ou dados de atividade, tais como passeios, exercícios e percursos.

Selecione  > Sistema > Redefinir dispositivo > Restaurar configurações padrão > .

<sup>1</sup> O dispositivo é resistente a exposição accidental à água de até 1 m de profundidade por até 30 min. Para obter mais informações, acesse [www.garmin.com/waterrating](http://www.garmin.com/waterrating).

## Limpeza de dados do usuário e configurações

Você pode limpar todos os dados de usuário e restaurar o dispositivo para sua configuração inicial. Isso removerá seu histórico e dados, tais como passeios, exercícios e percursos, bem como redefinirá as configurações do dispositivo e os perfis de atividade. Isso não removerá quaisquer arquivos adicionados ao dispositivo a partir do seu computador.

Selecione  > Sistema > Redefinir dispositivo > Apagar dados e configurações > .

## Maximizando a vida útil da bateria

- Ligar o **Modo de economia de bateria** (*Ativando o modo de economia de bateria, página 27*).
- Diminui o brilho da luz de fundo (*Utilizando a luz de fundo, página 2*) ou diminui o tempo limite da luz de fundo (*Configurações do visor, página 25*).
- Selecione o intervalo de registro **Inteligente** (*Configurações do registro de dados, página 25*).
- Ligue o recurso **Descanso automático** (*Usando o descanso automático, página 23*).
- Desligue o recurso sem fio **Telefone** (*Configurações do telefone, página 24*).
- Selecione a configuração do **GPS** (*Ativar ou desativar o GPS, página 25*).
- Remova os sensores sem fio que você não usa mais.

## Ativando o modo de economia de bateria

O modo de economia de bateria ajusta automaticamente as configurações para aumentar a vida útil da bateria para percursos mais longos. Durante uma atividade, a tela desliga. Você pode ativar alertas automáticos e tocar na tela para ativá-la. O modo de economia de bateria registra os pontos do trajeto do GPS e os dados do sensor com menos frequência. A precisão dos dados de velocidade, distância e trajeto é reduzida.

**OBSERVAÇÃO:** o histórico é gravado no modo de economia de bateria quando o timer está ligado.

- 1 Selecione  > **Modo de economia de bateria** > **Ativar**.
- 2 Selecione os alertas que ativam a tela durante uma atividade.

## Meu telefone não se conecta ao dispositivo

- Aproxime o dispositivo de seu smartphone.
- Se seus dispositivos já estiverem emparelhados, desligue Bluetooth em ambos os dispositivos e ligue novamente.
- Se seus dispositivos não estiverem emparelhados, ative a tecnologia sem fio Bluetooth em seu smartphone.
- Em seu smartphone, abra o aplicativo móvel Garmin Connect, selecione  ou , e selecione **Dispositivos Garmin** > **Adicionar dispositivo** para iniciar o modo de emparelhamento.
- No dispositivo, deslize o dedo para baixo na tela inicial para ver o widget de configurações e selecione **Telefone** > **Emparelhar smartphone** para entrar no modo de emparelhamento.

## Aprimorando a receptação de satélite do GPS

- Sincronize o dispositivo à sua Garmin Connect conta:
  - Conecte seu dispositivo a um computador usando o cabo USB e o aplicativo Garmin Express™.
  - Sincronize seu dispositivo ao Garmin Connect app para dispositivo móvel usando seu Bluetooth smartphone habilitado.
- Enquanto você estiver conectado à Garmin Connect conta, o dispositivo baixará vários dias de dados do satélite, permitindo localizar rapidamente os sinais do satélite.
- Leve o seu dispositivo a uma área aberta, distante de prédios altos e árvores.
- Fique parado por alguns minutos.

## Meu dispositivo está com o idioma errado

- 1 Selecione .
- 2 Role para baixo até o último item na lista e selecione-o.
- 3 Role para baixo até o sétimo item na lista e selecione-o.
- 4 Selecione seu idioma.

## Anéis O-ring de substituição

Pulseiras de substituição (anéis O-ring) estão disponíveis para os suportes.

**OBSERVAÇÃO:** use apenas braçadeiras sobressalentes de EPDM (monômero de etileno-propileno-dieno). Acesse <http://buy.garmin.com> ou entre em contato com seu revendedor Garmin.

## Visualizando informações do dispositivo

- 1 Selecione  > Sistema > Sobre.
- 2 Selecione uma opção.
  - Selecione **Informações regulamentares** para ver as informações regulamentares e o número do modelo.
  - Selecione **Informações sobre direitos autorais** para visualizar as informações sobre o software, o ID da unidade e o contrato de licença.

## Atualização de software usando o Garmin Express

Antes de poder atualizar o software do seu dispositivo, é necessário ter uma conta do Garmin Connect e fazer o download do aplicativo Garmin Express.

- 1 Conecte o dispositivo ao computador usando o cabo USB.  
Quando o novo software estiver disponível, o Garmin Express envia-o para o seu dispositivo.
- 2 Siga as instruções na tela.
- 3 Não desconecte o dispositivo do computador durante o processo de atualização.

## Atualizações do produto

Em seu computador, instale o Garmin Express ([www.garmin.com/express](http://www.garmin.com/express)).

Isso fornece fácil acesso a esses serviços para dispositivos Garmin:

- Atualizações de software
- Atualizações de mapa
- Registro do produto

## Obter mais informações

- Consulte [support.garmin.com](http://support.garmin.com) para manuais adicionais, artigos e atualizações de software.
- Acesse [www.garmin.com/intosports](http://www.garmin.com/intosports).
- Acesse [www.garmin.com/learningcenter](http://www.garmin.com/learningcenter).
- Acesse [buy.garmin.com](http://buy.garmin.com) ou entre em contato com seu revendedor Garmin para obter informações sobre acessórios opcionais e peças de substituição.

# Apêndice

## Campos de dados

Alguns campos de dados exigem acessórios ANT+ para exibir os dados.

**Cadênci a:** ciclismo. Número de rotações do braço da manivela. O dispositivo tem de estar conectado a um acessório de cadênci a para esses dados serem exibidos.

**Cadênci a - Méd.:** ciclismo. A cadênci a média para a atividade atual.

**Cadênci a - Volta:** ciclismo. A cadênci a média para a volta atual.

**Calorias:** a quantidade total de calorias queimadas.

**Descida total:** a distância de elevação total de descida desde a última zerada.

**Direção:** a direção para onde se desloca.

**Dist. ponto do percurso:** a distância restante até o próximo ponto do percurso.

**Distância:** a distância percorrida do trajeto ou da atividade atual.

**Distância até destino:** a distância que falta até o destino final. É necessário estar navegando para que estes dados sejam exibidos.

**Distância restante:** durante um percurso, a distância restante quando você estiver usando uma meta de distância.

**Distância - Volta:** a distância percorrida para a volta atual.

**Dist. até próx:** a distância restante até a próxima parada na rota. É necessário estar navegando para que estes dados sejam exibidos.

**Elevação:** a altitude da sua localização atual acima ou abaixo do nível do mar.

**Estado do ângulo do feixe:** o modo do farol.

**FC:** sua frequênci a cardíaca em batidas por minuto (bpm). O dispositivo deve estar conectado a um monitor de frequênci a cardíaco compatível.

**FC - %Máx:** a porcentagem máxima de frequênci a cardíaca.

**FC - Média:** a frequênci a cardíaca média para a atividade atual.

**FC - Volta:** a frequênci a cardíaca média para a volta atual.

**HEC no destino:** a hora do dia prevista para chegada no destino final (ajustado à hora local do destino). É necessário estar navegando para que estes dados sejam exibidos.

**HEC no próximo:** o horário previsto do dia que você chegará à próxima parada na rota (ajustado para o horário local da parada). É necessário estar navegando para que estes dados sejam exibidos.

**Hora de ir:** durante um percurso, o tempo restante quando você estiver usando uma meta de tempo.

**Hora do dia:** a hora do dia com base na sua localização atual e definições de hora (formato, fuso horário, o horário de verão).

**Integridade da bateria:** a energia restante da bateria de um acessório de iluminação da bicicleta.

**Intensidade do sinal do GPS:** a intensidade do sinal de satélite GPS.

**Local no destino:** o último ponto na rota ou no curso.

**Local no próximo:** o próximo ponto na rota ou no curso.

**Luzes conectadas:** o número de luzes conectadas.

**Modo de luz:** o modo de configuração da rede de luzes.

**Nascer do sol:** a hora do nascer do sol com base na posição do GPS.

**Nível da bateria:** bateria restante.

**Odômetro:** uma contagem constante da distância percorrida em todas as viagens. Este total não é apagado ao redefinir os dados de viagem.

**Pôr do sol:** a hora do pôr do sol com base na posição do GPS.

**Precisão do GPS:** a margem de erro de sua localização exata. Por exemplo, sua localização por GPS tem uma margem de erro de +/- 3,65 m (12 pés).

**Subida p/ próximo ponto do percurso:** a subida restante até o próximo ponto do percurso.

**Subida restante:** durante um percurso, a subida restante quando você estiver usando uma meta de elevação.

**Subida total:** a distância de elevação total de subida desde a última zerada.

**Tempo:** o tempo do cronômetro para a atividade atual.

**Tempo - Decorrido:** tempo total registrado. Por exemplo, se você iniciar o temporizador e correr por 10 minutos, depois pará-lo por 5 minutos e, em seguida, iniciá-lo e correr por mais 20 minutos, seu tempo transcorrido será de 35 minutos.

**Tempo - Volta:** o tempo do cronômetro para a volta atual.

**Tempo - Volta média:** o tempo médio da volta para a atividade atual.

**Tpo até dest.:** a estimativa de tempo restante antes de chegar ao destino. É necessário estar navegando para que estes dados sejam exibidos.

**Tpo até próx.:** a estimativa de tempo restante antes de chegar à próxima parada na rota. É necessário estar navegando para que estes dados sejam exibidos.

**Velocidade:** a taxa atual do percurso.

**Velocidade - Máximo:** a velocidade máxima para a atividade atual.

**Velocidade - Média:** a velocidade média para a atividade atual.

**Velocidade - Volta:** a velocidade média para a volta atual.

**Volta:** o número de voltas concluídas para a atividade atual.

**Zona freq:** a faixa atual de sua frequência cardíaca (1 a 5). As zonas padrão baseiam-se no seu perfil de usuário e na frequência cardíaca máxima (220 menos a sua idade).

## Cálculos da zona de frequência cardíaca

Zona	% da frequência cardíaca máxima	Esforço sentido	Benefícios
1	50–60%	Ritmo fácil e descontraído, respiração ritmada	Nível de iniciação de treino aeróbico, reduz o stress
2	60–70%	Ritmo confortável, respiração um pouco mais profunda, é possível falar	Treino cardiovascular básico, bom ritmo de recuperação
3	70–80%	Ritmo moderado, maior dificuldade em falar	Capacidade aeróbica superior, treino cardiovascular ideal
4	80–90%	Ritmo rápido e um pouco desconfortável, esforço respiratório	Capacidade e limite anaeróbico superior, aumento de velocidade
5	90–100%	Ritmo de sprint, insustentável por um longo período de tempo, respiração dificultada	Resistência anaeróbica e muscular, aumento da potência

## **Tamanho da roda e circunferência**

Seu sensor de velocidade detecta automaticamente o tamanho da roda. Se necessário, você pode inserir manualmente a circunferência da roda nas configurações do sensor de velocidade.

O tamanho do pneu está indicado nos dois lados do pneu. Esta não é uma lista abrangente. Você também pode medir a circunferência da roda ou usar uma das calculadoras disponíveis na internet.

Tamanho do pneu	Circunferência da roda (mm)
20 x 1,75	1515
20 x 1-3/8	1615
22 x 1-3/8	1770
22 x 1-1/2	1785
24 x 1	1753
24 x Tubular de 3/4	1785
24 x 1-1/8	1795
24 x 1,75	1890
24 x 1-1/4	1905
24 x 2,00	1925
24 x 2,125	1965
26 x 7/8	1920
26 x 1-1,0	1913
26 x 1	1952
26 x 1,25	1953
26 x 1-1/8	1970
26 x 1,40	2005
26 x 1,50	2010
26 x 1,75	2023
26 x 1,95	2050
26 x 2,00	2055
26 x 1-3/8	2068
26 x 2,10	2068
26 x 2,125	2070
26 x 2,35	2083
26 x 1-1/2	2100
26 x 3,00	2170
27 x 1	2145
27 x 1-1/8	2155
27 x 1-1/4	2161
27 x 1-3/8	2169
29 x 2,1	2288

Tamanho do pneu	Circunferência da roda (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
Tubular de 700C	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

## Exposição à radiofrequência

Este dispositivo é um transmissor e receptor móvel que utiliza a sua antena para enviar e receber baixos níveis de energia de radiofrequência (RF) para comunicações de voz e dados. O dispositivo emite energia de RF abaixo dos limites divulgados quando utilizado no modo de potência máxima de saída e com acessórios Garmin autorizados. Para cumprir os requisitos de exposição de RF da FCC, o dispositivo somente deve ser utilizado em um suporte compatível ou instalado de acordo com as instruções de instalação. O dispositivo não deve ser utilizado com outras configurações.

Este dispositivo não deve ser repositionado ou operado em conjunto com qualquer outro transmissor ou antena.

[support.garmin.com](https://support.garmin.com)

