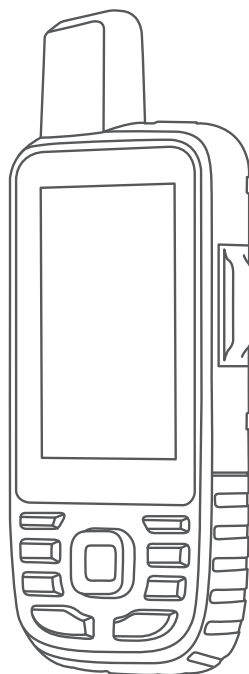


GARMIN®



GPSMAP® 66i

Användarhandbok

© 2019 Garmin Ltd. eller dess dotterbolag

Med ensamrätt. I enlighet med upphovsrättslagarna får den här handboken inte kopieras, helt eller delvis, utan ett skriftligt godkännande från Garmin. Garmin förbehåller sig rätten att ändra eller förbättra sina produkter och att förändra innehållet i den här handboken utan skyldighet att meddela någon person eller organisation om sådana ändringar eller förbättringar. Gå till www.garmin.com om du vill ha aktuella uppdateringar och tilläggsinformation gällande användningen av den här produkten.

Garmin®, Garmin logotypen, ANT+®, Auto Lap®, AutoLocate®, GPSMAP®, inReach®, TracBack®, VIRB® och Xero® är varumärken som tillhör Garmin Ltd. eller dess dotterbolag och är registrerade i USA och andra länder. chirp™, Connect IQ™, Garmin Connect™, Garmin Explore™, Garmin Express™, Garmin Response™ och tempe™ är varumärken som tillhör Garmin Ltd. eller dess dotterbolag. De här varumärkena får inte användas utan skriftligt tillstånd från Garmin.

Android™ är ett varumärke som tillhör Google Inc. Apple®, iPhone® och Mac® är varumärken som tillhör Apple Inc. och är registrerade i USA och andra länder. Märket BLUETOOTH® och logotyperna ägs av Bluetooth SIG, Inc., och all användning av sådana märken från Garmin är licensierad. iOS® är ett registrerat varumärke som tillhör Cisco Systems, Inc. och används på licens från Apple Inc. Iridium® är ett registrerat varumärke som tillhör Iridium Satellite LLC. microSD® och microSDHC-logotypen är varumärken som tillhör SD-3C, LLC. NMEA® är ett registrerat varumärke som tillhör National Marine Electronics Association. Wi-Fi® är ett registrerat märke som tillhör Wi-Fi Alliance Corporation. Windows® är ett registrerat varumärke som tillhör Microsoft Corporation i USA och andra länder. Övriga varumärken och varunamn tillhör respektive ägare.

Innehållsförteckning

Komma igång.....	1
Översikt över enheten.....	1
Statuslysdiod.....	2
Statusikoner.....	2
Knappar.....	3
Slå på enheten.....	3
Låsa knapparna.....	3
Sätta på bakgrundsbelysningen.....	3
Justera belysningen.....	3
Ladda enheten.....	4
Spara energi medan du laddar enheten.....	4
Aktiverar enheten.....	4
Iridium satellitnätverk.....	4
inReach funktioner.....	5
Meddelanden.....	5
Skicka ett förinställt meddelande.....	5
Skicka ett sms.....	5
Använda kortkommandon.....	5
Svara på ett meddelande.....	5
Kontrollera meddelanden.....	6
Visa information om meddelandet.....	6
Navigera till en meddelandeplats.....	6
Ta med platskoordinater i ett meddelande.....	6
Ta bort meddelanden.....	6
Meddelandeinställningar.....	6
Spåra med inReach.....	6
Starta spårningen.....	7
Stoppa spårningen.....	7
Dela din spårningssida.....	7
inReach spårningsinställningar.....	7
SOS.....	7
Initiera en SOS-räddning.....	8
Skicka ett anpassat SOS-meddelande.....	8
Stoppa en SOS-räddning.....	8
Testa enheten.....	9
Synkronisera inReach data.....	9
Kontakter.....	9
Lägga till en kontakt.....	9

Redigera en kontakt.....	9
Ta bort en kontakt.....	9

Använda huvudsidorna.....	9
Öppna huvudmenyn.....	9
Karta.....	10
Ändra kartans orientering.....	10
Mäta avstånd på kartan.....	10
Inställningar för kartsidan.....	10
Kartinställningar.....	10
Avancerade kartinställningar.....	10
Kompass.....	11
Använda kompassen.....	11
Kurspekare.....	11
Navigera med Kurs mot mål.....	11
Kompassinställningar.....	12
Kalibrera kompassen.....	12
Riktningsinställningar.....	12
Färddator.....	12
Färddatorinställningar.....	13
Höjdmätare.....	13
Inställningar för höjdmätarprofil.....	13
Höjdmätarinställningar.....	13
Kalibrera barometrisk höjdmätare.....	14
Anslutna funktioner.....	14
Krav för anslutna funktioner.....	15
Para ihop en smartphone med enheten.....	15
Telefonaviseringar.....	15
Visa telefonaviseringar.....	15
Dölja aviseringar.....	15
Hantera aviseringar.....	15
Ansluta till ett trådlöst nätverk.....	16
Connect IQ funktioner.....	16
Hämta Connect IQ funktioner.....	16
Hämta Connect IQ funktioner med hjälp av datorn.....	16
Visa Connect IQ widgets.....	16
Garmin Explore.....	16
Navigation.....	17
Navigera till en destination.....	17
Navigera med kartan.....	17
Navigera med kompassen.....	17
Avbryta navigering.....	17

Waypoints.....	17	Skapa ett spår eller en rutt från en sparad bana.....	25
Skapa en waypoint.....	18	Ta bort en bana.....	25
Navigera till en waypoint.....	18	Väder.....	25
Redigera en waypoint.....	18	Begära en inReach Weather-prognos..	25
Ta bort en waypoint.....	18	Uppdatera en inReach Weather prognos.....	26
Waypoint Averaging.....	18	Ta bort en inReach Weather-prognos.....	26
Beräkna en waypoint.....	18	Visa en Active Weather-prognos.....	26
Flytta en waypoint på kartan.....	19	Visa en Active Weather-karta.....	26
Söka efter en plats nära en waypoint.....	19	Lägga till en plats för Active Weather.....	27
Ställa in områdelarm för waypoint...	19	Växla plats för Active Weather.....	27
Lägga till en waypoint i en rutt.....	19	Ta bort en Active Weather-plats...	27
Återställa positionen för en waypoint på din aktuella plats.....	19	Dataanvändning och historik.....	27
Rutter.....	19	Visa programinformation.....	27
Skapa en rutt.....	19	Visa dataanvändning.....	27
Navigera i en sparad rutt.....	20	Verktyg på huvudmenyn.....	28
Visa aktiv rutt.....	20	BirdsEye bilder.....	29
Redigera en rutt.....	20	Hämta BirdsEye bilder.....	29
Redigera namnet på en rutt.....	20	Geocacher.....	29
Visa en rutt på kartan.....	20	Registrera din enhet på Geocaching.com.....	29
Visa höjdprofil för en rutt.....	20	Ansluta till Geocaching.com.....	29
Vända en rutt.....	21	Hämta geocacher med en dator.....	29
Ta bort en rutt.....	21	Geocachesökningar.....	30
Inspelningar.....	21	Söka efter en geocache.....	30
Inspelningsinställningar.....	21	Söka efter geocacher på kartan...	30
Avancerade inspelningsinställningar.....	21	Filtrera geocachelistan.....	30
Visa aktuell aktivitet.....	22	Spara ett skraddarsytt geocachefilter.....	31
Navigera med TracBack®.....	22	Redigera ett skraddarsytt geocachefilter.....	31
Stoppa aktuell aktivitet.....	22	Visa information om geocache.....	31
Navigera i en sparad aktivitet.....	22	Navigera till en geocache.....	31
Ta bort en sparad aktivitet.....	22	Använda Tips och ledtrådar för att hitta en geocache.....	31
Byta en aktivitet.....	22	Logga ett försök.....	31
Skapa ett spår från en sparad aktivitet.....	22	chirp.....	32
Banor.....	23	Aktivera chirp sökning.....	32
Skapa en bana.....	23	Hitta en geocache med en chirp...	32
Skapa en bana med hjälp av kartan.....	23	Ta bort live geocachedata från enheten.....	32
Navigera längs en sparad bana.....	23		
Redigera en bana.....	24		
Redigera namnet på en bana.....	24		
Visa en sparad bana på kartan.....	24		
Visa höjdprofil för en bana.....	24		
Vända en bana.....	24		

Ta bort enhetsregistreringen från Geocaching.com.....	32
Ställa in positionslarm.....	32
Redigera eller ta bort ett områdelarm.....	32
Sända och ta emot data trådlöst.....	33
Välja en profil.....	33
Beräkna ett områdes storlek.....	33
Använda VIRB fjärrkontrollen.....	33
Använda ficklampan.....	33
Satellit sida.....	33
GPS-satellitinställningar.....	34

Anpassa enheten..... 34

Anpassa datafälten.....	34
Inställningsmeny.....	34
Systeminställningar.....	35
Satellitinställningar.....	35
Inställningar för seriegränssnitt.....	35
Skärminställningar.....	35
Ändra färgläge.....	36
Bluetooth inställningar.....	36
Wi-Fi inställningar.....	36
Ruttinställningar.....	36
Avancerade ruttinställningar.....	36
Ställa in enhetssignaler.....	37
Geocacheinställningar.....	37
Trådlösa sensorer.....	37
Para ihop dina trådlösa sensorer.....	37
Träningsinställningar.....	37
Markera varv enligt distans.....	38
Marina inställningar.....	38
Ställa in marina larm.....	38
Menyinställningar.....	38
Anpassa huvudmenyn.....	38
Ändra sidsekvens.....	39
Konfigurera sidbandsvisning.....	39
Inställningar för positionsformat.....	40
Ändra måttenheterna.....	40
Tidsinställningar.....	40
Profiler.....	40
Skapa en egen profil.....	40
Ändra ett profilnamn.....	40
Ta bort en profil.....	40
Återställa data och inställningar.....	41

Återställa standardsidinställningar.....	41
--	----

Enhetsinformation..... 41

Produktuppdateringar.....	41
Konfigurera Garmin Express.....	41
Mer information.....	41
Batteriinformation.....	42
Maximera batteritiden.....	42
Sätta på batterisparläget.....	42
Starta expeditonsläget.....	42
Långtidsförvaring.....	42
Fästa karbinhaken.....	43
Ta bort karbinhaken.....	43
Sätta fast en rem.....	43
Skötsel av enheten.....	43
Rengöra enheten.....	44
Datahantering.....	44
Filtyper.....	44
Installera ett minneskort.....	44
Ansluta enheten till en dator.....	44
Överföra filer till enheten.....	45
Ta bort filer.....	45
Koppla bort USB-kabeln.....	45
Specifikationer.....	45
Se information om regler och efterlevnad för E-label.....	46

Bilagor..... 46

Datafält.....	46
Mer information.....	48
Tillbehör.....	48
tempe.....	49
Tips för att para ihop ANT+ tillbehör med din Garmin enhet.....	49
Felsökning.....	49
Starta om enheten.....	49
Om pulszoner.....	49
Träningsmål.....	49
Beräkning av pulszon.....	50

Komma igång

⚠ VARNING

Guiden *Viktig säkerhets- och produktinformation*, som medföljer i produktförpackningen, innehåller viktig information och produktvarningar.

Översikt över enheten



①	Intern Iridium® antenn och GNSS-antenn
②	Strömknapp ①
③	SOS-knapp
④	Knappar
⑤	Micro-USB-port (under väderskyddet)
⑥	Ficklampa
⑦	microSD® kortplats (under väderskyddet)
⑧	Bältesklämma

Statuslysdiod

Statuslysdioden ① anger enhetens status.



Lyddiodsaktivitet	Status
Dubbel blinkande grön	Du har ett oläst meddelande.
Blinkande grön	Enheten är i expeditiösläge.
Blinkande röd	Enheten har inte fri sikt mot himlen. Enheten har mindre än 10 % batterikraft.
Växlande röd och grön	Enheten är i SOS-läge.

Statusiköner

	ANT+® teknikstatus
	GPS-signalstyrka
	Laddar batteriet
	Laddningen klar
	Bluetooth® teknikstatus
	Wi-Fi-status
	Skicka inReach® meddelanden
	Olästa inReach meddelanden

Knappar



FIND	Tryck här för att öppna sökmenyn.
MARK	Tryck här för att spara din aktuella position som en waypoint.
QUIT	Tryck här för att avbryta eller återgå till föregående meny eller sida. Tryck här om du vill bläddra bland huvudsidorna.
ENTER	Tryck här för att välja alternativ och bekräfta meddelanden. Välj för att styra den aktuella aktivitetsregistreringen (från sidorna Karta, Kompass, Höjdmätare och Färddator).
MENU	Tryck här för att öppna alternativmenyn för den sida som för närvarande är öppen. Tryck två gånger för att öppna huvudmenyn (från valfri sida).
PAGE	Tryck här om du vill bläddra bland huvudsidorna.
▲▼◀▶	Välj ▲, ▼, ◀, eller ▶ för att välja menyalternativ och flytta kartmarkören.
+	Tryck här för att zooma in på kartan.
—	Tryck här för att zooma ut på kartan.

Slå på enheten

Håll ned ①.

Låsa knapparna

Du kan låsa knapparna för att förhindra oavsiktliga knapptryckningar.

Välj ① > Lås knappar.

Sätta på bakgrundsbelysningen

Tryck på valfri knapp om du vill slå på bakgrundsbelysningen.

Bakgrundsbelysningen tänds automatiskt när varningar och meddelanden visas.

Justera belysningen

- 1 Välj ① för att öppna statussidan.
- 2 Använd + och — för att justera ljusstyrkan.

TIPS: Du kan välja NV för att minska bakgrundsbelysningens intensitet för kompatibilitet med mörkerseendeglasögon.

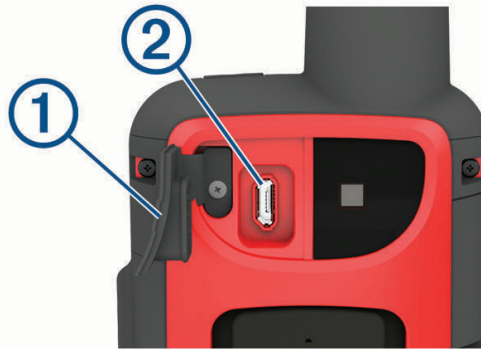
Ladda enheten

OBS!

Förhindra korrosion genom att torka av USB-porten, väderskyddet och det omgivande området noggrant innan du laddar eller ansluter enheten till en dator.

Obs! Det går inte att ladda enheten när den är utanför godkänt temperaturintervall (*Specifikationer, sidan 45*).

- 1 Lyft på väderskyddet ①.



- 2 Anslut den mindre änden av strömkabeln till laddningsporten ② på enheten.
- 3 Anslut den andra änden av strömkabeln till en kompatibel nätströmsadapter.
- 4 Anslut nätströmsadaptern till ett vanligt vägguttag.
- 5 Ladda enheten helt.

Spara energi medan du laddar enheten

- 1 Anslut enheten till en extern strömkälla.
- 2 Håll in strömknappen tills skärmen stängs av.
Enhetsen ändras till ett batteriladdningsläge med låg strömförbrukning och batterimätaren visas.
- 3 Ladda enheten helt.

Aktiverar enheten

Innan du kan använda inReach funktionerna på GPSMAP 66i enheten måste du aktivera den.

- 1 Skapa ett konto och välj ett satellitabonnemang på explore.garmin.com.
- 2 Starta enheten.
Obs! Du måste ange enhetens IMEI-nummer och behörighetskod för att slutföra onlinedelen av aktiveringen innan du beger dig utomhus.
- 3 Följ instruktionerna på skärmen.
- 4 På huvudmenyn väljer du **Aktivera** och går utomhus till ett öppet område med fri sikt mot himlen.
- 5 Vänta medan enheten kommunicerar med Iridium satellitnätverket.
Obs! Det kan ta upp till 20 minuter att aktivera enheten. Enhetsen måste skicka och ta emot flera meddelanden, vilket tar längre tid än att skicka ett enskilt meddelande vid normal användning.

Iridium satellitnätverk

Enhetsen kräver fri sikt mot himlen för att kunna sända meddelanden och spårpunkter via Iridium satellitnätverket. Utan fri sikt mot himlen försöker enhetsen att skicka informationen tills den tar emot satellitsignaler.

TIPS: För bästa anslutning till satelliter håller du enhetsen med antennen riktad mot himlen.

inReach funktioner

VARNING

Meddelandefunktion, spårning och SOS-funktioner kräver ett aktiv satellitabonnemang. Testa alltid enheten innan du använder den utomhus.

Se till att du har fri sikt mot himlen när du använder meddelandefunktioner, spårning och SOS-funktioner, eftersom dessa kräver en satellit för att fungera korrekt.

För att få ut mesta möjliga av GPSMAP 66i bör du aktivera den. När du aktiverar enheten kan du använda inReach funktioner, som meddelanden, SOS, spårning och inReach Weather.

Meddelanden

GPSMAP 66i skickar och tar emot sms via Iridium satellitnätverket. Du kan skicka meddelanden till ett sms-telefonnummer, en e-postadress eller en annan enhet som har inReach teknologi. Varje meddelande som du skickar innehåller din platsinformation om du har tillåtit det.

Skicka ett förinställt meddelande

Förinställda meddelanden är meddelanden som du har skapat på explore.garmin.com. Förinställda meddelanden har fördefinierad text och mottagare.

- 1 På sidan **Meddelanden** väljer du **Skicka förinställt**.
- 2 Välj ett förinställt meddelande och tryck på **ENTER**.
- 3 Tryck på **ENTER** för att skicka meddelandet.

Skicka ett sms

- 1 Från sidan **Meddelanden** väljer du **Nytt meddelande**.
- 2 Välj ett alternativ:
 - För att börja med ett färdigt meddelandet väljer du **Skicka snabbtext**.
Obs! Du kan lägga till och redigera snabbtextmeddelanden på Garmin Explore™ webbplatsen.
 - Om du vill skriva ett eget meddelande väljer du **Skriv meddelande**.
- 3 Välj mottagare i kontaktlistan eller ange mottagarens kontaktinformation.
- 4 När du är klar väljer du **Skicka meddelande**.

Använda kortkommandon

- Välj det första alternativet för att slutföra automatiskt genom att välja **FIND**.
- Om du vill växla mellan tangentborden väljer du **MARK**.
- Om du vill växla mellan versaler eller gemener väljer du **PAGE** en gång och om du vill aktivera Caps Lock väljer du **PAGE** två gånger.
- Om du vill infoga ett mellanslag väljer du **+**.
- Välj **—** för att infoga ett mellanslag.

Svara på ett meddelande

- 1 Välj en konversation från sidan **Meddelanden**.
- 2 Välj **Svara**.
- 3 Välj ett alternativ:
 - Om du vill skriva ett eget meddelande väljer du **Skriv meddelande**.
 - För att börja med ett färdigt meddelandet väljer du **Skicka snabbtext** och väljer ett meddelande.
- 4 När du är klar med meddelandet väljer du **Skicka meddelande**.

Kontrollera meddelanden

När du skickar ett meddelande lyssnar enheten efter svar i 10 minuter. Enheten söker också efter nya meddelanden varje timme. När du använder inReach spårningsfunktionen söker enheten automatiskt efter meddelanden med ditt spårningsintervall.

Obs! Enheten måste vara inom synhåll för en satellit vid tidpunkten för lyssningen för att kunna ta emot meddelanden.

Du kan framtvinga en kontroll av meddelanden genom att kontrollera meddelanden manuellt, skicka ett meddelande eller skicka en spårpunkt. Under en kontroll ansluter enheten till satelliter och tar emot meddelanden som väntar på att skickas till enheten.

På huvudmenyn väljer du **inReach-funktioner > Postkontroll > Kontrollera brevlåda**.

Visa information om meddelandet

- 1 Välj **Meddelanden**.
- 2 Välj en konversation.
- 3 Välj ett meddelande.
- 4 Välj informationsfliken.

Navigera till en meddelandeplats

När du får ett meddelande från en annan enhet med inReach teknik kan meddelandet innehålla platsinformation. Med de här meddelandena kan du navigera till den plats som meddelandet skickades från.

- 1 Välj **Meddelanden**.
- 2 Välj en konversation med platsinformation.
- 3 Välj kartfliken.
- 4 Välj **Kör**.

Ta med platskoordinater i ett meddelande

Om du skickar ett meddelande till en mottagare som eventuellt inte har tillgång till internet kan du skicka med dina platskoordinater i meddelandet. Till exempel om mottagaren har en äldre mobiltelefonmodell som inte har stöd för kartvisning eller befinner sig utanför ett område med mobildatatäckning och inte kan visa en webbsida.

- 1 På sidan **Meddelanden** väljer du **Nytt meddelande > Skicka plats**.
- 2 Ange en eller flera mottagare.
- 3 Om det behövs skriver du ett meddelande.
- 4 Välj **Skicka meddelande**.

Ta bort meddelanden

- 1 Välj en konversation från sidan **Meddelanden**.
- 2 Välj **MENU > Ta bort tråd**.

Meddelandeinställningar

Välj **Inställningar > Meddelanden**.

Ring tills läst: Ställer in enheten på att ringa tills du läser ett nytt meddelande. Den här funktionen är praktisk om du befinner dig i en bullrig miljö.

Aviseringar: Meddelar dig om inkommande inReach meddelanden.

Spåra med inReach

Du kan använda spårningsfunktionen på GPSMAP 66i enheten för att registrera spårpunkter och överföra dem via Iridium satellitnätverket vid det angivna sändningsintervallet.

Spårpunkter visas på Garmin Explore webbplatsen.

Starta spårningen

På huvudmenyn väljer du **Spårning > Starta spårning**.

Obs! När du startar Spårning-funktionen startas även inspelningskontrollerna.

Stoppa spårningen

På sidan **Spårning** väljer du **Avbryt spårning**.

Dela din spårningssida

Du kan dela en länk till en spårningswebbsida med andra. Systemet lägger automatiskt till text, bland annat länkinformation, i slutet av meddelandet.

- 1 Tryck på **MENU** två gånger för att öppna huvudmenyn.
- 2 Välj **Spårning > Dela med > Dela**.
- 3 Välj **Till** för att välja mottagare i kontaktlistan, eller ange varje mottagares kontaktinformation.
- 4 Välj **Skicka meddelande**.

inReach spårningsinställningar

Välj **Inställningar > Spårning**.

Autospår: Ställer in att enheten ska börja spåra när du startar enheten.

Rörelseintervall: Ställer in hur ofta enheten registrerar en spårpunkt och överför den via satellitnätverket när du förflyttar dig. Om du är Professional-kund kan du ange intervallet när du står stilla.

SOS

VARNING

Innan du kan använda SOS-funktionen måste du ha ett aktivt satellitabonnemang. Testa alltid enheten innan du använder den utomhus.

Se till att du har fri sikt mot himlen när du använder SOS-funktionen, eftersom denna kräver en satellit för att fungera korrekt.

OBS!

I vissa jurisdiktioner är användning av satellitkommunikationsenheter reglerad eller förbjuden. Det är användarens ansvar att känna till och följa alla tillämpliga lagar i andra jurisdiktioner där enheten är avsedd att användas.

I en nödsituation kan du använda GPSMAP 66i enheten för att kontakta Garmin ResponseSM centret för att få hjälp. När du trycker på SOS-knappen skickas ett meddelande till Garmin Response teamet och de meddelar lämplig räddningspersonal om din situation. Du kan kommunicera med Garmin Response teamet under en pågående nödsituation medan du väntar på att hjälp ska anlända. Du bör bara använda SOS-funktionen i en verklig nödsituation.

Initiera en SOS-räddning

Du kan initiera en SOS-räddning oavsett om enheten är på- eller avslagen, så länge den har ström från batteriet.

- 1 Lyft upp skyddslocket ① från **SOS**-knappen ②.



- 2 Tryck och håll ned **SOS**-knappen.
- 3 Vänta medan SOS räknar ned.
Enheten skickar ett standardmeddelande till nödhjälpstjänsten med information om din plats.
- 4 Svara på bekräftelsemeddelandet från nödhjälpstjänsten.

Ditt svar talar om för nödhjälpstjänsten att du klarar av att ha kontakt med dem under räddningen. Om du inte svarar kommer nödhjälpstjänsten fortfarande att initiera en räddning.

Under de första 10 minuterna av räddningen skickas en platsuppdatering till nödhjälpstjänsten varje minut. Efter de första 10 minuterna skickas en uppdaterad plats var 10:e minut. För att spara på batteriet.

Skicka ett anpassat SOS-meddelande

När du har tryckt på SOS-knappen för att påbörja en SOS-räddning kan du svara med ett anpassat meddelande via SOS-sidan.

- 1 På huvudmenyn väljer du **SOS > Svara**.
- 2 Välj **Skriv meddelande** för att skriva ett eget SOS-meddelande.
- 3 Välj **Skicka meddelande**.

Ditt svar talar om för nödhjälpstjänsten att du klarar av att ha kontakt med dem under räddningen.

Stoppa en SOS-räddning

Om du inte längre behöver hjälp kan du stoppa en SOS-räddning efter att den har skickats till nödhjälpstjänsten.

- 1 Lyft upp skyddslocket och håll **SOS**-knappen intryckt.
- 2 Välj **Stoppa SOS**.
- 3 När du uppmanas att bekräfta stoppbegäran väljer du **Stoppa SOS**.

Enheten sänder ut en stoppbegäran. När du får en bekräftelse från nödhjälpstjänsten återgår enheten till normal funktion.

Testa enheten

Du bör testa enheten utomhus innan du använder den på en resa för att kontrollera att ditt satellitabonnemang är aktivt.

På huvudmenyn väljer du **inReach-funktioner** > **Kommunikationstest** > **Test**.

Vänta medan enheten skickar ett testmeddelande. När du får ett bekräftelsemeddelande är enheten klar att användas.

Synkronisera inReach data

Du kan synkronisera data från Garmin Explore kontot till enheten med Garmin Explore appen. När du har redigerat dina data, till exempel kontakter, förinställda meddelanden eller snabbtextmeddelanden måste du synkronisera dem till enheten med hjälp av mobilappen.

Öppna Garmin Explore appen.

Ändringar som görs i data som samlingar, waypoints, rutter och spår uppdateras automatiskt.

Nu kan du synkronisera dina data med GPSMAP 66i enheten.

Kontakter

Du kan lägga till, ta bort och redigera kontakter på GPSMAP 66i enheten.

Lägga till en kontakt

- 1 Välj **Inställningar** > **Kontakter** > **Ny kontakt**.
- 2 Välj ett alternativ som du vill redigera.
- 3 Ange ny information.

Redigera en kontakt

- 1 Välj **Inställningar** > **Kontakter**.
- 2 Välj en kontakt.
- 3 Välj ett alternativ som du vill redigera.
- 4 Ange ny information.

Ta bort en kontakt

- 1 Välj **Inställningar** > **Kontakter**.
- 2 Välj en kontakt.
- 3 Välj **MENU** > **Ta bort kontakt**.

Använda huvudsidorna

Informationen som behövs för att använda den här enheten finns på huvudmeny-, kart-, kompass- och färdatorsidan.

- 1 Välj **PAGE**.
- 2 Välj den aktiva huvudsidan.

Öppna huvudmenyn

På huvudmenyn får du åtkomst till verktyg och inställningsskärmar för waypoints, aktiviteter, rutter med mera ([Verktyg på huvudmenyn](#), sidan 28, [Inställningsmeny](#), sidan 34).

På valfri sida väljer du **MENU** två gånger.

Karta

▲ visar din plats på kartan. Medan du reser flyttar och visar ▲ din väg. Beroende på zoomnivå kan waypointnamn och symboler visas på kartan. Du kan zooma in på kartan för att se fler detaljer. När du navigerar till en destination visas rutten med en färgad linje på kartan.

Ändra kartans orientering

- 1 På kartan väljer du **MENU**.
- 2 Välj **Kartinställningar > Orientering**.
- 3 Välj ett alternativ:
 - Välj **Norr upp** för att visa norr överst på sidan.
 - Välj **Spår uppåt** för att visa den nuvarande kursen överst på sidan.
 - Välj **Fordonsläge** om du vill visa färdriktningen ur ett bilperspektiv med färdriktningen överst.

Mäta avstånd på kartan

Du kan mäta avståndet mellan flera platser.

- 1 Från kartan flyttar du markören till en plats.
- 2 Välj **MENU > Mät distans**.
- 3 Välj fler platser på kartan.

Inställningar för kartsidan

På kartan väljer du **MENU**.

Stoppa navigering: Slutar navigera längs aktuell rutt.

Kartinställningar: Gör att du kan öppna fler kartinställningar ([Kartinställningar, sidan 10](#)).

Mät distans: Gör att du kan mäta avståndet mellan flera platser ([Mäta avstånd på kartan, sidan 10](#)).

Återställ: Återställer kartan till fabriksinställningarna.

Kartinställningar

Från kartan väljer du **MENU** och väljer **Kartinställningar**.

Konfigurera kartor: Aktiverar eller avaktiverar de kartor som för närvarande är inlästa i enheten.

Orientering: Justerar hur kartan visas på sidan ([Ändra kartans orientering, sidan 10](#)).

Hemskärm: Ställer in inforutor som visas på kartan. I varje inforuta visas olika uppgifter om din rutt eller plats.

Guidningstext: Ställer in när guidningstext visas på kartan.

Avancerade inställn.: Gör att du kan öppna avancerade kartinställningar ([Avancerade kartinställningar, sidan 10](#)).

Avancerade kartinställningar

Från kartan väljer du **MENU** och väljer **Kartinställningar > Avancerade inställn.**

Autozoom: Väljer automatiskt rätt zoomnivå för optimal användning. Om du har valt Av måste du zooma in och ut manuellt.

Detaljer: Väljer hur mycket detaljer som visas på kartan. Ju fler detaljer du visar desto långsammare går det att rita om kartan.

Skuggad relief: Visar detaljerad relief på kartan (om den är tillgänglig) eller stänger av skuggning.

Fordon: Ställer in positionsikonen som indikerar din position på kartan. Standardikonen är en liten blå triangel.

Zoomnivåer: Justerar zoomnivån där kartobjekt visas. Kartobjekt visas inte om kartans zoomnivå är högre än den inställda nivån.

Textstorlek: Väljer textstorlek för kartobjekt.

Kompass

När du navigerar pekar ▲ mot din destination oavsett i vilken riktning du rör dig. Om ▲ pekar uppåt på den elektroniska kompassen färdas du mot din destination. Om ▲ pekar i någon annan riktning bör du svänga tills den pekar uppåt på kompassen.

Använda kompassen

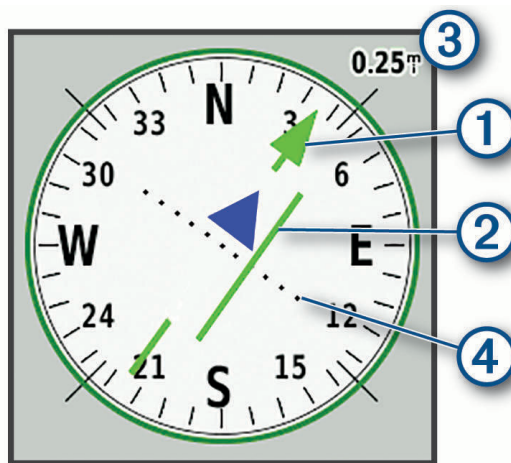
Du kan använda kompassen till att navigera längs en aktiv rutt.

- 1 Håll enheten vågrätt.
- 2 Följ ▲ till destinationen.

Kurspekare

Kurspekaren är mest användbar när du navigerar på vatten eller där det inte finns några stora hinder i din väg. Den kan även hjälpa dig att undvika faror nära kursen, t.ex. grund eller undervattensstenar.

Om du vill aktivera kurspekaren väljer du från kompassen **MENU > Riktningsinställningar > Gå till-linje/pekare > Kurs (CDI)**.



Kurspekaren ① anger ditt förhållande till en kurslinje som leder till destinationen. Kursavvikelseindikatorn (CDI) ② ger en indikation om avdrift (åt höger eller vänster) från kursen. Skalan ③ betecknar avståndet mellan punkterna ④ på kursavvikelseindikatorn som talar om för dig hur mycket ur kurs du är.

Navigera med Kurs mot mål

Du kan rikta enheten mot ett avlägset objekt, låsa enheten i den riktningen och navigera till objektet.

- 1 Välj **Kurs mot mål**.
- 2 Rikta enheten mot ett objekt.
- 3 Välj **Lås riktning > Ställ in kurs**.
- 4 Navigera med kompassen.

Kompassinställningar

Från kompassen väljer du **MENU**.

Kurs mot mål: Gör att du kan peka enheten mot ett objekt långt bort och navigera med objektet som referenspunkt ([Navigera med Kurs mot mål, sidan 11](#)).

Stoppa navigering: Slutar navigera längs aktuell rutt.

Byt inforutor: Byter temat och informationen som visas i inforutorna.

Ställ in skala: Ställer in skalan för avståndet mellan punkterna på kursavvikelseindikatorn.

Kalibrera kompass: Du kan kalibrera kompassen om du upplever ett onormalt kompassbeteende, t.ex. efter att ha rört dig långa avstånd eller efter extrema temperaturändringar ([Kalibrera kompassen, sidan 12](#)).

Riktningsinställningar: Gör att du kan anpassa kompassens riktningsinställningar ([Riktningsinställningar, sidan 12](#)).

Byt datafält: Anpassar kompassens datafält.

Återställ: Återställer kompassen till fabriksinställningarna.

Kalibrera kompassen

Innan du kan kalibrera den elektroniska kompassen måste du befinna dig utomhus och på avstånd från objekt som kan påverka magnetfält, t.ex. bilar, byggnader och kraftledning.

Enheten har en elektronisk kompass med tre axlar. Du bör kalibrera kompassen när du har förflyttat dig långa avstånd eller upplevt temperaturförändringar.

- 1 På kompassen trycker du på **MENU**.
- 2 Välj **Kalibrera kompass > Start**.
- 3 Följ instruktionerna på skärmen.

Riktningsinställningar

Från kompassen väljer du **MENU** och väljer **Riktningsinställningar**.

Skärm: Ställer in typen av riktningsvisning som visas på kompassen.

Nordlig referens: Ställer in nord som kursreferens för kompassen.

Gå till-linje/pekare: Ställer in hur pekaren som visas på kartan beter sig. Bärning pekar i destinationens riktning. Kurs visar ditt förhållande till kurslinjen som leder till destinationen.

Kompass: Växlar automatiskt från elektronisk kompass till GPS-kompass när du färdas med högre hastighet under en viss tid.

Kalibrera kompass: Du kan kalibrera kompassen om du upplever ett onormalt kompassbeteende, t.ex. efter att ha rört dig långa avstånd eller efter extrema temperaturändringar ([Kalibrera kompassen, sidan 12](#)).

Färddator

Färddatorn visar din aktuella hastighet, medelhastighet, trippmätare och annan användbar information. Du kan anpassa färddatorns utseende, inforutor och datafält.

Färddatorinställningar

Från färddatorn väljer du **MENU**.

Nollställ: Återställer alla färddatorvärden till noll. Du bör återställa färddatorn innan du påbörjar en färd så att den visar rätt information.

Byt datafält: Anpassar färddatorns datafält.

Byt inforutor: Byter temat och informationen som visas i inforutorna.

Obs! Dina anpassade inställningar lagras i inforutorna. Dina inställningar försvinner när du byter profil ([Profiler, sidan 40](#)).

Infoga sida: Infogar en extra sida med anpassningsbara datafält.

TIPS: Du kan använda pilknapparna för att bläddra igenom sidorna.

Ta bort sida: Tar bort en extra sida med anpassningsbara datafält.

Mer data: Läger till ytterligare datafält i färddatorn.

Mindre data: Tar bort datafält från färddatorn.

Återställ: Återställer färddatorn till fabriksinställningarna.

Höjdmätare

Som standard visar höjdmätaren höjden över tillryggalagd sträcka. Du kan anpassa höjdmätarinställningarna ([Höjdmätarinställningar, sidan 13](#)). Du kan välja valfri punkt på profilen om du vill visa information om den punkten.

Inställningar för höjdmätarprofil

Från höjdmätaren väljer du **MENU**.

Nollställ: Återställer höjdmätardata, inklusive waypoint-, spår- och trippdata.

Höjdmätarinställningar: Få åtkomst till fler höjdmätarinställningar ([Höjdmätarinställningar, sidan 13](#)).

Justera zoomskalor: Justerar de zoomskalor som visas på höjdmätarsidan.

Byt datafält: Gör att du kan anpassa höjdmätarens datafält.

Återställ: Återställer höjdmätaren till fabriksinställningarna.

Höjdmätarinställningar

Från höjdmätaren väljer du **MENU > Höjdmätarinställningar**.

Autokalibrering: En gång gör att höjdmätaren automatiskt kan kalibrera en gång när du startar en aktivitet. Kontinuerligt gör att höjdmätaren kan kalibreras under hela aktiviteten.

Barometerläge: Varierande höjd gör att barometern kan mäta höjdförändringar när du är i rörelse. Angiven höjd förutsätter att enheten är stationär på en angiven höjd och att det barometriska trycket därför endast förändras av vädret.

Trycktrend: Ställer in hur enheten spelar in tryckdata. Spara alltid spelar in alla tryckdata, som kan vara till hjälp när du söker efter tryckfronter.

Plottyp: Spelar in höjdförändringar under en viss tid eller en viss sträcka, spelar in barometriskt tryck under en viss tid eller spelar in omgivningstryck under en viss tid.

Kalibrera höjdmätare: Gör att du manuellt kan kalibrera den barometriska höjdmätaren ([Kalibrera barometrisk höjdmätare, sidan 14](#)).

Kalibrera barometrisk höjdmätare

Du kan kalibrera höjdmätaren manuellt om du känner till korrekt höjd och korrekt lufttryck.

- 1 Gå till en plats där höjden eller lufttrycket är känt.
- 2 Från höjdmätaren väljer du **MENU**.
- 3 Välj **Höjdmätarinställningar > Kalibrera höjdmätare**.
- 4 Välj **Metod** för att välja vilken mätning som ska användas i kalibreringen.
- 5 Ange mätningen.
- 6 Välj **Kalibrera**.

Anslutna funktioner

Anslutningsfunktioner är tillgängliga för GPSMAP 66 series enheten när du ansluter enheten till ett trådlöst nätverk eller till en kompatibel smartphone med trådlös Bluetooth teknologi. För vissa funktioner kan du behöva installera Garmin Explore appen på din smartphone. Gå till garmin.com/apps om du vill veta mer.

Garmin Explore: Appen Garmin Explore synkroniserar och delar waypoints, banor och samlingar med din enhet. Du kan också hämta kartor till din smartphone för offline-åtkomst.

Bluetooth sensorer: Gör att du kan ansluta sensorer som är kompatibla med Bluetooth, till exempel en pulsmätare.

Connect IQ™: Gör att du kan utöka dina enhetsfunktioner med widgets, datafält och appar med Connect IQ appen.

EPO-hämtningar: Här kan du hämta en utökad förutsägelsefil för att snabbt hitta GPS-satelliter och minska tiden det tar att få en initial GPS-positionsbestämning med Garmin Explore appen eller när du är ansluten till ett Wi-Fi® nätverk.

Geocachedata live: Tillhandahåller betalda eller abonnemangsfria tjänster för att visa geocachedata live från www.geocaching.com med Garmin Explore appen eller när du är ansluten till ett Wi-Fi nätverk.

Spåra: Gör att du kan registrera spårpunkter och överföra dem via Iridium satellitnätverket. Du kan bjuda in kontakter att följa med genom att skicka dem ett inReach meddelande ute på fältet. Med den här funktionen kan dina kontakter visa realtidsdata på en spårningswebbsida.

Telefonaviseringar: Visar telefonaviseringar och meddelanden på GPSMAP 66 series enheten med Garmin Explore appen.

Programvaruuppdateringar: Ta emot uppdateringar för enhetens programvara med Garmin Explore appen eller när du är ansluten till ett Wi-Fi nätverk.

Active Weather: Visa aktuella väderförhållanden och väderprognoser med Garmin Explore appen eller när du är ansluten till ett Wi-Fi nätverk.

Väder inReach: Du kan få väderinformation via ditt inReach abonnemang. Du kan begära en standard-, utökad eller marin väderprognos.

Krav för anslutna funktioner

För vissa funktioner krävs en telefon eller en särskild app på din smartphone.

Funktion	Ansluten till en ihopparad smartphone med Garmin Connect™ appen	Ansluten till ett Wi-Fi nätverk
Programvaruuppdateringar	Ja	Ja
EPO-hämtningar	Ja	Ja
Geocachedata live	Ja	Ja
Väder	Ja	Ja
Telefonaviseringar	Ja ¹	Nej
Connect IQ	Ja	Nej
BirdsEye bilder direkt	Nej	Ja

Para ihop en smartphone med enheten

- 1 Placera din kompatibla smartphone inom 10 m (33 fot) från enheten.
- 2 På enhetens huvudmeny väljer du **Inställningar > Bluetooth**.
- 3 På din kompatibla smartphone aktiverar du Bluetooth teknologi och öppnar Garmin Connect eller Garmin Explore appen.
- 4 I appen väljer du alternativet enheter och följer instruktionerna på skärmen för att para ihop enheten.

Telefonaviseringar

För telefonaviseringar krävs att en kompatibel smartphone är inom räckhåll och ihopparad med enheten. När telefonen tar emot meddelanden skickar den aviseringar till din enhet.

Visa telefonaviseringar

Innan du kan visa aviseringar måste du para ihop din enhet med en kompatibel smartphone.

- 1 Välj **ⓘ > Aviseringar**.
- 2 Välj en avisering.

Dölja aviseringar

Som standard visas aviseringar på enhetens skärm när de tas emot. Du kan dölja aviseringar så att de inte visas.

Välj **Inställningar > Bluetooth > Aviseringar > Dölj**.

Hantera aviseringar

Du kan använda din kompatibla smartphone för att hantera aviseringar som visas på din GPSMAP 66i enhet.

Välj ett alternativ:

- Om du använder en iPhone® enhet går du till iOS aviseringsinställningarna för att välja de objekt du vill visa på enheten.
- Om du använder en Android smartphone väljer du **Inställningar > Smartaviseringar** från Garmin Connect appen.

¹ Enheten tar emot telefonaviseringar från en ihopparad iOS® telefon direkt och via Garmin Connect appen på en Android™ telefon.

Ansluta till ett trådlöst nätverk

- 1 Välj **Inställningar > Wi-Fi**.
- 2 Välj omkopplaren för att aktivera Wi-Fi teknik, om det behövs.
- 3 Välj **Lägg till nätverk**.
- 4 Markera ett trådlöst nätverk i listan och ange lösenordet om det behövs.

Enheten lagrar nätverksinformationen och ansluter automatiskt när du kommer tillbaka till den här platsen.

Connect IQ funktioner

Du kan lägga till Connect IQ funktioner till enheten från Garmin® och andra leverantörer med hjälp av Connect IQ Mobile appen. Du kan anpassa enheten med datafält, widgetar och appar.

Datafält: Gör att du kan hämta nya datafält som presenterar sensor-, aktivitets- och historikdata på nya sätt. Du kan lägga till Connect IQ datafält i inbyggda funktioner och sidor.

Widgets: Ger snabb information, bland annat sensordata och aviseringar.

Appar: Lägger till interaktiva funktioner i enheter, till exempel nya utomhus- och träningsaktivitetstyper.

Hämta Connect IQ funktioner

Innan du kan hämta funktioner från Connect IQ appen måste du para ihop GPSMAP 66i enheten med din smartphone. (*Para ihop en smartphone med enheten, sidan 15*).

- 1 I app store i din smartphone installerar och öppnar du Connect IQ appen.
- 2 Om det behövs väljer du din enhet.
- 3 Välj en Connect IQ funktion.
- 4 Följ instruktionerna på skärmen.

Hämta Connect IQ funktioner med hjälp av datorn

- 1 Anslut enheten till datorn med en USB-kabel.
- 2 Gå till apps.garmin.com och logga in.
- 3 Välj en Connect IQ funktion och hämta den.
- 4 Följ instruktionerna på skärmen.

Visa Connect IQ widgets

- 1 Välj .
- 2 Välj  eller  för att bläddra bland widgets.

Garmin Explore

På Garmin Explore webbplatsen och i mobilappen kan du planera resor och använda molnlagring för waypoints, rutter och spår. De ger dig avancerad planering, både online och offline, så att du kan dela och synkronisera data med din kompatibla Garmin enhet. Du kan använda mobilappen för att hämta kartor för åtkomst offline, och sedan navigera vart du vill utan att använda ditt mobilabonnemang.

Du kan hämta Garmin Explore appen från appbutiken på din smartphone, eller så kan du gå till explore.garmin.com.

Navigation

Du kan använda GPS-navigeringsfunktionerna på enheten för att navigera längs en sparad aktivitet, rutt eller bana.

- Enheten registrerar din väg som en aktivitet. Aktiviteter använder korridornavigering. När du navigerar i en sparad aktivitet kan den inte beräknas om ([Inspelningar, sidan 21](#)).
- En rutt är en sekvens med waypoints eller platser som leder dig till din destination. Om du avviker från rutten beräknas en ny rutt och du får en ny vägbeskrivning ([Rutter, sidan 19](#)).
- En bana kan ha flera destinationer som kan skapas punkt till punkt eller på ruttdragningsbara vägar. När du navigerar längs en sparad bana kan du välja att navigera längs den direkta vägen utan kartjusteringar eller omberäkningar eller följa vägar och leder med omberäkningar efter behov. Du kan konvertera sparade aktiviteter och rutter till banor ([Banor, sidan 23](#)).

Navigera till en destination

- 1 Välj **FIND**.
- 2 Välj en kategori.
- 3 Välj en destination.
- 4 Välj **Kör**.
Rutten visas som en magentafärgad linje på kartan.
- 5 Navigera med hjälp av kartan ([Navigera med kartan, sidan 17](#)) eller kompassen ([Navigera med kompassen, sidan 17](#)).

Navigera med kartan

- 1 Börja navigera mot en destination ([Navigera till en destination, sidan 17](#)).
- 2 Välj **Karta**.
En blå triangel visar din plats på kartan. När du färdas förflyttar sig den blå triangeln och visar din väg.
- 3 Slutför en eller flera av följande åtgärder:
 - Om du vill visa andra delar på kartan väljer du ▲, ▼, ◀ eller ▶.
 - Om du vill zooma in eller ut på kartan väljer du + eller -.

Navigera med kompassen

När du navigerar till en destination, pekar ▲ mot din destination oavsett i vilken riktning du rör dig.

- 1 Börja navigera mot en destination ([Navigera till en destination, sidan 17](#)).
- 2 Välj **Kompass**.
- 3 Vänd dig tills ▲ pekar mot toppen av kompassen och fortsätt att förflytta dig i den riktningen mot destinationen.

Avbryta navigering

Välj **FIND > Stoppa navigering**.

Waypoints

Waypoints är positioner som du spelar in och sparar på din enhet. Waypoints kan markera var du befinner dig, vart du ska eller var du har varit. Du kan lägga till information om platsen, exempelvis namn, höjd och djup.

Du kan lägga till en .gpx-fil som innehåller waypoints genom att överföra filen till mappen GPX ([Överföra filer till enheten, sidan 45](#)).

Skapa en waypoint

Du kan spara din aktuella plats som en waypoint.

- 1 Välj **MARK**.
- 2 Om det behövs väljer du ett fält för att göra ändringar i waypointen.
- 3 Välj **Spara**.

Navigera till en waypoint

- 1 Välj **FIND > Waypoints**.
- 2 Välj en waypoint.
- 3 Välj **Kör**.
Rutten till waypointen visas som standard som en rak färgad linje på kartan.

Redigera en waypoint

- 1 Välj **Waypointhanterare**.
- 2 Välj en waypoint.
- 3 Välj ett alternativ att redigera, t.ex. namnet.
- 4 Ange den nya informationen och välj **Klar**.

Ta bort en waypoint

- 1 Välj **Waypointhanterare**.
- 2 Välj en waypoint.
- 3 Välj **MENU > Ta bort**.

Waypoint Averaging

Du kan förfina en waypointplats för större noggrannhet. Vid medelvärdesberäkning gör enheten flera avläsningar på samma plats och använder medelvärdet för större noggrannhet.

- 1 Välj **Waypointhanterare**.
- 2 Välj en waypoint.
- 3 Välj **MENU > Ungefärlig position**.
- 4 Förflytta dig till waypointplatsen.
- 5 Välj **Start**.
- 6 Följ instruktionerna på skärmen.
- 7 När säkerhetsgradstapeln når 100 % väljer du **Spara**.

Du uppnår bäst resultat om du samlar fyra till åtta exempel för en waypoint och väntar minst 90 minuter mellan exemplen.

Beräkna en waypoint

Du kan skapa en ny plats genom att projicera avstånd och bäring från en markerad plats till en ny plats.

- 1 Välj **Waypointhanterare**.
- 2 Välj en waypoint.
- 3 Välj **MENU > Projektwaypoint**.
- 4 Ange bäringen och tryck på **Klar**.
- 5 Välj en måttenhet.
- 6 Ange avståndet och tryck på **Klar**.
- 7 Välj **Spara**.

Flytta en waypoint på kartan

- 1 Välj **Waypointhanterare**.
- 2 Välj en waypoint.
- 3 Välj **MENU > Flytta waypoint**.
- 4 Välj en plats på kartan.
- 5 Välj **Flytta**.

Söka efter en plats nära en waypoint

- 1 Välj **Waypointhanterare**.
- 2 Välj en waypoint.
- 3 Välj **MENU > Sök nära här**.
- 4 Välj en kategori.

I listan visas platser nära den valda waypointen.

Ställa in områdelarm för waypoint

Du kan lägga till ett områdelarm för en waypoint. Positionslarmen signalerar att du befinner dig inom ett definierat avstånd från en viss plats.

- 1 Välj **Waypointhanterare**.
- 2 Välj en waypoint.
- 3 Välj **MENU > Ange larmradie**.
- 4 Ange radien.

När du anger ett område med ett positionslarm ger enheten ifrån sig en ton.

Lägga till en waypoint i en rutt

- 1 Välj **Waypointhanterare**.
- 2 Välj en waypoint.
- 3 Välj **MENU > Lägg till i rutt**.
- 4 Välj en rutt.

Återställa positionen för en waypoint på din aktuella plats

Du kan ändra position för en waypoint. Om du t.ex. flyttar fordonet kan du ändra positionen till aktuell position.

- 1 Välj **Waypointhanterare**.
- 2 Välj en waypoint.
- 3 Välj **MENU > Byt plats hit**.

Waypointens plats ändras till din aktuella plats.

Rutter

En rutt är en sekvens med waypoints eller platser som leder dig till din slutdestination. Rutter sparas som GPX-filer på enheten.

Skapa en rutt

- 1 Välj **Ruttplanerare > Skapa rutt > Välj första position**.
- 2 Välj en kategori.
- 3 Välj den första punkten på rutten.
- 4 Välj **Använd**.
- 5 Välj **Välj nästa punkt** för att lägga till fler punkter i rutten.
- 6 Välj **QUIT** för att spara rutten.

Navigera i en sparad rutt

- 1 Välj **FIND > Rutter**.
- 2 Välj en rutt.
- 3 Välj **Kör**.

Rutten visas som standard som en rak färgad linje på kartan.

Visa aktiv rutt

- 1 När du navigerar längs en rutt väljer du **Aktiv rutt**.
- 2 Välj en punkt på rutten för att visa mer information.

Redigera en rutt

Du kan lägga till, ta bort och ändra ordningen på punkterna i en rutt.

- 1 Välj **Ruttplanerare**.
- 2 Välj en rutt.
- 3 Välj **MENU > Ändra i rutt**.
- 4 Välj en punkt.
- 5 Välj ett alternativ:
 - Visa punkten på kartan med **Granska**.
 - Om du vill ändra ordning på punkterna längs rutten väljer du **Flytta uppåt** eller **Flytta nedåt**.
 - Om du vill infoga ytterligare en punkt på rutten väljer du **Infoga**.
Den nya punkten infogas före den punkt du ändrar.
 - Ta bort punkter från rutten med **Ta bort**.
- 6 Välj **QUIT** för att spara rutten.

Redigera namnet på en rutt

Du kan anpassa namnet på en rutt för att göra det unikt.

- 1 Välj **Ruttplanerare**.
- 2 Välj en rutt.
- 3 Välj **MENU > Ändra namn**.
- 4 Ange det nya namnet.

Visa en rutt på kartan

- 1 Välj **Ruttplanerare**.
- 2 Välj en rutt.
- 3 Välj kartfliken.

Visa höjdprofil för en rutt

Höjdprofilen visar höjden för en rutt baserat på ruttinställningen. Om enheten är konfigurerad för direkt ruttdragning visar höjdprofilen rak höjddata mellan ruttpunkter. Om enheten är konfigurerad för terräng visar höjdprofilen höjden längs vägarna som ingår i rutten.

- 1 Välj **Ruttplanerare**.
- 2 Välj en rutt.
- 3 Välj höjdprofilsfliken.

Vända en rutt

Du kan växla start- och slutpunkt på ruten för att navigera efter ruten i omvänd ordning.

- 1 Välj **Ruttplanerare**.
- 2 Välj en rutt.
- 3 Välj **MENU > Vänd på rutt**.

Ta bort en rutt

- 1 Välj **Ruttplanerare**.
- 2 Välj en rutt.
- 3 Välj **MENU > Ta bort**.

Inspelningar

Enheten registrerar din väg som en aktivitet. Aktiviteter innehåller information om punkter längs den registrerade vägen, bl.a. tid och plats för varje punkt. Aktiviteter sparas som FIT-filer på enheten.

Inspelningsinställningar

Välj **Inställningar > Spela in**.

Inspelningsläge: Ställer in inspelningsläget. Med alternativet Automatiskt spelas punkter in i variabel takt och skapar en optimal återgivning av din väg. Du kan också spela in punkter vid särskilda tids- eller avståndsintervall.

Intervall: Ställer in inspelningshastigheten. Om du spelar in punkter oftare skapas en mer detaljerad väg, men inspelningsregistret fylls snabbare.

Auto Pause: Ställer in enheten på att stoppa inspelningen av din väg när du inte rör på dig.

Autostart: Ställer in enheten på att starta en ny inspelning automatiskt när föregående inspelning slutar.

Aktivitetstyp: Ställer in standardaktivitetstypen för enheten.

Avancerade inställn.: Gör att du kan öppna fler inspelningsinställningar ([Avancerade inspelningsinställningar, sidan 21](#)).

Avancerade inspelningsinställningar

Välj **Inställningar > Spela in > Avancerade inställn.**

Utdataformat: Ställer in enheten på att spara inspelningen som en GPX-fil, en FIT-fil eller en GPX/FIT-fil ([Filtyper, sidan 44](#)). Alternativet FIT spelar in din aktivitet med träningsinformation som är skräddarsydd för Garmin Connect appen och kan användas för navigering. Alternativet FIT och GPX spelar in din aktivitet både som ett vanligt spår som kan visas på kartan och användas vid navigering och som en aktivitet med träningsinformation.

GPX Auto Archive: Ställer in en automatisk arkiveringsmetod för att organisera dina inspelningar. Inspelningar sparas och rensas automatiskt.

Spela in resa: Ställer in ett reseinspelningsalternativ.

Återställa inspelade data: Anger ett återställningsalternativ. Alternativet Aktivitet och resa återställer inspelnings- och trippdata när du slutför den aktiva inspelningen. Alternativet Uppmanad uppmanar dig att välja data att återställa.

Visa aktuell aktivitet

Som standard börjar enheten automatiskt spela in din väg som en aktivitet när den är påslagen och har hämtat satellitsignaler. Du kan pausa och starta inspelning manuellt.

- 1 Välj **Registreringskontroller**.
- 2 Välj ◀ och ▶ för att visa ett alternativ:
 - Om du vill styra den aktuella aktivitetsinspelningen väljer du ▶.
 - Om du vill visa datafält för aktiviteten väljer du ⓘ.
 - Om du vill visa aktuell aktivitet på kartan väljer du 📍.
 - Om du vill visa höjdprofilen för den aktuella aktiviteten väljer du 📈.

Navigera med TracBack

Under inspelningen kan du navigera tillbaka till början av din aktivitet. Det är praktiskt när du behöver ta dig tillbaka till lägret eller huvudleden.

- 1 Välj **Registreringskontroller**.
- 2 Välj ▶ för att växla till kartfliken.
- 3 Välj **TracBack**.
Kartan visar rutten med en röd linje, startpunkt och slutpunkt.
- 4 Navigera med hjälp av kartan eller kompassen.

Stoppa aktuell aktivitet

- 1 Från huvudsidorna väljer du **ENTER > Stoppa**.
- 2 Välj ett alternativ:
 - Om du vill återuppta inspelningen väljer du **Fortsätt**.
 - Välj 📁 för att spara aktiviteten.
 - Om du vill ta bort aktiviteten och nollställa färdatorn väljer du ✕.

Navigera i en sparad aktivitet

- 1 Välj **FIND > Reg. aktiviteter**.
- 2 Välj en aktivitet.
- 3 Välj **Kör**.

Ta bort en sparad aktivitet

- 1 Välj **Reg. aktiviteter**.
- 2 Välj en aktivitet.
- 3 Välj **MENU > Ta bort**.

Byta en aktivitet

Du kan växla start- och slutpunkt på aktiviteten för att navigera efter aktiviteten i omvänd ordning.

- 1 Välj **Reg. aktiviteter**.
- 2 Välj en aktivitet.
- 3 Välj **MENU > Kopiera reverserat**.

Skapa ett spår från en sparad aktivitet

Du kan skapa ett spår från en sparad aktivitet. På så sätt kan du dela med dig av dina spår trådlöst med andra kompatibla Garmin enheter.

- 1 Välj **Reg. aktiviteter**.
- 2 Välj en aktivitet.
- 3 Välj **MENU > Spara som spår**.

Banor

En bana kan ha flera destinationer och kan navigeras punkt till punkt eller på ruttdragningsbara vägar. Banor sparas som FIT-filer på enheten.

Skapa en bana

- 1 Välj **Banplanerare > Skapa bana**.
- 2 Välj en metod för att skapa bana.
- 3 Välj **Välj första position**.
- 4 Välj en kategori.
- 5 Välj den första punkten på banan.
- 6 Välj **Använd**.
- 7 Välj **Välj nästa punkt** för att lägga till fler punkter i banan.
- 8 Välj **Klar**.

Skapa en bana med hjälp av kartan

- 1 Välj **Banplanerare > Skapa bana**.
- 2 Välj en metod för att skapa en bana:
 - Om du vill skapa en bana utan några kartjusteringar eller omberäkningar väljer du **Direkt väg**.
 - Om du vill skapa en bana ändras för att följa kartdata och räkna om vid behov väljer du **Landsvägar & Leder**.
- 3 Välj **Välj första position > Använd karta**.
- 4 Välj en punkt på kartan.
- 5 Välj **Använd**.
- 6 Flytta kartan och välj ytterligare punkter på kartan som ska läggas till i banan.
- 7 Välj **Klar**.

Navigera längs en sparad bana

- 1 Välj **FIND > Banor**.
- 2 Välj en bana.
- 3 Välj **Kör**.

Rutten visas som standard som en rak färgad linje på kartan.

Redigera en bana

- 1 Välj **Banplanerare**.
- 2 Välj en bana.
- 3 Välj **MENU > Redigera bana**.
- 4 Välj en punkt.
- 5 Välj ett alternativ:
 - Visa punkten på kartan med **Granska**.
 - Om du vill ändra punktens namn väljer du **Ändra namn**.
 - Om du vill redigera symbolen som representerar punkten väljer du **Ändra ikon**.
 - Om du vill ändra ordning på punkterna längs banan väljer du **Flytta uppåt** eller **Flytta nedåt**.
 - Om du vill infoga ytterligare en punkt på banan väljer du **Sätt in framför**.
Den nya punkten infogas före den punkt du ändrar.
 - Om du vill få en varning när du kommer fram till punkten väljer du **Varna vid ankomst**.
Punkter med varningar är vanligtvis destinationer på banan. Punkter utan varningar används som ruttpunkter på banan men är inte destinationer.
 - Ta bort punkter från banan med **Ta bort**.
- 6 Välj **QUIT** för att spara banan.

Redigera namnet på en bana

Du kan anpassa namnet på en bana för att göra det unikt.

- 1 Välj **Banplanerare**.
- 2 Välj en bana.
- 3 Välj **MENU > Ändra namn**.
- 4 Ange det nya namnet.

Visa en sparad bana på kartan

- 1 Välj **Banplanerare**.
- 2 Välj en bana.
- 3 Välj kartfliken.

Visa höjdprofil för en bana

Höjdprofilen visar höjden för en bana baserat på ruttinställningarna. Om enheten är konfigurerad för direkt ruttdragning visar höjdprofilen rak höjddata mellan banpunkter. Om enheten är konfigurerad för rutter längs vägar visar höjdprofilen höjden längs vägarna som ingår i banan.

- 1 Välj **Banplanerare**.
- 2 Välj en bana.
- 3 Välj höjdprofilsfliken.

Vända en bana

Du kan växla start- och slutpunkt på banan för att navigera längs banan i omvänd ordning.

- 1 Välj **Banplanerare**.
- 2 Välj en bana.
- 3 Välj **MENU > Byt banriktning**.

Skapa ett spår eller en rutt från en sparad bana

Du kan skapa ett spår eller en rutt från en sparad bana. Du kan navigera längs spåren eller rutterna med Garmin enheter som inte stöder ruttnavigering.

- 1 Välj **Banplanerare**.
- 2 Välj en bana.
- 3 Välj **MENU**.
- 4 Välj **Spara som spår** eller **Spara som rutt**.

Ta bort en bana

- 1 Välj **Banplanerare**.
- 2 Välj en bana.
- 3 Välj **MENU > Ta bort**.

Väder

Din GPSMAP 66 enhet kan ta emot väderinformation med två olika tjänster. Du kan ta emot väder för din aktuella plats.

Active Weather: När GPSMAP 66i enheten är ansluten till din smartphone eller ett Wi-Fi nätverk och har en aktiv internetanslutning kan den ta emot detaljerad väderinformation från internet. Den här funktionen tillhandahåller en fyradagarsprognos och grafiska väderkartor i realtid.

inReach Weather: Du kan få väderinformation via ditt inReach abonnemang. Din enhet kan skicka ett inReach meddelande för att begära standard-, premium- eller marina väderprognoser. Du kan ta emot väderprognoser för din aktuella plats, en waypoint, GPS-koordinater eller en plats som du väljer på kartan.

Begära en inReach Weather-prognos

För bästa resultat bör du se till att enheten har fri sikt mot himlen när du begär en inReach Weather-prognos.

Din enhet kan skicka ett meddelande för att begära en standard-, premium- eller marin väderprognos med ditt inReach abonnemang. Du kan ta emot väderprognoser för din aktuella plats, en waypoint, GPS-koordinater eller en plats som du väljer på kartan. Väderprognoser medför dataavgifter eller extra avgifter för ditt inReach abonnemang. Mer information om olika typer av prognoser och tillhörande kostnader finns på garmin.com/manuals/inreachweather.

- 1 Välj **inReach Weather > Ny prognos**.
- 2 Om det behövs väljer du **Prognostyp** och väljer en **Grundläggande** eller **Premium**-väderprognos.
- 3 Om det behövs väljer du **Plats** och väljer en plats.
Som standard begär enheten väder för din aktuella plats.
- 4 Om det behövs väljer du **Marint** för att begära en marin väderprognos.
Obs! För bästa resultat bör du endast begära en marin väderprognos för en plats långt från stranden och över stora vattenmassor. Marina prognoser är inte tillgängliga för landområden eller insjöar.
- 5 Välj **Få prognos**.

Enhetsen skickar en begäran om prognos. Det kan ta flera minuter att ta emot väderprognosdata.

När enheten har hämtat data kan du visa prognosen när som helst tills all information i prognosen har gått ut. Du kan också uppdatera prognosen när du vill.

Uppdatera en inReach Weather prognos

Du kan uppdatera en inReach Weather-prognos som har gått ut eller som innehåller inaktuell information. Uppdatering av en prognos medför samma dataavgifter eller extra avgifter som vid begäran av en prognos.

- 1 Välj **inReach Weather**.
- 2 Välj en plats med en gammal väderprognos.
- 3 Välj **MENU > Uppdatera prognos**.

Enheten begär en uppdaterad prognos. Om du uppdaterar prognosen Min plats begär enheten en uppdaterad prognos för din aktuella plats. Det kan ta flera minuter att ta emot uppdaterade väderprognosdata.

Ta bort en inReach Weather-prognos

Du kan ta bort en utgången prognos eller en prognos för en plats som du inte längre behöver.

- 1 Välj **inReach Weather**.
- 2 Välj en väderplats.
Obs! Du kan inte ta bort prognosen Min plats.
- 3 Välj **MENU > Ta bort**.

Visa en Active Weather-prognos

När GPSMAP 66 enheten är ansluten till din smartphone eller ett Wi-Fi nätverk och har en aktiv internetanslutning kan den ta emot detaljerad väderinformation från internet.

- 1 Välj **Active Weather**.
Enheten hämtar automatiskt en väderprognos för din aktuella plats.
- 2 Välj en dag för att visa en timprognos, om en sådan finns.
- 3 Välj ett tidsintervall för att visa detaljerad väderinformation.

Visa en Active Weather-karta

Om du vill visa en Active Weather-karta måste enheten vara ansluten till din smartphone.

När enheten är ansluten till en smartphone eller ett Wi-Fi nätverk med internetåtkomst kan du visa en väderkarta i realtid som visar väderradar, molntäcke, temperatur eller vindförhållanden.

- 1 Välj **Active Weather**.
- 2 Tryck på ◀ eller ▶ för att välja en väderkartsflik.
Obs! Det kan hända att vissa alternativ inte är tillgängliga i alla områden.
 - Om du vill visa en väderradar väljer du .
 - Om du vill visa molntäckning väljer du .
 - Om du vill visa temperaturer väljer du .
 - Om du vill visa vindhastigheter och -riktningar väljer du .

Valda data visas på kartan. Det kan ta en stund innan enheten kan läsa in väderkartdata.

- 3 Välj ett alternativ:
 - Om du vill zooma in eller ut på kartan trycker du på **+** eller **-**.
 - Om du vill panorera uppåt, nedåt, åt vänster eller åt höger på kartan trycker du på ▼ för att gå till panoreringsläget och använder styrknappen.

Lägga till en plats för Active Weather

Du kan lägga till en väderplats för att visa Active Weather för waypoints, GPS-koordinater eller andra platser.

1 När du visar en Active Weather prognos väljer du **MENU > Hantera platser > Ny plats**.

2 Välj en plats.

TIPS: Med alternativet Väderplatser kan du snabbt välja en plats som du tidigare har begärt en inReach Weather prognos för.

3 Välj **Använd**.

Enheten hämtar en prognos för den valda platsen.

Växla plats för Active Weather

Du kan snabbt växla mellan prognoser för Active Weather-platser som du tidigare har lagt till.

1 När du visar en Active Weather prognos väljer du **MENU > Hantera platser**.

2 Välj en plats i listan.

TIPS: Alternativet Min plats hämtar alltid en prognos för din aktuella plats.

3 Välj **Använd**.

Enheten hämtar den senaste prognosen för den valda platsen.

Ta bort en Active Weather-plats

1 När du visar en Active Weather prognos väljer du **MENU > Hantera platser**.

2 Välj en plats i listan.

Obs! Du kan inte ta bort prognosen Min plats.

3 Välj **Ta bort**.

Dataanvändning och historik

Du kan visa plandetaljer och dataanvändning på GPSMAP 66i.

Visa programinformation

1 Välj **inReach-funktioner**.

2 Välj **Planinformation**.

Visa dataanvändning

Du kan visa antalet meddelanden, förinställda meddelanden och spårpunkter som skickats under den innevarande faktureringsperioden. Räknaren för dataanvändning återställs automatiskt vid början av varje faktureringsperiod.

1 Välj **inReach-funktioner**.

2 Välj **Plananvändning**.

Verktyg på huvudmenyn

Välj **MENU** två gånger.

Spårning: Gör att du kan dela och visa information om de spår du färdas på.

SOS: Gör att du kan initiera en SOS-räddning.

Meddelanden: Skicka ett förvalt meddelande eller textmeddelande via Iridium satellitnätverket.

inReach-funktioner: Visa information om ditt inReach abonnemang, kontrollera e-post och testa enheten ([inReach funktioner, sidan 5](#)).

inReach Weather: Begär standard-, premium- eller marina väderprognoser med ditt inReach abonnemang ([Begära en inReach Weather-prognos, sidan 25](#)).

Registreringskontroller: Visa detaljer om aktuell aktivitet och styr den aktuella aktivitetsinspelningen ([Visa aktuell aktivitet, sidan 22](#)).

Aviseringar: Meddelar om inkommande samtal, sms, uppdateringar i sociala medier med mera, baserat på aviseringsinställningarna på din smartphone ([Telefonaviseringar, sidan 15](#)).

Active Weather: Visar aktuell temperatur, temperaturprognos, väderprognos, väderradar, molntäcke och vindförhållanden ([Visa en Active Weather-prognos, sidan 26](#)).

Waypointhanterare: Visar alla waypoints som finns sparade på enheten ([Waypoints, sidan 17](#)).

Connect IQ: Visar en lista med installerade Connect IQ appar ([Connect IQ funktioner, sidan 16](#)).

BirdsEye direkt: Hämta BirdsEye Satellite Imagery till enheten ([BirdsEye bilder, sidan 29](#)).

Geocaching: Visar en lista med hämtade geocacher ([Geocacher, sidan 29](#)).

Reg. aktiviteter: Visar din aktuella aktivitet och en lista med inspelade aktiviteter ([Inspelningar, sidan 21](#)).

Aktiv rutt: Visar den aktiva rutten och kommande waypoints ([Rutter, sidan 19](#)).

Ruttplanerare: Visar en lista med sparade rutter och gör att du kan skapa nya rutter ([Skapa en rutt, sidan 19](#)).

Sparade spår: Visar en lista med sparade spår ([Skapa ett spår från en sparad aktivitet, sidan 22](#)).

Kurs mot mål: Gör att du kan peka enheten mot ett objekt långt bort och navigera med objektet som referenspunkt ([Navigera med Kurs mot mål, sidan 11](#)).

Områdeslarm: Ställ in aviseringslarm inom ett avstånd från vissa platser ([Ställa in positionslarm, sidan 32](#)).

Dela trådlöst: Överför filer trådlöst till en annan kompatibel enhet ([Sända och ta emot data trådlöst, sidan 33](#)).

Profiländring: Ändra enhetsprofilen för att anpassa dina inställningar och datafält för en viss aktivitet eller resa ([Välja en profil, sidan 33](#)).

Areaberäkning: Beräkna storleken på ett område ([Beräkna ett områdes storlek, sidan 33](#)).

Kalender: Visar en kalender.

Jakt och fiske: Visar de bästa datumen och tiderna för jakt och fiske på din aktuella plats.

Sol och måne: Visar tider för soluppgång och solnedgång samt månens faser, baserat på din GPS-position.

Fotovisare: Visar sparade bilder.

Noggr. Waypoint: Förfina en waypointplats för större noggrannhet ([Waypoint Averaging, sidan 18](#)).

Miniräknare: Visar en miniräknare.

Alarm: Ställer in ett ljudlarm. Om du inte använder enheten för tillfället kan du ställa in den så att den slås på vid en viss tidpunkt.

VIRB-fjärrkontroll: Visar kamerakontroller när du har en VIRB® enhet ihopparad med din enhet i GPSMAP 66 series ([Använda VIRB fjärrkontrollen, sidan 33](#)).

Stoppur: Använd en timer, markera ett varv och ta tid på varv.

Ficklampa: Slår på ficklampan ([Använda ficklampan, sidan 33](#)).

XERO-positioner: Visar laserplatsinformation när du har ett Xero® bågskikte ihopparat med din enhet i GPSMAP 66 series.

Satellit: Visar aktuell GPS-satellitinformation ([Satellitesida, sidan 33](#)).

Samlingshanteraren: Visar samlingar som synkroniserats från ditt Garmin Explore konto.

Banplanerare: Visar en lista med sparade banor och gör att du kan skapa nya banor ([Banor, sidan 23](#)).

BirdsEye bilder

BirdsEye bilder innehåller hämtningsbara, högupplösta kartbilder, bland annat detaljerade satellitbilder och rutnätbaserade topografiska kartor. Du kan hämta BirdsEye Satellite Imagery direkt till enheten när den är ansluten till ett Wi-Fi nätverk.

Hämta BirdsEye bilder

Innan du kan hämta BirdsEye bilder direkt till din enhet måste du ansluta till ett trådlöst nätverk ([Ansluta till ett trådlöst nätverk, sidan 16](#)).

1 Välj **BirdsEye direkt** > **Hämta bilder**.

2 Välj ett alternativ:

- Om du vill hämta BirdsEye bildfiler för en viss plats eller område väljer du **Plats** och väljer en kategori.
Obs! Standardinställningen för platsen är din aktuella plats.
- Om du vill redigera namn på hämtade bildfiler väljer du **Namn**.
- Om du vill välja ett bildkvalitetsalternativ väljer du **Detaljer**.
- Om du vill definiera storleken på området som ska visas i de hämtade bildfilerna väljer du **Radie** och anger ett avstånd från den valda platsen.

En beräknad filstorlek visas för den valda bildkvaliteten och radien. Du bör kontrollera att det finns tillräckligt med lagringsutrymme på enheten för bildfilen.

3 Välj **Hämta**.

Geocacher

Geocaching är en skattjakt där spelarna gömmer eller letar efter dolda cacher med hjälp av ledtrådar och GPS-koordinater.

Registrera din enhet på Geocaching.com

Du kan registrera din enhet på www.geocaching.com och söka efter en lista över närliggande geocacher eller söka information i realtid om miljontals geocacher.

1 Anslut till ett trådlöst nätverk ([Ansluta till ett trådlöst nätverk, sidan 16](#)) eller till Garmin Connect appen ([Para ihop en smartphone med enheten, sidan 15](#)).

2 Välj **Inställningar** > **Geocaching** > **Registrera enheten**.

En aktiveringskod visas.

3 Följ instruktionerna på skärmen.

4 Välj **Bekräfta registrering**.

Ansluta till Geocaching.com

När du har registrerat dig kan du visa geocacher från www.geocaching.com på enheten när den är ansluten trådlöst.

- Anslut till appen Garmin Connect.
- Anslut till ett Wi-Fi nätverk.

Hämta geocacher med en dator

Du kan läsa in geocacher manuellt på enheten via en dator ([Överföra filer till enheten, sidan 45](#)). Du kan placera geocachefilerna i en GPX-fil och importera dem till GPX-mappen på enheten. Med ett Premium-medlemskap på geocaching.com kan du använda funktionen "pocket query" för att läsa in många geocacher på din enhet som en enda GPX-fil.

1 Anslut enheten till datorn med en USB-kabel.

2 Gå till www.geocaching.com.

3 Skapa ett konto om du ännu inte har ett.

4 Logga in.

5 Följ instruktionerna på geocaching.com för att hitta och hämta geocacher till enheten.

Geocachesökningar

Du kan söka efter de geocacher som har lästs in på enheten. Om du är ansluten till www.geocaching.com kan du söka efter livegeocachedata och hämta geocacher.

Obs! Du kan hämta detaljerad information om mer än tre geocacher per dag med ett premium-medlemskap. Gå till www.geocaching.com om du vill ha mer information.

Söka efter en geocache

Du kan söka efter de geocacher som har lästs in på enheten. Om du är ansluten till www.geocaching.com kan du söka efter livegeocachedata och hämta geocacher.

Obs! Du kan hämta detaljerad information för ett begränsat antal geocacher per dag. Du kan köpa ett premiumabonnemang för att hämta fler. Gå till www.geocaching.com om du vill ha mer information.

- 1 Välj **Geocaching**.
- 2 Välj  > **MENU**.
- 3 Välj ett alternativ:
 - Om du vill söka efter geocacher på enheten efter namn väljer du **Sök stavning** och anger en sökterm.
 - Om du vill söka efter geocacher nära dig eller nära en annan plats väljer du **Sök nära** och väljer en plats.
Om du är ansluten till www.geocaching.com innehåller sökresultatet livegeocachedata som har hämtats med hjälp av **Hämta GC Live**.
 - Om du vill söka efter livegeocacher med hjälp av koder väljer du **Hämta GC Live** > **GC-kod** och anger geocachekoden.
Du kan använda den här funktionen till att hämta geocacher som du känner till geocachekoden för från www.geocaching.com.
- 4 Välj **MENU** > **Filtrera** för att filtrera sökresultatet (valfritt).
- 5 Välj en geocache.
Geocachedetaljer visas. Om du valde en live geocache och du är ansluten hämtar enheten alla geocachedetaljer till det interna minnet, om det behövs.

Söka efter geocacher på kartan

- 1 Välj **Geocaching**.
- 2 Välj  > **Hämta geocacher** för att söka efter och hämta närliggande geocacher på kartan.
- 3 Välj **MENU** > **Filtrera** för att filtrera sökresultatet (valfritt).
- 4 Välj en geocache.
Geocachedetaljer visas. Om du valde en livegeocache och är ansluten till www.geocaching.com hämtas alla geocachedetaljer till det interna minnet.

Filtrera geocachelistan

Du kan filtrera din geocachelista utifrån olika parametrar, till exempel svårighetsgrad.

- 1 Välj **Geocaching** > **MENU** > **Filtrera**.
- 2 Välj ett eller flera alternativ att filtrera:
 - Om du vill filtrera efter en geocachekategori, t.ex. pussel eller händelse, väljer du **Typ**.
 - Om du vill filtrera efter den fysiska storleken på geocachebehållaren väljer du **Cachestorlek**.
 - Om du vill filtrera efter geocacher med statusen **Ej prövad**, **Hittade ej** eller **Hittad** väljer du **Status**.
 - Om du vill filtrera efter svårighetsgraden för att hitta geocachen, eller svårigheter i terrängen, väljer du en nivå från 1 till 5.
- 3 Välj **QUIT** för att visa den filtrerade geocachelistan.

Spara ett skräddarsytt geocachefilter

Du kan skapa och spara anpassade filter för geocacher utifrån specifika faktorer.

- 1 Välj **Inställningar > Geocaching > Filter-inställningar > Skapa filter**.
- 2 Välj objekt att filtrera.
- 3 Välj **QUIT**.

Som standard sparas det nya filtret automatiskt som Filtrera följt av ett nummer. Exempelvis Filtrera 2. Du kan redigera geocachefilter för att ändra namnet ([Redigera ett skräddarsytt geocachefilter, sidan 31](#)).

Redigera ett skräddarsytt geocachefilter

- 1 Välj **Inställningar > Geocaching > Filter-inställningar**.
- 2 Välj ett filter.
- 3 Välj ett alternativ som du vill redigera.

Visa information om geocache

- 1 Välj **Geocaching**.
- 2 Välj en geocache.
- 3 Välj **MENU > Granska punkt**.

En beskrivning av geocachen och loggar visas.

Navigera till en geocache

- 1 Välj **Geocaching**.
- 2 Välj en geocache.
- 3 Välj **Kör**.

Använda Tips och ledtrådar för att hitta en geocache

Du kan använda tips eller ledtrådar, t.ex. en beskrivning eller koordinater, för att få hjälp att hitta en geocache.

- 1 Medan du navigerar till en geocache väljer du **MENU > Geocache**.
- 2 Välj ett alternativ:
 - Om du vill visa detaljer om geocachen väljer du **Beskrivning**.
 - Om du vill visa en ledtråd om en geocacheplats väljer du **Ledtråd**.
 - Om du vill visa koordinaterna för latitud och longitud för en geocache väljer du **Koordinater**.
 - Om du vill visa feedback om aktuell geocache från föregående sökare väljer du **Loggar**.
 - Om du vill aktivera chirp™ sökning väljer du **chirp™**.

Logga ett försök

När du har försökt att hitta en geocache kan du logga dina resultat. Du kan kontrollera vissa geocacher på www.geocaching.com.

- 1 Välj **Geocaching > Logg**.
- 2 Välj **Hittad, Hittade ej, Reparation krävs** eller **Ej prövad**.
- 3 Välj ett alternativ:
 - Om du vill avsluta loggningen väljer du **Klar**.
 - Börja navigera till den geocache som finns närmast genom att välja **Sök nästa närmaste**.
 - Mata in en kommentar om hur man letar efter cachen eller om själva cachen genom att välja **Redigera kommentar**. Ange en kommentar och välj **Klar**.

Om du är ansluten till www.geocaching.com överförs loggen automatiskt till ditt konto på www.geocaching.com.

chirp

En chirp är ett litet tillbehör som programmeras och lämnas i en geocache. Du kan använda enheten till att hitta en chirp i en geocache.

Aktivera chirp sökning

- 1 Välj **Inställningar > Geocaching**.
- 2 Välj **chirp™-sökning > På**.

Hitta en geocache med en chirp

- 1 Med chirp sökning aktiverad navigerar du till en geocache.
När du är mindre än ca 10 m (33 fot) från geocachen som innehåller en chirp visas detaljer om chirp.
- 2 Välj **Visa detaljer**.
- 3 Om det behövs väljer du **Kör** för att navigera till nästa steg i geocachen.

Ta bort live geocachedata från enheten

Du kan ta bort live geocachedata för att endast visa geocacher laddas manuellt på enheten med hjälp av en dator.

Välj **Inställningar > Geocaching > Geocaching Live > Ta bort realtidsdata**.

Live geocachingdata tas bort från enheten och visas inte längre i geocachelistan.

Ta bort enhetsregistreringen från Geocaching.com

Om du ändrar ägare till din enhet kan du ta bort enhetsregistreringen från geocaching.com.

Välj **Inställningar > Geocaching > Geocaching Live > Avregistrera enheten**.

Ställa in positionslarm

Positionslarmen signalerar att du befinner dig inom ett definierat avstånd från en viss plats.

- 1 Välj **Områdeslarm > Skapa larm**.
- 2 Välj en kategori.
- 3 Välj en plats.
- 4 Välj **Använd**.
- 5 Ange en radie.

När du anger ett område med ett positionslarm ger enheten ifrån sig en ton.

Redigera eller ta bort ett områdelarm

- 1 Välj **Områdeslarm**.
- 2 Välj ett larm.
- 3 Välj ett alternativ:
 - Om du vill redigera radien väljer du **Ändra radie**.
 - Om du vill visa larmet på en karta väljer du **Visa kartan**.
 - Om du vill ta bort larmet väljer du **Ta bort**.

Sända och ta emot data trådlöst

För att kunna dela data trådlöst måste du befinna dig högst 3 m (10 fot) från en kompatibel Garmin enhet.

Din enhet kan skicka och ta emot data trådlöst när den är ansluten till en kompatibel Garmin enhet med hjälp av ANT+ teknologi. Du kan dela waypoints, geocacher, rutter, spår och mycket mer.

- 1 Välj **Dela trådlöst**.
- 2 Välj ett alternativ:
 - Välj **Sänd** och välj datatyp.
 - Välj **Ta emot** för att ta emot data från en annan enhet. Den andra kompatibla enheten måste försöka skicka data.
- 3 Följ instruktionerna på skärmen.

Välja en profil

När du byter aktiviteter kan du ändra inställningen för enheten genom att ändra profilen.

- 1 Välj **Profiländring**.
- 2 Välj en profil.

Beräkna ett områdes storlek

- 1 Välj **Areaberäkning > Start**.
- 2 Gå runt utkanten av det område som du vill beräkna.
- 3 Välj **Beräknar** när du är klar.

Använda VIRB fjärrkontrollen

Innan du kan använda VIRB fjärrfunktionen måste du aktivera fjärrinställningarna på VIRB kameran. Mer information finns i *användarhandboken till VIRB serien*.

Med VIRB fjärrfunktionen kan du styra din VIRB actionkamera med hjälp av enheten.

- 1 Slå på VIRB kameran.
- 2 På din enhet i GPSMAP 66 series väljer du **VIRB-fjärrkontroll**.
- 3 Vänta medan enheten ansluter till din VIRB kamera.
- 4 Välj ett alternativ:
 - Välj  för att spela in video.
 - Om du vill ta en bild väljer du .

Använda ficklampan

Obs! Om du använder ficklampan kan du förkorta batteriernas livslängd. Du kan öka batteriets livslängd genom att minska ljusstyrkan eller användningen av ficklampan.

- 1 Välj **Ficklampa > ENTER**.
- 2 Om det behövs kan du justera ljusstyrkan med hjälp av skjutreglaget.
- 3 Om det behövs kan du välja du en annan typ av lampa.

0	Inget blinkande ljus, konstant stråle.
1 till 9	Antal ljuspulser per sekund.
SOS	Blinkande nödljus. Obs! Wi-Fi, Bluetooth och ANT+ anslutningar är avaktiverade i SOS-läge.

Satellitsida

På satellitsidan visas din aktuella position, GPS-noggrannhet, satellitpositioner och signalstyrka.

GPS-satellitinställningar

Välj **Satellit > MENU**.

Använd med GPS på: Gör att du kan sätta på GPS:en.

Spår uppåt: Anger om satelliter ska visas med ringarna orienterade så att norr är riktat uppåt på skärmen eller orienterade så att aktuellt spår är riktat uppåt på skärmen.

En färg: Välj om satellitsidan ska visas med en eller flera färger.

Ställ in pos. på karta: Gör att du kan markera din aktuella position på kartan. Du kan använda positionen till att skapa rutter eller söka efter sparade platser.

AutoLocate-position: Beräknar din GPS-position med hjälp av funktionen Garmin AutoLocate®.

Satellitinställningar: Ställer in alternativ för satellitsystemet ([Satellitinställningar](#), sidan 35).

Anpassa enheten

Anpassa datafälten

Du kan anpassa datafälten som visas på huvudsidan.

- 1 Öppna sidan där du vill ändra datafälten.
- 2 Välj **MENU**.
- 3 Välj **Byt datafält**.
- 4 Välj det nya datafältet.
- 5 Följ instruktionerna på skärmen.

Inställningsmeny

Välj **MENU** två gånger och välj **Inställningar**.

System: Anpassa systeminställningar ([Systeminställningar](#), sidan 35).

Skärm: Justerar inställningar för bakgrundsbelysning och skärm ([Skärminställningar](#), sidan 35).

Bluetooth: Parar ihop enheten med en smartphone och gör att du kan anpassa Bluetooth inställningarna ([Bluetooth inställningar](#), sidan 36).

Wi-Fi: Anslut till trådlösa nätverk ([Wi-Fi inställningar](#), sidan 36).

Spårning: Anpassa Spårning-inställningarna ([inReach spårningsinställningar](#), sidan 7).

Meddelanden: Anpassa inställningarna för meddelanden ([Meddelandeinställningar](#), sidan 6).

Kontakter: Lägg till, ta bort och redigera kontakter ([Kontakter](#), sidan 9).

Karta: Ställer in kartans utseende ([Kartinställningar](#), sidan 10).

Spela in: Anpassa inställningar för aktivitetsinspelning ([Inspelningsinställningar](#), sidan 21).

Rutt: Anpassa hur enheten beräknar rutter för varje aktivitet ([Ruttinställningar](#), sidan 36).

Lågenergiläge: Anpassa inställningar för att aktivera expeditionsläget ([Starta expeditionsläget](#), sidan 42).

Waypoints: Ange ett eget prefix för automatiskt namngivna waypoints.

Ljud: Ställer in enhetens ljud, t.ex. knappljud och aviseringar ([Ställa in enhetssignaler](#), sidan 37).

Kurs: Gör att du kan anpassa kompassens riktningsinställningar ([Riktningsinställningar](#), sidan 12).

Höjdmätare: Anpassa inställningar för höjdmätaren ([Höjdmätarinställningar](#), sidan 13).

Geocaching: Anpassa geocacheinställningar ([Geocacheinställningar](#), sidan 37).

Sensorer: Parar ihop trådlösa sensorer med din enhet ([Trådlösa sensorer](#), sidan 37).

Fitness: Anpassa inställningar för inspelning av konditionsträning ([Träningsinställningar](#), sidan 37).

Marint: Ställer in utseendet på marina data på kartan ([Marina inställningar](#), sidan 38).

Menyer: Anpassa sidsekvensen och huvudmenyn ([Menyinställningar](#), sidan 38).

Positionsformat: Ställer in det geografiska positionsformatet och referensalternativ ([Inställningar för positionsformat](#), sidan 40).

Enheter: Ställer in måttenheterna som används på enheten ([Ändra måttenheterna](#), sidan 40).

Tid: Justerar tidsinställningarna ([Tidsinställningar](#), sidan 40).

Profiler: Anpassa och skapa nya aktivitetsprofiler ([Profiler](#), sidan 40).

Nollställ: Återställ användardata och inställningar ([Återställa data och inställningar](#), sidan 41).

Om: Visar information om enheten, till exempel enhets-ID, programversion, information om regler och licensavtal ([Se information om regler och efterlevnad för E-label](#), sidan 46).

Systeminställningar

Välj **Inställningar > System**.

Satellit: Ställer in alternativ för satellitsystemet ([Satellitinställningar](#), sidan 35).

Textspråk: Ställer in textspråket på enheten.

Obs! Att textspråket ändras innebär inte att språket i data som användaren lagt in ändras.

Gränssnitt: Ställer in formatet för det seriella gränssnittet ([Inställningar för seriegränssnitt](#), sidan 35).

RINEX-loggning: Gör att enheten kan skriva RINEX-data (Receiver Independent Exchange Format) till en systemfil. RINEX är ett format för datautbyte för obehandlade data från satellitnavigeringssystem.

Satellitinställningar

Välj **Inställningar > System > Satellit**.

Satellitsystem: Ställer in satellitsystemet på GPS eller Demoläge (GPS av).

WAAS/EGNOS: Gör att systemet kan använda data från WAAS/EGNOS (Wide Area Augmentation System/European Geostationary Navigation Overlay Service).

Inställningar för seriegränssnitt

Välj **Inställningar > System > Gränssnitt**.

Garmin Spanner: Låter dig använda enhetens USB-port med de flesta NMEA 0183-kompatibla kartprogrammen genom att skapa en virtuell serieport.

Garmin serienummer: Ställer in enheten på Garmin eget format som används för att utbyta waypoint-, rutt- och spårdata med en dator.

NMEA In/Ut: Ställer in enheten på att använda NMEA 0183 standardutgångar och -ingångar.

Text ut: Tillhandahåller enkel ASCII-textutdata för positions- och hastighetsinformation.

MTP: Anger att enheten ska använda Media Transfer Protocol (MTP) för att få åtkomst till filsystemet på enheten i stället för masslagringsläge.

Skärminställningar

Välj **Inställningar > Skärm**.

Skärmläckare: Anpassar tiden innan bakgrundsbelysningen släcks.

Batterisparläge: Sparar batterikapacitet och förlänger batteritiden genom att stänga av skärmen när bakgrundsbelysningen släcks.

Utseende: Ändrar utseende på skärmens bakgrund och hur val markeras ([Ändra färgläge](#), sidan 36).

Skärmbild: Spara bilden på enhetens skärm.

Textstorlek för granskning: Ändrar storleken på texten på skärmen.

Ändra färgläge

1 Välj **Inställningar > Skärm > Utseende**.

2 Välj ett alternativ:

- Du kan välja alternativet **Läge > Automatiskt** om du vill att enheten ställer in dagsljus- och nattljusfärger automatiskt beroende på vad klockan är.
- Om du vill använda en ljus bakgrund väljer du **Läge > Dag**.
- Om du vill använda en mörk bakgrund väljer du **Läge > Natt**.
- Om du vill anpassa färgpaletten till dagtid väljer du **Dagsljusfärg**.
- Om du vill anpassa färgpaletten till nattetid väljer du **Nattljusfärg**.

Bluetooth inställningar

Välj **Inställningar > Bluetooth**.

Status: Möjliggör trådlös Bluetooth teknik och visar aktuell anslutningsstatus.

Aviseringar: Visar eller döljer smartphoneaviseringar.

Glöm telefon: Tar bort den anslutna enheten från listan över ihopparade enheter. Alternativet finns endast när en enhet har parats ihop.

Wi-Fi inställningar

Välj **Inställningar > Wi-Fi**.

Wi-Fi: Aktiverar trådlös teknik.

Lägg till nätverk: Gör att du kan söka efter och ansluta till ett trådlöst nätverk.

Ruttinställningar

Tillgängliga ruttinställningar varierar beroende på om Direkt ruttdragning är aktiverat eller avaktiverat.

Välj **Inställningar > Rutt**.

Direkt ruttdragning: Aktiverar eller avaktiverar direkt ruttdragning. Direkt ruttdragning beräknar den mest direkta ruten som är möjlig till destinationen.

Aktivitet: Ställer in en aktivitet under rutt. Enheten beräknar optimerade rutter för den typ av aktivitet du ägnar dig åt.

Lås på väg: Låser den blå ikonen, som indikerar din position på kartan, på närmaste väg. Detta är mest användbart när du kör eller navigerar på vägar.

Navigering på bana: Ställer in den metod som används för att beräkna banor och rutter. Alternativet Direkt väg används för punkt-till-punkt-navigering utan omberäkning. Alternativet Landsvägar & Leder justerar kursen så att den följer kartdata och räknar om vid behov.

Ruttövergångar: Ställer in hur enheten tar sig från en punkt längs ruten till nästa. Den här inställningen är endast tillgänglig för vissa aktiviteter. Alternativet Distans leder dig till nästa punkt på ruten när du befinner dig på ett visst avstånd från den aktuella punkten.

Avancerade inställn.: Gör att du kan anpassa fler ruttinställningar ([Avancerade ruttinställningar, sidan 36](#)).

Avancerade ruttinställningar

Välj **Inställningar > Rutt > Avancerade inställn.**

Beräkningsmetod: Ställer in den metod som används för att beräkna din rutt.

Utanför rutt, räkna om: Anger inställningar för omräkning när du navigerar bort från en aktiv rutt.

Undvikanden: Ställer in typ av vägar, terräng och transportmetoder att undvika när du navigerar.

Ställa in enhetssignaler

Du kan anpassa signaler för meddelanden, knappar, svängvarningar och larm.

- 1 Välj **Inställningar > Ljud**.
- 2 Välj **Avisering**.
- 3 Välj ett alternativ:
 - Om du vill aktivera både ljud och vibration väljer du **Ljud & Vibration**.
 - Om du bara vill aktivera ljud väljer du **Ljud**.
 - Om du bara vill aktivera vibration väljer du **Vibration**.
- 4 Välj **Volym** för att ställa in ljudvolymen.
- 5 Välj en signal för varje ljudtyp.

Geocacheinställningar

Välj **Inställningar > Geocaching**.

Geocaching Live: Gör att du kan ta bort live geocachedata från enheten och ta bort enhetsregistreringen från geocaching.com (*Ta bort live geocachedata från enheten, sidan 32, Ta bort enhetsregistreringen från Geocaching.com, sidan 32*).

Geocachestil: Ställ in enheten för att visa geocachelistan efter namn eller koder.

chirp™-sökning: Enheten kan söka efter en geocache som innehåller ett chirp tillbehör (*Aktivera chirp sökning, sidan 32*).

Programmera chirp™: Programmerar chirp tillbehör.

Filter-inställningar: Du kan skapa och spara anpassade filter för geocacher (*Spara ett skraddarsytt geocachefilter, sidan 31*).

Hittade geocache: Gör att du kan ändra antalet hittade geocacher. Antalet ökar automatiskt när du loggar ett fynd (*Logga ett försök, sidan 31*).

Trådlösa sensorer

Enheten kan användas tillsammans med trådlösa ANT+ eller Bluetooth sensorer. Mer information om kompatibilitet och om att köpa tillvalssensorer finns på buy.garmin.com.

Para ihop dina trådlösa sensorer

Du måste sätta på dig pulsmätaren eller installera givaren innan du kan para ihop dem.

Att para ihop innebär att ansluta trådlösa sensorer med ANT+ eller Bluetooth teknik, till exempel ansluta en pulsmätare till din enhet.

- 1 Flytta enheten inom 3 m (10 fot) från sensorn.
Obs! Håll dig på minst 10 m (33 fot) avstånd från andra sensorer under ihoppningen.
- 2 Välj **Inställningar > Sensorer**.
- 3 Välj sensortyp.
- 4 Välj **Sök igen**.
När sensorn har parats ihop men din enhet ändrar sensorn status från Söker till Ansluten.

Träningsinställningar

Välj **Inställningar > Fitness**.

Auto Lap: Ställer in enheten på att automatiskt markera varvet vid ett visst avstånd.

Användare: Ställer in informationen i din användarprofil. Enheten utnyttjar informationen för att beräkna korrekta träningsdata i Garmin Connect.

Pulszoner: Ställer in de fem pulszonerna och din maxpuls för konditionsträning.

Markera varv enligt distans

Med Auto Lap® kan du automatiskt markera varvet vid en viss sträcka. Den här funktionen är användbar när du vill jämföra dina prestationer under olika delar av en aktivitet.

- 1 Välj **Inställningar > Fitness > Auto Lap**.
- 2 Ange ett värde och välj **Klar**.

Marina inställningar

Välj **Inställningar > Marint**.

Sjökortsläge: Ställ in typen av sjökort som används för enheten när du visar marina data. Nautiskt visar olika kartfunktioner i olika färger, vilket gör marina intressanta platser (POI) lättare att tyda och gör att kartan efterliknar visningen på papperskartor. Fiske (kräver marina kartor) visar en detaljerad översikt över bottenkonturer och djuplodning. Kartvisningen är enklare och en mycket bra hjälp vid fisketurer.

Utseende: Ställer in utseendet för marina navigationshjälpmedel på kartan.

Inst. f. sjövarn: Ställer in larm som avges när du överskrider ett visst driftavstånd vid ankring, när du befinner dig ur kurs med ett visst avstånd och när du kommer in i vatten med ett visst djup.

Filter för marin hastighet: Visar farkostens snitthastighet över en kort tidsperiod för jämnare hastighetsvärden.

Ställa in marina larm

- 1 Välj **Inställningar > Marint > Inst. f. sjövarn**.
- 2 Välj typ av larm.
- 3 Ange ett avstånd och välj **Klar**.

Menyinställningar

Välj **Inställningar > Menyer**.

Stil på meny: Ändrar utseendet på huvudmenyn.

Huvudmeny: Flytta, lägg till och ta bort objekt på huvudmenyn ([Anpassa huvudmenyn, sidan 38](#)).

Sidsekvens: Flytta, lägg till och ta bort objekt i sidsekvensen ([Ändra sidsekvens, sidan 39](#)).

Inställningar: Ändrar ordning på objekt på inställningsmenyn.

Sök: Ändrar ordning på objekt på sökmenyn.

Anpassa huvudmenyn

Du kan flytta, lägga till och ta bort objekt på huvudmenyn.

- 1 På huvudmenyn väljer du **MENU > Byt objektordning**.
- 2 Välj ett menyobjekt.
- 3 Välj ett alternativ:
 - Välj **Flytta** för att ändra placeringen i listan för objektet.
 - Välj **Infoga** för att lägga till ett nytt objekt i listan.
 - Välj **Ta bort** för att ta bort ett objekt från listan.

Anpassa och dela huvudmenyn

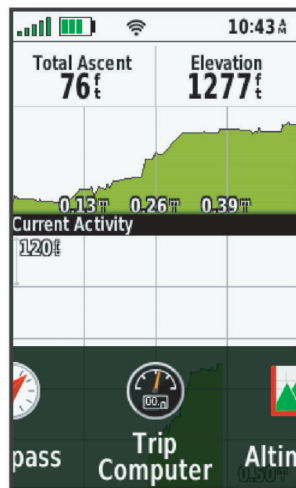
Du kan anpassa huvudmenyn, spara den anpassade menyn som en ny profil och dela profilen med andra GPSMAP 66i enheter. På så sätt kan du visa samma huvudmenyinställningar på flera enheter. Det kan vara praktiskt om du delar flera enheter med andra användare i organisationen.

- 1 Anpassa huvudmenyn genom att lägga till, flytta och ta bort objekt efter behov ([Anpassa huvudmenyn, sidan 38](#)).
- 2 Skapa en ny profil ([Skapa en egen profil, sidan 40](#)).
Den nya profilen skapas och får ett standardnamn och -nummer. Exempelvis Profil 10. När du anpassar huvudmenyn sparas ändringarna i den nya profilen.
- 3 Ändra namnet på din nya profil till något som är lätt att känna igen ([Ändra ett profilnamn, sidan 40](#))
- 4 Anslut enheten till datorn med USB-kabeln ([Ansluta enheten till en dator, sidan 44](#)).
- 5 Öppna utforskaren på datorn öppna mappen och **Garmin > Profiles**.
- 6 Kopiera .gpf-filen med profilnamnet som du känner igen till datorn.
- 7 Anslut nästa GPSMAP 66i enhet till datorn och kopiera .gpf-filen till mappen **Garmin > Profiles**.
- 8 På GPSMAP 66i väljer du **Profiländring** från huvudmenyn för att välja den nya profilen ([Välja en profil, sidan 33](#)).
- 9 Upprepa steg 5 till 8 för varje ytterligare GPSMAP 66i enhet.

Ändra sidsekvens

- 1 Välj **Inställningar > Menyer > Sidsekvens > Redigera sidosekvens**.
- 2 Välj en sida.
- 3 Välj ett alternativ:
 - Om du vill flytta sidan uppåt eller nedåt i listan väljer du **Flytta**.
 - Om du vill lägga till en ny sida i sidsekvensen väljer du **Infoga** och väljer en kategori.
 - Om du vill ta bort en sida från sidsekvensen väljer du **Ta bort**.

TIPS: Du kan välja PAGE om du vill visa sidsekvensen.



Konfigurera sidbandsvisning

- 1 Välj **Inställningar > Menyer > Sidsekvens > Visa sidband**.
- 2 Välj ett alternativ:
 - Om du vill avaktivera sidbandsvisningen väljer du **Av**.
 - Om du vill ställa in den hastighet med vilken en sida öppnas efter att ha valts i sidbandsvisningen väljer du **Sakta** eller **Snabbt**.

Inställningar för positionsformat

Obs! Ändra bara positionsformat eller koordinatsystem för kartreferens om du använder en karta eller ett sjökort med ett annat positionsformat.

Positionsformat: Ställer in positionsformatet som en given platsavläsning visas i.

Kartreferenssystem: Ställer in koordinatsystemet för kartan.

Kartsfär: Visar det koordinatsystem som enheten använder. Standardkoordinatsystem är WGS 84.

Ändra måttenheterna

Du kan anpassa måttenheter för avstånd och hastighet, höjd, djup, temperatur, tryck och vertikal fart.

- 1 Välj **Inställningar > Enheter**.
- 2 Välj typ av måttenhet.
- 3 Välj en måttenhet.

Tidsinställningar

Välj **Inställningar > Tid**.

Tidsformat: Ställer in om enheten ska visa tiden i 12-timmars eller 24-timmars format.

Tidszon: Ställer in tidszonen för enheten. Automatisk ställer in tidszonen automatiskt baserat på din GPS-position.

Profiler

Profiler är en samling inställningar som optimerar din enhet för olika användningsområden. Till exempel är inställningarna och vyerna annorlunda när du använder enheten för jakt mot när du använder den för geocaching.

Profiler är kopplade till aktivitetsskärmarna, inklusive hemskärmen.

När du använder en profil och ändrar inställningar för datafält eller måttenheter sparas de automatiskt som en del av den aktuella profilen.

Skapa en egen profil

Du kan anpassa dina inställningar och datafält för en viss aktivitet eller resa.

- 1 Välj **Inställningar > Profiler > Skapa ny profil > OK**.
- 2 Anpassa dina inställningar och datafält.

Ändra ett profilnamn

- 1 Välj **Inställningar > Profiler**.
- 2 Välj en profil.
- 3 Välj **Ändra namn**.
- 4 Ange det nya namnet.

Ta bort en profil

Obs! Innan du kan ta bort den aktiva profilen måste du aktivera en annan profil. Du kan inte ta bort en profil när den är aktiv.

- 1 Välj **Inställningar > Profiler**.
- 2 Välj en profil.
- 3 Välj **Ta bort**.

Återställa data och inställningar

1 Välj **Inställningar > Nollställ**.

2 Välj ett alternativ:

- För att återställa data som är specifika för en resa, såsom avstånd och medelvärden väljer du **Nollställ trippdata**.
- Om du vill ta bort alla sparade waypoints väljer du **Ta bort alla waypoints**.
- För att ta bort data som registrerats sedan du startade din aktuella aktivitet väljer du **Radera aktuell aktivitet**.
Obs! Enheten fortsätter att registrera nya data för den aktuella aktiviteten.
- För att återställa endast inställningarna för din aktuella aktivitetsprofil till fabriksinställningarna väljer du **Återst prof.inst.**
- Om du vill återställa alla enhetens inställningar och profiler till fabriksinställningarna väljer du **Återställ alla inställn..**
Obs! Återställning av alla inställningar rensar alla geocachingaktivitet från enheten. Sparade användardata som spår och waypoints tas inte bort.
- Om du vill ta bort alla sparade användardata och återställa alla inställningar på enheten till fabriksinställningarna väljer du **Ta bort alla**.
Obs! Om du tar bort alla inställningar tas dina personuppgifter, din historik och sparade användardata, inklusive spår och waypoints, bort.

Återställa standardsidinställningar

1 Öppna sidan för vilken du vill återställa inställningarna.

2 Välj **MENU > Återställ**.

Enhetsinformation

Produktuppdateringar

Installera Garmin Express™ (www.garmin.com/express) på datorn. Installera Garmin Explore-appen på din smartphone för att överföra dina waypoints, rutter, spår och aktiviteter.

Garmin Express ger enkel åtkomst till dessa tjänster för Garmin-enheter:

- Programvaruuppdateringar
- Kartuppdateringar
- Produktregistrering

Konfigurera Garmin Express

1 Anslut enheten till datorn med en USB-kabel.

2 Gå till garmin.com/express.

3 Följ instruktionerna på skärmen.

Mer information

Du hittar mer information om produkten på Garmin webbplatsen.

- Ytterligare handböcker, artiklar och programvaruuppdateringar hittar du på support.garmin.com.
- Gå till buy.garmin.com eller kontakta din Garmin återförsäljare för information om tillbehör och utbytesdelar.

Batteriinformation

Den faktiska batterilivslängden beror på enhetens inställningar, t.ex. intervallerna för spårning och meddelandekontroll.

Batterilivslängd	Läge
Upp till 200 timmar	Expeditionsläge med 30-minutersspårningsintervall
Upp till 35 timmar	Standardläge med 10-minutersspårningsintervall med automatisk inspelning
Upp till 1 år	Avstängd

Maximera batteritiden

- Slå på **Lågenergiläge** (*Starta expeditiönsläget, sidan 42*).
- Aktivera läget **Batterisparläge** (*Sätta på batterisparläget, sidan 42*).
- Stäng av trådlös Bluetooth teknik (*Bluetooth inställningar, sidan 36*).

Sätta på batterisparläget

Du kan använda batterisparläget till att förlänga batterilivslängden.

Välj **Inställningar > Skärm > Batterisparläge > På**.

I batterisparläget stängs skärmen av när tidsgränsen för bakgrundsbelysningen nås. Du kan välja strömknappen för att aktivera skärmen.

Starta expeditiönsläget

Du kan använda expeditiönsläget till att förlänga batteritiden. I expeditiönsläge stängs skärmen av, enheten går in i standbyläge och samlar in färre GPS-spårpunkter.

1 Välj **Inställningar > Lågenergiläge**.

2 Välj ett alternativ:

- Om du vill att enheten ska uppmana dig att aktivera expeditiönsläget när du stänger av enheten väljer du **Uppmanad**.
- Om expeditiönsläget automatiskt ska aktiveras efter två minuters inaktivitet väljer du **Automatiskt**.
- Om expeditiönsläget aldrig ska aktiveras väljer du **Aldrig**.

I expeditiönsläget blinkar den gröna lysdioden ibland.

Långtidsförvaring

När du inte tänker använda enheten på flera månader bör du ladda batteriet till minst 50 % innan du lägger undan enheten. Enheten bör förvaras på en sval, torr plats i normal rumstemperatur. Efter förvaring bör du ladda enheten helt innan du använder den.

Fästa karbinhaken

- 1 Placera karbinhaken ① i spåren på monteringsflänsen ② på enheten.



- 2 Skjut karbinhaken uppåt tills den låses på plats.

Ta bort karbinhaken

Lyft den nedre delen av karbinhaken och skjut bort karbinhaken från monteringsflänsen.

Sätta fast en rem

- 1 För in remmens ögla genom spalten i enheten.



- 2 Dra remmens andra ände genom öglan och dra åt.
- 3 Om det behövs fäster du remmen på dina kläder eller din ryggsäck för att binda fast den under en aktivitet.

Skötsel av enheten

OBS!

Använd inte kemiska rengöringsmedel, lösningsmedel eller insektsmedel som kan skada plastkomponenter och ytor.

Förvara inte enheten där den kan utsättas för extrema temperaturer eftersom det kan orsaka permanenta skador.

Enhetsen är vattentålig enligt IEC-standard 60529 IPX7. Den tål att oavsiktligt bli nedsänkt i vatten på 1 meters djup i 30 minuter. Längre tider kan leda till att enheten skadas. Om enheten varit under vatten måste du torka av den och sedan blåsa den torr innan du använder eller laddar den.

Skölj produkten noggrant med kranvatten efter att den utsatts för klor- eller salthaltigt vatten.

Rengöra enheten

1 Torka av enheten med en fuktad trasa med mildt rengöringsmedel.

2 Torka enheten torr.

Låt enheten torka helt efter rengöring.

Datahantering

Obs! Enheten är inte kompatibel med Windows® 95, 98, Me, Windows NT® eller Mac® OS 10.3 och tidigare.

Filtyper

Den handhållna enheten stöder följande filtyper:

- Filer från Garmin Explore.
- GPX-rutt, spår och waypoint-filer.
- GPX-geocachefiler ([Hämta geocacher med en dator, sidan 29](#)).
- JPEG-bildfiler.
- GPI-filer med anpassade sevärdheter från Garmin POI Loader. Gå till www.garmin.com/products/poiloader.

Installera ett minneskort

Du kan installera ett microSD minneskort, upp till 32 GB, om du vill ha mer lagringsutrymme eller förinlästa kartor.

1 Lyft upp väderskyddskåpan på enhetens undersida ①.



2 Sätt i minneskortet med guldkontaktarna vända mot enhetens framsida.

Ansluta enheten till en dator

OBS!

Förhindra korrosion genom att torka av USB-porten, väderskyddet och det omgivande området noggrant innan du laddar eller ansluter enheten till en dator.

1 Lyft upp väderskyddet från USB-porten.

2 Anslut den mindre kontakten på USB-kabeln till USB-porten på enheten.

3 Anslut den tjocka änden av USB-kabeln till en USB-port på datorn.

Enheten och minneskortet (tillval) visas som flyttbara enheter under Den här datorn på Windows datorer eller som en volym på skrivbordet på Mac datorer.

Överföra filer till enheten

1 Anslut enheten till datorn.

På datorer med Windows visas enheten som en flyttbar eller bärbar enhet medan minneskortet kan visas som en andra flyttbar enhet. På datorer med Mac visas enheten och minneskortet som monterade volymer.

Obs! På vissa datorer med flera nätverksenheter kan det hända att enheterna inte visas korrekt. Om du vill ha mer information om hur du ansluter diskenheten kan du läsa i dokumentationen till operativsystemet.

2 Öppna filläsaren på datorn.

3 Välj en fil.

4 Välj **Ändra > Kopiera**.

5 Öppna den bärbara enheten, drivenheten eller volymen till enheten eller minneskortet.

6 Bläddra till en mapp.

7 Välj **Ändra > Klistra in**.

Filen visas i listan med filer i enhetsminnet eller på minneskortet.

Ta bort filer

OBS!

Om du inte är säker på vad en fil används till bör du inte ta bort den. Minnet i enheten innehåller viktiga systemfiler som du inte bör ta bort.

1 Öppna **Garmin** enheten eller volym.

2 Om det behövs öppnar du en mapp eller volym.

3 Välj en fil.

4 Tryck på **Delete** på tangentbordet.

Koppla bort USB-kabeln

Om enheten är ansluten till datorn som en flyttbar enhet eller volym, måste du koppla bort enheten från datorn på ett säkert sätt för att undvika dataförluster. Om enheten är ansluten till din Windows dator som en flyttbar enhet, behöver du inte koppla från enheten säkert.

1 Slutför en åtgärd:

- Om du har en Windows dator väljer du ikonen **Säker borttagning av maskinvara** i aktivitetsfältet och väljer sedan din enhet.
- För Apple® datorer väljer du enheten och sedan **Arkiv > Mata ut**.

2 Koppla bort kabeln från datorn.

Specifikationer

Batterityp	Uppladdningsbart, inbyggt litiumjonbatteri
Batteriets livslängd	Upp till 35 timmar i standardläge Upp till 200 timmar i expeditionsläge
Vattenklassning	IEC 60529 IPX7 ²
Drifttemperaturområde	Från -20 till 60 °C (från -4 till 140 °F)
Laddningstemperaturområde	från 0 till 40 °C (från 32 till 104 °F)
Säkerhetsavstånd till kompass	17,5 cm (7 tum)
Trådlösa frekvenser/protokoll	2,4 GHz vid 14,9 dBm nominell

² Enheten tål tillfällig exponering för vatten på upp till 1 m djup i upp till 30 min. Mer information hittar du på www.garmin.com/waterrating.

Se information om regler och efterlevnad för E-label

Enhetens etikett ges elektroniskt. E-label kan ge information om regler, exempelvis identifieringsnummer från FCC eller lokala efterlevnadsmärkningar, IMEI-nummer samt tillämplig produkt- och licensinformation.

- 1 Tryck på **MENU** två gånger för att öppna huvudmenyn.
- 2 Välj **Inställningar**.
- 3 Välj **Om**.

Bilagor

Datafält

För vissa datafält krävs att du navigerar eller krävs trådlösa tillbehör för att kunna visa data.

24-tim max. temperatur: Den högsta temperaturen som en kompatibel temperatursensor har uppmätt under de senaste 24 timmarna.

24-tim min. temperatur: Den lägsta temperaturen som en kompatibel temperatursensor har uppmätt under de senaste 24 timmarna.

Aktivitetssträcka: Tillryggalagd sträcka för aktuellt spår eller aktivitet.

Aktuell tid: Tid på dagen baserat på din aktuella plats och tidsinställningar (format, tidszon och sommartid).

Aktuellt varv: Stopptiden för det aktuella varvet.

Bäring: Riktning från din aktuella plats till en destination. Dessa data visas bara under navigering.

Barometer: Kalibrerat aktuellt lufttryck.

Batterinivå: Återstående batteriladdning.

Bilsväng: Riktningen för nästa sväng i rutten. Dessa data visas bara under navigering.

Cykelkadens: Cykling. Vevarmens varvtal. Enheten måste vara ansluten till kadensgivaren för att dessa data skall visas.

Datum: Aktuell dag, månad och år.

Distans till dest.: Återstående sträcka till slutdestinationen. Dessa data visas bara under navigering.

Distans till nästa: Återstående sträcka till nästa waypoint på rutten. Dessa data visas bara under navigering.

Djup: Vattendjup. Enheten måste vara ansluten till en NMEA® 0183 enhet som kan läsa av vattendjupet.

ETA nästa: Det beräknade klockslaget då du når nästa waypoint på rutten (justerat till waypointens lokala tid). Dessa data visas bara under navigering.

ETA vid destination: Det beräknade klockslaget då du når slutdestinationen (justerat till destinationens lokala tid). Dessa data visas bara under navigering.

Faktisk fart mot dest.: Farten med vilken du närmar dig en destination längs en rutt. Dessa data visas bara under navigering.

Färdtid: En fortgående uppräknings av den tid som tillbringats i rörelse sedan den senaste återställningen.

Fartgräns: Den rapporterade hastighetsgränsen för vägen. Funktionen finns inte för alla kartor och områden. Följ alltid hastighetsanvisningar på vägskyltar.

Glidförhållande: Förhållandet mellan tillryggalagd horisontell sträcka och ändring i vertikal sträcka.

Glidförhållande t. dest.: Det glidförhållande som krävs för höjdminskning från din aktuella position till destinationens höjd. Dessa data visas bara under navigering.

GPS-höjd: Höjden på aktuell plats enligt GPS-enheten.

GPS Kurs: Riktningen du rör dig i enligt GPS-enheten.

GPS-noggrannhet: Felmarginal för din exakta plats. Exempel: din GPS-position är exakt eller +/- 3,65 m (+/- 12 fot).

GPS - Signalstyrka: Styrkan på GPS-satellitssignalen.

Hastighet: Aktuell fart för resan.

Högsta höjd över havet: Den högsta höjd som nåtts sedan den senaste återställningen.

Höjd: Höjden över eller under havsnivå för din aktuella plats.

Höjd över marken: Höjden på aktuell plats över marken.

Ingen: Det här är ett tomt datafält.

Kalorier: Mängden totala kalorier som förbränts.

Kompass kurs: Riktningen du rör dig i enligt kompassen.

Kurs: Riktningen från startplatsen till en destination. Kursen kan visas som en planerad eller bestämd rutt.
Dessa data visas bara under navigering.

Kurs: Den riktning som du rör dig i.

Lägst höjd över havet: Den lägsta höjd som nåtts sedan den senaste återställningen.

Larmtimer: Den aktuella tiden för nedräkningstimern.

Lutning: Beräkningen av stigning (höjd) under lopp (sträcka). Exempel: Om du stiger 3 m (10 fot) för varje 60 m (200 fot) du färdas är lutningen 5 %.

Maximal fart: Den högsta hastighet som nåtts sedan den senaste återställningen.

Maximal sluttning: Den maximala höjdminskningshastigheten i meter per minut eller fot per minut sedan den senaste återställningen.

Maximal stigning: Den maximala stigningshastigheten i fot per minut eller meter per minut sedan den senaste återställningen.

Medelfart i rörelse: Medelhastigheten i rörelse sedan den senaste återställningen.

Medelkadens: Cykling. Den genomsnittliga kadensen för den aktuella aktiviteten.

Medelpuls: Den genomsnittliga pulsen för den aktuella aktiviteten.

Medelpuls %Max.: Medelprocentandelen av maxpuls för den aktuella aktiviteten.

Medelsluttning: Den lodräta medelsträckan för höjdminskningen sedan den senaste återställningen.

Medelstigning: Den lodräta medelsträckan för stigningen sedan den senaste återställningen.

Medel Varv: Medelvarvtiden för den aktuella aktiviteten.

Omgivande lufttryck: Okalibrerat lufttryck.

Pekare: En pil pekar i riktning mot nästa waypoint eller sväng. Dessa data visas bara under navigering.

Plats (latitud/longitud): Den aktuella positionen i latitud och longitud oberoende av den valda inställningen för positionsformat.

Plats (vald): Den aktuella positionen med hjälp av den valda inställningen för positionsformat.

Plats för destination: Positionen för slutdestinationen. Dessa data visas bara under navigering.

Puls: Dina hjärtslag per minut (bpm). Din enhet måste vara ansluten till en kompatibel pulsmätare.

Puls - %Max.: Procentandelen av maxpuls.

Puls för senaste varv: Den genomsnittliga pulsen för det senast slutförda varvet.

Pulsprocent under varv: Medelprocentandelen av maxpuls för det aktuella varvet.

Pulszon: Prestationszonen för din aktuella puls (1 till 5). Standardzonerna är baserade på din användarprofil och maximala puls (220 minus din ålder).

Senaste varvdistans: Tillryggalagd sträcka för senast slutförda varv.

Senaste varvets kadens: Cykling. Medelkadensen för det senast slutförda varvet.

Senaste varv fart: Medelfarten för det senast slutförda varvet.

Senaste varvtid: Stoptiden för det senast slutförda varvet.

Slutdestination: Den sista punkten på en rutt till destinationen. Dessa data visas bara under navigering.

Sluttn. sen. varv: Den vertikala sträckan för höjdminskningen för det senast slutförda varvet.

Sluttning under varvet: Den vertikala sträckan för höjdminskningen för det aktuella varvet.

Solnedgång: Tiden för solnedgång baserat på din GPS-position.

Soluppgång: Tiden för soluppgång baserat på din GPS-position.

Stign. sen. varv: Den vertikala sträckan för stigningen för det senast slutförda varvet.

Stigning under varvet: Den vertikala sträckan för stigningen för det aktuella varvet.

Stillestånd: En fortgående uppräknings av den tid som tillbringats stillastående sedan den senaste återställningen.

Stoppur: Stopptiden för den aktuella aktiviteten.

Sväng: Vinkeldifferensen (i grader) mellan riktningen till destinationen och din aktuella kurs. V betyder att du ska svänga åt vänster. H betyder att du ska svänga åt höger. Dessa data visas bara under navigering.

Temperatur: Lufttemperaturen. Din kroppstemperatur påverkar temperatursensorn. Enheten måste vara ansluten till en tempe™ sensor för att dessa data ska visas.

Temperatur – vatten: Vattnets temperatur. Enheten måste vara ansluten till en NMEA 0183 enhet som kan läsa av vattentemperaturen.

Tidsåtgång för aktivitet: Den totala inspelade tiden. Om du, t.ex. startar tiduret och löper i 10 minuter, stoppar tiduret i 5 minuter och sedan startar tiduret igen och löper i 20 minuter, är den förflutna tiden 35 minuter.

Tid till destination: Den beräknade tiden innan du når destinationen. Dessa data visas bara under navigering.

Tid till nästa: Den beräknade tiden som återstår tills du når nästa waypoint på rutten. Dessa data visas bara under navigering.

Till kurs: Den riktning du måste färdas i för att återvända till rutten. Dessa data visas bara under navigering.

Total medelfart: Medelhastigheten i rörelse och vid stopp sedan den senaste återställningen.

Totalt nedför: Den totala höjdminskningen aktivitetens gång eller sedan den senaste återställningen.

Totalt uppför: Den totala stigningssträckan under aktivitetens gång eller sedan den senaste återställningen.

Total varv: Stopptiden för alla slutförda varv.

Trippmätare: En fortgående uppräknings av den tillryggalagda sträckan sedan den senaste återställningen.

Tripptid: En fortgående uppräknings av den tid som tillbringats i rörelse och stillastående sedan den senaste återställningen.

Ur kurs: Avståndet till vänster eller höger som du avvikit från den ursprungliga resvägen. Dessa data visas bara under navigering.

Vägmätare: En fortgående uppräknings av den tillryggalagda sträckan för alla resor. Denna summa rensas inte när du återställer trippdata.

Varv: Antalet varv som slutförts för den aktuella aktiviteten.

Varvdistans: Tillryggalagd sträcka för aktuellt varv.

Varvfart: Medelfarten för det aktuella varvet.

Varvkadens: Cykling. Den genomsnittliga kadensen för det aktuella varvet.

Varvpuls: Den genomsnittliga pulsen för det aktuella varvet.

Vert. avst. till dest.: Höjdskillnaden mellan den aktuella platsen och slutdestinationen. Dessa data visas bara under navigering.

Vert. avst. till nästa: Höjdskillnaden mellan den aktuella platsen och nästa waypoint i rutten. Dessa data visas bara under navigering.

Vertikal fart: Stigningens eller höjdminskningens hastighet över tiden.

Vertikal fart mot dest.: Stigningens eller höjdminskningens hastighet i förhållande till en förutbestämd höjd. Dessa data visas bara under navigering.

Waypoint vid nästa: Nästa punkt på rutten. Dessa data visas bara under navigering.

Mer information

Du hittar mer information om produkten på Garmin webbplatsen.

- Ytterligare handböcker, artiklar och programvaruuppdateringar hittar du på support.garmin.com.
- Gå till buy.garmin.com eller kontakta din Garmin återförsäljare för information om tillbehör och utbytesdelar.

Tillbehör

Valfria tillbehör som fästen, kartor, träningstillbehör och utbytesdelar hittar du på <http://buy.garmin.com> eller hos din Garmin återförsäljare.

tempe

tempe är en ANT+ trådlös temperatursensor. Du kan ansluta sensorn till en säkerhetsrem eller slinga där den utsätts för omgivningens luft och därigenom tillhandahålla en konsekvent källa till exakta temperaturdata. Du måste para ihop tempe med din enhet för att visa temperaturdata från tempe.

Tips för att para ihop ANT+ tillbehör med din Garmin enhet

- Kontrollera att ANT+ tillbehöret är kompatibelt med Garmin enheten.
- Innan du parar ihop ANT+ tillbehöret med Garmin enheten flyttar du dig 10 m (33 fot) bort från andra ANT+ tillbehör.
- Flytta Garmin enheten inom avståndet 3 m (10 fot) för ANT+ tillbehöret.
- När du har parat ihop enheterna första gången känner Garmin enheten automatiskt igen ANT+ tillbehöret varje gång det aktiveras. Denna process sker automatiskt när du slår på Garmin enheten och tar bara några sekunder när tillbehören aktiveras och fungerar som de ska.
- När Garmin enheten väl har parats ihop med ett tillbehör tar den endast emot data från det tillbehöret och du kan utan problem vara i närheten av andra tillbehör.

Felsökning

Starta om enheten

Om enheten slutar svara kan du behöva starta om den. Detta raderar inte dina data eller inställningar.

Håll strömknappen intryckt i 30 sekunder.

Om pulszoner

Många idrottsmän använder pulszoner för att mäta och förbättra sin kardiovaskulära styrka och träningsnivå. En pulszone är ett angivet intervall av hjärtslag per minut. De fem mest använda pulszonerna är numrerade från 1 till 5 efter stigande intensitet. I allmänhet beräknas pulszoner på procentandelar av den maximala pulsen.

Träningsmål

Om du känner till dina pulszoner kan du enklare mäta och förbättra din träning genom att förstå och tillämpa dessa principer.

- Din puls är ett bra mått på träningens intensitet.
- Träning i vissa pulszoner kan hjälpa dig att förbättra din kardiovaskulära kapacitet och styrka.

Om du känner till din maxpuls kan du använda tabellen ([Beräkning av pulszone, sidan 50](#)) för att fastställa den bästa pulszone för dina träningsmål.

Om du inte känner till din maxpuls kan du använda någon av de beräkningsfunktioner som finns tillgängliga på internet. Vissa gym och vårdcentraler erbjuder ett test som mäter maximal puls. Standardvärdet för maxpulsen är 220 minus din ålder.

Beräkning av pulszon

Zon	% av maxpuls	Erhållen ansträngning	Fördelar
1	50-60 %	Avslappnat, lätt tempo, rytmisk andning	Aerobisk träning på nybörjarnivå, minskar stress
2	60-70 %	Bekvämt tempo, något djupare andning, konversation möjlig	Grundläggande konditionsträning, bra återhämtningstempo
3	70-80 %	Måttlig takt, svårare att upprätthålla konversation	Förbättrad aerobisk kapacitet, optimal kardiovaskulär träning
4	80-90 %	Snabbt tempo och något obekvämt, tung andning	Förbättrad anaerobisk kapacitet och gräns, högre hastighet
5	90-100 %	Spurttempo, ohållbart under längre perioder, ansträngd andning	Anaerobisk och muskulär uthållighet, ökad styrka

