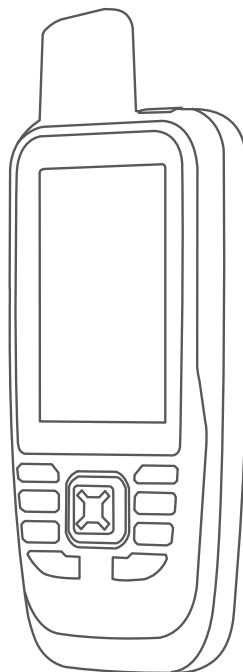


GARMIN®



GPSMAP® 86

Brukerveiledning

© 2019 Garmin Ltd. eller tilhørende datterselskaper

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

Garmin®, Garmin-logoen, ANT+®, Auto Lap®, AutoLocate®, Fusion®, GPSMAP®, inReach®, TracBack®, VIRB® og Xero® er varemerker for Garmin Ltd. eller tilhørende datterselskaper, registrert i USA og andre land. chirp™, Connect IQ™, Garmin Connect™, Garmin Explore™, Garmin Express™, Garmin Response™, MapShare™ og tempe™ er varemerker for Garmin Ltd. eller tilhørende datterselskaper. Disse varemerkene kan ikke brukes uten uttrykkelig tillatelse fra Garmin.

Android™ er et varemerke som tilhører Google Inc. Apple®, iPhone® og Mac® er varemerker som tilhører Apple Inc., registrert i USA og andre land. BLUETOOTH® navnet og logoene eies av Bluetooth SIG, Inc., og enhver bruk som Garmin gjør av disse, er underlagt lisens. iOS® er et registrert varemerke for Cisco Systems, Inc. og brukes på lisens av Apple Inc. Iridium® er et registrert varemerke for Iridium Satellite LLC. microSD® og microSDHC-logoen er varemerker for SD-3C, LLC. NMEA® er et registrert varemerke for National Marine Electronics Association. Wi-Fi® er et registrert merke for Wi-Fi Alliance Corporation. Windows® er et registrert varemerke for Microsoft Corporation i USA og andre land. Andre varemerker og varenavn tilhører sine respektive eiere.

Innholdsfortegnelse

Innledning..... 1

GPSMAP 86s/sc – oversikt over enheten.....	1
GPSMAP 86i/sci – oversikt over enheten.....	2
Knapper.....	3
Slå på enheten.....	3
Låse tastene.....	3
Slå på bakgrunnslyset.....	3
Justere bakgrunnslyset.....	4
Lade enheten.....	4
Spare strøm mens enheten lades.....	4
Aktivere enheten.....	5
Iridium satellittnettverk.....	5

inReach – funksjoner..... 5

Meldinger.....	5
Sende en forhåndsdefinert melding.....	5
Sende en tekstmelding.....	6
Bruke tastatursnarveier.....	6
Svare på en melding.....	6
Søke etter meldinger.....	6
Vise meldingsdetaljer.....	6
Navigere til en meldingsposisjon.....	6
Inkludere posisjonskoordinater i en melding.....	7
Slette meldinger.....	7
Meldingsinnstillinger.....	7
Sporing.....	7
Starte sporing.....	7
Stoppe sporing.....	7
Deling av MapShare nettside.....	7
inReach sporingsinnstillinger.....	7
SOS.....	8
Sette i gang en SOS-redningsaksjon.....	8
Sende en egendefinert SOS-melding.....	9
Avbryte en SOS-redningsaksjon.....	9

Teste enheten..... 9

Synkronisere inReach data..... 9

Kontakter..... 9

Tillegging av kontakt.....	9
Redigere en kontakt.....	9
Slette en kontakt.....	10

Bruke hovedsidene..... 10

Åpne hovedmenyen.....	10
Kart.....	10
Endre kartorienteringen.....	10
Måle avstand på kartet.....	10
Innstillinger for kartside.....	10
Kartinnstillinger.....	11
Avanserte kartinnstillinger.....	11
Kompass.....	11
Bruke kompasset.....	11
Kursmarkør.....	12
Navigere med Sight 'N Go.....	12
Kompassinnstillinger.....	12
Kalibrere kompasset.....	13
Innstillinger for retning.....	13
Tripcomputer.....	13
Innstillinger for tripcomputeren.....	13
Høydemåler.....	13
Innstillinger for høydemålerplott.....	14
Innstillinger for høydemåleren.....	14
Kalibrere den barometriske høydemåleren.....	14

Tilkoblede funksjoner..... 15

Funksjonskrav til tilkoblet enhet.....	15
Parkoble en smarttelefon med enheten.....	16
Telefonvarsler.....	16
Vise telefonvarsler.....	16
Skjule varsler.....	16
Administrere varsler.....	16
Koble til et trådløst nettverk.....	16
Connect IQ – funksjoner.....	16
Laste ned Connect IQ funksjoner.....	17
Laste ned Connect IQ funksjoner ved hjelp av datamaskinen.....	17
Vise Connect IQ widgeter.....	17
Kontrollere og vise compatible maritime enheter.....	17
Garmin Explore.....	17

Navigasjon..... 17

Navigere til et bestemmelsessted.....	17
Navigere med kartet.....	18
Navigere med kompasset.....	18
Stoppe navigering.....	18
Veipunkter.....	18
Lagre den gjeldende posisjonen som et veipunkt.....	18
Lagre en posisjon på kartet som et veipunkt.....	18
Navigering til et veipunkt.....	18
Finne et veipunkt.....	19
Redigere et veipunkt.....	19
Slette et veipunkt.....	19
Forbedre nøyaktigheten til en veipunktposisjon.....	19
Projisere et veipunkt fra et lagret veipunkt.....	19
Flytte et veipunkt på kartet.....	20
Finne en posisjon nær et veipunkt...	20
Angi en nærhetsalarm for veipunkt..	20
Legge til et veipunkt i en rute.....	20
Flytte et veipunkt til gjeldende posisjon.....	20
Ruter.....	20
Opprette en rute.....	20
Navigere i en lagret rute.....	21
Vise aktiv rute.....	21
Redigere en rute.....	21
Vise en rute på kartet.....	21
Vise et karts stigningsplott for ruten.....	21
Endre et rutenavn.....	21
Reversere en rute.....	21
Slette en rute.....	22
Registreringer.....	22
Innstillinger for registrering.....	22
Avanserte opptaksinnstillinger.....	22
Vise den pågående aktiviteten.....	22
Navigere ved hjelp av TracBack®....	23
Stoppe den pågående aktiviteten.....	23
Navigere i en lagret aktivitet.....	23
Slette en lagret aktivitet.....	23
Reversere en aktivitet.....	23
Opprette et spor fra en lagret aktivitet.....	23

Vær..... 23

Be om en inReach værmelding.....	24
Oppdatere en inReach værmelding..	24
Slette en inReach værmelding.....	24
Vise en Active Weather-værmelding....	24
Vise et Active Weather-kart.....	25
Legge til en Active Weather-posisjon.....	25
Bytte Active Weather-posisjon.....	25
Slette en Active Weather-posisjon.....	25

Databruk og -logg..... 25

Vise abonnementsdetaljer.....	25
Vise databruk.....	26

Verktøy på hovedmenyen..... 26

BirdsEye-bilder.....	27
Laste ned BirdsEye-bilder.....	27
Geocacher.....	27
Registrere enheten på geocaching.com.....	27
Kobler til geocaching.com.....	28
Laste ned geocacher ved hjelp av en datamaskin.....	28
Geocache-søk.....	28
Søke etter en geocache.....	28
Søke etter en geocache på kartet.....	29
Filtrere listen over geocacher.....	29
Lagre et egendefinert geocachefilter.....	29
Redigere et egendefinert geocachefilter.....	29
Vise geocache-detalljer.....	29
Navigere til en geocache.....	29
Bruke tips og ledetråder til å finne en Geocache.....	30
Logge forsøk.....	30
chirp.....	30
Aktivere søk med chirp.....	30
Finne en geocache med en chirp.....	30
Fjerne geocachedata i sanntid fra enheten.....	30
Oppheve enhetsregistreringen din fra geocaching.com.....	30
Angi en nærhetsalarm.....	31

Redigere eller slette en nærhetsalarm.....	31	Konfigurere Garmin Express.....	40
Sende og motta data trådløst.....	31	Få mer informasjon.....	40
Velge en profil.....	31	Batteriinformasjon.....	40
Beregne størrelsen på et område.....	31	Maksimere batterilevetiden.....	40
Bruke VIRB fjernkontrollen.....	31	Slå på sparemodus for batteri.....	40
Bruke lommelykten.....	32	Slå på ekspedisjonsmodus.....	41
Satellittside.....	32	Langvarig oppbevaring.....	41
Innstillinger for GPS-satellitt.....	32	Feste en festesnor.....	41
Tilpasse enheten.....	32	Ta vare på enheten.....	41
Tilpasse datafeltene.....	32	Rengjøre enheten.....	41
Menyen Oppsett.....	33	Databehandling.....	41
Systeminnstillinger.....	33	Filtyper.....	42
Satellittinnstillinger.....	34	Installere et minnekort.....	42
Innstillinger for serielt grensesnitt.....	34	Koble enheten til datamaskinen.....	42
Skjerminnstillinger.....	34	Overføre filer til enheten.....	43
Endre fargemodus.....	34	Slette filer.....	43
Bluetooth innstillinger.....	35	Koble fra USB-kabelen.....	43
Wi-Fi innstillinger.....	35	Spesifikasjoner.....	43
Rutinginnstillinger.....	35	Vise informasjon om forskrifter og samsvar fra den elektroniske etiketten.....	44
Angi enhetstoner.....	35	Tillegg.....	44
Innstillinger for geocaching.....	36	Datafelder.....	44
Trådløse sensorer.....	36	Få mer informasjon.....	46
Parkoble trådløse sensorer.....	36	Valgfritt tilbehør.....	46
Treningsinnstillinger.....	36	tempe.....	47
Markere runder etter avstand.....	36	Tips for å pare ANT+ tilbehør med Garmin enheten.....	47
Maritime innstillinger.....	37	Om pulssoner.....	47
Konfigurere maritime alarmer.....	37	Treningsmål.....	47
Menyinnstillinger.....	37	Pulssoneberegninger.....	47
Tilpasse hovedmenyen.....	37		
Endre sidesekvensen.....	38		
Konfigurere sidebåndvisningen.....	38		
Innstillinger for posisjonsformat.....	38		
Endre måleenhetene.....	38		
Tidsinnstillinger.....	39		
Profiler.....	39		
Opprette en egendefinert profil.....	39		
Endre et profilnavn.....	39		
Slette en profil.....	39		
Nullstille data og innstillinger.....	39		
Gjenopprette standardinnstillingene.....	40		
Informasjon om enheten.....	40		
Produktoppdateringer.....	40		

Innledning

⚠ ADVARSEL

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

GPSMAP 86s/sc – oversikt over enheten



①	Intern antenne og GNSS-antenne
②	av/på-tast ①
③	Knapper
④	Mikro-USB-port (under gummi-hette)
⑤	Lommelykt
⑥	microSD® kortspor (under gummi-hette)
⑦	Monteringsflate

GPSMAP 86i/sci – oversikt over enheten



①	Intern Iridium® og GNSS-antenne
②	av/på-tast ❶
③	SOS-knapp
④	Tastatur
⑤	Mikro-USB-port (under gummi-hette)
⑥	Lommelykt
⑦	microSD kortspor (under gummi-hette)
⑧	Monteringsflate

Knapper



FIND	Velg for å åpne søkemenyen. Hold inne for å markere den gjeldende posisjonen som en posisjon for mann over bord (MOB) og aktivere navigasjon.
MARK	Velg for å lagre gjeldende posisjon som et veipunkt.
QUIT	Velg for å avbryte eller gå tilbake til forrige meny eller side. Velg for å bla gjennom hovedsidene.
ENTER	Velg for å velge alternativer og bekrefte meldinger. Velg for å kontrollere den gjeldende aktivitetsregistreringen (via sidene Kart, Kompass, Høydemåler og Tripcomputer).
MENU	Velg for å åpne alternativmenyen for den siden som er åpen. Velg to ganger for å åpne hovedmenyen (fra alle sider).
PAGE	Velg for å bla gjennom hovedsidene.
▲▼◀▶	Velg ▲, ▼, ◀ eller ▶ for å velge menyalternativer og flytte kartmarkøren.
+	Velg for å zoome inn på kartet.
—	Velg for å zoome ut på kartet.

Slå på enheten

Hold nede ①.

Låse tastene

Du kan låse tastene for å forhindre utilsiktede tastetrykk.

Velg ① > Lås taster.

Slå på bakgrunnslyset

Velg en hvilken som helst tast for å slå på bakgrunnslyset.

Bakgrunnsbelysningen slår seg på automatisk når varsler og meldinger vises.

Justere bakgrunnslyset

- 1 Velg ① for å åpne statussiden.
- 2 Bruk + og - for å justere lysstyrken.

TIPS: Du kan velge NV for å redusere bakgrunnsbelysningen for kompatibilitet med nattbriller.

Lade enheten

LES DETTE

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

Ikke lad enheten med USB-porten i våte forhold. Bruk piggfinnebraketten (tilleggsutstyr) til å lade enheten i alle slags værforhold (buy.garmin.com).

MERK: Enheten lades ikke når den er utenfor det godkjente temperaturområdet (*Spesifikasjoner, side 43*).

- 1 Ta av gummiheften ①.



- 2 Koble den lille enden av strømkabelen til ladeporten ② på enheten.
- 3 Koble den andre enden av strømkabelen til en kompatibel 5 V AC-strømadapter.
- 4 Koble strømadapteren til en vanlig veggkontakt.
- 5 Lad enheten helt opp.

Spare strøm mens enheten lades

- 1 Koble enheten til en ekstern strømkilde.
- 2 Hold inne av/på-knappen til skjermen slås av.
Enheten går inn i en strømbesparende batterilademodus, og batterimåleren vises.
- 3 Lad enheten helt opp.

Aktivere enheten

Hvis du vil få mest mulig ut av GPSMAP 86i/sci -enheten, bør du aktivere den. Når du aktiverer enheten, kan du bruke inReach® funksjoner som meldinger, SOS, sporing og inReach-vær.

1 Opprett en konto, og velg et satellittabonnement på explore.garmin.com.

2 Slå på enheten.

MERK: Du må skrive inn enhetens IMEI-nummer og AUTH-kode for å fullføre online-delen av aktiveringen før du går utendørs.

3 Følg instruksjonene på skjermen.

4 Fra hovedmenyen velger du **Aktiver** og går utendørs til et åpent område med fri sikt til himmelen.

5 Vent mens enheten kommuniserer med Iridium satellittnettverket.

MERK: Det kan ta opptil 20 minutter å aktivere enheten. Enheten må sende og motta flere meldinger, noe som tar lengre tid enn å sende en enkelt melding under vanlig bruk.

Iridium satellittnettverk

Enheten må ha fri sikt mot himmelen for å kunne overføre meldinger og sporingspunkter via Iridium satellittnettverket. Hvis den ikke har fri sikt mot himmelen, prøver enheten å sende informasjonen helt til den kan innhente satellittsignaler.

TIPS: Du får best kontakt med satellitter ved å holde enheten med antennen mot himmelen.

inReach – funksjoner



ADVARSEL

Funksjonene for meldinger, sporing og SOS krever et aktivt satellittabonnement. Test alltid enheten før du bruker den utendørs.

Sørg for du har klar sikt til himmelen når du bruker funksjoner for meldinger, sporing og SOS, siden disse funksjonene krever satellitttilgang for å fungere skikkelig.

inReach funksjoner er kun tilgjengelige på GPSMAP 86i/sci -enheten. Hvis du vil få mest mulig ut av GPSMAP 86i/sci -enheten, bør du aktivere den. Når du aktiverer enheten, kan du bruke inReach funksjoner som meldinger, SOS, sporing og inReach-vær.

Meldinger

GPSMAP 86i/sci -enheten sender og mottar tekstmeldinger ved hjelp av Iridium satellittnettverket. Du kan sende meldinger på SMS, e-post eller til en annen enhet som bruker inReach teknologi. Informasjon om posisjonen din inkluderes i alle meldinger du sender der dette er tillatt.

Sende en forhåndsdefinert melding

Forhåndsdefinerte meldinger er meldinger du har opprettet på explore.garmin.com. Forhåndsdefinerte meldinger inneholder forhåndsdefinert tekst og sendes til forhåndsdefinerte mottakere.

1 På siden **Meldinger** velger du **Send forelegg**.

2 Velg en forhåndsdefinert melding, og trykk på **ENTER**.

3 Trykk på **ENTER** for å sende meldingen.

Sende en tekstmelding

- 1 På siden **Meldinger** velger du **Ny melding**.
- 2 Velg et alternativ:
 - Velg **Send hurtigmelding** for å starte på en forhåndsskrevet melding.
MERK: Du kan legge til og redigere hurtigtekstmeldinger på Garmin Explore™ nettstedet.
 - Velg **Skriv inn melding** for å skrive en tilpasset melding.
- 3 Velg mottakere fra kontaktlisten, eller angi mottakerens kontaktinformasjon.
- 4 Når du har fullført meldingen, velger du **Send melding**.

Bruke tastaturnarveier

- Hvis du vil velge det første autofullføringsalternativet, velger du **FIND**.
- Trykk på **MARK** for å bla gjennom tastatur.
- Trykk på **PAGE** én gang for å skifte mellom liten og stor bokstav, og velg **PAGE** to ganger for å slå på Caps Lock.
- Hvis du vil bruke Tilbake-tasten, velger du **+**.
- Hvis du vil sette inn et mellomrom, velger du **—**.

Svare på en melding

- 1 På siden **Meldinger** velger du en samtale.
- 2 Velg **Svar**.
- 3 Velg et alternativ:
 - Velg **Skriv inn melding** for å skrive en tilpasset melding.
 - Velg **Send hurtigmelding** og velg en melding for å starte på en forhåndsskrevet melding.
- 4 Når du har fullført meldingen, velger du **Send melding**.

Søke etter meldinger

Når du sender en melding, lytter enheten etter svar i 10 minutter. Enheten ser også etter nye meldinger hver time. Når du bruker inReach sporingsfunksjonen, ser enheten automatisk etter meldinger ved sporingsintervallet.

MERK: Enheten må ha fri sikt til en satellitt på lyttetidspunktet for å kunne motta meldinger.

Du kan tvinge frem et søk etter meldinger ved å manuelt søke etter meldinger, sende en melding eller sende et sporingspunkt. Når enheten din søker etter meldinger, kobles den til satellitter og mottar meldinger som venter på å bli sendt til enheten din.

På hovedmenyen velger du **inReach-verktøy > E-postsjekk > Sjekk postboks**.

Vise meldingsdetaljer

- 1 Velg **Meldinger**.
- 2 Velg en samtale.
- 3 Velg en melding.
- 4 Velg informasjonsfanen.

Navigere til en meldingsposisjon

Når du mottar en melding fra en annen enhet med inReach teknologi, kan meldingen inneholde posisjonsinformasjon. For disse meldingene kan du navigere til posisjonen meldingen ble sendt fra.

- 1 Velg **Meldinger**.
- 2 Velg en samtale med posisjonsinformasjon.
- 3 Velg kartfanen.
- 4 Velg **Kjør**.

Inkludere posisjonskoordinater i en melding

Hvis du sender en melding til en mottaker som ikke har Internett-tilgang, kan du inkludere posisjonskoordinatene dine i meldingen. Hvis mottakeren for eksempel har en mobiltelefon av eldre modell som ikke støtter visning av kart eller er utenfor området for mobildekning og ikke kan vise en nettside.

- 1 På siden **Meldinger** velger du **Ny melding > Send posisjon**.
- 2 Angi én eller flere mottakere.
- 3 Skriv eventuelt inn en melding.
- 4 Velg **Send melding**.

Slette meldinger

- 1 På siden **Meldinger** velger du en samtale.
- 2 Velg **MENU > Slett tråd**.

Meldingsinnstillinger

Velg **Oppsett > Meldinger**.

Ring til meldingen er lest: Angir at enheten skal ringe helt til du har lest den nye meldingen. Denne funksjonen er nyttig hvis du befinner deg på et sted med mye støy.

Varsler: Varsler deg om innkommende inReach meldinger.

Sporing

Du kan bruke sporingsfunksjonen på GPSMAP 86i/sci -enheten til å registrere sporpunkter og overføre dem via Iridium satellittnettverket med det angitte sendeintervallet. Sporpunkter vises på Garmin Explore nettstedet og MapShare™ sporingssiden.

Starte sporing

Velg **Sporing > Start sporing** fra hovedmenyen.

MERK: Når du starter funksjonen Sporing, starter også opptakskontrollene.

Stoppe sporing

På siden **Sporing** velger du **Stopp sporing**.

Deling av MapShare nettside

Du kan dele en kobling til MapShare nettsiden din med andre. Systemet legger automatisk til tekst, inkludert koblingsinformasjon, til slutt i meldingen din.

- 1 På siden **Sporing** velger du **Send MapShare > Del**.
- 2 Velg mottakere fra kontaktlisten, eller angi mottakerens kontaktinformasjon.
- 3 Velg **Send melding**.

inReach sporingsinnstillinger

Velg **Oppsett > Sporing**.

Automatisk spor: Angir at enheten skal starte sporing når du slår på enheten.

Bevegelsesintervall: Angir hvor ofte enheten registrerer sporingspunkt og sender det via satellittnettverket når du er i bevegelse. Hvis du er bedriftskunde, kan du angi intervallet når du er stillestående.

SOS

⚠ ADVARSEL

Før du kan bruke SOS-funksjonen, må du ha et aktivt satellittabonnement. Test alltid enheten før du bruker den utendørs.

Sørg for du har fri sikt til himmelen når du bruker SOS-funksjonen, siden denne funksjonen krever satellitttilgang for å fungere skikkelig.

LES DETTE

Bruk av satellittkommunikasjonsenheter kan være begrenset eller forbudt i enkelte jurisdiksjoner. Brukeren har selv ansvar for å kjenne til og følge all gjeldende lovgivning i jurisdiksjoner der enheten skal brukes.

I en nødssituasjon kan du bruke GPSMAP 86i/sci -enheten din til å kontakte Garmin ResponseSM senteret og be om hjelp. Når du trykker på SOS-knappen, sendes en melding til Garmin Response teamet, og de sørger for å varsle de riktige nødetatene for situasjonen du er i. Du kan kommunisere med Garmin Response teamet mens hjelpen er underveis. Du skal bare bruke SOS-funksjonen i en reell nødssituasjon.

Sette i gang en SOS-redningsaksjon

Du kan starte en SOS-redningsaksjon når enheten er slått av eller på hvis enheten har batteristrøm.

- 1 Løft beskyttelseshetten ① fra SOS-knappen ②.



- 2 Trykk på og hold inne SOS-knappen.
- 3 Vent på SOS-nedtellingen.
Enheten sender en standardmelding til nødresponstjenesten med informasjon om posisjonen din.
- 4 Svar på bekreftelsesmeldingen fra nødresponstjenesten.

Når du svarer, får nødresponstjenesten vite at du er i stand til å kommunisere med dem mens redningsaksjonen pågår. Hvis du ikke svarer, starter nødresponstjenesten en redningsaksjon.

I løpet av de første 10 minuttene av redningsaksjonen, sendes en oppdatert posisjon til nødresponstjenesten hvert minutt. For å spare batteristrøm etter de første ti minuttene sendes en oppdatert posisjon hvert tiende minutt.

Sende en egendefinert SOS-melding

Etter at du har trykket på SOS-knappen for å starte en SOS-redningsaksjon, kan du svare med en egendefinert melding ved hjelp av SOS-siden.

- 1 På hovedmenyen velger du **SOS > Svar**.
- 2 Velg **Skriv inn melding** for å skrive en egendefinert SOS-melding.
- 3 Velg **Send melding**.

Når du svarer, får nødresponstjenesten vite at du er i stand til å kommunisere med dem mens redningsaksjonen pågår.

Avbryte en SOS-redningsaksjon

Hvis du ikke lenger trenger hjelp, kan du avbryte en SOS-redningsaksjon etter at du har sendt en melding om hjelp til nødresponstjenesten.

- 1 Løft beskyttelseshetten, og hold inne **SOS**-knappen.
- 2 Velg **Avbryt SOS**.
- 3 Når du blir bedt om å bekrefte forespørselen om å avbryte, velger du **Avbryt SOS**.
Enheten sender forespørselen om å avbryte. Når du mottar en bekreftelsesmelding fra nødresponstjenesten, går enheten inn i normal modus igjen.

Teste enheten

Før du bruker enheten på en tur, bør du teste den utendørs for å sikre at satellittabonnement er aktivt.

På hovedmenyen velger du **inReach-verktøy > Kommunikasjonstest > Test**.

Vent mens enheten sender en testmelding. Når du mottar en bekreftelsesmelding, er enheten klar til bruk.

Synkronisere inReach data

Du kan synkronisere data fra Garmin Explore kontoen din til enheten ved hjelp av Garmin Explore appen. Når du har endret dataene, for eksempel kontakter, forhåndsdefinerte meldinger eller hurtigtekstmeldinger, må du synkronisere dem med enheten ved hjelp av mobilappen.

Åpne Garmin Explore appen.

Endringer i dataene, for eksempel samlinger, veipunkter, ruter og spor, oppdateres automatisk.

Du kan nå synkronisere dataene dine med GPSMAP 86i/sci -enheten.

Kontakter

Du kan legge til, slette og redigere kontakter på GPSMAP 86i/sci -enheten.

Tillegging av kontakt

- 1 Velg **Oppsett > Kontakter > Ny kontakt**.
- 2 Velg et element for å redigere det.
- 3 Angi den nye informasjonen.

Redigere en kontakt

- 1 Velg **Oppsett > Kontakter**.
- 2 Velg en kontakt.
- 3 Velg et element for å redigere det.
- 4 Angi den nye informasjonen.

Slette en kontakt

- 1 Velg **Oppsett > Kontakter**.
- 2 Velg en kontakt.
- 3 Velg **MENU > Slett kontakt**.

Bruke hovedsidene

Informasjonen som er nødvendig for å bruke denne enheten, finnes på følgende sider: hovedmeny, kart, kompass, tripcomputer og høydemålersider.

Velg **PAGE** eller **QUIT** for å bla gjennom hovedsidene.

Åpne hovedmenyen

Hovedmenyen gir deg tilgang til verktøy og oppsettsskjermbilder for veipunkt, aktiviteter, ruter og mer ([Verktøy på hovedmenyen, side 26](#), [Menyen Oppsett, side 33](#)).

Velg **MENU** to ganger fra en hvilken som helst side.

Kart

▲ viser posisjonen din på kartet. Når du reiser, flytter ▲ seg og viser ruten din. Avhengig av zoomnivået kan veipunktnavn og symboler vises på kartet. Du kan zoome inn på kartet for å se flere detaljer. Når du navigerer til et bestemmelsessted, er ruten markert med en farget linje på kartet.

Endre kartorienteringen

- 1 Gå til kartet, og velg **MENU**.
- 2 Velg **Kartoppsett > Orientering**.
- 3 Velg et alternativ:
 - Velg **Nord opp** for å vise nord øverst på siden.
 - Velg **Spor opp** for å vise gjeldende reiseretning øverst på siden.
 - Velg **Bilmodus** for å vise et bilperspektiv med reiseretning øverst på siden.

Måle avstand på kartet

Du kan måle avstanden mellom flere posisjoner.

- 1 Flytt markøren til en posisjon i kartet.
- 2 Velg **MENU > Mål avstand**.
- 3 Velg ekstra posisjoner på kartet.

Innstillinger for kartside

Gå til kartet, og velg **MENU**.

Stopp navigasjon: Stopper å navigere den gjeldende ruten.

Kartoppsett: Gjør det mulig å åpne ekstra kartinnstillinger ([Kartinnstillinger, side 11](#)).

Oppsett maritim bruk: Gjør at du kan konfigurere de maritime innstillingene ([Maritime innstillinger, side 37](#)).

Mål avstand: Gjør det mulig å måle avstanden mellom ulike posisjoner ([Måle avstand på kartet, side 10](#)).

Fabrikkinnstillinger: Nullstiller kartet til fabrikkinnstillingene.

Kartinnstillinger

Gå til kartet, velg **MENU** og **Kartoppsett**.

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

Orientering: Justerer hvordan kartet vises på siden ([Endre kartorienteringen, side 10](#)).

Dashbord: Velger et dashbord som skal vises på kartet. Hvert dashbord viser ulik informasjon om ruten eller posisjonen.

Veiledningstekst: Angir når veiledningsteksten skal vises på kartet.

Avansert oppsett: Gjør det mulig å åpne avanserte kartinnstillinger ([Avanserte kartinnstillinger, side 11](#)).

Avanserte kartinnstillinger

Velg **MENU** på kartet, og velg deretter **Kartoppsett** > **Avansert oppsett**.

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

Detalj: Velger antall detaljer som vises på kartet. Det tar lengre tid å tegne opp kartet igjen når det viser flere detaljer.

Skyggerelieff: Viser relieff i detalj på kartet (hvis tilgjengelig) eller slår av skyggelegging.

Kjøretøy: Angir posisjonsikonet som representerer posisjonen din på kartet. Standardikonet er en liten blå trekant.

Zoomnivåer: Justerer hvilket zoomnivå kartelementer vises ved. Kartelementene vises ikke når kartets zoomnivå er høyere enn det valgte nivået.

Tekststørrelse: Velger tekststørrelsen for kartelementene.

Kompass

Når du navigerer, peker ▲ mot bestemmelsesstedet, uansett hvilken retning du beveger deg i. Når ▲ peker mot toppen av det elektroniske kompasset, beveger du deg direkte mot bestemmelsesstedet. Hvis ▲ peker i en annen retning, snur du deg til den peker mot toppen av kompasset.

Bruke kompasset

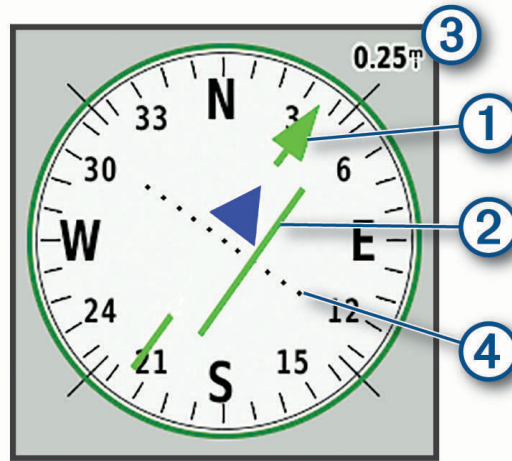
Du kan bruke kompasset for å navigere i en aktiv rute.

- 1 Hold enheten vannrett.
- 2 Følg ▲ til destinasjonen din.

Kursmarkør

Kursmarkøren er spesielt nyttig hvis du navigerer på vann eller steder der det ikke er noen store hindringer i banen. Den kan også hjelpe deg med å unngå farer ved ruten, for eksempel grunner eller skjær.

Hvis du vil aktivere kurspekeren på kompasset, velger du **MENU > Oppsett for retning > Gå til linje/peker > Kurs (CDI)**.



Kursmarkøren ① angir hvor du er i forhold til kurslinjen som fører til bestemmelsesstedet. Kursavviksindikatoren (CDI) ② gir en indikasjon på avvik (høyre eller venstre) fra kursen. Skalaen ③ viser til avstanden mellom prikkene ④ på kursavviksindikatoren, som viser hvor stort avvik du har fra kursen.

Navigere med Sight 'N Go

Du kan peke enheten mot et objekt i det fjerne, låse retningen og navigere til objektet.

- 1 Velg **Sight 'N Go**.
- 2 Pek med enheten mot et objekt.
- 3 Velg **Lås retning > Angi kurs**.
- 4 Naviger ved hjelp av kompasset.

Kompassinnstillinger

Velg **MENU** på kompasset.

Sight 'N Go: Gjør det mulig å peke enheten mot et objekt i det fjerne og navigere ved å bruke objektet som et referansepunkt (*Navigere med Sight 'N Go, side 12*).

Stopp navigasjon: Stopper å navigere den gjeldende ruten.

Endre dashboard: Endrer temaet og informasjonen som vises på dashbordet.

Angi skala: Angir skalaen for avstanden mellom prikkene på kursavviksindikatoren.

Kalibrer kompass: Gjør det mulig å kalibrere kompasset hvis du opplever uregelmessig kompassatferd, for eksempel etter å ha beveget deg over lengre avstander eller etter ekstreme temperaturendringer (*Kalibrer kompasset, side 13*).

Oppsett for retning: Gjør det mulig å tilpasse innstillingene for kompassretning (*Innstillinger for retning, side 13*).

Endre datafelter: Tilpasser datafeltene for kompasset.

Fabrikkinnstillinger: Nullstiller kompasset til fabrikkinnstillingene.

Kalibrere kompasset

Før du kan kalibrere kompasset, må du befinne deg utendørs unna gjenstander som kan påvirke magnetiske felter, for eksempel biler, bygninger eller strømledninger.

Enheten har et kompass med tre akser. Du bør kalibrere kompasset etter at du har reist lange avstander eller opplevd temperaturendringer.

- 1 Velg **MENU** på kompasset.
- 2 Velg **Kalibrer kompass > Start**.
- 3 Følg instruksjonene på skjermen.

Innstillinger for retning

Trykk på **MENU** på kompasset, og velg **Oppsett for retning**.

Skjerm: Angir retningstypen som vises på kompasset.

Nordreferanse: Angir nordreferansen som brukes på kompasset.

Gå til linje/peker: Angir atferden til pekeren som vises på kartet. Peiling peker i retning av destinasjonen. Kurs viser din egen posisjon i forhold til kurslinjen som fører til bestemmelsesstedet.

Kompass: Skifter automatisk fra elektronisk kompass til GPS-kompass når du beveger deg over en gitt hastighet i en angitt periode.

Kalibrer kompass: Gjør det mulig å kalibrere kompasset hvis du opplever uregelmessig kompassatferd, for eksempel etter å ha beveget deg over lengre avstander eller etter ekstreme temperaturendringer ([Kalibrere kompasset, side 13](#)).

Tripcomputer

Tripcomputeren viser gjeldende hastighet, gjennomsnittlig hastighet, tripteller og annen nyttig statistikk. Du kan tilpasse tripcomputerens layout, dashbord og datafelter.

Innstillinger for tripcomputeren

Gå til tripcomputeren, og velg **MENU**.

Nullstill: Nullstiller alle verdiene i tripcomputeren. Nullstill turinformasjonen før du begynner på turen, hvis du vil ha nøyaktig turinformasjon.

Endre datafelter: Tilpasser datafelt for tripcomputeren.

Endre dashbord: Endrer temaet og informasjonen som vises på dashbordet.

MERK: Dashbordet husker de tilpassede innstillingene dine. Du mister ikke innstillingene dine når du bytter profil ([Profil, side 39](#)).

Sett inn side: Setter inn en ekstra side med tilpassbare datafelter.

TIPS: Du kan bruke piltastene til å bla gjennom sidene.

Fjern side: Fjerner en ekstra side med tilpassbare datafelter.

Flere data: Legger til ekstra datafelt i tripcomputeren.

Mindre data: Fjerner datafelter fra tripcomputeren.

Fabrikkinnstillinger: Nullstiller tripcomputeren til fabrikkinnstillingene.

Høydemåler

Høydemåleren viser høyden for den tilbakelagte avstanden som standard. Du kan tilpasse høydemålerinnstillingene ([Innstillinger for høydemåleren, side 14](#)). Du kan velge hvilket som helst punkt på plottet hvis du vil se detaljer om det punktet.

Innstillinger for høydemålerplott

Velg **MENU** på høydemåleren.

Nullstill: Tilbakestiller høydemålerdata, inkludert informasjon om veipunkt, spor og turdata.

Oppsett av høydemåler: Få tilgang til ekstra innstillinger for høydemåler ([Innstillinger for høydemåleren](#), side 14).

Juster zoomeområder: Justerer zoomeområdene som vises på høydemålersiden.

Endre datafelter: Gjør det mulig å tilpasse datafeltene i høydemåleren.

Fabrikkinnstillinger: Nullstiller høydemåleren til fabrikkinnstillingene.

Innstillinger for høydemåleren

Velg **MENU** > **Oppsett av høydemåler** på høydemåleren.

Autokalibrering: Én gang gjør at høydemåleren automatisk kalibreres én gang når du starter en aktivitet. Kontinuerlig gjør at høydemåleren kalibreres gjennom hele aktiviteten.

Barometermodus: Variabel høyde gjør det mulig for barometeret å måle høydeendringer mens du er i bevegelse. Fast høyde forutsetter at enheten er stillestående ved en fast høyde, slik at det barometriske trykket bare endrer seg på grunn av været.

Trykktendenser: Angir hvordan enheten registrerer trykkdata. Lagre alltid registrerer alle trykkdata, noe som kan være nyttig når du overvåker trykkfronter.

Plotttype: Registrerer høydeendringer over et tidsrom eller en avstand, registrerer barometrisk trykk over et tidsrom, eller registrerer endringer i lokalt trykk over et tidsrom.

Kalibrer høydemåler: Gjør det mulig å kalibrere den barometriske høydemåleren manuelt ([Kalibrere den barometriske høydemåleren](#), side 14).

Kalibrere den barometriske høydemåleren

Du kan kalibrere den barometriske høydemåleren manuelt dersom du vet den korrekte høyden eller det korrekte barometriske trykket.

- 1 Plasser deg på et sted hvor du kjenner høyden over havet eller det barometriske trykket.
- 2 Velg **MENU** på høydemåleren.
- 3 Velg **Oppsett av høydemåler** > **Kalibrer høydemåler**.
- 4 Velg **Metode** for å velge målingen som skal brukes i kalibreringen.
- 5 Angi målingen.
- 6 Velg **Kalibrer**.

Tilkoblede funksjoner

Det finnes tilkoblede funksjoner du kan bruke på GPSMAP 86 enheten når du kobler den til et trådløst nettverk eller en kompatibel smarttelefon via Bluetooth® teknologi. Enkelte funksjoner krever at du installerer Garmin Connect™ appen eller Garmin Explore appen på smarttelefonen. Du finner mer informasjon på garmin.com/apps.

Bluetooth sensorer: Gjør det mulig å koble til sensorer compatible med Bluetooth, for eksempel en pulsmåler.

Connect IQ™: Brukes til å utvide enhetens funksjoner med widgets, datafelter og apper ved hjelp av Connect IQ appen.

EPO-nedlastinger: Brukes til å laste ned en Extended Prediction Orbit-fil som raskt finner GPS-satellitter og reduserer tiden det tar å innhente det første GPS-signalet ved hjelp av Garmin Connect appen eller når du er koblet til et Wi-Fi® nettverk.

BirdsEye-bilder: Lar deg laste ned BirdsEye Satellite Imagery direkte til enheten når du er koblet til et Wi-Fi nettverk.

Garmin Explore: Garmin Explore appen synkroniseres og deler veipunkter, spor og ruter med enheten din. Du kan også laste ned kart til smarttelefonen for å få tilgang til dem uten Internett.

Sanntids geocachedata: Leverer betalingsbaserte eller abonnementsfrie tjenester som viser geocachedata i sanntid fra www.geocaching.com ved hjelp av Garmin Connect appen eller når du er koblet til et Wi-Fi nettverk.

Sporing: Gjør at du kan registrere sporpunkter og overføre dem via Iridium satellittnettverket. Du kan invitere kontakter ved å sende dem en inReach melding fra felten. Med denne funksjonen kan kontaktene dine se sanntidsdataene dine på en MapShare sporingsside på Garmin Explore kontoen din.

Telefonvarsler: Viser telefonvarsler og meldinger på GPSMAP 86 enheten ved hjelp av Garmin Connect appen.

Programvareoppdateringer: Gjør det mulig for deg å motta oppdateringer for enhetsprogramvaren ved hjelp av Garmin Connect appen eller når du er koblet til et Wi-Fi nettverk.

Active Weather: Gjør det mulig for deg å vise gjeldende værforhold og værmeldinger ved hjelp av Garmin Connect appen eller når du er koblet til et Wi-Fi nettverk.

inReach Vær: Lar deg motta værinformasjon gjennom inReach abonnementet. Du kan be om en Basic-, Premium- eller Marine-værmelding.

Funksjonskrav til tilkoblet enhet

Enkelte funksjoner krever en smarttelefon og en bestemt app på smarttelefonen.

Funksjon	Koblet til en parkoblet smarttelefon med Garmin Connect appen	Koblet til et Wi-Fi nettverk
Aktivitetso pplaster til Garmin Connect	Ja	Ja
Programvareoppdateringer	Ja	Ja
EPO-nedlastinger	Ja	Ja
Sanntids geocachedata	Ja	Ja
Vær	Ja	Ja
Telefonvarsler	Ja ¹	Nei
Connect IQ	Ja	Nei
BirdsEye Direkte bilder	Nei	Ja

¹ Enheten mottar telefonvarsler direkte fra en parkoblet iOS® telefon, og gjennom Garmin Connect appen på en Android™ telefon.

Parkoble en smarttelefon med enheten

- 1 Hold en kompatibel smarttelefon innenfor 10 m (33 fot) unna enheten.
- 2 Velg **Oppsett > Bluetooth** på enhetens hovedmeny.
- 3 Aktiver Bluetooth teknologi på en kompatibel smarttelefon, og åpne Garmin Connect eller Garmin Explore.
- 4 Følg instruksjonene på skjermen i Garmin Connect eller Garmin Explore når du skal parkoble enheten.

Telefonvarsler

Denne funksjonen er ikke tilgjengelig for alle enhetsmodeller.

Telefonvarsler krever at du parkobler enheten med en kompatibel smarttelefon som er innenfor rekkevidde. Når du mottar meldinger på telefonen, sendes varsler til enheten.

Vise telefonvarsler

Du må pare enheten med en kompatibel smarttelefon før du kan vise varsler.

- 1 Velg **ⓘ > Varsler**.
- 2 Velg et varsel.

Skjule varsler

Som standard vises varsler på enhetsskjermen når de mottas. Du kan skjule varsler slik at de ikke vises.

Velg **Oppsett > Bluetooth > Varsler > Skjul**.

Administrere varsler

Du kan bruke den compatible smarttelefonen din til å administrere varsler som vises på GPSMAP 86 enheten.

Velg et alternativ:

- Hvis du bruker en iPhone® enhet, kan du bruke iOS varselsinnstillingene til å velge elementene som skal vises på enheten.
- Hvis du bruker en Android smarttelefon, åpner du Garmin Connect appen og velger **Innstillinger > Smarte varsler**.

Koble til et trådløst nettverk

- 1 Velg **Oppsett > Wi-Fi**.
- 2 Velg om nødvendig bryteren for å aktivere Wi-Fi teknologi.
- 3 Velg **Legg til nettverk**.
- 4 Velg et trådløst nettverk på listen og angi passordet ved behov.

Enheten lagrer nettverksinformasjonen og kobler til automatisk hvis du går tilbake til dette stedet senere.

Connect IQ – funksjoner

Du kan legge til Connect IQ funksjoner på enheten fra Garmin® og andre leverandører ved hjelp av Connect IQ appen. Du kan tilpasse enheten med datafelter, widgets og apper.

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

Widgets: Få oversiktlig informasjon, inkludert sensordata og varsler.

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

Laste ned Connect IQ funksjoner

Før du kan laste ned funksjoner fra Connect IQ appen, må du parkoble GPSMAP 86 enheten med en smarttelefon (*Parkoble en smarttelefon med enheten, side 16*).

- 1 Installer og åpne Connect IQ appen fra appbutikken på smarttelefonen.
- 2 Velg enheten din om nødvendig.
- 3 Velg en Connect IQ funksjon.
- 4 Følg instruksjonene på skjermen.

Laste ned Connect IQ funksjoner ved hjelp av datamaskinen

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

Vise Connect IQ widgeter

- 1 Velg .
- 2 Velg ◀ eller ▶ for å bla gjennom widgetene.

Kontrollere og vise kompatible maritime enheter

Du kan bruke GPSMAP 86-enheten til å kontrollere en kompatibel autopilot, kontrollere et kompatibelt Fusion® stereoanlegg og vise båtdata.

- 1 Velg **Connect IQ**.
- 2 Velg et alternativ.
 - Hvis du vil kontrollere en kompatibel autopilot, velger du **Autopilot**
 - Hvis du vil kontrollere et kompatibelt Fusion stereoanlegg, velger du **FUSION-Link**.
 - Hvis du vil vise strømmende båtdata, for eksempel drivstoffsensorinformasjon fra en Garmin kompatibel maritim enhet, velger du **Båtdata**.
- 3 Følg instruksjonene på skjermen.

Garmin Explore

Garmin Explore nettstedet og mobilappen gjør at du kan planlegge turer og lagre veipunkter, ruter og spor i skyen. De tilbyr avansert planlegging både på nett og utenfor Internett, slik at du kan dele og synkronisere data med en kompatibel Garmin enhet. Du kan bruke mobilappen til å laste ned kart for frakoblet tilgang, og deretter navigere hvor som helst uten å bruke din egen mobiltjeneste.

Du kan laste ned Garmin Explore appen fra appbutikken på smarttelefonen din. Du kan også gå til explore.garmin.com.

Navigasjon

Navigere til et bestemmelsessted

- 1 Velg **FIND**.
- 2 Velg en kategori.
- 3 Velg en destinasjon.
- 4 Velg **Kjør**.

Ruten vises som en magentafarget linje på kartet.
- 5 Naviger ved hjelp av kartet (*Navigere med kartet, side 18*) eller kompasset (*Navigere med kompasset, side 18*).

Navigere med kartet

- 1 Begynn å navigere til en destinasjon ([Navigere til et bestemmelsessted, side 17](#)).
- 2 Velg **Kart**.
En blå trekant viser din posisjon på kartet. Når du reiser, flytter den blå trekanten seg og viser ruten din.
- 3 Gjør ett eller flere av følgende:
 - Velg ▲, ▼, ◀, eller ▶ for å vise ulike deler av kartet.
 - Du kan zoome inn og ut på kartet ved hjelp av + og -.

Navigere med kompasset

Når du navigerer til en destinasjon, peker ▲ mot destinasjonen uansett hvilken retning du beveger deg i.

- 1 Begynn å navigere til en destinasjon ([Navigere til et bestemmelsessted, side 17](#)).
- 2 Velg **Kompass**.
- 3 Snu deg til ▲ peker mot toppen av kompasset, og fortsett i den retningen frem til destinasjonen.

Stoppe navigering

Velg **FIND** > **Stopp navigasjon**.

Veipunkter

Veipunkter er posisjoner som du registrerer og lagrer på enheten. Ved hjelp av veipunkter kan du merke av hvor du er, hvor du skal, eller hvor du har vært. Du kan legge til informasjon om posisjonen, for eksempel navn, høyde og dybde.

Du kan legge til en .gpx-fil som inneholder veipunkter, ved å overføre filen til GPX-mappen ([Overføre filer til enheten, side 43](#)).

Lagre den gjeldende posisjonen som et veipunkt

- 1 Velg **MARK**.
- 2 Velg om nødvendig et felt for å redigere veipunktet.
- 3 Velg **Lagre**.

Lagre en posisjon på kartet som et veipunkt

Du kan lagre en posisjon på kartet som et veipunkt.

- 1 Flytt markøren til en posisjon i kartet.
En informasjonslinje vises øverst i skjermbildet.
- 2 Velg **ENTER**.
- 3 Velg **MENU** > **Lagre som veipunkt**.

Navigering til et veipunkt

- 1 Velg **FIND** > **Veipunkter**.
- 2 Velg et veipunkt.
- 3 Velg **Kjør**.
Ruten til veipunktet vises som standard som en rett, farget strek på kartet.

Finne et veipunkt

- 1 Velg **Veipunktstyrer**.
- 2 Velg et veipunkt på listen.
- 3 Velg eventuelt **MENU** for å begrense søket.
- 4 Velg et alternativ:
 - Velg **Stav søk** for å søke ved hjelp av navnet på veipunktet.
 - Velg **Velg symbol** for å søke ved hjelp av symbolet på veipunktet.
 - Velg **Søk nær** for å søke i nærheten av et veipunkt du nylig har funnet, et annet veipunkt, gjeldende posisjon eller et punkt på kartet.
 - Velg **Sorter** for å vise listen over veipunkter basert på kortest avstand eller alfabetisk rekkefølge.

Redigere et veipunkt

- 1 Velg **Veipunktstyrer**.
- 2 Velg et lagret veipunkt.
- 3 Velg elementet som skal redigeres, for eksempel navnet eller posisjonen.
- 4 Angi den nye informasjonen, og velg **Ferdig**.

Slette et veipunkt

- 1 Velg **Veipunktstyrer**.
- 2 Velg et veipunkt.
- 3 Velg **MENU > Slett**.

Forbedre nøyaktigheten til en veipunktposisjon

Du kan forbedre nøyaktigheten til en veipunktposisjon ved å beregne gjennomsnittet av posisjonsdataene. Når du beregner gjennomsnittet, gjør enheten flere GPS-avlesninger av samme posisjon og bruker gjennomsnittsverdien for å gi bedre nøyaktighet.

- 1 Velg **Veipunktstyrer**.
 - 2 Velg et veipunkt.
 - 3 Velg **MENU > Gj.sn.posisj..**
 - 4 Flytt til veipunktposisjonen.
 - 5 Velg **Start**.
 - 6 Følg instruksjonene på skjermen.
 - 7 Når statuslinjen for eksempelsikkerhet når 100 %, velger du **Lagre**.
- Du får best resultat hvis du samler fire til åtte eksempler for veipunktet og venter minst 90 minutter mellom eksemplene.

Projisere et veipunkt fra et lagret veipunkt

Du kan lagre et nytt veipunkt ved å projisere avstanden og retningen fra et lagret veipunkt til en ny posisjon.

- 1 Velg **Veipunktstyrer**.
- 2 Velg et veipunkt.
- 3 Velg **MENU > Projiser veipunkt**.
- 4 Angi retningen, og velg **Ferdig**.
- 5 Velg en måleenhet.
- 6 Angi avstanden, og velg **Ferdig**.
- 7 Velg **Lagre**.

Flytte et veipunkt på kartet

- 1 Velg **Veipunktstyrer**.
- 2 Velg et veipunkt.
- 3 Velg **MENU > Flytt veipunkt**.
- 4 Velg en posisjon på kartet.
- 5 Velg **Flytt**.

Finne en posisjon nær et veipunkt

- 1 Velg **Veipunktstyrer**.
- 2 Velg et veipunkt.
- 3 Velg **MENU > Finn i nærheten**.
- 4 Velg en kategori.

Listen viser posisjoner nær det valgte veipunktet.

Angi en nærhetsalarm for veipunkt

Du kan legge til en nærhetsalarm for et veipunkt. Nærhetsalarmer varsler deg når du befinner deg innenfor et angitt område fra en bestemt posisjon.

- 1 Velg **Veipunktstyrer**.
- 2 Velg et veipunkt.
- 3 Velg **MENU > Angi nrhts.radius**.
- 4 Angi radiusen.

Enheter lager en lyd når du går inn i et område med en nærhetsalarm.

Legge til et veipunkt i en rute

- 1 Velg **Veipunktstyrer**.
- 2 Velg et veipunkt.
- 3 Velg **MENU > Legg til på rute**.
- 4 Velg en rute.

Flytte et veipunkt til gjeldende posisjon

Du kan endre posisjonen til et veipunkt. Hvis du for eksempel flytter kjøretøyet ditt, kan du endre posisjonen til gjeldende posisjon.

- 1 Velg **Veipunktstyrer**.
- 2 Velg et veipunkt.
- 3 Velg **MENU > Flytt hit**.

Posisjonen for veipunktet endres til gjeldende posisjon.

Ruter

En rute er en serie av veipunkter eller posisjoner som fører deg til den endelige destinasjonen.

Opprette en rute

- 1 Velg **Ruteplanlegger > Opprett rute > Velg første punkt**.
- 2 Velg en kategori.
- 3 Velg første punkt på ruten.
- 4 Velg **Bruk**.
- 5 Velg **Velg neste punkt** for å legge til tilleggspunkter i ruten.
- 6 Velg **QUIT** for å lagre ruten.

Navigere i en lagret rute

- 1 Velg **FIND > Ruter**.
- 2 Velg en rute.
- 3 Velg **Kjør**.

Ruten vises som standard som en rett, farget strek på kartet.

Vise aktiv rute

- 1 Mens du navigerer en rute, velger du **Aktiv rute**.
- 2 Velg et punkt på ruten for å vise flere detaljer.

Redigere en rute

Du kan legge til, fjerne og omorganisere punkter i en rute.

- 1 Velg **Ruteplanlegger**.
- 2 Velg en rute.
- 3 Velg **Rediger rute**.
- 4 Velg et punkt.
- 5 Velg et alternativ:
 - Hvis du vil vise punktet på kartet, velger du **Se på**.
 - Hvis du vil endre rekkefølgen på punktene på ruten, velger du **Flytt opp** eller **Flytt ned**.
 - Hvis du vil legge til et nytt punkt på ruten, velger du **Sett inn**.
Det ekstra punktet settes inn før punktet du redigerer.
 - Hvis du vil fjerne punktet fra ruten, velger du **Fjern**.
- 6 Velg **QUIT** for å lagre ruten.

Vise en rute på kartet

- 1 Velg **Ruteplanlegger**.
- 2 Velg en rute.
- 3 Velg **Se på kart**.

Vise et karts stigningsplott for ruten

- 1 Velg **Ruteplanlegger**.
- 2 Velg en rute.
- 3 Velg **Stigningsplott**.

Endre et rutenavn

Du kan tilpasse navnet på en rute for å skille den ut fra resten.

- 1 Velg **Ruteplanlegger**.
- 2 Velg en rute.
- 3 Velg **Endre navn**.
- 4 Angi det nye navnet.

Reversere en rute

Du kan bytte om på start- og sluttpunktene til en rute hvis du vil følge ruten i motsatt retning.

- 1 Velg **Ruteplanlegger**.
- 2 Velg en rute.
- 3 Velg **Reverser rute**.

Slette en rute

- 1 Velg **Ruteplanlegger**.
- 2 Velg en rute.
- 3 Velg **Slett rute**.

Registreringer

Enheten registrerer banen din som en aktivitet. Aktiviteter inneholder informasjon om punkter langs den registrerte banen, blant annet klokkeslett, posisjon og høyde for hvert punkt.

Innstillinger for registrering

Velg **Oppsett > Opptak**.

Registreringsmetode: Angir en registreringsmetode. Alternativet Automatisk registrerer punkter med varierende frekvens for å lage en optimal visning av ruten din. Du kan også registrere punkter ved bestemte tids- eller avstandsintervaller.

Intervall: Angir registreringsfrekvens. Hvis du registrerer punkter oftere, blir ruten mer detaljerte, men registreringsloggen fylles raskere.

Auto Pause: Angir at enheten skal slutte å registrere ruten når du ikke beveger deg.

Automatisk start: Angir om enheten skal starte en ny registrering automatisk når den forrige registreringen avsluttes.

Aktivitetstype: Angir standard aktivitetstype for enheten.

Avansert oppsett: Gjør det mulig å åpne ekstra registreringsinnstillinger ([Avanserte opptaksinnstillinger](#), side 22).

Avanserte opptaksinnstillinger

Velg **Oppsett > Opptak > Avansert oppsett**.

Utdataformat: Angir at enheten lagrer registreringen som en FIT- eller GPX-/FIT-fil ([Filtyper](#), side 42).

Alternativet FIT registrerer aktiviteten din med treningsinformasjon som er skreddersydd for Garmin Connect programmet og kan brukes til navigasjon. Alternativet FIT og GPX registrerer aktiviteten din både som et vanlig spor som kan vises på kartet og brukes til navigasjon, og som en aktivitet med treningsinformasjon.

GPX automatisk arkivering: Angir en automatisk arkiveringsmetode for å organisere registreringene dine. Registreringene lagres og slettes automatisk.

Turregistrering: Angir et alternativ for turregistrering.

Nullstilling av registrerte data: Angir et alternativ for nullstilling. Alternativet Aktivitet og trip nullstiller registreringen og turdataene når du fullfører den aktive registreringen. Alternativet Etterspørsel ber deg om å velge dataene du vil nullstille.

Vise den pågående aktiviteten

Som standard begynner enheten automatisk å registrere sporet som en aktivitet når den er slått på og har innhentet satellittsignaler. Du kan starte og sette registreringen på pause manuelt.

- 1 Velg **Opptakskontroller**.
- 2 Velg ◀ og ▶ for å vise et alternativ:
 - Velg  for å kontrollere registreringen av gjeldende aktivitet.
 - Velg  for å vise datafelter for aktiviteten.
 - Velg  for å vise gjeldende aktivitet på kartet.
 - Velg  for å vise stigningsplott.

Navigere ved hjelp av TracBack®

Du kan navigere tilbake til begynnelsen av aktiviteten under registreringen. Dette kan være nyttig når du skal finne veien tilbake til leiren eller til starten av stien.

- 1 Velg **Opptakskontroller**.
- 2 Velg ► for å bytte til kartfanen.
- 3 Velg **TracBack**.
Kartet viser ruten med en magentafarget linje, startpunktet og sluttpunktet.
- 4 Naviger ved hjelp av kartet eller kompasset.

Stoppe den pågående aktiviteten

- 1 På hovedsiden velger du **ENTER > Stopp**.
- 2 Velg et alternativ:
 - Velg **Fortsett** for å gjenoppta registreringen.
 - Hvis du vil lagre aktiviteten, velger du .
 - Velg  for å slette aktiviteten og nullstille tripcomputeren.

Navigere i en lagret aktivitet

- 1 Velg **FIND > Registrerte aktiviteter**.
- 2 Velg en aktivitet.
- 3 Velg **Kjør**.

Slette en lagret aktivitet

- 1 Velg **Registrerte aktiviteter**.
- 2 Velg en aktivitet.
- 3 Velg **MENU > Slett**.

Reversere en aktivitet

Du kan bytte om på start- og sluttpunktene til aktiviteten hvis du vil navigere aktiviteten i motsatt retning.

- 1 Velg **Registrerte aktiviteter**.
- 2 Velg en aktivitet.
- 3 Velg **MENU > Kopier reversert**.

Opprette et spor fra en lagret aktivitet

Du kan opprette et spor fra en lagret aktivitet. Dette gjør at du kan dele sporet trådløst med andre kompatible Garmin enheter.

- 1 Velg **Registrerte aktiviteter**.
- 2 Velg en aktivitet.
- 3 Velg **MENU > Lagre som spor**.

Vær

Aktive Værdato: Når GPSMAP 86-enheten er koblet til smarttelefonen eller til et Wi-Fi nettverk og har en aktiv Internett-tilkobling, kan den motta detaljert værinformasjon fra Internett. Denne funksjonen gir deg timebaserte og daglige værmeldinger og grafiske værkart i sanntid.

inReach-vær: GPSMAP 86i/sci kan motta værinformasjon gjennom inReach abonnementet. Enheten kan sende en inReach melding for å be om Basic-, Premium- eller Marine-værmeldinger. Du kan motta værmeldinger for gjeldende posisjon, et veipunkt, GPS-koordinater eller en posisjon du velger på kartet.

Be om en inReach værmelding

For å få best mulig resultat bør du kontrollere at enheten har klar sikt mot himmelen når du ber om en inReach værmelding.

Enheten kan sende en melding for å be om Basic-, Premium- eller Marine-værmeldinger med inReach abonnementet. Du kan motta værmeldinger for gjeldende posisjon, et veipunkt, GPS-koordinater eller en posisjon du velger på kartet. Værmeldinger påfører dataavgifter eller ekstra kostnader på inReach abonnementet. Hvis du vil ha mer informasjon om de ulike værmeldingstypene og de tilknyttede kostnadene, kan du gå til garmin.com/manuals/inreachweather.

1 Velg **inReach-vær** > **Ny værmelding**.

2 Velg om nødvendig **Værmeldingstype**, og velg deretter en **Grunnleggende**- eller **Premium**-værmelding.

3 Velg om nødvendig **Posisjon**, og velg deretter en posisjon.

Som standard ber enheten om været nær din gjeldende posisjon.

4 Velg om nødvendig **Marint** for å få en maritim værmelding.

MERK: Du får best resultat ved å bare be om en maritim værmelding for en posisjon utenfor kysten og over store vannmasser. Maritime værmeldinger er ikke tilgjengelige for landområder eller innsjøer.

5 Velg **Hent værmelding**.

Enheten sender en forespørsel om værmeldingen. Det kan ta flere minutter å motta værmeldingsdata.

Når enheten er ferdig med å laste ned dataene, kan du vise værmeldingen når som helst til all informasjonen i værmeldingen har utløpt. Du kan også oppdatere værmeldingen når som helst.

Oppdatere en inReach værmelding

Du kan oppdatere en inReach værmelding som har utløpt eller som inneholder utdatert informasjon. Hvis du oppdaterer en værmelding, belastes du for samme datakostnader eller ekstrakostnader som for en værmeldingsforespørsel.

1 Velg **inReach-vær**.

2 Velg en posisjon med en utdatert værmelding.

3 Velg **MENU** > **Oppdater værmeldingen**.

Enheten ber om en oppdatert værmelding. Hvis du oppdaterer værmeldingen for Veipunkt, ber enheten om en oppdatert værmelding for den gjeldende posisjonen. Det kan ta flere minutter å motta de oppdaterte værmeldingsdataene.

Slette en inReach værmelding

Du kan slette en utgått værmelding eller en værmelding for en posisjon du ikke trenger lenger.

1 Velg **inReach-vær**.

2 Velg en værposisjon.

MERK: Du kan ikke slette værmeldingen for Veipunkt.

3 Velg **MENU** > **Slett**.

Vise en Active Weather-værmelding

Når GPSMAP 86 -enheten er koblet til smarttelefonen eller til et Wi-Fi nettverk og har en aktiv Internett-tilkobling, kan den motta detaljert værinformasjon fra Internett.

1 Velg **Aktive Værdato**.

Enheten laster automatisk ned en værmelding for den gjeldende posisjonen.

2 Velg en dag for å se en timebasert værmelding, hvis dette er tilgjengelig.

3 Velg et tidsintervall for å vise detaljert værinformasjon.

Vise et Active Weather-kart

Hvis du vil vise et Active Weather-kart, må enheten være koblet til smarttelefonen.

Når enheten er koblet til en smarttelefon eller et Wi-Fi nettverk med Internett-tilgang, kan du vise et værkart i sanntid som viser værradar, skydekke, temperatur eller vindforhold.

1 Velg **Aktive Værddata**.

2 Trykk på ◀ eller ▶ for å velge en værkartkategori.

MERK: Enkelte alternativer er ikke tilgjengelig for alle områder.

- Velg  for å vise en værradar.
- Velg  for å vise skydekke.
- Velg  for å vise temperaturer.
- Velg  for å vise vindstyrke og -retning.

De valgte dataene vises på kartet. Enheten kan bruke litt tid på å laste inn værkartdata.

3 Velg et alternativ:

- Hvis du vil zoome inn eller ut på kartet, trykker du på  eller .
- Hvis du vil panorere opp, ned, til venstre eller til høyre på kartet, trykker du på  for å aktivere panoreringsmodus og bruke retningspilen.

Legge til en Active Weather-posisjon

Du kan legge til en værposisjon for å vise Active Weather-værmeldinger for veipunkter, GPS-koordinater eller andre posisjoner.

1 Når du viser en Active Weather-værmelding, velger du **MENU > Administrer posisjoner > Ny posisjon**.

2 Velg en posisjon.

TIPS: Med alternativet Værposisjoner kan du raskt velge en posisjon som du tidligere har bedt om en inReach værmelding for.

3 Velg **Bruk**.

Enheten laster ned en værmelding for den valgte posisjonen.

Bytte Active Weather-posisjon

Du kan raskt bytte mellom værmeldinger for Active Weather-posisjoner du har lagt til tidligere.

1 Når du viser en Active Weather-værmelding, velger du **MENU > Administrer posisjoner**.

2 Velg en posisjon fra listen.

TIPS: Alternativet Veipunkt laster alltid ned en værmelding for din gjeldende posisjon.

3 Velg **Bruk**.

Enheten laster ned den nyeste værmeldingen for den valgte posisjonen.

Slette en Active Weather-posisjon

1 Når du viser en Active Weather-værmelding, velger du **MENU > Administrer posisjoner**.

2 Velg en posisjon fra listen.

MERK: Du kan ikke slette værmeldingen for Veipunkt.

3 Velg **Slett**.

Databruk og -logg

Vise abonnementsdetaljer

1 Velg **inReach-verktøy**.

2 Velg **Abonnementsdetaljer**.

Vise databruk

Du kan se antall meldinger, forhåndsdefinerte meldinger og sporingspunkter som ble sendt i gjeldende faktureringscyklus. Telleren for databruk nullstilles automatisk ved starten av hver faktureringscyklus.

1 Velg **inReach-verktøy**.

2 Velg **Abonnementsbruk**.

Verktøy på hovedmenyen

Velg **MENU** to ganger.

MERK: Enkelte innstillinger er kanskje ikke tilgjengelige på alle enhetsmodeller.

Sporing: Brukes til å dele og vise detaljer om sporene du reiser på.

SOS: Brukes til å starte en SOS-redning.

Meldinger: Brukes til å sende en forhåndsdefinert eller ny inReach melding.

inReach-verktøy: Lar deg vise detaljer om inReach abonnementet, sjekke e-post og utføre en kommunikasjonstest (*inReach – funksjoner, side 5*).

inReach-vær: Lar deg be om Basic-, Premium- eller Marine-værmeldinger med inReach abonnementet (*Be om en inReach værmelding, side 24*).

Opptakskontroller: Gjør det mulig å vise detaljer om og kontrollere registreringen av den gjeldende aktiviteten (*Vise den pågående aktiviteten, side 22*).

Varsler: Varsler deg om innkommende anrop, tekstmeldinger, oppdateringer fra sosiale medier og annet, basert på varslingsinnstillingene på smarttelefonen (*Telefonvarsler, side 16*).

Aktive Værdato: Viser den gjeldende temperaturen, temperaturmeldingen, værmeldingen, værradaren, skydekket og vindforholdene (*Vise en Active Weather-værmelding, side 24*).

Veipunktstyrer: Viser alle veipunktene som er lagret på enheten (*Veipunkter, side 18*).

Connect IQ: Viser en liste over installerte Connect IQ apper (*Connect IQ – funksjoner, side 16*).

BirdsEye Direct: Gjør det mulig å laste ned BirdsEye Satellite Imagery på enheten (*BirdsEye-bilder, side 27*).

Geocaching: Viser en liste over nedlastede geocacher (*Geocacher, side 27*).

Registrerte aktiviteter: Viser den gjeldende aktiviteten og en liste over registrerte aktiviteter (*Registreringer, side 22*).

Aktiv rute: Viser den aktive ruten og kommende veipunkter (*Ruter, side 20*).

Ruteplanlegger: Viser en liste over lagrede ruter og gjør det mulig å lage nye ruter (*Opprette en rute, side 20*).

Lagrede spor: Viser en liste over lagrede spor (*Opprette et spor fra en lagret aktivitet, side 23*).

Sight 'N Go: Gjør det mulig å peke enheten mot et objekt i det fjerne og navigere ved å bruke objektet som et referansepunkt (*Navigere med Sight 'N Go, side 12*).

Nærhetsalarmer: Gjør det mulig å stille inn varsler slik at de lyder innenfor rekkevidde av bestemte posisjoner (*Angi en nærhetsalarm, side 31*).

Del trådløst: Gjør det mulig å overføre filer trådløst til en annen kompatibel enhet (*Send og motta data trådløst, side 31*).

Profilendring: Gjør det mulig å endre enhetsprofilen for å tilpasse innstillingene og datafeltene for en bestemt aktivitet eller tur (*Velg en profil, side 31*).

Områdeberegning: Gjør det mulig å beregne størrelsen på et område (*Beregn størrelsen på et område, side 31*).

Kalender: Viser en kalender.

Jakt og fiske: Viser de antatt beste datoene og tidspunktene for jakt og fiske for den gjeldende posisjonen.

Sol og måne: Viser tidspunktene for soloppgang og solnedgang samt månefasen basert på GPS-posisjonen din.

Bildeviser: Viser lagrede bilder.

B. gj.snitt veipkt: Gjør det mulig å finjustere posisjonen til et veipunkt for å oppnå bedre nøyaktighet (*Forbedre nøyaktigheten til en veipunktposisjon, side 19*).

Kalkulator: Viser en kalkulator.

Alarmklokke: Stiller inn en hørbar alarm. Hvis enheten for øyeblikket ikke er i bruk, kan du stille den inn slik at den slår seg på på et angitt tidspunkt.

VIRB-fjernk.: Gir kamerakontroller når du har parkoblet en VIRB® enhet med GPSMAP 86-enheten ([Bruke VIRB fjernkontrollen, side 31](#)).

Stoppeklokke: Lar deg bruke en tidtaker, merke en etappe og måle etappetider.

Lommelykt: Slår lommelykten på ([Bruke lommelykten, side 32](#)).

XERO-posisjoner: Viser informasjon om laserposisjon når du har parkoblet et Xero® buesikte med GPSMAP 86-enheten.

Satellitt: Viser gjeldende GPS-satellittinformasjon ([Satellittside, side 32](#)).

BirdsEye-bilder

BirdsEye-bilder gir deg nedlastbare, høyoppløselige kartbilder, inkludert detaljerte satellittbilder og rasterbaserte topografiske kart. Du kan laste ned BirdsEye Satellite Imagery direkte på enheten når den er koblet til et Wi-Fi nettverk.

Laste ned BirdsEye-bilder

Før du kan laste ned BirdsEye-bilder direkte på enheten, må du koble til et trådløst nettverk ([Koble til et trådløst nettverk, side 16](#)).

1 Velg **BirdsEye Direct > Last ned bilder**.

2 Velg et alternativ:

- Hvis du vil laste ned BirdsEye-bildefiler for en bestemt posisjon eller et bestemt område, velger du **Posisjon** og deretter en kategori.

MERK: Posisjonen settes som standard til gjeldende posisjon.

- Velg **Navn** for å redigere navnet på de nedlastede bildefilene.
- Velg **Detalj** for å velge et bildekvalitetsalternativ.
- Velg **Radius** for å definere størrelsen på området som skal vises i de nedlastede bildefilene, og angi en distanse fra den valgte posisjonen.

Det vises en beregnet filstørrelse for den valgte bildekvaliteten og radiusen. Du bør kontrollere at enheten har nok lagringsplass til bildefilen.

3 Velg **Last ned**.

Geocacher

Geocaching er en skattejaktaktivitet der spillerne gemmer cacher eller leter etter skjulte cacher ved hjelp av ledetråder og GPS-koordinater.

Registrere enheten på geocaching.com

Du kan registrere enheten din på www.geocaching.com for å få muligheten til å søke etter en liste over geocacher i nærheten, eller for å søke etter sanntidsinformasjon om millioner av geocacher.

1 Koble til et til et trådløst nettverk ([Koble til et trådløst nettverk, side 16](#)) eller til Garmin Connect appen ([Parkoble en smarttelefon med enheten, side 16](#)).

2 Velg **Oppsett > Geocaching > Registrer enhet**.

En aktiveringskode vises.

3 Følg instruksjonene på skjermen.

4 Velg **Bekreft registrering**.

Kobler til geocaching.com

Når du har registrert enheten, kan du vise geocacher fra www.geocaching.com på enheten hvis du er koblet til et trådløst nettverk.

- Koble til Garmin Connect appen.
- Koble til et Wi-Fi nettverk

Laste ned geocacher ved hjelp av en datamaskin

Du kan laste geocacher manuelt til enheten din ved hjelp av en datamaskin (*Overføre filer til enheten, side 43*). Du kan plassere geocachefilene i en GPX-fil og importere dem til en GPX-mappe på enheten. Hvis du har et premiummedlemskap på geocaching.com, kan du bruke pocket query-funksjonen til å laste en stor gruppe med geocacher til enheten som en enkelt GPX-fil.

- 1 Koble enheten til datamaskinen med en USB-kabel.
- 2 Gå til www.geocaching.com.
- 3 Opprett eventuelt en konto.
- 4 Logg på.
- 5 Følg instruksjonene på geocaching.com for å finne og laste ned geocacher til enheten.

Geocache-søk

Du kan søke etter geocacher som er lastet på enheten. Hvis du er koblet til www.geocaching.com, kan du søke etter geocache-data i sanntid og laste ned geocacher.

MERK: Med et premiummedlemskap kan du laste ned detaljert informasjon om mer enn tre geocacher per dag. Du finner mer informasjon på www.geocaching.com.

Søke etter en geocache

Du kan søke etter geocacher som er lastet på enheten. Hvis du er koblet til geocaching.com, kan du søke etter geocachedata i sanntid og laste ned geocacher.

MERK: Du kan laste ned detaljert informasjon for et begrenset antall geocacher per dag. Du kan kjøpe et Premium-abonnement for å laste ned flere. Du finner mer informasjon på www.geocaching.com.

- 1 Velg **Geocaching**.
- 2 Velg  > **MENU**.
- 3 Velg et alternativ:
 - Velg **Stav søk**, og skriv inn en søketerm for å søke etter geocacher som er lastet på enheten, etter navn.
 - Velg **Søk nær**, og velg en posisjon for å søke etter geocacher i nærheten av deg eller i nærheten av en annen posisjon.

Hvis du er koblet til www.geocaching.com, inkluderer søkeresultatet geocache-data i sanntid som du skaffet deg via **Nedlasting av GC Live**.
 - Hvis du vil søke etter geocacher i sanntid etter kode, velger du **Nedlasting av GC Live > GC-kode** og angir geocache-koden.

Denne funksjonen gjør det mulig å laste ned en bestemt geocache fra www.geocaching.com når du kjenner til geocache-koden.
- 4 Velg **MENU > Filtre** for å filtrere søkeresultatene (valgfritt).
- 5 Velg en geocache.

Geocachedetaljene vises. Hvis du er koblet til og velger en geocache i sanntid, laster enheten om nødvendig ned alle geocachedetaljene til internminnet.

Søke etter en geocache på kartet

- 1 Velg **Geocaching**.
- 2 Velg  > **Last ned geocacher** for å søke etter og laste ned geocacher på kartet.
- 3 Velg **MENU** > **Filtrer** for å filtrere søkeresultatene (valgfritt).
- 4 Velg en geocache.

Geocachedetaljene vises. Hvis du er koblet til www.geocaching.com og velger en geocache i sanntid, laster enheten ned alle geocache-detaljene til internminnet.

Filtrere listen over geocacher

Du kan filtrere listen over geocacher etter visse faktorer, for eksempel vanskelighetsgrad.

- 1 Velg **Geocaching** > **MENU** > **Filtrer**.
- 2 Velg ett eller flere alternativer som skal filtreres:
 - Velg **Type** for å filtrere etter en geocachekategori, for eksempel en gåte eller et arrangement.
 - Velg **Cachestørrelse** for å filtrere etter den fysiske størrelsen på geocachebeholderen.
 - Velg **Status** hvis du vil filtrere etter geocacher som er merket som **Ikke prøvd**, **Ikke funnet** eller **Funnet**.
 - Hvis du vil filtrere etter ulike vanskelighetsgrader når det gjelder terreng eller det å finne geocachen, velger du et nivå mellom 1 og 5.
- 3 Velg **QUIT** for å vise den filtrerte listen over geocacher.

Lagre et egendefinert geocachefilter

Du kan opprette og lagre egendefinerte filtre for geocacher basert på bestemte faktorer.

- 1 Velg **Oppsett** > **Geocaching** > **Filteroppsett** > **Opprett filter**.
- 2 Velg de elementene du vil filtrere.
- 3 Velg **QUIT**.

Det nye filteret er som standard lagret som Filtrer fulgt av et nummer. For eksempel Filtrer 2. Du kan redigere geocachefilteret ved å endre navnet (*Redigere et egendefinert geocache-filter, side 29*).

Redigere et egendefinert geocache-filter

- 1 Velg **Oppsett** > **Geocaching** > **Filteroppsett**.
- 2 Velg et filter.
- 3 Velg et element for å redigere det.

Vise geocache-detaljer

- 1 Velg **Geocaching**.
- 2 Velg en geocache.
- 3 Velg **MENU** > **Se på punkt**.
Geocache-beskrivelsen og logger vises.

Navigere til en geocache

- 1 Velg **Geocaching**.
- 2 Velg en geocache.
- 3 Velg **Kjør**.

Bruke tips og ledetråder til å finne en Geocache

Du kan bruke tips eller ledetråder, for eksempel en beskrivelse eller koordinater, for å få hjelp til å finne en geocache.

- 1 Mens du navigerer til en geocache, velger du **MENU > Geocache**.
- 2 Velg et alternativ:
 - Hvis du vil se detaljer om geocachen, velger du **Beskrivelse**.
 - Hvis du vil se en ledetråd om plasseringen av en geocache, velger du **Hint**.
 - Hvis du vil se lengde- og breddegraden til en geocache, velger du **Koordinater**.
 - Hvis du vil se tilbakemeldinger om geocachen fra tidligere letere, velger du **Logg**.
 - Hvis du vil slå på chirp™ søk, velger du **chirp™**.

Logge forsøk

Du kan logge resultatene etter at du har forsøkt å finne en geocache. Du kan bekrefte enkelte geocacher på www.geocaching.com.

- 1 Velg **Geocaching > Logg**.
- 2 Velg **Funnet, Ikke funnet, Trenger reparasjon** eller **Ikke prøvd**.
- 3 Velg et alternativ:
 - Hvis du vil avslutte loggføringen, velger du **Ferdig**.
 - Hvis du vil begynne å navigere til geocachen nærmest deg, velger du **Finn neste nærmeste**.
 - Hvis du vil skrive inn en kommentar om at du leter etter cachen, eller om selve cachen, velger du **Rediger kommentar**, skriver inn en kommentar og velger **Ferdig**.

Hvis du er logget på www.geocaching.com, lastes loggen opp til kontoen din på www.geocaching.com automatisk.

chirp

En chirp er et lite tilbehør fra som programmeres og legges igjen i en geocache. Garmin Du kan bruke enheten til å finne en chirp i en geocache.

Aktivere søk med chirp

- 1 Velg **Oppsett > Geocaching**.
- 2 Velg **chirp™-søk > På**.

Finne en geocache med en chirp

- 1 Naviger til en geocache mens du har chirp søk aktivert.
Når du er innenfor 10 m fra geocachen som inneholder en chirp, vises det detaljer om chirp.
- 2 Velg **Vis detaljer**.
- 3 Hvis **Kjør** er tilgjengelig, velger du dette alternativet for å navigere til neste trinn av geocachen.

Fjerne geocachedata i sanntid fra enheten

Du kan fjerne geocachedata i sanntid for å bare vise geocacher som har blitt manuelt lastet på enheten ved hjelp av en datamaskin.

Velg **Oppsett > Geocaching > Geocaching i sanntid > Fjern sanntidsdata**.

Geocachedata i sanntid fjernes fra enheten og vises ikke lenger på listen over geocacher.

Oppheve enhetsregistreringen din fra geocaching.com

Hvis du overfører eierskapet av enheten, kan du oppheve enhetsregistreringen fra nettstedet for geocaching.

Velg **Oppsett > Geocaching > Geocaching i sanntid > Opphev reg. av enhet**.

Angi en nærhetsalarm

Nærhetsalarmer varsler deg når du befinner deg innenfor et angitt område fra en bestemt posisjon.

- 1 Velg **Nærhetsalarmer** > **Opprett alarm**.
- 2 Velg en kategori.
- 3 Velg en posisjon.
- 4 Velg **Bruk**.
- 5 Angi en radius.

Enheten lager en lyd når du går inn i et område med en nærhetsalarm.

Redigere eller slette en nærhetsalarm

- 1 Velg **Nærhetsalarmer**.
- 2 Velg en alarm.
- 3 Velg et alternativ:
 - Velg **Endre radius** for å redigere radiusen.
 - Hvis du vil vise alarmen på et kart, velger du **Se på kart**.
 - Hvis du vil slette alarmen, velger du **Slett**.

Sende og motta data trådløst

Du må være innenfor 3 m (10 fot) fra en kompatibel Garmin enhet før du kan dele data trådløst.

Enheten kan sende og motta data trådløst når den er koblet til en kompatibel Garmin enhet ved hjelp av ANT+® teknologi. Du kan dele veipunkter, geocacher, ruter, spor med mer.

- 1 Velg **Del trådløst**.
- 2 Velg et alternativ:
 - Velg **Send**, og velg en type data.
 - Velg **Motta** for å motta data fra en annen enhet. Den andre kompatible enheten må prøve å sende data.
- 3 Følg instruksjonene på skjermen.

Velge en profil

Når du bytter aktivitet, kan du endre enhetens oppsett ved å endre profil.

- 1 Velg **Profilendring**.
- 2 Velg en profil.

Beregne størrelsen på et område

- 1 Velg **Områdeberegning** > **Start**.
- 2 Gå rundt omkretsen av området du vil beregne.
- 3 Velg **Beregn** når du er ferdig.

Bruke VIRB fjernkontrollen

Før du kan bruke fjernkontrollfunksjonen for VIRB, må du aktivere fjernkontrollinnstillingen på VIRB kameraet. Du finner mer i informasjon i *brukerveiledningen til VIRB serien*.

Fjernkontrollfunksjonen VIRB lar deg styre VIRB actionkameraet ved hjelp av enheten din.

- 1 Slå på VIRB kameraet.
- 2 Velg **VIRB-fjernk.** på enheten i GPSMAP 86.
- 3 Vent mens enheten kobler til VIRB kameraet.
- 4 Velg et alternativ:
 - Velg  for å ta opp video.
 - Velg  for å ta et bilde.

Bruke lommelykten

MERK: Bruk av lommelykten kan redusere batterilevetiden. Du kan redusere lysstyrken eller blitsfrekvensen for å forlenge batteritiden.

- 1 Velg **Lommelykt** > **ENTER**.
- 2 Bruk eventuelt glidebryteren for lysstyrke til å justere lysstyrken.
- 3 Bruk eventuelt en annen blitstype.

0	Ingen strobelys, konstant stråle.
1 til 9	Antall strober per sekund.
SOS	Strobe for nødtilfelle. MERK: Wi-Fi, Bluetooth, og ANT+ tilkoblinger er deaktivert i SOS-modus.

Satellittside

Satellittsiden viser gjeldende posisjon, GPS-nøyaktighet, satellittposisjoner og signalstyrke.

Du kan velge ◀ eller ▶ for å vise ekstra satellittkonstellasjoner når for eksempel satellittsystemet GPS + GLONASS eller GPS + GALILEO er aktivert.

Innstillinger for GPS-satellitt

Velg **Satellitt** > **MENU**.

Bruk med GPS på: Lar deg slå GPS-en på.

Spor opp: Angir om satellitter vises med ringene rettet med nord mot toppen av skjermen, eller med det gjeldende sporet mot toppen av skjermen.

Ensfarget: Lar deg velge om satellittsiden skal vises i farger eller i bare én farge.

Angi posisjon på kart: Lar deg markere den gjeldende posisjonen på kartet. Du kan bruke denne posisjonen til å opprette ruter eller søke etter lagrede posisjoner.

AutoLocate posisjon: beregner GPS-posisjon ved hjelp av funksjonen Garmin AutoLocate®.

Satellittoppsett: Angir alternativene for satellittinnstillinger ([Satellittinnstillinger](#), side 34).

Tilpasse enheten

Tilpasse datafeltene

Du kan tilpasse datafeltene som vises på hver hovedside.

- 1 Åpne siden med datafeltene du vil endre.
- 2 Velg **MENU**.
- 3 Velg **Endre datafelter**.
- 4 Velg det nye datafeltet.
- 5 Følg instruksjonene på skjermen.

Menyen Oppsett

Velg **MENU** to ganger, og velg deretter **Oppsett**.

MERK: Enkelte innstillinger er kanskje ikke tilgjengelige på alle enhetsmodeller.

System: Gjør det mulig å tilpasse systeminnstillingene ([Systeminnstillinger, side 33](#)).

Skjerm: Justerer innstillingene for bakgrunnslys og skjerm ([Skjerminnstillinger, side 34](#)).

Bluetooth: Parkobler enheten til en smarttelefon og gjør det mulig å tilpasse Bluetooth innstillingene ([Bluetooth innstillinger, side 35](#)).

Wi-Fi: Gjør det mulig å koble trådløse nettverk ([Wi-Fi innstillinger, side 35](#)).

Kart: Angir kartutseendet ([Kartinnstillinger, side 11](#)).

Opptak: Gjør det mulig å tilpasse innstillingene for aktivitetsregistrering ([Innstillinger for registrering, side 22](#)).

Ruting: Gjør det mulig å tilpasse hvordan enheten beregner ruten for hver aktivitet ([Rutinginnstillinger, side 35](#)).

Ekspedisjonsmodus: Gjør det mulig å tilpasse innstillingene for å slå på ekspedisjonsmodus ([Slå på ekspedisjonsmodus, side 41](#)).

Veipunkter: Gjør det mulig å angi en egendefinert prefiks for automatisk navngitte veipunkter.

Toner: Angir enhetslyder, for eksempel tastetoner og varsler ([Angi enhetstoner, side 35](#)).

Styrekurs: Gjør det mulig å tilpasse innstillingene for kompassretning ([Innstillinger for retning, side 13](#)).

Høydemåler: Gjør det mulig å tilpasse innstillingene for høydemåler ([Innstillinger for høydemåleren, side 14](#)).

Geocaching: Gjør det mulig å tilpasse geocache-innstillinger ([Innstillinger for geocaching, side 36](#)).

Sensorer: Parkobler trådløse sensorer med enheten ([Trådløse sensorer, side 36](#)).

Fitness: Gjør det mulig å tilpasse innstillingene for registrering av treningsaktiviteter ([Treningsinnstillinger, side 36](#)).

Marint: Angir utseendet til maritime data på kartet ([Maritime innstillinger, side 37](#)).

Menyer: Gjør det mulig å tilpasse sidesekvensen og hovedmenyen ([Menyinnstillinger, side 37](#)).

Sporing: Gjør det mulig å tilpasse Sporing-innstillinger ([inReach sporingsinnstillinger, side 7](#)).

Meldinger: Gjør det mulig å tilpasse innstillingene for meldinger ([Meldingsinnstillinger, side 7](#)).

Posisjonsformat: Angir alternativer for geografisk posisjonsformat og datum ([Innstillinger for posisjonsformat, side 38](#)).

Enheter: Angir hvilke måleenheter som skal brukes på enheten ([Endre måleenhetene, side 38](#)).

Tid: Justerer klokkeslettinnstillingene ([Tidsinnstillinger, side 39](#)).

Profiler: Gjør det mulig å tilpasse og opprette nye aktivitetsprofiler ([Profiler, side 39](#)).

Nullstill: Gjør det mulig å nullstille brukerdata og innstillinger ([Nullstille data og innstillinger, side 39](#)).

Om: Viser enhetsinformasjon, som enhets-ID, programvareversjon, informasjon om forskrifter og lisensavtale ([Vis informasjon om forskrifter og samsvar fra den elektroniske etiketten, side 44](#)).

Kontakter: Gjør det mulig å legge til, slette og redigere kontakter ([Kontakter, side 9](#)).

Systeminnstillinger

Velg **Oppsett > System**.

Satellitt: Angir alternativene for satellittinnstillinger ([Satellittinnstillinger, side 34](#)).

Tekstspråk: Angir tekstspråket på enheten.

MERK: Selv om du endrer tekstspråket, endres ikke språket i brukerangitte data eller kartdata, for eksempel gatenavn.

Grensesnitt: Angir formatet til det serielle grensesnittet ([Innstillinger for serielt grensesnitt, side 34](#)).

RINEX-logging: Gjør at enheten kan skrive data i RINEX-format (Receiver Independent Exchange Format) til en systemfil. RINEX er et datautvekslingsformat for rådata for satellittnavigasjonssystem.

Satellittinnstillinger

Velg **Oppsett > System > Satellitt**.

Satellittsystem: Angir satellittsystemet til GPS eller Demomodus (GPS av).

WAAS/EGNOS: Aktiverer systemet for bruk av WAAS/EGNOS-data (Wide Area Augmentation System / European Geostationary Navigation Overlay Service).

GPS og andre satellittsystemer

Bruk av GPS sammen med andre satellittsystemer gir bedre ytelse under utfordrende forhold og raskere innhenting av posisjon enn når du bare bruker GPS. Hvis du imidlertid bruker flere systemer, kan batterilevetiden reduseres raskere enn hvis du bare bruker GPS.

Enheten kan bruke disse globale satellittsystemene (GNSS). Det kan hende at enkelte satellittsystemer ikke er tilgjengelige på noen enhetsmodeller.

GPS: En satellittkonstellasjon laget av USA.

GLONASS: En satellittkonstellasjon laget av Russland.

GALILEO: En satellittkonstellasjon laget av den europeiske romfartsorganisasjonen.

Innstillinger for serielt grensesnitt

Velg **Oppsett > System > Grensesnitt**.

MERK: GPSMAP 86-enheten kan sende NMEA® 0183-setninger til en datamaskin ved hjelp av en USB-tilkobling. Enheten kobler seg ikke direkte til innebygd utstyr.

Garmin Spanner: Gjør det mulig å bruke USB-porten på enheten med de fleste NMEA 0183-kompatible kartprogrammer ved å opprette en virtuell serieport.

Garmin-serie: Angir at enheten skal bruke et eget format fra Garmin for å utveksle veipunkt-, rute- og spordata med en datamaskin.

NMEA inn/ut: Angir at enheten skal bruke standard NMEA 0183-inndata og -utdata.

Tekst ut: Gir utdata i vanlig ASCII-tekst for posisjons- og hastighetsinformasjon.

MTP: Angir enheten til å bruke MTP (Media Transfer Protocol) i stedet for masselagringsmodusen til å få tilgang til filsystemet på enheten.

Skjerminnstillinger

Velg **Oppsett > Skjerm**.

Tidsavbrudd for bakgrunnslys: Justerer hvor lang tid det tar før bakgrunnslyset slås av.

Sparemodus for batteri: Sparer batteristrøm og forlenger batterilevetiden ved å slå av skjermen når bakgrunnslyset slås av.

Utseende: Endrer utseendet på skjermbakgrunnen og markerte valg ([Endre fargemodus, side 34](#)).

Skjermlagring: Gjør det mulig å lagre bildet på enhetsskjermen.

Se på tekststørrelse: Endrer størrelsen på teksten på skjermen.

Endre fargemodus

1 Velg **Oppsett > Skjerm > Utseende**.

2 Velg et alternativ:

- Du kan stille inn enheten til å vise dag- eller nattfarger automatisk, basert på klokkeslettet, ved å velge **Modus > Automatisk**.
- Hvis du vil ha en lys bakgrunn, velger du **Modus > Dag**.
- Hvis du vil ha en mørk bakgrunn, velger du **Modus > Natt**.
- Velg **Dagfarge** for å tilpasse fargetemaet til dagtid.
- Velg **Nattfarge** for å tilpasse fargetemaet til kveldstid.

Bluetooth innstillinger

Velg **Oppsett > Bluetooth**.

Status: Aktiverer Bluetooth trådløs teknologi og viser gjeldende tilkoblingsstatus.

Varsler: Viser eller skjuler smarttelefonvarsler.

Glem telefon: Fjerner den tilkoblede enheten fra listen over parkoblede enheter. Dette alternativet er kun tilgjengelig når en enhet har blitt parkoblet.

Wi-Fi innstillinger

Velg **Oppsett > Wi-Fi**.

Wi-Fi: Aktiverer trådløs teknologi.

Legg til nettverk: Gjør det mulig å søke etter og koble til et trådløst nettverk.

Rutinginnstillinger

De tilgjengelige rutinginnstillingene avhenger av den valgte aktiviteten.

Velg **Oppsett > Ruting**.

Luftlinje: Beregner den mest direkte ruten som er mulig til bestemmelsesstedet.

Aktivitet: Angir en aktivitet for ruting. Enheten beregner ruter som er optimalisert for typen aktivitet du foretar deg.

Beregningsmetode: Angir metoden som brukes til å beregne ruten.

Lås på vei: Låser den blå trekanten, som representerer din posisjon på kartet, på nærmeste vei. Dette er mest nyttig når du kjører eller navigerer på veier.

Ny beregning når utenfor rute: Angir innstillinger for omberegning når du navigerer vekk fra en aktiv rute.

Oppsett for unngåelse: Her kan du angi typer veier og terreng og transporteringsmetoder du vil unngå mens du navigerer.

Ruteoverganger: Angir hvordan enheten ruter fra ett punkt på ruten til neste. Denne innstillingen er bare tilgjengelig når alternativet Luftlinje er aktivert. Alternativet Avstand sender deg til neste punkt på ruten når du befinner deg innenfor en gitt avstand fra gjeldende punkt.

Angi enhetstoner

Du kan tilpasse toner for meldinger, taster, svingvarsler og alarmer.

1 Velg **Oppsett > Toner**.

2 Velg **Lyder**.

3 Velg et alternativ:

- Hvis du vil aktivere både toner og vibrasjon, velger du **Tone og vibrasjon**.
- Hvis du bare vil aktivere toner, velger du **Tone**.
- Hvis du bare vil aktivere vibrasjon, velger du **Vibrasjon**.

4 Velg **Volum** for å angi lydvolumet.

5 Velg en tone for hver hørbar type.

Innstillinger for geocaching

Velg **Oppsett > Geocaching**.

Geocaching i sanntid: Gjør det mulig å fjerne geocache-data fra enheten og oppheve enhetsregistreringen din fra geocaching.com (*Fjerne geocachedata i sanntid fra enheten, side 30, Oppheve enhetsregistreringen din fra geocaching.com, side 30*).

Geocache-stil: Her kan du angi enheten til å vise listen over geocacher etter navn eller koder.

chirp™-søk: Gjør det mulig å søke etter en geocache som inneholder et chirp tilbehør, på enheten (*Aktivere søk med chirp, side 30*).

programmer chirp™-enheten: Programmerer tilbehøret av typen chirp.

Filteroppsett: Gjør det mulig å opprette og lagre egendefinerte filtre for geocacher (*Lagre et egendefinert geocachefilter, side 29*).

Geocacher som er funnet: Du kan redigere antallet geocacher som er funnet. Dette tallet øker automatisk når du logger funn (*Logge forsøk, side 30*).

Trådløse sensorer

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

Parkoble trådløse sensorer

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

Parkobling vil si å koble sammen trådløse sensorer som bruker ANT+ eller Bluetooth teknologi, for eksempel en pulsmåler, og enheten.

- 1 Sørg for at enheten er innenfor rekkevidden til sensoren (3 m (10 fot)).

MERK: Stå 10 m (33 fot) unna andre sensorer når du skal parkoble enhetene.

- 2 Velg **Oppsett > Sensorer**.

- 3 Velg sensortype.

- 4 Velg **Søk etter ny**.

Sensorens status endres fra Søker til Tilkoblet når sensoren er paret med enheten.

Treningsinnstillinger

Velg **Oppsett > Fitness**.

Auto Lap: Angir at enheten skal markere runden ved en bestemt avstand automatisk.

Brukerdefinert: Angi informasjon i brukerprofilen. Enheten bruker denne informasjonen til å beregne nøyaktige treningsdata i Garmin Connect.

Pulssoner: Angir de fem pulssonene og makspulsen din for treningsaktiviteter.

Markere runder etter avstand

Du kan bruke Auto Lap® til å markere runden automatisk ved en bestemt avstand. Denne funksjonen er nyttig når du vil sammenligne ytelsen din over ulike deler av en aktivitet.

- 1 Velg **Oppsett > Fitness > Auto Lap**.

- 2 Angi en verdi, og velg **Ferdig**.

Maritime innstillinger

Velg **Oppsett > Marint**.

Sjøkartmodus: Angir typen sjøkart enheten bruker når den viser maritime data. Nautisk viser de ulike kartfunksjonene i forskjellige farger, slik at de maritime interessepunktene er enklere å lese, og slik at kartet gjenspeiler tegnemåten for papirkart. Fiske (krever maritime kart) gir en detaljert visning av bunnkonturer og dybdeloddskudd og forenkler kartvisningen for optimal bruk ved fiske.

Utseende: Angir utseendet på maritime navigasjonshjelpemidler på kartet.

Oppsett av maritime alarmer: Angir alarmer for når du overskrider en bestemt avdriftsavstand mens du er forankret, når du er en spesifisert avstand ute av kurs, og når du kommer til et område med en bestemt vanddybde.

Båthastighetsfilter: Angir gjennomsnittsfarten til fartøyet over en kort periode, slik at du får jevnere hastighetsverdier.

Konfigurere maritime alarmer

- 1 Velg **Oppsett > Marint > Oppsett av maritime alarmer**.
- 2 Velg en alarmtype.
- 3 Angi en avstand, og velg **Ferdig**.

Menyinnstillinger

Velg **Oppsett > Menyer**.

Menystil: Endrer utseendet på hovedmenyen.

Hovedmeny: Gjør det mulig å flytte, legge til og slette elementer i hovedmenyen ([Tilpasse hovedmenyen, side 37](#)).

Sidesequens: Gjør det mulig å flytte, legge til og slette elementer i sidesequensen ([Endre sidesequensen, side 38](#)).

Oppsett: Endrer rekkefølgen på artikler i oppsett-menyen.

Finn: Endrer rekkefølgen på artikler i finn-menyen.

Tilpasse hovedmenyen

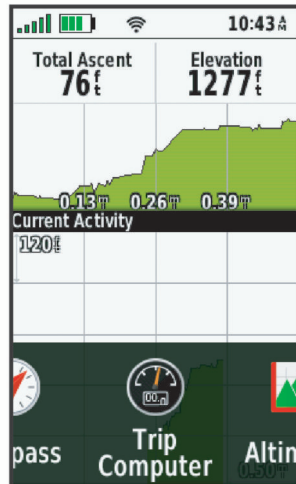
Du kan flytte, legge til og slette elementer på hovedmenyen.

- 1 Gå til hovedmenyen, og velg **MENU > Endre rekkefølge**.
- 2 Velg et menyelement.
- 3 Velg et alternativ:
 - Velg **Flytt** for å endre rekkefølgen for elementet på listen.
 - Velg **Sett inn** for å legge til en nytt element på listen.
 - Velg **Fjern** for å slette et element fra listen.

Endre sidesekvensen

- 1 Velg **Oppsett > Menyer > Sidesekvens > Rediger sidesekvens.**
- 2 Velg en side.
- 3 Velg et alternativ:
 - Hvis du vil flytte siden oppover eller nedover på listen, velger du **Flytt.**
 - Velg **Sett inn** for å legge til en ny side, og velg en kategori.
 - Velg **Fjern** for å fjerne en side fra sidesekvensen.

TIPS: Du kan velge PAGE for å vise sidesekvensen.



Konfigurere sidebåndvisningen

- 1 Velg **Oppsett > Menyer > Sidesekvens > Sidebåndvisning.**
- 2 Velg et alternativ:
 - Hvis du vil deaktivere sidebåndvisningen, velger du **Av.**
 - Hvis du vil angi hastigheten som en side åpnes på etter at den er valgt i sidebåndvisningen, velger du **Sakte** eller **Rask.**

Innstillinger for posisjonsformat

MERK: Du bør ikke endre posisjonsformatet eller kartdatumkoordinatsystemet med mindre du bruker et kart eller sjøkart som benytter et annet posisjonsformat.

Velg **Oppsett > Posisjonsformat.**

Posisjonsformat: Angir posisjonsformatet som en posisjonsavlesning skal vises i.

Kartdatum: Endrer koordinatsystemet som kartet er ordnet etter.

Kartsfæroide: Viser koordinatsystemet som enheten bruker. Standard koordinatsystem er WGS 84.

Endre måleenhetene

- 1 Velg **Oppsett > Enheter.**
- 2 Velg et alternativ:
 - Hvis du vil endre måleenheten for hastighet og avstand, velger du **Fart/Distanse.**
 - Hvis du vil endre måleenheten for vertikal hastighet, velger du **VERTIKAL HASTIGHET.**
 - Hvis du vil endre måleenheten for høyde, velger du **Høyde.**
 - Velg **Høyde > Dybde** for å endre måleenheten for dybde til fot, favner eller meter.
 - Hvis du vil endre måleenheten for temperatur, velger du **Temperatur.**
 - Hvis du vil endre måleenheten for trykk, velger du **Trykk.**
- 3 Velg en måleenhet.

Tidsinnstillinger

Velg **Oppsett > Tid**.

Tidsformat: Angir at enheten skal vise tiden i et 12- eller 24-timers format.

Tidssone: Angir tidssonen for enheten. Automatisk angir tidssonen automatisk basert på gjeldende GPS-posisjon.

Profiler

Profiler er en samling innstillinger som optimaliserer enheten etter hvordan du bruker den. Innstillingene og visningene er for eksempel annerledes når du bruker enheten på jakt, enn når du bruker den til geocaching.

Profiler er tilknyttet aktivitetskjermbildene, inkludert startskjermen.

Når du bruker en profil og endrer innstillinger som datafelter eller måleenheter, lagres endringene automatisk som en del av profilen.

Opprette en egendefinert profil

Du kan tilpasse innstillingene og datafeltene for en spesiell aktivitet eller tur.

- 1 Velg **Oppsett > Profiler > Opprett ny profil > OK**.
- 2 Tilpass innstillingene og datafeltene.

Endre et profilnavn

- 1 Velg **Oppsett > Profiler**.
- 2 Velg en profil.
- 3 Velg **Rediger navn**.
- 4 Angi det nye navnet.

Slette en profil

MERK: Før du kan slette den aktive profilen, må du aktivere en annen profil. Du kan ikke slette en profil mens den er aktiv.

- 1 Velg **Oppsett > Profiler**.
- 2 Velg en profil.
- 3 Velg **Slett**.

Nullstille data og innstillinger

- 1 Velg **Oppsett > Nullstill**.
- 2 Velg et alternativ:
 - Hvis du vil nullstille data som er knyttet til én bestemt tur, for eksempel distanse og gjennomsnitt, velger du **Nullstill tripdata**.
 - Hvis du vil slette alle lagrede veipunkter, velger du **Slett alle veipunkter**.
 - Hvis du vil slette alle data som har blitt registrert siden du startet den gjeldende aktiviteten, velger du **Slett gjeldende aktivitet**.

MERK: Enheten fortsetter å registrere nye data for den gjeldende aktiviteten.

- Hvis du bare vil nullstille innstillingene for den gjeldende aktivitetsprofilen til fabrikkinnstillingene, velger du **Nulls. profilen..**
- Hvis du vil nullstille alle enhetsinnstillingene og -profilene til fabrikkinnstillingene, velger du **Nullstill alle innst..**

MERK: Hvis du nullstiller alle innstillingene, slettes all geocachingaktivitet fra enheten. Det fjerner ikke lagrede brukerdata, for eksempel spor og veipunkter.

- Velg **Slett alle** for å fjerne alle lagrede brukerdata og nullstille alle innstillinger til fabrikkinnstillingene.

MERK: Når du sletter alle innstillingene, fjernes de personlige opplysningene dine, historikken og lagrede brukerdata, inkludert spor og veipunkter.

Gjenopprette standardinnstillingene

- 1 Åpne siden med innstillingene du vil gjenopprette.
- 2 Velg **MENU** > **Fabrikkinnstillinger**.

Informasjon om enheten

Produktoppdateringer

Installer Garmin Express™ (www.garmin.com/express) på datamaskinen. Du kan installere Garmin Explore appen på smarttelefonen din for å laste opp veipunkter, ruter, spor og aktiviteter.

Garmin Express gir enkel tilgang til følgende tjenester for Garmin enheter:

- Programvareoppdateringer
- Kartoppdateringer
- Produktregistrering

Konfigurere Garmin Express

- 1 Koble enheten til datamaskinen med en USB-kabel.
- 2 Gå til garmin.com/express.
- 3 Følg instruksjonene på skjermen.

Få mer informasjon

Du finner mer informasjon om dette produktet på webområdet for Garmin.

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

Batteriinformasjon

Den faktiske batteritiden avhenger av enhetsinnstillinger, for eksempel intervallene for sporing og søk etter meldinger.

Batteritid	Modus
Opptil 200 timer	Ekspedisjonsmodus med 30-minutters sporingsintervall
Opptil 35 timer	Standardmodus med 10-minutters sporingsintervall med automatisk opptak
Opptil 1 år.	Avslått

Maksimere batterilevetiden

- Slå på **Ekspedisjonsmodus** (*Slå på ekspedisjonsmodus, side 41*).
- Slå på **Sparemodus for batteri**-modus (*Slå på sparemodus for batteri, side 40*).
- Slå av trådløs Bluetooth teknologi (*Bluetooth innstillinger, side 35*).

Slå på sparemodus for batteri

Du kan bruke sparemodus for batteri til å forlenge batteriets levetid.

Velg **Oppsett** > **Skjerm** > **Sparemodus for batteri** > **På**.

I sparemodus for batteri slås skjermen av når bakgrunnslyset får tidsavbrudd. Du kan velge av/på-tasten for å slå på skjermen.

Slå på ekspedisjonsmodus

Du kan bruke ekspedisjonsmodus for å forlenge batteriets levetid. I ekspedisjonsmodus vil skjermen slås av, og enheten vil gå i strømsparingsmodus og samle færre GPS-punkter i sporloggen.

1 Velg **Oppsett > Ekspedisjonsmodus**.

2 Velg et alternativ:

- Velg **Etterspørsel** hvis du vil at enheten skal be deg om å slå på ekspedisjonsmodus når du slår den av.
- Velg **Automatisk** for å slå på ekspedisjonsmodus automatisk etter to minutter med inaktivitet.
- Velg **Aldri** for å aldri slå på ekspedisjonsmodus.

I ekspedisjonsmodus blinker den grønne LED-lampen av og til.

Langvarig oppbevaring

Hvis du ikke har tenkt å bruke enheten på noen måneder, bør du lade batteriet til omtrent 50 % før du oppbevarer den. Du bør oppbevare enheten på et kjølig og tørt sted med normal hustemperatur. Du bør lade enheten helt før du bruker den etter å ha oppbevart den over lengre tid.

Feste en festesnor

1 Før løkken til festesnoren gjennom hullet i enheten.



2 Før den andre enden av festesnoren gjennom løkken, og stram godt til.

3 Fest om nødvendig festesnoren til et klesplagg eller ryggsekken, slik at den er trygt festet under aktivitet.

Ta vare på enheten

LES DETTE

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

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

Enheten er vannbestandig i henhold til IEC-standard 60529 IPX7. Den tåler utilsiktet nedsenkning i vann ned til 1 meters dybde i opptil 30 minutter. Hvis den er under vann lenger enn det, kan det oppstå skader på enheten. Pass på at enheten tørkes av og lufttørker før du bruker eller lader den.

Skyll enheten godt med ferskvann hvis den er blitt utsatt for bassengvann med klor eller saltvann.

Rengjøre enheten

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

2 Tørk av.

La enheten tørke når den er rengjort.

Databehandling

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

Filtyper

Den håndholdte enheten støtter disse filtypene:

- Filer fra Garmin Explore.
- GPX-rute-, spor- og veipunktfiler.
- GPX-geocachefiler (*Laste ned geocacher ved hjelp av en datamaskin, side 28*).
- JPEG-bildefiler.
- Egendefinerte POI-filer for GPI fra Garmin POI Loader. Gå til www.garmin.com/products/poiloader.
- FIT-filer som kan eksporteres til Garmin Connect.

Installere et minnekort

Du kan installere et microSD minnekort for å få mer lagringsplass eller forhåndslastede kart. Enheten støtter minnekort på opptil 32 GB. Bruk et minnekort av klasse 10 for å få optimal ytelse.

- 1 Løft gummihebben på siden på enheten ①.



- 2 Sett inn minnekortet med gullkontaktene vendt mot enhetsskjermen.

Koble enheten til datamaskinen

LES DETTE

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

- 1 Ta av gummihebben på USB-porten.
- 2 Koble den minste enden av USB-kabelen til USB-porten på enheten.
- 3 Koble den store enden av USB-kabelen til en USB-port på datamaskinen.
Enheten og minnekortet (valgfritt) vises som flyttbare stasjoner i Min datamaskin i Windows og som aktiverte volumer i Mac OS X.

Overføre filer til enheten

- 1 Koble enheten til datamaskinen.

På datamaskiner med Windows vises enheten som en flyttbar stasjon eller bærbar enhet, og minnekortet vises kanskje som en annen flyttbar enhet. På datamaskiner med Mac, vises enheten og minnekortet som aktiverte volumer.

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

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

Filen vises på listen over filer i enhetens minne eller på minnekortet.

Slette filer

LES DETTE

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

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

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

Koble fra USB-kabelen

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

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

Spesifikasjoner

Batteritype	Innebygd oppladbart litiumion
Batteritid	Opptil 40 timer Opptil 200 timer i ekspedisjonsmodus
Kapslingsgrad	IEC 60529 IPX7 ²
Driftstemperaturområde	Fra -20 til 60 °C (fra -4 til 140 °F)
Ladetemperaturområde	Fra 0 til 40°C (fra 32 til 104°F)
Trygg kompassavstand	17,5 cm (7 tommer)
Trådløs frekvens/protokoll	2,4 GHz ved 14,9 dBm nominell

² Enheten tåler utilsiktet kontakt med vann ned til 1 meter i opptil 30 minutter. Du finner mer informasjon på www.garmin.com/waterrating.

Vise informasjon om forskrifter og samsvar fra den elektroniske etiketten

Etiketten for denne enheten er tilgjengelig elektronisk. E-etiketten kan gi informasjon om forskrifter, slik som ID-numre fra FCC eller regional samsvarsmerking, samt aktuelt produkt- og lisensinformasjon.

1 Velg **Oppsett**.

2 Velg **Om**.

Tillegg

Datafelter

Med enkelte datafelter må du navigere eller ha trådløst tilbehør for å kunne vise data.

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

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

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

Barometer: Kalibrert gjeldende trykk.

Batterinivå: Gjenværende batteristrøm.

Best.stedets posisjon: Posisjonen til endelig destinasjon. Denne siden vises bare når du navigerer.

Dato: Gjeldende dag, måned og år.

Dybde: Vanndybden. Enheten må være koblet til en NMEA 0183 som kan innhente vanndybden.

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

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

Fartsgrense: Veiens registrerte fartsgrense. Ikke tilgjengelig på alle kart eller i alle områder. Forhold deg alltid til veiskilt for faktiske fartsgrenser.

Gj.sn. pedalfrekvens: Sykling. Gjennomsnittlig kadens for gjeldende aktivitet.

Gjeldende runde: Stoppeklokketiden for gjeldende runde.

Gjennomsnittlig fall: Gjennomsnittlig vertikal fallavstand siden forrige nullstilling.

Gjennomsnittlig puls: Gjennomsnittlig puls for gjeldende aktivitet.

Glidetall: Forholdet mellom tilbakelagt horisontal avstand og endringen i vertikal avstand.

Glidetall til destinasjon: Høydeendringen som kreves for nedstigning fra gjeldende posisjon til destinasjonens høyde. Denne siden vises bare når du navigerer.

GPS-høyde: Høyden for gjeldende posisjon med GPS.

GPS-retning: Retningen du beveger deg i, basert på GPS.

GPS-signalstyrke: Styrken til GPS-satellittsignalet.

Hastighet: Gjeldende reisegrad.

Helling: Beregningen av stigning (høyde) for løp (avstand). Hvis du for eksempel beveger deg 3 m (10 fot) for hver 60. meter (200. fot) du klatrer, er hellingen 5 %.

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

Høyde over bakken: Høyden for gjeldende posisjon over bakkenivå.

Ingen: Dette er et tomt datafelt.

Kalorier: Totalt antall kalorier som er forbrent.

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

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

Kompassretning: Retningen du beveger deg i, basert på kompasset.

Kurs: Retningen fra startposisjonen til en destinasjon. Kursen kan vises som en planlagt eller angitt rute. Denne siden vises bare når du navigerer.

Lokalt trykk: Ikke-kalibrert lokalt trykk.

Maks.temp. siste 24 t: Den høyeste temperaturen som er registrert de siste 24 timene fra en kompatibel temperatursensor.

Maksimal hastighet: Høyeste hastighet som er nådd siden forrige nullstilling.

Maksimal høyde: Den høyeste høyden som er nådd siden forrige nullstilling.

Maksimal stigning: Maksimal stigningsgrad i meter per minutt eller fot per minutt siden forrige nullstilling.

Maksimalt fall: Maksimal nedstigning i meter per minutt eller fot per minutt siden forrige nullstilling.

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

Min.temp. siste 24 t: Den laveste temperaturen som er registrert de siste 24 timene fra en kompatibel temperatursensor.

Minimal høyde: Den laveste høyden som er nådd siden forrige nullstilling.

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

Pedalfr., s. runde: Sykling. Gjennomsnittlig kadens for forrige fullførte runde.

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

Peiling: Retningen fra gjeldende posisjon til en destinasjon. Denne siden vises bare når du navigerer.

Peker: En pil peker i retning av neste veipunkt eller sving. Denne siden vises bare når du navigerer.

Posisjon (len/bre): Gjeldende posisjon i breddegrad og lengdegrad uavhengig av valgt innstilling for posisjonsformat.

Posisjon (valgt): Gjeldende posisjon med valgt innstilling for posisjonsformat.

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

Puls, runde – prosent: Snittprosent av maksimal puls for gjeldende runde.

Puls, siste runde: Gjennomsnittlig puls for forrige fullførte runde.

Puls - %maksimum: Prosent av maksimal puls.

Puls for runden: Gjennomsnittlig puls for gjeldende runde.

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

Runde, fall: Vertikal fallavstand for gjeldende runde.

Rundedistanse: Avstanden som er tilbakelagt under gjeldende runde.

Rundehastighet: Gjennomsnittlig hastighet for gjeldende runde.

Runde pdfr.: Sykling. Gjennomsnittlig kadens for gjeldende runde.

Runder: Antall runder som er fullført for gjeldende aktivitet.

Siste runde, fall: Vertikal fallavstand for forrige fullførte runde.

Siste runde, stigning: Vertikal stigningsavstand for forrige fullførte runde.

Siste rundedistanse: Avstanden som er tilbakelagt under forrige fullførte runde.

Siste rundehastighet: Gjennomsnittlig hastighet for forrige fullførte runde.

Snitthastighet: Gjennomsnittlig bevegelseshastighet siden forrige nullstilling.

Snittrunde: Gjennomsnittlig rundetid for gjeldende aktivitet.

Snittstigning: Gjennomsnittlig vertikal stigningsavstand siden forrige nullstilling.

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

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

Stigning for runden: Vertikal stigningsavstand for gjeldende runde.

Styrekurs: Retningen du beveger deg i.

Sving: Vinkeldifferansen (i grader) mellom retningen til destinasjonen og gjeldende bevegelsesretning. L betyr sving til venstre. R betyr sving til høyre. Denne siden vises bare når du navigerer.

Sving for bil: Retningen for neste sving på ruten. Denne siden vises bare når du navigerer.

Temperatur: Temperaturen i luften. Kroppstemperaturen påvirker temperatursensoren. Enheten må være koblet til en *tempe™* sensor for at disse dataene skal vises.

Temperatur - vann: Temperaturen i vannet. Enheten må være koblet til en NMEA 0183 enhet som kan innhente vanntemperatur.

Tid, siste runde: Stoppeklokketiden for forrige fullførte runde.

Tidt. m/ alarm: Gjeldende tid for nedtellingstidtageren.

Tidtaker m/stoppekl.: Stoppeklokketiden for gjeldende aktivitet.

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

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

Til kurs: Retningen du må bevege deg i for å komme tilbake til ruten. Denne siden vises bare når du navigerer.

Total runde: Stoppeklokketiden for alle fullførte runder.

Total snitthastighet: Gjennomsnittlig hastighet for bevegelse og stopp siden forrige nullstilling.

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

Totalt fall: Sammenlagt høydefall under en aktivitet siden forrige nullstilling.

Tripteller: Løpende oversikt over tilbakelagt avstand siden forrige nullstilling.

Triptid – i bevegelse: Løpende oversikt over tid i bevegelse siden forrige nullstilling.

Triptid – stoppet: Løpende oversikt over tiden du har stått stille siden forrige nullstilling.

Turtid: Løpende oversikt over sammenlagt tid for bevegelse og stopp siden forrige nullstilling.

Ute av kurs: Avstand til høyre eller venstre som du har avveket fra den opprinnelige reiseruten. Denne siden vises bare når du navigerer.

V. avst. dest.: Stigningsavstanden mellom gjeldende posisjon og endelig destinasjon. Denne siden vises bare når du navigerer.

V. avst. til neste: Stigningsavstanden mellom gjeldende posisjon og neste veipunkt på ruten. Denne siden vises bare når du navigerer.

Veipunkt ved best.sted: Siste punkt på ruten til destinasjonen. Denne siden vises bare når du navigerer.

Veipunkt ved neste: Neste punkt på ruten. Denne siden vises bare når du navigerer.

Vert. hast. til best.sted: Oppstigning eller nedstigning til en forhåndsbestemt høyde. Denne siden vises bare når du navigerer.

Vertikal hastighet: Oppstigning eller nedstigning over tid.

VMG: Hastigheten du nærmer deg en destinasjon langs en rute med. Denne siden vises bare når du navigerer.

Ø Prosent av maks.puls: Snittprosent av maksimal puls for gjeldende aktivitet.

Få mer informasjon

Du finner mer informasjon om dette produktet på webområdet for Garmin.

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

Valgfritt tilbehør

Valgfritt tilbehør, som braketter, kart, treningstilbehør og reservedeler får du på <http://buy.garmin.com> eller hos din Garmin forhandler.

tempe

tempe er en ANT+ trådløs temperatursensor. Du kan feste sensoren til en slitesterk stropp eller et feste der den utsettes for omgivende luft. Dermed blir enheten en stabil kilde til nøyaktige temperaturdata. Du må pare tempe med enheten for å vise temperaturdata fra tempe.

Tips for å pare ANT+ tilbehør med Garmin enheten

- Kontroller at tilbehør av typen ANT+ er kompatibelt med enheter fra Garmin.
- Før du parer ANT+ tilbehør med Garmin enheten, må du flytte deg 10 m (33 fot) unna annet ANT+ tilbehør.
- Sørg for at enheten fra Garmin er innenfor rekkevidden til tilbehøret av typen ANT+ 3 m (10 fot).
- Når du har paret enhetene den første gangen, gjenkjenner enheten fra Garmin automatisk tilbehøret av typen ANT+ hver gang den aktiveres. Denne prosessen skjer automatisk når du slår på enheten fra Garmin, og det tar vanligvis bare et par sekunder når tilbehøret er aktivert og fungerer riktig.
- Når enheten er paret, mottar enheten fra Garmin bare data fra tilbehøret, og du kan bevege deg i nærheten av annet tilbehør.

Om pulssoner

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

Treningsmål

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

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

Hvis du vet hva makspulsen din ligger på, kan du bruke tabellen ([Pulssoneberegninger, side 47](#)) for å finne frem til den beste pulssonen for treningsmålene dine.

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

Pulssoneberegninger

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

