

NÁVOD K OBSLUZE ZAŘÍZENÍ VÍVOFIT®

Návod k obsluze

© 2014 Garmin Ltd. nebo její dceřiné společnosti

Všechna práva vyhrazena. Na základě autorských zákonů není povoleno tento návod kopírovat (jako celek ani žádnou jeho část) bez písemného souhlasu společnosti Garmin. Společnost Garmin si vyhrazuje právo změnit nebo vylepšit svoje produkty a provést změny v obsahu tohoto návodu bez závazku vyrozumět o takových změnách nebo vylepšeních jakoukoli osobu nebo organizaci. Aktuální aktualizace a doplňkové informace o použití tohoto produktu naleznete na webu na adrese www.garmin.com.

Garmin®, logo společnosti Garmin, ANT+® a vívofit® jsou ochranné známky společnosti Garmin Ltd. nebo jejích dceřiných společností registrované v USA a dalších zemích. Garmin Connect™, Garmin Express™ a USB ANT Stick™ jsou ochranné známky společnosti Garmin Ltd. nebo jejích dceřiných společností. Tyto ochranné známky nelze používat bez výslovného souhlasu společnosti Garmin.

App StoreSM je registrovaná známka služeb společnosti Apple Inc. Značka slova Bluetooth® a loga jsou majetkem společnosti Bluetooth SIG, Inc. a jakékoli použití tohoto názvu společností Garmin podléhá licenci. Google Play™ je ochranná známka společnosti Google Inc. Mac® a jsou ochranné známky společnosti Apple Inc, registrované v USA a dalších zemích. Windows® je registrovaná ochranná známka společnosti Microsoft Corporation v USA a dalších zemích. Ostatní ochranné známky a obchodní názvy náležejí příslušným vlastníkům.

Tento produkt obdržel certifikaci ANT+®. Seznam kompatibilních produktů a aplikací naleznete na adrese www.thisisant.com/directory.

Obsah

Návod k obsluze zařízení vívofit.....	1
Úvod	1
Začínáme	1
Stažení softwaru	1
Stažení mobilní aplikace	1
Odeslání dat do počítače	1
Párování zařízení s více počítači	1
Synchronizace dat pomocí aplikace Garmin Connect Mobile	1
Párování více mobilních zařízení	1
Nošení zařízení	1
Ikony	2
Automatický cíl	2
Výzva k pohybu	2
Historie	2
Sledování spánku	2
Používání sledování spánku	2
Garmin Connect	2
Nastavení zařízení	2
Snímač srdečního tepu ANT+	3
Nasazování snímače srdečního tepu	3
Párování snímače srdečního tepu ANT+	3
Rozsahy srdečního tepu	3
Cíle aktivit typu fitness	3
Informace o zařízení	3
Technické údaje zařízení vívofit	3
Technické údaje snímače srdečního tepu	3
Vyměnitelné baterie	4
Výměna vívofit	4
Výměna baterie snímače srdečního tepu	4
Péče o zařízení	4
Čištění zařízení	4
Péče o snímač srdečního tepu	5
Odstranění problémů	5
Zařízení nelze zapnout	5
Nemám počítač ani mobilní zařízení	5
Zařízení nezobrazuje správný čas	5
Zapnutí zařízení	5
Výměna pásku	5
Aktualizace softwaru	5
Dodatek	5
Výpočty rozsahů srdečního tepu	5
Softwarová licenční dohoda	5
Omezená záruka	6
Rejstřík.....	8

Návod k obsluze zařízení vívofit

Úvod

⚠ VAROVÁNÍ

Přečtěte si leták *Důležité bezpečnostní informace a informace o produktu* vložený v obalu s výrobkem. Obsahuje varování a další důležité informace.

Před zahájením nebo úpravou každého cvičebního programu se vždy poraďte se svým lékařem.

Začínáme

Abyste mohli zařízení vívofit používat naplno, služba Garmin® doporučuje nastavit je pomocí počítače nebo kompatibilního mobilního zařízení.

- 1 Přejděte na webovou stránku www.GarminConnect.com/vivofit.
- 2 Vyberte možnost:
 - Pokud chcete k nastavení zařízení použít počítač, připojte bezdrátové zařízení USB ANT Stick™ do volného portu USB a stáhněte a nainstalujte software pro nastavení Garmin Express™ (*Stážení softwaru, strana 1*).
 - Pokud chcete k nastavení zařízení použít mobilní zařízení, nainstalujte a otevřete mobilní aplikaci Garmin Connect™ (*Stážení mobilní aplikace, strana 1*).
- 3 Stiskem tlačítka na zařízení ① je zapněte.



Při prvním zapnutí je zařízení v režimu párování. Pokud zařízení při zapnutí není v režimu párování, je nutné podržet tlačítko na zařízení, dokud se nezobrazí výzva PAIR.

POZNÁMKA: Dokud zařízení nespárujete a nedokončíte proces nastavení, má zařízení omezenou funkčnost.

- 4 Podle pokynů na počítači nebo v mobilním zařízení spárujte zařízení vívofit a dokončete proces nastavení.
- 5 Synchronizujte počet kroků se svým účtem Garmin Connect (*Odeslání dat do počítače, strana 1*) (*Synchronizace dat pomocí aplikace Garmin Connect Mobile, strana 1*).

Stážení softwaru

- 1 Na počítači navštivte stránku www.GarminConnect.com/vivofit.
- 2 Vyberte možnost:
 - Pokud používáte operační systém Windows®, vyberte možnost **Soubor ke stažení pro systém Windows** a postupujte podle pokynů na obrazovce.
 - Pokud používáte operační systém Mac®, vyberte možnost **Soubor ke stažení pro systém Mac** a postupujte podle pokynů na obrazovce.

Stážení mobilní aplikace

Mobilní aplikaci Garmin Connect můžete použít ke spárování zařízení vívofit a dokončení procesu nastavení. To vám umožní sdílet a analyzovat data a stahovat aktualizace softwaru z vašeho mobilního zařízení. Na rozdíl od jiných zařízení Bluetooth®, kde párování probíhá prostřednictvím nastavení Bluetooth na mobilním zařízení, musí být zařízení vívofit spárováno přímo prostřednictvím mobilní aplikace Garmin Connect.

POZNÁMKA: Mobilní zařízení musí podporovat technologii Bluetooth Smart, aby bylo možné je spárovat se zařízením vívofit a synchronizovat data. Informace o kompatibilitě naleznete na webové stránce www.garmin.com/ble.

- 1 Na mobilním zařízení navštivte stránku www.GarminConnect.com/vivofit.
- 2 Vyberte tlačítko App Store™ nebo Google Play™ a postupujte podle pokynů na obrazovce.

Odeslání dat do počítače

Před odesláním dat do počítače musíte zařízení USB ANT Stick zapojit do portu USB počítače a musíte si stáhnout software pro nastavení Garmin Express (*Stážení softwaru, strana 1*).

- 1 Zařízení musí být vzdálené do 3 m (10 stop) od počítače.
- 2 Podržte tlačítko na zařízení, dokud se nezobrazí výzva SYNC.
- 3 Prohlédněte si data ve službě Garmin Connect.

Párování zařízení s více počítači

Zařízení vívofit můžete spárovat s více počítači. Například můžete zařízení vívofit spárovat se svým domácím a pracovním počítačem. Přejděte na adresu buy.garmin.com nebo požádejte svého prodejce Garmin o informace o volitelném příslušenství a náhradních dílech.

- 1 Zapojte zařízení USB ANT Stick do portu USB počítače.
- 2 Stáhněte si software pro nastavení Garmin Express pro Windows nebo Mac (*Stážení softwaru, strana 1*).
- 3 Podržte tlačítko na zařízení, dokud se nezobrazí výzva PAIR.
- 4 Podle pokynů na počítači spárujte zařízení vívofit a dokončete proces nastavení.
- 5 V případě potřeby opakujte kroky 1 až 4 pro každý další počítač.

Synchronizace dat pomocí aplikace Garmin Connect Mobile

Data byste měli synchronizovat pravidelně, abyste mohli sledovat své pokroky v aplikaci Garmin Connect Mobile.

- 1 Zařízení musí být vzdálené do 3 m (10 stop) od mobilního zařízení.
- 2 Podržte tlačítko na zařízení, dokud se nezobrazí výzva SYNC.
- 3 Prohlédněte si aktuální data v aplikaci Garmin Connect Mobile.

Párování více mobilních zařízení

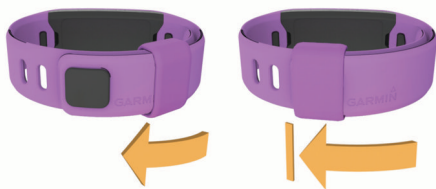
Zařízení vívofit můžete spárovat s více mobilními zařízeními. Můžete například spárovat zařízení vívofit se smartphonem a tabletem.

- 1 Na své mobilní zařízení nainstalujte mobilní aplikaci Garmin Connecta otevřete ji (*Stážení mobilní aplikace, strana 1*).
- 2 Podržte tlačítko na zařízení, dokud se nezobrazí výzva PAIR.
- 3 Podle instrukcí na mobilním zařízení spárujte zařízení vívofit a dokončete proces nastavení.
- 4 Pokud je to nutné, opakujte kroky 1 až 3 pro každé další mobilní zařízení.

Nošení zařízení

TIP: Zařízení obdržíte společně s volitelným poutkem, které lze umístit na přezku pásku.

- 1 Vyberte pásek, který je pro vaše zápěstí nejvhodnější (*Výměna pásku, strana 5*).
- 2 Kolíčky na přezce musí být zcela zasunuté do pásku. Když jsou oba kolíčky zcela zasunuté, přiléhá zařízení pevně na zápěstí.
- 3 Přetáhněte poutko přes přezku (volitelné). Poutko je malé očko navržené tak, aby překrylo oba konce pásku a přezku. Pomáhá udržet pásek připevněný.



- 4 Zařízení noste celý den (*Používání sledování spánku, strana 2*).

Ikony

Ve spodní části displeje se zobrazují ikony. Každá ikona zastupuje jinou funkci. Mezi funkcemi zařízení můžete postupně přepínat pomocí tlačítka na zařízení.

!!	Celkový počet kroků za den.
GOAL	Počet zbývajících kroků k dosažení cílového počtu kroků za den. Zařízení se učí a na začátku každého dne vám navrhne nový cíl.
KM nebo MI	Celková vzdálenost v kilometrech nebo mílích za aktuální den.
🔥	Celkový počet kalorií spálených za aktuální den skládající se z kalorií spálených během aktivity i během odpočinku.
🕒	Aktuální čas a datum na základě vaší polohy. Čas a datum v zařízení se aktualizuje při synchronizaci s počítačem nebo mobilním zařízením.
❤️	Váš aktuální srdeční tep a rozsah srdečního tepu ze spárovaného snímače srdečního tepu.

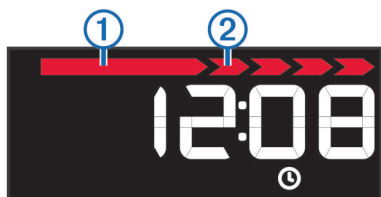
Automatický cíl

Zařízení automaticky vytváří denní cílový počet kroků na základě vašich předchozích úrovní aktivity. Když se přes den pohybujete, zařízení odpočítává počet zbývajících kroků denního cíle. Při dosažení cílového počtu kroků se na zařízení zobrazí zpráva GOAL+ a začnou se počítat kroky, které denní cíl přesahují.

Jestliže se rozhodnete, že funkci automatického cíle používat nechcete, můžete si nastavit vlastní cílový počet kroků na svém účtu Garmin Connect.

Výzva k pohybu

Dlouhodobé sezení může vyvolat nežádoucí změny metabolického stavu. Výzva k pohybu vám připomíná, abyste se nepřestali hýbat. Po hodině neaktivity se zobrazí výzva k pohybu ①. Po každých 15 minutách neaktivity se zobrazí další dílek ②.



Výzvu k pohybu můžete vynulovat tak, že ujdete krátkou vzdálenost.

Historie

Zařízení sleduje počet kroků, spálené kalorie, statistiky o spánku a volitelné informace ze snímače ANT+. Tuto historii je možné odeslat na váš účet Garmin Connect.

Zařízení uchovává data o vašich fitness aktivitách po dobu až 3 týdnů.

POZNÁMKA: Při používání snímače srdečního tepu je kapacita ukládání dat výrazně snížena (přibližně 12 dní).

Jakmile je úložiště dat plné, zařízení uvolní místo pro nová data odstraněním nejstarších souborů.

Sledování spánku

Během spánku zařízení sleduje vaše pohyby. Statistiky spánku sledují počet hodin spánku, úroveň spánku a pohyby ve spánku. V uživatelském nastavení účtu Garmin Connect si můžete nastavit běžnou dobu spánku. Statistiky spánku si můžete zobrazit ve svém účtu Garmin Connect.

Používání sledování spánku

Abyste mohli využít funkci sledování spánku, musíte zařízení nosit.

- 1 Podržte tlačítko na zařízení, dokud se nezobrazí výzva SLEEP.
- 2 Po probuzení ukončete režim spánku podržením tlačítka na zařízení.

POZNÁMKA: Jestliže zařízení zapomenete uvést do režimu spánku, můžete zadat dobu spánku a dobu, kdy jste bdělí, ručně na vašem účtu Garmin Connect a obnovit tak statistiku spánku.

Garmin Connect

Můžete se spojit se svými přáteli prostřednictvím účtu Garmin Connect. Služba Garmin Connect vám nabízí nástroje pro sledování, analýzu, sdílení a vzájemnému povzbuzování. Zaznamenávejte svůj aktivní životní styl včetně běhu, chůze, jízdy, plavání, turistiky a dalších aktivit.

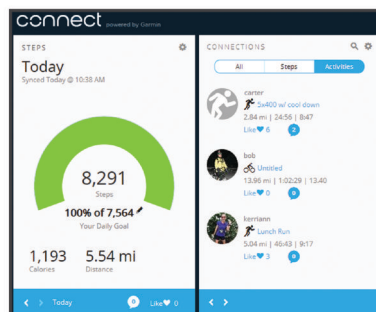
Můžete si vytvořit bezplatný účet Garmin Connect, když spárujete zařízení s telefonem pomocí aplikace Garmin Connect Mobile nebo přejdete na stránky www.GarminConnect.com /vivofit.

Sledujte své pokroky: Můžete sledovat počet kroků za den, připojit se k přátelskému soutěžení s kontakty a plnit své cíle.

Uložte si své aktivity: Jakmile aktivitu měřením času zařízení dokončíte a uložíte, můžete ji nahrát do účtu Garmin Connect a uchovat, jak dlouho budete chtít.

Analyzujte svá data: Můžete zobrazit podrobnější informace o vaší aktivitě, včetně času, vzdálenosti, srdečního tepu, spálených kalorií a nastavitelných zpráv.

POZNÁMKA: Některá data vyžadují volitelné příslušenství, například snímač srdečního tepu.



Sdílejte své aktivity: Můžete se spojit se svými přáteli a vzájemně sledovat své aktivity nebo zveřejnit odkazy na své aktivity na svých oblíbených sociálních sítích.

Spravujte svá nastavení: Své zařízení a uživatelská nastavení můžete upravit ve svém účtu Garmin Connect.

Nastavení zařízení

Nastavení zařízení a uživatelská nastavení můžete přizpůsobit v účtu Garmin Connect. V pomůcce zařízení vyberte možnost Nastavení zařízení.

Formát času: Slouží k nastavení zařízení na 12hodinový nebo 24hodinový formát.

Jednotky: Slouží k nastavení zařízení na zobrazování uražené vzdálenosti v kilometrech nebo mílích.

Viditelné obrazovky: Slouží k přizpůsobení obrazovek, které zařízení zobrazuje.

Automatický cíl: Umožňuje zařízení automaticky určit váš cílový počet kroků.

POZNÁMKA: Když tuto funkci vypnete, musíte cílový počet kroků zadávat ručně.

Vlastní délka kroku: Umožňuje zařízení přesněji vypočítat uraženou vzdálenost díky použití vaší vlastní délky kroku.

Srdeční tep: Umožňuje vám odhadnout maximální srdeční tep a určit vlastní zóny srdečního tepu.

Snímač srdečního tepu ANT+

Vaše zařízení lze používat s bezdrátovými snímači ANT+. Další informace o kompatibilitě a nákupu volitelných snímačů najdete na <http://buy.garmin.com>.

Nasazování snímače srdečního tepu

POZNÁMKA: Pokud nemáte snímač srdečního tepu, můžete tento úkol přeskočit.

POZNÁMKA: Pokud budete zařízení používat delší dobu, může dojít k jeho odření. Abyste tomuto problému předešli, aplikujte lubrikant nebo gel zabraňující tření do středu modulu, pokud je v kontaktu s vaší pokožkou.

OZNÁMENÍ

Neaplikujte gel nebo lubrikant zabraňující tření na elektrody.

Nepoužívejte gely nebo lubrikanty, které obsahují ochranu proti slunci.

Snímač srdečního tepu je třeba nosit přímo na kůži těsně pod hrudní kostí. Musí být upevněn tak, aby zůstal při vašich aktivitách na místě.

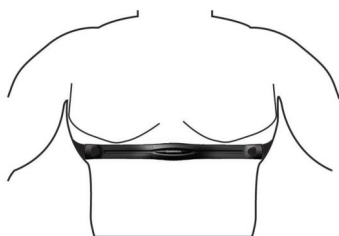
- 1 Jeden jazýček ① provlečte otvorem ② na modulu snímače srdečního tepu.



- 2 Jazýček zatlačte dolů.
- 3 Navlhčete elektrody ③ na zadní straně modulu, abyste zlepšili vodivost mezi hrudníkem a modulem snímače srdečního tepu.



- 4 Nasadte si pásek kolem hrudníku a připojte jej ke druhé straně modulu snímače srdečního tepu.



Logo Garmin musí směřovat nahoru.

- 5 Umístěte zařízení ve vzdálenosti 3 m (10 stop) od snímače srdečního tepu.

Po nasazení je snímač srdečního tepu aktivní a odesílá data.

Párování snímače srdečního tepu ANT+

Před párováním snímače srdečního tepu musíte aktivovat obrazovku dat srdečního tepu na zařízení vívoFit. Další

informace ohledně obrazovek zařízení naleznete v části [Nastavení zařízení, strana 2](#).

POZNÁMKA: Jestliže byl součástí balení vašeho zařízení i snímač srdečního tepu, je obrazovka dat srdečního tepu již aktivovaná a snímač srdečního tepu je spárován.

- 1 Nasadte si volitelný snímač srdečního tepu.
- 2 Umístěte zařízení do okruhu 3 m (10 stop) od snímače.
POZNÁMKA: Během párování zachovejte vzdálenost 10 m (33 stop) od ostatních snímačů ANT+.
- 3 Stiskněte tlačítko na zařízení, dokud se nezobrazí výzva HEART.

Když je snímač spárován s vaším zařízením, zobrazí se váš srdeční tep a zóny srdečního tepu.

Vypnutí aktivity srdečního tepu

Zařízení vytvoří a uloží fitness aktivitu po přijetí dat srdečního tepu, která je možné odeslat na váš účet Garmin Connect.

Podržení tlačítka na zařízení vypne nahrávání dat srdečního tepu.

Na zařízení se zobrazí zpráva HEART OFF.

Rozsahy srdečního tepu

Mnoho sportovců využívá rozsahy srdečního tepu pro měření a zvyšování výkonnosti kardiovaskulárního systému a zvýšení své kondice. Rozsah srdečního tepu je nastavený rozsah počtu srdečních stahů za minutu. Existuje pět běžně uznávaných rozsahů srdečního tepu, které jsou očíslovány od 1 do 5 podle vzrůstající intenzity. Rozsahy srdečního tepu se vypočítávají jako procentní hodnota vašeho maximálního srdečního tepu.

Cíle aktivit typu fitness

Znalost vlastních rozsahů srdečního tepu vám může pomoci měřit a zvyšovat svou kondici za předpokladu porozumění a aplikace uvedených principů.

- Váš srdeční tep je dobrým měřítkem intenzity cvičení.
- Trénink v určitém rozsahu srdečního tepu vám pomůže zvýšit výkonnost vašeho kardiovaskulárního systému.

Znáte-li svůj maximální srdeční tep, můžete pomocí tabulky ([Výpočty rozsahů srdečního tepu, strana 5](#)) určit rozsah srdečního tepu nejvhodnější pro vaše kondiční cíle.

Pokud svůj maximální srdeční tep neznáte, použijte některý z kalkulačků dostupných na síti Internet. Změření maximálního srdečního tepu také nabízejí některá zdravotnická střediska. Výchozí maximální srdeční tep je 220 minus váš věk.

Informace o zařízení

Technické údaje zařízení vívoFit

Typ baterie	Dvě vyměnitelné baterie CR1632
Výdrž baterie	1 rok a více
Rozsah provozních teplot	-10 až 60 °C (14 až 140 °F)
Rádiová frekvence/protokol	Protokol pro bezdrátovou komunikaci ANT+ 2,4 GHz Bezdrátová technologie Bluetooth
Stupeň vodotěsnosti	5 ATM ¹

Technické údaje snímače srdečního tepu

Typ baterie	Vyměnitelná baterie CR2032, 3 volty
Výdrž baterie	Přibližně 3 roky (1 hodina denně)
Rozsah provozních teplot	-10 až 50 °C (14 až 122 °F)

¹ Zařízení vydrží tlak odpovídající hloubce 50 m. Další informace najdete na webové stránce www.garmin.com/waterrating.

Rádiová frekvence/ protokol	Protokol pro bezdrátovou komunikaci ANT+ 2,4 GHz
Stupeň vodotěsnosti	1 ATM ¹ POZNÁMKA: Během plavání nepřenáší tento produkt srdeční tep.

Vyměnitelné baterie

⚠ VAROVÁNÍ

Přečtěte si leták *Důležité bezpečnostní informace a informace o produktu* vložený v obalu s výrobkem. Obsahuje varování a další důležité informace.

Výměna vívořit

Chcete-li vyměnit baterie zařízení, je třeba obstarat si dvě baterie CR1632.

- 1 Sundejte modul z pásku.



- 2 Pomocí malého křížového šroubováku vyšroubujte čtyři šroubky na přední straně modulu.
- 3 Sundejte kryt a baterie.



- 4 Obě strany nových baterií potřete malým množstvím vazelíny nanesené na bavlněném hadříku.
- 5 Vložte nové baterie.
POZNÁMKA: Dejte pozor, abyste nepoškodili nebo neztratili těsnění.
- 6 Vraťte zpět přední kryt a zašroubujte čtyři šroubky.
- 7 Pevně a stejnoměrně utáhněte čtyři šrouby.
- 8 Vložte modul do pásku.
Tlačítko zařízení na modulu musí být zarovnáno s tlačítkem na pásku.



Výměna baterie snímače srdečního tepu

- 1 Na zadní straně snímače srdečního tepu vyhledejte kulatý kryt baterie.



- 2 Pomocí mince otočte krytem proti směru hodinových ručiček, dokud se neuvolní tak, aby šel sundat (šipka směřuje k nápisu **OPEN**).
- 3 Vyjměte kryt a baterii.
- 4 Počkejte 30 sekund.
- 5 Vložte novou baterii kladným pólem nahoru.
POZNÁMKA: Dejte pozor, abyste nepoškodili nebo neztratili těsnící O-kroužek.
- 6 Pomocí mince zajistěte kryt otočením ve směru hodinových ručiček (šipka směřuje k nápisu **CLOSE**).

Po výměně baterie snímače srdečního tepu možná budete muset snímač znovu spárovat se zařízením.

Péče o zařízení

OZNÁMENÍ

Nevystavujte zařízení působení extrémních otřesů a hrubému zacházení, protože by mohlo dojít ke snížení životnosti produktu.

Nemačkejte klávesy pod vodou.

K čištění zařízení nepoužívejte ostré předměty.

Nepoužívejte chemické čističe, rozpouštědla a odpuzovače hmyzu, protože by mohly poškodit plastové součásti a koncovky.

Pokud je zařízení vystaveno působení chlórované vody, slané vody, ochrany proti slunci, kosmetiky, alkoholu nebo jiných nešetrných chemických látek, opláchněte je důkladně čistou vodou. Delší působení těchto látek může způsobit poškození pouzdra.

Neumísťujte zařízení do prostředí s vysokými teplotami, např. sušiček prádla.

Neskladujte zařízení na místech, která jsou vystavena zvýšenému působení extrémních teplot, protože by mohlo dojít k jeho poškození.

Čištění zařízení

- 1 Otřete zařízení pomocí tkaniny namočené v roztoku jemného čistícího prostředku.
- 2 Otřete zařízení do sucha.

¹ Zařízení vydrží tlak odpovídající hloubce 10 m. Další informace najdete na webové stránce www.garmin.com/waterrating.

Péče o snímač srdečního tepu

OZNÁMENÍ

Nahromadění potu a soli na pásku může snížit schopnost snímače srdečního tepu hlásit správné údaje.

- Pásek po každém použití opláchněte.
- Příležitostně pásek ručně umyjte pomocí velmi malého množství jemného čistícího prostředku, jako je například tekutý prostředek na mytí nádobí.

POZNÁMKA: Použitím přílišného množství čistícího prostředku můžete pásek poškodit.

- Nedávejte pásek do sušičky.
- Při sušení pásek pověste nebo jej položte.

Odstranění problému

Zařízení nelze zapnout

Pokud zařízení nelze zapnout, pravděpodobně je třeba vyměnit baterii.

Přejděte na část [Výměna vívořit, strana 4](#).

Nemám počítač ani mobilní zařízení

Můžete zařízení zapnout a využívat jej s omezenou funkcí, dokud nedokončíte proces nastavení na počítači nebo na mobilním zařízení. Před nastavením můžete používat pouze počet kroků, automatický cíl, výzvu k pohybu a snímač srdečního tepu (jestliže je součástí balení vašeho zařízení). Vaše zařízení jedenkrát denně vynuluje počet kroků. Zařízení se pokouší nulovat počet kroků v době, kdy spíte, na základě vaší úrovně neaktivity během prvního dne používání. Zařízení neukládá žádná data historie, dokud není nastavení dokončeno.

Chcete-li používat další funkce zařízení, nastavte zařízení na počítači nebo kompatibilním mobilním zařízení ([Začínáme, strana 1](#)).

POZNÁMKA: Nastavení je jednorázový proces a umožní vám používat všechny dostupné funkce zařízení.

Zařízení nezobrazuje správný čas

Čas a datum v zařízení se aktualizuje při synchronizaci s počítačem nebo mobilním zařízením. Chcete-li, aby se při změně časového pásma zobrazoval správný čas a docházelo k aktualizaci na letní čas, je třeba provést synchronizaci zařízení.

- 1 Zkontrolujte, zda se na počítači či mobilním zařízení zobrazuje správný místní čas.
- 2 Vyberte možnost:
 - Synchronizovat zařízení s počítačem ([Odeslání dat do počítače, strana 1](#)).
 - Synchronizovat zařízení s mobilním zařízením ([Synchronizace dat pomocí aplikace Garmin Connect Mobile, strana 1](#)).

Čas a datum se aktualizují automaticky.

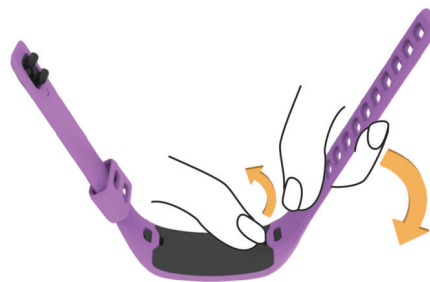
Zapnutí zařízení

Stiskněte tlačítko na zařízení ①.



Výměna pásku

- 1 Sundejte modul z pásku.



- 2 Vložte modul do náhradního pásku.

Tlačítko zařízení na modulu musí být zarovnáno s tlačítkem na pásku.



Aktualizace softwaru

Pokud je k dispozici aktualizace softwaru, zařízení ji při další synchronizaci s vaším účtem Garmin Connect automaticky stáhne.

Během aktualizace se zobrazí odpočítávání. Po dokončení aktualizace se zařízení restartuje.

Dodatek

Výpočty rozsahů srdečního tepu

Rozsah	% maximálního srdečního tepu	Vnímaná námaha	Výhody
1	50–60 %	Uvolněné, lehké tempo, rytmické dýchání	Aerobní trénink základní úrovně, snižuje stres
2	60–70 %	Pohodlné tempo, mírně hlubší dýchání, je možné konverzovat	Základní kardiovaskulární trénink, vhodné regenerační tempo
3	70–80 %	Střední tempo, udržování konverzace je obtížnější	Zvýšená aerobní kapacita, optimální kardiovaskulární trénink
4	80–90 %	Rychlé tempo, mírně nepohodlné, intenzivní dýchání	Zvýšená anaerobní kapacita a hranice, zvýšená rychlost
5	90–100 %	Tempo sprintu, neudržitelné po delší dobu, namáhavé dýchání	Anaerobní a svalová vytrvalost, zvýšená výkonnost

Softwarová licenční dohoda

POUŽÍVÁNÍM ZAŘÍZENÍ SE ZAVAZUJETE RESPEKTOVAT PODMÍNKY NÁSLEDUJÍCÍ SOFTWAREVÉ LICENČNÍ DOHODY. TUTO DOHODU SI PROSÍM PEČLIVĚ PROČTĚTE.

Společnost Garmin Ltd. a její dceřiné společnosti (dále jen „Garmin“) vám poskytují omezenou licenci na užívání softwaru zabudovaného v tomto zařízení v binární použitelné podobě (dále jen „Software“) při běžném provozu přístroje. Právní nárok, vlastnická práva a práva související s duševním vlastnictvím tohoto Softwaru zůstávají majetkem společnosti Garmin a/nebo poskytovatelů třetích stran.

Tímto potvrzujete, že Software je majetkem společnosti Garmin a/nebo poskytovatelů třetích stran a je chráněn americkými zákony o autorských právech a mezinárodními úmluvami o autorských právech. Dále potvrzujete, že struktura, organizace a kód softwaru, pro který není poskytnut zdrojový kód, jsou cenným obchodním tajemstvím společností Garmin anebo poskytovatelů třetích stran, a že zdrojový kód softwaru zůstává cenným obchodním tajemstvím společností Garmin anebo poskytovatelů třetích stran. Souhlasíte s tím, že Software ani jeho části nebudete dekompilovat, rozebírat, upravovat, provádět zpětné sestavení nebo převádět do formy čitelné pro člověka a nebudete je využívat k vytváření odvozených děl. Souhlasíte s tím, že nebudete exportovat nebo reexportovat Software do jiných zemí, a tím porušovat zákony o kontrole exportu Spojených států amerických nebo zákony o kontrole exportu jakýchkoli jiných příslušných zemí.

Omezená záruka

TATO ZÁRUKA VÁM POSKYTUJE SPECIFICKÁ ZÁKONNÁ PRÁVA. MŮŽETE MÍT I JINÁ ZÁKONNÁ PRÁVA, KTERÁ SE MOHOU V RŮZNÝCH STÁTECH LIŠIT (NEBO ZEMÍCH ČI PROVINCIÍCH). SPOLEČNOST GARMIN NEVYLUČUJE, NEOMEZUJE ANI NEPŘERUŠUJE PLATNOST JINÝCH ZÁKONNÝCH PRÁV, KTERÁ MŮŽETE MÍT NA ZÁKLADĚ ZÁKONŮ VE VAŠEM STÁTĚ (NEBO ZEMI ČI PROVINCIII). K PLNĚNÍ POROZUMĚNÍ SVÝM PRÁVŮM SI PROSTUDUJTE ZÁKONY VAŠEHO STÁTU, ZEMĚ NEBO PROVINCE.

Na neletecké produkty je poskytována záruka, že budou bez vad materiálu a zpracování po dobu jednoho roku od data zakoupení. Společnost Garmin si vyhrazuje výhradní právo opravit nebo vyměnit jakoukoli součást, která při běžném používání selže. Náklady za práci a opravy a výměnu dílů nebudou účtovány zákazníkovi s výhradou, že zákazník bude zodpovědný za jakékoli přepravní náklady. Tato omezená záruka se nevztahuje na: (i) kosmetické vady jako poškrábání, odření a promáčknutí; (ii) spotřební součásti, jako baterie, pokud nedošlo k poškození v důsledku vady materiálu nebo zpracování; (iii) poškození způsobené nehodou, nedbalostí, nesprávným používáním, vodou, záplavou, ohněm nebo jinými přírodními živly a vnějšími vlivy; (iv) poškození způsobené provozováním služeb poskytovatelem neautorizovaným společností Garmin; (v) poškození produktu, který byl upraven nebo změněn bez písemného svolení společnosti Garmin, nebo (vi) poškození produktu, který byl připojen ke zdroji napájení a/ nebo k datovým kabelům, které nejsou dodávány společností Garmin. Společnost Garmin si navíc vyhrazuje právo odmítnout reklamační nároky na produkty nebo služby, které byly získány nebo jsou používány v rozporu se zákony jakékoli země. Navigační produkty společnosti Garmin slouží jako cestovní pomůcka a nesmí se používat k jakýmkoli účelům vyžadujícím přesné měření směru, vzdálenosti, pozice nebo místopisu. Společnost Garmin neposkytuje záruku na přesnost nebo úplnost mapových dat.

Tato omezená záruka se nevztahuje na a společnost Garmin není zodpovědná za jakékoli snížení výkonu navigačního zařízení Garmin způsobené jeho použitím v blízkosti telefonů nebo jiných zařízení využívajících pozemní širokopásmovou síť na podobných kmitočtech jako globální satelitní navigační systémy GNSS (Global Navigation Satellite System), např. systém GPS (Global Positioning Service). Použití těchto zařízení může narušit příjem signálů GNSS.

V MAXIMÁLNÍM ROZSAHU POVOLENÉM PŘÍSLUŠNÝMI ZÁKONY, ZÁRUKY A NÁHRADY UVEDENÉ V TĚTO OMEZENÉ ZÁRUCE JSOU VÝHRADNÍ A NAHRAZUJÍ VŠECHNY OSTATNÍ ZÁRUKY A NÁHRADY. SPOLEČNOST GARMIN SE VÝSLOVNĚ ZŘÍKÁ VŠECH OSTATNÍCH ZÁRUK A NÁHRAD, AŽ JIŽ VYJÁDŘENÝCH, PŘEDPOKLÁDANÝCH, ZÁKONNÝCH NEBO JAKÝCHKOLI JINÝCH ZEJMÉNA VŠECH PŘEDPOKLÁDANÝCH ZÁRUK OBCHODOVATELNOSTI ČI VHODNOSTI PRO URČITÝ ÚČEL, ZÁKONNÝCH NÁHRAD A

PODOBNĚ. TATO ZÁRUKA VÁM POSKYTUJE SPECIFICKÁ ZÁKONNÁ PRÁVA. MŮŽETE MÍT I JINÁ ZÁKONNÁ PRÁVA, KTERÁ SE MOHOU V RŮZNÝCH STÁTECH A ZEMÍCH LIŠIT. POKUD NENÍ MOŽNÉ ZŘEKNOUT SE PŘEDPOKLÁDANÝCH ZÁRUK NA ZÁKLADĚ ZÁKONŮ VE VAŠEM STÁTĚ (NEBO ZEMI ČI PROVINCIII), JE DOBA TRVÁNÍ TĚCHTO ZÁRUK OMEZENA NA DOBU TRVÁNÍ TĚTO OMEZENÉ ZÁRUKY. V NĚKTERÝCH STÁTECH (NEBO ZEMÍCH ČI PROVINCIÍCH) NENÍ POVOLENO OMEZENÍ DOBY PŘEDPOKLÁDANÝCH ZÁRUK, V TAKOVÉM PŘÍPADĚ SE VÁS VÝŠE UVEDENÉ OMEZENÍ NETÝKÁ.

POKUD JDE O NÁROKY UČINĚNÉ V SOUVISLOSTI S PORUŠENÍM ZÁRUKY, SPOLEČNOST GARMIN NENÍ V ŽÁDNÉM PŘÍPADĚ ODPOVĚDNÁ ZA JAKÉKOLI NÁHODNÉ, ZVLÁŠTNÍ, NEPŘÍMÉ NEBO NÁSLEDNÉ ŠKODY ZPŮSOBENÉ POUŽÍVÁNÍM, NESPRÁVNÝM POUŽÍVÁNÍM NEBO NEMOŽNOSTÍ POUŽÍT TENTO VÝROBEK NEBO ŠKODY ZPŮSOBENÉ VADOU VÝROBKU. V NĚKTERÝCH STÁTECH (A ZEMÍCH NEBO PROVINCIÍCH) NENÍ POVOLENO VYLOUČENÍ ODPOVĚDNOSTI ZA NÁHODNÉ NEBO NÁSLEDNÉ ŠKODY, V TAKOVÉM PŘÍPADĚ SE VÁS VÝŠE UVEDENÉ OMEZENÍ ODPOVĚDNOSTI NETÝKÁ.

Pokud v záruční lhůtě vznesete požadavek na záruční opravu v souladu s touto omezenou zárukou, společnost Garmin dle vlastního uvážení: (i) opraví zařízení s použitím nových nebo dříve použitých dílů splňujících standardy kvality společnosti Garmin, (ii) vymění zařízení za nové nebo opravené zařízení splňující standardy kvality společnosti Garmin, nebo (iii) nabídne plnou náhradu nákupní ceny. TENTO NÁROK BUDE VAŠÍM JEDINÝM A VÝLUČNÝM NÁROKEM PŘI JAKÉMKOLI PORUŠENÍ ZÁRUKY. Na opravená nebo vyměněná zařízení je poskytována 90denní záruka. Pokud odeslaná jednotka stále podléhá původní záruce, poté bude nová záruka 90 dní nebo bude pokračovat do konce původní jednoleté záruky, podle toho, které doba bude delší.

Než požádáte o záruční opravu, vyhledejte prosím nejprve pomoc v naší online nápovědě na webové stránce support.garmin.com. Jestliže vaše zařízení po využití těchto zdrojů stále nefunguje správně, kontaktujte autorizovaný servis společnosti Garmin v zemi, ve které jste výrobek zakoupili, a požádejte o záruční opravu podle pokynů na webové stránce support.garmin.com. Pokud se nacházíte v USA, můžete také zavolat na telefonní číslo 1-800-800-1020.

Pokud chcete požádat o záruční opravu v jiné zemi, než je země, ve které jste výrobek zakoupili, společnost Garmin nemůže zaručit dostupnost dílů a produktů potřebných k opravě nebo výměně vašeho výrobku z důvodu odlišnosti produktových nabídek a příslušných norem, zákonů a předpisů. V takovém případě společnost Garmin může podle svého uvážení a platných zákonů, opravit nebo vyměnit váš výrobek za porovnatelný výrobek nebo díl Garmin nebo vás požádat o odeslání vašeho výrobku do autorizovaného servisu společnosti Garmin v zemi, ve které jste výrobek zakoupili, nebo do autorizovaného servisu společnosti Garmin v jiné zemi, ve které lze provést opravu vašeho výrobku, přičemž nesete odpovědnost za dodržování platných zákonů týkajících se importu a exportu, úhrady celních poplatků, DPH, přepravy a ostatních souvisejících daní a poplatků. Z důvodu platných norem, zákonů a předpisů v dané zemi společnost Garmin a její prodejci nemusí být v některých případech schopni poskytnout servis, výměnu nebo opravu výrobku v jiné zemi, než je země, ve které byl výrobek zakoupen.

Zakoupení v online aukci: U produktů zakoupených prostřednictvím online aukcí nevzniká podle záruky společnosti Garmin nárok na slevu nebo jinou speciální nabídku. Potvrzení z online aukce nejsou k ověření záruky přijímány. Chcete-li uznat záruční opravu, je nutný originál nebo kopie původní účtenky od původního prodejce produktů. Společnost Garmin neposkytne náhradu za chybějící součásti z jakéhokoli balení zakoupeného prostřednictvím online aukce.

Zakoupení v jiném státě: Na zařízení zakoupená mimo území USA může být poskytnuta samostatná záruka mezinárodními distributory v závislosti na zemi zakoupení. Pokud je to možné, je tato záruka poskytována místním vnitrostátním distributorem a tento distributor také zajišťuje místní servis zařízení. Záruky distributora jsou platné pouze na území předpokládané distribuce.

Rejstřík

A

aktualizace, software [5](#)
ANT Agent [1](#)
aplikace [1](#)

B

baterie, výměna [4](#)

Č

čištění zařízení [4, 5](#)

D

data [2](#)
 přenos [2](#)
 ukládání [2](#)
denní doba [5](#)

G

Garmin Connect [1–3](#)

H

historie [1, 2](#)
odeslání do počítače [1, 2](#)

I

ikony [2](#)

N

náhradní díly [5](#)
nastavení, zařízení [2](#)

O

odstranění problémů [5](#)

P

párování [1](#)
 smartphone [1](#)
párování snímačů ANT+ [3](#)
pásma [5](#)
počítač [1](#)
příslušenství [3](#)

R

režim spánku [2](#)

S

sledování aktivity [2](#)
smartphone, párování [1](#)
Snímače ANT+ [3](#)
 párování [3](#)
software, aktualizace [5](#)
softwarová licenční dohoda [5](#)
srdeční tep
 rozsahy [3, 5](#)
 snímač [3–5](#)
 zóny [3](#)

T

technické údaje [3](#)
tlačítka [5](#)

U

ukládání dat [2](#)
USB ANT Stick [1](#)

V

výměna baterie [4](#)

