

GARMIN.

užívateľská príručka

EDGE® 800

CYKLISTICKÝ POČÍTAČ VYBAVENÝ GPS
S DOTYKOVOU OBRAZOVKOU



© 2010 Garmin Ltd. alebo jej pobočky

Všetky práva vyhradené. Okrem toho, ako je výslovne uvedené v tomto dokumente, nesmie byť žiadna časť tejto príručky reprodukovaná, kopírovaná, prenášaná, distribuovaná, načítavaná alebo uložená na akomkoľvek úložnom médiu, pre akýkoľvek účel, bez zvláštneho predchádzajúceho písomného súhlasu spoločnosti Garmin. Garmin týmto udeľuje povolenie pre načítanie jednej kópie tejto príručky na harddisk alebo iné elektronické úložné médium na prezeranie a vytlačenie jednej kópie tejto príručky alebo akejkoľvek revízie k tejto príručke, za predpokladu, že takáto elektronická alebo vytlačená kópia tejto príručky musí obsahovať kompletný text tohto označenia autorského práva a ďalej je stanovené, že akákoľvek neschválená komerčná distribúcia tejto príručky alebo akejkoľvek revízie k tejto príručke je prísne zakázaná.

Informácie v tomto dokumente môžu byť zmenené bez predchádzajúceho upozornenia. Garmin si vyhradzuje právo na zmenu alebo zlepšovanie svojich produktov a na zmenu obsahu bez povinnosti upozorniť osobu alebo organizáciu na takéto zmeny alebo zlepšenia. Navštívte webovú stránku Garmin (www.garmin.com) pre najnovšie aktualizácie a doplnkové informácie týkajúce sa používania a prevádzky tohto a iných produktov Garmin.

Garmin®, Garmin Training Center®, Auto Pause®, Auto Lap®, Virtual Partner®, Edge® sú obchodné značky Garmin Ltd. alebo jej pobočiek, registrované v USA a ďalších krajinách. Garmin Connect™, GSC™, ANT™, and ANT+™ sú obchodné značky spoločnosti Garmin Ltd. alebo jej pobočiek. Tieto obchodné značky nesmú byť používané bez výslovného povolenia spoločnosti Garmin.

Windows® je registrovaná obchodná značka Microsoft Corporation v Spojených štátoch a/alebo ďalších krajinách. Mac® je registrovaná obchodná značka Apple Computer, Inc. Firstbeat a Analyzed by Firstbeat sú registrované alebo neregistrované obchodné značky Firstbeat Technologies Ltd. Ostatné obchodné značky alebo obchodné názvy sú majetkom svojich príslušných majiteľov.

Obsah

| | |
|---|-----------|
| Úvod | 5 |
| Nastavovanie prístroja | 5 |
| Registrácia vášho zariadenia | 5 |
| O batériách | 5 |
| Prehľad prístroja | 6 |
| Tréning | 8 |
| Príprava na jazdu | 8 |
| Ukladanie dát vašej jazdy | 8 |
| Upozornenia | 8 |
| Tréningy | 9 |
| Používanie virtuálneho partnera | 12 |
| Trasy | 13 |
| Snímače ANT+ | 16 |
| Párovanie vašich snímačov ANT+ | 16 |
| Zasadenie pulzomeru | 17 |
| Párovanie pulzomeru | 17 |
| Inštalovanie GSC 10 | 19 |
| Párovanie GSC 10 | 19 |
| Snímače ANT+ vyrábané inými spoločnosťami | 20 |
| Riešenie problémov snímačov ANT+ | 22 |
| Zóny tepovej frekvencie | 23 |

| | |
|---|-----------|
| História | 24 |
| Zobrazenie jazdy | 24 |
| Zaznamenávanie dát | 26 |
| Správa údajov | 27 |
| Navigácia | 29 |
| Miesta | 29 |
| Nastavenia trasy | 31 |
| Zakúpenie dodatočných máp | 32 |
| Nastavenia mapy | 34 |
| Nastavenia | 35 |
| Prispôsobenie polí s údajmi | 35 |
| Aktualizovanie profilu Vášho bicykla | 40 |
| Nastavenia tréningu | 40 |
| Nastavenia systému | 43 |
| Nastavenia profilu používateľa | 46 |
| Príloha | 47 |
| Registrácia vášho zariadenia | 47 |
| O prístroji Edge | 47 |
| Aktualizovanie softvéru | 47 |
| Kontaktovanie Garmin Product Support | 47 |
| Nakupovanie voliteľného príslušenstva | 48 |

| | |
|------------------------------------|-----------|
| Starostlivosť o váš prístroj | 48 |
| Technické údaje | 48 |
| O batériách | 50 |
| Nabíjanie Edge | 51 |
| Batérie pulzomera a GSC 10 | 52 |
| Veľkosť a obvod kolies | 54 |
| Riešenie problémov | 56 |
| Index | 58 |
| Príručka rýchlym spustením | 61 |
| Záručný list | 71 |



CONAN
satelitná navigácia

Úvod

■ VÝSTRAHA

Predtým, ako začnete alebo zmeníte akýkoľvek cvičebný program, vždy sa poraďte so svojim lekárom. Pre výstrahy a ďalšie dôležité informácie si pozrite návod *Dôležité informácie o bezpečnosti a produkte* v balení produktu.

Nastavovanie prístroja

Keď používate Váš Edge® prvýkrát, postupujte podľa pokynov pre nastavovanie v *Edge 800 Príručka rýchlym spustením*.

Registrácia vášho zariadenia

Pomôžte nám lepšie vás podporovať vyplnením vašej online registrácie ešte dnes.

- Choďte na <http://my.garmin.com>.
- Uschovajte si pôvodnú účtenku alebo jej fotokópiu na bezpečnom mieste.

O batériách

■ VÝSTRAHA

Tento výrobok obsahuje lítium-iónovú batériu. Pozrite si príručku *Dôležité bezpečnostné informácie a informácie o produkte* v balení výrobku pre výstrahy o produkte a pre ďalšie dôležité informácie.


Prístroj je napájaný zabudovanou lítium-iónovou batériou, ktorú môžete dobíjať s použitím AC nabíjačky alebo kábla USB dodaných v balení výrobku (strana 47).

POZNÁMKA: Prístroj sa nebude nabíjať mimo teplotného rozsahu 0°C–45°C (32°F–113°F).

Prehľad prístroja

Klávesy



| | |
|--|--|
|  | Stlačte ho a držte pre zapnutie alebo vypnutie prístroja. Stlačte ho pre zobrazenie stavovej stránky a nastavenie podsvietenia. |
| LAP/ RESET | Stlačte pre vytvorenie nového okruhu. Stlačte ho a držte pre uloženie vašej jazdy a resetovanie merača času. |
| START/ STOP | Stlačte pre spustenie a zastavenie merača času. |

Dotykové tlačidlá

| | |
|---|--|
|  | Zvoľte ho pre zobrazenie satelitov a otvorenie menu GPS. |
|  | Zvoľte ho pre otvorenie menu nastavení. Pri zobrazovaní kurzu zvolte ho pre zobrazenie ďalších funkcií. |
|  | Zvoľte ho pre vymazanie trasy, tréningu alebo činnosti. |
|  | Zvoľte ho pre zatvorenie stránky bez uloženia. |
|  | Zvoľte ho pre uloženie zmien a zatvorenie stránky. |
|  | Zvoľte ho pre návrat na predchádzajúcu stránku. |
|  | Zvoľte ho pre zmenu stránok alebo rolovanie. Taktiež môžete potiahnuť prst cez dotykovú obrazovku. |
|  | Zvoľte ho pre zúženie vášho vyhľadávania zadaním časti názvu. |

Tipy a skratky

Zablokovanie dotykovej obrazovky


Aby ste sa vyhli náhodným dotykcom obrazovky, môžete obrazovku zablokovať.

1. Stlačte 


Objaví sa stránka stavu.

2. Zvoľte **Zamknut**.

Výmena bicyklov

1. Stlačte 

Objaví sa stránka stavu.

2. Zvoľte  pre výmenu bicyklov.



Používanie podsvietenia

- Pre zapnutie podsvietenia kedykoľvek klepnite na dotykovú obrazovku.

- Stlačte pre zapnutie podsvietenia nastavenie jasů.

POZNÁMKA: Výstrahy a správy taktiež aktivujú podsvietenie.

- Zmena nastavenia trvania podsvietenia. (strana 47).

Zmena nastavení príslušenstva ANT+

1. Stlačte 

Objaví sa stránka stavu.

2. Zvoľte , ,  alebo .

Zmena polí s údajmi

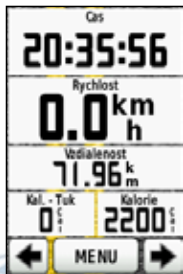
Na ktorejkoľvek stránke s dátami sa dotknite a držte poľa s údajmi, kým nie je zvýraznené.

Keď zdvihnete prst, ste vyzvaní zvoliť nové pole s údajmi (strana 31).

Tréning

Príprava na jazdu

Predtým, ako môžete zaznamenať históriu, musíte lokalizovať satelitné signály alebo spárovať svoj Edge so snímačom ANT+™ (strana 17).



1. Na stránke stopiek stlačte **START** pre spustenie merača času.
História je zaznamenávaná len pri zapnutých stopkách.
2. Po skončení jazdy stlačte **STOP**.

Ukladanie dát vašej jazdy

Stlačte a držte **RESET** pre uloženie dát vašej jazdy a resetovanie stopiek.

Upozornenia

Môžete použiť upozornenia Edge na tréning na určitý čas, vzdialenosť, spotrebu kalórií, tepovú frekvenciu, kadenciu a ciele výkonu.

Používanie upozornení na čas, vzdialenosť a spotrebu kalórií

1. Zvoľte **MENU > Trenovanie > Upozornenia**.
2. Zvoľte **Upozornenie na čas, Upozornenie na vzdialenosť, alebo Upozornenie na kalorie**.
3. Zapnite upozornenie.
4. Zadajte čas, vzdialenosť alebo množstvo kalórií.
5. Chod'te jazdiť.

Zakaždým, keď dosiahnete úroveň upozornenia, Edge zapípa a zobrazí správu.

POZNÁMKA: Pre zapnutie zvukových tónov pre správy chod'te na stranu 41.

Používanie pokročilých upozornení

Ak máte voliteľný pulzomer, GSC™ 10, alebo snímač výkonu ANT+ vyrobený inou spoločnosťou, môžete nastaviť pokročilé upozornenia.

1. Zvoľte **MENU > Trenovanie > Upozornenia**.
2. Zvoľte možnosť:
 - Zvoľte **Upoz. na srdcový tep** pre nastavenie minimálnej a maximálnej tepovej frekvencie v teoch za minútu (bpm).
POZNÁMKA: Viac informácií o zónach tepovej frekvencie a nastaveniach nájdete na strane 13.
 - Zvoľte **Upozornenie na kadenciu** pre nastavenie minimálnej a maximálnej kadencie v otáčkach ramena kľuky za minútu (rpm).
 - Zvoľte **Upozornenie na výkon** pre nastavenie minimálneho a maximálneho výkonu vo wattoch.

3. Choďte jazdiť.

Zakaždým, keď prekročíte alebo klesnete pod špecifikovanú tepovú frekvenciu, kadenciu alebo výkon, Edge zapípa a zobrazí správu.

POZNÁMKA: Pre zapnutie zvukových tónov pre správy choďte na stranu 41.

Tréningy

Môžete použiť Edge na vytvorenie tréningov, ktoré obsahujú ciele pre každý krok tréningu a rôzne vzdialenosti, časy a odpočinkové kolá. Keď vytvoríte a tréning, môžete použiť Garmin Connect™ alebo Garmin Training Center® na naplánovanie tréningu na určitý deň. Tréningy môžete vopred naplánovať a uložiť ich vo vašom Edge.

Vytváranie tréningov

Môžete vytvoriť tréningy s použitím Garmin Training Center (strana 20) a preniesť ich do Edge. Vytvoriť a uložiť tréning však môžete aj priamo vo vašom Edge.


1. Zvoľte **MENU > Trenovanie > Treningy > Nove cvicenie**.
2. Zadajte názov tréningu.
3. Zvoľte **<Pridat nový krok>**.
4. Zvoľte **Trvanie** na špecifikovanie toho, ako bude krok meraný.
Napríklad zvoľte **Vzdialenosť** na ukončenie kroku po špecifickej vzdialenosti.
Ak zvolíte **Otvorit**, môžete stlačiť **LAP** na ukončenie kroku počas vášho tréningu.
5. Ak je to potrebné, zadajte hodnotu do poľa pod **Trvanie**.
6. Zvoľte **Ciel**, aby ste si vybrali svoj cieľ počas kroku.

Napríklad zvoľte **Srdcový tep** na udržiavanie stálej tepovej frekvencie počas kroku.

7. Ak je to potrebné, zvoľte cieľovú zónu alebo zadajte rozsah podľa potreby.
Napríklad môžete zvoliť zónu tepovej frekvencie. Zakaždým, keď prekročíte alebo klesnete pod špecifikovanú tepovú frekvenciu, Edge zapípa a zobrazí správu.
8. Ak je to potrebné, zvoľte **Ano** v poli **Oddych. kolo**.
Počas odpočinkového kola merač času stále beží a dáta sú zaznamenávané.
9. Zvoľte pre uloženie kroku.
10. Zvoľte na uloženie tréningu.

Opakovanie krokov tréningu

Predtým, ako môžete opakovať krok tréningu, musíte vytvoriť tréning s najmenej jedným krokom.

1. Zvoľte **Pridat nový krok**.
2. V poli **Trvanie** zvoľte možnosť.
 - Zvoľte **Opakovať** na opakovanie kroku jedenkrát alebo viackrát.
Napríklad môžete desaťkrát opakovať 6-km krok.
 - Zvoľte **Opakovať do** na opakovanie kroku po špecifikovanú dobu trvania.
Napríklad môžete opakovať 6-km po dobu 60 minút alebo kým vaša tepová frekvencia nedosiahne hodnotu 160 bpm.
3. V poli **Spat na krok** zvoľte krok, ktorý sa má opakovať.
4. Zvoľte  pre uloženie kroku.

Začiatok tréningu

1. Zvoľte **MENU > Trenovanie > Treningy**.
2. Zvoľte tréning.
3. Zvoľte **Uskutocnit trening**.
4. Stlačte **START**.

Potom, ako začnete tréning, Edge zobrazí každý krok tréningu, cieľ (ak je nejaký) a aktuálne dáta tréningu. Ak sa blížite ku koncu tréningového kroku, zaznie zvukové upozornenie. Objaví sa správa odpočítavajúca čas alebo vzdialenosť až do začiatku nového kroku.

Ukončenie kroku

Stlačte **LAP** na predčasné ukončenie tréningu.

Zastavenie tréningu



Zvoľte **MENU > Trenovanie > Treningy > Zastavit trening**.

O editovaní tréningov


Tréningy môžete editovať v rámci Garmin Connect, Garmin Training Center alebo priamo v Edge. Ak editujete tréningy v Edge, vaše zmeny môžu byť dočasné. Garmin Connect a Garmin Training Center slúžia ako hlavný zoznam tréningov. ak editujete svoj tréning v Edge, zmeny môžu byť prepísané pri ďalšom vašom prenose tréningov z Garmin Training Center alebo Garmin Connect. Pre vykonanie permanentnej zmeny v tréningu editujte tréning v Garmin Training Center alebo Garmin Connect a až potom ho preneste do vášho Edge.

Editovanie tréningu s použitím Edge

1. Zvoľte **MENU > Trenovanie > Tréningy**.
2. Zvoľte tréning.
3. Zvoľte **Upraviť**.


4. Zvoľte krok.
5. Vykonajte všetky potrebné zmeny a zvoľte  pre uloženie kroku.
6. Zvoľte  na uloženie tréningu.

Vymazanie tréningu

1. Zvoľte **MENU > Trenovanie > Tréningy**.
2. Zvoľte tréning.
3. Zvoľte  > **Ano**.

Používanie virtuálneho partnera

Váš Virtual Partner® je tréningový nástroj navrhnutý na to, aby vám pomohol splniť vaše ciele.

1. Zvoľte **MENU > Trenovanie > Virtuálny Partner**.
2. Zvoľte **Virtuálny Partner > Zap**.
3. Zvoľte **Virtual Partner Speed**.
4. Zadať rýchlosť a zvoľte .
5. Chod'te jazdiť.

6. Rolujte na stránku Virtual Partner, aby ste videli, kto vedie.

Na vrchu stránky môžete použiť + a - na upravenie rýchlosti virtuálneho partnera počas vašej jazdy.



Rýchlosť virtuálneho partnera

Ak vykonáte zmeny v rýchlosti virtuálneho partnera pred spustením merača času, tieto zmeny sú uložené. Zmeny vykonané v rýchlosti virtuálneho partnera po spustení merača času sú aplikované len na aktuálnu reláciu a nie sú uložené po resetovaní merača času. Ak vykonáte zmeny vo virtuálnom partnerovi počas aktivity, virtuálny partner použije

novú rýchlosť od vašej polohy.

Trasy

Trasy vám umožňujú nasledovať predtým zaznamenanú činnosť. Môžete nasledovať uloženú trasu jednoducho preto, lebo je to dobrá trasa. Napríklad si môžete uložiť trasu do práce, ktorá je príjemná pre jazdu bicyklom. Môžete nasledovať uloženú trasu pokúšajúc sa vyrovnáť alebo prekonať predtým stanovené ciele. Napríklad, ak pôvodná trasa bola dokončená za 30 minút, budete pretekať proti virtuálnemu partnerovi a pokúšať sa o dokončenie trasy pod 30 minút.


Garmin vám odporúča, aby ste použili Garmin Connect alebo Garmin Training Center (strana 20) na vytváranie a prenos trás.

Trasové body

Na pridanie trasových bodov do trasy musíte použiť Garmin Training Center. Trasové body sú miesta na vašej trase, ktoré si chcete zapamätať, ako sú zastávky na občerstvenie alebo méty vzdialenosti.

Vytváranie trás s vaším Edge


Predtým, ako môžete vytvoriť trasu, musíte mať v Edge uloženú históriu s trasovými dátami GPS.

1. Zvoľte **MENU > Drahy > Vytvoriť novu trasu**.
2. Zvoľte predchádzajúcu jazdu, na ktorej založíte svoju trasu.
3. Zadáajte názov pre trasu a zvoľte .

Začiatok trasy

Môžete zaznamenať činnosť zahrievania oddelene na Edge. Pred začiatkom trasy musíte resetovať merač času.

1. Zvoľte **MENU > Drahy**.
2. Zvoľte trasu.
3. Prezrite si stránky s údajmi trasy (voliteľné).

Tiež môžete zvoliť  na editovanie vlastností trasy. Napríklad môžete zmeniť farbu čiary trasy na mape.

4. Zvoľte **Chodte**.

História je zaznamenaná aj keď nie ste na trase. Po dokončení trasy sa zobrazí správa.

Nasledovanie trasy z webu

Musíte mať účet Garmin Connect (strana 20).

1. Pripojte Edge k svojmu počítaču.
2. Navštívte www.garminconnect.com a nájdite aktivitu..
3. Kliknite na **Poslať do zariadenia**.
4. Odpojte Edge a zapnite ho.

5. Zvoľte **MENU > Drahý**.
6. Zvoľte trasu > **Chodte**.

Mimo trasové (Off Course) možnosti

Pred spustenie vašej trasy môžete zahrnúť zahrievanie. Stlačte **START** pre spustenie trasy a potom sa zahrejte ako obvyčajne.

Počas zahrievania zostaňte mimo trasy.

Keď ste pripravení začať, zamierte smerom k vašej trase. Keď sa dostanete na ktorúkoľvek časť trasy, zobrazí sa správa.

POZNÁMKA: Ihneď ako stlačíte **START**, váš virtuálny partner odštartuje na trase a nečaká, kým dokončíte zahrievanie.

Ak zídete z trasy, Edge zobrazí správu.

Použite stránku s mapou alebo trasové body, aby ste našli cestu späť na trasu.

Zmena rýchlosti trasy


1. Zvoľte **MENU > Drahý**.
2. Zvoľte trasu > **Chodte**.
3. Rolujte na stránku Virtual Partner.
4. Na vrchu stránky použite + a - na nastavenie percenta času potrebného na dokončenie trasy.

Napríklad na zlepšenie vášho trasového času o 20 % zadajte rýchlosť trasy 120 %. Budete pretekať proti virtuálnemu partnerovi na dokončenie 30-minútovej trasy za 24 minút.

Zastavenie trasy

Zvoľte **MENU > Drahý > Zastaviť drahú**.

Vymazanie trasy

1. Zvoľte **MENU > Drahý**.
2. Zvoľte trasu.
3. Zvoľte  > **Ano**.

Snímače ANT+

Edge je kompatibilný s nasledujúcim príslušenstvom ANT+:

- Pulzomer (strana 13)
- Snímač rýchlosti a kadencie GSC 10 (strana 15)
- Snímače ANT+ vyrábané inými spoločnosťami (strana 16)

Informácie o zakúpení dodatočného príslušenstva nájdete na stránke www.garmin.sk.

Párovanie vašich snímačov ANT+

Pred párovaním musíte nasadiť pulzomer alebo nainštalovať snímač. Pokyny nájdete v príručke *Edge 800 Príručka rýchlym spustením* alebo v balení príslušenstva.




- Overte si, či je snímač ANT+ kompatibilný s vašim prístrojom Garmin.
- Umiestnite Edge do požadovaného rozsahu (3 m) od príslušenstva. Počas párovania zostaňte najmenej 10 m od ostatných snímačov ANT+.
- Po prvom spárovaní váš prístroj automaticky rozpozná snímač ANT+ vždy, keď je aktivovaný. Tento proces nastáva automaticky, keď zapnete prístroj Garmin a trvá len niekoľko sekúnd, keď sú snímače aktivované a správne fungujú.
- Po spárovaní váš prístroj Garmin prijíma dáta len od vášho snímača a vy sa môžete pohybovať v blízkosti iných snímačov.

Nasadenie pulzomeru

Pokyny nájdete v príručke *Edge 800 Príručka rýchlym spustením* alebo v balení príslušenstva.

Párovanie pulzomeru

Ak ste si kúpili pulzomer zvlášť, musíte ho spárovať s Edge, aby ste mohli sledovať údaje vašej tepovej frekvencie. Pred párovaním si musíte nasadiť pulzomer.

1. Zapnite Edge.
2. Umiestnite Edge do požadovaného rozsahu (3 m) pulzomeru.
3. Zvoľte **MENU** >  > **Nastavenia bicykla** > **Srdcový tep** > **Srdcový tep ANT+**.
4. Zvoľte **Monitor srdcov. tepu** > **Ano**.
5. Stlačte .
Keď je párovaný pulzomer, zobrazí sa správa a na stránke stavu sa zobrazí nebijúce .
6. Ak je to potrebné, zvoľte **Opat. vyhľadat**.


7. Ak je to potrebné, upravte polia s údajmi tepovej frekvencie podľa svojej potreby (strana 31).

Po nasadení je pulzomer v pohotovostnom režime a pripravený na odosielanie údajov.

TIP: Ak sa neobjavia údaje o tepovej frekvencii, alebo ak budú údaje tepovej frekvencie nepravidelné, možno bude potrebné dotiahnuť popruh na vašej hrudi, alebo sa zahrievať po dobu 5–10 minút (strana 18).

Nastavenie vašich zón tepovej frekvencie

Edge používa informácie vášho profilu používateľa od počiatočného nastavenia na stanovenie vašich zón tepovej frekvencie. Pre najpresnejšie údaje o kalóriách počas vašej jazdy nastavte vašu maximálnu tepovú frekvenciu, pokojovú tepovú frekvenciu a zóny tepovej frekvencie.

1. Zvoľte **MENU** >  > **Nastavenia bicykla** > **Srdcovy tep** > **Zony srdcového tepu**.
2. Zadajte vašu maximálnu tepovú frekvenciu a pokojovú tepovú frekvenciu.
Hodnoty zóny sú aktualizované automaticky, stále však môžete manuálne editovať každú hodnotu.
3. Zvoľte **Na základ** > a zvoľte možnosť:
 - Zvoľte **Ud./min.** na zobrazenie a editovanie zón v tepoch za minútu.
 - Zvoľte **% max.** na zobrazenie a editovanie zón ako percenta vašej maximálnej tepovej frekvencie.
 - Zvoľte **% RST** na zobrazenie a editovanie zón ako percenta vašej pokojovej tepovej frekvencie.

O zónach tepovej frekvencie

Mnohí atléti používajú zóny tepovej frekvencie na meranie a zvyšovanie svojej kardiovaskulárnej sily a zlepšovanie úrovne svojej fyzickej kondície. Zóna tepovej frekvencie je nastavený rozsah tepov za minútu.

5 bežne akceptovaných zón tepovej frekvencie je označených číslami 1 - 5 podľa zvyšujúcej sa intenzity. Vo všeobecnosti sa zóny tepovej frekvencie počítajú podľa percenta vašej maximálnej tepovej frekvencie.

Kondičné ciele

Poznanie zón vašej tepovej frekvencie vám môže pomôcť pri meraní a zlepšovaní vašej kondície pochopením a aplikáciou týchto princípov:

- Vaša tepová frekvencia je dobrý spôsob merania intenzity cvičenia.
- Tréning v určitých zónach tepovej frekvencie vám môže pomôcť pri zlepšovaní vašej kardiovaskulárnej kapacity a sily.

- Poznanie zón vašej tepovej frekvencie vám môže pomôcť vyhnúť sa pretrénovaniu a môže znížiť riziko zranenia.

Ak poznáte svoju maximálnu tepovú frekvenciu, môžete ju zadať a umožniť Edge vypočítať vaše zóny tepovej frekvencie založené na percentuálnych hodnotách uvedených v tabuľke (strana 19).



Ak nepoznate svoju maximálnu tepovú frekvenciu, použite jeden z kalkulátorov, ktoré sú k dispozícii na Internete. Niektoré posilňovne a zdravotné strediská dokážu poskytnúť test, ktorý odmeria maximálnu tepovú frekvenciu.


Inštalovanie GSC 10

Pokyny nájdete v príručke *Edge 800 Quick Start Manual* alebo v balení príslušenstva.

Párovanie GSC 10

Ak ste si kúpili GSC 10 zvlášť, musíte ho spárovať s Edge, aby ste mohli sledovať údaje vašej rýchlosti a kadencie. Pred párovaním musíte nainštalovať GSC 10.

1. Zapnite Edge.
2. Umiestnite Edge do požadovaného rozsahu (3 m) GSC 10.
3. Zvoľte **MENU** >  > **Nastavenie bicykla** > **Profily bicykla**.
4. Zvoľte bicykel.
5. Zvoľte **Rychlost/Kadencia ANT+** > **Snimace na bicykli** > **Ano**.
6. Stlačte .

Keď je párovaný GSC 10, zobrazí sa správa a na stránke stavu sa zobrazí nebijúce .

7. Prispôbte voliteľné polia s údajmi podľa svojich potrieb (strana 31).

O GSC 10


Údaje kadencie z GSC 10 sú vždy zaznamenávané. Ak tam nie je spárovaný GSC 10, dáta GPS sú použité na výpočet rýchlosti a vzdialenosti.

Kadencia je vaša rýchlosť pedálov alebo “otáčania” meraná počtom otáčok ramena kľuky za minútu (rpm). Na GSC 10 sú dva snímače: jeden pre kadenciu a jeden pre rýchlosť.

Informácie o upozorneniach kadencie nájdete na strane 5.

Nenulové priemerovanie pre dáta kadencie

Nastavenie nenulového priemerovania je k dispozícii vtedy, keď trénujete s voliteľným snímačom kadencie. Predvolené nastavenie vylučuje nulové hodnoty, ktoré sa vyskytujú vtedy, keď nešliapete do pedálov.


Pre zapnutie alebo vypnutie nenulového priemerovania zvolte **MENU** >  > **System** > **Nahravanie udajov** > **Priemerovanie dat** > **Kadencia**.

Snímače ANT+ vyrábané inými spoločnosťami

Zoznam meračov snímačov ANT+ vyrábaných inými spoločnosťami, ktoré sú kompatibilné s Edge, nájdete na www.garmin.com/intosports.

Párovanie vášho merača výkonu


Pozrite si pokyny výrobcu.

Keď je párovaný merač výkonu, zobrazí sa správa a na strane stavu sa zobrazí nebijúce .

Kalibrovanie vášho merača výkonu


Inštrukcie pre kalibráciu špecificke pre váš merač výkonu nájdete v pokynoch výrobcu.

Pred kalibrovaním vášho merača výkonu musí byť tento správne nainštalovaný a musí aktívne zaznamenávať dáta.

1. Zvoľte **MENU** >  > **Nastavenie bicykla** > **Profily bicykla**.
2. Zvoľte bicykel.
3. Zvoľte **ANT+ Výkon** > **Kalibrovat**.
4. Udržiavajte váš merač výkonu aktívny šliapaním do pedálov, kým sa nezobrazí správa.

Nastavenie vašich zón výkonu


S použitím Garmin Connect alebo Garmin Training Center môžete nastaviť sedem zón výkonu podľa vašich potrieb. Ak poznáte hodnotu vášho funkčného prahového výkonu (FTP) môžete ju zadať a umožniť Edge, aby automaticky vypočítal vaše zóny výkonu.

1. Zvoľte **MENU** >  > **Nastavenie bicykla** > **Profily bicykla**.
2. Zvoľte bicykel.
3. Zvoľte **Zony výkonu**.
4. Zadajte hodnotu vášho FTP.
5. Zvoľte **Na základ** > a zvoľte možnosť:

- Zvoľte **Watty** na zobrazenie a editovanie zón vo wattoch.
- Zvoľte **% FTP** na zobrazenie a editovanie zón ako percenta vašej funkčnej prahovej hodnoty.

Nenulové priemerovanie pre dáta výkonu

Nastavenie nenulového priemerovania je k dispozícii vtedy, keď trénujete s voliteľným meračom výkonu. Predvolené nastavenie vylučuje nulové hodnoty, ktoré sa vyskytujú vtedy, keď nešliapete do pedálov.

Pre zapnutie alebo vypnutie nenulového priemerovania zvoľte **MENU** >  > **System** > **Nahravanie údajov** > **Priemerovanie dat** > **Výkon**.

Riešenie problémov snímačov ANT+

| Problém | Riešenie |
|--|---|
| Snímač ANT+ sa nespáruje s mojím prístrojom. | <ul style="list-style-type: none"> Počas párovania zostaňte najmenej 10 m od ostatných snímačov ANT+. Počas párovania umiestnite prístroj do požadovaného rozsahu (3 m) monitora tepovej frekvencie. Ak problém pretrváva, vymeňte batériu. |
| Ak máte snímač ANT+ od iného výrobcu. | Overte si, či je kompatibilný s prístrojom Edge (www.garmin.com/intosports). |
| Údaje tepovej frekvencie sú nepresné alebo kolísavé. | <ul style="list-style-type: none"> Ubezpečte sa, že pulzomer prilieha na vaše telo. Znovu navlhčíte elektródy. Použite vodu, sliny alebo elektródový gél. Vyčistíte elektródy. Nečistoty a zvyšky potu na elektródach môžu rušiť signály tepovej frekvencie. Umiestnite elektródy na svoj chrbát namiesto na hrud' Noste bavlnené tričko, alebo navlhčíte svoje tričko, ak je to vhodné pre vašu aktivitu. Syntetické látky otierajúce sa alebo trepotajúce o pulzomer môžu vytvárať statickú elektrinu, ktorá naruša signály tepovej frekvencie. Choďte preč od silných elektromagnetických polí a niektorých bezdrôtových snímačov 2,4 GHz, ktoré môžu rušiť váš pulzomer. Zdroje rušenia môžu zahŕňať vedenia vysokého napätia, elektrické motory, mikrovlnné rúry, bezdrôtové telefóny 2,4 GHz a body pripojenia bezdrôtovej LAN. |

Zóny tepovej frekvencie

| | % maximálnej tepovej frekvencie alebo pokojovej tepovej frekvencie | Vnímané úsilie | Prínosy |
|---|---|--|---|
| 1 | 50 % až 60 % | Uvoľnený, ľahké tempo; pravidelné dýchanie | Začínajúca úroveň aeróbného tréningu; znižuje stres |
| 2 | 60 % až 70 % | Pohodlné tempo; mierne prehĺbené dýchanie, možná konverzácia | Základný kardiovaskulárny tréning; dobrá rýchlosť pre regeneráciu |
| 3 | 70 % až 80 % | Stredné tempo; ťažšie udržiavanie konverzácie | Zlepšená aeróbná kapacita; optimálny kardiovaskulárny tréning |
| 4 | 80 % až 90 % | Rýchle tempo, trochu nepohodlné; prudké dýchanie | Zlepšená anaeróbná kapacita a prahová hodnota; zlepšená rýchlosť |
| 5 | 90 % až 100 % | Šprint, nedá sa vydržať dlhú dobu; ťažké dýchanie | Anaeróbná a svalová vytrvalosť; zvýšený výkon |

História

Váš Edge automaticky ukladá históriu, keď je spustený merač času. Keď je pamäť Edge plná, zobrazí sa správa. Edge automaticky nevymazáva ani neprepisuje vašu históriu. Pozrite si stranu 21 pre informácie o tom, ako vymazať históriu.

Pravidelne načítavajte svoju históriu (strana 20) do Garmin Connect alebo Garmin Training Center, aby ste sledovali všetky vaše údaje o jazdách.

História obsahuje čas, vzdialenosť, kalórie, priemernú rýchlosť, maximálnu rýchlosť, prevýšenie a podrobné informácie o kolách. História Edge môže tiež obsahovať tepovú frekvenciu, kadenciu a výkon.

POZNÁMKA: História nie je zaznamenávaná pri vypnutom alebo zastavenom merači času.

Zobrazenie jazdy

Zvoľte **MENU** > **Historia** > **Cinnosti**.

Zobrazenie vzdialenosti a súčtov časov

Zvoľte **MENU** > **Historia** > **Celkovo** na zobrazenie akumulovanej vzdialenosti jazdy a času.

Užívanie softvéru zadarmo

Garmin poskytuje dve možnosti softvéru na ukladanie a analyzovanie dát vašej jazdy:

- Garmin Connect je webovo založený softvér.
 - Garmin Training Center je počítačový softvér, ktorý po nainštalovaní nevyžaduje Internet.
1. Choďte na www.garmin.com/intosports.
 2. Vyberte si svoj produkt.

3. Kliknite na **Software**.
4. Postupujte podľa pokynov na obrazovke.

Prenesenie histórie do vášho počítača

POZNÁMKA

Aby ste zabránili korózii, dôkladne vysušte mini-USB port, ochranný kryt proti dažďu a okolitú plochu pred nabíjaním alebo pripájaním k osobnému počítaču.

1. Pripojte kábel USB do dostupného portu USB na vašom počítači.
2. Vytiahnite ochranný kryt proti dažďu ① z portu mini-USB ②.



3. Zastrčte malý koniec kábla USB do portu mini-USB.
4. Otvorte Garmin Connect (www.garminconnect.com) alebo otvorte Garmin Training Center.
5. Postupujte podľa inštrukcii, ktoré sú obsiahnuté v softvéri.

Vymazanie histórie

Po prenesení vašej histórie do počítača môžete chcieť vymazať históriu z vášho Edge.

1. Zvoľte **MENU > Historia > Odstr.**
2. Zvoľte možnosť:
 - Zvoľte **Všetky aktivity** pre vymazanie všetkých dát jazdy z histórie.
 - Zvoľte **Stare aktivity** pre vymazanie aktivít zaznamenaných dávnejšie ako pred jedným mesiacom.
 - Zvoľte **Všetky sucty** pre resetovanie dĺžky jazdy a súčtov časov.

POZNÁMKA: Toto nevymaže žiadnu históriu.

3. Zvoľte **Ano**.


Zaznamenávanie dát

Edge používa inteligentné zaznamenávanie. Zaznamenáva kľúčové body keď zmeníte smer, rýchlosť alebo tepovú frekvenciu.

Pri párovaní merača výkonu od inej spoločnosti (strana 16), Edge zaznamenáva body každú sekundu. Zaznamenávanie bodov každú sekundu používa viac dostupnej pamäte v Edge.

Informácie o nenulovom priemerovaní pre kadenciu a dáta výkonu nájdete na stranách 16–17.

Zmena miesta ukladania dát

1. Zvoľte **MENU** >  > **System** > **Nahravanie udajov** > **Zaznamenať na**.
2. Zvoľte **Vnútorný uložný priestor** (pamäť prístroja) alebo **Pamätovacia karta** (vyžaduje voliteľnú pamäťovú kartu).

Inštalácia karty microSD

Karty microSD si zakúpte u dodávateľa elektroniky alebo si kúpte karty s načítanými podrobnými mapovými údajmi u vášho predajcu Garmin.

1. Vytiahnite ochranný kryt proti dažďu
① zo štrbiny karty microSD ②.



2. Pri vkladani karty ju zatlačte, kým nepočujete kliknutie.

Správa údajov

Môžete používať Edge ako veľkokapacitnú pamäť USB.

POZNÁMKA: Prístroj nie je kompatibilný s Windows® 95, 98, Me, or NT. Taktiež nie je kompatibilný s Mac® OS 10.3 a staršími.

Pripojenie kábla USB

POZNÁMKA

Aby ste zabránili korózii, dôkladne vysušte mini-USB port, ochranný kryt proti dažďu a okolitú plochu pred nabíjaním alebo pripájaním k osobnému počítaču.

1. Pripojte kábel USB na port USB na vašom počítači.
2. Vytiahnite ochranný kryt proti dažďu z portu mini-USB.

3. Zastrčte malý koniec kábla USB do portu mini-USB.

Váš prístroj a pamäťová karta (voliteľná) sa objavia ako výmenné mechaniky v Tento počítač (My Computer) na počítačoch Windows a ako namontované diely na počítačoch Mac.

Načítavanie súborov

Po pripojení prístroja k vášmu počítaču môžete manuálne načítať nasledujúce súbory do vášho prístroja: .tcx, .fit, .gpx a .crs.

1. Listujte v počítači, aby ste našli súbor.
2. Zvoľte **Edit > Copy**.
3. Otvorte mechaniku/zložku "Garmin".
4. Otvorte priečinok alebo zložku **Garmin\NewFiles**.
5. Zvoľte **Edit > Paste**.

Vymazávanie súborov

POZNÁMKA



Pamäť vášho prístroja obsahuje dôležité systémové súbory, ktoré by nemali byť vymazané.

Po pripojení prístroja k vášmu počítaču môžete manuálne vymazať súbory.

1. Otvorte mechaniku/zložku Garmin alebo pamäťovej karty.
2. Zvoľte súbor.
3. Na vašej klávesnici stlačte kláves **Delete**.

Odpojenie kábla USB

Po skončení spravovania vašich súborov môžete odpojiť kábel USB.

1. Dokončíte činnosť:
 - Pre počítače Windows kliknite na ikonu vysunutia  na podstavci vášho systému.
 - Pre počítače Mac potiahnite ikonu zložky do koša (Trash) .
2. Odpojte prístroj od vášho počítača.

Navigácia

Táto časť popisuje nasledujúce funkcie a nastavenia:


- Miesta a Kam viesť? (strana 29)
- Nastavenia trás (strana 27)
- Voliteľné mapy (strana 28)
- Nastavenia máp (strana 30)

Miesta

V prístroji môžete zaznamenávať a ukladať rôzne preferované ciele a miesta.


Uloženie vašej lokality

Môžete uložiť vašu aktuálnu polohu ako je váš dom alebo parkovacie miesto. Pred uložením vašej lokality musíte lokalizovať satelitné signály.

1. Na mape zvolíte ikonu polohy .
Ikona polohy predstavuje vašu polohu na mape.



2. Zvoľte **Uložiť** alebo **Uložiť a upraviť**.

Ukladanie lokalít z mapy

1. Na mape zvolíte .
2. Prehľadávajte mapu, aby ste našli lokalitu.

Pripínáčik ① označuje lokalitu a informácie o lokalite sa zobrazia na vrchu mapy.



3. Zvoľte názov ② pre zobrazenie ďalších informácií o lokalite.
4. Zvoľte  > **OK** pre uloženie lokality.
5. Zvoľte  pre editovanie podrobností lokality.

Navigovanie na uloženú lokalitu


1. Zvoľte **MENU > Kam viesť?** > **Miesta**.
2. Zvoľte lokalitu > **Chodte**.

Navigovanie na nedávno nájdené lokality

Váš prístroj uchováva posledných 50 lokalít, ktoré ste našli.

1. Zvoľte **MENU > Kam viesť?** > **Posledne nalezty**.
2. Zvoľte lokalitu > **Chodte**.

Navigovanie na známe súradnice

1. Zvoľte **MENU > Kam viesť?** > **Súradnice**.
2. Zadajte súradnice a zvoľte .
3. Zvoľte **Chodte**.

Navigovanie naspäť na štart

Z každého bodu vašej jazdy sa môžete vrátiť na svoj východiskový bod. Aby ste mohli používať túto funkciu, musíte spustiť merač času.


1. Počas jazdy stlačte **STOP**, ale neresetujte merač času.
2. Zvoľte **MENU > Kam viesť?** > **Spat na start > Spat na start**.
Edge vás naviguje naspäť do štartovacieho bodu vašej jazdy.

Zastavenie navigovania


Počas navigovania na lokalitu zvoľte **MENU > Kam viesť?** > **Zastaviť navigáciu**.

Premietanie lokality

Môžete vytvoriť novú lokalitu premietnutím vzdialenosti a azimutu z označenej lokality do novej lokality.

1. Zvoľte **MENU > Kam viest'?** > **Miesta**.
2. Zvoľte lokalitu.
3. Zvoľte názov.
4. Zvoľte .
5. Zvoľte **Pozicia projektu**.
6. Zadajte azimut a vzdialenosť k premietanej lokalite.
7. Zvoľte **Ulozit** alebo **Ulozit a upravit**.

Editovanie lokalít


1. Zvoľte **MENU > Kam viest'?** > **Miesta**.
2. Zvoľte lokalitu.
3. Zvoľte názov.
4. Zvoľte .

5. Zvoľte atribút.


Napríklad zvoľte **Zmenit vysku** pre zadanie známej nadmorskej výšky pre lokalitu.

6. Zadajte nové informácie.

Vymazávanie lokalít

1. Zvoľte **MENU > Kam viest'?** > **Miesta**.
2. Zvoľte lokalitu.
3. Zvoľte názov.
4. Zvoľte  > **Odstranit polohu**.

Nastavenia trasy


Zvoľte **MENU >  > System > Smerovanie**.

- **Metoda navadzania**—umožňuje vám zvoliť spôsob vedenia pre výpočet vašej trasy.
 - **Mimo cesty**—výpočet trás bod za bodom (bez ciest).

- **Na ceste počas doby** (vyžaduje si kartografiu s možnosťou vytvárania trasy)—výpočet trás na ceste, ktoré si vyžadujú minimálny čas jazdy.
- **Na ceste počas vzdial.** (vyžaduje si kartografiu s možnosťou vytvárania trasy)—výpočet trás na ceste, ktoré sú kratšie čo sa týka vzdialenosti.
- **Vypocítat cesty pre**—umožňuje vám zvoliť si spôsob prepravy pre optimalizovanie vašej trasy.
- **Uzamknut na cestu** (vyžaduje si kartografiu s možnosťou vytvárania trasy)—zablokovanie šípky ukazovateľa aktuálnej polohy, aby ukazovala na najbližšiu cestu, kompenzujúc odchýlky presnosti polohy na mape.
- **Prechody mimo cestu**
 - **Auto**—automaticky vytvára trasu k nasledujúcemu bodu.
 - **Manuálne**—umožňuje vám voľbu nasledujúceho bodu na trase dotknutím sa bodu na strane aktívnej trasy.
- **Vzdialenosť**—vytvára trasu k nasledujúcemu bodu trasy, keď sa nachádzate v rozsahu špecifikovanej vzdialenosti od vášho aktuálneho bodu.
- **Nastavenie obmedzení** (vyžaduje si kartografiu s možnosťou vytvárania trasy)—umožňuje vám zvoliť typ cesty, ktorému sa chcete vyhnúť.




Zakúpenie dodatočných máp

Chod'te na www.garmin.sk alebo sa spojte so svojím predajcom Garmin.


Pre určenie verzii máp načítaných vo vašom Edge, zvol'te **MENU** >  > **System** > **Mapa** > **Informacie mapy**.

Hľadanie adresy


Môžete použiť voliteľné mapy City Navigator® na hľadanie adries, miest a iných lokalít. Podrobné mapy s možnosťou vytvárania trasy obsahujú milióny bodov záujmu ako sú reštaurácie, hotely a autoservisy.

1. Zvoľte **MENU > Kam viest'?** > **Adresy**.
2. Ak je to potrebné, zmeňte štát, krajinu alebo provinciu.
3. Zvoľte **Zadajte mesto**.
TIP: Ak nie ste si istí s mestom, zvoľte **Hľadať všetko**.
4. Zadajte mesto a zvoľte .
5. Ak je to potrebné, zvoľte mesto.
6. Zvoľte **Zadajte číslo domu**, zadajte číslo domu a zvoľte .
7. Zvoľte **Zadajte meno ulice**, zadajte názov ulice a zvoľte .
8. Ak je to potrebné, zvoľte ulicu.
9. Ak je to potrebné, zvoľte adresu.
10. Zvoľte **Chodte**.


Vyhľadanie bodu záujmu

1. Zvoľte **MENU > Kam viest'?**.
2. Zvoľte kategóriu.
TIP: Ak poznáte názov podniku, zvoľte **Vs. zauj. miesta** >  pre zadanie názvu.
3. Ak je to potrebné, zvoľte subkategóriu.
4. Zvoľte lokalitu > **Chodte**.

Hľadanie lokalít v blízkosti

1. Zvoľte **MENU > Kam viest'?**.
2. Zvoľte .
3. Zvoľte možnosť.
4. Zvoľte kategóriu a subkategóriu, ak to je potrebné.
5. Zvoľte lokalitu > **Chodte**.

Zmena orientácie mapy

1. Zvoľte **MENU** >  > **System** > **Mapa** > **Orientacia**.
2. Zvoľte orientáciu:
 - Zvoľte **Sever hore** pre zobrazenie severu na vrchu strany.
 - Zvoľte **Trasa hore** pre zobrazenie aktuálneho smeru cesty na vrchu strany.
 - Zvoľte **Automobilový režim** pre zobrazenie perspektívy.

Nastavenia mapy

Zvoľte **MENU** >  > **System** > **Mapa**.

- **Orientacia**—umožňuje vám vybrať si, ako je mapa zobrazená (strana 30).
- **Autom. zvacsovanie**—automatická voľba vhodnej úrovne zoomu pre optimálne používanie. Keď je zvolené **Vyp.**, musíte zoom meniť ručne.

- **Viditeľnosť mapy**—umožňuje vám nastavenie pokročilých funkcií. **Automaticke** a **Vysoký kontrast** majú predvolené hodnoty. Môžete si vybrať **Vlastne** pre nastavenie každej hodnoty.
 - **Úrovne zvacsenia**—položky mapy sa vykreslia alebo zobrazia pri alebo pod zvolenou úrovňou zoomu.
 - **Veľkosť textu**—umožňuje vám zvoliť si veľkosť textu pre položky mapy.
 - **Podrobnosti**—umožňuje vám zvoliť si množstvo zobrazených mapových údajov.
- **POZNÁMKA:** Zobrazovanie viacej detailov môže spôsobiť pomalšie vykresľovanie mapy.
 - **Tienovaný reliéf**—zobrazí reliéf detailov na mape (ak sú k dispozícii) alebo vypne tieňovanie.
- **Informácie mapy**—umožňuje vám aktiváciu alebo deaktiváciu máp, ktoré sú aktuálne načítané v prístroji.


Nastavenia

Môžete prispôbiť nastavenia a funkcie Edge vašim potrebám

- Polia s údajmi (strana 31)
- Profily bicyklov (strana 36)
- Nastavenia tréningov (strana 36)
- Nastavenia systému (strana 39)
- Nastavenia profilu používateľa (strana 42)

Prispôbenie polí s údajmi

Môžete nastaviť prispôbené polia s údajmi pre tri stránky merača času, stránku trasy, stránku tréningu, stránku profilu prevýšenia a mapy.

1. Zvoľte **MENU** >  > **Nastavenia bicykla** > **Stránky trenovania**.
2. Zvoľte stránku.
3. Zvoľte počet polí s údajmi, ktoré chcete vidieť na tejto stránke.

Pre vypnutie voliteľnej strany nastavte počet polí s údajmi na **Vyp.**

4. Zvoľte dátové pole, aby ste ho zmenili.

Polia s údajmi

Polia s údajmi so symbolom * zobrazujú štatutárne alebo metrické jednotky.

Polia s údajmi so symbolom ** si vyžadujú snímač ANT+.

| Pole s údajmi | Popis |
|----------------------|---|
| Uroveň baterie | Zostávajúca energia batérie. |
| Kadencia ** | Otáčky ramena kľuky za minútu. |
| Kadencia – priem. ** | Priemerná kadencia pre trvanie vašej aktuálnej jazdy. |
| Kadencia – kolo ** | Priemerná kadencia pre aktuálne kolo. |
| Kalorie | Celkové množstvo spálených kalórií. |
| Kalorie - tuk | Celkové množstvo spálených tukových kalórií. |

Nastavenia

| Pole s údajmi | Popis |
|---------------------|---|
| Kalorie na spalenie | Počas tréningu je to množstvo kalórií, ktoré ešte máte spáliť, keď ste zameraní na kalórie. |
| Vzdialenosť * | Vzdialenosť prejdená počas aktuálnej jazdy. |
| Vzdial. – kolo * | Vzdialenosť prejdená v aktuálnom kole. |
| Vzd – posl. kolo * | Dĺžka posledného dokončeného kola. |
| Vzdial. k cieľu. | Zostávajúca vzdialenosť do vašej konečnej destinácie. |
| Zost. vzdial. | Počas tréningu je to zostávajúca vzdialenosť, keď ste zameraní na vzdialenosť. |
| Vzdial. k nasl. | Zostávajúca vzdialenosť po ďalší bod na trase alebo trati. |
| Vyska * | Výška nad alebo pod úrovňou mora. |

| Pole s údajmi | Popis |
|------------------|---|
| ETA do cieľa | Odhadovaný denný čas, kedy dosiahnete konečnú destináciu. |
| ETA pri nasl. | Odhadovaný denný čas, kedy dosiahnete ďalší bod na trase alebo trati. |
| Presnosť GPS * | Medzná odchýlka vašej presnej polohy. Napríklad, vaša poloha GPS je presná v rozsahu +/- 12 stôp. |
| Sila signálu GPS | Sila satelitného signálu GPS |
| Uroveň | Výpočet stúpania počas jazdy. Napríklad, ak na každých 10 stôp, ktoré nastúpate (stúpanie) prejdete 200 stôp (vzdialenosť), váš sklon stúpania (grade) je 5%. |
| Smer | Smer, ktorým sa pohybujete. |
| Srdcový tep ** | Počet tepov srdca za minútu (bpm). |

| Pole s údajmi | Popis |
|-------------------|---|
| ST – %RST ** | Percento rezervy srdc. tepu (maximálna tepová frekvencia mínus pokojová tepová frekvencia). |
| ST – %Max. ** | Percento maximálnej tepovej frekvencie. |
| ST – priem. ** | Priemerná tepová frekvencia pre jazdu. |
| ST – pr. %RST ** | Priemerné percento rezervy srdc. tepu (maximálna tepová frekvencia mínus pokojová tepová frekvencia) pre jazdu. |
| ST – pr. %Max. ** | Priemerné percento maximálnej tepovej frekvencie pre jazdu. |
| ST – kolo ** | Priemerná tepová frekvencia v aktuálnom kole. |
| ST – kol. %RST ** | Priemerné percento rezervy srdc. tepu (maximálna tepová frekvencia mínus pokojová tepová frekvencia) pre kolo. |

| Pole s údajmi | Popis |
|--------------------|--|
| ST – kol. %Max. ** | Priemerné percento maximálnej tepovej frekvencie pre kolo. |
| ST graf ** | Čiarový graf zobrazujúci vašu aktuálnu zónu tepovej frekvencie (1 až 5). |
| Pulz do pohybu ** | Počas tréningu je to počet tepov, koľko ste nad alebo pod cieľom tepovej frekvencie. |
| Zona ST ** | Aktuálny rozsah tepovej frekvencie (1 až 5). Predvolené zóny sú založené na vašom profile užívateľa, maximálnej tepovej frekvencii a pokojovej tepovej frekvencii. |
| Kola | Počet dokončených kôl. |
| Miesto v celi. | Posledný bod na trase alebo trati. |
| Miesto pri ďalšej | Nasledujúci bod na trase alebo trati. |

Nastavenia

| Pole s údajmi | Popis |
|------------------------|---|
| Pocítadlo kilometrov | Štítok chodu s preidenou vzdialenosťou pre všetky trate. |
| Vykon ** | Aktuálny podaný výkon vo wattoch. |
| Vykon - %FTP ** | Aktuálny podaný výkon v % FTP (funkčný prahový výkon). |
| Vykon - priem. 30s. ** | 30-sekundový pohyblivý priemer podaného výkonu. |
| Vykon - priem. 3s. ** | 3-sekundový pohyblivý priemer podaného výkonu. |
| Vykon – priem. ** | Priemerný podaný výkon pre trvanie vašej aktuálnej jazdy. |
| Vykon – priem. kolo ** | Priemerný podaný výkon počas celého posledného kola. |
| Vykon – kJ ** | Celkový (kumulatívny) podaný výkon v kilojouloch. |
| Vykon – kolo ** | Priemerný podávaný výkon v aktuálnom kole. |

| Pole s údajmi | Popis |
|--------------------------|--|
| Vykon – max. ** | Maximálny výkon dosiahnutý počas aktuálnej jazdy. |
| Vykon – max. kolo ** | Maximálny dosiahnutý výkon počas celého posledného kola. |
| Vykon – Waty/kg ** | Podaný výkon vo wattoch na kilogram. |
| Zona výkonu ** | Aktuálny rozsah podávaného výkonu (1 až 7) založený na vašom FTP alebo vlastných nastaveniach. |
| Rychlost * | Aktuálna rýchlosť. |
| Rychlost – priem. * | Priemerná rýchlosť jazdy. |
| Rychlost – kolo * | Priemerná rýchlosť v aktuálnom kole. |
| Rychlost – posl. kola ** | Priemerná rýchlosť počas celého posledného kola. |
| Rychlost – maximalna * | Maximálna rýchlosť dosiahnutá počas aktuálnej jazdy. |

| Pole s údajmi | Popis |
|-------------------|--|
| Vychod slnka | Čas východu slnka založený na vašej polohe GPS. |
| Zapad slnka | Čas západu slnka založený na vašej polohe GPS. |
| Teplota * | Aktuálna teplota v stupňoch Fahrenheita alebo Celzia. POZNÁMKA: Edge môže zobrazovať hodnoty teploty, ktoré sú vyššie ako je aktuálna teplota vzduchu, ak je Edge na priamom slnečnom svetle, držíte ho v ruke alebo je nabíjaný externým batériovým zdrojom. Edge taktiež potrebuje určitý čas na prispôbenie sa výrazným zmenám teploty. |
| Čas | Čas na stopkách. |
| Čas – priem. kolo | Priemerný čas na dokončenie doterajších kól. |
| Uplynuty čas | Celkový zaznamenaný čas od stlačenia START po RESET . |
| Čas – kolo | Čas v aktuálnom kole. |


| Pole s údajmi | Popis |
|------------------|--|
| Čas – posl. kola | Čas na dokončenie posledného úplného kola. |
| Čas of Day | Aktuálny čas dňa založený na vašich časových nastaveniach (formát, časová zóna a letný a zimný čas). |
| Čas do cieľa. | Odhadovaný čas potrebný na dosiahnutie konečnej destinácie. |
| Čas do pohybu | Počas tréningu je to množstvo času, ktorý ešte zostáva, keď ste zameraní na čas. |
| Čas k nasl | Odhadovaný denný čas potrebný na dosiahnutie ďalšieho bodu na trase alebo trati. |
| Celkove stup. * | Celkový zisk nadmorskej výšky získaný pri aktuálnej jazde. |
| Celkove kles. * | Celková nadmorská výška stratená pri aktuálnej jazde. |

| Pole s údajmi | Popis |
|--------------------|---|
| Vertik. rýchlosť * | Rýchlosť stúpania alebo klesania v stopách/metroch za hodinu. |
| VR – 30s priem. * | 30-sekundový pohyblivý priemer vertikálnej rýchlosti. |

Aktualizovanie profilu Vášho bicykla

Môžete zadať tri profily bicykla.

Edge používa hmotnosť bicykla, hodnotu počítadla kilometrov a veľkosť kolesa na výpočet aktuálnych dát jazdy.

- Zvoľte **MENU** >  > **Nastavenie bicykla** > **Profily bicykla**.
- Zvoľte bicykel.
- Zvoľte **Podrobnosti o bicykli**.
- Zadajte názov pre profil bicykla, hmotnosť bicykla a hodnotu na počítadle kilometrov.

5. Ak používate snímač rýchlosti a kadencie alebo snímač výkonu, zvoľte **Veľkosť kolesa**.


- Zvoľte **Automaticky** pre výpočet veľkosti vášho kolesa s použitím vzdialenosti GPS.
- Zvoľte **Vlastne** pre zadanie veľkosti vášho kolesa. Tabuľku veľkostí a obvodov kolies nájdete na strane 50.

Nastavenia tréningu

Označovanie kôl polohou

Môžete použiť Auto Lap® na automatické označenie kola v špecifickej polohe.

Táto funkcia je užitočná na porovnávanie vášho výkonu v rôznych častiach jazdy (napríklad dlhé stúpanie alebo tréningové šprinty). Počas tréningov použite možnosť Podľa pozície pre spustenie kôl na všetkých miestach kôl uložených v tréningu.


1. Zvoľte **MENU** >  > **Nastavenia bicykla** > **Autom. koliecko** > **Spust Auto. Kolo**.
2. Zvoľte **Podľa polohy**.
3. Zvoľte **Kolo pri**.
4. Zvoľte možnosť:

- Zvoľte **Len stlačte kolo** na spustenie počítadla kôl vždy, keď stlačíte **LAP** a vždy, keď znovu prejdete ktorýmkoľvek z týchto miest.
- Zvoľte **Start a zac. kol.** pre spustenie počítadla kôl na mieste GPS kde stlačíte **START** a na akomkoľvek mieste počas jazdy, kde stlačíte **LAP**.
- Zvoľte **Ozn. a zac. kol.** pre spustenie počítadla kôl na špecifickom mieste GPS označenom pred jazdou a na ktoromkoľvek mieste počas jazdy, kde stlačíte **LAP**.

5. Ak je to potrebné, upravte polia s údajmi kôl (strana 31).

Označovanie kôl podľa vzdialenosti


Môžete použiť Auto Lap na automatické označenie kola v špecifickej vzdialenosti. Táto funkcia je užitočná na porovnávanie vášho výkonu v rôznych častiach jazdy (napríklad každých 10 míľ alebo 40 kilometrov).

1. Zvoľte **MENU** >  > **Nastavenia bicykla** > **Autom. koliecko**.
2. Zvoľte **Podľa vzdialenosti**.
3. Zvoľte **Kolo pri**.
4. Zadaťte hodnotu.
5. Ak je to potrebné, upravte polia s údajmi kôl (strana 31).

Používanie Auto Pause

Môžete použiť funkciu Auto Pause®, aby zastavila merač času automaticky počas vašej jazdy, keď zastavíte alebo keď vaša rýchlosť klesne pod určenú hodnotu. Táto funkcia je užitočná, keď sú na vašej trase semaforey alebo iné miesta, kde musíte spomaliť alebo zastaviť.

POZNÁMKA: Zastavený čas nie je uložený s vašimi údajmi histórie.


1. Zvoľte **MENU** >  > **Nastavenia bicykla** > **Autom. pozast.** > **Rezim Auto Pause.**
2. Zvoľte možnosť:
 - Zvoľte **Pri zastavení** na automatické zastavenie merača času keď sa prestanete pohybovať.
 - Zvoľte **Vlastna rýchlosť** na automatické zastavenie merača času keď vaša rýchlosť klesne pod špecifikovanú hodnotu.

3. Ak je to potrebné, upravte polia s údajmi času (strana 31).

Na zobrazenie celého času (od stlačenia **START** po **RESET**) zvoľte pole s údajmi **Uplynutý čas**.


Používanie Auto Scroll

Môžete použiť vlastnosť automatického rolovania na (Auto Scroll) automatické cyklovanie cez všetky stránky tréningových dát pri bežiacom merači času.

1. Zvoľte **MENU** >  > **Nastavenia bicykla** > **Automaticke posuvanie** > **Rýchlosť automatickeho rol.**
2. Zvoľte rýchlosť zobrazovania: **Pomaly**, **Stredne** alebo **Rychlo**.

Zmena upozornenia na spustenie

Táto funkcia automaticky detekuje, keď váš prístroj zachytil satelitné signály a pohybuje sa. Je to pripomienka na spustenie merača času, aby ste mohli zaznamenávať údaje o svojej jazde.

1. Zvoľte **MENU** >  > **Nastavenia bicykla** > **Upozornenie na start** > **Spustiť režim oznamov**.
2. Zvoľte možnosť:
 - Zvoľte **Raz**.
 - Zvoľte **Opakovať** > **Opakovať oneskorene** pre zmenu času oneskorenia pripomienky.


Nastavenia systému

- Nastavenia GPS (strana 39)
- Nastavenia displeja (strana 40)
- Nastavenia mapy (viď Navigácia, strana 30)
- Nastavenia trasy (viď Navigácia, strana 27)

- Nastavenia zaznamenávania dát (viď História, strana 22)
- Nastavenia jednotky (strana 41)
- Nastavenia systému (strana 41)
- Nastavenia konfigurácie (strana 41)
- Nastavenia váhy (strana 42)

Nastavenia GPS



Tréning v interiéri

1. Zvoľte **MENU** >  > **System** > **GPS** > **GPS režim**.
2. Zvoľte **Vyp**.


Keď je GPS vypnuté, údaje o rýchlosti a vzdialenosti nie sú k dispozícii pokiaľ nemáte voliteľný snímač, ktorý posiela údaje o rýchlosti a vzdialenosti do Edge (ako GSC 10). Keď nabudúce zapnete Edge, znovu bude vyhľadávať satelitné signály.

Nastavenie vašej nadmorskej výšky

Ak máte presný údaj nadmorskej výšky pre vašu aktuálnu polohu, môžete manuálne kalibrovať výškomer na vašom prístroji.


1. Zvoľte **MENU** >  > **System** > **GPS** > **Nastaviť vysku**.
2. Zadajte nadmorskú výšku a zvoľte .

Označenie vašej lokality

1. Zvoľte **MENU** >  > **System** > **GPS** > **Oznacit poziciu**.
2. Zvoľte **Ulozit** na uloženie vašej aktuálnej lokality alebo **Ulozit a upraviť**.

Satelitná stránka


Satelitná stránka zobrazuje vaše aktuálne informácie o satelitoch GPS.

Zvoľte **MENU** >  > **System** > **GPS** > **Zobrazit satelity**.

Na Satelitnej stránke je na spodku stránky zobrazená presnosť GPS. Zelené stĺpiky predstavujú silu každého prijímaného satelitného signálu (počet satelitov je zobrazený pod každým stĺpikom).

Viac informácií o GPS nájdete na www.garmin.com/aboutGPS.


Nastavenia displeja

Zvoľte **MENU** >  > **System** > **Zobrazit**.

- **Uplynutie času podsv.**—viď strana 47.
- **Pozadie**—nastavenie obrázka pozadia (tapeta).
- **Nasnimat obrazovku**—umožňuje vám zachytiť obrazovky na prístroji.
- **Kalibrácia obrazovky**—viď strana 52.

Prispôsobenie nastavenia jednotiek vašim potrebám

Jednotky pre vzdialenosť, rýchlosť, nadmorskú výšku, teplotu, hmotnosť a formát polohy môžete prispôbiť vašim potrebám.

1. Zvoľte **MENU** >  > **System** > **Jednotky**.
2. Zvoľte nastavenie.
3. Zvoľte jednotku pre nastavenie.

Nastavenie systému

Zvoľte **MENU** >  > **System** > **Nastavenie systému**.


- **Jazyk**—nastaví jazyk prístroja.
- **Tóny**—nastaví zvukové tóny.
- **Format času**—nastaví formát času na 12 hodín alebo 24 hodín.
- **Automaticke vypnutie**—viď strana 47.

Časové zóny

Vždy keď zapnete prístroj a zachytíte satelity, prístroj automaticky deteguje vašu časovú zónu a aktuálny čas.

Zmena nastavení konfigurácie

Môžete modifikovať všetky nastavenia, ktoré ste konfigurovali pri počiatočnom nastavení.

1. Zvoľte **MENU** >  > **System** > **Uvodne nastavenia** > **Ano**.
2. Vypnite prístroj.
3. Zapnite prístroj.
4. Postupujte podľa pokynov na obrazovke.

Používanie váhy

Ak máte kompatibilnú váhu ANT+, Edge môže čítať dáta z váhy.

1. Zvoľte **MENU** >  > **System** > **Meranie hmotnosti**.

Keď je nájdená váha, zobrazí sa správa.


2. Keď ste na to vyzvaní, postavte sa na váhu.

POZNÁMKA: Ak používate váhu na telesnú analýzu, vyzujte si topánky a ponožky, aby bolo zabezpečené, že budú prečítané a zaznamenané všetky telesné parametre.

3. Keď ste na to vyzvaní, zostúpte z váhy.
TIP: Ak sa vyskytne chyba, zostúpte z váhy. Po vyzvaní sa postavte na váhu.

Nastavenia profilu používateľa

Môžete aktualizovať svoje nastavenia pre pohlavie, vek, hmotnosť, výšku a triedu aktivity. Prístroj používa tieto informácie na výpočet presných dát jazdy.

Zvoľte **MENU** >  > **Profil uzivateľa**.

O kalóriách

Technológiu analýzy spotreby kalórií a tepovej frekvencia poskytuje a podporuje Firstbeat Technologies Ltd. Viac informácií nájdete na www.firstbeattechnologies.com.


Príloha

Registrácia vášho zariadenia

Pomôžte nám lepšie vás podporovať vyplnením našej online registrácie ešte dnes.

- Chod'te na <http://my.garmin.com>.
- Ušchovajte si pôvodnú účtenku alebo jej fotokópiu na bezpečnom mieste.

O prístroji Edge

Pre zobrazenie dôležitých informácií o softvéri a ID vášho prístroja zvol'te **MENU** >  > **Info o Edge**.

Aktualizovanie softvéru

1. Zvol'te možnosť:
 - Použite WebUpdater. Navštív'te www.garmin.com/products/webupdater.
 - Použite Garmin Connect. Chod'te na www.garminconnect.com.
2. Postupujte podľa pokynov na obrazovke.

Kontaktovanie Garmin Product Support

Ak máte akékoľvek otázky o tomto výrobku, môžete kontaktovať Garmin Product Support.

- V USA navštív'te www.garmin.com/support alebo kontaktujte spoločnosť Garmin USA telefonicky na čísle (913) 397.8200 alebo (800) 800.1020.
- Vo Veľkej Británii kontaktujte spoločnosť Garmin (Europe) Ltd. telefonicky na čísle 0808 2380000.
- V Európe navštív'te www.garmin.com/support a kliknite na **Contact**

Slovensko: Bezplatná zákaznícka linka Hotline - 0800 135 000
Po-Pia 8.00 - 16.30.

Nakupovanie voliteľného príslušenstva

Choďte na <http://buy.garmin.com> alebo kontaktujte vášho predajcu Garmin pre informácie o voliteľnom príslušenstve a náhradných dieloch.

Starostlivosť o váš prístroj

POZNÁMKA

Neskladujte prístroj tam, kde môže dôjsť k dlhšiemu vystaveniu extrémnym teplotám, pretože to môže spôsobiť trvalé poškodenie.

Nikdy nepoužívajte na prácu s dotykovou obrazovkou tvrdý alebo ostrý predmet, pretože môže dôjsť k poškodeniu.

Nepoužívajte chemické čistiace prostriedky a rozpúšťadlá, ktoré môžu poškodiť plastové komponenty.

Čistenie prístroja

1. Použite handričku namočenú v jemnom roztoku čistiaceho prostriedku.
2. Poutierajte prístroj dosucha.

Čistenie obrazovky

1. Použite mäkkú, čistú handričku, ktorá nepúšťa vlákna.
2. Ak je to potrebné, použite vodu, izopropylalkohol alebo prostriedok na čistenie okuliarov.
3. Aplikujte tekutinu na handričku a potom jemne utrite obrazovku.

Technické údaje

POZNÁMKA

Edge je vode odolný do IEC Standard 60529 IPX7. Dokáže vydržať ponorenie do hĺbky 1 meter po dobu 30 minút. Dlhšie ponorenie môže spôsobiť poškodenie jednotky. Po ponorení určite poutierajte prístroj dosucha a pred používaním alebo nabíjaním ho vysušte na vzduchu.

| Špecifikácie prístroja Edge | |
|---|---|
| Typ batérie | 1100 mAh dobijateľná, vstavaná, lítium-iónová batéria |
| Životnosť batérie | 15 hodín, typické používanie |
| Voliteľná externá batéria (príslušenstvo) | 20 hodín, typické používanie |
| Rozsah prevádzkovej teploty | Od -20°C do 60°C (od -4°F do 140°F) |
| Rozsah teploty pri nabíjaní | Od 0°C do 45°C (od 32°F do 113°F) |

| Špecifikácie prístroja Edge | |
|-----------------------------------|--|
| Pásiky (O-krúžky) pre držiak Edge | <p>Dve veľkosti:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 1,3 × 1,5 × 0,9 palca AS568-125 • 1,7 × 1,9 × 0,9 palca AS568-131 <p>POZNÁMKA: Používajte len etylén propylén dién monomérové (EPDM) náhradné pásiky. Chodte na www.garmin.sk alebo kontaktujte vášho predajcu Garmin.</p> |

| Špecifikácie monitora tepovej frekvencie | |
|--|--|
| Odolnosť proti vode | 30 m (98,4 stôp) Tento produkt neprenáša údaje tepovej frekvencie do vášho prístroja GPS počas plávania. |
| Batéria | CR2032 (3 volty), vymeniteľná používateľom (strana 48) |
| Životnosť batérie | Približne 4,5 rokov (1 hodina denne) |
| Prevádzková teplota | Od -5°C do 50°C (od 23°F do 122°F) POZNÁMKA: V chladných podmienkach noste vhodný odev, aby ste udržali monitor tepovej frekvencie v teplote blízkej teplote vášho tela. |
| Rádiová frekvencia/protokol | Protokol bezdrôtovej komunikácie 2,4 GHz/ANT+ |

| Špecifikácie GSC 10 | |
|-----------------------------|--|
| Odolnosť proti vode | IPX7 |
| Batéria | CR2032 (3 volty), vymeniteľná používateľom (strana 48) |
| Životnosť batérie | Približne 1,4 rokov (1 hodina denne) |
| Prevádzková teplota | Od -15°C do 70°C (od 5°F do 158°F) |
| Rádiová frekvencia/protokol | Protokol bezdrôtovej komunikácie 2,4 GHz/ANT+ |

O batériách


⚠ VÝSTRAHA

Tento výrobok obsahuje lítium-iónovú batériu. Pozrite si príručku *Dôležité bezpečnostné informácie a informácie o produkte* v balení výrobku pre výstrahy o produkte a pre ďalšie dôležité informácie.


Maximalizovanie životnosti batérie

Nadmerné používanie podsvietenia obrazovky môže výrazne znížiť životnosť batérie.

níženie podsvietenia


1. Stlačte  pre otvorenie strany stavu.
2. Upravte jas.

Nastavenie trvania podsvietenia

1. Zvoľte MENU >  > System > Zobrazit > Uplynutie času podsv.
2. Zvoľte krátke trvanie podsvietenia.

Zapnutie funkcie automatického vypnutia



Táto funkcia automaticky vypne Edge po 15 minútach nečinnosti.

1. Zvoľte MENU >  > System > Nastavenie systému > Automaticke vypnutie.
2. Zvoľte Zap.

Nabíjanie Edge

POZNÁMKA

Aby ste zabránili korózii, dôkladne vysušte mini-USB port, ochranný kryt proti dažďu a okolitú plochu pred nabíjaním alebo pripájaním k osobnému počítaču.

1. Zastrčte nabíjačku AC do štandardnej zásuvky v stene.
2. Vytiahnite ochranný kryt proti dažďu  z portu mini-USB .



3. Zastrčte malý koniec nabíjačky AC do portu mini-USB.

Pre pripojenie prístroja k vášmu počítaču s použitím kábla USB si pozrite stranu 21.

4. Úplne nabite prístroj.

Úplne nabitá batéria dokáže pracovať približne 15 hodín predtým, než musí byť znovu nabitá.

Batérie monitora tepovej frekvencie a GSC 10

■ VÝSTRAHA

Nepoužívajte ostré predmety na vybratie batérií.

■ POZOR

Pre správnu recykláciu batérií sa spojte s vaším miestnym oddelením likvidácie odpadu. Perchlórátový materiál – môže byť potrebné zvláštne zaobchádzanie. Vid' www.dtsc.ca.gov/hazardouswaste/perchlorate.

Výmena batérie pulzomera

1. Na odstránenie skrutiek zo zadnej časti modulu použite malý križový skrutkovač.
2. Odstráňte kryt a vyberte batériu.



3. Počakajte 30 sekúnd.
4. Vložte novú batériu tak, aby jej kladná strana smerovala nahor.

POZNÁMKA: Nepoškodte alebo neuvolnite tesniaci krúžok.

5. Vráťte na miesto zadný kryt a štyri skrutky.

Po výmene batérie pulzomera musíte znovu spárovať prístroj.

Výmena batérie GSC10

1. Nájdite okrúhly kryt batérie ① na boku GSC 10.



2. Použite mincu na otočenie krytu proti smeru hodinových ručičiek, kým nie je dostatočne uvoľnený na to, aby sa dal odstrániť (šípka ukazuje odblokovanú polohu).
3. Odstráňte kryt a vyberte batériu ②.
4. Počkejte 30 sekúnd.
5. Vložte novú batériu tak, aby jej kladná strana smerovala nahor.

POZNÁMKA: Buďte opatrní a nepoškodte alebo neuvoľnite tesniaci krúžok na kryte.

6. Použite mincu na zatočenie krytu v smere hodinových ručičiek naspäť na miesto (šípka ukazuje zablokovanú polohu).

Po výmene batérie GSC 10 musíte znovu spárovať prístroj.

Veľkosť a obvod kolies

Veľkosť kolesa je označená na oboch stranách pneumatiky. Pre modifikovanie profilu vášho bicykla si pozrite stranu 36.



| Veľkosť kolesa | L (mm) |
|--------------------|--------|
| 12 × 1.75 | 935 |
| 14 × 1.5 | 1020 |
| 14 × 1.75 | 1055 |
| 16 × 1.5 | 1185 |
| 16 × 1.75 | 1195 |
| 18 × 1.5 | 1340 |
| 18 × 1.75 | 1350 |
| 20 × 1.75 | 1515 |
| 20 × 1-3/8 | 1615 |
| 22 × 1-3/8 | 1770 |
| 22 × 1-1/2 | 1785 |
| 24 × 1 | 1753 |
| 24 × 3/4 Tubulárne | 1785 |
| 24 × 1-1/8 | 1795 |
| 24 × 1-1/4 | 1905 |

| Veľkosť kolesa | L (mm) |
|----------------|--------|
| 24 × 1.75 | 1890 |
| 24 × 2.00 | 1925 |
| 24 × 2.125 | 1965 |
| 26 × 7/8 | 1920 |
| 26 × 1(59) | 1913 |
| 26 × 1(65) | 1952 |
| 26 × 1.25 | 1953 |
| 26 × 1-1/8 | 1970 |
| 26 × 1-3/8 | 2068 |
| 26 × 1-1/2 | 2100 |
| 26 × 1.40 | 2005 |
| 26 × 1.50 | 2010 |
| 26 × 1.75 | 2023 |
| 26 × 1.95 | 2050 |
| 26 × 2.00 | 2055 |
| 26 × 2.10 | 2068 |
| 26 × 2.125 | 2070 |
| 26 × 2.35 | 2083 |
| 26 × 3.00 | 2170 |

| Veľkosť kolesa | L (mm) |
|----------------|--------|
| 27 × 1 | 2145 |
| 27 × 1-1/8 | 2155 |
| 27 × 1-1/4 | 2161 |
| 27 × 1-3/8 | 2169 |
| 650 × 35A | 2090 |
| 650 × 38A | 2125 |
| 650 × 38B | 2105 |
| 700 × 18C | 2070 |
| 700 × 19C | 2080 |
| 700 × 20C | 2086 |
| 700 × 23C | 2096 |
| 700 × 25C | 2105 |
| 700 × 28C | 2136 |
| 700 × 30C | 2170 |
| 700 × 32C | 2155 |
| 700C Tubulárne | 2130 |

| Veľkosť kolesa | L (mm) |
|----------------|--------|
| 700 × 35C | 2168 |
| 700 × 38C | 2180 |
| 700 × 40C | 2200 |

Riešenie problémov

| Problém | Riešenie |
|---|---|
| Potrebujem kalibrovať dotykovú obrazovku. | Zvoľte MENU >  > System > Zobraziť > Kalibrácia obrazovky . |
| Tlačidlá nereagujú. Ako mám resetovať Edge? | Stlačte a držte vypínač  10 sekúnd. POZNÁMKA: Toto nevymaže žiadne vaše údaje alebo nastavenia. |
| Chcem vymazať z môjho Edge všetky dáta používateľa. | POZNÁMKA: Toto vymaže všetky dáta-, ktoré vložil používateľ, ale nevymaže to vašu históriu. 1. Vypnite prístroj. 2. Položte svoj prst na ľavý horný roh dotykovej obrazovky. 3. Zatiaľ čo držíte prst na dotykovej obrazovke, zapnite prístroj. 4. Zvoľte Ano . |
| Môj prístroj nezachytáva satelitné signály. | 1. Vezmite svoj prístroj von z parkovacích garáží a preč od vysokých budov a stromov. 2. Zapnite prístroj. 3. Zostaňte niekoľko minút bez pohybu. |
| Batérie dlho nevydržia. | Znížte jas podsvietenia a skráťte dobu trvania podsvietenia (strana 47). |
| Ako viem, že môj Edge je v režime veľkokapacitnej pamäte USB? | Na vašom počítači by ste mali vidieť novú vymeniteľnú mechaniku v My Computer na počítačoch Windows a diel na počítačoch Mac. |

| Problém | Riešenie |
|---|--|
| Môj Edge je pripojený k počítaču, ale neprepne sa do režimu veľkokapacitnej pamäte USB. | <p>Mohli ste načítať poškodený súbor.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Odpojte Edge od vášho počítača. 2. Vypnite Edge. 3. Stlačte a držte RESET zatiaľ čo pripájate Edge k počítaču. Pokračujte v stlačení RESET po dobu 10 sekúnd alebo pokiaľ Edge neprejde do režimu veľkokapacitnej pamäte USB. |
| V mojom zozname mechaník nevidím žiadne nové vymeniteľné mechaniky. | Ak máte niekoľko sieťových mechaník pripojených k vášmu počítaču, Windows môže mať problém priradiť písmená mechaník k vašim mechanikám Garmin. Pozrite si súbor Help (Pomocník) vášho operačného systému, aby ste sa naučili, ako priradiť písmená mechaniky. |
| Môj súbor trate, trasy alebo dráhy bol premenovaný. | Do Edge môžete načítať súbory .tcx, .gpx a .crs. Keď zvolíte z nejakého dôvodu trať, súbor je konvertovaný na súbor trate .fit. |
| Nemôžem nájsť bod trasy, ktorý som preniesol do prístroja. | Body trasy sú konvertované a pridané do súboru .fit vašich lokalít. Zvoľte MENU > Kam viesť? > Miesta . |
| Niektoré údaje sa stratili z histórie môjho Edge. | Keď má Edge zaplnenú pamäť, nezaznamenaná dáta. Pravidelne prenášajte svoje dáta do počítača, aby ste predišli ich strate. |
| Potrebujem vymeniť pásky pre držiak. | Chodte na http://buy.garmin.com alebo sa spojte so svojim predajcom Garmin. Kúpajte len pásky vyrobené z EPDM. |

Index

A

adresy 32
aktualizácia softvéru 47
Auto Lap 40, 41
Auto Pause 42
Auto Scroll 42
automatické vypnutie 51

B

batéria
 nabíjanie 5
 Edge 50–51
 GSC 10 52–53
 pulzomer
 52–53
bezpečnostné informácie 5
body záujmu 33

Č

čas
 upozornenia 8
 polia s údajmi 39
 celkový uplynulý 42

 zóny a formáty 45
čas prestávky 42
časovač 24
čistenie prístroja 48

D

dotyková obrazovka 4–6
 kalibrácia 56
 čistenie 48

E

editovanie
 vlastnosti trasy 14
 tréningy 12

F

funkcie navigovania 29–31

G

Garmin Connect 9, 12,
 13, 24
Garmin Product Support 47
Garmin Training Center 9,
 10, 12, 13, 24
GPS
 presnosť 36
 Satelitná stránka 44

GSC 10 20, 50

H

história 24, 57
 vymazávanie 25
 prezeranie 24

I

ID jednotky 47

J

jazyk 45
jednotky merania 45

K

kadencia
 upozornenia 9
 polia s údajmi 35
 tréning 20
kalibrovanie vášho merača
 výkonu 20
kalórie
 upozornenia 8
 polia s údajmi 35
 spotreba 46

L

lítium-iónová batéria 5, 49
lokality
 vymazávanie 31
 editovanie 31
 hľadanie 32
 označenie 29
 projektovanie 3
 nedávno nájdené 30
 uloženie 29

M

mapy 32

N

nabíjanie Edge 5, 51
načítavanie súborov 27
nadmorská výška
 polia s údajmi 36, 39
 lokality 31
náhradné diely 48
naspäť na štart 26
nastavenia 35
nastavenia konfigurácie 45
nastavenia máp 34–35
nastavenia mimo cesty 31

nastavenia trasy 31
navigovanie mimo cesty 31
nedávno nájdené
 lokality 30

O

ochranný kryt proti
 dažďu 27
označenie vašej polohy 29

P

pamäťová karta 26
párovanie snímačov
 ANT+ 16
pásiky 45, 53
počiatočné nastavenie 45
počítadlo 38
podpora produktu 47
podsvietenie 3, 40, 47
pole s údajmi teploty 39
polia s údajmi 7, 35–38
prenášanie dát 27
príslušenstvo 14, 48
profil užívateľa 46
profily
 bicyklov 40

užívateľ 46
profily bicyklov 40
 prepínanie 7
pulzomer 17

R

registrácia produktu 47
registrácia vášho
 zariadenia 5, 47
riešenie problémov 22, 56

S

signály satelitov 44, 56
snímač rýchlosti a
 kadencie 50
Snímače ANT+ 16–23
 párovanie 17
 technické údaje 50
 riešenie problémov 22
softvér
 downloads 24
 aktualizácie 47
správa upozornenia
 štartu 43
sťahovanie softvéru 24
štrbina karty microSD 26

Index

stupeň 36

súbory

vymazávanie 28

načítavanie 27

súradnice 30

T

technické údaje 48

tepová frekvencia

upozornenia 9

polia s údajmi 36–37

zóny 17–19

tesniace krúžky (pásiky) 49

tlačidlá 6

tóny 45

tréning

interiér 43

nastavenia 40

tréning s vašim Edge 8

tréninky 13–15

vymazávanie 15

editovanie 14

načítavanie 27

rýchlosť 15

tréninky 9–12

vytváranie 10

vymazávanie 12

editovanie 12

načítavanie 27

U

ukladanie vašich dát 8

uloženie prístroja 48

upozornenia 8

USB 27, 56

užívateľské polia s

údajmi 35–38

V

váha 46

veľkosť pneumatiky 40, 54

veľkosti kolies 40, 54

vertikálna rýchlosť 40

virtuálny partner 12, 13, 15

výkon

upozornenia 9

polia s údajmi 38–39

zaznamenávanie dát 26

metre 20

zóny 21

vymazanie

tréninky 15

súbory 28

história 25

lokality 31

tréninky 12

vymazávanie dát

užívateľa 56

vzdialenosť

upozornenia 8

polia s údajmi 36

Z

zablokovanie dotykovej

obrazovky 7

zachytávanie satelitných

signálov 44, 56

zaznamenávanie dát 26

zaznamenávanie histórie 8

zóny

tepová frekvencia 17–

19

výkon 21

čas 45

GARMIN.

Průručka rychlým spustením

EDGE® 800



Začíname ...

VAROVANIE

Predtým, ako začnete alebo zmeníte akýkoľvek cvičebný program, vždy sa poraďte so svojim lekárom. Pozrite si návod Dôležité informácie o bezpečnosti a produkte v krabici s produktom pre výstrahy a ďalšie dôležité informácie.

Pri prvom použití vášho zariadenia Edge® vykonajte nasledovné úlohy:

1. Nabitie Edge zariadenia (strana 63).
2. Montáž Edge (strana 63).
3. Zapnutie prístroja Edge (strana 64).
4. Satelitné signály (strana 66).
5. Upevnenie pulzomeru (strana 66) a snímača rýchlosti a kadencie GSC™ 10 (strana 67).



CONAN
satelitná navigácia

Nabitie Edge zariadenia

POZNÁMKA

Aby ste predišli novej korózii, vysušte mini-USB port, ochranný kryt, a ostatné časti pred nabíjaním alebo pripojením ku PC.

1. Zapojte AC nabíjačku do štandardnej siete.
2. Otvorte ochranný kryt ① na mini-USB porte ②.



3. Zapojte menší koniec AC nabíjačky do mini-USB portu.

4. Nabite zariadenie kompletne.

Plne nabitá batéria by mala vydržať po dobu cca. 15 hodín, kým ju bude potrebné opäť nabiť.

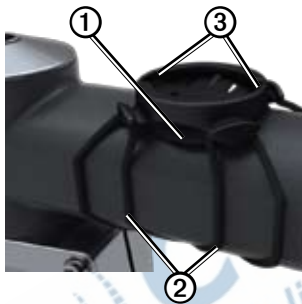
Montáž Edge

Pre čo najlepší GPS príjem, umiestnite bicyklový držiak tak, aby bol Edge orientovaný smerom ku oblohe. Držiak môžete upevniť na predstavec (strana 64) alebo na riadidlá.

1. Vyberte si vhodné a bezpečné miesto pre montáž Edge, tak aby ste mohli bezpečne ovládať bicykel.

2. Umiestnite gumený disk ① na zadnú stranu bicyklového držáka.

Gumené časti pripevnite na zadnú časť do drážok.




3. Umiestnite držiak na predstavec.
4. Bezpečne pripevnite držiak dvomi páskami ②.
5. Umiestnite Edge, tak aby zapadol do drážok ③.
6. Opatrne ho zatlačte a otočte Edge v smere hodinových ručičiek, až kým bude správne upevnený.



Odmontovanie Edge

1. Otočte Edge proti smeru hodinových ručičiek.
2. Vytiahnite Edge z držáka.

Zapnutie prístroja Edge

Stlačte a podržte .


Nastavenie zariadenia Edge

Pri prvom zapnutí Edge, budete vyzvaný nastaviť systémové nastavenia a užívateľský profil.









- Sledujte inštrukcie na obrazovke, aby ste dokončili úvodné nastavenia.
- Počas spustenia aktivujte ANT+™ senzory, ak Edge obsahuje pulzomer a zariadenie GSC 10:
 - Ak máte pulzomer, vyberte voľbu **Áno**. Informácie o nastavení nájdete na strane 17.
 - Ak máte snímač rýchlosti a kadencie, vyberte voľbu **Áno**. Informácie o nastavení nájdete na strane 19.
 - Ak máte ANT+ snímač výkonu, vyberte voľbu **Áno**. Informácie o nastavení nájdete na strane 20.

Tlačidlá



| | |
|---|---|
|  | Stlačte a podržte POWER pre zapnutie a vypnutie. Stlačte POWER si zobrazíte stavovú stránku s možnosťou nastavenia podsvietenia.. |
| LAP/RESET | Stlačením vytvoríte nový okruh. Stlačením a podržaním uložíte jazdu a resetujete stopky. |
| START/STOP | Stlačením zapnete a vypnete stopky. |

Ikonky na dotykovej obrazovke

| | |
|--|--|
|  | Zobrazenie satelitov a menu nastavenia GPS. |
|  | Výberom otvoríte Menu nastavenia. Pri aktívnej trase voľba ďalších funkcií. |
|  | Vymazanie trasy, tréningu alebo aktivity. |
|  | Vypnutie zobrazenej stránky bez uloženia vykonaných zmien. |
|  | Uloženie vykonaných zmien a zatvorenie stránky. |
|  | Návrat na predchádzajúcu stránku. |
|  | Zmena stránok alebo posun zobrazenia. Posun je možný aj ťahaním prsta po dotykovom displeji. |
|  | Vyhľadávanie zadaním časti názvu. |

Používanie podsvietenia

Podsvietenie zapnete ťuknutím na dotykový displej.

Satelitné signály

Lokalizovanie satelitov môže trvať 30–60 sekúnd.

1. Chod'te von na otvorené priestranstvo.
2. Pre čo najlepší príjem zabezpečte, aby bola predná strana Edge orientovaná k oblohe.
3. Čakajte, kým Edge vyhľadáva satelity. Stojte nehybne na otvorenom priestranstve a nezačínajte sa hýbať, kým nezmizne Satelitná stránka.

Upevnenie pulzomeru

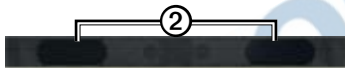
POZNÁMKA: Ak nemáte pulzomer, preskočte túto kapitolu.

Snímač pulzu noste priamo na pokožke, hneď pod prsiami. Mal by dostatočne priliehať, aby zostal na mieste počas jazdy.

1. Pripojte modul pulzomeru ① ku popruhu.




2. Navlhčíte obe diódy ② na zadnej strane pulzomeru, aby sa vytvorilo silné prepojenie medzi vašou hruďou a vysielateľom.



3. Omotajte si popruh okolo hrude a pripojte ho k druhej strane snímača srdcovej činnosti.
Logo Garmin by malo byť lícom nahor.
4. Dajte GPS zariadenie do vzdialenosti max. 3 m od pulzomeru.

TIP: Ak pozorujete nepresné alebo chybné údaje tepovej frekvencie, ubezpečte sa, že snímač pulzu prilieha na vaše telo, alebo vyčistite snímače.

Po nasadení pulzomeru je tento v režime standby a hneď je schopný posielat' údaje. Ak je pulzomer spárovaný, zobrazí sa ikonka  na displeji zariadenia.

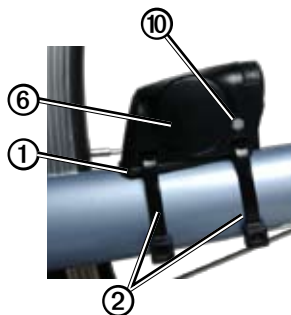
Montáž GSC 10

POZNÁMKA: Ak nemáte GSC 10, preskočte túto kapitolu.

Oba magnety musia byť zarovnané k svojim príslušným indikačným čiarkam, aby Edge mohol prijímať údaje.

1. Umiestnite GSC 10 na spodnú časť zadnej vidlice (na stranu oproti reťazovému pohonu).

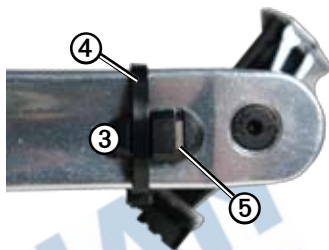
POZNÁMKA: Umiestnite gumenú podložku ① alebo trojuholníkovú gumu medzi GSC 10 a reťaz pre lepšiu stabilitu.



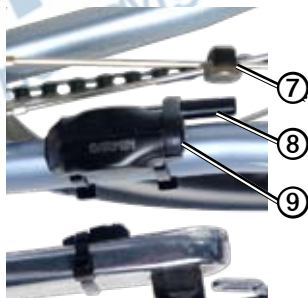
2. Voľne pripevnite GSC 10 s použitím dvoch sťahovacích pásoke ②.

3. Pripevnite pedálový magnet ③ na rameno kľuky s použitím lepiaceho držača a sťahovacej pásky ④.

Pedálový magnet musí byť do 5 mm od GSC 10. Indikačná čiarka ⑤ na pedálovom magnete musí byť zarovnaná s indikačnou čiarkou ⑥ na GSC 10.



4. Odskrutkujte magnet špice z plastového dielu ⑦.



5. Umiestnite špicu do drážky v plastovom dieli a zľahka dotiahnite.


Magnet môže byť nasmerovaný mimo GSC 10, ak nie je dost' miesta medzi ramenom snímača a špicou. Magnet musí byť zarovnaný s indikačnou čiarkou ramena snímača ⑧.

6. Uvoľnite skrutku ⑨ na ramene snímača.
7. Posuňte snímač do vzdialenosti do 5 mm od magnetu špice. Tiež môžete sklopiť GSC 10 bližšie k jednému z dvoch magnetov pre lepšie zarovnanie.
8. Stlačte tlačidlo **Reset** ⑩ na GSC 10. Kontrolka LED sa rozsvieti na červeno, potom na zeleno.

9. Pretočte pedál pre test zarovnania snímača. Červená LED kontrolka blikne zakaždým, keď rameno kľuky prejde okolo snímača a zelená LED kontrolka blikne zakaždým, keď magnet na kolese prejde okolo ramena snímača.

POZNÁMKA: LED kontrolka bliká počas prvých 60 prechodov po resetovaní. Stlačte Reset znovu, ak potrebujete ďalšie prechody.

10. Keď je všetko zarovnané a všetko pracuje správne, dotiahnite sťahovacie pásky, rameno snímača a magnet na špici.

Ak je GSC 10 spárovaný zobrazí sa správa a ikonka  na displeji zariadenia.

ZÁRUČNÝ LIST

Informácie o výrobku:

Názov - Typ - Model:

sériové číslo:

Informácie o zákazníkovi:

Meno a priezvisko:

Adresa:

Telefón:

Email:

Upozornenie:

Nie je potrebné aby bol záručný list potvrdený predajcom. Za relevantný doklad, pre uplatnenie záruky je stanovený nadobúdaci doklad. Záručný list však plní dôležitú sprievodnú funkciu počas reklamačného procesu a preto je potrebné ho pri uplatnení reklamácie pozorne vyplniť a poslať spolu s dokladom o kúpe.

Záručné podmienky

Firma Garmin poskytuje na všetky svoje výrobky 24 mesačnú obmedzenú záruku.

V rámci záručnej doby sa firma Garmin zaväzuje opraviť alebo vymeniť všetky poškodené diely, prípadne celé zariadenie, ktorých porucha sa prejavila pri ich bežnom používaní v súlade s určením zariadenia.

Počas záručnej doby je zákazník povinný zaslať poškodené zariadenie bez zbytočných odkladov do autorizovaného servisu na vlastné náklady.

Reklamácia musí obsahovať:

1. **Poškodené zariadenie** s viditeľným výrobným číslom (ak ho obsahuje)
2. **Vyplnený záručný list a nadobúdaci doklad** (faktúra alebo pokladničný doklad - stačí kópia)
3. V prípade, ak zariadenie je darčekom, je potrebný doklad o kúpe produktu, ku ktorému bol darček dodaný.
4. **Vyplnený reklamačný protokol**
 - reklamačný protokol nájdete na stránke www.garmin.sk v sekcii Download/Tlačivá alebo priamo na linku: **<http://www.garmin.sk/servis/reklamacny-protokol/>**

Strata uvedených záruk nastáva v prípade:

1. Ak je na prístroji vykonaný servisný zásah neoprávnenou osobou
2. Ak bol prístroj doručený v rozobranom stave
3. Ak porucha vznikla následkom nehody alebo neprimeraného používania - mechanické poškodenie

Všetky ďalšie záručné podmienky sa riadia podľa príslušných ustanovení platného Zákona o ochrane spotrebiteľa

Service stredisko pre Slovensko:

CONAN s.r.o., Murgašova 18, 010 01 Žilina, tel: 041-7002900, fax: 041-7632 616, servis@garmin.sk

**bezplatná linka podpory
HOT-LINE: 0800 135 000**





Táto **slovenská** verzia anglickej príručky Edge 800 (**katalógové číslo Garmin 190-01267-00, verzia A**) je poskytnutá ako výhoda. Ak je to potrebné ohľadom prevádzky a používania Edge 800 použite prosím najnovšiu verziu anglickej príručky.

SPOLOČNOSŤ GARMIN NIE JE ZODPOVEDNÁ ZA PRESNOSŤ TEJTO **SLOVENSKEJ** PRÍRÚČKY A ODMIETA AKÚKOL'VEK ZODPOVEDNOSŤ VYPLÝVAJÚCU ZO SPOĽAHNUTIA SA NA ňU.

Pre najnovšie aktualizácie softvéru zadarmo (okrem mapových dát) počas životnosti vašich produktov Garmin, navštívte webovú stránku Garmin na www.garmin.com.



© 2010 Garmin Ltd. alebo jej pobočky

Garmin International, Inc.
1200 East 151st Street, Olathe, Kansas 66062, USA

Garmin (Europe) Ltd.
Liberty House, Hounsdown Business Park, Southampton, Hampshire, SO40 9LR UK

Garmin Corporation
No. 68, Jangshu 2nd Road, Sijhih, Taipei County, Taiwan