GARMIN®

Ръководство

EDGE® 500

GPS ХРОНОМЕТЪР ЗА ВЕЛОСИПЕДИСТИ

© 2010 Garmin Ltd. or its subsidiaries

Garmin International, Inc.
1200 East 151st Street,
Olathe, Kansas 66062,
USA
Tel. (913) 397.8200 or
(800) 800.1020
Fax (913) 397.8282

Garmin (Europe) Ltd.
Liberty House,
Hounsdown Business Park,
Southampton, Hampshire, SO40 9LR UK
Tel. +44 (0) 870.8501241 (outside the UK)
0808 2380000 (within the UK)
Fax +44 (0) 870.8501251

Garmin Corporation
No. 68, Jangshu 2nd Road,
Sijhih, Taipei County,
Taiwan
Tel. 886/2.2642.9199
Fax 886/2.2642.9099

Всички права са запазени. Освен ако не е изрично посочено, никаква част от това ръководство не бива да се възпроизвежда, копира, предава, разпространява, сваля или съхранява във какво да е хранилище и за каквато и да е цел без разрешението на Garmin. Garmin Ви позволяват да притежавате единствено копие на това ръководство на твърд диск или друго електронно устройство за съхранение или пък напечатано копие на ръководството. Разпространяването на това ръководство е строго забранено.

Информацията в този документ е обект на промяна без известяване. Garmin запазват правото си да променят или подобряват продуктите си и да правят промени в съдържанието без да се задължават да съобщават никоя личност или организация за подобни промени или подобрения. Моля, посетете уеб-сайта на Garmin (www.garmin.com) за текущи подобрения (“ъпдейти”) и допълнителна информация относно употребата и работата с този и други продукти на Garmin.

Garmin®, Garmin Training Center®, Auto Pause®, Auto Lap®, Virtual Partner®, Edge®, са търговски марки на Garmin Ltd. или филиалите му, регистрирани в USA и други държави. Garmin Connect™, GSC™, ANT™, и ANT+™ са търговски марки на Garmin Ltd. или филиалите му. Тези търговски марки не могат да бъдат ползвани без изричното съгласие на Garmin.

Windows® е регистрирана търговска марка на Microsoft Corporation в US и/или други държави. Mac® е регистрирана търговска марка на Apple Computer, Inc. Firstbeat и Analyzed by Firstbeat са регистрирана или нерегистрирана търговска марка на Firstbeat Technologies Ltd. Други търговски марки и търговски имена са притежание на техните собственици.

Съдържание

Стартиране..... 1
За Батерията..... 1
Монтиране..... 2
Включване..... 4
Свързване със Сателит..... 6
ANT+ Сензори..... 6
Данни и Програми..... 7
Запис на Данни..... 7
Безплатни Програми..... 7
Трансфер на данни към компютър 8

Настройки..... 9
Предупреждения..... 9
Фиксирана Обиколка по Разстояние..... 10
Фиксирана Обиколка по Позиция 11
Автоматична Пауза..... 12
Функция Auto Scroll..... 12
Курсове..... 13
Тренировки..... 16

ANT+ Сензори..... 20
Свързване наANT+ сензори към Edge..... 20
Пулсомер..... 21
Употреба на Пулсомера..... 22
Зони на Пулс..... 23
Подмяна на Батерията на Пулсомера..... 24
Инсталиране на GSC 10..... 25
Работа с GSC 10..... 28
Подмяна на Батерията на GSC 10 29
Други ANT+ Сензори..... 30
ANT+ Проблеми..... 31

Данни 33
Преглед на Данни..... 33
Преглед на Данни за Време и Дистанция..... 34
Изтриване на Данни..... 34
Записване на Данни..... 34

Управление на Данни 35
Свързване с USB кабел 35
Копиране на Файлове..... 35
Изтриване на Файлове..... 36

Функции 37
Персонализиране на Полета Данни..... 37
Полета Данни 38
Промяна на Системните Функции..... 41
Промяна на Настройките на Вашия Профил 43
Настройки на Колоездачния Профил 43
Промяна на Велосипеда 44
Бърз Старт..... 44
Зони на Скорост..... 44
GPS Настройки 45
Настройки на Точки Коти..... 46

Поддръжка 47
Регистрация на Уреда 47
За Edge 47
Обновяване на Софтуера 47
Контакт с Garmin 47
Осветление на Дисплея 48
Допълнителни Аксесоари..... 48
Характеристики..... 48
Размери на Велосипеда..... 51
Зони на Активност 53
Разрешаване на проблеми ... 54

Стартиране

ВНИМАНИЕ

Винаги си консултирайте с Вашия лекар, преди да започнете тренировки. Погледнете *Important Safety and Product Information* за да се запознаете с важна информация, око експлоатирането на уреда.

Когато ползвате Edge® за първи път, следвайте следните стъпки:

1. Заредете Edge (стр. 2).
2. Монтирайте Edge (стр. 2).
3. Включете Edge (стр. 4).
4. Локализирайте (стр. 6).
5. Свържете ANT+™ сензорите (стр. 6).
6. Тренирайте (page 7).
7. Запазете данните от тренировката (стр. 7).
8. Използвайте програмите Garmin Connect™ или Garmin Training Center® (стр. 7).
9. Прехвърлете данните на Вашия компютър (стр. 8).

За Батерията

ВНИМАНИЕ

Продуктът съдържа lithium-ion батерия. Погледнете *Important Safety and Product Information* за да се запознаете с важна информация, око експлоатирането на уреда.

Edge се захранва от вградена lithium-ion батерия, която можете да презареждате с AC адаптора и USB кабела, включени в комплекта.

ВАЖНО: Edge няма да се зареди качествено, когато външната температура е извън тези граници 32°F to 122°F (0°C to 50°C).

Зареждане

ВНИМАНИЕ

За да предотвратите появата на корозия по mini-USB погта, изсушете преди включване към компютъра.

1. Включете адаптора към 220 V волтовата мрежа.
2. Издърпайте предпазителя на mini-USB порта.

3. Включете малкият край на кабела към mini-USB порта на уреда а големия към адаптора.

   За връзка с компютър, погледнете страница 8.
4. Зареждайте уреда не по малко от 3 часа преди употреба.

Напълно заредена батерията издържа до 18 часа в работен режим, преди презареждане.

Монтиране

За най-добър сигнал от сателит, монтирайте стойката така че горната част на уреда да е ориентирана към небето. Монтираите на кормилото (стр. 3) .

1. Изберете подходящо, безопасно и сигурно място за монтиране, без да пречи на управлението.

2. Поставете гумата между кормилото и стойката.

   Гумата пасва идеално с фиксаторите и формата..

3. Поставете стойката на кормилото.
4. Прикрепете стойката чрез пристягане със клик лентите.

5. Напаснете и вкарайте уреда в стойката.
6. Притиснете и завъртете на 90 гадуса в желаната посока.

Edge Монтиран на Кормилото

Откачане

1. Завъртете уреда на 90 градуса.
2. Издърпайте.

Включване

Натиснете и задръжте бутона **POWER** t.

Конфигуриране

При първо включване на уреда, ще бъдете подканени да конфигурирате системните настроики и Вашия профил.

- Следвайте стъпките за да завършите настройването.
- Използвайте ▼ или ▲ за да изберете желаната от Вас настройка.
- Натиснете **ENTER** за подтвърждение.

Икони

97%	Ниво назаряд ня Батерията
3D	Включен GPS, приемане на сигнал.
	Изключен GPS.
	Активен Монитор за следене на пулс.
	Активен сензор за Скорост и Каданс.
	Активно Изчисляване на Натоварване.

Бутони

Всеки бутон на Edge има множество функции.

Бутони	Функция
POWER/ LIGHT	За вкючване и изключване на уреда, натиснете и задръжте бутона **POWER**. Натиснете **LIGHT** за да вкючите осветлението на екрана. Натиснете произволен бутон за да остане осветено за още 15 секунди.
BACK	Натиснете **BACK** за откъс или връщане на зад в менюто
START/ STOP	Натиснете **START/STOP** за стартиране и спиране на таймера.
▼ ▲	Натиснете ▼ или ▲ за избор на меню. Натиснете и задръжте ▼ или ▲ за бързо прелистване.
LAP/RESET	Натиснете **LAP** за нова обиколка. Натиснете и задръжте **RESET** зануляване на времето.
PAGE/ MENU	Натиснете **PAGE** за др. страници. Натиснете и задр. **MENU** за смяна на режима.
ENTER	Натиснете **ENTER** за подтвърждение .

Свързване със Сателит

Може да отнеме от 30 до 60 секунди, в зависимост от условията.

1. Отидете на открито място.
2. Горната част на уреда трябва да гледа към небето.
3. Изчакайте докато сигнала бъде установен .

   Не се движете докато екрана за търсене на сигнал не изчезне.

ВАЖНО: За да изключите приемането на GPS сигнал и за да използвате уреда на закрито вижте стр. 45.

ANT+ Сензори

ВАЖНО: Ако не използвате ANT+ сензори за връзка, може да пропуснете тази настройка.

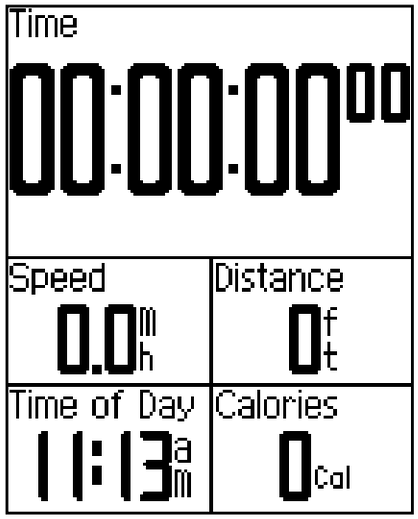
За да използвате ANT+ сензор докато тренирате трябва да инсталирате и свържете сензора към уреда Edge.

- За свръзване на Монитор за следене на Пулс, вижте стр. 21.
- За свръзване на GSC™ 10 сензор за скорост и каданс вижте стр. 25.
- За други ANT+ сензори, вижте стр. 30, според упътването дадено от производителя, и посетете www.garmin.com/intosports.

Данни и Програми

Преди да започнете да записвате данни трябва да имате GPS сигнал (стр. 6).

1. Натиснете и задр.**MENU** за достъп до хронометъра.



2. Натиснете **START** за начало на тренировката.

   Данни се записват само докато хронометъра е стартиран.

3. За край на тренировката, натиснете **STOP**.

Запис на Данни

Натиснете и задр. **RESET** за запис на тренировката и начало на нова.

Използване на безплатни Програми

Garmin предлага две програми за запис, преглед и анализиране на събраните данни от тренировките:

- Garmin Connect нужта е постоянна Интернет Връзка.
- Garmin Training свободна за безплатно инсталиране на компютър.

1. Посетете www.garmin.com /intosports.
2. Следвайте интрукциите за да инсталирате програмите.

Трансфер на Данни към Компютър

1. Свържете USB кабела с USB порта на компютъра.
2. Издърпайте предпазителя и открийте USB порта.

Mini-USB порта, под предпазител

3. Включете малкият край на кабела към mini-USB порта на уреда.
4. Стартирайте Garmin Connect (http://connect.garmin.com), или Garmin Training Center.
5. Следвайте инструкциите заложени в програмата.

Настройки

Предупреждения

Можете да тренирате със зададени: време, разстояние, калории, пулс, натоварване.

Предупреждение за Време, Разстояние и Калории.

1. Натиснете и задр. **MENU**.
2. Селектирайте **Training** > **Alerts**.
3. Изберете **Time Alert**, **Distance Alert,** или **Calorie Alert**.
4. Задайте режим активирано.
5. Въведете желаното време, разстояние или калории.
6. Готово за тренировка.

Всеки път когато превишите зададените стойности, ще чуете звуков сигнал и ще видите съобщение на дисплея.

ВАЖНО: За да включите звуков сигнал на съобщенията, вижте стр. 41.

Специализирани Предупреждения

Ако имате допълнително пулсомер или GSC 10 сензор, или друг ANT+ синзор, можете да въведете специални предупреждения.

1. Натиснете и задр. **MENU**.
2. Селектирайте **Training** > **Alerts**.
3. Изберете опция:
   - Задайте **HR Alert** за да зададете максимално и минимално ниво на сърдечния ритъм (удара в минута).

     ВАЖНО: Повече информация за зоните на натоварване и настройките им, вижте стр. 22.

- Селектирайте **Cadence Alert** и задайте бърз и бавен ритъм на обороти. (Обороти на манивелата в минута).
- Селектирайте **Power Alert** и задайте максимално и минимално натоварване във Ватове [W].

4. Готово за тренировка.

Всеки път когато превишите зададените стойности на Пулс, Каданс или Натоварване ще чуете звуков сигнал и ще видите съобщение на дисплея.

ВАЖНО: За да включите звуков сигнал на съобщенията, вижте стр. 41.

Фиксирана обиколка зададена по Разстояние

Използвайте Auto Lap® за да зададете автоматично фиксиране на обиколката според зададено разстояние. Тази функция е полезна за сравняване на ефективността Ви в различни части от тренировката (Пример: на всеки 10 километра).

1. Натиснете и задр. **MENU**.
2. Селектирайте **Settings** > **Bike Settings** > **Auto Lap**.
3. В менюто **Auto Lap Trigger** изберете **By Distance**.
4. Въведете стойност.
5. Персонализирайте полетата с данни (стр. 37).
6. Готово за тренировка.

Фиксирана обиколка зададена по Позиция

Използвайте Auto Lap за автоматично фиксиране на обиколката по зададена позиция. Тази функция е полезна за сравняване на ефективността Ви в различни части от тренировката (Пример: при дълъг спринт).

1. Натиснете и задр. **MENU**.
2. Селектирайте **Settings** > **Bike Settings** > **Auto Lap**.
3. В менюто **Auto Lap Trigger** изберете **By Position**.
4. Въведете позиция:
   - Селектирайте **Lap Press Only** за стартиране на хронометъра при натискане на **LAP** и за спиране на обиколката при преминаване през същото място.
   - Селектирайте **Start And Lap** за стартиране на хронометъра с начало Вашата GPS локация в момента на натискането **START** и на всяко място по време на тренировка, когато натиснете **LAP**.
   - Селектирайти **Mark And Lap** за стартиране на хронометъра по зададена GPS локация, зададена преди тренировката, и на всяко място когато натиснете **LAP**.
5. Персонализирайте полетата с данни (стр. 37).
6. Готово за тренировка.

ВАЖНО: По време на тренировка, използвайте опцията **By Position** за стартиране на обиколка, от всяка записана точка по време на движението.

Автоматична Пауза

Използвайте Auto Pause® за паузиране на хронометъра когато спрете за почивка, или паднете много под зададените от Вас стойности . Функцията е полезна когато имате чести спирания или почивки.

ВАЖНО: Докато сте в Пауза, не се записват данни.

1. Натиснете и задр. **MENU**.
2. Селектирайте **Settings** > **Bike Settings** > **Auto Pause**.
3. Изберете Опция:
   - Задайте **Off**.
   - Задайте **When Stopped** за авт. паузиране на хронометъра докато не се движите.
   - Задайте **Custom Speed** за авт. паузиране на хронометъра, когато паднете под зададени стойности.
4. Персонализирайте полетата с данни (стр. 37).

   За общото време (от натискането на **START** до **RESET**), задайте поле с данни**Time - Elapsed**.
5. Готово за тренировка.

Функция Auto Scroll

Използвайте функцията Auto Scroll за да виждаде всички полета с данни прелиствайки се автоматично едно след друго.

1. Натиснете и задр. **MENU**.
2. Селектирайте **Settings** > **Bike Settings** > **Auto Scroll**.
3. Задайте скорост на прелистване: **Slow**, **Medium**, или **Fast**.
4. Готово за тренировка.

   Полетата с данни се прелистват автоматично. За ръчно прелистване натиснете **PAGE** .

Курсове

Курсовете ви позволяват да тренирате на базата на предишна тренировка. Можете да следвате курса и да доближите или подобрите резултатите от предишната обиколка. Пример: ако предишната обилколка е измината за 30 минути, Вие ще тренирате с Virtual Partner® опитвайки се да паднете под 30 минути.

Garmin препоръчва ползването на Garmin Connect или Garmin Training Center (стр. 7) за създаване на Курсове, след което да ги прехвърлите на Вашия Edge (стр 35).

Точки от Курса

Трябва да ползвате Garmin Training Center за да добавяте точки в желания курс. Можете да добавите точки или места, които искате да запаметите, както и водни обекти и разстояние до определени места.

Създаване на Курсове

Преди да създадете курс, трябва да имате запаметенни GPS данни от предишна тренировка на вашия Edge.

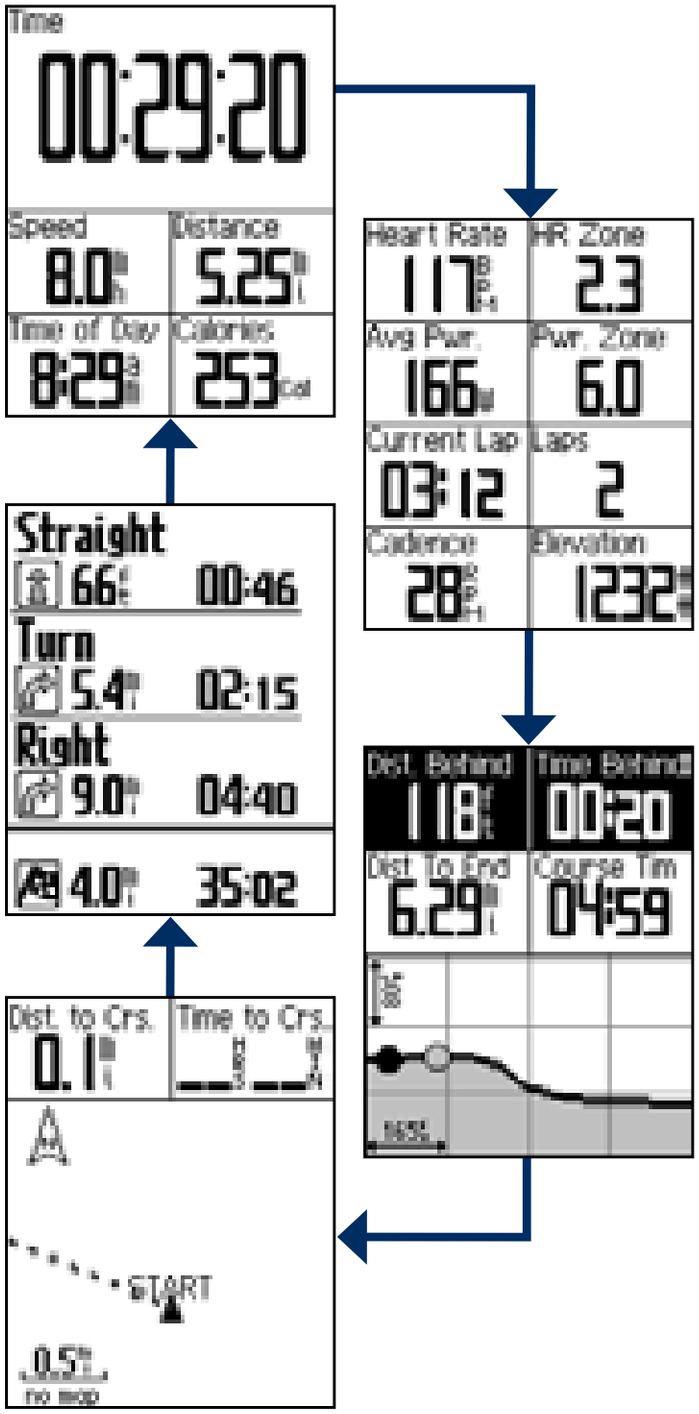
1. Натиснете и задр. **MENU**.
2. Селектирайте **Training** > **Courses** > **New**.
3. Изберете базовата тренировка за създаване на курс.

   Edge създава автоматично име на новия курс.
4. Изберете курс от листа.
5. Изберете **Edit Course** за да го преименувате.
6. В горното поле въведе описание на курса (Пример: 18km_ Spuskane).

Стартиране на Курс

1. Натиснете и задр. **MENU**.
2. Селектирайте **Training** > **Courses**.
3. Изберете курс от листа.
4. Изберете опция:
   - Задайте **Do Course**.
   - Задайте **Map** за да видите курса, и се върнете с **BACK** в менюто с различните курсове.
   - Задайте **Profile** за да видите настройките на профила, и се върнете с **BACK** в менюто с различните курсове.
5. Натиснете **START**.

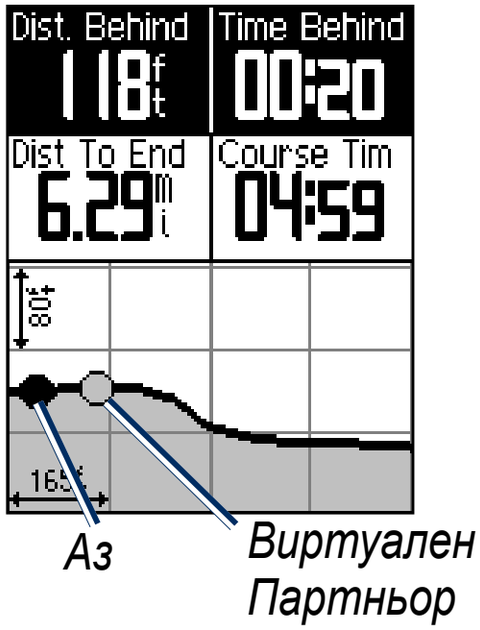
   Записа на данни продължава дори когато се отклоните от курса. Съобщението “Course Complete” се показва когато финиширате зададение курс.
6. Готово за тренировка.
7. Натиснете **PAGE** за данни:



Извън Курса

Можете да зададете загряване, преди да започнете курса. Натиснете **START** за да стартирате курса, докато загрявате. Стойте настрана от пътя на курса докато загрявате. Когато сте готови насочете се към курса. Когато навлезнете в пътя на курса ще видите автоматично съобщение “On Course”.

ВАЖНО: Веднага, след като натиснете **START**, Вашия Virtual Partner стартира селектирания курс, без да ви чака да загрявате.



Ако стоите далеч от магшрута на курса ще видите съобщение “Off Course”. Вижте картата на курса или която и да е точка от него, за да се върнете обратно в избрания маршрут на курса.

Промяна ня Скороста та Курса

1. Натиснете и задр. **MENU**.
2. Селектирайте **Training** > **Courses**.
3. Изберете курс от листа.
4. Задайте **Do Course**.
5. Натиснете **LIGHT**.
6. Ползвайте ▼ или ▲ за да коригирате времето за изпълнение на курса.

   Пример: за да подобрите времето си с 20%, въведете скорост на курса 120%. Вие ще се състезавате срещу Virtual Partner за да финиширате 30-минутен курс за 24 минути.

Спиране на Курс

Натиснете и задр. **MENU**, изберете **Training** > **Stop Course**.

Изтриване на Курс

1. Натиснете и задр. **MENU**.
2. Селектирайте **Training** > **Courses**.
3. Селектирайте курса.
4. Задайте **Delete Course** > **Yes**.

Тренировки

Можете да използвате Edge за да си създадете тренировки по Ваше желание, със различни изисквания към разстояние, скорост, брой обиколки и др. След като създадете тренировка можете да използване тпограмите Garmin Connect и Garmin Training Center за да следите как и преминала всяка тренировка, да ги подреждате по дни, месеци. Можете да планирате и по сложни тренировки, след което да ги прехвърлите в паметта на Edge.

Създаване на Тренировка

Garmin препоръчва да ползвате Garmin Connect или Garmin Training Center (стр. 7) за създаване на тренировка, след което до ги прехвърлите в Edge (стр. 35). Също така можете да си направите тренировка директно в Edge.

1. Натиснете и задр. **MENU**.
2. Селектирайте **Training** > **Workouts** > **New**.
3. Въведе желаното име на тренировката (Пример:, SPRINT_ VITOSHA).
4. Селектирайте **Add New Step**.
5. Изберете **Duration** за задаване на начина на изчисляване.

   Пример: Изберете **Distance** и посочете желаната дължина.

   Ако изберете **Open**, можете да натиснете **LAP** за да завършите преди края на тренировката.
6. Ако е необходимо въведе стойност в полето **Duration**.
7. Изберете **Target** за да изберете вашата цел на тренировката.

   Пример: Изберете **Heart Rate** и задайте желана стоиност на пулса по време на тренировката.
8. Ако е необходимо, изберете или въведете ограничения.

   Пример: Можете да окажете една от зоните на пулса за работна, винаги когато падне или се покачи пулса Ви ще чувате звуков сигнал..
9. Ако е необходимо задайте **Yes** в **Rest Lap** полето.

   Докато си почивате записването на данни продължава.
10. Натиснете **BACK** за да продължите настройването.
11. Повторете точки 4–9 за да добавите нова стъпка.

Повтаряне на Тренировки

За да можете да повторите някоя от стъпките в тренировката, трябва да има поне една създадена такава, в съответната тренировка.

1. Изберете **Add New Step**.
2. В полето **Duration** изберете опция.
   - Изберете **Repeat** за да повторите стъпките веднъж или повече.
   - Изберете **Repeat Until** за да повторите стъпката за определена настройка.
3. В полето **Back To Step** посочете желана стъпка за повторение.
4. Ако сметнете за необходимо задайте**Yes** в полето **Rest Lap**.
5. Натиснете **BACK** за да продължите .

Стартиране на Тренировка

1. Натиснете и задр. **MENU**.
2. Изберете **Training** > **Workouts**.
3. Изберете Тренировка.
4. Селектирайте **Do Workout**.
5. Натиснете **START**.
6. Готово за трениране.
7. Натиснете **PAGE** за данни:

След като започнете тренировката уреда показва всички полета с желаните от Вас данни, както и моментната им стойност. Ще чуете звукав сигнал, когато приключите с тренировката. Ще видите съобщение, което отброява колко време Ви остава до следващата тренировка.

Прекратяване

Натиснете **LAP** зя предварително прекратяване.

Спиране на Тренировка

1. Натиснете **STOP** за спиране.
2. Натиснете и задр. **RESET** за запис на данни и зануляване на хронометъра.

Обработка но Тренировките

Можете да ги преглеждате с Garmin Connect, Garmin Training Center, или директно от Edge. Ако редактирате директно от Edge, вашите промени може да са временни. Garmin Connect и Garmin Training Center капират и запаметяват абсолютно всички данни от тренировката. Редактирането от Edge, може да доведе до прекопиранни на данни в Garmin Connect или Garmin Training Center. За постоянни примени в тренировката редактирайте с Garmin Connect или Garmin Training Center след което ги прехвърляите в паметта на Edge.

Обработка на Тренировките директно от Edge

1. Натиснете и задр. **MENU**.
2. Изберете **Training** > **Workouts**.
3. Изберете тренировка.
4. Изберете **Edit Workout**.
5. Изберете стъпката.
6. Изберете **Edit Step**.
7. Направете желаните промени и натиснете **BACK**.
8. Натиснете отново **BACK** за запис и изход.

Изтриване на Тренировка

1. Натиснете и задр. **MENU**.
2. Изберете **Training** > **Workouts**.
3. Изберете тренировка.
4. Изберете **Delete Workout** > **Yes**.

ANT+ Сензори

Edge работи със следните ANT+ сензори:

- Сензор за следене на пулс (стр. 21)
- Сензор за слезене на скорост и каданс GSC 10 (стр 25)
- Други ANT+ сензори (стр 30)

Информация за закупуването на сензори посетете: http://buy.garmin.com.

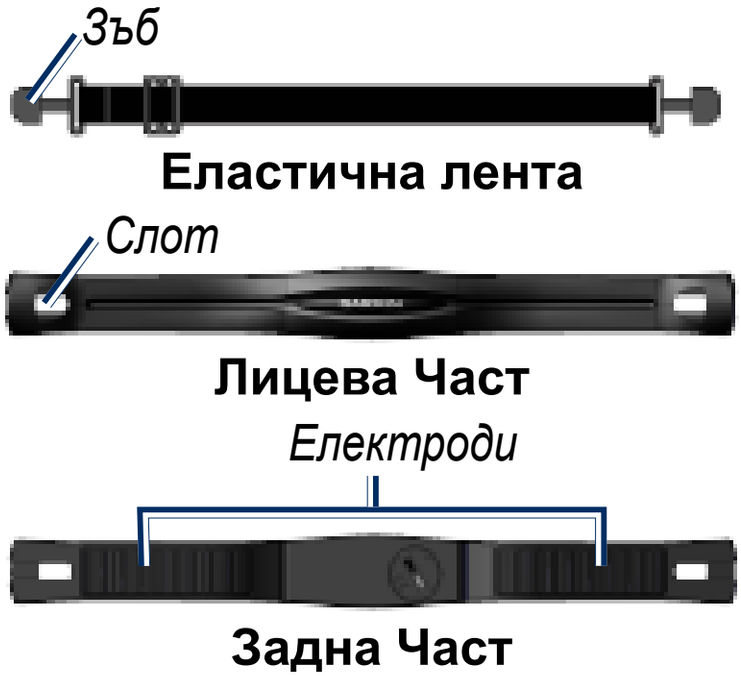
Свързване на ANT+ към Edge

- Бъдете сигурни че ANT+ сензора е съвместим с Вашия Garmin Edge.
- Преди свързване на ANT+ сензор с Garmin уред, се отдалечете на повече от10 m от други ANT+ сензори.
- Доближете Garmin уреда на не повече от (3 m) от ANT+ сензора.
- След като свържете сензора с Вашия Garmin, всеки следващ път когато активирате ANT+ сензора, и включите уреда, сензора ще се свръзва автоматично. Свръзването и преминаването в работен режим ще отнема няколко секунди.
- Веднъж свързан, вашият Garmin ще приема информация само и единтвено от свързания сензор, сега вожете да се доближите до дгури сензори без да се омешват един с друг.

Пулсомер.

Сложете монитора за следене на пулс директо върху кожата, на гръдния кош. Стегнете за да не се исхлузи по време на тичане

1. Завъртете зъбъ перпендикулярно на слота.



2. Мушнете през слота.
3. Навлажнете електродите от задната страна монитора, за да направите сигурна връзка между кожата и сензорar.
4. Прекарайте каишката през така че да обиколи целия гръден кош, след което закопчайте в дгугия край на сензора.

   Логото Garmin трябва да е лицевата част.

След като сложите сензора, той е готов за свръзване и събиране на данни.

Употреба на Пулсомера

За по-точна информация за изхабените калории по време на тренировка, задайте максимален пулс, пулс в покой, и зоните на пулс използвайки Garmin Connect или Garmin Training Center.

1. Вкбючете Edge.
2. Доближете Edge на (3 m) от монитора за следене на пулс.
3. Натиснете и задр **MENU**.
4. Изберете **Settings** > **Bike Settings** > **Heart Rate** > **ANT+ HR**.
5. Изберете **Yes** > **Rescan**.
6. Натиснете **BACK** за връщане в основното меню.

   Когато се установи връзка, ще чуете сигнал и ще видите иконата ♡ обозначаваща активната връзка с пулсомера.
7. Настройка на полетата с данни (стр 37).
8. Готово за тренировка.

ВАЖНО Ако данните за пулса не се покажат, или получавате хаотични измервания, свалете пулсомера, навлажнете, сложете отново и стегнете (стр 31).

Зони на Пулс

Уреда използва информацията от вашия профил, за да избере подходящата зона за вас.

1. Натиснете и задр **MENU**.
2. Изберете **Settings** > **Bike Settings** > **Heart Rate** > **HR Zones**.

ВАЖНО: Натройте, максималния пулс, пулса в покой, и зоните на пулс използвайки Garmin Connect или Garmin Training Center. (стр 8).

Зони на Пулс

	% от Максималния пулс на натоварване или пулса в почивка	Усилия	Предимства
1	50% до 60%	Релаксиращо, лек спринт.	Начало ниво на аеробна тренировка.
2	60% до 70%	Удобни темпо, слабо-дълбоко дишане.	Възстановително темпо, тренировка.
3	70% до 80%	Умерено темпо, учестено дишане	Усилено натоварване на тялото.
4	80% до 90%	Бързо темпо, ускорено дишане.	Гранично натоварване на тялото, висока скорост.
5	90% до 100%	Много бързо темпо невъзможно за поддържане дълго време, затруднено дишане.	Усещане за силна физическа умора, мощно натоварване.

Важно за Пулсомера

ВНИМАНИЕ

Консултирайте се със специалист кардиолог и Вашия личен треньор за определяне на Вашата Зона на Пулс.

Много атлети използват Зоните на Пулс за наблюдение на тяхната физическа готовност, и съответно за нейното подобрение. Зоните на пулс се определят от ударите в минута. Петте общоприети зони на сърдечната честота са номерирани от 1 до 5 по увеличаване на интензивността.

С какво помагат Зоните на Пулс? Те помагат за следенето на натоварването и предоставят възможност за подобряване на физическата издръжливост, тренирайки според тях:

- Вашата сърдечна честота е много важна за тренировките.
- Тренирайки в определена зона, можете да подобрите физическата си сила.
- Знаейки Вашата зона, ще се предпазите от претоварване и наранявания.

Подмяна на Батерията на Пулсомера

Пулсомера работе със CR2032 сменяема батерия.

ВАЖНО: Свържете се с местния отдел за отпадъци, изхвърлете на подходящо място. Това е опасен отпадък!

1. Намерете кръглия капак, от вътрешната страна на пулсомера.

2. Използвайте монета, завъртете обратно на часовниковата стрелка докато обозначението не се изравни с надписа **OPEN**.
3. Извадете капака и батерията.
4. Изчакайте 30 секунди.
5. Поставете новата батерия с положителната страна нагоре.

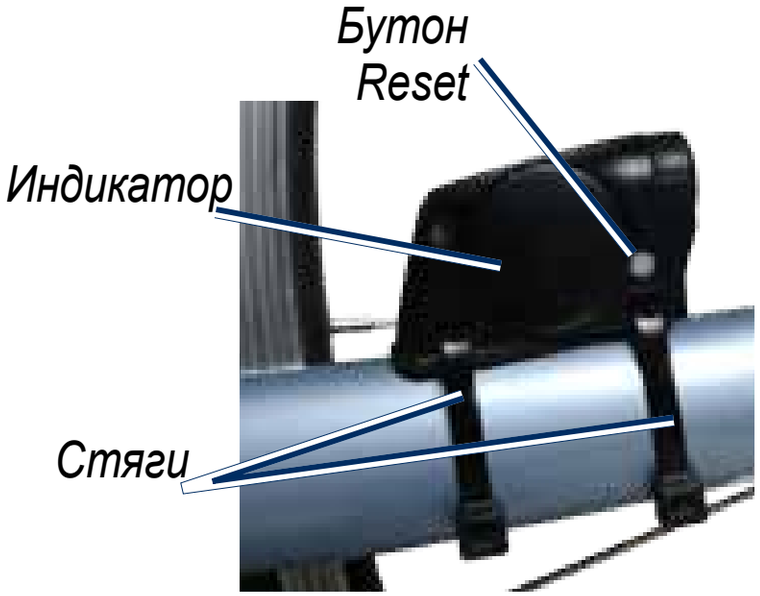
   ВАЖНО: Иномавайте да не повредите или загубите O - образния пръстен.
6. Използвайте монета, за да затворите, завъртете в посока на часовниковата стрелка, докато обозначението не се изравни с надписа **CLOSE**.

Инсталиране на GSC 10

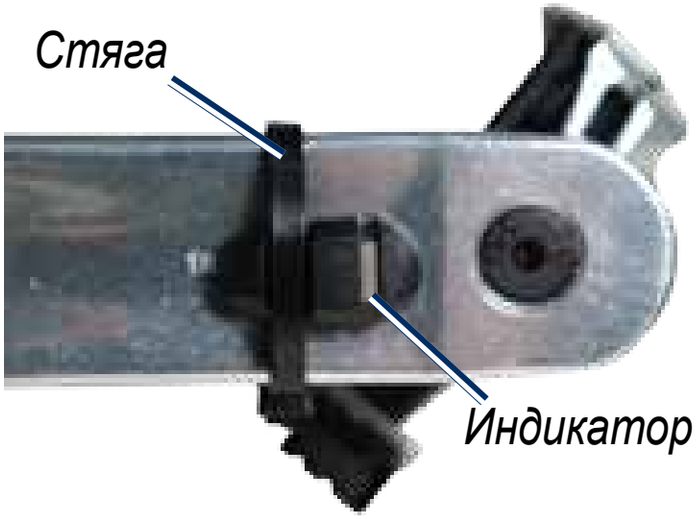
И двата магнита трябва да бъдат поставени в съответствие с техните ондикатори, за да бъде възмжно събирането на данни.

1. Постанете GSC 10 за задната рамка (от страната обратна на веригата).

   ВАЖНО: Поставете гумичката между GSC 10 и рамката, за да получите добро захващане.



GSC 10 закрепен на рамката



Магнитен, индикатор на педала

2. Закрепете GSC 10 към рамката, стегнете стягите.
3. Прикрипете магнита към педала, стегнете със стягата.

   Магнита на педала трябва да е на разстояние до5 mm от GSC 10. Индикаторната линия ня магнита, трябва да е срещу индикаторната линия на индикатора на GSC 10.

4. Развийте магнита за спицата от пластмасовата част. .
5. Поставете магнита между спицитер докато се напаснат, и завийте пластмасата за да стегнете.

   Магнита за спиците трябва да се изравни със сензора на GSC 10, коригирайте разстоянието, като придвижите рамото по-близо до спиците. Следете сензорните линии.

GSC 10 закрепен с магнитите

6. Разхлабете винта на сензорното рамо.
7. Преместете сензора на 5 mm от магнита на спиците.

   Можете леко да наклоните GSC 10 за по-добър контакт с магнитите.
8. Натиснете **Reset** бутона на GSC 10.

   Ще видите червена светлина, след което зелена.
9. Проверка на сензорите, завъртете педала.

   Всеки път, когато магнита на педала мине покрай сензора ще светне червено, и всеки път когато магнита на спиците мине покрай сензора ще светва зелено.

   ВАЖНО: Лампичката мига само през първите 60 преминавания след.натискането на Натиснете **Reset** ако има нужда от допълнително настройване.
10. Когато връзската между сензорите и магнитите е стабилна, затегнете стегите и фиксирайте всичко здраво.

Работа с GSC 10

1. Включете Edge.
2. Доближете Edge на (3 m) от GSC 10.
3. Натиснете и задр. **MENU**.
4. Изберете **Settings** > **Bike Settings** > **[Bike 1]** > **ANT+ Spd/Cad**.
5. Изберете **Yes** > **Rescan**.
6. Натиснете **BACK** за да се върнете в главното меню.

   Когато GSC 10 се свърже ще чуете звуков сигнал и ще видите иконата за скорост и каданс .
7. Настройка на полета с данни (стр. 37).
8. Готово за тренировка.

Важно за GSC 10

Информацията за каданс получена от GSC 10 се записва постоянно. Ако няма активиран GSC 10, скоростта и разстоянието се изчисляват чрез GPS.

Каданса определя колко завъртания с педалите сте направили, те се определят : Обороти на Манивелата в минута (rpm). GSC 10 има два сензора, един за каданс и един за скорост.

Информация за съобщенията за каданса стр. 9.

Не-Нулеви Данни от Каданс Метъра

Когато тренирате с допълнителен Power Meter използвате Не-Нулеви Данни. По подразбиране, тази функция е изключена

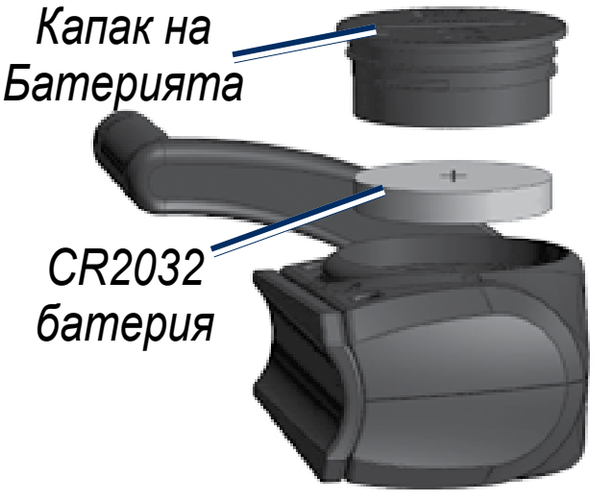
За да включите или изключите функцията, натиснете и задръжте **MENU**, изберете **Settings** > **Bike Settings** > **Data Avg**.

Подмяна на Батерията на GSC 10

GSC 10 работе със CR2032 сменяема батерия.

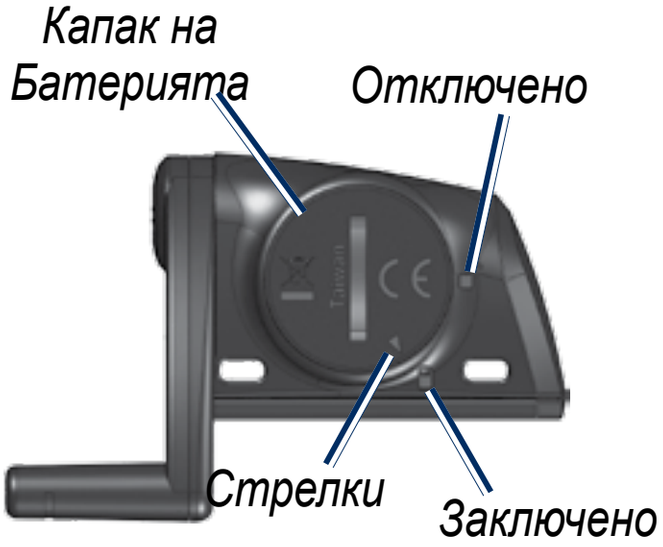
ВАЖНО: Свържете се с местния отдел за отпадъци, изхвърлете на подходящо място. Това е опасен отпадък!

1. Намерете кръглия капак на батерията върху GSC 10.



2. Използвайте монета за да развиете капака, когато усетите че се е разхлабил, дръпнете леко (напаснете стрелките).
3. Издърпайте капака и батерията
4. Изчакайте 30 секунди.
5. Поставете новата батерия с положителната страна нагоре.

   ВАЖНО: Иномавайте да не повредите или загубите О - образния пръстен.
6. Използвайте монета за да завиете по посока на часовника (стрелките да са раздалечени).



1. Натиснете и задр. **MENU**.
2. Изберете **Settings** > **Bike Settings** > **[Bike 1]** > **ANT+ Power** > **Calibrate**.
3. Оставете Вашия Power Meter, включен докато не бъде остановена връзска, през това време въртете педалите.

Други ANT+ Сензори

За да видите други ANT+ сензори, съвместими с Edge, посетете www.garmin.com/intosports.

Калибриране на Power Meter

За калибриране на Power Meter, използвайте инструкциите, описани от неговия производител.

Преди да можете да използвате Вашия Power Meter, трябва да го монтирате и да остановите връзска със Edge, за да приемате данни.

Power Зони

Можете да избирате между седемте стандартни Power Зони зададени в програмите Garmin Connect or Garmin Training Center. Ако Вие знаете Вашия FTP (Функцоанален праг на издръжливост), можете да го въведе с помощта на описаните по-горе програми, след което Вашата зона ще бъде изчислена автоматично.

1. Натиснете и задръжте **MENU**.
2. Изберете **Settings** > **Bike Settings** > **[Bike 1]** > **Power Zones**.

Не-Нулеви Данни

Когато тренирате с допълнителен Power Meter използвате Не-Нулеви Данни. По подразбиране, тази функция е изключена.

За включване и изключване, натиснете и задръжте **MENU**, изберете **Settings** > **Bike Settings** > **Data Avg**.

ANT+ Проблеми

Проблем	Решение на Проблема
ANT+ сензора не свръзва с Вашия уред.	• Стойте далеч, над 10 m от други ANT сензори. • Стойте близо до Вашия сензор до (3 m). • Сменете Батерията с нова.
Допълнителни ANT+ сензори.	Бъдете сигурни че е съвместим с Edge (www.garmin .com/intosports).
Еластичния колан на пулсомера е прекалено голям.	По-малки иластични колани, се продават отделно. Посетете http://buy.garmin.com.

Данни

Уреда записва автоматично данните след стартиране на хронометъра, и има капацитет от 180 часа запис на данни от тренировки. При запълване на паметта ще видите съобщение, запълнената памет не се изтрива и не се презаписва с нови данни автоматично. Погледнете стр. 34 за идтриване на запълнена памет.

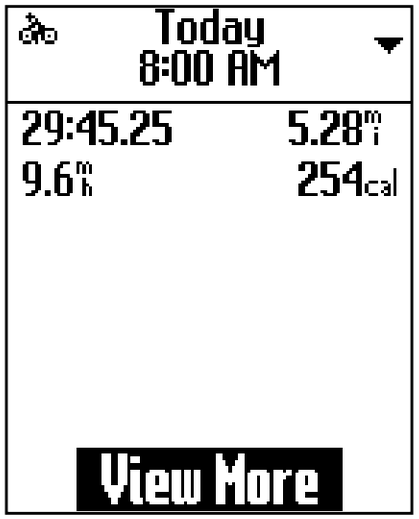
Прехвърляйте данните (стр. 8) на Garmin Connect или Garmin Training Center периодично, за да разполагате със всичките данни от тренировките.

Данните съдържат информация зя хронометър, дистанция, калории, скорост, максимална скорост, карта, денивелация, както и данни за пулса, каданс, и натоварването.

ВАЖНО: Данни не се записват докато хронометъра е стопиран или паузиран.

Преглед на Данни

1. Натиснете и задрл **MENU**.
2. Изберете **History** > **Activities**.



3. Изберете опция:
   - Ползвайте ▼ или ▲ за преглид.
   - Изберете **View More**за да видите данните от цялата обиколка или друга такава.

Преглед на Данни за Време и Дистанция

Натиснете и задр. **MENU**, изберете **History** > **Totals** за да видите данни за дистанция и скорост.

Изтриване на Данни

След, като прехвърлите данните си на компютъра, ше бъдете запитани дали същите да бъдат изтрити от паметта на уреда.

1. Натиснете и задр. **MENU**.
2. Изберете **History** > **Delete**.
3. Изберете опция:
   - Изберете **Indv. Activities** за изтриване на определени данни.
   - Изберете **All Activities** за изтриване на всички данни.
   - Изберете **Old Activities** за изтриване на данни, по стари от един месец.
   - Изберете **All Totals** за да занулите данни.

     ВАЖНО: Тази опция, няма да истрие данните.
4. Изберете **Yes**.

Записване на Данни

Записа на данни става автоматично, данните се записват на определени диапазони.

Когато има свързан сензор за натоварване (стр 30) уреда записва данни на свяка една секунда. Този вид запис заема повече от наличното пространство, но точността на събраните данни е по-голяма.

Управление на Данни

Уреда се свързва с компютъра също като USB памет.

ВАЖНО: Edge не работе с Windows® 95, 98, Me, NT, Mac® OS 10.3 и по-стари версии на посочените системи.

Свързване с USB кабел.

ВНИМАНИЕ

За да предотвратите появата на корозия по mini-USB погта, изсушете преди включване към компютъра.

1. Свържете USB кабела с компютъра.
2. Дръпнете гуменото уплатнение с свържете кабела с mini-USB порта.
3. Свържете малкия край на USB кабела в mini-USB порта.

   Уреда ще се появи като външно устройство в My Computer при Windows и като прикачено устройство при Mac компютрите.

Копиране на Файлове

След успешно свързване с ковпютъра е възможно автоматично стартиране на следните файлове: .tcx, .fit, и .crs.

1. Потърсете желания файл.
2. Изберете **Edit** > **Copy**.
3. Отворете “Garmin” паметта.
4. Отворете папката “NewFiles”.
5. Изберете **Edit** > **Paste**.

Изтриване на Файлове

ВАЖНО

В паметта на уреда има системни файлове, тяхното изтриване може да доведе до проблем в работата на уреда дори и до невъзможността за включването му..

След успешно свързване с компютъра, можете да изтриете данни ръчно.

1. Отворете Garmin паметта.
2. Изберете файла.
3. Натиснете **Delete** клавиша на клавиатурата.

Изключване на USB Кабела

Когато свършите работата със файловете, можете да изключите USB кабела.

1. Направете следното:
   - При Windows намере иконата на Вашата системна лента и задайте Eject Device.
   - При Mac пренесете иконата на уреда в Trash .
2. Разкачете кабела.

Функции

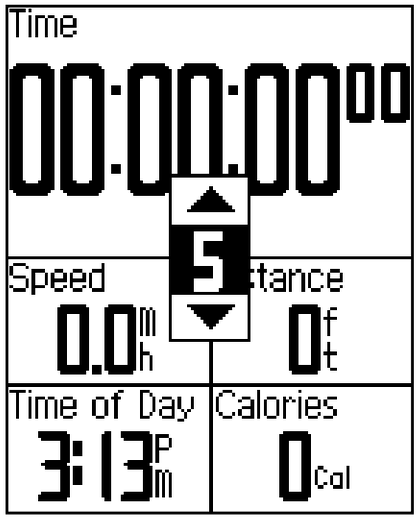
Можете да настройвате следните функции:

- Полета Данни (page 38)
- Системни Функции (page 41)
- Профили (page 43)
- Колоездачен профил (page 43)
- GPS настройки (page 45)

Персонализиране на Полета Данни

Можете да подредите по Ваш избор Полетата с данни в три различни страници.

1. Натиснете и задр. **MENU**.
2. Изберете **Settings** > **Bike Settings** > **Data Fields**.
3. Изберете едната от страниците.
4. Изберете полетата с данни, които искате да виждате.



За да деактивирате страница, настройте неините полета на нула..

5. Ползвайте ▼, ▲, и **ENTER** за промяна на полетата.
6. повторете стъпките от 3 до 5 за персонализиране на свяка страница.

Полета Данни

* Данни от метрични еденици.

** Данни от ANT+ сензор.

Полета Данни	Описание
Cadence **	Обороти на рамото на педала в минута.
Cadence – Avg. **	ср .стойност на каданса за последната трентировка .
Cadence – Lap **	ср. стойност на каданса за текущата обиколка.
Calories	Изразходвани калории.
Distance *	Изминато разстояние.
Dist – Lap *	Изминато разстояние на текущата обиколка.
Elevation *	Нивелация.

Полета Данни	Описание
GPS Accuracy *	Точност на позоциониранеn. Пример: според GPS вие се намирате на +/- 5 метра от координатите на дисплея.
Grade	Излизане извън зададена задача. Пример, зададено за всеки 10 метра изкачване, изминавате 200 метра. Вашия Grade е 5%.
Heading	Текущата посока на движение.
Heart Rate **	Пулс, удара в минута (bpm).
HR – %HRR **	Процент от пулса (максималния пулс минус пулса в почивка).
HR – %Max. **	Процент от максималния пулс.

Полета Данни	Описание
HR – Avg. **	Процент от средния пулс по време на тренировка.
HR – Avg. %HRR **	Среден процент от пулса (максималния среден пулс минус пулса в почивка).
HR – Avg. %Max. **	Средния процент от максималния пулс.
HR – Lap **	Средния пулс за текущата обиколка.
HR – Lap %HRR **	Средния процент от пулса за обиколката (maximum heart rate minus resting heart rate) for the lap.
HR – Lap %Max. **	Среден процент, от максималния пулс за тек. обиколка.
HR Graph **	Графика със зоните на пулс (1 to 5).

Полета Данни	Описание
HR Zone **	Текуща стойност на пулса (1 to 5). Зоната на вашия пулс се определя автолатично, според профила Ви.
Laps	Брой на завършените обиколки.
Power **	Натоварване, във Ватове W.
Power - %FTP **	Текущо натоварване в проценти).
Power - 30s Avg. **	Средно натоварване за 30 секунди.
Power - 3s Avg. **	Средно натоварване за 3 секундит.
Power – Avg. **	Среден процент на натоварването за текущата тренировка.
Power – kJ **	Общо натоварване в кило/джаула .

Полета Данни	Описание
Power – Lap **	Средно натоварване за текущата обиколка.
Power – Max. **	Максималните стойности на натоварване.
Power Zone **	Текища зона на натоварване (1 to 7), зоната се определя автоматично според профила Ви.
Speed *	Текуща скорост.
Speed – Avg. *	Средна скорост на тренировката.
Speed – Lap *	Средна скорост на обиколката.
Speed – Max. *	Максималната скорост през тренировката.

Полета Данни	Описание
Temperature *	Текуща температура в Целзий и Фаренхайт. **ВАЖНО**: Уреда може да показва по-висока температура на въздуха ако е оставен на директна слънчева светлина или на ръката. Уреда не може да отчита рязко изменение на температурата.
Time	Хронометър.
Time – Avg. Lap	Средно време до завършване на обиколката.
Time - Elapsed	Общо време от натискането на бутона **START** до **RESET**.
Time – Lap	Време на настоящата обиколка.

Полета Данни	Описание
Time of Day	Час, Дата в зависимост от (формата, часовия пояс, и лятното часово време).
Total Ascent *	Обща стойност на изкачването, промяната в денивелацията.
Total Descent *	Обща стойност на снижаването.
Vertical Speed *	Стойност на Вертикалната Скорост крачки/метра.
VS – 30s Avg. *	Средна стойност на Вертикалната Скорост за 30 секунди.

Промяна на Системните Функции

Промяна за Звуковите Сигнали

1. Натиснете и задр. **MENU**.
2. Изберете **Settings** > **System** > **Tones**.
3. Задайте звуковите сигнали на клавиатурата и събщенията на On или Off.

Промяна на Осветрението

1. Натиснете и задр. **MENU**.
2. Изберете **Settings** > **System** > **Display**.
3. Променете настройките:
   - Изберете **Backlight Timeout** за да промените времето за осветление.

     СЪВЕТ: Използвайте по-малко време за да пестите батерията.
   - Изберете **Backlight Level** за да промените яркостта.
   - Изберете **Contrast** за да промените контраста.

Конфигурация на Настройките

Можете да промените всички настройки, които се конфигурират в първоначалното стартиране.

1. Натиснете и задр. **MENU**.
2. Изберете **Settings** > **System**.
3. Изберете опция:
   - Изберете **System Setup** за да промените: езика, формата на позициониране, формана на дименсиите, час и дата.
   - Изберете **Initial Setup** за да промените всички настройки от първоначалното стартиране.
4. Следвайте онструкциите на дисплея.

Часови Зони и Формати

Всеки път когато включите уреда и той се локализира със сателит, времето и часа се фиксират автоматично. За да промените часовия формат от 12 часов но 24 часов, трябва да промените настройките (стр. 42).

Промяна на Автоматичното Изключване

Тази функция изключва уреда след 15 минути в момент на неактивност.

1. Натиснете и задр. **MENU**.
2. Изберете **Settings** > **System** > **Auto Power Down**.
3. Изберете **On** или **Off**.

Промяна на Настройките на Вашия Профил

Edge използва въведените данни за вашата физика за да изчисли по-точно резултатите от Вашите тренировки.

1. Натиснете и задр. **MENU**.
2. Изберете **Settings** > **User Profile** за да промените: пол, години, килограми, височина и определяне на Вашия клас.

   Използвайте таблицата на стр. 53 за да определите Вашия клас.
3. Следвайте инструкциите на дисплея.

Калории

Изчисляването но калориите, и сърдечната дейност се поддържа с технологията на Firstbeat Technologies Ltd. За повече информация, посетете: www.firstbeattechnologies.com.

Настройки на Колоездачния Профил

Можете да избирате между три профила. Edge ползва информация за: тежест и размера на велосипеда, за по-точно изчисляване.

1. Натиснете и задр. **MENU**.
2. Изберете **Settings** > **Bike Settings** > **[Bike 1]** > **Bike Details**.
3. Въведети име на Профила.
4. Въведете теглото и размера на велосипеда.
5. В полето**Wheel Size** изберете:
   - Изберете **Auto** за автоматично изчисляване от GPS-а.
   - Изберете **Custom** за ръчно въвеждане на данни. Използвайте таблицата на стр. 51.

Промяна на Велосипеда

След като въведете данните Edge автоматично избира автоматично класа на велосипеда Ви..

1. Натиснете и задр. **MENU**.
2. Изберете **Settings** > **Bike Settings** > **[Active Bike Name] > Bike Details**.
3. Изберете клас Велосипед.

Бърз Старт

Тази функция автоматично засича когато Edge е локализиран със спътника и е в движение. Това Ви напомня, да стартирате таймера, за да започне записването но данни

1. Натиснете и задр **MENU**.
2. Изберете **Settings** > **Bike Settings** > **Start Notice**.
3. В полето **Mode** изберети опция:
   - Изберете **Off**.
   - Изберете **Once**.
   - Изберете **Repeat** за да промените времето и начина на напомняне.

Зони на Скорост

Your Edge contains several different speed zones, ranging from very slow (Climb 4) to very fast (Max Speed). The values for the zones are default values and may not match your personal abilities. You can customize your zones using Garmin Connect or Garmin Training Center (page 8).

Преглед на Зоните на Скорост

1. Натиснете и задр. **MENU**.
2. Изберете **Settings** > **Bike Settings** > **Speed Zones**.

GPS Настройки

Възможни GPS настройки:

- Изключване на GPS приемника (стр. 45)
- Преглед на сателитите (стр 45)
- Използване на коти (стр. 46)

Трениране на Закрито

1. Натиснете и задр. **MENU**.
2. Изберете **GPS** > **GPS Status**.
3. Селектирайте **Off**.

Когато GPS-ът е изключен, информация за скорост и каданс не се отчита, освен ако нямате допълнителен сензор за скорост, например GSC 10. При следващо включване на Edge, търването на сателити ще се включи отново, автоматично..

Информация зя Сателитите

Страницата със данните за GPS статуса, Ви дава актуални данни за състоянието на сигнала. За да видите страницата натиснете и задръжте **MENU**, и изберете **GPS** > **Satellite**.

В страницата ще видите, GPS точността описана най-отгоре. Черните стълбове показващи силата и качеството но сигнала (всеки един стълб, отговаря на един сателит).

За повече информация отностно GPS, посетете www.garmin.com/

Настройки на Точки Коти

Може да запаметите до10 точки с информация за надморската височина. Използването на точки коти дава възможност за по-точно определяне на денивелацията когато тренирате.

1. Натиснете и задр. **MENU**.
2. Изберете **GPS** > **Set Elevation**.
3. Въведе име на точката.
4. Въведете надморската височина.
5. Изберете **Save**.

Следващия път когато включите Edge, уреда ще започне автоматично търсене на тчки коти в близост до 30 метра о текущото местоположение. Най-близката точка, ще бъде използвана за начална.

Корекция на Точки Коти

1. Натиснете и задр **MENU**.
2. Изберете **GPS** > **Elevation Points**.
3. Изберете точката, която желаете да коригирате.
4. Променете името и, или надморската височина.

Изтриване на Точки Коти

Ако желаети можете да изтриете ненужните Ви точки.

1. Натиснете и задр. **MENU**.
2. Изберете **GPS** > **Elevation Points**.
3. Изберете желаната за истриване точка.
4. Изберете **Delete**.

Поддръжка

Регистрация на Уреда

Можете да направите регистрация на Вашия уред в интернет.:

- Посетете http://my.garmin.com.
- Пазете документа от покупката, или негово фото копие на сигурно място.

За Edge

За да видите важна информация относно операционната система и Вашия unit ID на уреда, натиснете и задр. **MENU**, и изберете **Settings** > **About Edge**.

Обновяне на Софтуера

1. Изберете:
   - Ползвайте WebUpdater. www.garmin.com/products /webupdater.
   - Ползвайте Garmin Connect. Go to http://connect.garmin.com.
2. Следвайте инструкциите.

Контакт с Garmin

При всякакви въпроси можете да се свържете с Garmin Product Support:

- За USA, посетете www.garmin .com/support, or contact Garmin USA, (913) 397.8200 or (800) 800.1020.
- За България, “Геотрейд - Иванов” ООД 359 2 980 40 04.
- За Европа, посетете www. garmin.com/support потърсете **Contact Support** за Държава или

позвънете на Garmin (Europe) Ltd. +44 (0) 870.8501241.

Осветление на Дисплея

- Натиснете **LIGHT** за вкл. и изкл. на светлината.
- Натиснете случаен бутон за да удължите 15 секундния период на гасене.

  ВАЖНО: Сигналите и съобщенията активират осветлението.
- Настройке на осветлението (стр. 41).

Допълнителни Аксесоари

Посетете http://buy.garmin.com, или се свържете с Вашия Garmin дистрибутор за допълнителна информация.

Характеристики

Edge Характеристики	
Размери (W × H × D)	1.9 × 2.7 × 0.85 in. (48.3 × 68.6 × 21.6 mm)
Теглот	2.0 oz. (56.7 g)
Дисплей (W × H)	1.25 × 1.5 in. (31.8 × 37 mm)
Резолюция (W × H)	128 × 160 pixels, с LED осветлениет
Клас Водоустойчив	IPX7
Памет	Около 50 MB (до 180 часа тренировки)
Връзска с Компютър	USB
Батерия	700 mAh презареждаща, вградена, lithium-ion батерия
Работа	18 часа
Работна Температура	от -15°C до 60°C (от 5°F до 140°F)

Edge Характеристики	
Температура при зареждане	от 0°C до 50°C (от 32°F до 122°F)
Честота на предаване	2.4 GHz
GPS приемник	Вграден високо чувствителен GPS приемник
Алтиметър	Вграден барометричен алтиметър

Характеристики на Стойката	
Размер (W × H × D)	1.5 × 1.5 × 0.36 in. (37.8 × 37.8 × 9.2 mm)
Тегло (заедно с гумичките и стегите)	0.28 oz. (7.9 g)
Bands (O-пръстени)	Два размера: • 1.3 × 1.5 × 0.9 in. AS568-125 • 1.7 × 1.9 × 0.9 in. AS568-131 **ВАЖНО**: Ползвайте само EPDM (Ethylene Propylene Diene Monomer). Посетете http://buy.garmin.com, или се свържете с Вашия Garmin дистрибутор.

Характеристики на Пулсомера	
Размери (W × H × D)	13.7 × 1.3 × 0.4 in. (34.7 × 3.4 × 1.1 cm)
Тегло	1.6 oz. (44 g)
Водоустойчив	32.9 ft. (10 m)
Обхват	Около 9.8 ft. (3 m)
Батерия	Сменяема CR2032 (3 volts). Вижте www.dtsc.ca.gov /hazardouswaste /perchlorate.
Живот на Батерията	Около 3 години (по 1 час на ден)
Работна Температура	От 14°F до 122°F (от -10°C до 50°C) **NOTE**: При вного студено време, носете топли дрехи и топлете пулсомера до Вашата температура.
Честотаl	2.4 GHz wireless communications protocol

GSC 10 Характеристики	
Размери (W × H × D)	2.0 × 1.2 × 0.9 in. (5.1 × 3.0 × 2.3 cm)
Тегло	0.9 oz. (25 g)
Клас Водоустойчив	IPX7
Обхват	Около 9.8 ft. (3 m)
Батерия	Сменяема CR2032 (3 volts). Вижте www.dtsc.ca.gov /hazardouswaste /perchlorate.
Живот на Батерията	Около 1.4 years (по 1 час на ден)
Работна Температура	От 5°F до 158°F (от -15°C до 70°C)
Честота	2.4 GHz wireless communications protocol

Размери на Велосипеда

Размера на каплата и гумата е маркиран от двете страни на същатае. За Профил стр. 43.

Размер на Каплата	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 Tubular	1785
24 × 1-1/8	1795

Размер на Каплата	L (mm)
24 × 1-1/4	1905
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

Размер на Каплата	L (mm)
26 × 2.35	2083
26 × 3.00	2170
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 Tubular	2130

Размер на Каплата	L (mm)
700 × 35C	2168
700 × 38C	2180
700 × 40C	2200

Зони на Активност

	Колко сте активен?	**Колко често тренирате?**	**По колко време тренирате?**
0	Не тренирам	-	-
1	Рядко, леки упражнения	Веднъж на всеки две седмици	По-малко от 15 минуте
2			от 15 до 30 минути
3		Веднъж на седмица	Около 30 минути
4	Често, средно натоварване	от 2 до 3 пъти седмично	Около 45 минути
5			от 45 минути до 1 час
6			от 1 до 3 часа
7		от 3 до 5 пъти седмично	от 3 до 7 чосо
8	Всекидневно	Почти всеки ден	от 7 до 11 часа
9		Всеки ден	от 11 до 15 часа
10			Повече от 15 часа

Информацията е предоставена от Firstbeat Technologies Ltd., portions of which are based on Jackson et al. “Prediction of Functional Aerobic Capacity Without Exercise Testing,” *Medicine and Science in Sports and Exercise* 22 (1990): 863–870.

Разрешаване на Проблеми

Проблем	Решение
Бутоните не реагират, как да рестартирам Edge?	Натиснете и задр. **POWER**, **MENU**, и **RESET** за да рестартирате Edge. **ВАЖНО**: Това няма да изтрие информацията Ви.
Желаетие да изтриете всички настройки от Вашия Edge.	1. Изключете Edge. 2. Натиснете и задр. **POWER** и **RESET** докато не се появи съобщение. 3. Изберете **Yes** за да изчистите всички данни. **ВАЖНО**: Това изтрива всички потребителски настройки, данните остават записани.
Проблем със приемането на спътников сигнал.	1. Излезте на открито, далеч от високи сгради и дървета. 2. Включете Edge. 3. Стойте неподвижно за няколко минути.
Заряда на батерията, не изглежда точен.	Разредете напълно батерията след което я заредете на 100% (без да прекъсвате зареждането).
Батерията се изтощава бързо.	Намалети времето на осветлението (стр. 41).
Кога уреда ми е в режим на USB памет?	Погледнете в My Comuter, и потърсете преносими устройства.

Проблем	Решение
Уреда е включен в компютъра но не се разпознава като USB памет.	Може би имате проблеми със фаиловете. 1. Изключете уреда от кмпютъра. 2. Изключете Edge. 3. Натиснете и задр. **MENU** докато включвате уреда към компютъра. Продължете да натискате **MENU** за около 10 секунди, или докато уреда се покаже като памет.
Не се показват новите прикачени дискове.	Ако имате много заети дискове в My Computer, от мрежата или от Вашите дискове с памет, Windows може да не определи буквения път на новото прикачено устройство, погледнете помощните файлове.
Файловете Ми бяха преименувани.	Можете да ползвате .tcx и .crs файлове на Edge. Възможно е файловете да бъдат преименуване в .fit формат.
Част от данните ми, липсват от историята ву Edge .	Когато паметта на уреда е запълнена, той не записва нова информация, прехвърлете данните си на компютъра и освободете памета.
Трябва да премахна стегите от стойките.	Посетете http://buy.garmin.com, или се свържете с локалния дистрибутор. Копувайте само EPDM стеги.

Тази Българска версия на английското ръководство на Edge 500 (Garmin номер 190-01071-00, ревизия B) іе направена за Ваше удобство. При нужда, моля да се консултирате с последната версия на английското ръководство за работа с Edge 500.

GARMIN НЕ Е ОТГОВОРЕН ЗА ТОЧНОСТТА НА БЪЛГАРСКОТО РЪКОВОДСТВО И ОТКАЗВА КАКВАТО И ДА Е ОТГОВОРНОСТ, ПРОИЗТИЧАЩА ОТ ПРЕДОВЕРЯВАНЕ.

За последни обновявания на софтуера (с изключение на картите) за Вашите продукти Garmin, посетете интернет страницата на Garmin www.garmin.com.

© 2010 Garmin Ltd. или филиалите му

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