fēnix™ 2

Návod k obsluze



Březen 2014 190-01730-41_0A Vytištěno na Tchaj-wanu

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

Garmin®, logo společnosti Garmin, Auto Lap®, Auto Pause®, TracBack®, a Virtual Partner® jsou obchodní značky společnosti Garmin Ltd. nebo jejích dceřiných společností registrované v USA a dalších zemích. ANT+™, BaseCamp™, chirp™, fēnix™, Garmin Connect™, Garmin Express™, HRM-Run™, tempe™, Vector™ a VIRB™ jsou obchodní značky společnosti Garmin Ltd. nebo jejích dceřiných společností. Tyto obchodní značky nelze používat bez výslovného souhlasu společnosti Garmin.

The Cooper Institute® a také veškeré související obchodní značky jsou majetkem institutu The Cooper Institute. Firstbeat® a Anayzed by Firstbeat jsou registrované nebo neregistrované obchodní značky společnosti Firstbeat Technologies Ltd. Značka slova a loga Bluetooth® jsou majetkem společnosti Bluetooth SIG, Inc. a jakékoli použití těchto značek společností Garmin podléhá licenci. Mac® je obchodní značka společnosti Apple Inc. Windows® je registrovaná obchodní značka společnosti Microsoft Corporation ve Spojených státech a dalších zemích. Ostatní obchodní značky a obchodní názvy náleží příslušným vlastníkům.

Tento produkt je certifikován ANT+™. Seznam kompatibilních produktů a aplikací naleznete na adrese www.thisisant.com/directory.

Obsah

Úvod 1
Nabíjení zařízení 1
Klávesy 1
Uzamčení kláves 1
Zobrazení stánek s údaji 1
Spuštění aktivity 1
Zastavení aktivity 1
Podpora a aktualizace 2
Nastavení Garmin Express 2
Trasové body, trasy a prošlé trasy 2
Trasové body 2
Vytvoření trasového bodu 2
Navigace k trasovému bodu 2
Hledání trasového bodu podle názvu 2
Změna oblasti vyhledávání 2
Úprava trasového bodu 2
Zvýšení přesnosti polohy trasového bodu 2
Projekce trasového bodu 2
Odstranění trasového bodu 2
Odstranění všech trasových bodů 2
Trasy 2
Vytvoření trasy 2
Úprava názvu trasy 2
Úprava trasy 2
Zobrazení trasy na mapě 3
Odstranění trasy 3
Obrácení trasy 3
Prošlé trasy 3
Uložení prošlé trasy 3
Vytvoření prošlé trasy z uložené aktivity 3
Zobrazení podrobností o prošlé trase 3
Odstranění prošlé trasy 3
Bezdrátový příjem a odesílání dat 3
Dobrodružství Garmin 3
Navigace 3
Navigace k cíli 3
Navigování pomocí funkce Zadej směr a jdi 3
Kompas 4
Navigace pomocí kompasu 4
Mapa 4
Posouvání a změna měřítka mapy 4
Navigace do výchozího bodu 4
Výškoměr a barometr 4
Označení polohy Muž přes palubu a spuštění navigace do této polohy 4
Schránky s poklady 4
Stahování informací o schránkách s poklady 4
Navigace ke schránce s pokladem 4
Zaznamenání pokusu 4
chirp™ 4
Hledání schránek s poklady pomocí zařízení chirp 4
Aktivity 5
Lyžování 5
Sjezdové lyžování nebo jízda na snowboardu 5
Zobrazení jízd na lyžích 5
Turistika 5
Jdeme na túru 5
Běh 5
Jdeme běhat 5
Jízda na kole 5
Vyrážíme na projížďku 5
Plavání 6
Jdeme si zaplavat 6
Jdeme plavat v otevřené vodě 6
Plavecká terminologie 6
Multisport 6
Zahájení aktivity Multisport 6
Úprava aktivity Multisport 6
Tréninky 6
Sledování tréninku z webové stránky 6
Zahájení tréninku 6
Aktivity uvnitř budov 6
Zahájení aktivity uvnitř budovy 7
Používání historie 7
Trénink 7
Garmin Connect 7
Nastavení uživatelského profilu 7
Cíle aktivit typu fitness 7
Rozsahy srdečního tepu 7
Informace o položce Celoživotní sportovec 8
Dynamika běhu 8
Trénink s využitím dynamiky běhu 8
Data a měřidla dynamiky běhu 8
Tipy pro chybějící data dynamiky běhu 9
Informace o odhadech hodnoty VO2 maximální 9
Jak získat odhad maximální hodnoty VO2 9
Standardní poměry hodnoty VO2 maximální 9
Regenerační asistent 9
Zapnutí regeneračního asistenta 9
Zobrazení doby regenerace 10
Informace o funkci Training Effect 10
Zobrazení předpokládaných závodních časů 10
Používání Virtual Partner® 10
Aplikace 10
Hodiny 10
Nastavení budíku 10
Změna zvuku budíku 10
Spuštění odpočítávače času 10
Použití stopek 10
Přidání vlastní časové zóny 10
Úprava vlastní časové zóny 10
Výpočet velikosti plochy 10
Zobrazení almanachů 11
Dálkové ovládání VIRB 11
Ovládání akční kamery VIRB 11
Přizpůsobení zařízení 11
Nastavení aktivity 11
Přizpůsobení stránek s údaji 11
Upozornění 12
Používání Auto Pause 13
Auto Lap® 13
UltraTrac 13
3D rychlost a vzdálenost 13
Nastavení snímačů 13
Nastavení kompasu 13
Nastavení výškoměru 13
Připojené funkce Bluetooth® 14
Spárování zařízení fēnix 2 se zařízením smartphone 14
Obecná nastavení 14
Nastavení displeje 14
Nastavení času 14
Změna měrných jednotek 14
Nastavení systému 14
Přizpůsobení zkratky 15
Nastavení mapy 15
Nastavení formátu souřadnic 15
Vlastní přizpůsobení hlavního menu 15

Vynulování zařízení na nastavení výrobce 15
Snímače ANT+ 15
Párování snímačů ANT+ 15
tempe 15
Nasazování snímače srdečního tepu 15
Tipy pro nepravidelná data srdečního tepu 16
Nožní snímač 16
Nastavení režimu nožního snímače 16
Kalibrace nožního snímače 16
Použití volitelného snímače tempa bicyklu 16
Informace o zařízení 17
Zobrazení informací o zařízení 17
Péče o zařízení 17
Čištění zařízení 17
Technické údaje 17
Informace o baterii 17
Péče o snímač srdečního tepu 17
Technické údaje k zařízení HRM-Run 17
Vyměnitelné baterie 17
Výměna baterie snímače srdečního tepu 17
Správa dat 18
Typy souborů 18
Odpojení kabelu USB 18
Odstranění souborů 18
Odstranění problémů 18
Vynulování zařízení 18
Maximalizace životnosti baterie 18
Další informace 18
Dodatek 18
Datová pole 18
Softwarová licenční dohoda 20
Rejstřík 22

Úvod

⚠ VAROVÁNÍ

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

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

Nabíjení zařízení

POZNÁMKA

Před nabíjením nebo připojením k počítači důkladně vysušte kontakty a okolní oblast; zabráníte tak korozi.

Zařízení je napájeno vestavěnou dobíjecí lithiovou baterií, kterou můžete nabíjet pomocí standardní elektrické zásuvky nebo portu USB v počítači.

1. Konektor USB na kabelu připojte k napájecímu adaptéru nebo k portu USB na počítači.
2. Napájecí adaptér zapojte do standardní elektrické zásuvky.
3. Vyrovnejte levou stranu nabíjecí kolébky ① s drážkou na levé straně zařízení.



4. Vyrovnejte stranu se závěsem nabíječky ② s kontakty na zadní straně zařízení.

   Po připojení zařízení ke zdroji energie se zařízení zapne.
5. Zařízení zcela nabijte.

Klávesy



①	**LIGHT**	Stisknutím zapnete a vypnete podsvícení. Podržením zapnete a vypnete zařízení nebo zamknete klávesy.
②	**START** **STOP**	Stisknutím spustíte nebo zastavíte aktivitu. Po stisknutí si můžete vybrat z možností v menu.
③	**BACK** **LAP**	Stisknutím se vrátíte na předchozí stránku. Stiskněte pro zaznamenání kola nebo odpočinku během aktivity.
④	**DOWN**	Stisknutím projdete stránky s údaji, možnosti, zprávy a nastavení. Stiskněte, chcete-li si přečíst dlouhou zprávu nebo upozornění. Stisknutím a podržením označíte trasový bod.
⑤	**UP** **MENU**	Stisknutím projdete stránky s údaji, možnosti, zprávy a nastavení. Stisknutím odmítnete krátkou zprávu nebo upozornění. Podržením zobrazíte hlavní menu.

Uzamčení kláves

Klávesy můžete uzamknout a zabránit tak jejich neúmyslnému stisknutí.

1. Vyberte stránku s údaji, která se má zobrazovat v době, kdy jsou klávesy uzamčeny.
2. Chcete-li zamknout klávesy, podržte na dvě sekundy tlačítko **LIGHT** a vyberte možnost **Uzamknout**.
3. Chcete-li klávesy odemknout, podržte na dvě sekundy tlačítko **LIGHT**.

Zobrazení stánek s údaji

Nastavitelné stránky s údaji poskytují v reálném čase rychlý přístup k datům z interních i připojených snímačů. Při zahájení aktivity se zobrazí nová stránka s údaji.

Na stránce denní doby nebo jakékoli stránce s údaji vyberte možnost **UP** nebo **DOWN** pro procházení stránek s údaji.

Spuštění aktivity

Při spuštění aktivity, která vyžaduje funkci GPS, se funkce GPS automaticky zapne. Když aktivitu zastavíte, funkce GPS se vypne a zařízení se vrátí do režimu s nízkou spotřebou energie.

1. Vyberte možnost **START**.
2. Vyberte aktivitu.
3. V případě potřeby zadejte podle pokynů na obrazovce doplňující informace.
4. V případě potřeby počkejte, až se zařízení připojí ke snímačům ANT+™.
5. Jestliže aktivita vyžaduje funkci GPS, vyjděte ven a počkejte, až zařízení vyhledá satelity.
6. Stisknutím možnosti **START** spusťte stopky.

   POZNÁMKA: Zařízení nezačne zaznamenávat údaje o aktivitě, dokud stopky nespustíte.

Zastavení aktivity

POZNÁMKA: Některé možnosti nejsou u určitých aktivit k dispozici.

1. Vyberte možnost **STOP**.
2. Vyberte možnost:
   - Chcete-li aktivitu vynulovat, vyberte možnost **Vynulovat**.

     Tato možnost vynuluje stopky a smaže všechna data zaznamenaná od zahájení aktivity.
   - Chcete-li zaznamenat kolo, vyberte možnost **Kolo**.
   - Chcete-li se vrátit po stejné trase do bodu, kde jste aktivitu zahájili, vyberte možnost **TracBack**.
   - Chcete-li v aktivitě pokračovat, vyberte možnost **Obnovit**.
   - Chcete-li aktivitu uložit a vrátit se do režimu s nízkou spotřebou energie, vyberte možnost **Uložit**.
   - Chcete-li aktivitu zrušit a vrátit se do režimu s nízkou spotřebou energie, vyberte možnost **Zrušit**.
   - Chcete-li aktivitu pozastavit a vrátit se k ní později, vyberte možnost **Obnovit později**.

Podpora a aktualizace

Služba Garmin Express™ poskytuje snadný přístup k následujícím službám pro zařízení Garmin®. Některé služby nemusí být pro vaše zařízení k dispozici.

- Registrace produktu
- Přístupu k návodům produktů
- Aktualizace softwaru
- Aktualizace mapy
- Vozidla, hlasy a další doplňky

Nastavení Garmin Express

1. Připojte zařízení k počítači pomocí kabelu USB.
2. Přejděte na adresu www.garmin.com/express.
3. Postupujte podle pokynů na obrazovce.

Trasové body, trasy a prošlé trasy

Trasové body

Trasové body jsou pozice, které zaznamenáte a uložíte do zařízení.

Vytvoření trasového bodu

Svou současnou polohu můžete uložit jako trasový bod.

1. Podržte klávesu **DOWN**.
2. Vyberte možnost:
   - Chcete-li trasový bod uložit beze změn, vyberte možnost **Uložit**.
   - Chcete-li provést změny trasového bodu, vyberte možnost **Upravit**, proveďte změny trasového bodu a vyberte možnost **Uložit**.

Navigace k trasovému bodu

1. Stiskněte tlačítko **START** > **Navigovat** > **Trasové body**.
2. Vyberte trasový bod.

Hledání trasového bodu podle názvu

1. Stiskněte tlačítko **START** > **Navigovat** > **Trasové body** > **Hledání podle pravopisu**.
2. Pomocí tlačítek **UP**, **DOWN** a **START** zadejte celý název trasového bodu nebo jeho část.
3. Vyberte možnost **Hotové**.
4. Vyberte trasový bod.

Změna oblasti vyhledávání

1. Stiskněte tlačítko **START** > **Navigovat** > **Trasové body** > **Vyhledat v blízkosti**.
2. Vyberte možnost:
   - Chcete-li vyhledávat v blízkosti trasového bodu, vyberte možnost **Trasové body**.
   - Chcete-li vyhledávat v blízkosti města, vyberte možnost **Města**.
   - Chcete-li vyhledávat blízko aktuální polohy, vyberte možnost **Aktuální poloha**.

Úprava trasového bodu

Než budete moci upravit trasový bod, musíte jej vytvořit.

1. Podržte tlačítko **MENU**.
2. Vyberte možnost **Uživatelská data** > **Trasové body**.
3. Vyberte trasový bod.
4. Vyberte možnost **Upravit**.
5. Vyberte položku, kterou chcete upravit, například název.
6. Pomocí tlačítek **UP**, **DOWN** a **START** zadejte znaky.
7. Vyberte možnost **Hotové**.

Zvýšení přesnosti polohy trasového bodu

Polohu trasového bodu můžete upřesnit a dosáhnout tak větší celkové přesnosti. Při průměrování používá zařízení k dosažení větší přesnosti průměrnou hodnotu z několika odečtů.

1. Podržte tlačítko **MENU**.
2. Vyberte možnost **Uživatelská data** > **Trasové body**.
3. Vyberte trasový bod.
4. Vyberte možnost **Průměrování polohy**.
5. Přejděte na polohu trasového bodu.
6. Vyberte možnost **Start**.
7. Postupujte podle pokynů na obrazovce.
8. Když spolehlivost dosáhne hodnoty 100 %, vyberte možnost **Uložit**.

Pro dosažení nejlepších výsledků doporučujeme získat čtyři až osm vzorků trasového bodu s intervalem nejméně 90 minut mezi jednotlivými vzorky.

Projekce trasového bodu

Můžete vytvořit novou polohu projekcí vzdálenosti a směru k cíli z aktuální polohy do nové polohy.

1. Podržte tlačítko **MENU**.
2. Vyberte možnost **Nástroje** > **Projektování trasového bodu**.
3. Postupujte podle pokynů na obrazovce.

Projektovaný trasový bod se uloží s výchozím názvem.

Odstranění trasového bodu

1. Stiskněte tlačítko **MENU**.
2. Vyberte možnost **Uživatelská data** > **Trasové body**.
3. Vyberte trasový bod.
4. Vyberte možnost **Odstranit** > **Ano**.

Odstranění všech trasových bodů

1. Podržte tlačítko **MENU**.
2. Vyberte možnost **Nastavení** > **Systém** > **Vynulovat** > **Všechny trasové body**.

Trasy

Trasa je posloupnost trasových bodů nebo poloh, které vás dovedou až do cíle.

Vytvoření trasy

1. Podržte tlačítko **MENU**.
2. Vyberte možnost **Uživatelská data** > **Trasy** > **Vytvořit novou**.
3. Vyberte možnost **První bod**.
4. Vyberte kategorii.
5. Vyberte první bod na trase.
6. Vyberte možnost **Příští bod**.
7. Opakujte kroky 4 až 6, dokud nebude trasa dokončena.
8. Výběrem možnosti **Hotové** uložte trasu.

Úprava názvu trasy

1. Stiskněte tlačítko **MENU**.
2. Vyberte možnost **Uživatelská data** > **Trasy**.
3. Vyberte trasu.
4. Vyberte možnost **Přejmenovat**.
5. Pomocí tlačítek **UP**, **DOWN** a **START** zadejte znaky.
6. Vyberte možnost **Hotové**.

Úprava trasy

1. Podržte tlačítko **MENU**.
2. Vyberte možnost **Uživatelská data** > **Trasy**.

3 Vyberte trasu.
4 Vyberte možnost **Upravit**.
5 Vyberte bod.
6 Vyberte možnost:
- Chcete-li zobrazit bod na mapě, vyberte možnost **Mapa**.
- Chcete-li změnit pořadí bodu na trase, vyberte možnost **Přesunout nahoru** nebo **Přesunout dolů**.
- Chcete-li do trasy přidat další bod, vyberte možnost **Vložit**.

  Další bod se vloží před bod, který upravujete.
- Chcete-li přidat bod na konec trasy, vyberte možnost **Příští bod**.
- Chcete-li z trasy určitý bod odebrat, vyberte možnost **Odebrat**.

Zobrazení trasy na mapě
1 Stiskněte tlačítko **MENU**.
2 Vyberte možnost **Uživatelská data** > **Trasy**.
3 Vyberte trasu.
4 Vyberte možnost **Zobrazit mapu**.

Odstranění trasy
1 Podržte tlačítko **MENU**.
2 Vyberte možnost **Uživatelská data** > **Trasy**.
3 Vyberte trasu.
4 Vyberte možnost **Odstranit** > **Ano**.

Obrácení trasy
1 Stiskněte tlačítko **MENU**.
2 Vyberte možnost **Uživatelská data** > **Trasy**.
3 Vyberte trasu.
4 Vyberte možnost **Obrácení**.

Prošlé trasy
Prošlá trasa je záznamem vaší cesty. Záznam prošlé trasy obsahuje informace o bodech podél zaznamenané trasy, včetně času, polohy a nadmořské výšky každého bodu.

Zařízení zaznamenává prošlou trasu během všech aktivit, které využívají funkci GPS. Při uložení aktivity, která používá funkci GPS, uloží zařízení prošlou trasu jako součást dané aktivity.

Uložení prošlé trasy
1 Po dokončení aktivity, která využívá GPS, stiskněte tlačítko **STOP** > **Uložit**.
2 Vytvořte prošlou trasu z uložené aktivity (Vytvoření prošlé trasy z uložené aktivity).

Vytvoření prošlé trasy z uložené aktivity
Můžete vytvořit prošlou trasu z uložené aktivity. Umožní vám to prošlou trasu bezdrátově sdílet s jinými kompatibilními zařízeními Garmin.
1 Podržte tlačítko **MENU**.
2 Vyberte možnost **Historie** > **Aktivity**.
3 Vyberte aktivitu.
4 Vyberte možnost **Uložit jako prošlou trasu.**.

Zobrazení podrobností o prošlé trase
1 Podržte tlačítko **MENU**.
2 Vyberte možnost **Uživatelská data** > **Prošlé trasy**.
3 Vyberte prošlou trasu.
4 Vyberte možnost **Zobrazit mapu**.

  Začátek a konec prošlé trasy je označen vlajkou.
5 Stiskněte tlačítko **BACK** > **Detaily**.
6 Pomocí tlačítek **UP** a **DOWN** zobrazte informace o prošlé trase.

Odstranění prošlé trasy
1 Podržte tlačítko **MENU**.
2 Vyberte možnost **Uživatelská data** > **Prošlé trasy**.
3 Vyberte prošlou trasu.
4 Vyberte možnost **Odstranit** > **Ano**.

Bezdrátový příjem a odesílání dat
Než budete moci bezdrátově sdílet data, musíte se přemístit do vzdálenosti maximálně 3 m (10 stop) od kompatibilního zařízení Garmin.

Vaše zařízení může odesílat nebo přijímat data, pokud je připojeno k jinému kompatibilnímu zařízení. Můžete bezdrátově sdílet trasové body, schránky s poklady, trasy a prošlé trasy.
1 Podržte tlačítko **MENU**.
2 Vyberte možnost **Uživatelská data** > **Sdílet data** > **Z jednotky do jednotky**.
3 Vyberte možnost **Odeslat** nebo **Přijmout**.
4 Postupujte podle pokynů na obrazovce.

Dobrodružství Garmin
Můžete vytvářet dobrodružství a sdílet své cesty s rodinou, přáteli a Garmin komunitou. Související položky je možné seskupit jako dobrodružství. Například můžete vytvořit dobrodružství pro poslední pěší výlet. Dobrodružství může obsahovat záznam prošlé trasy, fotky z cesty a poklady, které jste objevili. Dobrodružství můžete vytvořit a spravovat pomocí aplikace BaseCamp™. Další informace naleznete na webových stránkách http://adventures.garmin.com.

Navigace
Můžete se nechat navigovat po trase, prošlé trase, k trasovému bodu, schránce s pokladem nebo jakékoli poloze uložené v zařízení. Pro navigaci k cíli můžete použít mapu nebo kompas.

Navigace k cíli
Můžete navigovat k trasovým bodům, prošlým trasám, trasám, schránkám s poklady, bodům zájmu a souřadnicím GPS. Můžete také navigovat pomocí funkcí TracBack® nebo Zadej směr a jdi.
1 Vyberte možnost **START** > **Navigovat**.
2 Vyberte druh cíle.
3 Podle pokynů na obrazovce vyberte cíl.



  Zařízení zobrazí informace o vašem dalším trasovém bodu.
4 Pomocí možností **UP** a **DOWN** zobrazte další stránky s navigačními údaji (Zobrazení stánek s údaji).

Navigování pomocí funkce Zadej směr a jdi
Můžete zaměřit zařízení na vzdálený objekt, jako je vodárenská věž, uzamknout směr a poté se nechat navigovat k tomuto objektu.
1 Stiskněte tlačítko **START** > **Navigovat** > **Zadej směr a jdi**.

2. Zaměřte horní značku na krytu hodinek na objekt.
3. Stiskněte tlačítko **START** > **Nastavit kurz**.
4. Navigujte pomocí kompasu (Navigace pomocí kompasu).
5. Stisknutím tlačítka **DOWN** zobrazte mapu (volitelně).

Kompas

Zařízení je vybaveno tříosým kompasem s automatickou kalibrací. Funkce a vzhled kompasu se mění v závislosti na aktivitě, na tom, zda je zapnuto GPS a zda navigujete k cíli. Nastavení kompasu můžete ručně změnit (Nastavení kompasu).

Navigace pomocí kompasu

Pro navigaci k dalšímu trasovému bodu můžete použít kompas.

1. Stisknutím tlačítka **DOWN** během navigace zobrazte stránku kompasu.

   Dvě značky na okraji obrazovky fungují jako ukazatel směru, který ukazuje směr k dalšímu trasovému bodu.
2. Namalovanou značku nad obrazovkou zařízení namiřte ve směru, kam jste otočeni.

   Namalovaná značka ukazuje směr, kam máte namířeno.
3. Natočte se tak, aby se ukazatel směru kryl s namalovanou značkou na zařízení.
4. Pokračujte tímto směrem, dokud nedosáhnete cíle.

Mapa

Ikona ▲ představuje vaši polohu na mapě. Ikona se během cesty přesouvá a zanechává záznam prošlé trasy (stezku). Na mapě se také zobrazí názvy a symboly trasových bodů. Při navigaci k cílovému bodu je na mapě vyznačena trasa pomocí čáry.

- Navigace pomocí mapy (Posouvání a změna měřítka mapy)
- Nastavení mapy (Nastavení mapy)

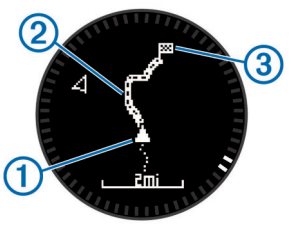
Posouvání a změna měřítka mapy

1. Stisknutím tlačítka **UP** během navigace zobrazte mapu.
2. Podržte tlačítko **MENU**.
3. Vyberte možnost **Posunout/Přiblížit a oddálit**.
4. Vyberte možnost:
   - Chcete-li přepnout mezi posouváním nahoru a dolů, posouváním doleva a doprava nebo přiblížením a oddálením, stiskněte tlačítko **START**.
   - Chcete-li posouvat mapu nebo ji přiblížit či oddálit, použijte tlačítka **UP** a **DOWN**.
   - Chcete-li režim ukončit, stiskněte tlačítko **BACK**.

Navigace do výchozího bodu

Můžete navigovat zpět do výchozího bodu prošlé trasy po stejné cestě. Tato funkce je k dispozici pouze pro aktivity, které využívají GPS.

Během aktivity stiskněte tlačítko **STOP** > **TracBack**.



Na mapě se zobrazí vaše aktuální poloha ①, sledovaná prošlá trasa ② a koncový bod ③.

Výškoměr a barometr

Zařízení obsahuje interní výškoměr a barometr. Zařízení získává data pro výškoměr a barometr neustále, i když je v režimu s nízkou spotřebou. Výškoměr zobrazuje vaši přibližnou nadmořskou výšku na základě změn tlaku. Barometr zobrazuje data okolního tlaku na základě konstantní nadmořské výšky, ve které byl naposledy kalibrován výškoměr (Nastavení výškoměru).

Označení polohy Muž přes palubu a spuštění navigace do této polohy

Podle potřeby můžete uložit polohu Muž přes palubu (MOB) a automaticky spustit navigaci zpět do této polohy.

TIP: Můžete přizpůsobit funkci podržení tlačítka **DOWN** pro rychlý přístup k funkci MOB (Přizpůsobení zkratky).

1. Podržte tlačítko **MENU**.
2. Vyberte možnost **Nástroje** > **MOB**.

Schránky s poklady

Geocache je něco jako ukrytá schránka s pokladem. Geocaching je hledání skrytých pokladů pomocí GPS souřadnic, které byly poslány na Internet osobami, jež poklad ukryly.

Stahování informací o schránkách s poklady

1. Připojte zařízení k počítači pomocí kabelu USB.
2. Přejděte na stránku www.garmin.com/geocaching.
3. V případě potřeby vytvořte účet.
4. Přihlaste se.
5. Podle pokynů na obrazovce vyhledejte a stáhněte informace o schránkách s poklady do zařízení.

Navigace ke schránce s pokladem

Před navigací ke schránce s pokladem je nutné stáhnout schránku s pokladem do zařízení. Další informace naleznete na webové stránce www.garmin.com/geocaching.

Navigace ke schránce s pokladem funguje stejně jako navigace do jakékoli jiné polohy (Navigace k cíli).

Zaznamenání pokusu

Po pokusu o nalezení shránky s pokladem můžete zaznamenat výsledky.

1. Podržte tlačítko **MENU**.
2. Vyberte možnost **Uživatelská data** > **Schránka s pokladem** > **Záznam pokusu**.
3. Vyberte možnost **Nalezeno**, **Nenalezeno** nebo **Žádný pokus**.
4. Vyberte možnost:
   - Chcete-li zahájit navigaci k nejbližší schránce s pokladem, vyberte možnost **Najít další**.
   - Chcete-li zaznamenávání ukončit, vyberte možnost **Hotové**.

chirp™

Zařízení chirp je malé příslušenství společnosti Garmin, které je naprogramováno a ponecháno v pokladu. K nalezení zařízení chirp v pokladu můžete použít své zařízení. Další informace o zařízení chirpnaleznete v *chirp Návodu k obsluze* na webové adrese www.garmin.com.

Hledání schránek s poklady pomocí zařízení chirp

1. Podržte tlačítko **MENU**.
2. Vyberte možnost **Nastavení** > **Snímače** > **chirp**.

3. Stiskněte tlačítko **START** > **Navigovat** > **Schránka s pokladem**.
4. Počkejte, až zařízení nalezne satelity.
5. Vyberte schránku s pokladem a poté výběrem možnosti **chirp** zobrazte podrobnosti o zařízení chirp, zatímco je spuštěna navigace.
6. Vyberte možnost **Jdi** a nechte se navigovat ke schránce s pokladem (Navigace k cíli).

   Až budete do 10 m (33 stop) od schránky s pokladem obsahující zařízení chirp, zobrazí se zpráva.

Aktivity

Zařízení je možné využít při nejrůznějších outdoorových, sportovních či kondičních aktivitách. Po spuštění aktivity zařízení zobrazuje a zaznamenává data ze snímače týkající se vaší aktivity. Aktivity můžete ukládat a sdílet je s komunitou Garmin Connect™.

Funkce zařízení se mění podle typu aktivity. Například stránky s údaji, zaznamenané údaje a možnosti menu se mohou zobrazovat různě v závislosti na konkrétní aktivitě.

Lyžování

Sjezdové lyžování nebo jízda na snowboardu

Před zahájením lyžování nebo jízdy na snowboardu je třeba zařízení úplně nabít (Nabíjení zařízení).

1. Stiskněte tlačítko **START** > **Skiboarding**.
2. Počkejte, až zařízení nalezne satelity.
3. Stisknutím tlačítka **START** stopky spustíte.

   Historie je zaznamenávána pouze v případě, že jsou spuštěny stopky.
4. Zahajte aktivitu.

   Ve výchozím nastavení se zapne funkce automatického běhu. Tato funkce automaticky zaznamenává nové jízdy na lyžích na základě vašeho pohybu.

   Ve výchozím nastavení se zapne funkce Auto Pause® (Používání Auto Pause). Stopky se pozastaví, když se přestanete pohybovat z kopce a když nasednete na sedačku vleku.
5. V případě potřeby stopky znovu spusťte tak, že se začnete pohybovat z kopce.
6. Po dokončení aktivity stiskněte tlačítko **STOP** > **Uložit**.

Zobrazení jízd na lyžích

Zařízení zaznamenává údaje o každé jízdě na lyžích nebo snowboardu. Údaje o jízdě si můžete prohlédnout na pozastavené obrazovce nebo při spuštěných stopkách.

1. Zahajte jízdu na lyžích nebo snowboardu.
2. Podržte tlačítko **MENU**.
3. Vyberte možnost **Zobrazit běhy**.
4. Stisknutím tlačítek **UP** a **DOWN** zobrazíte údaje o poslední jízdě, aktuální jízdě a celkovém počtu jízd.

   Obrazovky jízd obsahují čas, ujetou vzdálenost, maximální rychlost, průměrnou rychlost a celkový sestup.

Turistika

Jdeme na túru

Předtím, než vyrazíte na túru, je třeba zařízení úplně nabít (Nabíjení zařízení).

1. Stsikněte tlačítko **START** > **Turistika**.
2. Počkejte, až zařízení nalezne satelity.
3. Vyrazte na túru.

   Během túry zaznamenává zařízení prošlou trasu.
4. Pokud si chcete odpočinout nebo pozastavit zaznamenávání trasy, stiskněte tlačítko **STOP** > **Obnovit později**.

   Zařízení uloží stav vaší túry a přejde do režimu s nízkou spotřebou energie.
5. Stisknutím tlačítka **START** > **Obnovit** zaznamenávání trasy obnovíte.
6. Po dokončení túry stiskněte tlačítko **STOP** > **Uložit**.

Běh

Jdeme běhat

Před zahájením běhu je třeba zařízení úplně nabít (Nabíjení zařízení). Abyste mohli pro zaznamenávání běhu použít snímač ANT+ je potřeba nejprve snímač se zařízením spárovat (Párování snímačů ANT+).

1. Nasaďte si snímače ANT+, jako je například nožní snímač nebo snímač srdečního tepu (volitelné).
2. Vyberte možnost **START** > **Běh**.
3. Vyberte možnost:
   - Chcete-li použít spárované snímače ANT+, počkejte, až se k nim zařízení připojí.
   - Chcete-li vyhledávání snímačů ANT+ přeskočit, vyberte možnost **Přeskočit**.
4. Jděte ven a počkejte několik minut, než zařízení vyhledá satelity.

   Zobrazí se obrazovka stopek.



5. Stisknutím možnosti **START** stopky spustíte.
6. Nyní můžete běžet.
7. Výběrem možnosti **LAP** spustíte zaznamenávání kol (volitelné).
8. Pomocí možností **UP** a **DOWN** zobrazíte další stránky s údaji (volitelné).
9. Po dokončení běhu jej uložte výběrem možnosti **STOP** > **Uložit**.

   Zobrazí se přehled.

Jízda na kole

Vyrážíme na projížďku

Před zahájením jízdy je třeba zařízení úplně nabít (Nabíjení zařízení). Abyste mohli pro zaznamenávání jízdy použít snímač ANT+, je potřeba nejprve snímač se zařízením spárovat (Párování snímačů ANT+).

1. Nasaďte si snímače ANT+, jako je například snímač srdečního tepu (volitelný).
2. Stiskněte tlačítko **START** > **Kolo**.
3. Vyberte možnost:
   - Chcete-li použít spárované snímače ANT+, počkejte, až se k nim zařízení připojí.
   - Chcete-li vyhledávání snímačů ANT+ přeskočit, vyberte možnost **Přeskočit**.
4. Jděte ven a počkejte několik minut, než zařízení vyhledá satelity.
5. Stisknutím možnosti **START** stopky spustíte.

Historie je zaznamenávána pouze, pokud jsou spuštěny stopky.

6 Zahajte jízdu.

7 Pomocí tlačítek **UP** a **DOWN** zobrazíte další stránky s údaji (volitelné).

8 Po dokončení jízdy stiskněte tlačítko **STOP** > **Uložit**.

Plavání

POZNÁMKA

Zařízení je určeno pro plavání na povrchu. Potápění se zařízením může produkt poškodit a zneplatnit záruku.

POZNÁMKA: Během plávání nemůže zařízení zaznamenávat srdeční tep.

Jdeme si zaplavat

Před zahájením plavání je třeba zařízení úplně nabít (Nabíjení zařízení).

1 Stiskněte tlačítko **START** > **Plavání** > **Bazén**.

2 Vyberte velikost bazénu nebo zadejte vlastní velikost.

3 Stisknutím tlačítka **START** spusťte stopky.

Historie je zaznamenávána pouze, pokud jsou spuštěny stopky.

4 Začněte plavat.

Zařízení automaticky zaznamená intervaly plavání a délky.

5 Pomocí možností **UP** a **DOWN** zobrazíte další stránky s údaji (volitelné).

6 Když odpočíváte, stisknutím tlačítka **LAP** pozastavte stopky.

7 Stisknutím tlačítka **LAP** stopky znovu spustíte.

8 Po dokončení plavání stiskněte tlačítko **STOP** > **Uložit**.

Jdeme plavat v otevřené vodě

Před zahájením plavání je třeba zařízení úplně nabít (Nabíjení zařízení).

1 Stiskněte tlačítko **START** > **Plavání** > **Otevřená voda**.

2 Počkejte, až zařízení nalezne satelity.

3 Stisknutím tlačítka **START** spusťte stopky.

Historie je zaznamenávána pouze, pokud jsou spuštěny stopky.

4 Začněte plavat.

5 Stisknutím tlačítka **LAP** zaznamenejte interval (volitelné).

6 Pomocí možností **UP** a **DOWN** zobrazíte další stránky s údaji (volitelné).

7 Po dokončení plavání stiskněte tlačítko **STOP** > **Uložit**.

Plavecká terminologie

Délka: Uplavání jednoho bazénu.

Interval: Jedna nebo více délek. Nový interval začíná po odpočinku.

Záběr: Záběr se počítá pokaždé, když ruka s nasazeným zařízením dokončí celý cyklus.

Swolf: Hodnocení swolf je součet času jedné délky a počtu záběrů na délku. Například 30 sekund plus 15 záběrů se rovná hodnocení swolf 45. Swolf je mírou efektivity plavání a podobně jako v golfu je nižší skóre lepší.

Multisport

Triatlonisté, biatlonisté a další závodníci ve více sportech mohou využít aktivitu Multisport. Během aktivity Multisport můžete přecházet mezi aktivitami a pokračovat ve sledování svého celkového času a vzdálenosti. Můžete například přejít od běhu k jízdě na kole a během celé aktivity Multisport sledovat svůj celkový čas a vzdálenost jízdy na kole a běhu.

Aktivitu Multisport můžete přizpůsobit nebo můžete použít výchozí aktivitu Multisport nastavenou pro standardní triatlon.

Zahájení aktivity Multisport

1 Stiskněte tlačítko **START** > **Multisport** > **START**.

2 Počkejte, až zařízení nalezne satelity.

3 Stisknutím tlačítka **START** stopky spustíte.

Historie je zaznamenávána pouze v případě, že jsou spuštěny stopky.

4 Zahajte první aktivitu.

5 Stisknutím tlačítka **LAP** přejděte na další aktivitu.

Pokud jsou přechody zapnuté, zaznamenává se čas přechodu odděleně od časů aktivit.

6 V případě potřeby stisknutím tlačítka **LAP** zahajte další aktivitu.

7 Pomocí možností **UP** a **DOWN** zobrazíte další stránky s údaji (volitelné).

8 Po dokončení poslední aktivity stiskněte tlačítko **STOP** > **Uložit**.

Úprava aktivity Multisport

1 Stiskněte tlačítko **START** > **Multisport** > **DOWN**.

2 Vyberte aktivitu.

3 Opakujte 2. krok, dokud nebude aktivita Multisport dokončená.

4 Vyberte možnost **Hotové**.

5 Výběrem možnosti **Ano** zapněte přechody nebo je výběrem možnosti **Ne** vypněte.

Pokud jsou přechody zapnuté, zaznamenává se čas přechodu odděleně od časů aktivit.

Tréninky

Můžete vytvořit uživatelské tréninky, které obsahují cíle pro každý krok tréninku a pro různé vzdálenosti, časy a kalorie. Můžete vytvořit tréninky pomocí Garmin Connect nebo vybrat tréninkový plán, který obsahuje předdefinované tréninky Garmin Connect a přenést je do svého zařízení.

Tréninky můžete naplánovat pomocí funkce Garmin Connect. Tréninky je možné naplánovat dopředu a uložit je na svém zařízení.

Sledování tréninku z webové stránky

Chcete-li stáhnout trénink z Garmin Connect, musíte mít účet Garmin Connect (Garmin Connect).

1 Připojte zařízení k počítači.

2 Přejděte na stránku www.garminconnect.com/workouts.

3 Vytvořte a uložte nový trénink.

4 Vyberte možnost **Odeslat do zařízení** a postupujte podle pokynů na obrazovce.

5 Odpojte zařízení.

Zahájení tréninku

Chcete-li trénink zahájit, musíte si trénink stáhnout z Garmin Connect.

1 Stiskněte tlačítko **START** > **Trénink**.

2 Vyberte trénink.

3 V případě potřeby vyberte typ aktivity.

4 Vyberte možnost **START**.

Po zahájení tréninku zobrazí zařízení každý krok tréninku, cíl (volitelný) a aktuální data z tréninků.

Aktivity uvnitř budov

Zařízení fēnix 2 lze využít k trénování uvnitř, například běh na kryté dráze nebo používání stacionárního kola.

Při aktivitách uvnitř budov je systém GPS vypnutý. Při běhu s vypnutým systémem GPS se rychlost, vzdálenost a kadence počítají pomocí senzoru zrychlení v zařízení. Senzor zrychlení se kalibruje automaticky. Přesnost dat rychlosti, vzdálenosti a kadence se zvyšuje po několika použitích zařízení venku se zapnutým systémem GPS.

Zahájení aktivity uvnitř budovy

1. Stiskněte tlačítko **START** > **Kryté**.
2. Vyberte aktivitu.
3. Počkejte, až se zařízení připojí ke snímačům ANT+.
4. Stisknutím tlačítka **START** spusťte stopky.

   Historie je zaznamenávána pouze, pokud jsou spuštěny stopky.
5. Zahajte aktivitu.

Používání historie

Historie obsahuje předchozí aktivity, které jste v zařízení uložili.

1. Podržte tlačítko **MENU**.
2. Vyberte možnost **Historie**.
3. Uložené aktivity zobrazíte procházením nahoru a dolů.
4. Vyberte aktivitu.
5. Vyberte možnost:
   - Chcete-li se nechat navigovat po cestě, kterou jste při aktivitě urazili, vyberte možnost **Jdi**.
   - Chcete-li zobrazit další informace o aktivitě, vyberte možnost **Detaily**.
   - Chcete-li zobrazit aktivitu na mapě, vyberte možnost **Zobrazit mapu**.
   - Chcete-li se nechat navigovat po zpáteční cestě aktivity, vyberte možnost **TracBack**.
   - Chcete-li aktivitu uložit jako trasu pro navigaci, vyberte možnost **Uložit jako prošlou trasu.** (Vytvoření prošlé trasy z uložené aktivity).
   - Chcete-li odstranit vybranou aktivitu, vyberte možnost **Odstranit**.

Trénink

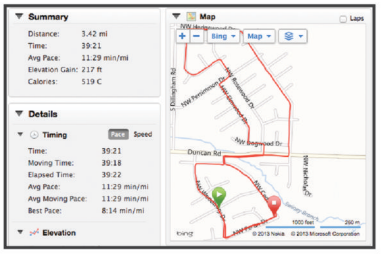
Garmin Connect

Můžete se spojit se svými přáteli ve službě Garmin Connect. Garmin Connect vám nabízí nástroje ke sledování tras, analýzu, sdílení a vzájemnému povzbuzování. Zaznamenávejte svůj aktivní životní styl včetně běhu, chůze, jízdy, plavání, turistiky, triatlonů a dalších aktivit. Pokud se chcete zaregistrovat k bezplatnému účtu, přejděte na adresu www.garminconnect.com/start.

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

Analyzujte svá data: Můžete zobrazit podrobnější informace o své aktivitě, včetně času, vzdálenosti, nadmořské výšky, srdečního tepu, spálených kalorií, kadence, VO2 maximální, dynamiky běhu, zobrazení výškové mapy, tabulek tempa a rychlosti a přizpůsobení zpráv.

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



Naplánujte si svůj trénink: Můžete si zvolit cíl aktivit typu fitness a načíst jeden z denních tréninkových plánů.

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

Nastavení uživatelského profilu

Můžete aktualizovat nastavení pro pohlaví, rok narození, výšku, hmotnost a zóny srdečního tepu (Nastavení zón srdečního tepu). Zařízení pomocí těchto údajů vypočítává přesné údaje o tréninku.

1. Podržte tlačítko **MENU**.
2. Vyberte možnost **Nastavení** > **Uživatelský profil**.
3. Vyberte možnost.

Cíle aktivit typu fitness

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

- Váš srdeční tep je dobrým měřítkem intenzity cvičení.
- Trénink v určitém rozsahu srdečního tepu vám pomůže zvýšit výkonnost vašeho kardiovaskulárního systému.
- Znalost vlastních rozsahů srdečního tepu vám také pomůže vyhnout se přetrénování a snížit riziko zranění.

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

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

Rozsahy srdečního tepu

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

Nastavení zón srdečního tepu

Aby zařízení mohlo určit vaše zóny srdečního tepu, musíte nastavit svůj fitness profil uživatele (Nastavení uživatelského profilu).

Zóny srdečního tepu můžete nastavit ručně podle svých cílů aktivit typu fitness.

1. Stiskněte tlačítko **MENU**.
2. Vyberte možnost **Nastavení** > **Snímače** > **Srdeční tep** > **TF Zóny**.
3. Zadejte maximální a minimální srdeční tep pro zónu 5.
4. Zadejte minimální srdeční tep pro zóny 4 až 1.

   Maximální srdeční tep pro každou zónu vychází z minimálního srdečního tepu předchozí zóny. Pokud například zadáte 167 jako minimální srdeční tep pro zónu 5, zařízení použije hodnotu 166 jako maximální srdeční tep pro zónu 4.

Výpočty rozsahů srdečního tepu

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

Informace o položce Celoživotní sportovec

Za celoživotní sportovce jsou pokládány osoby, které intenzivně trénovaly po dobu mnoha let (s výjimkou lehkých zranění) a mají klidový srdeční tep 60 tepů za minutu (bpm) nebo nižší.

Dynamika běhu

Můžete použít kompatibilní zařízení fēnix 2 spárované s příslušenstvím HRM-Run™, abyste získali zpětnou vazbu o své běžecké formě v reálném čase. Pokud bylo vaše zařízení fēnix 2 dodáno s příslušenstvím HRM-Run, jsou již zařízení spárována.

Příslušenství HRM-Run má v modulu senzor zrychlení, který měří pohyb vašeho těla, a vypočítává tři údaje o běhu: kadenci, vertikální oscilaci a dobu kontaktu se zemí.

POZNÁMKA: Příslušenství HRM-Run je kompatibilní s několika produkty pro fitness ANT+ a při spárování dokáže zobrazit data srdečního tepu. Funkce dynamiky běhu jsou dostupné pouze na některých zařízeních Garmin .

Kadence: Kadence je počet kroků za minutu. Zobrazuje celkový počet kroků (pravou a levou nohou dohromady).

Vertikální oscilace: Vertikální oscilace je odraz při běhu. Zobrazuje vertikální pohyb vašeho trupu měřený v centimetrech na každý krok.

Doba kontaktu se zemí: Doba kontaktu se zemí představuje dobu, kterou při běhu strávíte během každém kroku na zemi. Měří se v milisekundách.

POZNÁMKA: Během chůze není doba kontaktu se zemí k dispozici.

Trénink s využitím dynamiky běhu

Před zobrazením dynamiky běhu si musíte nasadit příslušenství HRM-Run a spárovat je se zařízením (Párování snímačů ANT+). Pokud vaše zařízení fēnix 2 bylo dodáno s příslušenstvím HRM-Run, jsou již zařízení spárována.

Když spárujete příslušenství HRM-Run se svým zařízením, při běhu je vidět stránka s údaji o dynamice běhu.

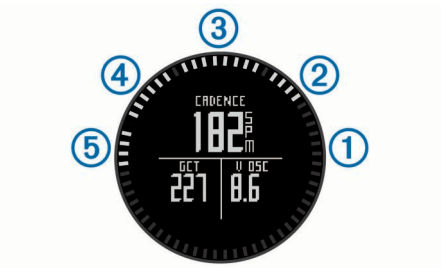
1. Jděte běhat se snímačem HRM-Run (Jdeme běhat).
2. Stisknutím tlačítka **DOWN** se posuňte dolů na stránku s údaji o dynamice běhu, kde uvidíte své metriky.

   Hlavní metrika se na stránce s údaji zobrazuje jako nejvyšší pole. Pozice měřidla odpovídá hlavní metrice.
3. Podržte tlačítko **MENU** a vyberte pole, které se má zobrazovat jako hlavní metrika (volitelné).

Data a měřidla dynamiky běhu

Na obrazovce dynamiky běhu se zobrazuje měřidlo pro primární metriku. Jako primární metriku lze zobrazit kadenci, vertikální oscilaci nebo dobu kontaktu se zemí. Na měřidle je vidět porovnání vašich dat dynamiky běhu s údaji ostatních běžců. Zóny jsou založeny na percentilech.

Garmin sesbíral data o běžcích s různými úrovněmi zkušeností. Hodnoty dat v zónách čtyři a pět jsou typické pro méně zkušené nebo pomalejší běžce. Hodnoty dat v zónách jedna, dvě a tři jsou typické pro zkušenější nebo rychlejší běžce. U méně zkušených běžců bývá obvyklý delší kontakt se zemí, vyšší vertikální oscilace a nižší kadence než u zkušenějších běžců. Vyšší běžci však obvykle mají mírně pomalejší kadence a mírně vyšší vertikální oscilaci. Další informace o dynamice běhu získáte na webových stránkách www.garmin.com. Další teorie a výklady dat dynamiky běhu lze získat vyhledáním respektovaných publikací a webových stránek věnovaných běhu.



Rozsah	Percentil v zóně	Rozsah kadence	Rozsah vertikální oscilace	Rozsah doby kontaktu se zemí
①	>95	>185 kroků za minutu	<6,7 cm	<208 ms
②	70–95	174–185 kroků za minutu	6,7–8,3 cm	208–240 ms
③	30–69	163–173 kroků za minutu	8,4–10,0 cm	241–272 ms
④	5–29	151–162 kroků za minutu	10,1–11,8 cm	273–305 ms
⑤	<5	<151 kroků za minutu	>11,8 cm	>305 ms

Tipy pro chybějící data dynamiky běhu

Jestliže se data dynamiky běhu nezobrazují, můžete vyzkoušet tyto tipy.

- Ujistěte se, zda máte příslušenství HRM-Run.

  Příslušenství HRM-Run má na přední části modulu ikonu .
- Podle pokynů znovu spárujte příslušenství HRM-Run se zařízením fēnix 2.
- Pokud se namísto dat dynamiky běhu zobrazují nuly, ujistěte se, zda nosíte modul HRM-Run správnou stranou nahoru.

  POZNÁMKA: Doba kontaktu se zemí se zobrazuje pouze při běhu. Během chůze ji nelze vypočítat.

Informace o odhadech hodnoty VO2 maximální

Můžete používat zařízení Garmin spárované se snímačem srdečního tepu a zobrazovat odhad hodnoty VO2 maximální- Hodnota VO2 maximální představuje maximální objem kyslíku (v milimetrech), který můžete spotřebovat za minutu na kilogram tělesné hmotnosti při maximálním výkonu. Jednoduše řečeno, hodnota VO2 maximální je ukazatelem sportovní zdatnosti a se zlepšující se kondicí by se měla zvyšovat. Odhady hodnoty VO2 maximální jsou poskytovány a podporovány společností Firstbeat® Technologies Ltd.

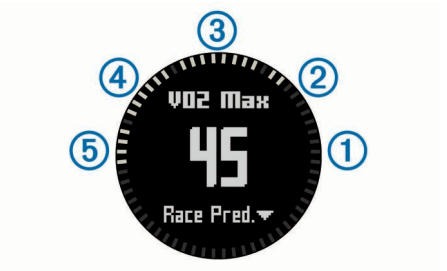
Jak získat odhad maximální hodnoty VO2

Než si budete moci zobrazit odhad vaší maximální hodnoty VO2, je nutné spárovat snímač srdečního tepu se zařízením fēnix 2 (Párování snímačů ANT+) a běžet aspoň 10 minut. Pokud chcete získat co nejpřesnější odhad, proveďte nastavení uživatelského profilu (Nastavení uživatelského profilu) a nastavte svůj maximální srdeční tep (Nastavení zón srdečního tepu).

POZNÁMKA: Napoprvé se projekce mohou jevit jako nepřesné. Zařízení potřebuje několik běhů, aby získalo informace o vaší běžecké výkonnosti.

1. Podržte tlačítko **MENU**.
2. Vyberte možnost **VO2 maximální**.

   Na obrazovce VO2 maximální se zobrazí odhad vaší maximální hodnoty VO2 jako číslo a pozice na měřidle.



①	Skvělé
②	Vynikající
③	Dobré
④	Uspokojivé
⑤	Špatné

Data a analýza parametru VO2 maximální jsou poskytována se svolením institutu The Cooper Institute®. Další informace najdete v příloze (Standardní poměry hodnoty VO2 maximální) a na stránkách www.CooperInstitute.org.

Standardní poměry hodnoty VO2 maximální

Tyto tabulky obsahují standardizované klasifikace odhady hodnoty VO2 maximální podle věku a pohlaví.

Muži	Percentil	20–29	30–39	40–49	50–59	60–69	70–79
Skvělé	95	55,4	54	52,5	48,9	45,7	42,1
Vynikající	80	51,1	48,3	46,4	43,4	39,5	36,7
Dobré	60	45,4	44	42,4	39,2	35,5	32,3
Uspokojivé	40	41,7	40,5	38,5	35,6	32,3	29,4
Špatné	0–40	<41,7	<40,5	<38,5	35,6	32,3	29,4

Ženy	Percentil	20–29	30–39	40–49	50–59	60–69	70–79
Skvělé	95	49,6	47,4	45,3	41,1	37,8	36,7
Vynikající	80	43,9	42,4	39,7	36,7	33	30,9
Dobré	60	39,5	37,8	36,3	33	30	28,1
Uspokojivé	40	36,1	34,4	33	30,1	27,5	25,9
Špatné	0–40	<36,1	<34,4	<33	<30,1	<27,5	<25,9

Data jsou reprodukována se svolením institutu The Cooper Institute. Další informace naleznete na webové stránce www.CooperInstitute.org.

Regenerační asistent

Můžete používat zařízení Garmin spárované se snímačem srdečního tepu a zobrazovat, kolik času vám zbývá do úplné regenerace, po které budete připraveni na další tvrdý trénink. Funkce regeneračního asistenta zahrnuje dobu regenerace a kontrolu regenerace. Technologie regeneračního asistenta je poskytována a podporována společností Firstbeat Technologies Ltd.

Kontrola regenerace: Kontrola regenerace poskytuje v reálném čase indikaci stavu regenerace během několika prvních minut běhu.

Doba regenerace: Doba regenerace se zobrazí okamžitě po dokončení běhu. Čas se odpočítává do chvíle, kdy bude optimální zahájit další tvrdý trénink.

Zapnutí regeneračního asistenta

Před použitím funkce regeneračního asistenta si musíte nasadit snímač srdečního tepu a spárovat jej se svým zařízením (Párování snímačů ANT+). Pokud byl snímač srdečního tepu součástí balení vašeho zařízení fēnix 2, jsou obě zařízení již spárována. Pokud chcete získat co nejpřesnější odhad, proveďte nastavení uživatelského profilu (Nastavení uživatelského profilu) a nastavte svůj maximální srdeční tep (Nastavení zón srdečního tepu).

1. Podržte tlačítko **MENU**.
2. Vyberte možnost **Regenerace** > **Zapnout**.
3. Nyní můžete běžet.

   Během prvních několika minut se zobrazí kontrola regenerace, která zobrazuje stav regenerace v reálném čase.
4. Po běhu vyberte možnost **Uložit**.

   Zobrazí se doba regenerace. Maximální doba je 4 dny a minimální doba je 6 hodin.

Zobrazení doby regenerace

Před zobrazením doby regenerace je nutné zapnout regeneračního asistenta.

1. Stiskněte tlačítko **MENU**.
2. Vyberte možnost **Regenerace**.

   Zobrazí se doba regenerace. Maximální doba je 4 dny a minimální doba je 6 hodin.

Informace o funkci Training Effect

Funkce Training Effect měří dopad aktivity na vaši aerobní kondici. Funkce Training Effect shromažďuje data během aktivity. V průběhu aktivity se hodnota efektu tréninku snižuje a funkce Training Effect vám sdělí, jak aktivita zlepšila vaši fyzickou kondici. Celkový výsledek funkce Training Effect je určen informacemi z vašeho profilu, srdečním tepem, délkou a intenzitou vaší aktivity.

Je důležité vědět, že výsledná čísla funkce Training Effect (1,0–5,0) se mohou v průběhu prvních několika běhů zdát abnormálně vysoká. Trvá několik aktivit, než se zařízení adaptuje na vaši aerobní kondici.

Training Effect	Popis
1,0–1,9	Napomáhá regeneraci (krátké aktivity). Při delší aktivitě (více než 40 minut) zvyšuje vytrvalost.
2,0–2,9	Udržuje aerobní kondici.
3,0–3,9	Zlepšuje aerobní kondici, pokud se opakuje jako součást vašeho týdenního tréninkového programu.
4,0–4,9	Významně zlepšuje aerobní kondici, pokud se opakuje 1–2 týdně s potřebným časem na regeneraci.
5,0	Způsobuje krátkodobé přetížení a zároveň přináší významné zlepšení. Na úrovni tohoto čísla trénujte jen s velkou opatrností. Vyžaduje dodatečné dny na regeneraci.

Technologie Training Effect a podporu k této technologii poskytuje společnost Firstbeat Technologies Ltd. Další informace získáte na webových stránkách www.firstbeattechnologies.com.

Zobrazení předpokládaných závodních časů

Před zobrazením projektovaných závodních časů si musíte nasadit snímač srdečního tepu a spárovat jej se svým zařízením (Párování snímačů ANT+). Pokud byl snímač srdečního tepu součástí balení vašeho zařízení fēnix 2, jsou obě zařízení již spárována. Pokud chcete získat co nejpřesnější odhad, proveďte nastavení uživatelského profilu (Nastavení uživatelského profilu) a nastavte svůj maximální srdeční tep (Nastavení zón srdečního tepu)

Vaše zařízení používá odhad maximální hodnoty VO2 (Informace o odhadech hodnoty VO2 maximální) a zdroje zveřejněných dat k poskytnutí cílového závodního času na základě vaší momentální formy. Tato projekce rovněž předpokládá, že jste absolvovali náležitý trénink pro tento závod.

POZNÁMKA: Napoprvé se projekce mohou jevit jako nepřesné. Zařízení potřebuje několik běhů, aby získalo informace o vaší běžecké výkonnosti.

1. Nasaďte si snímač srdečního tepu a jděte si zaběhat.
2. Stiskněte tlačítko **MENU**.
3. Vyberte možnost **VO2 maximální**.
4. Stisknutím tlačítka **DOWN** zobrazte obrazovku s předpovědí výsledků.

   Vaše projektované závodní časy se zobrazí pro vzdálenosti 5 km, 10 km, půlmaraton a maraton.

Používání Virtual Partner®

Funkce Virtual Partner je tréninkový nástroj, který vám má pomoci dosáhnout vašich cílů.

1. Podržte tlačítko **MENU**.
2. Vyberte možnost **Nastavení** > **Aktivita**.
3. Vyberte aktivitu.

   Virtual Partner není k dispozici pro všechny aktivity.
4. Vyberte možnost **Virtual Partner**.
5. Vyberte možnost **Nastavit tempo** nebo **Nastavit rychlost**.
6. Zahajte aktivitu.
7. Pomocí tlačítek **UP** nebo **DOWN** se posuňte na obrazovku Virtual Partner a podívejte se, kdo vede.

Aplikace

Hodiny

Nastavení budíku

1. Podržte tlačítko **MENU**.
2. Vyberte možnost **Hodiny** > **Budík** > **Nový alarm**.
3. Pomocí tlačítek **START**, **UP** a **DOWN** nastavte čas.
4. Vyberte možnost **Jednou**, **Denně** nebo **Všední dny**.

Změna zvuku budíku

1. Podržte tlačítko **MENU**.
2. Vyberte možnost **Nastavení** > **Obecné** > **Zvuky** > **Budík**.
3. Vyberte možnost **Tón**, **Vibrace**, **Tón a vibrace** nebo **Pouze zprávy**.

Spuštění odpočítávače času

1. Stiskněte tlačítko **MENU**.
2. Vyberte možnost **Hodiny** > **Stopky**.
3. Pomocí tlačítek **START**, **UP** a **DOWN** nastavte čas.
4. V případě potřeby vyberte možnost **Oznámení** a zvolte typ oznámení.
5. Vyberte možnost **Start**.

Použití stopek

1. Podržte tlačítko **START**.
2. Vyberte možnost **Hodiny** > **Stopky**.
3. Vyberte možnost **Start**.

Přidání vlastní časové zóny

1. Podržte tlačítko **MENU**.
2. Vyberte možnost **Hodiny** > **Alternativní zóny** > **Nová zóna**.
3. Vyberte časovou zónu.

Stránka s údaji Alternativní rozsahy se aktivuje automaticky (Stránky s údaji).

Úprava vlastní časové zóny

1. Podržte tlačítko **MENU**.
2. Vyberte možnost **Hodiny** > **Alternativní zóny**.
3. Vyberte časovou zónu.
4. Vyberte možnost:
   - Chcete-li změnit časovou zónu, vyberte možnost **Upravit zónu**.
   - Chcete-li přizpůsobit název časové zóny, vyberte možnost **Upravit popisek**.

Výpočet velikosti plochy

Než budete moci vypočítat velikost plochy, je nutné vyhledat satelity.

1. Podržte tlačítko **MENU**.
2. Vyberte možnost **Nástroje** > **Výpočet oblasti**.
3. Obejděte obvod plochy.

4. Stisknutím tlačítka **STOP** vypočítejte plochu.
5. Vyberte možnost:
   - Vyberte možnost **Uložit prošlou trasu**, zadejte název a vyberte možnost **Hotové**.
   - Výběrem možnosti **Změnit jednotky** můžete rozměry plochy převést na jinou jednotku.
   - Stisknutím tlačítka **BACK** ukončíte postup bez uložení.

Zobrazení almanachů

Můžete zobrazit informace z almanachu pro Slunce a Měsíc a lov a rybolov.

1. Stiskněte tlačítko **MENU**.
2. Vyberte možnost:
   - Chcete-li zobrazit informace o časech východu a západu slunce a měsíce, vyberte možnost **Nástroje** > **Slunce a Měsíc**.
   - Chcete-li zobrazit prognózu nejlepších časů pro lov a rybolov, vyberte možnost **Nástroje** > **Lov a rybolov**.
3. Podle potřeby můžete pomocí tlačítek **UP** nebo **DOWN** zobrazit jiný den.

Dálkové ovládání VIRB

Funkce dálkového ovládání VIRB™ vám umožní ovládat akční kameru VIRB na dálku. VIRB Akční kameru můžete zakoupit na webové stránce www.garmin.com/VIRB.

Ovládání akční kamery VIRB

Než budete moci využít funkci dálkového ovládání VIRB, musíte aktivovat nastavení dálkového ovládání kamery VIRB. Další informace najdete v *návodu k obsluze zařízení řady* VIRB.

1. Zapněte kameru VIRB.
2. Na zařízení fēnix 2 podržte tlačítko **MENU**.
3. Vyberte možnost **Dálkové ovládání zařízení VIRB**.
4. Počkejte, až se zařízení připojí ke kameře VIRB.
5. Vyberte možnost:
   - Chcete-li nahrávat video, stiskněte tlačítko **START**.

     Na obrazovce zařízení fēnix 2 se objeví počitadlo videa.
   - Chcete-li vypnout nahrávání videa, stiskněte tlačítko **DOWN**.
   - Chcete-li pořídit fotografii, stiskněte tlačítko **UP**.

Přizpůsobení zařízení

Nastavení aktivity

Tato nastavení umožňují přizpůsobit každou aktivitu podle vašich potřeb. Můžete například přizpůsobit stránky s údaji a aktivovat upozornění a funkce tréninku. Ne všechna nastavení jsou k dispozici pro všechny typy aktivit.

Podržte tlačítko **MENU**, vyberte možnost **Nastavení** > **Aktivita** a vyberte aktivitu.

Stránky s údaji: Umožňuje zobrazit nebo skrýt stránky s údaji pro vybranou aktivitu (Přizpůsobení stránek s údaji).

Upozornění: Umožňuje nastavit alarmy tréninku nebo navigace pro vybranou aktivitu.

Auto Lap: Umožňuje nastavit možnosti pro funkci Auto Lap (Auto Lap®).

Automatický běh: Nastaví zařízení, aby automaticky detekovalo jízdu na lyžích pomocí vestavěného senzoru zrychlení.

Auto Pause: Nastaví zařízení, aby přestalo zaznamenávat údaje, když se přestanete pohybovat nebo když vaše rychlost klesne pod zadanou hodnotu (Používání Auto Pause).

3D rychlost: Nastaví zařízení, aby vypočítalo vaši rychlost pomocí změny nadmořské výšky i horizontálního pohybu po zemi (3D rychlost a vzdálenost).

3D vzdálenost: Nastaví zařízení, aby vypočítalo vzdálenost, kterou jste urazili, pomocí změny nadmořské výšky i horizontálního pohybu po zemi.

Nahrávání dat: Umožňuje nastavit režim a interval nahrávání dat.

Režim GPS: Umožňuje nastavit režim pro anténu GPS (UltraTrac).

Krokoměr rychlost: Nastaví zařízení, aby vypočítalo vaši rychlost pomocí nožního spínače místo GPS.

Rychlost kola: Nastaví zařízení, aby vypočítalo vaši rychlost pomocí snímače tempa místo GPS.

Délka bazénu: Umožňuje nastavit délku bazénu pro plavání v bazénu (Jdeme si zaplavat).

Časovač přestávky: Aktivuje stránku s údaji o přestávkách pro plavání v bazénu.

Detekce záběru: Aktivuje detekci záběrů pro plavání v bazénu.

Vynulovat: Obnoví výchozí nastavení pro vybranou aktivitu.

V menu: Zobrazí nebo skryje vybranou aktivitu v nabídce aktivit.

Přizpůsobení stránek s údaji

Stránky s údaji pro každou aktivitu můžete zobrazit, skrýt a změnit jejich pořadí. U některých stránek s údaji můžete také upravit datová pole.

1. Podržte tlačítko **MENU**.
2. Vyberte možnost **Nastavení** > **Aktivita**.
3. Vyberte aktivitu, kterou chcete přizpůsobit.
4. Vyberte možnost **Stránky s údaji**.
5. Vyberte možnost **Přidat stránku** a podle pokynů na displeji přidejte novou stránku (volitelné).
6. Vyberte stránku, pro niž chcete upravit datová pole.
7. Vyberte možnost:
   - Vyberte možnost **Upravit** a změňte datová pole.
   - Výběrem možnosti **Přesunout nahoru** nebo **Přesunout dolů** změníte pořadí stránek s údaji.
   - Výběrem možnosti **Odstranit** odeberte stránku s údaji ze smyčky stránek.

Stránky s údaji

Některé stránky s údaji jsou k dispozici pouze pro konkrétní aktivity a některé stránky s údaji vyžadují spárování zařízení se snímačem ANT+ (Párování snímačů ANT+). Minimální a maximální údaje a data grafů se vypočítávají od času zahájení aktivity.

POZNÁMKA: Vaše tělesná teplota ovlivňuje odečet teploty. Chcete-li získat nejpřesnější hodnotu teploty, sejměte zařízení ze zápěstí a počkejte 20 až 30 minut.

Stránka s údaji	Popis	Snímač ANT+	Aktivity
1 pole	Zobrazuje jedno konfigurovatelné datové pole.	Žádný	Všechny
2 pole	Zobrazuje dvě konfigurovatelná datová pole.	Žádný	Všechny
3 pole	Zobrazuje tři konfigurovatelná datová pole.	Žádný	Všechny

Stránka s údaji	Popis	Snímač ANT+	Aktivity
Výškoměr	Zobrazuje vaši aktuální, minimální a maximální nadmořskou výšku a graf historie nadmořských výšek.	Žádný	Všechny
Barometr	Zobrazuje aktuální, minimální a maximální barometrický tlak a graf historie barometrických tlaků.	Žádný	Všechny
Kompas	Zobrazuje kompas se směrem, kterým se pohybujete, nahoře.	Žádný	Všechny
Teplota	Zobrazuje aktuální, minimální a maximální teplotu a graf historie teplot.	tempe™ (volitelný)	Všechny
Mapa	Zobrazuje mapu.	Žádný	Všechny kromě plavání v bazénu
Srdeční tep	Zobrazuje váš aktuální, minimální a maximální srdeční tep a graf historie srdečního tepu.	Snímač srdečního tepu (vyžadován)	Všechny
Kadence	Zobrazuje vaši aktuální, minimální a maximální kadenci a graf historie kadence.	Nožní snímač, snímač tempa bicyklu, snímač výkonu, Vector™, HRM-Run (volitelný)	Běh, jízda na kole, vlastní
Výkon	Zobrazuje váš aktuální, minimální a maximální dosažený výkon a graf historie výkonu.	Snímač výkonu, Vector	Jízda na kole, vlastní
Virtual Partner	Zobrazuje stránku Virtual Partner (Používání Virtual Partner®).	Žádný	Běh, jízda na kole, vlastní
Dynamika běhu	Zobrazuje informace o dynamice vašeho běhu (Dynamika běhu).	HRM-Run (vyžadován)	Běh, vlastní
Alternativní zóny	Zobrazuje alternativní časové zóny (Přidání vlastní časové zóny).	Žádný	Všechny
Duální síť	Zobrazuje vaše souřadnice GPS.	Žádný	Všechny
Zbývající	Zobrazuje čas přestávek během plavání.	Žádný	Plavání v bazénu
Čas	Zobrazuje čas a datum.	Žádný	Všechny
Aktuální běh	Zobrazuje údaje o aktuální jízdě na lyžích.	Žádný	Sjezdové lyžování nebo jízda na snowboardu
Celkový počet běhů	Zobrazuje údaje o celkovém počtu jízd na lyžích pro aktuální aktivitu.	Žádný	Sjezdové lyžování nebo jízda na snowboardu
Tréninky	Zobrazuje cíl a další údaje pro aktuální krok tréninku.	Žádný	Trénink, vlastní

Upozornění

Můžete nastavit upozornění pro každou aktivitu, které vám mohou pomoci trénovat s ohledem na konkrétní cíle, zvýšit povědomí o prostředí a navigovat k cíli. Některá upozornění jsou k dispozici pouze pro konkrétní aktivity. Existují tři typy upozornění: upozornění na události, upozornění na rozsah a opakovaná upozornění.

Upozornění na událost: Upozornění na událost informuje jednou. Událost je určitá hodnota. Můžete například nastavit zařízení tak, aby vás upozornilo, když dosáhnete stanovené nadmořské výšky.

Upozornění na rozsah: Upozornění na rozsah vás upozorní, kdykoli bude hodnota zařízení nad nebo pod stanoveným rozsahem hodnot. Můžete například nastavit zařízení tak, aby vás upozornilo, když váš srdeční tep klesne pod 60 tepů za minutu nebo přesáhne 210 tepů za minutu.

Opakované upozornění: Opakované upozornění vás upozorní pokaždé, když zařízení zaznamená určitou hodnotu nebo interval. Můžete například nastavit zařízení tak, aby vás upozorňovalo každých 30 minut.

Název upozornění	Typ upozornění	Popis
Baterie	Událost	Můžete nastavit upozornění pro nízkou hladinu energie baterie.
Kadence	Rozsah	Můžete nastavit minimální a maximální hodnoty kadence.
Kalorie	Událost, opakované	Můžete nastavit počet kalorií.
Vzdálenost	Událost, opakované	Můžete nastavit interval, vlastní vzdálenost od konečného cíle nebo vlastní vzdálenost, pokud se vzdálíte od trasy.
Nadmořská výška	Událost, rozsah, opakované	Můžete nastavit minimální a maximální hodnoty nadmořské výšky. Můžete také nastavit zařízení tak, aby vás upozornilo, když vystoupáte nebo sestoupáte o určitou výšku.
Srdeční tep	Rozsah	Můžete nastavit minimální a maximální hodnoty srdečního tepu nebo zvolit změny rozsahů. Viz Rozsahy srdečního tepu a Výpočty rozsahů srdečního tepu.
Nastavení příjezdu navigace	Událost	Můžete nastavit upozornění pro dosažení trasových bodů a konečného cíle prošlé trasy nebo trasy.
Tempo	Rozsah	Můžete nastavit minimální a maximální hodnoty tempa.
Napájení	Rozsah	Můžete nastavit vysokou nebo nízkou úroveň výkonu.
Varovné body	Opakované	Viz Nastavení varovného alarmu.
Rychlost	Rozsah	Můžete nastavit minimální a maximální hodnoty rychlosti.
Čas	Událost, opakované	Můžete nastavit interval, vlastní dobu do západu slunce nebo vlastní dobu od odhadovaného času, kdy máte dorazit do cíle.

Nastavení alarmu

1. Stiskněte tlačítko **MENU**.
2. Vyberte možnost **Nastavení** > **Aktivita**.
3. Vyberte aktivitu.

   POZNÁMKA: Tato funkce není k dispozici pro všechny aktivity.
4. Vyberte možnost **Upozornění**.
5. Vyberte název alarmu.
6. V případě potřeby vyberte typ alarmu.
7. Vyberte zónu, zadejte minimální a maximální hodnoty nebo zadejte vlastní hodnotu alarmu.
8. V případě potřeby alarm zapněte.

V případě alarmů událostí a opakovaných alarmů se při každém dosažení hodnoty alarmu zobrazí zpráva. V případě alarmů rozsahu se zpráva zobrazí pokaždé, když překročíte zadaný rozsah nebo pod něj klesnete (minimální a maximální hodnoty).

Nastavení varovného alarmu

Varovné alarmy vás upozorní, když budete ve stanovené vzdálenosti od konkrétní polohy.

1. Podržte tlačítko **MENU**.
2. Vyberte možnost **Nastavení** > **Aktivita**.
3. Vyberte aktivitu.

   POZNÁMKA: Tato funkce není k dispozici pro všechny aktivity.
4. Vyberte možnost **Upozornění** > **Varovné body** > **Upravit** > **Vytvořit novou**.
5. Vyberte polohu.
6. Zadejte poloměr.
7. Vyberte možnost **Hotové**.

Používání Auto Pause

Pomocí funkce Auto Pause můžete automaticky pozastavit stopky, když se přestanete pohybovat. Tato funkce je užitečná, jestliže vaše aktivita zahrnuje semafory nebo jiná místa, kde musíte zastavit.

POZNÁMKA: Pokud je časovač zastaven nebo pozastaven, nedochází k zaznamenávání historie.

1. Podržte tlačítko **MENU**.
2. Vyberte možnost **Nastavení** > **Aktivita**.
3. Vyberte aktivitu.

   POZNÁMKA: Tato funkce není k dispozici pro všechny aktivity.
4. Vyberte možnost **Auto Pause**.

Auto Lap®

Označování kol podle vzdálenosti

Režim Auto Lap můžete použít pro automatické označení kola po určité vzdálenosti. Tato funkce je užitečná pro porovnání vaší výkonnosti během různých úseků aktivity (například každou 1 míli nebo 5 kilometrů).

1. Podržte tlačítko **MENU**.
2. Vyberte možnost **Nastavení** > **Aktivita**.
3. Vyberte aktivitu.

   POZNÁMKA: Tato funkce není k dispozici pro všechny aktivity.
4. Vyberte možnost **Auto Lap**.
5. Vyberte vzdálenost.

Pokaždé, když dokončíte kolo, zobrazí se zpráva s časem pro dané kolo. Pokud jsou zapnuté tóny, zařízení také pípne nebo zavibruje (Obecná nastavení).

V případě potřeby můžete stránky údaji přizpůsobit, aby zobrazovaly další údaje o okruhu (Přizpůsobení stránek s údaji).

UltraTrac

Funkce UltraTrac je nastavení GPS, které zaznamenává body prošlé trasy a data ze snímačů méně často. Aktivací funkce UltraTrac se zvýší výdrž baterie, ale sníží kvalita zaznamenaných aktivit. Funkci UltraTrac byste měli používat pro aktivity, které vyžadují delší výdrž baterie a pro které jsou méně důležité časté aktualizace dat ze snímačů. Výchozí interval mezi body prošlé trasy je jeden bod za minutu. Interval můžete upravit.

3D rychlost a vzdálenost

Můžete nastavit 3D rychlost a vzdálenost pro výpočet rychlosti nebo vzdálenosti na základě změny nadmořské výšky a horizontálního pohybu po zemi. To můžete využít při aktivitách jako lyžování, lezení, navigace, pěší turistika, běh nebo jízda na kole.

Nastavení snímačů

- Můžete kalibrovat a konfigurovat interní kompas (Nastavení kompasu).
- Můžete kalibrovat a konfigurovat interní barometrický výškoměr (Nastavení výškoměru).
- Můžete spárovat a konfigurovat snímače ANT+ (Snímače ANT+).

Nastavení kompasu

Podržte tlačítko **MENU** a vyberte možnost **Nastavení** > **Snímače** > **Kompas**.

Zobrazení: Slouží k nastavení stupňů nebo miliradiánů pro směr pohybu na kompasu.

Reference severu: Slouží k nastavení směru k severu pro kompas (Nastavení směru k severu).

Režim: Slouží k nastavení kompasu tak, aby používal buď kombinaci dat systému GPS a elektronického snímače během pohybu (**Automaticky**), nebo pouze data systému GPS (**Vypnuto**).

Kalibrovat: Umožňuje ručně kalibrovat snímač kompasu (Kalibrace kompasu).

Nastavení směru k severu

Můžete nastavit směrovou referenci používanou při výpočtu informací o směru pohybu.

1. Stiskněte tlačítko **MENU**.
2. Vyberte možnost **Nastavení** > **Snímače** > **Kompas** > **Reference severu**.
3. Vyberte možnost:
   - Chcete-li jako referenci směru pohybu nastavit zeměpisný sever, vyberte možnost **Skutečný**.
   - Chcete-li automaticky nastavit magnetickou deklinaci pro vaši polohu, vyberte možnost **Magnetický**.
   - Chcete-li jako referenci směru pohybu nastavit sever souřadnicové sítě (000º), vyberte možnost **Souřadnicová síť**.
   - Chcete-li nastavit hodnotu magnetické deklinace ručně, vyberte možnost **Uživatel**, zadejte magnetickou deklinaci a vyberte možnost **Hotové**.

Kalibrace kompasu

POZNÁMKA

Kalibrace elektronického kompasu venku. Pokud chcete dosáhnout co nejpřesnějších informací o směru, nestůjte v blízkosti objektů, které ovlivňují magnetické pole, například vozidel, budov nebo nadzemního elektrického vedení.

Zařízení již bylo ve výrobě kalibrováno a ve výchozím nastavení používá automatickou kalibraci. Jestliže kompas nereaguje správně, například po přesunu na dlouhou vzdálenost nebo po extrémních změnách teploty, můžete jej kalibrovat ručně.

1. Podržte tlačítko **MENU**.
2. Vyberte možnost **Nastavení** > **Snímače** > **Kompas** > **Kalibrovat** > **Start**.
3. Postupujte podle pokynů na obrazovce.

Nastavení výškoměru

Podržte tlačítko **MENU** a vyberte možnost **Nastavení** > **Snímače** > **Výškoměr**.

Automatická kalibrace: Umožňuje provést automatickou kalibraci výškoměru při každém zapnutí sledování trasy pomocí systému GPS.

Kalibrovat: Umožňuje ručně kalibrovat snímač výškoměru.

Kalibrace barometrického výškoměru
Zařízení bylo již kalibrováno ve výrobě a při výchozím nastavení používá automatickou kalibraci v bodě spuštění systému GPS. Pokud znáte správnou nadmořskou výšku nebo správný tlak v úrovni mořské hladiny, můžete kalibrovat barometrický výškoměr ručně.

1. Podržte tlačítko **MENU**.
2. Vyberte možnost **Nastavení** > **Snímače** > **Výškoměr**.
3. Vyberte možnost:
   - Chcete-li automaticky kalibrovat z bodu spuštění GPS, vyberte možnost **Automatická kalibrace** > **Po spuštění**.
   - Chcete-li automaticky kalibrovat pomocí pravidelných aktualizací kalibrace GPS, vyberte možnost **Automatická kalibrace** > **Nepřetržitá**.
   - Chcete-li zadat aktuální nadmořskou výšku nebo tlak při hladině moře, vyberte možnost **Kalibrovat**.

Připojené funkce Bluetooth®

Zařízení fēnix 2 obsahuje několik funkcí pro připojení Bluetooth, které lze využít s kompatibilním zařízením smartphone. Některé funkce vyžadují, abyste do zařízení smartphone nainstalovali aplikaci Garmin Connect Mobile nebo BaseCamp Mobile. Další informace naleznete na webové stránce www.garmin.com/apps.

Oznámení z telefonu: Zobrazí oznámení a zprávy z telefonu na zařízení fēnix 2.

LiveTrack: Umožňuje vašim přátelům a rodině sledovat vaše závodění a tréninky v reálném čase. Můžete pozvat sledující osoby prostřednictvím e-mailu nebo sociálních sítí a umožnit jim sledovat vaše aktuální data na sledovací stránce služby Garmin Connect.

Odeslání aktivit do služby Garmin Connect: Automaticky odešle vaše aktivity do služby Garmin Connect, až záznam aktivit dokončíte.

Přehled aktivity v aplikaci BaseCamp Mobile: Umožňuje odesílat aktivity do zařízení smartphone pomocí aplikace BaseCamp Mobile. Aplikace zobrazuje aktivity včetně prošlé trasy a údajů ze snímače.

Zálohování dat pomocí cloudu v aplikaci BaseCamp Mobile: Umožňuje zálohovat uložené aktivity na vašem cloudovém účtu Garmin prostřednictvím aplikace BaseCamp Mobile.

Stahování dobrodružství: Umožňuje procházet dobrodružství v aplikaci BaseCamp Mobile a odesílat je do vašeho zařízení.

Spárování zařízení fēnix 2 se zařízením smartphone

POZNÁMKA: Zařízení nelze připojit ke snímačům ANT+, jestliže je zapnuta bezdrátová technologie Bluetooth.

1. Umístěte zařízení smartphone do okruhu 10 m (33 stop) od zařízení fēnix 2.
2. Na zařízení fēnix 2 podržte možnost **MENU**.
3. Vyberte možnost **Nastavení** > **Bluetooth**.
4. Dokončete následující krok:
   - Jestliže je to poprvé, kdy jste se zařízením spárovali telefon, vyberte možnost **OK**.
   - Jestliže jste již dříve se zařízením spárovali jiný telefon, vyberte možnost **Párovat mobilní zařízení**.
5. Na zařízení smartphone přejděte do menu nastavení Bluetooth a vyhledejte zařízení v blízkosti.

   Další informace naleznete v návodu k obsluze zařízení smartphone.
6. Vyberte ze seznamu zařízení v blízkosti zařízení fēnix 2.

   Na obrazovce zařízení fēnix 2 se zobrazí bezpečnostní kód.
7. Zadejte tento bezpečnostní kód do zařízení smartphone.
8. Na zařízení fēnix 2 vyberte možnost **Vždy zapnuto**, **Aktivní** nebo **Neaktivní** a vyberte možnost **OK**.

   Zařízení bude bezdrátovou technologii Bluetooth zapínat a vypínat automaticky podle vaší volby.
9. Výběrem možnosti **Zobrazit** nebo **Skrýt** zobrazíte či skryjete upozornění ze zařízení smartphone na obrazovce zařízení fēnix 2.
10. Přejděte na stránku www.garmin.com/apps a stáhněte do svého zařízení smartphone aplikaci Garmin Connect Mobile nebo BaseCamp Mobile (volitelné).

Obecná nastavení

Podržte tlačítko **MENU** a vyberte možnost **Nastavení** > **Systém**.

Zvuky: Umožňuje zapnout nebo vypnout tóny tlačítek a nastavit tóny a vibrace pro různá upozornění zařízení.

Zobrazení: Umožňuje změnit nastavení podsvícení a kontrastu.

Čas: Umožňuje nastavit datum, čas a časové pásmo.

Jazyk: Umožňuje nastavit jazyk rozhraní zařízení.

Jednotky: Umožňuje nastavit jednotky měření používané k zobrazení údajů.

Nastavení displeje

Podržte tlačítko **MENU** a vyberte možnost **Nastavení** > **Obecné** > **Zobrazení**.

Podsvícení: Umožňuje upravit intenzitu podsvícení a délku doby před vypnutím podsvícení.

Kontrast: Umožňuje nastavit kontrast obrazovky.

Nastavení času

Podržte tlačítko **MENU** a vyberte možnost **Nastavení** > **Obecné** > **Čas**.

Stránka Čas: Umožňuje přizpůsobit vzhled hodin.

Formát: Umožňuje vybrat 12hodinový nebo 24hodinový formát zobrazení času.

Časové pásmo: Umožňuje vybrat časové pásmo pro zařízení. Můžete vybrat možnost **Automaticky**, aby se časové pásmo nastavilo automaticky na základě vaší pozice GPS.

Změna měrných jednotek

Můžete zvolit vlastní nastavení měrných jednotek pro vzdálenost, rychlost, nadmořskou výšku, hloubku, teplotu a tlak.

1. Podržte tlačítko **MENU**.
2. Vyberte možnost **Nastavení** > **Obecné** > **Jednotky**.
3. Vyberte typ měrné jednotky.
4. Vyberte měrnou jednotku.

Nastavení systému

Podržte tlačítko **MENU** a vyberte možnost **Nastavení** > **Systém**.

WAAS: Slouží k nastavení zařízení pro použití signálů GPS WAAS (Wide Area Augmentation System). Informace o systému WAAS najdete na stránce www.garmin.com/aboutGPS/waas.html.

Zkratky: Umožňuje přizpůsobit funkci podržení tlačítka **DOWN**.

Režim USB: Nastaví zařízení, aby při připojení k počítači používalo režim velkokapacitního paměťového zařízení, nebo režim Garmin.

Mapa: Umožňuje změnit vzhled mapy.

Formát pozice: Umožňuje nastavit formát pozice, datum a sféroid sloužící pro výpočet souřadnic GPS.

Menu: Umožňuje přizpůsobit položky, které se zobrazují v hlavním menu.

Vynulovat: Umožňuje vynulovat uživatelská data a nastavení.

Informace: Zobrazuje informace o zařízení, softwaru a licenci.

Přizpůsobení zkratky

Můžete přizpůsobit funkci podržení tlačítka **DOWN**. Ve výchozím nastavení se podržením tlačítka **DOWN** označí trasový bod.

1. Podržte tlačítko **MENU**.
2. Vyberte možnost **Nastavení** > **Systém** > **Zkratky** > **Přidržet klávesu dolů**.
3. Vyberte funkci.

Nastavení mapy

Chcete-li otevřít nastavení mapy, podržte tlačítko **MENU** a vyberte možnost **Nastavení** > **Systém** > **Mapa**.

Orientace: Slouží k nastavení způsobu zobrazení mapy na stránce. **Sever nahoře** nastavuje, jak mapa zobrazuje sever nahoře na stránce. **Prošlá trasa nahoře** zobrazuje váš aktuální směr cesty k horní části stránky.

Auto Zoom: Automaticky vybírá odpovídající úroveň přiblížení pro optimální použití na mapě. Po výběru možnosti **Vypnuto** je nutné mapu přibližovat nebo oddalovat ručně.

Body: Umožňuje nastavit úroveň přiblížení pro body na mapě.

Záznam prošlé trasy: Umožňuje zobrazit nebo skrýt prošlé trasy na mapě.

Navigační čára: Umožňuje vybrat způsob zobrazení kurzu na mapě.

Barvy mapy: Umožňuje zvolit, zda je na mapě zvýrazněna pevnina či voda.

Nastavení formátu souřadnic

POZNÁMKA: Neměňte formát souřadnic ani elipsoidový souřadnicový systém, pokud nebudete používat mapu, která určuje souřadnice v odlišném formátu.

Podržte tlačítko **MENU** a vyberte možnost **Nastavení** > **Systém** > **Formát pozice**.

Formát: Slouží k nastavení formátu souřadnic, v němž se zobrazují souřadnice dané polohy.

Datum: Slouží k nastavení souřadnicového systému, v němž je mapa sestavena.

Sféroid: Zobrazí souřadnicový systém používaný zařízením. Výchozí souřadnicový systém je WGS 84.

Vlastní přizpůsobení hlavního menu

Položky v hlavním menu můžete přidávat, odstraňovat nebo přesouvat.

1. Podržte tlačítko **MENU**.
2. Vyberte možnost **Nastavení** > **Systém** > **Menu**.
3. Vyberte položku menu.
4. Vyberte možnost:
   - Výběrem možnosti **Přesunout nahoru** nebo **Přesunout dolů** změníte polohu položky v seznamu.
   - Výběrem možnosti **Odebrat** odstraníte položku ze seznamu.
   - Výběrem možnosti **Vložit** přidáte položku na seznam.

Vynulování zařízení na nastavení výrobce

Všechna nastavení zařízení lze vrátit na výchozí nastavení výrobce.

1. Podržte tlačítko **MENU**.
2. Vyberte možnost **Nastavení** > **Systém** > **Vynulovat** > **Všechna nastavení**.

Snímače ANT+

Zařízení je kompatibilní s tímto volitelným bezdrátovým příslušenstvím ANT+.

- Snímač srdečního tepu, například HRM-Run (Nasazování snímače srdečního tepu)
- Snímač rychlosti kola a tempa kola (Použití volitelného snímače tempa bicyklu)
- Nožní snímač (Nožní snímač)
- Snímač výkonu, například Vector
- Bezdrátový snímač teploty tempe (tempe)

Informace o kompatibilitě a nákupu dalších snímačů najdete na http://buy.garmin.com.

Párování snímačů ANT+

Před spárováním snímačů ANT+, Bluetooth je třeba vypnout bezdrátovou technologii (Spárování zařízení fēnix 2 se zařízením smartphone).

Při prvním připojení snímače k zařízení prostřednictvím bezdrátové technologie ANT+ musíte zařízení a snímač spárovat. Po spárování se zařízení k aktivnímu snímači v dosahu připojí automaticky, jakmile zahájíte aktivitu.

POZNÁMKA: Jestliže byl k vašemu zařízení přibalen snímač srdečního tepu, pak je tento snímač se zařízením již spárován.

1. Jestliže párujete snímač srdečního tepu, nasaďte si jej (Nasazování snímače srdečního tepu).

   Snímač srdečního tepu vysílá a přijímá údaje jen tehdy, když je nasazený.
2. Umístěte zařízení do okruhu 3 m (10 stop) od snímače.

   POZNÁMKA: Během párování zachovejte vzdálenost 10 m (33 stop) od ostatních snímačů ANT+.
3. Podržte možnost **MENU**.
4. Vyberte možnost **Nastavení** > **Snímače**.
5. Vyberte snímač.
6. Vyberte možnost **Nové vyhledávání**.

   Pokud dojde ke spárování snímače s vaším zařízením, změní se stav snímače z **Vyhledávání** na **Připojeno**. Data snímače se zobrazí ve smyčce stránky s údaji nebo ve vlastním datovém poli.

tempe

tempe je ANT+ bezdrátový snímač teploty. Snímač můžete připevnit k bezpečnostní šňůrce nebo poutku, na kterém bude vystaven okolnímu vzduchu, takže bude poskytovat konzistentní zdroj přesných údajů o teplotě. Musíte spárovat tempe se zařízením, aby mohly být zobrazeny údaje o teplotě z tempe.

Nasazování snímače srdečního tepu

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

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

1. Připevněte modul snímače srdečního tepu ① na pásek.



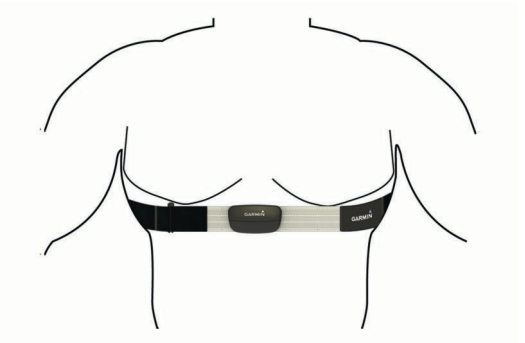
Loga Garmin na modulu i na pásku musí být správnou stranou nahoru.

2 Navlhčete elektrody ② na zadní straně pásku pro lepší vodivost mezi hrudníkem a vysílačem.



3 Pokud je snímač srdečního tepu vybaven kontaktní ploškou ③, navlhčete kontaktní plošku.

4 Upevněte pásek na hrudník a připojte háček pásku ④ ke smyčce ⑤.



Loga Garmin musí směřovat směrem nahoru.

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

Po nasazení je snímač srdečního tepu aktivní a odesílá data.

TIP: Pokud jsou data srdečního tepu nepravidelná nebo se neobjeví, přečtěte si tipy pro odstraňování problémů (Tipy pro nepravidelná data srdečního tepu).

Tipy pro nepravidelná data srdečního tepu

Pokud jsou data srdečního tepu nepravidelná nebo se nezobrazují, můžete využít tyto tipy.

- Znovu navlhčete elektrody a kontaktní plošku.

  Můžete k tomu použít vodu, sliny nebo gel na elektrody.
- Upevněte pásek na hrudník.
- Nechte jej asi 5–10 minut zahřát.
- Po každých sedmi použitích pásek umyjte (Péče o snímač srdečního tepu).
- Pokud je to pro vaši aktivitu vhodné, oblečte si bavlněné triko nebo triko navlhčete.

  Syntetické tkaniny, které se otírají nebo pleskají o snímač srdečního tepu, mohou vytvořit statickou elektřinu, která ruší signály snímače srdečního tepu.
- Přemístěte se z dosahu zdrojů, které by mohly snímač srdečního tepu rušit.

  Zdroji rušení mohou být například silná elektromagnetická pole, některé bezdrátové snímače s frekvencí 2,4 GHz, vedení vysokého napětí, elektrické motory, trouby, mikrovlnné trouby, bezdrátové telefony s frekvencí 2,4 GHz a bezdrátové přístupové body sítě LAN.
- Vyměňte baterii (Výměna baterie snímače srdečního tepu).

Nožní snímač

Vaše zařízení je kompatibilní s nožním snímačem. Nožní snímač můžete použít k záznamu tempa a vzdálenosti namísto systému GPS v případech, kdy trénujete uvnitř nebo kdy je slabý signál GPS. Nožní snímač je v pohotovostním režimu, připravený k odesílání dat (podobně jako snímač srdečního tepu).

Po 30 minutách nečinnosti se nožní snímač vypne, aby šetřil energii baterie. Je-li baterie slabá, objeví se na zařízení hlášení. Zbývá přibližně ještě pět hodin životnosti baterie.

Nastavení režimu nožního snímače

Zařízení můžete nastavit tak, aby k výpočtu tempa a vzdálenosti používalo místo dat GPS data nožního snímače.

1 Podržte tlačítko **MENU**.

2 Vyberte možnost **Nastavení** > **Snímače** > **Krokoměr**.

3 Vyberte možnost:

- Pokud trénujete uvnitř bez systému GPS, vyberte možnost **Kryté**.
- Pokud trénujete venku, kde je slabý signál GPS nebo ztrácíte signály družic, vyberte možnost **Vždy zapnuto**.

Kalibrace nožního snímače

Kalibrace nožního snímače je volitelná a může zvýšit přesnost. Kalibraci lze upravit třemi způsoby: pomocí vzdálenosti, GPS a ručně.

Kalibrace nožního snímače pomocí vzdálenosti

Než bude možné provést kalibraci zařízení, je nutné je spárovat s nožním snímačem (Párování snímačů ANT+).

Nejlepších výsledků dosáhnete kalibrací nožního snímače na vnitřní dráze regulační trati nebo na přesné vzdálenosti. Regulační trať (2 kola = 800 m neboli 0,5 míle) je přesnější než běžecký pás.

1 Podržte tlačítko **MENU**.

2 Vyberte možnost **Nastavení** > **Snímače** > **Krokoměr** > **Kalibrovat** > **Vzdálenost**.

3 Výběrem možnosti **Start** začněte nahrávat.

4 Běžte nebo jděte 800 m (0,5 míle).

5 Vyberte možnost **Zastavit**.

Kalibrace nožního snímače pomocí GPS

Než bude možné provést kalibraci zařízení, je nutné získat signály GPS a spárovat zařízení s nožním snímačem (Párování snímačů ANT+).

1 Podržte tlačítko **MENU**.

2 Vyberte možnost **Nastavení** > **Snímače** > **Krokoměr** > **Kalibrovat** > **GPS**.

3 Výběrem možnosti **Start** začněte nahrávat.

4 Běžte nebo jděte přibližně 1 km nebo 0,62 míle.

Zařízení vás bude informovat, jakmile urazíte dostatečnou vzdálenost.

Ruční kalibrace nožního snímače

Než bude možné provést kalibraci zařízení, je nutné je spárovat s nožním snímačem (Párování snímačů ANT+).

Doporučujeme provést ruční kalibraci v případě, že znáte svůj kalibrační faktor. Pokud jste nožní snímač kalibrovali s jiným výrobkem Garmin, pravděpodobně svůj kalibrační faktor znáte.

1 Stiskněte tlačítko **MENU**.

2 Vyberte možnost **Nastavení** > **Snímače** > **Krokoměr** > **Kalibrovat** > **Manuální**.

3 Úprava kalibračního faktoru:

- Pokud je vzdálenost příliš malá, kalibrační faktor zvyšte.
- Pokud je vzdálenost příliš velká, kalibrační faktor snižte.

Použití volitelného snímače tempa bicyklu

Můžete odesílat data do zařízení pomocí kompatibilního snímače tempa bicyklu.

- Spárujte snímač se zařízením (Párování snímačů ANT+).
- Aktualizujte informace svého fitness profilu uživatele (Nastavení uživatelského profilu).

- Vyrazte na projížďku (Vyrážíme na projížďku).

Informace o zařízení

Zobrazení informací o zařízení

Můžete zobrazit identifikační číslo přístroje, verzi softwaru a licenční dohodu.

1. Stiskněte tlačítko **MENU**.
2. Vyberte možnost **Nastavení** > **Systém** > **Informace**.

Péče o zařízení

POZNÁMKA

K čištění zařízení nepoužívejte ostré předměty.

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

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

Nemačkejte klávesy pod vodou.

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

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

Čištění zařízení

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

Technické údaje

Typ baterie	Lithium-iontová baterie 500 mAh
Životnost baterie	Až 5 týdnů
Stupeň vodotěsnosti	5 ATM*
Rozsah provozních teplot	Od -20 ° do 50 °C (od -4 ° do 122 °F)
Rádiová frekvence/protokol	Bezdrátová technologie ANT+ 2,4 GHz Bluetooth Chytré zařízení

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

Informace o baterii

Skutečná životnost baterie závisí na tom, jak využíváte systém GPS, snímače zařízení, volitelné bezdrátové snímače a podsvícení.

Životnost baterie	Režim
16 hodin	Normální režim GPS
50 hodin	Režim GPS UltraTrac se získáváním údajů v minutových intervalech
Až 5 týdnů	Režim sledování

Péče o snímač srdečního tepu

POZNÁMKA

Před čištěním šňůrky musíte šňůrku odepnout a odstranit modul.

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

- Přejděte na webové stránky www.garmin.com/HRMcare, kde se dozvíte podrobné informace pro praní.
- Pásek po každém použití opláchněte.
- Po každých sedmi použitích pásek vyperte v pračce.
- Nedávejte pásek do sušičky.
- Při sušení pásek pověste nebo jej položte.
- Životnost snímače srdečního tepu lze prodloužit tím, že jej odepnete, když není používán.

Technické údaje k zařízení HRM-Run

Typ baterie	Baterie CR2032 vyměnitelná uživatelem, 3 volty
Životnost baterie	1 rok (1 hodina denně)
Stupeň vodotěsnosti	3 ATM* **POZNÁMKA:** Během plávání nepřenáší tento produkt srdeční tep.
Rozsah provozních teplot	Od -20 do 60 °C (od -4 do 140 °F)
Rádiová frekvence/protokol	Protokol pro bezdrátovou komunikaci 2,4 GHz ANT+

*Zařízení vydrží tlak odpovídající hloubce 30 metrů. Další informace najdete na webové stránce www.garmin.com/waterrating.

Vyměnitelné baterie

⚠ VAROVÁNÍ

K vyjmutí baterií nepoužívejte ostré předměty.

Baterie udržujte mimo dosah dětí.

Baterie nikdy nevkládejte do úst. Pokud by došlo ke spolknutí, obraťte se na svého lékaře nebo místní centrum pro otravy.

Vyměnitelné knoflíkové baterie mohou obsahovat chloristanový materiál. Může být vyžadována speciální manipulace. Další informace naleznete na adrese www.dtsc.ca.gov.hazardouswaste/perchlorate.

⚠ UPOZORNĚNÍ

Chcete-li baterie správně recyklovat nebo zlikvidovat, kontaktujte místní středisko pro likvidaci odpadů.

Výměna baterie snímače srdečního tepu

1. Pomocí malého šroubováku Phillips vyjměte čtyři šroubky na zadní straně modulu.
2. Vyjměte kryt a baterii.



3. Počkejte 30 sekund.
4. Vložte novou baterii kladným pólem nahoru.

   POZNÁMKA: Dejte pozor, abyste nepoškodili nebo neztratili těsnící O-kroužek.
5. Vraťte zadní kryt a čtyři šroubky na své místo.

   POZNÁMKA: Příliš neutahujte.

Po výměně baterie snímače srdečního tepu ji můžete znovu spárovat se zařízením.

Správa dat

POZNÁMKA: Toto zařízení není kompatibilní se systémy Windows® 95, 98, Me, Windows NT® a Mac® OS 10.3 a staršími.

Typy souborů

Zařízení podporuje následující typy souborů.

- Soubory z BaseCamp. Přejděte na adresu www.garmin.com/trip_planning.
- Soubory z Garmin Connect.
- Soubory uživatelských bodů zájmů GPI z aplikace Garmin POI Loader. Přejděte na adresu www.garmin.com/products/poiloader.
- Soubory prošlé trasy ve formátu GPX pro navigaci.
- Soubory s poklady ve formátu GPX. Přejděte na stránku www.garmin.com/geocaching.
- Soubory FIT pro Garmin Connect.

Odpojení kabelu USB

Pokud je zařízení připojeno k počítači jako vyměnitelná jednotka nebo svazek, je nutné zařízení bezpečně odpojit od počítače, abyste předešli ztrátě dat. Pokud je zařízení připojeno k počítači v přenosném režimu, Windows není třeba je bezpečně odpojovat.

1. Dokončete následující krok:
   - V počítači Windows vyberte ikonu **Bezpečně odebrat hardware** v hlavním panelu systému a zvolte zařízení.
   - V počítači se systémem Mac přetáhněte ikonu svazku do koše.
2. Odpojte kabel od svého počítače.

Odstranění souborů

POZNÁMKA

Pokud neznáte účel souboru, neodstraňujte jej. Paměť zařízení obsahuje důležité systémové soubory, které by neměly být odstraněny.

1. Otevřete jednotku nebo svazek **Garmin**.
2. V případě potřeby otevřete složku nebo svazek.
3. Vyberte soubor.
4. Stiskněte klávesu **Delete** na klávesnici.

Odstranění problémů

Vynulování zařízení

Pokud zařízení přestane reagovat, bude zřejmě nutné je vynulovat.

1. Podržte tlačítko **LIGHT** alespoň 25 sekund.
2. Podržením tlačítka **LIGHT** na jednu sekundu zařízení zapněte.

Maximalizace životnosti baterie

Výdrž baterie lze zvýšit různými způsoby.

- Snižte jas a prodlevu podsvícení (Nastavení displeje).
- Pro aktivitu použijte režim UltraTrac GPS (UltraTrac).
- Když nepoužíváte připojené funkce, vypněte bezdrátovou technologii Bluetooth (Připojené funkce Bluetooth®).
- Když aktivitu na delší dobu přerušíte, použijte funkci Obnovit později (Zastavení aktivity).

Další informace

Další informace o tomto produktu naleznete na webové stránce Garmin.

- Přejděte na adresu www.garmin.com/outdoor.
- Přejděte na adresu www.garmin.com/learningcenter.
- Přejděte na adresu http://buy.garmin.com nebo požádejte svého prodejce Garmin o informace o volitelném příslušenství a náhradních dílech.

Dodatek

Datová pole

BAROMETR: Kalibrovaný aktuální tlak.

BATERIE: Zbývající energie baterie.

ČAS: Čas od zahájení aktivity, který nezahrnuje dobu, kdy byla aktivita pozastavena.

ČAS INTERVALU: Čas změřený stopkami pro aktuální interval.

ČAS K BODU: Odhadovaná zbývající doba do dosažení dalšího bodu na trase. Musí probíhat navigace, aby se zobrazila tato data.

ČAS K CÍLI: Odhadovaný zbývající čas k dosažení konečného cíle. Musí probíhat navigace, aby se zobrazila tato data.

ČAS KOLA: Čas změřený stopkami pro aktuální okruh.

ČAS POHYBU: Průběžný čas strávený pohybem od posledního vynulování.

ČAS POSLEDNÍHO INTERVALU: Čas změřený stopkami pro poslední dokončený interval.

ČAS POSLEDNÍHO KOLA: Čas změřený stopkami pro poslední dokončený okruh.

ČAS PŘÍJEZDU: Odhadovaná denní doba, kdy dorazíte do konečného cíle (upravená pro místní čas daného cíle). Musí probíhat navigace, aby se zobrazila tato data.

ČAS V BODĚ: Odhadovaná denní doba, kdy dorazíte do dalšího trasového bodu (upravená pro místní čas daného trasového bodu). Musí probíhat navigace, aby se zobrazila tato data.

CELKEM: Čas změřený stopkami pro všechny dokončené okruhy.

CÍL: Konečný cíl. Poslední bod na trase nebo v rámci kurzu.

CÍLOVÁ POZICE: Poloha konečného cíle.

DALŠÍ BOD: Další bod na trase. Musí probíhat navigace, aby se zobrazila tato data.

DATUM: Aktuální den, měsíc a rok.

DÉLKA KOLA: Uražená vzdálenost pro aktuální okruh.

DÉLKA POSLEDNÍHO KOLA: Ujetá vzdálenost pro poslední dokončený okruh.

DÉLKY: Počet délek bazénu dokončených během aktuální aktivity.

DÉLKY POSLEDNÍHO INTERVALU: Počet délek bazénu dokončených během posledního dokončeného intervalu.

DÉLKY PRO AKTUÁLNÍ INTERVAL: Počet délek bazénu dokončených během aktuálního intervalu.

DENNÍ DOBA: Čas v rámci dne podle aktuální polohy a nastavení času (formát, časové pásmo a letní čas).

DKZ: Doba kontaktu se zemí. Doba, kterou při běhu strávíte během každého kroku na zemi, měřená v milisekundách. Během chůze není doba kontaktu se zemí počítána.

DOBA ZASTAVENÍ: Průběžný čas nestrávený pohybem od posledního vynulování.

DO KURZU: Směr, kterým se musíte pohybovat, abyste se vrátili na trasu. Musí probíhat navigace, aby se zobrazila tato data.

GPS: Síla satelitního signálu GPS.

INTERVAL: Vzdálenost uražená pro aktuální interval.

KADENCE: Počet otáček klik pedálů nebo počet kroků za minutu.

KADENCE POSLEDNÍHO KOLA: Průměrné tempo pro poslední dokončený okruh.

KALORIE (KCAL): Celkový počet spálených kalorií.

KILOJOULY: Celková odvedená práce (výstupní výkon) v kilojoulech.

KLOUZAVOST: Poměr uražené vzdálenosti ve vodorovném směru a změny převýšení.

KLOUZAVOST K CÍLI: Klouzavost pro trasu, kterou je potřebné absolvovat z vaší současné pozice do cílové nadmořské výšky. Musí probíhat navigace, aby se zobrazila tato data.

KOLA: Počet dokončených okruhů pro aktuální aktivitu.

KOMPAS: Směr kompasu. Vizuální znázornění směru, kterým zařízení ukazuje.

KROKY: Počet kroků zaznamenaných nožním snímačem.

KURZ: Směr z vaší počáteční polohy k cílovému bodu. Kurz může být zobrazen jako plánovaná nebo nastavená trasa. Musí probíhat navigace, aby se zobrazila tato data.

MAXIMÁLNÍ % ST: Procento maximálního srdečního tepu.

MAXIMÁLNÍ NADMOŘSKÁ VÝŠKA: Nejvyšší nadmořská výška dosažená pro aktuální prošlou trasu nebo aktivitu.

MAXIMÁLNÍ RYCHLOST: Nejvyšší rychlost pro aktuální aktivitu.

MAXIMÁLNÍ SESTUP: Maximální rychlost sestupu v metrech za minutu nebo stopách za minutu od posledního vynulování.

MAXIMÁLNÍ TEPLOTA: Maximální teplota zaznamenaná za posledních 24 hodin.

MAXIMÁLNÍ VÝKON: Nejvyšší výstupní výkon pro aktuální aktivitu.

MAXIMÁLNÍ VÝSTUP: Maximální rychlost stoupání ve stopách za minutu nebo v metrech za minutu od posledního vynulování.

MIMO KURZ: Vzdálenost doleva nebo doprava, o kterou jste se odchýlili od původní dráhy cesty. Musí probíhat navigace, aby se zobrazila tato data.

MINIMÁLNÍ NADMOŘSKÁ VÝŠKA: Nejnižší dosažená nadmořská výška od posledního vynulování.

MINIMÁLNÍ TEPLOTA: Minimální teplota zaznamenaná za posledních 24 hodin.

NADMOŘSKÁ VÝŠKA: Výška vaší současné polohy nad mořskou hladinou nebo pod mořskou hladinou.

NADMOŘSKÁ VÝŠKA GPS: Nadmořská výška vaší aktuální polohy pomocí zařízení GPS.

ODBOČKA: Úhel rozdílu (ve stupních) mezi směrem k cíli a vaším současným kurzem. L znamená otočit doleva. P znamená otočit doprava. Musí probíhat navigace, aby se zobrazila tato data.

OKOLNÍ TLAK: Nekalibrovaný okolní tlak.

POČÍTADLO KILOMETRŮ: Průběžná uražená vzdálenost pro všechny cesty. Tento celkový počet se nevymaže, pokud vynulujete data cesty.

POLOHA: Aktuální pozice používající vybrané nastavení formátu souřadnic.

POSLEDNÍ INTERVAL: Vzdálenost uražená pro poslední dokončený interval.

PŘESNOST: Mezní odchylka pro určení přesné polohy. Poloha GPS je například určena s přesností ±3,65 m (12 stop).

PRŮĚRNÝ ZÁBĚR/DÉLKA: Průměrný počet záběrů na délku během aktuální aktivity.

PRŮMĚRNÁ KADENCE: Průměrná kadence pro aktuální aktivitu.

PRŮMĚRNÁ RYCHLOST: Průměrná rychlost pro aktuální aktivitu.

PRŮMĚRNÁ RYCHLOST: Průměrná rychlost pohybu pro aktuální aktivitu.

PRŮMĚRNÉ KOLO: Průměrný čas okruhu pro aktuální aktivitu.

PRŮMĚRNÉ TEMPO: Průměrné tempo pro aktuální aktivitu.

PRUMĚRNÉ VYVÁŽENÍ: Průměrné levé/pravé vyvážení výkonu pro aktuální aktivitu.

PRŮMĚRNÝ SESTUP: Průměrné převýšení při sestupu od posledního vynulování.

PRŮMĚRNÝ ST: Průměrný srdeční tep pro aktuální aktivitu.

PRUMĚRNÝ ST %MAX: Průměrné procento maximálního srdečního tepu pro aktuální aktivitu.

PRŮMĚRNÝ SWOLF: Průměrné hodnocení SWOLF pro aktuální aktivitu. Hodnocení SWOLF je součet času jedné délky a počtu záběrů na délku (Plavecká terminologie).

PRŮMĚRNÝ VÝKON: Průměrný výstupní výkon pro aktuální aktivitu.

PRŮMĚRNÝ VÝSTUP: Průměrné převýšení při výstupu od posledního vynulování.

ROVNOMĚRNÝ CHOD: Rovnoměrný chod pedálů. Měření rovnoměrné aplikace síly nohou jezdce na pedály během každého šlápnutí na pedál.

RYCHLOST: Aktuální cestovní rychlost.

RYCHLOST KOLA: Průměrná rychlost pro aktuální okruh.

RYCHLOST POSLEDNÍHO KOLA: Průměrná rychlost pro poslední dokončený okruh.

RYCHLOST PŘIBLÍŽENÍ: Rychlost přiblížení. Rychlost, kterou se blížíte po trase k cílovému bodu. Musí probíhat navigace, aby se zobrazila tato data.

RYCHLOST PRŮMĚRÉHO ZÁBĚRU: Průměrný počet záběrů za minutu (Z/M) během aktuální aktivity.

RYCHLOST ZÁBĚRU INTERVALU: Průměrný počet záběrů za minutu (Z/M) během aktuálního intervalu.

RYCHLOST ZÁBĚRU POSLEDNÍ DÉLKY: Průměrný počet záběrů za minutu (Z/M) během poslední dokončené délky bazénu.

RYCHLOST ZÁBĚRU POSLEDNÍHO INTERVALU: Průměrný počet záběrů za minutu (Z/M) během posledního dokončeného intervalu.

SESTUP: Celkové převýšení překonané při aktuální aktivitě.

SESTUP KOLA: Převýšení při sestupu pro aktuální okruh.

SESTUP POSLEDNÍHO KOLA: Převýšení při sestupu pro poslední dokončený okruh.

ŠÍŘKA/DÉLKA: Aktuální pozice dle souřadnic délky a šířky bez ohledu na vybrané nastavení formátu souřadnic.

SMĚR GPS: Směr GPS. Směr, kterým se pohybujete, podle zařízení GPS.

SMĚR K CÍLI: Směr z vaší současné polohy k cílovému bodu. Musí probíhat navigace, aby se zobrazila tato data.

SMĚR KOMPASU: Směr, kterým se pohybujete, podle kompasu.

SMĚR POHYBU: Směr, kterým se pohybujete.

SRDEČNÍ TEP: Váš srdeční tep udávaný v tepech za minutu (tepy za minutu). Zařízení musí být připojeno ke kompatibilnímu snímači srdečního tepu.

ST KOLA: Průměrný srdeční tep pro aktuální okruh.

ST KOLA %MAX: Průměrné procento maximálního srdečního tepu pro aktuální okruh.

STOPKY: Čas změřený stopkami pro aktuální aktivitu.

STOPKY: Aktuální čas odpočítávače času.

ST POSLEDNÍHO KOLA: Průměrný srdeční tep pro poslední dokončený okruh.

STUPEŇ: Výpočet stoupání (nadmořské výšky) při běhu (vzdálenost). Pokud například na každé vystoupané 3 m (10 stop) urazíte 60 m (200 stop), je stupeň 5 %.

SWOLF INTERVALU: Průměrné hodnocení SWOLF pro aktuální interval. Hodnocení SWOLF je součet času jedné délky a počtu záběrů na délku (Plavecká terminologie).

SWOLF POSLEDNÍ DÉLKY: Hodnocení SWOLF pro poslední dokončenou délku bazénu. Hodnocení SWOLF je součet času jedné délky a počtu záběrů na délku (Plavecká terminologie).

SWOLF POSLEDNÍHO INTERVALU: Průměrné hodnocení SWOLF pro poslední dokončený interval. Hodnocení SWOLF je součet času jedné délky a počtu záběrů na délku (Plavecká terminologie).

TEMPO: Aktuální tempo.

TEMPO INTERVALU: Průměrné tempo pro aktuální interval.

TEMPO KOLA: Průměrná kadence pro aktuální okruh.

TEMPO KOLA: Průměrné tempo pro aktuální okruh.

TEMPO POSLEDNÍ DÉLKY: Průměrné tempo pro poslední dokončenou délku bazénu.

TEMPO POSLEDNÍHO INTERVALU: Průměrné tempo pro poslední dokončený interval.

TEMPO POSLEDNÍHO KOLA: Průměrné tempo pro poslední dokončený okruh.

TEPLOTA: Teplota vzduchu. Vaše tělesná teplota ovlivňuje snímač teploty.

TEP-ZÓNY: Aktuální zóna srdečního tepu (1 až 5). Výchozí zóny vycházejí z vašeho uživatelského profilu a maximálního srdečního tepu (220 minus váš věk).

TYP POSLEDNÍ DÉLKA: Typ záběrů používaný během poslední dokončené délky bazénu.

TYP POSLEDNÍ INTERVAL: Typ záběrů používaný během posledního dokončeného intervalu.

TYP ZÁBĚRU: Aktuální typ záběrů.

ÚČINNOST TOČIVÉHO MOMENTU: Účinnost točivého momentu. Měření účinnosti šlapání jezdce.

UPLYNULÝ: Celkový zaznamenaný čas. Například, pokud spustíte odpočet a poběžíte 10 minut, poté odpočet na 5 minut zastavíte, poté odpočet znovu spustíte a poběžíte 20 minut, bude váš uplynulý čas 35 minut.

VERTIKÁLNÍ OSCILACE: Vertikální oscilace. Množství odrazů při běhu. Vertikální pohyb vašeho trupu měřený v centimetrech na každý krok.

VERTIKÁLNÍ RYCHLOST: Rychlost stoupání a sestupu v čase.

VERTIKÁLNÍ RYCHLOST K CÍLI: Rychlost, jakou vystupujete nebo sestupujete do předem určené nadmořské výšky. Musí probíhat navigace, aby se zobrazila tato data.

VERTIKÁLNÍ VZDÁLENOST CÍLE: Převýšení mezi aktuální pozicí a konečným cílem. Musí probíhat navigace, aby se zobrazila tato data.

VERTIKÁLNÍ VZDÁLENOST K BODU: Převýšení příštího trasového bodu. Převýšení mezi aktuální pozicí a dalším trasovým bodem na trase. Musí probíhat navigace, aby se zobrazila tato data.

VÝCHOD SLUNCE: Čas východu Slunce určený podle vaší pozice GPS.

VÝKON: Aktuální výstupní výkon ve wattech.

VÝKON 10 s: 30sekundový průměr pohybu výstupního výkonu.

VÝKON 30 s: Třísekundový průměr pohybu výstupního výkonu.

VÝKON 3 s: 10sekundový průměr pohybu výstupního výkonu.

VÝKON KOLA: Průměrný výstupní výkon pro aktuální okruh.

VÝKONNOSTNÍ ROZSAH: Aktuální rozsah výstupního výkonu (1 až 7) na základě vašeho FTP nebo vlastního nastavení.

VÝSTUP: Celkové převýšení překonané při výstupu od posledního vynulování.

VÝSTUP KOLA: Převýšení při výstupu pro aktuální okruh.

VÝSTUP POSLEDNÍHO KOLA: Převýšení při výstupu pro poslední dokončený okruh.

VYVÁŽENÍ: Aktuální levé/pravé vyvážení výkonu.

VYVÁŽENÍ 3 s: Třísekundový průměr pohybu pro levé/pravé vyvážení výkonu.

VYVÁŽENÍ KOLA: Průměrné levé/pravé vyvážení výkonu pro aktuální okruh.

VZDÁLENOST: Ujetá vzdálenost pro aktuální prošlou trasu nebo aktivitu.

VZDÁLENOST K CÍLI: Zbývající vzdálenost do konečného cíle. Musí probíhat navigace, aby se zobrazila tato data.

VZDÁLENOST K DALŠÍMU BODU: Zbývající vzdálenost k dalšímu trasovému bodu na trase. Musí probíhat navigace, aby se zobrazila tato data.

VZDÁLENOST PROŠLÉ TRASY: Uražená vzdálenost pro aktuální prošlou trasu.

VZDÁLENOST PRŮMĚRNÉHO ZÁBĚRU: Průměrná vzdálenost uplavaná za jeden záběr během aktuální aktivity.

VZDÁLENOST ZÁBĚRU INTERVALU: Průměrná vzdálenost uplavaná za jeden záběr během aktuálního intervalu.

VZDÁLENOST ZÁBĚRU POSLEDNÍHO INTERVALU: Průměrná vzdálenost uplavaná za jeden záběr během posledního dokončeného intervalu.

WATTY/KG: Hodnota výstupního výkonu ve wattech na kilogram.

ZÁBĚR POSLEDNÍHO INTERVALU/DÉLKA: Průměrný počet záběrů na délku během posledního dokončeného intervalu.

ZÁBĚRY: Celkový počet záběrů pro aktuální aktivitu.

ZÁBĚRY INTERVALU: Celkový počet záběrů pro aktuální interval.

ZÁBĚRY POSLEDNÍ DÉLKY: Počet záběrů pro poslední dokončenou délku bazénu.

ZÁBĚRY POSLEDNÍHO INTERVALU: Celkový počet záběrů pro poslední dokončený interval.

ŽÁDNÝ: Toto je prázdné datové pole.

ZÁPAD SLUNCE: Čas západu Slunce určený podle vaší pozice GPS.

ZBÝVAJÍCÍ ČAS: Stopky pro aktuální přestávku.

ZBÝVAJÍCÍ ODPOČINEK: Zbývající čas do začátku příštího načasovaného intervalu plavání.

Softwarová licenční dohoda

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

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

Tímto potvrzujete, že Software je majetkem společnosti Garmin a/nebo poskytovatelů třetích stran a je chráněn americkými zákony o autorských právech a mezinárodními úmluvami o autorských právech. Dále potvrzujete, že struktura, organizace a kód softwaru, pro který není poskytnut zdrojový kód, jsou cenným obchodním tajemstvím společností Garmin anebo poskytovatelů třetích stran, a že zdrojový kód softwaru zůstává cenným obchodním tajemstvím společností Garmin anebo poskytovatelů třetích stran. Souhlasíte s tím, že Software

ani jeho části nebudete dekompilovat, rozebírat, upravovat, provádět zpětné sestavení nebo převádět do formy čitelné pro člověka a nebudete je využívat k vytváření odvozených děl. Souhlasíte s tím, že nebudete exportovat nebo reexportovat Software do jiných zemí, a tím porušovat zákony o kontrole exportu Spojených států amerických nebo zákony o kontrole exportu jakýchkoli jiných příslušných zemí.

Rejstřík

A
aktivity **3, 5, 11**
  spuštění **1, 6, 7**
  uložení **1, 5, 6**
alarmy **12**
  hodiny **10**
  varovné body **13**
almanach
  lov a rybolov **11**
  východ a západ Slunce **11**
aplikace **14**
  smartphone **14**
Auto Lap **13**
Auto Pause **13**

B
barometr **4, 14**
BaseCamp **3, 18**
baterie **17**
  maximalizace **18**
  nabíjení **1**
  výměna **17**
  životnost **17**

C
celoživotní sportovec **8**

Č
čas
  alarmy **12**
  nastavení **10, 14**
  zóny **10**
  zóny a formáty **10, 14**
časy pro lov a rybolov **11**
časy východu a západu Slunce **11**
čištění zařízení **17**

D
Dálkové ovládání VIRB **11**
data
  přenos **7**
  sdílení **3**
  stránky **1, 11**
  ukládání **7**
datová pole **5**
délky **6**
doba kontaktu se zemí **8**
doba vhodná pro rybolov **11**
dobrodružství **3**
dynamika běhu **8, 9**

F
fáze měsíce **11**
fitness **10**
formát souřadnic **15**

G
Garmin Connect **6, 14**
  ukládání dat **7**
Garmin Express **2**
  aktualizace softwaru **2**
  registrace zařízení **2**
GPS **13, 14, 17**

H
historie **5–7**
  odeslání do počítače **7**
hlavní menu, přizpůsobení **15**
hledání poloh
  trasové body **2**
  v blízkosti aktuální polohy **2**
hodnocení swolf **6**
HomePort **18**

CH
chirp **4**

I
ID zařízení **17**
intervaly **6**

J
jazyk **14**
jízda na kole **5**
jízda na snowboardu **5**

K
kadence **8**
  alarmy **12**
  snímače **16**
kalibrace
  kompas **13**
  výškoměr **14**
kalorie, alarmy **12**
klávesy **1**
  uzamčení **1**
kompas **3, 4, 13**
  kalibrace **13**
kontrast **14**

L
lyžování
  alpské **5**
  jízda na snowboardu **5**

M
mapy **3**
  aktualizace **2**
  nastavení **15**
  navigace **4**
  orientace **15**
  procházení **4**
menu **1**
měrné jednotky **14**
MOB **4**
multisport **6**
muž přes palubu (MOB) **4**

N
nabíjení **1**
nastavení **10, 11, 13–15**
nastavení systému **14**
navigace **3**
  kompas **3, 4**
  trasové body **2**
  Zadej směr a jdi **3**
nožní snímač **15, 16**

O
obrazovka **14**
odolnost proti vodě **17**
odpočítávač času **10**
odstranění
  polohy **2**
  všechna uživatelská data **18**
odstranění problémů **9, 15, 16, 18**

P
párování, smartphone **14**
Párování, Snímače ANT+ **15**
plánovač trasy. *Viz* trasy
plavání **6**
plavání v otevřené vodě **6**
podsvícení **1, 14**
polohy **3**
  odstranění **2**
  uložení **2**
  úprava **2**
profily **5**
  uživatelské **7**
projektovaný čas ukončení **10**
prošlé trasy **3, 5, 15**
  odstranění **3**
přenos, soubory **4, 18**
příslušenství **18**
přizpůsobení zařízení **11, 15**

R
regenerace **9**
registrace produktu **2**
registrace zařízení **2**
rychlost **13**

S
sdílení dat **3**
schránky s poklady **3, 4, 18**
  navigace k **4**
  stahování **4**
smartphone
  aplikace **14**
  párování **14**
směr k severu **13**
Snímače ANT+ **13, 15**
  párování **15**
snímače pro bicykl **16**
software
  aktualizace **2**
  licence **17**
  verze **17**
softwarová licenční dohoda **20**
soubory
  přenos **4**
  typy **18**
souřadnice **3**
srdeční tep
  alarmy **12**
  rozsahy **7, 8**
  snímač **9, 15–17**
  zóny **7**
stahování, schránky s poklady **4**
stopky **5, 6, 10**
  odpočítávání **10**

T
technické údaje **17**
Technologie Bluetooth **14**
tempe **15**
teplota **15**
tlačítka **14, 15**
tóny **10**
TracBack **1, 4**
Training Effect **10**
trasové body **1–3**
  odstranění **2**
  projekce **2**
  uložení **2**
  úprava **2**
trasy **2, 3**
  odstranění **3**
  úprava **2**
  vytvoření **2**
  zobrazení na mapě **3**
tréninkové **14**
  plány **6**
  stránky **5**
tréninky **6**
  načítání **6**
turistika **5**

U
ukazatel směru **4**
ukládání aktivit **5, 6**
UltraTrac **13**
upozornění **12**
  poloha **13**
USB
  odpojení **18**
  přenos souborů **18**
uzamčení, klávesy **1**
uživatelská data, odstranění **18**
uživatelský profil **7**

V
varovné alarmy **13**
velikost bazénu **6**
vertikální oscilace **8**
Virtual Partner **10**
VO2 maximální **9, 10**
výkon (síla), alarmy **12**
výměna baterie **17**

vynulování zařízení **15, 18**
výpočet plochy **10**
výškoměr **4, 13**
  kalibrace **14**
vzdálenost **13**
  alarmy **12**

W

WAAS **14**

Z

záběry **6**
Zadej směr a jdi **3**
zóny, čas **10**
zvětšení **1**

www.garmin.com/support


+43 (0) 820 220230


+ 32 2 672 52 54


0800 770 4960


1-866-429-9296


+385 1 5508 272
+385 1 5508 271


+420 221 985466
+420 221 985465


+ 45 4810 5050


+ 358 9 6937 9758


+ 331 55 69 33 99


+ 39 02 36 699699


(+52) 001-855-792-7671


0800 0233937


+47 815 69 555


00800 4412 454
+44 2380 662 915


(+35) 1214 447 460


+386 4 27 92 500


0861 GARMIN (427 646)
+27 (0)11 251 9999


+34 93 275 44 97


+ 46 7744 52020


+886 2 2642-9199 ext 2


0808 238 0000
+44 (0) 870 8501242


+49 (0)180 6 427646
20 ct./Anruf. a. d.
deutschen Festnetz,
Mobilfunk max. 60 ct./Anruf


913-397-8200
1-800-800-1020

© 2014 Garmin Ltd. nebo její dceřiné společnosti