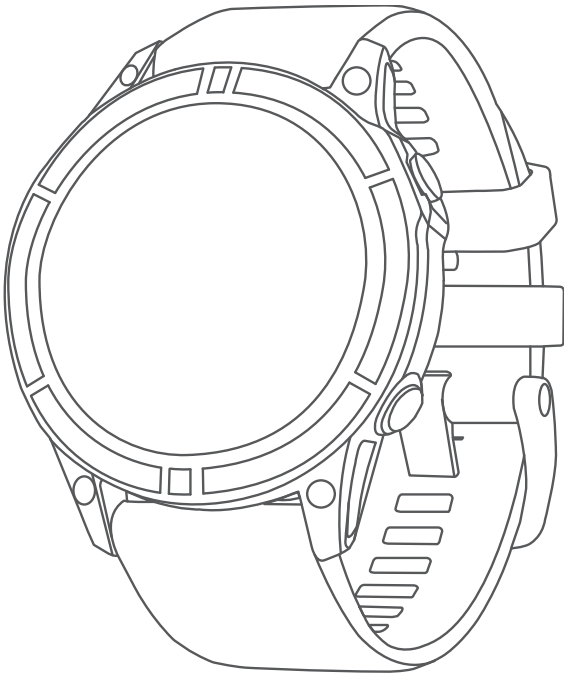
GARMIN®



QUATIX® 7/7X SOLAR

Ръководство

Въведение

⚠ ВНИМАНИЕ

Вижте *Important Safety u Product Information* в кутията на продукта за предупреждения за продукти и друга важна информация.

Винаги се консултирайте с Вашия лекар, преди да започнете или да промените всяка тренировъчна програма.

Първи стъпки

Когато използвате часовника си за първи път, трябва да изпълните тези задачи, за да го настроите и да се запознаете с основните функции.

1. Натиснете **LIGHT** за да включите часовника.
2. Следвайте инструкциите на екрана, за да завършите първоначалната настройка.

   По време на първоначалната настройка можете да сдвоите смартфона си с часовника си, за да получавате известия, да настроите Garmin Pay™ портфейла си и други.
3. Заредете напълно устройството.
4. Започнете дейност.

Преглед на устройството

① **Сензорен екран**

- Докоснете, за да изберете опция в менюто.
- Задръжте данните на циферблата, за да отворите функцията.
  ЗАБЕЛЕЖКА: Тази функция не е налична за всички циферблати.
- Плъзнете нагоре или надолу, за да превъртите през цикъла за преглед и менютата.
- Плъзнете надясно, за да се върнете към предишния екран.
- Покрийте екрана с дланта си, за да се върнете към циферблата на часовника и да намалите яркостта на екрана.

② **LIGHT**

- Натиснете, за да включите устройството.
- Натиснете, за да увеличите или намалите яркостта на екрана.
- Бързо натиснете два пъти, за да включите фенерчето.
- Задръжте, за да видите менюто с контроли.

③ **UP·MENU**

- Натиснете, за да превъртите през менютата.
- Задръжте, за да видите менюто.

④ **DOWN**

- Натиснете, за да превъртите през менютата.
- Задръжте, за да видите контролите за музика от всеки екран.

⑤ **START·STOP**

- Натиснете, за да изберете опция в меню.
- Натиснете, за да видите списъка с дейности и да започнете или спрете дейност.

⑥ **BACK·LAP**

- Натиснете, за да се върнете към предишния екран.
- Натиснете, за да запишете обиколка, почивка или преход по време на мултиспортна дейност.
- Задръжте, за да видите циферблата от всеки екран.

Активиране и деактивиране на сензорния екран

- За да активирате или деактивирате временно сензорния екран, задръжте **DOWN** или **START**.
- За да активирате или деактивирате сензорния екран по време на обща употреба, дейности или сън, задръжте **MENU**, изберете **System** > **Touch**, и изберете опция.

Използване на часовника

- Задръжте **LIGHT** за да видите менюто за управление.

  Менюто с контроли осигурява бърз достъп до често използвани функции, като например включване на режим „Не безпокойте“, запазване на местоположение и изключване на часовника.
- От циферблата на часовника натиснете **UP** или **DOWN** за да превъртите през цикъла за опциите.
- От циферблата на часовника натиснете **START** за да започнете дейност или да отворите приложение.
- Задръжте **MENU** за да персонализирате циферблата на часовника, регулирайте настройките, сдвоявате безжични сензори и други.

Часовник

Задаване на аларма

Можете да зададете няколко аларми.

1 От циферблата, задръжте **MENU**.

2 Изберете **Clocks** > **Alarms** > **Add Alarm**.

3 Въведете часа на алармата.

Редактиране на аларма

1 От циферблата, задръжте **MENU**.

2 Изберете **Clocks** > **Alarms** > **Edit**.

3 Изберете аларма.

4 Изберете опция:
- За да включите или изключите алармата, изберете **Status**.
- За да промените часа на алармата, изберете **Time**.
- За да настроите алармата да се повтаря редовно, изберете **Repeat**, и изберете кога алармата да се повтори.
- За да изберете типа известие за аларма, изберете **Sound and Vibe**.
- За да включите или изключите подсветката с алармата, изберете **Backlight**.
- За да изберете описание за алармата, изберете **Label**.
- За да изтриете алармата, изберете **Delete**.

Стартиране на таймера за обратно отброяване

1 От циферблата, задръжте **MENU**.

2 Изберете **Clocks** > **Timers**.

3 Изберете опция:
- За да настроите и запишете таймера за първи път, въведете времето, натиснете **MENU**, и изберете **Save Timer**.
- За да зададете и запишете доп. таймери, изберете Add Timer и въведете времето.
- За да зададете таймера, без да го запазвате, изберете **Quick Timer**, и въведете времето.

4 Ако е необходимо, натиснете MENU и изберете опция:
- Изберете **Time** за да промените часа.
- Изберете **Restart** > **On** за автоматично рестартиране на таймера след изтичането му •

  Изберете **Sound and Vibe**, и изберете тип известие.

5 Натиснете **START** за да стартирате таймера.

Изтриване на таймер

1 От циферблата, задръжте **MENU**.

2 Изберете **Clocks** > **Timers** > **Edit**.

3 Изберете таймер.

4 Изберете **Delete**.

Използване на хронометъра

1 От циферблата, задръжте **MENU**.

2 Изберете **Clocks** > **Stopwatch**.

3 Натиснете **START** за да стартирате таймера.

4 Натиснете **LAP** за рестартиране на таймера за обиколка.

Общото време на хрон. ② продължава да тече.

5 Натиснете STOP, за да спрете и двата таймера.

6 Изберете опция:

- За да нулирате двата таймера, натиснете **DOWN**.
- За да запишете времето на хронометъра като дейност, натиснете **MENU**, и изберете **Save Activity**.
- За да нулирате таймерите и да излезете от хронометъра, натиснете **MENU**, и изберете **Done**.
- За да прегледате таймерите за обиколка, натиснете **MENU**, и изберете **Review**.

  ЗАБЕЛЕЖКА: Опцията Review се появява само ако е имало няколко обиколки.
- За да се върнете към циферблата, без да нулирате таймерите, натиснете **MENU**, и изберете **Go to Watchface**.
- За да активирате или деактивирате записа на обиколка, натиснете **MENU**, и изберете **Lap Key**.

Добавяне на алтернативни часови зони

Можете да покажете текущото време на деня в допълнителни часови зони на изгледа на алтернативните часови зони. Можете да добавите до четири алтернативни часови зони.
ЗАБЕЛЕЖКА: Може да се наложи да добавите Изглед към алтернативните часови зони към менютата.

1 От циферблата, задръжте **MENU**.

2 Изберете **Clocks** > **Alt. Time Zones** > **Add Alt. Time Zone**.

3 Изберете часова зона.

4 Ако е необходимо, преименувайте зоната.

Редактиране на алтернативна часова зона

1 От циферблата, задръжте **MENU**.

2 Изберете **Clocks** > **Alt. Time Zones** > **Edit**.

3 Изберете часова зона.

4 Изберете опция:
- За да въведете персонализирано име за часовата зона, изберете **Rename Zone**.
- За да промените часовата зона, изберете **Change Zone**.
- За да промените местоположението на часовата зона в менютоо, изберете **Reorder Zone**.
- За да изтриете часовата зона, изберете **Delete Zone**.

Морски дейности

Часовникът ви идва с предварително инсталирани приложения за морски дейности, като например лодка, ветроходство® и взаимодействие с морски устройства на Garmin. Можете да сдвоите със съвместими морски устройства Garmin, като използвате морските приложения, предварително инсталирани на вашия часовник.
Вижте ръководството на вашето морско устройство Garmin за повече информация относно сдвояването с това устр.

Морски карти

Допълнителните карти, като BlueChart g3 и® LakeVü g3, ви позволяват да извлечете максимума от вашия quatix.

Изтегляне на морски карти

1 Отидете на maps.garmin.com/marine, за да потърсите и закупите морска карта .

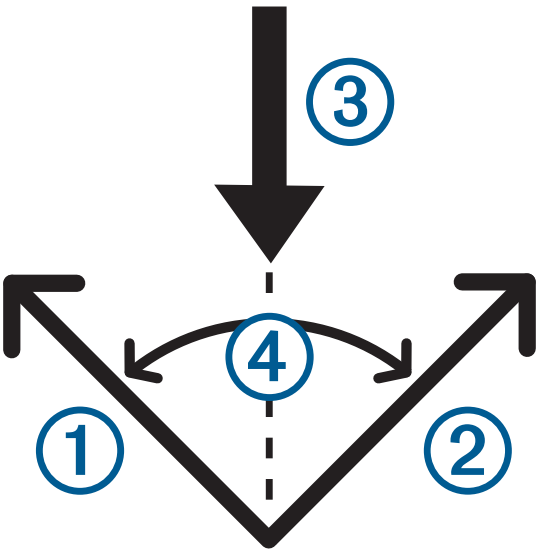
2 Изтеглете Garmin Express™.

3 Следвайте инструкциите на екрана, за да инсталирате закупените карти на вашето устройство.

Плаване

Tack Assist

Докато плавате или се състезавате по вятъра, tack assist функцията може да ви помогне да определите дали вашата лодка се повдига или се насочва. Когато калибрирате tack assist, устройството улавя измерванията на курса над земята (COG) на вашата лодка и използва данните от COG, за да изчисли средната реална посока на вятъра и tack angle.



Устр. използва тези данни, за да определи дали вашата лодка се повдига или се насочва поради промени на вятъра. По подразбиране tack assist е настроен на автоматичен. Всеки път, когато калибрирате левия или десния COG, устр. калибрира отново противоположната страна и реалната посока на вятъра. Можете да промените настройките за tack assist, за да въведете фиксиран tack angle или реалната посока на вятъра.

ЗАБЕЛЕЖКА: Устр. използва базиран на GPS курс над земята, за да определи вашия курс в функцията tack assist, и не отчита други фактори, които могат да повлияят на посоката на вашата лодка, като течения и приливи и отливи.

Калибриране на Tack Assist

1 От циферблата на часовника изберете START.

2 Изберете Sail Race или Sail.

3 Изберете НАГОРЕ или НАДОЛУ, за да видите екрана за tack assist.

ЗАБЕЛЕЖКА: Може да се наложи да добавите екрана за tack assist към екраните с данни за дейността.

4 Изберете СТАРТ.

5 Изберете опция:

- За да калибрирате starboard side, изберете СТАРТ.
- За да калибрирате port side, изберете НАДОЛУ.

СЪВЕТ: Ако вятърът идва от десния борд на кораба, трябва да калибрирате десния борд. Ако вятърът идва от левия борд на кораба, трябва да калибрирате порта.

6 Изчакайте, докато устройството калибрира tack assist.

Появява се стрелка, която показва дали вашата лодка се повдига или се насочва.

Стартиране на състезание

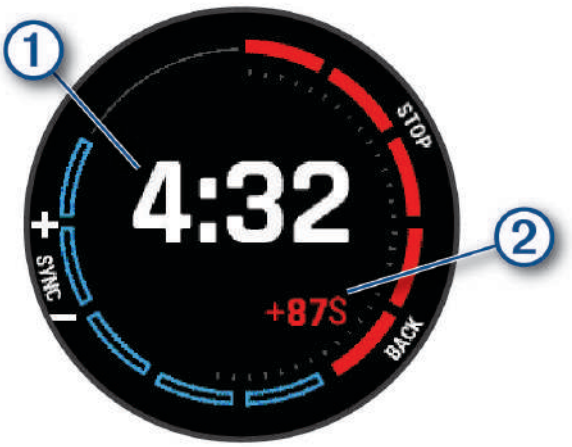
Преди да можете да видите времето, трябва да зададете стартовата линия.

1 От циферблата на часовника натиснете START.

2 Изберете Sail Race.

3 Изчакайте, докато часовникът открие сателити.

Екранът показва таймера на регатата ① и времето. ②



4 Ако е необходимо, задръжте MENU и изберете опция:

- За да зададете фиксиран таймер, изберете Фиксирано и въведете продължителност от време.
- За да зададете начален час в рамките на следващите 24 часа, изберете GPS и въведете час от деня.

5 Натиснете СТАРТ.

6 Натиснете НАГОРЕ и НАДОЛУ, за да синхр. таймера на регатата с официалното отброяване на състезанието.

ЗАБЕЛЕЖКА: Когато времето е отрицателно, ще стигнете до стартовата линия след началото на състезанието. Когато времето е положително, ще стигнете до стартовата линия преди началото на състезанието.

7 Натиснете START, за да стартирате таймера за активност.

Настройка на ветроходните единици

1 От циферблата на часовника изберете START > Sail Race.

2 Задръжте MENU.

3 Изберете настройките за активност.

4 Изберете Nautical Units.

5 Изберете опция:

- За да използвате морски единици за скорост и разстояние, изберете Включено.
- За да използвате системните мерни единици за скорост и разстояние, изберете Use Sys. Настройки.

Автопилот

⚠ВНИМАНИЕ

Вие носите отговорност за безопасната и разумна експлоатация на вашия кораб. Автопилотът е инструмент, който подобрява способността ви да управлявате вашата лодка. Това не ви освобождава от отговорността за безопасното управление на вашата лодка. Избягвайте навигационни опасности и никога не оставяйте кормилото без надзор. Винаги бъдете готови бързо да си възвърнете ръчния контрол над лодката си.

Научете се да работите с автопилота в спокойна и безопасна открита вода.

Бъдете внимателни, когато работите с автопилота в близост до опасности във водата.

Сдвояване с автопилот

1 От циферблата на часовника изберете СТАРТ > Автопилот > СТАРТ.

2 Дръжте вашето quatix устройство в рамките на 3 м (10 фута) от морското устройство.

3 Задайте съвместимото управление на автопилота Garmin за търсене на дистанционно управление.

Вижте ръководството на собственика на управлението на вашия автопилот за повече информация.

След като сдвоите устройствата, те се свързват автоматично, когато са включени, в обхват и приложението е отворено на часовника. Ако трябва да се сдвоите с друг автопилот, в приложението за автопилот задръжте MENU и изберете Настройки > Сдвояване на ново.

Управление на автопилота

1 От циферблата на часовника изберете СТАРТ > Автопилот.

2 Изберете опция:

- За да включите зад. на курса на автопилота, задръжте стабилен курс, изберете СТАРТ и освободете кормилото.
- За да промените курса, при включен автопилот, изберете НАГОРЕ за десен борд и НАДОЛУ за ляв.
- За да промените режима на управление, задръжте MENU, изберете Режим на управление и изберете опция.
- За да изпълните модел на управление, задръжте MENU, изберете Pattern Steering и изберете шаблон.

  ЗАБЕЛЕЖКА: Можете да промените моделите на управл., налични на вашето устройство от вашия автопилот.
- За да поемете кормилото и да поставите автопилота в режим на готовност, изберете СТОП.

Данни за лодката

Поточно предаване на данни за лодката

Можете да предавате поточно полета с данни от вашия съвместим картограф към вашето устройство quatix. Устройството показва до три полета с данни на страница и до шест страници с данни.

1 От циферблата на часовника изберете СТАРТ > Данни за лодка.

2 Донесете вашето quatix устройство на 3 м (10 фута) от картографа.

2 Дръжте вашето quatix устройство на 3 м (10 фута) от картографа.

Вижте ръководството на собственика на вашия картограф за повече информация.

4 Ако е необходимо, на устройството quatix изберете START, за да промените страница с данни.

След като устройствата са сдвоени, те се свързват автоматично, когато са включени, в обхват и приложението е отворено на часовника. Ако трябва да сдвоите с друг картограф, в приложението за данни за лодка задръжте MENU и изберете Сдвояване на ново.

Маркиране на пътна точка на вашия картограф

Можете да маркирате точка на вашия съвместим картограф с помощта на вашето quatix устройство.

1 От циферблата на часовника изберете СТАРТ > Данни за лодка.

2 Изберете START > Mark Plotter Wpt.

Дейности и приложения

Вашият часовник може да се използва за вътрешни, външни, атлетически и фитнес дейности. Когато започнете дейност, часовникът показва и записва сензорни данни. Можете да създавате персонализирани дейности или нови дейности въз основа на дейности по подразбиране. Когато завършите дейностите си, можете да ги запазите и споделите с общността на Garmin Connect™.

Можете също да добавите дейности и приложения на Connect IQ™ към вашия часовник с помощта на приложението Connect IQ .

За повече информация относно проследяването на активността и точността на показателите, отидете на garmin.com/ataccuracy.

Стартиране на дейност

Когато започнете дейност, GPS се включва автоматично (ако е необходимо).

1 От циферблата на часовника натиснете **START**.

2 Ако това е първият път, когато започвате дейност, поставете отметка в квадратчето до всяка дейност, която да добавите към любимите си, и изберете **Done**.

3 Изберете опция:

- Изберете дейност от любимите си.
- Избор , и изберете дейност от разширения списък с дейности.

4 Ако дейността изисква GPS сигнали, излезте навън в зона с ясен изглед към небето и изчакайте, докато часовникът е готов.

Часовникът е готов, след като установи пулса ви, получи GPS сигнали (ако е необходимо) и се свърже с вашите безжични сензори (ако е необходимо).

5 Натиснете START, за да стартирате таймера за активност.

Часовникът записва данни за дейността само докато таймерът за активност работи.

Съвети за записване на дейности

- Заредете часовника, преди да започнете дейност .
- Натиснете LAP, за да запишете обиколки, да започнете нов набор, или да преминете към следващата стъпка.
- Натиснете UP или DOWN, за да видите допълнителни екрани с данни.
- Плъзнете нагоре или надолу, за да видите допълнителни екрани с данни.
- Задръжте **MENU**, и изберете **Power Mode** да използвате режим на захранване, за да удължите живота на батерията.

Спиране на дейност

1 Изберете **STOP**.

2 Изберете опция:

- За да възобновите дейността си, изберете **Resume**.
- За да запазите дейността и да видите подробностите, изберете **Save**, натиснете **START**, и изберете опция.
  ЗАБЕЛЕЖКА: След като запазите дейността, можете да въведете данни за самооценка.
- За да спрете дейността си и да я възобновите по-късно, изберете **Resume Later**.
- За да маркирате обиколка, изберете **Lap**.
- За да се придвижите обратно до началната точка на вашата дейност по пътя, който сте изминали, изберете **Back to Start** > TracBack.
  ЗАБЕЛЕЖКА: Тази функция е достъпна само за дейности, които използват GPS.
- За да се придвижите обратно до нач. точка на вашата дейност по най-прекия път, изберете **Back to Start** > **Route**
  ЗАБЕЛЕЖКА: Тази функция е достъпна само за дейности, които използват GPS.
- За да измерите разликата между сърдечната честота в края на упражнението и сърдечната честота две минути по-късно, изберете **Recovery HR**, и изчакайте, докато таймерът отброява.
- За да отхвърлите дейността, изберете **Discard**.

ЗАБЕЛЕЖКА: След спиране на дейността часовникът я записва автоматично след 30 минути.

Оценяване на дейност

Преди да можете да оцените дейност, трябва да активирате настройката за самооценка на вашето fēnix устройство .

Можете да записвате как се чувствате по време на бягане, колоездене или плуване.

1 След като завършите дейност, изберете **Save** (*Stopping an Activity*, page 6).

2 Изберете число, което съответства на вашето възприемано усилие.
Можете да изберете » за да пропуснете самооценката .

3 Изберете как се чувствате по време на дейността.

Можете да видите оценките в приложението Garmin Connect.

Бягане

Бягане на пистата

Преди да отидете да бягате на писта, уверете се, че бягате на 400 м писта със стандартна форма. Можете да използвате дейността, за да записвате данните на пистата си на открито, вкл. разст. в метри и разд. на обиколка.

1 Застанете на външна писта.

2 Изберете **START** > **Track Run**.

3 Изчакайте, докато устройството открие сателити.

4 Ако бягате в лента 1, преминете към стъпка 10.

5 Задръжте **MENU**.

6 Изберете настройките за активност.

7 Изберете **Lane Number**.

8 Изберете номер на лентата.

9 Изберете **BACK** два пъти, за да се върнете към таймера за активност.

10 Изберете **START**.

11 Бягайте около пистата.
След като пробягате 3 обиколки, вашето устройство записва размерите на пистата и калибрира разстоянието ви.

12 След като завършите бягането, изберете **STOP** > **Save**.

Вграден пулсомер

Вашият часовник има вграден пулсомер за сърдечен ритъм и можете да преглеждате данните за сърдечния си ритъм на уиджета за пулса.
Часовникът е съвместим и с пулсомери за гърдите. Ако и двата варианта са налични както данни за сърдечния ритъм на китката, така и за пулсомер за гърдите, вашият часовник използва данните за сърдечния ритъм от гърдите.

Носене на часовника

⚠ ВНИМАНИЕ

Някои потреб. могат да получат кожно дразнене след продълж. употреба на часовника, особено ако потребителят има чувствителна кожа или алергии. Ако забележите кожно дразнене, свалете часовника и дайте на кожата си време да заздравее. За да предотвратите дразнене на кожата, уверете се, че часовникът е чист и сух, и не натягайте часовника на китката си. За повече информация посетете garmin.com/fitandcare.

- Носете часовника над костта на китката.

  ЗАБЕЛЕЖКА: Часовникът трябва да е плътно прилепнал, но удобен. За по-точни показания на сърдечната честота часовникът не трябва да се премества по време на бягане или тренировка. За показания на пулсов оксиметър трябва да останете неподвижни.

  ЗАБЕЛЕЖКА: Оптичният сензор се намира на гърба на часовника.

- За повече информация относно точността отидете на garmin.com/ataccuracy.
- За повече информация относно носенето и грижите за часовници, отидете на www.garmin.com/fitandcare.

Съвети за нередовни данни за сърдечния ритъм

Ако данните за сърдечната честота са неправилни или не се появяват, можете да опитате тези съвети.

- Почистете и подсушете ръката си, преди да сложите часовника.
- Избягвайте да носите слънцезащитен крем, лосион и репелент за насекоми под часовника.
- Избягвайте да надраскате сензора за сърдечен ритъм на гърба на часовника.
- Носете часовника над костта на китката. Часовникът трябва да е плътен, но удобен.
- Изчак., докато ♥ иконата е постоянна, преди да започнете дейността си.
- Загрейте за 5 до 10 минути и измерете сърдечната честота, преди да започнете дейността си.

  ЗАБЕЛЕЖКА: В студена среда загрейте на закрито.
- Изплакнете часовника с прясна вода след всяка тренировка.
- Докато тренирате, използвайте силиконова каишка.

Настройки на вградения пулсомер

Задръжте **MENU**, и изберете **Sensors & Accessories** > **Wrist Heart Rate**.

Status: Активира или деактивира пулсомер на китката. Стойността по подразбиране е Auto, която автоматично използва пулсомер на китката, освен ако не сдвоите външен монитор за пулс.
ЗАБЕЛЕЖКА: Деактивирането на монитора за сърдечен ритъм на китката също деактивира базирания на китката сензор за пулсов оксиметър. Можете да извършите ръчно отчитане от изгледа на пулсовия оксиметър.

While Swimming: Включва или деактивира пулсомер на китката по време на плувни дейности.

Abnormal Heart Rate Alerts: Позволява ви да настроите часовника да ви предупреждава, когато пулсът ви надвиши или падне под целевата стойност .

Broadcast Heart Rate: Позволява ви да започнете да излъчвате данните за сърдечния си ритъм към сдвоено устройство .

Задаване на предупреждение за необичаен сърдечен ритъм

⚠ ВНИМАНИЕ

Тази функция ви предупреждава само когато пулсът ви надвиши или падне под определен брой удари в минута, избран от потребителя, след период на неактивност. Тази функция не ви уведомява за потенциално сърдечно заболяване и не е предназначена за лечение или диагностициране на медицинско състояние или заболяване. Винаги се обръщайте към вашия доставчик на здравни услуги за всякакви проблеми, свързани със сърцето.

Можете да зададете прага на пулса.

1. Задръжте **MENU**.
2. Изберете **Sensors & Accessories** > **Wrist Heart Rate** > **Abnormal Heart Rate Alerts**.
3. Изберете **High Alert** или **Low Alert**.
4. Задайте прага на пулса.

Всеки път, когато пулсът ви надвиши или падне под праговата стойност, се появява съобщение и часовн. вибрира.

Излъчване на данни за сърдечния ритъм

Можете да излъчвате данните за сърдечния си ритъм от часовника си и да ги преглеждате на сдвоени устройства. Излъчването на данни за сърдечния ритъм намалява живота на батерията.

СЪВЕТ: Можете да персон. настр. за активност, за да излъчвате автом. данните за сърдечния ви ритъм, когато започнете дейност. Напр., можете да излъчвате данните за сърдечния си ритъм към устр. Edge®, докато карате колело.

1. Изберете опция:
   - Задръжте **MENU**, и изберете **Sensors & Accessories** > **Wrist Heart Rate** > **Broadcast Heart Rate**.
   - Задръжте **LIGHT** за да отворите менюто за контр. и изберете .
     ЗАБЕЛЕЖКА: Можете да добавите опции към менюто за управление.
2. Натиснете **START**.
   Часовникът започва да излъчва вашите данни за пулса .
3. Сдвоете часовника си със съвместимото си устройство .
   ЗАБЕЛЕЖКА: Инструкциите за сдвояване се различават за всяко съвместимо с Garmin устройство.
4. Натиснете STOP, за да спрете излъчването на вашите данни за сърдечния ритъм.

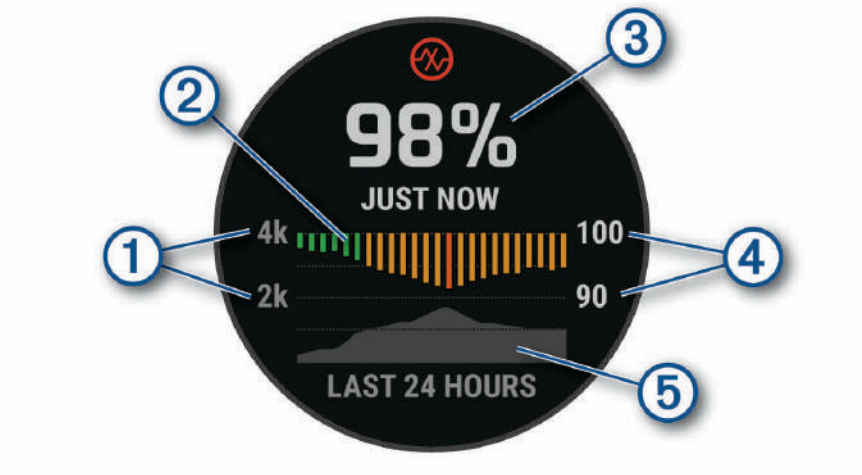
Пулсов оксиметър

Вашият часовник има базиран на китката пулсов оксиметър за измерване на периферното насищане с кислород в кръвта ви. Познаването на вашата кислородна сатурация може да ви помогне да определите как тялото ви се аклиматизира към големи височини за алпийски спорт и експедиции.

Можете ръчно да започнете отчитане на пулсов оксиметър, като прегледате уиджета на пулсовия оксиметър. Можете също да включите целодневни показания. Когато останете неподвижни, вашият часовник анализира вашето насищане с кислород и вашата надморска височина. Профилът на надморската височина помага да се посочи как се променят показанията на вашия пулсов оксиметър спрямо височината.

На часовника показанията на вашия пулсов оксиметър се показват като процент на насищане с кислород и цвят на графиката. Във вашия акаунт в Garmin Connect можете да видите допълнителни подробности за показанията на вашия пулсов оксиметър, включително тенденции за няколко дни.

За повече информация относно точността на пулсовия оксиметър, отидете на garmin.com/ataccuracy.



1	Скалата на надморската височина.
2	Графика на вашите средни показания за насищане с кислород за последните 24 часа.
3	Последното ви отчитане на кислородната сатурация.
4	Процентна скала на насищане с кислород.
5	Графика на вашите показания за надморска височина за последните 24 часа.

Функции за безопасност и проследяване

⚠ ВНИМАНИЕ

Функциите за безопасност и проследяване са доп. функции и не трябва да се разчита на тях като основен метод за получаване на спешна помощ. Прил. Garmin Connect не се свързва със службите за спешна помощ от ваше име.

Часовникът има функции за безопасност и проследяване, които трябва да бъдат настроени с прил. Garmin Connect.

ЗАБЕЛЕЖКА

За да използвате тези функции, часовникът трябва да бъде свързан към приложението Garmin Connect посредством Bluetooth технология. Можете да въведете контакти за спешни случаи във вашия акаунт в Garmin Connect.

За повече информация относно функциите за безопасност и проследяване посетете garmin.com/safety.

Помощ: Позволява ви да изпратите съобщение с вашето име, връзка на LiveTrack и GPS местоположение (ако е налично) до вашите контакти за спешни случаи.

Откриване на инциденти: Когато часовникът открие инцидент по време на опр. дейности на открито, часовникът изпраща авт. съобщение, връзка LiveTrack и GPS местоп. (ако е налично) до вашите контакти за спешни случаи.

LiveTrack: Позволява на приятелите и семейството ви да следят вашите състезания и трен. дейности в реално време. Можете да поканите послед. чрез имейл или соц. медии, което им позволява да виждат вашите данни на живо.

Споделяне на събития на живо: Позволява ви да изпращате съобщения до приятели и семейство по време на събитие, предоставяйки актуализации в реално време.
ЗАБЕЛЕЖКА: Тази функция е достъпна само ако часовникът ви е свързан към телефон с Android.

GroupTrack: Позволява ви да следите връзките си, като използвате LiveTrack директно на екрана и в реално време.

Добавяне на контакти за спешни случаи

Телефонните номера за спешни случаи се използват за функциите за безопасност и проследяване.

1. От прил. Garmin Connect изберете ☰ или •••.
2. Изберете **Safety & Tracking** > **Safety Features** > **Emergency Contacts** > **Add Emergency Contacts**.
3. Следвайте инструкциите на екрана.

Добавяне на контакти

Можете да добавите до 50 контакта към приложението Garmin Connect. Имейлите за контакт могат да се използват с функцията LiveTrack. Три от тези контакти могат да се използват като контакти за спешни случаи.

1. От прил. Garmin Connect изберете ☰ или •••.
2. Изберете **Contacts**.
3. Следвайте инструкциите на екрана.

След като добавите контакти, трябва да синхр. данните си, за да приложите промените към вашето fēnix устройство.

Включване и изключване на откриването на инциденти

1. От циферблата, задръжте **MENU**.
2. Изберете **Safety & Tracking** > **Incident Detection**.
3. Изберете GPS активност.
   ЗАБЕЛЕЖКА: Откриването на инциденти е достъпно само за определени дейности на открито.

Когато вашият часовник открие инцидент и телефонът ви е свързан, приложението Garmin Connect може да изпрати автоматично текстово съобщение и имейл с вашето име и GPS местоположение до вашите контакти за спешни случаи. Имате 15 секунди, за да отмените съобщението.

Информация за устройството

Зареждане на часовника

⚠ ВНИМАНИЕ

Това устройство съдържа литиево-йонна батерия. Вижте *Important Safety and Product Information* ръководство в кутията на продукта за предупреждения за продукти и друга важна информация.

ЗАБЕЛЕЖКА

За да предотвратите корозия, почистете и подсушете добре контактите и околността преди зареждане или свързване към компютър. Вижте инструкциите за почистване.

1 Включете малкия край на USB кабела в порта за зареждане на часовника си.

2 Включете големия край на USB кабела в USB порт за зареждане.

3 Заредете часовника напълно.

Зареждане със слънчева енергия

Моделите с възможност за слънчево зареждане ви позволяват да зареждате часовника си, докато го използвате.

Съвети за слънчево зареждане

За да увеличите максимално живота на батерията на часовника си, следвайте тези съвети.

- Когато носите часовника, избягвайте да покривате екрана с ръкава.
- Когато не носите часовника, насочете екрана към слънчевата светлина.
  ЗАБЕЛЕЖКА: Часовникът се предпазва от прегряване и спира зареждането автоматично, ако вътрешната температура надвиши прага на температурата на слънчево зареждане.
  ЗАБЕЛЕЖКА: Часовникът не се зарежда от слънчева енергия, когато е свързан към външен източник на захранване или когато батерията е пълна.

Януари 2022

GUID-C0O1C335-A8EC-4A4I-AB0E-BAC434259F92 vI