

GARMIN[®]

Oregon[®] seria 700



Podręcznik użytkownika

Wszelkie prawa zastrzeżone. Zgodnie z prawami autorskimi, kopiowanie niniejszego podręcznika użytkownika w całości lub częściowo bez pisemnej zgody firmy Garmin jest zabronione. Firma Garmin zastrzega sobie prawo do wprowadzenia zmian, ulepszeń do produktów lub ich zawartości niniejszego podręcznika użytkownika bez konieczności powiadamiania o tym jakiegokolwiek osoby lub organizacji. Odwiedź stronę internetową www.garmin.com, aby pobrać bieżące aktualizacje i informacje uzupełniające dotyczące użytkowania niniejszego produktu.

Garmin®, logo Garmin, Auto Lap®, BlueChart®, City Navigator®, Oregon® oraz TracBack® są znakami towarowymi firmy Garmin Ltd. lub jej oddziałów zarejestrowanymi w Stanach Zjednoczonych i innych krajach. ANT+®, BaseCamp™, chirp™, Garmin Connect™, Garmin Express™, Connect IQ™, HomePort™, tempe™, VIRB® oraz GSC™ są znakami towarowymi firmy Garmin Ltd. lub jej oddziałów. Wykorzystywanie tych znaków bez wyraźnej zgody firmy Garmin jest zabronione.

Znak i logo Bluetooth® stanowią własność firmy Bluetooth SIG, Inc., a używanie ich przez firmę Garmin podlega warunkom licencji. Wi-Fi® jest zastrzeżonym znakiem towarowym firmy Wi-Fi Alliance Corporation. Mac® jest zastrzeżonym znakiem towarowym firmy Apple Computer, Inc. Windows® jest zastrzeżonym znakiem towarowym firmy Microsoft Corporation w Stanach Zjednoczonych i w innych krajach. microSD™ oraz logo microSDHC są znakami towarowymi firmy SD-3C, LLC. Pozostałe znaki towarowe i nazwy handlowe stanowią własność poszczególnych jednostek.

NMEA® jest zastrzeżonym znakiem towarowym organizacji National Marine Electronics Association. NMEA 2000® oraz logo NMEA 2000 są zastrzeżonymi znakami towarowymi organizacji National Marine Electronics Association.

Ten produkt ma certyfikat ANT+®. Odwiedź stronę www.thisisant.com/directory, aby wyświetlić listę zgodnych produktów i aplikacji.

Spis treści

Wstęp	1	Wyszukiwanie adresu.....	7
Ogólne informacje o urządzeniu.....	1	Nawigacja z użyciem kompasu.....	8
Informacje o baterii.....	1	Kalibracja kompasu.....	8
Instalowanie baterii typu AA.....	1	Wskaźnik kursu.....	8
Instalacja baterii NiMH.....	1	Oznaczenie i nawigowanie do pozycji sygnału „Człowiek za burzą”.....	8
Włączanie urządzenia.....	2	Nawigacja przy użyciu funkcji Celuj i idź.....	8
Ekran główny.....	2	Wykres wysokości.....	8
Korzystanie z ekranu dotykowego.....	2	Nawigacja do punktu na wykresie wysokości.....	8
Blokowanie ekranu dotykowego.....	2	Zmiana typu wykresu.....	8
Odbieranie sygnałów satelitarnych.....	2	Zerowanie wykresu wysokości.....	8
Funkcje online	2	Kalibracja wysokościomierza barometrycznego.....	8
Wymagania funkcji online.....	3	Punkty	8
Łączenie z siecią bezprzewodową.....	3	Tworzenie punktu.....	8
Konfigurowanie funkcji Wi-Fi.....	3	Wyszukiwanie punktu.....	9
Parowanie smartfona.....	3	Edytowanie punktu.....	9
Wyświetlanie widżetów.....	3	Usuwanie punktu.....	9
Connect IQFunkcje.....	3	Zwiększanie dokładności pozycji punktów.....	9
Pobieranie funkcji Connect IQ.....	3	Odwzorowanie punktu.....	9
Pobieranie funkcji Connect IQ przy użyciu komputera.....	3	Trasy	9
Aktywności	4	Tworzenie trasy za pomocą funkcji planowania trasy.....	9
Wybór aktywności.....	4	Tworzenie trasy za pomocą mapy.....	9
Wyświetlanie ekranów danych aktywności.....	4	Edytowanie nazwy trasy.....	9
Rejestrowanie aktywności.....	4	Edytowanie trasy.....	9
Tworzenie nowej aktywności.....	4	Wyświetlanie trasy na mapie.....	9
Edytowanie nazwy aktywności.....	4	Usuwanie trasy.....	9
Edytowanie ikony aktywności.....	4	Wyświetlanie aktywnej trasy.....	10
Wstrzymywanie aktywności.....	4	Odwracanie trasy.....	10
Dostosowywanie rejestru aktywności.....	4	Wyświetlanie wykresu wysokości trasy.....	10
Zapisywanie bieżącej aktywności.....	5	Serwis Garmin Adventures	10
Zapisywanie pozycji aktywności.....	5	Wysyłanie plików do aplikacji BaseCamp.....	10
Jazda rowerem z urządzeniem.....	5	Tworzenie przygody.....	10
Wyświetlanie informacji o aktywności.....	5	Rozpoczęcie przygody.....	10
Wyświetlanie wykresu wysokości dla aktywności.....	5	Aparat i zdjęcia	10
Zmiana koloru śladu aktywności.....	5	Wykonywanie zdjęć.....	10
Usuwanie bieżącej aktywności.....	5	Aplikacje	10
Usuwanie aktywności.....	5	Bezprzewodowe wysyłanie i odbieranie danych.....	10
Usuwanie historii aktywności.....	5	Ustawianie punktu alarmowego.....	11
Otwieranie menedżera śladu.....	5	Obliczanie powierzchni obszaru.....	11
Skrzynki	5	Wyświetlanie kalendarza i almanachów.....	11
Rejestracja urządzenia na stronie Geocaching.com.....	5	Wyświetlanie warunków i prognoz pogodowych.....	11
Łączenie ze stroną Geocaching.com.....	5	Ustawianie alarmu.....	11
Wyszukiwanie skrzynek.....	6	Włączanie minutnika.....	11
Podróżowanie do skrzynek.....	6	Otwieranie stopera.....	11
Korzystanie ze wskazówek i podpowiedzi w celu znalezienia skrzynki.....	6	Strona satelitów.....	11
Zapisywanie próby odnalezienia.....	6	Zmiana widoku satelitów.....	11
Filtrowanie listy skrzynek.....	6	Wyłączanie GPS.....	11
Zapisywanie własnego filtra skrzynek.....	6	Symulowanie pozycji.....	11
Edycja własnego filtra skrzynek.....	6	Sterowanie kamerą sportową VIRB®.....	11
Stosowanie własnego filtra do listy skrzynek.....	6	Powiadomienia z telefonu.....	12
Pobieranie skrzynek przy użyciu komputera.....	6	Ukrywanie powiadomień.....	12
chirp.....	7	Fitness	12
Włączanie wyszukiwania urządzenia chirp.....	7	Historia.....	12
Wyszukiwanie skrzynki z urządzeniem chirp.....	7	Wyświetlanie historii aktywności.....	12
Usuwanie bieżących danych skrzynek z urządzenia.....	7	Usuwanie elementów z historii aktywności.....	12
Wyrejestrowanie urządzenia z serwisu Geocaching.com.....	7	Korzystanie z aplikacji Garmin Connect.....	12
Nawigacja	7	Dodatkowe akcesoria fitness.....	12
Podróżowanie do celu.....	7	Informacje o strefach tętna.....	12
Przerywanie podróży wyznaczoną trasą.....	7	Cele fitness.....	12
Nawigacja z użyciem mapy.....	7	Ustawianie stref tętna.....	12
Nawigacja z użyciem funkcji TracBack®.....	7	Dostosowywanie urządzenia	13
Wyszukiwanie pozycji w pobliżu innej pozycji.....	7	Dostosowywanie klawiszy.....	13
Dodatkowe mapy.....	7	Regulowanie jasności podświetlenia.....	13
		Konfiguracja czułości ekranu dotykowego.....	13

Obracanie ekranu	13
Ustawienia wyświetlania	13
Konfigurowanie map	13
Ustawienia mapy	13
Zaawansowane ustawienia mapy	13
Własne pola danych oraz pulpity	13
Włączanie pól danych mapy	13
Dostosowywanie pól danych	13
Dostosowywanie pulpity	13
Dostosowywanie ekranów danych	14
Dodawanie skrótów do menu głównego	14
Tworzenie skrótów	14
Ustawienia systemowe	14
Ustawienia satelitów	14
GPS i GLONASS	14
Ustawienia wyglądu	14
Ustawianie dźwięków urządzenia	14
Ustawienia wyznaczania trasy	14
Ustawienia kursu	14
Ustawienia wysokościomierza	15
Ustawienia formatu pozycji	15
Zmiana jednostek miary	15
Ustawienia czasu	15
Ustawienia geocachingu	15
Ustawienia czujnika ANT+	15
Ustawienia fitness	15
Ustawianie profilu fitness użytkownika	15
Oznaczanie okrążeń wg dystansu	15
Ustawienia morskie	16
Konfigurowanie alarmów morskich	16
Resetowanie danych i ustawień	16
Przywracanie wartości domyślnych określonych ustawień	16
Przywracanie wartości domyślnych określonych ustawień stron	16
Przywracanie wszystkich domyślnych ustawień	16
Przełączanie ekranu głównego w tryb klasyczny	16
Informacje o urządzeniu	16
Pomoc techniczna i aktualizacje	16
Konfigurowanie Garmin Express	16
Źródła dodatkowych informacji	16
Rejestrowanie urządzenia	16
Mocowanie zaczepu z karabińczykiem	16
Wskazówki dotyczące bezpieczeństwa urządzenia	17
Czyszczenie urządzenia	17
Czyszczenie ekranu dotykowego	17
Zanurzenie w wodzie	17
Zarządzanie danymi	17
Typy plików	17
Wkładanie karty pamięci	17
Podłączanie urządzenia do komputera	17
Przesyłanie plików do urządzenia	17
Usuwanie plików	17
Odłączanie kabla USB	18
Rozwiązywanie problemów	18
Resetowanie urządzenia	18
Wyświetlanie informacji o urządzeniu	18
Dane techniczne	18
Załącznik	18
tempe™	18
Pola danych	18
Obliczanie strefy tętna	20
Indeks	21

Wstęp

⚠ OSTRZEŻENIE

Należy zapoznać się z zamieszczonym w opakowaniu produktu przewodnikiem *Ważne informacje dotyczące bezpieczeństwa i produktu* zawierającym ostrzeżenia i wiele istotnych wskazówek.

Ogólne informacje o urządzeniu



①	Obiektyw aparatu (nie jest dostępny we wszystkich modelach)
②	Przycisk zasilania, menu, aplikacji i podświetlenia
③	Splaszczone kółko pokrywki komory
④	Przycisk użytkownika (<i>Dostosowywanie klawiszy, strona 13</i>)
⑤	Gniazdo kart microSD™ (pod pokrywką komory baterii)
⑥	Port mini-USB (pod osłoną zabezpieczającą)

Informacje o baterii

⚠ OSTRZEŻENIE

Zakres temperatur określony dla urządzenia może wykraczać poza dopuszczalny zakres działania niektórych baterii. Baterie alkaliczne mogą wybuchnąć w wysokiej temperaturze.

Nie należy używać ostro zakończonych przedmiotów do wyjmowania baterii.

⚠ PRZESTROGA

Zużyta baterię nienadającą się do dalszego użytku należy przekazać do lokalnego punktu utylizacji i powtórnego przetwarzania odpadów.

NOTYFIKACJA

Baterie alkaliczne tracą znaczącą ilość swojej pojemności w miarę spadku temperatury. W przypadku korzystania z urządzenia w temperaturze poniżej zera należy używać baterii litowych.

Maksymalizowanie czasu działania baterii


Istnieje kilka sposobów na wydłużenie czasu działania baterii.

- Zmniejsz jasność podświetlenia (*Regulowanie jasności podświetlenia, strona 13*).
- Skróć czas podświetlania ekranu (*Ustawienia wyświetlania, strona 13*).
- Korzystaj z trybu oszczędzania baterii (*Włączanie trybu oszczędności baterii, strona 1*).
- Zmniejsz prędkość rysowania map (*Konfigurowanie map, strona 13*).

Włączanie trybu oszczędności baterii

Korzystając z trybu oszczędności baterii, można wydłużyć czas jej działania.

Ze schowka aplikacji wybierz kolejno **Konfiguracja > Wyświetlacz > Oszczędność baterii > Wł..**

W trybie oszczędności baterii ekran wygasa się po zakończeniu czasu podświetlenia. Możesz wybrać , aby włączyć ekran.

Przechowywanie przez dłuższy czas

Jeśli urządzenie nie będzie używane przez kilka miesięcy, należy z niego wyjąć baterie. Wyjęcie baterii nie spowoduje utraty zapisanych danych.


Instalowanie baterii typu AA

Zamiast opcjonalnego akumulatora NiMH (*Instalacja baterii NiMH, strona 1*) można użyć dwóch baterii alkalicznych, NiMH lub litowych. Taka możliwość przydaje się w trasie, gdy ładowanie baterii NiMH nie jest możliwe. W celu uzyskania optymalnej wydajności należy używać baterii NiMH lub litowych.

UWAGA: Nie zaleca się stosowania standardowych baterii alkalicznych do zasilania modeli Oregon 750 podczas korzystania z funkcji aparatu fotograficznego.

- 1 Obróć splaszczone kółko w lewo i pociągnij, aby zdjąć pokrywkę.
- 2 Włóż dwie baterie typu AA zgodnie z oznaczeniem biegunów.



- 3 Załóż pokrywkę baterii i obróć splaszczone kółko w prawo.
- 4 Przytrzymaj .
- 5 Wybierz kolejno **Konfiguracja > System > Typ baterii AA**.
- 6 Wybierz **Alkaliczne, Litowe, NiMH lub Wstępnie naład. NiMH**.

Informacje o baterii

⚠ OSTRZEŻENIE

Zakres temperatur określony dla urządzenia może wykraczać poza dopuszczalny zakres działania niektórych baterii. Baterie alkaliczne mogą wybuchnąć w wysokiej temperaturze.

Nie należy używać ostro zakończonych przedmiotów do wyjmowania baterii.

⚠ PRZESTROGA


Zużyta baterię nienadającą się do dalszego użytku należy przekazać do lokalnego punktu utylizacji i powtórnego przetwarzania odpadów.

NOTYFIKACJA

Baterie alkaliczne tracą znaczącą ilość swojej pojemności w miarę spadku temperatury. W przypadku korzystania z urządzenia w temperaturze poniżej zera należy używać baterii litowych.

Instalacja baterii NiMH

Urządzenie zasilane jest opcjonalnym akumulatorem NiMH (nie jest obecny we wszystkich modelach) lub dwiema bateriami typu AA (*Instalowanie baterii typu AA, strona 1*).

- 1 Obróć splaszczone kółko w lewo i pociągnij, aby zdjąć pokrywkę.
- 2 Wyjmij baterię .



- 3 Włóż baterię zgodnie z oznaczeniem biegunów.
- 4 Delikatnie dociśnij baterię, aby wskoczyła na miejsce.
- 5 Załóż pokrywkę baterii i obróć spłaszczone kółko w prawo.

Ładowanie baterii

NOTYFIKACJA

Aby zapobiec korozji, należy całkowicie osuszyć port USB, antenę komunikatów pogodowych i obszary wokół nich przed rozpoczęciem ładowania lub podłączeniem do komputera.

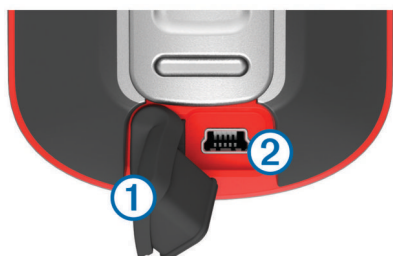
Nie wolno używać tego urządzenia do ładowania baterii, która nie została dostarczona przez firmę Garmin®. Próba naładowania baterii niedostarczonej przez firmę Garmin może spowodować uszkodzenie urządzenia i unieważnić gwarancję.

Przed podłączeniem prostego złącza kabla USB do urządzenia może być konieczne zdjęcie akcesoriów z opcjonalnego uchwyty.

UWAGA: Urządzenie nie będzie się ładować, jeśli temperatura otoczenia będzie poza dopuszczalnym zakresem (*Dane techniczne, strona 18*).

Baterię można ładować ze standardowego gniazdka elektrycznego lub portu USB w komputerze.

- 1 Wyciągnij osłonę zabezpieczającą ① z portu mini-USB ②.



- 2 Włóż mniejszą wtyczkę kabla USB do portu mini-USB.
- 3 Podłącz wtyk USB kabla do zasilacza sieciowego lub do portu USB komputera.
- 4 W razie potrzeby podłącz zasilacz sieciowy do zwykłego gniazdka elektrycznego.
Po podłączeniu do źródła zasilania urządzenie włączy się.
- 5 Całkowicie naładuj baterię.

Włączanie urządzenia

Przytrzymaj ①.

Ekran główny



①	Wybierz, aby wyświetlić ekrany danych aktywności lub rejestrować aktywności.
②	Wybierz ①, aby otworzyć aplikację.
③	Przesuwaj palcem w lewo lub w prawo, aby przewijać typy aktywności. Przesuwaj palcem w lewo lub w prawo podczas aktywności, aby przewijać strony dotyczące aktywności. Przesuń palcem w dół, aby wyświetlić widżety.
④	Wybierz ④, aby wyszukać cel podróży.
⑤	Wybierz ⑤, aby otworzyć aplikacje Connect IQ™.
⑥	Wybierz ⑥, aby zmienić ustawienia urządzenia lub ustawienia dla wyświetlanej aktywności.

Korzystanie z ekranu dotykowego

- Dotknij ekranu, aby wybrać element.
- Każde dotknięcie ekranu dotykowego powinno stanowić odrębną czynność.
- Wybierz ✓, aby zapisać zmiany i zamknąć stronę.
- Wybierz ↶, aby powrócić do poprzedniej strony.
- Wybierz ①, aby powrócić do menu głównego.
- Wybierz ⑥, aby zobaczyć elementy menu określone dla wyświetlanej strony.

Blokowanie ekranu dotykowego

Ekran można zablokować, aby zapobiec przypadkowemu uruchomieniu funkcji przez jego dotknięcie.

Wybierz kolejno ① > ②.

Odblokowywanie ekranu dotykowego

Wybierz kolejno ① > ②.

Odbieranie sygnałów satelitarnych

Przed rozpoczęciem korzystania z funkcji nawigacji GPS należy odebrać sygnały z satelitów. Urządzenie może wymagać czystego widoku nieba w celu odebrania sygnałów z satelitów. Odebranie sygnałów satelitarnych może zająć od 30 do 60 sekund.

- 1 Przesuń palcem w dół, aby wyświetlić widżet stanu.
- 2 Poczekaj, aż paski wskaźnika sygnału GPS zmienią kolor na zielony.

Funkcje online

Funkcje online są dostępne dla urządzenia Oregon 700 po połączeniu ze zgodnym smartfonem za pomocą technologii bezprzewodowej Bluetooth®. Niektóre funkcje wymagają zainstalowania aplikacji Garmin Connect™ Mobile w smartfonie, z którym urządzenie jest połączone. Więcej informacji można znaleźć na stronie www.garmin.com/apps. Niektóre funkcje są również dostępne po połączeniu urządzenia z siecią bezprzewodową.

Powiadomienia z telefonu: Wyświetla powiadomienia i wiadomości z telefonu na ekranie urządzenia Oregon 700.

LiveTrack: Umożliwia rodzinie i znajomym śledzić na bieżąco wyścigi i treningi użytkownika. Osobę można zaprosić do śledzenia bieżących danych za pośrednictwem poczty e-mail lub serwisu społecznościowego, umożliwiając jej wyświetlanie strony śledzenia Garmin Connect.

Przesyłanie aktywności do serwisu Garmin Connect: Automatyczne przesyłanie aktywności do konta Garmin Connect zaraz po zakończeniu rejestrowania aktywności.

Connect IQ: Umożliwia ulepszenie urządzenia o funkcje, takie jak widżety, pola danych czy aplikacje.

Aktualizacje oprogramowania: Umożliwia zaktualizowanie oprogramowania urządzenia.

Pobieranie plików EPO: Umożliwia pobranie pliku o przewidywanej orbicie (plik EPO) do szybkiego i precyzyjnego ustalenia pozycji GPS i skrócenia czasu potrzebnego do obliczenia pozycji.

Bieżące dane skrzynek: Zapewnia bezpłatne oraz wymagające subskrypcji usługi umożliwiające wyświetlanie bieżących danych skrzynek ze strony www.geocaching.com.

Pogoda: Umożliwia wyświetlanie aktualnych warunków pogodowych oraz prognoz pogody. Można także wyświetlać radary pogodowe na mapie.

Wymagania funkcji online

Niektóre funkcje wymagają smartfona z zainstalowaną określoną aplikacją.

Funkcja	Połączono ze sparowanym smartfonem z aplikacją Garmin Connect Mobile	Połączono z siecią Wi-Fi®
Przesyłanie aktywności do serwisu Garmin Connect	Tak	Tak
Aktualizacje oprogramowania	Tak	Tak
Pobieranie plików EPO	Tak	Tak
Bieżące dane skrzynek	Tak	Tak
Pogoda	Tak	Tak
Powiadomienia z telefonu	Tak*	Nr
Connect IQ	Tak	Nr
LiveTrack	Tak	Nr

* Urządzenie odbiera powiadomienia bezpośrednio ze sparowanego telefonu iOS® oraz za pośrednictwem aplikacji Garmin Connect Mobile w telefonie z systemem Android™.

Łączenie z siecią bezprzewodową

- 1 W schowku aplikacji wybierz kolejno **Konfiguracja > Wi-Fi**.
- 2 W razie potrzeby użyj przełącznika, aby włączyć technologię Wi-Fi.
- 3 Wybierz **Dodaj sieć**.
- 4 Wybierz opcję:
 - Aby wybrać ogólnodostępną sieć bezprzewodową, wybierz z listy sieć bezprzewodową i podaj jej hasło dostępu, jeśli jest wymagane.
 - Aby wybrać ukrytą sieć bezprzewodową, wybierz **+** i podaj identyfikator SSID sieci oraz hasło.

Urządzenie przechowuje informacje o sieci i łączy się z nią automatycznie po powrocie do danej lokalizacji w późniejszym terminie.

Konfigurowanie funkcji Wi-Fi

Zanim będzie można pobrać aktywności, pliki EPO i aktualizować bezprzewodowo oprogramowanie, najpierw

trzeba skonfigurować połączenie Wi-Fi za pomocą aplikacji Garmin Express™ w wersji na komputery.

- 1 Odwiedź stronę garmin.com/express i pobierz aplikację Garmin Express.
- 2 Wybierz urządzenie.
- 3 Wybierz kolejno **Narzędzia > Narzędzia użytkowe**.
- 4 Postępuj zgodnie z instrukcjami wyświetlanymi na ekranie, aby skonfigurować połączenie Wi-Fi w aplikacji Garmin Express.

Parowanie smartfona

- 1 Odwiedź stronę www.garmin.com/intosports/apps i pobierz aplikację Garmin Connect Mobile na swój smartfon.
- 2 Umieść smartfon w pobliżu urządzenia, w odległości nie większej niż 10 m (33 stopy).
- 3 W urządzeniu, ze schowka aktywności aplikacji wybierz kolejno **Konfiguracja > Bluetooth** i wykonaj instrukcje wyświetlane na ekranie.
- 4 W urządzeniu uruchom aplikację Garmin Connect Mobile i wykonaj instrukcje wyświetlane na ekranie, aby podłączyć urządzenie.

Instrukcje są wyświetlane podczas wprowadzania ustawień początkowych, a także są dostępne w menu pomocy aplikacji Garmin Connect Mobile.

Aby móc odbierać powiadomienia z telefonu, należy mieć zgodny smartfon obsługujący technologię bezprzewodową Bluetooth Smart. Więcej informacji na temat zgodności można znaleźć na stronie garmin.com/ble.

Wyświetlanie widżetów

W urządzeniu znajduje się fabrycznie załadowany widżet, który wyświetla stan połączeń oraz inne informacje. Dodatkowe widżety można dodać z aplikacji Connect IQ ([Connect IQ Funkcje, strona 3](#)).

- 1 Przesuń palcem od góry w dół ekranu.
- 2 Aby wyświetlić więcej widżetów, wybierz **◀** lub **▶**.
- 3 Wybierz **↶**, aby powrócić do poprzedniego ekranu.

Connect IQ Funkcje

Możesz dodać do urządzenia funkcje Connect IQ oferowane przez firmę Garmin oraz innych producentów za pomocą aplikacji Garmin Connect Mobile. Możesz także spersonalizować urządzenie, korzystając z różnych pól danych, widżetów i aplikacji.

Pola danych: Umożliwiają pobieranie nowych pól danych, które pozwalają wyświetlać dane z czujników, dane aktywności i historii na różne sposoby. Możesz dodać pola danych Connect IQ do wbudowanych funkcji i stron.

Widżety: Pozwalają na szybki odczyt informacji, takich jak dane z czujnika czy powiadomienia.

Aplikacje: Umożliwiają dodanie do zegarka interaktywnych funkcji, takich jak nowe typy aktywności na dworze i fitness.

Pobieranie funkcji Connect IQ

Aby móc pobrać funkcje Connect IQ z aplikacji Garmin Connect Mobile, należy najpierw sparować urządzenie Oregon 700 ze smartfonem.

- 1 W ustawieniach aplikacji Garmin Connect Mobile wybierz **Sklep Connect IQ**.
- 2 W razie potrzeby wybierz urządzenie.
- 3 Wybierz funkcję Connect IQ.
- 4 Wykonaj instrukcje wyświetlane na ekranie.

Pobieranie funkcji Connect IQ przy użyciu komputera

- 1 Podłącz urządzenie do komputera za pomocą kabla USB.

- Przejdź na stronę garminconnect.com i załóż konto.
- W widżecie urządzenia wybierz **Sklep Connect IQ**.
- Wybierz funkcję Connect IQ i pobierz ją.
- Wykonaj instrukcje wyświetlane na ekranie.

Aktywności

Urządzenie może być wykorzystywane podczas aktywności w pomieszczeniu, na świeżym powietrzu, uprawiania sportów i wykonywania ćwiczeń. Po rozpoczęciu aktywności urządzenie wyświetla i rejestruje dane z czujników. Możesz zapisać swoją aktywność i udostępnić ją społeczności Garmin Connect.

Można również dodać do swojego urządzenia aplikacje do śledzenia aktywności Connect IQ, korzystając z konta Garmin Connect ([Connect IQ Funkcje, strona 3](#)).

Podczas korzystania z aktywności, po zmianie niektórych ustawień, takich jak pola danych czy jednostki miary, zmiany są automatycznie zapisywane jako część aktywności. Ustawienia te są ładowane automatycznie przy kolejnym przełączeniu urządzenia na tę aktywność.

Urządzenie jest wyposażone w wiele fabrycznie załadowanych aktywności wraz ze skonfigurowanymi dla nich ustawieniami. Możesz dostosować ustawienia każdej fabrycznie załadowanej aktywności, a także tworzyć nowe, własne aktywności.

Wybór aktywności


Ustawienia urządzenia i ekrany danych są inne dla każdej aktywności.

Na ekranie głównym przesunąć palcem w lewo lub w prawo.

Urządzenie wyświetli nazwę i ikonę aktywności oraz załaduje ustawienia dla wyświetlanej aktywności.

Wyświetlanie ekranów danych aktywności

Możesz wyświetlać ekrany danych aktywności, nie rejestrując żadnej aktywności.



- Aby wybrać aktywność, na ekranie głównym przesunąć palcem w lewo lub w prawo.
- Wybierz ikonę lub nazwę aktywności.
Pojawi się domyślny ekran danych aktywności.
- Przesunąć palcem w lewo lub w prawo, aby wyświetlić ekrany dodatkowych danych (opcjonalnie).
- Aby powrócić do ekranu głównego, przesunąć palcem z dołu do góry ekranu i wybrać .

Rejestrowanie aktywności

Możesz zarejestrować aktywność wraz ze śladem i danymi z czujników. Jeśli urządzenie jest połączone ze smartfonem z uruchomioną aplikacją Garmin Connect Mobile, zarejestrowane aktywności są automatycznie przesyłane na konto Garmin Connect.

- Aby wybrać aktywność, na ekranie głównym przesunąć palcem w lewo lub w prawo.
- Wybierz ikonę lub nazwę aktywności.
Pojawi się domyślny ekran danych aktywności.
- Przesunąć palcem z dołu do góry ekranu i wybierz **Start**.
PORADA: Jeśli chcesz zarejestrować dane GPS dla aktywności, przed rozpoczęciem aktywności zaczekaj, aż paski sygnału GPS zmienią kolor na zielony.
- Po zakończeniu aktywności przesunąć palcem z dołu do góry ekranu i wybierz **Stop**.
Zostanie wyświetlona strona podsumowania danych.
- Przewiń pionowo, aby wyświetlić wszystkie dane (opcjonalnie).

PORADA: Można zaznaczyć nazwę aktywności, aby ją zmienić.

- Wybierz opcję:
 - Aby zapisać aktywność, wybierz .
 - Aby odrzucić aktywność, wybierz .

Tworzenie nowej aktywności

Jeśli żadna z fabrycznie załadowanych aktywności nie odpowiada Twojej aktywności lub podróży, możesz utworzyć własną aktywność ze spersonalizowanymi ustawieniami i polami danych.

- Ze schowka aplikacji wybierz kolejno **Konfiguracja > Aktywności > Utwórz aktywność**.
- Dostosowywanie ustawień i pól danych.

Edytowanie nazwy aktywności

Możesz zmienić nazwę aktywności.

- Ze schowka aplikacji wybierz kolejno **Konfiguracja > Aktywności**.
- Wybierz aktywność.
- Wybierz **Edytuj nazwę**.
- Wpisz nową nazwę.

Edytowanie ikony aktywności

Możesz dostosować ikonę wyświetlaną na stronie aktywności.

- Ze schowka aplikacji wybierz kolejno **Konfiguracja > Aktywności**.
- Wybierz aktywność.
- Wybierz **Edytuj ikonę**.
- Wybierz ikonę.

Wstrzymywanie aktywności

- Przesunąć palcem w górę od dołu ekranu.
- Wybierz bieżącą aktywność.
- Wybierz **||**.

Dostosowywanie rejestru aktywności



Możesz dostosować sposób, w jaki urządzenie wyświetla i rejestruje aktywności.

- Ze schowka aplikacji wybierz kolejno **Historia aktywności > Bieżąca aktywność > ⓘ**.
- Wybierz opcję:
 - Aby zmienić kolor linii aktywności na mapie, wybierz **Kolor**.
 - Aby wyświetlić linię aktywności na mapie, wybierz **Pokaż na mapie**.
- Wybierz kolejno **≡ > Konfig. aktyw. > Metoda rejestracji**.
- Wybierz opcję:
 - Aby rejestrować aktywność ze zmienną częstotliwością w celu utworzenia optymalnego odwzorowania aktywności, wybierz **Auto**.
 - Aby rejestrować aktywności na określonym dystansie, wybierz **Dystans**.
 - Aby rejestrować aktywności przez określony czas, wybierz **Czas**.
- Wybierz **Interwał**.
- Wykonaj poniższe czynności:
 - Jeśli wybrana została opcja **Auto** dla **Metoda rejestracji**, wybierz opcję częstszego lub rzadszego rejestrowania aktywności.
UWAGA: Używanie opcji **Najczęściej** zapewnia najbardziej szczegółowe dane aktywności, ale



jednocześnie powoduje szybsze zapełnianie pamięci urządzenia.

- Jeśli wybrana została opcja **Dystans** lub **Czas** dla **Metoda rejestracji**, należy wpisać wartość i wybrać ✓.

Zapisywanie bieżącej aktywności

- 1 Ze schowka aplikacji wybierz kolejno **Historia aktywności** > **Bieżąca aktywność**.
- 2 Wybierz opcję:
 - Wybierz , aby zapisać całą aktywność.
 - Wybierz kolejno  > **Zapisz fragment**, aby wybrać fragment.

Zapisywanie pozycji aktywności

- 1 Ze schowka aplikacji wybierz **Historia aktywności**.
- 2 Wybierz aktywność.
- 3 Wybierz .
- 4 Wybierz pozycję aktywności.
- 5 Wybierz informację o pozycji u góry mapy.
Zostaną wyświetlone informacje o pozycji.
- 6 Wybierz kolejno  > **OK**.

Jazda rowerem z urządzeniem


Przed wyruszeniem na przejażdżkę z urządzeniem musisz wybrać odpowiednią aktywność, taką jak kolarstwo rekreacyjne (*Wybór aktywności, strona 4*).

Można dostosować pulpity i pola danych do własnych potrzeb (*Własne pola danych oraz pulpity, strona 13*).


Domyślnie urządzenie rejestruje aktywności fitness jako pliki .fit. Aby zarejestrować plik śladu .gpx wraz z aktywnością, musisz dostosować format wyjściowy.

- 1 Ze schowka aplikacji wybierz kolejno **Konfiguracja** > **Aktywności** > **Zaaw. konfiguracja** > **Format wyjściowy**.
- 2 Rozpocznij aktywność jazdy rowerem.
- 3 Wybierz opcję:
 - Wybierz **Aktywności (FIT)**, aby rejestrować aktywności z informacjami fitness, które są dostosowane do użytku z serwisem Garmin Connect i których można użyć do nawigacji.
 - Wybierz **Ślady (GPX/FIT)**, aby rejestrować aktywności zarówno w tradycyjnym formacie śladu, który można przeglądać na mapie lub użyć do nawigacji, jak i w postaci aktywności z informacjami fitness.
- 4 Idź pojeździć.
- 5 Po zakończeniu przesunij palcem z dołu do góry ekranu i wybierz kolejno **Stop** > **Zapisz**.

Wyświetlanie informacji o aktywności

- 1 Ze schowka aplikacji wybierz **Historia aktywności**.
- 2 Wybierz aktywność.
- 3 Wybierz .
Początek i koniec śladu są oznaczone flagami.
- 4 Dotknij paska informacyjnego u góry ekranu.
Zostaną wyświetlone informacje o aktywności.

Wyświetlanie wykresu wysokości dla aktywności


- 1 Ze schowka aplikacji wybierz **Historia aktywności**.
- 2 Wybierz aktywność.
- 3 Wybierz .

Zmiana koloru śladu aktywności

Możesz zmienić kolor aktywności, aby poprawić jej widoczność na mapie lub porównać ją z inną aktywnością.

- 1 Ze schowka aplikacji wybierz **Historia aktywności**.
- 2 Wybierz aktywność.
- 3 Wybierz **Kolor**.
- 4 Wybierz kolor.

Usuwanie bieżącej aktywności


- 1 Na ekranie danych aktywności przesunij palcem z dołu do góry ekranu.
- 2 Wybierz kolejno **Stop** >  > **Wyczyść**.

Usuwanie aktywności

UWAGA: Aby usunąć aktywność, która jest aktywna, należy aktywować inną aktywność. Nie można usunąć aktywnej aktywności.

- 1 Ze schowka aplikacji wybierz kolejno **Konfiguracja** > **Aktywności**.
- 2 Wybierz aktywność.
- 3 Wybierz **Usuń**.

Usuwanie historii aktywności

- 1 Ze schowka aplikacji wybierz **Historia aktywności**.
- 2 Wybierz aktywność.
- 3 Wybierz kolejno  > **Usuń**.

Otwieranie menedżera śladu

Ślad jest plikiem .gpx zarejestrowanej ścieżki. Ślad zawiera te same informacje co aktywność, z wyjątkiem danych czujnika, ale jest zapisywany jako plik .gpx. Możesz dostosowywać, używać i archiwizować ślady za pomocą menedżera śladu.

Ze schowka aplikacji wybierz **Menedżer śladów**.

Skrzynki

Geocaching to zabawa polegająca na poszukiwaniu ukrytych skarbów, której uczestnicy ukrywają lub szukają ukrytych skrzynek, korzystając ze wskazówek i współrzędnych GPS.

Rejestracja urządzenia na stronie Geocaching.com

Aby wyszukać listę znajdujących się w pobliżu skrzynek lub wyszukiwać bieżące informacje o milionach skrzynek, można zarejestrować urządzenie na stronie www.geocaching.com.

- 1 Połącz się z siecią bezprzewodową (*Łączenie z siecią bezprzewodową, strona 3*) lub aplikacją Garmin Connect (*Parowanie smartfona, strona 3*).
- 2 Ze schowka aplikacji wybierz kolejno **Konfiguracja** > **Geocaching** > **Zarejestruj urządzenie**.
Zostanie wyświetlony kod aktywacyjny.
- 3 Wykonaj instrukcje wyświetlane na ekranie.
- 4 Wybierz **Potwierdź rejestrację**.

Łączenie ze stroną Geocaching.com


Po zarejestrowaniu się i nawiązaniu połączenia bezprzewodowego możesz wyświetlać skrzynki ze strony www.geocaching.com na swoim urządzeniu.

- Połącz się z aplikacją Garmin Connect.
- Połącz się z siecią Wi-Fi.


Wyszukiwanie skrzynek

Możesz wyszukiwać skrzynki załadowane w urządzeniu. Po nawiązaniu połączenia ze stroną geocaching.com możesz wyszukiwać bieżące dane o skrzynkach oraz pobierać skrzynki.


UWAGA: Płatne członkostwo umożliwia pobranie szczegółowych informacji dla więcej niż trzech skrzynek dziennie. Więcej informacji można znaleźć na stronie www.geocaching.com.

- 1 Ze schowka aplikacji wybierz **Geocaching**.
- 2 Wybierz  > **Q**.
- 3 Wybierz opcję:
 - Aby wyszukać załadowane skrzynki według ich nazwy, wybierz **Szukaj wg liter** i podaj wyszukiwany termin.
 - Aby wyszukać skrzynki znajdujące się w blisko Ciebie lub w pobliżu innej pozycji, wybierz **Szukaj blisko** i wybierz pozycję.

Po połączeniu z serwisem geocaching.com wyniki wyszukiwania zawierają bieżące dane skrzynki uzyskane za pomocą funkcji **Pob. akt. skrzyn. GC** lub za pomocą przycisku odświeżania na mapie.

- Aby znaleźć pobliskie skrzynki na mapie, wybierz .
Po połączeniu ze stroną geocaching.com możesz wybrać ikonę **C**, aby odświeżyć bieżące skrzynki, które znajdują się blisko Ciebie na mapie.
- Aby znaleźć bieżące skrzynki według kodu, wybierz **Pob. akt. skrzyn. GC**.

Funkcja ta umożliwia pobranie określonej skrzynki ze strony geocaching.com pod warunkiem, że znasz jej kod.

- 4 Wybierz , aby filtrować wyniki wyszukiwania (opcjonalnie).
- 5 Wybierz skrzynkę.
Zostaną wyświetlone szczegółowe informacje o skrzynce. Po wybraniu bieżącej skrzynki i nawiązaniu połączenia, urządzenie pobierze wszystkie szczegóły skrzynki do swojej pamięci wewnętrznej, jeśli zajdzie taka potrzeba.

Podróżowanie do skrzynki

- 1 Znajdź skrzynkę.
- 2 Ze szczegółowych informacji o skrzynce wybierz **Jedź!**.
- 3 Nawiguj do celu, korzystając z mapy (*Nawigacja z użyciem mapy, strona 7*) lub kompasu (*Nawigacja z użyciem kompasu, strona 8*).
- 4 Zbliżając się do pozycji, w której znajduje się ukryta skrzynka, skorzystaj ze wskazówek i podpowiedzi (*Korzystanie ze wskazówek i podpowiedzi w celu znalezienia skrzynki, strona 6*).


Korzystanie ze wskazówek i podpowiedzi w celu znalezienia skrzynki

Możesz korzystać ze wskazówek i podpowiedzi, takich jak opis lub współrzędne, aby ułatwić sobie odnalezienie skrzynki.

- 1 Podczas poszukiwania wybierz nazwę skrzynki.
- 2 Wybierz opcję:
 - Aby wyświetlić szczegółowe informacje o skrzynce, wybierz **Opis**.
 - Aby wyświetlić wskazówkę dotyczącą pozycji skrzynki, wybierz **Wskazówka**.
 - Aby zobaczyć wysokość i długość geograficzną, na których znajduje się skrzynka, wybierz **Współrzędne**.
 - Aby zobaczyć informacje na temat poprzednich wyszukiwań, wybierz **Aktywność**.
 - Aby włączyć wyszukiwanie chirp™, wybierz **chirp**.

Zapisywanie próby odnalezienia



Po podjęciu próby odnalezienia skrzynki można zarejestrować jej rezultaty.

- 1 Podczas poszukiwania skrzynki ze schowka aplikacji wybierz kolejno **Geocaching** > **Zapisz**.
- 2 Wybierz **Znaleziona**, **Nie znaleziono**, **Wymaga naprawy** lub **Nietknięty**.
- 3 Wybierz opcję:
 - Aby rozpocząć podróż do następnej skrzynki znajdującej się najbliższej bieżącej pozycji, wybierz **Znajdź nast. najbliższy**.
 - Aby zakończyć zapis, wybierz **Gotowe**.
 - Aby wprowadzić komentarz dotyczący poszukiwań skrzynki lub samej skrzynki, wybierz **Edytuj komentarz**, wpisz komentarz i wybierz .

Po nawiązaniu połączenia ze stroną geocaching.com wpis jest automatycznie przesyłany na Twoje konto w tym serwisie.


Filtrowanie listy skrzynek

Listę skrzynek można filtrować według wybranych kryteriów, takich jak poziom trudności.

- 1 Ze schowka aplikacji wybierz kolejno **Geocaching** > .
- 2 Wybierz jedną lub więcej opcji do filtrowania.
 - Aby filtrować według kategorii skrzynki (np. zagadka lub wydarzenie), wybierz **Typ**.
 - Aby filtrować według fizycznego rozmiaru skrzynki, wybierz **Rozmiar**.
 - Aby filtrować skrzynki według kategorii **Nietknięty**, **Nie znaleziono** lub **Znaleziona**, wybierz **Stan**.
 - Aby filtrować według pliku GPX, danych bieżących lub skrzynek Pocket Query, wybierz **Pliki skrzynek**.
 - Aby filtrować według poziomu trudności odnalezienia skrzynki lub trudności terenu, skorzystaj z pasków, aby dostosować poziomy trudności.
- 3 Wybierz .

Zapisywanie własnego filtra skrzynek

Można tworzyć i zapisywać własne filtry skrzynek w oparciu o określone kryteria.


- 1 Ze schowka aplikacji wybierz kolejno **Konfiguracja** > **Geocaching** > **Ustawienia filtru** > **Utwórz filtr** > **Utwórz filtr**.
- 2 Wybierz elementy do wyfiltrowania.
- 3 Wybierz .
Domyślnie nowy filtr jest zapisywany automatycznie jako Filtr wraz z odpowiednim numerem. Na przykład Filtr 2. Możesz edytować filtr skrzynek, aby zmienić jego nazwę (*Edycja własnego filtra skrzynek, strona 6*).

Edycja własnego filtra skrzynek

- 1 Ze schowka aplikacji wybierz kolejno **Konfiguracja** > **Geocaching** > **Ustawienia filtru**.
- 2 Wybierz filtr.
- 3 Wybierz element, który chcesz edytować.

Stosowanie własnego filtra do listy skrzynek

Po utworzeniu filtra można go zastosować do listy skrzynek.

- 1 Na liście skrzynek wybierz .
- 2 Wybierz filtr.

Pobieranie skrzynek przy użyciu komputera

Można ręcznie pobrać skrzynki do urządzenia za pomocą komputera (*Przesyłanie plików do urządzenia, strona 17*). Można umieścić pliki skrzynek w pliku GPX i zaimportować je do

folderu GPX w urządzeniu. Płatne członkostwo w serwisie geocaching.com umożliwia korzystanie z funkcji Pocket Query pozwalającej na pobieranie dużych zestawów skrzynek do urządzenia w jednym pliku GPX.

- 1 Podłącz urządzenie do komputera za pomocą kabla USB.
- 2 Odwiedź stronę www.geocaching.com.
- 3 W razie potrzeby utwórz konto.
- 4 Zaloguj się.
- 5 Postępuj zgodnie z instrukcjami na stronie geocaching.com, aby wyszukać i pobrać pozycje skrzynek do urządzenia.

chirp

chirp to niewielkie akcesorium firmy Garmin, które można zaprogramować i pozostawić w skrzynce. Możesz użyć swojego urządzenia, aby znaleźć urządzenie chirp w skrzynce. Więcej informacji na temat chirp znajduje się w *Podręczniku użytkownika urządzenia chirp* dostępnym pod adresem www.garmin.com.

Włączanie wyszukiwania urządzenia chirp

- 1 Ze schowka aplikacji wybierz kolejno **Konfiguracja > Geocaching**.
- 2 Wybierz kolejno **Wyszukiwanie chirp™ > Wł.**

Wyszukiwanie skrzynki z urządzeniem chirp

- 1 Po włączeniu wyszukiwania chirp kieruj się w stronę skrzynki. Gdy znajdziesz się w odległości około 10 m (33 stóp) od skrzynki zawierającej urządzenie chirp, zostaną wyświetlone szczegółowe informacje na temat tego urządzenia chirp.
- 2 Wybierz **Pokaż szczegóły**.
- 3 W razie potrzeby wybierz **Jedź!**, aby rozpocząć poszukiwanie skrzynki.

Usuwanie bieżących danych skrzynek z urządzenia

Możesz usunąć bieżące dane skrzynek, aby wyświetlać tylko skrzynki przesłane ręcznie na urządzenie za pomocą komputera.

Ze schowka aplikacji wybierz kolejno **Konfiguracja > Geocaching > Geocaching Live > Usuń bieżące dane**.

Bieżące dane skrzynki zostaną usunięte z urządzenia i nie będą wyświetlane na liście skrzynek.

Wyrejestrowanie urządzenia z serwisu Geocaching.com

Po sprzedaży urządzenia możesz je wyrejestrować z serwisu geocaching.com.

Ze schowka aplikacji wybierz kolejno **Konfiguracja > Geocaching > Geocaching Live > Wyrejestruj urządz..**

Nawigacja

Możesz podróżować wyznaczonymi trasami lub śladami, do punktu, skrzynki, zdjęcia lub dowolnej zapisanej w urządzeniu pozycji. Skorzystaj z mapy lub kompasu, aby nawigować do celu podróży.

Podróżowanie do celu

- 1 Wybierz opcję:
 - Na ekranie głównym wybierz **Q**.
 - Podczas aktywności wybierz kolejno **☰ > Dokąd?**.
- 2 Wybierz kategorię.
- 3 Wybierz cel podróży.
- 4 Wybierz **Jedź!**.

Mapa otworzy się z trasą oznaczoną purpurową linią.

- 5 Nawiguj do celu, korzystając z mapy (**Nawigacja z użyciem mapy, strona 7**) lub kompasu (**Nawigacja z użyciem kompasu, strona 8**).

Przerywanie podróży wyznaczoną trasą

Z poziomu mapy lub kompasu wybierz kolejno **☰ > Przerwij nawigację**.

Nawigacja z użyciem mapy

- 1 Rozpocznij nawigację do celu podróży (**Podróżowanie do celu, strona 7**).
- 2 Ze schowka aplikacji wybierz **Mapa**.
Niebieski trójkąt wskazuje pozycję użytkownika na mapie. W miarę przebiegu podróży niebieski trójkąt przemieszcza się, pozostawiając za sobą wykres śladu (szlak).
- 3 Wykonaj jedną lub więcej czynności:
 - Wybierz **⦿** i przeciągnij mapę, aby wyświetlić różne obszary.
 - Za pomocą opcji **+** i **-** możesz powiększać i pomniejszać mapę.
 - Wybierz pozycję na mapie (oznaczoną szpilką), a następnie pasek informacyjny u góry ekranu, aby wyświetlić informacje o wybranej pozycji.

Nawigacja z użyciem funkcji TracBack®

Podczas podróży możesz cofnąć się do początku swojej aktywności. Funkcja przydaje się w celu znalezienia drogi powrotnej do obozu lub początku szlaku.

- 1 Ze schowka aplikacji wybierz kolejno **Historia aktywności > Bieżąca aktywność > ☑ > TracBack**.
Mapa wyświetli trasę w kolorze fioletowym oraz punkt startowy i punkt końcowy.
- 2 Nawiguj do celu z użyciem mapy lub kompasu.

Wyszukiwanie pozycji w pobliżu innej pozycji

- 1 Na ekranie aktywności wybierz kolejno **Q > ☰ > Szukaj blisko**.
- 2 Wybierz opcję.
- 3 Wybierz pozycję.

Dodatkowe mapy

Za pomocą urządzenia można korzystać z dodatkowych map, takich jak obrazy satelitarne BirdsEye, mapy BlueChart® g2 oraz szczegółowe mapy City Navigator®. Szczegółowe mapy mogą zawierać dodatkowe punkty szczególne, takie jak restauracje lub usługi morskie. Aby uzyskać więcej informacji, odwiedź stronę <http://buy.garmin.com> lub skontaktuj się z dealerem firmy Garmin.

Wyszukiwanie adresu

Dodatkowe mapy City Navigator umożliwiają wyszukiwanie adresów (**Dodatkowe mapy, strona 7**).

- 1 Ze schowka aplikacji wybierz kolejno **Dokąd? > Adresy**.
- 2 W razie potrzeby wybierz kraj lub województwo.
- 3 Podaj miasto lub kod pocztowy.
UWAGA: Nie wszystkie mapy umożliwiają wyszukiwanie kodów pocztowych.
- 4 Wybierz miasto.
- 5 Podaj numer domu.
- 6 Podaj ulicę.

Nawigacja z użyciem kompasu

Podczas podróży do celu wskaźnik ▲ wskazuje cel podróży, bez względu na kierunek, w jakim się poruszamy.

- 1 Rozpocznij nawigację do celu podróży ([Podróżowanie do celu, strona 7](#)).
- 2 Ze schowka aplikacji wybierz **Kompas**.
- 3 Wykonuj zakręty do czasu, aż wskaźnik ▲ będzie wskazywać górę kompasu, a następnie jedź dalej w tym kierunku.

Kalibracja kompasu

NOTYFIKACJA

Kalibrację kompasu należy przeprowadzić na wolnym powietrzu. Aby zwiększyć dokładność kierunków, nie należy stawać w pobliżu obiektów wpływających na pola magnetyczne, np. pojazdów, budynków czy linii wysokiego napięcia.

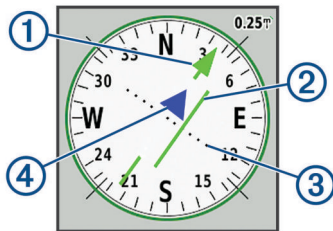
Urządzenie użytkownika zostało już fabrycznie skalibrowane i domyślnie korzysta z automatycznej kalibracji. Jeśli kompas działa niewłaściwie, np. po przebyciu dużego dystansu lub po nagłych zmianach temperatur, można go ręcznie skalibrować.

- 1 Ze schowka aplikacji wybierz **Kompas**.
- 2 Wybierz kolejno ≡ > **Kalibruj kompas** > **Start**.
- 3 Wykonaj instrukcje wyświetlane na ekranie.

Wskaźnik kursu

Wskaźnik kursu najbardziej przydaje się podczas nawigowania do celu w linii prostej, na przykład podczas nawigowania na wodzie. Może być pomocny podczas nawigowania z powrotem do linii kursu, jeśli zaszła potrzeba zboczenia z kursu — na przykład w celu ominięcia przeszkody lub niebezpieczeństwa.

Aby włączyć wskaźnik kursu, ze schowka aplikacji wybierz kolejno **Konfiguracja** > **Kurs kompasowy** > **Do linii (igła)** > **Kurs (CDI)**.



1	Wskaźnik linii kursu. Wskazuje kierunek żądanej linii kursu od punktu startowego do następnego punktu.
2	Wskaźnik zboczenia z kursu (CDI). Wskazuje pozycję żądanej linii kursu względem aktualnej pozycji. Jeśli wskaźnik ten jest zrównany ze wskaźnikiem linii kursu, jesteś na właściwym kursie.
3	Dystans zboczenia z kursu. Kropki wskazują dystans zboczenia z kursu. Dystans odzwierciedlany przez każdą kropkę jest wskazywany na skali w prawym górnym rogu.
4	Wskaźnik zbliżania się lub oddalania. Wskazuje, czy się zbliżasz czy oddalasz od następnego punktu.

Oznaczanie i nawigowanie do pozycji sygnału „Człowiek za burtą”

Można zapisać pozycję sygnału „Człowiek za burtą” (MOB) i automatycznie do niej zawrócić.

- 1 Ze schowka aplikacji wybierz kolejno **Człowiek za burtą** > **Start**.
Zostanie otwarta mapa ukazująca trasę do pozycji MOB. Domyślnie trasa jest oznaczona karmazynową linią.
- 2 Nawiguj do celu, korzystając z mapy ([Nawigacja z użyciem mapy, strona 7](#)) lub kompasu ([Nawigacja z użyciem kompasu, strona 8](#)).

Nawigacja przy użyciu funkcji Celuj i idź

Możesz nakierować urządzenie na obiekt w oddali z zablokowanym kierunkiem kompasu, odwzorować ten obiekt jako punkt, a następnie rozpocząć podróż do tego obiektu, korzystając z niego jako punktu odniesienia.

- 1 Ze schowka aplikacji wybierz **Celuj i idź**.
- 2 Skieruj urządzenie na żądany obiekt.
- 3 Wybierz kolejno **Zablokuj kierunek** > **Ustaw kurs**.
- 4 Nawiguj do celu, korzystając z kompasu.

Wykres wysokości

Wykres wysokości domyślnie wyświetla wysokość na dystans. Górny wykres wyświetla całą trasę, natomiast dolny wykres może wyświetlać jej fragment. Można dotknąć dowolnego punktu na mapie, aby wyświetlić szczegółowe informacje o danym punkcie. Można dostosowywać ustawienia wysokości ([Ustawienia wysokościomierza, strona 15](#)).

Nawigacja do punktu na wykresie wysokości

- 1 Ze schowka aplikacji wybierz **Wysokościomierz**.
- 2 Wybierz pojedynczy punkt na wykresie.
- 3 Wybierz ≡.
- 4 Wybierz **Pokaż mapę**.
- 5 Nawiguj do celu, korzystając z mapy ([Nawigacja z użyciem mapy, strona 7](#)) lub kompasu ([Nawigacja z użyciem kompasu, strona 8](#)).

Zmiana typu wykresu

Wykres wysokości można tak zmienić, aby wyświetlał ciśnienie lub wysokość względem czasu lub dystansu.

- 1 Ze schowka aplikacji wybierz **Wysokościomierz**.
- 2 Wybierz kolejno ≡ > **Us. wysokościomierz.** > **Typ wykresu**
- 3 Wybierz typ wykresu.

Zerowanie wykresu wysokości

- 1 Ze schowka aplikacji wybierz **Wysokościomierz**.
- 2 Wybierz kolejno ≡ > **Zeruj** > **Wycz. bież. akt.** > **Wyczyść**.

Kalibracja wysokościomierza barometrycznego

Znając rzeczywiste ciśnienie barometryczne, można ręcznie skalibrować wysokościomierz barometryczny.

- 1 Przejdź do pozycji, dla której znasz wysokość i ciśnienie barometryczne.
- 2 Wybierz kolejno ☰ > **Wysokościomierz**.
- 3 Wybierz kolejno ≡ > **Us. wysokościomierz.** > **Kalibruj wysokościom.**
- 4 Wykonaj instrukcje wyświetlane na ekranie.

Punkty

Punkty są pozycjami zapisanymi przez użytkownika w urządzeniu. Punkty wskazują poprzednią i aktualną pozycję użytkownika, a także dokąd zmierza. Można dodawać szczegółowe dane dotyczące pozycji, takie jak nazwa, wysokość lub głębokość.


Możesz dodać plik .gpx zawierający punkty, przesyłając go do folderu GPX ([Przesyłanie plików do urządzenia, strona 17](#)).

Tworzenie punktu


Można zapisać pozycję jako punkt.

- 1 Wybierz aktywność.
- 2 Wybierz 📍.
- 3 Dotknij pozycji na mapie.
- 4 Wybierz pole tekstowe z informacjami.

Zostanie wyświetlona strona podglądu.


- 5 Wybierz .
Punkt zostanie zapisany automatycznie.
- 6 Wybierz **OK**.

Wyszukiwanie punktu


- 1 Ze schowka aplikacji wybierz **Menedżer punktów**.
- 2 W razie potrzeby wybierz , aby zawęzić kryteria wyszukiwania.
- 3 W razie potrzeby wybierz opcję:
 - Wybierz **Szukaj wg liter**, aby wyszukać z użyciem nazwy punktu.
 - Wybierz **Wybierz symbol**, aby wyszukać z użyciem symbolu punktu.
 - Wybierz **Szukaj blisko**, aby wyszukać miejsca w pobliżu ostatnio znalezionej pozycji, innego punktu, aktualnej pozycji lub punktu na mapie.
 - Wybierz **Sortuj**, aby wyświetlić listę punktów według dystansu lub według kolejności alfabetycznej.
- 4 Wybierz punkt z listy.

Edytowanie punktu

Aby móc edytować punkt, należy go najpierw utworzyć.

- 1 Ze schowka aplikacji wybierz **Menedżer punktów**.
- 2 Wybierz punkt.
- 3 Wybierz element, który chcesz edytować, np. nazwę.
- 4 Podaj nowe informacje i wybierz .

Usuwanie punktu

- 1 Ze schowka aplikacji wybierz **Menedżer punktów**.
- 2 Wybierz punkt.
- 3 Wybierz kolejno  > **Usuń**.

Zwiększanie dokładności pozycji punktów




Możesz poprawić dokładność pozycji punktu, uśredniając dane o lokalizacji. Podczas uśredniania urządzenie dokonuje kilku odczytów GPS tej samej lokalizacji i wykorzystuje średnią wartość w celu uzyskania jak najdokładniejszej pozycji.

- 1 Ze schowka aplikacji wybierz **Uśrednianie punktu**.
- 2 Wybierz punkt.
- 3 Przejdź do wybranej pozycji punktu.
- 4 Wybierz **Start**.
- 5 Wykonaj instrukcje wyświetlane na ekranie.
- 6 Gdy pasek stanu dokładności osiągnie 100%, wybierz **Zapisz**.

Aby uzyskać optymalne rezultaty, zbierz od czterech do ośmiu próbek dla wybranego punktu, czekając co najmniej 90 minut przed zapisem kolejnych próbek.

Odwzorowanie punktu

Istnieje możliwość zapisania nowej pozycji poprzez odwzorowanie dystansu i namiaru z zaznaczonej pozycji do nowej.


- 1 Ze schowka aplikacji wybierz **Menedżer punktów**.
- 2 Wybierz punkt.
- 3 Wybierz kolejno  > **Odwzoruj punkt**.
- 4 Podaj namiar i wybierz .
- 5 Wybierz jednostkę miary.
- 6 Podaj dystans i wybierz .
- 7 Wybierz **Zapisz**.

Trasy


Trasa składa się z szeregu punktów lub pozycji i prowadzi użytkownika do celu podróży.

Tworzenie trasy za pomocą funkcji planowania trasy

Trasa może zawierać wiele punktów i powinna uwzględniać co najmniej jeden punkt startowy i jeden cel podróży.

- 1 Ze schowka aplikacji wybierz kolejno **Planowanie trasy** > **Utwórz trasę** > **Wybierz 1. punkt**.
- 2 Wybierz kategorię.
- 3 Wybierz pierwszy punkt trasy.
- 4 Wybierz **Użyj**.
- 5 Wybierz **Wybierz następ. punkt**, aby dodać dodatkowe punkty do trasy.
- 6 Wybierz , aby zapisać trasę.

Tworzenie trasy za pomocą mapy

- 1 Ze schowka aplikacji wybierz kolejno **Planowanie trasy** > **Utwórz trasę** > **Wybierz 1. punkt** > **Użyj mapy**.
- 2 Wybierz punkt na mapie.
- 3 Wybierz **Użyj**.
- 4 Przesuń mapę i wybierz dodatkowe punkty na mapie, aby je dodać do trasy.
- 5 Wybierz .


Edytowanie nazwy trasy

Możesz nadać trasie rozróżnialną nazwę.

- 1 Ze schowka aplikacji wybierz **Planowanie trasy**.
- 2 Wybierz trasę.
- 3 Wybierz **Zmień nazwę**.
- 4 Wpisz nową nazwę.

Edytowanie trasy

Możesz dodawać, usuwać i zmieniać kolejność punktów na trasie.

- 1 Ze schowka aplikacji wybierz **Planowanie trasy**.
- 2 Wybierz trasę.
- 3 Wybierz **Edytuj trasę**.
- 4 Wybierz punkt.
- 5 Wybierz opcję:
 - Aby wyświetlić punkt na mapie, wybierz **Przejrzyj**.
 - Aby zmienić kolejność punktów na trasie, wybierz **Przenieś w górę** lub **Przenieś w dół**.
 - Aby wstawić dodatkowy punkt na trasie, wybierz **Wstaw**.
Dodatkowy punkt zostanie wstawiony przed aktualnie edytowanym punktem.
 - Aby usunąć punkt z trasy, wybierz **Usuń**.
- 6 Wybierz , aby zapisać trasę.

Wyświetlanie trasy na mapie

- 1 Ze schowka aplikacji wybierz **Planowanie trasy**.
- 2 Wybierz trasę.
- 3 Wybierz **Pokaż mapę**.

Usuwanie trasy

- 1 Ze schowka aplikacji wybierz **Planowanie trasy**.
- 2 Wybierz trasę.
- 3 Wybierz **Usuń trasę**.

Wyświetlanie aktywnej trasy

- 1 Podczas podróży wyznaczoną trasą, ze schowka aplikacji wybierz **Aktywna trasa**.
- 2 Wybierz punkt na trasy, aby wyświetlić dodatkowe informacje.

Odwracanie trasy

Można zamienić punkt początkowy z punktem końcowym trasy, aby pokonać trasę w odwrotną stronę.

- 1 Ze schowka aplikacji wybierz **Planowanie trasy**.
- 2 Wybierz trasę.
- 3 Wybierz **Odwróć trasę**.

Wyświetlanie wykresu wysokości trasy

Wykres wysokości wyświetla wysokości wzdłuż trasy na podstawie jej ustawień. Jeśli urządzenie zostało skonfigurowane, tak aby wyznaczało trasy bezpośrednio, na wykresie wyświetlone będą wysokości między punktami trasy położonymi w linii prostej. Jeśli urządzenie zostało skonfigurowane, tak aby wyznaczało trasy po drogach, na wykresie wyświetlone będą wysokości wzdłuż dróg, którymi będzie wyznaczona trasa.

- 1 Ze schowka aplikacji wybierz **Planowanie trasy**.
- 2 Wybierz trasę.
- 3 Wybierz **Wykres wysokości**.

Serwis Garmin Adventures

Możesz tworzyć przygody, aby udostępniać swoje podróże rodzinie, znajomym i społeczności Garmin. Powiązane elementy można pogrupować jako przygodę. Można na przykład utworzyć przygodę dla ostatniej pieszej wycieczki. Przygoda może zawierać wykres śladu podróży, zdjęcia z podróży oraz znalezione skrzynki. Można także tworzyć i zarządzać przygodami za pomocą programu BaseCamp™. Więcej informacji można znaleźć na stronie adventures.garmin.com.

UWAGA: Aplikacja BaseCamp nie jest dostępna dla wszystkich modeli urządzenia.

Wysyłanie plików do aplikacji BaseCamp

- 1 Otwórz aplikację BaseCamp.
- 2 Podłącz urządzenie do komputera.

W komputerach Windows® urządzenie jest wyświetlane jako dysk wymienny lub urządzenie przenośne, podczas gdy karta pamięci może być wyświetlana jako drugi dysk wymienny.

W komputerach Mac® urządzenie oraz karta pamięci są wyświetlane jako zamontowane woluminy.

UWAGA: Niektóre komputery z wieloma dyskami sieciowymi mogą nie wyświetlać poprawnie dysków urządzenia. Zapoznaj się z dokumentacją dostępną w systemie operacyjnym, aby dowiedzieć się, jak mapować dyski.

- 3 Otwórz dysk lub wolumin **Garmin** lub kartę pamięci.
- 4 Wybierz opcję:
 - Wybierz element z podłączonego urządzenia i przeciągnij go do folderu Mój zbiór lub na listę.
 - W aplikacji BaseCamp wybierz kolejno **Urządzenie > Odbierz z urządzenia** i wybierz urządzenie.

Tworzenie przygody

Aby utworzyć przygodę i wysłać ją do urządzenia, należy najpierw pobrać program BaseCamp do komputera i przesłać ślad z urządzenia do komputera ([Wysyłanie plików do aplikacji BaseCamp, strona 10](#)).

- 1 Otwórz program BaseCamp.

- 2 Wybierz kolejno **Plik > Nowy > Garmin Adventure**.
- 3 Wybierz ślad, a następnie wybierz **Następny**.
- 4 W razie potrzeby dodaj elementy z programu BaseCamp.
- 5 Wypełnij wymagane pola, aby nazwać i opisać przygodę.
- 6 Jeśli chcesz zmienić zdjęcie główne przygody, wybierz **Zmień**, a następnie wybierz inne zdjęcie.
- 7 Wybierz **Zakończ**.

Rozpoczęcie przygody

Aby rozpocząć przygodę, musisz najpierw przesłać ją z aplikacji Garmin Connect ([Korzystanie z aplikacji Garmin Connect, strona 12](#)) lub przesłać ją z serwisu BaseCamp do swojego urządzenia ([Wysyłanie plików do aplikacji BaseCamp, strona 10](#)).




Po rozpoczęciu zapisanej przygody urządzenie będzie podążać zapisaną trasą, wyświetlając skrót do powiązanych z tym śladem informacji, takich jak zdjęcia czy punkty pośrednie.

- 1 Ze schowka aplikacji wybierz **Przygody**.
- 2 Wybierz przygodę.
- 3 Wybierz **Start**.

Aparat i zdjęcia

Urządzenie pozwala wykonywać zdjęcia i nagrywać filmy. Po włączeniu odpowiedniej funkcji pozycja geograficzna jest automatycznie zapisywana w informacjach zdjęcia lub filmu. Można nawigować do tej pozycji.

Wykonywanie zdjęć

- 1 Ze schowka aplikacji wybierz **Kamera**.
- 2 Obróć urządzenie do poziomu lub pionu, aby zmienić orientację zdjęcia.
- 3 W razie potrzeby wybierz , aby włączyć lampę błyskową.
PORADA: Można wybrać Auto, aby korzystać z lampy błyskowej tylko w przypadku, gdy aparat wykryje słabe oświetlenie.
- 4 W razie potrzeby użyj dwóch palców na ekranie dotykowym, aby powiększyć lub pomniejszyć obraz ([Korzystanie z ekranu dotykowego, strona 2](#)).
- 5 Przytrzymaj , aby ustawić ostrość i przytrzymaj urządzenie nieruchomo.
Na ekranie pojawi się biała ramka. Urządzenie ustawia ostrość na obiekt, który znajduje się wewnątrz ramki. Gdy zdjęcie jest ostre, ramka zmienia kolor na zielony.
- 6 Zwolnij , aby wykonać zdjęcie.

Aplikacje

Bezprzewodowe wysyłanie i odbieranie danych

Aby bezprzewodowo przesyłać dane, należy znaleźć się w odległości 3 m (10 stóp) od zgodnego urządzenia.

Omawiane urządzenie może wysyłać i odbierać dane po sparowaniu z innym zgodnym urządzeniem, korzystając z technologii Bluetooth lub z technologii bezprzewodowej ANT+®. Punkty pośrednie, skrzynki, trasy, ślady i własne mapy można udostępniać innym użytkownikom.

- 1 Ze schowka aplikacji wybierz **Prześlij bezprzew..**
- 2 Wybierz opcję:
 - Wybierz **Wyślij** i wybierz typ danych.

- Wybierz **Odbierz**, aby odebrać dane z innego urządzenia. W zgodnym urządzeniu musi zostać przeprowadzona próba wysłania danych.

3 Wykonaj instrukcje wyświetlane na ekranie.

Ustawianie punktu alarmowego

Punkty alarmowe ostrzegają z ustawionym wyprzedzeniem o zbliżaniu się do określonej pozycji.

- 1 Ze schowka aplikacji wybierz kolejno **Punkty alarmowe > Utwórz alarm**.
- 2 Wybierz kategorię.
- 3 Wybierz pozycję.
- 4 Wybierz **Użyj**.
- 5 Podaj promień i wybierz

W momencie znalezienia się w zasięgu punktu alarmowego urządzenie emituje sygnał dźwiękowy.

PORADA: Można skonfigurować różne sygnały dźwiękowe alarmów dla wejścia na określony obszar i dla jego opuszczenia.

Obliczanie powierzchni obszaru

- 1 Ze schowka aplikacji wybierz kolejno **Pomiar powierzchni > Start**.
- 2 Przejdź po całym obwodzie obszaru, którego powierzchnię chcesz obliczyć.
- 3 Po zakończeniu wybierz **Oblicz**.

Wyświetlanie kalendarza i almanachów

Można wyświetlić aktywność urządzenia, na przykład kiedy dany punkt pośredni został zapisany. Można też wyświetlić codzienne informacje z almanachu dotyczące słońca i księżyca, a także połowań i połowów.

- 1 Ze schowka aplikacji wybierz opcję:
 - Aby wyświetlić aktywność urządzenia z określonych dni, wybierz **Kalendarz**.
 - Aby wyświetlić informacje o wschodzie i zachodzie słońca i księżyca, wybierz **Słońce i księżyc**.
 - Aby wyświetlić szacunkowe godziny optymalne do organizowania połowań i połowów, wybierz **Połowania i połowy**.
- 2 W razie potrzeby wybierz lub , aby wyświetlić inny miesiąc.
- 3 Wybierz dzień.

Wyświetlanie warunków i prognoz pogodowych

W celu wyświetlania prognoz i danych radarowych o pogodzie urządzenie musi być podłączone do smartfona z połączeniem internetowym.

Do wyświetlania prognoz i informacji z radarów pogodowych w posiadanym urządzeniu wymagane jest połączenie internetowe. Urządzenie można podłączyć do smartfona z połączeniem internetowym ([Parowanie smartfona, strona 3](#)). Można również połączyć je z siecią bezprzewodową.

Na mapie można wyświetlać warunki pogodowe i prognozy oraz radary pogodowe. Ciemny ekran mapy oznacza, że dane pogodowe nie zostały załadowane do urządzenia lub że urządzenie jest poza zasięgiem mapy. Informacje o pogodzie nie są dostępne w przypadku obszarów znajdujących się poza zasięgiem mapy.

W przypadku wyświetlania ramki radaru pogodowego urządzenie wyświetla dla niej bieżący czas.

- 1 Ze schowka aplikacji wybierz **Pogoda**.
- 2 Wybierz opcję:

- Aby wyświetlić radar pogodowy na mapie, wybierz
- PORADA:** Animację mapy pogody można włączyć lub wstrzymać. Po zatrzymaniu animacji urządzenie wyświetla najbardziej bieżące dane pogodowe.
- Aby wyświetlić bieżące warunki pogodowe i prognozy pogody, wybierz

Ustawianie alarmu

- 1 Ze schowka aplikacji wybierz **Budzik**.
- 2 Za pomocą i ustaw czas.
- 3 Wybierz **Włącz alarm**.
- 4 Wybierz opcję.

Alarm uruchomi się o określonej godzinie. Jeśli w tym czasie urządzenie będzie wyłączone, włączy się ono i zostanie uruchomiony alarm.

Włączanie minutnika

- 1 Ze schowka aplikacji wybierz kolejno **Budzik > > Minutnik**.
- 2 Za pomocą i ustaw czas.
- 3 Wybierz **Włącz minutnik**.

Otwieranie stopera

Ze schowka aplikacji wybierz **Stoper**.

Strona satelitów

Strona satelitów informuje o aktualnej pozycji, dokładności GPS, lokalizacji satelitów i mocy sygnału.

Zmiana widoku satelitów

- 1 Ze schowka aplikacji wybierz **Satelity**.
- 2 Wybierz
- 3 Wybierz opcję:
 - Wybierz **Kierunek u góry**, aby w widoku satelitów bieżący ślad był skierowany ku górze ekranu.
 - Aby wybrać unikalny kolor dla każdego satelity i jego paska mocy sygnału, wybierz **Wielokolorowe**.

Wyłączanie GPS

Można wyłączyć funkcję GPS w urządzeniu, aby zatrzymać śledzenie jego pozycji.

- 1 Ze schowka aplikacji wybierz **Satelity**.
- 2 Wybierz kolejno > **Pracuj z wył. GPS**.

Symulowanie pozycji

Wyłączenie funkcji GPS w urządzeniu pozwala uporządkować w nim punkty pośrednie i trasy, a także oszczędzać energię baterii. Aby wyświetlić aktualną pozycję na mapie, możesz ustawić swoją lokalizację ręcznie.


- 1 Ze schowka aplikacji wybierz kolejno **Satelity > > Pracuj z wył. GPS**.
- 2 Wybierz kolejno > **Ustaw poz. na mapie**.
- 3 Wybierz pozycję.
- 4 Wybierz **Użyj**.

Sterowanie kamerą sportową VIRB®

Aby rozpocząć korzystanie z funkcji pilota VIRB, musisz włączyć ustawienie zdalnego sterowania w kamerze VIRB. Więcej informacji znajduje się w podręczniku użytkownika kamery VIRB.

- 1 Włącz kamerę VIRB i ustawienie zdalnego sterowania.
- 2 Ze schowka aplikacji w urządzeniu wybierz **Pilot VIRB**.
- 3 Poczekaaj, aż urządzenie połączy się z kamerą VIRB.

4 Wybierz opcję:

- Aby nagrać film, przeciągnij suwak w górę.
- Aby zrobić zdjęcie, wybierz .

Powiadomienia z telefonu

Do odbierania powiadomień z telefonu wymagany jest zgodny smartfon sparowany z urządzeniem Oregon 700. Kiedy telefon odbierze wiadomość, wyśle odpowiednie powiadomienie do Twojego urządzenia.

Ukrywanie powiadomień

Powiadomienia są włączane domyślnie po sparowaniu urządzenia ze zgodnym smartfonem. Powiadomienia można ukryć, aby nie były wyświetlane na ekranie urządzenia.

Ze schowka aplikacji wybierz kolejno **Powiadomienia > Ukryj**.

Fitness

Historia

Historia obejmuje informacje na temat daty, czasu, dystansu, kalorii, średniego tempa lub prędkości, wzniosu, spadku oraz dane opcjonalnego czujnika ANT+.

UWAGA: Historia nie jest zapisywana, gdy stoper jest zatrzymany lub wstrzymany.


Gdy pamięć urządzenia zapełni się, zostanie wyświetlony komunikat. Urządzenie nie usunie ani automatycznie nie nadpisze historii. Historię można od czasu do czasu przesyłać do serwisu Garmin Connect (*Korzystanie z aplikacji Garmin Connect, strona 12*) lub do programu BaseCamp (*Serwis Garmin Adventures, strona 10*), aby móc śledzić wszystkie dane aktywności.

Wyświetlanie historii aktywności

W historii można zobaczyć szczegóły dotyczące poprzedniej aktywności.

- 1 Ze schowka aplikacji wybierz **Historia aktywności**.
- 2 Wybierz aktywność.

Usuwanie elementów z historii aktywności

- 1 Ze schowka aplikacji wybierz **Historia aktywności**.
- 2 Wybierz aktywność.
- 3 Wybierz kolejno  > **Usuń**.

Korzystanie z aplikacji Garmin Connect

- 1 Podłącz urządzenie do komputera za pomocą kabla USB.
- 2 Odwiedź stronę www.garminconnect.com/start.
- 3 Wykonaj instrukcje wyświetlane na ekranie.

Dodatkowe akcesoria fitness

W połączeniu z urządzeniem można używać dodatkowych akcesoriów fitness, w tym czujnik tętna i czujnika rytmu. Akcesoria te przesyłają dane do urządzenia za pomocą technologii łączności bezprzewodowej ANT+.

Przed użyciem akcesorium fitness w połączeniu z urządzeniem należy zainstalować to akcesorium zgodnie z dostarczoną instrukcją.

Parowanie czujników ANT+

Przed przystąpieniem do parowania musisz założyć czujnik tętna lub zamontować czujnik rowerowy.

Parowanie polega na nawiązaniu bezprzewodowego połączenia między czujnikami ANT+, np. między czujnikiem tętna a tym urządzeniem.

- 1 Umieść urządzenie w zasięgu czujnika, czyli w odległości nie większej niż 3 m (10 stóp).

UWAGA: Na czas parowania zachowaj odległość co najmniej 10 m (30 stóp) od innych czujników ANT+.

- 2 Ze schowka aplikacji wybierz kolejno **Konfiguracja > Czujnik ANT**.
- 3 Wybierz czujnik.
- 4 Wybierz **Szukaj nowego**.

Po sparowaniu czujnika z urządzeniem status czujnika zmieni się z Szukam na Połączony.

Porady dotyczące parowania akcesoriów ANT+ z urządzeniem Garmin

- Sprawdź, czy akcesorium ANT+ jest zgodne z urządzeniem Garmin.
- Przed sparowaniem akcesorium ANT+ z urządzeniem Garmin przejdź w miejsce oddalone o co najmniej 10 m (32,9 stopy) od innych akcesoriów ANT+.
- Zbliż urządzenie Garmin na odległość nie większą niż 3 m (10 stóp) od akcesorium ANT+.
- Po przeprowadzeniu pierwszego parowania urządzenie Garmin będzie automatycznie rozpoznawać sparowane akcesorium ANT+ po każdym jego włączeniu. Ten proces odbywa się automatycznie po włączeniu urządzenia Garmin i zajmuje tylko kilka sekund, jeśli sparowane akcesoria są włączone i działają prawidłowo.
- Po sparowaniu urządzenie Garmin odbiera tylko dane ze sparowanego akcesorium, a to oznacza, że można przebywać w pobliżu innych akcesoriów.

Informacje o strefach tętna

Wielu sportowców korzysta ze stref tętna, aby dokonywać pomiarów i zwiększać swoją wydolność sercowo-naczyniową, a także poprawiać sprawność fizyczną. Strefa tętna to ustalony zakres liczby uderzeń serca na minutę. Pięć ogólnie przyjętych stref tętna jest ponumerowanych od 1 do 5 według wzrastającej intensywności. Zazwyczaj strefy tętna są obliczane w oparciu o wartości procentowe maksymalnego tętna użytkownika.

Cele fitness

Znajomość stref tętna pomaga w mierzeniu i poprawianiu sprawności fizycznej dzięki zrozumieniu i zastosowaniu następujących zasad.

- Tętno jest dobrą miarą intensywności ćwiczeń.
- Trenowanie w określonych strefach tętna może pomóc poprawić wydolność układu sercowo-naczyniowego.
- Znajomość stref tętna może zapobiec przetrenowaniu i zmniejszyć ryzyko urazu.

Jeśli znasz maksymalną wartość swojego tętna, możesz skorzystać z tabeli (*Obliczanie strefy tętna, strona 20*), aby ustalić najlepszą strefę tętna dla swoich celów fitness.

Jeśli nie znasz swojego maksymalnego tętna, użyj jednego z kalkulatorów dostępnych w Internecie. Niektóre siłownie i ośrodki zdrowia wykonują test mierzący tętno maksymalne. Aby uzyskać domyślne maksymalne tętno, należy odjąć swój wiek od wartości 220.

Ustawianie stref tętna

Zanim urządzenie określi strefy tętna, skonfiguruj profil fitness użytkownika (*Ustawianie profilu fitness użytkownika, strona 15*).

Istnieje możliwość ręcznego dostosowania stref tętna do celów fitness (*Cele fitness, strona 12*).

- 1 Ze schowka aplikacji wybierz kolejno **Konfiguracja > Fitness > Strefy tętna**.
- 2 Podaj maksymalne i minimalne tętno dla strefy 5.

Maksymalne tętno dla każdej ze stref jest ustalane na podstawie minimalnego tętna poprzedniej strefy. Na przykład, jeśli wprowadzisz wartość 167 dla minimalnego tętna strefy

5, urządzenie przyjmie wartość 166 jako maksymalne tętno strefy 4.

3 Podaj minimalne tętno dla stref 4–1.

Dostosowywanie urządzenia

Dostosowywanie klawiszy

Funkcje niektórych przycisków urządzenia można dostosować tak, aby zapewniały szybki dostęp do menu, ustawień, aplikacji lub innych funkcji urządzenia.

- 1 Ze schowka aplikacji wybierz kolejno **Konfiguracja > System > Konfiguruj przyciski**.
- 2 Wybierz **Przycisk zasilania** lub **Przycisk użytkownika**.
- 3 Wybierz **Pojedyncze dotknięcie**, **Dwukrotne dotknięcie** lub **Przytrzymaj**.
- 4 Wybierz opcję.

Regulowanie jasności podświetlenia

W celu zmaksymalizowania czasu działania baterii można wyregulować jasność podświetlenia.

- 1 Przesuń palcem od góry w dół ekranu.
- 2 Wybierz **+** lub **-**.

Konfiguracja czułości ekranu dotykowego

Można dostosować czułość ekranu dotykowego do rodzaju wykonywanej czynności.

- 1 Ze schowka aplikacji wybierz kolejno **Konfiguracja > Dostępność > Czułość na dotyk**.
- 2 Wybierz opcję.
PORADA: W zależności od wykonywanej czynności, można przetestować ustawienia ekranu dotykowego zarówno w rękawicach, jak i bez nich.

Obracanie ekranu

Obróć urządzenie, aby wybrać widok poziomy (krajobraz) lub pionowy (portret).



Ustawienia wyświetlania

Ze schowka aplikacji wybierz kolejno **Konfiguracja > Wyświetlacz**.

Czas podświetlenia: Umożliwia regulację czasu działania podświetlenia.

Blokada orientacji: Opcja pozwala zablokować ekran w orientacji pionowej lub poziomej oraz umożliwia automatyczną zmianę orientacji ekranu na podstawie ułożenia urządzenia.

Zrzuty ekranowe: Umożliwia zapis obrazu z ekranu urządzenia.

Oszczędność baterii: Poprzez wyłączenie ekranu po zakończeniu czasu podświetlenia, pozwala zaoszczędzić energię baterii i wydłużyć jej czas pracy (**Włączanie trybu oszczędności baterii, strona 1**).

Konfigurowanie map

Można włączyć lub wyłączyć mapy aktualnie dostępne w urządzeniu.

Ze schowka aplikacji wybierz kolejno **Konfiguracja > Mapa > Konfiguruj mapy**.

Ustawienia mapy

Ze schowka aplikacji wybierz kolejno **Konfiguracja > Mapa**.

Orientacja: Umożliwia ustawienie sposobu wyświetlania mapy na stronie. Opcja **Północ u góry** wyświetla północ na górze strony. Opcja **Kierunek u góry** wyświetla bieżący kierunek podróży na górze strony. Opcja **Tryb samochodu** wyświetla widok perspektywiczny do jazdy samochodem z kierunkiem podróży wyświetlanym u góry.

Pulpit: Umożliwia ustawienie pulpitu, który ma być wyświetlany na mapie. Każdy pulpit zawiera inne informacje dotyczące trasy lub pozycji.

Tekst wskazówek: Pozwala określić, kiedy wskazówki nawigacji mają być wyświetlane na mapie.

Pr. rysow. mapy: Umożliwia dostosowanie prędkości, z jaką jest rysowana mapa. Większa prędkość rysowania mapy zmniejsza czas pracy baterii.

Zaawansowane ustawienia mapy

Ze schowka aplikacji wybierz kolejno **Konfiguracja > Mapa > Zaaw. konfiguracja**.

Szczegółowość: Pozwala określić szczegółowość mapy. Im więcej szczegółów, tym wolniej mapa może być odświeżana.

Cieniowany relief: Wyświetla relief szczegółów na mapie (jeśli jest dostępny) lub wyłącza cieniowanie.

Pojazd: Umożliwia ustawienie ikony pozycji, wskazującej pozycję użytkownika na mapie. Domyślnie ikona jest małym niebieskim trójkątem.

Sterowanie powiększeniem: Pozwala ustawić automatyczne powiększenie oraz umiejscowienie przycisków w trybie ekranu poziomego lub pionowego.

Stopnie zoomu: Umożliwia ustawianie stopnia powiększenia dla wyświetlanych elementów mapy. Elementy mapy nie będą się pojawiać, jeśli stopień powiększenia mapy jest większy od określonego.

Rozmiar tekstu: Pozwala określić rozmiar tekstu dla elementów mapy.

Własne pola danych oraz pulpity

Pola danych wyświetlają informacje o pozycji oraz inne określone dane. Pulpity to zbiory danych użytkownika, które mogą przydać się podczas konkretnych lub ogólnych zadań, takich jak geocaching.

Włączanie pól danych mapy

- 1 Na mapie przesuń palcem z dołu do góry ekranu i wybierz kolejno **☰ > Ustaw mapę > Pulpit**.
- 2 Wybierz pole danych.

Dostosowywanie pól danych



Zanim będzie możliwa zmiana pól danych mapy, należy je włączyć (**Włączanie pól danych mapy, strona 13**).

Można dostosować pola danych i pulpity mapy, kompas, komputer podróży, wykres wysokości oraz strony stanu.

- 1 Ze strony wyświetlającej pola danych wybierz pole danych.
- 2 Wybierz kategorię pola danych oraz pole danych.
Na przykład wybierz kolejno pozycje **Dane podróży > Pręd. - średnia ruchu**.

Dostosowywanie pulpitu

- 1 Wybierz stronę.

- Wybierz opcję:
 - Na mapie wybierz kolejno  > **Ustaw mapę** > **Pulpit**.
 - Na kompasie lub w komputerze podróży wybierz kolejno  > **Zmień pulpit**.
- Wybierz pulpit.

Dostosowywanie ekranów danych

Można dostosować ekrany danych wyświetlane dla poszczególnych aktywności oraz kolejność ich wyświetlania.

- Wybierz aktywność.
- W schowku aplikacji wybierz kolejno **Konfiguracja** > **Ekran danych**.
- Wybierz ekran danych.
- Wybierz opcję.

Dodawanie skrótów do menu głównego

Możesz dodawać skrót do schowka aplikacji, menu głównego lub pulpitu ulubionych, gdy urządzenie działa w trybie klasycznym. Możesz tworzyć skrót pozwalające wykonywać wiele działań jednocześnie. Jeśli skrót nie ma na liście, można go utworzyć (*Tworzenie skrótów, strona 14*).

- W schowku aplikacji wybierz kolejno **Konfiguracja** > **Skróty**.
- Wybierz skrót.
- Wybierz **Dodaj do menu**.
- Wybierz **Menu główne**, **Szuflada**, lub **Ulubione**.

Tworzenie skrótów

- W schowku aplikacji wybierz kolejno **Konfiguracja** > **Skróty** > **Utwórz skrót**.
- Wybierz **Nazwa**, a następnie wpisz nazwę.
- Wybierz **Ikona**, a następnie wybierz ikonę.
- Wybierz opcję:
 - Aby dodać skrót do ustawień konkretnego urządzenia, wybierz **Konfiguracja**.
 - Aby dodać skrót rozpoczynający nawigację do określonego punktu trasy, wybierz **Dokąd?**.
 - Aby dodać skrót do określonej aplikacji, wybierz **Aplikacja**.
 - Aby umożliwić szybką zmianę aktywności za pomocą skrótów, wybierz **Aktywność**.

Ustawienia systemowe

Ze schowka aplikacji wybierz kolejno **Konfiguracja** > **System**.

Satelity: Umożliwia dostosowanie ustawień systemu satelitarnego (*Ustawienia satelitów, strona 14*).

Język tekstu: Pozwala ustawić język komunikatów tekstowych wyświetlanych w urządzeniu.

UWAGA: Zmiana języka komunikatów tekstowych nie wiąże się ze zmianą języka danych mapy.

Interfejs: Pozwala ustawić tryb interfejsu komunikacyjnego na Garmin Spanner, Garmin Serial, NMEA we/wy, Wyświetlanie tekstu, RTCM lub MTP.

Konfiguruj przyciski: Pozwala ustawić przycisk zasilania lub przycisk użytkownika jako skrót do menu, ustawień lub aplikacji.

Klasyczny: Pozwala ustawić wygląd ekranu głównego na klasyczny ekran urządzenia podręcznego do aktywnej turystyki.

Typ baterii AA: Pozwala określić typ baterii używany w urządzeniu.

Ustawienia satelitów

Ze schowka aplikacji wybierz kolejno **Konfiguracja** > **System** > **Satelity**.

System satelitarny: Pozwala ustawić system satelitarny na GPS, GPS + GLONASS (*GPS i GLONASS, strona 14*) lub Tryb demonstracyjny (GPS wyłączony).

WAAS/EGNOS: Pozwala ustawić system satelitarny na Wide Area Augmentation System (WAAS) lub European Geostationary Navigation Overlay Service (EGNOS). Informacje na temat WAAS można znaleźć na stronie www.garmin.com/aboutGPS/waas.html.

GPS i GLONASS

W celu zwiększenia efektywności w trudnych warunkach oraz szybszego uzyskiwania pozycji domyślnym ustawieniem systemu satelitarnego jest GPS + GLONASS. Użycie GPS wraz z GLONASS może znacząco zredukować czas pracy baterii w porównaniu do korzystania z samego GPS.

Ustawienia wyglądu

Ze schowka aplikacji wybierz kolejno **Konfiguracja** > **Wygląd**.

Tryb: Ustawienie jasnego tła (Dzień), ciemnego tła (Noc) lub automatyczne przełączanie pomiędzy nimi w oparciu o godzinę wschodu i zachodu słońca dla bieżącej pozycji.

Kolor dzienny: Pozwala ustawić kolor wybranych pozycji dla trybu dziennego.

Kolor nocny: Pozwala ustawić kolor wybranych pozycji dla trybu nocnego.

Elem. ster. w poziomie: Umieszcza elementy sterujące z lewej lub z prawej strony ekranu w trybie poziomym.

Ustawianie dźwięków urządzenia

Można dostosować dźwięki komunikatów, klawiszy, ostrzeżeń o zwrotach i alarmów.

- Ze schowka aplikacji wybierz kolejno **Konfiguracja** > **Dźwięki** > **Dźwięki** > **Wł.**
- Wybierz dźwięki dla poszczególnych elementów.

Ustawienia wyznaczania trasy

Dostępne ustawienia wyznaczania tras mogą różnić się w zależności od wybranej aktywności.

Ze schowka aplikacji wybierz kolejno **Konfiguracja** > **Wyznaczanie trasy**.

Aktywność: Pozwala ustawić aktywność używaną do przemieszczania się podczas wyznaczania trasy. Urządzenie oblicza optymalną trasę dla wykonywanej aktywności.

Metoda obliczeń: Ustawienie metody używanej do obliczania trasy.

Przypięty do trasy: Przenosi niebieski trójkąt, który wskazuje pozycję użytkownika na mapie, na najbliższą drogę. Funkcja ta jest najbardziej przydatna podczas jazdy lub nawigowania po drogach.

Przelicz gdy poza trasą: Pozwala ustawić preferencje dotyczące przeliczania tras w przypadku podróżowania poza aktywną trasą.

Ustawienia unikania: Umożliwia ustawienie typu dróg, terenu i metod transportu, których należy unikać podczas nawigacji.

Zmiany trasy: Pozwala ustawić sposób, w jaki urządzenie wyznacza trasę z jednego punktu trasy do następnego. Ta opcja jest dostępna tylko dla wybranych aktywności. Opcja Dystans wyznacza trasę do następnego punktu po zbliżeniu się na określoną odległość do bieżącego punktu.

Ustawienia kursu

Można dostosować ustawienia kompasu.

Ze schowka aplikacji wybierz kolejno **Konfiguracja > Kurs kompasowy**.

Wyświetlacz: Określanie sposobu sygnalizowania kierunku wyświetlanego w kompasie:

Odniesienie północne: Ustawia w kompasie odniesienie północne.

Do linii (igła): Pozwala na użycie wskaźnika namiaru do wskazania kierunku do celu podróży lub na użycie kursu do przedstawienia relacji względem linii kursu prowadzącej do celu podróży.

Kompas: Automatyczne przełączanie z kompasu elektronicznego na kompas GPS w przypadku podróży z dużą prędkością lub przez określony okres czasu.

Kalibruj kompas: Umożliwia skalibrowanie kompasu w przypadku, gdy kompas działa niewłaściwie, np. po przebyciu dużego dystansu lub po nagłych zmianach temperatur (*Kalibracja kompasu, strona 8*).

Ustawienia wysokościomierza

Ze schowka aplikacji wybierz kolejno **Konfiguracja > Wysokościomierz**.

Aut. kalibracja: Umożliwia automatyczną kalibrację wysokościomierza przy każdym rozpoczęciu aktywności. Urządzenie cały czas automatycznie kalibruje wysokościomierz, jeśli odbierany jest sygnał GPS i funkcja automatycznej kalibracji jest włączona.

Tryb barometryczny: Zmienna wysokość powoduje, że barometr mierzy zmiany w wysokości podczas przemieszczania się użytkownika. Stała wysokość zakłada, że urządzenie znajduje się na określonej wysokości, dlatego też ciśnienie atmosferyczne zmieniać będzie się wyłącznie ze względu na zmianę warunków pogodowych.

Typ wykresu: Umożliwia wyświetlanie zmian wysokości względem czasu i dystansu, ciśnienia atmosferycznego w określonym okresie lub ciśnienia otoczenia w określonym okresie.

Kalibruj wysokościom.: Pozwala skalibrować wysokościomierz barometryczny na podstawie znanej dokładnej wysokości lub znanego ciśnienia barometrycznego (*Kalibracja wysokościomierza barometrycznego, strona 8*).

Ustawienia formatu pozycji

UWAGA: Nie należy zmieniać formatu pozycji, ani systemu współrzędnych układu odniesienia, chyba że jest używana mapa wymagająca użycia innego formatu pozycji.

Ze schowka aplikacji wybierz kolejno **Konfiguracja > Format pozycji**.

Format pozycji: Pozwala ustawić format, w jakim będzie wyświetlany odczyt pozycji.

Układ odniesienia: Pozwala ustawić układu współrzędnych, na którym oparta jest mapa.

Mapa sferoidalna: Wyświetlanie układu współrzędnych używanych przez urządzenie. Domyślnym układem współrzędnych jest układ WGS 84.

Zmiana jednostek miary

Użytkownik może dostosować jednostki miary dystansu i prędkości, wysokości, głębokości, temperatury, ciśnienia oraz prędkości pionowej.

1 Ze schowka aplikacji wybierz kolejno **Konfiguracja > Jednostki**.

2 Wybierz wielkość fizyczną.

3 Wybierz jednostkę miary.

Ustawienia czasu

Ze schowka aplikacji wybierz kolejno **Konfiguracja > Czas**.

Format czasu: Pozwala ustawić 12- lub 24-godzinny format wyświetlania czasu.

Strefa czasowa: Pozwala ustawić strefę czasową dla urządzenia. Auto ustawia automatycznie strefę czasową na podstawie pozycji GPS.

Ustawienia geocachingu

Ze schowka aplikacji wybierz kolejno **Konfiguracja > Geocaching**.

Geocaching Live: Umożliwia ustawienie urządzenia, aby wyświetlało lub ukrywało bieżące dane skrzynki.

Styl skrzynki: Umożliwia ustawienie urządzenia, aby wyświetlało listę skrzynek według nazw lub kodów.

Wyszukiwanie chirp™: Umożliwia urządzeniu wyszukiwanie skrzynek, w których znajdują się urządzenia chirp (*Włączanie wyszukiwania urządzenia chirp, strona 7*).

Zaprogramuj chirp™: Programowanie urządzenia chirp. Zobacz *podręcznik użytkownika urządzenia chirp* dostępny pod adresem www.garmin.com.

Ustawienia filtru: Można tworzyć i zapisywać własne filtry skrzynek (*Zapisywanie własnego filtra skrzynek, strona 6*).

Znalezione skrzynki: Edycja liczby znalezionych skrzynek. Liczba roślin automatycznie wraz z kolejnymi odnalezionymi skrzynkami (*Zapisywanie próby odnalezienia, strona 6*).

Ustawienia czujnika ANT+

Więcej informacji na temat dodatkowych akcesoriów fitness, patrz *Dodatkowe akcesoria fitness, strona 12*.

Ustawienia fitness

Ze schowka aplikacji wybierz kolejno **Konfiguracja > Fitness**.

Auto Lap: Umożliwia skonfigurowanie urządzenia, aby automatycznie zaznaczało okrążenia po określonym dystansie.

Typ aktywności: Pozwala ustawić aktywność fitness na wędrowanie, bieganie, jazdę rowerem i wiele innych. Umożliwia to wyświetlenie prawidłowego typu aktywności po przesłaniu jej do Garmin Connect.

Użytkownika: Umożliwia wprowadzenie informacji o profilu (*Ustawianie profilu fitness użytkownika, strona 15*).

Strefy tętna: Umożliwia skonfigurowanie pięciu stref tętna wykorzystywanych w trakcie aktywności fitness.

Ustawianie profilu fitness użytkownika

Urządzenie wykorzystuje informacje wprowadzone przez użytkownika do obliczania dokładnych danych. W profilu użytkownika można zmienić informacje, takie jak płeć, wiek, masa ciała, wzrost oraz ustawienia aktywnego sportowca (*Informacje o ustawieniu aktywnego sportowca, strona 15*).

1 Ze schowka aplikacji wybierz kolejno **Konfiguracja > Fitness > Użytkownika**.

2 Zmień ustawienia.

Informacje o ustawieniu aktywnego sportowca

Aktywny sportowiec to osoba, która trenuje intensywnie od wielu lat (za wyjątkiem czasu, gdy odniosła niewielkie kontuzje) i ma tętno spoczynkowe na poziomie 60 uderzeń serca na minutę (uderzenia/min) lub mniej.

Oznaczanie okrążeń wg dystansu

Funkcja Auto Lap® służy do automatycznego oznaczania okrążeń po przebyciu określonego dystansu. Funkcja ta umożliwia porównywanie swoich wyników na różnych etapach aktywności.

- 1 Ze schowka aplikacji wybierz kolejno **Konfiguracja > Fitness > Auto Lap**.
- 2 Wprowadź wartość i wybierz ✓.

Ustawienia morskie

Ze schowka aplikacji wybierz kolejno **Konfiguracja > Morski**.

Tryb mapy morskiej: Pozwala ustawić typ mapy używanej przez urządzenie podczas wyświetlania danych morskich. Morskie wyświetla poszczególne funkcje mapy w różnych kolorach w celu zwiększenia widoczności morskich punktów szczególnych, a mapa odwzorowuje schemat stosowany w mapach papierowych. Wędkarstwo (wymaga map morskich) wyświetla szczegółowy widok izobat i sondowań głębín oraz upraszcza i optymalizuje wyświetlanie mapy podczas wędkowania.

Wygląd: Pozwala ustawić wygląd morskich urządzeń nawigacyjnych na mapie.

Ust. alarm morsk.: Pozwala ustawić alarm kotwiczny, alarm zejścia z kursu, alarm wody głębokiej i alarm wody płytkiej.

Konfigurowanie alarmów morskich

- 1 Ze schowka aplikacji wybierz kolejno **Konfiguracja > Morski > Ust. alarm morsk..**
- 2 Wybierz typ alarmu.
- 3 Wybierz **Wi..**
- 4 Podaj odległość i wybierz ✓.

Resetowanie danych i ustawień

Użytkownik może wyzerować dane podróży, usunąć wszystkie punkty, wyczyścić bieżący ślad lub przywrócić wartości domyślne.

- 1 Ze schowka aplikacji wybierz kolejno **Konfiguracja>Zeruj**.
- 2 Wybierz opcję:
 - Aby zresetować dane dotyczące konkretnej podróży, takie jak dystans lub średnie, wybierz **Zeruj dane podróży**.
 - Aby usunąć wszystkie zapisane punkty, wybierz **Usuń wszyst. punkty**.
 - Aby usunąć dane zarejestrowane od momentu rozpoczęcia bieżącej aktywności, wybierz **Wycz. bież. akt..**

UWAGA: Urządzenie cały czas rejestruje nowe dane dla bieżącej aktywności.

- Aby zresetować ustawienia dla bieżącego typu aktywności do wartości fabrycznych, wybierz **Resetuj ust. aktywn..**
- Aby przywrócić wszystkie ustawienia urządzenia do wartości fabrycznych, wybierz **Resetuj wszyst. ustaw..**

UWAGA: Zresetowanie wszystkich ustawień powoduje usunięcie wszystkich aktywności geocachingu z urządzenia.

Przywracanie wartości domyślnych określonych ustawień

Można przywrócić wartości domyślne dla określonych kategorii ustawień.

- 1 Ze schowka aplikacji wybierz kolejno **Konfiguracja**.
- 2 Wybierz kategorię, którą chcesz przywrócić.
- 3 Wybierz kolejno **≡ > Przywróć domyślne**.

Przywracanie wartości domyślnych określonych ustawień stron

Można przywrócić wartości domyślne ustawień mapy, kompasu, komputera podróży i wykresu wysokości.

- 1 Otwórz stronę, dla której chcesz przywrócić ustawienia.
- 2 Wybierz **≡ > Przywróć domyślne**.

Przywracanie wszystkich domyślnych ustawień

Wszystkie ustawienia można przywrócić do domyślnych wartości fabrycznych.

Ze schowka aplikacji wybierz kolejno **Konfiguracja > Zeruj > Resetuj wszyst. ustaw. > Zeruj**.

UWAGA: Przywrócenie wszystkich ustawień domyślnych w urządzeniu powoduje usunięcie rejestracji urządzenia w serwisie geocachingowym oraz wszystkich domyślnych aktywności.

Przełączanie ekranu głównego w tryb klasyczny

Możesz ustawić ekran główny tak, by wyglądał jak klasyczny ekran główny urządzenia podręcznego Garmin. Jest to przydatne, jeżeli znasz interfejs użytkownika poprzedniego modelu tego produktu.

W schowku aplikacji wybierz kolejno **Konfiguracja > System > Klasyczny**.

Informacje o urządzeniu

Pomoc techniczna i aktualizacje

Garmin Express (garmin.com/express) umożliwia łatwy dostęp do tych usług w urządzeniach Garmin.

- Rejestracja produktu
- Podręczniki użytkownika
- Aktualizacje oprogramowania
- Przesyłanie danych do Garmin Connect
- Mapy zwykłe i morskie, aktualizacje kursów

Konfigurowanie Garmin Express

- 1 Podłącz urządzenie do komputera za pomocą kabla USB.
- 2 Odwiedź stronę www.garmin.com/express.
- 3 Wykonaj instrukcje wyświetlane na ekranie.

Źródła dodatkowych informacji

Więcej informacji na temat niniejszego produktu można znaleźć na stronie internetowej Garmin.

- Odwiedź stronę www.garmin.com/outdoor.
- Odwiedź stronę <http://buy.garmin.com> lub skontaktuj się z dealerem firmy Garmin w celu uzyskania informacji na temat opcjonalnych akcesoriów i części zamiennych.

Rejestrowanie urządzenia

Pomóż nam jeszcze sprawniej udzielać Tobie pomocy i jak najszybciej zarejestruj swoje urządzenie przez Internet.

- Odwiedź stronę garmin.com/express.
- Pamiętaj o konieczności zachowania oryginalnego dowodu zakupu (względnie jego kserokopii) i umieszczenia go w bezpiecznym miejscu.

Mocowanie zaczepu z karabińczykiem

- 1 Umieść zaczep z karabińczykiem ① w szczelinach grzbietu mocującego ② urządzenia.



- 2 Przesuń zaczep z karabińczykiem w górę, aż zatrzaśnie się we właściwym miejscu.

Wskazówki dotyczące bezpieczeństwa urządzenia

NOTYFIKACJA

Nie wolno przechowywać urządzenia w miejscach, w których występują ekstremalne temperatury, gdyż grozi to jego trwałym uszkodzeniem.

Zabronione jest używanie jakichkolwiek twardych albo ostro zakończonych przedmiotów do obsługi ekranu dotykowego, grozi to bowiem uszkodzeniem ekranu.

Nie należy używać chemicznych środków czyszczących, rozpuszczalników ani środków odstraszających owady, ponieważ mogą one uszkodzić elementy plastikowe.

Mocno przymocuj antenę komunikatów pogodowych, aby zapobiec uszkodzeniom portu USB.

Czyszczenie urządzenia

1 Przetrzyj urządzenie ściereczką zwilżoną łagodnym roztworem czyszczącym.

2 Wytrzyj do sucha.

Po wyczyszczeniu urządzenie poczekaj, aż zupełnie wyschnie.

Czyszczenie ekranu dotykowego

1 Używaj miękkiej, czystej i niestrzępiącej się ściereczki.

2 W razie potrzeby lekko zwilż ściereczkę wodą.

3 Zanim wyczyścisz urządzenie zwilżoną ściereczką, upewnij się, że jest wyłączone i odłączone od zasilania.

4 Delikatnie przetrzyj ekran ściereczką.

Zanurzenie w wodzie

NOTYFIKACJA

Urządzenie jest wodoszczelne zgodnie ze standardem IEC 60529 IPX7. Może być zanurzane w wodzie na głębokość 1 m przez 30 minut. Przedłużone zanurzenie urządzenia może spowodować jego uszkodzenie. Po zanurzeniu urządzenia należy je wytrzeć i pozostawić do wyschnięcia, nim rozpocznie się jego używanie lub ładowanie.

Zarządzanie danymi

UWAGA: To urządzenie nie jest zgodne z systemami operacyjnymi Windows 95, 98, Me, Windows NT® oraz Mac OS 10.3 i wcześniejszymi.

Typy plików

Urządzenie ręcznie obsługuje następujące typy plików:

- Pliki z programu BaseCamp lub HomePort™. Odwiedź stronę www.garmin.com/trip_planning.
- Pliki tras GPX.
- Pliki skrzynek GPX (*Pobieranie skrzynek przy użyciu komputera, strona 6*).
- Pliki zdjęć JPEG.
- Pliki GPI własnych punktów POI z programu Garmin POI Loader. Odwiedź stronę www.garmin.com/products/poiloader.
- Pliki FIT przeznaczone do eksportu do Garmin Connect.

Wkładanie karty pamięci

Aby zwiększyć ilość dostępnego miejsca lub skorzystać z fabrycznie załadowanych map, zainstaluj kartę pamięci microSD.

1 Obróć spłaszczoną kółko w lewo i pociągnij, aby zdjąć pokrywkę.

2 Wymij baterie.

3 W komorze baterii przesunij uchwyt karty ① w lewo i go unieś.



4 Umieść kartę pamięci ② w urządzeniu w taki sposób, aby złote styki były skierowane w dół.

5 Zamknij uchwyt karty.

6 Przesuń uchwyt karty w prawo, aby go zablokować.

7 Wymień baterie.

8 Załóż pokrywkę baterii i obróć spłaszczoną kółko w prawo.

Podłączanie urządzenia do komputera

NOTYFIKACJA

Aby zapobiec korozji, należy całkowicie osuszyć port USB, antenę komunikatów pogodowych i obszary wokół nich przed rozpoczęciem ładowania lub podłączeniem do komputera.

1 Wyciągnij antenę komunikatów pogodowych z portu USB.

2 Podłącz mniejszą wtyczkę kabla USB do portu USB w urządzeniu.

3 Włóż większą wtyczkę kabla USB do portu USB komputera.

Urządzenie i karta pamięci (opcjonalna) pojawią się jako dyski pamięci w oknie Mój komputer w komputerach z systemem Windows lub jako zamontowane woluminy w komputerach Mac.

Przesyłanie plików do urządzenia

1 Podłącz urządzenie do komputera.

W komputerach Windows urządzenie jest wyświetlane jako dysk wymienny lub urządzenie przenośne, podczas gdy karta pamięci może być wyświetlana jako drugi dysk wymienny. W komputerach Mac urządzenie oraz karta pamięci są wyświetlane jako zamontowane woluminy.

UWAGA: Niektóre komputery z wieloma dyskami sieciowymi mogą nie wyświetlać poprawnie dysków urządzenia. Zapoznaj się z dokumentacją dostępną w systemie operacyjnym, aby dowiedzieć się, jak mapować dyski.

2 W komputerze otwórz przeglądarkę plików.

3 Wybierz plik.

4 Wybierz kolejno **Edytuj > Kopiuj**.

5 Otwórz urządzenie przenośne, napęd lub wolumin urządzenia lub karty pamięci.

6 Przejdź do folderu.

7 Wybierz kolejno **Edytuj > Wklej**.

Plik zostanie wyświetlony na liście plików w pamięci urządzenia lub na karcie pamięci.

Usuwanie plików

NOTYFIKACJA

Jeśli nie wiesz, do czego służy plik, nie usuwaj go. W pamięci urządzenia znajdują się ważne pliki systemowe, których nie należy usuwać.

1 Otwórz dysk lub wolumin **Garmin**.

2 W razie potrzeby otwórz folder lub wolumin.

3 Wybierz plik.

4 Naciśnij klawisz **Delete** na klawiaturze.

Odlączenie kabla USB

Jeśli urządzenie jest podłączone do komputera jako wolumin lub dysk wymienny, należy bezpiecznie odłączyć urządzenie od komputera, aby uniknąć utraty danych. Jeśli urządzenie jest podłączone do komputera z systemem operacyjnym Windows jako urządzenie przenośne, nie jest konieczne przeprowadzenie procedury bezpiecznego odłączania.

1 Wykonaj poniższe czynności:

- W komputerze z systemem Windows wybierz ikonę **Bezpieczne usuwanie sprzętu** na pasku zadań systemu, a następnie wybierz urządzenie.
- W komputerze Mac przeciągnij ikonę woluminu do kosza.

2 Odłącz kabel od komputera.

Rozwiązywanie problemów

Resetowanie urządzenia

Jeśli urządzenie przestanie reagować, konieczne może być jego zresetowanie. Nie spowoduje to usunięcia żadnych danych ani ustawień.

1 Wymij baterie.

2 Włóż baterie z powrotem.

Wyświetlanie informacji o urządzeniu

Na ekranie urządzenia można wyświetlić identyfikator urządzenia, wersję oprogramowania, informacje prawne dotyczące urządzenia i umowę licencyjną.

Ze schowka aplikacji wybierz kolejno **Konfiguracja > O systemie**.

Dane techniczne

Typ baterii	Bateria NiMH lub 2 baterie AA (NiMH, alkaliczne lub litowe)
Czas działania baterii	Do 16 godz.
Klasa wodoszczelności	IEC 60529 IPX7*
Zakres temperatury roboczej	Od -20° do 50°C (od -4° do 122°F)
Zakres temperatury ładowania	Od 0°C do 45°C (od 32°F do 113°F)
Częstotliwość radiowa/protokół	Protokół komunikacji bezprzewodowej 2,4 GHz ANT+ 2,4 GHz Wi-Fi Urządzenie z funkcją Bluetooth
Bezpieczny dystans dla kompasu	17,5 cm (7 cali)

* Urządzenie jest odporne na przypadkowe zanurzenie w wodzie na głębokość do 1 metra, na czas do 30 minut. Więcej informacji można znaleźć na stronie www.garmin.com/waterrating.

Załącznik

tempe™

tempe to bezprzewodowy czujnik temperatury ANT+. Czujnik można przymocować do paska lub pętli, dzięki czemu będzie miał kontakt z powietrzem otoczenia. To pozwoli mu na dostarczanie dokładnych danych o temperaturze. Aby wyświetlać dane o temperaturze z urządzenia tempe, należy sparować urządzenie tempe z posiadanym urządzeniem.

Pola danych

Niektóre pola danych wymagają do wyświetlenia danych trybu nawigacji lub urządzenia ANT+.

% maks. śr. tętna: Średnia procentowa wartość maksymalnego tętna dla bieżącej aktywności.

% tętna okrążenia: Średnia procentowa wartość maksymalnego tętna dla bieżącego okrążenia.

Aktualny czas: Aktualna godzina z uwzględnieniem aktualnej pozycji oraz ustawień dotyczących czasu (format, strefa czasowa i czas letni).

Barometr: Skalibrowane bieżące ciśnienie.

Bieżące okrążenie: Czas stopera w ramach bieżącego okrążenia.

Brak: Puste pole danych.

Całkowite okrążenie: Czas stopera w ramach wszystkich ukończonych okrążeń.

Całkowity spadek: Całkowity dystans spadku od ostatniego zerowania danych.

Całkowity wznios: Całkowity dystans wzniosu od ostatniego zerowania danych.

Ciśnienie otoczenia: Nieskalibrowane ciśnienie panujące w danym środowisku.

Czas aktywności: Całkowity zapisany czas. Jeśli na przykład uruchomisz stoper i biegniesz przez 10 minut, po czym zatrzymasz stoper na 5 minut, a następnie ponownie go uruchomisz i biegniesz przez 20 minut, to czas, który upłynął, wyniesie 35 minut.

Czas do celu: Szacowany czas potrzebny na dotarcie do celu podróży. Dane są wyświetlane wyłącznie podczas nawigacji.

Czas do nast.: Szacowany czas potrzebny na dotarcie do następnego punktu na trasie. Dane są wyświetlane wyłącznie podczas nawigacji.

Czas ost. okrążenia: Czas stopera w ramach ostatniego ukończonego okrążenia.

Czas podróży: Bieżąca suma czasu spędzonego w ruchu i w bezruchu od ostatniego zerowania danych.

Czas podróży - postój: Bieżąca suma czasu spędzonego w bezruchu od ostatniego zerowania danych.

Czas podróży - ruch: Bieżąca suma czasu spędzonego w ruchu od ostatniego zerowania danych.

Data: Bieżący dzień, miesiąc i rok.

Do kursu: Kierunek, w jakim należy się poruszać, aby wrócić na trasę. Dane są wyświetlane wyłącznie podczas nawigacji.

Dokładność GPS: Margines błędu przy obliczaniu dokładnej pozycji. Przykład: pozycja GPS jest określona z dokładnością do +/- 3,65 m (12 stóp).

Doskonałość: Stosunek dystansu przebytego w poziomie do zmiany dystansu w pionie.

Doskonałość do celu: Doskonałość wymagana do zejścia z bieżącej pozycji na wysokość celu podróży. Dane są wyświetlane wyłącznie podczas nawigacji.

Dyst. okrążenia: Dystans pokonany w ramach bieżącego okrążenia.

Dyst. pion. - cel: Dystans wysokości pomiędzy bieżącą pozycją i celem podróży. Dane są wyświetlane wyłącznie podczas nawigacji.

Dyst. pion. -nast.: Dystans wysokości między bieżącą pozycją i następnym punktem na trasie. Dane są wyświetlane wyłącznie podczas nawigacji.

Dystans aktywności: Dystans pokonany w ramach bieżącego śladu.

Dystans do celu: Dystans, jaki pozostał do celu podróży. Dane są wyświetlane wyłącznie podczas nawigacji.

Dystans do nast.: Dystans, jaki pozostał do następnego punktu na trasie. Dane są wyświetlane wyłącznie podczas nawigacji.

Dystans ost. okrążenia: Dystans pokonany w ramach ostatniego ukończonego okrążenia.

- ETA do celu:** Szacowana godzina przybycia do celu podróży (dostosowana do czasu lokalnego w lokalizacji celu podróży). Dane są wyświetlane wyłącznie podczas nawigacji.
- ETA - następny:** Szacowana godzina przybycia do następnego punktu na trasie (dostosowana do czasu lokalnego w lokalizacji punktu). Dane są wyświetlane wyłącznie podczas nawigacji.
- Głębokość:** Głębokość wody. Urządzenie musi zostać podłączone do urządzenia NMEA® 0183 lub NMEA 2000® z możliwością pomiaru głębokości wody.
- Kalorie:** Łączna liczba spalonych kalorii.
- Kierun. kompasu:** Kierunek ruchu określony na podstawie danych kompasu.
- Kierunek GPS:** Kierunek ruchu określony na podstawie danych GPS.
- Kurs:** Kierunek od pozycji startowej do celu podróży. Kurs może zostać wyświetlony jako zaplanowana lub ustawiona trasa. Dane są wyświetlane wyłącznie podczas nawigacji.
- Kurs kompasowy:** Kierunek przemieszczania się.
- Licznik:** Bieżąca suma dystansu pokonanego w ramach wszystkich podróży. Wyzerowanie danych podróży nie powoduje wyzerowania tego podsumowania.
- Licznik podróży:** Bieżąca suma dystansu pokonanego od ostatniego zerowania danych.
- Limit prędkości:** Zgłoszony limit prędkości dla danej drogi. Dane nie są dostępne na wszystkich mapach i obszarach. Należy zawsze stosować się do limitów prędkości określanych przez znaki drogowe.
- Maksymalna prędkość:** Największa osiągnięta prędkość od ostatniego zerowania danych.
- Maksymalna wysokość:** Największa osiągnięta wysokość od ostatniego zerowania danych.
- Maksymalny spadek:** Maksymalne tempo zmiany wartości spadku w stopach lub metrach na minutę od ostatniego zerowania danych.
- Maksymalny wznios:** Maksymalne tempo zmiany wartości wzniosu w stopach lub metrach na minutę od ostatniego zerowania danych.
- Max temperatura z 24h:** Maksymalna temperatura odnotowana w ciągu ostatnich 24 godzin.
- Min. temperatura z 24h:** Minimalna temperatura odnotowana w ciągu ostatnich 24 godzin.
- Minimalna wysokość:** Najmniejsza osiągnięta wysokość od ostatniego zerowania danych.
- Moc sygnału GPS:** Moc odbieranego sygnału satelitarnego GPS.
- Nachylenie:** Pomiar nachylenia (wysokości) powierzchni na trasie biegu (dystansie). Na przykład jeśli dla każdego 3 m (10 stóp) pokonanego wzniosu pokonujesz 60 m (200 stóp), stopień nachylenia wynosi 5%.
- Namiar:** Kierunek od aktualnej pozycji do celu podróży. Dane są wyświetlane wyłącznie podczas nawigacji.
- Okrążenia:** Liczba ukończonych okrążeń w ramach bieżącej aktywności.
- Poziom baterii:** Ilość energii, jaka pozostała w baterii.
- Pozycja (dł./szer.):** Długość i szerokość geograficzna bieżącego położenia, wyświetlana bez względu na wybrane ustawienie formatu pozycji.
- Pozycja (wybrana):** Bieżąca pozycja wyświetlona z uwzględnieniem wybranego ustawienia formatu pozycji.
- Pozycja celu:** Pozycja celu podróży. Dane są wyświetlane wyłącznie podczas nawigacji.
- Pręđ. pionowa do celu:** Tempo zmiany wartości wzniosu lub spadku względem wyznaczonej wysokości. Dane są wyświetlane wyłącznie podczas nawigacji.
- Pręđ. - średnia podróży:** Średnia prędkość podczas ruchu i postoju mierzona od ostatniego zerowania danych.
- Pręđ. - średnia ruchu:** Średnia prędkość podczas ruchu mierzona od ostatniego zerowania danych.
- Prędkość:** Bieżące tempo podróży.
- Prędkość okrążenia:** Średnia prędkość w ramach bieżącego okrążenia.
- Prędkość ost. okrążenia:** Średnia prędkość w ramach ostatniego ukończonego okrążenia.
- Prędkość pionowa:** Tempo zmiany wartości wzniosu lub spadku w czasie.
- Prędkość wypadkowa:** Prędkość zbliżania się do celu podróży wzdłuż wyznaczonej trasy. Dane są wyświetlane wyłącznie podczas nawigacji.
- Punkt - cel:** Ostatni punkt na trasie do celu podróży. Dane są wyświetlane wyłącznie podczas nawigacji.
- Punkt - następny:** Następný punkt na trasie. Dane są wyświetlane wyłącznie podczas nawigacji.
- Rytm:** Liczba obrotów ramienia korby lub kroków na minutę. Aby dane te były wyświetlane, urządzenie musi zostać podłączone do akcesorium do pomiaru rytmu.
- Rytm okrążenia:** Średni rytm w ramach bieżącego okrążenia.
- Rytm ost. okrążenia:** Średni rytm w ramach ostatniego ukończonego okrążenia.
- Spadek okrąŹ.:** Pionowy dystans spadku dla bieżącego okrążenia.
- Spadek ost. okr.:** Pionowy dystans spadku pokonany w ramach ostatniego ukończonego okrążenia.
- Śr. czas okrążenia:** Średni czas okrążenia w ramach bieżącej aktywności.
- Średnie tętno:** Średnie tętno w ramach bieżącej aktywności.
- Średni rytm:** Średni rytm w ramach bieżącej aktywności.
- Średni spadek:** Średni, pionowy dystans spadku od ostatniego zerowania danych.
- Średni wznios:** Średni pionowy dystans wzniosu od ostatniego zerowania danych.
- Stoper:** Bieżący czas stopera.
- Stoper:** Czas stopera w ramach bieżącej aktywności.
- Strefa tętna:** Bieżący zakres tętna (1–5). Domyślne strefy tętna ustalane są w oparciu o profil użytkownika i maksymalne tętno (po odjęciu wieku od 220).
- Temperatura:** Temperatura powietrza. Temperatura ciała użytkownika wpływa na wskazania czujnika temperatury.
- Temperatura - woda:** Temperatura wody. Urządzenie musi zostać podłączone do urządzenia NMEA 0183 z możliwością pomiaru temperatury wody.
- Tętno:** Liczba uderzeń serca na minutę (uderzenia/min). Urządzenie musi zostać podłączone do zgodnego czujnika tętna.
- Tętno - % maks.:** Procentowa wartość maksymalnego tętna.
- Tętno okrążenia:** Średnie tętno w ramach bieżącego okrążenia.
- Tętno ost. okrąŹ.:** Średnie tętno w ramach ostatniego ukończonego okrążenia.
- Wschód słońca:** Godzina wschodu słońca przy uwzględnieniu pozycji GPS.
- Wskaźnik:** Strzałka wskazuje następny punkt lub zwrot. Dane są wyświetlane wyłącznie podczas nawigacji.

Wys. nad ziemią: Wysokość aktualnej pozycji względem poziomu terenu (pod warunkiem, że mapy zawierają odpowiednią ilość informacji o wysokości).

Wysokość: Wysokość aktualnej pozycji względem poziomu morza.

Wysokość GPS: Wysokość aktualnej pozycji określona na podstawie danych GPS.

Wznios okrążenia: Pionowy dystans wzniosu dla bieżącego okrążenia.

Wznios ost. okr.: Pionowy dystans wzniosu pokonany w ramach ostatniego ukończonego okrążenia.

Zachód słońca: Godzina zachodu słońca przy uwzględnieniu pozycji GPS.

Zejsście z kursu: Dystans pokonany poza pierwotną ścieżką podróży (na lewo lub prawo od niej). Dane są wyświetlane wyłącznie podczas nawigacji.

Zwrot: Różnica kątowna (w stopniach) między namiarem do celu podróży a bieżącym kursem. L oznacza skręt w lewo. R oznacza skręt w prawo. Dane są wyświetlane wyłącznie podczas nawigacji.

Zwrot na trasie: Kierunek następnego zwrotu na trasie. Dane są wyświetlane wyłącznie podczas nawigacji.

Obliczanie strefy tętna

Strefy	% maksymalnego tętna	Obserwowany wysiłek fizyczny	Korzyści
1	50 – 60%	Spokojne, lekkie tempo, rytmiczny oddech	Trening dla początkujących poprawiający wydolność oddechową, zmniejsza obciążenie
2	60 – 70%	Wygodne tempo, trochę głębszy oddech, możliwe prowadzenie rozmów	Podstawowy trening poprawiający wydolność sercowo-naczyniową, dobre tempo do odrobienia formy
3	70 – 80%	Średnie tempo, trudniej prowadzić rozmowę	Zwiększona wydolność oddechowa, optymalny trening poprawiający wydolność sercowo-naczyniową
4	80 – 90%	Szybkie, trochę męczące tempo, szybki oddech	Zwiększona wydolność i próg beztlenowy, większa prędkość
5	90 – 100%	Bardzo szybkie tempo, nie do utrzymania przez dłuższy czas, ciężki oddech	Wydolność beztlenowa i mięśniowa, zwiększona moc

Indeks

- A**
adresy, wyszukiwanie 7
akcesoria 12, 16
aktywności 4, 5, 12
własne 4
aktywny sportowiec 15
alarmowe, punkty 11
alarmy
dźwięki 14
morskie 16
punkt alarmowy 11
zegar 11
almanach
godziny wschodu i zachodu słońca 11
polowanie i połowy 11
aparat 10
aplikacje 2, 3
Auto Lap 15
- B**
barometr 8
BaseCamp 10, 17
bateria 1, 18
instalacja 1
ładowanie 2
maksymalizowanie 1, 13
pamięć 1
bieganie 5
blokowanie, ekran 2
- C**
Celuj i idź 8
chirp 7, 15
City Navigator 7
Connect IQ 3
czas, strefy i formaty 15
człowiek za burtą (MOB) 8
czujniki ANT+, parowanie urządzenia 12
czujniki ANT+ 15
parowanie 12
czyszczenie ekranu dotykowego 17
czyszczenie urządzenia 17
- D**
dane
ekrany 14
przesyłanie 12, 17
zapisywanie 12
dane techniczne 18
dane użytkownika, usuwanie 17
Dokąd? 7
dostosowywanie urządzenia 13, 14
dźwięki 14
- E**
ekran 2
blokowanie 2
orientacja 13
ekran dotykowy 2, 13
ekran główny 2
dostosowywanie 16
- F**
fitness 5, 15
format pozycji 15
- G**
Garmin Connect 2, 3
zapisywanie danych 12
Garmin Express 3, 16
aktualizowanie oprogramowania 16
rejestrowanie urządzenia 16
GLONASS 14
godziny wschodu i zachodu słońca 11
GPS 11, 14
sygnał 11
- H**
historia 12
przesyłanie do komputera 12
wyświetlanie 12
HomePort 17
- I**
identyfikator urządzenia 18
- J**
jazda rowerem 5
jednostki miary 15
- K**
kalendarz 11
kalibrowanie
kompas 8
wysokościomierz 8
kamera 10
karta microSD 1, 17. *Patrz* karta pamięci
karta pamięci 17
klawisz zasilania 2
kompas 8
nawigacja 8
ustawienia 14
komputer, łączenie 17
- Ł**
ładowanie 2
łączenie 3
- M**
mapy 7, 13
aktualizowanie 16
nawigacja 7
opcjonalne 7
pola danych 13
ustawienia 13
minutnik 11
odliczanie 11
MOB 8
morskie
ustawienia 16
ustawienia alarmów 16
- N**
nawigacja 7, 8
Celuj i idź 8
kompas 8
przerywanie 7
wskaźnik kursu 8
numer identyfikatora 18
- O**
oprogramowanie, aktualizowanie 16
- P**
parowanie, czujniki ANT+ 12
parowanie urządzenia 3
czujniki ANT+ 12
Pilot VIRB 11
planowanie podróży. *Patrz* trasy
pliki, przesyłanie 17
pobieranie, skrzynki 5, 6
pobieranie skrzynek 5
podświetlenie 1, 13
pogoda 11
pola danych 3, 13, 18
pomiar powierzchni 11
pory polowań i połowów 11
powiadomienia 12
pozycje
edytowanie 8
zapisywanie 8
profil użytkownika 15
profile, użytkownik 15
przesyłanie pliki 10
Wyjmij złącze micro-USB z urządzenia. 6, 10, 17
przyciski 1, 13
- przyciski na ekranie 2
przygody 10
przywracanie, ustawienia 16
pulpity 13
punkty 7–9
edytowanie 8, 9
odzworowanie 9
usuwanie 9
zapisywanie 8
- R**
rejestracja produktu 7, 16
rejestrowanie urządzenia 5, 16
resetowanie urządzenia 16, 18
rozwiązywanie problemów 16, 18
- S**
Serwis Garmin Connect 3
skrót 14
dodawanie 14
skrzynki 5–7, 17
pobieranie 6
podróż do 6
ustawienia 15
smartfon 3
aplikacje 2, 3
stoper 11, 12
strefy, tętno 12
sygnały satelitarne 11
odbieranie 2
pozycje 11
- Ś**
ślady 5, 10
- T**
technologia Bluetooth 2, 3
tempe 18
temperatura 18
tętno, strefy 12, 20
TracBack 7
trasy 9, 10
edytowanie 9
tworzenie 9
ustawienia 14
usuwanie 9
wyświetlanie na mapie 9, 10
trening 2
- U**
udostępnianie danych 10
urządzenie
dbanie 17
rejestracja 16
resetowanie 18
USB
odłączanie 18
przesyłanie plików 17
tryb pamięci masowej 17
złącze 1
ustawienia 13–16
urządzenie 14
ustawienia czasu 15
ustawienia kierunku 14
ustawienia mapy 13
ustawienia systemowe 14
ustawienia wyświetlania 13
usuwanie
historia 12
wszystkie dane użytkownika 17
- W**
Wi-Fi 3
łączenie 3
widzety 3
wodoszczelność 17
Wyjmij złącze micro-USB z urządzenia., przesyłanie 6, 10, 17
wysokościomierz 8, 15
wysokość 8
wykres 5, 8, 10

Z

zaczep z karabińczykiem 16

zapisywanie danych 17

zdjęcia 10

zdjęcie, wykonywanie 10

www.garmin.com/support



1800 235 822



+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 427 652



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 9800



+34 93 275 44 97



+ 46 7744 52020



+886 2 2642-9199 ext 2



0808 238 0000
+44 870 850 1242



+49 (0) 89 858364880
zum Ortstarif - Mobilfunk
kann abweichen



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

