

GARMIN

Edge 605/705

**Велосипедный компьютер
с GPS-приемником**

Руководство пользователя

ПРЕДИСЛОВИЕ

Благодарим Вас за выбор велосипедного компьютера Garmin Edge 605/705.

ВНИМАНИЕ: Перед тем, как начать заниматься спортом или изменить программу тренировки, обязательно проконсультируйтесь с Вашим врачом. Правила безопасности и важную информацию о приборе Вы можете найти в руководстве Important Safety and Product Information (важная информация о безопасности и продукте), вложенном в коробку с устройством.

Регистрация прибора

Зарегистрируйтесь он-лайн прямо сегодня, чтобы мы могли оказать Вам лучшую поддержку. Подключитесь к сайту <http://my.garmin.com>. Сохраните в надежном месте оригинал или копию товарного чека.

Контактная информация Garmin

В США обращайтесь в отдел поддержки Garmin по тел. (8\913) 397.8200 или (800) 800.1020, по рабочим дням с 8:00 до 17:00 часов (центральное время) или заходите на сайт www.garmin.com/support.

В Европе звоните в Garmin (Europe) Ltd.

по тел. +44(0)870.8501241 (вне Великобритании) или 0808 2380000 (в Великобритании).

Бесплатное программное обеспечение Garmin

На сайте <http://my.garmin.com/> edge Вы можете бесплатно загрузить программное обеспечение Garmin Connect или Garmin Training Center. С помощью этих программ Вы можете хранить и анализировать результаты Ваших тренировок.

Содержание

Предисловие	2
Регистрация прибора	2
Контактная информация Garmin	2
Бесплатное программное обеспечение Garmin	2
Начало работы	7
Функции кнопок	7
Перезагрузка прибора Edge	8
Использование подсветки	8
Пиктограммы	8
Шаг 1: Зарядка батареи	9
Шаг 2: Установка прибора Edge	10
Шаг 3: Включение прибора Edge	12
Шаг 4: Прием спутниковых сигналов	12
Шаг 5: Сохранение Вашего местоположения «дом»	13
Шаг 6: Настройка датчиков (не обязательно)	13
Шаг 7: Настройка Ваших профилей	13
Шаг 8: Начинайте велосипедный заезд!	15
Шаг 9: Загрузка бесплатного программного обеспечения	15
Шаг 10: Передача архива данных в компьютер	15
Функция Where To (куда)	16
Использование поездки из архива	16
Сохраненные поездки	16
Возвращение к начальной точке	17
Поиск объектов	17
Поиск любимых объектов (Favorites)	17

Поиск адреса	19
Поиск объектов POI.....	19
Остановка навигации	19
Тренировка	20
Автоматическая пауза (Auto Pause®).....	20
Автоматическое начало круга (Auto Lap®)	20
Сигнализация	22
Использование сигнализации времени и дистанции.....	22
Использование сигнализации скорости.....	24
Использование сигнализации частоты пульса	24
Использование сигнализации частоты вращения педалей.....	26
Использование сигнализации мощности	27
Виртуальный партнер	27
Тренировки: простые, интервальные и сложные.....	28
Использование тренировок	28
Простые тренировки.....	29
Интервальные тренировки.....	30
Сложные тренировки	31
Трассы	36
Создание трасс	36
Страницы данных трассы.....	37
Использование карты.....	39
Отметка и поиск местоположений.....	39
Страница спутников	40
Информация о системе GPS	41
Использование аксессуаров	42

Датчик частоты пульса	42
Зоны частоты пульса	44
Датчик GSC 10.....	46
Тренировка с использованием датчика частоты вращения педалей ..	49
Датчик мощности	50
Калибровка датчика мощности.....	50
Зоны мощности.....	50
Архив	51
Просмотр архива	51
Передача данных архива в компьютер.....	52
Удаление данных архива	52
Операции с данными.....	53
Загрузка файлов	53
Шаг 1: Установка карты памяти microSD	53
Шаг 2: Подключение USB-кабеля	54
Шаг 3: Передача файлов из Вашего компьютера	54
Шаг 4: Отключение USB-кабеля	55
Папки Garmin	55
Удаление файлов	55
Передача файлов в другое устройство Edge (только модель 705).....	56
Настройки	57
Поля данных пользователя.....	57
Поля данных прибора Edge	58
Настройки системы.....	64
Настройки карты	65
Настройки расчета маршрутов.....	65

Настройки расчета маршрутов для машины/мотоцикла.....	66
Настройки расчета маршрутов для велосипедистов и пешеходов...	66
Настройки профиля и зон	66
Зоны скорости	66
Настройки дисплея	67
Настройки единиц измерения и времени	68
Настройки записи данных	68
Настройки ANT + Sport	69
Аксессуары.....	69
Приложение	71
Дополнительные аксессуары	71
Информация о батарее	71
Батарея датчика частоты пульса	71
Батарея датчика GSC 10	72
Технические характеристики.....	73
Прибор Edge.....	73
Велосипедный держатель.....	74
Датчик частоты пульса	74
Датчик GSC 10	75
Барометрический альтиметр.....	75
Размер колеса и длина окружности	76
Декларация соответствия	77
Поиск неисправностей.....	78

НАЧАЛО РАБОТЫ

Функции кнопок



1. power

- Нажмите и удерживайте в нажатом положении для включения/выключения прибора Edge.
- Нажмите для включения/выключения подсветки.

2. mode

- Нажмите для возврата к предыдущей странице.
- Нажмите и удерживайте в нажатом положении для изменения профилей велосипеда.

3. reset/lap

- Нажмите и удерживайте в нажатом положении для сброса таймера.
- Нажмите для создания нового круга.

4. джойстик/ enter

- Перемещайте джойстик для прокрутки меню, опций и полей данных.
- Нажмите на джойстик для выбора опций и подтверждения сообщений.

5. start/stop

- Нажмите для запуска/остановки таймера.

6. menu

- Нажмите для вызова страницы меню.
- Нажмите и удерживайте в нажатом положении для включения/

отключения блокировки клавиатуры прибора Edge.

7. in/out

- Нажмите для увеличения/уменьшения масштаба страницы карты и страницы альтиметра

Перезагрузка прибора Edge

Если Ваш прибор Edge не реагирует на команды, выполните перезагрузку устройства. Для этого одновременно нажмите на кнопки mode и reset/lap. При выполнении этой операции Ваши данные и настройки не будут удалены.

Использование подсветки

Для включения подсветки нажмите на кнопку power. Чтобы отрегулировать уровень яркости подсветки, используйте джойстик.

Пиктограммы

	Уровень заряда батареи
	Идет зарядка батареи
	При приеме спутниковых сигналов пиктограмма спутника изменится с пустой на 3D
	Активный датчик частоты пульса
	Активный датчик частоты вращения педалей
	Активный датчик мощности
	Активная блокировка клавиатуры

Шаг 1: Зарядка батареи

ВНИМАНИЕ: Данный прибор содержит литий-ионную батарею. Информацию о мерах предосторожности при обращении с батареей Вы можете найти в руководстве Important Safety and Product Information (важная информация о безопасности и продукте), вложенном в коробку с устройством.

В качестве источника питания прибора Edge используется встроенная литий-ионная аккумуляторная батарея, которую Вы можете заряжать с помощью зарядного устройства переменного тока, поставляемого вместе с устройством. Кроме того, Вы можете заряжать Edge, используя USB-кабель и Ваш компьютер. Перед началом использования Вы должны заряжать прибор не менее трех часов.



ПРИМЕЧАНИЕ: Для защиты от коррозии тщательно просушите порт mini-USB, защитную крышку и область вокруг порта перед началом зарядки аккумулятора или перед подключением прибора к компьютеру.



ПОЛЕЗНЫЙ СОВЕТ: Прибор Edge не будет заряжаться при температуре за пределами диапазона 32°F – 122°F (0°C – 50°C).

Для зарядки прибора Edge:

1. Снимите защитную крышку с порта mini-USB, расположенного на задней поверхности устройства.
2. Подключите конец кабеля AC или USB с коннектором mini-USB к порту mini-USB, расположенному на задней поверхности прибора.



3. Вставьте другой конец кабеля в стандартную стенную розетку (при использовании кабеля AC) или подключите к свободному порту USB Вашего компьютера (при использовании кабеля USB).

Полностью заряженная батарея обеспечивает около 15 часов работы прибора. Дополнительную информацию о батарее Вы можете найти на стр. 60.

Шаг 2: Установка прибора Edge

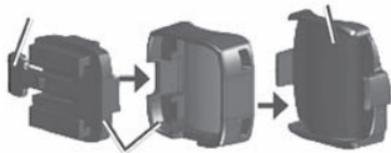
Для оптимального приема спутниковых сигналов GPS расположите велосипедный держатель таким образом, чтобы передняя часть прибора Edge была направлена к небу. Вы можете закрепить держатель на штанге руля или на руле. Установка на штанге руля (показано в нашем примере) обеспечивает большую прочность. Для регулировки угла обзора экрана Вы можете вставить под держатель дополнительную прокладку.

Для установки прибора Edge на штанге руля Вашего велосипеда:

1. Поместите прокладку на штангу руля, сверху расположите держатель. Убедитесь, что рычаг для снятия прибора находится слева.

*Release lever =
рычаг для снятия
прибора*

*Wedge (optional)
= прокладка (не
обязательно)*



Bike mount = велосипедный держатель

Для горизонтальных рулей:
Отделите и снимите верхнюю
часть держателя, поверните на
90 градусов и верните на место.
Переходите к шагу 2.

Для рулей с диаметром менее
1" (25.4 мм): Поместите допол-
нительную резиновую прокладку
под велосипедный держатель
для увеличения диаметра руля.
Эта резиновая прокладка также
предотвращает соскальзывание
держателя. Переходите к шагу 2.

2. Закрепите велосипедный держа-
тель с помощью двух хомутиков.

Edge 605/705 Руководство пользователя

Убедитесь, что эти хомутики про-
ходят через обе части велосипед-
ного держателя.

3. Совместите прибор Edge с вело-
сипедным держателем, чтобы
он был расположен параллельно
штанге руля.



4. Переместите прибор Edge
влево, чтобы он с щелчком
зафиксировался на держателе.



Release lever
= рычаг для
снятия прибора

Вид сверху прибора Edge, установленного на горизонтальном руле.

Для снятия прибора Edge:

Нажмите на рычаг для снятия прибора и переместите устройство Edge вправо.

Шаг 3: Включение прибора Edge

Для включения устройства нажмите на кнопку power и удерживайте ее в нажатом положении. Следуйте экраным инструкциям по настройке.

Шаг 4: Прием спутниковых сигналов

Перед началом использования прибора Edge Вы должны принять спутниковые сигналы GPS. Эта процедура может занять 30 – 60 секунд.

1. Выйдите на улицу и найдите открытое место. Для обеспечения оптимального приема убедитесь, что передняя часть прибора Edge направлена к небу.
2. Подождите, пока устройство Edge не завершит поиск спутников. Стойте неподвижно в открытом месте и не начинайте движение до тех пор, пока с экрана не исчезнет страница поиска спутников.



ПРИМЕЧАНИЕ: Инструкции по отключению GPS-приемника и использования прибора Edge в закрытом помещении см. на стр. 53.

Шаг 5: Сохранение Вашего местоположения «дом» (не обязательно)

Вы можете задать местоположение «дом» для отметки места, в которое Вы часто возвращаетесь.

1. Нажмите меню > выберите Where (куда).
2. Следуйте экранным инструкциям.

Шаг 6: Настройка датчиков (не обязательно)

Если Ваш прибор Edge включает датчик частоты пульса или датчик скорости и частоты вращения педалей GSC 10, то канал связи между датчиками ANT + Sport и Вашим устройством Edge уже установлен. После наладки канала связи пиктограммы  и  перестают мигать.

Шаг 7: Настройка Ваших профилей

Прибор Edge использует введенную Вами информацию о велосипеде и пользователе для расчета точных данных.

Для настройки профиля пользователя:

1. Нажмите меню > выберите Settings (настройки) > Profile & Zones (профиль и зоны) > User Profile (профиль пользователя).
2. Введите Ваш пол, дату рождения и вес.



ПОЛЕЗНЫЙ СОВЕТ:

После окончания выбора опций или ввода параметров в прибор Edge нажмите на кнопку mode для выхода из поля или со страницы.



Используйте джойстик для изменения значений в полях данных.

Для настройки профиля велосипеда:

1. Нажмите menu > выберите Settings (настройки) > Profile & Zones (профиль и зоны) > Bike Profile (профиль велосипеда).



2. Выберите профиль велосипеда. Вы можете настроить до трех профилей.
3. Введите информацию о Вашем велосипеде.
4. (только модель Edge 705). Если у Вас имеется датчик скорости и частоты вращения педалей GSC 10, выберите окошко метки Cadence. Если Вы используете датчик мощности, произведенный не компанией Garmin, выберите окошко метки Power.
5. Если Вы хотите, чтобы датчик GSC 10 автоматически определил размер Вашего колеса по данным GPS, выберите опцию Auto (авто) в поле Wheel Size (размер колеса). Также Вы можете выбрать опцию Custom (настройка пользователя) и ввести размер колеса вручную.

Шаг 8: Начинайте велосипедный заезд!

1. Нажмите mode для вызова страницы велосипедного компьютера.
2. Нажмите start для запуска таймера.
3. После завершения поездки нажмите stop.
4. Чтобы сохранить данные поездки и сбросить таймер, нажмите кнопку lap/reset и удерживайте ее в нажатом положении.

Шаг 9: Загрузка бесплатного программного обеспечения

1. Подключитесь к сайту www.garmin.com/edge.
2. Следуйте экранным инструкциям для загрузки программного обеспечения Garmin Training Center или Garmin Connect.

Шаг 10: Передача архива данных в компьютер

1. Подключите маленький коннектор на конце USB-кабеля к порту USB, расположенному на задней стороне прибора Edge (под защитной крышкой).
2. Подключите большой коннектор на конце USB-кабеля к свободному USB-порту Вашего компьютера.
3. Откройте программу Garmin Connect или Garmin Training Center. Следуйте инструкциям по передаче данных, прилагаемым к программному обеспечению.

Функция *WHERE TO* (куда)

С помощью функции Where To (куда) Вы можете повторять поездки из архива, использовать маршруты из внешних источников, возвращаться обратно к начальной точке, а также перемещаться к любимым объектам (Favorites) и объектам POI.



ПРИМЕЧАНИЕ: Для сохранения Вашей текущей поездки в архиве прибора Edge Вы должны запустить таймер.

Использование поездки из архива

Вы можете повторить любую поездку, сохраненную в архиве прибора Edge.

1. Нажмите menu > выберите Where To (куда) > Follow History (поездка из архива).

2. Выберите поездку из списка. Устройство Edge рассчитает маршрут, включающий направления от Вашего текущего местоположения до начальной точки поездки.

Сохраненные поездки

Кроме того, Вы можете использовать поездки, загруженные в прибор Edge из внешнего источника. Например, Вы можете найти отличный маршрут в Интернете, или другой пользователь Edge создаст для Вас маршрут.



ПРИМЕЧАНИЕ: Файлы треков или маршрутов должны иметь расширение *.gpx.

1. Загрузите файл с расширением *.gpx в папку Garmin\GPX в памяти Вашего прибора Edge.

2. Нажмите menu > выберите Where To (куда) > Saved Rides (сохраненные поездки).
3. Выберите поездку из списка.

Возвращение к начальной точке



ПРИМЕЧАНИЕ: Для использования функции возвращения к начальной точке Вы должны запустить таймер.

После достижения пункта назначения или окончания поездки нажмите menu > выберите Where To (куда) > Back To Start (обратно к старту). Прибор Edge направит Вас обратно к начальной точке.

Поиск объектов

Вы можете проводить поиск сохраненных путевых точек (местоположений) и недавно найденных

объектов в списке Favorites (любимые объекты). При использовании дополнительной картографии Вы можете также искать адреса и объекты POI.

Поиск любимых объектов (Favorites)

Навигация к местоположению «дом»

Если Вы еще не сохранили местоположение «дом», нажмите menu > выберите Where To (куда) > Find Places (поиск объектов) > Favorites (любимые объекты) > Go Home (навигация домой). Устройство Edge автоматически рассчитает маршрут до местоположения «дом».

Недавно найденные объекты

В памяти прибора Edge может храниться до 50 недавно найден-

ных объектов. Местоположение, найденное последним, будет занимать первую строку в списке. Нажмите menu > выберите Where To (куда) > Find Places (поиск объектов) > Favorites (любимые объекты) > Recent Finds (недавно найденные объекты).



ПРИМЕЧАНИЕ: Вы можете сохранять, редактировать и удалять местоположения из списка недавно найденных объектов.

Мои любимые объекты

1. Нажмите menu > выберите Where To (куда) > Find Places (поиск объектов) > Favorites (любимые объекты) > My Favorites (мои любимые объекты).



ПОЛЕЗНЫЙ СОВЕТ: Для сужения поиска используйте экранную клавиатуру. Для просмотра всего списка выберите ОК.

2. Выберите нужный объект из списка.
3. Выберите Go To (старт).

Редактирование любимых объектов

1. Нажмите menu > выберите Where To (куда) > Find Places (поиск объектов) > Favorites (любимые объекты) > My Favorites (мои любимые объекты).
2. Выберите нужный объект из списка.
3. Внесите необходимые изменения в информацию.
4. Для выхода нажмите mode.



ПРИМЕЧАНИЕ: После выхода с этой страницы внесенные изменения будут автоматически сохранены.

Удаление любимых объектов

1. Нажмите **menu** > выберите **Where To (куда)** > **Find Places (поиск объектов)** > **Favorites (любимые объекты)** > **My Favorites (мои любимые объекты)**.
2. Выберите **Delete (удалить)**.
3. Выберите **Yes (да)** для подтверждения.

Поиск адреса

1. Нажмите **menu** > выберите **Where To (куда)** > **Find Places (поиск объектов)** > **Addresses (адреса)**.

2. Введите регион, город, номер дома и название улицы.
3. Выберите нужный адрес из списка совпадений.
4. Выберите **Go To (старт)**.

Поиск объектов POI

1. Нажмите **menu** > выберите **Where To (куда)** > **Find Places (поиск объектов)**.
2. Выберите категорию и подкатегорию, если это необходимо.
3. Выберите нужный объект из списка.
4. Выберите **Go To (старт)**.

Остановка навигации

Нажмите **menu** > выберите **Where To (куда)** > **Stop Navigation (остановка навигации)**.

ТРЕНИРОВКА

Прибор Edge включает в себя несколько функций для проведения тренировки, а также дополнительные настройки. С помощью Edge Вы можете задавать целевые результаты и настраивать сигнализацию, тренироваться вместе с «виртуальным партнером», составлять планы тренировок и вводить трассы из архива.

Автоматическая пауза (Auto Pause®)

Вы можете настроить прибор Edge на автоматическую остановку таймера в том случае, если Вы прекращаете движение, или Ваша скорость падает ниже заданного значения. Эта функция может быть полезна в ситуациях, когда Ваш маршрут включает светофоры или

другие места, где Вам приходится останавливаться или замедлять движение.

При использовании функции Auto Pause устройство Edge сохраняет время пауз в виде параметра “Rest Time” (время отдыха), а расстояние, пройденное при выключенном таймере, в виде параметра “Rest Distance” (расстояние в режиме отдыха). Вы можете добавить поля с этими данными на страницу пользователя.



ПРИМЕЧАНИЕ: Данные “Rest Time” (время отдыха) и “Rest Distance” (расстояние в режиме отдыха) не сохраняются в архиве.

Автоматическое начало круга (Auto Lap®)

Функция Auto Lap позволяет автоматически отмечать начало нового

круга в определенном местоположении или после прохождения заданной дистанции. Эта функция может быть полезна для сравнения Ваших результатов, показанных на различных отрезках заезда (например, каждые 10 миль или главный подъем).

Для настройки функции автоматической паузы/ автоматического начала круга:

1. Нажмите menu > выберите Training (тренировка) > Auto Pause/Lap (автоматическая пауза/ автоматическое начало круга).
2. В поле Auto Timer Pause (автоматическая остановка таймера) выберите опцию When Stopped (при остановке) или Custom Speed (скорость пользователя). При выборе второй опции введи-

дите значение скорости, ниже которого таймер будет останавливаться.



3. В поле Auto Lap Trigger (автоматическая отметка нового круга) выберите опцию By Distance (по расстоянию) и введите значение расстояния или опцию By Position (по местоположению) и выберите одну из следующих опций:
 - **Lap Press Only** (только нажатие кнопки lap) – устройство отмечает новый круг каждый раз при нажа-

тии на кнопку lap, а также каждый раз при повторном прохождении этих местоположений.

- **Start And Lap** (кнопки start и lap) – устройство отмечает новый круг в местоположении GPS, где Вы нажали start, а также в любых точках маршрута, в которых Вы нажали lap.

- **Mark And Lap** (отметка и lap) – устройство отмечает новый круг в определенном местоположении GPS, отмеченном до поездки, а также в любых точках маршрута, в которых Вы нажали lap.



ПРИМЕЧАНИЕ: Во время поездки по трассе Вы можете использовать опцию **By Position** (по местоположению), чтобы задать начало круга во всех местоположениях нового круга, отмеченных на трассе.

Сигнализация

С помощью прибора Edge Вы можете задавать целевые параметры тренировки: время, дистанцию, скорость, частоту пульса, частоту вращения педалей и мощность.

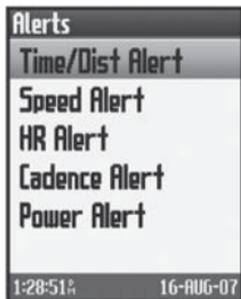
Использование сигнализации времени и дистанции

Сигнализация времени и дистанции может быть полезна для длительных заездов, если Вы хотите тренироваться в течение определенного времени или

проехать заданную дистанцию. После достижения поставленной цели устройство Edge выдаст звуковой сигнал, и на экране появится сообщение.

Для настройки сигнализации времени или дистанции:

1. Нажмите меню > выберите Training (тренировка) > Alerts (сигнализация) > Time/Dist Alert (сигнализация времени/расстояния).



2. В поле Time Alert (сигнализация времени) выберите опцию Once (однократно) или Repeat (повтор).
3. Введите нужное время в поле Alert At (выдать сигнал в).



4. В поле Distance Alert (сигнализация дистанции) выберите опцию Once (однократно) или Repeat (повтор).
5. Введите нужное расстояние в поле Alert At (выдать сигнал в).

Использование сигнализации скорости

Сигнализация скорости предупредит Вас в том случае, если Ваша скорость стала выше или ниже заданного значения.

Функция сигнализации скорости позволяет Вам использовать зоны скорости, сохраненные в приборе Edge.

Для настройки сигнализации скорости:

1. Нажмите меню > выберите Training (тренировка) > Alerts (сигнализация) > Speed Alert (сигнализация скорости).
2. В поле Fast Speed Alert (сигнализация высокой скорости) выберите зону скорости или опцию Custom (настройка пользователя) и введите значение скорости.



3. Повторите п. 2 для поля Slow Speed Alert (сигнализация низкой скорости).

Использование сигнализации частоты пульса



ПРИМЕЧАНИЕ: Сигнализация частоты пульса может использоваться только в модели Edge 705, оснащенной датчиком частоты пульса.

Сигнализация частоты пульса предупредит Вас в том случае, если

Ваша частота пульса стала выше или ниже заданного значения, измеряемого в ударах/мин. Кроме того, эта сигнализация предупреждает Вас, когда Ваша частота пульса становится выше или ниже определенной зоны частоты пульса. Пять общепринятых зон частоты пульса позволяют оценить интенсивность Вашей нагрузки.

Для настройки сигнализации частоты пульса:

1. Нажмите меню > выберите Training (тренировка) > Alerts (сигнализация) > HR Alert (сигнализация частоты пульса).
2. В поле Max HR Alert (сигнализация максимальной частоты пульса) выберите зону частоты пульса или опцию Custom (настройка пользователя) и введите значение частоты пульса.

Максимально допустимое значение – 235 ударов/мин.



3. Повторите п. 2 для поля Min HR Alert (сигнализация минимальной частоты пульса). Минимальное допустимое значение – 35 ударов/мин.



ПРИМЕЧАНИЕ: При вводе своих настроек частоты пульса помните о том, что между минимальным и максимальным значением должна быть разница не менее 5 ударов/мин.

Использование сигнализации частоты вращения педалей



ПРИМЕЧАНИЕ: Сигнализация частоты вращения педалей может использоваться только в модели Edge 705, оснащенной датчиком GSC 10.

Сигнализация частоты вращения педалей предупреждает Вас в том случае, если Ваша скорость вращения педалей станет выше или ниже определенного значения, измеряемого в количестве оборотов/мин.

Для настройки сигнализации частоты вращения педалей:

1. Нажмите меню > выберите Training (тренировка) > Alerts (сигнализация) > Cadence Alert (сигнализация частоты вращения педалей).

2. В поле Fast Cadence Alert (сигнализация высокой частоты вращения педалей) выберите настройку On (вкл.)
3. Введите значение в поле Alert Above (выдача сигнала выше). Максимально допустимое значение – 255.



4. Повторите описанную выше процедуру для поля Slow Cadence Alert (сигнализация низкой частоты вращения педалей). Минимально допустимое значение – 0.

Использование сигнализации мощности



ПРИМЕЧАНИЕ: Сигнализация мощности может использоваться только в модели Edge 705, применяемой вместе с датчиком мощности производства не Garmin.

Сигнализация мощности предупреждает Вас в том случае, если Ваш уровень мощности становится выше или ниже определенного значения в ваттах или % FTP (functional threshold power – функциональная пороговая мощность).

Для настройки сигнализации мощности:

1. Нажмите menu > выберите Training (тренировка) > Alerts (сигнализация) > Power Alert (сигнализация мощности).

2. В поле Max PWR Alert (сигнализация максимальной мощности) выберите зону или опцию Custom (настройка пользователя) и введите значение мощности.



3. Повторите п. 2 для поля Min PWR Alert (сигнализация минимальной мощности).

Виртуальный партнер

Уникальная функция «Виртуальный партнер» (Virtual Partner®) поможет Вам добиться поставленных спортивных целей. С помощью этой

функции Вы сможете соревноваться с «виртуальным партнером» во время простых тренировок и использования трасс Ваших прошлых заездов.

Для просмотра данных функции «Виртуальный партнер»:

1. Настройте простую тренировку или трассу.
2. Нажмите start.
3. Нажмите enter для просмотра данных режима «Виртуальный партнер».



Для отключения функции «Виртуальный партнер»:

Нажмите menu > выберите Training (тренировка) > Virtual Partner (виртуальный партнер) > Off (выкл.)

Тренировки: простые, интервальные и сложные

Для выбора нужного типа тренировки нажмите menu > выберите Training (тренировка) > Workouts (тренировки).

Простая и интервальная тренировки заменяются каждый раз, когда Вы создаете тренировку того же типа. Сложные тренировки можно сохранять в памяти устройства.

Использование тренировок

Во время тренировки нажмите на кнопку mode для просмотра стра-

ницы данных тренировки. После завершения всех этапов тренировки на экране появится сообщение "Workout Finished" (тренировка закончена).

Для досрочного завершения тренировки:

Нажмите mode > выберите Training (тренировка) > Stop Workout (остановить тренировку).

Для досрочного завершения этапа сложной или интервальной тренировки:

Нажмите на кнопку lap/reset.

Простые тренировки

Для использования простой тренировки Вы должны ввести целевой параметр: время, дистанцию или темп. На экране Edge будет показан «виртуальный партнер»,

который поможет Вам достичь поставленной цели. С помощью прибора Edge Вы можете ввести следующие параметры для простой тренировки:

- Дистанция и время
- Время и скорость
- Дистанция и скорость

Для настройки простой тренировки:

1. Нажмите menu > выберите Training (тренировка) > Workouts (тренировки) > Simple Workouts (простые тренировки).



2. Выберите тип простой тренировки.
3. Введите значения в первое и второе поле. Третье поле рассчитывается прибором Edge.
4. Выберите Done (завершить).
5. Нажмите start.

Интервальные тренировки

С помощью прибора Edge Вы можете создавать интервальные тренировки, основанные на следующих критериях:

- Этап нагрузки на определенной дистанции и этап отдыха в течение определенного времени.
- Этап нагрузки на определенной дистанции и этап отдыха на определенной дистанции.
- Этап нагрузки в течение определенного времени и этап отдыха в течение определенного времени.
- Этап нагрузки в течение опреде-

ленного времени и этап отдыха на определенной дистанции.

Для создания интервальной тренировки:

1. Нажмите menu > выберите Training (тренировка) > Workouts (тренировки) > Interval (интервальные тренировки).
2. Выберите тип интервальной тренировки.
3. Введите значения дистанции или времени в соответствующие поля.
4. В поле Reps (повторы) введите количество повторов каждого этапа тренировки.
5. Выберите опцию Warmup & Cooldown (разогрев и остывание) (не обязательно).
6. Выберите Done (завершить). Если Вы выбрали опцию Warmup & Cooldown (разогрев и остывание),



нажмите на кнопку lap в конце круга разогрева для начала первого этапа интервальной тренировки. В конце Вашего последнего этапа прибор Edge автоматически перейдет к завершающему кругу (для остывания). После окончания этого круга нажмите на кнопку lap для завершения тренировки.

При приближении к каждому кругу устройство выдает звуковой сигнал, и на экране появляется сообщение с обратным отсчетом

времени до начала нового круга. Для досрочного завершения этапа нажмите на кнопку lap.

Сложные тренировки

Прибор Edge позволяет создавать и сохранять сложные тренировки, включающие целевые параметры для каждого этапа и круги с различным временем и дистанцией. После создания и сохранения тренировки Вы можете составить план тренировки для конкретного дня с помощью программы Garmin Training Center или Garmin Connect. Вам предоставляется возможность вводить планы тренировок заранее и сохранять их в устройстве Edge.

Создание сложных тренировок

Компания Garmin рекомендует Вам создавать тренировки с помо-

щью программ Garmin Training Center или Garmin Connect, а затем загружать их в Edge. Кроме того, Вы можете создавать сложные тренировки непосредственно с помощью прибора Edge, а затем сохранять их в памяти устройства. Однако для планирования тренировок необходимо использовать Garmin Training Center или Garmin Connect.



ПРИМЕЧАНИЕ: Если Вы создаете тренировку с помощью прибора Edge, обязательно загрузите ее в программу Garmin Training Center или Garmin Connect. В противном случае эта тренировка будет потеряна при загрузке других тренировок в Edge.

Для создания сложной тренировки с помощью прибора Edge:

1. Нажмите menu > выберите Training (тренировка) > Workouts (тренировки) > Advanced (сложные тренировки) > <Create New> (создать новую тренировку).
2. Введите описательное название тренировки в верхнее поле (например, 40KHILLS).
3. Выберите 1.Open No Target (без цели) > Edit Step (редактировать этап).

Duration	Open
Until Lap Is Pressed	
Target	Speed
	Climb 4
	From 2.40%
	To 3.00%
Rest Lap	Yes

4. В поле Duration (продолжительность) выберите время этапа. При выборе опции Open (открытый) Вы должны будете нажать кнопку Lap для окончания этапа тренировки.
5. В поле Target (цель) выберите целевой параметр для данного этапа (Speed – скорость, Heart Rate – частота пульса, Cadence – частота вращения педалей, Power – мощность или None – нет цели).



ПРИМЕЧАНИЕ: Целевые значения частоты пульса, частоты вращения педалей или мощности можно задавать только в модели Edge 705.

6. (Не обязательно): Выберите целевую зону и диапазон. Например, для целевого параметра частота пульса Вы

можете выбрать зону частоты пульса или ввести свой диапазон.

7. Если настраиваемый этап является этапом отдыха, выберите опцию Yes (да) в поле Rest Lap (круг отдыха).
8. Для продолжения нажмите mode.
9. Для ввода следующего этапа выберите <Add New Step> (добавить новый этап). Затем повторите шаги 4 – 8.

Для повтора этапов:

1. Выберите <Add New Step> (добавить новый этап).
2. В поле Duration (продолжительность) выберите Repeat (повтор).
3. В поле Back To Step (обратно к этапу) выберите этап, который Вы хотите повторить.
4. В поле Number Of Reps (количе-

ство повторов) введите количество повторов.

Duration	Repeat
Back To Step	2
Number Of Reps	4

5. Для продолжения нажмите mode.

Начало сложной тренировки

1. Нажмите menu > выберите Training (тренировка) > Workouts (тренировки) > Advanced (сложные тренировки).
2. Выберите тренировку.
3. Выберите Do Workout (провести тренировку).
4. Нажмите start.



ПРИМЕЧАНИЕ: Нажмите enter для просмотра дополнительных данных.

Time		00:08:00
Speed	Distance	
9.5 _{mi}	2.0 _{mi}	
Bike for 30:00		
		00:22:00
Flat 1		1.2

После начала сложной тренировки на экране прибора Edge будет показан каждый этап тренировки, включая название этапа, цель (при ее наличии) и текущие данные. Перед окончанием этапа устройство выдаст звуковой сигнал. Вы увидите сообщение с обратным отсчетом времени или расстояния, оставшегося до начала нового этапа. Для досрочного окончания этапа нажмите на кнопку lap.

Редактирование сложных тренировок

Вы можете проводить редактирование тренировок с помощью программного обеспечения Garmin Training Center или Garmin Connect, а также непосредственно в приборе Edge. Если Вы проводите редактирование с помощью устройства Edge, то вносимые Вами изменения будут временными. Эти изменения будут потеряны при загрузке тренировок из программного обеспечения Garmin Training Center или Garmin Connect. Чтобы внести постоянные изменения в тренировку, проведите редактирование с помощью программы Garmin Training Center или Garmin Connect, а затем загрузите тренировку в прибор Edge.

Для редактирования сложной тренировки:

1. Нажмите menu > выберите Training (тренировка) > Workouts (тренировки) > Advanced (сложные тренировки).
2. Выберите тренировку.
3. Выберите Edit Workout (редактировать тренировку).
4. Выберите этап.
5. Выберите Edit Step (редактировать этап).
6. Внесите необходимые изменения и нажмите mode для продолжения.
7. Нажмите mode для выхода.

Для удаления сложной тренировки:

1. Нажмите меню > выберите Training (тренировка) > Workouts (тренировки) > Advanced (сложные тренировки).
2. Выберите тренировку, которую Вы хотите удалить.
3. Выберите Delete Workout (удалить тренировку) > Yes (да).

Трассы

Еще один способ использования прибора Edge для тренировок заключается в создании и редактировании трасс, основанных на Ваших предыдущих заездах. Вы можете проехать по трассе, стараясь улучшить свой прошлый результат. Кроме того, Вы можете соревноваться с «Виртуальным партнером».

Создание трасс

Компания Garmin рекомендует Вам создавать трассы и точки трасс с помощью программного обеспечения Garmin Training Center или Garmin Connect. Затем Вы можете передать трассы в прибор Edge. Кроме того, Вы можете создавать трассы (без точек трассы) в устройстве Edge.

Для создания трассы в приборе Edge:

1. Нажмите меню > выберите Training (тренировка) > Courses (трассы) > <Create New> (создать).
2. В списке поездок выберите заезд, на основе которого Вы хотите создать трассу.
3. В верхнее поле введите описательное название трассы (например, 44КТТ).
4. Для выхода нажмите mode.

Добавление точек трассы

Вы можете отметить точки трассы (места трассы, которые Вы хотите запомнить). Для добавления точек в любую трассу Вы должны использовать программное обеспечение Garmin Training Center или Garmin Connect.

Для начала заезда по трассе:

1. Нажмите menu > выберите Training (тренировка) > Courses (трассы).
2. Выберите трассу из списка.
3. Выберите Do Course (заезд по трассе).
4. Нажмите start. Данные записываются в архив даже в том случае, если Вы не находитесь на трассе. После окончания на экране появится сообщение "Course Complete" (трасса завершена).

Страницы данных трассы

Time 00:01:00	
Speed 10.9 _h	Distance 17 _€
Dist to Crs 1.07 _h	Time To Crs 3:26
Dist To Go 5.18 _h	Goal Time 32:02

Находясь на странице трассы, нажмите на mode и enter для просмотра дополнительных данных трассы, включая карту трассы, график высоты, страницу компаса и данные «Виртуального партнера».

Опции отклонения от трассы

Вы можете включить этап разогрева до движения по трассе. Для начала заезда по трассе нажмите start, и затем проведите разогрев как обычно. Во время разогрева

не двигайтесь по трассе. Когда Вы будете готовы начать, направьтесь к Вашей трассе. Когда Вы окажетесь на любой части трассы, на экране прибора Edge появится сообщение “On Course” (на трассе).



ПРИМЕЧАНИЕ: После того, как Вы нажмете кнопку start, Ваш «Виртуальный партнер» начнет движение по трассе, не дожидаясь, пока Вы закончите разогрев.

Если Вы отклонитесь от Вашей трассы, на экране прибора Edge появится сообщение “Off Course” (вне трассы). Чтобы вернуться на трассу, используйте страницу компаса или карты.

Для ручного завершения заезда по трассе:

Нажмите menu > выберите Training

(тренировка) > Stop Course (остановить заезд по трассе).

Для изменения названия трассы:

1. Нажмите menu > выберите Training (тренировка) > Courses (трассы).
2. Выберите трассу, название которой Вы хотите изменить.
3. Выберите Edit Course (редактировать трассу).
4. Измените название трассы.
5. Для выхода нажмите mode.

Для удаления трассы:

1. Нажмите menu > выберите Training (тренировка) > Courses (трассы).
2. Выберите трассу, которую Вы хотите удалить.
3. Выберите Delete Course (удалить трассу).
4. Выберите Yes (да) для удаления трассы.
5. Для выхода нажмите mode.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ КАРТЫ

Для просмотра страницы карты нажмите на кнопку mode. После запуска таймера и начала движения на карте появляется линия из точек, которая показывает Ваш путь. Эта линия называется траекторией. Для изменения масштаба карты нажмите кнопку in/out. Чтобы просмотреть дополнительные данные местоположения, используйте джойстик. Также Вы можете добавить дополнительные поля данных, показанные на странице карты.



*Map pointer
= стрелка
карты*

*уровень
масштаба*

*You = Вы (Ваше текущее
местоположение)*

Отметка и поиск местоположений

Местоположение представляет собой путевую точку на карте, которую Вы можете сохранить в списке любимых объектов (Favorites). Если Вы хотите запомнить какой-либо объект или вернуться в определенное место, отметьте эту точку на карте. Местоположение будет показано на карте вместе с названием и символом. Вы можете проводить поиск местоположений, а также просматривать их на карте и использовать в качестве пункта назначения в любое время.

Для отметки Вашего текущего местоположения:

1. Переместитесь в точку, которую хотите отметить в виде местоположения.
2. Нажмите menu > выберите Save Location (сохранить местоположение).

3. Выберите символ и введите описательное название местоположения.
4. Внесите другие необходимые изменения и выберите ОК.

Для отметки местоположения с известными координатами:

1. Нажмите menu > выберите Save Location (сохранить местоположение).
2. С помощью экранной клавиатуры введите координаты и высоту.
3. Внесите другие необходимые изменения и выберите ОК.

Для отметки местоположения на карте:

1. Нажмите mode для вызова страницы карты.
2. С помощью джойстика переместите курсор карты в местоположение, которое Вы хотите сохранить.

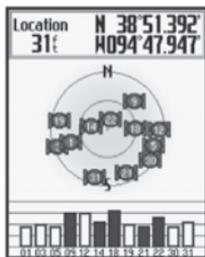
3. Нажмите enter.
4. Выберите Yes (да) для сохранения путевой точки.
5. Выберите символ и введите описательное название местоположения.



6. Для продолжения нажмите mode.

Страница спутников

На странице спутников показана информация о сигналах GPS, которые принимает прибор Edge. Нажмите mode > выберите Satellite (спутник).



Пока прибор Edge ищет спутниковые сигналы, на странице спутников будут показаны мигающие символы имеющихся спутников. Найденные спутники и соответствующие им столбики сигналов станут закрашенными. В верхней части страницы показана точность GPS и координаты.



ВНИМАНИЕ: Предупреждения касательно использования карты Вы можете найти в руководстве Important Safety and Product Information (важная информация о

безопасности и продукте), вложенном в коробку с устройством.

Информация о системе GPS

Глобальная система местопределения GPS представляет собой спутниковую навигационную систему, состоящую из 24 спутников и находящуюся под управлением Департамента Обороны США. Первоначально система GPS предназначалась для военных целей, но в 1980-х годах правительство США сделало ее доступной для гражданского применения. Система GPS работает при любой погоде, в любой точке мира, 24 часа в сутки. За пользование системой не взимается плата.

Дополнительную информацию Вы можете найти на сайте www.garmin.com/aboutGPS.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ АКСЕССУАРОВ

В данном разделе описаны аксессуары, совместимые с моделью Edge 705:

- Датчик частоты пульса
- Датчик скорости и частоты вращения педалей GSC 10
- Датчик мощности

Информацию о покупке дополнительных аксессуаров Вы можете найти на сайте <http://buy.garmin.com>.

Датчик частоты пульса

Датчик частоты пульса находится в режиме ожидания и готов к передаче данных. Этот датчик должен быть закреплен на груди и прилегать непосредственно к



Heart Rate Monitor Strap = лента для крепления датчиков частоты пульса



Heart Rate Monitor (Front) = полоска с датчиками частоты пульса (вид спереди)

Sensors = датчики



Heart Rate Monitor (Back) = полоска с датчиками частоты пульса (вид сзади)

коже. Лента с датчиком должна быть надежно затянута, чтобы оставаться на месте во время езды на велосипеде.

1. Проденьте один язычок на ленте через прорезь в полоске с датчиками. Нажмите на язычок.
2. Смочите оба датчика для обеспечения хорошего контакта между кожей на груди и передатчиком.
3. Оберните ленту вокруг груди и прикрепите ее к другой стороне полоски с датчиками частоты пульса.



ПРИМЕЧАНИЕ: Логотип Garmin должен находиться справа сверху.

4. Включите прибор Edge и поднесите его к датчику частоты пульса на расстояние не менее 3 метров. На странице меню должна появиться пиктограмма (в виде сердца).
5. Инструкции по настройке полей данных см. на стр. 57.
6. Если на экране не показаны данные частоты пульса, или если показания частоты пульса беспорядочно меняются, попробуйте затянуть ленту на груди или разогреться в течение 5 – 10 минут. Если проблема не исчезает, попробуйте установить соединение между датчиками.

Зоны частоты пульса

Нажмите menu > выберите Settings (настройки) > Profile & Zones (профиль и зоны) > HR Zones (зоны частоты пульса).

Max:	185 bpm	
Zones:	Based on Max	
1	93 bpm	Custom
2	111 bpm	Based on Max
3	130 bpm	148 bpm
4	148 bpm	167 bpm
5	167 bpm	185 bpm



ВНИМАНИЕ: Проконсультируйтесь с Вашим врачом для определения зон частоты пульса/ спортивных целей, соответствующих Вашей физической форме и состоянию здоровья.

Многие спортсмены используют зоны частоты пульса для измерения нагрузки своей сердечно-сосудистой системы и улучшения спортивной формы. Зона частоты пульса представляет собой диапазон, измеренный в ударах в минуту.

Зона	% от максимальной частоты пульса	Ощущения	Результат
1	50 – 60%	Расслабленный темп; ритмичное дыхание	Аэробная нагрузка начального уровня; снижение стресса
2	60 – 70%	Комфортный темп; более глубокое дыхание; можно разговаривать	Базовая тренировка сердечно-сосудистой системы; хороший восстановительный темп
3	70 – 80 %	Умеренный темп; разговаривать становится труднее	Повышенная аэробная нагрузка; оптимальная тренировка сердечно-сосудистой системы
4	80 – 90 %	Быстрый темп, не вполне комфортный; затрудненное дыхание	Улучшенная анаэробная нагрузка; улучшение скоростных показателей
5	90 – 100 %	Спринтерский темп, который невозможно поддерживать длительное время; сильно затрудненное дыхание	Анаэробная и мышечная нагрузка; повышенная мощность

Пять общепринятых зон пронумерованы от 1 до 5. Чем больше номер, тем выше интенсивность нагрузки. Обычно зоны частоты пульса рассчитываются на основе процента от максимальной частоты пульса.

Каким образом зоны частоты пульса влияют на достижение спортивных целей?

Зная Ваши зоны частоты пульса, Вы можете определять и улучшать Вашу спортивную форму с помощью следующих принципов:

- Частота пульса является хорошим измерителем интенсивности тренировки.
- Тренировка в определенной зоне частоты пульса помогает улучшить работу сердечно-сосудистой системы и общую физическую форму.

- Знание Ваших зон частоты пульса поможет Вам предотвратить перегрузку и снизить риск травм.

Если Вы знаете Вашу максимальную частоту пульса, то с помощью таблицы, приведенной на стр. 36, Вы легко определите зону частоты пульса, соответствующую Вашим спортивным целям. Если Вам неизвестно максимальное значение частоты Вашего пульса, воспользуйтесь одной из программ расчета в Интернете.

Датчик GSC 10

Прибор Edge 705 совместим с велосипедным датчиком скорости и частоты вращения педалей GSC 10. Чтобы прибор Edge принимал данные, оба магнита должны быть выровнены по соответствующим линиям отсчета.

Для установки датчика GSC 10:

1. Расположите датчик GSC 10 на задней опоре цепи (с противоположной стороны от привода). Свободно закрепите датчик с помощью двух хомутиков.
2. Зафиксируйте pedalный магнит на шатуне с помощью

держателя и хомутика. Pedальный магнит должен находиться на расстоянии не более 5 мм от датчика GSC 10. Линия отсчета на pedalном магните должна быть выровнена с линией отсчета датчика.

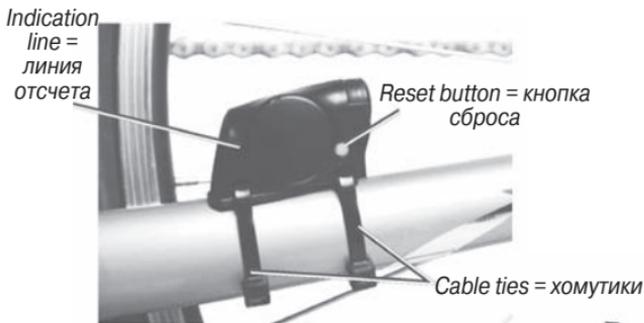


Рис.: Датчик GSC 10 на задней опоре цепи.



Рис.: Pedальный магнит на шатуне

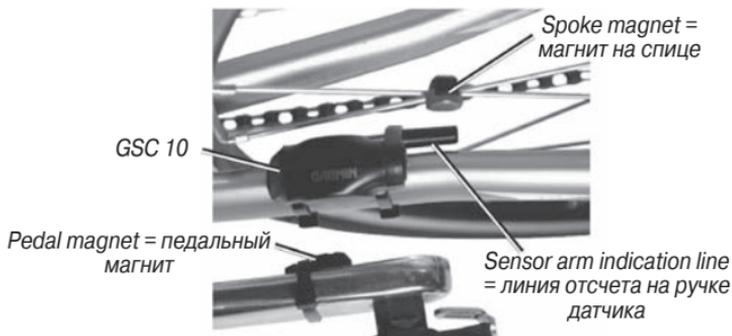


Рис.: Выравнивание датчика GSC 10 и магнита

3. Отвинтите магнит, устанавливаемый на спице, от пластиковой детали. Расположите спицу в канавке пластиковой детали и несильно затяните. При недостаточном пространстве между ручкой датчика и спицей магнит может смотреть в сторону, противоположную датчику GSC 10. Магнит должен быть выровнен по линии отсчета на ручке датчика.
4. Ослабьте винт на ручке датчика. Переместите ручку датчика таким образом, чтобы она находилась на расстоянии не менее 5 мм от магнита на спице. Кроме того, Вы можете наклонить датчик GSC 10 к магниту.
5. Нажмите кнопку сброса на датчике GSC 10. Светодиод загорится красным, а затем зеленым цветом. Крутите педали для проверки правильности установки

датчика. Красный светодиод должен мигать каждый раз, когда шатун проходит мимо датчика, а зеленый светодиод – когда магнит на колесе проходит мимо ручки датчика.



ПРИМЕЧАНИЕ: После выполнения сброса светодиод мигает первые 60 проходов магнита мимо датчика. Если Вам требуется дальнейшая проверка, снова нажмите кнопку Reset.

6. После регулировки и проверки работы датчика затяните хомутки, ручку датчика и магнит на спице.

Тренировка с использованием датчика частоты вращения педалей

Частота вращения педалей показывает количество оборотов шатуна в минуту.

GSC 10 включает в себя два датчика: один для измерения частоты вращения педалей и другой для измерения скорости движения. Показания частоты вращения педалей всегда считываются с датчика GSC 10. Информация о скорости, измеренная датчиком GSC 10, используется для расчета расстояния только в случае плохого приема спутниковых сигналов или отключенного GPS-приемника.

Датчик мощности

Список датчиков мощности, произведенных не компанией Garmin и совместимых с прибором Edge 705, Вы можете найти на сайте www.garmin.com/edge.

Калибровка датчика мощности

Нажмите menu > выберите Settings (настройки) > ANT + Sport > Accessories (аксессуары) > Calibrate Power (калибровка датчика мощности).

Инструкции по калибровке Вашего датчика мощности Вы можете найти в руководстве пользователя и на сайте www.garmin.com/edge.

Зоны мощности

Нажмите menu > выберите Settings (настройки) > Profile & Zones (про-

филь и зоны) > Power Zones (зоны мощности).

FTP:	300.	
Zones	Based on FTP ▾	
1	75.	Custom
2	168	Based on FTP
3	228.	270.
4	273.	315.
5	318.	360.
6	363.	450.
7	453.	600.

Вы можете настроить семь зон мощности (1 = самая низкая мощность, 7 = самая высокая мощность). Если Вам известно Ваше значение FTP (functional threshold power – функциональная пороговая мощность), то Вы можете ввести эту величину, и прибор Edge рассчитает Ваши зоны мощности вручную.

АРХИВ

После запуска таймера Ваш прибор Edge автоматически сохраняет данные в архиве. В устройстве имеется примерно 500 MB памяти. После заполнения памяти новые данные будут записываться на место самых старых данных. Чтобы сохранить Ваш архив полностью, периодически загружайте данные в программу Garmin Training Center или Garmin Connect.

Архив включает в себя время, расстояние, количество израсходованных калорий, среднюю скорость, максимальную скорость, высоту, подробные параметры кругов и вид карты. В модели Edge 705 архив также может содержать частоту пульса, частоту вращения педалей и мощность.



ПРИМЕЧАНИЕ: При остановленном таймере данные архива не записываются.



ПРИМЕЧАНИЕ: Память прибора Edge не включает в себя отдельную карту памяти microSD. См. раздел «Операции с данными» на стр. 44.

Просмотр архива

После завершения тренировки Вы можете просмотреть данные архива за день или за неделю, а также итоговую информацию.

Rides		
AUG29	11:54h	9
AUG28	5:01h	7
AUG28	4:51h	14
AUG25	9:24h	21
378-cal	Total	00:30:57
	Avg	5.82h
	Max	11.67h
		13.17h

Для просмотра данных архива за день:

1. Нажмите menu > выберите History (архив) > By Day (за день).
2. С помощью джойстика прокрутите список. Во время прокрутки под списком будет показана итоговая информация.
3. Выберите интересующую Вас запись для просмотра подробной информации о заезде или отдельном круге.
4. Выберите опцию View Map (просмотр карты) для просмотра Вашего заезда на карте.
5. Для изменения масштаба карты используйте кнопку in/out. После окончания просмотра круга выберите Next (далее) для перехода к следующему кругу.
6. Для выхода нажмите mode.

Передача данных архива в компьютер

Информация об обмене данными между прибором Edge и компьютером приведена на стр. 9 – 10.

Удаление данных архива

После передачи данных о тренировках в программу Garmin Training Center или Garmin Connect Вы можете удалить данные архива из памяти прибора Edge.

Для удаления архива:

1. Нажмите menu > выберите History (архив) > Delete (удалить).
2. Выберите опцию Keep 1 Month (сохранить данные за 1 месяц), Keep 3 Months (сохранить данные за 3 месяца) или Delete All (удалить все).

3. Выберите Yes (да) для подтверждения.

Для удаления из архива кругов или заездов:

1. Нажмите menu > выберите History (архив) > By Day (за день).
2. Выберите круг или заезд.
3. Выберите опцию Delete (удалить).
4. Выберите Yes (да) для подтверждения.

ОПЕРАЦИИ С ДАННЫМИ

Вы можете использовать прибор Edge в качестве запоминающего устройства USB. Также Вы можете приобрести дополнительную карту памяти microSD.



ПРИМЕЧАНИЕ: Прибор Edge не совместим с Windows 95, 98, Me и NT, а также Mac OS 10.3 и более ранними версиями. Это ограничение относится к большинству запоминающих устройств USB.

Загрузка файлов

Шаг 1: Установка карты памяти
MicroSD (необязательное действие)

1. Снимите крышку слота для карты памяти microSD, расположенную на задней стороне прибора Edge.



2. Вставьте карту памяти в слот и нажмите на нее. При правильной установке Вы услышите щелчок.



Шаг 2: Подключение USB-кабеля

1. Подключите маленький коннектор на конце USB-кабеля к порту USB, расположенному на задней

стороне прибора Edge (под защитной крышкой).

2. Подключите большой коннектор на конце USB-кабеля к свободному USB-порту Вашего компьютера. Теперь прибор Edge находится в режиме запоминающего устройства USB.

Ваш прибор Edge и карта памяти microSD будут показаны в виде съемных дисков в окне «Мой компьютер» (на компьютерах Windows) или в виде установленных томов (на компьютерах Mac).

Шаг 3: Передача файлов из Вашего компьютера

1. Найдите в Вашем компьютере файл, который Вы хотите копировать.
2. Выделите этот файл и выберите Edit (правка) > Copy (копировать).

3. Откройте диск/том “Garmin” или “Карта памяти microSD”.
4. Выберите Edit (правка) > Paste (вставить).

Шаг 4: Отключение USB-кабеля

После завершения передачи файлов щелкните пиктограмму ... (безопасное извлечение устройства) на экране компьютера или перетащите пиктограмму тома в корзину ... (в компьютерах Mac). Теперь Вы можете отключить прибор Edge от компьютера.

Папки Garmin



* Папка GPX содержит путевые точки и сохраненные заезды

Удаление файлов

Откройте диск/том “Garmin” или “Карта памяти SD”. Выделите файл, который Вы хотите удалить, и нажмите кнопку Delete (удалить) на клавиатуре компьютера.



ВНИМАНИЕ: Не удаляйте файлы, назначение которых Вам неизвестно. В памяти прибора Edge содержатся важные системные файлы, которые нельзя удалять.

3. Выберите опцию Receive Data (прием данных) в приборе Edge, который принимает файлы.
4. Выберите опцию Transfer Data (передача данных) в приборе Edge, который передает файлы.

Передача файлов в другое устройство Edge (только модель 705)

Вы можете обмениваться файлами между приборами Edge, используя беспроводную технологию ANT + Sport.

1. Включите оба прибора Edge и расположите их друг от друга на расстоянии не более 3 метров.
2. Нажмите **меню** > выберите **Settings** (настройки) > **ANT + Sport**

НАСТРОЙКА

Вы можете провести настройку полей данных, карты, профилей велосипеда и пользователя, зон тренировок, дисплея, единиц измерения, времени, записи данных и беспроводного обмена данными. Нажмите menu > выберите Settings (настройки).



ПРИМЕЧАНИЕ: После завершения выбора опций или ввода значений нажмите на кнопку mode для выхода.

Поля данных пользователя

Вы можете провести настройку полей данных пользователя для следующих страниц прибора Edge:

- Велосипедный компьютер 1
- Велосипедный компьютер 2
- Карта
- Тренировки
- Трассы

Для настройки полей данных:

1. Нажмите menu > выберите Settings (настройки) > Data Fields (поля данных).
2. Выберите одну из страниц.
3. Выберите номер поля данных, которое Вы хотите видеть на этой странице.



4. С помощью джойстика измените поля данных. После окончания нажмите mode.
5. Повторите эту процедуру для каждой страницы, которую Вы хотите настроить.

Поля данных прибора Edge

В приведенной ниже таблице содержатся все поля данных прибора Edge с описаниями. Звездочка (*) используется для обозначения полей, в которых показаны англо-американские или метрические единицы измерения.

Поле данных	Описание	Edge 605	Edge 705
Точность GPS *	Допустимый предел погрешности Вашего точного местоположения. Например, Ваше местоположение GPS рассчитано с точностью +/- 19 футов.	•	•
Подъем – общий *	Общий набор высоты за текущий заезд.		•
Азимут	Направление, в котором находится Ваш пункт назначения.	•	•
Частота вращения педалей	Количество оборотов шатуна в минуту.		•
Частота вращения педалей - средняя	Средняя частота вращения педалей за текущую поездку.		•

Частота вращения педалей - круг	Средняя частота вращения педалей за текущий круг.		•
Частота вращения педалей - максимальная	Максимальная частота вращения педалей, зафиксированная за текущий заезд.		•
Калории	Количество израсходованных калорий.	•	•
Спуск – общий*	Общая потеря высоты за текущий заезд.		•
Расстояние – круг *	Расстояние, пройденное за текущий круг.	•	•
Расстояние – последний круг *	Протяженность последнего завершенного круга.	•	•
Расстояние – пауза *	Расстояние, пройденное с таймером в режиме "Auto Pause" (автоматическая пауза).	•	•
Расстояние *	Расстояние, пройденное за текущий заезд.	•	•
Расстояние до пункта назначения	Расстояние, оставшееся до пункта назначения.	•	•

Поле данных	Описание	Edge 605	Edge 705
Расстояние до следующего поворота	Расстояние, оставшееся до следующего поворота.	•	•
ETA пункта назначения	Оценочное время прибытия в пункт назначения.	•	•
ETA следующего поворота	Оценочное время прибытия в точку следующего поворота.	•	•
Высота *	Высота выше/ниже уровня моря.	•	•
Уклон	Величина уклона. Например, если каждые 200 футов пройденного расстояния высота увеличивается на 10 футов, то уклон составляет 5%.	•	•
Направление движения	Текущее направление Вашего движения.	•	•
Частота пульса	Количество ударов сердца в минуту.		•
Частота пульса - средняя	Средняя частота пульса за заезд.		•

Частота пульса - круг	Средняя частота пульса за текущий круг.		•
Зона частоты пульса	Текущая зона частоты пульса (1 – 5). По умолчанию зоны рассчитываются на основе Вашей максимальной частоты пульса и профиля пользователя.		•
Круги	Количество завершенных кругов.	•	•
Мощность	Текущая выходная мощность в ваттах или %FTP.		•
Мощность - средняя	Средняя выходная мощность за текущий заезд.		•
Мощность - круг	Средняя выходная мощность за текущий круг.		•
Зона мощности	Текущий диапазон выходной мощности (1 – 7), основанный на калиброванных настройках или настройках пользователя.		•
Скорость *	Текущая скорость.	•	•

Скорость – средняя *	Средняя скорость за заезд.	•	•
Скорость – круг *	Средняя скорость за текущий круг.	•	•
Скорость – последний круг *	Средняя скорость за последний заверченный круг.	•	•
Скорость – максимальная *	Максимальная скорость, зафиксированная за текущий заезд.	•	•
Зона скорости	Текущий диапазон скорости, основанный на настройках по умолчанию или настройках пользователя: подъем 1 – 4, ровный участок 1 – 3, спуск, спринт и максимальная скорость.	•	•
Время восхода Солнца	Время восхода Солнца, рассчитанное для Вашего местоположения GPS.	•	•
Время захода Солнца	Время захода Солнца, рассчитанное для Вашего местоположения GPS.	•	•
Время	Показания секундомера.	•	•
Время – средний круг	Среднее время прохождения полного круга.	•	•

Время - круг	Время движения по текущему кругу.	•	•
Время – последний круг	Время прохождения последнего завершенного круга.	•	•
Время - пауза	Время, в течение которого таймер находился в режиме “Auto Pause” (автоматическая пауза).	•	•
Время до пункта назначения	Оценочное время, оставшееся до прибытия в пункт назначения.	•	•
Время до следующего поворота	Оценочное время, оставшееся до прибытия в точку следующего поворота.	•	•
Время суток	Текущее время, определенное с учетом Ваших настроек времени (формат, часовой пояс, поправки перехода на летнее время).	•	•
Путевая точка – пункт назначения	Название последней путевой точки маршрута.	•	•
Путевая точка – следующий поворот	Название следующей путевой точки маршрута.	•	•

Настройки системы

Нажмите menu > выберите Settings (настройки) > System (система).

- **GPS mode** (режим GPS) – Normal (нормальный), GPS Off (GPS-приемник отключен, для использования в закрытых помещениях) или Demo Mode (демонстрационный режим).



ПРИМЕЧАНИЕ: Когда GPS-приемник отключен, данные скорости и расстояния отсутствуют, если только Вы не используете модель Edge 705 с датчиком GSC 10. При следующем включении устройства Edge оно снова будет принимать спутниковые сигналы.

- **Text Language** (текст языка) – позволяет выбрать язык экранного текста. Эта настройка не влияет на язык географических названий или данных, введенных пользователем.

- **Tones** (звуковые сигналы) – Key and Message (нажатие на кнопки и сообщения), Message Only (только сообщения) или Off (звуковые сигналы отключены).

- **Page Mode Options** (опции страниц) – позволяет включить страницу карты в последовательность страниц, прокручиваемых с помощью кнопки mode.

- **About Edge** (информация о приборе Edge) – просмотр версии программного обеспечения, версии GPS и идентификационного номера прибора.

Настройки карты

Нажмите меню > выберите Settings (настройки) > Map (карта).

Detail (детализация) – настройка количества деталей, показанных на карте. Чем больше деталей на карте, тем больше времени занимает ее перерисовка на экране.

Orientation (ориентация) – изменение перспективы карты.

- **North Up** (ориентация по северу) – север совмещен с верхней частью карты.
- **Track Up** (ориентация по курсу) – направление Вашего движения совмещено с верхней частью карты.

Auto Zoom (автоматическое масштабирование) – позволяет включить автоматический выбор

масштаба карты для обеспечения оптимального обзора.

Lock On Road (привязка к дорогам) – с помощью этой настройки Вы можете выбрать режим, в котором курсор карты совмещается с ближайшей дорогой, компенсируя точность расчета местоположения.

Map Name (название карты) – позволяет выбрать, какие загруженные карты Вы хотите использовать.

Настройки расчета маршрутов

Нажмите меню > выберите Settings (настройки) > Routing (расчет маршрутов).

Calculate Routes for (расчет маршрутов для) – выберите опцию

Car/Motorcycle (машина/ мотоцикл), Bicycle (велосипед) или Pedestrian (пешеход) для расчета оптимальных маршрутов.

Настройки расчета маршрутов для машины/мотоцикла

Follow Road Method (критерий расчета маршрутов) – позволяет выбрать критерий, используемый для расчета маршрутов: Prompted (по запросу), Faster Time (минимальное время) или Shorter Distance (минимальная длина).

Avoid (исключить) – позволяет исключить из рассчитываемых маршрутов грунтовые дороги, магистрали, платные дороги и развороты.

Настройки расчета маршрутов для велосипедистов и пешеходов

Guidance Method (метод расчета маршрутов) – позволяет выбрать одну из следующих опций: Prompted (по запросу), Follow Road (по дорогам) или Off Road (не по дорогам).

Avoid (исключить) – позволяет исключить из рассчитываемых маршрутов грунтовые дороги.

Настройки профиля и зон

Нажмите menu > выберите Settings (настройки) > Profile & Zones (профиль и зоны).

Зоны скорости

Нажмите menu > выберите Settings (настройки) > Profile & Zones (профиль и зоны) > Speed Zones (зоны скорости).

Ваш прибор Edge содержит несколько различных зон скорости: от самой медленной (Climb 4 – подъем 4) до самой быстрой (Max Speed – максимальная скорость). Значения этих зон скорости введены по умолчанию и могут не соответствовать Вашим личным возможностям. После ввода Ваших зон скорости Вы сможете использовать эти зоны для настройки сигнализации или в качестве целей в сложных тренировках.

Настройки дисплея

Нажмите menu > выберите Settings (настройки) > Display (дисплей).

Backlight Timeout (отключение подсветки) – выберите период времени, в течение которого подсветка остается во включенном состоянии.



ПОЛЕЗНЫЙ СОВЕТ:
Использование короткого периода работы подсветки позволяет сэкономить заряд батареи.

Backlight Level (уровень яркости подсветки) – отрегулируйте яркость подсветки с помощью джойстика.

Display Mode (режим дисплея) – выберите опцию Daytime (дневной режим) для яркого фона, Nighttime (ночной режим) для черного фона или Auto (авто) для автоматического переключения двух режимов в зависимости от времени суток.

Trim Color (цветовая схема) – выбор цветовой схемы страниц прибора Edge.

Настройки единиц измерения и времени

Нажмите menu > выберите Settings (настройки) > Units & Time (единицы измерения и время).

Time Format (формат времени) – выбор 12- или 24-часового формата времени.

Time Zone (часовой пояс) – выбор Вашего часового пояса или ближайшего города.

Daylight Saving Time (переход на летнее время) – выберите опцию Yes (да), No (нет) или Auto (авто). При выборе опции Auto устройство автоматически переходит на летнее/зимнее время в зависимости от Вашего часового пояса.

Distance (расстояние) и Elevation

(высота) – выбор единиц измерения: Statute (англо-американские) или Metric (метрические).

Heart Rate (частота пульса) – выбор единиц измерения: Beats per Minute (удары в минуту) или % Max HR (% от максимальной частоты пульса).

Power (мощность) – выберите опцию Watts (ватты) или %FTP.

Настройки записи данных

С помощью настроек записи данных Вы можете определить, каким образом устройство Edge будет записывать подробную информацию о Ваших тренировках. Нажмите menu > выберите Settings (настройки) > Data Recording (запись данных).

Smart Recording («умная» запись)

– запись ключевых точек, в которых Вы изменили направление движения, скорость или частоту пульса.



ПОЛЕЗНЫЙ СОВЕТ: Во время длинных заездов выполняйте сброс Вашего таймера каждые 12 часов, чтобы новые данные не начали записываться на место самых старых данных.

Every Second (ежесекундная запись) – запись точек выполняется каждую секунду. При этом получается наиболее точная запись Вашей тренировки. В этом режиме в памяти прибора Edge могут поместиться данные только за 4.5 часа тренировки.



ПРИМЕЧАНИЕ: Во время длинных заездов выполняйте сброс Вашего таймера каждые 4 часа, чтобы новые данные не начали записываться на место самых старых данных.

Настройки ANT + Sport

Нажмите menu > выберите Settings (настройки) > ANT + Sport.

Аксессуары

Если Вы приобрели датчик (с беспроводной технологией ANT + Sport) отдельно, то Вам потребуется создать соединение с Вашим прибором Edge.

Что такое создание соединения?

Процедура создания соединения заключается в наладке канала связи между датчиками

(например, датчиком частоты пульса) и прибором Edge. После создания соединения в первый раз устройство Edge при каждом включении будет автоматически распознавать Ваш датчик. Эта процедура занимает несколько секунд, когда датчики активированы и исправны. После создания соединения Ваш прибор Edge будет получать данные только от Вашего датчика, и Вы сможете безопасно приближаться к другим датчикам.

Для создания соединения с аксессуарами:

1. Пока прибор Edge будет создавать соединение с датчиком в первый раз, удалитесь от других датчиков на расстояние не менее 10 метров. Ваш датчик при этом должен находиться на

расстоянии не более 3 метров от прибора.

2. Нажмите menu > выберите Settings (настройки) > ANT + Sport.
3. Для каждого имеющегося у Вас аксессуара выберите Yes (да) > Restart Scan (перезапуск сканирования).

ПРИЛОЖЕНИЕ

Дополнительные аксессуары

Дополнительную информацию об аксессуарах Вы можете найти на сайте <http://buy.garmin.com>. Также по вопросам приобретения аксессуаров Вы можете обратиться к Вашему дилеру.

Информация о батарее



ПРИМЕЧАНИЕ: Информацию об утилизации старых батарей Вы можете получить в местной организации, ведающей вопросами утилизации технических отходов.

Батарея датчика частоты пульса

Датчик частоты пульса содержит батарею CR2032, заменяемую пользователем.

Для замены батареи:

1. Найдите круглую крышку батарейного отсека, расположенную на задней поверхности датчика частоты пульса.



2. С помощью монеты поверните крышку против часовой стрелки, чтобы стрелка на крышке показывала на надпись OPEN (открыть).

3. Снимите крышку и замените батарею. При этом сторона «+» должна смотреть вверх.



ПРИМЕЧАНИЕ: Будьте осторожны – не сломайте и не потеряйте уплотнительное кольцо на крышке.

4. С помощью монетки поверните крышку батарейного отсека по часовой стрелке, чтобы стрелка на крышке показывала на надпись CLOSE (закрыть).

Батарея датчика GSC 10

Датчик GSC 10 содержит батарею CR2032, заменяемую пользователем.

Для замены батареи:

1. Найдите круглую крышку батарейного отсека, расположенную

на боковой поверхности датчика GSC 10.

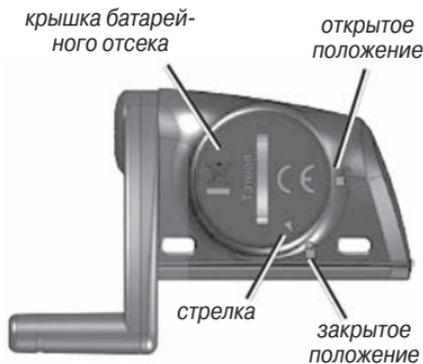


2. С помощью монеты поворачивайте крышку против часовой стрелки, пока она полностью не отвинтится.
3. Снимите крышку и замените батарею. При этом сторона «+» должна смотреть вверх.



ПРИМЕЧАНИЕ: Будьте осторожны – не сломайте и не потеряйте уплотнительное кольцо на крышке.

4. С помощью монеты привинтите крышку на место.



Технические характеристики

Прибор Edge

- **Физические размеры:** 2.0" x 4.3" x 1" (51.3 мм x 109.2 мм x 25.4 мм)
- **Дисплей:** 2.2" (55.9 мм) диагональ, цветной, с подсветкой
- **Водонепроницаемость:** IPX7
- **Хранение данных:** около 500 МВ внутренней памяти прибора Edge (хранение данных около 500 часов тренировок – 1 МВ на час). 100 точек пользователя. 16,383 точки траектории.
- **Компьютерный интерфейс:** USB
- **Тип батареи:** аккумуляторная литий-ионная батарея 1200 mAh
- **Работа без подзарядки:** 15 часов в зависимости от режима работы

- **Диапазон рабочих температур:** от 5° F до 122° F (от -15°C до +50°C)
- **Радио частота/ протокол:** 2.4 ГГц/ беспроводной протокол связи Dynastream ANT+Sport
- **Антенна:** внутренняя patch
- **Приемник:** высокочувствительный встроенный GPS-приемник SiRF
- **Дальность передачи:** около 9.8 футов (3 м)
- **Батарея:** CR2032 (3 В), заменяется пользователем
- **Срок службы батареи:** около 3 лет (при использовании 1 час в день)
- **Диапазон рабочих температур:** от 14° F до 122° F (от -10°C до +50°C)

Велосипедный держатель

- **Физические размеры:** 1.1" x 1.1" x 0.6" (28.5 мм x 28.5 мм x 15.6 мм)
- **Вес:** 0.3 унции (8 г)

Датчик частоты пульса

- **Физические размеры:** 13.7" x 1.3" x 0.4" (34.7 см x 3.4 см x 1.1 см)
- **Вес:** 1.6 унции (44 г)
- **Водонепроницаемость:** 32.9



ПРИМЕЧАНИЕ: При низких температурах носите теплую одежду, чтобы датчик частоты пульса имел температуру Вашего тела.

- **Радио частота/протокол:** 2.4 ГГц/ беспроводной протокол связи Dynastream ANT+Sport
Точность показаний может ухудшаться из-за плохого контакта

датчика, электрических наводок и удаленности приемника от передатчика.

Датчик GSC 10

- **Физические размеры:** 2.0" x 1.2" x 0.9" (5.1 см x 3.0 см x 2.3 см)
- **Вес:** 0.9 унции (25 г)
- **Водонепроницаемость:** IPX7
- **Дальность передачи:** около 9.8 футов (3 м)
- **Батарея:** CR2032 (3 В), заменяется пользователем
- **Срок службы батареи:** около 1.4 года (при использовании 1 час в день)
- **Диапазон рабочих температур:** от 5° F до 122° F (от -15°C до +50°C)
- **Радио частота/протокол:** 2.4 ГГц/ беспроводной протокол связи Dynastream ANT+Sport

Точность показаний может ухудшаться из-за электрических наводок, удаленности приемника от передатчика и экстремальных температур.

Полный список технических характеристик Вы можете найти на сайте www.garmin.com/edge.

Барометрический альтиметр

Прибор Edge 705 содержит барометрический альтиметр, обеспечивающий точное измерение высоты и вертикального профиля.

После запуска таймера и начала движения нажмите кнопку mode для просмотра страницы альтиметра. Вы увидите зеленый график высоты. При использовании функции «Виртуальный партнер» Ваше текущее

местоположение будет отмечено черной точкой, а положение виртуального партнера – серой точкой. Для изменения масштаба нажмите кнопку in/out. В верхней части страницы карты показана Ваша высота и общий подъем.

Размер колеса и длина окружности

Размер велосипедного колеса промаркирован с обеих сторон шины.

Размер шины	L (мм)
12 x 1.75	935
14 x 1.5	1020
14 x 1.75	1055
16 x 1.5	1185
16 x 1.75	1195
18 x 1.5	1340
18 x 1.75	1350

Размер шины	L (mm)
20 × 1.75	1515
20 × 1-3/8	1615
22 × 1-3/8	1770
22 × 1-1/2	1785
24 × 1	1753
24 × 3/4 Tubular	1785
24 × 1-1/8	1795
24 × 1-1/4	1905
24 × 1.75	1890
24 × 2.00	1925
24 × 2.125	1965
26 × 7/8	1920
26 × 1(59)	1913
26 × 1(65)	1952
26 × 1.25	1953
26 × 1-1/8	1970
26 × 1-3/8	2068
26 × 1-1/2	2100

Размер шины	L (mm)
26 × 1.40	2005
26 × 1.50	2010
26 × 1.75	2023
26 × 1.95	2050
26 × 2.00	2055
26 × 2.10	2068
26 × 2.125	2070
26 × 2.35	2083
26 × 3.00	2170
27 × 1	2145
27 × 1-1/8	2155
27 × 1-1/4	2161
27 × 1-3/8	2169
650 × 35A	2090
650 × 38A	2125
650 × 38B	2105
700 × 18C	2070
700 × 19C	2080

Размер шины	L (мм)
700 × 20C	2086
700 × 23C	2096
700 × 25C	2105
700 × 28C	2136
700 × 30C	2170
700 × 32C	2155
700C Tubular	2130
700 × 35C	2168
700 × 38C	2180
700 × 40C	2200

Декларация соответствия

Устройство Garmin Edge соответствует требованиям по безопасности директив Комитета ЕС 1999/5/ЕС.

Полный текст Декларации Соответствия см. на сайте компании Garmin: www.garmin.com/edge.

Поиск неисправностей

Проблема	Решение/ответ
Прибор не реагирует на нажатие кнопок. Как выполнить перезагрузку Edge?	Для выполнения перезагрузки прибора Edge одновременно нажмите на кнопки mode и lap/reset. При этом Ваши данные или настройки не удаляются.
Прибор Edge не может принять спутниковые сигналы.	Выберите открытую площадку вдали от высоких зданий или деревьев. Оставайтесь неподвижными в течение нескольких минут.
Неточные показания заряда батареи.	Дождитесь, пока батарея прибора Edge полностью разрядится, и потом проведите полную зарядку батареи (не прерывая цикл зарядки).
Не удается установить соединение между прибором Edge и датчиком частоты пульса, GSC 10 или датчиком мощности	<ul style="list-style-type: none"> - Во время соединения удалитесь от других датчиков ANT на расстояние не менее 10 метров. - Во время настройки соединения прибор Edge должен находиться на расстоянии не более 3 метров от датчика частоты пульса. - Если не удастся устранить проблему, замените батарею.

<p>Слишком большая длина ленты датчика частоты пульса</p>	<p>Отдельно Вы можете приобрести эластичную ленту меньшей длины. См. сайт http://buy.garmin.com.</p>
<p>Каким образом я могу определить, что прибор Edge находится в режиме запоминающего устройства USB?</p>	<p>Когда прибор Edge находится в режиме запоминающего устройства USB, на экране показана пиктограмма в виде прибора, подключенного к компьютеру. Кроме того, в окне «Мой компьютер» появляются два съемных диска (компьютеры Windows) или установленных тома (компьютеры Mac).</p>
<p>В списке дисков не показаны новые съемные диски.</p>	<p>Если к Вашему компьютеру подключено несколько сетевых дисков, то у Windows могут возникнуть проблемы с присваиванием названий (букв) Вашим дискам Garmin. Воспользуйтесь файлом «Справка» Вашей операционной системы и узнайте о процедуре присваивания названий дискам.</p>
<p>Неточные или неустойчивые показания частоты пульса</p>	<ul style="list-style-type: none">- Убедитесь, что датчик частоты пульса надежно прилегает к телу.- Разогрейтесь в течение 5 – 10 минут. Если проблема не устранена, выполните приведенные ниже действия.

<p>Неточные или неустойчивые показания частоты пульса</p>	<ul style="list-style-type: none">- Увлажните датчики. Вы можете использовать воду, слюну или специальный гель для электродов. Очистите датчики. Грязь и пот могут ослаблять сигналы от датчика.- Синтетическая ткань, трущаяся о датчик, может создавать статическое электричество и приводить к возникновению наводок. Носите хлопчатобумажную одежду или смачивайте футболку во время тренировки.- Расположите датчик частоты пульса на спине, а не на груди.- Сильные электромагнитные поля и беспроводные датчики, работающие на частоте 2.4 ГГц, могут создавать наводки. Источники наводок включают в себя линии электропередач, электрические моторы, микроволновые печи, беспроводные телефоны 2.4 ГГц и беспроводные точки доступа LAN. После того, как Вы удалитесь от источника наводок, показания датчика частоты пульса должны снова нормализоваться.
-----------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------