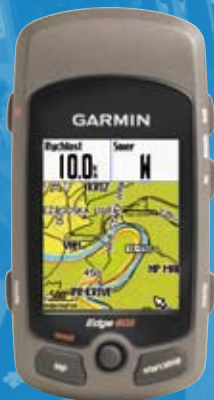


GARMIN[™]

užívateľská príručka

EDGE® 605/705

CYKLISTICKÝ POČÍTAČ S GPS NAVIGÁCIOU



© 2007 Garmin Ltd. alebo jej pobočky

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

Garmin (Europe) Ltd.
Liberty House,
Hounslow Business Park,
Southampton, Hampshire, SO40 9RB
UK
Tel. +44 (0) 870.8501241 (mimo VB)
0808 2380000 (v rámci VB)
Fax +44 (0) 870.8501251

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

Všetky práva vyhradené. Okrem toho, ako je výslovne uvedené v tomto dokumente, nesmie byť žiadna časť tejto príručky reprodukováaná, kopirovaná, prenášaná, distribuovaná, načítavaná alebo uložená na akomkoľvek úložnom médiu, pre akýkoľvek účel, bez zvláštneho predchádzajúceho písomného súhlasu spoločnosti Garmin. Garmin týmto udeľuje povolenie načítať jednu kópiu tejto príručky na harddisk alebo iné elektronické úložné médium na prezeranie a vytlačiť jednu kópiu tejto príručky alebo akejkolvek revízie k nej za predpokladu, že takáto elektronická alebo vytlačená kópia tejto príručky musí obsahovať kompletný text tejto doložky o autorských právach a za ďalšieho predpokladu, že je prísne zakázaná akákoľvek neschválená komerčná distribúcia tejto príručky alebo akejkolvek revízie k nej.

Informácie v tomto dokumente môžu byť zmenené bez predchádzajúceho upozornenia. Garmin si vyhradzuje právo na zmenu alebo zlepšovanie svojich produktov a na zmenu obsahu bez povinnosti upozorniť osobu alebo

organizáciu na takéto zmeny alebo zlepšenia. Navštívte webovú stránku Garmin (www.garmin.com) pre aktualizácie a doplnkové informácie týkajúce sa používania tohto alebo iných produktov Garmin.

Garmin® je obchodná značka spoločnosti Garmin Ltd. alebo jej pobočiek, zaregistrovaná v USA a ďalších krajinách. Garmin Training Center®, Auto Pause®, Auto Lap®, Virtual Partner®, Edge™, Garmin Connect™, GSC™10, Dynastream™, ANT™ a ANT+Sport™ sú obchodné značky spoločnosti Garmin Ltd. alebo jej pobočiek. Tieto obchodné značky nesmú byť používané bez výslovného povolenia spoločnosti Garmin.

microSD™ je obchodná značka The SD Card Association. Windows® je registrovaná obchodná značka Microsoft Corporation v Spojených štátoch a/alebo ďalších krajinách. Mac® je registrovaná obchodná značka Apple Computer, Inc. Ostatné obchodné značky a obchodné názvy sú majetkom svojich príslušných majiteľov.

Úvod

Ďakujeme vám za to, že ste si kúpili zariadenie Garmin® Edge® 605/705.

VÝSTRAHA: Predtým, ako začnete alebo zmeníte akýkoľvek cvičebný program, vždy sa poraďte so svojím lekárom. Pozrite si príručku *Dôležité bezpečnostné informácie a informácie o produkte* v krabici výrobku pre výstrahy o produkte a pre ďalšie dôležité informácie.

Registrácia produktu

Pomôžte nám lepšie vás podporovať vyplnením vašej online registrácie ešte dnes. Chodte na <http://my.garmin.com>. Pôvodný doklad o kúpe alebo jeho fotokópiu si uložte na bezpečné miesto.

Spojte sa s Garmin

V USA, kontaktujte podporu produktov Garmin telefonicky: (913) 397.8200 or (800) 800.1020, pondelok–piatok,

8:00–17:00 centrálného času; alebo chodte na www.garmin.com/support.

V Európe kontaktujte Garmin (Europe) Ltd. na +44 (0) 870.8501241 (mimo VB) alebo 0808 2380000 (v rámci VB).

**Slovensko: hotline Garmin -
zákaznícka linka 0800 135 000**

Softvér Garmin zadarmo

Chodte na www.garmin.com/edge pre stiahnutie webovo založeného softvéru Garmin Connect™ alebo počítačového softvéru Garmin Training Center®. Použite tento softvér na uloženie a analýzu vašich tréningových údajov.

OBSAH

Úvod.....	i	zadarmo	9
Registrácia produktu	i	Krok 10: Prenos histórie na váš počítač.....	10
Spojte sa s Garmin	i	Kam viest'?	11
Softvér Garmin zadarmo	i	Sledovanie histórie.....	11
Základné informácie	1	Uložené jazdy	11
Tlačidlá	1	Späť na štart.....	12
Resetovanie prístroja Edge	2	Hľadanie miest	12
Podsvietenie Edge	2	Hľadanie obľúbených	12
Ikony.....	2	Hľadanie adries	13
Krok 1: Nabitie batérie.....	3	Hľadanie bodov záujmu	13
Krok 2: Inštalácia prístroja Edge	4	Ukončenie navigácie	13
Krok 3: Zapnite váš Edge	6	Tréning	14
Krok 4: Získanie satelitných signálov.....	6	Auto Pause®	14
Krok 5: Uloženie vašej domácej adresy (voliteľné)	7	Auto Lap®	14
Krok 6: Nastavenie snímačov (voliteľné).....	7	Upozornenia	16
Krok 7: Nastavte svoje profily	8	Používanie upozornení na čas a vzdialenosť	16
Krok 8: Choďte si zajazdiť!	9	Používanie upozornení na rýchlosť.....	17
Krok 9: Stiahnutie softvéru		Používanie upozornení na tepovú frekvenciu	17
		Používanie upozornení na	

kadenciu	18	Tréning s kadenciou	40
Používanie upozornení na výkon	19	Batéria pre GSC 10.....	40
Virtual Partner®	20	Merač výkonu	41
Tréningy: jednoduchý, inter- valový a pokročilý	21	Kalibrácia výkonu	41
Používanie tréningov.....	21	Zóny výkonu.....	41
Jednoduché tréningy.....	21	História	42
Intervalové tréningy.....	22	Prezeranie histórie.....	42
Pokročilé tréningy.....	24	Prenesenie histórie do vášho počítača.....	43
Trasy	28	Vymazanie histórie	43
Vytváranie trás	28	Správa údajov	44
Stránky údajov trasy.....	29	Načítavanie súborov.....	44
Používanie mapy	31	Krok 1: Vloženie karty MicroSD (voliteľná).....	44
Označovanie a hľadanie lokalít	31	Krok 2: Pripojte kábel USB.	45
Stránka Satelity	32	Krok 3: Prenos súborov na váš počítač	45
O GPS.....	33	Krok 4: Vysuňte a odpojte kábel USB.....	45
Používanie príslušenstva	34	Priečinky Garmin	46
Snímač srdcovej činnosti	34	Vymazávanie súborov	46
Zóny srdcovej činnosti.....	35	Prenášanie súborov do d ďalšieho Edge (len 705) ..	46
Batéria snímača srdcovej činnosti	37		
GSC 10	37		

Nastavenia	47	Príloha	58
Užívateľské polia s údajmi	47	Voliteľné príslušenstvo	58
Polia s údajmi prístroja Edge ..	48	Informácie o batérii	58
Systém	53	Batéria snímača srdcovej	
Mapa	53	činnosti	58
Vytváranie trasy	54	Batéria pre GSC 10.....	59
Nastavenia auto/motocykel ...	54	Technické údaje	60
Nastavenia bicykel a chodec	54	Edge.....	60
Profil a zóny	54	Bicyklový držiak.....	60
Profily užívateľa a bicykla...	54	Snímač srdcovej činnosti ...	61
Zóny rýchlosti	54	GSC 10	61
Zóny srdcovej činnosti a		Barometrický výškomer	62
výkonu (Edge 705)	55	Veľkosť a obvod pneumatiky 62	
Displej	55	Prehlásenie o zhode	64
Jednotky a čas	55	Riešenie problémov	65
Zaznamenávanie údajov	56	Index	67
ANT+Sport	57		
Príslušenstvo.....	57		
Prijímanie a prenos údajov.	57		

ZÁKLADNÉ INFORMÁCIE

Tlačidlá



1 power

- Stlačte a držte pre zapnutie/vypnutie prístroja Edge.
- Stlačte pre zapnutie/vypnutie podsvietenia.

2 mode

- Stlačte pre návrat na predchádzajúcu stranu.
- Stlačte a držte pre prepínanie profilov bicykla.

3 reset/lap

- Stlačte a držte pre reset časovača.
- Stlačte pre vytvorenie nového okruhu.

4 palcový páčkový ovládač/enter

- Pohybuje palcovým páčkovým ovládačom pre rolovanie cez menu, možnosti a dátové polia.
- Stlačte palcový páčkový ovládač pre voľbu možnosti a potvrdenie správ.

5 start/stop

Stlačte pre spustenie/zastavenie časovača.

6 menu

- Stlačte pre otvorenie stránky menu.
- Stlačte ho a držte pre zablokovanie/odblokovanie tlačidiel prístroja Edge.


7 in/out

Stlačte ho pre približovanie/vzdďaľovanie pohľadu na mapovej stránke a stránke výškomera.








Resetovanie prístroja Edge

Ak je váš Edge zablokovaný/zamrznutý, stlačte naraz **mode** a **reset/lap** pre reset prístroja. Toto nevymaže žiadne vaše údaje alebo nastavenia.

Podsvietenie Edge

Stlačte  pre zapnutie/vypnutie podsvietenia. Pre nastavenie intenzity podsvietenia použite palcový páčkový ovládač.

Ikony

	Úroveň nabitia batérie
	Nabíjanie batérie
	Ikona satelitu sa zmení z prázdnej na 3D pri prijímaní satelitných signálov.
	Snímač srdcovej činnosti je aktívny
	Snímač kadencie je aktívny
	Snímač napájania je aktívny
	Blokovanie tlačidiel je aktívne

Krok 1: Nabitie batérie

VÝSTRAHA: Tento produkt obsahuje lítium-iónovú batériu. Pozrite si príručku *Dôležité bezpečnostné informácie a informácie o produkte* v krabici výrobku pre dôležité bezpečnostné informácie o batérii.

Edge je napájaný zabudovanou lítium-iónovou batériou, ktorú môžete opakovane dobíjať s použitím AC nabíjačky dodanej v balení výrobku. Takisto môžete dobíjať Edge s použitím USB kábla a vášho počítača. Nabíjajte Edge aspoň tri hodiny predtým, ako ho začnete používať.



POZNÁMKA: Aby ste zabránili korózii, dôkladne vysušte mini-USB port, kryt proti vplyvom počasia a okolitú plochu pred nabíjaním alebo pripájaním k osobnému počítaču.



TIP: Edge sa nebude nabíjať mimo teplotného rozsahu 0°C–50°C (32°F–122°F).

Pre nabíjanie prístroja Edge:

1. Na zadnej strane Edge vytiahnite kryt proti vplyvom počasia z mini-USB portu.
2. Zastrčte koniec mini-USB AC alebo USB kábla do portu mini-USB na zadnej strane Edge.



3. Zasuňte druhý koniec kábla do štandardnej zásuvky (AC) alebo do dostupného USB portu na vašom počítači (USB).

Úplne nabitá batéria dokáže pracovať približne 15 hodín predtým, než musí byť znovu nabitá. Viac informácií o batérii nájdete na [strane 60](#).

Krok 2: Inštalácia prístroja Edge

Pre najlepší príjem GPS umiestnite držiak na bicykel tak, aby bola predná strana Edge orientovaná smerom k oblohe. Bicyklový držiak môžete nainštalovať na predstavec alebo na riadidlá. Inštalácia na predstavec (tu popísaná) poskytuje pevnejšie miesto. Pod držiak by mal byť použitý voliteľný klin pre dosiahnutie lepšieho uhla pohľadu.

Inštalácia Edge na predstavec vášho bicykla:

1. Umiestnite klin na predstavec bicykla a potom bicyklový držiak na klin. Ubezpečte sa, že uvoľňovacia páčka je na ľavej strane.



Pre horizontálne rúrky: Oddeľte a vyberte hornú časť držiaka, otočte ju o 90 stupňov a dajte ju naspäť. Pokračujte krokom 2.

Pre rúrky s priemerom menším ako 1 palec (25,4 mm): Vložte dodatočnú gumovú podložku pod bicyklový držiak, aby sa zväčšil priemer rúrky. Gumová podložka tiež zabraňuje zošmyknutiu držiaka. Pokračujte krokom 2.

2. Bezpečne pripevnite bicyklový držiak s použitím 2 sťahovacích pásov. Ubezpečte sa, že sťahovacie pásky sú prevlečené cez obe časti bicyklového držiaka.

3. Zrovnaajte Edge s bicyklovým držiakom tak, aby bol Edge rovnobežne s predstavcom.



4. Zasuňte Edge doľava, kým nezacvakne na miesto.



Uvoľňovacia
páčka

**Pohľad zhora na Edge
montovaný na horizontálnu
rúčku**

Uvoľnenie Edge:

Zatlačte uvoľňovaciu páčku nadol a posuňte Edge doprava.

Krok 3: Zapnite váš Edge

Stlačte a držte  pre zapnutie vášho Edge. Postupujte podľa konfiguračných pokynov na obrazovke.

Krok 4: Získanie satelitných signálov

Predtým, ako začnete používať Edge, musíte získať satelitné signály GPS. Získanie signálov môže trvať 30–60 sekúnd.

1. Chodte von na otvorené priestranstvo. Pre čo najlepší príjem zabezpečte, aby bola predná strana Edge orientovaná k oblohe.
2. Čakajte, kým Edge vyhľadáva satelity. Stojte nehybne na otvorenom priestranstve a nezačnite sa hýbať, kým nezmizne stránka lokalizácie satelitov.





POZNÁMKA: Pre vypnutie prijímača GPS a používanie Edge v interiéri si pozrite [stranu 53](#).

Krok 5: Uloženie vašej domácej adresy (voliteľné)

Môžete nastaviť domácu adresu pre miesto, kde sa najčastejšie vraciate.

1. Stlačte **menu** >, zvolte **Kam viesť** > **Vyhľadať miesta** > **Oblubene** > **Ist domov**.
2. Postupujte podľa pokynov na obrazovke.

Krok 6: Nastavenie snímačov (voliteľné)

Ak je váš Edge vybavený snímačom srdcovej činnosti alebo snímačom kadencie a rýchlosti GSC™ 10, snímače ANT+Sport™ sú už spárované s vaším Edge. Stlačte **menu**. Keď sú snímače spárované, ikony  a  prestanú blikať. Ak ste si zakúpili príslušenstvo samostatne, pozrite si [stranu 57](#).

Inštrukcie o používaní snímača srdcovej činnosti nájdete na [strane 34](#). Inštrukcie o používaní GSC 10 nájdete na [strane 37](#).

Krok 7: Nastavte svoje profily

Prístroj Edge používa pre výpočet presných údajov o jazde informácie, ktoré ste zadali o sebe a o svojom bicykli.

Pre nastavenie vášho užívateľského profilu:

1. Stlačte **menu** >, zvolte **Nastavenia** > **Profil a zony** > **Profil používateľa**.
2. Zadajte svoje pohlavie, dátum narodenia a hmotnosť.



TIP: Po ukončení voľenia možností alebo zadávania hodnôt na vašom Edge stlačte **mode** pre opustenie poľa alebo stránky.



Pre zmenu hodnôt v poliach použite palcový páčkový ovládač.

Pre nastavenie profilu vášho bicykla:

1. Stlačte **menu** >, zvolte **Nastavenia** > **Profil a zony** > **Profil bicykla**.



2. Zvoľte profil bicykla. Môžete nastaviť až tri profily.
3. Zadajte informácie o svojom bicykli.
4. (Len Edge 705) Ak máte snímač kadencie a rýchlosti GSC 10 , zvolte zaškrtnuté okienko **Rytmus**. Ak máte merač výkonu od inej spoločnosti, zvolte zaškrtnuté okienko **Vykon**. Viac informácií o príslušenstve nájdete na [stranách 34–41](#).
5. V políčku **Veľkosť kolesa**, zvolte **Automaticke**, aby GSC 10 automaticky detekoval veľkosť vašej pneumatiky s použitím údajov GPS, alebo, zvolte **Vlastne** pre zadanie veľkosti vášho kolesa. Tabuľku veľkostí a obvodov nájdete na [strane 62](#).

Krok 8: Choďte si jazadiť!

1. Stlačte **mode** pre prezeranie strany bicyklového počítača.
2. Stlačte **start** pre spustenie časovača.
3. Po skončení jazdy stlačte **stop**.
4. Stlačte a držte **lap/reset** pre uloženie údajov vašej jazdy a resetovanie časovača.

Krok 9: Stiahnutie softvéru zadarmo

1. Choďte na www.garmin.com/edge.
2. Pre stiahnutie Garmin Training Center alebo Garmin Connect postupujte podľa pokynov na obrazovke.

Krok 10: Prenos histórie na váš počítač

1. Zasuňte malý koniec USB kábla do mini-USB portu na zadnej strane prístroja Edge (pod krytom proti vplyvu počasia).
2. Pripojte väčší koniec USB kábla do dostupného USB portu na vašom počítači.
3. Otvorte Garmin Connect alebo Garmin Training Center. Postupujte podľa inštrukcií na načítanie, ktoré sú obsiahnuté v softvéri.



KAM VIEST?

Využite vlastnosti Kam viest? pre navigáciu jazd z histórie, jazd z externého zdroja, naspäť do vášho východiskového bodu, do Oblíbených a do bodov záujmu.



POZNÁMKA: Pre uloženie svojej aktuálnej jazdy do histórie Edge musíte spustiť časovač.

Sledovanie histórie

Môžete sa navigovať po ktorejkoľvek jazde uloženej v histórii vášho Edge.

1. Stlačte **menu** >, zvolte **Kam viest?** > **Sledovat historiu**.
2. Zvolte jazdu zo zoznamu. Edge vypočíta trasu vrátane smerov z vašej aktuálnej polohy do počiatočného bodu jazdy.

Uložené jazdy

Taktiež sa môžete navigovať po jazde načítanej do vášho Edge z externého zdroja. Napríklad ste našli krásnu trasu na Internete, alebo iný majiteľ Edge pre vás vytvoril trasu.



POZNÁMKA: Súbory cesty alebo trasy musia byť uložené s príponou *.gpx.

1. Načítajte súbor *.gpx do priečinka Garmin\GPX v pamäti vášho Edge. Viac informácií o načítaní súborov do vášho Edge nájdete na [stranách 44–46](#).
2. Stlačte **menu** >, zvolte **Kam viest?** > **Uložene jazdy**.
3. Zvolte jazdu zo zoznamu.

Späť na štart



POZNÁMKA: Aby ste mohli použiť funkciu Back To Start (späť na štart), musíte spustiť časovač.

Potom, ako ste dosiahli svoj cieľ alebo dokončili jazdu, stlačte **menu** >, zvolte **Kam viest?** > **Navrat na start**. Edge vás naviguje naspäť do vášho štartovacieho bodu.

Hľadanie miest

Môžete vyhľadávať uložené trasové body (lokality) a posledné nálezy vo vašich Oblubených. S voliteľnými mapovými údajmi môžete tiež vyhľadávať adresy a body záujmu.

Hľadanie obľúbených

Naviguj domov

Ak ste si ešte neuložili vašu domácu adresu, pozrite si [stranu 7](#). Stlačte **menu** >, zvolte **Kam viest?** > **Vyhľadat miesta** > **Oblubene** > **Ist domov**. Edge automaticky vypočíta

vašu trasu domov.

Nedávno nájdené miesta

Váš Edge ukladá 50 vašich posledných nálezov. Naposledy prezerané lokality sa objavujú na vrchu zoznamu.

Stlačte **menu** >, zvolte **Kam viest?** > **Vyhľadat miesta** > **Oblubene** > **Posledne nalezly**.



POZNÁMKA:

V posledných nálezoch môžete ukladať, editovať a vymazávať.

Moje obľúbené

1. Stlačte **menu** >, zvolte **Kam viest?** > **Vyhľadat miesta** > **Oblubene** > **Moje oblubene**.



TIP: Pre zúženie hľadania použite klávesnicu na obrazovke. Zvolte **OK** pre zobrazenie celého zoznamu.

2. Zvolte miesto zo zoznamu.
3. Zvolte **Ist do**.

Editácia oblúbených

1. Stlačte **menu** >, zvolte **Kam viest?** > **Vyhľadať miesta** > **Oblubene** > **Moje oblubene**.
2. Zvoľte miesto zo zoznamu.
3. Editujte informácie podľa potreby.
4. Stlačte **mode** pre opustenie stránky.



POZNÁMKA:

Po opustení tejto stránky sa vaše zmeny automaticky uložia.

Vymazanie oblúbených

1. Stlačte **menu** >, zvolte **Kam viest?** > **Vyhľadať miesta** > **Oblubene** > **Moje oblubene**.
2. Zvoľte **Odstr.**
3. Zvoľte **Ano** pre potvrdenie.

Hľadanie adries

1. Stlačte **menu** >, zvolte **Kam viest?** > **Vyhľadať miesta** > **Adresy**.
2. Zadajte región, mesto, číslo a názov ulice.

3. Zvoľte adresu zo zoznamu nájdených.
4. Zvoľte **Ist do**.

Hľadanie bodov záujmu

1. Stlačte **menu** >, zvolte **Kam viest?** > **Vyhľadať miesta**.
2. Zvoľte kategóriu a subkategóriu, ak to je potrebné.
3. Zvoľte miesto zo zoznamu.
4. Zvoľte **Ist do**.

Ukončenie navigácie

Stlačte **menu** >, zvolte **Kam viest?** > **Zastaviť navigáciu**.

TRÉNING

Edge ponúka niekoľko tréningových funkcií a voliteľných nastavení. Použite svoj Edge pre nastavenie cieľov a výstrah, trénujte s Virtual Partner®, programujte tréningy a plánujte kurzy založené na existujúcej histórii.

Auto Pause®

Edge môžete nastaviť tak, aby zastavil časovač automaticky počas vašej jazdy, keď zastavíte alebo keď vaša rýchlosť klesne pod určenú hodnotu. Toto nastavenie je užitočné, keď sú na vašej trase semaforey alebo iné miesta, kde musíte spomaliť alebo zastaviť.

Keď zapnete Auto Pause, Edge uloží akýkoľvek zastavený čas ako Rest Time (čas odpočinku) a každú zastavenú vzdialenosť ako Rest Distance (odpočinková vzdialenosť). Pre pridanie týchto dátových políčok na užívateľskú stránku si pozrite [stranu 47](#).



POZNÁMKA: Čas odpočinku a odpočinková vzdialenosť pre Auto Pause nie sú ukladané do histórie.

Auto Lap®

Môžete použiť Auto Lap na automatické označenie okruhu na špecifickom mieste alebo po prejení špecifickej vzdialenosti. Toto nastavenie je užitočné na porovnávanie vášho výkonu na rôznych častiach jazdy (napríklad každých 10 km alebo na veľkom kopci).

Pre nastavenie Auto Pause/Lap:

1. Stlačte **menu >**, zvolte **Trenovanie > Auto poz./koliečko**.
2. V políčku **Aut. pozast. stopiek**, zvolte **Pri zastavení** alebo **Vlastna rychlost** pre zadanie hodnoty.



3. V poličku **Automaticka spust koliecka**, zvolte **Podla vzdialenosti** pre zadanie hodnoty alebo **Podla miesta** pre voľbu možnosti:
- **Len stlače koliecko**–spustí počítadlo okruhov vždy, keď stlačíte **lap** a vždy, keď znovu prejdete ktorýmkoľvek z týchto miest.
 - **Spustiť a koliecko**–spustí počítadlo okruhov na mieste GPS kde stlačíte **start** a na akomkoľvek mieste počas jazdy, kde ste stlačili **lap**.
 - **Oznacit a koliecko**–spustí počítadlo okruhov na špecifickom mieste GPS

označenom pred jazdou a na ktoromkoľvek mieste počas jazdy, kde ste stlačili **lap**.



POZNÁMKA: Počas trasy použite možnosť **Podla polohy** pre spustenie okruhov na všetkých miestach okruhov označených na trase.

Upozornenia

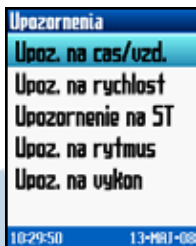
Použite upozornenia Edge na tréning na určitý čas, vzdialenosť, rýchlosť, srdcovú činnosť, kadenciu a ciele výkonu.

Používanie upozornení na čas a vzdialenosť

- Upozornenia na čas a vzdialenosť sú užitočné pre dlhé tréningy, keď chcete trénovať v určitom objeme času alebo vzdialenosti. Keď dosiahnete váš cieľ, Edge pípne a zobrazí správu.

Pre nastavenie upozornenia na čas alebo vzdialenosť:

- Stlačte **menu** > zvolte **Trenovanie** > **Upozornenia** > **Upoz. na čas/vzd.**



- V poličku **Upozornenie na čas** zvolte **Raz** alebo **Opakovat**.
- Čas zadajte v poličku **Upozornit pri**.



4. V políčku **Upozornenie na vzdialenosť** zvolíte **Raz** alebo **Opakovať**.
5. Zadajte vzdialenosť v políčku **Upozornit pri**.

Používanie upozornení na rýchlosť

Upozornenia na rýchlosť vás vyzrozumujú, ak počas jazdy prekročíte alebo klesnete pod nastavenú rýchlosť.

Upozornenia na rýchlosť vám umožňujú používať zóny rýchlosti uložené v Edge. Viac informácií o zónach rýchlosti nájdete na [strane 54](#).

Pre nastavenie upozornenia na rýchlosť:

1. Stlačte **menu** >, zvolíte **Trenovanie > Upozornenia > Upoz. na rychlost**.
2. V políčku **Upoz. na vysoku rychl.** zvolíte zónu rýchlosti alebo zvolíte **Vlastne** pre zadanie vašej vlastnej hodnoty upozornenia.



3. Opakujte pre políčku **Upoz. na nizku rychl..**

Používanie upozornení na srdcovú činnosť



POZNÁMKA: Pre využitie upozornení na srdcovú činnosť musíte mať Edge 705 a snímač srdcovej činnosti.

Upozornenie na srdcovú činnosť vás vyzrozumie, ak vaša tepová frekvencia prekročí alebo klesne pod daný počet tepov za minútu (bpm). Upozornenia na tepovú frekvenciu vás tiež vyzrozumujú, keď vaša tepová frekvencia prekročí

TRÉNING

alebo klesne pod určitú zónu srdcovej činnosti—rozsah tepov za minútu. 5 bežne akceptovaných zón srdcovej činnosti vám môže pomôcť stanoviť intenzitu vášho tréningu. Viac o zónach srdcovej činnosti nájdete na [strane 35](#).

Pre nastavenie upozornenia na srdcovú činnosť:

1. Stlačte **menu** >, zvolte **Trenovanie** > **Upozornenia** > **Upozornenie na ST**.
2. V políčku **Upozornenie na max. ST** zvolte zónu alebo zvolte **Vlastne** pre stanovenie vašej vlastnej hodnoty pre upozornenie. Maximálna povolená hodnota je 235 tepov za minútu.



3. Opakujte pre políčko **Upozornenie na min. ST**. Minimálna povolená hodnota je 35 tepov za minútu.



POZNÁMKA: Keď zadávate vlastné hodnoty srdcovej činnosti, musíte nastaviť upozornenia pre minimum a maximum rozdielne najmenej o 5 bpm.

Používanie upozornení na kadenciu



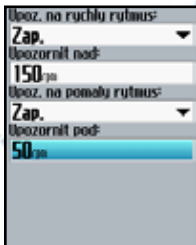
POZNÁMKA: Aby ste mohli používať upozornenia na kadenciu, musíte mať Edge 705 a GSC 10.

Upozornenie na kadenciu vás vyrozumie, keď vaša kadencia prekročí alebo klesne pod špecifický počet otáčok ramena kľuky za minútu (rpm). Viac informácií o tréningu s kadenciou

nájdete na [strane 40](#).

Pre nastavenie upozornenia na kadenciu:

1. Stlačte **menu** >, zvolíte **Trenovanie** > **Upozornenia** > **Upoz. na rytmus**.
2. V políčku **Upoz. na rychly rytmus** zvolíte **Zap.**
3. Zadáajte hodnotu v políčku **Upozornit nad**. Maximálna povolená hodnota je 255.



4. Opakujte pre políčko **Upoz. na pomaly rytmus**. Tu je minimálna hodnota 0.

Používanie upozornení na výkon



POZNÁMKA: Pre používanie upozornení na výkon musíte mať Edge 705 a merač výkonu od inej spoločnosti.

Upozornenie na výkon vás vyrozumie, ak vaša úroveň výkonu prekročí alebo klesne pod špecifickú hodnotu vo wattoch alebo v % FTP (functional threshold power - funkčný prahový výkon). Viac informácií o používaní meračov výkonu iných spoločností nájdete na [strane 41](#).

Pre nastavenie upozornenia na výkon:

1. Stlačte **menu** >, zvolte **Trenovanie** > **Upozornenia** > **Upoz. na výkon**.
2. V políčku **Max. sila upozornenia** zvolte zónu alebo zvolte **Vlastne** pre špecifikovanie vašej vlastnej hodnoty pre upozornenie.



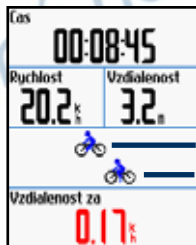
3. Opakujte pre políčko **Min. sila upozornenia**.

Virtual Partner®

Virtual Partner je jedinečný nástroj navrhnutý na to, aby vám pomohol splniť vaše tréningové ciele. Virtual Partner s vami súťaží počas jednoduchých tréningov a jazd.

Pre prezeranie údajov virtuálneho partnera:

1. Nastavte jednoduchý tréning alebo trasu.
2. Stlačte **start**.
3. Stlačte **enter** pre prezeranie údajov virtuálneho partnera.



Virtual Partner
Vy

Pre vypnutie Virtual Partner:

Stlačte **menu** >, zvolte **Trenovanie** > **Virtualny Partner** > **Vyp..**

Tréningy: jednoduchý, intervalový a pokročilý

Stlačte **menu** >, zvolte **Trenovanie** > **Treningy**, aby ste si zvolili typ tréningu vhodný práve pre vás.

Jednoduché a intervalové tréningy sú nahradené vždy, keď si vytvoríte tréning toho istého typu. Pokročilé tréningy môžete ukladať a editovať. Informácie o prenášaní tréningov do a z vášho Edge nájdete na [stranách 9–10](#).

Používanie tréningov

Počas vášho tréningu stlačte **mode**, aby ste videli stránku s tréningovými údajmi. Keď dokončíte všetky kroky vo vašom tréningu, objaví sa správa “Workout Finished” (tréning ukončený).

Pre predčasné ukončenie tréningu:

Stlačte **menu** >, zvolte **Trenovanie** > **Zastavit trening**.

Pre predčasné ukončenie kroku intervalového alebo pokročilého tréningu:

Stlačte tlačidlo **lap/reset**.

Jednoduché tréningy

Pre jednoduché tréningy zadajte svoje ciele pre čas, vzdialenosť alebo rýchlosť a Edge zobrazí virtuálneho partnera, ktorý vám pomôže pri ich dosiahnutí. S vašim Edge je jednoduché nastaviť jeden z nasledovných jednoduchých tréningov:

- Vzdialenosť a čas
- Čas a rýchlosť
- Vzdialenosť a rýchlosť

Pre nastavenie jednoduchého tréningu:

1. Stlačte **menu** >, zvolte **Trenovanie** > **Treningy** > **Jednoduche**.
2. Zvolte typ jednoduchého tréningu.
3. Zadajte hodnoty v prvom a druhom poličku. Tretie poličko je vypočítané prístrojom Edge.
4. Zvolte **Dokoncit?**.



5. Stlačte **start**.

Intervalové tréningy

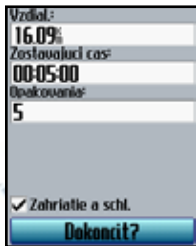
S vaším Edge môžete vytvoriť intervalové tréningy založené na nasledujúcich kritériách:

- Jazda na určitú vzdialenosť a odpočinok na určitý čas.
- Jazda na určitú vzdialenosť a odpočinok na určitú vzdialenosť.
- Jazda na určitý čas a odpočinok na určitý čas.
- Jazda na určitý čas a odpočinok na určitú vzdialenosť.

Pre vytvorenie intervalového tréningu:

1. Stlačte **menu** >, zvolte **Trenovanie** > **Treningy** > **Interval**.

- Zvoľte typ intervalového tréningu.
- Zadajte hodnoty vzdialenosti a času do príslušných políček.
- Do políčka **Opakovania** zadajte koľkokrát chcete opakovať každý interval.
- Zvoľte **Zahriatie a schl.** (voliteľné).
- Zvoľte **Dokončit?**.



- Stlačte **start**.

Ak ste zvolili **Zahriatie a schl.**, stlačte **lap** na konci vášho zahrievacieho kola pre spustenie vášho prvého intervalu. Na konci vášho posledného intervalu Edge automaticky spustí kolo na vychladnutie. Keď ste dokončili ochladzovanie, stlačte **lap** pre ukončenie vášho tréningu.

Ako sa blížite ku koncu každého kola, zaznie upozornenie a objaví sa správa odpočítavajúca čas do začiatku nového kola. Kedykoľvek počas intervalového tréningu môžete stlačiť **lap** a krok ukončiť predčasne.

Pokročilé tréningy

Použite Edge na vytvorenie a uloženie pokročilých tréningov, ktoré obsahujú ciele pre každý krok tréningu a rôzne vzdialenosti, časy a odpočinkové kolá. Keď vytvoríte a uložíte tréning, môžete použiť Garmin Training Center alebo Garmin Connect pre naplánovanie tréningu na určitý deň. Tréningy môžete vopred naplánovať a uložiť ich vo vašom Edge.

Vytváranie pokročilých tréningov

Garmin odporúča, aby ste použili Garmin Training Center alebo Garmin Connect na vytvorenie tréningov a ich prenos do vášho Edge. Vytvoriť a uložiť pokročilý tréning však môžete aj priamo vo vašom Edge. Nemôžete použiť Edge na časový rozpis tréningov; musíte použiť Garmin Training Center alebo Garmin Connect.



POZNÁMKA: Ak vytvoríte tréning na Edge, určite ho preneste do Garmin Training Center alebo Garmin Connect. V opačnom prípade bude tréning prepísaný pri načítaní tréningov do Edge.

Pre vytvorenie pokročilého tréningu s použitím Edge:

1. Stlačte **menu** >, zvolte **Trenovanie** > **Treningy** > **Rozsirenie** > **<Vytvorit nový>**.
2. V hornom políčku zadajte popisný názov tréningu (napr. MOJBEH).
3. Zvoľte **1. Otvorit Ziadny cil** > **Upravit krok**.

Trvanie	Otvorit
Az do stlacenja kolecka	
Ciel	Rychlost
	Climb 4
Z	3.86s
	Pr.483
Zost. kol.	Ano

4. V políčku **Trvanie** zvolte trvanie kroku. Ak zvolíte **Otvorit**, môžete ukončiť krok počas vášho tréningu stlačením **lap**.
5. V políčku **Ciel** zvolte váš cieľ počas kroku (**Rychlost**, **Srdc. tep**, **Rytmus**, **Vykon** alebo **Ziadne**).



POZNÁMKA: Ciele srdcovej činnosti, kadencie a výkonu sú len pre Edge 705.

6. (Voliteľné) Zvoľte cieľovú zónu a rozsah. Napríklad, ak je váš cieľ tepová frekvencia, zvolte zónu srdcovej činnosti alebo zadajte svoj rozsah.
7. Ak to je odpočinkové kolo, zvolte **Ano** v políčku **Zost. kol.**
8. Stlačte **mode** pre pokračovanie.
9. Pre zadanie ďalšieho kroku zvolte **<Pridat nový krok>**. Potom opakujte kroky 4–8.

Pre opakovanie krokov:

1. Zvoľte **<Pridat nový krok>**.
2. V políčku **Trvanie** zvoľte **Opakovať**.
3. V políčku **Spat na krok** zvoľte krok, ktorý chcete opakovať.
4. V políčku **Pocet opakovani** zadajte počet opakovaní.

Trvanie	Opakovať
Spat na krok	1
Pocet opakovani	2

5. Stlačte **mode** pre pokračovanie.

Spustenie pokročilých tréningov

1. Stlačte **menu >**, zvoľte **Trenovanie > Treningy > Rozsirene**.
2. Zvoľte tréning.
3. Zvoľte **Uskutocnit trening**.
4. Stlačte **start**.



POZNÁMKA: Stlačte **enter** pre zobrazenie viacerých údajov.

Čas	00:01:12	
Rychlost	22 _k	Uzdialenosť
		65 _m
Bicykel ftz do tl. kol.	00:01:12	
Climb 4		
	Ziad. zona	

Keď začnete pokročilý tréning, Edge zobrazí každý krok tréningu, vrátane názvu kroku, cieľa (ak nejaký existuje) a aktuálnych tréningových údajov. Ak sa chystáte ukončiť tréningový krok, zaznie zvukové upozornenie. Objaví sa správa odpočítavajúca čas alebo vzdialenosť až do začiatku nového kroku. Kedykoľvek počas pokročilého tréningu stlačte **lap** pre predčasné ukončenie kroku.

Editácia pokročilých tréningov

Tréningy môžete editovať v rámci Garmin Training Center, Garmin Connect alebo priamo v Edge. Ak editujete tréningy v Edge, vaše zmeny môžu byť dočasné. Garmin Training Center alebo Garmin Connect slúžia ako “hlavný zoznam” pokročilých tréningov: ak editujete svoj tréning v Edge, zmeny budú prepísané pri ďalšom prenose tréningov z Garmin Training Center alebo Garmin Connect. Pre vykonanie permanentnej zmeny v tréningu editujte tréning v Garmin

Training Center alebo Garmin Connect a až potom ho preneste do vášho Edge.

Pre editáciu pokročilého tréningu:

1. Stlačte **menu** >, zvolte **Trenovanie** > **Tréningy** > **Rozsirenie**.
2. Zvoľte tréning.
3. Zvoľte **Upraviť tréning**.
4. Zvoľte krok.
5. Zvoľte **Upraviť krok**.
6. Vykonajte všetky potrebné zmeny a stlačte **mode** pre pokračovanie.
7. Stlačte **mode** pre opustenie stránky.

Pre vymazanie pokročilého tréningu:

1. Stlačte **menu** >, zvolte **Trenovanie** > **Treningy** > **Rozsirene**.
2. Zvolte tréning.
3. Zvolte **Odstranit trening** > **Ano**.

Trasy

Ďalším spôsobom, akým môžete využiť Edge pre vami prispôbený tréning, je vytvárať a editovať trasy na základe predtým zaznamenanej aktivity. Môžete ísť po trati, pokúšajúc sa vyrovnat' alebo prekonať predtým stanovené ciele. Pri tréningu s traťami môžete tiež pretekať s virtuálnym partnerom. Informácie o zapnutí virtuálneho partnera nájdete na [strane 20](#).

Vytváranie trás

Garmin odporúča, aby ste použili Garmin Training Center alebo Garmin Connect na vytváranie trás a trasových bodov. Potom ich môžete preniesť do vášho Edge.

Trasu (bez trasových bodov) môžete vytvoriť aj na vašom Edge.

Pre vytvorenie trasy na vašom Edge:

1. Stlačte **menu** >, zvolte **Trenovanie** > **Kurzy** > **<Vytvorit nový>**.
2. Zo zoznamu jazd zvolte predchádzajúcu jazdu, na ktorej založíte svoju trasu.
3. V hornom poličku zadajte popisný názov trate (napr. 20KMCYKLO).
4. Stlačte **mode** pre opustenie stránky.

Pridávanie trasových bodov

Môžete označiť trasové body alebo miesta na vašej trase, ktoré si chcete zapamätať, ako sú zastávky s vodou alebo méty vzdialenosti. Na pridanie trasových bodov ku ktorejkoľvek trase musíte použiť Garmin Training Center alebo Garmin Connect.

Pre spustenie trasy:

1. Stlačte **menu** >, zvolte **Trenovanie** > **Kurz**.
2. Zvoľte trať zo zoznamu.
3. Zvoľte **Vykonať kurz**.
4. Stlačte **start**. História je zaznamenaná aj keď nie ste na trase. Po skončení sa objaví správa "Tréning sa dokončil".

Stránky údajov trasy

Čas	Rychlosť
03:34	1.9%
Vzdialenosť	Časový údaj
77.	11:03
Rytmus	Vzdial. k cieľu
_____ min	_____ km
Presnosť	Vusko
30.	371.

Zo stránky trasy stlačte **mode** a **enter** pre zobrazenie dodatočných údajov o trase vrátane mapy trasy, grafu nadmorskej výšky, stránky kompasu a údajov virtuálneho partnera.

Mimo trasové (Off Course) možnosti

Pred spustenie vašej trasy môžete zahrnúť zahrievanie. Stlačte **start** pre spustenie trasy a potom sa zahrejte ako obvyčajne. Uistite sa, že počas zahrievania zostanete mimo trasy. Keď ste pripravení začať, zamierte smerom k vašej trase. Keď ste na akejkoľvek časti vašej trasy, Edge zobrazí správu

“Na kurze”.



POZNÁMKA: Hneď ako stlačíte **start**, váš virtuálny partner odštartuje na trasu a nečaká, kým dokončíte zahrievanie.

Keď zídete z trasy, Edge zobrazí správu “Mimo kurz”. Použite stránku s kompasom alebo mapou, aby ste našli cestu späť na trasu.

Pre manuálne ukončenie trasy:

Stlačte **menu** >, zvolte **Trenovanie** > **Zastaviť kurz**.

Pre editáciu názvu trate:

1. Stlačte **menu** >, zvolte **Trenovanie** > **Kurz**.
2. Zvoľte trať, ktorú chcete zmeniť.
3. Zvoľte **Upraviť kurz**.
4. Editujte názov trasy.
5. Stlačte **mode** pre opustenie stránky.

Pre vymazanie trate:

1. Stlačte **menu** >, zvolte **Trenovanie** > **Kurz**.
2. Zvoľte trať, ktorú chcete vymazať.
3. Zvoľte **Odstrániť kurz**.
4. Zvoľte **Ano** pre vymazanie trasy.
5. Stlačte **mode** pre opustenie stránky.

POUŽÍVANIE MAPY

Stlačte **mode** pre prezeranie mapovej stránky. Keď spustíte časovač a začnete sa pohybovať, na mape sa objaví tenká bodkovaná čiara, ktorá vám presne ukazuje, kadiaľ ste išli. Táto bodkovaná čiara sa nazýva trasa. Stlačte **in/out** pre priblíženie/vzdialenie pohľadu na mapu. Pohybujte palcovým páčkovým ovládačom pre zobrazenie ďalších údajov o polohe. K mapovej stránke môžete pridať užívateľské polia s údajmi. Pozrite si [stranu 47](#).



Kurzor
mapy

Úroveň
zoomu

Vy

Označovanie a hľadanie lokalít

Lokalita je trasový bod na mape, ktorý môžete uložiť ako Oblúbený. Ak si chcete zapamätať orientačné body alebo sa vrátiť na určitý bod, označte ho na mape. Lokalita sa objaví na mape s názvom a symbolom. Kedykoľvek môžete nájsť, zobraziť a vrátiť sa do lokality.

Pre označenie vašej aktuálnej polohy:

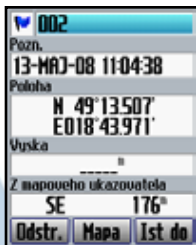
1. Chodte na miesto, kde chcete označiť lokalitu.
2. Stlačte **menu** > **Uložiť polohu**.
3. Zvoľte symbol a zadajte popisný názov.
4. Ďalšie zmeny urobte podľa potreby a zvoľte **OK**.

Pre označenie známej lokality s použitím súradníc:

1. Stlačte **menu** > **Uložiť polohu**.
2. Pre zadanie súradníc a nadmorskej výšky použite klávesnicu na obrazovke.
3. Ďalšie zmeny urobte podľa potreby a zvolte **OK**.

Pre označenie lokality na mape:

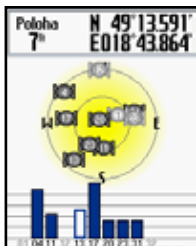
1. Stlačte **mode** pre vstup na mapovú stránku.
2. Použite palcový páčkový ovládač pre pohybovanie mapového ukazovadla na lokalitu, ktorú chcete uložiť.
3. Stlačte **enter**.
4. Zvoľte **Uložiť** pre uloženie trasového bodu.
5. Zvoľte symbol a zadajte popisný názov.



6. Stlačte **mode** pre pokračovanie.

Stránka Satelity

Stránka Satelity zobrazuje informácie o signáloch GPS aktuálne prijímaných prístrojom Edge. Stlačte **menu** >, zvolte **Satelit**.



Dostupné satelity blikajú na stránke Satelity, pokiaľ Edge vyhľadáva satelitné signály. Získané satelity a každý odpovedajúci stĺpik nižšie prestanú blikat'. V hornej časti stránky sa objaví presnosť GPS a súradnice.

VÝSTRAHA: Pozrite si príručku *Dôležité informácie o bezpečnosti a produkte* v krabici s produktom pre výstrahy vzhľadom na bezpečné a správne používanie mapy.

O GPS

Globálny polohový systém (Global Positioning System - GPS) je navigačný systém založený na satelitoch, tvorený sieťou 24 satelitov umiestnených na obežnú dráhu Ministerstvom obrany Spojených štátov. GPS bol pôvodne určený pre vojenské účely, ale v osemdesiatych rokoch minulého storočia vláda sprístupnila systém pre civilné používanie. GPS pracuje za každého počasia, kdekoľvek na svete, 24 hodín denne. Pre používanie GPS neexistuje žiadne predplatné alebo inštalčné poplatky.

Viac informácií nájdete na www.garmin.com/aboutGPS.

POUŽÍVANIE PRÍSLUŠENSTVA

Táto časť popisuje príslušenstvo, ktoré je kompatibilné s Edge 705:

- Snímač srdcovej činnosti
- Snímač rýchlosti a kadencie GSC 10
- Merač výkonu

Informácie o zakúpení dodatočného príslušenstva nájdete na stránke <http://buy.garmin.com>.

Snímač srdcovej činnosti

Snímač srdcovej činnosti je v pohotovosti a pripravený odosielať údaje. Snímač srdcovej činnosti noste priamo na pokožke, hneď pod prsiami. Mal by by dostatočne priliehať, aby zostal na mieste počas jazdy.

1. Vtlačte jednu úchytku na popruhu cez štrbinu v snímači srdcovej činnosti. Zatlačte úchytku nadol.
2. Navlhčite oba snímače na zadnej strane snímača srdcovej činnosti, aby sa vytvorilo silné



Popruh snímača srdcovej činnosti



Snímač srdcovej činnosti (predná strana)




Snímač srdcovej činnosti (zadná strana)

prepojenie medzi vašou hrudou a vysielateľom.

- Omotajte si popruh okolo hrude a pripojte ho k druhej strane snímača srdcovej činnosti.



POZNÁMKA: Logo Garmin by malo byť lícom nahor.

- Zapnite Edge a umiestnite ho do oblasti rozsahu snímača srdcovej činnosti (3 m). Na hlavnej stránke sa objaví ikona srdcovej činnosti .
- Pre prispôbenie políček s údajmi si pozrite [stranu 47](#).
- Ak sa neobjavia údaje o srdcovej činnosti, alebo ak budú údaje srdcovej činnosti nepravidelné, možno bude potrebné dotiahnuť popruh na vašej hrudi, alebo sa zahrievať po dobu 5–10 minút. Ak problém pretrváva, možno bude potrebné spárovať snímače. Pozrite si [stranu 57](#).

Zóny srdcovej činnosti

Stlačte **menu** >, zvolte **Nastavenia** > **Profil a zóny** > **Zóny ST**.



Max:	185 _{bpm}
Zóny	Zaloz. na max. ▾
1	93 _{bpm} Vlastne
2	111 _{bpm} Zaloz. na max.
3	130 _{bpm} 148 _{bpm}
4	148 _{bpm} 167 _{bpm}
5	167 _{bpm} 185 _{bpm}



POZOR: Poradte sa so svojím lekárom o určení zón srdcovej činnosti/cieľov, ktoré sú vhodné pre úroveň vašej kondície a váš zdravotný stav.

Mnohí atléti používajú zóny srdcovej činnosti na meranie a zvyšovanie svojej kardiovaskulárnej sily a zlepšovanie úrovne svojej kondície. Zóna srdcovej činnosti je nastavený rozsah tepov za minútu. 5 bežne akceptovaných zón

POUŽÍVANIE PRÍSLUŠENSTVA

Zóna	% max. srdcovej činnosti	Vnímané úsilie	Prínosy
1	50–60%	Uvoľnený, ľahké tempo; pravidelné dýchanie	Začínajúca úroveň aeróbného tréningu; znižuje stres
2	60–70%	Pohodlné tempo; mierne prehĺbené dýchanie, možná konverzácia	Základný kardiovaskulárny tréning; dobrá rýchlosť pre regeneráciu
3	70–80%	Stredné tempo; ťažšie udržiavanie konverzácie	Zlepšená aeróbná kapacita; optimálny kardiovaskulárny tréning
4	80–90%	Rýchle tempo, trochu nepohodlné; prudké dýchanie	Zlepšená anaeróbná kapacita a prahová hodnota; zlepšená rýchlosť
5	90–100%	Šprint, nedá sa vydržať dlhú dobu; ťažké dýchanie	Anaeróbná a svalová vytrvalosť; zvýšený výkon

srdcovej činnosti je označených číslami 1–5 podľa zvyšujúcej sa intenzity. Vo všeobecnosti sa zóny srdcovej činnosti počítajú podľa percenta vašej maximálnej srdcovej činnosti.

Ako vplyvajú zóny srdcovej činnosti na ciele vašej kondície?

Poznanie zón vašej srdcovej činnosti vám môže pomôcť pri meraní a zlepšovaní vašej kondície pochopením a aplikáciou týchto princípov:

- Vaša tepová frekvencia je dobrý spôsob merania intenzity cvičenia.
- Tréning v určitých zónach srdcovej činnosti vám môže pomôcť pri zlepšovaní vašej kardiovaskulárnej kapacity a sily.
- Poznanie zón vašej srdcovej činnosti vám môže pomôcť vyhnúť sa pretrénovaniu a znížiť riziko zranenia.

Ak poznáte svoju maximálnu tepovú frekvenciu, môžete ju zadať a umožniť Edge vypočítať vaše zóny srdcovej činnosti založené na percentuálnych hodnotách uvedených v tabuľke na [strane 36](#). Ak nepoznate svoju maximálnu tepovú frekvenciu, použijete jeden z kalkulátorov, ktoré sú k dispozícii na Internete.

Batéria snímača srdcovej činnosti

Viac informácií o batérii nájdete na [strane 58](#).

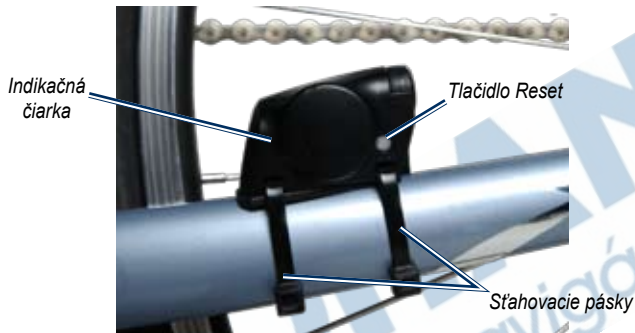
GSC 10

Váš Edge 705 je kompatibilný so snímačom rýchlosti a kadencie GSC 10 pre bicykle.

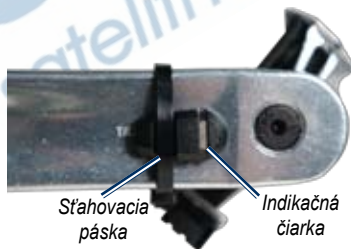
Oba magnety musia byť zarovnané k svojim príslušným indikačným čiarkam, aby Edge mohol prijímať údaje.

Pre inštaláciu GSC 10:

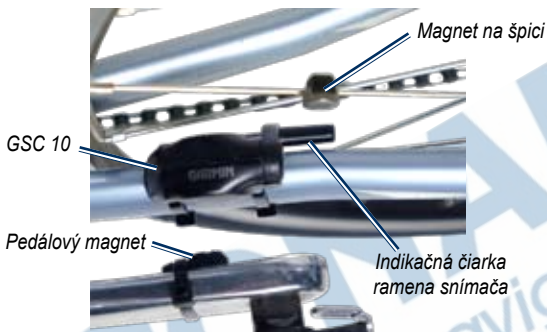
1. Umiestnite GSC 10 na spodnú časť zadnej vidlice (na stranu oproti reťazovému pohonu). Voľne pripevnite GSC 10 s použitím dvoch sťahovacích pásov.
2. Pripevnite pedálový magnet na rameno kľuky s použitím lepiaceho držiaka a sťahovacej pásky. Pedálový magnet musí byť do 5 mm od GSC 10 a indikačná čiarka na pedálovom magneti musí byť zarovnaná s indikačnou čiarkou na GSC 10.



GSC 10 na spodnej časti zadnej vidlice



Pedálový magnet na ramene kľuky



GSC 10 a zarovnanie magnetu

3. Odskrutkujte magnet špicu z plastového dielu. Umiestnite špicu do drážky v plastovom dielu a zľahka dotiahnite. Magnet môže byť nasmerovaný mimo GSC 10, ak nie je dost' miesta medzi ramenom snímača a špicou. Magnet musí byť zarovnaný s indikačnou čiarkou ramena snímača.
4. Uvoľnite skrutku na rameno snímača a posuňte ho do vzdialenosti do 5 mm od magnetu špicu. Tiež môžete sklopiť GSC 10 bližšie k jednému z dvoch magnetov pre lepšie zarovnanie.
5. Stlačte tlačidlo **Reset** na GSC 10. Kontrolka LED sa rozsvieti na červeno, potom na zeleno. Pretočte pedál pre test zarovnania snímača. Červená LED kontrolka blikne zakaždým, keď rameno kľuky prejde okolo snímača a zelená LED kontrolka blikne zakaždým, keď magnet na kolese prejde okolo ramena snímača.



POZNÁMKA: LED kontrolka bliká počas prvých 60 prechodov po resetovaní. Stlačte **Reset** znovu, ak potrebujete ďalšie prechody.

- Keď je všetko zarovnané a všetko pracuje správne, dotiahnite sťahovacie pásky, rameno snímača a magnet na špici.

Tréning s kadenciou

Kadencia je vaša rýchlosť pedálovania alebo "otáčania" meraná počtom otáčok ramena kľuky za minútu(rpm).

Na GSC 10 sú dva snímače: jeden pre kadenciu a jeden pre rýchlosť. Údaje kadencie z GSC 10 sú vždy zaznamenávané. Údaje rýchlosti z GSC 10 sú zaznamenávané a používané na výpočet vzdialenosti len vtedy, ak je slabý signál GPS alebo ak je GPS vypnuté.

Informácie o upozorneniach na kadenciu nájdete na [strane 18](#).

Viac informácií o zónach rýchlosti nájdete na [strane 54](#).

Batéria pre GSC 10

Viac informácií o batérii pre GSC 10 nájdete na [strane 59](#).

Merač výkonu

Zoznam meračov výkonu vyrábaných inými spoločnosťami, ktoré sú kompatibilné s Edge 705, nájdete na www.garmin.com/edge.

Kalibrácia výkonu

Stlačte **menu** >, zvolte **Nastavenia** > **ANT+Sport** > **Prislusenstvo** > **Kalibrovat výkon**.

Inštrukcie pre kalibráciu špecifické pre váš merač výkonu nájdete v pokynoch výrobcu a na www.garmin.com/edge.

Zóny výkonu

Stlačte **menu** >, zvolte **Nastavenia** > **Profil a zony** > **Zony výkonu**.

FTP:	300.
Zony	Zalozene na F
1	75. Vlastne
2	168. Zalozene na FTP
3	228. 270.
4	273. 315.
5	318. 360.
6	363. 450.
7	453. 600.

Môžete nastaviť 7 svojich zón výkonu (1=najnižší, 7=najvyšší). Ak poznáte svoju hodnotu FTP (funkčný prahový výkon), môžete ju zadať a umožniť tak Edge automaticky vypočítať vaše zóny výkonu. Zóny výkonu môžete zadať aj manuálne.

Pre zmenu vašich jednotiek výkonu si pozrite [stranu 55](#).

HISTÓRIA

Váš Edge automaticky ukladá históriu, keď je spustený časovač. Edge má k dispozícii približne 500 MB priestoru. Keď je pamäť Edge plná, vaša najstaršia história je prepísaná. Pravidelne načítavajte svoju históriu do Garmin Training Center alebo Garmin Connect, aby ste sledovali všetky vaše bicyklové údaje. Informácie o nahrávaní údajov z Edge nájdete na [strane 56](#).

História obsahuje čas, vzdialenosť, kalórie, priemernú rýchlosť, maximálnu rýchlosť, prevýšenie, podrobné informácie o kolách a zobrazenie mapy. História Edge 705 môže tiež obsahovať tepovú frekvenciu, kadenciu a výkon.



POZNÁMKA: História nie je zaznamenávaná pri vypnutom časovači.



POZNÁMKA: Pamäť Edge nezahŕňa samostatnú čítačku karty microSD™. Pozrite si správu údajov na [strane 44](#).

Prezeranie histórie

Po skončení jazdy si môžete prezerat' na vašom Edge údaje histórie podľa dňa, týždňa alebo celkové údaje.

Jazdy		
MAJ13	10:43	1
MAJ07	18:12	3
MAJ07	17:02	1
MAJ04	12:37	2
572 cal	Celk.	00:51:20
0.0 km	Pr.	2.62%
0.0	Max.	5.00%

Pre prezeranie histórie podľa dňa:

1. Stlačte **menu** >, zvolte **Historia** > **Podľa dna**.

2. Na rolovanie v zozname použite palcový páčkový ovládač. Pri rolovaní sa pod zoznamom objavia celkové informácie.
3. Zvoľte si položku pre prezeranie podrobností celej jazdy alebo každého kola.
4. Zvoľte **Zobrazit mapu?** pre prezeranie vašej jazdy na mape.
5. Stlačte **in/out** pre priblíženie/vzdialenie pohľadu na mapu. Po skončení prezerania kola zvoľte **Dalsie** pre prezeranie nasledujúceho kola.
6. Stlačte **mode** pre opustenie stránky.

Prenesenie histórie do vášho počítača

Informácie o prenášaní tréningov do a z vášho Edge nájdete na [stránach 9-10](#).

Vymazanie histórie

Po prenesení vašich tréningov do Garmin Training Center alebo Garmin Connect môžete chcieť vymazať históriu z vášho Edge.

Pre vymazanie histórie:

1. Stlačte **menu** >, zvoľte **Historia** > **Odstranit....**
2. Zvoľte **Uchovat 1 mesiac**, **Uchovat 3 mesiace** alebo **Odstranit vsetko**.
3. Zvoľte **Ano** pre potvrdenie.

Pre vymazanie kôl alebo celých jász z histórie:

1. Stlačte **menu** >, zvoľte **Historia** > **Podla dna**.
2. Zvoľte kolo alebo jazdu.
3. Zvoľte **Odstr.**
4. Zvoľte **Ano** pre potvrdenie.

SPRÁVA ÚDAJOV

Môžete použiť Edge ako zariadenie veľkokapacitnej pamäte USB a môžete si zakúpiť samostatnú kartu microSD na prídavnú externú pamäť.



POZNÁMKA: Edge nie je kompatibilný s Windows® 95, 98, Me alebo NT. Taktiež nie je kompatibilný s Mac® OS 10.3 a staršími. Toto je bežné obmedzenie väčšiny veľkokapacitných USB zariadení.

Načítavanie súborov

Krok 1: Vloženie karty MicroSD (voliteľná)

1. Vyberte dvierka karty microSD na zadnej strane Edge.



2. Pri vkladaní karty ju zatlačte, kým nepočujete kliknutie.



Krok 2: Pripojte kábel USB



1. Zasuňte malý koniec USB kábla do mini-USB portu na zadnej strane prístroja Edge (pod krytom proti vplyvu počasia).
2. Pripojte väčší koniec USB kábla do dostupného USB portu na vašom počítači. Edge je teraz v režime veľkokapacitnej pamäte USB.

Váš Edge a karta microSD sa objavia ako výmenné mechaniky v zložke Tento počítač (My Computer) na počítačoch Windows a ako namontované diely na počítačoch Mac.

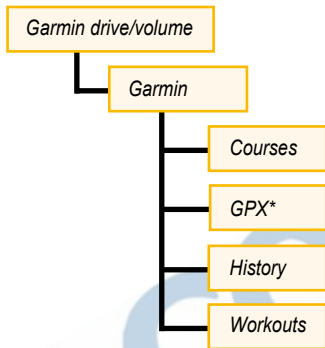
Krok 3: Prenos súborov na váš počítač

1. Prehľadajte svoj počítač, aby ste našli súbor, ktorý chcete kopírovať.
2. Vyznačte súbor a zvolte **Edit > Copy**.
3. Otvorte mechaniku/zložku "Garmin" alebo karty microSD.
4. Zvoľte **Edit > Paste**.

Krok 4: Vysuňte a odpojte kábel USB

Keď ukončíte prenos súborov, kliknite na ikonu Eject  na paneli úloh (system tray) alebo potiahnite ikonu zložky do Trash  na počítačoch Mac. Odpojte svoj Edge od vášho počítača.

Priečinky Garmin



* Priečinok GPX obsahuje trasové body a uložené jazdy.

Vymazávanie súborov

Otvorte mechaniku/zložku Garmin alebo karty microSD. Zvýraznite súbor a stlačte klávesu **Delete** na klávesnici vášho počítača.



POZOR: Ak nemáte istotu, načo slúži súbor, nevymažte ho. Pamäť vášho Edge obsahuje dôležité systémové súbory, ktoré by nemali byť vymazané.

Prenášanie súborov do ďalšieho Edge (len 705)

Môžete bezdrôtovo prenášať súbory z jedného Edge na druhý s použitím bezdrôtovej technológie ANT+Sport.

1. Zapnite oba prístroje Edge a umiestnite ich vo vzájomnom dosahu (3 m).
2. Stlačte **menu** >, zvolte **Nastavenia** > **ANT+Sport**.
3. Zvoľte **Prijat udaje** na Edge, ktoré prijíma súbory.
4. Zvoľte **Prenasat udaje** na Edge, ktoré odosiela súbory.

NASTAVENIA

Môžete si prispôbiť polia s údajmi, nastavenia mapy, vytváranie trasy, profily bicykla a užívateľa, tréningové zóny, displej, jednotky, čas, zaznamenávanie údajov a nastavenie bezdrôtového spojenia. Stlačte **menu** >, zvolte **Nastavenia**.



POZNÁMKA: Po ukončení volieb možnosti alebo zadávania hodnôt stlačte **mode** pre ukončenie.

Užívateľské polia s údajmi

Môžete nastaviť užívateľské polia s údajmi pre nasledujúce strany Edge:

- Bicyklový počítač 1
- Bicyklový počítač 2
- Mapa
- Tréningy

- Kurzy (Trasy)

Zoznam polí s údajmi k dispozícii nájdete na [stranách 48–52](#).

Pre nastavenie polí s údajmi:

1. Stlačte **menu** >, zvolte **Nastavenia** > **Policka s údajmi**.
2. Zvolte jednu zo stránok uvedených v zozname.
3. Zvolte počet polí s údajmi, ktoré chcete vidieť na tejto stránke.



4. Pre zmenu polí s údajmi použite palcový páčkový ovládač. Po ukončení stlačte **mode**.
5. Opakujte pre každú stránku, ktorú si chcete prispôbiť.

Polia s údajmi prístroja Edge

Nasledujúca tabuľka uvádza zoznam všetkých polí s údajmi prístroja Edge a ich popisy.

* Označuje pole zobrazujúce štatutárne (anglické) alebo metrické jednotky.

Pole s údajmi	Popis	Edge 605	Edge 705
Presnosť GPS *	Medzná odchýlka vašej presnej polohy. Napríklad je vaša poloha GPS presná v rozsahu +/- 3m.	•	•
Stupanie - celkovo *	Celkový zisk nadmorskej výšky získaný pri aktuálnej jazde.		•
Poloha (napr. SE)	Smer vášho cieľa.	•	•
Rytmus (Kadencia)	Otáčky ramena kľuky za minútu.		•
Rytmus – priemerný	Priemerná kadencia pre trvanie vašej aktuálnej jazdy.		•
Rytmus – kolecko	Priemerná kadencia pre aktuálny okruh.		•
Rytmus – Max	Maximálna kadencia dosiahnutá počas aktuálnej jazdy.		•
Kalorie	Množstvo spálených kalórií.	•	•
Klesanie - celkovo *	Celková nadmorská výška stratená pri aktuálnej jazde.		•

Pole s údajmi	Popis	Edge 605	Edge 705
Vzdialenosť – koliečko *	Vzdialenosť prejdená v aktuálnom okruhu.	•	•
Vzdialenosť – posl. koliečko *	Dĺžka posledného dokončeného okruhu.	•	•
Vzdialenosť – pozast. *	Vzdialenosť prejdená pokým bol časovač v Auto Pause.	•	•
Vzdialenosť *	Vzdialenosť prejdená počas aktuálnej jazdy.	•	•
Vzdial. k ciel. miestu	Vzdialenosť do dosiahnutia cieľa.	•	•
Vzdialenosť k nasl.	Vzdialenosť do dosiahnutia nasledujúcej odbočky.	•	•
ETA do cieľa	Predpokladaný čas príchodu do cieľa.	•	•
ETA pri nasledujúcej	Predpokladaný čas príchodu k nasledujúcej odbočke.	•	•
Vyska *	Vzdialenosť nad/pod úrovňou mora.	•	•
Uroven	Výpočet stúpania počas jazdy. Napríklad na každých 10 stôp, ktoré nastúpate (stúpanie), prejdete vzdialenosť 200 stôp (vzdialenosť), váš sklon stúpania je 5%.	•	•
Smer	Aktuálny smer, v ktorom cestujete.	•	•

NASTAVENIA

Pole s údajmi	Popis	Edge 605	Edge 705
Srdcový tep	Počet tepov srdca za minútu (bpm).		•
Srdcový tep – priem.	Priemerná tepová frekvencia pre jazdu.		•
Srdcový tep – kolecko	Priemerná tepová frekvencia v aktuálnom kole.		•
Zona srdcoveho tepu	Aktuálny rozsah srdcovej činnosti (1–5). Predvolené zóny sú založené na vašej maximálnej tepovej frekvencii a profile užívateľa.		•
Kolecka (okruhy)	Počet dokončených kôl.	•	•
Vykon	Aktuálny podávaný výkon vo wattoch alebo % FTP.		•
Vykon – priemerný	Priemerný podaný výkon pre trvanie vašej aktuálnej jazdy.		•
Vykon – kolecko	Priemerný podávaný výkon v aktuálnom kole.		•
Zona výkonu	Aktuálny rozsah podávaného výkonu (1–7) založený na kalibrovaných alebo vlastných nastaveniach.		•
Rychlosť *	Aktuálna rýchlosť.	•	•
Rychlosť – priem. *	Priemerná rýchlosť jazdy.	•	•
Rychlosť – kolecko *	Priemerná rýchlosť v aktuálnom kole.	•	•

Pole s údajmi	Popis	Edge 605	Edge 705
Rychl. - posl. koliečko *	Priemerná rýchlosť počas celého posledného kola.	•	•
Rychlosť – maximalna *	Maximálna rýchlosť dosiahnutá počas aktuálnej jazdy.	•	•
Zona rychlosti	Aktuálny rozsah rýchlosti založený na predvolených alebo vlastných nastaveniach: Stúpanie 1–4, Rovina 1–3, Klesanie, Šprint a Max. rýchlosť.	•	•
Vychod Slnka	Čas východu slnka založený na vašej polohe GPS.	•	•
Zapad Slnka	Čas západu slnka založený na vašej polohe GPS.	•	•
Čas	Čas stopiek.	•	•
Čas – priem. koliečko	Priemerný čas na dokončenie doterajších kôl.	•	•
Čas – koliečko	Čas v aktuálnom kole.	•	•
Čas – posl. koliečko	Čas na dokončenie posledného úplného kola.	•	•
Čas – pozastavene	Uplynulý čas pokiaľ bol časovač v Auto Pause.	•	•
Čas do cieľa	Odhadovaný čas do dosiahnutia vášho cieľa.	•	•

NASTAVENIA

Pole s údajmi	Popis	Edge 605	Edge 705
Čas k nasledujúcej	Odhadovaný čas do dosiahnutia nasledujúcej odbočky.	•	•
Casovy údaj	Aktuálny čas dňa založený na vašich časových nastaveniach (formát, časová zóna a letný a zimný čas).	•	•
Zem. bod v ciel. mies.	Názov koncového trasového bodu na trase.	•	•
Zemepis. bod pri nasl.	Názov nasledujúceho trasového bodu na trase.	•	•

System

Stlačte **menu** >, zvolte **Nastavenia** > **System**.

- **GPS**—Normalne, GPS je vypnuté (pre používanie v interiéri), alebo Režim ukazky (pre simuláciu trasy).



POZNÁMKA: Keď je GPS vypnutý, nie sú k dispozícii údaje rýchlosti a vzdialenosti, pokiaľ nepoužívate Edge 705 s GSC 10. Keď zapnete Edge nabadúce, bude znovu vyhľadávať satelitné signály.

- **Jazyk textu**—zmena jazyka textu na obrazovke. Zmena jazyka textu nezmení jazyk mapy alebo údajov zadaných užívateľom.

- **Tony**—nastavenie zvukových tónov Klaves a sprava, Len sprava alebo Vyp.
- **Možnosti režimu strán**—zapnite pre zobrazenie mapy v cykle zobrazených stránok po stlačení **mode**.
- **Informácie o obryse**—prezeranie verzie vášho softvéru, **verzie GPS a ID jednotky**.

Mapa

Stlačte **menu** >, zvolte **Nastavenia** > **Mapa**.

Podrobnosti—nastavte množstvo detailov zobrazených na mape. Po pridaní detailu sa mapa vykresľuje pomalšie.

Orientácia—zmení perspektívu mapy.

- **Sever hore**—zobrazí mapu so severom na vrchu stránky.
- **Trasa hore**—zobrazí mapu so smerom cesty na vrchu stránky.

Automaticke zvacovanie—zapnutie

NASTAVENIA

automatického priblíženia/vzdialenia pohľadu na mapu pre optimálne prezeranie.

Uzamknut na cestu–zapnite pre blokovanie mapového ukazovadla na najbližšiu cestu, kompenzujúč odchýlky v presnosti polohy mapy.

Nazov mapy–zvoľte, ktoré načítané mapy chcete používať.

Vytváranie trasy

Stlačte **menu** >, zvoľte **Nastavenia** > **Smerovanie**.

Vypocítat cesty pre–zvoľte **Auto/motocykel**, **Bicykel**, alebo **Chodec** pre optimalizáciu trás.

Nastavenia auto/motocykel

Sledovat metodu cesty–nastavte vaše preferencie vytvárania trasy na **Okamzite**, **Rychlejsie** alebo **Kratsia vzd.**.

Vyhnut sa–zvoľte pre vyhnutie sa nespevným cestám, diaľniciam, spoplatneným cestám a otočeniam do protismeru na vašich trasách.

Nastavenia bicykel a chodec

Metoda navadzania– nastavte vaše preferencie vytvárania trasy na **Okamzite**, **Rychlejsie** alebo **Kratsia vzd.**.

Vyhnut sa–zvoľte pre vyhnutie sa nespevným cestám.

Profil a zóny

Stlačte **menu** >, zvoľte **Nastavenia** > **Profil a zony**.

Profily užívateľa a bicykla

Pozrite si **stranu 8**.

Zóny rýchlosti

Stlačte **menu** >, zvoľte **Nastavenia** > **Profil a zony** > **Rychlostne zony**.

Váš Edge obsahuje niekoľko rôznych zón rýchlosti, v rozsahu od veľmi pomalej (Climb 4) po veľmi rýchlu (Max Speed). Hodnoty pre tieto zóny rýchlosti sú zadané predvolene a nemusia zodpovedať vašim osobným schopnostiam. Keď zadáte vhodné

zóny rýchlosti, môžete používať tieto zóny na nastavenie vašich upozornení pre rýchlosť alebo ich používať ako ciele v pokročilých tréningoch. Viac informácií o upozorneniach nájdete na [stranách 16–20](#). Viac informácií o pokročilých tréningoch nájdete na [stranách 24–28](#).

Zóny srdcovej činnosti a výkonu (Edge 705)

Pozrite si [strany 34-41](#) (Používanie príslušenstva).

Displej

Stlačte **menu** >, zvolte **Nastavenia** > **Zobraziť**.

Uplynutie času podsvietenia–nastavte dĺžku doby podsvietenia displeja.



TIP: Použite nastavenie krátkej doby podsvietenia, šetrí to energiu batérie.

Uroveň podsvietenia–použite palcový páčkový ovládač na nastavenie jasú podsvietenia.

Režim zobrazenia–zvoľte **Denna doba** pre jasné podsvietenie. Zvoľte **Nocny čas** pre tmavé pozadie. Zvoľte **Automaticke** pre automatické prepínanie medzi týmito dvoma založené na dennej dobe.

Upraviť farbu–zvoľte farebnú schému pre stránky Edge.

Jednotky a čas

Stlačte **menu** >, zvolte **Nastavenia** > **Cas**.

Format casu–zvoľte 12- alebo 24-hodinový časový formát.

Casove pasmo–zvoľte svoju časovú zónu alebo blízke mesto.

Letny cas–zvoľte **Ano**, **Nie**, alebo **Automaticke**. Nastavenie Auto upraví čas automaticky na letný/zimný podľa

NASTAVENIA

vašej časovej zóny.

Jednotky:

Stlačte **menu** >, zvolte **Nastavenia** > **Jednotky**.

Vzdialenosť a Vyska—zvoľte **Angl. sys.** alebo **Metricky**.

Srdcový tep—zvoľte **Udery za minútu** alebo **% max. srdcového tepu** pre údaje o vašej tepovej frekvencii. Viac informácií o údajoch srdcovej činnosti nájdete na [stranách 34–37](#).

Vykon—zvoľte **Watty** alebo **% FTP**. Viac informácií o meračoch výkonu nájdete na [strane 41](#).

Zaznamenávanie údajov

Zaznamenávanie údajov kontroluje, ako Edge zaznamenáva podrobné údaje vašich jazd. Stlačte **menu** >, zvolte **Nastavenia** > **Nahravanie údajov**.

Intel. nahravanie—zaznamenáva kľúčové body, kde zmeníte smer, rýchlosť alebo tepovú frekvenciu.



TIP: Pri dlhých jazdách resetujte svoj časovač každých 12 hodín, aby ste zabránili prepísaniu údajov histórie.

Kazdu sekundu—zaznamenáva body každú sekundu. Vytvára najpresnejší možný záznam vašej jazdy. Avšak pri zázname Every Second (každú sekundu) môže Edge zaznamenávať len do 4,5 hodiny údajov histórie.



TIP: Pri dlhých jazdách resetujte svoj časovač každé 4 hodiny, aby ste zabránili prepísaniu údajov histórie.

ANT+Sport

Stlačte **menu** >, zvolte **Nastavenia** > **ANT+Sport**.

Príslušenstvo

Ak ste si kúpili snímač (s bezdrôtovou technológiou ANT+Sport) zvlášť, musíte ho spárovať s vaším Edge.

Čo je to párovanie?

Párovanie je prepojenie snímačov, ako je váš Snímač srdcovej činnosti, s vaším Edge. Po prvom spárovaní váš Edge automaticky rozpozná váš snímač po každej jeho aktivácii. Tento proces nastáva automaticky, keď zapnete Edge a trvá len niekoľko sekúnd, kým sú snímače aktivované a fungujú správne. Po spárovaní váš Edge prijíma údaje len z vášho snímača a vy sa môžete pohybovať v blízkosti iných snímačov.

Pre párovanie príslušenstva:

1. Premiestnite sa preč (10 m) od ostatných snímačov, pokiaľ sa Edge pokúša prvýkrát spárovať s vaším snímačom. Umiestnite váš snímač do požadovaného rozsahu (3 m) prístroja Edge.
2. Stlačte **menu** >, zvolte **Nastavenia** > **ANT+Sport**.
3. Pre každé príslušenstvo, ktoré máte, zvolte **Ano** > **Opat. spustiť sním.**



POZNÁMKA: Viac informácií o používaní príslušenstva, zón a o kalibrácii nájdete na [stranách 34-41](#).

Prijímanie a prenos údajov

Pozrite si správu údajov na [strane 44](#).

PRÍLOHA

Voliteľné príslušenstvo

Viac informácií o voliteľnom príslušenstve nájdete na <http://buy.garmin.com>. Pre zakúpenie príslušenstva môžete tiež kontaktovať vášho predajcu Garmin.

Informácie o batérii



POZNÁMKA: Pre správnu likvidáciu batérií sa spojte s vašim miestnym oddelením likvidácie odpadu.

Batéria snímača srdcovej činnosti

Snímač srdcovej činnosti obsahuje batériu CR2032, ktorú môže užívateľ vymeniť.

Pre výmenu batérie:

1. Nájdite okrúhly kryt batérie na zadnej strane snímača srdcovej činnosti.



2. Použite mincu na otočenie krytu proti smeru hodinových ručičiek tak, aby šípka na kryte ukazovala na **OPEN**.
3. Odstráňte kryt a vymeňte batériu tak, aby kladná strana smerovala nahor.



POZNÁMKA: Buďte opatrný a nepoškodte alebo neuvoľnite tesniaci krúžok na kryte.

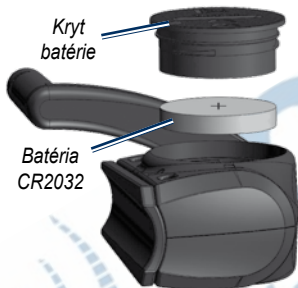
4. Použite mincu na otočenie krytu v smere hodinových ručičiek tak, aby šípka na kryte ukazovala na **CLOSE**.

Batéria pre GSC 10

GSC 10 obsahuje batériu CR2032, ktorú môže užívateľ vymieňať.

Pre výmenu batérie:

1. Nájdite okrúhly kryt batérie na boku GSC 10.



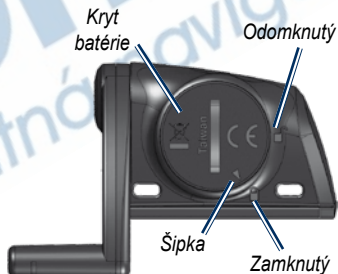
2. Použite mincu na otočenie krytu proti smeru hodinových ručičiek, kým nie je dostatočne uvoľnený na to, aby sa dal odstrániť (šípka ukazuje na odomknutý).

3. Odstráňte kryt a vymeňte batériu tak, aby kladná strana smerovala nahor.



POZNÁMKA: Buďte opatrný a nepoškodte alebo neuvoľnite tesniaci krúžok na kryte.

4. Použite mincu na zatočenie krytu naspäť na miesto (šípka ukazuje na zamknutý).



Technické údaje

Edge

- **Fyzické rozmery:** 51,3 mm × 109,2 mm × 25,4 mm (2.0 in. × 4.3 in. × 1 in.)
- **Hmotnosť:** 105 g (3,7 oz.)
- **Displej:** 55,9 mm (2.2 in.) farebný displej s podsvietením
- **Odolnosť proti vode:** IPX7
- **Uloženie dát:** približne 500 MB priestoru k dispozícii na Edge (~500 hodín histórie tréningu pre 1 MB na hodinu). 100 trasových bodov užívateľa. 16,383 bodov trate.
- **Rozhranie počítača:** USB

- **Typ batérie:** 1200 mAh dobijateľná, zabudovaná, lítium-iónová batéria
- **Životnosť batérie:** 15 hodín, podľa používania
- **Rozsah prevádzkovej teploty:** -15,00°C-70°C (5°F-158°F)
- **Rádiová frekvencia/protokol:** Protokol bezdrôtovej komunikácie 2,4 GHz/Dynastream ANT+Sport
- **Anténa:** vnútorný plášť
- **Prijímač:** vysoko citlivý integrovaný prijímač GPS podľa SiRF III



Bicyklový držiak

- **Fyzické rozmery:** 28.5 mm × 28.5 mm × 15.6 mm (1.1 in. × 1.1 in. × 0.6 in.)
- **Hmotnosť:** 8 g (0,3 oz.)

Snímač srdcovej činnosti

- **Fyzické rozmery:** 34,7 cm × 3,4 cm × 1,1 cm (13.7 in. × 1.3 in. × 0.4 in.)
- **Hmotnosť:** 44 g (1.6 oz.)
- **Odolnosť proti vode:** 10 m (32.9 ft)
- **Dosah vysielania:** približne 3 m (9.8 ft.)
- **Batéria:** CR2032 (3 volty), vymeniteľná užívateľom
- **Životnosť batérie:** približne 3 roky (1 hodina denne)
- **Prevádzková teplota:** -10°C-50°C (14°F-122°F)



POZNÁMKA: V chladných podmienkach noste v hodné oblečenie, aby ste udržali Snímač srdcovej činnosti v teplote blízkej teplote vášho tela.

- **Rádiová frekvencia/protokol:**

Protokol bezdrôtovej komunikácie
2,4 GHz/Dynastream ANT+Sport

Presnosť môže byť znížená zlým kontaktom snímača, elektrickou interferenciou a vzdialenosťou prijímača od vysielача.

GSC 10

- **Fyzické rozmery:** 5,1 cm × 3,0 cm × 2,3 cm (2.0 in × 1.2 in × 0.9 in)
- **Hmotnosť:** 25 g (0.9 oz.)
- **Odolnosť proti vode:** IPX7
- **Dosah vysielania:** približne 3 m (9.8 ft.)
- **Batéria:** CR2032 (3 volty), vymeniteľná užívateľom
- **Životnosť batérie:** približne 1,4 roka (1 hodina denne)

PRÍLOHA

- **Rozsah prevádzkovej teploty:**
-15°C až 70°C (5°F–158°F)
- **Rádiová frekvencia/protokol:**
Protokol bezdrôtovej komunikácie
2,4 GHz/Dynastream ANT+Sport

Presnosť môže byť znížená elektrickou interferenciou, vzdialenosťou prijímača od vysielača a extrémnymi teplotami.

Úplný zoznam technických údajov nájdete na www.garmin.com/edge.

Barometrický výškomer

Edge 705 obsahuje barometrický výškomer pre veľmi presné údaje o zmene nadmorskej výšky a vertikálnom profile.

Keď spustíte časovač a začnete sa pohybovať, stlačte **mode** pre prezeranie strany výškomera. Nadmorská výška je vykresľovaná zelenou farbou na mriežku. Ak používate virtuálneho partnera, vaša aktuálna poloha je zobrazená čiernou bodkou a virtuálny partner je zobrazený sivou bodkou. Pre

zmenu úrovne zoomu stlačte tlačidlá **in** a **out**. V hornej časti mapovej stránky sa objavujú údaje o vašej nadmorskej výške a celkovom prevýšení.

Veľkosť a obvod pneumatiky

Veľkosť pneumatiky je vyznačená na oboch stranách pneumatiky. Pre úpravu profilu vášho bicykla si pozrite [stranu 8](#).

Veľkosť pneumatiky	L (mm)
12 × 1.75	935
14 × 1.5	1020
14 × 1.75	1055
16 × 1.5	1185
16 × 1.75	1195
18 × 1.5	1340
18 × 1.75	1350
20 × 1.75	1515
20 × 1-3/8	1615

Veľkosť pneumatiky	L (mm)
22 × 1-3/8	1770
22 × 1-1/2	1785
24 × 1	1753
24 × 3/4 galuska	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
26 × 1.40	2005

Veľkosť pneumatiky	L (mm)
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

Veľkosť pneumatiky	L (mm)
700 × 20C	2086
700 × 23C	2096
700 × 25C	2105
700 × 28C	2136
700 × 30C	2170
700 × 32C	2155
700C galuska	2130
700 × 35C	2168
700 × 38C	2180
700 × 40C	2200

Prehlásenie o zhode

Týmto spoločnosť Garmin deklaruje, že tento produkt Edge je v zhode so zásadnými požiadavkami a inými relevantnými nariadeniami Smernice 1999/5/EC.

Úplné znenie Prehlásenia o zhode nájdete na webovej stránke spoločnosti Garmin pre váš produkt Garmin:
www.garmin.com/edge.

Riešenie problémov

Problém	Riešenie/Odpoveď
Tlačidlá nereagujú. Ako resetujem Edge?	Stlačte súčasne mode a lap/reset pre reset softvéru Edge. Toto nevymaže žiadne vaše údaje alebo nastavenia.
Môj Edge nikdy nezíska satelitné signály.	Vezmite váš Edge von z parkovacích garáží a preč od vysokých budov a stromov. Zostaňte niekoľko minút bez pohybu.
Zdá sa, že merač batérie je nepresný.	Nechajte Edge úplne vybiť a potom ho úplne nabite (bez prerušenia cyklu nabíjania).
Snímač srdcovej činnosti, GSC 10 alebo merač výkonu sa nedá spárovať s Edge.	<ul style="list-style-type: none"> • Počas párovania zostaňte najmenej 10 m od ostatných snímačov ANT. • Počas párovania umiestnite Edge do požadovaného rozsahu (3 m) snímača srdcovej činnosti. • Ak problém pretrváva, vymeňte batériu.
Popruh snímača srdcovej činnosti je príliš veľký.	Menší elastický popruh sa predáva osobitne. Navštívte http://buy.garmin.com .
Ako spoznám, že môj Edge je v režime veľkokapacitnej pamäte USB?	Keď je váš Edge v režime veľkokapacitnej pamäte USB, zobrazí sa obrázok Edge pripojeného k počítaču. Taktiež by ste mali vidieť dve výmenné mechaniky v zložke Tento počítač (My Computer) na počítačoch Windows a namontované diely na počítačoch Mac.
V mojom zozname mechaník nevidím žiadne nové vymeniteľné mechaniky.	Ak máte niekoľko sieťových mechaník pripojených k vášmu počítaču, Windows môže mať problém s priradením písmen mechaniky k vašim mechanikám Garmin. Pozrite si súbor Help (Pomocník) vášho operačného systému, aby ste sa naučili, ako pripájať/priradiť písmená mechaniky.

Problém	Riešenie/Odpoveď
<p>Údaje srdcovej činnosti sú nepresné alebo kolísavé.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ubezpečte sa, že snímač srdcovej činnosti prilieha na vaše telo. • Zahrejte sa po dobu 5–10 minút. Ak problém pretrváva, pokračujte podľa nasledujúcich odporúčaní: • Znovu navlhčite snímače. Použite vodu, sliny alebo elektródový gél. Vyčistite snímače. Nečistoty a zvyšky potu na snímačoch môžu rušiť signály srdcovej činnosti. • Syntetické látky otierajúce sa alebo trepotajúce o Snímač srdcovej činnosti môžu vytvárať statickú elektrinu, ktorá narúša signály srdcovej činnosti. Noste bavlnené tričko, alebo navlhčite svoje tričko, ak je to vhodné pre vašu aktivitu. • Umiestnite snímač srdcovej činnosti na svoj chrbát namiesto na hrud'. • Silné elektromagnetické polia a niektoré 2,4 GHz bezdrôtové snímače môžu rušiť váš snímač srdcovej činnosti. Zdroje rušenia môžu zahŕňať vedenia vysokého napätia, elektrické motory, mikrovlnné rúry, 2,4 GHz bezdrôtové telefóny a body pripojenia bezdrôtovej LAN. Keď sa premiestnite preč od zdroja rušenia, vaše dáta srdcovej činnosti by sa mali vrátiť na normálne hodnoty.

Táto slovenská verzia anglickej príručky Edge 605/705 (katalógové číslo Garmin 190-00813-00, revízia A) je poskytovaná ako výhoda. Ak je to potrebné, pozrite si najnovšiu anglickú verziu príručky vzhľadom na prevádzku a používanie prístroja Edge 605/705.

SPOLOČNOSŤ GARMIN NIE JE ZODPOVEDNÁ ZA PRESNOSŤ TEJTO SLOVENSKEJ PRÍRUČKY A ODMIETA AKÚKOL'VEK ZODPOVEDNOSŤ VZNIKNUTÚ ZO SPOLIEHANIA SA NA TENTO DOKUMENT.

INDEX

A

adresy 13
 Auto Lap 14
 Auto Pause 14

B

barometrický výškomer 62
 batéria 58–61
 nabíjanie 3
 bicyklový držiak 4
 body záujmu 13

C

čas
 polia s údajmi 51
 upozornenia 16
 čas odpočinku 14

D

držiak 4

F**G**

Garmin Connect i, 24, 27,
 28, 42
 Garmin Product Support i
 Garmin Training Center i,
 24, 27, 28, 42
 GPS 33, 53
 presnosť 48
 GSC 10 7, 37, 61
 batéria 59

H

história 42
 prezeranie 42
 vymazanie 43
 hľadanie
 adresy 13
 body záujmu 13
 trasové body
 (lokality) 12
 hlavný vypínač 1

I

ID jednotky 53
 ikony 2
 inštalácia
 Edge 4

GSC 10 37

intervalové tréningy 22

J

jazyk 53
 jednoduché tréningy 21

K

kadencia
 polia s údajmi 48
 snímač 9, 37
 tréning 40
 upozornenia 18
 kalórie 48
 karta microSD 44
 karta SD 44

L

lítium-iónová batéria 3, 60
 lokality (trasové body) 12,
 31, 60

M

magnet na špici 39
 mapa 2, 31, 43, 47
 nastavenia 53

N

- nabíjanie batérie 3
- načítania softvéru i, 9
- nadmorská výška
 - barometrický výškomer 62
 - polia s údajmi 48, 49
- nahrávanie dát 10, 44
- nápanie
 - kalibrácia 41
 - merač 41
 - upozornenia 19
 - zóny 41
- naspäť na štart 12
- nedávno nájdené 12

O

- Obľúbené 12

P

- párovanie snímačov 7, 57
- pedálový magnet 37
- podpora produktu i
- podsvietenie 1, 2, 55
- pokročilé tréningy 24
- polia s údajmi 47, 48
- používanie v interiéri 53

- prenášanie dát 10, 44
- pripojenie počítača 10, 45
- príslušenstvo 7, 34–41, 57, 58

R

- registrácia i
- registrácia produktu i
- resetovať Edge 2, 65
- riešenie problémov 65
- rýchlosť
 - polia s údajmi 50
 - upozornenia 17
 - zóny 51, 54

S

- satelitné signály
 - získavanie 6
- snímače, párovanie 7, 57
- Snímač rýchlosti a kadencie 7, 37, 61
- Snímač srdcovej činnosti 7, 34
- batéria 58
- sťahovanie softvéru i, 9
- stránka Satelity 32–33
- stupeň 49

súbory

- načítavanie 44
- prenášanie 46
- vymazanie 46

T

- technické špecifikácie 60
- technické údaje 60
- tep
 - polia s údajmi 49
 - upozornenia 17
 - zóny 35
- tlačidlá 1
- tlačidlo lap 1
- tlačidlo mode 1
- tlačidlo reset 1
- tóny 53
- trasové body (lokality) 12, 31, 60
- Trasy 28
 - editovanie 30
 - spustenie 29
 - vymazanie 30
 - vytváranie 28
- tréning 14
- tréningy 21
 - intervalový 22

jednoduchý 21
pokročilé 24

U

upozornenia 16
čas 16
kadencia 18
napájanie 19
rýchlosť 17
tep 17
vzdialenosť 16
USB 3, 10, 44
vysunutie 45
užívateľské polia s
údajmi 47

V

veľkosť kolesa 9, 62
veľkosť pneumatiky 9, 62
verzia softvéru 53
Virtual Partner 20, 21, 28
vymazanie
Obľúbené 13
história 43
pokročilé tréningy 28
súbory 46
trasy 30

výškomer 62
vzdialenosť
polia s údajmi 49
upozornenia 16

Z

zaznamenávanie údajov 56
zóny
napájanie 41
rýchlosť 54
tep 35

ZÁRUČNÝ LIST

Informácie o výrobku:

Názov - Typ - Model:

sériové číslo:

Informácie o zákazníkovi:

Meno a priezvisko:

Adresa:

Telefón:

Email:

Upozornenie:

Nie je potrebné aby bol záručný list potvrdený predajcom. Za relevantný doklad, pre uplatnenie záruky je stanovený nadobúdaci doklad. Záručný list však plní dôležitú spravodnú funkciu počas reklamačného procesu a preto je potrebné ho pri uplatnení reklamácie pozorne vyplniť a poslať spolu s dokladom o kúpe.

Záručné podmienky

Firma Garmin poskytuje na všetky svoje výrobky 24 mesačnú obmedzenú záruku.

V rámci záručnej doby sa firma Garmin zaväzuje opraviť alebo vymeniť všetky poškodené diely, prípadne celé zariadenie, ktorých porucha sa prejavila pri ich bežnom používaní v súlade s určením zariadenia.

Počas záručnej doby je zákazník povinný zaslať poškodené zariadenie bez zbytočných odkladov do autorizovaného servisu na vlastné náklady.

Reklamácia musí obsahovať:

1. **Poškodené zariadenie** s viditeľným výrobným číslom (ak ho obsahuje)
 - v prípade záručnej opravy musí byť zariadenie v originálnom balení
2. **Vyplnený záručný list a nadobúdaci doklad** (faktúra alebo pokladničný doklad - stačí kópia)
3. V prípade, ak zariadenie je darčekom, je potrebný doklad o kúpe produktu, ku ktorému bol darček dodaný.
4. Vyplnený **reklamačný protokol**
 - reklamačný protokol nájdete na stránke www.garmin.sk v sekcii Download/Tlačivá alebo priamo na linku: ***<http://www.garmin.sk/servis/reklamacny-protokol/>***

Strata uvedených záruk nastáva v prípade:

1. Ak je na prístroji vykonaný servisný zásah neoprávnenou osobou
2. Ak bol prístroj doručený v rozobranom stave
3. Ak porucha vznikla následkom nehody alebo neprimeraného používania - mechanické poškodenie

Všetky ďalšie záručné podmienky sa riadia podľa príslušných ustanovení platného Zákona o ochrane spotrebiteľa

Servisné stredisko pre Slovensko:

CONAN s.r.o., Murgašova 18, 010 01 Žilina, tel: 041-7002902, fax: 041-7632 616, servis@garmin.sk

bezplatná linka podpory

HOT-LINE: 0800 135 000

Najnovšie informácie o výrobku a príslušenstve nájdete na webovej stránke Garmin na www.garmin.sk.

GARMIN[™]



DYNASTREAM[™]
TECHNOLOGY



© 2007 Garmin Ltd. alebo jej pobočky

Garmin International, Inc.
1200 East 151st Street, Olathe, Kansas 66062, USA

Garmin (Europe) Ltd.
Liberty House, Hounsdown Business Park, Southampton, Hampshire,
SO40 9RB UK

Garmin Corporation
No. 68, Jangshu 2nd Road, Shijr, Taipei County, Taiwan