

EDGE[®] 500

CYKELDATOR MED GPS



© 2009 Garmin Ltd. eller dess dotterbolag

Garmin International, Inc.
1200 East 151st Street,
Olathe, Kansas 66062,
USA
Tel. +1 913 397 8200 eller
+1 800 800 1020
Fax +1 913 397 8282

Garmin (Europe) Ltd.
Liberty House,
Hounslow Business Park,
Southampton, Hampshire, SO40 9LR
Storbritannien
Tel. +44 (0) 870 8501241 (utanför Storbritannien)
0808 2380000 (i Storbritannien)
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

Med ensamrätt. Om inget annat uttryckligen anges i detta dokument, får ingen del av denna handbok reproduceras, kopieras, överföras, spridas, hämtas eller lagras i något lagringsmedium i något som helst syfte utan föregående uttryckligt skriftligt tillstånd från Garmin. Garmin beviljar härmed tillstånd att ladda ned en enstaka kopia av denna handbok till en hårddisk eller annat elektroniskt lagringsmedium för visning, samt för utskrift av en kopia av handboken eller av eventuell revidering av den, under förutsättning att en sådan elektronisk eller utskriven kopia av handboken innehåller hela copyrightredogörelsens text och även under förutsättning att all obehörig kommersiell distribution av handboken eller eventuell revidering av den är strängt förbjuden.

Informationen i detta dokument kan ändras utan förvarning. Garmin förbehåller sig rätten att ändra eller förbättra sina produkter och att förändra innehållet utan skyldighet att meddela någon person eller organisation om sådana ändringar eller förbättringar. Besök Garmins webbplats (www.garmin.com) för aktuella uppdateringar och tilläggsinformation om användning och drift av denna och andra produkter från Garmin.

Garmin[®], Garmin Training Center[®] och Edge[®] är varumärken som tillhör Garmin Ltd. eller dess dotterbolag, registrerat i USA och andra länder. Garmin Connect[™], GSC[™] 10, ANT[™] och ANT+[™] är varumärken som tillhör Garmin Ltd. eller dess dotterbolag. De här varumärkena får inte användas utan skriftligt tillstånd av Garmin.

Windows[®] är ett registrerat varumärke som tillhör Microsoft Corporation i USA och/eller andra länder. Mac[®] är ett registrerat varumärke som tillhör Apple Computer, Inc. Övriga varumärken och varunamn tillhör deras respektive ägare.

Komma igång

VARNING

Rådgör alltid med läkare innan du påbörjar eller ändrar ett motionsprogram. I guiden *Viktig säkerhets- och produktinformation* som medföljer i produktförpackningen finns viktig information och produktvarningar.

Första gången du använder Edge® utför du följande steg:

1. Ladda Edge-enheten (sidan 2).
2. Installera Edge-enheten (sidan 2).
3. Slå på Edge-enheten (sidan 4).
4. Hämta satellitinformation (sidan 6).
5. Konfigurera den valfria pulsmätaren (sidan 6) och den valfria GSC™ 10 (sidan 7).
6. Ge dig ut på en cykeltur (sidan 10).
7. Spara cykelturen (sidan 10).

8. Hämta Garmin Connect™ eller programvaran Garmin Training Center® (sidan 10).
9. Överföra historik till datorn (sidan 11).

Om batteriet

VARNING

Den här produkten innehåller ett litiumjonbatteri. I guiden *Viktig säkerhets- och produktinformation* som medföljer i produktförpackningen finns viktig information och produktvarningar.

Edge-enheten drivs av ett inbyggt litiumjonbatteri som du kan ladda med den nätadapter eller USB-kabel som medföljer i produktförpackningen.

OBS! Edge-enheten laddas inte utanför temperaturområdet 0°C till 50°C (32°F till 122°F).

Ladda Edge

MEDELANDE

Förhindra korrosion genom att torka mini-USB-porten, väderskyddet och omgivande område noga innan du laddar eller ansluter enheten till en dator.

1. Anslut nätadaptern till ett vanligt vägguttag.
2. Lyft upp väderskyddet från mini-USB-porten.



Mini-USB-port under väderskyddet

3. Stick in den lilla änden på nätadaptern i mini-USB-porten.

Anslut Edge-enheten till datorn med USB-kabeln, se [sidan 11](#).

4. Ladda Edge-enheten i minst tre timmar innan du börjar använda den.

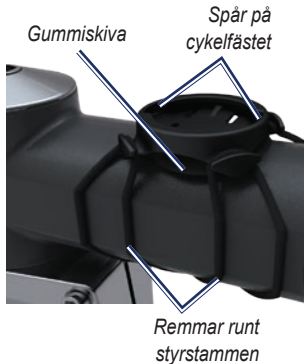
Ett fulladdat batteri kan användas i cirka 18 timmar innan det måste laddas igen.

Installera Edge-enheten

För bästa GPS-mottagning, placera cykelfästet så att framsidan av Edge-enheten är riktad mot himlen. Du kan installera cykelfästet på styrstammen (visas på [sidan 3](#)) eller styret.

1. Välj en lämplig och säker plats att montera Edge-enheten på där den inte sitter i vägen när du cyklar.

2. Placera gummiskivan på cykelfästets baksida.
Gummiflikarna passar in på cykelfästets baksida så att den hålls på plats.
3. Placera cykelfästet på styrstammen.
4. Sätt fast cykelfästet ordentligt med de två remmarna.



5. Passa in flikarna på Edge-enhetens baksida i spåret på cykelfästet.
6. Tryck ned lätt och vrid Edge-enheten medsols så att den låses på plats.



Edge-enheten monterad på styrstammen

Ta loss Edge-enheten

1. Lås upp enheten genom att vrida Edge-enheten medsols.
2. Lyft av Edge-enheten från fästet.

Slå på Edge-enheten

Håll **POWER** intryckt när du vill slå på Edge-enheten.

Konfigurera Edge-enheten


Första gången du slår på Edge-enheten ombeds du att konfigurera systeminställningarna och inställningarna för användarprofil.

- Följ instruktionerna på skärmen när du vill slutföra den första konfigurationen.
- Tryck på ▼ och ▲ om du vill se olika alternativ och ändra standardalternativen.
- Tryck på **ENTER** för att göra ett val.
- Aktivera och para ihop ANT+™-sensorerna under konfigurationen om din Edge-enhet har en pulsmätare och en GSC 10:
 - Välj **Ja** på frågan om pulsmätare. Mer information om konfiguration finns på [sidan 6](#).

- Välj **Ja** på frågan om fart- och taktensor. Mer information om konfiguration finns på [sidan 7](#).

OBS! Mer information om sensorer för tredje part finns i tillverkarens instruktioner och på www.garmin.com/intosports.

Ikoner

	Batteriladdningsnivå
	GPS är aktiv och tar emot signaler.
	GPS är avstängd.
	Pulsmätaren är aktiv.
	Fart- och hastighetssensorn är aktiv.
	Kraftmätaren är aktiv.

Knappar

Varje Edge-knapp har flera funktioner.



Knapp	Beskrivning
POWER/LIGHT	Håll POWER intryckt för att slå på eller stänga av enheten. Tryck på LIGHT om du vill aktivera bakgrundsbelysningen. Om du vill att bakgrundsbelysningen ska vara på i ytterligare 15 sekunder trycker du på vilken knapp som helst.

BACK	Tryck på BACK när du vill avbryta eller återgå till föregående meny.
START/STOP	Tryck på START/STOP om du vill sätta på eller stänga av tiduret.
▼ ▲	Tryck på ▼ eller ▲ när du vill välja menyer och inställningar. Tryck och håll ▼ eller ▲ intryckt när du vill bläddra igenom inställningarna snabbt.
LAP/RESET	Tryck på LAP om du vill skapa ett nytt varv. Håll RESET intryckt för att nollställa tidtagaren.
PAGE/MENU	Tryck på PAGE när du vill bläddra igenom sidor om träningsdata. Håll MENU intryckt när du vill växla mellan meny- och tidtagarlägen.
ENTER	Tryck på ENTER för att välja alternativ och bekräfta meddelanden.

Söka satellitsignaler

Det kan ta 30 till 60 sekunder att söka signaler.

1. Gå utomhus till en öppen plats.
2. Se till att Edge-enhetens framsida är riktad mot himlen.
3. Vänta medan Edge-enheten söker efter satelliter.

Flytta dig inte förrän sidan för satellitsökning försvinner.

Sätta på pulsmätaren

OBS! Om du saknar pulsmätare kan du hoppa över det här steget.

Ha pulsmätaren direkt på huden, precis under bröstet. Den ska sitta tätt nog för att stanna på plats under hela turen.

1. Tryck en flik genom uttaget i pulsmätaren.



Rem för pulsmätare




Pulsmätare (framsida)

Elektroder



Pulsmätare (baksida)

2. Tryck ned fliken.
3. Fukta båda elektroderna på baksidan av pulsmätaren för att skapa en ordentlig anslutning mellan ditt bröst och sändaren.
4. Led remmen runt bröstet och fäst den i den andra änden av pulsmätaren.
Garmin-logotypen ska ha den högra sidan uppåt.

När du har satt på pulsmätaren är den i viloläge och redo att sända data. När pulsmätaren är ihopparad visas ett meddelande och pulsikonen  visas på huvudmenyn.

OBS! Mer information om pulsmätaren finns i *användarhandboken till Edge 500*.

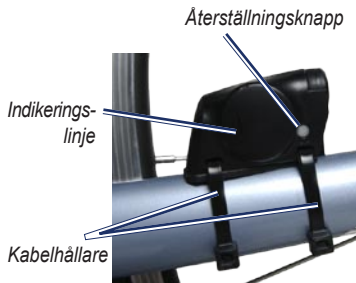
Installera GSC 10

OBS! Om du inte har en GSC 10 kan du hoppa över det här steget.

Båda magneterna måste vara inriktade med sina resp. indikeringslinjer för att Edge-enheten ska kunna ta emot data.

1. Placera GSC 10 på det bakre kedjestaget (på motsatt sida av drevpartiet).

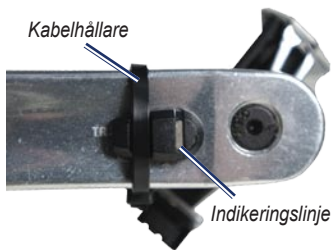
OBS! Placera den platta gummikudden eller den triangelformade gummikudden mellan GSC 10 och kedjestaget så att det blir mer stabilt.



GSC 10 på det bakre kedjestaget

2. Montera GSC 10 med två kabelhållare utan att dra åt dem.
3. Montera pedalmagneten på vevarmen med det självhäftande fästet och en kabelhållare.

Pedalmagneten måste vara inom 5 mm från GSC 10. Indikeringslinjen på pedalmagneten måste vara i linje med indikeringslinjen på GSC 10.



Pedalmagneten på vevarm

4. Skruva loss ekermagneten från plaststycket.
5. Placera ekern i spåret på plaststycket och dra åt lite.

Ekermagneten kan vara riktad bort från GSC 10 om det inte finns tillräckligt med plats mellan sensorarmen och ekern. Ekermagneten måste vara i linje med indikeringslinjen på sensorarmen.




6. Lossa skruven på sensorarmen.
7. Flytta sensorarmen inom 5 mm från ekermagneten.
Du kan också luta GSC 10 närmare någon av magneterna för bättre inpassning.

8. Tryck på knappen **Återställ** på GSC 10. LED-indikatorn övergår till rött sken och sedan grönt.
9. Trampa för att testa sensorjusteringen. LED-indikatorn blinkar varje gång pedalmagneten passerar sensorn. Den gröna LED-indikatorn blinkar varje gång ekermagneten passerar sensorarmen.

OBS! Lysdioden blinkar under de första 60 passeringarna efter en nollställning. Tryck på **Återställ** igen om du behöver fler passeringar.

10. När allt är inriktat och fungerar som det ska, drar du åt kabelfästena, sensorarmen och ekermagneten.

När GSC 10 har kopplats ihop visas ett meddelande och ikonen för fart och takt  visas på huvudmenyn.

OBS! Mer information om GSC 10 finns i *användarhandboken till Edge 500*.

Ta en cykeltur

Innan du kan spara historik måste du hämta satellitsignaler (sidan 6).

1. Håll **MENU** intryckt när du vill visa tiduret.

Tid 00:00:00 ⁰⁰	
Fart 0.0 ^k _h	Distans 0 ^{mi}
Klocka 09:35	Kalorier 0 ^{Cal}

2. Tryck på **START** för att starta timern. Historiken registreras bara när tiduret är igång.
3. När du är klar, trycker du på **STOP**.

Spara cykeldata

Tryck och håll ned **RESET** om du vill spara cykeldata och nollställa timern.

Använda kostnadsfri programvara

Garmin har två programalternativ för att spara och analysera dina cykeldata:

- Garmin Connect är webbaserad programvara.
- Garmin Training Center är ett datorprogram som inte kräver internet efter att det installerats.

1. Gå till www.garmin.com/intosports.
2. Följ instruktionerna på skärmen när du vill installera programvaran.

Överföra historik till datorn

1. Anslut USB-kabeln till en ledig USB-port på datorn.
2. Lyft upp väderskyddet från mini-USB-porten.



Mini-USB-port under väderskyddet

3. Anslut den smala änden av USB-kabeln till mini-USB-porten.

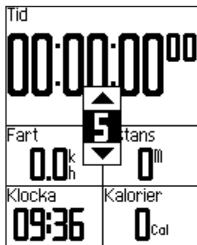
4. Öppna Garmin Connect (<http://connect.garmin.com>) eller öppna Garmin Training Center.
5. Följ instruktionerna som medföljer programvaran.

Anpassa datafälten

Du kan konfigurera anpassade datafält för tre sidor med träningsdata. En komplett lista med tillgängliga datafält finns i *användarhandboken till Edge 500*.

1. Håll **MENU** intryckt.
2. Välj **Inställningar** > **Cykelinställningar** > **Datafält**.
3. Välj en av sidorna.

4. Välj det antal datafält som du vill visa på den här sidan.



Om du vill stänga av en valfri sida anger du antalet datafält till noll.

5. Använd ▼, ▲ och ENTER om du vill ändra datafälten.
6. Upprepa stegen 3 till 5 för de sidor som du vill anpassa.

Edge temperaturavläsningar

Du kan anpassa Edge-enheten så att temperaturen visas i datafältet.

OBS! Det kan hända att Edge-enheten visar temperaturer som är högre än lufttemperaturen om Edge-enheten placeras i direkt solljus eller om du håller den i handen. Det kan också ta lite tid för Edge-enheten att ställa om sig efter temperaturen om den förändras snabbt.

De senaste kostnadsfria programvaruuppdateringarna (exklusive kartdata)
under hela livslängden för dina Garmin-produkter finns på
Garmins webbplats på www.garmin.com.

GARMIN ®



© 2009 Garmin Ltd. eller dess dotterbolag

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

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

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