

EDGE® 200

COMPUTADOR PARA CICLISMO COM TECNOLOGIA GPS



Como começar

AVISO

Consulte sempre o seu médico antes de iniciar ou alterar o seu programa de exercícios. Consulte o guia *Informações Importantes de Segurança e do Produto* na embalagem do produto quanto a avisos relativos ao produto e outras informações importantes.

Ao utilizar o Edge® pela primeira vez, execute os seguintes passos:

1. Carregue o Edge (página 2).
2. Instale o Edge (página 3).
3. Ligue o Edge (página 4).
4. Adquira sinais de satélite (página 6).
5. Faça uma viagem (página 6).
6. Guarde a sua viagem (página 6).
7. Obtenha o software Garmin Connect™ (página 7).
8. Transfira o historial para o seu computador (página 8).

Acerca da bateria

AVISO

Este produto contém uma bateria de iões de lítio. Consulte o guia *Informações Importantes de Segurança e do Produto* na embalagem do produto quanto a avisos relativos ao produto e outras informações importantes.

O Edge é alimentado por uma bateria de iões de lítio incorporada que pode ser carregada com o carregador AC ou o cabo USB incluído na embalagem do produto.

NOTA: o Edge não carrega quando ultrapassa o intervalo de temperatura 0 °C a 50 °C (32 °F a 122 °F).

Carregar o Edge

NOTA

Para evitar corrosão, seque cuidadosamente a porta mini-USB, a capa contra intempéries e a área envolvente antes de carregar ou ligar o dispositivo a um computador.

NOTA: para ligar o Edge ao seu computador através do cabo USB, consulte a [página 8](#).

1. Ligue o carregador AC a uma tomada de parede comum.
2. Levante a capa contra intempéries da porta mini-USB ①.



3. Ligue a extremidade pequena do carregador AC à porta mini-USB.
4. Carregue o Edge durante, pelo menos, três horas antes de o utilizar.

Uma bateria totalmente carregada pode durar cerca de 14 horas antes de ser necessário recarregá-la.

Instalar o Edge

Para uma melhor recepção de GPS, posicione o suporte para montagem em bicicleta de forma a que a parte frontal do Edge esteja orientado para o céu. Pode instalar o suporte de montagem em bicicleta no eixo ou nos guidadores.

1. Seleccione um local adequado e seguro para montar o Edge, de modo a que não interfira com a operação segura da sua bicicleta.
2. Coloque o disco de borracha ① na parte de trás do suporte para montagem em bicicleta ②.

As patilhas de borracha devem ser alinhadas com a parte de trás do suporte para montagem em bicicleta de forma a manter-se fixo.



3. Coloque o suporte para montagem em bicicleta na barra da bicicleta.
4. Fixe o suporte para montagem em bicicleta de modo firme com as duas braçadeiras ③.
5. Alinhe as patilhas na parte de trás do Edge com os entalhes do suporte para montagem em bicicleta ④.
6. Pressione ligeiramente e rode o Edge para a direita até encaixar no sítio.



Soltar o Edge




1. Rode o Edge para a esquerda para desbloquear o dispositivo.
2. Levante o Edge do suporte.

Ligar o Edge

Prima .

Configurar o Edge





Quando ligar o Edge pela primeira vez, ser-lhe-á pedido para configurar as definições do sistema e as definições do perfil do utilizador.

- Siga as instruções apresentadas no ecrã para concluir a configuração inicial.
- Selecciona  ou  para ver as opções e alterar a selecção predefinida.
- Selecciona  para fazer uma selecção.

Botões

Cada botão do Edge tem várias funções.



Tecla	Descrição
	Selecione para ligar e desligar o dispositivo, cancelar ou voltar ao menu anterior.
	Selecione para iniciar e parar o cronómetro.
	Selecione para criar uma nova volta.
	Selecione para percorrer as páginas de dados de treino. Mantenha-no premido em qualquer página para voltar ao menu principal.

Adquirir sinais de satélite

A aquisição de sinais poderá demorar entre 30 e 60 segundos.

1. Dirija-se para uma área aberta.
2. Certifique-se de que a parte frontal do Edge está orientada para o céu.
3. Aguarde enquanto o Edge procura satélites.

A hora do dia e a data são definidas automaticamente.



Fazer uma viagem

Antes de poder registar um historial, deve primeiro adquirir sinais de satélite (página 6).

1. Seleccione **Percurso**.
2. Seleccione **Iniciar** para iniciar o cronómetro.

O historial só é registado com o cronómetro em funcionamento.

3. Depois de concluída a viagem, seleccione **▶**.

Treino no interior

Pode desligar o GPS em treinos no interior.

1. Seleccione **Percurso > Iniciar**.

É apresentada uma mensagem que lhe pergunta se pretende utilizar o dispositivo no interior.

2. Seleccione **Sim**.

No final do treino no interior, o GPS é automaticamente activado.

Guardar os dados do exercício

Seleccione **Guardar** para guardar os dados do exercício e repor o cronómetro.

Voltar ao início

Pode voltar ao início da viagem. Para o fazer, é necessário que o cronómetro esteja ligado.

1. Seleccione **Percurso > Iniciar**.
2. Depois de concluída a viagem, seleccione **|▷**.
3. Seleccione **Voltar ao início > Iniciar**.

Utilizar software gratuito

O Garmin Connect é um software baseado na Internet para armazenar e analisar os dados do exercício.

1. Visite www.garminconnect.com/start.
2. Seleccione **Iniciação**.
3. Siga as instruções no ecrã.

Percursos

Os percursos permitem treinar utilizando uma actividade registada anteriormente. Poderá seguir o percurso tentando igualar ou ultrapassar os objectivos previamente definidos.

A Garmin recomenda a utilização do Garmin Connect ([página 7](#)) para criar percursos. Em seguida, poderá transferir os percursos para o Edge.

Criar um percurso com o Edge

Antes de criar um percurso, deve guardar o historial dos dados de registo de GPS no Edge.

1. Seleccione **Percursos**.
2. Seleccione uma viagem > **Criar**.

Iniciar um percurso

Para iniciar um percurso é necessário ter um percurso guardado.

1. Seleccione **Percursos**.
2. Seleccione um percurso na lista > **Iniciar**.

Historial

O Edge permite poupar pelo menos 130 horas de dados de viagem de utilização normal. Quando a memória do Edge está cheia, é apresentada uma mensagem.

O Edge não elimina nem substitui automaticamente o seu historial. Consulte a [página 9](#) para saber como eliminar o historial.

Carregue o seu historial ([página 8](#)) para o Garmin Connect periodicamente para guardar todos os seus dados do exercício.

O historial inclui informações pormenorizadas sobre tempo, distância, calorias, velocidade média, velocidade máxima, subidas e descidas e voltas.

NOTA: o Historial não é guardado quando o cronómetro está parado ou em pausa.

Ver um Item do Historial

1. Seleccione **Historial**.
2. Seleccione uma opção:
 - **Última viagem**
 - **Viagens mais longas**
 - **Viagens mais rápidas**
 - **Todas as viagens**
 - **Odómetro**
3. Utilize ▲ e ▼ para percorrer as actividades.

NOTA: para visualizar dados das voltas, seleccione **Opções > Voltas**.

Transferir o Historial para o seu Computador

1. Ligue o cabo USB a uma porta USB no computador.
2. Levante a capa contra intempéries da porta mini-USB ①.



3. Ligue a extremidade pequena do cabo USB à porta mini-USB.
4. Visite www.garminconnect.com.
5. Siga as instruções no ecrã.

Visualizar o odómetro

Selecione **Historial** > **Odómetro** para visualizar a distância e tempo acumulados da viagem.

Repor o odómetro

1. Selecione **Historial** > **Odómetro** > **Repor**.
2. Selecione uma opção:
 - Selecione **Viagem** para repor os dados de viagem actuais
 - Selecione **Reiniciar tudo** para repor todos os dados do odómetro.

3. Selecione **Sim**.

Eliminar o historial

Depois de transferir o historial para o computador, pode eliminar o historial do Edge.

1. Selecione **Historial**.
2. Selecione uma opção.
3. Selecione uma viagem.
4. Selecione **Opções** > **Eliminar viagem**.

Alertas

Pode utilizar os alertas do Edge para treinar com metas de distância, tempo e calorias.

Utilizar alertas de distância, tempo e calorias

1. Selecione **Definições** > **Alertas**.
2. Selecione **Distância**, **Tempo**, ou **Caloria**.
3. Ligue o alerta.
4. Introduza um valor de tempo, distância ou calorias.

5. Faça uma viagem.

Sempre que atingir o valor de alerta, o Edge emite um sinal sonoro e apresenta uma mensagem.

Auto Lap

Utilizar o Auto Lap por posição

Pode utilizar o Auto Lap® para marcar automaticamente a volta numa determinada posição. Esta funcionalidade é útil para comparar o seu desempenho em diversos momentos da corrida (por exemplo, numa subida longa ou em sprints de treino).

1. Seleccione **Definições > Auto Lap**.
2. Seleccione **Por posição**.
3. Seleccione uma opção:
 - Seleccione **Apenas voltas** para accionar o contador de voltas de cada vez que seleccionar ↺ e sempre que passar novamente por um desses locais.
 - Seleccione **Iniciar e Volta** para accionar o contador de voltas na localização do GPS quando selecciona |▷ e em qualquer local durante a viagem quando seleccionar ↻.
 - Seleccione **Marcar e Volta** para accionar o contador de voltas numa localização específica do GPS marcada antes da viagem e em qualquer local durante a viagem quando seleccionar ↻.

4. Faça uma viagem.

NOTA: num percurso, use a opção **Por Posição** para accionar voltas em todas as posições da volta guardadas no percurso.

Utilizar o Auto Lap por distância

Pode utilizar o modo Auto Lap para marcar automaticamente uma volta numa determinada distância. Esta funcionalidade é útil para comparar o seu desempenho em diversos momentos da corrida (por exemplo, a cada 10 milhas ou 40 quilómetros).

1. Seleccione **Definições > Auto Lap**.
2. Seleccione **Por distância**.

3. Introduza um valor.
4. Selecione **Guardar**.

Utilizar o Auto Pause

Pode utilizar o Auto Pause® de forma a que o cronómetro pause automaticamente quando pára de se mover ou quando a velocidade atinge um determinado limite inferior. Esta funcionalidade revela-se útil se o seu percurso incluir semáforos ou outros locais onde necessita de abrandar ou parar.

NOTA: o tempo de pausa não é guardado nos dados do historial.

1. Selecione **Definições > Auto Pause**.
2. Selecione uma opção:
 - Selecione **Desligado**.
 - Selecione **Quando parado** para que o cronómetro pause automaticamente quando parar de se mover.
- Selecione **Velocidade personalizada** para que o cronómetro pause automaticamente quando a velocidade desce abaixo de um valor especificado.

3. Faça uma viagem.

Utilizar Deslocamento automático

Utilize a funcionalidade Percorrer auto para passar automaticamente por todas as páginas de dados de treino, enquanto o cronómetro está a funcionar.

1. Selecione **Definições > Deslocamento automático**.
2. Selecione uma velocidade de apresentação: **Lento, Médio** ou **Rápido**.
3. Faça uma viagem.
As páginas de dados de treino são percorridas automaticamente.

Alterar o aviso de início

Esta funcionalidade detecta automaticamente quando o Edge adquire sinais de satélite e está em movimento. É um lembrete para iniciar o cronómetro para que possa registar os seus dados do exercício.

1. Seleccione **Definições > Aviso de início**.
2. Seleccione uma opção:
 - Seleccione **Desligado**.
 - Seleccione **Uma vez**.
 - Seleccione **Repetir** para alterar o intervalo de tempo de atraso do lembrete.

Alterar as suas definições de perfil do utilizador

O Edge utiliza dados pessoais introduzidos pelo utilizador para calcular dados de exercício exactos.

1. Seleccione **Definições > Perfil do Utilizador** para actualizar as definições de sexo, ano de nascimento, peso e altura.

2. Siga as instruções no ecrã.

Gestão de dados

Pode utilizar o Edge como dispositivo de armazenamento em massa USB.

NOTA: o Edge não é compatível com Windows® 95, 98, Me ou NT. Também não é compatível com o Mac® OS 10.3 e anteriores.

Eliminar ficheiros

NOTA

A memória do dispositivo contém ficheiros de sistema importantes que não devem ser eliminados.

1. Ligue o Edge ao seu computador com o cabo USB ([página 8](#)).
2. Abra o volume ou a unidade Garmin.
3. Seleccione o ficheiro.
4. Seleccione a tecla **Delete** no teclado.

Definições do sistema

Alterar a retroiluminação

1. Seleccione **Definições > Sistema > Ecrã**.
2. Ajuste o brilho e a duração da retroiluminação.
DICA: use uma definição de retroiluminação curta para conservar a carga da bateria.

Alterar os tons audíveis

1. Seleccione **Definições > Sistema > Tons**.
2. Ligue ou desligue tons das teclas e mensagens.

Alterar a definição de desactivação da potência automática

Esta funcionalidade desliga automaticamente o Edge após 15 minutos de inactividade.

1. Seleccione **Definições > Sistema > Desligar**.
2. Seleccione **Activar** ou **Desligado**.

Especificações

NOTA

O Edge é à prova de água, em conformidade com a norma IEC 60529 IPX7. Suporta a imersão em 1 metro de água durante 30 minutos. Uma submersão prolongada pode causar danos na unidade. Após a imersão, não se esqueça de limpar a unidade com um pano e de a secar ao ar, antes de a utilizar ou carregar.

Especificações do Edge	
Resistência à água	IPX7
Interface do computador	USB 2.0 de alta velocidade
Vida útil da bateria	14 horas, utilização normal*
Intervalo de temperatura de funcionamento	De -20 °C a 60 °C (de -4 °F a 140 °F)

Especificações do Edge	
Intervalo de temperaturas de carregamento	De 0 °C a 50 °C (de 32 °F a 122 °F)

*A duração efectiva de uma bateria com carga completa depende de quanto tempo utiliza o GPS e a retroiluminação. A exposição a temperaturas extremamente baixas também reduz a vida útil da bateria.

Especificações do suporte para montagem em bicicleta	
Dimensões (L × A × P)	37,8 × 37,8 × 9,2 mm (1,5 × 1,5 × 0,36 pol.)
Peso (incluindo correias e almofadas de separadores de borracha)	7,9 g (0,28 oz)

Especificações do suporte para montagem em bicicleta	
Correias (O-rings)	Dois tamanhos: <ul style="list-style-type: none"> • 1,3 × 1,5 × 0,9 pol. AS568-125 • 1,7 × 1,9 × 0,9 pol. AS568-131 <p>Nota: utilize apenas correias de substituição EPDM (monómero de etileno-propileno-dieno). Visite http://buy.garmin.com ou contacte um revendedor Garmin.</p>

Resolução de problemas


Registar o dispositivo

Ajude-nos a ajudá-lo efectuando o registo online:



- Visite <http://my.garmin.com>.
- Guarde o recibo de compra original ou uma fotocópia num local seguro.

Reiniciar o dispositivo

Se os botões deixarem de responder, pode ter de repor o dispositivo.

Mantenha o botão  premido durante 10 segundos.

Apagar os dados de utilizador

1. Desligue o Edge.
2. Mantenha os botões  e  premidos em simultâneo.
3. Selecione **Sim** para limpar todos os dados de utilizador.

NOTA: isto elimina todas as -informações introduzidas pelo utilizador, mas não elimina o historial.

Actualizar o software

1. Ligue o Edge ao seu computador com o cabo USB ([página 8](#)).
2. Visite www.garminconnect.com.
Se houver um novo software disponível, o Garmin Connect alerta-o para actualizar o software.
3. Siga as instruções no ecrã.

Cuidados a ter com o dispositivo

NOTA

Não guarde o dispositivo onde possa ocorrer exposição prolongada a temperaturas extremas, pois poderão daí resultar danos permanentes.

Evite os produtos químicos de limpeza e os solventes que possam danificar componentes em plástico.

Limpar o dispositivo

1. Utilize um pano humedecido numa solução de detergente suave.
2. Seque-o.



913 397 8200
1 800 800 1020



0808 2380000
+44 (0) 870 8501241



1 866 429 9296



43 (0) 3133 3181 0



00 32 2672 5254



00 45 4810 5050



00 358 19 311 001



00 33 1 5517 81 89



0180 5 42 76 46 880
0180 5 42 76 46 - 550



00 39 02 3669 9699



0800 0233937



815 69 555



00800 4412 454
+44 2380 662 915



00351 214 447 460



00 902 00 70 97



00 46 7744 52020



www.garmin.com/support

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

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

Garmin Corporation
No. 68, Zhangshu 2nd Road, Xizhi Dist.
New Taipei City, 221, Taiwan (R.C.)

Garmin®, o logótipo da Garmin, Edge®, Auto Lap®, e Auto Pause® são marcas comerciais da Garmin Ltd. ou das suas subsidiárias, registadas nos Estados Unidos e noutros países. Garmin Connect™ é uma marca comercial da Garmin Ltd. ou das suas subsidiárias. Estas marcas não podem ser utilizadas sem a autorização expressa da Garmin. Windows® é uma marca comercial registada da Microsoft Corporation nos Estados Unidos e/ou em outros países. Mac® é marca comercial da Apple Computer, Inc., registada nos E.U.A. e em outros países.