

# Garmin Swim™

## Manual del usuario



Todos los derechos reservados. De acuerdo con las leyes de copyright, este manual no podrá copiarse, total o parcialmente, sin el consentimiento por escrito de Garmin. Garmin se reserva el derecho a cambiar o mejorar sus productos y a realizar modificaciones en el contenido de este manual sin la obligación de comunicar a ninguna persona u organización tales modificaciones o mejoras. Visita [www.garmin.com](http://www.garmin.com) para ver actualizaciones e información adicional sobre el uso de este producto.

Garmin® y el logotipo de Garmin son marcas comerciales de Garmin Ltd. o sus subsidiarias, registradas en Estados Unidos y otros países. Estas marcas comerciales no se podrán utilizar sin autorización expresa de Garmin. ANT+™, ANT Agent™, Garmin Connect™, Garmin Swim™ y USB ANT Stick™ son marcas comerciales de Garmin Ltd. o sus subsidiarias. Estas marcas comerciales no se podrán utilizar sin autorización expresa de Garmin.

# Contenido

<b>Introducción</b> .....	<b>1</b>
Inicio .....	1
Botones .....	1
Iconos .....	1
Acerca de las páginas de entrenamiento .....	1
<b>Entrenamiento</b> .....	<b>1</b>
Ir a nadar .....	1
Acerca de la grabación de la distancia .....	2
Entrenamiento con el registro de los ejercicios de técnica .....	2
Entrenamiento con el temporizador de descanso .....	2
Tonos de alerta .....	2
Terminología de natación .....	2
Tipos de brazada .....	2
<b>Historial</b> .....	<b>2</b>
Visualización del historial .....	2
Uso de Garmin Connect™ .....	3
Transferencia del historial al ordenador .....	3
Eliminación del historial .....	3
<b>Personalización del dispositivo</b> .....	<b>3</b>
Configuración del tamaño de piscina .....	3
Configuración de fecha y hora .....	3
Configuración de la alarma .....	3
Uso del cronómetro .....	3
Configuración del sistema .....	3
Configuración de tu peso .....	4
Personalización de una página de entrenamiento .....	4
<b>Información del dispositivo</b> .....	<b>4</b>
Cuidados del dispositivo .....	4
Especificaciones de Garmin Swim .....	4
Especificaciones de USB ANT Stick .....	4
Sustitución de la batería .....	4
Solución de problemas .....	5
<b>Apéndice</b> .....	<b>5</b>
Registro del dispositivo .....	5
Acuerdo de licencia del software .....	5
<b>Índice</b> .....	<b>6</b>



# Introducción

## ⚠ AVISO

Consulta siempre a tu médico antes de empezar o modificar cualquier programa de ejercicios.

Consulta la guía *Información importante sobre el producto y tu seguridad* que se incluye en la caja del producto y en la que encontrarás avisos e información importante sobre el producto.

## Inicio

Cuando utilices Garmin Swim por primera vez, realiza las siguientes tareas.

- 1 Selecciona cualquier botón para encender el dispositivo.
- 2 Sigue las instrucciones que se muestran en la pantalla.
- 3 Selecciona 🏊 y establece el tamaño de piscina.
- 4 Ve a nadar ([página 1](#)).
- 5 Mira tu historial ([página 2](#)).
- 6 Envía tu historial al ordenador ([página 3](#)).

## Botones



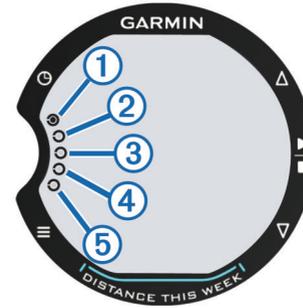
①		Selecciona este botón para ver la hora del día.
②		Selecciona estos botones para desplazarte por los menús y la configuración. Selecciónalo para activar la retroiluminación.
③		Selecciona este botón para iniciar y detener el temporizador. Pulsa este botón para elegir una opción y confirmar que has leído un mensaje.
④		Selecciona estos botones para desplazarte por los menús y la configuración. Selecciónalo para poner en pausa el temporizador. Selecciónalo de nuevo para restablecer el temporizador que está en pausa.
⑤		Seleccionalo para ver el menú. Selecciónalo para salir de una página o de una configuración.
⑥		Seleccionalo para entrar en modo de natación y ver las páginas de entrenamiento. <b>SUGERENCIA:</b> Debes presionar el lateral de la tecla azul.

## Iconos

	La alarma está activada.
	Batería baja.
	Seleccionalo para poner en pausa el temporizador. El icono parpadea cuando el temporizador se pone en pausa. Selecciónalo de nuevo para restablecer el temporizador que está en pausa.
	Existen más elementos en la lista.
	Seleccionalo para salir de una página o de una configuración.

## Acerca de las páginas de entrenamiento

Puedes ver cinco páginas de entrenamiento distintas seleccionando 🏊. El punto opaco indica la pantalla que estás viendo en ese momento.



①	<b>INTERVALOS</b> (intervalo) Página del temporizador o página del temporizador de descanso.
②	<b>TOTAL</b> Página del temporizador.
③	Página de detalles.
④	Página de registro de los ejercicios de técnica ( <a href="#">página 2</a> ).
⑤	Página de datos personalizados ( <a href="#">página 4</a> ).

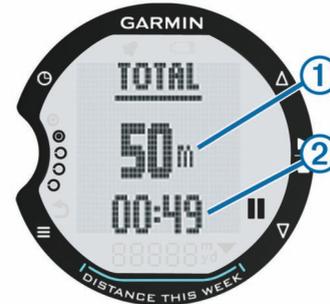
## Entrenamiento

### Ir a nadar

- 1 Selecciona 🏊.

La primera vez que utilizas el dispositivo, el sistema te indica que establezcas el tamaño de la piscina. Cada vez que cambies de piscina, deberás establecer el tamaño de ésta ([página 3](#)).

- 2 Selecciona ⏸ para empezar a cronometrar.

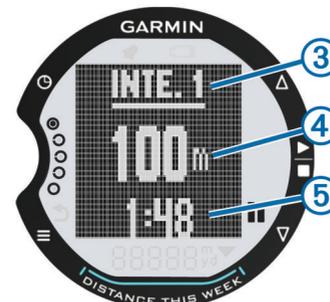


Sólo se puede registrar un historial mientras el temporizador está en marcha. Tu distancia total ① y el tiempo total ② aparece en la página **TOTAL**.

- 3 Selecciona 🏊 para ver más datos de natación.

Puedes personalizar una página adicional de campos de datos ([página 4](#)).

- 4 Al realizar un descanso, selecciona || para poner en pausa el temporizador.



La pantalla en pausa incluye el número de intervalo ③, la distancia de intervalo ④ y el tiempo de natación para el intervalo ⑤. La pantalla aparece invertida ([página 4](#)) hasta que selecciones || y reanudes la natación.

- 5 Tras completar la sesión, selecciona .
- 6 Selecciona una opción:
  - Selecciona **REANUDAR** para seguir con la natación. El temporizador se reanuda.
  - Selecciona **GUARDAR** para guardar la sesión en el historial.
  - Selecciona **BORRAR** para borrar la sesión sin guardar los cambios.

## Acerca de la grabación de la distancia

Garmin Swim mide y graba la distancia de los largos completados. El tamaño de la piscina debe corregirse para que la distancia que se muestra sea precisa ([página 3](#)).

**SUGERENCIA:** Para obtener unos resultados precisos, realiza un largo completo con el mismo tipo de brazada para todo el largo. Pon en pausa el temporizador cuando te detengas para descansar.

**SUGERENCIA:** Para ayudar al dispositivo a contar los largos, impúlsate con energía desde la pared y deslízate antes de la primera brazada.

**SUGERENCIA:** Cuando realices ejercicios de técnica, debes pausar el temporizador o utilizar la función de registro de ejercicios de técnica. Para obtener más información acerca de la función de registro de ejercicios de técnica, consulta [página 2](#).

## Entrenamiento con el registro de los ejercicios de técnica

Puedes utilizar la configuración del registro de los ejercicios de técnica para registrar manualmente series de pies, natación con un brazo, o cualquier tipo de natación que no sea una de las cuatro brazadas principales. El tiempo de los ejercicios se graba y debes introducir la distancia. La función de registro de ejercicios de técnica se puede activar antes de una sesión de natación o durante una sesión de natación con el temporizador en pausa.

- 1 Selecciona  > **NATACIÓN** > **REGISTRO DE LOS EJERCICIOS DE TÉCNICA** > **ACTIVAR**.
- 2 Durante tu sesión de natación, selecciona  hasta que aparezca la página **EJERCICIOS DE TÉCNICA**.
- 3 Selecciona .
 

El temporizador graba el tiempo total dedicado a los ejercicios de técnica.
- 4 Tras completar un intervalo de ejercicios de técnica, selecciona .
- 5 Introduce la distancia del ejercicio de técnica.
 

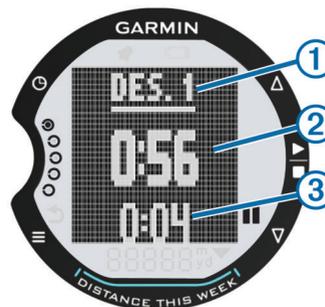
Los aumentos de distancia se basan en el tamaño de la piscina ([página 3](#)).

El ejercicio se guarda, y el temporizador se pone en pausa.
- 6 Continúa con tu sesión de natación.

## Entrenamiento con el temporizador de descanso

Puedes activar el temporizador de descanso si tu entrenamiento incluye series temporizadas. Por ejemplo, quieres hacer 12 intervalos de 50 m en 55 segundos. El escenario de entrenamiento siguiente es una forma de usar el temporizador de descanso. El temporizador de descanso se puede activar antes de una sesión de natación o durante una sesión de natación con el temporizador en pausa.

- 1 Selecciona  > **NATACIÓN** > **TEMPORIZADOR DE DESCANSO** > **ACTIVAR**.
- 2 Durante tu sesión de natación, selecciona  > .
- 3 Tras completar una serie de 50 m, selecciona .



Aparece un mensaje temporal en el que se muestra tu distancia y el tiempo empleado en la serie. La página del temporizador de descanso muestra el número de intervalo , el tiempo de natación más el tiempo de descanso  y el tiempo de descanso .

- 4 Descansa hasta que el tiempo  sea de 55 segundos.
- 5 Selecciona  y nada otros 50 m.
- 6 Repite los pasos 4–6 hasta completar 12 intervalos.

## Tonos de alerta

Los tonos de alerta suenan al seleccionar  durante una actividad.

Para abrir la configuración de los tonos de alerta, selecciona  > **NATACIÓN** > **TONOS ALERTA**.

## Terminología de natación

- Un *largo* es un recorrido de un extremo a otro de la piscina.
- Un *intervalo* se compone de uno o varios largos. Cuando seleccionas  para descansar, se crea un intervalo.
- Se cuenta una *brazada* cada vez que el brazo que lleva el dispositivo completa un ciclo completo.
- Tu puntuación *swolf* es la suma del tiempo que se tarda en hacer un largo más el número de brazadas necesarias para el mismo. Por ejemplo, 30 segundos y 15 brazadas equivalen a una puntuación swolf de 45. Swolf es una medida de eficacia en la natación y, al igual que en el golf, cuanto menor es la puntuación, mejor.

## Tipos de brazada

Los tipos de brazada se muestran cuando consultas el historial de intervalos. También puedes seleccionar el tipo de brazada como un campo de datos personalizado ([página 4](#)).

<b>LIBRE</b>	Estilo libre
<b>ESPALDA</b>	Espalda
<b>BRAZA</b>	Braza
<b>MARIPOSA</b>	Mariposa
<b>COMBINADO</b>	Más de un tipo de brazada en un intervalo
<b>EJERCICIOS DE TÉCNICA</b>	Se utiliza con el registro de ejercicios de técnica ( <a href="#">página 2</a> )

## Historial

El Garmin Swim puede almacenar aproximadamente 30 baños de acuerdo con un uso normal. Cuando la memoria está completa, los datos más antiguos se sobrescriben y aparece un mensaje de aviso.

**NOTA:** El historial no se graba mientras el temporizador se encuentra detenido o en pausa.

## Visualización del historial

El historial muestra la fecha, el tiempo de total de sesión, el tiempo total de natación, la distancia total, el total de largos, el ritmo medio, el recuento de la media de brazadas, la eficacia

media en natación, el total de calorías y los datos de intervalos (si se han utilizado).

- 1 Selecciona **☰** > **HISTORIAL** > **VER**.
- 2 Selecciona una opción:
  - Selecciona **TOTALES** para ver la distancia acumulada, el tiempo total y el tiempo de natación. Los totales se muestran de acuerdo con el tamaño de piscina actual.
  - Selecciona **SEMANAS** para ver los totales de una semana concreta. Los totales se muestran de acuerdo con el tamaño de piscina actual.
  - Selecciona **SESIONES** para ver los detalles de una sesión concreta. Una sesión no muestra el tamaño de piscina seleccionado hasta que no se completa dicha sesión. Puedes ver también los detalles del intervalo (si se ha utilizado).

## Uso de Garmin Connect™

Garmin Connect es un software basado en Web para almacenar y analizar los datos.

- 1 Visita [www.garminconnect.com](http://www.garminconnect.com).
- 2 Selecciona **Inicio**.
- 3 Sigue las instrucciones que se muestran en la pantalla.

## Transferencia del historial al ordenador

Debes disponer de una cuenta de Garmin Connect (página 3), y debes vincular el dispositivo con el ordenador mediante USB ANT Stick™ (página 3). El reloj no puede estar en el modo de suspensión durante la vinculación o la transferencia de datos.

- 1 Conecta el USB ANT Stick ① al puerto USB del ordenador.



Los controladores de USB ANT Stick instalan automáticamente ANT Agent™. Puedes descargar ANT Agent si los controladores no se instalan automáticamente. Visita <http://connect.garmin.com/help/start/ant>.

- 2 Coloca el dispositivo en el área de alcance (9 pies o 3 m) del ordenador.
- 3 Sigue las instrucciones que se muestran en la pantalla.

## Desactivar el emparejamiento del ordenador

Puedes impedir la transferencia de datos a y desde cualquier ordenador, incluso un ordenador vinculado.

Selecciona **☰** > **SISTEMA** > **ORDENADOR** > **DESACTIVAR EMPAREJAMIENTO**.

## Transferencia de los datos

Antes de poder transferir todo el historial al ordenador, debes encontrarte en el rango del USB ANT Stick que esté conectado al ordenador.

Selecciona **☰** > **HISTORIAL** > **TRANSFERIR TODO** > **SÍ**.

## Eliminación del historial

- 1 Selecciona **☰** > **HISTORIAL** > **BORRAR**.
- 2 Selecciona una opción:
  - Selecciona **TODOS** para borrar todos los datos del historial.
  - Selecciona **TOTALES** para restablecer los totales de distancia, tiempo y tiempo de natación.
  - Selecciona **SESIONES** con el fin de seleccionar una sesión concreta para borrar.

- 3 Selecciona **SÍ**.

## Personalización del dispositivo

### Configuración del tamaño de piscina

- 1 Selecciona **☰** > **NATACIÓN** > **TAMAÑO DE PISCINA**.
- 2 Selecciona el tamaño de piscina o introduce un tamaño personalizado.

### Personalización de tu distancia semanal

Tu distancia total semanal (desde el lunes) aparece en la página de hora como DISTANCE THIS WEEK. Puedes cambiar el primer día o desactivar la distancia semanal.

- 1 Selecciona **☰** > **NATACIÓN** > **DISTANCIA DE LA SEMANA**.
- 2 Selecciona una opción:
  - Selecciona **ESTABLECER DÍA 1**, y selecciona el día.
  - Selecciona **DESACTIVAR** para desactivar la distancia semanal.

### Configuración de fecha y hora

Puedes establecer la hora del día para dos zonas horarias.

- 1 Selecciona **☰** > **RELOJ**.
- 2 Selecciona **HORA 1** u **HORA 2**.
- 3 Selecciona **ACTIVAR**.
- 4 Selecciona el formato horario de 12 horas o 24 horas.
- 5 Introduce la hora.
- 6 Introduce la fecha.

### Configuración de la alarma

- 1 Selecciona **☰** > **RELOJ** > **ALARMA**.
- 2 Selecciona **UNA VEZ** o **DIARIA**.
- 3 Introduce la hora.
- 4 Selecciona **⌚** para regresar a la hora de la página del día. Cuando se ha configurado la alarma, aparece **🔔**.

### Uso del cronómetro

**NOTA:** El cronómetro no graba la hora y no se guarda ningún dato de natación en el historial. No utilices el cronómetro para nadar.

- 1 Selecciona **☰** > **RELOJ** > **CRONÓMETRO**.
- 2 Selecciona **🏊** para empezar a cronometrar.
- 3 Selecciona **⏸** para poner en pausa el temporizador.
- 4 Selecciona **⏪** para reiniciar el temporizador.

**NOTA:** Si sales de la página del cronómetro, el cronómetro se reinicia automáticamente después de 10 segundos.

### Configuración del sistema

Selecciona **☰** > **SISTEMA**.

**IDIOMA:** Configura el idioma del dispositivo.

**TONOS DE LOS BOTONES:** Configura el dispositivo para que utilice tonos audibles para las pulsaciones de botones.

**MODO DE SUSPENSIÓN:** Activa o desactiva el modo de suspensión (página 4). Desactivar el modo de suspensión reduce la autonomía de la batería en aproximadamente un 20%.

**ORDENADOR:** Configura el dispositivo para emparejarlo con el ordenador mediante USB ANT Stick.

**ACERCA:** Muestra información de software importante así como el ID de la unidad.

## Modo de suspensión

El dispositivo entra en modo de suspensión si no se ha movido durante un minuto. Esto hará que aumente la autonomía de la batería. En cuanto lo vuelvas a mover, se activa de nuevo.

## Configuración de tu peso

- 1 Selecciona  > PESO.
- 2 Selecciona las unidades e introduce tu peso.

## Personalización de una página de entrenamiento

Puedes personalizar la página 5 en el bucle de la página de entrenamiento (página 1). Puedes añadir hasta tres campos de datos en la página.

- 1 Selecciona  > NATACIÓN > PÁGINA PERSONALIZADA > AÑADIR PÁGINA.
- 2 Selecciona el número de campos de datos que desees ver en la página.
- 3 Selecciona un tipo de datos y un campo de datos.  
Por ejemplo, selecciona **TOTAL** > **LARGOS**.

## Campos de datos

Los campos de datos con el símbolo \* muestran unidades en sistema imperial o métrico. Las unidades están determinadas por la configuración del tamaño de la piscina (página 3). Los campos de intervalo muestran datos para el intervalo actual (al nadar) o para el intervalo completado más reciente (al estar en pausa).

**BRAZADAS:** Cantidad media de brazadas por largo en la actividad, intervalo o último largo actual.

**CALORÍAS:** Cantidad total de calorías quemadas.

**DISTANCIA\*:** Distancia viajada durante el intervalo o actividad actual.

**LARGOS:** Cantidad de largos completados en el intervalo o actividad actual.

**RITMO\*:** El ritmo medio en la actividad, intervalo o último largo actual.

**SWOLF:** La puntuación swolf es la suma del tiempo que se tarda en hacer un largo más el número de brazadas necesarias para el mismo (página 2). Puedes seleccionar un campo de datos para mostrar la puntuación swolf media en la actividad o intervalo actual o en el último largo.

**TIEMPO TRANSCURRIDO:** Tiempo total registrado durante el intervalo o actividad actual. Por ejemplo, para una actividad, si nadas 10 minutos, paras el temporizador durante 5 minutos, luego reanudas el temporizador de nuevo y nadas durante 20 minutos, el tiempo transcurrido es de 35 minutos.

**TIPO DE BRAZADA:** Tipo de brazada en el intervalo o último largo.

**VELOCIDAD DE BRAZADA:** Media de brazadas por minuto (bpm) en la actividad, intervalo o último largo actual.

## Inversión de la pantalla de páginas de entrenamiento

La apariencia por defecto de las páginas de entrenamiento es de negro sobre blanco mientras nadas y de blanco sobre negro (invertida) cuando estás en una pausa.

- 1 Selecciona  > NATACIÓN > PANTALLA INVERTIDA.
- 2 Selecciona una opción:
  - Selecciona **EN PAUSA** para invertir los colores de la pantalla cuando el temporizador está en pausa.
  - Selecciona **NATACIÓN** para invertir los colores de la pantalla cuando el temporizador se está ejecutando.

## Información del dispositivo

### Cuidados del dispositivo

#### NOTIFICACIÓN

Evita el uso inadecuado y los golpes, ya que se podría reducir la vida útil del producto.

Aclara bien a fondo el dispositivo con agua limpia tras exponerlo a entornos de agua clorada o salada.

No utilices un objeto afilado para limpiar el dispositivo.

No utilices disolventes ni productos químicos que puedan dañar los componentes plásticos.

Después de limpiarlo, seca siempre el dispositivo.

No guardes el dispositivo en lugares en los que pueda quedar expuesto durante periodos prolongados a temperaturas extremas, ya que podría sufrir daños irreversibles.

### Especificaciones de Garmin Swim

Tipo de batería	Sustituible por el usuario, de tipo botón CR2032, 3 voltios (página 4)
Autonomía de la batería	1 año <b>NOTA:</b> La autonomía real de la batería depende de cuánto uses el modo de natación o la retroiluminación.
Resistencia al agua	50 m <b>NOTA:</b> El reloj está diseñado para natación en superficie.
Rango de temperaturas de funcionamiento	De 15 °F a 120 °F (de -10 °C a 50 °C)
Radiofrecuencia/protocolo	Protocolo de comunicación inalámbrica 2,4 GHz ANT+™

### Especificaciones de USB ANT Stick

Fuente de alimentación	USB
Rango de temperaturas de funcionamiento	De 14 °F a 122 °F (de -10 °C a 50 °C)
Radiofrecuencia/protocolo	Protocolo de comunicación inalámbrica 2,4 GHz ANT+
Alcance de transmisión	Aproximadamente 16,4 ft (5 m)

### Sustitución de la batería

#### ⚠ AVISO

No utilices un objeto puntiagudo para retirar las pilas sustituibles por el usuario.

Ponte en contacto con el servicio local de recogida de basura para reciclar correctamente las pilas. Perclorato: puede requerir una manipulación especial. Visita [www.dtsc.ca.gov/hazardouswaste/perchlorate](http://www.dtsc.ca.gov/hazardouswaste/perchlorate).

#### NOTIFICACIÓN

Ten mucho cuidado cuando sustituyas la batería. No dañes los contactos de la batería, el compartimento de ésta o la junta circular. Los daños pueden deteriorar la resistencia al agua del dispositivo.

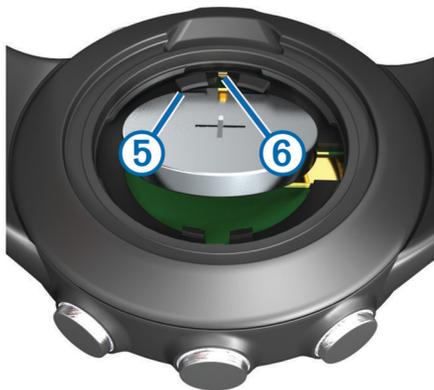
- 1 Envuelve el extremo de un pequeño destornillador plano  con cinta.  
La cinta protegerá el reloj exterior, la junta circular y el compartimento de la batería de cualquier daño.



- 2 Haz palanca en la cubierta de la batería con cuidado ② hasta levantarla.
- 3 Extrae la batería ③.
- 4 Asegúrate de que la junta circular ④ no está dañada y de que está completamente asentada en la ranura más inferior.



- 5 Pon la nueva batería bajo las dos pestañas de plástico ⑤ y presiona hasta que encaje en su lugar. No dañes los contactos ⑥.



## Solución de problemas

### Restablecimiento del dispositivo a los valores de fábrica

Si el dispositivo deja de responder, deberás restablecerlo.

**NOTA:** De esta manera, se borra toda la información introducida por el usuario incluido el historial.

- 1 Mantén pulsadas y de manera simultánea.
- 2 Selecciona Sí.

### Actualización del software de la unidad Forerunner mediante Garmin Connect

Debes disponer de una cuenta de Garmin Connect (página 3), y debes vincular el dispositivo con el ordenador mediante USB ANT Stick (página 3). El reloj no puede estar en el modo de suspensión durante la vinculación o la transferencia de datos.

**NOTA:** De esta manera, se borra toda la información introducida por el usuario incluido el historial.

- 1 Visita [www.garminconnect.com](http://www.garminconnect.com).  
Si hay nuevo software disponible, Garmin Connect te avisa para actualizar el software.
- 2 Sigue las instrucciones que se muestran en la pantalla.
- 3 Mantén tu dispositivo en el área de alcance (3 m) del ordenador durante el proceso de actualización.

### Más información

Puedes encontrar más información acerca de este producto en el sitio Web de Garmin®.

- Visita [www.garmin.com/intosports](http://www.garmin.com/intosports).
- Visita [www.garmin.com/learningcenter](http://www.garmin.com/learningcenter).
- Visita <http://buy.garmin.com>, o ponte en contacto con tu distribuidor para obtener información acerca de accesorios opcionales y piezas de repuesto Garmin.

## Apéndice

### Registro del dispositivo

Completa hoy mismo el registro en línea y ayúdanos a ofrecerte un mejor servicio.

- Visita <http://my.garmin.com>.
- Guarda la factura original o una fotocopia en un lugar seguro.

### Acuerdo de licencia del software

AL UTILIZAR EL DISPOSITIVO, EL USUARIO SE COMPROMETE A RESPETAR LOS TÉRMINOS Y CONDICIONES DEL SIGUIENTE ACUERDO DE LICENCIA DEL SOFTWARE. LEE ESTE ACUERDO ATENTAMENTE.

Garmin Ltd. y sus subsidiarias ("Garmin") conceden al usuario una licencia limitada para utilizar el software incluido en este dispositivo (el "Software") en formato binario ejecutable durante el uso normal del producto. La titularidad, los derechos de propiedad y los derechos de propiedad intelectual del Software seguirán perteneciendo a Garmin y/o sus terceros proveedores.

El usuario reconoce que el Software es propiedad de Garmin y/o sus terceros proveedores, y que está protegido por las leyes de propiedad intelectual de Estados Unidos y tratados internacionales de copyright. También reconoce que la estructura, la organización y el código del Software, del que no se facilita el código fuente, son secretos comerciales valiosos de Garmin y/o sus terceros proveedores, y que el Software en su formato de código fuente es un secreto comercial valioso de Garmin y/o sus terceros proveedores. Por la presente, el usuario se compromete a no descompilar, desmontar, modificar, invertir el montaje, utilizar técnicas de ingeniería inversa o reducir a un formato legible para las personas el Software o cualquier parte de éste ni crear cualquier producto derivado a partir del Software. Asimismo, se compromete a no exportar ni reexportar el Software a ningún país que contravenga las leyes de control de las exportaciones de Estados Unidos o de cualquier otro país aplicable.

# Índice

## A

accesorios 5  
acuerdo de licencia del software 5  
alarma 1, 3  
ANT Agent 3

## B

batería 1, 3, 4  
borrar, historial 3  
botones 1, 4  
brazadas 2

## C

campos de datos 4  
configuración de la pantalla 4  
configuración del sistema 3  
cronómetro 3

## D

dispositivo, registro 5  
distancia 2, 3

## E

ejercicios de técnica 2  
especificaciones 4

## G

Garmin Connect 3

guardar actividades 1

## H

historial 1, 2  
borrar 3, 5  
enviar al ordenador 3  
envío al ordenador 3  
ver 2  
hora del día 1, 3

## I

iconos 1  
ID de unidad 3  
idioma 3  
intervalos 2

## L

largos 2  
limpiar el dispositivo 4

## M

menú 1  
modo de suspensión 3, 4

## O

ordenador 3

## P

páginas de entrenamiento 1, 2, 4  
personalizar el dispositivo 3, 4  
peso 4

puntuación swolf 2

## R

registrar el dispositivo 5  
registrar el producto 5  
resistencia al agua 4  
restablecer el dispositivo 5  
retroiluminación 1

## S

sesiones 2  
solución de problemas 5  
sustituir la batería 4

## T

tamaño de piscina 1–3  
temporizador 1, 2  
pausa 1  
tonos 2, 3

## U

USB ANT Stick 3

## V

versión del software 3  
vincular 3



# www.garmin.com/support



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



0808 2380000  
+44 870 850 1242



1-866-429-9296



43 (0) 3133 3181 0



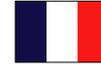
00 32 2 672 52 54



00 45 4810 5050



00 358 9 6937 9758



00 331 55 69 33 99



0180 5 / 42 76 46 - 880



00 39 02 3669 9699



0800-0233937



815 69 555



00800 4412 454  
+44 2380 662 915



00 35 1214 447 460



00 34 902 007 097



00 46 7744 52020

## **Garmin International, Inc.**

1200 East 151st Street  
Olathe, Kansas 66062, EE. UU.

## **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, Taiwán (R.O.C.)

