GARMIN

gebruikershandleiding

EDGE® 500

FIETSCOMPUTER MET GPS-FUNCTIONALITEIT

© 2010 Garmin Ltd. of haar dochtermaatschappijen

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

Garmin (Europe) Ltd.
Liberty House,
Hounsdown Business Park,
Southampton, Hampshire, SO40 9LR, VK
Tel. +44 (0) 870.8501241 (buiten de VK)
0808 2380000 (binnen de VK)
Fax +44 (0) 870.8501251

Garmin Corporation
Nr. 68, Jangshu 2nd Road,
Sijhih, Taipei County,
Taiwan
Tel. 886/2.2642.9199
Fax 886/2.2642.9099

Alle rechten voorbehouden. Behoudens voor zover uitdrukkelijk hierin voorzien, mag geen enkel deel van deze handleiding worden vermenigvuldigd, gekopieerd, overgedragen, verspreid, gedownload of opgeslagen in enig opslagmedium voor enig doel zonder vooraf de uitdrukkelijke schriftelijke toestemming van Garmin te hebben verkregen. Garmin verleent hierbij toestemming voor het downloaden naar een harde schijf of ander elektronisch opslagmedium van één kopie van deze handleiding of van elke herziene versie van deze handleiding ten behoeve van het bekijken en afdrukken van één kopie van deze handleiding of van elke herziene versie van deze handleiding, mits deze elektronische of afgedrukte kopie van deze handleiding de volledige tekst van deze auteursrechtelijke kennisgeving bevat en onder het voorbehoud dat onrechtmatige commerciële verspreiding van deze handleiding of van elke herziene versie van deze handleiding uitdrukkelijk is verboden.

Informatie in dit document kan zonder kennisgeving worden gewijzigd. Garmin behoudt zich het recht voor om haar producten te wijzigen of verbeteren en om wijzigingen aan te brengen in de inhoud zonder de verplichting personen of organisaties over dergelijke wijzigingen of verbeteringen te informeren. Bezoek de website van Garmin (www.garmin.com) voor de nieuwste updates en aanvullende informatie over het gebruik en de werking van dit product en andere Garmin-producten.

Garmin®, Garmin Training Center®, Auto Pause®, Auto Lap®, Virtual Partner® en Edge® zijn handelsmerken van Garmin Ltd. of haar dochtermaatschappijen, geregistreerd in de Verenigde Staten en andere landen. Garmin Connect™, GSC™ 10, ANT™ en ANT+™ zijn handelsmerken van Garmin Ltd. of haar dochterondernemingen. Deze handelsmerken mogen niet worden gebruikt zonder de uitdrukkelijke toestemming van Garmin.

Windows® is een geregistreerd handelsmerk van Microsoft Corporation in de Verenigde Staten en/of andere landen. Mac® is een geregistreerd handelsmerk van Apple Computer, Inc. Firstbeat en Analyzed by Firstbeat zijn geregistreerde of ongeregistreerde handelsmerken van Firstbeat Technologies Ltd. Overige handelsmerken en merknamen zijn het eigendom van hun respectieve eigenaars.

Mei 2010 Onderdeelnummer 190-01071-35 Rev. B Gedrukt in Taiwan

Inhoudsopgave

Aan de slag 1
De batterij 1
De Edge plaatsen 2
De Edge inschakelen 4
Satellietsignalen ontvangen 6
Optionele ANT+-sensors 6
Een rit maken 7
Uw ritgegevens opslaan 7
Gratis software gebruiken 7
De geschiedenis overbrengen naar uw computer 8

Trainen met de Edge 9
Waarschuwingen 9
Auto Lap gebruiken per afstand 10
Auto Lap gebruiken per positie 11
Auto Pause gebruiken 12
Auto Scroll gebruiken 12
Koersen 13
Workouts 16

ANT+-sensors 20
Tips voor het koppelen van ANT+-sensors aan uw Garmin-toestel 20
De hartslagmeter plaatsen 21
De hartslagmeter gebruiken 22
Hartslagzones 23
De batterij van de hartslagmeter vervangen 24
De GSC 10 plaatsen 25
De GSC 10 gebruiken 28
De batterij van de GSC 10 vervangen 29
ANT+-sensors van andere bedrijven 30
Problemen met de ANT+-sensor oplossen 31

Geschiedenis 33
De geschiedenis weergeven 33
Totaalwaarden voor afstand en tijd weergeven 34
De geschiedenis verwijderen 34
Gegevensopslag 34

Gegevensbeheer..... 35
De USB-kabel aansluiten 35
Bestanden laden.....35
Bestanden verwijderen.....36

Instellingen..... 37
De gegevensvelden aanpassen 37
Gegevensvelden.....38
De systeeminstellingen wijzigen.....41
Uw gebruikersprofiel-instellingen wijzigen.....43
Uw fietsprofiel bijwerken.....43
Overschakelen naar een andere fiets.....44
De startmelding wijzigen.....44
Snelheidszones 44
GPS-instellingen.....45
Hoogtepunten instellen.....46

Appendix 47
Het toestel registreren 47
De Edge.....47
De software bijwerken 47
Contact opnemen met Garmin Product Support.....47
De schermverlichting gebruiken 48
Optionele accessoires aanschaffen 48
Specificaties 48
Wielmaat en omvang.....51
Activiteitsklassen 53
Problemen oplossen.....54

Index 56

Aan de slag

⚠ WAARSCHUWING

Raadpleeg altijd een arts voordat u een trainingsprogramma begint of wijzigt.
Lees de gids *Belangrijke veiligheids- en productinformatie* in de verpakking voor productwaarschuwingen en andere belangrijke informatie.

Als u de Edge® voor de eerste keer gebruikt, voer dan de volgende taken uit:

1. De Edge opladen (pagina 2).
2. De Edge plaatsen (pagina 2).
3. De Edge inschakelen (pagina 4).
4. Satellieten zoeken (pagina 6).
5. Optionele ANT+™-sensors instellen (pagina 6).
6. Een rit maken (pagina 7).
7. Uw rit opslaan (pagina 7).
8. Garmin Connect™- of Garmin Training Center®-software downloaden (pagina 7).
9. Geschiedenis naar uw computer overdragen (pagina 8).

De batterij

⚠ WAARSCHUWING

Dit product bevat een lithium-ionbatterij.
Lees de gids *Belangrijke veiligheids- en productinformatie* in de verpakking voor productwaarschuwingen en andere belangrijke informatie.

De Edge werkt op een geïntegreerde lithium-ionbatterij die u kunt opladen met gebruik van de meegeleverde oplader of de USB-kabel.

OPMERKING: de Edge wordt niet geladen buiten een temperatuurbereik van 0° tot 50°C (32° tot 122°F).

De Edge opladen

OPMERKING

U voorkomt corrosie door de mini-USB-poort, de beschermkap en de omringende delen grondig af te drogen voordat u de Edge oplaadt of aansluit op een computer.

1. Steek de oplader in een stopcontact.
2. Duw de beschermkap van de mini-USB-poort omhoog.

3. Sluit het kleine uiteinde van de oplader aan op de mini-USB-poort.

   Zie pagina 8 om de Edge met de USB-kabel op de computer aan te sluiten.
4. Laad de Edge gedurende minimaal drie uur op voordat u deze gaat gebruiken.

Een volledig opgeladen batterij kan maximaal 18 uur stroom leveren voordat u de batterij weer moet opladen.

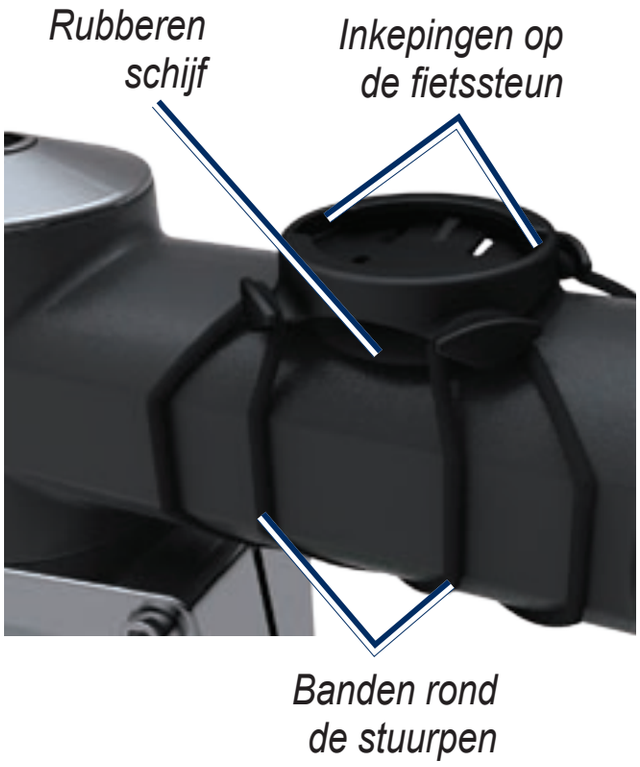
De Edge plaatsen

Voor optimale GPS-ontvangst plaatst u de fietssteun zodanig dat de voorzijde van de Edge op de lucht is gericht. U kunt de fietssteun op de stuurpen (zoals weergegeven op pagina 3 of de stuurstang plaatsen.

1. Selecteer een geschikte en veilige plaats waarop u de Edge kunt plaatsen zonder dat deze de veiligheid van uw fiets in gevaar brengt.

2. Plaats de rubberen schijf op de achterzijde van de fietssteun.

   De rubberen lipjes zijn in lijn met de achterzijde van de fietssteun, zodat deze op zijn plaats blijft.
3. Plaats de fietssteun op de stuurpen.
4. Zorg ervoor dat de fietssteun stevig vastzit met de twee banden.



5. Breng de lipjes aan de achterzijde van de Edge in lijn met de inkepingen op de fietssteun.
6. Duw deze iets omlaag en draai de Edge met de klok mee totdat deze vastklikt.

Edge gemonteerd op de stuurpen

De Edge losmaken

1. Draai de Edge tegen de klok in om het toestel te ontgrendelen.
2. Til de Edge van de steun.

De Edge inschakelen

Houd **POWER** ingedrukt om de Edge in te schakelen.

De Edge configureren

De eerste keer dat u de Edge inschakelt, wordt u gevraagd de systeem- en gebruikersprofielinstellingen te configureren.

- Volg de instructies op het scherm om de basisinstellingen te voltooien.
- Druk op ▼ of ▲ om de keuzemogelijkheden weer te geven en de standaardselectie te wijzigen.
- Druk op **ENTER** om een selectie te maken.

Pictogrammen

97%	Energieniveau van de batterij.
3D	GPS is aan en ontvangt signalen.
	GPS is uitgeschakeld.
	Hartslagmeter is actief.
	Snelheids-/cadanssensor is actief.
	Vermogensmeter is actief.

Knoppen

Iedere Edge-knop heeft meerdere functies.

Toets	Beschrijving
POWER/LIGHT	Houd **POWER** ingedrukt om het toestel in of uit te schakelen. Druk op **LIGHT** om de schermverlichting te activeren. Druk op een willekeurige knop om de schermverlichting nog 15 seconden langer te laten branden.
BACK	Druk op **BACK** om te annuleren of naar het vorige menu terug te keren.
START/STOP	Druk op **START/STOP** als u de timer wilt starten of stoppen.
▼ ▲	Druk op ▼ of ▲ om menu's en instellingen te selecteren. Houd ▼ of ▲ ingedrukt om snel door de instellingen te bladeren.
LAP/RESET	Druk op **LAP** om een nieuwe ronde te maken. Houd **RESET** ingedrukt als u de timer opnieuw wilt instellen.
PAGE/MENU	Druk op **PAGE** om door de trainingsgegevenspagina's te bladeren. Houd **MENU** ingedrukt om tussen de menu- en timermodi te schakelen.
ENTER	Druk op **ENTER** om opties te selecteren en berichten te bevestigen.

Satellietsignalen ontvangen

Het kan 30 tot 60 seconden duren voor u signalen ontvangt.

1. Ga naar buiten naar een open gebied.
2. Zorg ervoor dat de voorzijde van de Edge naar de lucht is gericht.
3. Wacht terwijl de Edge satellieten zoekt.

   Beweeg niet totdat de pagina voor het zoeken van de satelliet niet meer wordt weergegeven.

OPMERKING: ga naar pagina 45 als u de GPS-ontvanger wilt uitschakelen om de Edge binnenshuis te gebruiken.

Optionele ANT+-sensors

OPMERKING: u kunt deze stap overslaan als u geen ANT+-sensors wilt instellen.

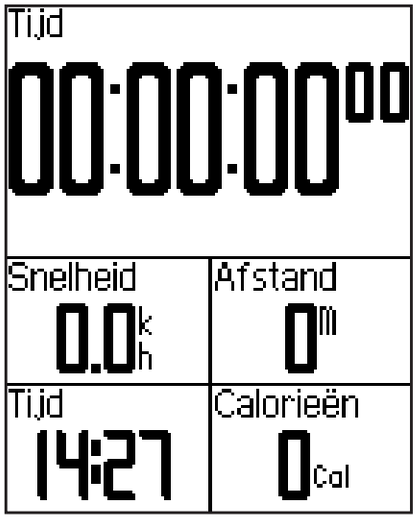
Als u tijdens uw rit een ANT+-sensor wilt gebruiken, dient u deze te installeren en te koppelen aan de Edge.

- Op pagina 21 vindt u de instructies voor hartslagmeters.
- Instructies voor de GSC™ 10 snelheids-/cadanssensor vindt u op pagina 25.
- Ga voor informatie over ANT+-sensors van andere bedrijven naar pagina 30, raadpleeg de aanwijzingen van de fabrikant of ga naar www.garmin.com/intosports.

Een rit maken

Voordat u de geschiedenis kunt opnemen, dient u satellietsignalen te ontvangen (pagina 6).

1. Houd **MENU** ingedrukt om de timerpagina weer te geven.



2. Druk op **START** om de timer te starten.

   De geschiedenis wordt alleen opgenomen als de timer loopt.

3. Druk na afloop van uw rit op **STOP**.

Uw ritgegevens opslaan

Houd **RESET** ingedrukt om uw ritgegevens op te slaan en de timer opnieuw in te stellen.

Gratis software gebruiken

Garmin biedt twee software-opties voor het opslaan en analyseren van uw ritgegevens:

- Garmin Connect is websoftware.
- Garmin Training Center is computer-software waarvoor u na installatie geen internetverbinding nodig hebt.

1. Ga naar www.garmin.com/intosports.
2. Volg de instructies op het scherm om de software te installeren.

De geschiedenis overbrengen naar uw computer

1. Sluit de USB-kabel aan op een USB-poort op de computer.
2. Duw de beschermkap van de mini-USB-poort omhoog.

Mini-USB-poort onder beschermkap

3. Sluit het smalle uiteinde van de USB-kabel aan op de mini-USB-poort.
4. Open Garmin Connect (http://connect.garmin.com) of open Garmin Training Center.
5. Volg de met de software meegeleverde aanwijzingen.

Trainen met de Edge

Waarschuwingen

U kunt Edge-waarschuwingen gebruiken om te trainen met specifieke doelstellingen voor tijd, afstand, hartslag, cadans, uithoudingsvermogen of calorieën.

Waarschuwingen voor tijd, afstand en calorieën gebruiken

1. Houd **MENU** ingedrukt.
2. Selecteer **Training** > **Waarschuwingen**.
3. Selecteer **Tijdwaarschuwing**, **Afstandswaarschuwing** of **Calorieënwaarschuwing**.
4. Schakel de waarschuwing in.
5. Voer een waarde in voor tijd, afstand of calorieën.
6. Maak een rit.

Steeds als de waarschuwingswaarde wordt bereikt, hoort u een pieptoon en verschijnt er een bericht op de Edge.

OPMERKING: zie pagina 41 als u geluidssignalen voor berichten wilt instellen.

Geavanceerde waarschuwingen gebruiken

U kunt geavanceerde waarschuwingen instellen als u over een optionele hartslagmeter, GSC 10 of ANT+-vermogenssensor van een extern bedrijf beschikt.

1. Houd **MENU** ingedrukt.
2. Selecteer **Training** > **Waarschuwingen**.
3. Selecteer een optie:
   - Selecteer **HS-waarschuwing** om de minimale en maximale hartslag in te stellen in aantal slagen per minuut (bpm).

     OPMERKING: meer informatie over hartslagzones en instellingen vindt u op pagina 22.

- Selecteer **Cadanswaarschuwing** om de snelle en langzame cadanswaarden in te stellen, uitgedrukt in aantal draaiingen van de krukarm per minuut (rpm).
- Selecteer **Vermogenswaarschuwing** om de minimale en maximale vermogenswaarde in te stellen, uitgedrukt in watt.

4. Maak een rit.

Steeds wanneer de opgegeven waarde voor hartslag, cadans of vermogen wordt overschreden of juist niet wordt bereikt, geeft de Edge een pieptoon en wordt er een bericht weergegeven.

OPMERKING: zie pagina 41 als u geluidssignalen voor berichten wilt instellen.

Auto Lap gebruiken per afstand

Met Auto Lap® kunt u de ronde automatisch markeren na een bepaalde afstand. Dit is handig als u uw prestaties tijdens verschillende gedeelten van een rit wilt vergelijken (bijvoorbeeld om de 10 mijl of 40 km).

1. Houd **MENU** ingedrukt.
2. Selecteer **Instellingen** > **Fietsinstellingen** > **Auto Lap**.
3. Selecteer **Op afstand** in het veld **Auto Lap-trigger**.
4. Voer een waarde in.
5. Pas optionele rondegegevensvelden aan (pagina 37).
6. Maak een rit.

Auto Lap gebruiken per positie

Met Auto Lap kunt u de ronde automatisch markeren op een bepaalde positie. Dit is handig als u uw prestaties tijdens verschillende gedeelten van een rit wilt vergelijken (bijvoorbeeld na een lange klim of na een sprint).

1. Houd **MENU** ingedrukt.
2. Selecteer **Instellingen** > **Fietsinstellingen** > **Auto Lap**.
3. Selecteer **Op positie** in het veld **Auto Lap-trigger**.
4. Selecteer een optie:
   - Selecteer **Alleen bij drukk.** om de rondeteller iedere keer te activeren als u **LAP** indrukt en iedere keer als u een van deze locaties weer passeert.
   - Selecteer **Start & ronde** om de rondeteller te activeren op de GPS-locatie waar u op **START** drukt en op elke locatie tijdens de rit waar u op **LAP** drukt.
   - Selecteer **Markeer & ronde** om de rondeteller te activeren op een specifieke GPS-locatie die u vóór de rit hebt gemarkeerd en bovendien op elke locatie tijdens de rit wanneer u op **LAP** drukt.
5. Pas optionele rondegegevensvelden aan (zie pagina 37).
6. Maak een rit.

OPMERKING: tijdens koersen gebruikt u de optie **Op positie** om ronden te activeren bij alle rondeposities die in de koers zijn opgeslagen.

Auto Pause gebruiken

U kunt Auto Pause® gebruiken om de timer automatisch te onderbreken wanneer u niet meer fietst of wanneer u langzamer fietst dan een opgegeven waarde. Dit is handig als er verkeerslichten of andere plaatsen voorkomen in uw route waar u langzamer moet fietsen of moet stoppen.

OPMERKING: de pauzetijd wordt niet opgeslagen in uw geschiedenisgegevens.

1. Houd **MENU** ingedrukt.
2. Selecteer **Instellingen** > **Fietsinstellingen** > **Auto Pause**.
3. Selecteer een optie:
   - Selecteer **Uit**.
   - Selecteer **Zodra gestopt** om de timer automatisch te onderbreken wanneer u niet meer fietst.
   - Selecteer **Snelheid gebruiker** om de timer automatisch te pauzeren wanneer uw snelheid onder een bepaalde waarde valt.
4. Pas optionele tijdgegevensvelden aan (zie pagina 37).

   Als u de volledige tijd wilt weergeven (vanaf het moment dat u op **START** hebt gedrukt tot het moment waarop u op **RESET** hebt gedrukt), selecteert u het gegevensveld **Tijd - verstreken**.
5. Maak een rit.

Auto Scroll gebruiken

Met deze functie voor automatisch bladeren kunt u automatisch alle trainingsgegevenspagina's doorlopen terwijl de timer loopt.

1. Houd **MENU** ingedrukt.
2. Selecteer **Instellingen** > **Fietsinstellingen** > **Auto Scroll**.
3. Selecteer een snelheid: **Langzaam**, **Gemiddeld** of **Snel**.
4. Maak een rit.

   Het toestel doorloopt automatisch de pagina's met trainingsgegevens. U kunt op **PAGE** drukken om handmatig te schakelen tussen pagina's.

Koersen

Gebruik koersen om te trainen met gebruik van een eerder opgenomen activiteit. U kunt de koers opnieuw afleggen en proberen eerder behaalde doelstellingen te evenaren of te overtreffen. Stel bijvoorbeeld dat u de originele koers in 30 minuten hebt voltooid. U kunt dan nu tegen een Virtual Partner® racen om te proberen de koers in minder dan 30 minuten af te leggen.

We raden u aan Garmin Connect of Garmin Training Center (pagina 7) te gebruiken voor het maken van koersen. Daarna kunt u de koersen overbrengen naar de Edge (pagina 35).

Koerspunten

U moet Garmin Training Center gebruiken om koerspunten toe te voegen aan een koers. U kunt koerspunten toevoegen. Dit zijn punten tijdens de koers die u wilt onthouden, zoals drinkpauzes of afstanddoelstellingen.

Koersen maken met de Edge

Voordat u een koers kunt maken, dient u over een geschiedenis te beschikken met GPS-trackgegevens die zijn opgeslagen op de Edge.

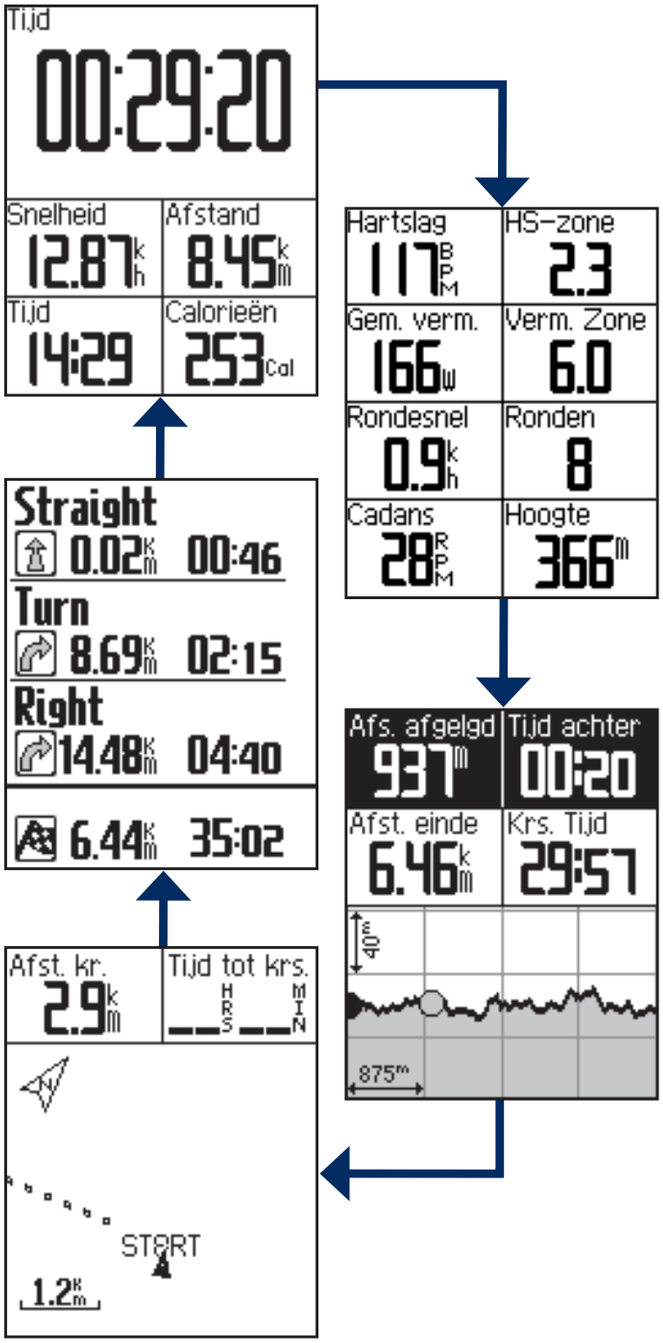
1. Houd **MENU** ingedrukt.
2. Selecteer **Training** > **Koersen** > **Nieuw**.
3. Selecteer een bestaande rit waarop u de koers wilt baseren.

   De Edge wijst een standaardnaam toe aan de nieuwe koers die in de lijst verschijnt.
4. Selecteer de koers in de lijst.
5. Selecteer **Wijzig rit** om de naam van de koers te wijzigen.
6. Geef in het bovenste veld een beschrijvende naam voor de koers op (bijvoorbeeld 18mi_uitzichtoverzee).

Een koers starten

1. Houd **MENU** ingedrukt.
2. Selecteer **Training** > **Koersen**.
3. Selecteer de koers in de lijst.
4. Selecteer een optie:
   - Selecteer **Doe koers**.
   - Selecteer **Kaart** om een overzicht van de koers te bekijken en druk op **BACK** om terug te keren naar de lijst met koersen.
   - Selecteer **Profiel** om een overzicht van het hoogteprofiel te bekijken en druk op **BACK** om terug te keren naar de lijst met koersen.
5. Druk op **START**.

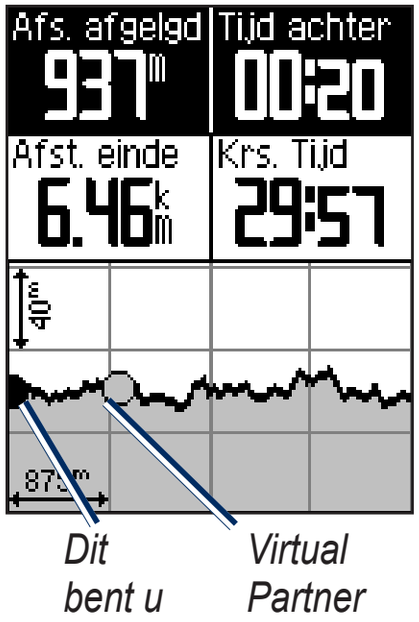
   De geschiedenis wordt opgenomen, ook als u zich niet op de koers bevindt. Het bericht Koers voltooid! wordt weergegeven als u de koers hebt afgelegd.
6. Maak een rit.
7. Druk op **PAGE** om de gegevenspagina's weer te geven:



Opties voor Van koers

U kunt een warming-up uitvoeren voordat u uw koers begint. Druk op **START** om de koers te beginnen en voer de warming-up dan zoals gewoonlijk uit. Zorg ervoor dat u tijdens de warming-up niet op het pad van de koers komt. Als u klaar bent om te beginnen, gaat u naar de koers. Als u op het pad van de koers komt, ziet u een bericht op de Edge met de melding dat u op de koers bent.

OPMERKING: zodra u op **START** drukt, start Virtual Partner de koers. Het toestel wacht niet tot u klaar bent met uw warming-up.



Als u van de koers afdwaalt, wordt het bericht “Van koers” op de Edge weergegeven. Gebruik de koerskaart of koerspunten om uw weg naar de koers weer te vinden.

De koerssnelheid wijzigen

1. Houd **MENU** ingedrukt.
2. Selecteer **Training** > **Koersen**.
3. Selecteer de koers in de lijst.
4. Selecteer **Doe koers**.
5. Druk op **LIGHT**.
6. Gebruik ▼ en ▲ om het tijdspercentage voor het afleggen van de koers aan te passen.

   Als u uw koerstijd bijvoorbeeld met 20% wilt verbeteren, voert u een koerssnelheid in van 120%. U racet dan tegen de Virtual Partner om een koers van 30 minuten af te leggen in 24 minuten.

Een koers stoppen

Houd **MENU** ingedrukt en selecteer **Training** > **Stop koers**.

Een koers verwijderen

1. Houd **MENU** ingedrukt.
2. Selecteer **Training** > **Koersen**.
3. Selecteer een koers.
4. Selecteer **Wis rit** > **Ja**.

Workouts

U kunt met de Edge geavanceerde workouts maken en opslaan met doelstellingen voor iedere workoutstap en voor verschillende afstanden, tijden en rustronden. Nadat u een workout hebt gemaakt en opgeslagen, kunt u deze met Garmin Connect of Garmin Training Center plannen voor een bepaalde dag. U kunt workouts van tevoren plannen en ze opslaan in de Edge.

Workouts maken

We raden u aan Garmin Connect of Garmin Training Center (pagina 7) te gebruiken voor het maken van workouts. Daarna kunt u de workouts overbrengen naar de Edge (pagina 35). Het is echter ook mogelijk een workout rechtstreeks te maken en op te slaan in uw Edge.

1. Houd **MENU** ingedrukt.
2. Selecteer **Training** > **Workouts** > **Nieuw**.
3. Geef een beschrijvende naam voor de workout op in het bovenste veld (bijvoorbeeld SNEL 10).
4. Selecteer **Voeg stap toe**.
5. Selecteer **Tijdduur** om op te geven hoe de stap zal worden gemeten.

   Selecteer bijvoorbeeld **Afstand** om de stap te laten eindigen na een bepaalde afstand.

   Als u **Openen** kiest, kunt u de stap beëindigen door tijdens de workout op **LAP** te drukken.
6. Geef zo nodig een waarde op in het veld onder **Tijdduur**.
7. Selecteer **Doel** om uw doel voor de stap te kiezen.

   Selecteer bijvoorbeeld **Hartslag** als u een consistente hartslag wilt houden gedurende de stap.
8. Selecteer zo nodig een doelbereik of voer een aangepast bereik in.

   U kunt bijvoorbeeld een hartslagzone invoeren. Steeds wanneer de opgegeven waarde voor hartslag wordt overschreden of juist niet wordt bereikt, geeft de Edge een pieptoon en wordt er een bericht weergegeven.
9. Selecteer zo nodig **Ja** in het veld **Rustronde**.

   Tijdens een rustronde blijft de timer doorlopen en worden gegevens vastgelegd.
10. Druk op **BACK** om door te gaan.
11. Herhaal stap 4–9 om een andere nieuwe stap toe te voegen.

Workoutstappen herhalen

Voordat u een workoutstap kunt herhalen, moet u een workout met ten minste één stap maken.

1. Selecteer **Voeg stap toe**.
2. Selecteer een optie in het veld **Tijdduur**.
   - Selecteer **Herhalen** als u een stap een of meer keren wilt herhalen.

     U kunt bijvoorbeeld een stap van 5 mijl tien keer herhalen.
   - Selecteer **Herhaal tot** als u een stap gedurende een bepaalde duur wilt herhalen.

     U kunt bijvoorbeeld een stap van 5 mijl gedurende 50 minuten herhalen of totdat uw hartslag 160 bpm (slagen per minuut) bedraagt.
3. Selecteer een stap die u wilt herhalen in het veld **Terug naar stap**.
4. Selecteer zo nodig **Ja** in het veld **Rustronde**.
5. Druk op **BACK** om door te gaan.

Een workout beginnen

1. Houd **MENU** ingedrukt.
2. Selecteer **Training** > **Workouts**.
3. Selecteer de workout.
4. Selecteer **Begin workout**.
5. Druk op **START**.
6. Maak een rit.
7. Druk op **PAGE** om de gegevenspagina's weer te geven:

Nadat u een workout begint, geeft de Edge elke stap van de workout, het doel (indien ingesteld) en de huidige workoutgegevens weer. U hoort een alarm wanneer u op het punt staat een stap in de workout te voltooien. Er wordt een bericht weergegeven waarin de tijd of afstand tot de nieuwe stap wordt afgeteld.

Een stap beëindigen

Druk op **LAP** om een stap voortijdig te beëindigen.

Een workout beëindigen

1. Druk op **STOP** om de timer stil te zetten.
2. Houd **RESET** ingedrukt om uw ritgegevens op te slaan en de timer opnieuw in te stellen.

Workouts bewerken

U kunt workouts bewerken in Garmin Connect of Garmin Training Center, maar ook rechtstreeks in de Edge. Als u uw workouts bewerkt in de Edge, zijn uw wijzigingen wellicht maar tijdelijk. Garmin Connect en Garmin Training Center fungeren als 'hoofdlijst' met workouts. Als u een workout in de Edge bewerkt, worden de wijzigingen mogelijk overschreven wanneer u de volgende keer workouts vanuit Garmin Connect of Garmin Training Center overbrengt. Als u een definitieve wijziging in een workout wilt aanbrengen, dient u deze in Garmin Connect of Garmin Training Center te bewerken en over te brengen naar de Edge.

Een workout bewerken met de Edge

1. Houd **MENU** ingedrukt.
2. Selecteer **Training** > **Workouts**.
3. Selecteer de workout.
4. Selecteer **Wijzig workout**.
5. Selecteer de stap.
6. Selecteer **Wijzig stap**.
7. Breng de benodigde wijzigingen aan en druk op **BACK** om door te gaan.
8. Druk op **BACK** om op te slaan en af te sluiten.

Een workout verwijderen

1. Houd **MENU** ingedrukt.
2. Selecteer **Training** > **Workouts**.
3. Selecteer de workout.
4. Selecteer **Verwijder Workout** > **Ja**.

ANT+-sensors

De Edge is compatibel met de volgende ANT+-accessoires:

- Hartslagmeter (pagina 21)
- GSC 10 snelheids- en cadanssensor (pagina 25)
- ANT+-sensors van andere bedrijven (pagina 30)

Ga naar http://buy.garmin.com voor meer informatie over compatibele accessoires.

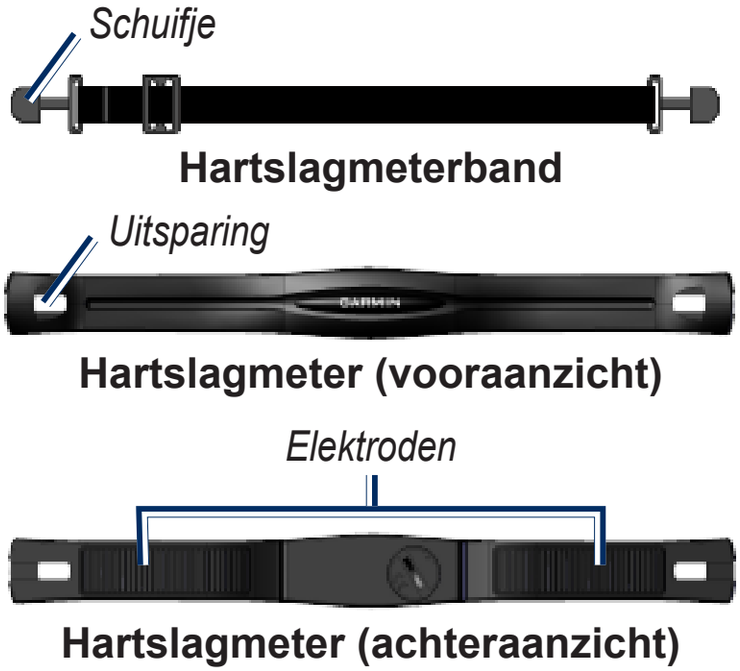
Tips voor het koppelen van ANT+-sensors aan uw Garmin-toestel

- Controleer of de ANT+-sensor compatibel is met uw Garmin-toestel.
- Voordat u de ANT+-sensor aan uw Garmin-toestel koppelt, dient u een afstand van 10 m ten opzichte van andere ANT+-sensors in acht te nemen.
- Plaats het Garmin-toestel binnen 3 m van de ANT+-sensor.
- Als u de koppeling één keer tot stand hebt gebracht, herkent het Garmin-toestel daarna automatisch de ANT+-sensor als u deze activeert. Dit proces vindt automatisch plaats wanneer u het Garmin-toestel inschakelt en zorgt ervoor dat de sensors binnen enkele seconden zijn geactiveerd en klaar zijn voor gebruik.
- Na het koppelen ontvangt het Garmin-toestel alleen gegevens van uw eigen sensor en kunt u in de buurt van andere sensors gaan staan.

De hartslagmeter plaatsen

Zorg ervoor dat de hartslagmeter rechtstreeks in contact met uw huid staat, vlak onder uw borstkas. De meter dient zo stevig te zitten dat deze tijdens de rit niet kan verschuiven.

1. Steek een van de schuifjes op de band door de sleuf in de hartslagmeter.



2. Druk het schuifje vast.
3. Bevochtig beide elektroden aan de achterzijde van de hartslagmeter om een sterke verbinding tussen uw borst en de zender tot stand te brengen.
4. Bind de band om uw borst en sluit deze aan op de andere zijde van de hartslagmeter.

   Het Garmin-logo dient niet ondersteboven te worden weergegeven.

Nadat u de hartslagmeter hebt omgedaan, is deze stand-by en klaar om gegevens te verzenden.

De hartslagmeter gebruiken

Stel voor de nauwkeurigste caloriegegevens tijdens de rit uw maximumhartslag, uw hartslag in rust en de hartslagzones in met gebruik van Garmin Connect of Garmin Training Center.

1. Schakel de Edge in.
2. Zorg dat de Edge zich binnen het bereik (drie meter) van de hartslagmeter bevindt.
3. Houd **MENU** ingedrukt.
4. Selecteer **Instellingen** > **Fietsinstellingen** > **Hartslag** > **ANT+ HS**.
5. Selecteer **Ja** > **Scan opnieuw**.
6. Druk op **BACK** om terug te keren naar het hoofdmenu.

   Als de hartslagmeter wordt gekoppeld, wordt er een bericht weergegeven en wordt het hartslagpictogram ♡ in het hoofdmenu weergegeven.
7. Pas optionele gegevensvelden aan (pagina 37).
8. Maak een rit.

TIP: als de hartslaggegevens niet worden weergegeven of als uw hartslaggegevens onregelmatig zijn, dient u de band strakker om uw borst te trekken of gedurende vijf tot tien minuten een warming-up uit te voeren (zie pagina 31).

Uw hartslagzones en instellingen weergeven

De Edge gebruikt het gebruikersprofiel van de basisinstellingen om uw hartslagzones te bepalen.

1. Houd **MENU** ingedrukt.
2. Selecteer **Instellingen** > **Fietsinstellingen** > **Hartslag** > **HS-zones**.

OPMERKING: u kunt de maximale hartslag, de hartslag in rust en de hartslagzones aanpassen met gebruik van Garmin Connect of Garmin Training Center (pagina 8).

Hartslagzones

	% van maximale hartslag of hartslag in rust	Waargenomen inspanning	Voordelen
1	50 tot 60%	Ontspannen, comfortabele snelheid, regelmatige ademhaling	Aerobische training voor beginners, verlaagt stressniveau
2	60 tot 70%	Comfortabele snelheid, iets diepere ademhaling, gesprek voeren is mogelijk	Standaardcardiovasculaire training; korte herstelperiode
3	70 tot 80%	Matige snelheid, gesprek voeren iets lastiger	Verbeterde aerobische capaciteit, optimale cardiovasculaire training
4	80 tot 90%	Hoog tempo en enigszins ongemakkelijk; moeilijke ademhaling	Verbeterde anaerobische capaciteit en drempel, hogere snelheid
5	90 tot 100%	Sprinttempo, kan niet lang worden volgehouden; ademhaling zwaar	Anaerobisch en musculair uithoudingsvermogen; meer kracht

Hartslagzones

⚠ LET OP

Vraag uw arts welke hartslagzones geschikt zijn voor uw fitness- en gezondheidstoestand.

Vele atleten gebruiken hartslagzones om hun cardiovasculaire kracht te meten en te verbeteren en om hun fitheid te verbeteren. Een hartslagzone is een bepaald bereik aan hartslagen per minuut. De vijf algemeen geaccepteerde hartslagzones zijn genummerd van 1 tot 5 op basis van oplopende intensiteit.

Hoe beïnvloeden uw hartslagzones uw fitheidsdoelstellingen? Als u uw hartslagzones kent, kunt u uw fitheid meten en verbeteren door de volgende principes te begrijpen en toe te passen:

- Uw hartslag is een goede maatstaf voor de intensiteit van uw training.
- Training in specifieke hartslagzones kan u helpen uw cardiovasculaire capaciteit en kracht te verbeteren.
- Als u uw hartslagzones kent, kunt u het risico op blessures verlagen en voorkomen dat u te zwaar traint.

De batterij van de hartslagmeter vervangen

De hartslagmeter bevat een door de gebruiker -vervangbare CR2032-batterij.

OPMERKING: neem contact op met uw gemeente voor informatie over het wegwerpen van batterijen.

1. Zoek de ronde batterijdop aan de achterkant van de hartslagmeter.

2. Draai de dop met een muntje tegen de richting van de klok in, zodat de pijl op de dop naar **OPEN** wijst.
3. Verwijder de dop en de batterij.
4. Wacht 30 seconden.
5. Plaats de nieuwe batterij met de pluskant naar boven.

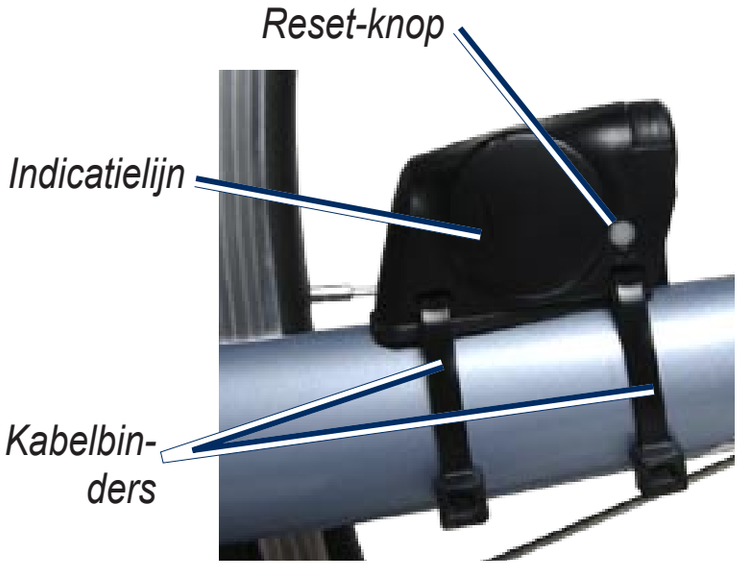
   OPMERKING: zorg ervoor dat u de afdichtring op de dop niet beschadigt of verliest.
6. Draai de dop met een muntje tegen de richting van de klok in, zodat de pijl op de dop naar **CLOSE** wijst.

De GSC 10 plaatsen

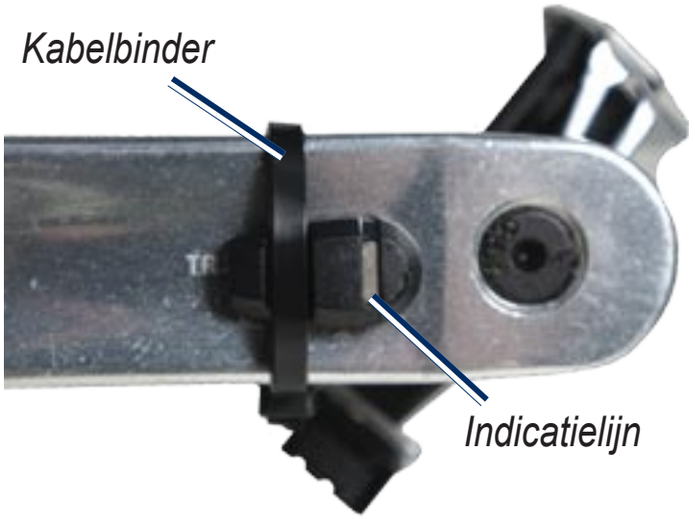
Wanneer de beide magneten op één lijn zijn geplaatst met de respectievelijke indicatielijnen, kan de Edge gegevens ontvangen.

1. Plaats de GSC 10 op de linker achterframe-arm (de zijde tegenover de ketting).

   OPMERKING: plaats het platte rubberen kussentje of het driehoekige rubberen kussentje tussen de GSC 10 en de kettingkast.



GSC 10 op linker achterframe-arm

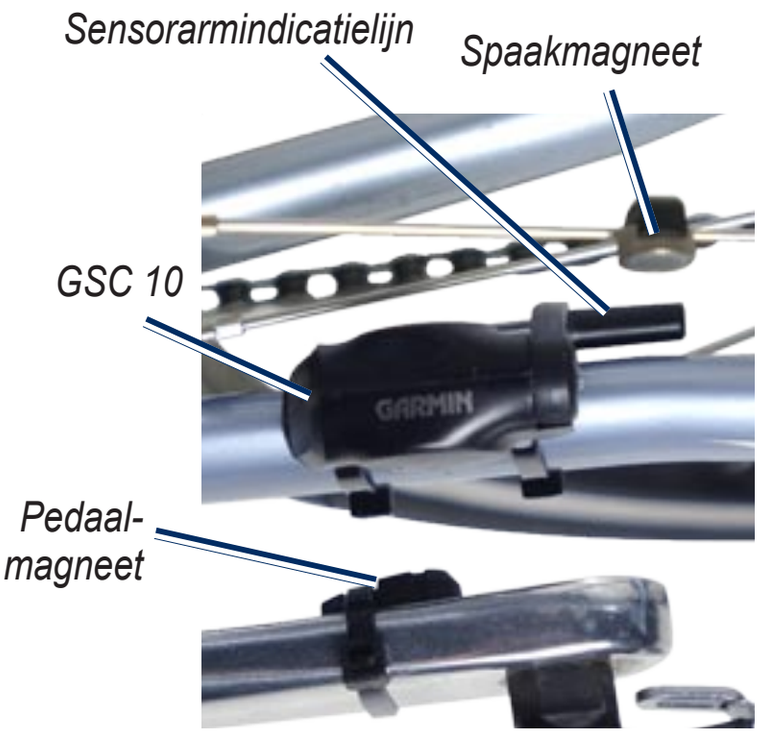


Pedaalmagneet op trapperarm

2. Bind de GSC 10 losjes vast met de twee kabelbinders.
3. Plaats de pedaalmagneet op de trapperarm met behulp van de steun met lijmstrip en een kabelbinder.

   De pedaalmagneet moet zich binnen 5 mm van de GSC 10 bevinden. De indicatielijn op de pedaalmagneet moet zich op één lijn bevinden met de indicatielijn op de GSC 10.
4. Schroef de spaakmagneet los van het plastic onderdeel.
5. Plaats de spaak in de uitsparing van het plastic onderdeel en draai deze enigszins vast.

   De spaakmagneet mag van de GSC 10 af wijzen als er onvoldoende ruimte is tussen de sensorarm en de spaak. De spaakmagneet moet zich op één lijn bevinden met de indicatielijn op de sensorarm.



GSC 10 en magnetenuitlijning

6. Draai de schroef op de sensorarm los.
7. Plaats deze op minder dan 5 mm afstand van de spaakmagneet.

   U kunt de GSC 10 ook dichter naar een van de twee magneten kantelen om de uitlijning te verbeteren.
8. Druk op de knop **RESET** op de GSC 10.

   De LED wordt rood en dan groen.
9. Beweeg de trappers rond om de uitlijning van de sensor te testen.

   De rode LED knippert iedere keer als de pedaalmagneet de sensor passeert. De groene LED knippert iedere keer als de spaakmagneet de sensorarm passeert.

   OPMERKING: de LED knippert de eerste 60 keer dat de magneet de sensor passeert nadat u een reset hebt uitgevoerd. Druk nogmaals op **RESET** als u de magneet de sensor vaker wilt laten passeren.
10. Als alles naar behoren functioneert en goed is uitgelijnd, draait u de kabelbinders, sensorarm en spaakmagneet stevig vast.

De GSC 10 gebruiken

1. Schakel de Edge in.
2. Plaats de Edge binnen het bereik (3 m) van de GSC 10.
3. Houd **MENU** ingedrukt.
4. Selecteer **Instellingen** > **Fietsinstellingen** > **[Fiets 1]** > **ANT+ snelh./cad**.
5. Selecteer **Ja** > **Scan opnieuw**.
6. Druk op **BACK** om terug te keren naar het hoofdmenu.

   Als de GSC 10 is gekoppeld, wordt er een bericht weergegeven en wordt het cadanspictogram in het hoofdmenu weergegeven.
7. Pas optionele gegevensvelden aan (pagina 37).
8. Maak een rit.

De GSC 10

De cadansgegevens van de GSC 10 worden altijd opgenomen. Als er geen GSC 10 is gekoppeld, wordt er gebruik gemaakt van GPS-gegevens om de snelheid en afstand te berekenen.

De cadans is de pedaal- of draaisnelheid. Deze wordt gemeten aan de hand van het aantal draaiingen van de krukarm per minuut (rpm). De GSC 10 beschikt over twee sensors: een voor de cadans en een voor snelheid.

Zie pagina 9 voor informatie over cadanswaarschuwingen.

Gemiddelden die niet gelijk zijn aan nul voor cadansgegevens

De instelling voor gegevensgemiddelden die niet gelijk zijn aan nul is beschikbaar als u tijdens het trainen een optionele cadanssensor gebruikt. Standaard worden lege waarden die optreden als u niet trapt, genegeerd.

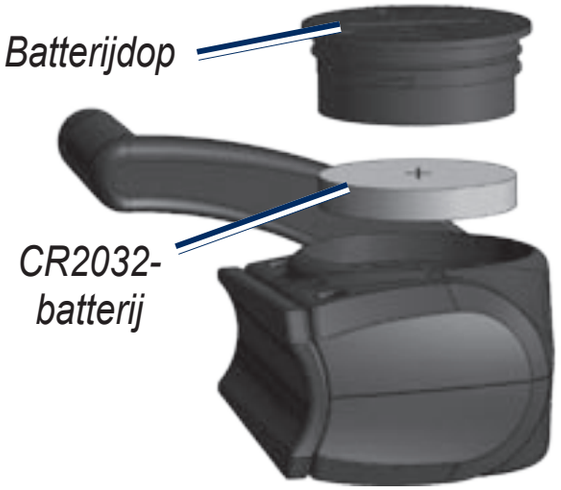
Als u gemiddelden die niet gelijk zijn aan nul wilt in- of uitschakelen, houdt u **MENU** ingedrukt en selecteert u **Instellingen** > **Fietsinstellingen** > **Geg.gem**.

De batterij van de GSC 10 vervangen

De GSC 10 bevat een door de gebruiker vervangbare CR2032-batterij.

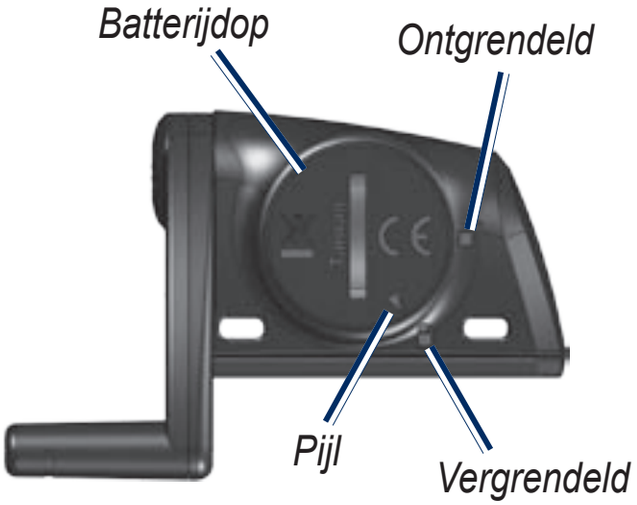
OPMERKING: neem contact op met uw gemeente voor informatie over het wegwerpen van batterijen.

1. Zoek de ronde batterijdop aan de zijkant van de GSC 10.



2. Gebruik een muntje om de dop tegen de klok in los te draaien (pijl wijst naar de ontgrendelingspositie).
3. Verwijder de dop en de batterij.
4. Wacht 30 seconden.
5. Plaats de nieuwe batterij met de pluskant naar boven.

   OPMERKING: zorg ervoor dat u de afdichtring op de dop niet beschadigt of verliest.
6. Gebruik een muntje om de dop weer vast te draaien (de pijl wijst naar de vergrendelde positie).



ANT+-sensors van andere bedrijven

Een lijst met ANT+-sensors van andere fabrikanten die compatibel zijn met de Edge vindt u op www.garmin.com/intosports.

De vermogensmeter kalibreren

Raadpleeg de documentatie van de fabrikant voor instructies over het kalibreren van uw vermogensmeter.

U kunt uw vermogensmeter pas kalibreren als deze op de juiste wijze is geïnstalleerd en bezig is met het opnemen van gegevens.

1. Houd **MENU** ingedrukt.
2. Selecteer **Instellingen** > **Fietsinstellingen** > **[Fiets 1]** > **ANT+ verm.** > **Kalibreren**.
3. Zorg dat uw vermogensmeter actief blijft door te blijven trappen tot het bericht wordt weergegeven.

Uw vermogenszones weergeven

U kunt zeven aangepaste vermogenszones instellen met gebruik van Garmin Connect of Garmin Training Center. Als u uw FTP-waarde (functional threshold power) kent, kunt u deze opgeven. Dan berekent de software automatisch uw vermogenszones.

1. Houd **MENU** ingedrukt.
2. Selecteer **Instellingen** > **Fietsinstellingen** > **[Fiets 1]** > **Vermogenszones**.

Gemiddelden die niet gelijk zijn aan nul voor vermogensgegevens

De instelling voor gegevensgemiddelden die niet gelijk zijn aan nul is beschikbaar als u tijdens het trainen een optionele vermogensmeter gebruikt. Standaard worden lege waarden die optreden als u niet trapt, genegeerd.

Als u gemiddelden die niet gelijk zijn aan nul wilt in- of uitschakelen, houdt u **MENU** ingedrukt en selecteert u **Instellingen** > **Fietsinstellingen** > **Geg.gem**.

Problemen met de ANT+-sensor oplossen

Probleem	Oplossing
Ik kan de ANT+-sensor niet koppelen aan mijn toestel.	• Zorg ervoor dat u minstens tien meter bij andere ANT-sensors vandaan bent tijdens het koppelen. • Breng het toestel tijdens het koppelen binnen het bereik (drie meter) van de hartslagmeter. • Vervang de batterij als het probleem zich blijft voordoen.
Ik heb een ANT+-sensor van een ander bedrijf.	Controleer of deze compatibel is met de Edge (www.garmin.com/intosports).
De riem van de hartslagmeter is te groot.	Er is een kleinere, elastische riem verkrijgbaar. Ga naar http://buy.garmin.com.

Probleem	Oplossing
De hartslaggegevens zijn onnauwkeurig of onregelmatig.	• Controleer of de hartslagmeter dicht tegen uw lichaam is geplaatst. • Bevochtig de elektroden opnieuw. Gebruik water, speeksel of een gel voor elektroden. • Maak de elektroden schoon. Vuil en zweetresten op de elektroden kunnen de hartslagsignalen beïnvloeden. • Plaats de hartslagmeter op uw rug in plaats van op uw borst. • Draag een t-shirt van katoen of maak uw t-shirt nat als dat mogelijk is. Synthetische materialen die langs de hartslagmeter wrijven of er tegen aan slaan, kunnen statische elektriciteit veroorzaken die de hartslagsignalen beïnvloedt. • Blijf uit de buurt van sterke elektromagnetische velden en bepaalde draadloze sensors van 2,4 GHz, omdat deze interferentie met uw hartslagmeter kunnen veroorzaken. Bronnen van interferentie zijn bijvoorbeeld hoogspanningsleidingen, elektrische motoren, magnetrons, draadloze telefoons van 2,4 GHz en draadloze LAN-toegangspunten.

Geschiedenis

Als de timer wordt gestart, slaat de Edge automatisch de geschiedenis op. Bij standaardgebruik kan op de Edge minstens 180 uur aan ritgegevens worden opgeslagen. Als het geheugen van de Edge vol is, wordt er een bericht weergegeven. De Edge overschrijft of verwijdert niet automatisch uw geschiedenis. Zie pagina 34 voor meer informatie over het verwijderen van de geschiedenis.

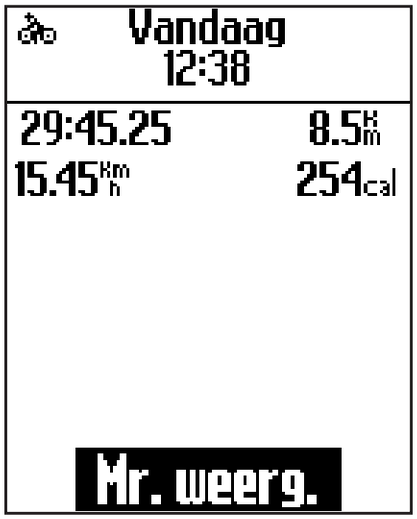
Upload uw geschiedenis (pagina 8) regelmatig naar Garmin Connect of Garmin Training Center om al uw ritgegevens bij te houden.

Tot de geschiedenisgegevens behoren: tijd, afstand, calorieën, gemiddelde snelheid, maximale snelheid, hoogte en gedetailleerde ronde-informatie. De geschiedenis van de Edge kan ook de hartslag, de cadans en het vermogen bevatten.

OPMERKING: de geschiedenis wordt niet vastgelegd wanneer de timer wordt gestopt of gepauzeerd.

De geschiedenis weergeven

1. Houd **MENU** ingedrukt.
2. Selecteer **Geschiedenis** > **Activiteiten**.



3. Kies een optie:
   - Gebruik ▼ en ▲ om door uw activiteiten te bladeren.
   - Selecteer **Meer weergeven** om de details van de volledige rit of van elke ronde weer te geven.

Totaalwaarden voor afstand en tijd weergeven

Houd **MENU** ingedrukt en selecteer **Geschiedenis** > **Totalen** om de totaal afgelegde afstand en tijd van de rit weer te geven.

De geschiedenis verwijderen

Als u de geschiedenis eenmaal hebt overgebracht naar uw computer, kunt u deze van de Edge verwijderen.

1. Houd **MENU** ingedrukt.
2. Selecteer **Geschiedenis** > **Verwijder**.
3. Selecteer een optie:
   - Selecteer **Indv. activiteiten** om één activiteit per keer te verwijderen.
   - Selecteer **Alle activiteiten** om alle ritgegevens uit de geschiedenis te verwijderen.
   - Selecteer **Oude activiteiten** om langer dan een maand geleden opgenomen activiteiten te verwijderen.
   - Selecteer **Alle totalen** om de totale afstand en tijd voor de rit te resetten.

     OPMERKING: de geschiedenis wordt zo niet verwijderd.
4. Selecteer **Ja**.

Gegevensopslag

De Edge maakt gebruik van slimme opslag. Hiermee worden belangrijke punten opgeslagen waarop u van richting bent veranderd of waarop uw snelheid of hartslag is gewijzigd.

Wanneer een vermogensmeter van een ander bedrijf (pagina 30) aan het toestel wordt gekoppeld, neemt de Edge iedere seconde punten op. Dit vergt meer van het beschikbare geheugen van de Edge, maar er ontstaat ook een bijzonder nauwkeurige opname van uw rit.

Gegevensbeheer

U kunt de Edge gebruiken als een USB-massaopslagapparaat.

OPMERKING: de Edge is niet compatibel met Windows® 95, 98, Me of NT. Er is ook geen compatibiliteit met Mac® OS 10.3 en ouder.

De USB-kabel aansluiten

OPMERKING

U voorkomt corrosie door de mini-USB-poort, de beschermkap en de omringende delen grondig af te drogen voordat u de Edge oplaadt of aansluit op een computer.

1. Sluit de USB-kabel aan op een USB-poort op de computer.
2. Duw de beschermkap van de mini-USB-poort omhoog.
3. Sluit het smalle uiteinde van de USB-kabel aan op de mini-USB-poort.

   Het toestel wordt als verwisselbaar station weergegeven in Deze computer op Windows-computers en als een geïnstalleerd volume op Mac-computers.

Bestanden laden

Nadat u het toestel op uw computer hebt aangesloten, kunt u handmatig de volgende bestanden naar de Edge laden: .tcx, .fit en .crs.

1. Blader naar het bestand op uw computer.
2. Selecteer **Bewerken** > **Kopiëren**.
3. Open het Garmin-station of -volume.
4. Open de map "NewFiles".
5. Selecteer **Bewerken** > **Plakken**.

Bestanden verwijderen

OPMERKING

Het geheugen van het toestel bevat belangrijke systeembestanden die niet mogen worden verwijderd.

Nadat u het toestel op uw computer hebt aangesloten, kunt u handmatig bestanden verwijderen.

1. Open het Garmin-station of -volume.
2. Selecteer het bestand.
3. Druk op de toets **Delete** op het toetsenbord.

De USB-kabel loskoppelen

Als u klaar bent met de bestandsbeheertaken, kunt u de USB-kabel loskoppelen.

1. Voer een actie uit:
   - Windows-computers: klik op het uitwerppictogram in de systeembalk.
   - Mac-computers: sleep het volumepictogram naar de Prullenmand .
2. Koppel het toestel los van uw computer.

Instellingen

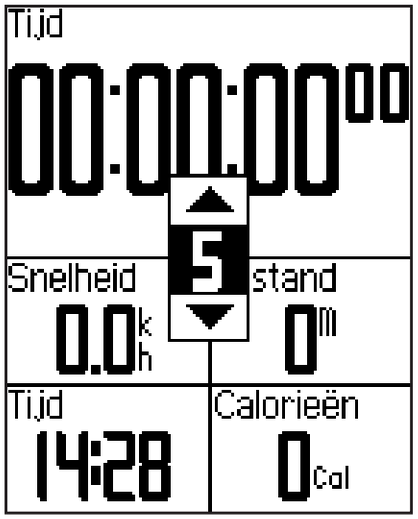
U kunt de volgende instellingen en functies aanpassen:

- Gegevensvelden (pagina 38)
- Systeeminstellingen (pagina 41)
- Gebruikersprofielen (pagina 43)
- Fietsprofielen (pagina 43)
- GPS-instellingen (pagina 45)

De gegevensvelden aanpassen

U kunt aangepaste gegevensvelden instellen voor drie trainingsgegevenspagina's.

1. Houd **MENU** ingedrukt.
2. Selecteer **Instellingen** > **Fietsinstellingen** > **Gegevensvelden**.
3. Selecteer een van de pagina's.
4. Selecteer het aantal gegevensvelden dat u op deze pagina wilt zien.



Stel het aantal gegevensvelden in op nul om de optionele pagina uit te schakelen.

5. Gebruik ▼, ▲ en **ENTER** om de gegevensvelden te wijzigen.
6. Herhaal stap 3 t/m 5 voor iedere pagina die u wilt aanpassen.

Gegevensvelden

In gegevensvelden met het symbool * worden wettelijke of metrische eenheden weergegeven. Voor gegevensvelden met het symbool ** is een ANT+-sensor vereist.

Gegevensveld	Beschrijving
Afst. – Ronde *	De afstand die u in de huidige ronde hebt afgelegd.
Afstand *	De afstand die u tijdens de huidige rit hebt afgelegd.
Cadans – Gem. **	Gemiddelde cadans voor de duur van de huidige rit.
Cadans – Ronde **	Gemiddelde cadans voor de huidige ronde.
Cadans **	Aantal malen per minuut dat de krukarm ronddraait.
Calorieën	De hoeveelheid calorieën die u hebt verbrand.
GPS-nauwkeurigheid *	De foutmarge van uw exacte locatie. De GPS-locatie is bijvoorbeeld nauwkeurig tot op +/- 12 feet.

Gegevensveld	Beschrijving
Gradiënt	Berekening van de klim ten opzichte van de afstand. Als u bijvoorbeeld 10 meter klimt (hoogte) voor iedere 200 meter die u aflegt (afstand), is uw gradiënt 5%.
Hartslag **	Het aantal hartslagen per minuut.
Hartslagbereik **	Het huidige hartslagbereik (1–5). De standaardzones zijn gebaseerd op uw gebruikersprofiel, maximale hartslag en hartslag in rust.
Hartslaggrafiek **	Lijndiagram dat uw huidige hartslagzone (1–5) weergeeft.
Hoogte *	De afstand boven of onder zeeniveau.
HS – %HSR **	Percentage van hartslagreserve (maximale hartslag minus rusthartslag).
HS – %Max. **	Percentage van maximale hartslag.

Gegevensveld	Beschrijving
HS – Gem. %HSR **	Het gemiddelde percentage van de hartslagreserve (maximale hartslag minus rusthartslag) tijdens de koers.
HS – Gem. %Max. **	Het gemiddelde percentage van de maximale hartslag tijdens de koers.
HS – Gem. **	Uw gemiddelde hartslag tijdens de rit.
HS – Ronde %HSR **	Het gemiddelde percentage van de hartslagreserve (maximale hartslag minus rusthartslag) tijdens de ronde.
HS – Ronde %Max. **	Het gemiddelde percentage van de maximale hartslag tijdens de ronde.
HS – Ronde **	Uw gemiddelde hartslag tijdens de huidige ronde.
Koers	De richting waarin u zich momenteel beweegt.
Ronden	Aantal voltooide ronden.

Gegevensveld	Beschrijving
Snelheid – Gem. *	Gemiddelde snelheid voor de rit.
Snelheid – Max. *	De hoogste snelheid die u tijdens de huidige rit hebt bereikt.
Snelheid – Ronde *	De gemiddelde snelheid tijdens de huidige ronde.
Snelheid *	De huidige snelheid.
Temperatuur *	Huidige temperatuur in Fahrenheit of Celsius. **OPMERKING**: de Edge geeft mogelijk een temperatuur aan die hoger is dan de actuele luchttemperatuur als deze in direct zonlicht wordt geplaatst of in de hand wordt gehouden. Het duurt ook even voor de Edge zich aan significante wijzigingen in de temperatuur heeft aangepast.
Tijd	De huidige tijd van de dag, op basis van uw tijdinstellingen (notatie, tijdzone en zomertijd).

Gegevensveld	Beschrijving
Tijd	De tijd op de stopwatch.
Tijd – Gem. Ronde	De gemiddelde tijd die u tot nu toe nodig hebt gehad om de ronden te voltooien.
Tijd – Ronde	De hoeveelheid tijd in de huidige ronde.
Tijd – Verstreken	De tijd die is verstreken tussen het drukken op **START** en **RESET**.
Totale daling *	Totale daling in de huidige rit.
Totale stijging *	Totale klim in de huidige rit.
Vermogen – % FTP **	Huidig uitgangsvermogen in % FTP (functional threshold power).

Gegevensveld	Beschrijving
Vermogen – 30s gem. **	De gemiddelde snelheid van het uitgangsvermogen gedurende 30 seconden.
Vermogen – 3s gem. **	Het gemiddelde van het uitgangsvermogen gedurende drie seconden.
Vermogen – Gem. **	Het gemiddelde uitgangsvermogen voor de duur van de huidige rit.
Vermogen – kJ **	Totale (cumulatieve) hoeveelheid uitgangsvermogen in kilojoule.
Vermogen – Max. **	Het hoogste vermogen dat tijdens de huidige rit is bereikt.

Gegevensveld	Beschrijving
Vermogen – Ronde **	Het gemiddelde uitgangsvermogen in de huidige ronde.
Vermogen **	Het huidige uitgangsvermogen in watt.
Vermogens-zone **	Huidig uitgangsvermogen-bereik (1–7), gebaseerd op uw FTP of aangepaste instellingen.
Verticale snelheid *	Klim- of daalsnelheid in voet/meter per uur.
VS – 30s gem. *	De gemiddelde klim- of daalsnelheid gedurende 30 seconden.

De systeeminstellingen wijzigen

De geluidssignalen wijzigen

1. Houd **MENU** ingedrukt.
2. Selecteer **Instellingen** > **Systeem** > **Toon**.
3. Schakel de signalen voor toetsen en berichten in of uit.

De schermverlichting wijzigen

1. Houd **MENU** ingedrukt.
2. Selecteer **Instellingen** > **Systeem** > **Scherm**.
3. Wijzig de instellingen:
   - Selecteer **Verlichtingtijdsduur** om aan te geven hoe lang de schermverlichting moet blijven branden.

     TIP: gebruik hier een lage waarde om energie te besparen.
   - Selecteer **Schermverlichting** om de helderheid te wijzigen.
   - Selecteer **Contrast** om het schermcontrast te wijzigen.

De configuratie-instellingen wijzigen

U kunt alle aanvankelijk geconfigureerde basisinstellingen wijzigen.

1. Houd **MENU** ingedrukt.
2. Selecteer **Instellingen** > **Systeem**.
3. Selecteer een optie:
   - Selecteer **Systeeminstellingen** om de taal, de positieweergave, het eenheidformaat en de tijdweergave te wijzigen.
   - Selecteer **Basisinstellingen** om alle geconfigureerde basisinstellingen te wijzigen.
4. Volg de instructies op het scherm.

Tijdzones en tijdweergaven

Telkens wanneer u de Edge inschakelt en er naar satellieten wordt gezocht, worden automatisch de tijdzone en het tijdstip vastgesteld. Als u de tijdnotatie wilt wijzigen in de 12- of 24-uursnotatie, dient u de configuratie-instellingen te wijzigen in de systeeminstellingen (pagina 42).

De instelling voor automatisch uitschakelen wijzigen

Met deze functie wordt de Edge automatisch uitgeschakeld na 15 minuten inactiviteit.

1. Houd **MENU** ingedrukt.
2. Selecteer **Instellingen** > **Systeem** > **Auto uitschakelen**.
3. Selecteer **Aan** of **Uit**.

Uw gebruikersprofiel-instellingen wijzigen

De Edge gebruikt de informatie die u opgeeft over uzelf om nauwkeurige ritgegevens te berekenen.

1. Houd **MENU** ingedrukt.
2. Selecteer **Instellingen** > **Gebruikersprofiel** om de instellingen voor geslacht, leeftijd, gewicht, lengte en activiteitsklasse bij te werken.

   Uw activiteitsklasse kunt u bepalen aan de hand van de tabel op pagina 53.
3. Volg de instructies op het scherm.

Informatie over calorieën

Technologie voor analyse van calorieverbranding en hartslag wordt geleverd en ondersteund door Firstbeat Technologies Ltd. Ga voor meer informatie naar www.firstbeattechnologies.com.

Uw fietsprofiel bijwerken

U kunt drie fietsprofielen aanpassen. De Edge gebruikt het gewicht van de fiets, de waarde van de afstandteller en de wielmaat om nauwkeurige ritgegevens te berekenen.

1. Houd **MENU** ingedrukt.
2. Selecteer **Instellingen** > **Fietsinstellingen** > **[Fiets 1]** > **Fietsdetails**.
3. Geef een naam op voor het fietsprofiel.
4. Geef het gewicht van de fiets en de waarde van de afstandteller op.
5. Selecteer een optie in het veld **Wielmaat**:
   - Selecteer **Auto** om uw wielmaat te berekenen met gebruik van de GPS-afstand.
   - Selecteer **Aangepast** om uw wielmaat op te geven. Op pagina 51 vindt u een tabel met wielmaten en omvangen.

Overschakelen naar een andere fiets

Selecteer uw fiets nadat u uw fietsprofielen op de Edge hebt aangepast.

1. Houd **MENU** ingedrukt.
2. Selecteer **Instellingen** > **Fietsinstellingen** > **[Naam van actieve fiets] > Fietsdetails**.
3. Selecteer de fiets die u wilt gebruiken.

De startmelding wijzigen

Deze functie stelt automatisch vast dat de Edge satellietsignalen ontvangt en dat de fiets rijdt. U wordt er zo aan herinnerd de timer in te stellen, zodat uw ritgegevens worden vastgelegd.

1. Houd **MENU** ingedrukt.
2. Selecteer **Instellingen** > **Fietsinstellingen** > **Start opm**.
3. Selecteer een optie in het veld **Modus**:
   - Selecteer **Uit**.
   - Selecteer **Eenmaal**.
   - Selecteer **Herhalen** om te bepalen na hoeveel tijd de herinnering wordt weergegeven.

Snelheidszones

Uw Edge bevat meerdere, verschillende snelheidszones, variërend van bijzonder langzaam (Klim 4) tot bijzonder snel (Maximumsnelheid). De waarden voor deze zones zijn standaardwaarden en passen mogelijk niet bij uw persoonlijke vaardigheden. U kunt de zones aanpassen met behulp van Garmin Connect of Garmin Training Center (pagina 8).

Uw snelheidszones weergeven

1. Houd **MENU** ingedrukt.
2. Selecteer **Instellingen** > **Fietsinstellingen** > **Snelheidszones**.

GPS-instellingen

Tot de GPS-instellingen behoren:

- Satellieten uitschakelen (pagina 45)
- Satellietpagina weergeven (pagina 45)
- Hoogtepunten gebruiken (pagina 46)

Indoortrainingen

1. Houd **MENU** ingedrukt.
2. Selecteer **GPS** > **GPS-status**.
3. Selecteer **Uit**.

Wanneer de GPS is uitgeschakeld, zijn er geen snelheids- en afstandsgegevens beschikbaar, tenzij u over een optionele sensor beschikt die deze gegevens naar de Edge verzendt (zoals de GSC 10). De volgende keer dat u de Edge inschakelt, zoekt het toestel weer naar satellietsignalen.

Satellietpagina

Op de satellietpagina wordt actuele informatie over de GPS-satelliet weergegeven. Houd **MENU** ingedrukt en selecteer **GPS** > **Satelliet** om de satellietpagina weer te geven.

Boven aan deze pagina wordt de GPS-nauwkeurigheid weergegeven. De zwarte balken geven de sterkte van elk ontvangen satellietsignaal weer (het nummer van de satelliet verschijnt onder het balkje).

Ga voor meer informatie over GPS naar www.garmin.com/aboutGPS.

Hoogtepunten instellen

U kunt maximaal 10 hoogtepunten opslaan. Als u altijd een hoogtepunt gebruikt voordat u aan een bepaalde trainingsrit begint, ontvangt u consistentere en preciezere hoogtegegevens.

1. Houd **MENU** ingedrukt.
2. Selecteer **GPS** > **Hoogte instellen**.
3. Voer een beschrijvende naam in.
4. Voer de bekende hoogte in.
5. Selecteer **Opslaan**.

De volgende keer dat de timer wordt gestart, zoekt de Edge automatisch naar hoogtepunten binnen 30 meter van uw locatie. De Edge gebruikt de hoogtegegevens als het uitgangspunt.

Hoogtepunten bewerken

1. Houd **MENU** ingedrukt.
2. Selecteer **GPS** > **Hoogtepunten**.
3. Selecteer het hoogtepunt dat u wilt bewerken.
4. Bewerk de naam en de hoogte.

Hoogtepunten verwijderen

Als u een opgeslagen hoogtepunt niet wilt gebruiken, dient u het desbetreffende punt te verwijderen van uw Edge.

1. Houd **MENU** ingedrukt.
2. Selecteer **GPS** > **Hoogtepunten**.
3. Selecteer het hoogtepunt dat u wilt verwijderen.
4. Selecteer **Verwijder**.

Appendix

Het toestel registreren

Vul de onlineregistratie vandaag nog in, zodat wij u beter van dienst kunnen zijn:

- Ga naar http://my.garmin.com.
- Bewaar uw originele aankoopbewijs of een fotokopie op een veilige plek.

De Edge

Als u belangrijke software-informatie en de toestel-id wilt weergeven, dient u **MENU** ingedrukt te houden en **Instellingen** > **Info over Edge** te selecteren.

De software bijwerken

1. Selecteer een optie:
   - Gebruik WebUpdater. Ga naar www.garmin.com/products/webupdater.
   - Gebruik Garmin Connect. Ga naar http://connect.garmin.com.
2. Volg de instructies op het scherm.

Contact opnemen met Garmin Product Support

Neem contact op met Garmin Product Support als u vragen hebt over dit product:

- Ga in de VS naar www.garmin.com/support of neem telefonisch contact op met Garmin USA via (913) 397.8200 of (800) 800.1020.
- Neem in het VK telefonisch contact op met Garmin (Europe) Ltd. via 0808 2380000.
- Ga in Europa naar www.garmin.com/support en klik op **Contact Support** voor lokale ondersteuningsinformatie of

neem telefonisch contact op met Garmin (Europe) Ltd. via +44 (0) 870.8501241.

De schermverlichting gebruiken

- Druk op **LIGHT** als u de schermverlichting wilt inschakelen.
- Druk op een willekeurige knop om de schermverlichting 15 seconden langer te laten branden.

  OPMERKING: de schermverlichting wordt ook geactiveerd door waarschuwingen en berichten.
- De schermverlichting wijzigen (pagina 41).

Optionele accessoires aanschaffen

Ga naar http://buy.garmin.com of neem contact op met uw Garmin-dealer voor informatie over optionele accessoires en vervangingsonderdelen.

Specificaties

Specificaties van de Edge	
Afmetingen (B × H × D)	48,3 × 68,6 × 21,6 mm (1,9 × 2,7 × 0,85 inch)
Gewicht	56,7 g (2,0 oz.)
Scherm (B × H)	31,8 x 37 mm (1,25 × 1,5 inch)
Resolutie (B × H)	128 × 160 pixels, met LED-schermverlichting
Waterbestendig	IPX7
Gegevensopslag	Ongeveer 50 MB (minstens 180 uur ritgegevens, bij standaardgebruik)
Computerinterface	USB
Batterijtype	Ingebouwde, oplaadbare lithium-ionbatterij van 700 mAh
Batterijlevensduur	18 uur, standaardgebruik

Specificaties van de Edge	
Bedrijfstempera-tuur	Van -15 tot 60 °C (5 tot 140 °F)
Temperatuur bij opladen	Van 0 tot 50 °C (32 tot 122 °F)
Radiofrequentie/-protocol	2,4 GHz-protocol voor draadloze communicatie
GPS-ontvanger	Bijzonder gevoelige, geïntegreerde GPS-ontvanger
Hoogtemeter	Interne barometrische hoogtemeter

Specificaties van de fietssteun	
Afmetingen (B × H × D)	37,8 × 37,8 × 9,2 mm (1,5 × 1,5 × 0,36 inch)
Gewicht (inclusief banden en rubberen tussenstukje)	7,9 g (0,28 oz.)
Banden (afdichtringen)	Twee maten: • 1,3 × 1,5 × 0,9 inch AS568-125 • 1,7 × 1,9 × 0,9 inch AS568-131 **OPMERKING**: gebruik alleen reservebanden van EPDM (Ethylene Propylene Diene Monomer). Ga naar http://buy.garmin.com of neem contact op met uw Garmin-dealer.

Specificaties van de hartslagmeter	
Afmetingen (B × H × D)	34,7 × 3,4 × 1,1 cm (13,7 × 1,3 × 0,4 inch)
Gewicht	44 g (1,6 oz.)
Waterbestendig	10 meter (32,9 ft.)
Zendbereik	Ongeveer 3 meter (9,8 ft.)
Batterij-	Vervangbare CR2032, 3 V. Perchloraten; voorzichtigheid is geboden. Zie www.dtsc.ca.gov /hazardouswaste /perchlorate.
Batterijlevensduur	Ongeveer 3 jaar (1 uur per dag)

Specificaties van de hartslagmeter	
Bedrijfstempera-tuur	Van -10 tot 50 °C (14 tot 122 °F) **OPMERKING**: draag geschikte kleding in koude weersomstandigheden, zodat de hartslagmeter niet te veel afwijkt van uw lichaamstemperatuur.
Radiofrequentie/-protocol	2,4 GHz-protocol voor draadloze communicatie

Specificaties van de GSC 10	
Afmetingen (B × H × D)	5,1 × 3,0 × 2,3 cm (2,0 × 1,2 × 0,9 inch)
Gewicht	25 g (0,9 oz.)
Waterbestendig	IPX7
Zendbereik	Ongeveer 3 meter (9,8 ft.)

Specificaties van de GSC 10	
Batterij-	Vervangbare CR2032, 3 V. Perchloraten; voorzichtigheid is geboden. Zie www.dtsc.ca.gov /hazardouswaste /perchlorate.
Batterijlevensduur	Ongeveer 1,4 jaar (1 uur per dag)
Bedrijfstempera-tuur	Van -15 tot 70 °C (5 tot 158 °F)
Radiofrequentie/-protocol	2,4 GHz-protocol voor draadloze communicatie

Wielmaat en omvang

De wielmaat wordt aan weerszijden van de band aangegeven. Zie pagina 43 voor informatie over het wijzigen van uw fietsprofiel.

Wielmaat	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
22 × 1-3/8	1770
22 × 1-1/2	1785
24 × 1	1753
24 × 3/4 (tubulair)	1785
24 × 1-1/8	1795
24 × 1-1/4	1905
24 × 1,75	1890
24 × 2,00	1925
24 × 2,125	1965

Wielmaat	L (mm)
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
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

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

Activiteitsklassen

	Hoe actief bent u?	Hoe vaak traint u?	Hoe lang traint u?
0	Geen training	-	-
1	Af en toe, lichte training	Een keer per twee weken	Minder dan 15 minuten
2			15 tot 30 minuten
3		Een keer per week	Circa 30 minuten
4	Regelmatige training	2 tot 3 keer per week	Circa 45 minuten
5			45 minuten tot 1 uur
6			1 tot 3 uur
7		3 tot 5 keer per week	3 tot 7 uur
8	Dagelijkse training	Bijna dagelijks	7 tot 11 uur
9		Dagelijks	11 tot 15 uur
10			Meer dan 15 uur

De tabel met activiteitsklassen wordt geleverd door Firstbeat Technologies Ltd., waarvan delen zijn gebaseerd op Jackson et al. “Prediction of Functional Aerobic Capacity Without Exercise Testing,” *Medicine and Science in Sports and Exercise* 22 (1990): 863–870.

Problemen oplossen

Probleem	Oplossing
De knoppen reageren niet. Hoe kan ik de Edge opnieuw instellen?	Houd de knoppen **POWER**, **MENU** en **RESET** tegelijkertijd ingedrukt om de Edge te resetten. **OPMERKING**: uw gegevens en instellingen worden niet gewist.
Ik wil alle gebruikersgegevens wissen van mijn Edge.	1. Schakel de Edge uit. 2. Houd de knoppen **POWER** en **RESET** ingedrukt totdat het bericht wordt weergegeven. 3. Selecteer **Ja** om alle gebruikersgegevens te wissen. **OPMERKING**: hierdoor wordt alle door de gebruiker ingevoerde informatie gewist, maar uw geschiedenis wordt niet verwijderd.
Mijn Edge ontvangt geen satellietsignalen.	1. Neem uw Edge mee naar een open plek, buiten parkeergarages en uit de buurt van hoge gebouwen en bomen. 2. Schakel de Edge in. 3. Blijf enkele minuten stationair.
Mijn batterijmeter lijkt niet nauwkeurig te zijn.	Laat de batterij van de Edge volledig leeglopen en laad de batterij vervolgens volledig op (zonder de laadcyclus te onderbreken).
De batterij blijft niet erg lang opgeladen.	Laat de schermverlichting minder lang branden (pagina 41).
Hoe weet ik of mijn Edge zich in de modus voor USB-massaopslag bevindt?	Als het goed is, ziet u een nieuw verwisselbaar schijfstation in Deze computer op Windows-computers of een geïnstalleerd volume op Mac-computers.

Probleem	Oplossing
Mijn Edge is aangesloten op de computer, maar ik kan de modus voor massaopslag niet activeren.	Het kan zijn dat u een beschadigd bestand hebt geladen. 1. Koppel de Edge los van uw computer. 2. Schakel de Edge uit. 3. Houd **MENU** ingedrukt terwijl u de Edge aansluit op uw computer. Houd **MENU** gedurende 10 seconden ingedrukt of totdat de modus voor massaopslag van de Edge wordt geactiveerd.
Ik zie geen nieuwe verwijderbare stations in mijn lijst met stations.	Als er verschillende netwerkstations zijn toegewezen aan uw computer, kunnen er in Windows problemen optreden bij het toewijzen van schijfletters aan Garmin-stations. Raadpleeg het Help-bestand van uw besturingssysteem voor informatie over het toewijzen van schijfletters.
De naam van mijn koersbestand is gewijzigd.	U kunt .tcx- en .crs-bestanden laden naar de Edge. Als u de koers selecteert, wordt het bestand omgezet in een koersbestand met de extensie .fit.
Sommige gegevens ontbreken in de Edge-geschiedenis.	Als het geheugen van de Edge vol is, worden er geen gegevens meer vastgelegd. Breng gegevens regelmatig over naar uw computer om te voorkomen dat u gegevens verliest.
Ik heb nieuwe banden nodig voor de steun op het stuur.	Ga naar http://buy.garmin.com of neem contact op met uw Garmin-dealer. Koop alleen reservebanden die zijn gemaakt van EPDM.

Index

A

aangepaste
  gegevensvelden 37–40
accessoires 48
activiteitsklassen 43, 53
afdichtringen (banden) 49
afstand
  gegevensvelden 38
afstandswaarschuwingen 9
ANT+-sensors 6, 20–32
  problemen oplossen 31
ANT+-sensors koppelen 6, 20
Auto Lap 10, 11
Auto Pause 12
Auto Scroll 12

B

bandafmeting 43
banden 3, 49, 55
basisinstellingen 4, 42
batterij 54
  besparen 41
  opladen 1
beschermkap 2, 8, 35
bestanden
  laden 35
  verwijderen 36
bestanden laden 35
bevestigen 2, 49

C

cadans
  gegevensvelden 38
  training 28
  waarschuwingen 10
calorieën 38
calorieënwaarschuwingen 9

D

de Edge plaatsen 2
downloaden van software 7

E

Edge resetten 54

F

fietsprofielen 43, 44
fietssteun 2, 49

G

Garmin Connect 7, 8, 13, 16, 17, 19, 33
Garmin Product Support 47
Garmin Training Center 7, 13, 16, 17, 19, 33
gebruikersgegevens wissen 54
gebruikersprofiel 43
gegevens opslaan 7, 19
gegevens overbrengen 8, 35
gegevens uploaden 35
gegevens vastleggen 34
gegevensvelden 38–41
geschiedenis 33, 55
  overbrengen 8
  verwijderen 34
  weergeven 33
GPS
  instellingen 45
  nauwkeurigheid 38
  satellietpagina 45
gradiënt 38
GSC 10 28, 50
  batterij 29
  installeren 25

H
hartslag
gegevensvelden 38
instellingen 22
waarschuwingen 9
zones 22–24
hartslagmeter
batterij 24
gebruiken 22
plaatsen 21
specificaties 50
hoogte
gegevensvelden 38, 40
punten 46

I
instellingen 37

K
knoppen 5
koersen 13–19
laden 35

L
lithium-ionbatterij 1, 48

O
opnamegeschiedenis 7

P
pauzetijd 12
pedaalmagneet 26
pictogrammen 4
problemen oplossen 31, 54
productondersteuning 47
productregistratie 47
profiel
fiets 43
gebruiker 43

R
registratie 47

S
satellietsignalen 45
ontvangen 6
satellietsignalen ontvangen 6, 54
schermverlichting 41, 48
sensors koppelen 6
slim opslaan 34
snelheid
gegevensvelden 39
zones 44
snelheids- en cadanssensor 50
software
downloads 7
updates 47
versie 47
software bijwerken 47
spaakmagneet 26
specificaties 48
startmelding 42, 44

T
technische specificaties 48
tijd
gegevensvelden 40
waarschuwingen 9
zones en indelingen 42
timer 7, 33
toestel-id 47
toestel opladen 1
tonen 41
trainen met de Edge 9
training
indoor 45

U
USB 2, 8, 35, 54

V

van fiets wisselen 44
vermogen
    gegevens vastleggen 34
    gegevensvelden 41
    meter 30
    waarschuwingen 10
    zones 30
vermogensmeter kalibreren 30
verticale snelheid 41
verwijderen
    bestanden 36
    geschiedenis 34
Virtual Partner 13, 15

W

waarschuwingen 9
wielmaten 43, 51
Workouts 16–19
    laden 35

Z

zones
    hartslag 22–24
    vermogen 30

Ga voor de nieuwste gratis software-updates (uitgezonderd kaartgegevens) gedurende de levensduur van uw Garmin-producten naar de Garmin-website op www.garmin.com.

© 2010 Garmin Ltd. of haar dochtermaatschappijen

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

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

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

Mei 2010 Onderdeelnummer 190-01071-35 Rev. B Gedrukt in Taiwan