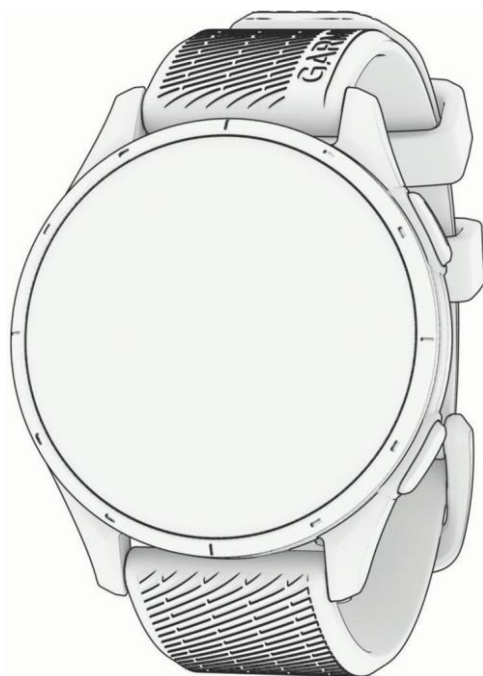


GARMIN®



APPROACH[®]S44

РЪКОВОДСТВО

© 2025 Garmin Ltd. или неговите дъщерни дружества

Всички права запазени. Съгласно законите за авторското право, това ръководство не може да бъде копирано, изцяло или частично, без писменото съгласие на Garmin. Garmin си запазва правото да променя или подобрява своите продукти и да прави промени в съдържанието на това ръководство без задължение да уведомява което и да е лице или организация за такива промени или подобрения. Отидете на www.garmin.com за текущи актуализации и допълнителна информация относно използването на този продукт.

Garmin®, логото на Garmin, подход® и Move IQ® са търговски марки на Garmin Ltd. или нейни филиали, регистрирани в САЩ и други страни. Garmin AutoShot™, Garmin Connect™, Garmin Express™ и Garmin Golf™ са търговски марки на Garmin Ltd. или неговите филиали. Тези търговски марки не могат да се използват без изричното разрешение на Garmin.

American Heart Association® е регистрирана търговска марка на American Heart Association, Inc. Android™ е търговска марка на Google Inc. BLUETOOTH® словна марка и лого са собственост на Bluetooth SIG, Inc. и всяко използване на такива марки от Garmin е по лиценз. Handicap Index® и Slope Rating® са регистрирани търговски марки на Голф асоциацията на САЩ.

iOS® е регистрирана търговска марка на Cisco Systems, Inc., използвана по лиценз от Apple Inc. iPhone® и Mac® са търговски марки на Apple Inc., регистрирани в САЩ и други страни. Windows® е регистрирана търговска марка на Microsoft Corporation в Съединените щати и други страни. Други търговски марки и търговски имена са на съответните им собственици.

M/N: AA4999



Въведение

⚠ ПРЕДУПРЕ

Вижте ръководството за важна информация за безопасност и информация за продукта в кутията на продукта за предупреждения за продукта и друга важна информация.


Преглед на устройството






- ① **Сензорен екран:** Докоснете, за да изберете опция в меню.
Плъзнете нагоре или надолу, за да превъртите през цикъла за поглед и менютата.
- ② **Горен бутон** : Натиснете, за да започнете рунд за голф. Натиснете, за да стартирате дейност или приложение.
Задръжте, за да включите часовника.
Задръжте, за да видите менюто с контроли и настройките на часовника (*Контроли, стр. 15*).
- ③ **Долен бутон** : Натиснете, за да се върнете към предишния екран. По време на дейност натиснете, за да запишете обиколка или почивка.

Първи стъпки

Когато използвате часовника си за първи път, трябва да изпълните тези задачи, за да го настроите и да се запознаете с основните функции.

- 1 Задр.,  за да включите часовника (*Преглед на устройството, стр. 1*).
- 2 Отговорете на подканите на часовника относно предпочитания от вас език, мерни единици и разстояние.
- 3 Сдвоете телефона си (*Сдвояване на вашия телефон, стр. 2*).
Сдвояването на вашия телефон ви дава достъп до синхронизиране на карта с резултати, известия и др.
- 4 Заредете часовника напълно, така че да имате достатъчно заряд за игра на голф (*Зареждане на часовника, стр. 2*).

Използване на функциите на часовника

- От циферблата на часовника плъзнете нагоре или надолу, за да превъртите през цикъла с изгледи.
Вашият часовник се доставя с предварително заредени изгледи, които предоставят бърза информация.
Налични са повече изгледи, когато сдвоите часовника си с телефон.
- От циферблата на часовника  натиснете  и изберете, за да започнете дейност или да отворите приложение.
- Задр.  и изберете Настройки, за да регулирате настройките и да персонализирате циферблата на часовника.

Сдвояване на вашия телефон

За да използвате свързаните функции на вашия часовник, трябва да го сдвоите директно през Garmin Golf™ вместо от Bluetooth® настройки на вашия телефон.

- 1 По време на първ. Настр. на вашия часовник из✓, когато бъдете подканени да се сдвоите с вашия телефон.

ЗАБЕЛЕЖКА: Ако преди това сте пропуснали процеса на сдвояване, ⌚ можете да задържите и да изберете Настройки > Телефон > Сдвояване с телефон.

- 2 Сканирайте QR кода с телефона си и следвайте инструкциите на екрана, за да завършите процеса на сдвояване и настройка.

Зареждане на часовника

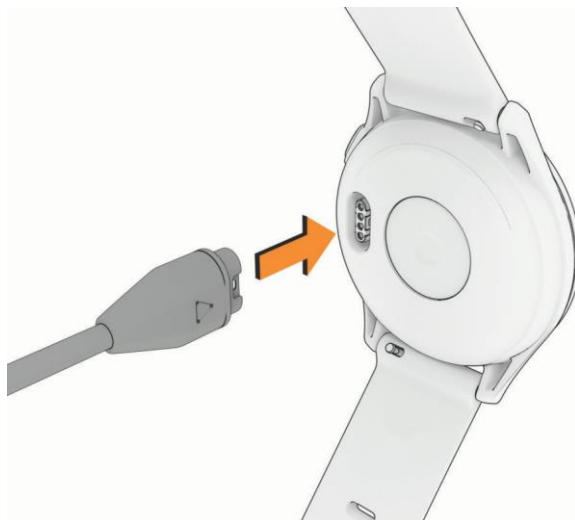
⚠ ПРЕДУПРЕ

Това устройство съдържа литиево-йонна батерия. Вижте ръководството за важна информация за безопасност и информация за продукта в кутията на продукта за предупреждения за продукта и друга важна информация.

ЗАБЕЛЕ

За да предотвратите корозия, старателно почистете и подсушете контактите и околното пространство преди зареждане или свързване към компютър. Вижте инструкциите за почистване .

- 1 Включете кабела▲ (край) в порта за зареждане на вашия часовник.



- 2 Включете другия край на кабела в USB порт за зареждане.

Часовникът показва текущото ниво на заряд.

Актуализации на продукта

На вашия компютър инсталирайте Garmin Express™ (www.garmin.com/express). На вашия смартфон инсталирайте Garmin Golf приложение.

Това осигурява лесен достъп до тези услуги за Garmin® устройства:

- Актуализации на софтуера
- Актуализации на курса
- Качване на данни в Garmin Golf
- Регистрация на продукта

Настройване на Garmin Express

- 1 Свържете устройството към вашия компютър с помощта на USB кабел.
- 2 Отидете на garmin.com/express.
- 3 Следвайте инструкциите на екрана.

Игра на голф

Преди да играете голф, трябва да заредите часовника (*Зареждане на часовника, стр. 2*).

ЗАБЕЛЕЖКА: Някои функции са налични само с абонамент за Garmin Golf.

1 Натиснете .

2 Изберете Игра на голф.

Устройството локализира сателити, изчислява вашето местоположение и избира игрище, ако има само едно игрище наблизо.





3 Ако се появи списъкът с игрища, изберете игрище от списъка.

4 Изберете  за да запазите резултата.

5 Изберете tee box.




Появява се екранът с информация за дупката.



	Текущ номер на дупка
	Пар за дупката
	Карта на дупката.
	Разстояния до предната, средната и задната част на грийна.

ЗАБЕЛЕЖКА: Тъй като местоположението на щифтовете се променя, часовникът изчислява разстоянието до предната, средната и задната част на грийна, но не и действителното местоположение на пина.

6 Изберете опция:

- Докоснете предното, средното или задното разстояние до грийна, за да видите PlaysLike разстоянието.
- Плъзнете нагоре или надолу по предната, средната или задната дистанция до грийна, за да видите допълнителни данни, включително вашия хендикап рейтинг и факторите PlaysLike.
- Докоснете картата, за да видите повече подробности или да измерите разстоянието с насочване чрез докосване.
- Докоснете картата и изберете  или  за да видите местоположението и разстоянието до предната и задната част на опасност.
- Натиснете  за да отворите менюто за голф (*Голф меню, страница 4*).

Когато преминете към следващата дупка, часовникът автоматично преминава към показване на информация за новата дупка.

Голф меню

По време на рунд можете да натиснете  за достъп до допълнителни функции в менюто за голф.

Преглед в грийна: Позволява ви да преместите местоположението на пина, за да получите по-прецизно измерване на разстоянието.

Смяна на дупка: Позволява ви ръчно да промените дупката (*Смяна на дупки*, стр. 5).

Промяна на грийна: Позволява ви да промените грийна, когато има повече от един грийн за дадена дупка.

Карта с резултати: Отваря картата с резултати за рунда (*Поддържане на резултата*, стр. 5).

PinPointer: Функцията PinPointer е компас, който сочи към местоположението на пина, когато не можете да видите грийна. Тази функция може да ви помогне да направите удар, дори ако сте вътре в гората или в дълбок пясъчен капан.

ЗАБЕЛЕЖКА: Не използвайте функцията PinPointer, докато сте в количка за голф. Смущенията от количката за голф могат да повлияят на точността на компаса.

Информация за рунда: Показва вашия резултат, статистика и информация за стъпките.

Последен удар: Показва разстоянието от предишния ви изстрел, записан с Garmin AutoShot™ функция.

Можете също така ръчно да запишете изстрел.

Статистика: Показва вашите статистики за всеки стик. Появява се при сдвояване с аксесоарите за проследяване на стик.

Персонализирани цели: Позволява ви да запазите местоположение, като например обект или препятствие, за текущата дупка.


Изгрев и залез: Показва времето за изгрев, залез и здрач за текущия ден.

Настройки: Позволява ви да персонализирате настройките за голф активност (*Дейности и настройки на приложението*, стр. 21).

Край на кръг: Завършва текущия кръг (*Край на кръг*, стр. 10).

Разглеждане на Грийн

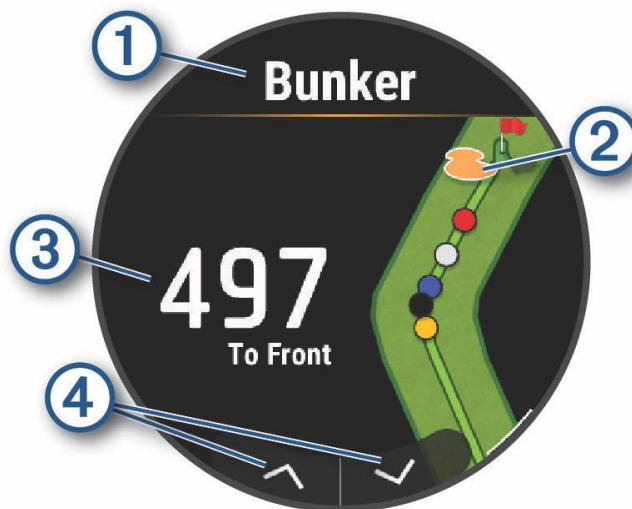
Докато играете рунд, можете да погледнете по-отблизо грийна и да преместите пина, за да получите по-точно измерване на разстоянието.

- 1 Натиснете .
- 2 Изберете Преглед на грийна.
- 3 Докоснете или плъзнете, за да преместите местоположението.

Разстоянията на екрана с информация за дупката се актуализират, за да отразят новото местоположение на пина. Местоположението на пина се запазва само за текущия кръг.

Опасности

Можете да докоснете картата, за да видите опасностите и подредбите за текущата дупка.



①	Видът на опасността или разстоянието.
②	Местоположението на опасността.
③	Разстоянието до предната и задната част на опасността.
④	Стрелки, които можете да докоснете, за да видите други опасности.

Измерване на разстояние с докосване

Докато играете, можете да използвате насочване чрез докосване, за да измерите разстоянието до всяка точка на картата.

ЗАБЕЛЕЖКА: Тази функция изисква абонамент за Garmin Golf.

1 Докато играете голф, докоснете картата.

2 Докоснете картата, за да позиционирате  целевия кръг.

Можете да видите разстоянието от текущата ви позиция до целевия кръг и от целевия кръг до местоположението на пина.

Смяна на дупка

Можете да промените дупките ръчно от екрана за преглед на дупки.

1 Натис .

2 Изберете Change Hole.

3 Плъзнете нагоре или надолу, за да изберете дупката.

Поддържане на резултата

1 Натис .

2 Изберете Карта с резултати.

ЗАБЕЛЕЖКА: Ако точкуването не е активирано, можете да изберете Започнете точкуване.

3 Изберете дупка.

4 Изберете  или  за да зададете резултата.

Активиране на проследяване на статистика

Когато активирате проследяване на статистика на устройството, можете да видите статистиката си за текущия кръг. Можете да сравнявате кръгове и да проследявате подобрения с помощта на приложението Garmin Golf.

1 Задр. 

2 Изберете Настройки > Настройки за голф > Точкуване > Проследяване на статистика.

Записване на статистика

Преди да можете да записвате статистика, трябва да активирате проследяването на статистика

1 От картата с резултати изберете дупка.

2 Въведете общия брой направени удари и изберете Напред.

3 Задайте броя удари и изберете Напред.

ЗАБЕЛЕЖКА: Броят удари се използва само за проследяване на статистика и не увеличава резултата ви.

4 Ако е необходимо, изберете опция:

ЗАБЕЛЕЖКА: Ако сте на дупка пар 3 или използвате сензори за подход, информацията за fairway не се появява.

• Ако топката ви удари fairway, изберете 

• Ако топката ви е проп, fairway, изберете  или 

5 Ако е необходимо, въведете броя на наказателните удари.

Задаване на метода за точкуване

Можете да промените метода, който часовникът използва за запазване на резултата.

1 Задр. 

2 Изберете Настройки > Настройки за голф > Точкуване > Метод на точкуване.

3 Изберете метод за точкуване.

Относно точкуването

Когато изберете метода за оценяване на Stableford (*Задаване на метода за точкуване*, стр. 6), точките се присъждат въз основа на броя удари спрямо пар. В края на рунда печели най-високият резултат. Устройството дава точки, както е посочено от Голф асоциацията на САЩ.

Картата с резултати за отбелязана игра на Stableford показва точки вместо удари.

Точки	Удари, спрямо пар
0	2 или повече повече
1	1 над
2	Par
3	1 под
4	2 под
5	3 под

История на резултатите

Докато играете рунд, вашият часовник показва цвят ^① до всеки от индикаторите за дупка ^② по безела, за да покаже резултата ви на тази дупка.



Цвят	Удари, взети спрямо пар
Лилаво	5 или повече над
Розово	4 над
Червено	3 над
Оранжево	2 над
Жълто	1 над
Зелено	Пар
Светло синьо	1 под
Тъмно синьо	2 или повече под

Активиране на точкуване за хендикап

1 Задр.

2 Изберете Настройки > Настройки за голф > Точкуване > Точкуване за хендикап.

3 Изберете опция:

- Изберете Използване на Garmin Golf, за да използвате хендикапа, конфигуриран в приложението Garmin Golf.
- Изберете Локален хендикап, за да въведете броя на ударите, които да бъдат извадени от общия резултат на играча.
- Изберете Index/Slope, за да въведете индекса на Handicap Index[®] за изчисляване на хендикапа на игрището за играча.

ЗАБЕЛЕЖКА: Slope Rating[®] се изчислява автоматично въз основа на вашия избор на tee box.

Можете да плъзнете надолу по екрана с информация за дупката, за да видите броя на ударите с хендикап и вашия рейтинг за хендикап. Картата с резултати показва вашия резултат, коригиран спрямо хендикапа за рунда.

Преглед на посоката към пина

Функцията PinPointer е компас, който предоставя помощ при насочване, когато не можете да видите грийна. Тази функция може да ви помогне да направите удар, дори ако сте в гората или в дълбок пясъчен капан.

ЗАБЕЛЕЖКА: Не използвайте функцията PinPointer, докато сте в количка за голф. Смушанията от количката за голф могат да повлияят на точността на компаса.

1 Натиснете .

2 Изберете PinPointer.

Стрелката сочи към
местоположението на пина.

Преглед на информация за кръга

По време на кръг можете да видите своя резултат, статистика и информация за стъпките.

1 Натиснете .

2 Изберете Информация за кръга.

3 Плъзнете нагоре.

Преглед на измерените изстрели

Вашето устройство разполага с автоматично разпознаване и запис на изстрел. Всеки път, когато правите изстрел по fairway, устройството записва разстоянието ви за изстрел, за да можете да го видите по-късно.

СЪВЕТ: Автоматичното откриване на изстрел работи най-добре, когато носите устройството на водещата си китка и правите добър контакт с топката.

1 Докато играете голф, натиснете .

2 Изберете Последен изстрел.

Появява се последното ви разстояние за изстрел.

ЗАБЕЛЕЖКА: Разстоянието автоматично се нулира, когато ударите топката отново, поставите върху грийна или преминете към следващата дупка.

3 Изберете  Вижте повече, за да видите всички записани разстояния на изстрел.

ЗАБЕЛЕЖКА: Разстоянието от последния изстрел също се показва в горната част на екрана с информация за дупката.

Ръчно добавяне на изстрел

Можете ръчно да добавите изстрел, ако устройството не разпознае. Трябва да добавите изстрела от мястото на пропуснатия изстрел.

1 Натиснете .

2 Изберете Последен  изстрел > > Добавяне на изстрел.

3 Изберете , за да започнете нов изстрел от текущото си местоположение.

Преглед на статистика за стикове

Преди да можете да видите статистики, трябва да сдвоите аксесоари за проследяване на стик .

По време на рунд можете да преглеждате статистики, като информация за разстояние и точност.

1 Натиснете .

2 Изберете статистика.

3 Изберете стик.


4 Плъзнете нагоре.

Запазване на персонализирани цели

Докато играете рунд, можете да запазите до пет персонализирани цели за всяка дупка. Запазването на цел е полезно за записване на обекти или препятствия, които не са показани на картата. Можете да видите разстоянията до тези цели от екрана за опасности и подреждане (*Опасности и отлагания*, стр. 5).



- 1 Застанете близо до целта, която искате да запазите.

ЗАБЕЛЕЖКА: Не можете да запазите цел, която е далеч от текущо избраната дупка.

- 2 От екрана с информация за отвора натиснете .
- 3 Изберете Персонализирани цели.
- 4 Изберете тип цел.

Използване на режим на големи числа

Можете да промените размера на числата на екрана за изглед на дупка.

- 1 Натиснете .
- 2 Изберете Настройки > Големи числа.
- 3 Натиснете .

Разстоянията до предната, средната и задната част на грийна се показват с голям шрифт.



- 4 Плъзнете нагоре или надолу, за да видите допълнителни данни.

PlaysLike

Функцията PlaysLike за разстояние отчита промените в надморската височина на игрището, като показва коригираното разстояние до грийна. По време на рунд можете да докоснете разстоянието до грийна, за да видите PlaysLike разстоянието.

ЗАБЕЛЕЖКА: Тази функция изисква абонамент за Garmin Golf.

▲: Разстоянието се играе по-дълго от очакваното поради промяна в надморската височина.

■: Разстоянието се играе според очакванията.

▼: Разстоянието се играе по-кратко от очакваното поради промяна в надморската височина.

Край на кръг

- 1 Натиснете .
- 2 Изберете Край на рунда.
- 3 Плъзнете нагоре.
- 4 Изберете опция:
 - За да запазите рунда и да се върнете към режим на часовник, изберете Запази.
 - За да редактирате вашата карта с резултати, изберете Редактиране на резултата.
 - За да отхвърлите рунда и да се върнете към режим на часовник, изберете Отхвърляне.
 - За да поставите рунда на пауза и да го възобновите по-късно, изберете Пауза.

Свързаност

Функциите за свързване са налични за вашия часовник, когато се сдвоите с вашия съвместим телефон.


Функции за свързване на телефона

Функциите за свързване на телефона са налични за вашия часовник Approach, когато го сдвоите с помощта на приложението Garmin Golf.

- Функции на приложението от приложението Garmin Golf (*Приложение Garmin Golf*, стр. 11)
- Функции на приложението от Garmin Connect™ приложение (*Garmin Connect*, стр. 12)
- Изглед
- Управлява функциите на менюто (*Контроли*, стр. 15)
- Функции за безопасност и проследяване (*Функции за безопасност и проследяване*, стр. 23)
- Взаимодействия с телефона, като известия (*Активиране на Bluetooth известия*, стр. 10)

Активиране на Bluetooth известия


Преди да можете да активирате известията, трябва да сдвоите часовника Approach със съвместим телефон.

- 1 Задр 
- 2 Изберете Настройки > Известия и предупреждения > Смарт известия.
- 3 Изберете опция:
 - Изберете Обща употреба, за да зададете предпочитания за известия, които се появяват, когато сте в режим на часовник.
 - Изберете По време на активност, за да зададете предпочитания за известия, които се появяват при запис на дейност.
 - Изберете По време на заспиване, за да включите или изключите режима „Не безпокойте“.
 - Изберете Поверителност, за да зададете предпочитание за поверителност.

Управление на известията

Можете да използвате вашия съвместим телефон, за да управлявате известията, които се появяват на вашия часовник Approach S44.

Изберете опция:

- Ако използвате iPhone®, отидете на iOS® настройки за известия, за да изберете елементите, които да се показват на часовника.
- Ако използвате Android™ телефон, от приложението Garmin Connect изберете  Настройки > Известия.

Използване на режим „Не безпокойте“.

Можете да използвате режима „Не безпокойте“, за да изключите подсветката и вибрационните сигнали. Например, можете да използвате този режим, докато спите или гледате филм.

ЗАБЕЛЕЖКА: Можете да зададете вашите нормални часове за сън в потребителските настройки на вашия акаунт в Garmin Connect.

- 1 Задр. 
- 2 Изберете Не безпокойте.

Изключване на Bluetooth телефонната връзка

1 Задр. 

2 Изберете Настройки > Телефон > Състояние > Изключено, за да изключите Bluetooth телефонната връзка на вашия часовник Approach.

Обърнете се към ръководството на собственика на вашия телефон, за да изключите Bluetooth технологията на вашия телефон.

Включване и изключване на предупрежденията за телефонна връзка

Можете да настроите часовника Approach S44 да ви предупреждава, когато вашият вдвоен телефон се свързва и прекъсва чрез Bluetooth технология.

ЗАБЕЛЕЖКА: Сигналите за телефонна връзка са изключени по подразбиране.

1 Задр. 

2 Изберете Настройки > Телефон > Свързани сигнали.

Намиране на вашия телефон

Можете да използвате тази функция, за да помогнете за намирането на изгубен телефон, който е вдвоен чрез Bluetooth технология и в момента е в обхват.

1 Задр. 

2 Изберете 

На екрана на Approach S44 се появяват ленти за силата на сигнала и на телефона ви се чува звуков сигнал. Лентите се увеличават, когато се приближите до телефона си.

3 Натиснете , за да спрете търсенето.

Приложения за телефон и компютърни приложения

Можете да свържете часовника си с множество телефонни приложения на Garmin и компютърни приложения, като използвате един и същ акаунт в Garmin.

Приложение Garmin Golf

Приложението Garmin Golf ви позволява да качвате карти с резултати от вашето устройство Approach S44, за да видите подробни статистики и анализи на удари. Голфърите могат да се състезават помежду си на различни игрища с помощта на приложението Garmin Golf.

Повече от 43 000 курса имат класации, към които всеки може да се присъедини. Можете да организирате турнирно събитие и да поканите играчи да се състезават. Допълнителни функции са налични за вашето устройство Approach S44 с членство в Garmin Golf, като по-подробни карти на курсове, данни за зелени контури, насочване с докосване (*Измерване на разстояние с докосване, стр. 5*) и PlaysLike разстояние (*PlaysLike Икони за разстояние, стр. 9*).

Приложението Garmin Golf синхронизира вашите данни с вашия акаунт в Garmin Connect. Можете да изтеглите приложението Garmin Golf от магазина за приложения на вашия телефон (garmin.com/golfapp).

Автоматични актуализации

Вашето устройство Approach разполага с автоматични актуализации на курса с приложението Garmin Golf. Когато свържете вашето устройство към вашия смартфон, голф игрищата, които използвате най-често, се актуализират автоматично.

Garmin Connect

Когато сдвоите часовника си с телефона си чрез приложението Garmin Golf, автоматично се създава акаунт в Garmin Connect. Приложението Garmin Golf синхронизира вашите данни с вашия акаунт в Garmin Connect. Можете да изтеглите приложението Garmin Connect от магазина за приложения на вашия телефон.

Вашият акаунт в Garmin Connect ви позволява да проследявате вашето фитнес и уелнес представяне и да се свързвате с приятелите си. Той ви дава инструментите за проследяване, анализиране, споделяне и взаимно насърчаване. Можете да записвате събитията от вашия активен начин на живот, включително бягане, каране, плуване и др.

Съхранявайте вашите дейности: След като завършите и запазите измерена във времето дейност с вашия часовник, можете да качите тази дейност във вашия акаунт в Garmin Connect и да я запазите толкова дълго, колкото желаете.

Анализирайте вашите данни: Можете да видите по-подробна информация за вашата фитнес и дейности на открито, включително време, разстояние, изгорени калории, изглед на карта отгоре и диаграми за темпото и скоростта. Можете също така да преглеждате персонализирани отчети.

Проследявайте напредъка си: Можете да проследявате ежедневните си стъпки, да се присъедините към приятелско състезание с връзките си и да постигнете целите си.

Споделете дейностите си: Можете да се свържете с приятели, за да следите взаимно дейностите си или да публикувате връзки към вашите дейности в любимите си сайтове за социални мрежи.

Използване на приложенията за смартфон

След като сдвоите вашето устройство с вашия смартфон (*Сдвояване на вашия телефон, стр. 2*), можете да използвате Garmin Golf и

Приложения Garmin Connect за качване на всички ваши данни във вашия Garmin акаунт.

- 1 Отворете приложението Garmin Golf или Garmin Connect на вашия смартфон.

СЪВЕТ: Приложението може да бъде отворено или да работи във фонов режим.

- 2 Доближете устройството си до 10 м (30 фута) от вашия смартфон.

Вашето устройство автоматично синхронизира вашите данни с вашия акаунт.

Актуализиране на софтуера с помощта на приложенията на смартфона

След като сдвоите вашето устройство с вашия смартфон (*Сдвояване на вашия телефон, стр. 2*), можете да използвате Garmin Golf и Garmin Connect за актуализиране на софтуера на вашето устройство.

Синхронизирайте устройството си с едно от приложенията (*Използване на приложенията за смартфон, стр. 12*).

Когато е наличен нов софтуер, приложението автоматично изпраща актуализацията на вашето устройство.

Използване на Garmin Connect на вашия компютър

Приложението Garmin Express свързва вашия съвместим часовник за голф Garmin с вашия акаунт в Garmin Connect с помощта на компютър.

- 1 Свържете вашия часовник за голф Garmin към вашия компютър с помощта на USB кабел.
- 2 Отидете на garmin.com/express.
- 3 Изтеглете и инсталирайте приложението Garmin Express.
- 4 Отворете приложението Garmin Express и изберете Добавяне на устройство.
- 5 Следвайте инструкциите на екрана.

Актуализиране на софтуера чрез Garmin Express

Преди да можете да актуализирате софтуера на вашия часовник, трябва да изтеглите и инсталирате приложението Garmin Express и да добавите своя часовник (*Използване на Garmin Connect на вашия компютър, стр. 12*).

- 1 Свържете часовника към вашия компютър чрез USB кабел.

Когато е наличен нов софтуер, приложението Garmin Express го изпраща до вашия часовник.

- 2 След като приложението Garmin Express приключи с изпращането на актуализацията, изключете часовника от вашия компютър.

Вашият часовник инсталира актуализацията.

Изгледи

Вашият часовник се доставя с предварително заредени изгледи, които предоставят бърза информация. Някои изгледи изискват Bluetooth връзка със съвместим телефон.

Някои изгледи не се виждат по подразбиране. Можете да ги добавите към списъка с изгледи ръчно.

Име	Описание
Календар	Показва предстоящи срещи от календара на телефона ви.
Калории	Показва информацията за вашите калории за текущия ден.
Голф	Показва голф резултати и статистика за последния ви рунд.
Изпълнение на голф	Показва статистически данни за ефективността на голфа, които ви помагат да проследявате и разбирате подобренията във вашата голф игра.
История	Показва хронологията на вашите дейности и графика на вашите записани дейности.
Интензивни минути	Проследява времето ви, прекарано в умерени до интензивни дейности, седмичната ви цел за минути интензивност и напредъка към целта ви.
Последна дейност	Показва кратко резюме на последната ви записана дейност.
Музика	Осигурява контроли за музикален плейър за вашия телефон.
Известия	Предупреждава ви за входящи обаждания, текстови съобщения, актуализации от социалните мрежи и други, въз основа на настройките за уведомяване на телефона ви.
Стъпки	Проследява вашия дневен брой стъпки, цел за стъпки и данни за предишни дни.
Изгрев и залез	Показва време на изгрев, залез и здрач.
Времето	Показва текущата температура и прогнозата за времето.

Преглед на цикъла с изгледи

Glances осигурява бърз достъп до здравни данни, информация за дейността, вградени сензори и др. Когато сдвоите часовника си, можете да преглеждате данни от телефона си, като известия, прогноза за времето и събития в календара.


- 1 От циферблата плъзнете нагоре или надолу.

Часовникът превърта през цикъла с изгледи и показва обобщени данни за всеки изглед.



- 2 Докоснете сензорния екран, за да видите повече информация за един изглед.

- 3 Изберете опция:


- Плъзнете нагоре, за да видите подробности за един изглед.
- Натиснете , за да видите допълнителни опции и функции за един изглед.

Персонализиране на Glance Loop

- 1 Плъзнете нагоре или надолу, за да видите цикъла с изгледи.













- 2 Изберете Редактиране.

- 3 Изберете опция:

- За да промените местоположението на изглед, изберете изглед и плъзнете нагоре или надолу.
- За да премахнете изглед от цикъла, изберете изглед и изберете .
- За да добавите изглед към цикъла, изберете Добавяне и изберете изглед.



Контрол

Менюто с контроли ви дава възможност за бърз достъп до функциите и опциите на часовника. Можете да добавяте, пренареждате и премахвате опциите в менюто с контроли.

Икона	Име	Описание
	Помощ	Изберете, за да изпратите молба за помощ (<i>Искане на помощ</i> , стр. 24).
	Яркост	Изберете, за да регулирате яркостта на екрана (<i>Персонализиране на настройките на дисплея</i> , стр. 25).
	Часовници	Изберете, за да отворите приложението Часовници, за да зададете аларма, таймер или хронометър (<i>часовници</i> , стр. 17).
	Не безпокойте	Изберете, за да активирате режима „Не безпокойте“, за да затъмните екрана и да деактивирате предупрежденията и известията. Например, можете да използвате
	Намерете моя телефон	Изберете за възпроизвеждане на звуков сигнал на вашия сдвоен телефон, ако е в Bluetooth диапазон. Силата на Bluetooth сигнала се показва на екрана на часовника Approach
	Заклучен екран	Изберете, за да заключите бутоните и сензорния екран, за да предотвратите неволно натискане и плъзгане.
	Телефонна връзка	Изберете, за да деактивирате Bluetooth технологията и вашата връзка с вашия сдвоен телефон.
	Изключване	Изберете, за да изключите часовника.
	Настройки	Изберете, за да отворите менюто с настройки.
	Режим на заспиване	Изберете, за да активирате режим на заспиване.
	Синхр	Изберете, за да синхронизирате часовника си с вашия сдвоен телефон.
	Синхронизиране на времето	Изберете да синхронизирате часовника си с часа на телефона си или с помощта на сателити.

Персонализиране на менюто с контроли

Можете да добавяте, премахвате и променяте реда на опциите на менюто за бърз достъп в менюто с контроли (*Контроли*, стр. 15).

- 1 Задр. 
- 2 Изберете Редактиране.
- 3 Изберете пряк път за персонализиране.
- 4 Изберете опция:
 - За да промените местоположението на прекия път в менюто с контроли, плъзнете нагоре или надолу.
 - За да премахнете прекия път от менюто с контроли, изберете .
- 5 Ако е необходимо, изберете Добавяне, за да добавите допълнителен пряк път към менюто с контроли.

Дейности

Стартиране на дейност

Когато започнете дейност, GPS се включва автоматично (ако е необходимо).

- 1 Натиснете .
- 2 Изберете .
- 3 Изберете дейност.
- 4 Ако дейността изисква GPS сигнали, излезте на място с ясна видимост към небето и изчакайте, докато устройството е готово.
- 5 Натиснете , за да стартирате таймера за активност.
Устройството записва данни за активност само докато таймерът за активност работи.

Спиране на дейност

- 1 Натиснете .
- 2 Изберете опция:
 - За да запазите активността, изберете .
 - За да отхвърлите дейността, изберете .
 - За да възобновите дейността, натиснете .

Плуване в басейн

ЗАБЕЛЕЖКА: Сензорният екран не е наличен по време на дейности по плуване.

- 1 Натиснете .
- 2 Изберете .
- 3 Изберете Плуване в басейн.
- 4 Изберете размера на басейна си или въведете персонализиран размер.
- 5 Натиснете , за да стартирате таймера за активност.
- 6 Започнете да плувате.
Часовникът автоматично записва интервали и дължини на плуване.
- 7 Натиснете , когато почивате.
СЪВЕТ: Можете да активирате функцията Auto Rest, за да настроите часовника автоматично да разпознава кога си почивате и да създава интервал за почивка.
Появява се екранът за почивка.
- 8 Натиснете , за да рестартирате интервалния таймер.
- 9 След като завършите дейността си, натиснете за да спрете таймера за активност.
- 10 Изберете опция:
 - За да запишете активността, задръжте .
 - За да отхвърлите дейността, задръжте .

Терминология за плуване

Дължина: Едно пътуване до басейна.

Интервал: Една или повече последователни дължини. Нов интервал започва след почивка.

Загребване: Загребване се отчита всеки път, когато ръката ви, носеща устройството, завърши пълен цикъл.

Swolf: Вашият swolf резултат е сумата от времето за една дължина на басейна и броя на загребвания за тази дължина.

Например, 30 секунди плюс 15 удара се равняват на swolf резултат от 45. Swolf е мярка за ефективност при плуване и, подобно на голфа, по-нисък резултат е по-добър.


Дейности на открито

Часовникът Arrogash идва с предварително инсталирани дейности на открито, като бягане и колоездене. GPS е включен за дейности на открито.


Часовник

Настройка на аларма




Можете да зададете множество аларми. Можете да настроите всяка аларма да се появява веднъж или да се повтаря редовно.

- 1 Задр. 
- 2 Изберете Часовници > Аларми > Добавяне на аларма.
- 3 Въведете час.
- 4 Изберете алармата.
- 5 Изберете Повторение и изберете опция.
- 6 Изберете Етикет и изберете описание за алармата.

Използване на хронометъра

- 1 Задр. 
- 2 Изберете Часовници > Хронометър.
- 3 Натиснете, за да стартирате таймера.
- 4 Натиснете, за да рестартирате таймера за обиколка.
Общото време на хронометъра продължава да тече.
- 5 Натиснете, за да спрете таймера.
- 6 Изберете опция:
 - За да нулирате таймера, плъзнете надолу.
 - За да запазите времето на хронометъра като дейност, плъзнете нагоре и изберете Запази.
 - За да прегледате таймерите за обиколки, плъзнете нагоре и изберете Преглед на обиколките.
 - За да излезете от хронометъра, плъзнете нагоре и изберете Готово.

Стартиране на таймера за обратно отброяване

- 1 задръжте 
- 2 Изберете Часовници > Таймер.
- 3 Въведете часа и изберете 
- 4 Натиснете . 

Проследяване на активността

Можете да видите данни за проследяване на дейността и записани дейности в приложението Garmin Connect.

Автоматична цел

Вашето устройство автоматично създава дневна цел за крачки въз основа на вашите предишни нива на активност. Докато се движите през деня, устройството показва напредъка ви към дневната ви цел.

Ако решите да не използвате функцията за автоматична цел, можете да зададете персонализирана цел за стъпки във вашия акаунт в Garmin Connect.

Използване на предупреждението за движение

Седенето за продължителни периоди от време може да предизвика нежелани промени в метаболитното състояние. Предупреждението за движение ви напомня да продължите да се движите. След един час неактивност се появява съобщение. Часовникът също избира, ако вибрацията е включена (*Системни настройки*, стр. 25).

Отидете на кратка разходка (поне няколко минути) или изпълнете предложените движения на екрана, за да нулирате предупреждението за движение.

Включване на предупреждението за движение

1 Задръжте 

2 Изберете Настройки > Известия и сигнали > Здраве и уелнес > Предупреждение за движение > Включено.

Минути интензивност

За да подобрите здравето си, организации като американските центрове за контрол и превенция на заболяванията, Американската сърдечна асоциация^{*}, и Световната здравна организация препоръчват поне 150 минути седмично активност с умерен интензитет, като например бързо ходене.

Устройството следи интензивността на активността ви и проследява минутите на интензивност. Можете да работите за постигане на седмичната си цел от минути интензивност, като ходите бързо в продължение на поне 10 последователни минути.

Move IQ^{*}

Когато вашите движения съответстват на познати модели на упражнения, функцията Move IQ автоматично открива събитието и го показва във вашата времева линия. Събитията на Move IQ показват вида и продължителността на активността, но не се показват в списъка ви с дейности или информационния канал.

Функцията Move IQ може автоматично да стартира активност с време за ходене и бягане, използвайки времеви прагове, които сте задали в приложението Garmin Connect или настройките за активност на часовника. Тези дейности се добавят към вашия списък с дейности.

Настройки за проследяване на активността

Задръжте  и изберете Настройки > Проследяване на дейността.

Статус: Изключва функциите за проследяване на дейността.

Move IQ: Позволява ви да включвате и изключвате Move IQ събития.

Автоматично стартиране на дейността: Позволява на вашия часовник да създава и записва автоматично определени дейности, когато Move IQ функцията разпознава, че ходите или бягате. Можете да зададете минималния времеви праг за бягане и ходене.

Изключване на проследяването на активността

Когато изключите проследяването на активността, вашите стъпки, изкачени етажи, минути на интензивност, проследяване на съня и Move IQ събитията не се записват.

1 От циферблата задръжте 

2 Изберете Настройки > Проследяване на активност > Състояние > Изкл.

Персонализиране на вашето устройство

Смяна на циферблата

Можете да избирате от няколко предварително заредени циферблата. Можете да редактирате съществуващ циферблат на часовник (*Редактиране на циферблат*, стр. 19) или създайте нов .

1 Задр. 



2 Изберете Настройки > Циферблат.

3 Плъзнете надясно или наляво, за да превъртите през наличните циферблати.

4 Докоснете сензорния екран, за да изберете циферблата.

Създаване на персонализиран циферблат




Можете да създадете нов циферблат, като изберете оформлението, цветовете и допълнителните данни.

- 1 Задр. 
- 2 Изберете Настройки > Циферблат.
- 3 Плъзнете наляво и изберете .
- 4 Изберете вида на часовника.
- 5 Изберете типа фон.
- 6 Плъзнете нагоре или надолу, за да превъртите през опциите за фон и докоснете екрана, за да изберете показания фон.
- 7 Плъзнете нагоре или надолу, за да превъртите през аналоговите и цифровите циферблати, и докоснете екрана, за да изберете показания циферблат.
- 8 Изберете всяко поле с данни, което искате да персонализирате, и изберете данните, които да се показват в него.
Зелена граница показва персонализираните полета с данни за този циферблат.
- 9 Плъзнете наляво, за да персонализирате маркерите за време.
- 10 Плъзнете нагоре или надолу, за да превъртите през маркерите за време, и докоснете екрана, за да изберете маркер за време.
- 11 Плъзнете нагоре или надолу, за да превъртите през акцентните цветове, и докоснете екрана, за да изберете показания цвят.
- 12 Натиснете  .
Часовникът задава новия циферблат като ваш активен циферблат.

Редактиране на циферблат

Можете да персонализирате полетата за стил и данни за циферблата.

ЗАБЕЛЕЖКА: Не можете да редактирате някои циферблати.

- 1 Задр. 
- 2 Изберете Настройки > Циферблат.
- 3 Плъзнете надясно или наляво, за да превъртите през наличните циферблати.
- 4 Изберете , за да редактирате циферблат.
- 5 Изберете опция за редактиране.
- 6 Плъзнете нагоре или надолу, за да превъртите през опциите.
- 7 Натиснете , за да изберете опцията.
- 8 Докоснете сензорния екран, за да изберете циферблата.

Настройки за голф

Задръжте и изберете Настройки > Настройки за голф, за да персонализирате настройките и функциите за голф.

ЗАБЕЛЕЖКА: Някои настройки са налични само с абонамент за Garmin Golf.

Точкуване: Позволява ви да зададете вашите предпочитания за точкуване и да включите проследяването на статистика.

PlaysLike: Активира функцията за разстояние PlaysLike по време на игра на голф, което отчита промените в надморската височина на игрището, като показва коригираното разстояние до грийна .

Контурно засенчване: Позволява ви да изберете засенчване на надморската височина или контура на наклона за грийна на игрища с данни за грийн контури (*Приложение Garmin Golf*, стр. 11).

Големи числа: Променя размера на числата на екрана за изглед на дупка.

Турнирен режим: Деактивира функциите за разстояние PinPointer и PlaysLike. Тези функции не са разрешени по време на санкционирани турнири или кръгове за изчисляване на хендикап.

Разстояние за голф: Задава мерната единица за разстояние, докато играете голф.

Проследяване на стик: Показва подкана, която ви позволява да въведете кой стик сте използвали след всеки открит изстрел и ви позволява да настроите съвместими аксесоари за проследяване на Garmin.

Записване на активност: Позволява запис на FIT файл за дейности за голф дейности. FIT файловете записват информация за фитнес, която е пригодена за приложението Garmin Connect.

Сдвояване на далекомер: Позволява ви да сдвоите часовника с вашия съвместим далекомер.

Настройки за точкуване

Задръжте и изберете Настройки > Настройки за голф > Точкуване.

Метод на точкуване: Променя метода, който часовникът използва за запазване на резултата.

Хендикап точкуване: Позволява отбелязване на хендикап (*Активиране на точкуване за хендикап*, страница 7).

Задайте хендикап: Задава вашия хендикап, когато точкуването за хендикап е активирано.

Проследяване на статистика: Позволява проследяване на статистики за броя удари, грийнове в регулация и феървей, ударени по време на игра на голф.

Наказания: Позволява проследяване на наказателни удари, докато играете голф.

Подкана: Активира подканата в началото на рунда с въпрос дали искате да запазите резултата.

2 играча: Настройва картата с резултати да поддържа резултат за двама играчи.

ЗАБЕЛЕЖКА: Тази настройка е достъпна само по време на рунд. Трябва да активирате тази настройка всеки път, когато започнете рунд.


Аксесоари за проследяване

Вашият часовник е съвместим с аксесоари за проследяване на голф стик Approach. Можете да използвате сдвоени аксесоари за проследяване на стикове, за да проследявате своите голф удари, включително местоположение, разстояние и тип стикове. Вижте ръководството за вашите аксесоари за проследяване на стикове за повече информация.

Дейности и настройки на приложението

Тези настройки ви позволяват да персонализирате всяко предварително заредено приложение за активност въз основа на вашите нужди. Например, можете да персонализирате страници с данни и да активирате функции за предупреждения и обучение. Не всички настройки са налични за всички видове дейности.

От циферблата на часовника  натиснете  изберете , изберете дейност  изберете и изберете настройките за активност.

СЪВЕТ: Можете също така да редактирате настройките за активност, докато тренирате. По време  на дейност задръжте , изберете Настройки и изберете Текуща активност.

Цвят на акцента: Задава цвета на акцента на всяка дейност, за да ви помогне да идентифицирате коя дейност е активна.

Сигнали: Задава предупрежденията за обучение или навигация за дейността (*Сигнали за активност, стр. 22*).

Авто обиколка: Маркира обиколки автоматично на определено разстояние. Тази функция е полезна за сравняване на ефективността ви в различни части от дейност (например на всеки 1 миля или 5 километра).

Автоматична пауза: Настройва устройството да спре да записва данни, когато спрете да се движите или когато паднете под определена скорост. Тази функция е полезна, ако вашата дейност включва стоп светлини или други места, където трябва да спрете.

Автоматична почивка: Автоматично създава интервал за почивка, когато спрете да се движите по време на дейност по плуване в басейн.

Екрани с данни: Персонализира екрани с данни и добавя нови екрани с данни за дейността (*Персонализиране на данните Екрани, стр. 21*).

GPS: Настройва сателитната система, която да се използва за дейността (*Сателитни настройки, стр. 21*).

Размер на басейна: Задава дължината на басейна за плуване в басейн.

Преименуване: Задава името на дейността.

Персонализиране на екраните с данни

Можете да персонализирате полетата с данни за всеки екран с данни.

1 Натиснете .

2 Изберете .

3 Изберете дейност.

4 Изберете .

5 Изберете настройките за активност.

6 Изберете Екрани с данни.


7 Изберете една или повече опции:

ЗАБЕЛЕЖКА: Не всички опции са налични за всички дейности.

- За да регулирате стила и броя на полетата с данни на всеки екран с данни, изберете екрана и изберете Оформление.
- За да персонализирате полетата на екран с данни, изберете екрана и изберете Редактиране на полета с данни.
- За да покажете или скриете екран с данни, изберете превключвателя до екрана.

Сателитни настройки

Можете да промените сателитните настройки, за да персонализирате сателитните системи, използвани за всяка дейност. За повече информация относно сателитните системи отидете на garmin.com/aboutGPS.

Натиснете , изберете , изберете дейност  изберете , изберете настройките за активност и изберете GPS.

ЗАБЕЛЕЖКА: Тази функция не е налична за всички дейности.

Изкл: Деактивира сателитните системи за дейността.

Само GPS: Активира GPS сателитната система.

Всички системи: Разрешава множество сателитни системи. Използването на множество сателитни системи заедно предлага повишена производителност в предизвикателни среди и по-бързо придобиване на позиция, отколкото използването само на GPS. Използването на множество системи обаче може да намали живота на батерията по-бързо, отколкото използването само на GPS.

Сигнали за активност

Можете да задавате сигнали за всяка дейност, което може да ви помогне да тренирате към конкретни цели или да повишите информираността си за вашата среда. Някои сигнали са налични само за конкретни дейности. Има три вида предупреждения: предупреждения за събития, предупреждения за диапазон и повтарящи се предупреждения.

Сигнал за събитие: Предупреждение за събитие ви уведомява веднъж. Събитието е конкретна стойност.

Например, можете да настроите часовника да ви предупреждава, когато изгорите определен брой калории.

Предупреждение за диапазон: Предупреждение за диапазон ви уведомява всеки път, когато часовникът е над или под определен диапазон от стойности. Например, можете да настроите часовника да ви предупреждава, когато темпото ви е над 10 минути на миля и под 15 минути на миля.

Повтарящ се сигнал: Повтарящ се сигнал ви уведомява всеки път, когато часовникът запише определена стойност или интервал. Например, можете да настроите часовника да ви предупреждава на всеки 30 минути.

Име на предупреждение	Тип предупреждение	Описание
Каданс	Обхват	Можете да зададете минимални и максимални стойности на каданс.
Калории	Събитие, повтарящо се	Можете да зададете броя на калориите.
Потребителски	Събитие, повтарящо се	Можете да изберете съществуващо съобщение или да създадете персонализирано съобщение и да изберете тип предупреждение.
Разстояние	Повтарящи се	Можете да зададете интервал на разстояние.
Темпо	Обхват	Можете да зададете минимални и максимални стойности на темпото.
Бягане/ходене	Повтарящи се	Можете да зададете времеви почивки за ходене на редовни интервали.
Скорост	Обхват	Можете да зададете минимални и максимални стойности на скоростта.
Честота на загребване	Обхват	Можете да зададете високи или ниски загребвания в минута.
време	Събитие, повтарящо се	Можете да зададете интервал от време.

Задаване на предупреждение

- 1 Натиснете .
- 2 Изберете .
- 3 Изберете дейност.
- 4 Изберете .
- 5 Изберете настройките за активност.
- 6 Изберете Сигнали.
- 7 Изберете опция:
 - Изберете Добавяне на нов, за да добавите нов сигнал за дейността.
 - Изберете името на предупреждението, за да редактирате съществуващо предупреждение.
- 8 Ако е необходимо, изберете вида на предупреждението.
- 9 Изберете зона, въведете минималните и максималните стойности или въведете персонализирана стойност за предупреждението.
- 10 Ако е необходимо, включете предупреждението.


За събития и повтарящи се предупреждения се появява съобщение всеки път, когато достигнете стойността на предупреждението. За предупреждения за обхват се появява съобщение всеки път, когато превишите или паднете под посочения диапазон (минимални и максимални стойности).

Потребителски профил

Можете да актуализирате потребителския си профил на часовника си или в приложението Garmin Connect.

Настройване на вашия потребителски профил

Можете да актуализирате своя пол, година на раждане, височина, тегло, китка и график за сън. Часовникът използва тази информация, за да изчисли точни данни за тренировка.

- 1 Задр. 
- 2 Изберете Настройки > Потребителски профил.
- 3 Изберете опция.

Настройки на пола

Когато за първи път настройвате часовника, трябва да изберете пол. Повечето фитнес и тренировъчни алгоритми са двоични. За най-точни резултати Garmin препоръчва да изберете вашия пол, определен при раждането. След първоначалната настройка можете да персонализирате настройките на профила във вашия акаунт в Garmin Connect.

Профил и поверителност: Позволява ви да персонализирате данните във вашия обществен профил.

Потребителски настройки: Задава вашия пол. Ако изберете Not Specified, алгоритмите, които изискват двоичен вход, ще използват пола, който сте посочили при първоначалната настройка на часовника.

Функции за безопасност и проследяване

⚠ ВНИМАНИЕ

Функциите за безопасност и проследяване са допълнителни функции и не трябва да се разчита на тях като основен метод за получаване на спешна помощ. Приложението Garmin Connect не се свързва със услугите за спешна помощ от ваше име.

ЗАБЕЛЕЖКА

За да използвате функциите за безопасност и проследяване, часовникът Approach S44 трябва да бъде свързан към приложението Garmin Connect чрез Bluetooth технология. Вашият вдвоен телефон трябва да е оборудван с план за данни и да е в зона на мрежово покритие, където има налични данни. Можете да въведете контакти за спешни случаи във вашия акаунт в Garmin Connect.


За повече информация относно функциите за безопасност и проследяване отидете на garmin.com/safety.

Помощ: Позволява ви да изпратите съобщение с вашето име, връзка LiveTrack и GPS местоположение (ако е налично) до вашите контакти за спешни случаи.

Откриване на инциденти: Когато часовникът Approach S44 открие инцидент по време на определени дейности на открито, часовникът изпраща автоматично съобщение, връзка LiveTrack и GPS местоположение (ако е налично) до вашите контакти за спешни случаи.

Добавяне на контакти за спешни случаи

Телефонните номера за контакт при спешни случаи се използват за функциите за безопасност и проследяване.

- 1 От приложението Garmin Connect изберете .
- 2 Изберете Безопасност и проследяване > Функции за безопасност > Спешни контакти > Добавяне на спешни контакти.
- 3 Следвайте инструкциите на екрана.

Вашите контакти за спешни случаи получават известие, когато ги добавите като контакт за спешни случаи, и могат да приемат или отхвърлят вашата заявка. Ако даден контакт откаже, трябва да изберете друг контакт за спешни случаи.

Откриване на инциденти

ВНИМАНИЕ

Откриването на инциденти е допълнителна функция, достъпна само за определени дейности на открито. Откриването на инциденти не трябва да се разчита като основен метод за получаване на спешна помощ.

Преди да можете да активирате откриване на инцидент на вашия часовник, трябва да настроите контакти за спешни случаи в приложението Garmin Connect (*Добавяне на контакти за спешни случаи*, стр. 23). Вашият вдвоен телефон трябва да е оборудван с план за данни и да е в зона на мрежово покритие, където има налични данни. Вашите контакти за спешни случаи трябва да могат да получават имейли или текстови съобщения (може да се прилагат стандартни тарифи за текстови съобщения).


Включване и изключване на откриването на инциденти

⚠ ВНИМАНИЕ!

Откриването на инциденти е допълнителна функция, достъпна само за определени дейности на открито. Откриването на инциденти не трябва да се разчита като основен метод за получаване на спешна помощ. Приложението Garmin Connect не се свързва със службите за спешна помощ от ваше име.

ЗАБЕЛЕЖКА

Преди да можете да активирате откриване на инцидент на вашия часовник, трябва да настроите контакти за спешни случаи в приложението Garmin Connect (*Добавяне на контакти за спешни случаи*, стр. 23). Вашият сдвоен телефон трябва да е оборудван с план за данни и да е в зона на мрежово покритие, където има налични данни. Вашите контакти за спешни случаи трябва да могат да получават имейли или текстови съобщения (може да се прилагат стандартни тарифи за текстови съобщения).

- 1 Задр. 
- 2 Изберете Настройки > Безопасност и проследяване > Откриване на инцидент.
- 3 Изберете GPS дейност.

ЗАБЕЛЕЖКА: Откриването на инциденти е достъпно само за определени дейности на открито.

Когато вашият часовник Approach S44 открие инцидент и телефонът ви е свързан, приложението Garmin Connect може да изпрати автоматично текстово съобщение и имейл с вашето име и GPS местоположение (ако е налично) до вашите спешни контакти. На вашето устройство и сдвоен телефон се появява съобщение, което показва, че вашите контакти ще бъдат информирани след изтичане на 15 секунди. Ако не е необходима помощ, можете да отмените автоматичното спешно съобщение.



Искане на помощ

⚠ ВНИМАНИЕ

Помощта е допълнителна функция и не трябва да се разчита на нея като основен метод за получаване на спешна помощ. Приложението Garmin Connect не се свързва със службите за спешна помощ от ваше име.


ЗАБЕЛЕЖКА

Преди да можете да поискате помощ, трябва да настроите контакти за спешни случаи в приложението Garmin Connect (*Добавяне на контакти за спешни случаи*, стр. 23). Вашият сдвоен телефон трябва да е оборудван с план за данни и да е в зона на мрежово покритие, където има налични данни. Вашите контакти за спешни случаи трябва да могат да получават имейли или текстови съобщения (може да се прилагат стандартни тарифи за текстови съобщения).

- 1 Задр. 
- 2 Когато почувствате три вибрации, отпуснете бутона, за да активирате функцията за помощ.
Появява се екранът за обратно броене.
- 3 Ако е необходимо, изберете опция преди обратното броене да приключи:
 - За да изпратите персонализирано съобщение с вашата заявка, изберете .
 - За да отмените съобщението, изберете .

Включване на LiveTrack

Преди да започнете първата си сесия LiveTrack, трябва да настроите контакти в приложението Garmin Connect.

- 1 Задр. 
- 2 Изберете Настройки > Безопасност и проследяване > LiveTrack.
- 3 Изберете Auto Start > On, за да стартирате LiveTrack сесия всеки път, когато започнете дейност на открито.

Системни настройки

Задръжте и изберете Настройки > Система.

Дисплей: Регулира настройките на екрана (*Персонализиране на настройките на дисплея*, стр. 25).

Вибрация: Включва или изключва вибрацията и задава интензитета на вибрацията.

Време: Регулира настройките за време (*Настройки на времето*, стр. 25).

Единици: Задава мерните единици, използвани на часовника (*Промяна на мерните единици*, стр. 25).

Автоматично заключване: Автоматично заключва бутоните и сензорния екран, за да предотврати случайно натискане на бутони и плъзгане на сензорния екран.

Език: Задава езика, показван на часовника.

Нулиране: Нулира настройките по подразбиране или изтрива лични данни и нулира настройките.

Актуализация на софтуера: Проверява за софтуерни актуализации.

За: Показва информация за устройството, софтуера, лиценза и нормативната уредба.

Разширено: Задава разширени системни настройки (*Разширени настройки*, стр. 26).

Настройки на времето

Задръжте и изберете Настройки > Система > Час.

Формат на времето: Настройва часовника да показва време в 12-часов, 24-часов или военен формат.

Източник на време: Настройва часа за часовника. Опцията Auto настройва часа автоматично въз основа на вашата GPS позиция.

Време: Регулира времето, ако опцията Източник на време е зададена на Ръчно.

Синхронизиране на времето: Позволява ви ръчно да синхронизирате часа, когато сменяте часовите зони, и да актуализирате за лятно часово време.

Персонализиране на настройките на дисплея

1 Задр. 

2 Изберете Настройки > Система > Дисплей.

3 Включете Големите шрифтове, за да увеличите размера на текста на екрана.

4 Изберете Яркост, за да зададете нивото на яркост на екрана.

5 Изберете Обща употреба или По време на активност.

6 Изберете опция:

- Изберете Изчакване, за да зададете продължителността от време, преди екранът да се изключи.
- Изберете Always On, за да запазите данните от циферблата видими и намалете яркостта и фона. Тази опция влияе върху батерията и живота на дисплея (*Относно AMOLED дисплея*, стр. 26).
- Изберете Жест, за да включите екрана, като повдигнете и завъртите ръката си, за да погледнете китката си.
- Изберете Чувствителност, за да регулирате чувствителността на жестовете, за да включвате дисплея по-често или по-рядко.

7 Изберете По време на сън > Циферблат, за да изберете циферблат на часовник за сън с минимални, затъмнени настройки или да запазите циферблата по подразбиране включен по време на зададения от вас прозорец за сън.

Промяна на мерните единици

Можете да персонализирате мерните единици за разстояние, темпо и скорост, тегло, височина и температура.

1 Задр. 

2 Изберете Настройки > Система > Единици.

3 Изберете тип измерване.

4 Изберете мерна единица.

Нулиране на всички настройки по подразбиране

Преди да нулирате всички настройки по подразбиране, трябва да синхронизирате часовника с приложението Garmin Connect, за да качите вашите данни за дейността.

Можете да нулирате всички настройки на часовника до фабричните стойности по подразбиране.

1 Задр. 

2 Изберете Настройки > Система > Нулиране.

3 Изберете опция:

- За да нулирате всички настройки на часовника до фабричните стойности по подразбиране, включително данните от потребителския профил, но да запазите хронологията на активността и изтеглените приложения и файлове, изберете Нулиране на настройките по подразбиране.
- За да нулирате всички настройки на часовника до фабричните стойности по подразбиране и да изтриете цялата въведена от потребителя информация и хронология на активността, изберете Изтриване на данни и Нулиране на настройките.

Разширени настройки

Задр.  и изберете Настройки > Система > Разширени.

Записване на данни: Задава начина, по който устройството записва данни за дейността. Опцията за интелигентно записване (по подразбиране) позволява по-дълги записи на активност. Опцията за запис на всяка секунда осигурява по-подробни записи на активността, но може да не записва цели дейности, които продължават за по-дълги периоди от време.

USB режим: Настройва часовника да използва MTP (протокол за трансфер на медии) или режим Garmin, когато е свързан към компютър. Режимът Garmin ви позволява да продължите да използвате часовника, докато е включен към източник на захранване.

Калибрирайте компаса: Позволява ви ръчно да калибрирате компаса, ако изпитвате неправилно поведение на компаса. Например след преместване на дълги разстояния или след екстремни температурни промени.

Информация за устройството

Относно AMOLED дисплея

По подразбиране настройките на часовника са оптимизирани за живот на батерията и производителност ([Увеличаване на живота на батерията](#), стр. 29).

Устойчивостта на изображението или „изгарянето“ на пикселите е нормално поведение за AMOLED устройства. За да удължите живота на дисплея, трябва да избягвате показването на статични изображения при високи нива на яркост за дълги периоди от време. За да се сведе до минимум изгарянето, дисплеят на Approach S44 се изключва след избраното време за изчакване ([Персонализиране на настройките на дисплея](#), стр. 25). Можете да завъртите китката си към тялото си, да докоснете сензорния екран или да натиснете бутон, за да събудите часовника.

Смяна на каишката

Можете да замените каишката с нова.

ЗАБЕЛЕЖКА: Часовникът не е съвместим с каишки на трети страни.

- 1 Плъзнете щифта за бързо освобождаване на пружинната каишка, за да премахнете каишката.



- 2 Поставете едната страна на пружинната лента за новата каишка в часовника.
- 3 Плъзнете щифта за бързо освобождаване и подравнете пружинната каишка с противоположната страна на часовника.
- 4 Повторете стъпки от 1 до 3, за да смените другата каишка.

Спецификации

Тип батерия	Презареждаема, вградена литиево-йонна батерия
Воден рейтинг	5 ATM ¹
Температурен диапазон на работа и съхранение	От -20° до 60°C (от -4° до 140°F)
Температурен диапазон на зареждане	От 0° до 45°C (от 32° до 113°F)
Безжични честоти (мощност) на Европейския съюз (ЕС)	2,4 GHz @ 4 dBm максимум, 13,56 MHz @ 70 dBuV/m

Информация за батерията

Действителният живот на батерията зависи от функциите, активирани на вашия часовник, като известия по телефона, GPS, вътрешни сензори и свързани сензори.

Режим	Живот на батерията
Режим на смарт часовник	До 10 дни типична употреба
Режим на всички сателитни системи	До 15 ч. типична употреба

¹Устройството издържа на налягане, еквивалентно на дълбочина 50 m. За повече информация отидете на www.garmin.com/waterrating.

Грижа

ЗАБЕЛЕЖКА

Избягвайте екстремни удари и грубо отношение, защото това може да влоши живота на продукта. Избягвайте да натискате бутоните под вода.

Не използвайте остър предмет за почистване на устройството.

Никога не използвайте твърд или остър предмет, за да работите със сензорния екран, защото това може да доведе до повреда.

Избягвайте химически почистващи препарати, разтворители и репеленти за насекоми, които могат да повредят пластмасовите компоненти и покрития. Изплакнете обилно устройството с прясна вода след излагане на хлор, солена вода, слънцезащитен крем, козметика, алкохол или други агресивни химикали. Продължителното излагане на тези вещества може да повреди корпуса.

Не съхранявайте устройството на места, където може да възникне продължително излагане на екстремни температури, защото това може да причини трайна повреда.

Почистване

⚠ ВНИМАНИЕ!

Някои потребители може да изпитат дразнене на кожата след продължителна употреба на часовника, особено ако потребителят има чувствителна кожа или алергии. Ако забележите дразнене на кожата, махнете часовника и дайте време на кожата си да заздравее. За да предотвратите дразнене на кожата, уверете се, че часовникът е чист и сух и не го натягайте прекалено много на китката си.

ЗАБЕЛЕЖКА

Дори малки количества пот или влага могат да причинят корозия на електрическите контакти, когато са свързани със зарядно устройство. Корозията може да попречи на зареждането и преноса на данни.

СЪВЕТ: За повече информация отидете на garmin.com/fitandcare.

- 1 Изплакнете с вода или използвайте влажна кърпа без мъх.
- 2 Оставете часовника да изсъхне напълно.

Дългосрочно съхранение

Когато не планирате да използвате устройството няколко месеца, трябва да заредите батерията поне до 50%, преди да приберете устройството. Трябва да съхранявате устройството на хладно и сухо място с температури около типичните за домакинството. След съхранение трябва да презаредите напълно устройството, преди да го използвате.


Преглед на информация за устройството

Можете да видите информация за устройството, като ID на устройството, версия на софтуера, нормативна информация и лицензно споразумение.

- 1 Задр. 
- 2 Изберете Настройки > Система > Относно.

Преглед на регулаторна информация за електронен етикет и съответствие

Етикетът за това устройство се предоставя електронно. Електронният етикет може да предоставя нормативна информация, като идентификационни номера, предоставени от FCC или регионални маркировки за съответствие, както и приложима информация за продукта и лиценза.

- 1 Задр. 
- 2 От менюто с настройки изберете Система.
- 3 Изберете Относно.

Управление на данни

ЗАБЕЛЕЖКА: Устройството не е съвместимо с Windows® 95, 98, аз, Windows NT® и Mac® OS 10.3 и по-стари версии.

Изтриване на файлове

ЗАБЕЛЕЖКА

Ако не знаете целта на даден файл, не го изтривайте. Паметта на вашето устройство съдържа важни системни файлове, които не трябва да се изтриват.

- 1 Отворете Garmin устройството или тома.
- 2 Ако е необходимо, отворете папка или том.
- 3 Изберете файл.
- 4 Натиснете клавиша Delete на клавиатурата.

ЗАБЕЛЕЖКА:Операционните системи Mac предоставят ограничена поддръжка за режим на прехвърляне на MTP файлове. Трябва да отворите Garmin устройството с операционна система Windows.

Отстраняване на неизправности

Получаване на повече информация

Можете да намерите повече информация за този продукт на уебсайта на Garmin.

- Отидете на support.garmin.com за допълнителни ръководства, статии и софтуерни актуализации.
- Отидете на buy.garmin.com, или се свържете с вашия дилър на Garmin за информация относно допълнителни аксесоари и резервни части.

Увеличаване на живота на батерията

Можете да направите няколко неща, за да удължите живота на батерията.

- Спрете да използвате опцията за изчакване на дисплея Always On и изберете по-кратко изчакване на дисплея.
- Намалете яркостта на дисплея (*Персонализиране на настройките на дисплея*, стр. 25).
- Превключване от циферблат на часовник на живо към циферблат със статичен фон (*Смяна на циферблата*, стр. 18).
- Изключете Bluetooth технологията, когато не използвате свързани функции .
- Изключете проследяването на активността (*Настройки за проследяване на активността*, стр. 18).
- Ограничете известията на смартфона, които устройството показва (*Управление на известията*, стр. 10).

Устройството ми не може да намери голф игрища наблизо

Ако актуализацията на курса бъде прекъсната или отменена, преди да е завършила, на вашето устройство може да липсват данни за курса. За да поправите липсващите данни за курса, трябва да актуализирате курсовете отново.

- 1 Изтеглете и инсталирайте актуализации на курсове от приложението Garmin Express.
- 2 Изключете безопасно вашето устройство.
- 3 Излезте навън и започнете тестов рунд на голф, за да проверите дали устройството намира близките игрища.

Телефонът ми съвместим ли е с часовника ми?

Часовникът Approach S44 е съвместим с телефони, използващи Bluetooth технология.



Отидете на garmin.com/ble за информация за Bluetooth съвместимост.

Телефонът ми не се свързва с часовника

Ако телефонът ви не се свързва с часовника, можете да опитате тези съвети.

- Изключете телефона и часовника си и ги включете отново.
- Активирайте Bluetooth технологията на вашия телефон.
- Актуализирайте приложението Garmin Golf до най-новата версия.
- Премахнете часовника си от приложението Garmin Golf и Bluetooth настройките на телефона си, за да опитате отново процеса на свързване.
- Ако сте закупили нов телефон, премахнете часовника си от приложението Garmin Golf на телефона, който възнамерявате да спрете да използвате.
- Доближете телефона си до 10 м (33 фута) от часовника.
- На телефона си отворете приложението Garmin Golf и изберете > Garmin Devices > Add Device, за да влезете в режим на свързване.
- От циферблата задръжте и изберете Настройки > Телефон > Свързване на телефон.



Устройството ми е на грешен език

- 1 Задр. 
- 2 Изберете 
- 3 Превъртете надолу до последния елемент в списъка и го изберете.
- 4 Превъртете надолу до шестия елемент в списъка и го изберете.
- 5 Изберете вашия език.

Устройството ми показва грешни мерни единици

- Проверете дали сте избрали правилната настройка на мерните единици на устройството (*Промяна на мерните единици, стр. 25*).
- Проверете дали сте избрали правилната настройка на мерните единици във вашия Garmin Golf акаунт.
Ако мерните единици на устройството не съответстват на вашия Garmin Golf акаунт, настройките на вашето устройство може да бъдат презаписани, когато синхронизирате вашето устройство.

Рестартиране на вашия часовник

- 1 Задръжте  , докато часовникът се изключи.
- 2 Задръжте  , за да включите часовника.

Приемане на сателитни сигнали

Устройството може да се нуждае от ясен изглед към небето, за да получи сателитни сигнали. Часът и датата се задават автоматично въз основа на GPS позицията.

СЪВЕТ: За повече информация относно GPS отидете на garmin.com/aboutGPS.

- 1 Излезте на открито на открито.
Предната част на устройството трябва да е ориентирана към небето.
- 2 Изчакайте, докато устройството локализира сателитите.
Локализирането на сателитни сигнали може да отнеме 30–60 секунди.

Подобряване на GPS сателитното приемане

- Често синхронизирайте часовника с вашия Garmin акаунт:
 - Свържете вашия часовник към компютър с помощта на USB кабела и приложението Garmin Express.
 - Синхронизирайте часовника си с приложението Garmin Golf, като използвате вашия телефон с Bluetooth.
- Докато е свързан с вашия Garmin акаунт, часовникът изтегля няколко дни сателитни данни, което му позволява бързо да локализира сателитни сигнали.
- Изнесете часовника си на открито, далече от високи сгради и дървета.
- Останете неподвижни за няколко минути.

Проследяване на активността

За повече информация относно точността на проследяване на активността отидете на garmin.com/ataccuracy.

Моят дневен брой крачки не се показва

Дневният брой стъпки се нулира всяка вечер в полунощ.

Ако се появят тирета вместо броя на стъпките ви, позволете на устройството да получи сателитни сигнали и автоматично да зададе часа.

Броят на стъпките ми не изглежда точен

Ако броят на стъпките ви не изглежда точен, можете да опитате тези съвети.

- Носете часовника на недоминиращата си китка.
- Носете часовника в джоба си, когато бутате количка или косачка.
- Носете часовника в джоба си, когато активно използвате ръцете си .

ЗАБЕЛЕЖКА: Часовникът може да интерпретира някои повтарящи се движения, като миене на чинии, стъгане на пране или пляскане с ръце, като стъпки.

Стъпките на часовника ми и в Garmin Connect не съвпадат

Броят на стъпките при актуализациите на вашия акаунт в Garmin Connect, когато синхронизирате часовника си.

1 Изберете опция:

- Синхронизирайте броя на стъпките си с приложението Garmin Express.
- Синхронизирайте броя на стъпките си с приложението Garmin Connect.

2 Изчакайте, докато данните ви се синхронизират.

Синхронизирането може да отнеме няколко минути.

ЗАБЕЛЕЖКА: Опресняването на приложението Garmin Connect или приложението Garmin Express не синхронизира вашите данни или актуализира броя на стъпките ви.

Моите минути на интензивност мигат

Когато тренирате на ниво на интензивност, което отговаря на вашите цели за минути интензивност, минутите на интензивност мигат.

Допълнение

Полета с данни

24-часов макс.: Максималната температура, записана през последните 24 часа от съвместим температурен сензор.

24-часов мин.: Минималната температура, записана през последните 24 часа от съвместим температурен сензор.

Активни калории: Изгорените калории по време на активността.

Среден каданс: Колоездене. Средният каданс за текущата дейност. Среден каданс: бягане. Средният каданс за текущата дейност. Средно време за обиколка: Средното време за обиколка за текущата дейност.

Средна скорост: Средната скорост за текущата дейност.

Среден Swolf: Средният swolf резултат за текущата дейност. Вашият swolf резултат е сумата от времето за една дължина плюс броя на ударите за тази дължина (*Терминология за плуване*, стр. 16).

ср. Темпо: Средното темпо за текущата дейност.

ср. Stks./Len.: Средният брой удари на дължина по време на текущата дейност.

Каданс: Колоездене. Броят на оборотите на коляновия лост. Вашето устройство трябва да е свързано към аксесоар за каданс, за да се появят тези данни.

Каданс: Бягане. Стъпките в минута (надясно и наляво).

Калории: Количеството общо изгорени калории.

Разстояние: Изминатото разстояние за текущата писта или дейност.

Изминало време: Общото записано време. Например, ако стартирате таймера и бягате 10 минути, след това спрете таймера за 5 минути, след това стартирате таймера и бягате 20 минути, изминалото ви време е 35 минути.

Посока: Посоката, в която се движите.

Вътр. Stks./Len.: Средният брой удари на дължина по време на текущия интервал.

Интервално разстояние: Изминатото разстояние за текущия интервал.

Дължини на интервали: Броят дължини на басейна, завършени през текущия интервал.

Интервално темпо: Средното темпо за текущия интервал.

Интервал Swolf: Средният swolf резултат за текущия интервал.

Интервално време: Времето на хронометъра за текущия интервал.

Каданс на обиколка: Колоездене. Средният каданс за текущата обиколка. Каданс на обиколка: бягане. Средният каданс за текущата обиколка.

Темпо на обиколка: Средното темпо за текущата обиколка.

Обиколки: Броят на завършените обиколки за текущата дейност.

Скорост на обиколка: Средната скорост за текущата обиколка.

Стъпки за обиколка: Броят стъпки по време на текущата обиколка.

Време за обиколка: Времето на хронометъра за текущата обиколка.

Каданс на последната обиколка: Колоездене. Средният каданс за последната завършена обиколка. Каданс на последната обиколка: бягане. Средният каданс за последната завършена обиколка. Last Lap Dist.: Изминатото разстояние за последната завършена обиколка.

Темпо в последната обиколка: Средното темпо за последната завършена обиколка. Скорост на последната обиколка: Средната скорост за последната завършена обиколка.

Last Lap Time: Времето на хронометъра за последната завършена обиколка.

Темпо на последната дължина: Средното темпо за последната ви завършена дължина на басейна. Дължини: Броят дължини на басейна, завършени по време на текущата дейност. Максимална скорост: Максималната скорост за текущата дейност.

Умерени минути: Броят минути с умерена интензивност.

Темпо: Текущото темпо.

Скорост: Текущата скорост на пътуване.

стъпки: Броят стъпки по време на текущата дейност.

Изгрев: Часът на изгрев въз основа на вашата GPS позиция. **Залез:** Часът на залез въз основа на вашата GPS позиция.

Време за плуване: Времето за плуване за текущата дейност, без да се включва времето за почивка.

температура: Температурата на въздуха. Вашата телесна температура влияе на температурния сензор. Вашето устройство трябва да е свързано към *tempe™* сензор, за да се появят тези данни.

Време на деня: Часът от деня въз основа на текущото ви местоположение и настройките за време (формат, часова зона, лятно часово време).

Таймер: Времето на хронометъра за текущата дейност.

Общо минути: Общият брой минути на интензивност.

Енергични минути: Броят минути на интензивна интензивност.

Размер и обиколка на колелото

Когато се използва за колоездене, вашият сензор за скорост автоматично разпознава размера на колелото ви. Ако е необходимо, можете ръчно да въведете обиколката на колелото си в настройките на сензора за скорост.

Размерът на гумата за колоездене е отбелязан от двете страни на гумата. Можете да измерите обиколката на вашето колело или да използвате един от калкулаторите, налични в интернет.

