

**Pagalba ir naujinimai**

„Garmin Express“ suteikia prieigą prie šių „Garmin“ prietaisams skirtų paslaugų:

- gaminio registracija;
- gaminio instrukcijos;
- programinės įrangos naujinimai;
- duomenų įkėlimas į „Garmin Connect“;
- maršrutų naujinimai.

[www.garmin.lt/it/garmin-express](http://www.garmin.lt/it/garmin-express)

**Prietaiso nešiojimas ir širdies ritmas**

- „Approach X40“ mūvėkite virš riešo kaulo.

**Pastaba:** prietaisas turi patogiai priglusti ir neturi judėti bėgimo ar treniruotės metu.



- Nepažeiskite širdies ritmo jutiklio prietaiso galinėje dalyje.

**Prietaiso apžvalga**



①	Liečiamasis ekranas	Funkcijas, duomenis ir meniu galite susirasti perbraukdami ekraną. Bakstelėkite elementą jam pasirinkti.
②	Prietaiso raktas	Laikykite nuspaudę ekranui užrakinti ir prietaisui įjungti ar išjungti. Paspauskite meniu atidaryti ir uždaryti. Paspauskite, kai norėsite grįžti į ankstesnį meniu ekraną.

**Palydovo signalo gavimas**

Palydovo signalams aptikti turi būti giedras dangus.

1. Išeikite į lauką, į atvirą vietą. Prietaiso priekis turėtų būti nukreiptas į dangų;
2. Palaukite, kol prietaisas ras palydovus. Palydovo signalams gauti gali prireikti 30-60 sekundžių.

**Meniu piktogramos**

	Pradedama golfo partiją
	Pradedama fitneso veiklą
	Nustato režimą „Netrukdyti“
	Parodo signalizacijos nustatymus
	Atlieka „Bluetooth“ nustatymus
	Pradedama funkciją „Rasti mano telefoną“
	Pradedama „TruSwing“ mosto analizę
	Atidaro prietaiso nustatymų meniu
	Atidaro prietaiso informacijos meniu

**„Garmin Connect“**

„Garmin Connect“ yra Jūsų statistikos internete stebėjimo įrankis, kur galite analizuoti ir dalintis visų savo golfo partijų informacija. Per „Garmin Connect“ svetainę ar mobiliąją programėlę galite prisijungti prie savo draugų. Norėdami nemokamai prisiregistruoti, eikite į [www.garminconnect.com/golf](http://www.garminconnect.com/golf).

**Susiejimas su išmaniuoju telefonu**

Norėdami kuo daugiau išnaudoti savo „Approach X40“, turėtumėte jį susieti su savo išmaniuoju telefonu ir atlikti nustatymus su „Garmin Connect Mobile“ programėle.

**Pastaba:** kitaip nei kitų „Bluetooth“ prietaisų atveju, kurie yra susiejami per Jūsų mobiliojo telefono „Bluetooth“ nustatymus, savo „Approach X40“ prietaisą turite susieti tiesiogiai per „Garmin Connect Mobile“ programėlę.

1. Atsisiųskite ir įdiekite naujausią „Garmin Connect Mobile“ programėlės versiją savo suderinamame išmaniajame telefone;

2. Atidarykite „Garmin Connect Mobile“ programėlę;

3. Pridėkite savo prietaisą prie savo „Garmin Connect Mobile“ paskyros:

- jei tai pirmasis prietaisas, siejamas su „Garmin Connect Mobile“ programėle, vykdykite ekrane pateikiamas instrukcijas;
- jei jau susiejote kitą prietaisą su „Garmin Connect Mobile“ programėle, nustatymų

**Prietaiso įkrovimas**

**Pastaba:** kad nepradėtų rūdyti, gerai nuvalykite ir nusauskite kontaktus ir plotą aplink juos prieš įkraunant ar jungiant prie kompiuterio.

1. Prijunkite USB laidą prie savo kompiuterio USB lizdo;
2. Išlygiuokite įkroviklio ir prietaiso kontaktus ir įstumkite įkroviklį ①, kol spragtelės;



3. Iki galo įkraudite prietaisą.

**Prietaiso naudojimas įkrovimo metu**

Šiuo prietaisu galite naudotis, kol jis yra įkraunamas iš kompiuterio. Pavyzdžiui, galite naudoti per „Bluetooth“ prijungtas funkcijas ir keisti prietaiso nustatymus.

1. Prijunkite prietaisą prie savo kompiuterio USB laidu;
2. Pasirinkite kad išeitumėte iš USB atmintinės režimo.

**Piktogramos**

Piktogramos rodo skirtingas prietaiso funkcijas. Jas galite peržvelgti slinkdami vaizdą ekrane. Kai kurioms funkcijoms naudoti reikalingas susietas išmanusis telefonas.

**Pastaba:** galite naudoti savo „Garmin Connect“ paskyrą prietaise rodomiems ekrano vaizdams pakeisti.

	Bendras per dieną atliktų žingsnių skaičius, Jūsų dienos žingsnių tikslas ir pasiekta pažanga iki nustatyto tikslo.
	Jūsų dabartinis širdies ritmas ir savaitės širdies ritmo vidurkis poilsio metu dūžiais per minutę (bpm). Mirksinti piktograma reiškia, kad prietaisas ieško signalo.
	Sudegintų kalorijų skaičius, įskaitant aktyvaus ir poilsio laiko metu.
	Kilometrais ar myliomis nukeliamas atstumas.
	Jūsų laikas, praleistas dalyvaujant vidutinio-stipraus intensyvumo veikloje, Jūsų nustatytas intensyvios veiklos trukmės minutėmis tikslas ir Jūsų pasiekta pažanga link šio tikslo.
	Susieto išmaniojo telefono muzikos grotuvo valdymo mygtukai
	Iš susieto išmaniojo telefono gauti pranešimai.
	Dabartinė temperatūros ir orų prognozė iš susieto išmaniojo telefono.

**Aktyvumo stebėjimo ir išmaniosios funkcijos**

Perbraukite ekraną viršun ar žemyn aktyvumo stebėjimo ir išmaniosios funkcijoms peržvelgti. Kai kurioms funkcijoms naudoti reikalingas susietas išmanusis telefonas.

**Laikas ir data („Time and date“):** rodo einamąjį laiką ir datą. Laikas ir data nustatomos automatiškai, kai prietaisas gauna palydovų signalus ir kai sinchronizuoja savo prietaisą su išmaniuoju telefonu.

**Aktyvumo stebėjimas („Activity Tracking“):** stebi Jūsų kasdien atliekamą žingsnių, įveiktų laiptinės aukštų skaičius, nukeliamą atstumą, kalorijas ir intensyvumo minutes. Judėjimo juosta rodo kiek laiko esate neaktyvus.

**Tikslai („Goals“):** rodo Jūsų pažangą link Jūsų aktyvumo tikslų. Prietaisas mokosi ir pasiūlo Jums naują žingsnių tikslą kiekvieną dieną. „Garmin Connect“ paskyroje galite pakeisti per dieną įveikiamų žingsnių, laiptinės aukštų skaičių bei intensyvios veiklos minučių per savaitę tikslus.

**Saulėtekis ir saulėlydis („Sunrise and Sunset“)** rodo saulėtekio ir saulėlydžio laikus.

**Širdies ritmas („Heart Rate“):** rodo einamąjį širdies ritmą dūžiais per minutę (bpm) ir septynių dienų vidutinį širdies ritmą poilsio metu. Bakstelėję ekraną pamatysite savo širdies ritmo grafiką.

**Pranešimai („Notifications“):** perspėja jus apie pranešimus iš Jūsų išmaniojo telefono, įskaitant skambučius, žinutes, socialinių tinklų naujinius ir kt., priklausomai nuo Jūsų išmaniojo telefono pranešimų nustatymų.

**Muzikos kontrolė („Music Control“):** valdo Jūsų išmaniojo telefono muzikos grotuvą.

**Orai („Weather“):** rodo esamą temperatūrą. Bakstelėję ekraną pamatysite keturių dienų orų prognozę.

**Automatinis užduoties nustatymas**

Jūsų prietaisas automatiškai sukuria kasdieninę žingsnių užduotį atsižvelgdamas į ankstesnius aktyvumo lygius. Jums judant dienos metu, prietaisas rodo kokią kasdieninę užduoties dalį įveikėte. Jei nusprendėte nenaudoti automatinės užduoties funkcijos, savo „Garmin Connect“ paskyroje galite nustatyti asmeninę žingsnių užduotį.

**Judėjimo juosta**

Sėdint ilgą laiką gali prasidėti nepageidaujami metaboliniai pakitimai. Ši funkcija primins Jums, kad laikas pajudėti. Judėjimo juosta pasirodo po vienos neaktyvumo valandos. Po kiekvienų 15 minučių neveiklumo pasirodo papildomi segmentai.

Judėjimo juosta galite atstatyti į pirminę padėtį paeidami trumpą atstumą.

**Aktyvumo stebėjimo nustatymai**

Pagrindiniame meniu pasirinkite > **Activity Tracking**.

**Aktyvumo stebėjimas („Activity Track.“):** įjungia ar išjungia aktyvumo stebėjimo funkciją.

**Širdies ritmas („Heart Rate“):** įjungia ar išjungia širdies ritmo stebėjimo funkciją.

**Priminimas pajudėti („Move Alert“):** įjungia ar išjungia pajudėjimo priminimą.

menu pasirinkite **GarminDevices > +**;

4. Savo „Approach X40“ prietaise paspauskite prietaiso mygtuką menu atidaryti;
5. Savo „Approach X40“ prietaise pasirinkite **> Pair Phone**;
6. Savo suderinamame išmaniajame telefone pasirinkite **Search For Device**.

#### Duomenų sinchronizavimas su „Garmin Connect Mobile“ programėle

Jūsų prietaisas periodiškai automatiškai sinchronizuoja duomenis su „Garmin Connect Mobile“. Savo duomenis taip pat galite sinchronizuoti bet kuriuo metu rankiniu būdu.

1. Žiūrėkite, kad prietaisas būtų ne toliau 3 metrų nuo išmaniojo telefono;
2. Paspauskite prietaiso mygtuką menu atidaryti;
3. Pasirinkite **> Sync**;
4. Peržiūrėkite savo esamus duomenis „Garmin Connect Mobile“ programėlėje.

#### Golfo žaidimas

Prieš pradėdami žaisti golfą, palaukite, kol prietaisas gaus palydovų signalus – tai gali užtrukti 30-60 sekundžių.

1. Paspauskite prietaiso mygtuką menu atidaryti;
2. Pasirinkite **!**; prietaisas suras palydovus ir apskaičiuos Jūsų vietą;
3. Pasirinkite maršrutą iš sąrašo;
4. Vykdykite ekrane pateikiamas instrukcijas nustatymams atlikti ir partijai pradėti.

#### Golfo piktogramos

	Žalio („Green“) lauko vaizdas
	Pavojingo („Hazard“) lauko vaizdas
	Smūgio matavimas
	„Layup“ ar „dogleg“ atstumai
	Keisti taškus
	Keisti žalią lauką
	„TruSwing“ mosto analizė
	Odometras
	Partijos pauzė
	Partijos stabdymas

#### Duobučių vaizdas

Prietaisas rodo duobutę, į kurią šiuo metu žaidžiate, ir automatiškai – perėjimus Jums judant link kitos duobutės.

**Pastaba:** prietaisas standartiškai apskaičiuoja atstumą iki žalio lauko priekio, vidurio ir galo. Jei žinote vėliavėlės vietą, galite nustatyti ją tiksliau.

	1	Par 4	2
	3		
	4		
	5		
	1	Einamosios duobutės numeris	
	2	Duobutės „PAR“ skaičius	
	3	Atstumas iki žalio lauko galo	
	4	Atstumas iki vėliavėlės	
	5	Atstumas iki žalio lauko priekio	

#### Duobučių keitimas

Duobutes galite keisti rankiniu būdu ekrane, duobučių lange.

1. Atsidarę duobučių informaciją bakstelėkite ekraną;
2. Pasirinkite duobutę ir spustelėkite **Done**.

#### Žalio lauko keitimas

Jeigu duobutę žaidžiate daugiau nei viename žaliame lauke, galite jį pakeisti.

1. Žaisdami golfą paspauskite prietaiso mygtuką menu atidaryti;
2. Pasirinkite **!**.

#### Vėliavėlės perkėlimas

Galite iš arčiau pažvelgti į žalią lauką ir perkelti vėliavėlės vietą.

1. Žaisdami golfą paspauskite prietaiso mygtuką menu atidaryti;
2. Spustelėkite **!**;
3. Spustelėkite **^** ar **v** vėliavėlės vietai pakeisti.

#### Smūgio matavimas

1. Žaisdami golfą paspauskite prietaiso mygtuką menu atidaryti;
2. Spustelėkite **!**;
3. Eikite prie savo kamuoliuko. Atstumas automatiškai atsistatys prieš Jums atliekant kitą smūgį.

**Patarimas:** ankstesniems smūgiams peržvelgti, pasirinkite „Previous Shots“ (Ankstesni smūgiai).

#### Pavojingų laukų apžvalga

Galite matyti atstumus iki pavojingų laukų palei „fairway“ lauką „PAR“ 4 ir 5 duobutėms. Jūsų „Approach“ prietaisas atskirai ar grupėmis parodys pavojingas vietas, nuo kurių priklauso smūgio pasirinkimas, padėdamas pasirinkti „layup“ atstumus.

1. Žaisdami golfą paspauskite prietaiso mygtuką menu atidaryti;
2. Spustelėkite **!**;

	1	Bunker	1
	2	155	2
	3	147	3
	4		4
	5		5
	6		6
	1	Pavojingo lauko („Hazard“) pavadinimas	
	2	Atstumas iki pavojingo lauko galo	
	3	Atstumas iki pavojingo lauko priekio	
	4	Žalio („Green“) lauko vieta	
	5	„Fairway“ lauko centras	
	6	Pavojingo lauko apytikslė vieta „Fairway“ lauko atžvilgiu	

#### Taškų skaičiavimas

Kai įjungta taškų skaičiavimo funkcija, prietaisas primena įrašyti taškus, kai esate žaliajame („green“) lauke. Taškus galite rankiniu būdu pakeisti bet kuriuo žaidimo metu.

1. Žaisdami golfą paspauskite prietaiso mygtuką menu atidaryti;
2. Spustelėkite **!**;
3. Pasirinkite duobutę;
4. Braukite viršun ar žemyn taškams nustatyti.

#### Partijos pabaigimas

1. Paspauskite prietaiso mygtuką menu atidaryti;
2. Pasirinkite **X**.

#### Automatinis smūgio aptikimas

Jūsų „Approach X40“ prietaisas turi automatinio smūgio aptikimo ir įrašymo funkciją. Kas kartą, kai atliekate smūgį per „fairway“ lauką, prietaisas įrašo Jūsų vietą, kurią vėliau galite peržiūrėti su „Garmin Connect“.

**Patarimas:** automatinis smūgio aptikimas geriausiai veikia, kai yra geras kontaktas su kamuoliuku. Ridenimo smūgiai neaptinkami.

#### TruSwing

„TruSwing“ funkcija leidžia peržiūrėti „TruSwing“ prietaisu įrašytus mosto parametrus. Eikite į [www.garmin.lt](http://www.garmin.lt) „TruSwing“ prietaisui įsigyti.

#### „TruSwing“ parametrų peržiūra Jūsų prietaise

Kad galėtumėte naudotis „TruSwing“ funkcija savo „Approach“ prietaise, turite patvirtinti, kad Jūsų „TruSwing“ prietaisas yra gerai pritvirtintas prie Jūsų riedmušos. Daugiau informacijos žr. savo „TruSwing“ prietaiso naudotojo instrukcijose.

1. Įjunkite savo „TruSwing“ prietaisą;
2. Savo „Approach“ prietaise paspauskite prietaiso mygtuką menu atidaryti ir pasirinkite **!**;
3. Pasirinkite riedmušą;
4. Atlikite smūgį. Mosto parametrai pasirodo Jūsų „Approach“ prietaise po kiekvieno mosto;
5. Perbraukite ekraną viršun ar žemyn įrašytiems mosto parametrams peržiūrėti.

#### Riedmušų keitimas

1. Iš **!** menu savo „Approach“ prietaise paspauskite prietaiso mygtuką menu atidaryti;
2. Spustelėkite **Change Club**;
3. Pasirinkite riedmušą.

#### Rankos keitimas

„TruSwing“ prietaisas mosto analizę atlieka naudodamas Jūsų nustatytą dominuojančią kairę ar dešinę ranką. Savo „Approach“ prietaise dominuojančią ranką galite pakeisti bet kuriuo metu.

1. Iš **!** menu savo „Approach“ prietaise paspauskite prietaiso mygtuką menu atidaryti;
2. Spustelėkite **Golf Swing**;
3. Pasirinkite ranką (kairę/dešinę).

#### „TruSwing“ prietaiso atjungimas

1. Iš **!** menu savo „Approach“ prietaise paspauskite prietaiso mygtuką menu atidaryti;
2. Spustelėkite **End TruSwing**.

#### Prietaiso priežiūra

Saugokite prietaisą nuo stiprių smūgių ir grubaus elgesio, kadangi dėl to gali sutrumpėti gaminio tarnavimo laikas.

Nespaudinėkite mygtukų po vandeniu.

Nenaudokite aštrių daiktų prietaisui valyti!

Niekada nenaudokite kieto ar aštraus daikto ekranui valdyti, kitaip jį galite sugadinti.

Nenaudokite cheminių valiklių, tirpiklių ir vabzdžių repelentų, kurie gali pažeisti plastikines dalis ir apdailą!

Gerai nuskalaukite prietaisą gėlu vandeniu, jei ant jo pateko chloras, druskingas vanduo, kremas nuo saulės, kosmetika, alkoholis ar kiti stipriai veikiantys chemikalai. Ilgalais šių medžiagų poveikis gali pažeisti korpusą.

Nelaikykite prietaiso ten, kur jį ilgą laiką gali veikti ypač aukšta temperatūra, kadangi ji gali nepataisomai sugadinti prietaisą.

Nenuimkite dirželių!

#### Prietaiso valymas

**Pastaba:** net ir nedidelis kiekis prakaito ar drėgmės gali sukelti elektrinių kontaktų koroziją, kai jie prijungiami prie įkroviklio. Korozija gali sustabdyti įkrovimą ir duomenų perkėlimą.

1. Prietaisą nuvalykite silpnu ploviklio tirpalu išmirkyta šluoste;
2. Nusausinkite. Po valymo leiskite prietaisui visiškai išdžiūti.

**Patarimas:** daugiau informacijos anglų kalba rasite [www.garmin.com/fitandcare](http://www.garmin.com/fitandcare).

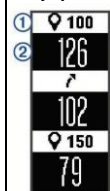
#### Specifikacijos

Atsparumas vandeniui	Plaukimas, 5 ATM
Baterijos tipas	Įkraunama Li-ION
Baterijos išsikrovimo laikas	Iki 5 dienų/iki 10 val. su GPS
Darbinė temperatūra	Nuo -10°C iki 60°C
Įkrovimo temperatūra	Nuo 0°C iki 40°C
Radio dažnis / protokolas	2,4 GHz ANT+ bevielis; „Bluetooth Smart“ bevielė technologija


[www.garmin.lt](http://www.garmin.lt)

3. Perbraukite ekraną viršun ar žemyn kitiems pavojams einamajai duobutei peržvelgti.

**„Layup“ ir „Dogleg“ atstumų peržiūra**



Galite peržiūrėti „layup“ ir „dogleg“ atstumų sąrašą „PAR“ 4 ir 5 duobutėms.

1. Žaisdami golfą paspauskite prietaiso mygtuką meniu atidaryti;
2. Spustelėkite  ;

Ekrane rodomi „Layup“ ir „Dogleg“ atstumai ① ir atstumai kiekvienam „Layup“ ir „Dogleg“ pasiekti ②.