

Edge[®] 1000

Manual de Início Rápido



Introdução

⚠ AVISO

Consulte no guia *Informações importantes de segurança e do produto*, na embalagem, os avisos relativos ao produto e outras informações importantes.

Consulte sempre o seu médico antes de iniciar ou alterar qualquer programa de exercícios.

Como começar

Ao utilizar o seu dispositivo pela primeira vez, deverá realizar as seguintes tarefas para configurar o dispositivo e conhecer as principais funcionalidades.

- 1 Carregar o dispositivo ([Carregar o dispositivo](#)).
- 2 Instalar o seu dispositivo utilizando o suporte padrão ([Instalar o suporte padrão](#)) ou o suporte dianteiro ([Instalar o suporte de montagem frontal](#)).
- 3 Ligar o dispositivo ([Ligar o dispositivo](#)).
- 4 Localizar satélites ([Adquirir sinais de satélite](#)).
- 5 Fazer uma viagem ([Fazer uma viagem](#)).
- 6 Transferir o seu percurso para o Garmin Connect™ ([Enviar o seu percurso para o Garmin Connect](#)).
- 7 Registrar o dispositivo ([Registrar o seu dispositivo](#)).
- 8 Obtenha o manual do utilizador ([Obter o manual do utilizador](#)).

Carregar o dispositivo

NOTA

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

O dispositivo é alimentado por uma pilha de íões de lítio integrada, que pode carregar através de uma tomada de parede comum ou de uma porta USB do seu computador.

NOTA: o dispositivo não carrega fora do intervalo de temperaturas de 0 a 40 °C (32 a 104 °F).

- 1 Levante a capa contra intempéries ① da porta USB ②.



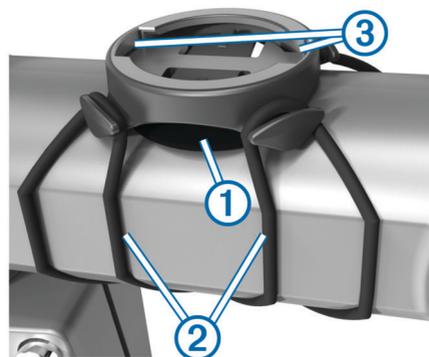
- 2 Introduza a extremidade pequena do cabo USB na porta USB do dispositivo.
- 3 Ligue a extremidade do cabo USB a um adaptador AC ou a uma porta USB do seu computador.
- 4 Ligue o adaptador AC a uma tomada de parede padrão. Quando ligar o dispositivo a uma fonte de alimentação, este liga-se.
- 5 Carregue completamente o dispositivo.

Instalar o suporte padrão

Para uma receção de GPS ideal, posicione o suporte para montagem em bicicleta de forma a que a parte frontal do dispositivo esteja orientada para o céu. Pode instalar o suporte para montagem em bicicleta no eixo ou nos guiadores.

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

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



- 3 Coloque o suporte para montagem em bicicleta na barra da bicicleta.
- 4 Fixe o suporte para montagem em bicicleta de modo firme com as duas braçadeiras ②.
- 5 Alinhe as patilhas na parte de trás do dispositivo com os entalhes do suporte para montagem em bicicleta ③.
- 6 Pressione ligeiramente e rode o dispositivo para a direita até este encaixar no sítio.



Instalar o suporte de montagem frontal

- 1 Selecione um local seguro para montar o dispositivo Edge, de modo a que não interfira com a operação segura da sua bicicleta.
- 2 Utilize a chave sextavada para retirar o parafuso ① do adaptador do guiador ②.



- 3 Se necessário, remova os dois parafusos da parte traseira do suporte ③, rode o adaptador ④, e volte a colocar os parafusos para alterar a orientação do suporte.
- 4 Coloque a almofada de borracha à volta do guiador:
 - Se o diâmetro do guiador for de 25,4 mm, utilize uma almofada mais espessa.
 - Se o diâmetro do guiador for de 31,8 mm, utilize uma almofada mais fina.
- 5 Coloque o adaptador do guiador à volta da almofada.
- 6 Substitua e aperte o parafuso.

NOTA: a Garmin® recomenda uma especificação de binário de 0,8 Nm (7 lbf-pol.). Deve verificar periodicamente o aperto do parafuso.

- 7 Alinhe as patilhas na parte de trás do dispositivo Edge com os entalhes do suporte para montagem em bicicleta ⑤.



- 8 Pressione ligeiramente e rode o Edge para a direita até encaixar no sítio.

Desbloquear o Edge

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

Ligar o dispositivo

Quando ligar o dispositivo pela primeira vez, ser-lhe-á pedido para configurar as definições do sistema e os perfis.

- 1 Mantenha premido .
- 2 Siga as instruções no ecrã.

Se o seu dispositivo tiver sensores ANT+™ (por exemplo, um monitor de ritmo cardíaco, um sensor de velocidade ou um sensor de cadência), pode ativá-los durante a configuração.

Para obter mais informações sobre sensores ANT+ consulte a [Sensores ANT+](#).

Teclas



① 	Selecione para entrar no modo de suspensão e ativar o dispositivo. Mantenha premido para ligar e desligar o dispositivo.
② 	Selecione para marcar uma nova volta.
③ 	Selecione para iniciar e parar o cronómetro.

Perspetiva geral do ecrã inicial

O ecrã inicial dá-lhe acesso rápido a todas as funcionalidades do dispositivo Edge.

VIAGEM	Selecione para fazer uma viagem.
Comboio 	Selecione para alterar o seu perfil de atividade.
Para Onde?	Selecione para procurar e navegar para uma localização.
Calendário	Selecione para ver as atividades agendadas e as viagens concluídas.
Historial	Selecione para gerir o seu historial e registos pessoais.
Percurso	Selecione para gerir os seus percursos.
Segmentos	Selecione para gerir os seus segmentos.

Exercícios	Selecione para gerir os seus exercícios.
	Selecione para ver o menu de configuração.

Utilizar o ecrã tátil

- Quando o cronómetro está a funcionar, toque no ecrã para ver a sobreposição do cronómetro.
A sobreposição do cronómetro permite voltar ao ecrã inicial durante uma viagem.
- Selecione  para guardar as alterações e fechar a página.
- Selecione  para fechar a página e regressar à página anterior.
- Selecione  para regressar à página anterior.
- Selecione  para voltar ao ecrã inicial.
- Selecione  e  para deslocar.
- Selecione  para efetuar pesquisas próximo de uma localização.
- Selecione  para pesquisar por nome.
- Selecione  para eliminar um item.

Ver a página das ligações

A página das ligações mostra o estado do GPS, dos sensores ANT+, da ligação sem fios e do seu smartphone.

A partir do ecrã inicial, selecione a barra de estado ou deslize o dedo para baixo desde o topo da página.



A página das ligações é apresentada. Um ícone intermitente significa que o dispositivo está a procurar. Pode seleccionar qualquer ícone para alterar as definições.

Adquirir sinais de satélite

Para adquirir sinais de satélite, o dispositivo poderá necessitar de uma visão desimpedida do céu. A data e a hora são definidas automaticamente com base na posição de GPS.

- 1 Dirija-se para uma área aberta.
A parte da frente do dispositivo deve ser orientada para o céu.
- 2 Aguarde enquanto o dispositivo localiza satélites.
A localização de sinais de satélite poderá demorar entre 30 e 60 segundos.

Fazer uma viagem

Antes de poder gravar a distância e a velocidade, tem de localizar sinais de satélite ou emparelhar o seu dispositivo com um sensor de velocidade ANT+ opcional.

NOTA: o historial só é registado com o cronómetro em funcionamento.

- 1 A partir do ecrã inicial, selecione **VIAGEM**.
- 2 Aguarde enquanto o dispositivo localiza satélites.
- 3 Selecione  para iniciar o cronómetro.



- 4 Deslize o dedo pelo ecrã para ter acesso a páginas de dados adicionais.
Para ver a página de ligações, pode deslizar o dedo a partir da parte superior das páginas de dados.
- 5 Se necessário, toque no ecrã para ver a sobreposição do cronómetro.
- 6 Selecione ► para parar o cronómetro.
- 7 Selecione **Guardar viagem**.

Enviar o seu percurso para o Garmin Connect

NOTA

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

- 1 Levante a capa contra intempéries ① da porta USB ②.



- 2 Introduza a extremidade pequena do cabo USB na porta USB do dispositivo.
- 3 Ligue a extremidade grande do cabo USB à porta USB de um computador.
- 4 Aceda a www.garminconnect.com/start.
- 5 Siga as instruções no ecrã.

Garmin Connect

Pode ligar-se aos seus amigos no Garmin Connect. O Garmin Connect oferece-lhe as ferramentas para monitorizar, analisar, partilhar e incentivar atividades entre si e os seus amigos. Registe os eventos do seu estilo de vida ativo, incluindo corridas, passeios, viagens de bicicleta, natação, caminhadas, triatlões e muito mais. Para se registar com uma conta gratuita, aceda a www.garminconnect.com/start.

Guarde as suas atividades: depois de concluir e guardar uma atividade com o seu dispositivo, pode carregar essa mesma atividade para o Garmin Connect e mantê-la o tempo que desejar.

Analise os seus dados: pode ver informações mais detalhadas sobre a sua atividade, incluindo o tempo, distância, elevação, ritmo cardíaco, calorias queimadas, cadência, uma vista superior do mapa, gráficos de ritmo de velocidade, e relatórios personalizáveis.

NOTA: alguns dados requerem acessórios opcionais, como um monitor de ritmo cardíaco.

Planeie o seu treino: pode escolher um objetivo para a sua forma física e carregar um dos planos de treino diários.

Partilhe as suas atividades: pode ligar-se a amigos para seguirem as atividades de cada um ou publicar ligações para as suas atividades nas suas redes sociais favoritas.

Funcionalidades que exigem uma ligação Bluetooth®

O dispositivo Edge tem funcionalidades com ligação Bluetooth para o seu smartphone ou dispositivo de fitness compatível. Algumas funcionalidades requerem a instalação da aplicação móvel Garmin Connect no seu smartphone. Aceda a www.garmin.com/intosports/apps para obter mais informações.

NOTA: o seu dispositivo deve estar ligado ao seu smartphone com Bluetooth para poder tirar partido de algumas funcionalidades.

LiveTrack: permite aos amigos e família seguir as suas corridas e atividades de treino em tempo real. Pode convidar seguidores através de e-mail ou redes sociais, permitindo-lhes ver os seus dados numa página de registo do Garmin Connect.

Transferência de atividades para o Garmin Connect: envia a sua atividade automaticamente para o Garmin Connect assim que terminar de guardar a sua atividade.

Transferências de percursos e exercícios em Garmin Connect: permite-lhe pesquisar atividades no Garmin Connect através do seu smartphone e enviá-las para o seu dispositivo.

Transferências entre dispositivos: permite-lhe transferir, sem fios, ficheiros para outro dispositivo Edge compatível.

Interação em redes sociais: permite-lhe publicar e atualizar na sua rede social favorita quando transfere uma atividade para o Garmin Connect.

Atualizações meteorológicas: envia condições meteorológicas e alertas em tempo real para o seu dispositivo.

Notificações: apresenta notificações e mensagens de telefone no seu dispositivo.

Funcionalidades que exigem uma ligação Wi-Fi®

O dispositivo Edge tem funcionalidades que exigem uma ligação Wi-Fi. A aplicação móvel Garmin Connect não é necessária para utilizar uma ligação Wi-Fi.

NOTA: para tirar partido destas funcionalidades, o seu dispositivo deve estar ligado a uma rede sem fios.

Transferência de atividades para o Garmin Connect: envia a sua atividade automaticamente para o Garmin Connect assim que terminar de a gravar.

Percursos, exercícios e planos de treino: as atividades previamente selecionadas no Garmin Connect são enviadas sem fios para o seu dispositivo.

Atualizações de software: o seu dispositivo transfere sem fios a atualização de software mais recente. Na próxima vez que ligar o seu dispositivo, pode seguir as instruções no ecrã para atualizar o software.

Configurar a ligação Wi-Fi

- 1 Aceda a www.garminconnect.com/start e transfira a aplicação Garmin Express™.

- 2 Siga as instruções no ecrã para configurar a ligação Wi-Fi ao Garmin Express.

Ligar a uma rede sem fios

- 1 Selecione **Wi-Fi**.
- 2 Se necessário, selecione **Wi-Fi** para ativar a tecnologia sem fios.
- 3 Selecione **Adicionar rede** para pesquisar as redes disponíveis.
- 4 Selecione uma rede sem fios.
- 5 Se necessário, selecione **+** para introduzir o SSID e a palavra-passe da rede.

O dispositivo guarda as informações da rede e estabelece automaticamente ligação quando regressa a este local.

Guardar a sua localização

Pode guardar a sua localização atual, por exemplo, a sua casa ou local de estacionamento.

- 1 A partir do ecrã inicial, selecione a barra de estado ou deslize o dedo para baixo desde o topo da página. A página das ligações é apresentada.
- 2 Selecione **GPS > Marcar localização > ✓**.

Seguir um percurso pela Web

Para poder transferir percursos do Garmin Connect, deve ter uma conta Garmin Connect ([Garmin Connect](#)).

- 1 Ligue o dispositivo ao computador através do cabo USB.
- 2 Aceda a www.garminconnect.com.
- 3 Crie um novo percurso ou selecione um percurso existente.
- 4 Selecione **Enviar para dispositivo**.
- 5 Desligue o dispositivo do computador e ligue-o.
- 6 Selecione **Percursos**.
- 7 Selecione o percurso.
- 8 Selecione **VIAGEM**.

Segmentos

Seguir um segmento: pode enviar segmentos do Garmin Connect para o seu dispositivo. Pode seguir o segmento assim que este estiver guardado no seu dispositivo.

Correr contra um segmento: pode competir contra um segmento, tentar igualar ou ultrapassar o líder do grupo ou segundo classificado.

Historial

O historial inclui tempo, distância, calorías, velocidade, dados da volta, elevação e informações do sensor ANT+ opcionais.

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

Quando a memória do dispositivo está cheia, é apresentada uma mensagem. O dispositivo não elimina nem substitui automaticamente o seu historial. Transfira o seu historial para Garmin Connect periodicamente, para manter o registo de informações de todos os seus percursos.

Ver a sua viagem

- 1 A partir do ecrã inicial, selecione **Historial > Viagens**.
- 2 Selecione uma opção.

Sensores ANT+

O seu dispositivo pode ser utilizado com sensores ANT+ sem fios. Para obter mais informações sobre a compatibilidade e sobre a compra de sensores adicionais, vá a <http://buy.garmin.com>.

Colocar o monitor de ritmo cardíaco

NOTA: se não tiver um monitor de ritmo cardíaco, pode ignorar este passo.

Deve utilizar o monitor de ritmo cardíaco em contacto direto com a pele, mesmo abaixo do estérno. Deverá estar ajustado de forma a não deslizar durante a atividade.

- 1 Coloque o módulo do monitor de ritmo cardíaco ① na correia.



Os logótipos Garmin no módulo e na correia devem ficar virados para cima.

- 2 Humedeça os elétrodos ② na parte posterior da correia para criar uma ligação forte entre o seu peito e o transmissor.



- 3 Se o monitor de ritmo cardíaco tiver um adesivo de contacto ③, humedeça o adesivo.
- 4 Envolve a correia à volta do peito e prenda o gancho da correia ④ à argola ⑤.



Os logótipos Garmin devem ficar virados para cima.

- 5 Coloque o dispositivo a não mais de 3 m (10 pés) do monitor de ritmo cardíaco.

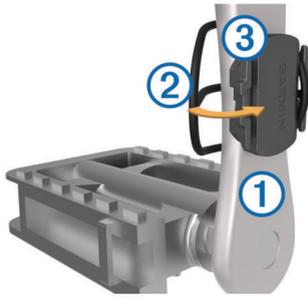
Depois de colocar o monitor de ritmo cardíaco, este fica ativo e começa a enviar dados.

Instalar o sensor de cadência

NOTA: se não tiver este sensor, pode ignorar este passo.

Dica: a Garmin recomenda a colocação da bicicleta num suporte durante a instalação do sensor.

- 1 Selecione o tamanho de braçadeira que se ajusta ao braço da manivela ① de forma segura. A braçadeira que selecionar deve ser a mais pequena que se estende ao longo do braço da manivela.
- 2 No lado oposto à transmissão, coloque a parte plana do sensor de cadência no interior do braço da manivela e segure-o.
- 3 Estique as braçadeiras ② à volta do braço da manivela e prenda-as nos encaixes ③ do sensor.



4 Rode o braço da manivela para comprovar a folga.

O sensor e as braçadeiras não devem entrar em contacto com qualquer parte da bicicleta ou do calçado.

NOTA: o LED pisca a verde durante cinco segundos para assinalar atividade após duas rotações.

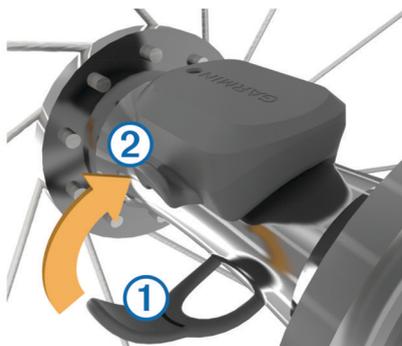
5 Faça um teste de condução de 15 minutos e inspecione o sensor e as braçadeiras para garantir que não existem sinais de danos.

Instalar o sensor de velocidade

NOTA: se não tiver este sensor, pode ignorar este passo.

Dica: a Garmin recomenda a colocação da bicicleta num suporte durante a instalação do sensor.

- 1 Coloque o sensor de velocidade no topo do cubo de roda e segure-o.
- 2 Puxe a correia ① à volta do cubo de roda e fixe-a no encaixe ② do sensor.



O sensor pode ficar inclinado se for instalado num cubo assimétrico. Isto não afeta o funcionamento.

3 Faça a roda girar para comprovar a folga.

O sensor não pode entrar em contacto com outras peças da bicicleta.

NOTA: o LED pisca a verde durante cinco segundos para assinalar atividade após duas rotações.

Treinar com medidores de potência

- Acesse a www.garmin.com/intosports para obter uma lista dos sensores ANT+ compatíveis com o seu dispositivo (por exemplo, Vector™).
- Consulte o manual do utilizador para obter mais informações.

Personalizar o seu dispositivo

Perfis

O Edge tem várias formas de personalização do dispositivo, incluindo perfis. Os perfis são uma coleção de definições que otimizam o seu dispositivo com base na forma como o utiliza. Poderá, por exemplo, criar diferentes definições e visualizações para treino e ciclismo de montanha.

Se estiver a utilizar um perfil e alterar definições como, por exemplo, os campos de dados ou unidades de medida, as alterações são guardadas automaticamente como parte do perfil.

Perfis de atividade: pode criar diferentes perfis de atividade para cada tipo de ciclismo. Pode, por exemplo, criar uma atividade para treinos, outra para corridas e outra para ciclismo de montanha. O perfil de atividade inclui páginas de dados personalizadas, totais de atividades, alertas, zonas de treino (como o ritmo cardíaco e a velocidade), definições de treino (como Auto Pause® e Auto Lap®) e definições de navegação.

Perfil do utilizador: pode atualizar as definições referentes a sexo, idade, peso, altura e atleta experiente. O dispositivo utiliza essa informação para calcular dados precisos da viagem.

Personalizar as páginas de dados

Pode personalizar as páginas de dados para cada perfil de atividade.

- 1 A partir do ecrã inicial, seleccione ✖ > **Perfis de atividade**.
- 2 Seleccione um perfil.
- 3 Seleccione **Ecrãs de dados**.
- 4 Seleccione uma página de dados.
- 5 Se necessário, ative a página de dados.
- 6 Seleccione o número de campos de dados que pretende ver na página.
- 7 Seleccione ✓.
- 8 Seleccione um campo de dados para o alterar.
- 9 Seleccione ✓.

Informação sobre o dispositivo

Registrar o seu dispositivo

Ajude-nos a dar-lhe a melhor assistência efetuando o registo on-line ainda hoje.

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

Reiniciar o dispositivo

Se o dispositivo deixar de responder, poderá ter de o repor. Este procedimento não elimina os seus dados nem as suas definições.

Mantenha ⏻ premido durante 10 segundos.

O dispositivo reinicia e liga-se.

Obter mais informações

- Visite www.garmin.com/intosports.
- Visite www.garmin.com/learningcenter.
- Visite <http://buy.garmin.com> ou contacte um revendedor Garmin para obter informações sobre acessórios opcionais e peças de substituição.

Obter o manual do utilizador

Pode obter o manual do utilizador mais recente a partir da Web.

- 1 Visite www.garmin.com/support.
- 2 Seleccione **Manuais**.
- 3 Siga as instruções apresentadas no ecrã para seleccionar o seu produto.

Obter o Manual do utilizador através do dispositivo

- 1 Ligue o dispositivo ao computador através do cabo USB.
- 2 Abra a unidade ou o volume **Garmin**.
- 3 Abra o volume ou a pasta **Documents**.
- 4 Clique duas vezes em **START_HERE.html**.

Especificações de temperatura

Intervalo de temperatura de funcionamento do Edge: de -20 °C a 60 °C (de -4 °F a 140 °F)

Intervalo de temperatura de carregamento do Edge: de 0 °C a 40 °C (de 32 °F a 104 °F)

Intervalo de temperatura de funcionamento do sensor de velocidade e do sensor de cadência: de -20 °C a 60 °C (de -4 °F a 140 °F)

Intervalo de temperatura de funcionamento do monitor de ritmo cardíaco: de -5 °C a 50 °C (de 23 °F a 122 °F)

www.garmin.com/support

 +43 (0) 820 220230	 + 32 2 672 52 54
 0800 770 4960	 1-866-429-9296
 +385 1 5508 272 +385 1 5508 271	 +420 221 985466 +420 221 985465
 + 45 4810 5050	 + 358 9 6937 9758
 + 331 55 69 33 99	 + 39 02 36 699699
 (+52) 001-855-792-7671	 0800 0233937
 +47 815 69 555	 00800 4412 454 +44 2380 662 915
 (+35) 1214 447 460	 +386 4 27 92 500
 0861 GARMIN (427 646) +27 (0)11 251 9999	 +34 93 275 44 97
 + 46 7744 52020	 +886 2 2642-9199 ext 2
 0808 238 0000 +44 (0) 870 8501242	 +49 (0)180 6 427646 20 ct./Anruf. a. d. deutschen Festnetz, Mobilfunk max. 60 ct./Anruf
 913-397-8200 1-800-800-1020	

Garmin®, o logótipo Garmin, Auto Lap®, Auto Pause® e Edge® são marcas comerciais da Garmin Ltd. ou das suas subsidiárias, registadas nos EUA e noutros países. ANT+™, Garmin Connect™, Garmin Express™ e Vector™ são marcas comerciais da Garmin Ltd. ou das suas subsidiárias. Estas marcas comerciais não podem ser utilizadas sem a autorização expressa da Garmin.

A marca nominativa e os logótipos Bluetooth® são propriedade da Bluetooth SIG, Inc., sendo utilizadas pela Garmin sob licença. Wi-Fi® é uma marca comercial registada da Wi-Fi Alliance Corporation. Outras marcas comerciais e nomes de marcas são detidos pelos respetivos proprietários.

