

Manuale di avvio rapido di fēnix™

⚠ ATTENZIONE

Per avvisi sul prodotto e altre informazioni importanti, consultare la guida *Informazioni importanti sulla sicurezza e sul prodotto* inclusa nella confezione.

⚠ ATTENZIONE

Consultare sempre il proprio medico prima di iniziare o modificare un programma di allenamento.

Operazioni preliminari

Al primo utilizzo del dispositivo, è necessario effettuare queste operazioni per configurarlo e familiarizzare con le funzioni base.

- 1 Caricare il dispositivo (pagina 1).
- 2 Registrare il dispositivo (pagina 4).
- 3 Informazioni sui dati dei sensori e le modalità (pagina 1).
- 4 Acquisire i satelliti (pagina 2).
- 5 Partire per un'escursione (pagina 2).
- 6 Creare un waypoint (pagina 3).
- 7 Scaricare il Manuale Utente (pagina 4).

Caricamento del dispositivo

⚠ AVVERTENZA

Per evitare la corrosione, asciugare accuratamente i contatti e l'area circostante prima del caricamento o del collegamento a un computer.

Il dispositivo è alimentato da una batteria incorporata agli ioni di litio che è possibile caricare utilizzando una presa a muro standard o una porta USB sul computer.

- 1 Inserire l'estremità del cavo USB nell'adattatore CA o in una porta USB del computer.
- 2 Inserire l'adattatore CA in una presa a muro standard.
- 3 Allineare il lato sinistro della base di ricarica ① alla scanalatura sul lato sinistro del dispositivo.



- 4 Allineare il lato con perni del caricabatterie ② ai contatti sul retro del dispositivo.

Una volta collegato il dispositivo a una fonte di alimentazione, il dispositivo si accende.

- 5 Caricare completamente il dispositivo.

Tasti



①		Selezionare per attivare o disattivare la retroilluminazione. Tenere premuto per accendere o spegnere il dispositivo.
②		Selezionare per scorrere le pagine di dati, le opzioni e le impostazioni.
③		Selezionare per scorrere le pagine di dati, le opzioni e le impostazioni.
④		Selezionare per tornare alla schermata precedente. Tenere premuto per visualizzare la pagina di stato.
⑤	Tasto arancione	Selezionare per aprire il menu della schermata corrente. Selezionare per scegliere un'opzione e visualizzare un messaggio. Tenere premuto per contrassegnare un waypoint.

Visualizzazione della pagina di stato

È possibile accedere rapidamente a questa pagina per visualizzare l'ora del giorno, la durata della batteria e le informazioni sullo stato del GPS da qualsiasi altra pagina.

Tenere premuto .



Visualizzazione dei dati del sensore

È possibile accedere rapidamente ai dati in tempo reale della bussola, l'altimetro, il barometro e i sensori della temperatura.

NOTA: queste pagine di dati scadono automaticamente quando il dispositivo entra in modalità di risparmio energetico.

NOTA: questi dati non vengono registrati nel dispositivo (pagina 2).

- 1 Per l'ora della pagina del giorno, selezionare o .



- 2 Selezionare .



3 Selezionare ▽.



4 Selezionare ▽.



NOTA: la temperatura del corpo influisce sul sensore della temperatura. Per ottenere una lettura della temperatura più precisa, rimuovere il dispositivo dal polso e attendere 20–30 minuti.

SUGGERIMENTO: per acquistare un *tempe™* sensore di temperatura wireless, visitare il sito Web www.garmin.com. Per ulteriori informazioni, vedere il Manuale Utente.

Attivazione modalità sensore

La modalità predefinita per il sensore è Su richiesta, che consente di accedere rapidamente ai dati della bussola, dell'altimetro, del barometro e della temperatura. È possibile impostare il dispositivo in modalità Sempre ON per visualizzare in continuazione i dati del sensore.

NOTA: se si dispone di una fascia cardio opzionale o di un sensore di velocità e cadenza associato al dispositivo, quest'ultimo può visualizzare la frequenza cardiaca o i dati sulla velocità e la cadenza in continuazione.

- 1 Selezionare il tasto **arancione**.
- 2 Selezionare **Impostazione > Sensori > Modo > Sempre ON**.

Acquisizione dei segnali satellitari e registrazione di una traccia

Prima di poter utilizzare le funzioni di navigazione GPS, come la registrazione di una traccia, è necessario acquisire i segnali satellitari.

Il dispositivo potrebbe aver bisogno di una visuale completamente libera del cielo per acquisire il segnale satellitare. La data e l'ora vengono impostate automaticamente in base alla posizione GPS.

- 1 Tenere premuto per accendere il dispositivo.
- 2 Selezionare la lingua (solo la prima volta).

- 3 Selezionare il tasto **arancione**.
- 4 Selezionare **Avvia GPS**.
- 5 Attendere che il rilevamento dei satelliti sia completato.
- 6 Camminare per registrare una traccia.
Vengono visualizzate la distanza e il tempo.
- 7 Selezionare ▽ per visualizzare lo scorrimento delle pagine di dati, che includono i dati della bussola, dell'altimetro, di pendenza e velocità, la mappa e la pagina dell'ora.
È possibile personalizzare alcune pagine di dati. Vedere il Manuale Utente ([pagina 4](#)).
- 8 Tenere premuto .
- 9 Selezionare un'opzione:
 - Selezionare **Pausa traccia** per sospendere il rilevamento.
 - Selezionare **Salva traccia** per salvare la traccia.
 - Selezionare **Cancella traccia** per eliminare la traccia senza salvare.
 - Selezionare **Stop GPS** per disattivare il GPS senza eliminare la traccia.

Interruzione del GPS

- 1 Selezionare il tasto **arancione**.
- 2 Selezionare **Stop GPS**.

Tracce

La traccia è la registrazione del percorso effettuato. Il registro traccia contiene informazioni sui punti del percorso registrato, tra cui orario, posizione e quota per ogni punto.

Partire per un'escursione

Prima di partire per un'escursione è necessario caricare completamente il dispositivo ([pagina 1](#)).

NOTA: il dispositivo si accende automaticamente durante la ricarica. Se non si carica il dispositivo prima di partire per un'escursione, tenere premuto per accendere il dispositivo.

- 1 Selezionare il tasto **arancione**.
- 2 Selezionare **Avvia GPS**.
- 3 Attendere che il rilevamento dei satelliti sia completato.
- 4 Ora è possibile iniziare l'escursione.
- 5 Quando si desidera fare una pausa o sospendere il rilevamento da parte del dispositivo, tenere premuto > **Pausa traccia**.
- 6 Tenere premuto > **Riprendi traccia**, quindi proseguire l'escursione.
- 7 Al termine, tenere premuto > **Salva traccia** per salvare i dati dell'escursione.
- 8 Se necessario, selezionare **Si** per arrestare il GPS.

Inviare l'escursione a BaseCamp™

Prima di inviare i dati a BaseCamp, è necessario scaricare BaseCamp sul computer (www.garmin.com/basecamp).

Sul computer è possibile visualizzare l'escursione, altre tracce e waypoint.

- 1 Collegare il dispositivo al computer tramite il cavo USB.
Il dispositivo viene visualizzato come unità rimovibile in Risorse del computer sui computer Windows® e come volume installato sui computer Mac®.
- 2 Avviare BaseCamp.
- 3 Seguire le istruzioni visualizzate sullo schermo.

Waypoint

I waypoint sono posizioni registrate dall'utente e memorizzate nel dispositivo.

Creazione di un waypoint

È possibile salvare la posizione corrente come waypoint.

- 1 Tenere premuto il tasto **arancione**.
- 2 Selezionare un'opzione:
 - Per salvare il waypoint senza modifiche, selezionare **Salva**.
 - Per apportare modifiche al waypoint, selezionare **Modifica**, apportare le modifiche e selezionare **Salva**.

Navigazione verso un waypoint

- 1 Selezionare il tasto **arancione**.
- 2 Selezionare **Avvia GPS**.
- 3 Attendere che il rilevamento dei satelliti sia completato.
- 4 Selezionare il tasto **arancione**.
- 5 Selezionare **Waypoint**, quindi selezionare un waypoint dall'elenco.
- 6 Selezionare **Vai**.



Il dispositivo visualizza il tempo a destinazione ①, la distanza a destinazione ② e l'ora di arrivo prevista ③.

- 7 Selezionare ∇ per visualizzare la pagina della bussola.



I due contrassegni ④ fungono da indicatore di rilevamento. L'indicatore arancione nella parte superiore ⑤ indica punti nella direzione verso cui si è rivolti.

- 8 Allineare i contrassegni all'indicatore arancione sulla parte superiore.
- 9 Continuare a camminare nella stessa direzione finché non si raggiunge la destinazione.

Navigazione con TracBack®

Durante la navigazione, è possibile tornare indietro all'inizio della traccia. Questo procedimento può essere utile se si cerca il modo di tornare al campo o all'inizio del percorso.

- 1 Selezionare il tasto **arancione**.
- 2 Selezionare **Tracce > Corrente > TracBack**.



La posizione corrente ①, la traccia da seguire ② e il punto finale ③ vengono visualizzati sulla mappa.

Interruzione della navigazione

- 1 Selezionare il tasto **arancione**.
- 2 Selezionare **Stop navigazione**.

Sensori ANT+™

Il dispositivo può essere utilizzato con i sensori ANT+ wireless. Per ulteriori informazioni sulla compatibilità e l'acquisto dei sensori opzionali, accedere a <http://buy.garmin.com>.

Indossare la fascia cardio

NOTA: se non si dispone di una fascia cardio, ignorare questa sezione.

La fascia cardio deve essere indossata a contatto con la pelle, appena sotto lo sterno. Regolarla in modo tale che aderisca e rimanga in posizione durante l'attività.

- 1 Inserire e fissare il modulo della fascia cardio ① all'elastico.



- 2 Inumidire entrambi gli elettrodi ② sul retro dell'elastico della fascia cardio per garantire la massima aderenza tra il torace e il trasmettitore.



- 3 Se la fascia cardio dispone di un rivestimento protettivo ③, inumidirlo.
- 4 Avvolgere l'elastico intorno al torace, quindi collegare il gancio dell'elastico ④ al passante.
Il logo Garmin® deve essere posizionato con il lato destro rivolto verso l'alto.
- 5 Posizionare il dispositivo entro la portata (3 m) della fascia cardio.

Dopo averla indossata, la fascia cardio è in standby e pronta per inviare dati.

Associazione dei sensori ANT+

Per poter effettuare l'associazione, è necessario indossare la fascia cardio o installare il sensore.

L'associazione è il collegamento di sensori wireless ANT+, ad esempio una fascia cardio, con il dispositivo Garmin.

- 1 Posizionare il dispositivo entro la portata (3 m) del sensore.
NOTA: mantenersi a 10 m da altri sensori ANT+ durante l'associazione.
- 2 Selezionare il tasto **arancione**.
- 3 Selezionare **Impostazione > Sensore ANT**.

4 Selezionare il sensore.

5 Selezionare **Nuova ricerca**.

Una volta associato il sensore al dispositivo, lo stato del sensore passa da **Ricerca** a **Connesso**. I dati sul sensore vengono visualizzati nello scorrimento delle pagine dati o nel campo dati personalizzato.

Risoluzione dei problemi

Manuale Utente

La versione più recente del Manuale Utente può essere scaricata dal Web.

1 Visitare il sito Web www.garmin.com/support.

2 Selezionare **Manuali**.

3 Attenersi alle istruzioni riportate sullo schermo per selezionare il prodotto in uso.

Blocco dei tasti

È possibile bloccare i tasti per impedire che vengano premuti inavvertitamente.

1 Selezionare la pagina di dati che si desidera visualizzare mentre i tasti sono bloccati.

2 Tenere premuto  e  per bloccare i tasti.

3 Tenere premuto  e  per sbloccare i tasti.

Reset del dispositivo

Se il dispositivo smette di rispondere, potrebbe essere necessario reimpostarlo con un reset.

1 Tenere premuto  per almeno 25 secondi.

2 Tenere premuto  per un secondo per accendere il dispositivo.

Caratteristiche tecniche

Tipo di batteria	Batteria agli ioni di litio da 500 mAh
Durata della batteria	Fino a 6 settimane
Impermeabilità	Impermeabile fino a 50 metri (164 piedi) NOTA: l'orologio è progettato per il nuoto in superficie.
Temperatura operativa	Da -4 °F a 122 °F (da -20 °C a 50 °C)
Frequenza radio/ protocollo	2,4 GHz ANT+ protocollo di comunicazione wireless Dispositivo Bluetooth® Smart

Informazioni sulla batteria

La durata effettiva della batteria dipende dalla frequenza con cui si utilizza il GPS, i sensori del dispositivo, i sensori wireless opzionali e la retroilluminazione.

Durata della batteria	Modalità
16 ore	Modalità normale GPS
50 ore	Modalità GPS UltraTrac
Fino a 2 settimane	Sensore modalità Sempre ON
Fino a 6 settimane	Modalità orologio

Registrazione del dispositivo

Per un'assistenza completa, eseguire subito la registrazione online.

- Visitare il sito Web <http://my.garmin.com>.
- Conservare in un luogo sicuro la ricevuta di acquisto originale o una fotocopia.

Manutenzione del dispositivo

AVVERTENZA

Non utilizzare oggetti acuminati per pulire il dispositivo.

Evitare l'uso di detergenti chimici, solventi e insettifughi che possono danneggiare i componenti e le rifiniture in plastica.

Sciagquare accuratamente il dispositivo con acqua dolce dopo l'esposizione a cloro, acqua salata, creme solari, cosmetici, alcool o altri prodotti chimici corrosivi. L'esposizione prolungata a queste sostanze può danneggiare il corpo del dispositivo.

Evitare di premere i tasti sott'acqua.

Evitare urti eccessivi e utilizzare il prodotto con cura per non ridurne la durata.

Non conservare il dispositivo in ambienti in cui potrebbe essere esposto a temperature estreme per un periodo prolungato, al fine di evitare danni permanenti.

Ulteriori informazioni

È possibile reperire ulteriori informazioni su questo prodotto nel sito Web Garmin.

- Visitare il sito Web www.garmin.com/outdoor.
- Visitare il sito Web www.garmin.com/learningcenter.
- Visitare il sito Web <http://buy.garmin.com> oppure contattare il proprio rivenditore Garmin per informazioni sugli accessori opzionali e sulle parti di ricambio.

Garmin International, Inc.
1200 East 151st Street
Olathe, Kansas 66062, Stati Uniti

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

Garmin Corporation
No. 68, Zhangshu 2nd Road, Xizhi Dist.
New Taipei City, 221, Taiwan (RDC)

Garmin® e il logo Garmin sono marchi di Garmin Ltd. o società affiliate, registrati negli Stati Uniti e in altri Paesi. ANT+™, BaseCamp™, fēnix™ e tempe™ sono marchi di Garmin Ltd. o delle società affiliate. L'uso di tali marchi non è consentito senza consenso esplicito da parte di Garmin.

Il marchio e il logo Bluetooth® sono di proprietà di Bluetooth SIG, Inc. e il loro uso da parte di Garmin è concesso su licenza. Mac® è un marchio registrato di Apple Computer, Inc. Windows® è un marchio registrato di Microsoft Corporation negli Stati Uniti e in altri Paesi. Gli altri marchi e nomi commerciali sono di proprietà dei rispettivi titolari.

