

GARMIN.

manual del usuario

EDGE® 800

ORDENADOR DE BICICLETA CON
GPS Y PANTALLA TÁCTIL



© 2010-2012 Garmin Ltd. o sus subsidiarias

Todos los derechos reservados. A menos que en este documento se indique expresamente, ninguna parte de este manual se podrá reproducir, copiar, transmitir, difundir, descargar ni guardar en ningún medio de almacenamiento para ningún propósito, sin el previo consentimiento expreso por escrito de Garmin. Por el presente documento, Garmin autoriza la descarga de una sola copia de este manual en una unidad de disco duro o en otro medio de almacenamiento electrónico para su visualización y la impresión de una copia de este manual o de cualquiera de sus revisiones, siempre y cuando dicha copia electrónica o impresa contenga el texto completo de este aviso de copyright y se indique que cualquier distribución comercial no autorizada de este manual o cualquiera de sus revisiones está estrictamente prohibida.

La información de este documento está sujeta a cambios sin previo aviso. Garmin se reserva el derecho a cambiar o mejorar sus productos y a realizar modificaciones en su contenido sin la obligación de comunicar a ninguna persona u organización tales modificaciones o mejoras. Visita

el sitio Web de Garmin (www.garmin.com) para consultar las actualizaciones e información adicional más reciente respecto al uso y funcionamiento de éste y de otros productos de Garmin.

Garmin®, Auto Pause®, Auto Lap®, Virtual Partner® y Edge® son marcas comerciales de Garmin Ltd. o sus subsidiarias, registradas en EE. UU. y en otros países. Garmin Connect™, GSC™, ANT™ y ANT+™ son marcas comerciales de Garmin Ltd. o sus subsidiarias. Estas marcas comerciales no se podrán utilizar sin autorización expresa de Garmin.

Windows® es una marca comercial registrada de Microsoft Corporation en Estados Unidos y/o en otros países. Mac® es una marca comercial registrada de Apple Computer, Inc. Firstbeat y Analyzed by Firstbeat son marcas registradas o no registradas de Firstbeat Technologies Ltd. Otras marcas y marcas comerciales pertenecen a sus respectivos propietarios.

Contenido

Introducción	1
Configuración del dispositivo.....	1
Registro del dispositivo.....	1
Acerca de la batería	1
Descripción general del dispositivo	2
Entrenamiento	4
Realización de un recorrido.....	4
Almacenamiento de los datos del recorrido	4
Alertas	4
Sesiones de entrenamiento.....	5
Uso de Virtual Partner	8
Trayectos.....	9
Sensores ANT+	12
Vinculación de los sensores ANT+	12
Colocación del monitor de frecuencia cardíaca.....	13
Vinculación del monitor de frecuencia cardíaca.....	13
Instalación del sensor GSC 10.....	15
Vinculación del sensor GSC 10.....	15
Sensores ANT+ de terceros	16
Solución de problemas del sensor ANT+.....	18
Zonas de frecuencia cardíaca	19
Historial	20
Visualización de un recorrido	20
Grabación de datos	22
Gestión de datos	23
Navegación	25
Ubicaciones.....	25
Configuración de ruta	27
Compra de mapas adicionales.....	28
Configuración del mapa.....	30
Configuración	31
Personalización de las páginas y los campos de datos	31
Actualización del perfil de la bicicleta.....	36
Configuración de entrenamiento	36
Configuración del sistema	39
Configuración del perfil del usuario	42
Apéndice	43
Registro del dispositivo.....	43
Acerca de la unidad Edge	43
Actualización del software.....	43
Comunicación con el departamento de asistencia de Garmin.....	43
Compra de accesorios opcionales	44
Cuidados del dispositivo.....	44

Cuidados del monitor de frecuencia cardiaca.....	44
Especificaciones.....	45
Acerca de la batería	47
Carga de la unidad Edge.....	48
Pilas del monitor de frecuencia cardiaca y del sensor GSC 10	48
Solución de problemas	53
Índice	55

Introducción



Consulta siempre a tu médico antes de empezar o modificar cualquier programa de ejercicios. Consulta la guía *Información importante sobre el producto y tu seguridad* que se incluye en la caja del producto y en la que encontrarás advertencias e información importante sobre el producto.

Configuración del dispositivo

Cuando utilices la unidad Edge® por primera vez, sigue las instrucciones de configuración que se indican en la *Guía de inicio rápido de la unidad Edge 800*.

Registro del dispositivo

Completa hoy mismo el registro en línea y ayúdanos a ofrecerte un mejor servicio.

- Visita <http://my.garmin.com>.
- Guarda la factura original o una fotocopia en un lugar seguro.

Acerca de la batería



Este producto contiene una batería de ión-litio. Consulta la guía *Información importante sobre el producto y tu seguridad* que se incluye en la caja del producto y en la que encontrarás advertencias e información importante sobre el producto.


El dispositivo recibe alimentación de una batería de ión-litio integrada, que se puede cargar con el cargador de CA o el cable USB incluido en la caja del producto ([página 48](#)).

NOTA: el dispositivo no se cargará si la temperatura ambiente se encuentra fuera del rango de temperaturas de 32 °F–113 °F (0 °C–45 °C).

Descripción general del dispositivo

Botones



	Mantelo pulsado para encender y apagar el dispositivo. Púlsalo para ver la página de estado y ajustar la retroiluminación.
LAP/ RESET	Púlsalo para crear una nueva vuelta. Mantelo pulsado para guardar los datos del recorrido y restablecer el temporizador.
START/ STOP	Pulsa este botón para iniciar y detener el temporizador.

Botones de la pantalla táctil

	Seleccionalo para ver los satélites y abrir el menú de configuración de GPS.
	Seleccionalo para abrir el menú de configuración. Al ver un trayecto, selecciónalo para ver funciones adicionales.
	Seleccionalo para borrar un trayecto, una sesión de entrenamiento o una actividad.
	Seleccionalo para cerrar la página sin guardar.
	Seleccionalo para guardar los cambios y cerrar la página.
	Seleccionalo para volver a la página anterior.
	Selecciona para cambiar de página o desplazarte por ellas. También puedes deslizar el dedo por la pantalla táctil.
	Seleccionalo para delimitar la búsqueda introduciendo parte del nombre.



Sugerencias y accesos directos

Bloqueo de la pantalla táctil

Para evitar que la pantalla se pulse accidentalmente, puedes bloquearla.


1. Pulsa .
Aparece la página de estado.
2. Selecciona **Bloquear**.

Cambio de bicicleta






1. Pulsa .
Aparece la página de estado.
2. Selecciona  para cambiar las bicicletas.



Uso de la retroiluminación

- En cualquier momento, toca la pantalla táctil para activar la retroiluminación.
- Pulsa  para encender la retroiluminación y ajustar el brillo.
NOTA: las alertas y los mensajes también activan la retroiluminación.
- Cambia la duración de la retroiluminación ([página 47](#)).

Cambio de la configuración de los accesorios ANT+

1. Pulsa .
Aparece la página de estado.
2. Selecciona , ,  o .

Cambio de los campos de datos

En cualquier página de datos, mantén pulsado un campo de datos hasta que aparezca resaltado.

Al levantar el dedo, se te pedirá que selecciones un nuevo campo de datos ([página 31](#)).

Entrenamiento

Realización de un recorrido

Antes de registrar un historial, deberás localizar las señales de satélite o vincular la unidad Edge con un sensor ANT+™ (página 12).



1. En la página del temporizador, pulsa **START** para iniciar el temporizador.
Sólo se puede registrar un historial mientras el temporizador está en marcha.
2. Tras completar el recorrido, pulsa **STOP**.

Almacenamiento de los datos del recorrido

Mantén pulsado **RESET** para guardar los datos del recorrido y restablecer el temporizador.

Alertas

Puedes utilizar las alertas de la unidad Edge para entrenar con el fin de conseguir un objetivo determinado de tiempo, distancia, calorías, frecuencia cardiaca, cadencia y potencia.

Uso de las alertas de tiempo, distancia y calorías

1. Selecciona **MENÚ > Entrenamiento > Alertas**.
2. Selecciona **Alerta de tiempo, Alerta de distancia** o **Alerta de calorías**.
3. Activa la alerta.
4. Introduce una cantidad de tiempo, distancia o calorías.
5. Realiza un recorrido.

Cada vez que llegas a la cantidad de la alerta, la unidad Edge emite un pitido y muestra un mensaje.

NOTA: para activar los tonos audibles para los mensajes, consulta la [página 41](#).

Uso de las alertas avanzadas

Si dispones de un monitor de frecuencia cardiaca opcional GSC™ 10 o un sensor de potencia ANT+ de terceros, puedes configurar alertas avanzadas.

1. Selecciona **MENÚ > Entrenamiento > Alertas**.
2. Selecciona una opción:
 - Selecciona **Alerta de frecuencia cardiaca** para establecer la frecuencia cardiaca máxima y mínima en pulsaciones por minuto (ppm).
NOTA: para obtener más información acerca de las zonas de frecuencia cardiaca y la configuración, consulta la [página 13](#).
 - Selecciona **Alerta de cadencia** para establecer las cantidades de cadencia mínima y máxima en revoluciones de la biela por minuto (rpm).
 - Selecciona **Alerta de potencia** para establecer la potencia mínima y máxima en vatios.

3. Realiza un recorrido.

Cada vez que superas o bajas de una frecuencia cardiaca, cadencia o cantidad de potencia especificada, la unidad Edge emite un pitido y muestra un mensaje.

NOTA: para activar los tonos audibles para los mensajes, consulta la [página 41](#).

Sesiones de entrenamiento

Utiliza la unidad Edge para crear sesiones de entrenamiento que incluyan objetivos para cada paso de la sesión de entrenamiento y distintas distancias, tiempos y vueltas de descanso. Puedes planificar sesiones de entrenamiento con antelación y almacenarlas en la unidad Edge.

Entrenamiento

1. Selecciona **MENÚ** > **Entrenamiento** > **Sesiones de entrenamiento** > **Nueva sesión de entrenamiento**.
2. Introduce un nombre para la sesión de entrenamiento.
3. Selecciona <**Añadir nuevo paso**>.
4. Selecciona **Duración** para especificar cómo se medirá este paso.

Por ejemplo, selecciona **Distancia** para finalizar el paso tras una distancia específica.

Si seleccionas **Abierta**, puedes pulsar **LAP** para finalizar el paso durante la sesión de entrenamiento.

5. Si es necesario, introduce un valor en el campo que hay bajo **Duración**.

6. Selecciona **Objetivo** para elegir el objetivo durante el paso.

Por ejemplo, selecciona **Frecuencia cardiaca** para mantener una frecuencia cardiaca constante durante el paso.

7. Si es necesario, selecciona una zona objetivo o introduce un rango personalizado.

Por ejemplo, puedes seleccionar una zona de frecuencia cardiaca. Cada vez que superas o bajas de una frecuencia cardiaca especificada, la unidad Edge emite un pitido y muestra un mensaje.

8. Si es necesario, selecciona **Sí** en el campo **Vuelta de descanso**.

Durante una vuelta de descanso, el temporizador sigue corriendo y los datos se graban.

9. Selecciona para guardar este paso.
10. Selecciona para guardar la sesión de entrenamiento.

Repetición de los pasos de sesión de entrenamiento

Antes de repetir un paso de sesión de entrenamiento, debes crear un sesión de entrenamiento con al menos un paso.

1. Selecciona **Añadir nuevo paso**.
2. Selecciona una opción en el campo


Duración:

- Selecciona **Repetir** para repetir un paso una o más veces.

Por ejemplo, puedes repetir un paso de 5 millas diez veces.

- Selecciona **Repetir hasta** para repetir un paso durante una duración específica.

Por ejemplo, puedes repetir un paso de 5 millas durante 60 minutos o hasta que la frecuencia cardiaca alcance las 160 ppm.

3. En el campo **Volver a paso**, selecciona un paso para repetirlo.
4. Selecciona  para guardar este paso.

Inicio de una sesión de entrenamiento

1. Selecciona **MENÚ > Entrenamiento > Sesiones de entrenamiento**.
2. Selecciona una sesión de entrenamiento.
3. Selecciona **Realizar sesión de entrenamiento**.
4. Pulsa **START**.

Antes de comenzar una sesión de entrenamiento, la unidad Edge muestra cada paso de la misma, el objetivo (si existe) y los datos de la sesión de entrenamiento en curso. Se emite una alarma sonora cuando estés a punto de terminar un paso de una sesión de entrenamiento. Aparece un mensaje, en el que se descuenta el tiempo o la distancia que queda para comenzar un nuevo paso.

Finalización de un paso



Pulsa **LAP** para finalizar un paso antes de tiempo.

Detención de una sesión de entrenamiento


Selecciona **MENÚ > Entrenamiento > Sesiones de entrenamiento > Detener sesión de entrenamiento**.

Edición de una sesión de entrenamiento mediante la unidad Edge

1. Selecciona **MENÚ > Entrenamiento > Sesiones de entrenamiento.**
2. Selecciona una sesión de entrenamiento.
3. Selecciona **Editar.**
4. Selecciona un paso.

5. Realiza los cambios necesarios y selecciona  para guardar el paso.
6. Selecciona  para guardar la sesión de entrenamiento.

Eliminación de una sesión de entrenamiento

1. Selecciona **MENÚ > Entrenamiento > Sesiones de entrenamiento.**
2. Selecciona una sesión de entrenamiento.
3. Selecciona  > **Sí.**

Uso de Virtual Partner

Virtual Partner® es una utilidad de entrenamiento diseñada para ayudarte a lograr tus objetivos.

1. Realiza un recorrido.
2. Desplázate hasta la página de Virtual Partner para ver quién es el líder.

En la parte superior de la página, puedes utilizar + y - para ajustar la velocidad de Virtual Partner durante el recorrido.



Trayectos

Los trayectos te permiten seguir una actividad guardada anteriormente. Puede que te interese seguir un trayecto guardado simplemente porque es una buena ruta. Por ejemplo, puedes guardar un trayecto para ir a trabajar que puedas realizar en bicicleta. Asimismo, puedes realizar un trayecto guardado para intentar igualar o superar los objetivos de rendimiento alcanzados anteriormente. Por ejemplo, si el trayecto original se completó en 30 minutos, desafiarás a Virtual Partner para intentar completar el trayecto en menos de 30 minutos.

Creación de trayectos con la unidad Edge


Antes de poder crear un trayecto, debes disponer de un historial con datos de track de GPS guardados en la unidad Edge.

1. Selecciona **MENÚ** > **Trayectos** > **Crear un nuevo trayecto**.
2. Selecciona un recorrido anterior en el que basar el trayecto.
3. Introduce un nombre para el trayecto y selecciona .

Inicio de un trayecto

Puedes grabar una actividad de calentamiento por separado en la unidad Edge. Antes de empezar el trayecto, debes restablecer el temporizador.

1. Selecciona **MENÚ > Trayectos**.
2. Selecciona un trayecto.
3. Revisa las páginas de datos del trayecto (opcional).

También puedes seleccionar  para editar las características del trayecto. Por ejemplo, puedes cambiar el color de la línea del trayecto en el mapa.

4. Selecciona **Ir**.

El historial se graba aunque no te encuentres en el trayecto. Cuando hayas acabado el trayecto aparecerá un mensaje.

Seguimiento del trayecto desde la Web

Debes disponer de una cuenta de Garmin Connect ([página 20](#)).

1. Conecta la unidad Edge al ordenador.
2. Visita www.garminconnect.com y busca una actividad.
3. Haz clic en **Enviar a dispositivo**.
4. Desconecta la unidad Edge y enciéndela.
5. Selecciona **MENÚ > Trayectos**.
6. Selecciona el trayecto > **Ir**.

Opciones de desvío de trayecto

Puedes incluir un calentamiento antes de comenzar el trayecto. Pulsa **START** para comenzar el trayecto y, a continuación, calienta de la forma habitual. No te acerques al trayecto mientras calientas. Cuando estés listo para comenzar, dirígete al trayecto. Cuando estés en cualquier parte del trayecto, aparecerá un mensaje.

NOTA: en cuanto pulses **START**, Virtual Partner iniciará el trayecto y no esperará a que termines de calentar.

Si te alejas del trayecto, la unidad Edge muestra un mensaje. Utiliza el mapa del trayecto o los puntos del trayecto para encontrar el camino de vuelta al trayecto.

Cambio de la velocidad de trayecto

1. Selecciona **MENÚ > Trayectos**.
2. Selecciona un trayecto > **Ir**.
3. Desplázate a la página de Virtual Partner.


4. En la parte superior de la página, utiliza + y - para ajustar el porcentaje de tiempo del que dispones para completar el trayecto.

Por ejemplo, para mejorar el tiempo de tu trayecto en un 20%, introduce una velocidad de trayecto del 120%. Te enfrentarás a Virtual Partner para finalizar un trayecto de 30 minutos en 24.

Detención de un trayecto

Selecciona **MENÚ > Trayectos > Detener trayecto**.

Eliminación de un trayecto

1. Selecciona **MENÚ > Trayectos**.
2. Selecciona un trayecto.
3. Selecciona  > **Sí**.

Sensores ANT+

La unidad Edge es compatible con los siguientes accesorios ANT+:

- Monitor de frecuencia cardiaca ([página 13](#))
- Sensor de velocidad y cadencia GSC 10 ([página 15](#))
- Sensores ANT+ de terceros ([página 16](#))

Para obtener más información sobre la compra de accesorios adicionales, visita <http://buy.garmin.com>.

Vinculación de los sensores ANT+

Antes de realizar la vinculación, debes ponerte el monitor de frecuencia cardiaca o instalar el sensor. Consulta la *Guía de inicio rápido de la unidad Edge 800* o la caja del accesorio para obtener instrucciones.


- Asegúrate de que el sensor ANT+ es compatible con tu dispositivo de Garmin.
- Sitúa la unidad Edge en el área de alcance (3 m) del accesorio.
Aléjate 10 m de otros sensores ANT+ mientras se realiza la vinculación.
- Tras la primera vinculación, el dispositivo de Garmin reconocerá automáticamente el sensor ANT+ cada vez que se active. Este proceso se produce automáticamente al encender el dispositivo de Garmin y sólo tarda unos segundos si los sensores están activados y funcionan correctamente.
- Cuando está vinculado, el dispositivo de Garmin sólo recibe datos de tu sensor y puedes acercarte a otros sensores.

Colocación del monitor de frecuencia cardiaca


Consulta la *Guía de inicio rápido de la unidad Edge 800* o la caja del accesorio para obtener instrucciones.

Vinculación del monitor de frecuencia cardiaca

Si has comprado por separado el monitor de frecuencia cardiaca, debes vincularlo con la unidad Edge para poder consultar los datos de la frecuencia cardiaca. Antes de vincularlo, debes ponerte el monitor de frecuencia cardiaca.

1. Enciende la unidad Edge.
2. Coloca la unidad Edge en la zona de alcance (3 m) del monitor de frecuencia cardiaca.
3. Selecciona **MENÚ** >  > **Configuración de bicicleta** > **Frecuencia cardiaca** > **Frecuencia cardiaca ANT+**.
4. Selecciona **Monitor de frecuencia cardiaca** > **Sí**.

5. Pulsa .

Cuando el monitor de frecuencia cardiaca esté vinculado, aparecerá un mensaje y el icono  se mostrará fijo en la página de estado.


6. Si es necesario, selecciona **Volver a explorar**.
7. Si es necesario, personaliza los campos de datos de la frecuencia cardiaca ([página 31](#)).

Cuando te hayas puesto el monitor de frecuencia cardiaca, se encontrará en modo standby y preparado para enviar datos.

SUGERENCIA: si los datos de frecuencia cardiaca no aparecen o si son incorrectos, tal vez tengas que apretar la correa del pecho o calentar durante 5 ó 10 ([página 18](#)).

Configuración de las zonas de frecuencia cardiaca

La unidad Edge utiliza la información del perfil del usuario de la configuración inicial para determinar tus zonas de frecuencia cardiaca. Para obtener la máxima exactitud en los datos de calorías durante el recorrido, configura tu frecuencia cardiaca máxima, frecuencia cardiaca en reposo y zonas de frecuencia cardiaca.

1. Selecciona **MENÚ** >  > **Configuración de bicicleta** > **Frecuencia cardiaca** > **Zonas de frecuencia cardiaca**.

2. Introduce tu frecuencia cardiaca máxima y tu frecuencia cardiaca en reposo.

Los valores de las zonas se actualizan automáticamente, aunque también puedes modificarlos de forma manual.

3. Selecciona **Según** > y una opción:

- Selecciona **PPM** para consultar y editar las zonas en pulsaciones por minuto.
- Selecciona **% Máx.** para consultar y editar las zonas a modo de porcentaje de tu frecuencia cardiaca máxima.
- Selecciona **% FCR** para consultar y editar las zonas a modo de porcentaje de tu frecuencia cardiaca en reposo.

Acerca de las zonas de frecuencia cardiaca

Muchos atletas utilizan las zonas de frecuencia cardiaca para medir y aumentar su potencia cardiovascular y mejorar su forma física. Una zona de frecuencia cardiaca es un rango fijo de pulsaciones por minuto.

Las cinco zonas de frecuencia cardiaca que se suelen utilizar están numeradas del 1 al 5 según su creciente intensidad. Por lo general, estas zonas se calculan según los porcentajes de tu frecuencia cardiaca máxima.

Objetivos de entrenamiento

Conocer las zonas de frecuencia cardiaca puede ayudarte a medir y mejorar tu forma de realizar ejercicio al comprender y aplicar estos principios:

- La frecuencia cardiaca es una medida estúpida de la intensidad del ejercicio.
- El entrenamiento en determinadas zonas de frecuencia cardiaca puede ayudarte

a mejorar la capacidad y potencia cardiovascular.

- Conocer las zonas de frecuencia cardiaca puede evitar que realices un entrenamiento excesivo y disminuir la posibilidad de que te lesiones.

Si conoces tu frecuencia cardiaca máxima, puedes introducirla y dejar que la unidad Edge calcule las zonas de frecuencia cardiaca según los porcentajes que se muestran en la tabla ([página 19](#)).



Si no sabes dicha frecuencia, utiliza una de las calculadoras disponibles en Internet. Algunos gimnasios y centros de salud pueden realizar una prueba que mide la frecuencia cardiaca máxima.


Instalación del sensor GSC 10

Consulta la *Guía de inicio rápido de la unidad Edge 800* o la caja del accesorio para obtener instrucciones.

Vinculación del sensor GSC 10

Si has comprado por separado un sensor GSC 10, debes vincularlo con la unidad Edge para poder consultar los datos sobre velocidad y cadencia. Antes de vincularlo, debes instalar el sensor GSC 10.

1. Enciende la unidad Edge.
2. Coloca la unidad Edge en la zona de alcance (3 m) del sensor GSC 10.
3. Selecciona **MENÚ** >  > **Configuración de bicicleta** > **Perfiles de bicicleta**.
4. Selecciona una bicicleta.
5. Selecciona **Velocidad/cadencia ANT+** > **Sensores de bicicleta** > **Sí**.
6. Pulsa .

Cuando el sensor GSC 10 esté vinculado, aparecerá un mensaje y el icono  se mostrará fijo en la página de estado.

7. Personaliza los campos opcionales de datos ([página 31](#)).

Acerca del sensor GSC 10


Los datos de cadencia del GSC 10 se graban de forma permanente. Si no se ha vinculado ningún GSC 10, se utilizarán los datos del GPS para calcular la velocidad y la distancia.

La cadencia es su ritmo de pedaleo o “giro” medido por el número de revoluciones de la biela por minuto (rpm). El GSC 10 tiene dos sensores: uno para la cadencia y otro para la velocidad.

Para obtener más información sobre las alertas de cadencia, consulta la [página 5](#).

Media de puntos distintos de cero para datos de cadencia

La configuración de media de datos distintos de cero está disponible si estás entrenando con un sensor de cadencia opcional. La configuración predeterminada excluye los valores de cero que aparecen cuando no estás pedaleando.


Para activar o desactivar la media de puntos distintos de cero, selecciona **MENÚ** >  > **Configuración de bicicleta** > **Grabación de datos** > **Media de datos** > **Cadencia**.

Sensores ANT+ de terceros

Para obtener una lista de sensores ANT+ de terceros compatibles con la unidad Edge, visita www.garmin.com/intosports.

Vinculación del medidor de potencia


Consulta las instrucciones del fabricante.

Cuando el medidor de potencia esté vinculado, aparecerá un mensaje y el icono  se mostrará fijo en la página de estado.

Calibración del medidor de potencia


Para obtener instrucciones de calibración específicas para tu medidor de potencia, consulta las instrucciones del fabricante.

Antes de calibrar tu medidor de potencia, éste debe haberse instalado correctamente y debe estar grabando datos.

1. Selecciona **MENÚ** >  > **Configuración de bicicleta** > **Perfiles de bicicleta**.
2. Selecciona una bicicleta.
3. Selecciona **Potencia ANT+** > **Calibrar**.
4. Mantén activo el medidor de potencia pedaleando hasta que aparezca un mensaje.
5. Selecciona **Según** > y una opción:
 - Selecciona **Vatios** para consultar y editar las zonas en vatios.
 - Selecciona **% FTP** para consultar y editar las zonas a modo de porcentaje de tu potencia de umbral funcional.


Configuración de las zonas de potencia

Puedes establecer siete zonas de potencia personalizadas mediante Garmin Connect. Si conoces tu valor de FTP (potencia de umbral funcional), puedes introducirlo y dejar que la unidad Edge calcule tus zonas de potencia automáticamente.

1. Selecciona **MENÚ** >  > **Configuración de bicicleta** > **Perfiles de bicicleta**.
2. Selecciona una bicicleta.
3. Selecciona **Zonas de potencia**.
4. Introduce tu valor de FTP.

Media de puntos distintos de cero para datos de potencia

La configuración de media de datos distintos de cero está disponible si estás entrenando con un medidor de potencia opcional. La configuración predeterminada excluye los valores de cero que aparecen cuando no estás pedaleando.

Para activar o desactivar la media de puntos distintos de cero, selecciona **MENÚ** >  > **Configuración de bicicleta** > **Grabación de datos** > **Media de datos** > **Potencia**.

Solución de problemas del sensor ANT+

Problema	Solución
El sensor ANT+ no se vincula con mi dispositivo.	<ul style="list-style-type: none"> • Aléjate 10 m de otros sensores ANT+ mientras se realiza la vinculación. • Coloca el dispositivo en la zona de alcance (3 m) del monitor de frecuencia cardíaca mientras se produce la vinculación. • Si el problema persiste, sustituye la pila.
Tengo un sensor ANT+ de terceros.	Asegúrate de que es compatible con la unidad Edge (www.garmin.com/intosports).
Los datos de frecuencia cardíaca son inexactos o erráticos.	<ul style="list-style-type: none"> • Asegúrate de que el monitor de frecuencia cardíaca esté ajustado al cuerpo. • Vuelve a humedecer los electrodos y el parche de contacto. Usa agua, saliva o gel para electrodos. • Lava la correa cada 7 usos (página 44). • Coloca los electrodos en la espalda en lugar de en el pecho. • Ponte una camiseta de algodón o humedece la camiseta, si es posible, cuando vayas a realizar ejercicio. Los tejidos sintéticos que se froten o rocen con el monitor de frecuencia cardíaca pueden producir electricidad estática que interfiere con las señales de frecuencia cardíaca. • Aléjate de fuentes de campos electromagnéticos intensos y de algunos sensores inalámbricos de 2,4 GHz, que podrían interferir con tu monitor de frecuencia cardíaca. Entre las fuentes de interferencias se pueden encontrar: líneas de alta tensión muy potentes, motores eléctricos, hornos microondas, teléfonos inalámbricos de 2,4 GHz y puntos de acceso a redes LAN inalámbricas.
¿Cuánto debo apretar el tornillo del brazo del sensor cuando instale mi GSC 10?	Garmin recomienda que el par de apriete sea de 1,9 a 2,4 lbf-in (de 0,2 a 0,3 N*m) para asegurar un sellado estanco del brazo del sensor del GSC 10.

Zonas de frecuencia cardiaca

	% de frecuencia cardiaca máxima o frecuencia cardiaca en reposo	Esfuerzo percibido	Ventajas
1	50% a 60%	Ritmo fácil y relajado; respiración rítmica	Entrenamiento aeróbico de nivel inicial; reduce el estrés
2	60% a 70%	Ritmo cómodo; respiración ligeramente más profunda; se puede hablar	Entrenamiento cardiovascular básico; buen ritmo de recuperación
3	70% a 80%	Ritmo moderado; es más difícil mantener una conversación	Capacidad aeróbica mejorada; entrenamiento cardiovascular óptimo
4	80% a 90%	Ritmo rápido y un poco incómodo; respiración forzada	Mejor capacidad y umbral anaeróbicos; mejor velocidad
5	90% a 100%	Ritmo de sprint; no se soporta durante mucho tiempo; respiración muy forzada	Resistencia anaeróbica y muscular; mayor potencia

Historial

La unidad Edge guarda automáticamente el historial cuando se inicia el temporizador. Cuando la memoria de la unidad Edge esté llena, se mostrará un mensaje. La unidad Edge no borra ni sobrescribe automáticamente el historial. Consulta la [página 21](#) para obtener información sobre cómo borrar el historial.

En el historial se incluye el tiempo, la distancia, las calorías, la velocidad media, la velocidad máxima, la altitud y la información detallada sobre las vueltas. En el historial del modelo Edge también se puede incluir la frecuencia cardiaca, la cadencia y la potencia.

NOTA: el historial no se graba mientras el temporizador se encuentra detenido o en pausa.

Visualización de un recorrido

Puedes ver recorridos guardados o en curso, pero el temporizador debe estar detenido.

1. Selecciona **MENÚ > Historial > Actividades**.
2. Selecciona un recorrido de la lista o selecciona **Actividad en curso**.

Visualización de los totales de distancia y tiempo

Selecciona **MENÚ > Historial > Totales** para ver la distancia y el tiempo de recorrido acumulados.

Uso de Garmin Connect

Garmin Connect es un software basado en Web para almacenar y analizar los datos.

1. Visita www.garminconnect.com/start.
2. Sigue las instrucciones que se muestran en la pantalla.

Transferencia del historial al ordenador

NOTIFICACIÓN

Para evitar la corrosión, seca totalmente el puerto mini-USB, la tapa de goma y la zona que la rodea antes de cargar o conectar la unidad a un ordenador.

1. Conecta el cable USB a un puerto USB disponible del ordenador.
2. Levanta la tapa de goma ① del puerto mini-USB ②.



3. Enchufa el extremo pequeño del cable USB al puerto mini-USB.

Visita www.garminconnect.com/start.

4. Sigue las instrucciones incluidas con el software.

Eliminación del historial

Después de transferir el historial al ordenador, es posible que desees borrar el historial de la unidad Edge.

1. Selecciona **MENÚ > Historial > Borrar**.
2. Selecciona una opción:

Historial

- Selecciona **Todas las actividades** para borrar todos los datos del recorrido del historial.
- Selecciona **Actividades antiguas** para borrar las actividades grabadas hace más de un mes.
- Selecciona **Todos los totales** para restablecer los totales de tiempo y distancia del recorrido.

NOTA: esta acción no borra nada del historial.

3. Selecciona **Sí**.


Grabación de datos

La unidad Edge utiliza grabación inteligente. Graba puntos clave en los que cambies de dirección, velocidad o frecuencia cardíaca.

Cuando un medidor de potencia de terceros ([página 16](#)) está vinculado, la unidad Edge graba los puntos cada segundo. La grabación de puntos cada segundo utiliza más memoria disponible en la unidad Edge.

Para obtener información sobre la media de puntos distintos de cero de los datos de cadencia y potencia, consulta las [páginas 16 y 17](#).

Cambio de la ubicación de almacenamiento de datos

1. Selecciona **MENÚ** >  > **Sistema** > **Grabación de datos** > **Grabar en**.
2. Selecciona **Almacenamiento interno** (memoria de dispositivo) o **Tarjeta de memoria** (es necesaria una tarjeta de memoria opcional).

Instalación de una tarjeta microSD™

Puedes adquirir tarjetas de memoria microSD en un establecimiento de productos electrónicos o comprar tarjetas con cartografía detallada preinstalada en tu distribuidor de Garmin.

1. Levanta la tapa de goma ① de la ranura para tarjeta microSD ②.



2. Para introducir la tarjeta, presiónala hasta que se oiga un clic.

Gestión de datos

Puedes utilizar la unidad Edge como dispositivo de almacenamiento masivo USB.

NOTA: el dispositivo no es compatible con Windows® 95, 98, Me o NT. Tampoco es compatible con Mac® OS 10.3 ni ninguna versión anterior.

Conexión del cable USB

NOTIFICACIÓN

Para evitar la corrosión, seca totalmente el puerto mini-USB, la tapa de goma y la zona que la rodea antes de cargar o conectar la unidad a un ordenador.

1. Conecta el cable USB a un puerto USB del ordenador.
2. Levanta la tapa de goma del puerto mini-USB.

3. Enchufa el extremo pequeño del cable USB al puerto mini-USB.

El dispositivo y la tarjeta de memoria (opcional) aparecen como unidades extraíbles en Mi PC en los ordenadores con Windows y como volúmenes montados en los ordenadores Mac.

Carga de archivos

Tras conectar el dispositivo al ordenador, puedes cargar manualmente los siguientes archivos en el dispositivo: .tcx, .fit, .gpx y .crs.

1. Busca en el ordenador el archivo.
2. Selecciona **Edición > Copiar**.
3. Abre la unidad o el volumen “Garmin”.
4. Abre la carpeta o volumen **Garmin \NewFiles**.

5. Selecciona **Edición** > **Pegar**.

Todos los archivos de trayectos se convierten y se guardan en la carpeta o volumen **Garmin /Courses**.

Eliminación de archivos

NOTIFICACIÓN

La memoria del dispositivo contiene archivos de sistema importantes que no se deben eliminar.



Tras conectar el dispositivo al ordenador, puedes borrar archivos manualmente.

1. Abre la unidad o el volumen Garmin o de la tarjeta de memoria.
2. Selecciona el archivo.
3. Pulsa la tecla **Suprimir** en el teclado.

Desconexión del cable USB

Una vez que termines de gestionar los archivos, puedes desconectar el cable USB.

1. Realiza una de estas acciones:

- Para ordenadores Windows, haz clic en el icono Quitar hardware con seguridad  en la bandeja del sistema.
- Para ordenadores Mac, arrastra el icono del volumen a la Papelera .

2. Desconecta el dispositivo del ordenador.

Navegación

En esta sección se describen las siguientes funciones y configuración:



- Ubicaciones y destino (página 25)
- Configuración de ruta (página 27)
- Mapas opcionales (página 28)
- Configuración del mapa (página 30)

Ubicaciones


Puedes grabar y guardar ubicaciones en el dispositivo.


Almacenamiento de la ubicación

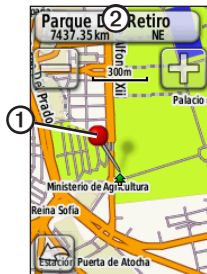
Puedes guardar tu ubicación actual, como tu casa o tu lugar de aparcamiento. Antes de poder guardar la ubicación, debes localizar señales de satélites.



1. En el mapa, selecciona .
2. Selecciona el icono de posición . El icono de posición representa tu ubicación en el mapa.
3. Selecciona **Guardar** o **Guardar y editar**.

Almacenamiento de ubicaciones desde el mapa


1. En el mapa, selecciona .
2. Busca la ubicación en el mapa.

Un alfiler  marca la ubicación y la información sobre dicha ubicación aparece en la parte superior del mapa.



3. Selecciona el título  para ver información adicional sobre la ubicación.
4. Selecciona  > **Aceptar** para guardar la ubicación.

Navegación

1. Selecciona  para editar los datos de la ubicación.

Navegación a una ubicación guardada


1. Selecciona **MENÚ > Destino > Ubicaciones**.
2. Selecciona una ubicación > **Ir**.

Navegación a ubicaciones encontradas recientemente

El dispositivo almacena las últimas 50 ubicaciones encontradas.

1. Selecciona **MENÚ > Destino > Búsquedas recientes**.
2. Selecciona una ubicación > **Ir**.

Navegación a coordenadas conocidas

1. Selecciona **MENÚ > Destino > Coordenadas**.
2. Introduce las coordenadas y selecciona .
3. Selecciona **Ir**.

Navegación de vuelta al inicio

En cualquier momento del recorrido, puedes volver al punto de inicio. Debes iniciar el temporizador para poder utilizar esta función.

1. Durante el recorrido, pulsa **STOP** pero no restablezcas el temporizador.
2. Selecciona **MENÚ > Destino > Volver al inicio > Ir**.


La unidad Edge te lleva al punto de inicio del recorrido.

Detención de la navegación


Durante la navegación a una ubicación, selecciona **MENÚ > Destino > Detener navegación**.

Proyección de una ubicación

Puedes crear una nueva ubicación proyectando la distancia y el rumbo a waypoint desde una ubicación marcada hasta una ubicación nueva.

1. Selecciona **MENÚ > Destino > Ubicaciones**.
2. Selecciona una ubicación.
3. Selecciona el título.
4. Selecciona .
5. Selecciona **Ubicación proyectada**.
6. Introduce el rumbo a waypoint y la distancia hasta la ubicación proyectada.
7. Selecciona **Guardar** o **Guardar y editar**.

Edición de ubicaciones


1. Selecciona **MENÚ > Destino > Ubicaciones**.
2. Selecciona una ubicación.
3. Selecciona el título.
4. Selecciona .

5. Selecciona un atributo.

Por ejemplo, selecciona **Cambiar altura** para introducir la altitud conocida de una ubicación.

6. Introduce la nueva información.

Eliminación de ubicaciones

1. Selecciona **MENÚ > Destino > Ubicaciones**.
2. Selecciona una ubicación.
3. Selecciona el título.
4. Selecciona  **> Borrar ubicación**.

Configuración de ruta

Selecciona **MENÚ >  > Sistema > Rutas**.

- **Método de indicaciones:** te permite seleccionar un método de indicaciones para calcular la ruta.
 - **Fuera de carretera:** calcula rutas punto a punto.

- **En carretera por tiempo** (son necesarios mapas en los que puedan establecerse rutas): calcula rutas en carretera que requieren un tiempo de conducción mínimo.
- **En carretera por distancia** (son necesarios mapas en los que puedan establecerse rutas): calcula rutas en carretera de distancia más corta.
- **Calcular rutas para:** permite seleccionar un método de transporte para optimizar la ruta.
- **Centrar en carretera** (son necesarios mapas en los que se puedan establecer rutas): centra el marcador de la ubicación actual en la carretera más cercana para compensar las variaciones de precisión de la posición del mapa.
- **Transiciones fuera de carretera**
 - **Automático:** te guía automáticamente hacia el siguiente punto.
 - **Manual:** te permite seleccionar el siguiente punto de la ruta con el punto en la página de ruta activa.

- **Distancia:** te guía hacia el siguiente punto de la ruta cuando te encuentras a una distancia especificada del punto actual.
- **Configuración de elementos a evitar** (son necesarios mapas en los que puedan establecerse rutas): te permite seleccionar el tipo de carretera que deseas evitar.

Compra de mapas adicionales




Visita <http://buy.garmin.com> o ponte en contacto con tu distribuidor de Garmin.

Para saber qué versiones de los mapas están cargadas en la unidad Edge, selecciona


MENÚ >  > **Sistema** > **Mapa** > **Información de mapa.**

Búsqueda de una dirección


Puedes utilizar los mapas opcionales de City Navigator® para buscar direcciones, ciudades y otras ubicaciones. Los mapas detallados en los que se pueden establecer rutas cargados en el dispositivo contienen millones de puntos de interés como, por ejemplo, restaurantes, hoteles y servicios para automóviles.

1. Selecciona **MENÚ > Destino > Dirección**.
2. Si es necesario, cambia la región, el país o la provincia.
3. Selecciona **Escribir ciudad**.
SUGERENCIA: si no estás seguro de la ciudad, selecciona **Buscar todo**.
4. Introduce la ciudad y selecciona .
5. Si es necesario, selecciona la ciudad.
6. Selecciona **Introducir número**, introduce el número y selecciona .
7. Selecciona **Introducir calle**, introduce el nombre y selecciona .
8. Si es necesario, selecciona la calle.
9. Si es necesario, selecciona la dirección.
10. Selecciona **Ir**.


Búsqueda de un punto de interés

1. Selecciona **MENÚ > Destino**.
2. Selecciona una categoría.
SUGERENCIA: si conoces el nombre de la empresa, selecciona **Todos los POI >**  para introducir el nombre.
3. Si es necesario, selecciona una subcategoría.
4. Selecciona una ubicación > **Ir**.

Búsqueda de ubicaciones próximas

1. Selecciona **MENÚ > Destino**.
2. Selecciona .
3. Selecciona una opción.
4. Si es necesario, selecciona una categoría y una subcategoría.
5. Selecciona una ubicación > **Ir**.

Cambio de la orientación del mapa

1. Selecciona **MENÚ** >  > **Sistema** > **Mapa** > **Orientación**.
2. Selecciona una orientación:
 - Selecciona **Norte arriba** para mostrar el norte en la parte superior de la página.
 - Selecciona **Track arriba** para mostrar la dirección de desplazamiento actual en la parte superior de la página.
 - Selecciona **Modo para automóvil** para mostrar una vista de perspectiva.

Configuración del mapa

Selecciona **MENÚ** >  > **Sistema** > **Mapa**.

- **Orientación:** te permite seleccionar el modo en el que aparece el mapa ([página 30](#)).
- **Zoom automático:** selecciona automáticamente el nivel de zoom pertinente para un uso óptimo en el mapa. Cuando la opción **Desactivado** está seleccionada, debes acercar y alejar la imagen manualmente.

- **Visibilidad del mapa:** te permite configurar funciones avanzadas del mapa. **Contraste automático** y **Contraste alto** tienen valores predeterminados. Puedes seleccionar **Personalizado** para configurar estos valores.
 - **Niveles de zoom:** los elementos del mapa se trazan o se muestran con el nivel de zoom seleccionado o con otro nivel inferior.
 - **Tamaño del texto:** permite seleccionar el tamaño del texto de los elementos del mapa.
 - **Detalle:** te permite seleccionar la cantidad de detalles de la cartografía que deseas que aparezca.
NOTA: cuanto más alto sea el nivel de detalle configurado, más tardará el mapa en volver a trazarse.
 - **Relieve sombreado:** muestra los detalles del mapa en relieve (si está disponible) o desactiva el sombreado.
- **Información de mapa:** permite activar o desactivar los mapas cargados en el dispositivo.


Configuración


Puedes personalizar la configuración y funciones de la unidad Edge:

- Campos de datos (página 31)
- Perfiles de bicicleta (página 36)
- Configuración de entrenamiento (página 36)
- Configuración del sistema (página 39)
- Configuración del perfil del usuario (página 42)

Personalización de las páginas y los campos de datos

Puedes personalizar los campos de datos de cinco páginas del temporizador, el mapa y la página de altura. Por ejemplo, en las instrucciones se muestra cómo personalizar la página del temporizador de sesiones de entrenamiento.

1. Selecciona **MENÚ** >  > **Configuración de bicicleta** > **Páginas de entrenamiento** > **Páginas del temporizador** > **Temporizador de sesión de entrenamiento**.

2. Selecciona **Activado**.
3. Utiliza + y - para seleccionar el número de campos de datos que deseas ver en la página.
4. Selecciona .
5. Selecciona un campo de datos para cambiarlo.

Campos de datos

Los campos de datos con el símbolo * muestran unidades de estatuto o métricas. Los campos de datos con el símbolo ** requieren un sensor ANT+.

Campo de datos	Descripción
Altura *	Distancia por encima o debajo del nivel del mar.
Amanecer	Hora a la que amanece según la posición GPS.
Ascenso total *	Subida total del recorrido actual.
Atardecer	Hora a la que anochece según la posición GPS.
Cadencia **	Revoluciones de la biela por minuto.

Configuración

Campo de datos	Descripción
Cadencia – Media **	Cadencia media de la duración del recorrido actual.
Cadencia – Vuelta **	Cadencia media de la vuelta actual.
Calorías	Cantidad total de calorías quemadas.
Calorías – Grasa	Cantidad de calorías de grasa quemadas.
Calorías restantes	Durante una sesión de entrenamiento, las calorías restantes cuando utilizas un objetivo de calorías.
Cuentakilómetros	Cuenta total de la distancia recorrida en todos los trayectos.
Descenso total *	Bajada total del recorrido actual.
Distancia *	Distancia recorrida en el recorrido actual.
Distancia – Última vuelta *	Distancia de la última vuelta realizada.

Campo de datos	Descripción
Distancia – Vuelta *	Distancia recorrida en la vuelta actual.
Distancia hasta destino	Distancia hasta el destino final.
Distancia hasta siguiente	Distancia restante hasta el siguiente punto de la ruta o el trayecto.
Distancia restante	Durante una sesión de entrenamiento, la distancia restante cuando utilizas un objetivo de distancia.
ETA a destino	La hora estimada del día a la que llegarás al destino final.
ETA a siguiente	Hora estimada del día a la que llegarás al siguiente punto de la ruta o el trayecto.
FC – %FCR media **	Media del porcentaje de la frecuencia cardiaca de reserva (frecuencia cardiaca máxima menos frecuencia cardiaca en reposo) durante la carrera.

Campo de datos	Descripción
FC – %FCR Vuelta **	Media del porcentaje de la frecuencia cardiaca de reserva (frecuencia cardiaca máxima menos frecuencia cardiaca en reposo) durante la vuelta.
FC – %FCR **	Porcentaje de frecuencia cardiaca de reserva (frecuencia cardiaca máxima menos frecuencia cardiaca en reposo).
FC – % Máx. vuelta **	Media del porcentaje de la frecuencia cardiaca máxima durante la vuelta.
FC – %Máx. **	Porcentaje de la frecuencia cardiaca máxima.
FC – %Media máx. **	Media del % de la frecuencia cardiaca máxima durante la carrera.
FC – Media **	Frecuencia cardiaca media del recorrido.
FC – Vuelta **	Frecuencia cardiaca media de la vuelta actual.

Campo de datos	Descripción
FC restante **	Durante una sesión de entrenamiento, el número por encima o por debajo respecto al objetivo de la frecuencia cardiaca.
Frecuencia cardiaca **	Frecuencia cardiaca en pulsaciones por minuto (ppm).
Gráfico FC **	Gráfico de líneas que muestra la zona de frecuencia cardiaca actual (1 a 5).
Hora del día	Hora actual del día según la configuración de la hora (formato, huso horario y horario de verano).
Intensidad de la señal GPS	La intensidad de la señal del satélite GPS.
Nivel de la batería	Capacidad restante de la batería.
Pendiente	Cálculo de subida con respecto a la carrera. Por ejemplo, si por cada 10 pies que se suban (altura) se recorren 200 pies (distancia), la pendiente es del 5%.

Configuración

Campo de datos	Descripción
Potencia **	Salida de potencia actual en vatios.
Potencia – %FTP **	Salida de potencia actual en % FTP (potencia de umbral funcional).
Potencia – 3 s media **	El promedio en movimiento de 3 segundos de la salida de potencia.
Potencia – 30 s media **	El promedio en movimiento de 30 segundos de la salida de potencia.
Potencia – kJ **	Cantidad total (acumulada) de salida de potencia en kilojulios.
Potencia – Máx. última vuelta **	Potencia máxima lograda durante la última vuelta completa.
Potencia – Máx. **	Potencia máxima lograda durante el recorrido actual.
Potencia – Media de última vuelta **	Salida media de potencia durante la última vuelta completa.
Potencia – Media **	Salida de potencia media en la duración del recorrido actual.
Potencia – Vatios/kg **	Cantidad de salida de potencia en vatios por kilogramo.
Potencia – Vuelta **	Salida de potencia media en la vuelta actual.

Campo de datos	Descripción
Precisión GPS *	Margen de error para la ubicación exacta. Por ejemplo, tu ubicación GPS tiene una precisión de +/- 12 pies.
Rumbo	Dirección en la que te desplazas.
Temperatura *	Temperatura actual en Fahrenheit o Centígrados. NOTA: la unidad Edge puede mostrar lecturas de temperatura superiores a la temperatura real del aire si se expone a la luz solar directa, se sujeta en la mano o se carga con un paquete de batería externo. Además, si los cambios de temperatura son considerables, la unidad Edge tarda algún tiempo en reflejarlos.
Tiempo	Tiempo del cronómetro.
Tiempo – Media de vueltas	Tiempo medio que se ha tardado en realizar las vueltas actuales.
Tiempo – Transcurrido	Tiempo total grabado desde que se pulsa START a RESET .
Tiempo – Última vuelta	Tiempo que se ha tardado en realizar la última vuelta completa.
Tiempo – Vuelta	Tiempo de la vuelta actual.

Campo de datos	Descripción
Tiempo hasta destino	El tiempo estimado necesario para llegar al destino final.
Tiempo hasta siguiente	El tiempo estimado necesario para llegar al siguiente punto de la ruta o el trayecto.
Tiempo restante	Durante una sesión de entrenamiento, el tiempo restante cuando utilizas un objetivo de tiempo.
Ubicación en destino	El último punto de la ruta o el trayecto.
Ubicación en siguiente	El siguiente punto de la ruta o el trayecto.
Velocidad *	Velocidad actual.


Campo de datos	Descripción
Velocidad – Máxima *	Velocidad máxima lograda durante la carrera actual.
Velocidad – Media *	Velocidad media del recorrido.
Velocidad – Última vuelta **	Velocidad media durante la última vuelta completa.
Velocidad – Vuelta *	Velocidad media de la vuelta actual.
Velocidad vertical *	Nivel de ascenso y descenso en pies/metros por hora.
Vueltas	Número de vueltas realizadas.
VV – 30 s media *	El promedio en movimiento de 30 segundos de la velocidad vertical.

Configuración

Campo de datos	Descripción
Zona de potencia **	Escala actual de la salida de potencia (1 a 7) basada en tu FTP o en la configuración personalizada.
Zona FC **	Escala actual de la frecuencia cardiaca (1 a 5). Las zonas predeterminadas se basan en el perfil de usuario, la frecuencia cardiaca máxima y la frecuencia cardiaca en reposo.

Actualización del perfil de la bicicleta

Puedes personalizar tres perfiles de la bicicleta. La unidad Edge utiliza el peso de la bicicleta, el valor del cuentakilómetros y el tamaño de la rueda para calcular datos del recorrido precisos.


1. Selecciona **MENÚ** >  > **Configuración de bicicleta** > **Perfiles de bicicleta**.
2. Selecciona una bicicleta.
3. Selecciona **Detalles de la bicicleta**.
4. Introduce un nombre para el perfil de la bicicleta, el peso de la bicicleta y el valor del cuentakilómetros.

5. Si utilizas un sensor de velocidad y cadencia o un sensor de potencia, selecciona **Tamaño de la rueda**.
 - Selecciona **Automático** para calcular el tamaño de la rueda a partir de la distancia medida por el GPS.
 - Selecciona **Personalizado** para introducir el tamaño de la rueda. Para ver una tabla de tamaños y circunferencias de la rueda, consulta la [página 51](#).

Configuración de entrenamiento

Marcar vueltas por posición


Puedes utilizar Auto Lap® para marcar automáticamente la vuelta en una posición específica. Este ajuste resulta útil para comparar tu rendimiento con respecto a distintas partes de un recorrido (por ejemplo, un largo ascenso o un sprint de entrenamiento). Durante los trayectos, utiliza la opción Por posición para activar vueltas en todas las posiciones de vueltas guardadas en el recorrido.

1. Selecciona **MENÚ** >  > **Configuración de bicicleta** > **Auto Lap** > **Activar Auto Lap**.
2. Selecciona **Por posición**.
3. Selecciona **Vuelta en**.
4. Selecciona una opción:
 - Selecciona **Sólo Lap** para activar el contador de vueltas cada vez que pulses **LAP** y cada vez que vuelvas a pasar por cualquiera de esas ubicaciones.
 - Selecciona **Start y Lap** para activar el contador de vueltas en la ubicación GPS al pulsar **START**, y en cualquier otra ubicación durante el recorrido al pulsar **LAP**.
 - Selecciona **Marcar y Lap** para activar el contador de vueltas en una ubicación específica del GPS marcada antes del recorrido, y en cualquier ubicación durante el recorrido al pulsar **LAP**.

5. Si es necesario, personaliza los campos de datos de la vuelta ([página 31](#)).

Marcar vueltas por distancia


Puedes utilizar Auto Lap para marcar automáticamente la vuelta a una distancia específica. Este ajuste resulta útil para comparar tu rendimiento con respecto a distintas partes de un recorrido (por ejemplo, cada 10 millas o 40 kilómetros).

1. Selecciona **MENÚ** >  > **Configuración de bicicleta** > **Auto Lap** > **Activar Auto Lap**.
2. Selecciona **Por distancia**.
3. Selecciona **Vuelta en**.
4. Introduce un valor.
5. Si es necesario, personaliza los campos de datos de la vuelta ([página 31](#)).

Uso de Auto Pause

Puedes utilizar Auto Pause® para pausar el temporizador automáticamente cuando te detengas o cuando la velocidad caiga por debajo de un valor especificado. Este ajuste resulta útil si el trayecto incluye semáforos u otros lugares en los que debas reducir la velocidad o detenerte.

NOTA: el tiempo en pausa no se guarda con los datos del historial.


1. Selecciona **MENÚ** >  > **Configuración de bicicleta** > **Auto Pause** > **Modo de Auto Pause**.
2. Selecciona una opción:
 - Selecciona **Cuando me detenga** para pausar el temporizador automáticamente cuando te detengas.
 - Selecciona **Velocidad personalizada** para pausar el temporizador automáticamente cuando tu velocidad baje de un valor especificado.

3. Si es necesario, personaliza los campos de datos de tiempo opcionales ([página 31](#)).

Para ver el tiempo completo (desde que se pulsa **START** a **RESET**), selecciona el campo de datos **Tiempo - Transcurrido**.


Uso del desplazamiento automático

Puedes utilizar la función de desplazamiento automático para recorrer automáticamente todas las páginas de datos de entrenamiento mientras el temporizador sigue en funcionamiento.

1. Selecciona **MENÚ** >  > **Configuración de bicicleta** > **Desplazamiento automático** > **Velocidad de desplazamiento automático**.
2. Selecciona una velocidad de visualización: **Lento**, **Medio** o **Rápido**.

Cambio de la notificación de comienzo

Esta función detecta automáticamente que el dispositivo ha adquirido satélites y está en movimiento. Es un recordatorio para iniciar el temporizador para que puedas grabar tus datos del recorrido.

1. Selecciona **MENÚ** >  > **Configuración de bicicleta** > **Notificación de comienzo** > **Modo de notificación de comienzo**.
2. Selecciona una opción:
 - Selecciona **Una vez**.
 - Selecciona **Repetir** > **Retraso de repetición** para cambiar el intervalo de repetición del recordatorio.

Configuración del sistema

- Configuración de GPS ([página 39](#))
- Configuración de la pantalla ([página 40](#))
- Configuración del mapa (consulta Navegación, [página 30](#))
- Configuración de ruta (consulta Navegación, [página 27](#))

- Configuración de grabación de datos (consulta Historial, [página 22](#))
- Configuración de las unidades ([página 41](#))
- Configuración del sistema ([página 41](#))
- Parámetros de configuración ([página 41](#))
- Configuración de la báscula ([página 42](#))

Configuración de GPS

Entrenamiento en interior



1. Selecciona **MENÚ** >  > **Sistema** > **GPS** > **Modo GPS**.
2. Selecciona **Desactivado**.

Cuando el GPS está desactivado, los datos de velocidad y distancia no están disponibles a menos que dispongas de un sensor opcional que envíe los datos de velocidad y distancia a la unidad Edge (como el sensor GSC 10). La próxima vez que enciendas la unidad Edge, ésta volverá a buscar las señales del satélite.


Configuración

Configuración de la altura

Si dispones de los datos exactos de la altura de tu ubicación actual, puedes calibrar manualmente el altímetro de tu dispositivo.


1. Selecciona **MENÚ** >  > **Sistema** > **GPS** > **Configurar altura**.
2. Introduce la altura y selecciona .

Marcar la ubicación

1. Selecciona **MENÚ** >  > **Sistema** > **GPS** > **Marcar ubicación**.
2. Selecciona **Guardar** para guardar la ubicación actual o **Guardar y editar**.

Página Satélite

La página Satélite muestra la información actual del satélite GPS.

Selecciona **MENÚ** >  > **Sistema** > **GPS** > **Ver satélites**.

En la página Satélite, la precisión GPS aparece en la parte inferior de la página. Las barras verdes representan la intensidad de la señal recibida de cada satélite (el número del satélite aparece debajo de cada barra).

Para obtener más información sobre GPS, visita www.garmin.com/aboutGPS.


Configuración de la pantalla

Selecciona **MENÚ** >  > **Sistema** > **Pantalla**.

- **Duración de la retroiluminación:** consulta la [página 47](#).
- **Fondo:** configura la imagen de fondo (fondo de pantalla).
- **Captura de pantalla:** permite tomar capturas de pantalla del dispositivo.
- **Calibración de pantalla:** consulta la [página 53](#).

Personalización de la configuración de unidades

Puedes personalizar las unidades de medida que se utilizan para la distancia y la velocidad, la altura, el peso y el formato de posición.

1. Selecciona **MENÚ** >  > **Sistema** > **Unidades**.
2. Selecciona un parámetro de configuración.
3. Selecciona una unidad para la configuración.

Configuración del sistema

Selecciona **MENÚ** >  > **Sistema** > **Configuración del sistema**.


- **Idioma:** configura el idioma del dispositivo.
- **Tonos:** configura los tonos audibles.
- **Formato horario:** establece el formato horario en 12 horas o 24 horas.
- **Apagado automático:** consulta la [página 47](#).

Husos horarios

Cada vez que enciendas el dispositivo y adquiera satélites, detectará automáticamente tu huso horario y la hora actual del día.

Cambio de los parámetros de configuración

Puedes modificar todos los ajustes que configuraste en la configuración inicial.

1. Selecciona **MENÚ** >  > **Sistema** > **Configuración inicial** > **Sí**.
2. Apaga el dispositivo.
3. Enciende el dispositivo.
4. Sigue las instrucciones que se muestran en la pantalla.

Uso de la báscula

Si tienes una báscula compatible con ANT+, la unidad Edge puede leer sus datos.

1. Selecciona **MENÚ** >  > **Sistema** > **Báscula**.

Aparece un mensaje cuando se encuentra la báscula.

2. Sube a la báscula cuando se indique.

NOTA: si usas una báscula de análisis corporal, quítate los zapatos y los calcetines para asegurar que los parámetros corporales se leen y se registran.

3. Baja de la báscula cuando se indique.

SUGERENCIA: si se produce un error, baja de la báscula. Sube cuando se indique.

Configuración del perfil del usuario

Puedes actualizar tus configuraciones de sexo, edad, peso, altura, clase de actividad y deportista habitual. El dispositivo utiliza esta información para calcular los datos exactos del recorrido.

Selecciona **MENÚ** >  > **Perfil del usuario**.

Acerca de los deportistas habituales

Un deportista habitual es una persona que entrena de forma intensa desde hace muchos años (exceptuando periodos de lesiones menores) y tiene una frecuencia cardiaca en reposo de 60 pulsaciones por minuto (ppm) o menor. La configuración de deportista habitual afecta a los cálculos de determinadas básculas.

Acerca de las calorías

La tecnología de cálculo del consumo calórico y el análisis de la frecuencia cardiaca está proporcionada y respaldada por Firstbeat Technologies Ltd.

Para obtener más información, visita www.firstbeattechnologies.com.


Apéndice

Registro del dispositivo

Completa hoy mismo el registro en línea y ayúdanos a ofrecerte un mejor servicio.

- Visita <http://my.garmin.com>.
- Guarda la factura original o una fotocopia en un lugar seguro.

Acerca de la unidad Edge

Para visualizar la información importante sobre el software y el ID de unidad, selecciona **MENÚ** >  > **Acerca de Edge**.

Actualización del software

1. Selecciona una opción:
 - Utilizar WebUpdater. Visita www.garmin.com/products/webupdater.
 - Utilizar Garmin Connect. Visita www.garminconnect.com.
2. Sigue las instrucciones que se muestran en la pantalla.

Comunicación con el departamento de asistencia de Garmin

Ponte en contacto con el departamento de asistencia de Garmin si tienes alguna consulta acerca de este producto.

- En Estados Unidos, visita www.garmin.com/support o ponte en contacto con Garmin USA por teléfono llamando al (913) 397.8200 o al (800) 800.1020.
- En el Reino Unido, ponte en contacto con Garmin (Europe) Ltd. por teléfono llamando al 0808 2380000.
- En Europa, visita www.garmin.com/support y haz clic en **Contact Support** para obtener

Apéndice

información de asistencia local o ponte en contacto con Garmin (Europe) Ltd. por teléfono llamando al +44 (0) 870.8501241.

Compra de accesorios opcionales

Visita <http://buy.garmin.com> o ponte en contacto con tu distribuidor de Garmin para obtener información acerca de accesorios opcionales y piezas de repuesto.

Cuidados del dispositivo

NOTIFICACIÓN

No guardes el dispositivo en lugares en los que pueda quedar expuesto durante períodos prolongados a temperaturas extremas, ya que podría sufrir daños irreversibles.

No utilices nunca un objeto duro o afilado sobre la pantalla táctil, ya que ésta se podría dañar.

No utilices disolventes ni productos químicos que puedan dañar los componentes plásticos.

Limpeza del dispositivo

1. Utiliza un paño humedecido en una solución suave de detergente.
2. Seca el dispositivo.

Limpeza de la pantalla

1. Utiliza un paño limpio y suave que no suelte pelusa.
2. Si es necesario, utiliza agua, alcohol isopropílico o limpiador para gafas.
3. Vierte el líquido sobre el paño y frota suavemente la pantalla con él.

Cuidados del monitor de frecuencia cardiaca



NOTIFICACIÓN

Debes quitar el módulo de la correa antes de limpiarla.

La acumulación de sudor y sal en la correa puede reducir la capacidad para obtener datos precisos del monitor de frecuencia cardiaca.

- Visita www.garmin.com/HRMcare para obtener instrucciones detalladas sobre la limpieza.
- Enjuaga la correa después de cada uso.

- Lava la correa cada 7 usos. El método de limpieza queda determinado por los símbolos impresos en la correa.

Lavar a máquina	
Lavar a mano	

- No metas la correa en la secadora.
- Para prolongar la vida útil del monitor de frecuencia cardiaca, quita el módulo cuando no vayas a utilizarlo.



Especificaciones

NOTIFICACIÓN

La unidad Edge es resistente al agua conforme a la norma IEC 60529 IPX7. Puede resistir la inmersión a una profundidad de 1 metro bajo el agua durante 30 minutos. La inmersión prolongada puede ocasionar daños en el dispositivo. Tras la inmersión, asegúrate de limpiar y secar el dispositivo al aire antes de usarlo o de cargarlo.

Apéndice

Especificaciones de la unidad Edge	
Tipo de batería	Batería de ión-litio integrada y recargable de 1100 mAh
Autonomía de la batería	15 horas, uso normal
Batería externa opcional (accesorio)	20 horas, uso normal
Rango de temperaturas de funcionamiento	De -4 °F a 140 °F (de -20 °C a 60 °C)
Rango de temperaturas de carga	De 32 °F a 113 °F (de 0 °C a 45 °C)
Correas (juntas circulares) para instalar la unidad Edge	<p>Dos tamaños:</p> <ul style="list-style-type: none"> 1,3 × 1,5 × 0,9 in AS568-125 1,7 × 1,9 × 0,9 in AS568-131 <p>NOTA: usa sólo correas de repuesto de caucho de etileno dieno propileno (EPDM). Visita http://buy.garmin.com o ponte en contacto con tu distribuidor de Garmin.</p>

Especificaciones del monitor de frecuencia cardiaca	
Resistencia al agua	98,4 ft (30 m) Este producto no transmite datos de frecuencia cardiaca al dispositivo GPS mientras nadas.
Pila	CR2032, 3 voltios, sustituible por el usuario (página 48).
Autonomía de la pila	Aproximadamente 4,5 años (1 hora al día)
Temperatura de funcionamiento	De 23 °F a 122 °F (de -5 °C a 50 °C) NOTA: con temperaturas bajas, debes llevar prendas adecuadas para que la temperatura del monitor de frecuencia cardiaca sea similar a la corporal.
Radiofrecuencia/ protocolo	2,4 GHz/protocolo de comunicación inalámbrica ANT+

Especificaciones del sensor GSC 10	
Resistencia al agua	IPX7
Pila	CR2032, 3 voltios, sustituible por el usuario (página 48).
Autonomía de la pila	Aproximadamente 1,4 años (1 hora al día)
Temperatura de funcionamiento	De 5 °F a 158 °F (de -15 °C a 70 °C)
Radiofrecuencia/ protocolo	2,4 GHz/protocolo de comunicación inalámbrica ANT+

Acerca de la batería




AVISO

Este producto contiene una batería de ión-litio. Consulta la guía *Información importante sobre el producto y tu seguridad* que se incluye en la caja del producto y en la que encontrarás advertencias e información importante sobre el producto.


Prolongación de la autonomía de la batería

El uso continuado de la retroiluminación de la pantalla puede reducir significativamente la autonomía de la batería.

Disminución de la retroiluminación


1. Pulsa  para abrir la página de estado.
2. Ajusta el brillo.

Ajuste de la duración de la retroiluminación

1. Selecciona **MENÚ** >  > **Sistema** > **Pantalla** > **Duración de la retroiluminación**.
2. Selecciona una duración breve de la retroiluminación.

Activación de la función de apagado automático

Esta función apaga automáticamente la unidad Edge tras 15 minutos de inactividad.

1. Selecciona **MENÚ** >  > **Sistema** > **Configuración del sistema** > **Apagado automático**.
2. Selecciona **Activado**.

Carga de la unidad Edge

NOTIFICACIÓN

Para evitar la corrosión, seca totalmente el puerto mini-USB, la tapa de goma y la zona que la rodea antes de cargar o conectar la unidad a un ordenador.

1. Enchufa el cargador de CA a una toma de pared estándar.
2. Levanta la tapa de goma ① del puerto mini-USB ②.



3. Enchufa el extremo pequeño del cargador de CA al puerto mini-USB.

Para conectar el dispositivo al ordenador mediante el cable USB, consulta la [página 21](#).

4. Carga por completo el dispositivo.

Cuando la batería está completamente cargada puede durar hasta 15 horas.

Pilas del monitor de frecuencia cardiaca y del sensor GSC 10

⚠ AVISO

No utilices un objeto puntiagudo para retirar las pilas sustituibles por el usuario.

⚠ ADVERTENCIA

Ponte en contacto con el servicio local de recogida de basura para reciclar correctamente las pilas. Perclorato: puede requerir una manipulación especial. Consulta www.dtsc.ca.gov/hazardouswaste/perchlorate.

Sustitución de la pila del monitor de frecuencia cardíaca

1. Utiliza un destornillador Phillips pequeño para quitar los cuatro tornillos de la parte posterior del módulo.
2. Retira la tapa y la pila.

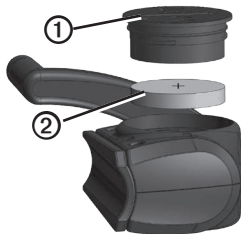


3. Espera 30 segundos.
4. Inserta la nueva pila con el polo positivo hacia arriba.
NOTA: no deteriores ni pierdas la junta circular.
5. Vuelve a colocar la tapa y los cuatro tornillos.

Tras haber sustituido la pila del monitor de frecuencia cardíaca, debes volver a vincularlo con el dispositivo ([página 13](#)).

Sustitución de la pila del sensor GSC 10

1. Localiza la tapa de pilas circular ① en el lateral del sensor GSC 10.



2. Utiliza una moneda para girar la tapa en el sentido contrario a las agujas del reloj hasta que se afloje lo suficiente para poder retirarla (la flecha apunta hacia la posición de desbloqueo).
3. Retira la tapa y la pila ②.
4. Espera 30 segundos.

Apéndice

5. Inserta la nueva pila con el polo positivo hacia arriba.
NOTA: procura no deteriorar ni perder la junta circular de la tapa.
6. Utiliza una moneda para girar la tapa en el sentido de las agujas del reloj y volverla a colocar en su sitio (la flecha apunta hacia la posición de bloqueo).

Tras haber sustituido la pila del sensor GSC 10 debes volver a vincularlo al dispositivo ([página 15](#)).

Tamaño y circunferencia de la rueda

El tamaño de la rueda aparece en ambos laterales de la misma. Para modificar el perfil de la bicicleta, consulta la [página 36](#).

Tamaño de la rueda	L (mm)
12 × 1,75	935
14 × 1,5	1020
14 × 1,75	1055
16 × 1,5	1185
16 × 1,75	1195
18 × 1,5	1340
18 × 1,75	1350
20 × 1,75	1515
20 × 1-3/8	1615
22 × 1-3/8	1770
22 × 1-1/2	1785
24 × 1	1753
24 × 3/4 tubular	1785




Tamaño de la rueda	L (mm)
24 × 1-1/8	1795
24 × 1-1/4	1905
24 × 1,75	1890
24 × 2,00	1925
24 × 2,125	1965
26 × 7/8	1920
26 × 1(59)	1913
26 × 1(65)	1952
26 × 1,25	1953
26 × 1-1/8	1970
26 × 1-3/8	2068
26 × 1-1/2	2100
26 × 1,40	2005
26 × 1,50	2010
26 × 1,75	2023
26 × 1,95	2050
26 × 2,00	2055
26 × 2,10	2068

Apéndice

Tamaño de la rueda	L (mm)
26 × 2,125	2070
26 × 2,35	2083
26 × 3,00	2170
27 × 1	2145
27 × 1-1/8	2155
27 × 1-1/4	2161
27 × 1-3/8	2169
650 × 35A	2090
650 × 38A	2125
650 × 38B	2105
700 × 18C	2070
700 × 19C	2080
700 × 20C	2086
700 × 23C	2096
700 × 25C	2105
700 × 28C	2136
700 × 30C	2170
700 × 32C	2155

Tamaño de la rueda	L (mm)
700C tubular	2130
700 × 35C	2168
700 × 38C	2180
700 × 40C	2200

Solución de problemas

Problema	Solución
Necesito calibrar la pantalla táctil.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Apaga el dispositivo. 2. Mantén pulsado RESET mientras enciendes el dispositivo. SUGERENCIA: también puedes seleccionar MENÚ >  > Sistema > Pantalla > Calibración de pantalla.
Los botones no responden. ¿Cómo puedo restablecer la unidad Edge?	<p>Mantén pulsado  durante 10 segundos.</p> <p>NOTA: con esta acción no se borra ningún dato ni configuración.</p>
Quiero borrar todos los datos de usuario de la unidad Edge.	<p>NOTA: este procedimiento elimina toda la información introducida por el usuario, pero no elimina el historial.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Apaga el dispositivo. 2. Coloca el dedo sobre la esquina superior izquierda de la pantalla táctil. 3. Mientras la mantienes pulsada, enciende el dispositivo. 4. Selecciona Sí.
¿Cómo restablezco el dispositivo a la configuración de fábrica original?	<p>Selecciona MENÚ >  > Sistema > Configuración inicial > Restablecer a valores por defecto de fábrica > Sí.</p>
El dispositivo no detecta señales de satélite.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mantén el dispositivo fuera de cualquier aparcamiento y lejos de edificios y árboles altos. 2. Enciende el dispositivo. 3. Permanece parado durante varios minutos.
La batería no dura mucho tiempo.	<p>Reduce el brillo y la duración de la retroiluminación (página 47).</p>
¿Cómo puedo saber si la unidad Edge está en modo de almacenamiento masivo USB?	<p>En los ordenadores con Windows aparecerá una nueva unidad de disco extraíble en Mi PC y en los ordenadores Mac aparecerá un nuevo volumen montado.</p>

Apéndice

Problema	Solución
La unidad Edge está conectada al ordenador pero no entra en el modo de almacenamiento masivo.	Puede que hayas cargado un archivo dañado. <ol style="list-style-type: none">1. Desconecta la unidad Edge del ordenador.2. Apaga la unidad Edge.3. Mantén pulsado RESET mientras conectas la unidad Edge al ordenador. Sigue pulsando RESET durante 10 segundos o hasta que la unidad Edge entre en el modo de almacenamiento masivo.
No encuentro ninguna unidad extraíble en la lista de unidades.	Si tienes varias unidades de red asignadas en el ordenador, puede que Windows tenga problemas para asignar letras de unidad a las unidades Garmin. Consulta el archivo de ayuda del sistema operativo para obtener más información sobre cómo asignar las letras de unidad.
Se ha cambiado el nombre del archivo de trayectos, rutas o tracks.	Puedes cargar archivos .tcx, .gpx y .crs en la unidad Edge. Cuando seleccionas el trayecto por cualquier razón, el archivo se convierte en un archivo de trayecto .fit.
No puedo encontrar el waypoint que transferí al dispositivo.	Los waypoints se convierten y se añaden al archivo locations.fit. Selecciona MENÚ > Destino > Ubicaciones .
Faltan datos en el historial de la unidad Edge.	Cuando la memoria de la unidad Edge esté llena, no grabará más datos. Transfiere datos al ordenador con regularidad para evitar que se pierdan.
Necesito sustituir las correas del soporte.	Visita http://buy.garmin.com o ponte en contacto con tu distribuidor de Garmin. Compra correas realizadas exclusivamente con EPDM.

Índice

A

- accesorios 12, 44
- actualizar software 43
- alertas 4
- altura
 - campos de datos 31
 - ubicación 27
- apagado automático 47
- archivos
 - borrar 24
 - cargar 23
- Auto Lap 36, 37
- Auto Pause 38

B

- báscula 42
- batería
 - cargar 1
 - Edge 47–48
 - monitor de frecuencia cardiaca 48–49
- batería de ión-litio 1, 46

- bloqueo de la pantalla táctil 3
- borrar
 - archivos 24
 - historial 21
 - sesiones de entrenamiento 8
 - trayectos 11
 - ubicaciones 27
- botones 2

C

- cadencia
 - alertas 5
 - campos de datos 31
 - entrenamiento 16
- calibrar el medidor de potencia 16
- caloría
 - alertas 4
 - campos de datos 32
 - consumo 42
- campo de datos de temperatura 34
- campos de datos 3, 31–34
- campos de datos
 - personalizados 31–34
- carga de datos 23

- cargar archivos 23
- cargar la unidad Edge 1, 48
- configuración 31
- configuración del mapa 30–31
- configuración del modo fuera de la carretera 27
- configuración de ruta 27
- configuración inicial 41
- coordenadas 26
- correas 46, 54
- cuentakilómetros 32

D

- departamento de asistencia 43
- departamento de asistencia de Garmin 43
- deportista habitual 42
- descargar software
- Desplazamiento automático 38
- detectar señales de satélite 40, 53
- direcciones 28
- distancia
 - alertas 4
 - campos de datos 32

Índice

- E**
editar
 características del trayecto 10
entrenamiento
 interiores 39
entrenar con la unidad Edge 4
especificaciones 45
especificaciones técnicas 45
- F**
frecuencia cardíaca
 alertas 5
 campos de datos 33–34
 zonas 13–15
funciones de navegación 25–27
- G**
Garmin Connect 20
GPS
 página Satélite 40
 precisión 34
grabación de datos 22
grabación inteligente 22
grabar historial 4
GSC 10 16, 18, 47
guardar datos 4
guardar el dispositivo 44
- H**
histórico 20, 54
 borrar 21
 ver 20
- I**
ID de unidad 43
idioma 41
información de seguridad 1
- J**
juntas circulares (correas) 46
- L**
limpiar el dispositivo 44
- M**
mapas 28
marcar tu ubicación 25
mensaje de notificación de
 comienzo 39
monitor de frecuencia cardíaca 13
limpieza 39
- N**
navegación fuera de carretera 27
- P**
pantalla táctil 2–3
 calibrar 53
 limpiar 44
parámetros de configuración 41
pendiente 33
perfil del usuario 42
perfiles
 bicicleta 36
 usuario 42
perfiles de bicicleta 36
 cambiar 3
piezas de repuesto 44
potencia
 alertas 5
 campos de datos 34–35
 grabación de datos 22
 metros 16
 zonas 17
puntos de interés 29
- R**
ranura de la tarjeta microSD 22
registrar el dispositivo 1, 43
registro del producto 43
retroiluminación 3, 40, 47
- S**
señales de satélite 40, 53
sensor de velocidad y cadencia 47

sensores ANT+ 12–19
 especificaciones 46
 solución de problemas 18
 vincular 13

sesiones de entrenamiento 5–8
 borrar 8
 cargar 23

software
 actualizaciones 43

solución de problemas 53

suprimir los datos de usuario 53

T

tamaño del neumático 36, 51

tamaños de la rueda 36, 51

tapa de goma 23

tarjeta de memoria 22

temporizador 20

tiempo

 alertas 4

 campos de datos 34

 husos y formatos 41

 total transcurrido 38

tiempo en pausa 38

tonos 41

transferir datos 23

trayectos 9–11, 24
 borrar 11
 cargar 23
 editar 10
 velocidad 11

U

ubicaciones
 borrar 27
 buscar 28
 editar 27
 guardar 25

 marcar 25

 proyectar 27

 últimos encontrados 26

ubicaciones encontradas
 recientemente 26

unidades de medida 41

USB 23, 53

V

velocidad vertical 35

vincular sensores ANT+ 12

Virtual Partner 8, 9, 11

volver al inicio 26

Z

zonas
 frecuencia cardiaca 13–15
 potencia 17
 tiempo 41

Para obtener las últimas actualizaciones gratuitas del software (excluyendo la cartografía) a lo largo de la vida de los productos de Garmin que hayas adquirido, visita el sitio Web de Garmin en www.garmin.com.

**GARMIN**[®]



© 2010-2012 Garmin Ltd. o sus subsidiarias

Garmin International, Inc.
1200 East 151st Street Olathe, Kansas 66062, EE. UU.

Garmin (Europe) Ltd.
Liberty House, Hounslow Business Park Southampton, Hampshire, SO40 9LR Reino Unido

Garmin Corporation
No. 68, Zhangshu 2nd Road, Xizhi Dist. New Taipei City, 221, Taiwán (R.O.C.)