

HRM 600

Īpašnieka rokasgrāmata

© 2025 Garmin Ltd. vai tā meitasuzņēmumi

Visas tiesības paturētas. Saskaņā ar autortiesību likumiem šo rokasgrāmatu nedrīkst ne pilnībā, ne daļēji kopēt bez Garmin rakstiskas piekrišanas. Garmin patur tiesības veikt savu produktu izmaiņas vai uzlabojumus un mainīt šīs rokasgrāmatas saturu, par šādām izmaiņām vai uzlabojumiem nepaziņojot nevienai personai vai organizācijai. Lai saņemtu nesenākos atjauninājumus un papildinformāciju par šī produkta lietošanu, dodieties uz www.garmin.com.

Garmin®, Garmin logotips un ANT+® ir Garmin Ltd. vai tā meitasuzņēmumu preču zīmes, kas ir reģistrētas ASV un citās valstīs. Šīs preču zīmes nedrīkst lietot bez skaidri izteiktas Garmin atļaujas. Garmin Connect™, Garmin Express™ un TrueUp™ ir Garmin Ltd. vai tā meitasuzņēmumu preču zīmes. Šīs preču zīmes nedrīkst lietot bez skaidri izteiktas Garmin atļaujas.

Vārdiskā preču zīme BLUETOOTH® un logotipi ir Bluetooth SIG, Inc. īpašums, un Garmin visos gadījumos šīs zīmes izmanto saskaņā ar licenci. Mac® ir Apple Inc. Amerikas Savienotajās Valstīs un citās valstīs reģistrēta preču zīme. Citas preču zīmes un tirdzniecības nosaukumi pieder to attiecīgajiem īpašniekiem.

M/N: A04863

Saturs

Sirds darbības ritma monitora

norādījumi..... 1

HRM 600 aktivizēšana pirmo reizi.....	1
Savienošana pārī un iestatīšana.....	1
HRM 600 uzlikšana.....	4
Skriešanas dinamika.....	5
Skriešanas temps un distance.....	5
Sirds darbības ritms peldēšanas laikā.....	5
Aktivitātes ierakstīšana.....	6
Aktivitātes izsekošana.....	6
Savienošana ar sporta aprīkojumu.....	7

Informācija par ierīci..... 7

Siksnas kopšana.....	7
Ierīces uzlāde.....	8
Ierīces pievienošana datoram.....	8
Specifikācijas.....	8
Ierobežotā garantija.....	9

Traucējummeklēšana..... 9

Statusa gaismas diode.....	9
Padomi mainīgu sirds darbības ritma datu gadījumā.....	10
Kā pārbaudīt baterijas uzlādes līmeni?.....	10
HRM 600 programmatūras atjaunināšana.....	10
Ierīces atiestatīšana, izmantojot lietotni Garmin Connect.....	10

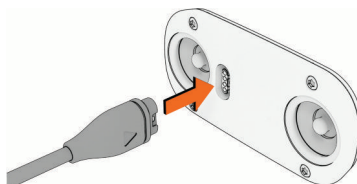
Sirdsdarbības ritma monitora norādījumi

⚠ BRĪDINĀJUMS

Skatiet ierīces komplektācijā iekļauto ceļvedi *Svarīga informācija par drošību un ierīci*, lai uzzinātu uz ierīci attiecināmos brīdinājumus un citu svarīgu informāciju.

HRM 600 aktivizēšana pirmo reizi

- 1 Savienojiet HRM 600 moduli ar barošanas avotu 2 sekundes.



- 2 Atvienojiet HRM 600.

Savienošana pāri un iestatīšana

Savienojumu veidi un gaismas diožu darbība

HRM 600 atbalsta drošos un atvērtos savienojumu veidus.

Aizsargāt: drošais Bluetooth® savienojuma veids ir šifrēts un autentificēts. Sarakstu ar Garmin® ierīcēm, kas atbalsta drošo savienojumu veidošanu, skatiet vietnē garmin.com/hrm_connection_types. Dažām Garmin ierīcēm var būt nepieciešama programmatūras atjaunināšana.

Kad HRM 600 ir aktīvs un izmanto drošu savienojumu, gaismas diode mirgo ■ ■ (2 reizes) ik pēc 5 sekundēm.

Atvērt: atvērtais savienojuma veids atbalsta visas Garmin ierīces, kas ir saderīgas ar sirdsdarbības ritma monitoriem. ANT+® savienojumi un daži Bluetooth savienojumi ir atvērti. Atvērtais savienojuma veids ir ieteicams arī Bluetooth savienošanai pāri ar trešo pušu viedpulksteņiem, planšetdatoriem vai fitnesa aprīkojumu.

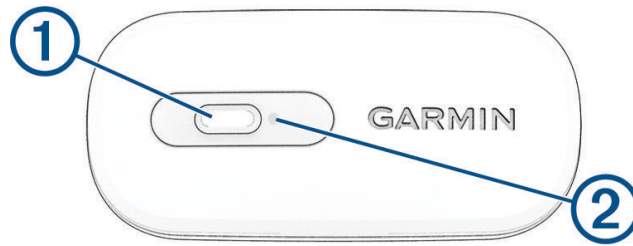
Kad HRM 600 ir aktīvs un izmanto atvērtu savienojumu, gaismas diode mirgo ■ ■ ■ (3 reizes) ik pēc 5 sekundēm.

IETEIKUMS. veidojot savienojumu pāri, uzturieties 10 m (33 pēdu) attālumā no citiem sirdsdarbības ritma monitoriem.

HRM 600 savienošana pārī ar saderīgu ierīci

HRM 600 varat savienot pārī ar saderīgu Garmin ierīci, viedpulksteni, planšetdatoru vai fitnesa aprīkojumu (*Savienojumu veidi un gaismas diožu darbība, 1. lappuse*).

- 1 HRM 600 modulī nospiediet pogu ①, lai to pamodinātu.



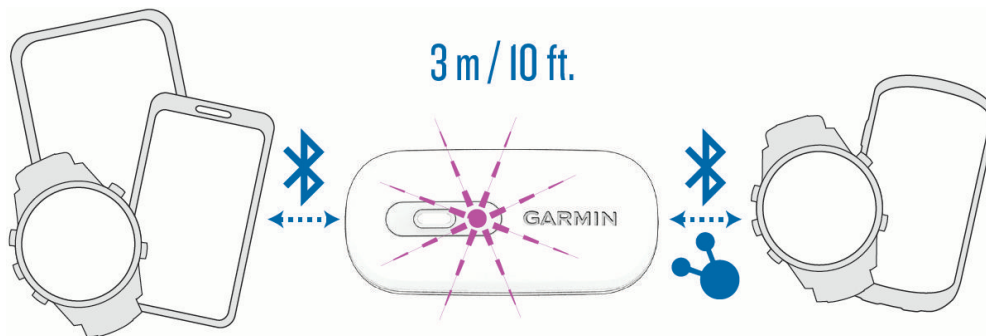
Gaismas diode ② mirgo ■■■ krāsā, kad tā ir aktīva un izmanto drošu savienojumu.

- 2 Pārbaudiet, vai jūsu Garmin ierīce atbalsta gaismas diodes norādīto savienojuma veidu.

Varat divreiz ātri nospriest pogu, lai pārslēgtos starp savienojuma veidiem (*Savienojumu veidi un gaismas diožu darbība, 1. lappuse*). Gaismas diode mirgo ■■■■, kad tā ir aktīva un izmanto atvērtu savienojumu.

IETEIKUMS. daudzas saderīgās ierīces un lietotnes izmanto atvērtu savienojumu.

- 3 Nospiediet un turiet nospiektu pogu 4 sekundes, lai ieietu pārī savienošanas režīmā.



Gaismas diode mirgo ■ nepārtraukti.

HRM 600 5 minūtes ir pāra savienojuma režīmā.

Lai izietu no pāra savienojuma režīma, varat nospriest pogu.

- 4 Atlasiet opciju:

- Savā Garmin ierīcē atveriet sensoru izvēlni, lai pievienotu ārēju sirds darbības ritma sensoru.

PIEZĪME. pāra veidošanas norādes katrai ar Garmin saderīgai ierīcei atšķiras. Informāciju sk. īpašnieka rokasgrāmatā.

- Savā trešās puses ierīcē atveriet Bluetooth iestatījumus.

HRM 600 jābūt redzamam pieejamo ierīču sarakstā.

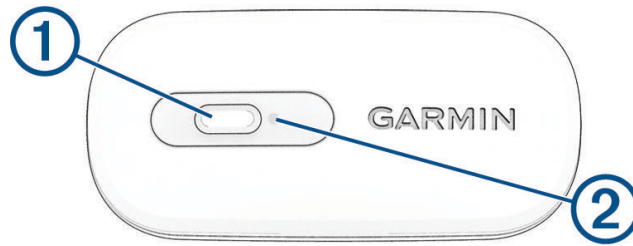
- 5 Atlasiet HRM 600.

Kad pirmo reizi ir izveidots pāra savienojums, ierīce automātiski atpazīst HRM 600 ikreiz, kad tas ir aktīvs un atrodas uztveršanas diapazonā.

HRM 600 savienošana pārī ar lietotni Garmin Connect™

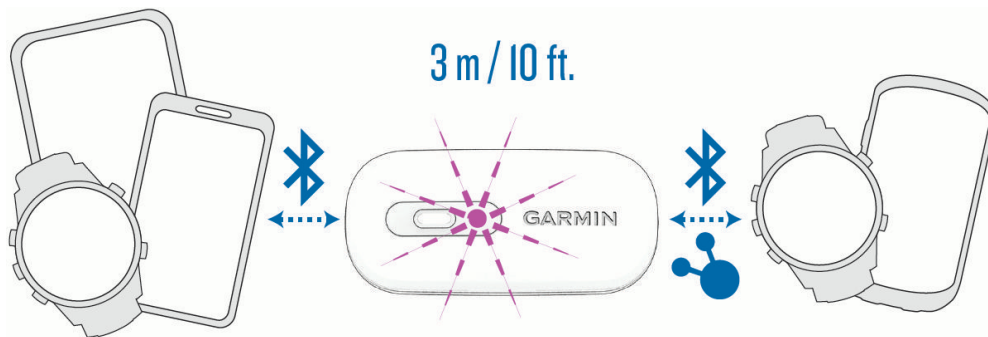
Lietotne Garmin Connect ļauj pielāgot iestatījumus, saņemt programmatūras atjauninājumus un ierakstīt un sinhronizēt aktivitātes, izmantojot HRM 600, to nesavienojot ar viedpulksteni vai velosipēda datoru.

- 1 HRM 600 modulī nospiediet pogu ①, lai to pamodinātu.



Gaismas diode ② mirgo ■, kad ierīce ir aktīva un pārraida.

- 2 No tālruņa lietotņu veikala instalējiet un atveriet lietotni Garmin Connect.
- 3 Nospiediet un turiet nospiešu pogu 4 sekundes, lai ieietu pārī savienošanas režīmā.



Gaismas diode mirgo ■ nepārtraukti.

HRM 600 5 minūtes ir pāra savienojuma režīmā.

Lai izietu no pāra savienojuma režīma, varat nospieš pogu.

- 4 Atlasiet opciju, lai pievienotu HRM 600 savam Garmin Connect kontam:
 - Ja šī ir pirmā reize, kad veidojat ierīces savienojumu pārī ar lietotni Garmin Connect, izpildiet ekrānā redzamās norādes.
 - Ja esat jau izveidojis pāra savienojumu citai ierīcei, izmantojot Garmin Connect lietotni, atlasiet **••• > Garmin ierīces > Pievienot ierīci** un izpildiet ekrānā redzamos norādījumus.

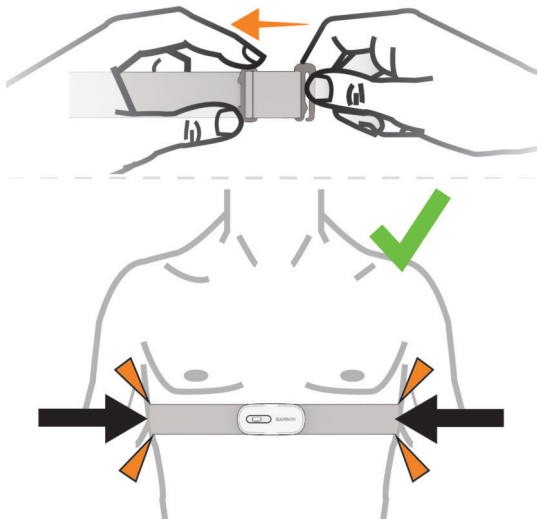
HRM 600 uzlikšana

1 Iestipriniet moduli siksniņā.

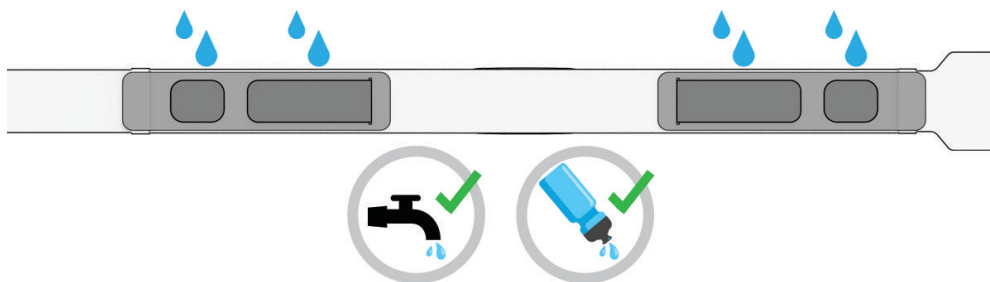


PIEZĪME. abiem Garmin logotipiem jābūt vērstiem uz augšu.

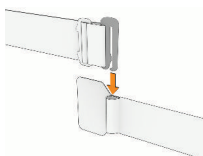
2 Pielāgojiet siksnu.



3 Samitriniet sensorus.



4 Pievienojiet siksnu āķi ķermeņa labajā pusē.



Skriešanas dinamika

Varat izmantot savu saderīgo Garmin pulksteni, kas savienots pārī ar HRM 600 sirdsdarbības ritma monitoru, lai reāllaikā sniegtu atgriezenisko saiti par jūsu skriešanas formu.

Sirdsdarbības ritma monitors ir kustību sensors, kas mēra ķermeņa kustības, lai aprēķinātu skriešanas parametrus. Papildinformāciju skatiet vietnē garmin.com/performance-data/running.

PIEZĪME. saskares ar zemi un soļu ātruma zuduma rādītāji nav pieejami iešanas laikā.

Kadence: soļu skaits ciklā ir soļu skaits minūtē. Tas rāda kopējo soļu skaitu (kreisā un labā kāja kopā).

Soļa garums: soļa garums ir garums no viena soļa līdz nākamajam. Tas tiek mērīts metros.

Vertikālās svārstības: vertikālās svārstības ir jūsu elastīgums skriešanas laikā. Šis rādītājs atspoguļo jūsu ķermeņa vertikālo kustību, mērītu centimetros.

Vertikālais koeficients: vertikālais koeficients ir vertikālo svārstību attiecība pret soļa garumu. Tas tiek rādīts procentos. Zemāks skaitlis parasti rāda labāku skriešanas formu.

Saskares ar zemi laiks: saskares ar zemi laiks rāda, cik ilgu laiku katrā spertajā solī skrienot kāja ir pie zemes. Tas tiek mērīts milisekundēs.

Saskares ar zemi laika balanss: saskares ar zemi laika balanss atspoguļo kreisās/labās kājas saskares ar zemi laika balansu skrienot. Tas tiek rādīts procentos. Piemēram, 53,2 un pa kreisi vai pa labi vērsta bultiņa.

Soļa ātruma zudums: soļa ātruma zudums parāda, cik lielā mērā jūs palēnināt tempu brīdī, kad pēda saskaras ar zemi, kamēr skrienat. To mēra centimetros sekundē. Zemāks rādītājs parasti ir labāks, jo tas norāda, ka jums jāizmanto mazāk enerģijas, lai atkal paātrinātos.

Procentuālais soļa ātruma zudums: procentuālais soļa ātruma zudums parāda, cik lielā mērā jūs palēnināt tempu brīdī, kad pēda saskaras ar zemi, kā procentuālo daļu no jūsu skriešanas ātruma. Tas ņem vērā to, ka soļa ātruma zudums parasti palielinās ar lielāku skriešanas ātrumu.

Skriešanas temps un distance

Sirdsdarbības ritma monitors aprēķina jūsu skriešanas tempu un distanci, pamatojoties uz jūsu lietotāja profilu un kustību, ko nosaka sensors katrā jūsu solī. Sirdsdarbības ritma monitors nosaka skriešanas tempu un distanci, ja GPS nav pieejams, piemēram, skriešanas laikā uz skrejceļiņa. Jūs varat aplūkot savu skriešanas tempu un distanci savā saderīgajā Garmin ierīcē, ja tā ir savienota, izmantojot ANT+ vai drošo Bluetooth tehnoloģiju. To var skatīt arī saderīgās trešo pušu treniņu lietotnēs.

Sirdsdarbības ritms peldēšanas laikā

Sirdsdarbības ritma monitors ieraksta un saglabā jūsu sirdsdarbības ritma datus, kamēr jūs peldat. Kamēr sirdsdarbības ritma monitors atrodas zem ūdens, sirdsdarbības ritma dati netiek pārraidīti uz dati pārī savienotajām Garmin ierīcēm.

Pārliecinieties, vai sirdsdarbības ritma monitors cieši pieguļ, ja to izmantojat peldēšanas laikā. Sirdsdarbības ritma monitors kustības uz krūškurvja var ietekmēt sirdsdarbības ritma mērījumu precizitāti. Peldot baseinā, sirdsdarbības ritma monitors ir jāvalkā zem peldkostīma vai triatlona tērpa augšdaļas. Pretējā gadījumā tas var noslīdēt no krūtīm, atspiežoties pret baseina sienu.

Lai skatītu saglabātos pulsa datus vēlāk, jums ir jāpalaiž laiknoteikta aktivitāte pārī savienotā Garmin ierīcē. Atpūtas intervālos, kad sirdsdarbības ritma monitors ir ārpus ūdens, tas nosūta jūsu vidējā un maksimālā sirdsdarbības ātruma datus par iepriekšējo intervālu, kā arī jūsu reāllaika sirdsdarbības ātruma datus uz jūsu Garmin ierīci.

Jūsu Garmin ierīce automātiski lejupielādē saglabātos sirdsdarbības ritma datus no sirdsdarbības ritma monitora, kad saglabājat savu laiknoteikto peldēšanas aktivitāti. Kamēr dati tiek lejupielādēti, jūsu sirdsdarbības ritma monitoram ir jābūt ārpus ūdens, aktīvam un jāatrodas ierīces diapazonā (3 m). Savu peldēšanas aktivitāti ar sirdsdarbības ritma datiem varat skatīt ierīces vēsturē un savā Garmin Connect kontā.

PIEZĪME. lai reģistrētu sirdsdarbības ritma datus peldēšanas laikā, jūsu piederums HRM 600 jāsavieno pārī ar jūsu saderīgo Garmin ierīci, izmantojot ANT+ vai drošo Bluetooth tehnoloģiju. Sirdsdarbības ritma datu reģistrēšanu peldēšanas laikā atbalsta tikai dažas Garmin ierīces.

Piekluve saglabātajiem sirdsdarbības ritma datiem

Ja jūs saglabājat laiknoteiktu aktivitāti bez saglabāto sirdsdarbības ritma datu augšupielādes, vēlāk jūs varat lejupielādēt datus no HRM 600 sirdsdarbības ritma monitora.

- 1 Uzlieciet sirdsdarbības ritma monitoru.
- 2 Savā saderīgajā Garmin pulkstenī atlasiet izvēlni **Vēsture**.
- 3 Kamēr valkājat HRM 600 sirdsdarbības ritma monitoru, atlasiet saglabāto laiknoteikto aktivitāti.
- 4 Atlasiet **Lejupielādēt SR**.

Jūsu Garmin pulkstenis ģenerē jaunu aktivitātes failu ar sirdsdarbības ritma datiem. Iespējums, jums vajadzēs manuāli importēt jaunu failu savā Garmin Connect kontā.

Aktivitātes ierakstīšana

Kad ir izveidots pāra savienojums ar lietotni Garmin Connect, varat ierakstīt laiknoteiktas aktivitātes tieši savā HRM 600. Tas var būt noderīgi komandu sporta veidiem, cīņas sporta veidiem vai citām aktivitātēm, kurās nepieciešams noņemt pulksteni. Varat ierakstīt līdz pat 24 stundām.

PIEZĪME. sirdsdarbības ritma monitors neieraksta, ja akumulatora uzlādes līmenis ir mazāks par 5 % (*Kā pārbaudīt baterijas uzlādes līmeni?*, 10. lappuse). Ja ierakstāt aktivitāti un akumulatora uzlādes līmenis norītas zem 5 %, sirdsdarbības ritma monitors automātiski pārtrauks ierakstīšanu.

- 1 Uzlieciet sirdsdarbības ritma monitoru.
- 2 Ja nepieciešams, nospiediet pogu, lai aktivizētu sirdsdarbības ritma monitoru.
- 3 Lietotnē Garmin Connect atlasiet **••• > Garmin ierīces**.
- 4 Atlasiet HRM 600.
- 5 Atlasiet **Aktivitātes ierakstīšana**.

- 6 Lai sāktu aktivitāti, izpildiet ekrānā redzamās norādes.

Gaismas diodes mirgo   ik pēc piecām sekundēm, kamēr sirdsdarbības ritma monitors ir aktīvs un ieraksta aktivitāti.

PIEZĪME. aktivitātes ierakstīšanas laikā nav jāatrodas tālruņa diapazonā.

- 7 Pēc tam, kad aktivitāte ir pabeigta, lietotnes Garmin Connect aktivitātes ekrānā atlasiet **Apturēt > Saglabāt**.
Ja noņemsiet sirdsdarbības ritma monitoru, lietotnē Garmin Connect neatlasot **Apturēt > Saglabāt**, sirdsdarbības ritma monitors automātiski pārtrauks ierakstīšanu un saglabās aktivitāti pirms pārslēgsies miega režīmā. Tas arī mēģina sinhronizēt aktivitāti ar lietotni Garmin Connect.

Aktivitātes izsekošana

Kad valkājat HRM 600 sirdsdarbības ritma monitoru, tas uzrauga jūsu ikdienas aktivitāšu rādītājus. Aktivitāšu izsekošanas funkcija reģistrē jūsu soļu skaitu, attālumu, kalorijas, intensīvas darbības minūtes un sirdsdarbības ritmu visas dienas garumā. Lai izmantotu šo funkciju, sirdsdarbības ritma monitors ir jāsavieno pāri ar jūsu Garmin Connect kontu (*HRM 600 savienošana pāri ar lietotni Garmin Connect™*, 3. lappuse).

Pēc savienošanas pāri sirdsdarbības ritma monitors nosūta aktivitātes datus uz jūsu Garmin Connect kontu, ja monitors nav miega režīmā un atrodas jūsu tālruņa uztveršanas diapazonā. Ja aktivitātes laikā valkājat tikai sirdsdarbības ritma monitoru, funkcija TrueUp™ nosūta aktivitātes izsekošanas datus uz ikdienas kopsavilkuma sadaļu Garmin Connect un uz jūsu saderīgajām Garmin ierīcēm.

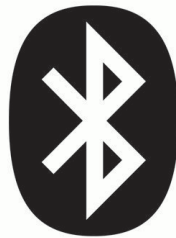
Savienošana ar sporta aprīkojumu

Sirdsdarbības ritma monitoru varat savienot ar saderīgu sporta aprīkojumu, izmantojot ANT+ vai Bluetooth tehnoloģiju. Šādi sirdsdarbības ritmu varēsiet skatīt aprīkojuma konsolē.

- Uz saderīga sporta aprīkojuma meklējiet ANT+LINK HERE logotipu.



- Uz saderīga sporta aprīkojuma meklējiet Bluetooth logotipu.



Informācija par ierīci

Siksnas kopšana

Pirms siksnas mazgāšanas ir jāatvieno un jāizņem modulis.

IEVĒRĪBAI

Sviedru un sāļu uzkrāšanās uz siksnas var sabojāt siksnu un samazināt ierīces spēju rādīt precīzus datus.

Lietojot pārāk daudz mazgāšanas līdzekļa, sikсна var tikt bojāta.

Siksnu žāvējot žāvētājā, tā var tikt neatgriezeniski bojāta.

Siksnu mazgājot karstā ūdenī, kura temperatūra pārsniedz 40 °C (104 °F), tā var tikt neatgriezeniski bojāta.

Mazgājiet siksnu, ja tā ir pakļauta hlora vai citu peldbaseinos izmantot ķīmikāliju iedarbībai. Ilgstoša šādu vielu iedarbība var bojāt sirdsdarbības ritma monitoru.

- Skalojiet siksnu pēc katras lietošanas reizes.
- Mazgājiet siksnu ik pēc septiņām lietošanas reizēm.
- Nelieciet siksnu veļas žāvētājā.

Padomi uzglabāšanai un aizsardzībai

IEVĒRĪBAI

Līdz minimumam samaziniet saskari ar saules aizsarglīdzekļiem, balinātājiem, moskītu atbaidītājiem un ķīmiskām vielām, kas sastopamas atsevišķos dezodorantos, dušas krēmos, ziepēs un pirmās palīdzības ziedēs. Jo īpaši, ar propilēnglikolu, dipropilēnglikolu un etilēndiamīntetraetiķskābi (EDTA), kas var bojāt siksnu.

- Uzglabājiet sirdsdarbības ritma monitoru, novietojiet to plakaniski.
- Izvairieties no sirdsdarbības ritma monitora saliekšanas vai ciešas sarullēšanas.
- Sirdsdarbības ritma monitoru neuzglabājiet tiešos saules staros vai pārlietu augstā/zemā temperatūrā.

Ierīces uzlāde

⚠ BRĪDINĀJUMS

Šī ierīce satur litija jonu bateriju. Skatiet ierīces komplektācijā iekļauto ceļvedi *Svarīga informācija par drošību un ierīci*, lai uzzinātu uz ierīci attiecināmos brīdinājumus un citu svarīgu informāciju.

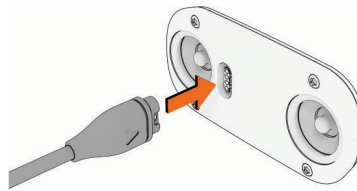
IEVĒRĪBAI

Lai novērstu koroziju, pirms lādēšanas rūpīgi notīriet un nožāvējiet kontaktus un apkārtējo zonu.

PIEZĪME. ierīce nelādējas, ja tā atrodas ārpus apstiprinātā temperatūras diapazona (*Specifikācijas, 8. lappuse*).

Ierīces komplektācijā ir iekļauts patentēts uzlādes kabelis. Papildaprīkojumu un rezerves daļas meklējiet vietnē buy.garmin.com vai sazinieties ar savu Garmin izplatītāju.

- 1 Atvienojiet un noņemiet moduli.
- 2 Pieslēdziet kabeli (▲ galu) uzlādes portā.



- 3 Kabeļa otru galu pievienojiet USB uzlādes portam.
- 4 Uzlādējiet ierīci pilnībā.
Uzlādes laikā statusa indikators mirgo ■. Kad uzlāde ir pabeigta, statusa indikators iedegas ■.
Uzlāde ilgst līdz 3 stundām.

IETEIKUMS. ierīci uzlādējot vismaz 10 minūtes, tiek nodrošināta līdz divām ilgā lietošana.

Ierīces pievienošana datoram

Ierīci HRM 600 var savienot ar datoru, lai instalētu programmatūras atjauninājumus vai aktivitāšu failus vai datus uz datoru.

- 1 Lietotnē Garmin Connect atlasiet ●●● > **Garmin ierīces**.
- 2 Atlasiet ierīci HRM 600.
- 3 Atlasiet **Sistēma > USB failu pieeja**.
- 4 Iespējojiet **Pieeja failiem caur USB**.
- 5 Pieslēdziet kabeli (▲ galu) ierīces uzlādes portā.
- 6 Kabeļa otru galu iespraudiet datora USB portā.

Atkarībā no datora operētājsistēmas ierīce tiek parādīta kā portatīva ierīce, noņemams disks vai noņemams sējums.

PIEZĪME. Mac® operētājsistēmas pēc noklusējuma ierīci neatrod. Lai mijiedarbotos ar failiem ierīcē, ir jāizmanto Garmin Express™ programmatūra.

Specifikācijas

Akumulatora veids: atkārtoti lādējams litija jonu akumulators

Akumulatora darbības laiks: līdz 2 mēnešiem ar 1 st./dienā

Ūdensizturība: 5 ATM¹

Darba temperatūras diapazons: no 0° līdz 40°C (no 32° līdz 104°F)

Uzlādes temperatūras diapazons: no 15° līdz 42°C (no 59° līdz 108°F)

ES Bezvadu frekvence (jauda): 2,4 GHz ar 9,9 dBm maks.

¹ Ierīce iztur spiedienu, kas līdzvērtīgs 50 m dziļumam. Papildinformāciju skatiet vietnē www.garmin.com/waterrating.

Ierobežotā garantija

Šai palīgierīcei ir piemērojama Garmin standarta ierobežota garantija. Lai iegūtu papildinformāciju, dodieties uz garmin.com/support/warranty.

Traucējummeklēšana

Statusa gaismas diode

Gaismas diode var palīdzēt novērst HRM 600 problēmas.

LED statuss	Apraksts	Darbība
Mirgo   ik pēc 5 sekundēm	Aktīvs un drošs savienojums	Jūs varat divreiz ātri nospiegt pogu, lai nomainītu savienojuma veidu uz atvērtu. Gaismas diodes krāsa atspoguļo baterijas darbības laiku (Kā pārbaudīt baterijas uzlādes līmeni? , 10. lappuse).
Mirgo    ik pēc 5 sekundēm	Aktīvs un atvērts savienojums	Jūs varat divreiz ātri nospiegt pogu, lai nomainītu savienojuma veidu uz drošu. Gaismas diodes krāsa atspoguļo baterijas darbības laiku (Kā pārbaudīt baterijas uzlādes līmeni? , 10. lappuse).
Pastāvīgi mirgo 	Pāra veidošanas režīms	Varat nospiegt pogu, lai aizvērtu pāra veidošanas režīmu (Savienošana pāri un iestatīšana , 1. lappuse).
Mirgo   ik pēc 5 sekundēm	Aktīvs un ieraksta laiknoteiktu aktivitāti	Pabeidziet aktivitāti un lietotnē Garmin Connect atlasiet Apturēt > Saglabāt (Aktivitātes ierakstīšana , 6. lappuse).
Ātri mirgo      un atkārtojas	Savienojuma kļūda	Noņemiet HRM 600 no pāri savienoto sensoru saraksta savā Garmin ierīcē vai tālrunī, pārslēdziet HRM 600 uz atvērtu savienojumu un vēlreiz savienojiet pāri (Savienošana pāri un iestatīšana , 1. lappuse).
Mirgo  	Programmatūras atjaunināšana	Pagaidiet, līdz atjaunināšana ir pabeigta (HRM 600 programmatūras atjaunināšana , 10. lappuse).
Pastāvīgi mirgo   	Ierīces atiestatīšana	Uzgaidiet, līdz atiestatīšana ir pabeigta (Ierīces atiestatīšana, izmantojot lietotni Garmin Connect , 10. lappuse).
Lēni mirgo 	Kļūdas stāvoklis	Sazinieties ar Garmin atbalsta dienestu.

Padomi mainīgu sirdsdarbības ritma datu gadījumā

Ja sirdsdarbības ritma dati ir mainīgi vai neparādās, varat izmēģināt tālāk redzamos ieteikumus.

- Nospiediet pogu, lai pārlicinātos, ka sirdsdarbības ritma monitors ir aktivizēts.
- Vēlreiz uzklājiet ūdeni uz elektrodiem un kontaktu virsmām (ja piemērojams)
- Pārbaudiet, vai abi stiprinājumi ir pilnībā pievienoti siksnei.
- Iesildieties 5–10 minūtes.
- Pārbaudiet, vai siksna ir pietiekami cieša, lai nodrošinātu minimālas kustības aktivitātes laikā.
- Ievērojiet kopšanas norādījumus ([Siksnas kopšana, 7. lappuse](#)).
- Netuvojieties avotiem, kuri var traucēt sirdsdarbības ritma monitora darbību.

Traucējumu avoti var būt spēcīgi elektromagnētiskie lauki, daži 2,4 GHz bezvadu sensori, augstsprieguma elektroliņijas, elektromotori, krāsnis, mikroviļņu krāsnis, 2,4 GHz bezvadu tālruņi un bezvadu LAN piekļuves punkti.

Kā pārbaudīt baterijas uzlādes līmeni?

Baterijas uzlādes līmeni var pārbaudīt trīs veidos.

- Uz HRM 600 moduļa nospiediet pogu, lai to aktivizētu.
 - Baterijas uzlādes līmenis ir pietiekams .
 - Baterijas uzlādes līmenis ir zems .
 - Baterijas uzlādes līmenis ir kritiski zems .
- Savā savienotajā Garmin ierīcē atveriet sensoru izvēlni un atlasiet HRM 600.
- Lietotnē Garmin Connect atlasiet **••• > Garmin ierīces** un atlasiet HRM 600.

HRM 600 programmatūras atjaunināšana

HRM 600 var saņemt programmatūras atjauninājumus no savienotas Garmin ierīces vai tiešā veidā vai nu no Garmin Connect lietotnes vai Garmin Express datora lietotnes ([Ierīces pievienošana datoram, 8. lappuse](#)).

1 Uz HRM 600 moduļa nospiediet pogu, lai to aktivizētu.

2 Novietojiet ierīces 3 m (10 pēdu) attālumā.

3 Atlasiet opciju:

- Sinhronizējiet saderīgu Garmin ierīci ar lietotni Garmin Connect.

Ja ir pieejams atjauninājums, savienotā ierīce lūdz piemērot atjauninājumu jūsu HRM 600 pēc nākamās aktivitātes.

- Sinhronizējiet HRM 600 ar lietotni Garmin Connect.

HRM 600 gaismas diode mirgo  un , kamēr tiek veikta atjaunināšana. Kad atjaunināšana ir pabeigta, HRM 600 ieslēdzas, un gaismas diode mirgo  20 reizes. Ja atjaunināšana nav izdevusies, gaismas diode mirgo  20 reizes.

Ierīces atiestatīšana, izmantojot lietotni Garmin Connect

Jūs varat atiestatīt HRM 600 rūpnīcas noklusējuma vērtības.

PIEZĪME. Ierīces atiestatīšana dzēš visus datus un pāra savienojumus.

1 Lietotnē Garmin Connect atlasiet **Garmin ierīces**, atlasiet HRM 600 un atlasiet **Sistēma > Atiestatīt rūpnīcas noklusējuma iestatījumus**.

Gaismas diode pastāvīgi mirgo , , , līdz atiestatīšana ir pabeigta.

2 Vēlreiz savienojiet pārī ([Savienošana pārī un iestatīšana, 1. lappuse](#)).

