

Manuel de démarrage rapide de la fēnix™

⚠ AVERTISSEMENT

Consultez le guide *Informations importantes sur le produit et la sécurité* inclus dans l'emballage du produit pour prendre connaissance des avertissements et autres informations importantes sur le produit.

⚠ AVERTISSEMENT

Consultez toujours votre médecin avant de commencer ou de modifier tout programme d'exercice physique.

Mise en route

Lors de la première utilisation du produit, vous devrez effectuer les opérations suivantes pour configurer l'appareil et vous familiariser avec les fonctions de base.

- 1 Charger l'appareil (page 1).
- 2 Enregistrer l'appareil (page 4).
- 3 En apprendre davantage sur les données du capteur et les modes (page 1).
- 4 Acquérir les satellites (page 2).
- 5 Partir en randonnée (page 2).
- 6 Créer un waypoint (page 3).
- 7 Télécharger le manuel d'utilisation (page 4).

Chargement de l'appareil

AVIS

Pour éviter tout risque de corrosion, essuyez soigneusement les contacts et la surface environnante avant de charger l'appareil ou de le connecter à un ordinateur.

L'appareil est alimenté par une batterie intégrée au lithium-ion que vous pouvez charger à l'aide d'une prise murale standard ou d'un port USB de votre ordinateur.

- 1 Branchez l'extrémité USB du câble à l'adaptateur secteur ou au port USB d'un ordinateur.
- 2 Branchez l'adaptateur secteur sur une prise murale standard.
- 3 Alignez le côté gauche de la station de recharge ① sur l'orifice situé sur le côté gauche de l'appareil.



- 4 Alignez le côté pivotant du chargeur ② sur les contacts situés à l'arrière de l'appareil.

Lorsque vous connectez l'appareil à une source d'alimentation, l'appareil se met sous tension.

- 5 Chargez complètement l'appareil.

Boutons



①		Appuyez sur ce bouton pour activer et désactiver le rétroéclairage. Maintenez ce bouton enfoncé pour allumer et éteindre l'appareil.
②		Appuyez sur ce bouton pour faire défiler les pages de données, les options et les paramètres.
③		Appuyez sur ce bouton pour faire défiler les pages de données, les options et les paramètres.
④		Appuyez sur ce bouton pour revenir à l'écran précédent. Maintenez ce bouton enfoncé pour afficher la page d'état.
⑤	Bouton Orange	Appuyez sur ce bouton pour ouvrir le menu de l'écran actuellement affiché. Appuyez sur ce bouton pour choisir une option et pour confirmer la lecture d'un message. Maintenez ce bouton enfoncé pour marquer un waypoint.

Affichage de la page d'état

Vous pouvez rapidement accéder à cette page pour afficher l'heure de la journée, l'autonomie de la batterie et les informations d'état du GPS à partir de n'importe quelle autre page.

Maintenez enfoncée la touche .



Affichage des données du capteur

Vous pouvez rapidement accéder en temps réel aux données du compas, de l'altimètre, du baromètre et de température.

REMARQUE : ces pages de données expirent automatiquement en mode de faible consommation.

REMARQUE : ces données ne sont pas enregistrées sur l'appareil (page 2).

- 1 A la page de la journée, appuyez sur ou sur .



- 2 Appuyez sur .



3 Appuyez sur ▾.



4 Appuyez sur ▾.



REMARQUE : la température de votre corps influe sur la lecture du capteur des températures. pour obtenir un relevé des températures fiable, retirez l'appareil de votre poignet et attendez entre 20 et 30 minutes.

ASTUCE : Pour acheter un capteur de températures sans fil *tempe™*, accédez au site www.garmin.com. Pour plus d'informations, reportez-vous au manuel d'utilisation.

Activation du mode capteur

Le mode par défaut du capteur est le mode A la demande qui permet d'accéder rapidement au compas, à l'altimètre, au baromètre et aux données de température. Vous pouvez également faire passer l'appareil en mode Permanent pour afficher les données du capteur en continu.

REMARQUE : si un moniteur de fréquence cardiaque ou un capteur de vitesse et de cadence est couplé avec l'appareil, celui-ci peut afficher en continu votre fréquence cardiaque ou les données de vitesse et de cadence.

- 1 Appuyez sur le bouton **Orange**.
- 2 Sélectionnez **Réglage > Capteurs > Mode > Permanent**.

Acquisition des signaux satellites et enregistrement d'un tracé

Avant de pouvoir utiliser les fonctions de navigation GPS, comme la fonction d'enregistrement d'un tracé, vous devez acquérir les signaux satellites.

Pour acquérir des signaux satellites, l'appareil doit disposer d'une vue dégagée sur le ciel. L'heure et la date sont réglées automatiquement en fonction de la position GPS.

- 1 Maintenez la touche enfoncée pour mettre l'appareil sous tension.
- 2 Sélectionnez votre langue (uniquement la première fois).
- 3 Appuyez sur le bouton **Orange**.

- 4 Sélectionnez **Démarrer le GPS**.
- 5 Attendez pendant que l'appareil recherche des satellites.
- 6 Faites quelques pas pour enregistrer un tracé.
La distance et le temps que vous venez de réaliser apparaissent.
- 7 Sélectionnez ▾ pour afficher la boucle des pages de données notamment les données de compas, d'altimètre, d'ascension et de vitesse, la carte et l'heure.
Vous pouvez personnaliser certaines pages de données. Reportez-vous au manuel d'utilisation ([page 4](#)).
- 8 Maintenez enfoncée la touche .
- 9 Sélectionnez une option :
 - Sélectionnez **Pause suivi** pour interrompre le suivi.
 - Sélectionnez **Enregistrer le tracé** pour enregistrer votre tracé.
 - Sélectionnez **Effacer le suivi** pour effacer le tracé sans l'enregistrer.
 - Sélectionnez **Arrêter le GPS** pour éteindre le GPS sans effacer votre tracé.

Arrêt du GPS

- 1 Appuyez sur le bouton **Orange**.
- 2 Sélectionnez **Arrêter le GPS**.

Tracés

Un tracé représente un enregistrement de votre activité. Le journal de suivi contient des informations sur les différents points du trajet enregistré, notamment l'heure, la position et l'altitude de chaque point.

Partir en randonnée

Avant de partir en randonnée, vous devez recharger entièrement l'appareil ([page 1](#)).

REMARQUE : l'appareil s'allume automatiquement lorsque la batterie se recharge. Si vous ne chargez pas l'appareil avant de partir en randonnée, maintenez la touche enfoncée pour mettre l'appareil sous tension.

- 1 Appuyez sur le bouton **Orange**.
- 2 Sélectionnez **Démarrer le GPS**.
- 3 Attendez pendant que l'appareil recherche des satellites.
- 4 Partez en randonnée.
- 5 Lorsque vous souhaitez faire une pause ou interrompre le suivi depuis l'appareil, maintenez la touche > **Pause suivi** enfoncée.
- 6 Maintenez la touche > **Reprendre le suivi** enfoncée et continuez la randonnée.
- 7 Une fois que vous avez terminé, sélectionnez > **Enregistrer le tracé** pour enregistrer vos données de randonnée.
- 8 En cas de besoin, sélectionnez **Oui** pour Arrêter le GPS.

Envoi de votre randonnée à BaseCamp™

Avant d'envoyer vos données à BaseCamp, vous devez télécharger BaseCamp sur votre ordinateur (www.garmin.com/basecamp).

Vous pouvez afficher votre randonnée, d'autres tracés et des waypoints sur votre ordinateur.

- 1 Connectez votre appareil à un ordinateur à l'aide du câble USB.
Votre appareil apparaît en tant que lecteur amovible sur le Poste de travail sous Windows® et en tant que volume installé sur les ordinateurs Mac®.
- 2 Démarrez BaseCamp.
- 3 Suivez les instructions affichées à l'écran.

Waypoints

Les waypoints sont des positions que vous enregistrez et gardez en mémoire dans l'appareil.

Création d'un waypoint

Vous pouvez enregistrer votre position actuelle comme waypoint.

- 1 Maintenez le bouton **Orange** enfoncé.
- 2 Sélectionnez une option :
 - Pour enregistrer le waypoint sans le modifier, sélectionnez **Enregistrer**.
 - Pour modifier le waypoint, sélectionnez **Modifier**, effectuez les modifications, puis sélectionnez **Enregistrer**.

Navigation vers un waypoint

- 1 Appuyez sur le bouton **Orange**.
- 2 Sélectionnez **Démarrer le GPS**.
- 3 Attendez pendant que l'appareil recherche des satellites.
- 4 Appuyez sur le bouton **Orange**.
- 5 Sélectionnez **Waypoints**, puis sélectionnez un waypoint dans la liste.
- 6 Sélectionnez **Aller**.



L'appareil affiche le temps pour rejoindre la destination ①, la distance à parcourir jusqu'à la destination ② et l'heure d'arrivée estimée ③.

- 7 Sélectionnez ∇ pour afficher la page compas.



Les deux marques du pointeur ④ servent de pointeur de relèvement. La marque orange supérieure ⑤ pointe vers la direction vers laquelle vous vous dirigez.

- 8 Aligner les 2 marques du pointeur écran sur la marque Orange supérieur de la couronne de la montre.
- 9 Continuez de marcher dans cette direction jusqu'à ce que vous arriviez à destination.

Navigation à l'aide de TracBack®

Au cours de la navigation, vous pouvez revenir au début de votre parcours. Cela peut vous aider à retrouver votre chemin jusqu'au campement ou au point de départ de votre parcours.

- 1 Appuyez sur le bouton **Orange**.
- 2 Sélectionnez **Tracés > Actuel > TracBack**.



Votre emplacement actuel ①, le tracé à suivre ② et la destination finale ③ apparaissent sur la carte.

Arrêt de la navigation

- 1 Appuyez sur le bouton **Orange**.
- 2 Sélectionnez **Arrêter la navigation**.

Capteurs ANT+™

Votre appareil peut être utilisé avec des capteurs ANT+ sans fil. Pour plus d'informations concernant la compatibilité et l'achat de capteurs facultatifs, rendez-vous sur <http://buy.garmin.com>.

Installation du moniteur de fréquence cardiaque

REMARQUE : si vous ne disposez pas d'un moniteur de fréquence cardiaque, vous pouvez ignorer cette tâche.

Portez le moniteur de fréquence cardiaque à même la peau, juste en dessous de la poitrine. Il doit être suffisamment serré pour rester en place pendant votre activité.

- 1 Accrochez le module du moniteur de fréquence cardiaque ① à la sangle.



- 2 Humidifiez les deux électrodes ② au dos de la sangle pour améliorer la connexion entre votre poitrine et le transmetteur.



- 3 Si le moniteur de fréquence cardiaque dispose d'une surface de contact ③, humidifiez-la.
- 4 Faites passer la sangle autour de votre poitrine et fixez le crochet de la sangle ④ à la boucle.
Le logo Garmin® doit être situé en haut et à droite.
- 5 Approchez l'appareil à portée (3 m) du moniteur de fréquence cardiaque.

Après son installation, le moniteur de fréquence cardiaque est en veille et prêt à envoyer des données.

Couplage des capteurs ANT+

Pour pouvoir effectuer un couplage, vous devez installer le moniteur de fréquence cardiaque ou le capteur.

Le couplage est la connexion de capteurs ANT+ sans fil, par exemple, la connexion d'un moniteur de fréquence cardiaque à votre appareil Garmin.

- 1 Approchez l'appareil à portée du capteur (3 m).
REMARQUE : tenez-vous à au moins 10 m d'autres capteurs ANT+ pendant le couplage.
- 2 Appuyez sur le bouton **Orange**.
- 3 Sélectionnez **Réglage > Capteurs ANT**.

4 Sélectionnez votre capteur.

5 Sélectionnez **Nouvelle recherche**.

Lorsque le capteur est couplé avec votre appareil, l'état du capteur passe de **Recherche en cours** à **Connecté**. Les données du capteur apparaissent dans la boucle des pages de données ou dans un champ de données personnalisé.

Dépannage

Téléchargement du manuel d'utilisation

Vous pouvez obtenir la dernière version du manuel d'utilisation sur Internet.

1 Rendez-vous sur le site www.garmin.com/support.

2 Sélectionnez **Manuels d'utilisation**.

3 Suivez les instructions à l'écran pour sélectionner votre produit.

Verrouillage des boutons

Vous pouvez verrouiller les boutons pour empêcher toute manipulation accidentelle.

1 Sélectionnez la page de données que vous souhaitez afficher lorsque les boutons sont verrouillés.

2 Maintenez les boutons  et  enfoncés pour verrouiller les boutons.

3 Maintenez les boutons  et  enfoncés pour déverrouiller les boutons.

Réinitialisation de votre appareil

Si l'appareil ne répond plus, il peut être nécessaire de le réinitialiser.

1 Maintenez  enfoncé pendant au moins 25 secondes.

2 Maintenez  enfoncé pendant une seconde pour mettre l'appareil sous tension.

Caractéristiques techniques

Type de batterie	Batterie Lithium-ion 500 mAh
Autonomie de la batterie	Jusqu'à 6 semaines
Résistance à l'eau	Étanche jusqu'à 50 m (164 pi) REMARQUE : la montre est conçue pour la nage en surface.
Plage de températures de fonctionnement	De -20 °C à 50 °C (de -4 °F à 122 °F)
Fréquences radio/protocole	Protocole de communications sans fil ANT+ à 2,4 GHz Appareil Bluetooth® Smart

Informations sur la batterie

L'autonomie de la batterie dépend de l'utilisation de votre GPS, des capteurs de l'appareil, des capteurs sans fil en option et du rétroéclairage.

Autonomie de la batterie	Mode
16 heures	Mode GPS normal
50 heures	Mode GPS UltraTrac
Jusqu'à 2 semaines	Mode capteur Permanent
Jusqu'à 6 semaines	Mode montre

Enregistrement de l'appareil

Aidez-nous à mieux vous servir en remplissant dès aujourd'hui notre formulaire d'enregistrement en ligne.

- Rendez-vous sur le site <http://my.garmin.com>.
- Conservez en lieu sûr l'original de la facture ou une photocopie.

Entretien de l'appareil

AVIS

N'utilisez pas d'objet pointu pour nettoyer l'appareil.

Évitez d'utiliser des nettoyants chimiques, des solvants ou des répulsifs contre les insectes pouvant endommager les parties en plastique et les finitions.

Rincez soigneusement l'appareil à l'eau claire après chaque utilisation dans l'eau chlorée ou salée, et après chaque contact avec de la crème solaire, des produits de beauté, de l'alcool ou d'autres produits chimiques. Un contact prolongé avec ces substances peut endommager le boîtier.

Évitez d'appuyer sur les boutons lorsque l'appareil est sous l'eau.

Évitez les chocs et les manipulations brusques qui risquent d'endommager l'appareil.

Ne conservez pas l'appareil à un endroit où il pourrait être exposé de manière prolongée à des températures extrêmes, ce qui pourrait provoquer des dommages permanents.

Informations complémentaires

Vous trouverez des informations complémentaires au sujet de ce produit sur le site Garmin.

- Rendez-vous sur le site www.garmin.com/outdoor.
- Rendez-vous sur le site www.garmin.com/learningcenter.
- Rendez-vous sur le site <http://buy.garmin.com> ou contactez votre revendeur Garmin pour plus d'informations sur les accessoires en option et sur les pièces de rechange.

Garmin International, Inc.
1200 East 151st Street
Olathe, Kansas 66062, États-Unis

Garmin (Europe) Ltd.
Liberty House, Hounsdown Business Park
Southampton, Hampshire, SO40 9LR, Royaume-Uni

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

Garmin® et le logo Garmin sont des marques commerciales de Garmin Ltd. ou de ses filiales, déposées aux États-Unis d'Amérique et dans d'autres pays. ANT+™, BaseCamp™, fēnix™ et tempo™ sont des marques commerciales de Garmin Ltd. ou de ses filiales. Elles ne peuvent être utilisées sans l'autorisation express de Garmin.

La marque et les logos Bluetooth® sont la propriété de Bluetooth SIG, Inc., et leur utilisation par Garmin est soumise à une licence. Mac® est une marque déposée d'Apple Computer, Inc. Windows® est une marque déposée de Microsoft Corporation aux États-Unis et dans d'autres pays. Les autres marques et noms commerciaux sont ceux de leurs propriétaires respectifs.

