



GARMIN®



GPSMAP 66s

中文使用手册

© 2020 Garmin Ltd. 及其子公司版权所有

本中文操作手册版权属 Garmin Ltd. 及其子公司所有，任何人(及单位)未经其正式的书面授权，不得私自将本手册全部或部分内容(包含文字与图片)进行转载、转印、复制、更改内容、扫描储存等行为供他人使用或销售。有关本产品使用的更新或补充资讯，请访问 Garmin.com.cn。

Garmin、Garmin 标志、ANT+、Auto Lap、AutoLocate、City Navigator、GPSMAP、inReach、TracBack 与 VIRB 均为 Garmin Ltd. 或其子公司注册商标。chirp、Garmin Connect、tempe 及 Xero 均为 Garmin Ltd. 或其子公司商标。未经 Garmin Ltd. 及其子公司同意，不得使用其商标。

Android 为 Google Inc. 商标。Apple 及 Mac 为 Apple Inc. 在美国和其他国家的注册商标。Bluetooth 文字及商标为 Bluetooth SIG, Inc. 所有。Garmin 已取得此类商标使用许可。microSD 及 microSDHC 标志为 SD-3C, LLC 注册商标。NMEA 为 National Marine Electronics Association 注册商标。Wi-Fi 为 Wi-Fi Alliance Corporation 的注册商标。Windows 为 Microsoft Corporation 在美国和其他国家的注册商标。其他商标与商品名称均为其各自所有者商标。

M/N: A03298

目录

产品介绍	1
产品概述	1
电池信息	1
延长电池续航	1
开启省电模式	1
开启探险模式	1
长期闲置	1
安装电池	1
安装镍氢电池组	1
为电池充电	1
开启设备	2
开启背光	2
调整背光	2
按键	2
锁定按键	2
获取卫星讯号	2
主要页面	2
打开主菜单	2
地图	2
调整地图方向	2
在地图上测量距离	2
设置地图页面	3
电子罗盘	3
使用电子罗盘	3
航向指针	3
目测导航	3
电子罗盘设置	3
行程数据表	4
设置行程数据表	4
高度计	4
高度计设置	4
导航	4
目的地导航	4
地图导航	4
罗盘导航	4
停止导航	5
航点	5
保存航点	5
导航至航点	5
编辑航点	5
删除航点	5
均值航点	5

投影航点	5
移动地图上航点	5
查找航点附近的位置	5
设置接近航点警示	5
向路线添加航点	5
将航点重新定位到当前位置	5
航线	5
创建航线	5
已知航线进行导航	6
编辑路线	6
在地图上查看路线	6
查看路线的高度曲线图	6
编辑路线名称	6
反向航线	6
删除路线	6
记录	6
记录设置	6
输出格式	6
查看当前活动	6
使用 TracBack 导航	6
停止当前活动	6
导航已保存的活动	7
删除已保存的活动	7
逆向活动	7
从保存的活动中创建航迹	7
可选地图	7
查找地址	7
联机功能	7
联机功能要求	7
与手机配对	7
手机通知	7
查看通知	7
隐藏通知	7
管理通知	7
将设备连接至 Wi-Fi 网络	8
加入 GroupTrack 多人实时位置追踪	8
GroupTrack 多人实时位置追踪小秘诀	8
主菜单工具	8
BirdsEye 图像	8
下载 BirdsEye 图像	8
设置接近警示	9
编辑或删除接近警示	9
无线发送和接收数据	9
选择配置文件	9

计算区域的大小	9	获取更多信息	16
VIRB 遥控	9	可选配件	16
使用手电筒	9	tempe 温度传感器	16
inReach 遥控	9	将 ANT+ 配件与 Garmin 设备配对的小技巧	16
卫星页面	10	疑难解答	16
GPS 卫星设置	10	重置设备	16
自定义设备	10	关于心率区间	16
自定义数据字段	10	健身目标	16
设置菜单	10	心率区间表	16
系统设置	10		
GPS 及其他卫星系统	10		
显示设置	11		
蓝牙设置	11		
无线网络设置	11		
路线设置	11		
设置设备提示音	11		
无线传感器	11		
健身设置	11		
航海设置	11		
菜单设置	12		
位置格式设置	12		
更改测量单位	12		
时间设置	12		
活动配置	12		
重置数据和设置	12		
设备信息	13		
设备更新	13		
设置 Garmin Express	13		
扣上登山扣	13		
卸下登山扣	13		
系上腕带	13		
设备保养	13		
设备清洁	13		
数据管理	13		
文件类型	13		
安装存储卡	13		
将设备连接到计算机	14		
将文件传输到设备	14		
删除数据	14		
中断 USB 传输连接	14		
规格	14		
查看电子卷标通讯协议与版权声明	14		
附录	14		
数据字段	14		

产品介绍

警告

关于产品风险以及重要信息，请参阅包装内手册前段的《安全及产品信息须知》。

产品概述



①	内置卫星天线
②	电源键
③	按键
④	Micro-USB 端口 (防水橡胶盖下面)
⑤	microSD 卡槽 (电池下面)
⑥	电池
⑦	电池后盖
⑧	D 型拉环

电池信息

警告

设备的额定温度值可能超出某些电池的可用范围。碱性电池在高温下会破裂。

注意

随着温度降低，碱性电池会耗损大量电量。在低于冰点的条件下操作设备时，请使用锂电池。

延长电池续航

下列动作可以增加电池续航时间：

- 降低背光亮度(调整背光，第 2 页)。
- 减少背光超时(显示设置，第 11 页)。
- 降低手电筒亮度或闪烁频率(使用手电筒，第 9 页)。
- 使用电池省电模式(开启省电模式，第 1 页)。
- 使用探险模式(开启探险模式，第 1 页)。
- 关闭无线连接(无线网络设置，第 11 页)。
- 关闭蓝牙(蓝牙设置，第 11 页)。
- 关闭 GLONASS 及 GALILEO(GPS 及其他卫星系统，第 10 页)。

第 10 页)。

开启省电模式

使用省电模式可以延长电池续航。

选择 设置 > 显示 > 省电 > 开。

省电模式下，如果背光超时，屏幕将关闭。您可以轻按电源键点亮屏幕。

开启探险模式

使用探险模式可以延长电池续航。探险模式下，屏幕关闭，设备进入低功耗模式，并且收集更少的 GPS 追踪点。

- 选择 设置 > 探险模式。
- 选择一个项目：
 - 要在关闭设备时提示您打开探险模式，选择 提示。
 - 要在闲置两分钟后自动打开探险模式，选择 自动。
 - 要从不打开探险模式，选择 从不。

在探险模式下，电源键旁边的红色 LED 有时会闪烁。

长期闲置

如果您打算几个月不使用设备，请取出电池。取出电池后，存储的数据不会丢失。

安装电池

操作手持设备时需两节 AA 电池(需另购)供电。使用镍氢或锂电池可获得最佳效果。

- 逆时针旋转 D 形拉环，然后向上拉取下电池盖。
- 放入两节 AA 电池，注意正负极。



- 扣上电池盖，然后顺时针旋转 D 形拉环。

安装镍氢电池组

设备可使用镍氢充电电池或两节 AA 电池充电(安装电池，第 1 页)。

- 逆时针旋转 D 形拉环，然后向上拉取下电池盖。
- 找到电池组 ①。



- 放入电池组，注意正负极。
- 轻轻将电池组按入到位。
- 扣上电池盖，然后顺时针旋转 D 形拉环。

为电池充电

注意

为防止腐蚀，在充电或连接到计算机之前彻底干燥 USB

端口、防水橡胶盖帽及周围区域。

请勿尝试使用该设备为非 Garmin 原装电池充电。为非 Garmin 原装电池充电会损坏设备，该设备将不再享受保修服务。

在将 USB 数据线连接到设备之前，可能需要卸下选装的配件。

注意：如果超出允许的温度范围(规格，第 14 页)，设备将无法充电。

您可以使用标准墙装电源插座或计算机上的 USB 端口为电池充电。

1 从 USB 端口 ② 处拉起防水橡胶盖 ①。



- 2 将 USB 数据线较小的一端插入设备的 USB 端口。
- 3 将 USB 数据线较大的一端插入计算机的 USB 端口。
- 4 如果需要，将交流电源适配器插入电源插座。
将设备连接到电源时，设备将开机。
- 5 将电池充满电。

开启设备

长按

开启背光

轻按任意按键可开启背光。
显示警示和消息时，背光将自动开启。

调整背光

- 1 选择 打开状态页。
- 2 使用 或 来调整亮度。
提示：您可以选择 **夜视** 降低背光亮度来兼容夜视镜。

按键



查找	选择进入查找菜单
存点	快速存储当前位置
退出	退出当前的操作设置并返回前一个界面； 换行显示

输入	按下进入所选择页面或选项； 控制当前活动记录(地图、电子罗盘、高度计和行程数据表页面)
菜单	按一次可显示当前画面的功能菜单，连按两次可从任意画面进入本机主菜单
翻页	进行页面切换
	方向按键或移动地图光标
	放大地图显示比例尺
	缩小地图显示比例尺

锁定按键

可以锁定按键避免误触。
选择 > **锁定按键**。

获取卫星讯号

可能需要 30-60 秒的时间获取卫星信号。

- 1 走到户外。
- 2 如有必要，将设备开机。
- 3 等待设备搜索卫星。
设备确定您的位置时，问号会闪烁。
在状态栏， 显示卫星信号强度。信号条实心时，表明设备已获取卫星信号。

主要页面

在主菜单、地图、电子罗盘、行程数据表和高度计等页面可以找到操作此设备所需的信息。
用 **翻页** 或 **退出** 按键可以翻页浏览这些主要页面。

打开主菜单

主菜单提供航点、活动、路线等的工具及设置屏幕(主菜单工具，第 8 页，设置菜单，第 10 页)。
在任何页面，轻按 **菜单** 按键两次。

地图

表示地图中当前位置。当设备移动时， 也随着移动并记录航迹。地图上会显示航点名称及符号。当使用设备进行导航时，导航线路会以不同的颜色显示在地图中。

调整地图方向

- 1 在地图页面，按 **菜单** 键。
- 2 选择 **地图设置 > 地图方向**。
- 3 选择一个项目：
 - **上为北方** 则设定地图页面正上方为北方。
 - **上为航向** 则规定地图页面正上方为行进方向。
 - **导航模式** 以三维鸟瞰立体地图呈现，前方为行进方向。

在地图上测量距离

可以测量多个位置之间的距离。

- 1 在地图页面，将光标移至某个位置。

- 2 选择 **菜单 > 测量距离**。
- 3 在地图上选择其他位置。

设置地图页面

在地图页面轻按 **菜单**。

停止导航：停止当前路线的导航。

地图设置：可以进行其他地图设置([地图设置，第 3 页](#))。

测量距离：允许测量多个位置之间的距离([在地图上测量距离，第 2 页](#))。

恢复默认值：将地图恢复为出厂默认设置。

地图设置

在地图页面，轻按 **菜单**，然后选择 **地图设置**。

加载地图：启用或禁用设备上当前加载的地图。

方向：调整地图在页面上的显示方式。**上为北方**表示页面上方为北，**上为航向**表示当前的行进方向向上，**导航模式**时行进方向向上。

仪表板：在地图页面上设置仪表板。每个仪表板显示有关您的路线或位置的不同信息。

指示文本：设置何时在地图上显示指示文本。

高级设置：开启高级地图设置([高级地图设置，第 3 页](#))。

高级地图设置

在地图页面，轻按 **菜单**，然后选择 **地图设置 > 高级设置**。

自动缩放：自动缩放地图到最佳大小。若关闭此功能则需手动缩放地图大小。

详细程度：设置显示在地图上信息的详细程度。显示较多信息可能会造成地图移动较缓慢。

阴影：在地图上显示或关闭阴影(如果有)。

车标：设置位置图标，代表您在地图上的位置。默认图标是一个小的蓝色三角形。

缩放比例：调整显示地图的缩放比例。当地图缩放比例高于所选比例时，地图选项不会出现。

文字大小：选择地图选项的文字大小。

电子罗盘



使用罗盘导航至目的地时，▲将始终指向目的地方向，并不因移动方向而改变。当▲指向电子罗盘正上方，您

正沿着目的地方向进行。如果▲指向其他方向，原地旋转直至箭头指向电子罗盘正上方。

使用电子罗盘

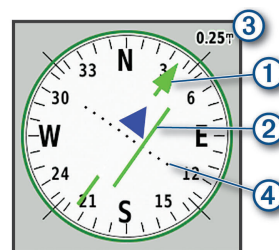
可以使用电子罗盘导航当前路线。

- 1 轻按 **翻页** 按键。
- 2 保持设备水平。
- 3 将▲指向目的地。

航向指针

水上航行或路线上没有重大障碍时，航向指针很有用。它可以帮助您避免航道附近的危险，例如浅滩或深处的岩石。

要启用航向指针，在电子罗盘页面轻按 **菜单 > 设置航向 > 航线导航(指针) > 航向(CDI)**。



航向指针①表示您与目的地的路线的关系。航向偏差指示器(CDI)②提供航向偏离(右或左)的指示。标尺③指路线偏离指示器上的点④的距离，它告诉您偏离路线的距离。

目测导航

您可以将设备指向远处的目标点，锁定方向，然后导航到目标点。

- 1 选择 **目测导航**。
- 2 将本机水平对准所要推测的目标点。
- 3 选择 **锁定目标方位 > 设置导航线**。
- 4 使用电子罗盘进行导航。

电子罗盘设置

在电子罗盘页面，选择 **菜单**。

目测导航：允许您将设备指向远处的某个物体，并使用该物体作为参考点进行导航([目测导航，第 3 页](#))。

停止导航：停止当前路线的导航。

更改仪表板：更改显示在仪表板上的主题和信息。

设置比例尺：设置航线偏差指示器上点之间距离的比例。

校准罗盘：如果您遇到不规则的罗盘行为，例如在长距离移动后或温度急剧变化后([校准电子罗盘，第 3 页](#))，可以校准罗盘。

设置航向：允许您自定义电子罗盘的航向设置([航向设置，第 4 页](#))。

更改数据栏位：自定义电子罗盘数据栏位。

恢复默认值：将电子罗盘恢复为出厂默认设置。

校准电子罗盘

要校准电子罗盘，必须在户外并远离会影响磁场的物体，例如汽车、建筑物或高架电源线。

设备具有 3 轴电子罗盘。长距离移动、温度变化或更换

电池后，应重新校准。

- 1 在电子罗盘页面中选择 **菜单**。
- 2 选择 **校准罗盘 > 开始**。
- 3 依照屏幕指示进行操作。

航向设置

在罗盘页面选择 **菜单**，然后选择 **航向设置**。

显示：设置电子罗盘显示的角度或密位。

方位基准：设置电子罗盘的方位基准。

航线导航(指针)：设置显示在地图上的指针的行为。方位指向您的目的地。航线显示您与目的地的路线的关系。

罗盘：当以较高的速度行驶一段时间后，会自动从电子罗盘切换到 GPS。

校准罗盘：如果您遇到不规则的罗盘行为，例如在长距离移动后或温度急剧变化后(**校准电子罗盘，第 3 页**)，可以校准罗盘。

行程数据表

行程数据表显示您当前的速度、平均速度、行驶里程和其他有用的统计数据。您可以自定义行程数据表布局、仪表板和数据字段。

设置行程数据表

在行程数据表页面，选择 **菜单**。

重置：将所有行程数据表的值重置为零。为了获得准确的信息，请在开始旅行之前重置。

更改数据字段：自定义行程数据表数据字段。

更改仪表板：更改显示在仪表板上的主题和信息。

注意：仪表板会记住您的自定义设置。更改配置文件(**活动配置，第 12 页**)时，设置不会丢失。

插入页面：插入可自定义数据字段的附加页面。

提示：可以使用方向键进行翻页。

删除页面：删除可自定义数据字段的其他页面。

更多数据：将其他数据字段添加到行程数据表。

更少数据：从行程数据表中删除数据字段。

恢复默认值：将行程数据表恢复为出厂默认设置。

高度计

默认情况下，高度计显示行进距离上的标高。您可以自定义高度计设置(**高度计设置，第 4 页**)。您可以选择地图上的任意点查看该点的详细信息。

高度计设置

在高度计页面，选择 **菜单**。

重置：重置高度计数据，包括航点、航迹和行程数据。

高度计设置：自定义高度计设置(**高度计设置，第 4 页**)。

调整缩放范围：调整高度计页面上显示的缩放范围。

更改数据字段：允许您自定义高度计数据字段。

恢复默认值：将高度计恢复为出厂默认设置。

高度计设置

在高度计页面，选择 **菜单 > 高度计设置**。

自动校准：一次模式时高度计在您开始一项活动时自动进行一次校准，连续模式时允许高度计在整个活动过程中进行校准。

气压计模式：可变高度时允许气压计在您移动时测量高度的变化。固定高度时意味着设备在固定海拔高度处静止不动，大气压力仅因天气而变化。

压力趋势：设置设备如何记录压力数据。**始终保存**会记录所有压力数据，这在您查看压力时会很有帮助。

绘图类型：记录一段时间或距离内的海拔变化，一段时间内的气压变化或一段时间内的环境压力变化。

校准高度计：允许您手动校准气压式高度计(**气压式高度计校正，第 4 页**)。

气压式高度计校正

如果您知道正确的海拔高度或正确的气压，则可以手动校准气压高度计。

- 1 来到已知高度或大气压的位置。
- 2 在高度计页面，选择 **菜单**。
- 3 选择 **高度计设置 > 校准高度计**。
- 4 选择 **方式** 选择要用于校准的测量。
- 5 输入测量值。
- 6 选择 **校准**。

导航

目的地导航

- 1 选择 **查找**。
- 2 选择类别。
- 3 选择一个目的地。
- 4 选择 **导航**。
您的路线在地图上显示为洋红色。
- 5 使用地图或电子罗盘(**罗盘导航，第 4 页**)进行导航。

地图导航

- 1 开始导航到目的地(**目的地导航，第 4 页**)。
- 2 选择 **地图**。
蓝色三角形代表您在地图上的位置。导航时，蓝色三角形会移动并显示您的路线。
- 3 选择以下动作：
 - 要查看地图的不同区域，选择 ▲、▼、◀ 或 ▶。
 - 要放大和缩小地图，选择 **+** 和 **-**。

罗盘导航

导航到目的地时，无论您向哪个方向移动，▲ 都将指向您的目的地。

- 1 开始导航到目的地(**目的地导航，第 4 页**)。
- 2 选择 **罗盘**。
- 3 转动直到 ▲ 指向罗盘的上方，然后继续朝那个方向移动到目的地。

停止导航

选择 **查找** > **停止导航**。

航点

航点是记录或保存在设备上的位置信息。航点可用于标记您所在位置、要到达位置及已到达位置。您可以对航点进行编辑，如名称、高度、深度等。

通过将文件传输到 GPX 文件夹 ([将文件传输到设备，第 14 页](#))，可以添加包含航点的 .gpx 文件。

保存航点

您可以保存当前位置为一个航点。

- 1 按 **存点** 键。
- 2 如果需要，选择数据域并进行编辑。
- 3 选择 **确定**。

导航至航点

- 1 按 **查找** 键，选择 **航点**。
- 2 选择航点。
- 3 选择 **导航**。

编辑航点

- 1 选择 **航点管理**。
- 2 选择航点。
- 3 选择一个要编辑的项目，例如名称。
- 4 输入新信息，然后选择 **完成**。

删除航点

- 1 选择 **航点管理**。
- 2 选择航点。
- 3 选择 **菜单** > **删除**。

均值航点

您可以优化航点位置以提高准确性。均值时，设备会在同一位置获取多个读数，并使用平均值来提供更高的准确性。

- 1 选择 **航点管理**。
- 2 选择航点。
- 3 选择 **菜单** > **均值位置**。
- 4 移动航点位置。
- 5 选择 **开始**。
- 6 依照屏幕指示进行操作。
- 7 当可信度状态栏达到 100% 时，选择 **保存**。

为了获得最佳结果，请为航点收集四到八个样本，两次样本之间至少要等待 90 分钟。

投影航点

您可以通过投影距离和从标记位置到新位置的方位来创建新位置。

- 1 选择 **航点管理**。
- 2 选择航点。
- 3 选择 **菜单** > **投影航点**。
- 4 输入距离，然后选择 **完成**。

- 5 选择测量单位。
- 6 输入距离，然后选择 **完成**。
- 7 选择 **保存**。

移动地图上航点

- 1 选择 **航点管理**。
- 2 选择航点。
- 3 选择 **菜单** > **移动航点**。
- 4 在地图上选择一个位置。
- 5 选择 **移动**。

查找航点附近的位置

- 1 选择 **航点管理**。
- 2 选择航点。
- 3 选择 **菜单** > **查找附近**。
- 4 选择类别。

该列表显示所选航路点附近的位置。

设置接近航点警示

您可以为航路点添加接近提醒。您在特定位置的指定范围内时，接近警示会提醒您。

- 1 选择 **航点管理**。
- 2 选择航点。
- 3 选择 **菜单** > **设置接近**。
- 4 输入半径。

当您进入具有接近警示的区域时，设备会发出声音。

向路线添加航点

- 1 选择 **航点管理**。
- 2 选择航点。
- 3 选择 **菜单** > **添加到路线**。
- 4 选择一条路线。

将航点重新定位到当前位置

您可以更改航点的位置。例如，如果您移动车辆，则可以将位置更改为当前位置。

- 1 选择 **航点管理**。
- 2 选择航点。
- 3 选择 **菜单** > **重新定位**。

航点位置更改为您的当前位置。

航线

航线由一系列航点或位置构成，可以导航至目的地。

创建航线

- 1 在主菜单页面，选择 **航线管理** > **建立航线** > **选择起始点**。
- 2 选择类别。
- 3 选择第一个航点作为起点
- 4 选择 **使用**。
- 5 选择 **添加新航点** 并添加航点至航线。
- 6 按 **退出** 键保存航线。

已知航线进行导航

- 1 按 **查找** 键，选择 **航线**。
- 2 选择一条路线。
- 3 选择 **导航**。

查看活动路线

- 1 导航路线时，选择 **活动路线**。
- 2 在路线中选择一个点查看其他详细信息。

编辑路线

- 1 选择 **路线规划**。
- 2 选择一条路线。
- 3 选择 **编辑路线**。
- 4 选择一个航点。
- 5 选择一个项目：
 - 要查看地图上的点，选择 **查看**。
 - 要更改路线上点的顺序，请选择 **上移** 或 **下移**。
 - 要在路线上插入其他点，选择 **插入**。
附加点将在要编辑之前插入。
 - 要从路线中删除该点，选择 **删除**。
- 6 按 **退出** 键保存航线。

在地图上查看路线

- 1 选择 **路线规划**。
- 2 选择一条路线。
- 3 选择 **查看地图**。

查看路线的高度曲线图

- 1 选择 **路线规划**。
- 2 选择一条路线。
- 3 选择 **高度曲线**。

编辑路线名称

- 1 选择 **路线规划**。
- 2 选择一条路线。
- 3 选择 **更改名称**。
- 4 输入新名称。

反向航线

可以互换路线的起点和终点来反向导航。

- 1 选择 **路线规划**。
- 2 选择一条路线。
- 3 选择 **反向航线**。

删除路线

- 1 选择 **路线规划**。
- 2 选择一条路线。
- 3 选择 **删除路线**。

记录

设备会将您的路线记录为活动，活动包含有关沿记录的路线的航点的信息，包括每个航点的时间、位置和高度。

记录设置

选择 **设置 > 记录**。

记录方式：设置记录方式。**自动** 选项可变速率记录航点，创建路线的最佳表示，还可以按特定的时间或距离间隔记录航点。

间隔：设置记录速率。记录点会较频繁来创建更详细的路线，会很快填满记录日志。

自动暂停：设置在暂停移动时，自动暂停记录。

自动开始：将设备设置为先前的记录结束时自动开始新的记录。

高级设置：可以启用其他记录设置。

高级记录设置

选择 **设置 > 记录 > 高级设置**。

输出格式

输出格式：设置设备将记录另存为 FIT 或 GPX/FIT 文件 (**文件类型**，第 13 页)。

- FIT 适合于 Garmin Connect 应用程序中的健身，记录您的活动并可用于导航。
- FIT 和 GPX 将活动记录为既可在地图上查看并用于导航的传统航迹，又包含具有健身信息的活动。

GPX 自动存档：设置自动存档方法来记录。记录将自动保存并清除。

行程记录：设置行程记录选项。

记录数据重置：设置重置选项。完成活动记录后，活动和行程选项将重置记录和行程数据。提示选项提示您选择要重置的数据。

查看当前活动

- 1 选择 **记录管理**。
- 2 按方向键选择一项操作：
 - 要管理当前活动记录，选择 **▶**。
 - 要查看活动的数据字段，选择 **i**。
 - 要在地图中查看当前活动，选择 **📍**。
 - 要查看当前的高度曲线图，选择 **📈**。

使用 TracBack 导航

记录时，您可以导航返回活动的起点。在野外迷路或无路可走时，可使用此功能来脱离困境。

- 1 选择 **记录管理**。
- 2 选择 **▶** 切换到地图选项卡。
- 3 选择 **TracBack**。
地图上显示洋红色路线、起点及终点。
- 4 使用地图或电子罗盘导航。

停止当前活动

- 1 在主菜单中，选择 **确认 > 停止**。
- 2 选择一个项目：
 - 若要继续活动，请选择 **继续**。
 - 要保存活动，选择 **📍**。
 - 要删除活动并重置行程数据表，选择 **🗑️**。

导航已保存的活动

- 1 选择 **查找 > 记录的活动**。
- 2 选择活动。
- 3 选择 **导航**。

删除已保存的活动

- 1 选择 **记录的活动**。
- 2 选择活动。
- 3 选择 **菜单 > 删除**。

逆向活动

您可以互换活动的起点和终点来反向导航活动。

- 1 选择 **记录的活动**。
- 2 选择活动。
- 3 选择 **菜单 > 反向复制**。

从保存的活动中创建航迹

您可以从保存的活动中创建航迹。这使您可以与其他兼容的 Garmin 设备无线共享航迹。

- 1 选择 **记录的活动**。
- 2 选择活动。
- 3 选择 **菜单 > 保存为航迹**。

可选地图

您可以在设备上使用其他地图，例如 BirdsEye 卫星图像、BlueChart g2 和 City Navigator 详细地图。详细地图可能包含一些兴趣点，例如餐馆或航海服务。更多信息，请访问 Garmin.com.cn 或联系当地 Garmin 经销商。

查找地址

可以使用导航地图搜索地址。

- 1 选择 **查找 > 地址**。
- 2 选择 **搜索区域**，然后输入省份或城市。
- 3 选择 **路名**，输入道路名称。
- 4 选择 **门牌**，输入门牌号。

联机功能

当您将设备连接至无线网络或通过蓝牙与智能手机连接时，GPSMAP 66 系列设备即可使用联机功能。某些功能要求您在智能手机上安装 Garmin Connect Mobile 应用程序。请访问 Garmin.com.cn/products/apps 了解更多信息。

智能通知：在设备上显示手机上的通知或者消息。

LiveTrack：让亲朋好友或家人获取您训练活动的即时消息，可使用电子邮件或社交软件邀请他们浏览 Garmin Connect 追踪页面上的实时信息。

GroupTrack：通过 LiveTrack 实时追踪其他车友的位置或训练活动。

上传活动至 Garmin Connect：完成活动后自动将数据上传至您的 Garmin Connect 账号。

软件更新：可以更新设备软件。

EPO 下载：下载 EPO 文件来快速定位 GPS 卫星并减少

获得初始 GPS 定位所需的时间。

天气：允许查看当前的天气或天气预报，您也可以在地图页面查看天气雷达。

蓝牙传感器：连结相容的蓝牙传感器配件。例如：TruSwing 挥杆智能分析仪。

联机功能要求

某些功能需要智能手机和智能手机上的特定应用程序。

特色	配对手机 (Garmin Connect APP)	Wi-Fi 连接
活动上传到 Garmin Connect	Yes	Yes
软件更新	Yes	Yes
EPO 下载	Yes	Yes
天气	Yes	Yes
手机智能通知	Yes ¹	No
Connect IQ	No	No
GroupTrack	Yes	No
BirdsEye 下载图像	No	Yes

¹ 设备直接从配对的 iOS 手机接收通知，通过 Android 手机上的 Garmin Connect 应用接收通知。

与手机配对

- 1 使手机与本设备距离保持在 10 米范围内。
- 2 设备的主菜单页面，选择 **设置 > 蓝牙**。
- 3 智能手机打开蓝牙，然后开启 Garmin Connect。
- 4 按照 Garmin Connect 屏幕说明进行配对。

手机通知

手机通知要求兼容的智能手机在范围内并与设备配对。手机收到消息后，会向您的设备发送通知。

查看通知

在查看通知前，必须先与兼容的手机进行配对。

- 1 选择 **通知**。
- 2 选择一条通知。

隐藏通知

默认情况下，收到通知时，通知会显示在设备屏幕上。可以隐藏通知防止它们出现。

选择 **设置 > 蓝牙 > 通知 > 隐藏**。

管理通知

您可以使用已配对的智能手机来管理 GPSMAP 66 上显示的通知。

选择一个项目：

- 若您使用的是 Apple 设备，请在移动设备的通知中心，选择要在设备上显示的项目。
- 若您使用的是 Android 设备，请进入 Garmin Connect Mobile 应用程序的设置选项，选择要在设备上显示的项目。

将设备连接至 Wi-Fi 网络

- 1 选择 **设置 > Wi-Fi**。
- 2 如有必要，滑动开关启用 Wi-Fi。
- 3 选择 **添加网络**。
- 4 从列表中选择无线网络，然后输入密码（如果需要）。

设备存储网络信息并在您返回该位置时自动连接。

加入 GroupTrack 多人实时位置追踪

在加入 GroupTrack 多人实时位置追踪之前，您必须先具备 Garmin Connect 账户、兼容智能手机并安装 Garmin Connect 手机应用程序。

- 1 请到户外并将设备开机。
- 2 将设备与智能手机配对（[与手机配对](#)，第 7 页）。
- 3 在 Garmin Connect 手机应用程序中，进入设置选项，选择 **LiveTrack > GroupTrack**。
- 4 如果您手边有一个以上支持 GroupTrack 的设备，选择一个设备开始 GroupTrack 多人实时位置追踪。
- 5 选择 **可见 > 所有连接**。
- 6 选择 **启动 LiveTrack**。
- 7 开始活动。

GroupTrack 多人实时位置追踪小秘诀

GroupTrack 多人实时位置追踪让您可以在屏幕上使用 LiveTrack 功能追踪其他联机成员，唯所有成员都必须是在您在 Garmin Connect 帐户上的联机对象。

- 在户外搜到 GPS 信号后开始活动。
- 使用蓝牙配对设备与智能手机。
- 在 Garmin Connect Mobile 的设置选项中，选择联系人以更新您在 GroupTrack 活动中的联机成员。
- 请确认所有的联机成员皆成功与手机配对，并在 Garmin Connect 手机应用中开启 LiveTrack。
- 请确认所有的联机成员都在此功能允许的范围内（40 公里或 25 英里）。
- 在 GroupTrack 多人实时位置追踪活动中，移至地图以查看您的联机成员。

主菜单工具

轻按 **菜单** 键两次。

记录控件：允许您查看有关当前活动的详细信息并控制当前活动的记录（[查看当前活动](#)，第 6 页）。

通知：根据智能手机通知设置（[手机通知](#)，第 7 页）向您警示来电、短信、社交网络更新等信息。

天气：显示当前温度、温度预报、天气预报、天气雷达、云量和风况。

航点管理：显示保存到设备的所有航点（[航点](#)，第 5 页）。

BirdsEye：允许您将 BirdsEye 卫星图像下载到您的设备（[BirdsEye 图像](#)，第 8 页）。

记录的活动：显示您当前的活动和记录的活动列表（[记录](#)，第 6 页）。

活动路线：显示您的活动路线和即将到达的航点（[路线设](#)

[置](#)，第 11 页）。

路线计划：显示已保存路线的列表，并允许您创建新路线（[创建航线](#)，第 5 页）。

已保存航迹：显示已保存的航迹列表（[从保存的活动中创建航迹](#)，第 7 页）。

目测导航：允许您将设备指向远处的某个物体，并使用该物体作为参考点进行导航（[目测导航](#)，第 3 页）。

接近警示：允许您将警示设置为在特定位置范围内发出声音（[设置接近警示](#)，第 9 页）。

无线共享：允许您将文件无线传输到另一兼容设备（[无线发送和接收数据](#)，第 9 页）。

配置文件更改：允许您更改设备配置文件以针对特定活动或行程自定义设置和数据字段（[选择配置文件](#)，第 9 页）。

面积计算：允许您计算区域的大小（[计算区域的大小](#)，第 9 页）。

日历：显示日历。

打猎和钓鱼：显示当前位置预测的打猎和钓鱼最佳日期及时间。

日月：根据 GPS 位置显示日出和日落时间以及月相。

照片查看器：显示保存的照片。

航点平均：可让您优化航点位置以提高准确性（[均值航点](#)，第 5 页）。

计算器：显示计算器。

闹钟：设置声音警报。如果当前不使用设备，可以将设备设置为在特定时间打开。

VIRB 遥控：当您 VIRB 设备与 GPSMAP 66 系列设备配对时，提供摄像机控制（[VIRB 遥控](#)，第 9 页）。

秒表：允许您使用计时器、标记圈数和时间圈。

手电筒：打开手电筒（[使用手电筒](#)，第 9 页）。

XERO 位置：当您 Xero 弓形瞄准器与 GPSMAP 66 系列设备配对时，显示激光位置信息。

inReach 遥控：在配对的 inReach 设备上发送消息（[inReach 遥控](#)，第 9 页）。

卫星：显示当前的 GPS 卫星信息（[卫星页面](#)，第 10 页）。

BirdsEye 图像

BirdsEye 影像提供可下载的高分辨率地图影像，包括详细的卫星影像和地形图。您可以将 BirdsEye 图像直接下载到兼容的 Garmin 设备。

下载 BirdsEye 图像

在将 BirdsEye 图像直接下载到设备之前，必须连接到无线网络（[将设备连接至 Wi-Fi 网络](#)，第 8 页）。

- 1 选择 **BirdsEye > 下载图像**。

- 2 选择一个项目：

- 要下载特定位置或区域的 BirdsEye 影像文件，选择位置，然后选择一个类别。

注意：该位置默认为当前位置。

- 要编辑下载的图像文件的名称，选择 **名称**。

- 要选择图像质量选项，选择 **详细度**。

- 要定义下载的图像文件中显示的区域的大小，选择 **半径**，然后输入到所选位置的距离。

显示所选图像质量和半径的估计文件大小。确认设备具有足够的可用存储空间来存储图像文件。

3 选择 下载。



设置接近警示

在特定位置的指定范围内时，接近警示会提醒您。

- 1 选择 **接近警示 > 创建警示**。
- 2 选择类别。
- 3 选择位置。
- 4 选择 **使用**。
- 5 输入半径。

当您进入具有接近警示的区域时，设备会发出声音。

编辑或删除接近警示

- 1 选择 接近警示。
- 2 选择一个警示。
- 3 选择一个项目：
 - 要编辑半径，选择 **更改半径**。
 - 要在地图上查看警示，选择 **查看地图**。
 - 要删除警示，选择 **删除**。

无线发送和接收数据

在无线共享数据之前，您必须位于兼容设备 3 米之内。使用蓝牙或 ANT+ 无线技术与另一兼容设备配对时，您的设备可以发送和接收数据。您可以共享航点、路线和航迹。

- 1 选择 **无线共享**。
- 2 选择一个项目：
 - 选择 **发送**，然后选择一种数据类型。
 - 选择 **接收** 从另一台设备接收数据。其他兼容设备必须正在尝试发送数据。
- 3 依照屏幕指示进行操作。

选择配置文件

更改活动时，可以通过更改配置文件来更改设备的设置。

- 1 选择 **配置文件更改**。
- 2 选择一个配置文件。

计算区域的大小

- 1 选择 **面积计算 > 开始**。
- 2 围绕要计算的区域按周长走动。
- 3 完成后选择 **计算**。

VIRB 遥控

必须先启用 VIRB 摄影机上的遥控设置，才能使用此功能，请参考《VIRB 使用手册》取得更详细的信息。VIRB 遥控功能让您控制 VIRB 运动摄影机。

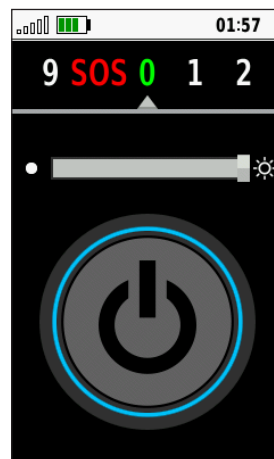
- 1 开启 VIRB 运动摄影机。
- 2 在 GPSMAP 66 设备上选择 **VIRB**。
- 3 等待设备与 VIRB 运动摄影机相连。
- 4 选择一个项目：
 - 选择 录制影片。
 - 选择 进行拍照。

使用手电筒

注意：使用手电筒会减少电池续航时间。可以降低亮度或闪烁频率来延长电池续航。

- 1 选择 **手电筒 > 进入**。
- 2 如果需要，使用亮度滑块调整亮度。
- 3 如有必要，选择其他闪光灯类型。

0	无频闪，恒定光束
1 到 9	每秒的频闪次数
SOS	紧急频闪
	注意： SOS 模式下将禁用 Wi-Fi、蓝牙和 ANT+



inReach 遥控

inReach 遥控功能让您使用 GPSMAP 66 系列设备控制 inReach。

- 1 将设备开机。
- 2 在 GPSMAP 66 设备上选择 **inReach 遥控**。
- 3 如有必要，选择 **配对新的 inReach**。
- 4 等待设备连接 inReach。
- 5 选择一个项目：
 - 要发送预设信息，选择 **发送预设**，然后从列表中

选择一条信息。

- 要发送短信，选择 **新信息**，然后选择联系人，输入信息文字或选择快捷文本选项。
- 要发送 SOS 消息，利用方向键浏览选项卡，选择 **SOS > 是**。
注意：请在实际紧急情况下使用 SOS 功能。
- 要查看计时器和行驶距离，利用方向键浏览选项卡，选择 .

卫星页面

卫星页面显示您的当前位置、GPS 精度、卫星位置和信号强度。启用 GPS + GLONASS 或 GPS + GALILEO 卫星系统时，可以选择  或  查看其他卫星。

GPS 卫星设置

选择 **卫星 > 菜单**。

注意：仅当启用 **GPS 关闭时使用** 时，某些设置才可用。

GPS 关闭时使用：可以关闭 GPS。

GPS 开启时使用：可以打开 GPS。

航迹向上：显示的卫星是带北指向屏幕顶部的圆环，还是当前航迹指向屏幕顶部的圆环。

单色：允许您选择将卫星页面显示为彩色还是单色。

在地图上设置位置：允许您在地图上标记当前位置。可以使用此位置创建路线或搜索保存的位置。

自动定位位置：使用 GarminAutoLocate 功能计算您的 GPS 位置。

卫星设置：设置卫星系统选项([卫星设置](#)，第 10 页)。

自定义设备

自定义数据字段

可以自定义每个主页上显示的数据字段。

- 1 打开要更改数据字段的页面。
- 2 选择 **菜单**。
- 3 选择 **更改数据字段**。
- 4 选择新的数据字段。
- 5 依照屏幕指示进行操作。

设置菜单

轻按两次 **菜单**，然后选择 **设置**。

系统：允许您自定义系统设置([系统设置](#)，第 10 页)。

显示：调整背光和显示设置([显示设置](#)，第 11 页)。

蓝牙：将您的设备与智能手机配对，并允许您自定义蓝牙设置([蓝牙设置](#)，第 11 页)。

Wi-Fi：允许您连接到无线网络([无线网络设置](#)，第 11 页)。

地图：设置地图外观([地图设置](#)，第 3 页)。

记录：允许自定义活动记录设置([记录设置](#)，第 6 页)。

路线：允许自定义设备如何计算每个活动的路线([路线设置](#)，第 11 页)。

探险模式：允许您自定义设置打开探险模式([开启探险模](#)

[式](#)，第 1 页)。

音调：设置设备的声音，例如按键音和警示([设置设备提示音](#)，第 11 页)。

航向：允许您自定义电子罗盘的航向设置([航向设置](#)，第 4 页)。

高度计：允许您自定义高度计设置([高度计设置](#)，第 4 页)。

传感器：将无线传感器与设备配对([无线传感器](#)，第 11 页)。

健身：允许您自定义用于记录健身活动的设置([健身设置](#)，第 11 页)。

航海：设置航海数据在地图上的外观([航海设置](#)，第 11 页)。

菜单：允许您自定义页面顺序和主菜单([菜单设置](#)，第 12 页)。

位置格式：设置地理位置格式和基准选项([位置格式设置](#)，第 12 页)。

单位：设置设备的测量单位([更改测量单位](#)，第 12 页)。

时间：设置调整时间([时间设置](#)，第 12 页)。

配置文件：允许您自定义和创建新的活动配置文件([活动配置](#)，第 12 页)。

重设：允许您重设用户数据和设置([重置数据和设置](#)，第 12 页)。

关于：显示设备信息，例如设备 ID、软件版本、法规信息和许可协议([查看电子卷标通讯协议与版权声明](#)，第 14 页)。

航点：允许您为自动命名的航点输入前缀。

系统设置

选择 **设置 > 系统**。

卫星：设置卫星系统选项([卫星设置](#)，第 10 页)。

文本语言：设置设备上的文本语言。

注意：更改文本语言不会更改用户输入的数据或地图数据(例如街道名称)的语言。

接口：设置串行接口的格式([串口设置](#)，第 11 页)。

RINEX 日志记录：使设备能够将独立于接收方的交换格式(RINEX)数据写入系统文件。RINEX 是用于原始卫星导航系统数据的数据交换格式。

电池类型：可更改所使用的 AA 电池类型。

注意：安装镍氢电池组后，此设置将被禁用。

卫星设置

选择 **设置 > 系统 > 卫星**。

卫星系统：将卫星系统设置为 GPS、GPS+GLONASS、GPS+GALILEO 或演示模式(GPS 关闭)。

WAAS / EGNOS：使系统能够使用 WAAS/EGNOS 数据。

GPS 及其他卫星系统

卫星系统的默认设置为 GPS。GPS+GLONASS 或 GPS+GALILEO 可在恶劣环境中提高性能并更快地获取位置。与仅使用 GPS 相比，一起使用 GPS 和另一种卫星系统将缩短电池续航时间。

串口设置

选择 **设置 > 系统 > 接口**。

Garmin Spanner：通过创建虚拟串行端口，将设备 USB 端口与大多数符合 NMEA 0183 程序一起使用。

Garmin 串口：将设备设置为使用 Garmin 专有格式来与计算机交换航点、路线和追踪数据。

NMEA 输入 / 输出：将设备设置为使用标准 NMEA 0183 输出和输入。

文本输出：提供位置和速度信息的简单 ASCII 文本输出。

MTP：设置设备使用媒体传输协议 (MTP) 来访问设备上的文件系统，而不是大容量存储模式。

显示设置

选择 **设置 > 显示**。

背光超时：调整背光关闭之前的时间。

省电模式：当背光超时，通过关闭屏幕来节省电池电量并延长电池续航。

外观：更改显示背景和选择突出显示的外观 (**更改色彩模式**，第 11 页)。

截屏：允许您将图像保存在设备屏幕上。

查看文本大小：更改屏幕上文本的大小。

更改色彩模式

- 1 选择 **设置 > 显示 > 外观**。
- 2 选择一个项目：
 - 要允许设备根据一天中的时间自动显示白天或夜晚的颜色，选择 **模式 > 自动**。
 - 要使用浅色背景，选择 **模式 > 白天**。
 - 要使用深色背景，选择 **模式 > 夜间**。
 - 要自定义白天的配色方案，选择 **白天颜色**。
 - 要自定义夜间的配色方案，选择 **夜间颜色**。

蓝牙设置

选择 **设置 > 蓝牙**。

状态：启用蓝牙无线技术并显示当前连接状态。

通知：显示或隐藏智能手机通知。

断开手机：从配对设备列表中删除已连接的设备。仅当设备配对后，此选项才可用。

无线网络设置

选择 **设置 > Wi-Fi**。

Wi-Fi：启用无线技术。

添加网络：允许您扫描并连接到无线网络。

路线设置

可用的路线设置因所选活动而异。

选择 **设置 > 路线**。

活动类型：针对路线选择一项活动。设备依照不同活动计算最适合的路线。

计算方法：设置用于计算路线的方法。

锁定道路：将代表您在地图上位置的蓝色三角形锁定在最近的道路上。在道路上行驶或导航时，此功能最为有用。

离开路线重新计算：离开活动路线时，设置重新计算首

选项。

回避设置：设置在导航时要避开的道路、地形和运输方式的类型。

路线转换：设置设备如何从路线上的一个点规划到另一点。此设置仅适用于某些活动。当您在当前点的指定距离内时，距离选项会将您规划到路线上的另一个点。

设置设备提示音

您可以自定义消息、按键、转向警告和警示的音调。

- 1 选择 **设置 > 音频 > 音频 > 开**。
- 2 为每种声音类型选择一种音频。

无线传感器

您的设备可以搭配使用无线 ANT+ 或蓝牙传感器。获取更多兼容的传感器信息，请登录 <http://shop.yourlbs1.cn/webstore/>。

配对无线传感器

必须先佩戴或安装心率传感器，才能将其与设备配对。

配对是使用 ANT+ 或蓝牙技术连接无线传感器，例如将心率监测器连接到设备。

- 1 设备与传感器需保持 3m 之内的距离。
注意：配对时请远离其他无线传感器 10 米以上。
- 2 选择 **设置 > 传感器**。
- 3 选择传感器类型。
- 4 选择 **搜索新的**。
传感器与设备配对后，传感器状态将从搜索变为已连接。

健身设置

选择 **设置 > 健身**。

自动计圈：将设备设置为在特定距离自动标记圈数。

活动类型：将健身活动设置为远足、跑步、骑自行车等。当您将活动上传到 Garmin Connect 时，它可以显示为正确的类型。

用户：设置您的用户个人资料信息。设备使用此信息来计算 Garmin Connect 中的准确训练数据。

心率区：设置五个心率区以及您进行健身活动的最大心率。

距离计圈

您可以使用 AutoLap 在特定距离自动标记圈数。此功能有助于比较您在活动的不同部分的表现。

- 1 选择 **设置 > 健身 > 自动计圈**。
- 2 输入一个值，然后选择 **完成**。

航海设置

选择 **设置 > 航海**。

航海图模式：设置显示航海数据时设备使用的航海图类型。航海用不同的颜色显示各种地图特征，因此海洋 POI 更具可读性，因此该地图反映了纸质海图的绘制方案。钓鱼 (需要海洋地图) 显示底部轮廓和深度测深的详细视图，并简化了地图显示，以便在钓鱼时进行最佳使用。

外观：设置海上航行辅助设备在地图上的外观。

航海警示设置：设置以下警示：锚定时超过指定的漂移距离、偏离路线达指定距离以及进入特定深度的水中时。

设置航海警示

- 1 选择 **设置 > 航海 > 航海警示设置**。
- 2 选择警示类型。
- 3 选择 **开**。
- 4 输入距离，然后选择 **完成**。

菜单设置

选择 **设置 > 菜单**。

菜单样式：更改主菜单的外观。

主菜单：允许您移动、添加和删除主菜单中的项目 ([自定义主菜单，第 12 页](#))。

页面顺序：允许您移动、添加和删除页面顺序中的项目 ([更改页面顺序，第 12 页](#))。

设置：更改设置菜单中项目的顺序。

查找：更改查找菜单中项目的顺序。

自定义主菜单

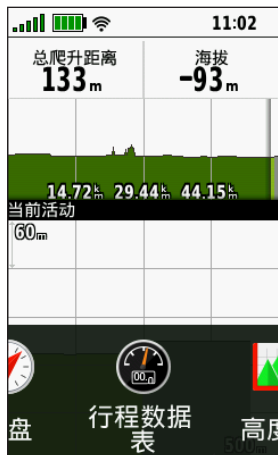
您可以在主菜单中移动、添加和删除项目。

- 1 主菜单中选择 **MENU > 更改项目顺序**。
- 2 选择一个菜单项。
- 3 选择一个项目：
 - 选择 **移动** 更改项目在列表中的位置。
 - 选择 **插入** 将新项目添加到列表中。
 - 选择 **删除** 从列表中删除项目。

更改页面顺序

- 1 选择 **设置 > 菜单 > 页面顺序 > 编辑页面顺序**。
- 2 选择一个页面。
- 3 选择一个项目：
 - 要在列表中上移或下移页面，选择 **移动**。
 - 要将新页面添加到页面序列中，选择 **插入**，然后选择一个类别。
 - 要从页面序列中删除页面，选择 **删除**。

提示：可以按下 **翻页** 键查看页面顺序。



位置格式设置

注意：除非使用指定不同位置格式的地图或统计图，否则不应更改位置格式或地图基准坐标系。

选择 **设置 > 位置格式**。

位置格式：设置显示位置读数的位置格式。

地图原点：设置构建地图的坐标系。

地图坐标系：显示设备正在使用的坐标系。默认坐标系为 WGS84。

更改测量单位

您可以自定义距离和速度、高度、深度、温度、压力和垂直速度的度量单位。

- 1 选择 **设置 > 单位**。
- 2 选择一种测量类型。
- 3 选择度量单位。

时间设置

选择 **设置 > 时间**。

时间格式：将设备设置为 12 小时或 24 小时格式。

时区：设置设备的时区。自动根据您的 GPS 位置自动设置时区。

活动配置

活动配置是一组设置，可根据您的使用方式优化设备。使用配置文件并更改设置 (例如数据字段或度量单位) 时，更改将自动保存为配置文件的一部分。

创建自定义配置文件

可以针对特定活动或行程自定义设置和数据字段。

- 1 选择 **设置 > 配置文件 > 创建配置文件 > 确定**。
- 2 自定义您的设置和数据字段。

编辑配置文件名称

- 1 选择 **设置 > 配置文件**。
- 2 选择一个配置文件。
- 3 选择 **编辑名称**。
- 4 输入新名称。

删除个人资料

注意：必须先激活其他配置文件，然后才能删除活动的配置文件。配置文件处于活动状态时无法删除。

- 1 选择 **设置 > 配置文件**。
- 2 选择一个配置文件。
- 3 选择 **删除**。

重置数据和设置

- 1 选择 **设置 > 重置**。
 - 2 选择一个项目：
 - 要重置特定行程的数据，例如距离和平均值，选择 **重置行程数据**。
 - 要删除所有保存的航点，选择 **删除所有航点**。
 - 要清除自您开始当前活动以来记录的数据，选择 **清除当前活动**。
- 注意：**设备将继续记录当前活动的新数据。

- 要将当前活动配置文件的设置仅重置为出厂默认值，选择 **重置配置文件设置**。
 - 要将所有设备设置和配置文件重置为出厂默认值，选择 **重置所有设置**。
 - 要删除所有保存的用户数据并将设备上的所有设置重置为出厂默认值，选择 **全部删除**。
- 注意：**删除所有设置会删除您的个人数据、历史记录和保存的用户数据，包括航迹和航点。

恢复默认页面设置

- 1 打开要恢复其设置的页面。
- 2 选择 **菜单 > 恢复默认值**。

设备信息

设备更新

在计算机端安装 Garmin Express (Garmin.com.cn/express)。Garmin Express 可让 Garmin 设备轻松获得这些服务：

- 软件升级
- 地图更新
- 产品注册

设置 Garmin Express

- 1 使用 USB 线连接设备与计算机。
- 2 前往 Garmin.com.cn/express。
- 3 依照屏幕指示进行操作。

扣上登山扣

- 1 将登山扣 ① 放置在设备电池盖 ② 上的插槽中。



- 2 向上滑动登山扣，直到其锁定到位。

卸下登山扣

提起安全扣固定夹的底部，然后将安全扣固定夹滑离电池盖。

系上腕带

- 1 将腕带环穿过设备的插槽。



- 2 将腕带的另一端穿过环，并将其拉紧。

设备保养

注意

避免使用有机溶剂、化学清洁用品或驱虫剂，这可能会破坏设备的塑料零件。

设备请避免长时间暴露在过冷或过热的极端温度，这可能会造成永久性的损坏。

设备防水，符合 IEC 标准 60529 IPX7。它可以承受意外浸入 1 米深的水中 30 分钟的时间。长时间浸入水中可能导致设备损坏。浸入水中后，请务必先擦干并风干设备，然后再使用或充电。

暴露于氯或盐水环境后，请用淡水彻底冲洗设备。

设备清洁

- 1 使用绒布沾中性温和清洁剂轻轻擦拭。
- 2 清洁后，请等待设备完全风干。

清洁后，请等待设备完全风干。

数据管理

注意：该设备与 Windows 95/98/Me、Windows NT 和 Mac OS 10.3 及更低版本不兼容。

文件类型

手持设备支持以下文件类型：

- GPX 路线、追踪和航点文件。
- JPEG 照片文件。
- Garmin POI 加载程序中的 GPI 自定义 POI 文件。请访问 Garmin.com/products/poi-loader。
- 导出到 Garmin Connect 的 FIT 文件。

安装存储卡

警告

请勿使用尖锐物品取出电池。

安装 microSD 存储卡用于其他存储或预加载的地图。

- 1 逆时针旋转 D 形环，然后向上拉取下电池盖。
- 2 取出电池。
- 3 将卡夹 ① 滑至 ② 并抬起。
- 4 将存储卡的金属触点朝下放置。



- 5 关闭卡夹。
- 6 将卡夹滑到  将其锁定。
- 7 装回电池及电池盖。

将设备连接到计算机

注意

为防止腐蚀，在充电或连接到计算机之前彻底干燥 USB 端口、防水橡胶盖帽及周围区域。

- 1 从 USB 端口拉起防水橡胶盖。
 - 2 将 USB 数据线的较小一端插入设备的 USB 端口。
 - 3 将 USB 数据较大的一端插入计算机的 USB 端口。
- 您的设备和存储卡(选配)在 Windows 计算机上的我的电脑中显示为可移动磁盘，在 Mac 计算机上显示为已安装卷标。

将文件传输到设备

- 1 连接设备与计算机。
- 在 Windows 计算机上，设备显示为可移动磁盘或便携式设备，而存储卡可能显示为第二个可移动磁盘。在 Mac 计算机上，设备和存储卡显示为已安装卷标。
- 注意：**某些具有多个网络驱动器的计算机可能无法正确显示设备驱动器。请参阅您的操作系统文档以了解如何映射驱动器。
- 2 在计算机上，打开文件浏览器。
 - 3 选择档案。
 - 4 选择 **编辑 > 复制**。
 - 5 打开设备或存储卡的便携式设备、磁盘或卷标。
 - 6 浏览文件夹。
 - 7 选择 **编辑 > 粘贴**。
- 该文件出现在设备存储器或存储卡的文件列表中。

删除数据

注意

设备内含重要的系统档案，如果您不清楚设备内档案的用途，请不要将其删除。

- 1 开启 Garmin 磁盘。
 - 2 如果需要，打开文件夹或卷标。
 - 3 选择文档。
 - 4 使用计算机键盘的 **Delete** 键将其删除。
- 注意：**如果您使用的是 Mac，必须清除垃圾桶以完成移除数据。

中断 USB 传输连接

如果设备连接至计算机作为卸除式设备或磁盘，您必须先将设备安全地与计算机中断链接，以免数据毁损；如果设备连接至 Windows 计算机作为便携设备，则不一定

要进行安全移除。

- 1 完成以下动作：
 - 若为 Windows 计算机，请选取系统栏中的 **安全地移除硬件** 图标，并选取您的设备。
 - 若为 Apple 计算机，请选取您的设备并选择 **文件 > 退出**。
- 2 将传输线自计算机端口移除。

规格

电池类型	两节 AA 电池 (1.5V 或更低，碱性、NiMH 或锂电池) 或 NiMH 电池组
续航时间	约 16 小时
	探险模式下约 170 小时
防水等级	IPX7*
工作温度范围	-20°~45°C (-4°~113°F)
充电温度范围	0°~40°C (32°~104°F)
罗盘安全距离	17.5 cm

* 设备具备水下 1 米 30 分钟的静态防水能力。更多信息，请访问 Garmin.com.cn/legal/waterrating。

查看电子卷标通讯协议与版权声明

本设备提供电子标签。电子标签可显示法规信息，如 CMIIT ID 地区合规规章提供的识别号码，以及适用产品与授权信息。

- 1 选择 **设置**。
- 2 选择 **关于**。

附录

数据字段

某些数据字段要求您进行导航或需要连接无线传感器才能显示数据。

24 小时最高温度：兼容的温度传感器在最近 24 小时内记录的最高温度。

24 小时最低温度：最近 24 小时内从兼容的温度传感器记录的最低温度。

GPS 精度：您的精确位置的误差范围。例如，您的 GPS 位置精确到 +/- 3.65 m (12 英尺)。

活动距离：当前航迹或活动的行进距离。

定时器：倒数计时器的当前时间。

环境压力：未校准的环境压力。

平均爬升：自上次重设后平均垂直爬升距离。

最大爬升：自上次重设后每分钟最大爬升率(呎或米)。

总升落差：自上次重设后的总爬升距离。

转弯：路线中下一转弯的方向。导航时才能显示此数据。

平均踏频：骑车。目前活动的平均踏频。

平均最大心率 %：目前活动期间的平均最大心率。

单圈均时：目前活动的平均单圈时间。

平均 HR：当前活动的平均心率。

气压计：校准后的当前压力。

电池电量：剩余的电池电力。

目标方位：从目前位置前往目的地的行进方向，只有在导航时才会出现此数据。

踏频：骑车。曲柄转动的次数。设备必须连接至回转速配件，才能显示此数据。

卡路里：消耗的总热量。

罗盘航向：由罗盘所显示的目前移动方向。

航线方位：从起始位置前往目的地的行进方向。航向可以视为计划路线或既定路线，只有在导航时才会出现此数据。

当前时间：当前圈的秒表时间。

日期：当前日期、月份和年份。

深度：水的深度。您的设备必须连接到能够获取水深的 NMEA0183 设备。

平均下降：自上次重设后平均垂直下降距离。

最大下降：自上次重设后每分钟最大下降率(呎或米)。

总降落差：自上次重设后的总降落距离。

剩余距离：抵达终点之前的剩余距离，只有在导航时才会出现此数据。

转弯距离：抵达路线上的下一个航点之前的剩余距离，只有在导航时才会出现此数据。

经过时间：总计时间长度。例如，如果启动定时器并跑步 10 分钟，然后暂停定时器 5 分钟，接着再次启动定时器并跑步 20 分钟，您的持续时间便为 35 分钟。

高度：目前位置的海拔高度或海面下高度。

高度：目前位置的海拔高度。

最高高度：自上次重设后所抵达的最大高度。

最低高度：自上次重设后所抵达的最低高度。

预计抵达：抵达终点的预估时间(调整至目的地当地时间)，只有在导航时才会出现此数据。

到达转弯时间：抵达路线上的下一个航点的预估时间(调整至航点的当地时间)，只有在导航时才会出现此数据。

滑翔比：水平移动距离和垂直距离变化的比例。

下滑比：从目前位置至目的地高度所需的滑翔比，只有在导航时才会出现此数据。

GPS 高度：使用 GPS 的目前位置高度。

GPS 方位：由 GPS 所显示的目前移动方向。

GPS：GPS 卫星讯号强度。

坡度：上升(高度)前进(距离)比的计算。例如每爬升 3 米的移动距离为 60 米，则坡度为 5%。

目前航向：您的移动方向。

心率：您的心率，单位为每分钟心跳数(bpm)。您的设备必须连接到兼容的心率监测器。

心率 - 最大百分比：最大心率的百分比。

心率区间：当前心率的表现(1 到 5)。默认区域取决于您的个人资料和最大心率(220 减去您的年龄)。

单圈爬升：目前单圈的垂直爬升距离。

单圈踏频：骑车。目前单圈的平均踏频。

单圈下降：目前单圈的垂直下降距离。

单圈距离：目前单圈的移动距离。

单圈储备心率 %：目前单圈的储备心率(最大心率减去静止心率)平均百分比。

单圈心率：目前单圈的平均心率。

完成圈数：目前活动所完成的圈数。

单圈速度：目前单圈的平均速度。

末圈爬升：完成的末圈垂直上升距离。

末圈踏频：骑车。完成的末圈平均踏频。

末圈下降：完成的末圈垂直下降距离。

末圈距离：完成的末圈移动距离。

末圈心率：完成的末圈平均心率。

末圈速度：完成的末圈平均速度。

末圈时间：完成的末圈秒表时间。

经度 / 纬度：目前位置的经纬度(在任何位置格式设置的状态下)。

坐标：在选择的位置格式设置下所显示的目前位置。

目的地位置：您的终点位置。

无：这是一个空白数据字段。

里程表：所有行程行进距离的运行记录。重置行程数据时不会清除总数。

偏离航道：偏离原始行驶路线的左侧或右侧距离。您必须要导航才能显示此数据。

指针：箭头指向下一个航点或转弯的方向。导航时才能显示此数据。

速度：目前的移动速度。

限速：道路限速。并非在所有地图和所有地区都可用。依据实际路标了解实际的速度限制。

最高速度：自上次重置以来达到的最高速度。

速度 - 移动平均：自上次重置以来移动时的平均速度。

速度 - 总体平均：自上次重置以来移动和停止时的平均速度。

秒表计时器：当前活动的秒表时间。

日出时间：GPS 所在位置的日出时间。

日落时间：GPS 所在位置的日落时间。

温度：空气温度。您的体温会影响温度传感器。设备必须连接到 tempe 传感器才能显示此数据。

水温：水的温度。设备必须连接到能够获取水温的 NMEA 0183 设备。

时间：依据目前位置及时间设置所显示的时间(格式、时区、日光节约时间)。

剩余时间：抵达终点前的预估剩余时间，只有在导航时才会出现此数据。

下一转弯时间：抵达路线中下一个航点之前的预估剩余时间，只有在导航时才会出现此数据。

路线：您必须沿着哪个方向回到路线。导航时才能显示此数据。

总圈数：完成所有圈数的时间。

行程里程表：自上次重置以来所行驶距离的运行记录。

行程时间：自上次重置以来移动和不移动所花费的总时间的记录。

行程时间 - 移动：自上次重置以来移动所花费时间的记录。

行程时间 - 静态：自上次重置以来静态的时间。

转弯：到达目的地和当前路线的方位角之间的差异角度（度）。L 表示左转。R 表示向右转。导航时才能显示此数据。

航速补偿：趋近路线上某个目的地时的速度，只有导航时才会出现此数据。

终点垂直距离：目前位置与终点之间的爬升距离，只有在导航时才会出现此数据。

转弯距离：抵达路线上的下一个航点之前的剩余距离，只有在导航时才会出现此数据。

垂直速度：时间内的爬升率或下降率。

目标振幅：抵达预定高度的爬升率或下降率，只有导航时才会出现此数据。

目的地名称：前往目的地路线上的最后标记点，只有在导航时才会出现此数据。

下一个航点：航线上的下一个航点。导航时才会出现此数据。

获取更多信息

在 Garmin 网页上可取得更多信息。

- 前往官方网站产品页面获取中文操作手册，或软件更新。
- 前往官方网站产品页面或联系您的 Garmin 经销商了解选购配件信息。

可选配件

可从官方网站或从 Garmin 经销商处获得可选的配件，例如底座、地图、健身配件和替换零件。

tempe 温度传感器

tempe 是 ANT+ 无线温度传感器。您可以将传感器装在固定带或固定环上，使其接触环境空气，确保温度数据源的一致与正确性，但必须先将 tempe 与设备完成配对，才能显示 tempe 提供的温度数据。

将 ANT+ 配件与 Garmin 设备配对的小技巧

- 确认 ANT+ 传感器 与 Garmin 设备兼容。
- 在将 ANT+ 传感器与 Garmin 设备配对之前，请与其他 ANT+ 传感器分开至少 10m。
- 将 Garmin 设备放在 ANT+ 传感器 3m 的范围内。
- 首次配对后，Garmin 设备每次被激活时都会自动识别 ANT+ 传感器。开启 Garmin 设备时，会自动连接，仅在激活传感器并正常工作后花费几秒钟的时间。
- 配对后，Garmin 设备仅从传感器接收数据，并且您还可以靠近其他配件。

疑难解答

重置设备

如果设备停止响应，则可能需要重新启动它。这不会删除您的任何数据或设置。

- 取出电池。
- 重新安装电池。

关于心率区间

大部分的运动员使用心率区间来测量及增加他们的心肺能力，或增加他们的健身水平。心率区间是指每分钟的心跳范围设置，通常分为五个区间。一般来说，心率区间是基于最大心率百分比所得出。

健身目标

了解心率区间并应用以下原则可以帮助测量及改善您的健康：

- 心率区间是测量运动强度的好方法。
- 锻炼某些心率区间可以帮助提高心血管能力和强度。

如果知道自己的最大心率，您可以查询表格(心率区间表, 第 16 页)来确认健身目标下最适合的锻炼心率区间。

如果不清楚自己的最大心率，您可以使用网络上提供的计算方法，部分健身房和健康中心也提供此服务。预设的最大心率为 220 减去自己的年龄。

心率区间表

区间	最高心率 %	身体自身感觉	益处
1	50-60%	非常放松，几乎没有疲劳，有节奏的呼吸。	帮助热身、放松以及协助恢复。
2	60-70%	舒适轻松，心血管负荷低，稍微深呼吸。	提高一般基础训练，提升恢复能力以及促进新陈代谢。
3	70-80%	有节奏的步幅，稳步控制的快速呼吸。	提高一般健身训练程度，提高接受中等强度训练能力，以及提高训练效率。
4	80-90%	快速的步幅，稍有不适感，呼吸加快	强度与高速度运动的能力。
5	90- 100%	身体感到无法支撑，呼吸与肌肉感觉非常疲劳。	呼吸与肌肉最大消耗或者接近最大消耗程度。



support.Garmin.com/zh-CN