

**GARMIN®**



**VENU® SQ 2**

---

**РЪКОВОДСТВО**

© 2022 Garmin Ltd. или нейните филиали

Всички права запазени. По силата на законите за авторски права това ръководство не може да бъде копирано, изцяло или частично, без писмено съгласие от Garmin. Garmin си запазва правото да променя или подобрява продуктите си и да внася промени в съдържанието на това ръководство, без да има задължение да уведомява които и да било лица или организации за такива промени или подобрения. Отидете в [www.garmin.com](http://www.garmin.com) за най-нови актуализации и допълнителна информация по отношение на използването на този продукт.

Garmin®, логото на Garmin, ANT+®, Approach®, Auto Lap®, Auto Pause®, Edge® и Venu® са търговски марки на Garmin Ltd. или нейните дъщерни фирми, регистрирани в САЩ и други държави. Body Battery™, Connect IQ™, Firstbeat Analytics™, Garmin AutoShot™, Garmin Connect™, Garmin Express™, Garmin Golf™, Garmin Index™, Garmin Move IQ™, Garmin Pay™, Health Snapshot™, HRM-Dual™, HRM-Pro™, tempe™, TrueUp™ и Varia™ са търговски марки на Garmin Ltd. или нейните дъщерни дружества. Тези търговски марки не могат да се използват без изричното разрешение на Garmin.

Android™ е търговска марка на Google LLC. Apple®, iPhone® и iTunes® са търговски марки на Apple Inc., регистрирани в САЩ и други държави. Словната марка BLUETOOTH® и лого са собственост на Bluetooth SIG, Inc. и се използват от Garmin по лиценз. The Cooper Institute®, както и други съответни търговски марки са собственост на The Cooper Institute. iOS® е регистрирана търговска марка на Cisco Systems, Inc., използвана под лиценз на Apple Inc. Wi-Fi® е регистрирана търговска марка на Wi-Fi Alliance Corporation. Windows® е регистрирана търговска марка на Microsoft Corporation в САЩ и други държави. Другите търговски марки и търговски имена са собственост на съответните им притежатели.

Този продукт е сертифициран от ANT+®. Посетете [www.thisisant.com/directory](http://www.thisisant.com/directory) за списък на съвместимите продукти и приложения.

M/N: AA4390, A04390

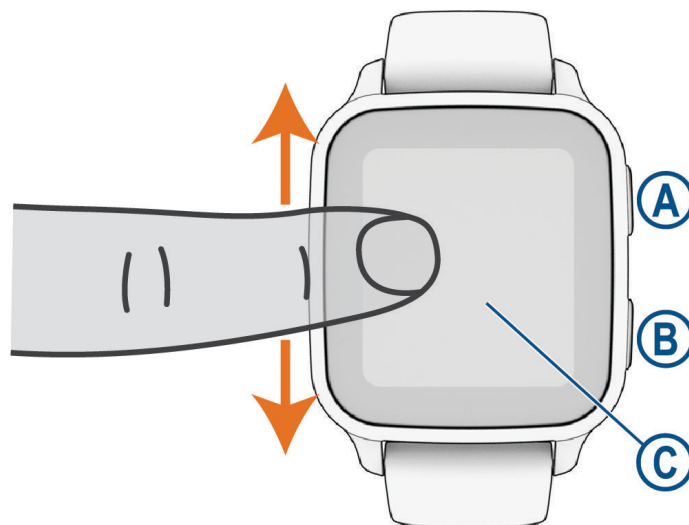
# Въведение

## ⚠ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ

Вижте ръководството *Важна информация относно продукта и безопасността* в кутията на продукта за предупреждения за продукта и друга важна информация.


Винаги се консултирайте с Вашия лекар, преди да започнете или да модифицирате тренировъчна програма.

## Общ преглед





- Ⓐ **Бутон за действие:** Натиснете, за да включите часовника.  
Натиснете, за да стартирате и спрете таймера за дейност.  
Задръжте за 2 секунди, за да видите менюто с контролери, включително захранването на часовника.  
Задръжте, докато не усетите 3 вибрации, за да активирате функцията за помощ (*Функции за безопасност и проследяване, стр. 56*).
- Ⓑ **Бутон за назад (Меню):** Натиснете, за да се върнете към предишния екран освен по време на дейност.  
По време на дейност натиснете, за да маркирате нова обиколка, да започнете нов сет или поза или да преминете към следващия етап на тренировка.  
Задръжте, за да видите меню с настройки на часовника и опции за текущия екран.
- Ⓒ **Сензорен екран:** Плъзнете нагоре или надолу, за да преминете през графични елементи, функции и менюта.  
Докоснете, за да изберете.  
Чукнете двукратно, за да събудите часовника.  
Плъзнете надясно, за да се върнете към предишния екран.  
По време на дейност плъзнете надясно, за да видите циферблата и графичните елементи.  
От циферблата на часовника плъзнете надясно, за да видите функцията за бърз достъп.

## Съвети за сензорния екран

- Плъзнете нагоре или надолу, за да преминете през списъци и менюта.
- Плъзнете нагоре или надолу, за да превъртите бързо.
- Докоснете, за да изберете елемент.
- От циферблата на часовника плъзнете нагоре или надолу, за да преминете през графичните елементи на часовника.
- Докоснете някой графичен елемент, за да видите допълнителна информация, ако е налична.
- По време на дейност плъзнете нагоре или надолу, за да прегледате следващия екран с данни.
- По време на дейност плъзнете надясно, за да видите циферблата и графичните елементи, и плъзнете наляво, за да се върнете към полетата с данни за дейността.
- Когато е налично, изберете  или плъзнете нагоре, за да прегледате допълнителни опции на менюто.
- Избирайте всяко меню поотделно.






## Заклучване и отключване на сензорния екран

Можете да заключите сензорния екран, за да предотвратите неволни докосвания на екрана.

- 1 Задръжте , за да прегледате менюто с органи за управление.
- 2 Изберете .  
Сензорният екран се заключва и не реагира на докосвания, докато не го отключите.
- 3 Задръжте бутон, за да отключите сензорния екран.

## Иконки

Мигаща икона означава, че часовникът търси сигнал. Постоянно светеща икона означава, че сигналът е открит или сензорът е свързан. Наклонената черта през икона означава, че функцията е изключена.

	Състояние на телефонната връзка
	Състояние на следене на пулса
	Състояние на LiveTrack
	Състояние на сензора за скорост и ритъм
	Състояние на светлина за велосипед Varia™
	Състояние на радар за велосипед Varia
	Състояние на сензора temperature™

## Настройка на Вашия часовник

За да се възползвате напълно от функциите на , изпълнете тези задачи.

- Сдвоете устройството с Вашия смартфон, като използвате приложението ([Сдвояване на телефона](#), стр. 49).
- Настройване на Wi-Fi® мрежи ([Свързване към мрежа Wi-Fi](#), стр. 52).
- Настройване на музика ([Музика](#), стр. 46).
- Настройване на Garmin Pay™ портфейл ([Настройка на Вашия Garmin Pay Портфейл](#), стр. 28).
- Настройване на функции за безопасност ([Функции за безопасност и проследяване](#), стр. 56).

# Приложения и дейности

Вашето устройство включва различни предварително инсталирани приложения и дейности.

**Приложения:** Приложенията предоставят интерактивни функции за устройството Ви, например навигация към запазени местоположения.





**Действия:** Устройството се доставя с предварително инсталирани приложения за дейности на закрито и на открито, включително бягане, колоездене, силови тренировки, голф и други. Когато стартирате дейност, устройството показва и записва данни от сензори, които можете да запазите и споделите с общността на Garmin Connect™.

За повече информация относно проследяването на дейностите и точността на данните за здравословното състояние посетете [garmin.com/ataccuracy](http://garmin.com/ataccuracy).


**Connect IQ™ Приложения:** Можете да добавяте функции към часовника си, като инсталирате приложения от мобилното приложение (*Connect IQ Функции*, стр. 55).

## Стартиране на дейност





Когато стартирате дейност, GPS се включва автоматично (ако е нужно).

- 1 Натиснете .
- 2 Ако за първи път стартирате дейност, изберете отметката до всяка дейност, за да я добавите към Вашите любими, и изберете .
- 3 Изберете опция:
  - Изберете дейност от Вашите любими.
  - Изберете  и изберете дейност от разширения списък с дейности.
- 4 Ако дейността изисква GPS сигнал, излезте навън в зона с чист изглед към небето и изчакайте, докато часовникът не бъде готов.  
Часовникът ще бъде готов, след като установи Вашия пулс, получи GPS сигнали (ако е необходимо) и се свърже към Вашите безжични сензори (ако е необходимо).
- 5 Натиснете , за да стартирате таймера за дейност.  
Часовникът записва данни за дейността само докато таймерът за дейност е пуснат.

## Съвети за записване на дейностите





- Заредете устройството преди започване на дейност (*Зареждане на часовника*, стр. 62).
- Натиснете , за да запишете обиколки, да започнете нова серия или поза или да преминете към следващата стъпка на тренировка.
- Плъзнете нагоре или надолу, за да видите страници с допълнителни данни.

## Прекратяване на дейност



- 1 Натиснете .
- 2 Изберете опция:
  - За да запазите дейността, изберете .
  - За да премахнете дейността, изберете .
  - За да възобновите дейността, натиснете .



## Добавяне на персонализирана дейност

Можете да създадете персонализирана дейност и да я добавите към списъка с дейности.

- 1 Натиснете .
- 2 Изберете  >  > .
- 3 Изберете тип дейност за копиране.
- 4 Изберете име на дейност.
- 5 При необходимост редактирайте настройките на приложението за дейността (*Настройки на дейности и приложения, стр. 13*).
- 6 След като завършите редактирането, изберете **Край**.

## Добавяне и премахване на любима дейност

Списъкът с любимите Ви дейности се извежда, когато натиснете  от циферблата, и предоставя бърз достъп до най-използваните дейности. Когато за пръв път натиснете  за започване на дейност, устройството Ви подканва да изберете любимите си дейности. По всяко време можете да добавите или премахнете любими дейности.

- 1 Задръжете .
- 2 Изберете  > **Дейности и приложения**.  
Любимите Ви дейности се появяват най-отгоре в списъка. Другите дейности се появяват в разширения списък.
- 3 Изберете опция:
  - За да добавите любима дейност, изберете дейността и след това изберете **Добавяне на Любимо място**.
  - За да премахнете любима дейност, изберете дейността и след това изберете **Премахване на Любимо място**.

## Health Snapshot™

Функцията е дейност на Вашето устройство, която записва няколко ключови показателя за здравето, докато стоите неподвижно за две минути. Тя дава представа за цялостното Ви сърдечно-съдово състояние. Устройството записва показатели, като средния пулс, нивото на стрес и честотата на дишане.

## Дейности на закрито

Часовникът може да се използва за тренировки на закрито, като например бягане на пътека на закрито или използване на стационарно колело или тренировъчно устройство за трениране на закрито. GPS е изключен за дейности на закрито (*Настройки на дейности и приложения, стр. 13*).

При бягане или ходене с изключен GPS скоростта и разстоянието се изчисляват с помощта на акселерометъра в часовника. Акселерометърът се самокалибрира. Точността на данните за скоростта и разстоянието се подобрява след няколко бягания или ходене на открито с помощта на GPS.

**СЪВЕТ:** Задръжането на перилата на бягащата пътека намалява точността.

При колоездене с изключен GPS данните за скоростта и разстоянието не са налични, освен ако нямате допълнителен сензор, който изпраща данни за скоростта и разстоянието до часовника, като например сензор за скорост или ритъм.



## Записване на силова тренировка

Можете да записвате комплекси от упражнения по време на силова тренировка. Комплекс е множество повторения (бройки) на едно движение.

- 1 Натиснете **A**.
- 2 Изберете **Сила**.
- 3 Натиснете **A**, за да стартирате таймера за дейност.
- 4 Започнете първия комплекс.


Устройството брой повторенията Ви по подразбиране. Броят на направените повторения се извежда, след като сте направили поне четири повторения. Можете да дезактивирате броенето на повторения в настройките на дейността (*Настройки на дейности и приложения, стр. 13*).

**СЪВЕТ:** Устройството може да брой само повторения на едно движение за всеки комплекс. Когато желаете да смените движенията, трябва да завършите комплекса и да започнете нов.

- 5 Натиснете **B** за завършване на серията.  
Часовникът показва общия брой повторения за комплекса. След няколко секунди се показва таймерът за почивка.
- 6 Ако е необходимо, редактирайте броя повторения и изберете , за да добавите тежестта, използвана за серията.
- 7 Когато сте приключили с почивката, натиснете **B**, за да започнете следващата серия.
- 8 Повторете всеки комплекс от силовата тренировка, докато завършите дейността.
- 9 След като завършите дейността си, натиснете **A** и изберете .

## Запишете дейност с HIIT

Можете да използвате специализирани таймери за запис на високоинтензивна интервална тренировка (HIIT).

- 1 Натиснете **A**.
- 2 Изберете **HIIT**.
- 3 Изберете опция:
  - Изберете **Свободна**, за да запишете дейност с HIIT.
  - Изберете **HIIT таймери > AMRAP** за записване на възможно най-много кръгове през определен период от време.
  - Изберете **HIIT таймери > EMOM** за записване на определен брой движения всяка минута на минутата.
  - Изберете **HIIT таймери > Табата**, за да редувате 20-секундни интервали на максимално усилие с 10-секундна почивка.
  - Изберете **HIIT таймери > По избор**, за да зададете Вашето време на движение, време за почивка, брой движения и брой кръгове.
  - Изберете **Тренировки**, за да следвате запазена тренировка.
- 4 Ако е необходимо, следвайте инструкциите на екрана.
- 5 Натиснете **A**, за да стартирате първия кръг.  
Часовникът показва таймер за обратно броене и текущия Ви пулс.
- 6 Ако е необходимо, натиснете **B**, за да преминете ръчно към следващия кръг или почивка.
- 7 След като завършите дейността, натиснете **A**, за да спрете таймера за дейност.
- 8 Изберете .

## Калибриране на разстоянието на бягащата пътека

За да записвате по-точно изминатите от Вас разстояния на бягащата пътека, можете да калибрирате разстоянието на бягащата пътека след като сте пробягали поне 1,5 km (1 mi) на бягащата пътека. Ако използвате различни бягащи пътеки, можете ръчно да калибрирате разстоянието на бягащата пътека на всяка бягаща пътека или след всяко бягане.

- 1 Започнете дейност с бягаща пътека (*Стартиране на дейност, стр. 3*).
- 2 Бягайте на бягаща пътека докато Вашето устройство Venu Sq 2 запише поне 1,5 km (1 mi).
- 3 След като завършите бягането, натиснете **A**.
- 4 Проверете дисплея на бягащата пътека за изминатото разстояние.
- 5 Изберете опция:
  - За да калибрирате за първи път, въведете разстоянието на бягащата пътека на Вашето устройство.
  - За да калибрирате ръчно след първоначалното калибриране, плъзнете нагоре, изберете **Калибриране и запаметяване** и въведете разстоянието на бягащата пътека на Вашето устройство.

## Дейности на открито

Устройството Venu Sq 2 се доставя с предварително инсталирани приложения за дейности на открито, като бягане и колоездене. GPS е включен за дейности на открито. Можете да добавяте приложения, като използвате дейности по подразбиране, като например кардио или гребане.

## Бягане на открито

Преди да можете да използвате безжичния сензор при бягането на открито, трябва да сдвоите сензора с Вашето устройство (*Сдвояване на Вашите безжични сензори, стр. 45*).

- 1 Поставете си безжичните сензори, като например крачкомер или монитор за пулс (опция).
- 2 Натиснете **A**.
- 3 Изберете **Бягане**.
- 4 Когато използвате допълнителни безжични сензори, изчакайте устройството да се свърже със сензорите.
- 5 Излезте на открито и изчакайте, докато устройството открие спътници.
- 6 Натиснете **A**, за да стартирате таймера за дейност.  
Устройството записва данни за дейността само докато таймерът за дейност е пуснат.
- 7 Започнете дейността си.
- 8 Натиснете **B**, за да запишете обиколките (опция) (*Отбелязване на обиколки чрез функцията Auto Lap, стр. 16*).
- 9 Плъзнете нагоре или надолу, за да превъртате през екраните за данни.
- 10 След като завършите дейността си, натиснете **A** и изберете **✓**.



## Разходка с велосипед

Преди да можете да използвате безжичния сензор при карането на велосипед, трябва да сдвоите сензора с Вашето устройство (*Сдвояване на Вашите безжични сензори, стр. 45*).

- 1 Сдвоете Вашите безжични сензори, като например монитора за пулс, сензора за скорост или сензора за ритъм (опция).
- 2 Натиснете **A**.
- 3 Изберете **Велосипед**.
- 4 Когато използвате допълнителни безжични сензори, изчакайте устройството да се свърже със сензорите.
- 5 Излезте на открито и изчакайте, докато устройството открие спътници.
- 6 Натиснете **A**, за да стартирате таймера за дейност.  
Устройството записва данни за дейността само докато таймерът за дейност е пуснат.
- 7 Започнете дейността си.
- 8 Плъзнете нагоре или надолу, за да превъртате през екраните за данни.
- 9 След като завършите дейността си, натиснете **A** и изберете **✓**.

## Отивате да плувате в басейна

- 1 Натиснете **A**.
- 2 Изберете **Плуване в басейн**.
- 3 Изберете размера на басейна или въведете размер по избор.
- 4 Натиснете **A**, за да стартирате таймера за дейност.
- 5 Започнете дейността си.  
Часовникът автоматично записва интервали и дължини на плуване.
- 6 Натиснете **B**, когато почивате.  
Появява се екранът за почивка.
- 7 Натиснете **B** за рестартиране на таймера за интервали.
- 8 След като сте завършили своята дейност, натиснете **A**, за да спрете таймера за дейност.
- 9 Изберете опция:
  - За да възобновите дейността, задръжте **A**.
  - За да премахнете активността, плъзнете надолу и натиснете **A**.

## Настройка на размера на басейна

- 1 Натиснете **A**.
- 2 Изберете **Плуване в басейн**.
- 3 Плъзнете нагоре.
- 4 Изберете **Настройки > Размер на басейна**.
- 5 Изберете размера на басейна или въведете размер по избор.

## Зареждане на часовника

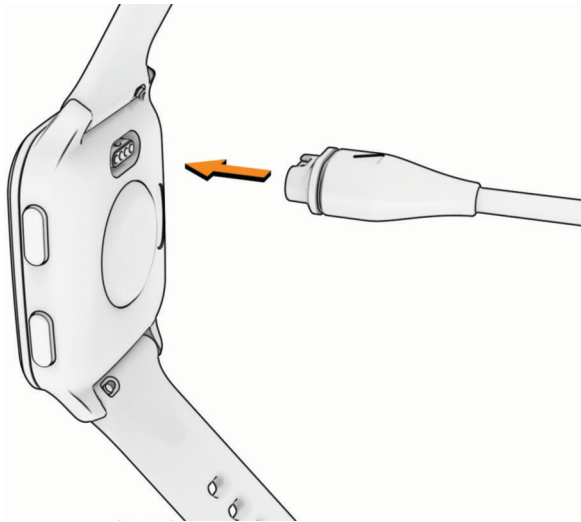
### ⚠ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ

Това устройство съдържа литиево-йонна батерия. Вижте ръководството *Важна информация относно продукта и безопасността* в кутията на продукта за предупреждения за продукта и друга важна информация.

### БЕЛЕЖКА

За да избегнете корозия, щателно почиствайте и подсушавайте контактите и зоната около тях, преди да зареждате или свързвате към компютър. Вижте инструкциите за почистване (*Грижа за устройството*, стр. 64).

- 1 Включете малкия накрайник на USB кабела в порта за зареждане на часовника Ви.



- 2 Включете големия накрайник на USB кабела в USB порт за зареждане. Часовникът показва текущото ниво на заряд на батерията.

## Преглеждане на информация за устройството

Можете да видите ИД на уреда, версията на софтуера, регулаторна информация и лицензионното споразумение.

- 1 Задръжте **(B)**.
- 2 Изберете **⚙ > Система > Относно**.

## Извежда регулаторна информация и информация за съответствие на електронен етикет

Етикетът за това устройство се предоставя в електронен формат. Електронният етикет може да предоставя регулаторна информация, като например идентификационни номера, предоставени от FCC или регионални маркировки за съответствие, както и приложима продуктова и лицензионна информация.

- Задръжте **(B)** за 10 секунди.

## Актуализации на продукта

Вашето устройство автоматично проверява за актуализации, когато е свързано към Bluetooth или Wi-Fi. Можете ръчно да проверявате за актуализации от системните настройки (*Системни настройки*, стр. 60). На Вашия компютър инсталирайте Garmin Express ([www.garmin.com/express](http://www.garmin.com/express)). На телефона Ви инсталирайте приложението Garmin Connect.

Това осигурява лесен достъп до тези услуги за устройства Garmin:

- Актуализации на софтуера
- Актуализации на маршрут
- Качване на данни в Garmin Connect
- Регистриране на продукт

## Настройване на Garmin Express

- 1 Свържете устройството към компютъра с помощта на USB кабела.
- 2 Отидете на [www.garmin.com/express](http://www.garmin.com/express).
- 3 Следвайте инструкциите на екрана.

## Технически характеристики

Тип батерия	Вградена акумулаторна литиево-йонна батерия
Издръжливост на батерията	До 11 дни в режим на смарт часовник
Диапазон на работната температура	От -20° до 55°C (от -4° до 131°F)
Диапазон на температурата за зареждане	От 0° до 45 °C (от 32° до 113 °F)
Честота за безжична връзка на Venu Sq 2	2,4 GHz при 1 dBm максимум
Честота за безжична връзка на Venu Sq 2 Music	2,4 GHz при 20 dBm максимум
Клас на защита от вода	Плуване, 5 ATM <sup>1</sup>

## Информация за живота на батерията

Реалният живот на батерията зависи от функциите, активирани на Вашия часовник, като проследяване на дейността, пулс на китката, известия на телефон, GPS и свързани сензори.

Режим	Живот на батерията
Режим на смарт часовник с проследяване на дейността и денонощно наблюдение на пулса на китката	До 11 дни
Режим на смарт часовник с режим на пестене на батерията	До 12 дни
Режим само GPS	До 26 часа
Режим GPS на всички системи	До 20 часа
Режим GPS на всички системи с възпроизвеждане на музика	До 7 часа
Режим за постоянно включен дисплей	До 2 дни

<sup>1</sup> Устройството издържа на налягане, еквивалентно на дълбочина от 50 m. За повече информация отидете на [www.garmin.com/waterrating](http://www.garmin.com/waterrating).

## Грижа за устройството

### БЕЛЕЖКА

Избягвайте екстремни удари и груба обработка, тъй като това може да влоши експлоатационния живот на продукта.

Избягвайте да натискате бутоните под вода.

Не използвайте остър предмет за почистване на устройството.

Никога не използвайте твърди или остри предмети за работа със сензорния екран, защото може да го повредят.

Избягвайте използването на химикали за почистване, разтворители и репеленти за насекоми, които могат да повредят пластмасовите компоненти и покритията.

Изплакнете старателно устройството с прясна вода след излагане на хлор, солена вода, слънцезащитен крем, козметика, алкохол или други агресивни химикали. Продължителното излагане на тези вещества може да повреди корпуса.

Не съхранявайте устройството на места, където може да има продължително излагане на екстремални температури, защото това ще доведе до невъзстановими повреди.

## Почистване на часовника

### ⚠ ВНИМАНИЕ

Някои потребители могат да изпитат кожни раздразнения след продължителна употреба на часовника, особено ако потребителят има чувствителна кожа или алергии. Ако забележите каквито и да било кожни раздразнения, премахнете часовника и дайте време на кожата да се излекува. За да предотвратите кожни раздразнения, се уверете, че часовникът е чист и сух и не го стягайте прекалено много върху китката си.

### БЕЛЕЖКА

Дори малки количества пот или влага могат да причинят корозия на електрическите контакти, когато са свързани към зарядно устройство. Корозията може да попречи на зареждането и прехвърлянето на данни.

**1** Избършете часовника с кърпа, напоена с неагресивен почистващ препарат.

**2** Подсушете го.

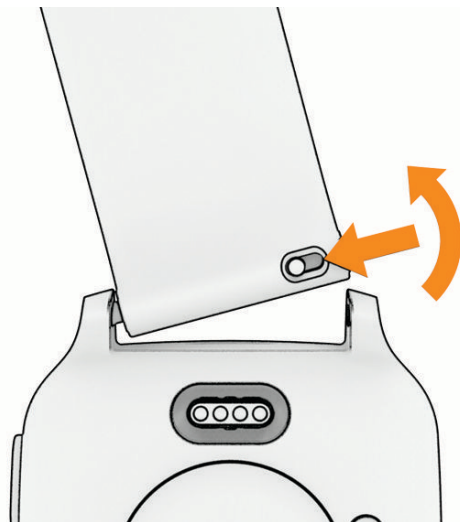
След почистване оставете часовника да изсъхне напълно.

**СЪВЕТ:** За повече информация отидете на [www.garmin.com/fitandcare](http://www.garmin.com/fitandcare).

## Смяна на каишките

Устройството е съвместимо със стандартни ленти с бързо освобождаване с широчина 20 mm.

1 Плъзнете щифта за бързо освобождаване на цилиндъра с пружина, за да свалите каишката.



2 Поставете в устройството едната страна на цилиндъра с пружина за новата лента.

3 Плъзнете щифта за бързо освобождаване и подравнете цилиндъра с пружина със срещуположната страна на устройството.

4 Повторете стъпки от 1 до 3, за да смените другата каишка.

## Проблеми




### Съвместим ли е телефонът ми с моя часовник?

Часовникът Venu Sq 2 е съвместим с телефони, които използват Bluetooth технология.

Отидете на [www.garmin.com/ble](http://www.garmin.com/ble) за информация относно съвместимостта с Bluetooth.

### Моят телефон не иска да се свърже към часовника

Ако телефонът Ви не може да се свърже с часовника, можете да опитате тези съвети.

- Изключете телефона и часовника си и след това ги включете отново.
- Активирайте Bluetooth технология на Вашия телефон.
- Актуализирайте приложението Garmin Connect до най-новата версия.
- Премахнете часовника си от приложението Garmin Connect и настройките за Bluetooth на Вашия телефон, за да опитате отново процеса на сдвояване.
- Ако сте закупили нов телефон, премахнете часовника от приложението Garmin Connect на телефона, който възнамерявате да спрете да използвате.
- Донесете своя телефон на 10 m (33 ft) от часовника.
- На Вашия телефон отворете приложението Garmin Connect, изберете  или  и изберете **Устройства Garmin > Добавяне на устройство**, за да влезете в режим на сдвояване.
- From the watch face, hold , and select **Свързаност > Телефон > Сдвояване на телефона**.

## Моите слушалки не се свързват с часовника

Ако преди това Вашите Bluetooth слушалки са били свързани с телефона, те може да се свържат автоматично с телефона, вместо да се свържат с часовника Ви. Можете да опитате тези съвети.

- Изключете Bluetooth технологията на Вашия телефон.  
За повече информация вижте ръководството на притежателя за Вашия телефон.
- Останете на разстояние 10 m (33 ft) от Вашия телефон, докато свързвате слушалките си към часовника.
- Свържете слушалките с Вашето устройство (*Свързване на Bluetooth слушалки, стр. 47*).



## Музиката ми спира внезапно или слушалките не остават свързани

Когато използвате часовник Venu Sq 2 Music, свързан към Bluetooth слушалки, сигналът е най-силен, когато има пряка видимост между часовника и антената на слушалките.

- Ако сигналът преминава през тялото Ви, може да има прекъсване на сигнала или на връзката със слушалките Ви.
- Ако носите своя часовник Venu Sq 2 Music на лявата си китка, трябва да се уверите, че антената на слушалките Bluetooth е на лявото Ви ухо.
- Тъй като слушалките се различават в зависимост от модела, можете да опитате да носите часовника на другата си китка.
- Ако използвате метални или кожени каишки за часовника, можете да преминете към силиконови каишки, за да подобрите силата на сигнала.



## Устройството ми е настроено на грешния език

Можете да промените избора на език на устройството, ако случайно сте избрали грешния език на устройството.

- 1 Задръжте .
- 2 Изберете .
- 3 Превъртете надолу до последния елемент в списъка и го изберете.
- 4 Превъртете надолу до втория елемент в списъка и го изберете.
- 5 Изберете Вашия език.

## Устройството ми не показва точния час

Устройството актуализира часа и датата, когато се синхронизира с Вашия смартфон или когато получи GPS сигнали. Трябва да синхронизирате устройството си, за да получавате точния час, когато сменят часови зони, и да актуализирате при преминаване към лятно часово време.

- 1 Задръжте  и изберете  > Система > Време.
- 2 Уверете се, че опцията **Автоматично** за **Източник на време** е активирана.
- 3 Изберете **Синхронизиране на време**.  
Устройството Ви автоматично започва да синхронизира часа с Вашия смартфон.
- 4 За да синхронизирате часа с помощта на сателитни сигнали, изберете **Използвайте GPS**, излезте на открито място с ясна видимост към небето и изчакайте устройството да получи сигнали от спътник.

## Температурните показания не са точни

Вашата телесна температура влияе върху отчитането на температурата на вътрешния температурен сензор. За да получите най-точна температура, трябва да премахнете часовника от китката си и да изчакате 20 до 30 минути.

Можете също да използвате допълнителен външен температурен сензор, за да видите точните показания на околната температура, докато носите часовника.

## Удължаване на живота на батерията

Можете да направите няколко неща, за да удължите живота на батерията.

- Включете **Пест. на бат.** (*Управление на батерията, стр. 59*).
- Спрете да използвате функцията за време на изчакване на дисплея **Винаги включено** и изберете по-кратко време на изчакване на дисплея (*Персонализиране на настройките на дисплея, стр. 61*).
- Намалете яркостта на дисплея (*Персонализиране на настройките на дисплея, стр. 61*).
- Превключете от анимиран циферблат към циферблат със статичен фон (*Промяна на циферблата, стр. 17*).
- Изключете технологията Bluetooth, когато не използвате свързани функции (*Изключване на Bluetooth връзката с телефона, стр. 51*).
- Изключете проследяването на дейностите (*Настройки на проследяване на дейности, стр. 32*).
- Limit the type of phone notifications (*Управление на известия, стр. 50*).
- Спрете излъчването на данни за пулса към сдвоени устройства Garmin (*Предаване на пулс, стр. 38*).
- Изключете проследяването на пулса, измерван от китката (*Изключване на устройството за следене на пулса за китка, стр. 38*).
- Изключете автоматичните отчитания на пулсовия оксиметър (*Промяна на режима за проследяване на пулсовия оксиметър, стр. 41*).

## Рестартиране на часовника

Ако часовникът спре да реагира, може да се наложи да го рестартирате.

**ЗАБЕЛЕЖКА:** Рестартирането на часовника може да доведе до изтриване на Вашите данни или настройки.

- 1 Задръжте **A** за 15 секунди.  
Часовникът се изключва.
- 2 Задръжте **A** за една секунда за включване на часовника.

## Възстановяване на всички настройки по подразбиране

Преди да нулирате всички настройки по подразбиране, трябва да синхронизирате часовника с приложението Garmin Connect, за да качите данните за дейността си.

Можете да върнете всички настройки на часовника до фабричните стойности по подразбиране.

- 1 Задръжте **B**.
- 2 Изберете  > Система > Нулиране.
- 3 Изберете опция:
  - За да възстановите всички настройки на часовника до фабричните стойности по подразбиране, включително данните от потребителския профил, но да запазите хронологията на активността и изтеглените приложения и файлове, изберете **Възст. на настр. по подр.**
  - За да възстановите всички настройки на часовника до фабричните стойности по подразбиране и да изтриете цялата въведена от потребителя информация и хронология на дейността, изберете **Изтр. на данните и възст. на настройките**.

**ЗАБЕЛЕЖКА:** Ако сте задали Garmin Pay портфейл, тази опция изтрива портфейла от часовника Ви. Ако в часовника Ви е запазена музика, тази опция изтрива запазената от Вас музика.

## Прихващане на сателитни сигнали

Устройството може да се нуждае от ясен изглед към небето, за да прихване сигнали от спътника.

- 1 Излезте навън на открито място.  
Предната част на устройството трябва да е ориентирана към небето.
- 2 Изчакайте, докато устройството открие спътници.  
Може да са необходими 30 – 60 секунди за локализиране на сателитните сигнали.

## Подобряване на приемането от GPS спътници

- Синхронизирайте често устройството с Вашия акаунт:
  - Свържете устройството към компютър с помощта на USB кабела и приложението .
  - Синхронизирайте устройството с приложението Garmin Golf с помощта на Bluetooth телефона си.
  - Свържете устройството към Вашия акаунт с помощта на безжична мрежа.

Докато сте свързани към Вашия акаунт, устройството изтегля спътникови данни за няколко дни, което му позволява бързо да намира сигнали от спътник.

- Изнесете устройството на открито, далеч от високи сгради и дървета.
- Останете неподвижни за няколко минути.

## Проследяване на дейностите

За повече информация относно точността при проследяване на дейностите отидете на [garmin.com/ataccuracy](https://garmin.com/ataccuracy).

## Броят на стъпките ми не изглежда точен

Ако броят на стъпките Ви не изглежда точен, можете да опитате следните съвети.

- Носете устройството на недоминиращата китка.
- Носете устройството в джоба си, когато бутате детска количка или косачка за трева.
- Носете устройството в джоба си, когато използвате активно само ръцете си.

**ЗАБЕЛЕЖКА:** Устройството може да интерпретира някои повтарящи се движения, като например миенето на съдове, сгъването на пране или пляскането с ръце за стъпки.

## Получаване на повече информация

- Отидете на [support.garmin.com](https://support.garmin.com) за допълнителни ръководства, статии и актуализации на софтуера.
- Отидете на [buy.garmin.com](https://buy.garmin.com) или се свържете с Вашия Garmin дилър за повече информация за допълнителни аксесоари и части за смяна.
- Отидете на [www.garmin.com/ataccuracy](https://www.garmin.com/ataccuracy).

Това не е медицинско устройство. Пулсовият оксиметър не се предлага във всички държави.



