

Сопряжение и настройка

Типы подключения и поведение светодиодов

HRM 200 поддерживает как защищенные, так и открытые соединения.

Безопасное соединение

Защищенное соединение Bluetooth® проходит аутентификацию. Список устройств Garmin® поддерживающих установление защищенных соединений, можно найти на [сайте www.garmin.com/hrm_connection_types](http://www.garmin.com/hrm_connection_types). Для некоторых устройств Garmin может потребоваться обновление программного обеспечения.

Когда HRM 200 активен и использует защищенное соединение, светодиод мигает (2 раза)

каждые 5 секунд. ■■■

Открытое соединение

Открытое соединение поддерживает все устройства Garmin, совместимые с пульсометрами. Доступны соединения ANT+® и некоторые соединения Bluetooth. Открытое соединение также рекомендуется для сопряжения по Bluetooth со сторонними часами, планшетами и фитнес-оборудованием.

Когда HRM 200 активен и использует открытое соединение, светодиод мигает (3 раза) каждые

5 секунд. ■■■■

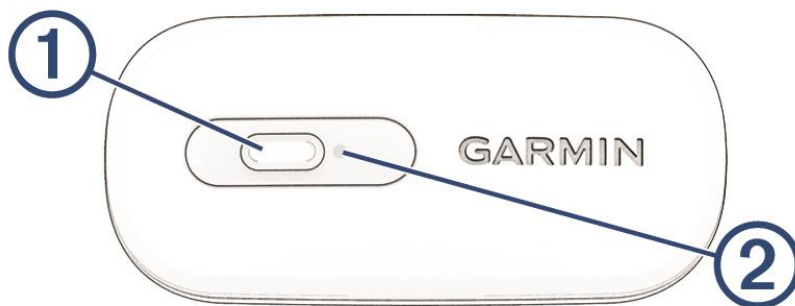
СОВЕТ: Во время сопряжения соблюдайте дистанцию 10 м (33 фута) от других пульсометров.

Сопряжение HRM 200 с устройством Garmin

Перед использованием рекомендуется подключить HRM 200 к совместимому устройству Garmin. Это позволит вам легко увидеть светодиод и нажать кнопку.

Вы можете подключить HRM 200 к совместимому устройству Garmin, часам, планшету или фитнес-оборудованию ([Типы подключения и поведение светодиодов](#)).

1. На модуле HRM 200 нажмите кнопку **1**, чтобы вывести его из спящего режима.



Светодиод **2** будет мигать , когда устройство активно и использует защищенное

соединение. ■■■

ПРИМЕЧАНИЕ: Светодиод перестанет мигать через 2 минуты. Чтобы перезапустить светодиод, нажмите кнопку ([Настройка параметров HRM 200 в приложении Garmin Connect](#)).

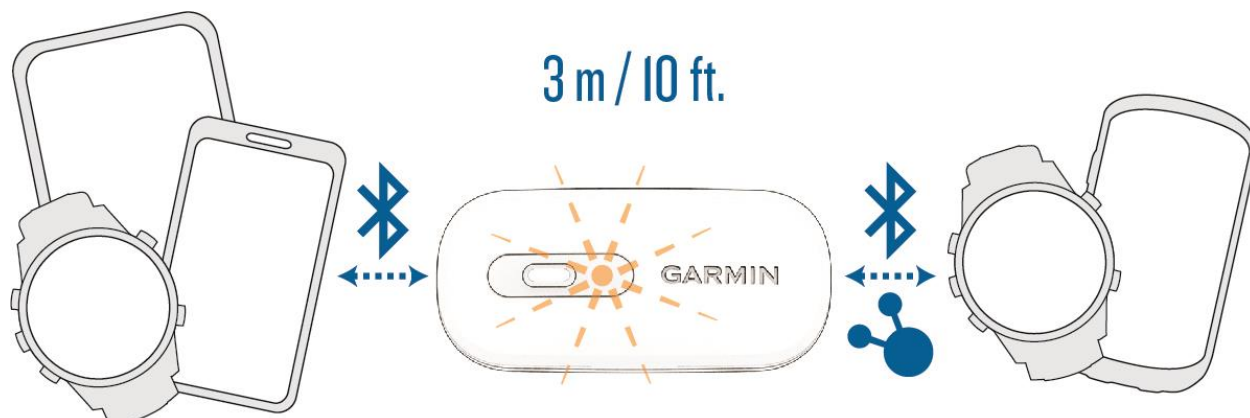
2. Убедитесь, что ваше устройство Garmin поддерживает тип подключения, указанный светодиодом.

Для переключения между типами подключения ([Типы подключения и Поведение светодиода](#)) можно быстро нажать кнопку дважды . Светодиод будет мигать , когда он активен

и использует открытое соединение. ■■■■

СОВЕТ: Многие совместимые устройства и приложения используют открытое соединение.

3. Нажмите и удерживайте кнопку в течение 4 секунд, чтобы войти в режим сопряжения.



Светодиод ■ постоянно мигает.

Устройство HRM 200 находится в режиме сопряжения в течение 5 минут.

Чтобы выйти из режима сопряжения, нажмите кнопку.

4. Выберите вариант:
 - На устройстве Garmin откройте меню датчиков, чтобы добавить внешние пульсометры.
ПРИМЕЧАНИЕ: Инструкции по сопряжению различаются для каждого совместимого устройства Garmin. См. руководство пользователя.
 - На стороннем устройстве откройте настройки Bluetooth.
Устройство HRM 200 должно появиться в списке доступных устройств .

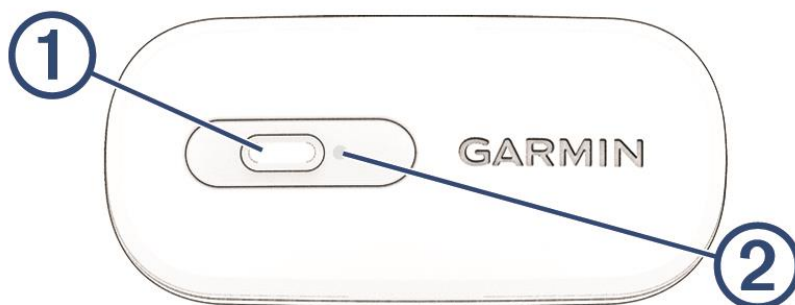
5. Выберите HRM 200 .

После первого сопряжения устройство будет автоматически распознавать HRM 200 каждый раз при включении, если он находится в зоне действия.

Сопряжение HRM 200 с приложением Garmin Connect

Приложение Garmin Connect™ позволяет персонализировать настройки и получать обновления программного обеспечения.

1. На модуле HRM 200 нажмите кнопку **1**, чтобы вывести его из спящего режима.



Светодиод мигает ■, когда устройство активно и передает данные.

ПРИМЕЧАНИЕ: Светодиод перестанет мигать через 2 минуты. Чтобы перезапустить светодиод, нажмите кнопку ([Настройка параметров HRM 200 в приложении Garmin Connect](#)) .

2. Используя магазин приложений вашего телефона, установите и откройте приложение Garmin Connect .
3. Нажмите и удерживайте кнопку в течение 4 секунд, чтобы войти в режим сопряжения.



Светодиод будет мигать ■ непрерывно.

Устройство HRM 200 находится в режиме сопряжения в течение 5 минут.

Чтобы выйти из режима сопряжения, нажмите кнопку.

4. Выберите вариант добавления HRM 200 в вашу учетную запись Garmin Connect:
 - Если вы впервые подключаете устройство к приложению Garmin Connect, следуйте инструкциям на экране.
 - Если у вас уже есть другое устройство, сопряженное с приложением Garmin Connect, выберите > **Устройства Garmin** > **Добавить устройство**, а затем следуйте инструкциям на экране.

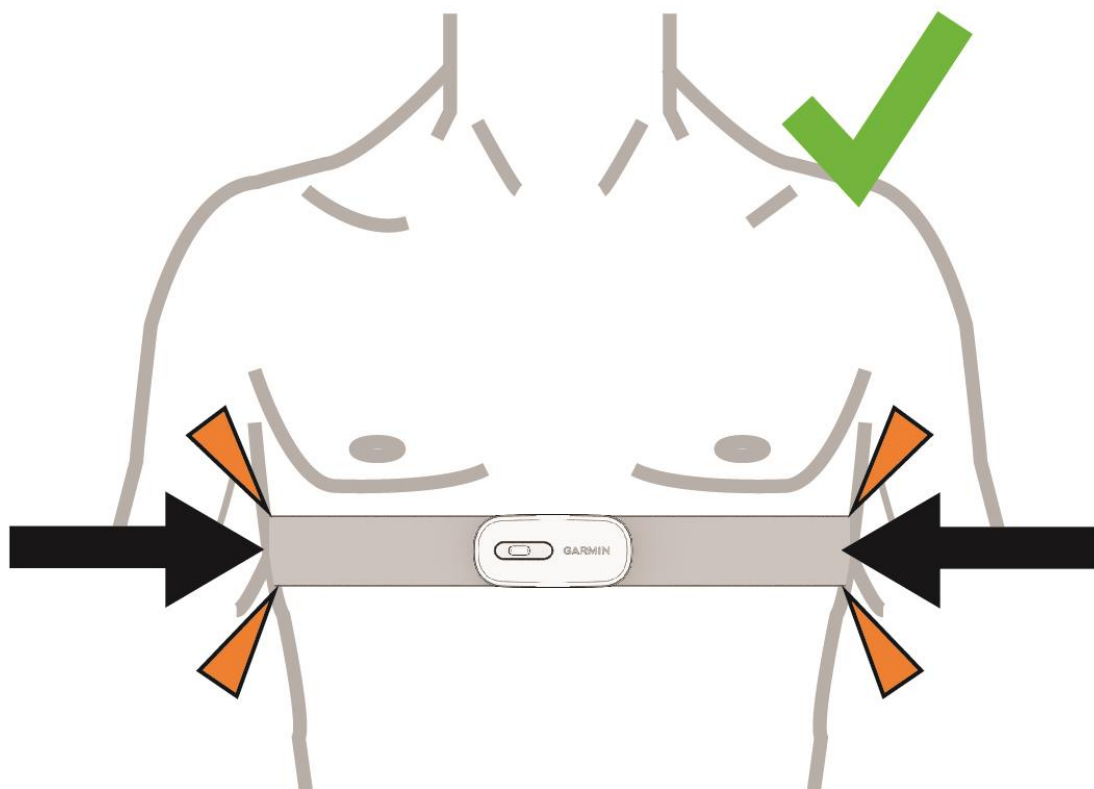
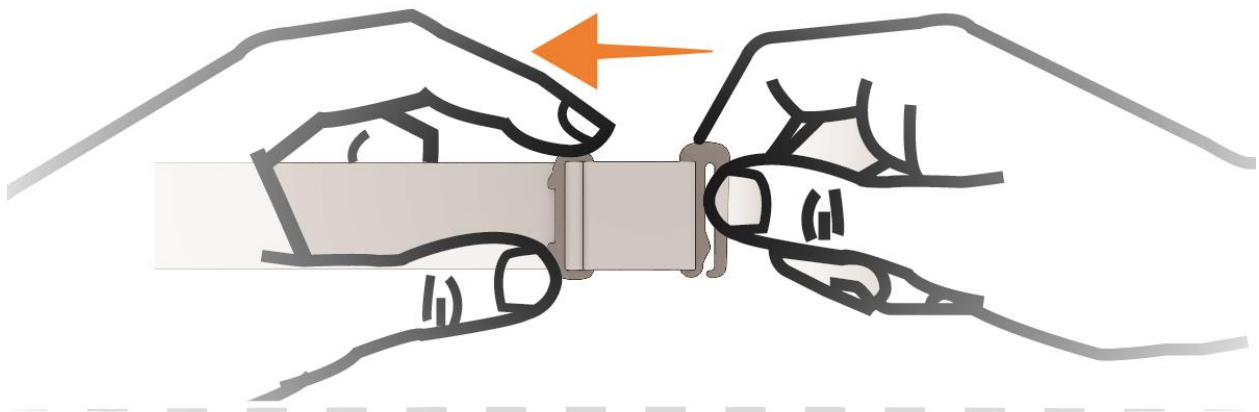
Надевание устройства HRM 200

1. Закрепите модуль на ремешке.

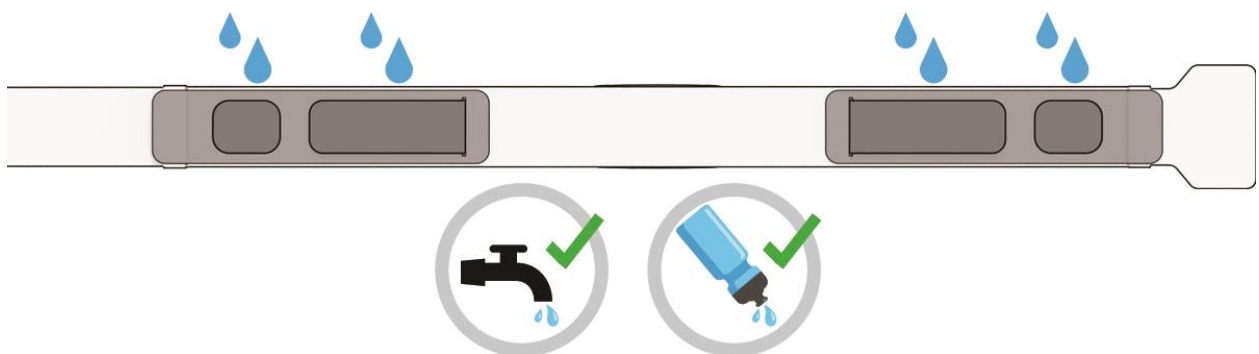


ПРИМЕЧАНИЕ: Оба логотипа Garmin® должны быть обращены вверх.

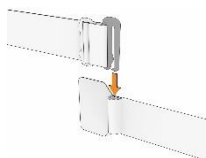
2. Отрегулируйте ремешок.



3. Увлажните датчики.



4. Прикрепите крючок для ремня с правой стороны.



Уход за ремнем

Перед стиркой ремешка извлеките из него сенсорный модуль.

ВНИМАНИЕ

Накопление пота и соли на ремешке может привести к его необратимому повреждению и снизить способность устройства предоставлять точные данные.

Использование слишком большого количества моющего средства может повредить ремешок.

Помещение ремня в сушилку может привести к его необратимому повреждению.

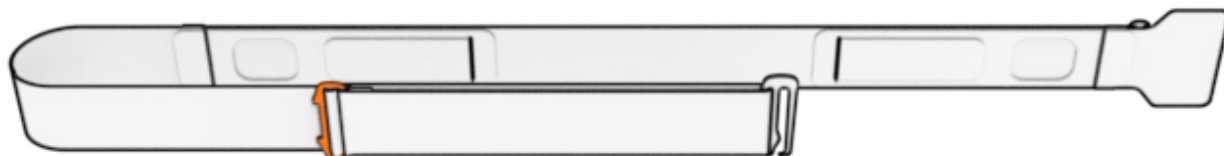
Стирка ремешка в горячей воде с температурой выше 40°C (104°F) может привести к его необратимому повреждению.

Ремешок следует стирать после контакта с хлором или другими химическими веществами, используемыми в воде бассейна. Длительный контакт с этими веществами может повредить датчик.

- Промывайте полоску после каждого использования.
- Стирайте ремешок после каждых семи использований.
- Не сушите ремень в сушилке.

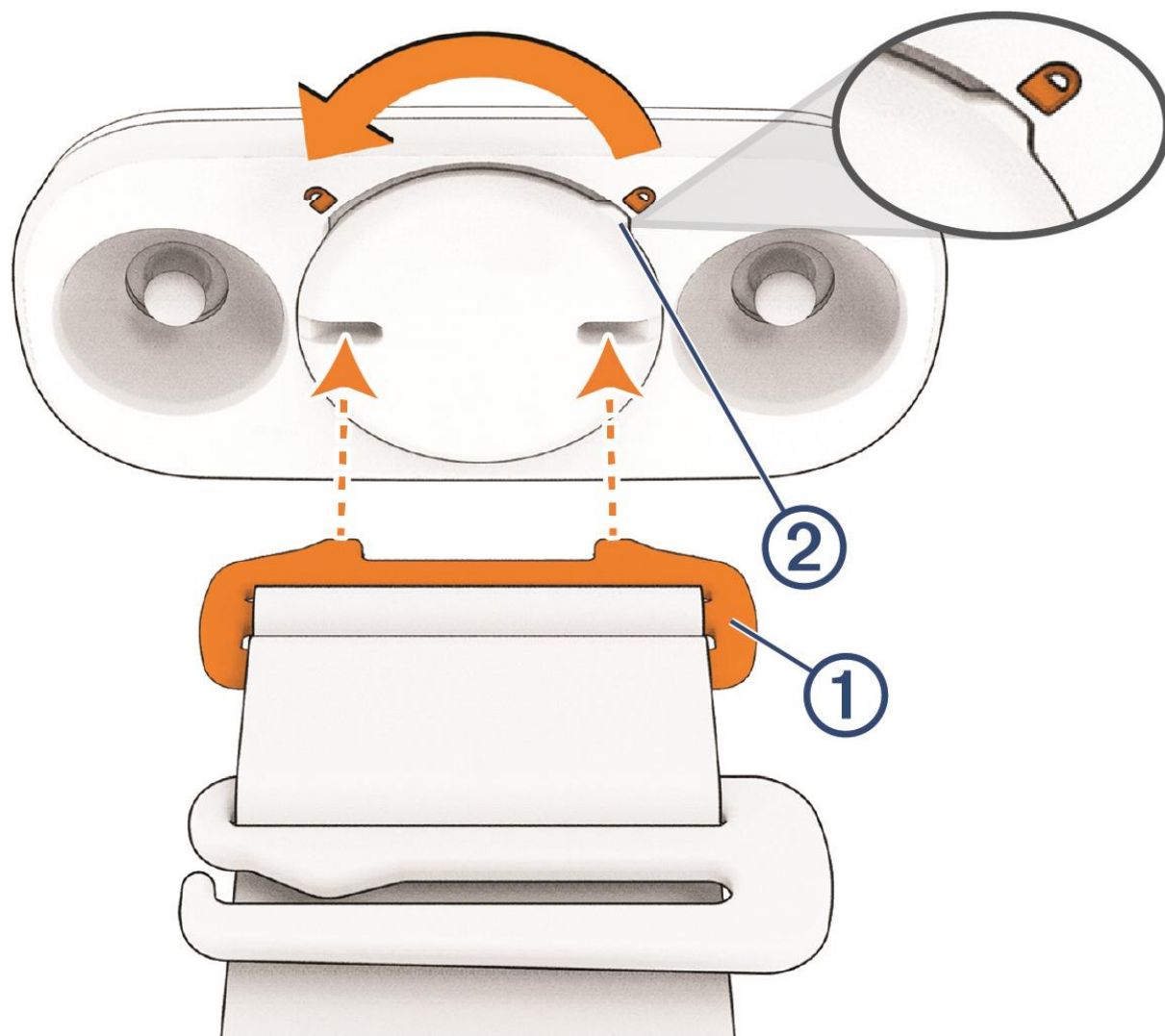
Замена батареи

Ремешок HRM 200 оснащен инструментом для открытия крышки батарейного отсека.



1. Отсоедините и извлеките модуль.
2. Найдите ползунок регулировки размера 1 на ремешке HRM 200 .

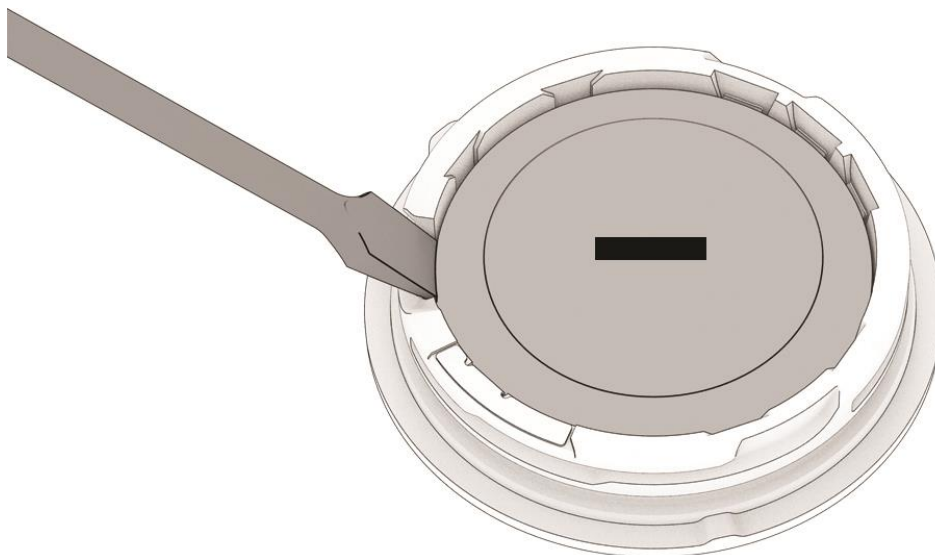
Этот слайдер также является инструментом для открытия крышки батарейного отсека.



3. Вставьте инструмент в пазы на крышке, плотно нажмите и поверните крышку против часовой стрелки.

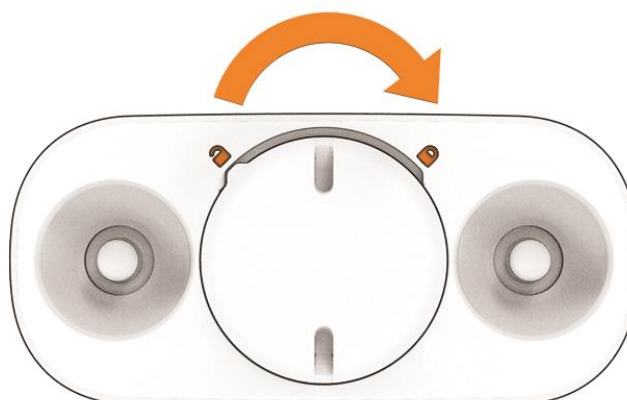
Защелка **2** указывает на разблокировку .

4. Снимите крышку и извлеките батарею.
5. Аккуратно подденьте батарею и снимите её с крышки, используя для этого специальный рычаг.



6. Подождите 30 секунд.
7. Вставьте новую батарею положительным полюсом к крышке.
8. Установите на место крышку батарейного отсека.

ПРИМЕЧАНИЕ: Вкладка должна указывать на разблокированное состояние .



9. Вставьте инструмент в пазы на крышке, затем поверните крышку по часовой стрелке.

Защелка указывает на запертость .

10. Переверните модуль и нажмите кнопку, чтобы вывести его из спящего режима.
Светодиод мигает ■, когда устройство активно и передает данные.

Технические данные

Тип батареи

CR2032, 3 В, заменяемая пользователем

Срок службы батареи

До 1 года (1 час в день)

Водонепроницаемый

3 ATM

Диапазон рабочих температур

от 0°C до 40°C (от 32°F до 104°F)
Частоты беспроводной связи ЕС (мощность)

2,4 ГГц

Советы по работе с нерегулярными показаниями пульса




Если данные о частоте сердечных сокращений нерегулярны или не отображаются, попробуйте выполнить следующие действия.

- Нажмите кнопку, чтобы убедиться, что пульсометр активен.
- Смочите электроды и контактные пластины (при наличии).
- Убедитесь, что обе защелки полностью зацеплены за ремень.
- Сделайте разминку в течение 5–10 минут.
- Убедитесь, что ремешок затянут достаточно туго, чтобы свести к минимуму движение устройства во время активности.
- Следуйте инструкциям по уходу за устройством ([Уход за ремешком](#)).
- Отойдите от источников, которые могут повлиять на работу пульсометра.

Источниками помех могут быть сильные электромагнитные поля, некоторые беспроводные датчики 2,4 ГГц, высоковольтные линии, электродвигатели, духовки, микроволновые печи, беспроводные телефоны 2,4 ГГц и точки доступа беспроводной локальной сети.





Как проверить уровень заряда батареи?




Проверить уровень заряда батареи можно тремя способами.

- На модуле HRM 200 нажмите кнопку, чтобы вывести его из спящего режима.
 - Уровень заряда батареи в порядке: .
 - Низкий уровень заряда батареи: .
 - Уровень заряда батареи очень низкий: .
- На подключенном устройстве Garmin® откройте меню датчиков, а затем выберите HRM 200 .
- В приложении Garmin Connect™ выберите > **Устройства Garmin** , а затем выберите HRM 200 .

Светодиод состояния

Светодиод поможет вам устранить неполадки в работе HRM 200 .

| Состояние светодиода | Описание | Действие |
|--|----------------------------------|--|
| Мигает каждые 5 секунд  | Активное и безопасное соединение | Вы можете быстро нажать кнопку дважды, чтобы изменить тип открываемого соединения. Цвет светодиода отражает уровень заряда батареи . |
| Мигает каждые 5 секунд  | Активное и открытое соединение | Вы можете быстро нажать кнопку дважды, чтобы изменить тип соединения на безопасный. Цвет светодиода отражает уровень заряда батареи |
| Мигает  непрерывно | Режим сопряжения | Вы можете нажать кнопку, чтобы выйти из режима сопряжения |
| Быстро мигает и повторяется  | Ошибка подключения | Удалите HRM 200 из списка сопряженных датчиков на устройстве Garmin® или телефоне, переключите HRM 200 в режим открытого соединения и снова выполните сопряжение |

| Состояние светодиода | Описание | Действие |
|---|-------------------------------------|---|
| Вспышки  | Обновление программного обеспечения | Дождитесь завершения обновления |
| Мигает непрерывно  | Сброс настроек устройства | Дождитесь завершения сброса настроек |
| Медленные вспышки  | Состояние ошибки | Извлеките аккумулятор на 30 секунд и установите его на место. Если светодиод продолжает мигать, обратитесь в службу поддержки Garmin. |

Персонализируйте настройки HRM 200 в приложении Garmin Connect

Вы можете настроить светодиод так, чтобы он мигал при каждом включении HRM 200. По умолчанию светодиод отключается через 2 минуты, что позволяет максимально продлить срок службы батареи.

В приложении Garmin Connect™ выберите **«Устройства Garmin»**, выберите HRM 200, а затем выберите **«Светодиодные индикаторы»** > **«Экономия заряда батареи»**.

Сброс настроек устройства с помощью приложения Garmin Connect

Вы можете восстановить заводские настройки вашего HRM 200.

ПРИМЕЧАНИЕ. Сброс настроек устройства приведет к удалению всех данных и подключений.

1. В приложении Garmin Connect™ выберите **«Устройства Garmin»**, выберите HRM 200 и выберите **«Система»** > **«Восстановить заводские настройки»**.

Светодиод будет непрерывно мигать до завершения процесса сброса.

2. Повторите сопряжение ([Сопряжение и настройка](#)).