

GPS WIJZER

voor de

GARMIN FENIX 7

en **EPIX 2**



Joost Verbeek

Gps wijzer

Prijs € 9,75

1.	Inleiding.....	10
2.	Cursussen en informatie	11
	Ondersteuning bij vragen.....	11
3.	De Garmin Fenix en Epix serie op een rij	12
	Fenix 6 en Fenix 7 enkele vergelijkingen.....	13
4.	Leeswijzer en de knoppen op je Fenix	15
	4.1 De functies van de knoppen op de Fenix	16
	4.2 Naar het hoofdmenu of een scherm verlaten	18
	4.3 Errata en nieuwe ontwikkelingen bij Garmin.....	18
5.	Je Fenix de eerste keer opstarten - basisinstellingen	19
	5.1 Reset naar fabrieksinstellingen	19
	5.2 De eerste keer starten of herstarten – de eerste instellingen.....	19
	5.3 Instellen eenheden.....	20
	5.4 De eerste activiteiten instellen	20
6.	Je gps registreren en updaten met Garmin Express	21
	6.1 Instellen Wi-Fi.....	23
7.	Garmin Connect	24
	7.1 De Garmin Connect mobile app installeren en de telefoonkoppeling instellen.....	25
	7.1.a. Bluetooth instellingen wijzigen of opnieuw instellen	27
	7.1.b. Koppeling tussen Fenix en telefoon (tijdelijk) verbreken	27
	7.1.c. Waarschuwen wanneer de smartphone verbinding verbroken of gekoppeld is.	27
	7.1.d. Zoeken naar je verloren smartphone.....	27
	7.1.e. Zoeken naar je verloren Fenix.....	27
	7.1.f. Koppeling tussen Fenix en telefoon beëindigen	28
	7.2. Instellingen op je Fenix via de Connect app.....	28
8.	Back-up maken van je Fenix en die personaliseren	31
	8.1 Een back-up van je gps maken	31
	8.2 Gegevens terugzetten op je gps of een andere gps.....	31
9.	Instellingen op je Fenix.....	32
	9.1 Knoppen programmeren voor functies - sneltoetsen.....	32
	9.2 Instellingen en opties via de <i>Menu-knop</i>	33
10.	Bedieningsmenu gebruiken en instellen	43
	10.1 Bedieningsmenu: functies toevoegen, ordenen en verwijderen.....	46
11.	De wijzerplaat aanpassen.....	47
12.	De klok, wekker, stopwatch instellen en gebruiken	48
13.	Schermmverlichting en scherminstellingen	50
	13.1 Schermmverlichting en time-out instellen.....	50
	13.2 Aanraakscherm gebruiken en instellen.....	51
14.	Geluiden (piepjes) en trillen gebruiken.....	52
15.	Stappen teller, verdiepingen en beweeg melding	53
	15.1 Stappen	53
	15.2 Beweegmelding.....	55
	15.3 Verdiepingen	56
	15.4 Doelstellingen voor stappen, verdiepingen en minuten intensieve training maken.....	57

16.	Activiteiten – je eerste activiteit opnemen en opties	58
16.1	Time-out instellen bij een activiteit	59
17.	Je opgeslagen activiteit (geschiedenis) bekijken op de Fenix en in Garmin Connect	60
17.1	Je eerste activiteit terugkijken bij <i>Geschiedenis</i> op je Fenix	60
17.2	je activiteit terugkijken in Garmin Connect	64
17.3	je activiteit aanpassen.....	67
17.4	Uitrusting toevoegen aan je activiteit.....	67
18.	Activiteiten apps - nieuwe maken, de instellingen en het gebruik er van.....	68
18.1	nieuwe activiteiten apps aanmaken	68
18.1.a.	Overzicht van de standaard aanwezige apps op de Fenix	70
18.1.b.	Overzicht van Connect IQ apps voor de Fenix	71
18.2	de instellingen bij een activiteiten app	71
18.2.a	Speciale instellingen en toepassingen bij activiteiten apps	73
18.3	Favoriete activiteit apps	88
18.4	Een activiteit app verwijderen	88
18.5	Aandachtspunten voor binnen activiteiten	88
19.	Widgets – wat zijn het, gebruiken en toevoegen.....	89
19.1	Widget weergaven aanpassen	89
19.2	Hoe voeg je een widget toe?.....	90
19.3	Widgets volgorde wijzigen of verwijderen.....	90
19.4	Widget overzicht, opties en instellingen.....	90
20.	Koppelen van accessoires - sensoren.....	103
21.	Hartslag(meter) instellingen en gebruik	104
21.1	Hartslag instellingen en maximale hartslag bepaling	104
21.2	Hartslag gegevensvelden	105
21.3	Hartslagwaarschuwingen	107
21.4	Hartslagsensor koppelen met een Garmin Edge.....	107
22.	Satellieten ontvangen en de gegevens interpreteren	108
23.	Kaart- en kaartwerkscherm.....	110
23.1	Kaartscherm	110
23.2	Positiecursor, koers boven of Noord boven.....	111
23.3	In- en uitzoomen op het kaartscherm en kaartwerkscherm	112
23.4	Kaartinstellingen op je Fenix	112
23.4.a	Kaart aan of uitzetten.....	115
24.	Je startpunt - het eerste waypoint - vastleggen.....	116
25.	Een opname van een activiteit starten	118
26.	Waypoints opslaan, bewerken en wissen	121
27.	Waypoint maken op het kaartscherm.....	123
28.	Routes berekenen en keuze voor de routeringsactiviteit.....	124
29.	De eerste navigatie naar een waypoint– terug naar je startpunt / Navigatie opties	126
29.1	Opties voordat je de navigatie start - via de <i>Up-knop</i>	127
29.2	Opties tijdens het navigeren – via de <i>Start-knop</i>	128
29.3	Opties tijdens het navigeren – via de <i>Menu-knop</i>	128
30.	Je activiteit op de PC/Mac in BaseCamp bekijken	129

30.1 BaseCamp starten en gegevens bekijken.....	129
30.2 Gegevens opslaan in de BaseCamp Bibliotheek.....	133
31. Gegevensschermen en kaartpagina instellen en gebruiken	136
31.1 Gegevensschermen.....	136
31.1.a Kaartpagina instellen.....	139
31.1.b Overige Gegevensschermen	140
31.1.c Koersindicator instellen.....	140
31.2 Gegevensschermen verwijderen.....	141
31.3 Volgorde gegevensschermen aanpassen.....	141
31.4 De meest interessante gegevensvelden	141
31.5 De kilometerteller in je gps en totaal afgelegde afstand.....	143
32. Terug naar start navigatie	144
33. De Rondrit planner	145
34. Instellingen berekende routes en koersen	147
34.1 Activiteit keuze bij berekende routes	147
34.2 Andere routersopties	150
34.2.a Trendline popularity routing.....	150
34.2.b Instellingen bij <i>Koersen</i>	150
34.2.c Te vermijden.....	152
34.2.d Berekeningswijze.....	153
34.2.e Route herberekenen	153
35. Zoeken en navigeren naar poi's, steden en adressen.....	154
35.1 Naar een poi / nuttig punt navigeren.....	154
35.2 Zoeken naar plaatsen (steden en dorpen).....	156
35.3 Zoeken naar adressen – niet mogelijk of toch wel?.....	157
36. Nog meer navigatie mogelijkheden	158
36.1 Zoeken of navigeren naar coördinaten – positieweergave instellen.....	158
36.2 Om me heen.....	158
36.3 Een waypoint projecteren.....	159
36.4 Navigeren met Peil en ga	160
36.5 Een berekende route (koers) op je Fenix maken en volgen	160
36.6 Een Man-over-boord-locatie markeren en de navigatie ernaartoe starten	161
36.7 Geocachen met je Fenix.....	162
37. Definities: activiteiten, tracks, sporen, koersen en routes	163
38. Een activiteit opnemen, vastleggen en gegevens bekijken	165
39. Een activiteit opnieuw navigeren.....	167
40. Tracks of koersen downloaden en naar je Fenix zenden	170
40.1 Tochten downloaden en uploaden naar je gps.....	170
40.1.a Een tocht downloaden van een website.....	170
40.1.b Een koers of track uploaden van je pc naar je Fenix.....	171
40.2 gpx bestanden openen in BaseCamp en verzenden naar je gps.....	172
40.2.a GPX bestanden openen / importeren in BaseCamp	172
40.2.b Gegevens vanuit BaseCamp naar de Fenix verzenden	173
40.3. De Fenix veilig loskoppelen.....	175

40.4 Een koers via de Garmin Connect app naar je Fenix uploaden.....	175
40.5 Wat is de beste methode om je gpx bestand op de Fenix te plaatsen en te navigeren?	178
41. Een koers navigeren	179
41.1 De koersinformatie bekijken	179
41.2 Naar het startpunt.....	179
41.3 Een koers navigeren	180
41.3.a Een koers navigeren via <i>Volg koers</i>	180
41.3.b Een koers navigeren via <i>Kaart gebruiken</i>	182
41.4 Een koers met koerspunt aanwijzingen navigeren	185
41.5 Een koers navigeren, niet op het startpunt beginnen	187
41.6 Waarschuwingen tijdens een navigatie instellen.....	189
42. De standaardprocedure bij een koers.....	191
43. Variëren en improviseren.....	193
44. Garmin Connect	195
44.1 Garmin account en inloggen op Garmin Connect.....	195
44.2 Gegevens synchroniseren met Garmin Connect.....	196
44.3 Activiteiten bekijken en instellingen	197
44.4 Doelstellingen maken in Garmin Connect.....	199
44.5 Rapporten bekijken	199
44.6 Uitrustingen toevoegen aan activiteiten.....	201
44.7 Koersen maken met Garmin Connect	201
44.8 Badges behalen	201
44.9 Nog meer mogelijkheden met Garmin Connect	202
44.10 Gegevens op de Garmin Connect app.....	202
45. Routes met een online routeplanner maken	204
45.1 De Garmin Connect routeplanner.....	204
45.1.a Opties in de Garmin Connect routeplanner	205
45.2 RouteYou fiets routeplanner.....	206
45.3 Komoot routeplanner.....	207
45.4 De routeplanner van de fietsersbond	208
45.5 De Strava routeplanner	209
45.6 Ridewithgps fietsrouteplanner.....	210
45.7 Google Maps als routeplanner.....	210
45.8 Knooppuntroute planners.....	210
45.9 Andere routeplanners.....	211
46. Koerspunten maken en gebruiken	212
46.1 Het gegevensscherm <i>Verderop</i>	215
47. Automatische functies instellen.....	216
47.1 Automatisch pauzeren bij stilstand of lage snelheid - AutoPause	216
47.2 Tussentijden vastleggen - AutoLap	216
47.3 Gegevensschermen laten scrollen - Auto Scroll.....	218
47.4 Automatisch klimmen	218
48. De Virtual Partner gebruiken	219

48.1 Snelheid aan een koers toevoegen via JaVaWa RTWtool.....	220
49. LiveTrack en GroupTrack.....	221
49.1 LiveTrack, laat anderen weten waar je bent.....	221
49.2 GroupTrack, fietsers of hardlopers in een groep volgen	222
50. Extra functies toevoegen met Connect IQ.....	223
50.1 Sendpoints handleiding – locaties van smartphone naar gps.....	224
50.2 Komoot.....	225
51. Gebruik van de app en website Explore.....	226
51.1 Gps gegevens opslaan in een verzameling.....	227
51.2 Gpx-bestand importeren en synchroniseren	227
51.3 Naar adressen of locaties navigeren via de Explore app.	228
51.4 Naar een coördinaat navigeren.....	228
51.5 Een route maken	229
51.5.a Route maken – Explore website.....	229
51.5.b Route maken – Explore app	229
51.6 Kaarten downloaden en instellen	231
51.7 Gegevens delen via MapShare.....	231
51.8 Contactpersonen aanmaken en gebruik MapShare	232
52. Werken met coördinaten en Google Maps.....	233
52.1 Gegevens zoeken met Google Maps en gebruiken als waypoint	234
52.2 Coördinaten zoeken en gebruiken	235
53. Hoogte.....	236
53.1 GPS hoogte instellingen	236
53.2 Welke hoogte wordt gebruikt bij het opslaan van waypoints?	236
53.3 Hoogte kalibratie.....	236
53.4 Hoogtegegevens op je gps	236
53.5 ClimbPro	237
53.6 Een hoogteprofiel bekijken van een activiteit of een koers.....	239
53.7 Hoogte- en warmte acclimatisatie	239
54. Gegevens van de Fenix wissen en je gps beheren	241
54.1 Gegevens op je Fenix wissen via het toestel zelf.....	241
54.2 Gegevens op je Fenix wissen via de computer	241
54.3 Je wilt slechts bepaalde gegevens van je Fenix bewaren.	242
54.4 Overige bestanden van je gps verwijderen.....	242
55. PR 's en andere statistieken	243
55.1 Persoonlijke records.....	243
55.2 Persoonlijke records - Garmin Connect	243
55.3 Mijn overige statistieken.....	244
56. Alarmen en waarschuwingen instellen	245
57. Trainen met workouts en PacePro.....	246
57.1 Virtual Partner, een eenvoudige workout	246
57.2 Interval workout.....	246
57.3 Geavanceerde workouts	247
57.4 Een workout maken op de Garmin Connect website	247

57.5 Een workout maken in de Garmin Connect app	250
57.6 Workout activeren op je gps	250
57.7 Workout suggestie van vandaag	250
57.8 Workouts inplannen.....	251
57.9 Trainingsplan of Garmin coach plan in de agenda plaatsen	252
57.10 Agenda op je Fenix gebruiken	253
57.11 Workouts delen.....	254
57.12 PacePro.....	254
57.12.a Een eenvoudig PacePro plan maken op je smartwatch	254
57.12.b Een PacePro plan maken in Garmin Connect.....	254
57.12.c Een PacePro plan starten.....	255
57.13 Stamina (uithoudingsvermogen) weergeven.....	256
58. Segmenten in Garmin Connect	259
58.1 Segment naar je Fenix verzenden	259
58.2 Segment bekijken	259
58.3 Segmenten tonen op de kaart.....	259
58.4 Resultaten van een segment uploaden naar Garmin Connect	260
58.5 Segmenten maken in Garmin Connect	261
58.6 Segmenten via de Garmin Connect app verzenden.....	261
59. Strava en andere interessante apps.....	262
59.1 Koppeling tussen Connect en Strava en gegevens automatisch naar Strava uploaden.....	262
59.2 Segmenten in Strava maken	263
59.3 Flybys bekijken	264
59.4 Heatmap / hittekaarten bekijken.....	264
59.5 Strava live segmenten	264
59.6 Wandrer.earth koppeling	265
59.7 Fatmap koppeling.....	265
60. Problemen met de gps en fit bestanden oplossen	266
60.1 Problemen met je gps oplossen.....	266
60.2 Je gps wordt niet herkend door de computer	266
60.3 Fouten herstellen in fit bestanden.....	266
60.4 Fit bestanden aanpassen.....	267
61. Nuttige punten (poi's) maken en toevoegen aan je gps	268
61.1 Poi bestanden maken.....	268
61.2 Poi-bestanden in je Fenix laden met POI Loader of JaVaWa RTWtool	268
61.3 De poi's gebruiken op je Fenix	269
61.4 Poi's organiseren en verwijderen.....	269
62. Portemonnee – contactloos betalen.....	270
63. Varia	271
63.1 Instellingen voor een optimaal accu gebruik	271
63.2 Geotaggen	272
63.3 Gegevensopslag	272
63.4 Welke informatie vind je bij (<i>Instellingen</i>) <i>Over</i>	273
63.5 <i>Systeem > Software update</i>	273

63.6 Audio waarschuwingen	273
63.7 maximum aantal waypoints, koersen, activiteiten	273
64. Veel gestelde vragen	274
65. Bijlage 1 Route websites	278
66. Bijlage 2 Kaarten installeren en gebruiken	280
B 2.1 Kaarten downloaden	280
B 2.2 Kaarten verwijderen van je gps en pc/Mac.....	280
67. Bijlage 3 Accessoires en trainingsinformatie	282
68. Andere instructieboeken van gps wijzer	284
69. INDEX.....	285

GPS Wijzer