GPS WIJZER

voor de

GARMIN FENIX 8 en 9 (Pro)

Enduro 3 en 4 en alle vergelijkbare smartwatches





Joost Verbeek

Gps wijzer

Prijs € 9,75

Beste lezer,

Bedankt voor je bestelling van dit pdf boek. Ik hoop dat je er veel plezier van gaat hebben en er voor gaat zorgen dat je met veel plezier jouw activiteiten uitvoert. Het is uiteraard niet toegestaan dit document met anderen of op internet te delen. Bedenk dat er in het maken van dit boek ongelooflijk veel tijd is gestoken. Wil je anderen er mee laten kennis maken, stuur de link www.gps-wijzer.nl/fenix door. Met de opbrengsten van dit boek is het voor mij weer mogelijk om een nieuw toestel aan te schaffen, instructies te schrijven, de website bij te houden. Ik wens je veel plezier onderweg en met de handleiding.

Joost Verbeek

auteur

© 2020- 2026 GPS Wijzer | Beek (Berg en Dal)

Vijfde editie, 2026
www.gps-wijzer.nl

Teksten: Joost Verbeek

Alles is in het werk gesteld om ervoor te zorgen dat de informatie in dit boek zo veel mogelijk is bijgewerkt. Gegevens zoals prijzen, telefoonnummers, e-mail adressen, websites en software zijn echter aan verandering onderhevig. GPS wijzer is niet aansprakelijk voor consequenties die voortvloeien uit het gebruik van dit boek.

Alle rechten voorbehouden. Niets van deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen of enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van GPS Wijzer.

1. Inleiding 10
2. Cursussen en informatie 11
Ondersteuning bij vragen 11
3. De Garmin Fenix 8, 9 en Enduro serie op een rij 12
4. Leeswijzer en de knoppen op je Fenix 15
4.1 De functies van de knoppen op de Fenix 15
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
6. Garmin Connect 21
6.1 De Garmin Connect mobile app installeren en de telefoonkoppeling instellen 22
6.1.a. Bluetooth instellingen wijzigen of opnieuw instellen 26
6.1.b. Waarschuwen wanneer de smartphone verbinding verbroken of gekoppeld is 26
6.1.c. Zoeken naar je verloren smartphone 26
6.1.d. Zoeken naar je verloren Fenix 26
6.1.e. Koppeling tussen Fenix en telefoon (tijdelijk) verbreken 27
6.1.f. Koppeling tussen Fenix en telefoon beëindigen 27
6.2. Instellingen op je Fenix via de Connect app 27
6.2.a. het startscherm van Connect instellen 28
6.2.b. welke instellingen kun je in Connect maken en waar vind je ze? 29
6.3. Gebruik van het *Instant keyboard* 31
7. Je gps registreren en updaten met Garmin Express 32
7.1 Instellen Wi-Fi 35
8. Back-up maken van je Fenix en die personaliseren 36
8.1 Een back-up op het toestel maken 36
8.2 Een handmatige back-up van je gps maken 36
8.3 Gegevens terugzetten op je gps of een andere gps. 36
9. Instellingen op je Fenix 37
9.1 Knoppen programmeren voor functies - sneltoetsen 37
9.2 De *Menu-knop* uitgelegd 38
9.3 Overzicht van de opties bij de wijzerplaat 39
9.4 De algemene instellingen op de Fenix 40
10. Bedieningsmenu gebruiken en instellen 50
10.1 Bedieningsmenu: functies toevoegen, ordenen en verwijderen 53
11. De wijzerplaat aanpassen 55
12. De klok, wekker, stopwatch instellen en gebruiken 56
13. Schermverlichting en scherminstellingen 58
13.1 Schermverlichting en time-out instellen 58
13.2 Aanraakscherm gebruiken en instellen 58
13.3 Grote letters instellen 59
14. Geluiden, trillen spraakfuncties instellen en gebruiken 60
14.1 Spraakopdracht 60
14.2 Smartphone-assistent 61
14.3 Spraakmemo's 61
15. Stappen teller, verdiepingen en beweeg melding 63
15.1 Stappen 63
15.2 Beweegmelding 65
15.3 Verdiepingen 65
15.4 Doelstellingen maken voor stappen, verdiepingen en minuten intensieve training 67

© GPS Wijzer 2020-2026 – Fenix 8 en 9, Enduro 3 en 4 - editie 5.1

16. Activiteiten – je eerste activiteit opnemen en opties 68
16.1 Time-out instellen bij een activiteit 69
17. Je opgeslagen activiteit (geschiedenis) bekijken op de Fenix en in Garmin Connect 70
17.1 Je eerste activiteit terugkijken bij *Geschiedenis* op je Fenix 70
17.2 je activiteit terugkijken in Garmin Connect 73
17.3 Je opgeslagen activiteit aanpassen 76
17.4 Uitrusting (gear) toevoegen aan je activiteit 76
18. Activiteiten en apps – instellen en gebruiken 77
18.1 De eerste activiteiten instellen in Connect app 77
18.1.a Favoriete activiteiten instellen 77
18.1.b Andere activiteiten apps installeren of verwijderen 78
18.2 Activiteiten apps instellen op de smartwatch 78
18.3 Een activiteit app verwijderen 79
18.4 Activiteiten – overzicht 80
18.4.a. Connect IQ apps voor de Fenix 81
18.5 Instellingen activiteiten apps wijzigen in Connect 81
18.5.a Instellingen bij activiteiten apps 82
18.5.b Activiteiten apps - speciale instellingen en toepassingen 84
18.5.c Aandachtspunten voor binnen activiteiten 106
18.6 Apps 106
Instellingen 106
ABC 106
Agenda 106
Ankeren 106
Deel hartslag 107
ECG-app 107
Garmin Share 107
Geschiedenis 107
Getijden 107
Gewicht bijhouden 108
Health snapshot 108
Kaart 108
Kaartbeheer 108
Klokken 109
Levensstijlregistratie 109
Maanfase 109
Meldingen 109
Messenger 109
Muziek 109
Opgeslagen 110
Plan duik 110
Projecteer waypoint 110
Referentiepunt 110
Rekenmachine 111
Smartphone-assistent 111
Sportscores 111
Spraakmemo's 111
Spraakopdracht 111
Telefoon 111
Tips 111
Trolling motor 111
Verbind met IQ store 111

© GPS WIJZER, 2020-2026

Visprognose ... 112
Wallet/Portemonnee ... 112
Weer ... 112
Workouts ... 112
Zon op en onder ... 112
Connect IQ apps ... 112
18.6.1 Nieuwe apps voor de Fenix 9 ... 112
19. Glances – wat zijn het, gebruiken en toevoegen ... 114
19.1 Glance weergaven aanpassen ... 115
19.2 Hoe voeg je een glance toe? ... 115
19.2.a Glance-mappen ... 115
19.3 Glances volgorde wijzigen of verwijderen ... 116
19.4 Glance overzicht, opties en instellingen ... 116
19.5 Ochtend- en avondrapport ... 143
19.5.a Ochtendrapport ... 143
19.5.b Avondrapport ... 144
20. Koppelen van accessoires - sensoren ... 145
21. Hartslag(meter) instellingen en gebruik ... 146
21.1 Hartslag instellingen en maximale hartslag bepaling ... 146
21.1.a Uitleg lactaatdrempelhartslag ... 147
21.2 Hartslag gegevensvelden ... 147
21.3 Hartslagwaarschuwingen ... 149
21.4 Hartslagsensor koppelen met een Garmin Edge ... 149
22. Satellieten ontvangen en de gegevens interpreteren ... 150
22.1 Systeeminstellingen satellietsystemen ... 150
22.2 Instellingen satellietsystemen per activiteit ... 151
23. Kaart- en kaartwerkscherm ... 152
23.1 Kaartscherm ... 152
23.2 Positiecursor, koers boven of Noord boven ... 153
23.3 In- en uitzoomen op het kaartscherm en kaartwerkscherm ... 154
23.4 Kaartinstellingen op je Fenix ... 155
23.5 Kaartlagen op je Fenix ... 157
24. Je startpunt - het eerste waypoint - vastleggen ... 158
25. Een opname van een activiteit starten ... 160
26. Waypoints opslaan, bewerken en wissen ... 163
27. Waypoint maken op het kaartscherm ... 165
28. Routes berekenen en keuze voor de routeringsactiviteit ... 166
29. De eerste navigatie naar een waypoint– terug naar je startpunt / Navigatie opties ... 168
29.1 Opties voordat je activiteit activeert - via de Up/Down-*knop* ... 169
29.2 Opties tijdens het navigeren – via de *Start-knop* ... 170
29.3 Opties tijdens het navigeren – via de *Menu-knop* ... 170
30. Je activiteit op de PC/Mac in BaseCamp bekijken ... 172
30.1 BaseCamp starten en gegevens bekijken ... 172
30.2 Gegevens opslaan in de BaseCamp Bibliotheek ... 177
30.3 Wat kan er nog meer in BaseCamp ... 179
31. Gegevensschermen en kaartpagina instellen en gebruiken ... 180
31.1 Gegevensschermen ... 180
31.1.a Kaartpagina instellen ... 183
31.1.b Kompaspagina begrijpen ... 184
31.1.c Overige Gegevensschermen ... 185
31.1.c Koersindicator instellen ... 185
31.2 Gegevensschermen verwijderen ... 186

© GPS Wijzer 2020-2026 – Fenix 8 en 9, Enduro 3 en 4 - editie 5.1

31.3 Volgorde gegevensschermen aanpassen 186
31.4 De meest interessante gegevensvelden 186
31.5 Bijzondere velden 188
31.6 De kilometerteller in je gps en totaal afgelegde afstand 188
32. Terug naar start navigatie 189
33. De Rondrit planner 190
34. Instellingen berekende routes en koersen 192
34.1 Activiteit keuze bij berekende routes 192
34.2 Navigatie instellingen en routeringsopties 193
34.2.a Trendline™ popularity routing 195
34.2.b Instellingen bij *Koersen* 196
34.2.c Route herberekenen 198
35. Zoeken en navigeren naar poi's, steden en adressen 199
35.1 Naar een poi / nuttig punt navigeren 199
35.2 Zoeken naar plaatsen (steden en dorpen) 200
35.3 Zoeken naar adressen – niet mogelijk of toch wel? 201
36. Nog meer navigatie mogelijkheden 202
36.1 Zoeken of navigeren naar coördinaten – positieweergave instellen 202
36.2 Navigeren met Peil en ga 202
36.3 Een berekende route (koers) op je Fenix maken en volgen 203
36.4 Een Man-over-boord-locatie markeren en de navigatie ernaartoe starten 204
36.5 Geocachen met je Fenix 204
37. Definities: activiteiten, tracks, sporen, koersen en routes 205
38. Een activiteit opnemen, vastleggen en gegevens bekijken 207
39. Een activiteit opnieuw navigeren 209
40. Tracks of koersen downloaden en naar je Fenix zenden 212
40.1 Tochten downloaden en uploaden naar je gps 212
40.1.a Een tocht downloaden van een website 212
40.1.b Een koers of track uploaden van je pc naar je Fenix 213
40.2 GPX-bestanden openen in BaseCamp en verzenden naar je gps 214
40.2.a GPX-bestanden openen / importeren in BaseCamp 214
40.2.b Gegevens vanuit BaseCamp naar de Fenix verzenden 215
40.3 Een koers via de Garmin Connect app naar je smartwatch uploaden 217
40.4 Wat is de beste methode om je GPX-bestand op de Fenix te plaatsen en te navigeren? 220
41. Een koers navigeren 221
41.1 De koersinformatie bekijken 221
41.2 Naar het startpunt 221
41.3 Een koers navigeren 222
41.3.a Een koers navigeren via *Volg koers* 223
41.3.b Een koers navigeren via *Kaart gebruiken* 225
41.3.c Koersopties 226
41.4 Een koers navigeren, niet op het startpunt beginnen 227
41.5 Waarschuwingen tijdens een navigatie instellen 229
41.6 Fiets Power Guide 229
41.7 Gegevens delen met Garmin Share 230
42. De standaardprocedure bij een koers 232
43. Variëren en improviseren 234
44. Garmin Connect 237
44.1 Vernieuwingen in Garmin Connect 237
44.2 Gegevens synchroniseren met Garmin Connect 237
44.3 Activiteiten bekijken en instellingen 238

© GPS WIJZER, 2020-2026

44.4 Doelstellingen maken in Garmin Connect 240
44.5 Rapporten bekijken 241
44.6 Uitrustingen toevoegen aan activiteiten 243
44.7 Koersen maken met Garmin Connect 243
44.8 Badges behalen 243
44.9 Met anderen een uitdaging aangaan 244
44.10 Nog meer mogelijkheden met Garmin Connect 244
44.11 Gegevens in de Garmin Connect app bekijken 245
44.12 Garmin Connect app instellingen 247
44.13 Je toestel instellen via de Garmin Connect of Explore app 247
45. Routes met een online routeplanner maken 248
45.1 De Garmin Connect routeplanner 248
45.2 RouteYou fiets routeplanner 251
45.3 Komoot routeplanner 252
45.4 De routeplanner van de fietsersbond 254
45.5 De Strava routeplanner 255
45.6 Ridewithgps fietsrouteplanner 256
45.7 Outdooractive als routeplanner 256
45.8 Google Maps als routeplanner 256
45.9 Knooppuntroute planners 257
45.10 Andere routeplanners 257
46. Koerspunten – zodat je weet hoe ver een tussenpunt is 258
46.1 Koerspunten in Garmin Connect maken bij een bestaande koers 258
46.2 Koerspunten met RTW tool maken bij een bestaande koers 259
46.3 Het gegevensscherm *Verderop* 261
47. Automatische functies instellen 262
47.1 Automatisch pauzeren bij stilstand of lage snelheid - AutoPause 262
47.2 Tussentijden vastleggen - AutoLap 262
47.3 Gegevensschermen laten scrollen - Auto Scroll 263
47.4 Automatisch klimmen 264
48. De Virtual Partner gebruiken 265
48.1 Snelheid aan een koers toevoegen via JaVaWa RTWtool 266
49. LiveTrack en GroupTrack 267
49.1 LiveTrack, laat anderen weten waar je bent 267
49.2 GroupTrack, fietsers of hardlopers in een groep volgen 268
50. Extra functies toevoegen met Connect IQ 270
50.1 installeren Connect IQ items 270
50.2 Garmin Express en Connect IQ 271
50.1 Sendpoints handleiding – locaties van smartphone naar gps 272
50.2 Komoot 272
51. Gebruik van de app en website Explore 274
51.1 | Een toestel toevoegen 275
51.2 | Bibliotheek en verzamelingen 276
51.2.a Nieuwe verzameling maken 276
51.2.b Gegevens toevoegen aan een verzameling 276
51.2.c Synchroniseren tussen toestel en Explore 277
51.3 | GPX-bestand importeren en synchroniseren 277
51.4 | Kaarten downloaden in de Explore app 279
51.5 | Een koers maken in Explore 281
51.6 | Locaties zoeken, waypoints maken en een navigatie ernaartoe starten via de Explore app 285
51.7 | Naar een coördinaat navigeren 287

© GPS Wijzer 2020-2026 – Fenix 8 en 9, Enduro 3 en 4 - editie 5.1

51.8 | Gegevens delen via MapShare 287
51.9 | Contactpersonen aanmaken en gebruik MapShare 288
52. Werken met coördinaten en Google Maps 289
52.1 Gegevens zoeken met Google Maps en gebruiken als waypoint 290
52.2 Coördinaten zoeken en gebruiken 291
53. Hoogte 292
53.1 GPS hoogte instellingen 292
53.2 Welke hoogte wordt gebruikt bij het opslaan van waypoints? 292
53.3 Hoogte kalibratie 292
53.4 Hoogtegegevens op je gps 293
53.5 ClimbPro - klimtochten 294
53.6 Een hoogteprofiel bekijken van een activiteit of een koers 296
53.7 Hoogte- en warmte acclimatisatie 297
54. Gegevens van de Fenix wissen en je gps beheren 299
54.1 Gegevens op je Fenix wissen – op het toestel zelf 299
54.2 Gegevens op je Fenix wissen via de computer 299
54.3 Je wilt slechts bepaalde gegevens van je Fenix bewaren. 300
54.4 Overige bestanden van je gps verwijderen 300
55. PR ’s en andere statistieken 301
55.1 Persoonlijke records 301
55.2 Persoonlijke records - Garmin Connect 301
55.3 Mijn overige statistieken 302
56. Alarmen en waarschuwingen instellen 303
57. Trainen met workouts en PacePro 304
57.1 Virtual Partner, een eenvoudige workout 304
57.2 Interval workout en andere snel te maken workouts 304
57.3 Kant en klare workouts zoeken 305
57.4 Een geavanceerde workout maken op de Garmin Connect website 306
57.5 Een workout maken in de Garmin Connect app 308
57.6 Workout activeren op je gps 308
57.7 Workout suggestie van vandaag 309
57.8 Workouts inplannen 309
57.9 Trainingsplan of Garmin coach plan in de agenda plaatsen 310
57.10 Agenda op je Fenix gebruiken 310
57.11 Workouts delen 311
57.12 PacePro 311
57.12.a Een eenvoudig PacePro plan maken op je smartwatch 311
57.12.b Een PacePro plan maken in Garmin Connect 311
57.12.c Een PacePro plan starten 312
57.13 Stamina (uithoudingsvermogen) weergeven 313
58. Segmenten in Garmin Connect 316
58.1 Segment vinden en naar je Fenix verzenden 316
58.2 Segment op je Fenix bekijken 317
58.3 Segmenten tonen op de kaart en gebruiken 317
58.4 Resultaten van een segment uploaden naar Garmin Connect 318
58.5 Segmenten maken in Garmin Connect 318
59. Strava 319
59.1 Koppeling tussen Connect en Strava; gegevens naar Strava uploaden 319
59.2 Segmenten in Strava maken 320
59.3 Heatmaps bekijken 321
59.4 Strava live segmenten 321
60. Mountainbike gegevens (grit en flow): 322

© GPS WIJZER, 2020-2026

60.1 Grit - moeilijkheidsgraad 322
60.2 Flow 322
60.3 Mountainbike gegevens bekijken op je gps en in Connect. 322
61. Leuke andere toepassingen, statistieken en koppelingen 324
61.1 Relive 324
61.2 Strava koppelingen 324
62. Problemen met de gps en fit bestanden oplossen 326
62.1 Problemen met je gps oplossen 326
62.2 Je gps wordt niet herkend door de computer 326
62.3 Fouten herstellen in fit bestanden 326
62.4 Fit bestanden aanpassen 327
63. Nuttige punten toevoegen 328
63.1 Poi's maken en toevoegen aan je gps 328
63.2 Poi-bestanden in je Garmin-gps laden 328
64. Wallet/Portemonnee – contactloos betalen 330
65. ECG app 331
66. Focus modi 334
67. Epic 336
68. Varia 337
68.1 Instellingen voor een optimaal accu gebruik 337
68.2 Geotaggen 339
68.3 Gegevensopslag 339
68.4 Welke informatie vind je bij *(Instellingen) Over* 339
68.5 *Systeem > Software update* 339
68.6 Audio waarschuwingen 339
68.7 maximum aantal waypoints, koersen, activiteiten 340
69. Veel gestelde vragen 341
70. Bijlage 1 Route websites 345
71. Bijlage 2 Kaarten installeren en gebruiken 347
B 2.1 | Kaarten downloaden 347
B 2.2 | Kaarten verwijderen van je gps en pc/Mac 347
B 2.3 | Waar vind je extra kaarten voor je gps? 348
72. Bijlage 3 Accessoires en trainingsinformatie 350
73. Bijlage 4. Classificatie beklimmingen 352
74. Bijlage 5. Tips voor de Mac en gps toestellen met MTP protocol 353
B 5.1 Gebruik BaseCamp en Garmin Express 353
B 5.2 Oplossing voor een alternatieve Finder 354
B.5.2.a OpenMTP 354
B.5.2.b Kopi 356
B.5.2.c Macdroid 356
B 5.2.d Alternatieven om je GPX-bestanden op je gps te zetten – Windows op een Mac 357
B.5.3 Oplossingen voor oudere IOS versies 357
75. Bijlage 6 updates smartwatches – toegevoegde functies Fenix 8 359
76. Andere instructieboeken van gps wijzer 361
77. INDEX 362

© GPS Wijzer 2020-2026 – Fenix 8 en 9, Enduro 3 en 4 - editie 5.1