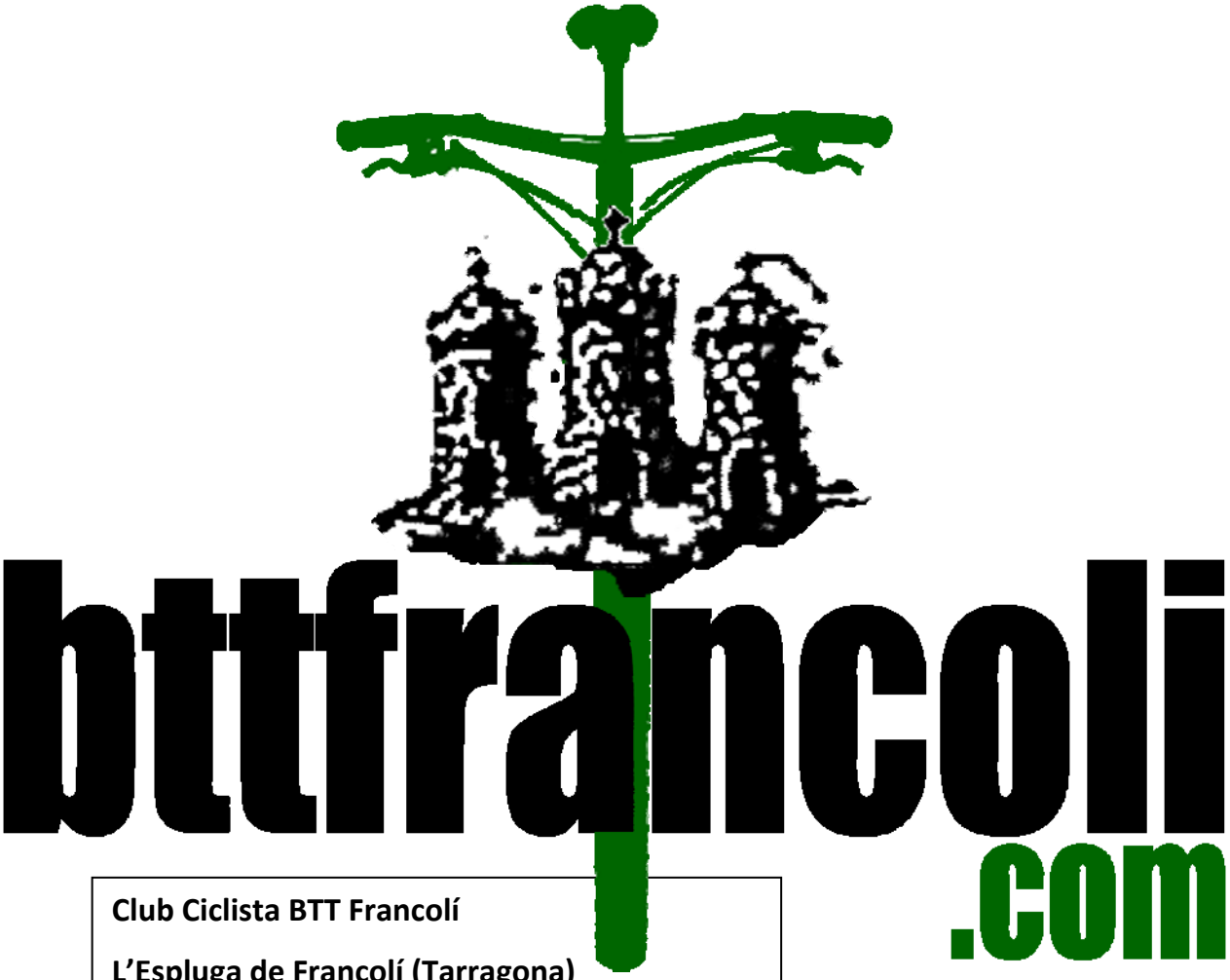
Manual pràctic de l'ús del GPS Garmin Edge.



Club Ciclista BTT Francolí

L'Espluga de Francolí (Tarragona)

www.bttfrancoli.com

Cicle de conferencies sobre BTT

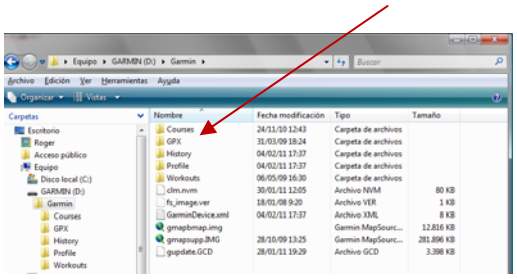
12/03/11

Roger Galofré

Manual pràctic de l'ús del GPS Garmin Edge.

Formats tracks:

GPX: Format del track utilitzat per la majoria de GPS del mercat (majoritàriament no inclou dades complementaries com la freqüència cardíaca, etc.). S'utilitza bastant com un estàndard per intercanviar tracks. En el Garmin Edge el pots posar a la carpeta Garmin/GPX (pot estar al propi GPS o a la targeta de memòria, però sempre amb la estructura de directoris Garmin/GPX)



Un cop fet això el pots visualitzar per l'opció del garmin "Menú – Destino – Carreras Guardadas"

TCX: Es el format específic de Garmin (no de tots els Garmin). Inclou paràmetres complementaris. Es el més utilitzat per passar tracks entre Garmins EDGE i visualitzarlos a "Menú – Trayectos" (explicat més endavant).

KML: Es un format per visualitzar el track en el Google Earth.

Software necessari:

Garmin Training Center (programa gratuït que et pots baixar de la web de Garmin http://www8.garmin.com/support/download_details.jsp?id=835 . Es important actualitzar la última versió 3.5.3. ja que aquesta ens permet exportar a GPX.

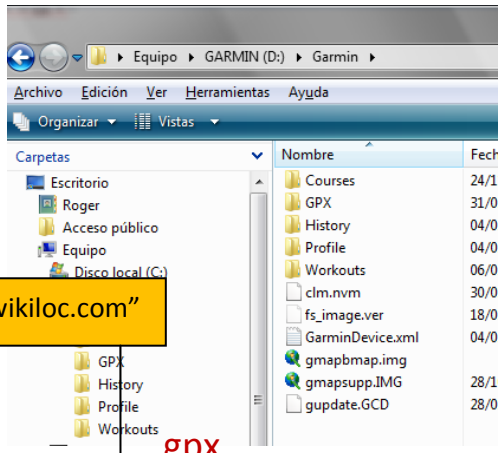
Map source (programa que ve en el paquet del Garmin Edge). Es important actualitzar la última versió 6.16.3. ja que aquesta ens permet importar i exportar a TCX.

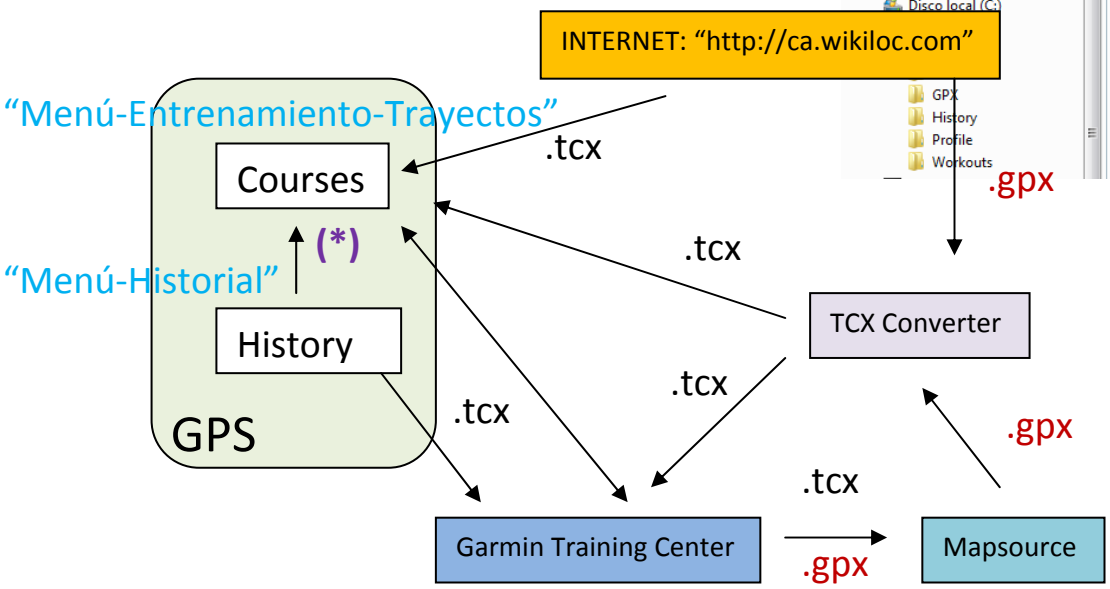
TCX CONVERTER: El pots trobar gratuïtament a

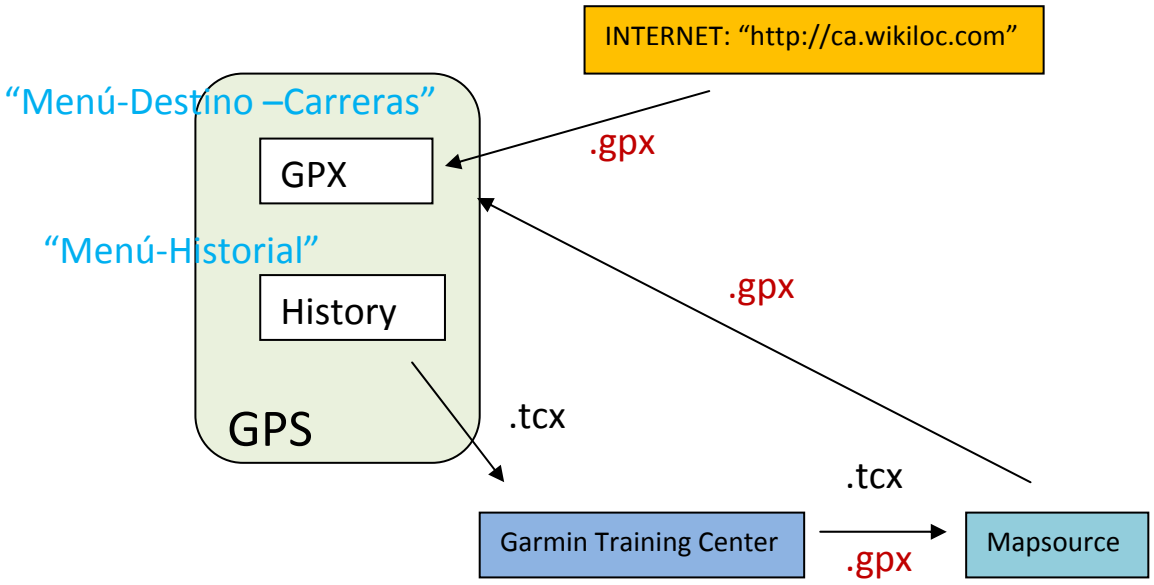
http://www.teambikeolympo.it/TCXConverter/TeamBikeOlympo_-_TCX_Converter/DOWNLOADS.html

Webupdater: Es el sorftware que has d'utilitzar per actualitzar la versió del GPS. Es gratuït i el pots baixar de http://www.garmin.com/support/download_details.jsp?id=931. PRECAUCIÓ, s'ha de tenir en compte que en l'última actualització es perd les configuració i s'han de tornar a definir (pantalles, etc.).

Esquema:





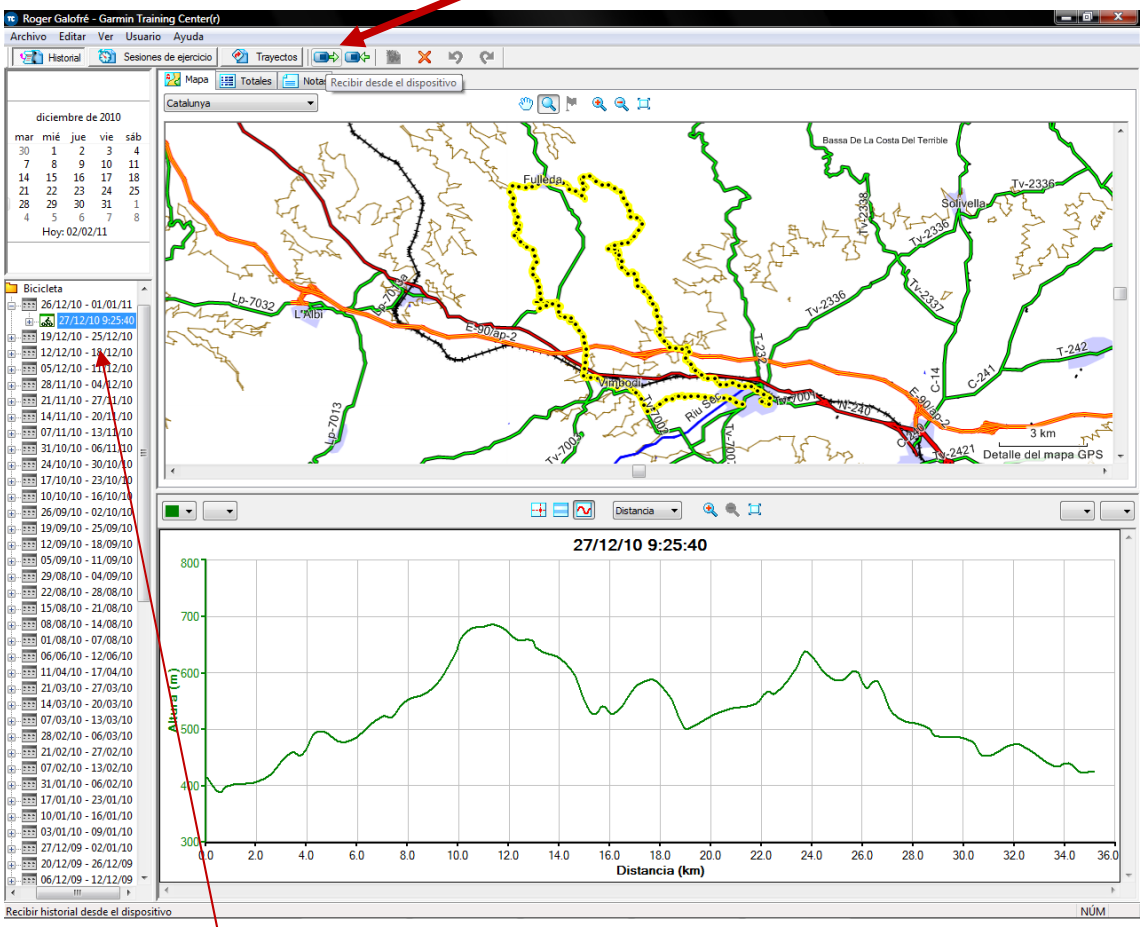


(*) Com convertir una carrera feta a trajecte directament en el GPS SENSE NECESSITAT D'ORDINADOR:

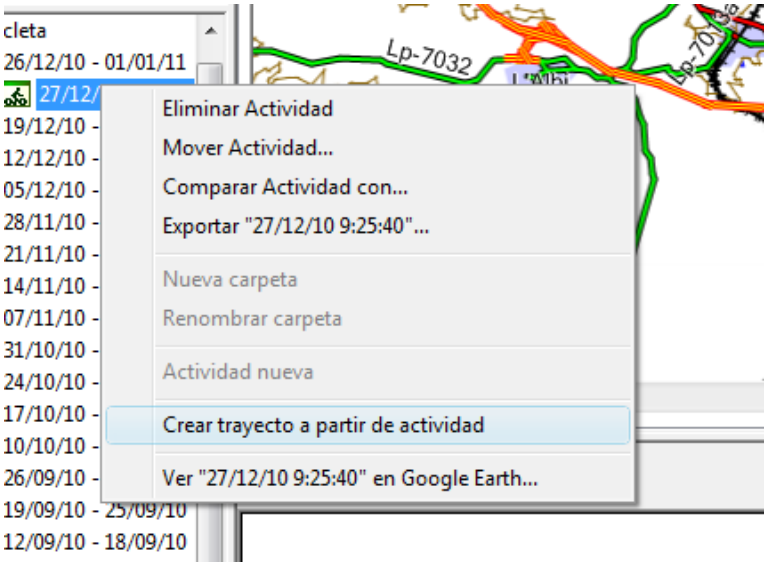
En el GPS anar a Menú – Entrenamiento – Trayectos – crear: Seleccionar la carrera que has fet o que vols convertir i introdueixes el nom que li vols donar. Prémer Mode per sortir i gravar.

Sistemàtica aconsellable per tenir copies, transformar les carreres a trajectes (es solament una de les opcions):

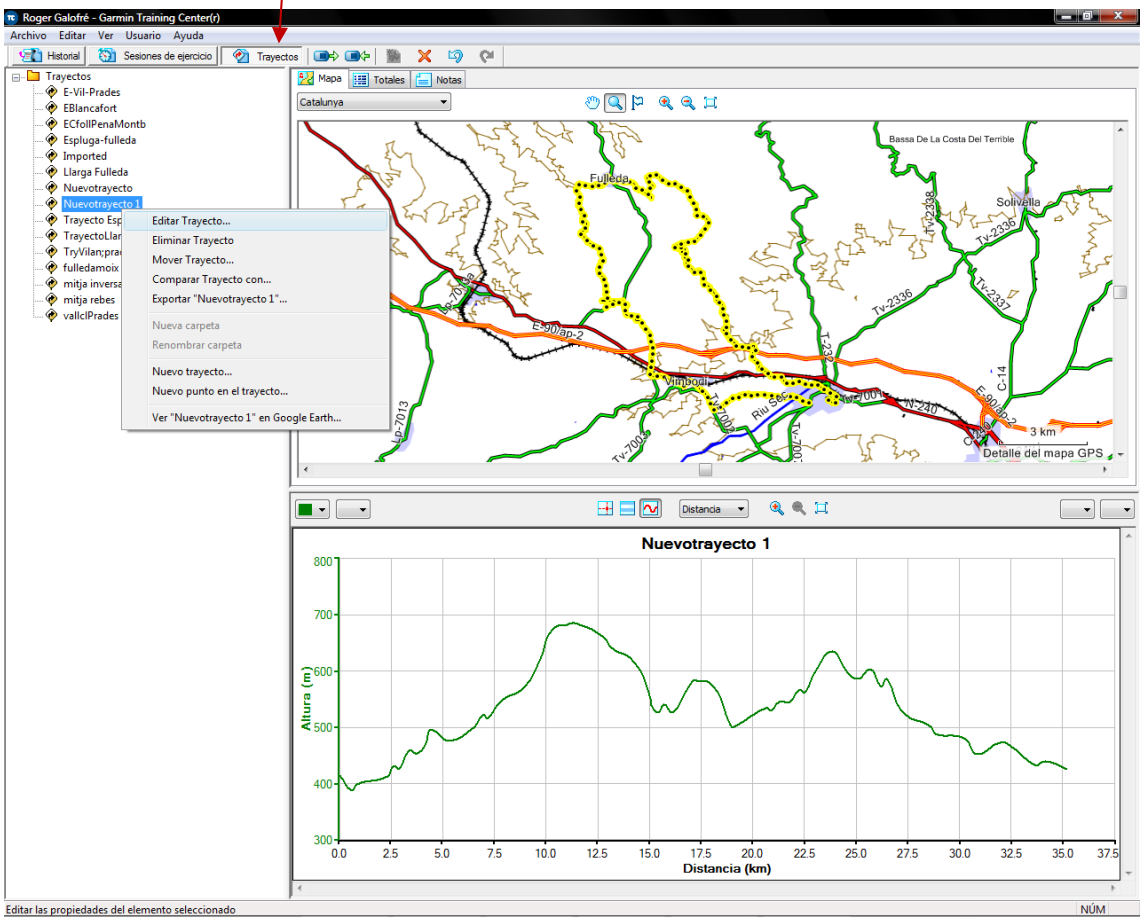
1. Conectar GPS a l'ordinador.
2. Anar a Garmin Training Center.
3. Premer "Recibir datos del dispositivo"



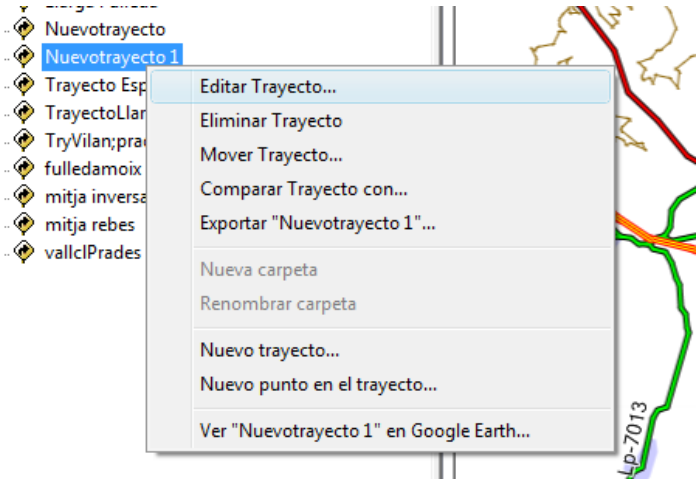
Quan ja ho tens a pots seleccionar-ho i el veuras el track a la part dreta. També pots premer el botó dret sobre el track i et surtirà això:



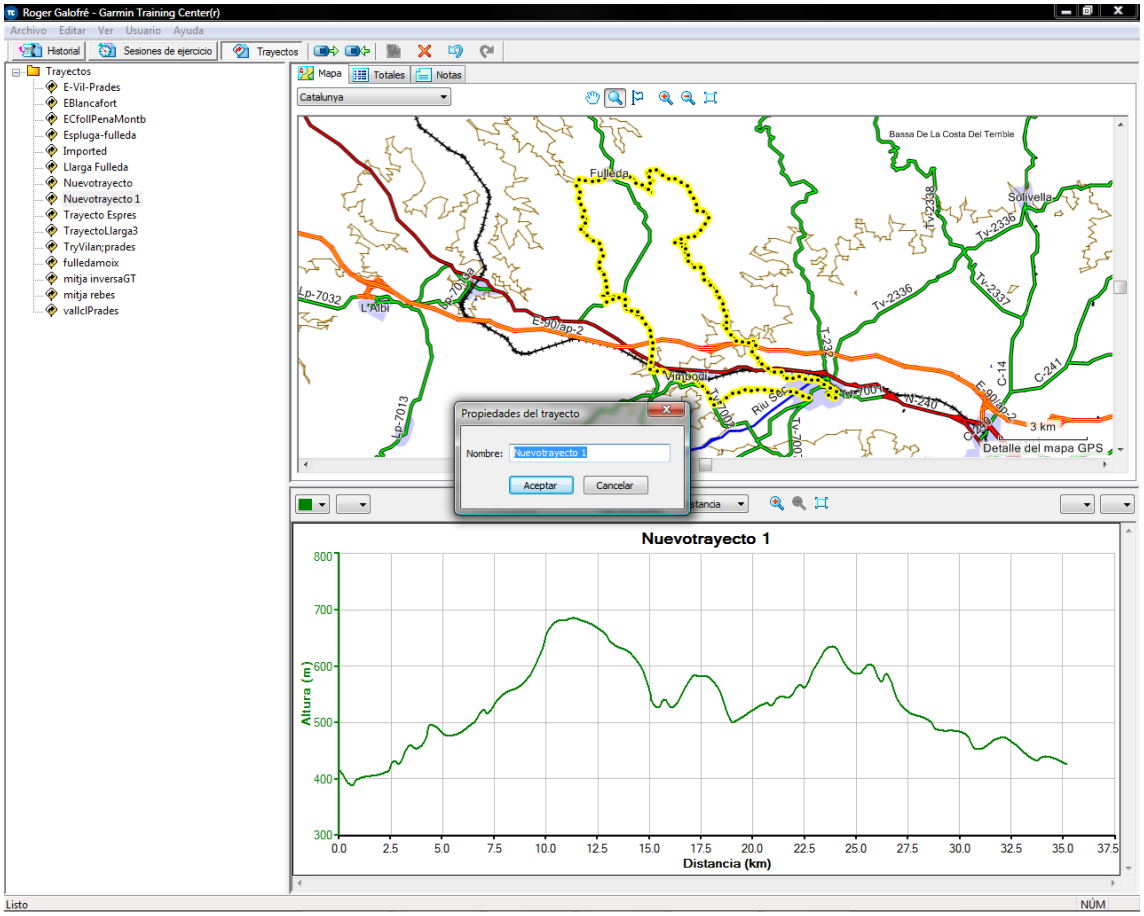
Aqui el pots veure al Google Earth o premer “Crear trayecto a partir de actividad” i te’l posarà a la solapa “Trayectos”



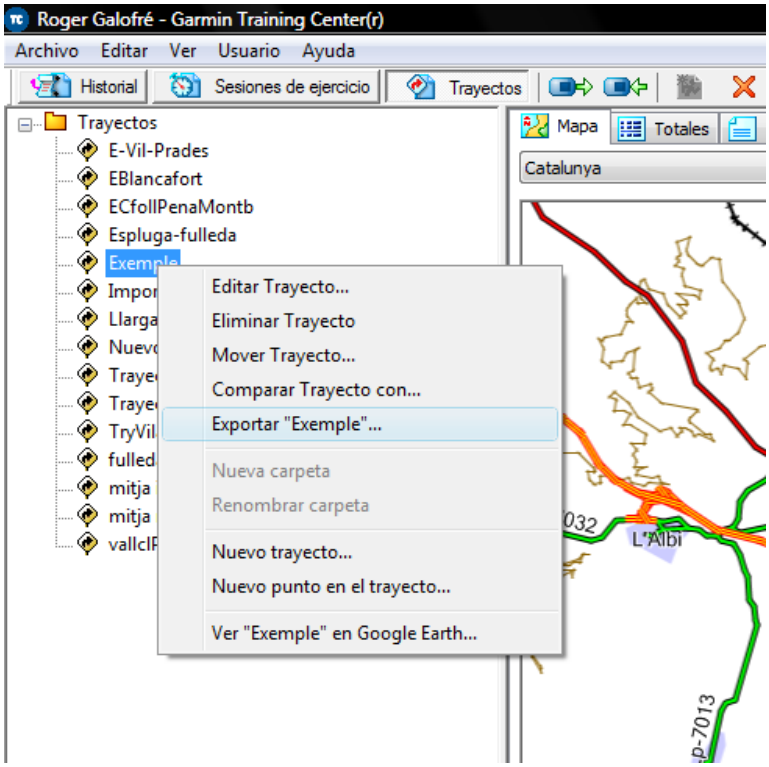
I ja en la solapa Trayectos, per canviar-li el nom, prémer sobre el trajecte amb el botó dret i et sortirà:

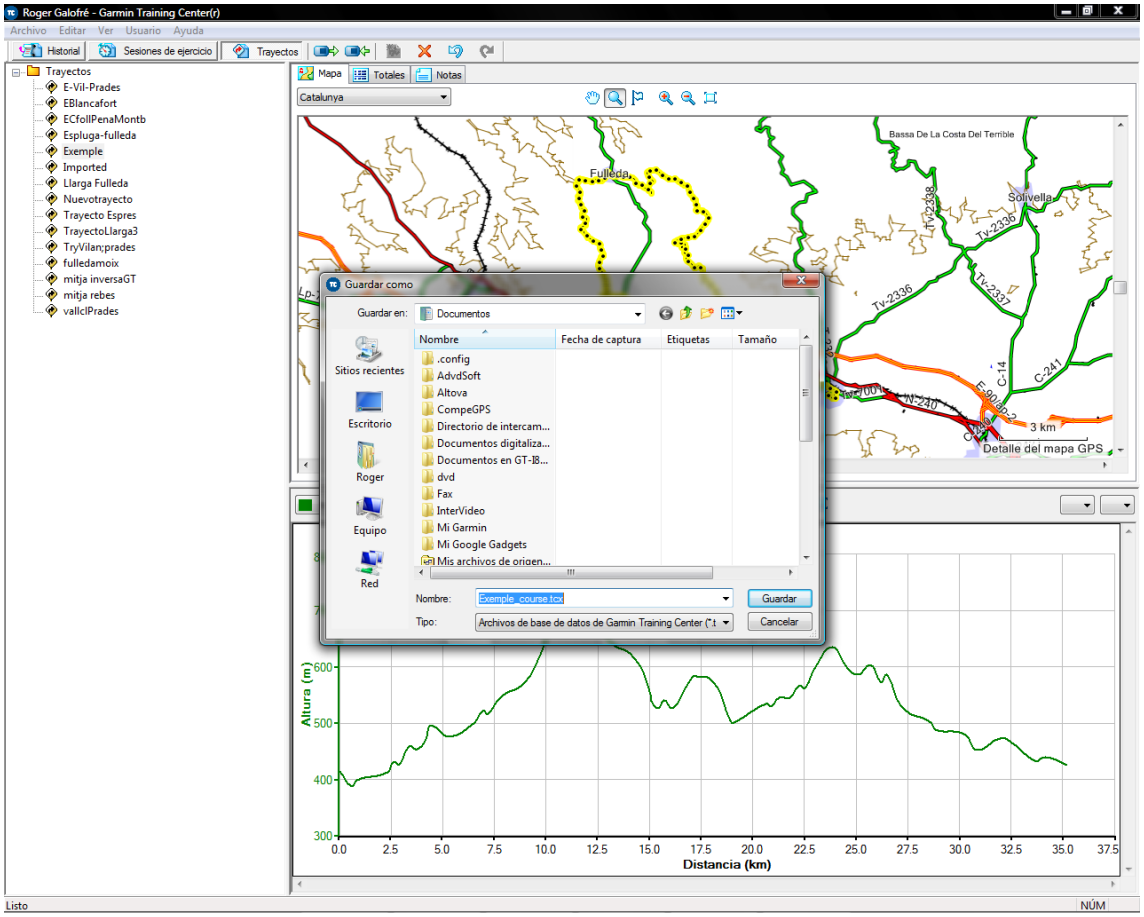


Si polses sobre "Editar trayecto" podràs posar-li un nou nom. En aquest cas he posat "Exemple"

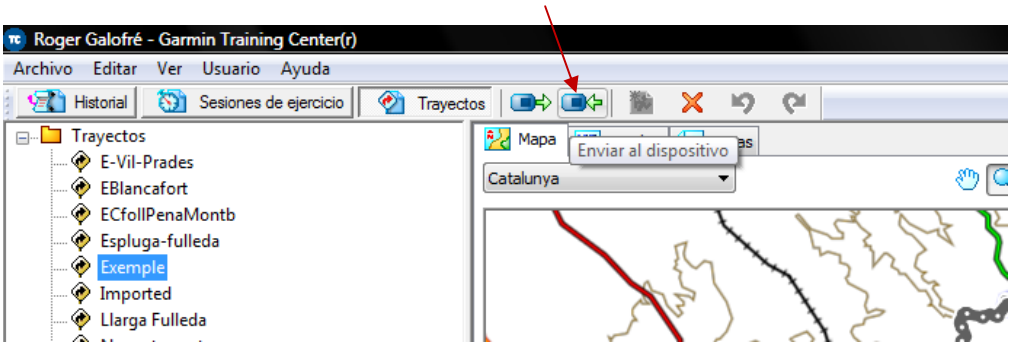


Ara ja el pots guardar i enviar-lo al col·lega:

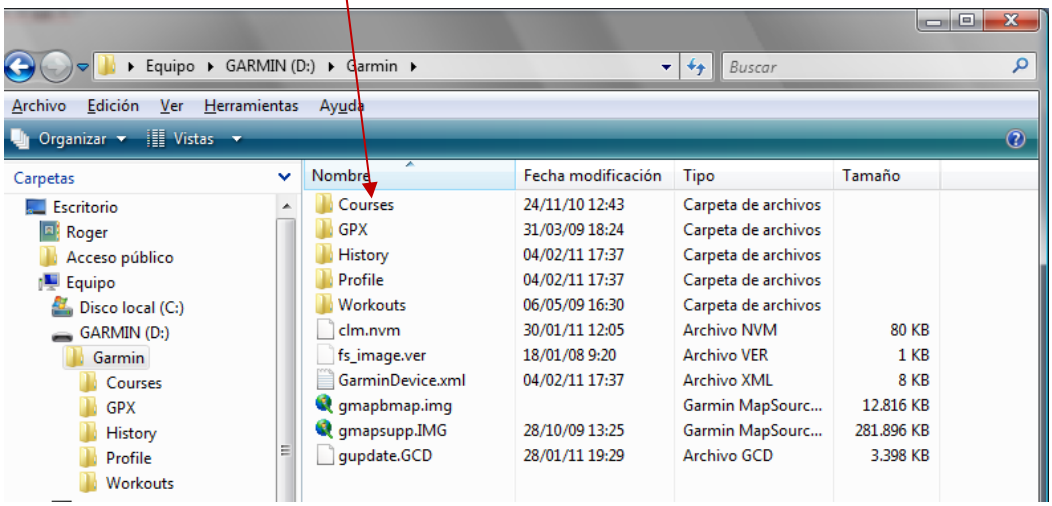

Roger Galofré - Garmin Training Center(r)
Archivo Editar Ver Usuario Ayuda
Historial
Sesiones de ejercicio
Trayectos
Mapa
Totales
Catalunya
Trayectos
E-Vil-Prades
EBlancafort
ECfollPenaMontb
Espluga-fulleda
Exemple
Editar Trayecto...
Eliminar Trayecto
Mover Trayecto...
Comparar Trayecto con...
Exportar "Exemple"...
Nueva carpeta
Renombrar carpeta
Nuevo trayecto...
Nuevo punto en el trayecto...
Ver "Exemple" en Google Earth...
L'Albi


Roger Galofré - Garmin Training Center(r)
Trayectos
E-Vil-Prades
EBlancafort
ECfollPenaMontb
Espluga-fulleda
Exemple
Imported
Llarga Fulleda
Nuevotrayecto
Trayecto Espres
TrayectoLlarga3
TryVilanprades
fulledamoix
mitja inversaGT
mitja rebes
vallclPrades
Mapa
Totales
Notas
Catalunya
Fulleda
Bassa De La Costa Del Terrible
Solivella
Detalle del mapa GPS
Guardar como
Guardar en:
Documentos
Nombre
Fecha de captura
Etiquetas
Tamaño
Sitios recientes
Escritorio
Roger
Equipo
Red
Nombre:
Exemple_course.tcx
Tipo:
Guardar
Cancelar
Altura (m)
Distancia (km)
Listo
NÚM

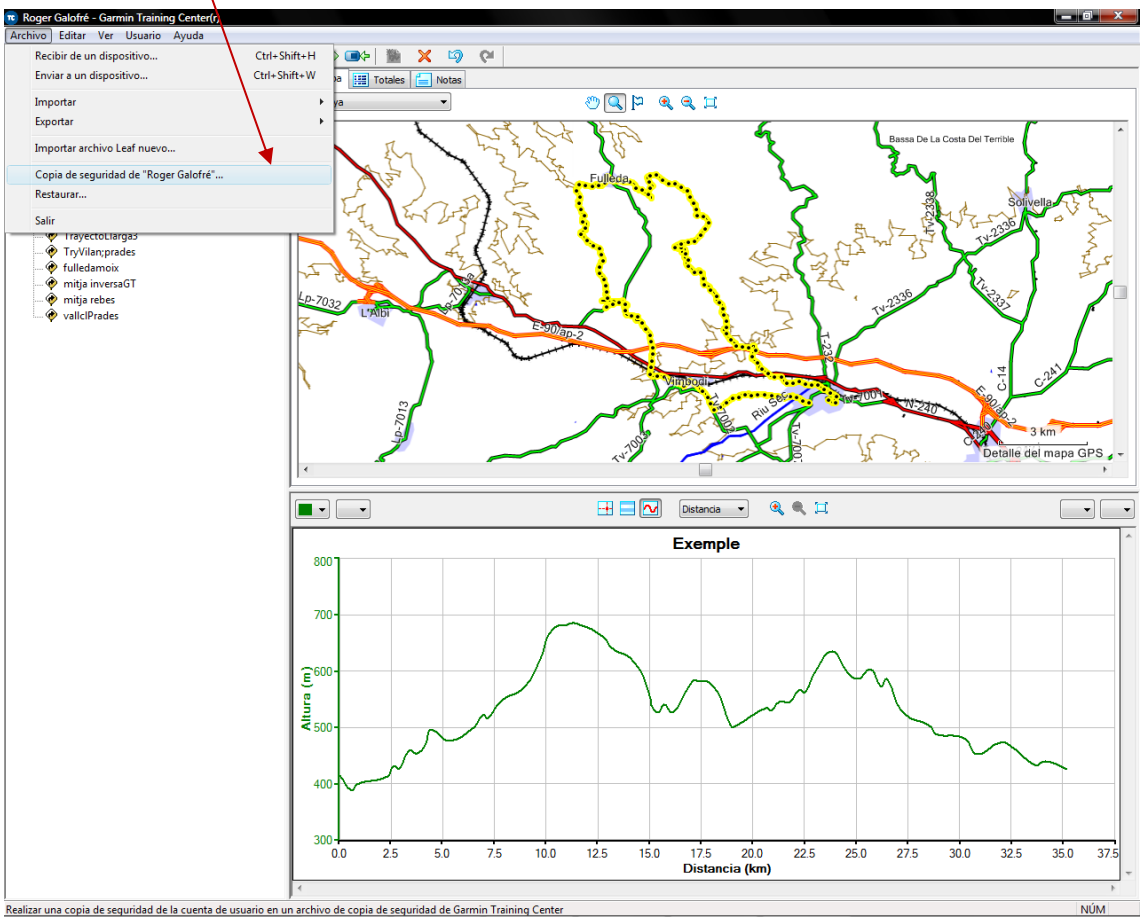
O enviar-lo al GPS premen “Enviar al dispositivo” i seleccionar els trayectos.



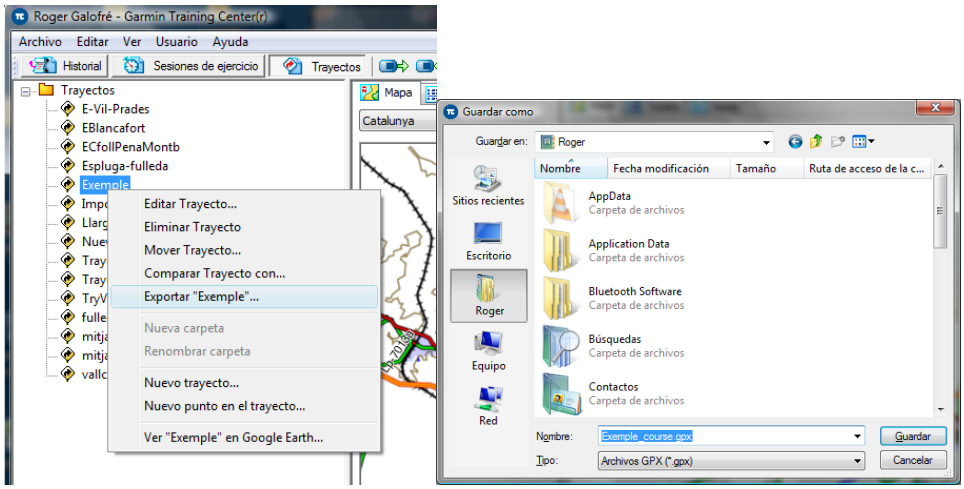
Si vols, també pot obrir la unitat Garmin des de l’explorador de windows i guardar aquest fitxer TCX a la carpeta “Courses”.



Un tema important son les **copies de seguretat**. Es pot guardar els tracks segons he explicat (enviant-lo a un directori del ordinador) o fer una copia del conjunt de les dades mitjançant aquesta opció



Un cop passat el trajecte al Garmin, ara explicarem com transformar-lo a GPX. En la versió 3.5.3 de Training Center també el pots exportar a GPX. Es fa amb aquesta opció:

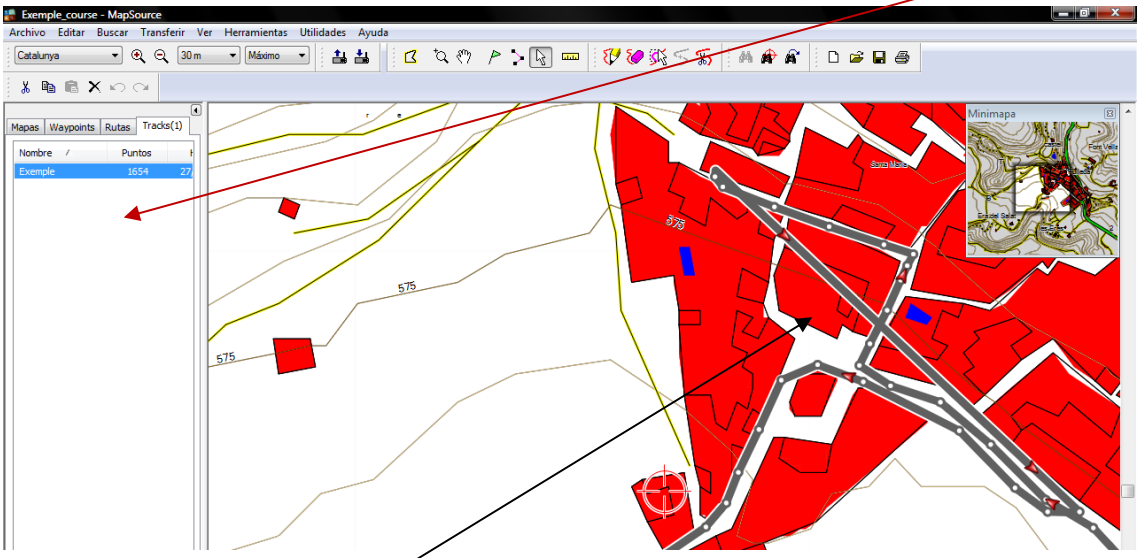


Un cop en GPX ja el podem enviar al col·lega que tingui un altre tipus de GPS que no sigui Garmin.

Com modificar un track.?

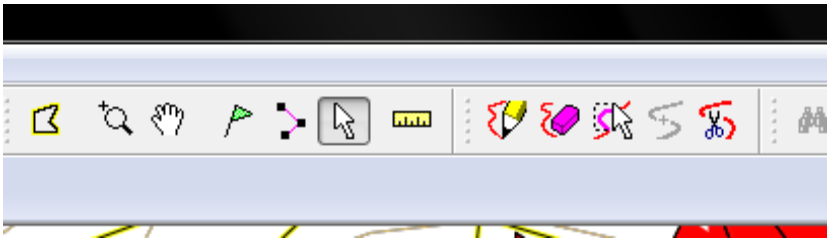
Si vols esborrar alguns punts del track pots anar al Map source (és important actualitzar la última versió 6.16.3. ja que aquesta ens permet importar TCX a més a més del GPX).

Per fer-ho, obre el programa i ves a "Archivo" i "Abrir". Busca el track (GPX o TCX) a on el tinguis guardat de l'ordinador (exporta'l prèviament del Training). I el tindràs a :



I el veuràs a:

I amb aquestes eines podràs retallar, esborrar, ajuntar, etc. Si les apliques sobre els punts:



Ves jugant i veuràs les seves possibilitats.

Un cop acabat, SOLAMENT pots guardar amb el format GPX (Archivo – guardar como –i selecciones el format GPX al desplegable). Si vols passar-lo a TCX per introduir-lo al GPS a trayectos, has d'anar a un nou programa gratuit: TCX Coverter.

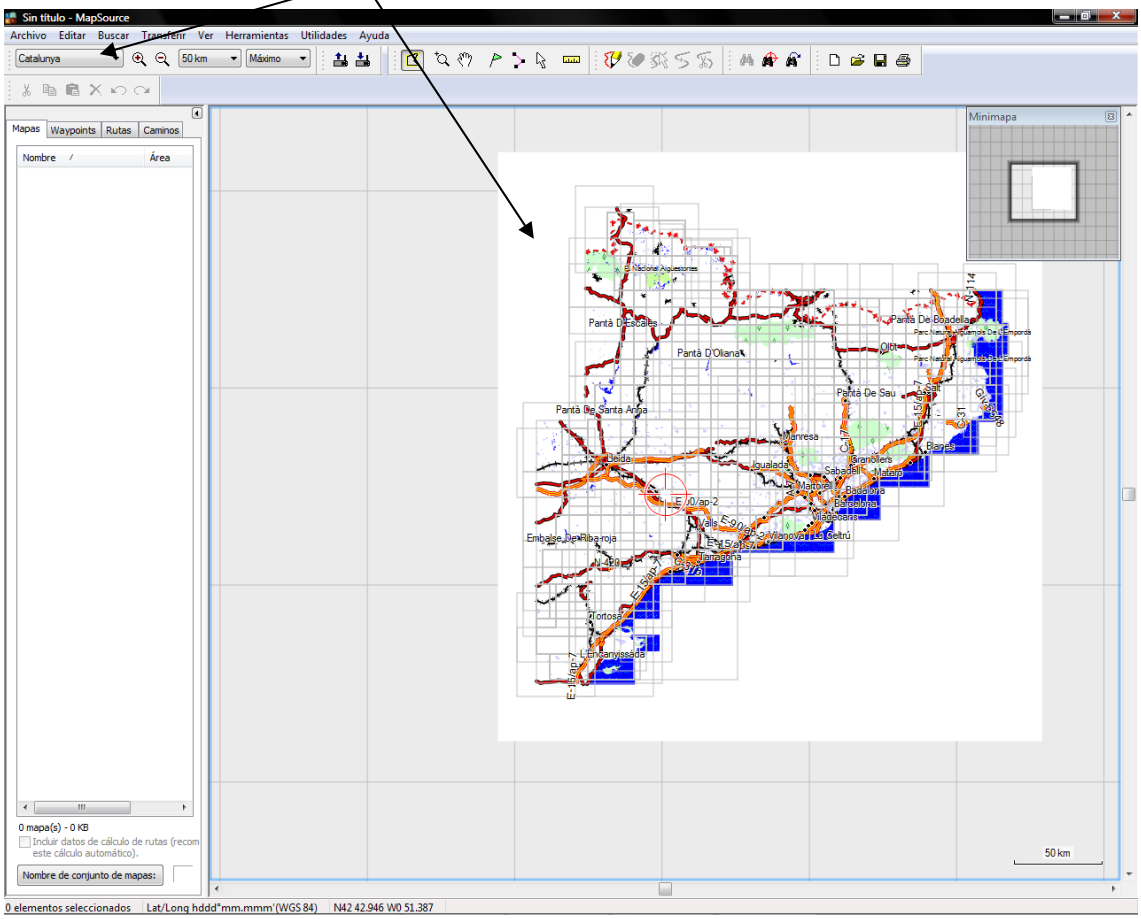
Com instal·lar el mapa V3 Catalunya?

Son arxius executables i segur que quan instal·lis ja et demanarà instal·lar a la carpeta de C:/garmin per defecte, li dius ok i endavant.

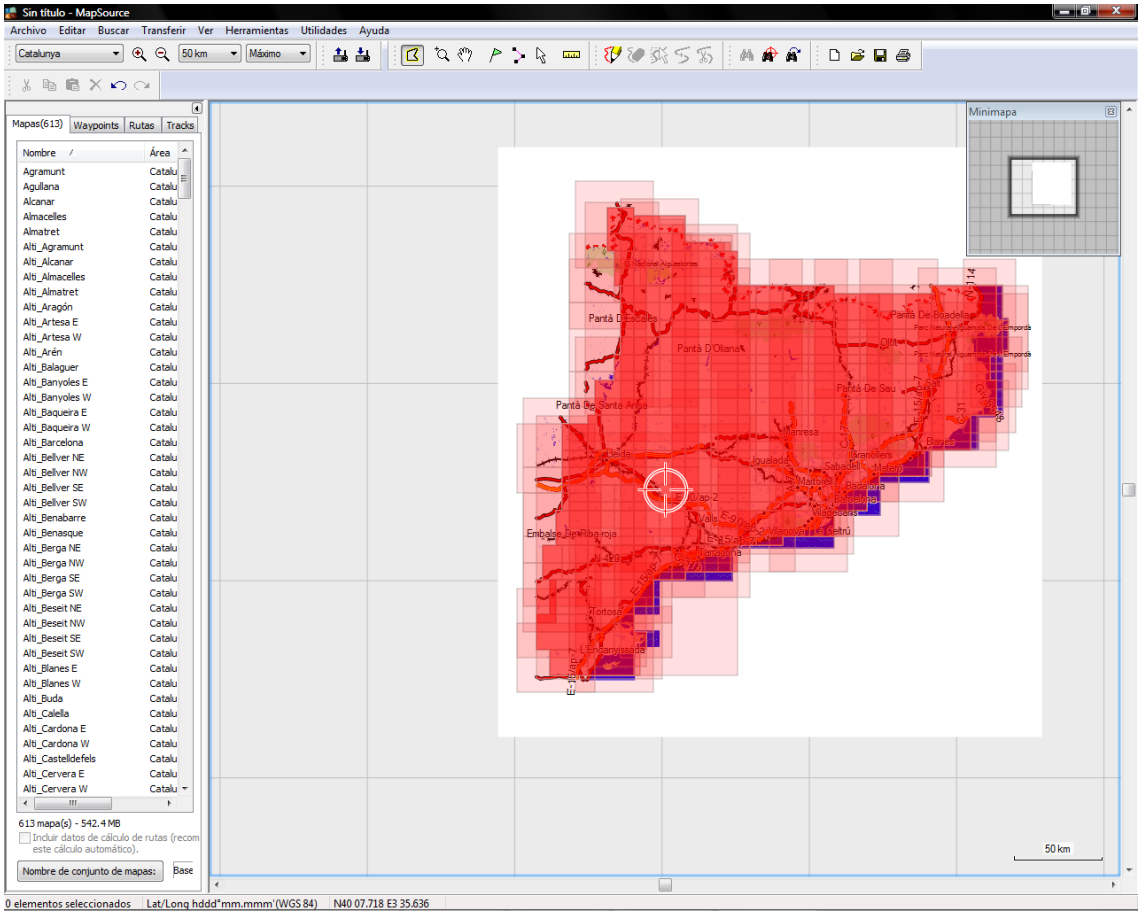
Llavors es tracta d' obrir el Mapsource i passar- ho al GPS.

Com fer-ho des de el Mapsource

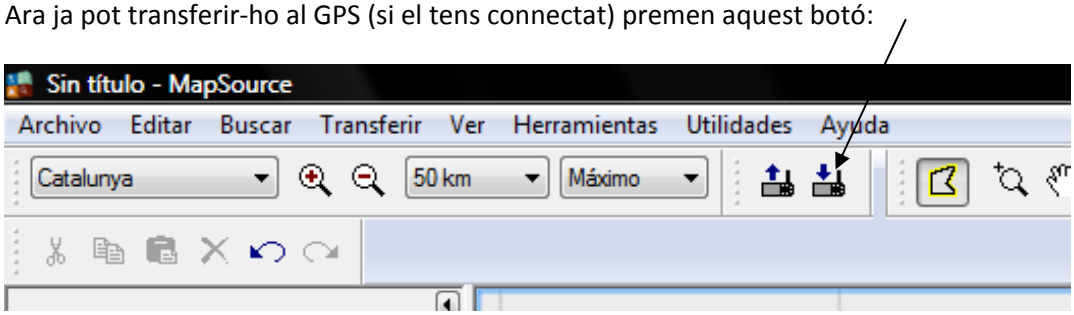
Anar al Mapsource, a la solapa de Mapas, seleccionar Catalunya a i amb la lupa d'allunyar fins arribar a la vista següent



Seleccionar arrastrant el ratolí des de el marge esquerra al dret (o al contrari). Quedarà d'aquesta manera:



Ara ja pot transferir-ho al GPS (si el tens connectat) premen aquest botó:



A la pantalla següent ha de sortir-te el Garmin i, TRANQUIL, LI COSTA COM A UNA MITJA HORA FER-HO TOT.

Normes bàsiques de l'ús del GPS en la bicicleta:

1. Llum a la pantalla.

   Al començar, premer "Encendido (1)" i amb el "Selector (4)" definir el grau de retro-iluminació. Un cop acceptat amb el "Selector", cada pulsació sobre aquest ens obrirà la llum de la pantalla a la intensitat marcada.

2. Seleccionar un sol mapa.

   Anar a "Menú – Configuración – Mapa" i seleccionar un sola Mapa. Si també has instal·lat a la targeta de memòria el "City Navigator" no cal tenir-lo marcat per ampliar el nombre de poblacions i carrers que trobaràs quan busquis una població (per exemple a Menú – Destino – Búsqueda de lugares).

3. Decidir quin sistema de navegació utilitzar:

   a. Per: "Menú – Destino – Carreras Guardadas".

      En aquesta opció veurem els tracks GPX. Solament apareixeran dibuixats amb una línea estreta sobre el mapa i no ens donarà cap informació sobre Km o temps o si surts del trajecte o no. Per tant, aquesta opció te un joc de pantalles definibles diferents del que veuràs a "Trayectos".

      Un del problemes es que en pots seleccionar varis i que el GPS no pugui i faci coses rares. Tampoc saps quans en tens ni quins tracks has d'anar per desmarcar-los.

      Per utilitzar-ho has de:

      1. Menú – Destino – Carreras Guardadas: Fas la selecció del track gpx que vols.
      2. Configuración de mapa (no utilitzar "Navegar") – "Mostrar en el mapa"
      3. En la pantalla següent seleccionar el color que vols que surti dibuixat la línea del track.
      4. Marcar amb el "Selector (4)" la casella de "Mostrar en el mapa"
      5. Pulsar "Aceptar"

   b. Per: "Menú – Entrenamiento - Trayectos"

      En aquest cas, la línea es més doble, no pots escollir color (sempre es rosa) però ens dona informació sobre els Km fets i per fer, temps fet i per fer, velocitat, etc.). Es l'opció recomanada.

Per anar-hi has de:

1. Menú – Entrenamiento – Trayectos: Fas la selecció del track tcx que vols.
2. Aceptar amb el "Selector" i "Realizar Trayecto"
3. Recorda que has de "Menú – Entrenamiento" i premer "Detener trayecto" quan canvis de ruta si vols que pari de sortir finestres dient que has sortit de ruta.

c. Per: "Menú – Destino – Búsqueda de lugares.

En aquest cas, es crea una línea rosa que marca la direcció del destí. Es per fer una navegació en la que solament tens coneixement de a on és el destí però no per a on anar-hi.

1. Menú – Destino – Búsqueda de lugares: Busques la ciutat o poble amb el selector.
2. Un cop seleccionat, Marca "Ir a"
3. Selecciones "Fuera de Carretera" i ja tens la línea recta visualitzada sobre el mapa.
4. Recorda que has de "Menú – Destino" i premer "Detener Navegación" quan vulguis que la línea no et surti més.

INICIO

Botones

1 encendido

- Manténgalo pulsado para encender o apagar la unidad Edge.
- Pulse este botón para activar o desactivar la retroiluminación.

2 mode

- Púlselo para volver a la página anterior.
- Manténgalo pulsado para pasar de un perfil de bicicleta a otro.

3 reset/lap

- Manténgalo pulsado para restablecer el temporizador.
- Púlselo para crear una vuelta.

4 selector/intro

- Mueva el selector para desplazarse por los menús, las opciones y los campos de datos.
- Pulse el selector para elegir opciones y aceptar mensajes.

5 start/stop

Púlselo para iniciar/detener el temporizador.

6 menu

- Púlselo para abrir la página de menús.
- Manténgalo pulsado para bloquear/desbloquear los botones de la unidad Edge.

7 in/out

Púlselo para acercar/alejar en la página Mapa y en la página Altímetro.

Restablecimiento de la unidad Edge

Si la unidad Edge está bloqueada, pulse **mode** y **reset/lap** simultáneamente para restablecerla. Con esta acción no se borra ningún dato ni ajuste.

Eliminación de los datos del usuario

PRECAUCIÓN: este procedimiento eliminará toda la información que haya introducido el usuario.

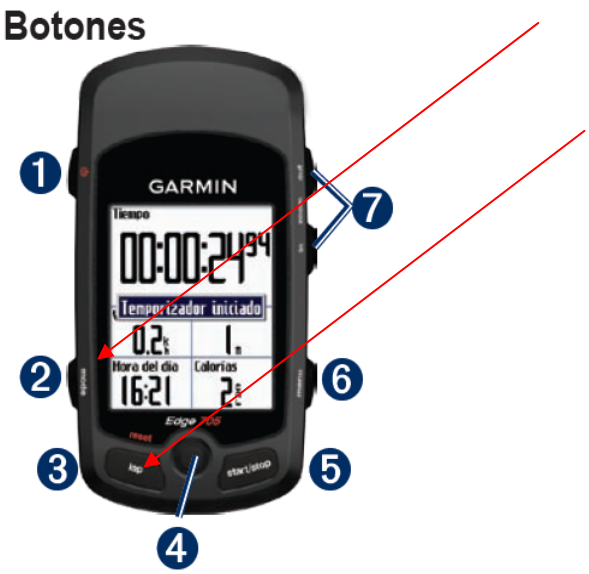
1. Apague la unidad Edge.
2. Mantenga pulsado **mode** y ⏻ hasta que aparezca el mensaje.
3. Seleccione **Sí** para borrar todos los datos del usuario.

Retroiluminación de la unidad Edge

Pulse ⏻ para activar la retroiluminación. Utilice el selector para ajustar el nivel de retroiluminación.

4. Com resetejar el GPS?

Prem els botons "Mode (2)" i "Lap/reset (3)" a la vegada quan et faci coses rares. No perdràs cap track ni configuració.



5. Iniciar track, para gravació, reiniciar gravació i guardar track a "History".

Per iniciar la gravació d'un track: Prem el botó "Start/Stop (5)"

Per parar la gravació (pots apagar el GPS després de fer-ho i tornar-lo a encendre i continuar amb la gravació del Track): Prem el botó "Start/Stop (5)"

Per guardar el trajecte a l'historial: Mantenir pressionat "Rest/lap (3)" fins que surt en la pantalla una finestra amb un 3, amb un 2 i finalment amb un 1. Ara ja has tancat i guardat el track a l'historial.

Si el vols passar a "Trayecto": **Com convertir una carrera feta a trajecte directament en el GPS SENSE NECESSITAT D'ORDINADOR:**

En el GPS anar a Menú – Entrenamiento – Trayectos – crear: Seleccionar la carrera que has fet o que vols convertir i introdueixes el nom que li vols donar. Prémer Mode per sortir i gravar.