

GARMIN®

BOUNCE™ 2 WATCH

Benutzerhandbuch

© 2025 Garmin Ltd. oder deren Tochtergesellschaften

Alle Rechte vorbehalten. Gemäß Urheberrechten darf dieses Handbuch ohne die schriftliche Genehmigung von Garmin weder ganz noch teilweise kopiert werden. Garmin behält sich das Recht vor, Änderungen und Verbesserungen an seinen Produkten vorzunehmen und den Inhalt dieses Handbuchs zu ändern, ohne Personen oder Organisationen über solche Änderungen oder Verbesserungen informieren zu müssen. Unter www.garmin.com finden Sie aktuelle Updates sowie zusätzliche Informationen zur Verwendung dieses Produkts.

Garmin®, das Garmin Logo, Auto Lap® und Auto Pause® sind Marken von Garmin Ltd. oder deren Tochtergesellschaften und sind in den USA und anderen Ländern eingetragen. Bounce™, Connect IQ™, Garmin Connect™, Garmin Express™ und Garmin Jr.™ sind Marken von Garmin Ltd. oder deren Tochtergesellschaften. Diese Marken dürfen nur mit ausdrücklicher Genehmigung von Garmin verwendet werden.

Die Wortmarke BLUETOOTH® und die Logos sind Eigentum von Bluetooth SIG, Inc. und werden von Garmin ausschließlich unter Lizenz verwendet. USB-C® ist eine eingetragene Marke von USB Implementers Forum. Wi-Fi® ist eine eingetragene Marke der Wi-Fi Alliance Corporation. Weitere Marken und Markennamen sind Eigentum ihrer jeweiligen Inhaber.

M/N: A05001

Inhaltsverzeichnis

Einführung..... 1

Einrichten der Smartwatch.....	1
Übersicht.....	2
Tipps zum Verwenden des Touchscreens.....	3
Sperren und Entsperren des Geräts.....	3
LTE-Online-Funktionen.....	3

Konnektivität..... 4

Smartphone-Verbindungsfunktionen.....	4
Koppeln der Uhr mit dem Smartphone eines Elternteils oder Betreuers.....	4
Tipps für Benutzer, die die Garmin Jr. App bereits verwenden.....	4
Koppeln mehrerer Mobilgeräte.....	5
Tätigen von Anrufen über die Uhr.....	5
Nachrichten von der Uhr.....	5
Senden von Nachrichten über die Smartwatch.....	5
Nachrichten aus der Garmin Jr. App.....	6
Senden von SMS-Nachrichten über die Garmin Jr. App.....	6
Senden von Sprachnachrichten über die Garmin Jr. App.....	6
Anzeigen von Benachrichtigungen.....	6
Verwalten von Nachrichtenvorlagen.....	6
Löschen des Nachrichtenverlaufs aus der Garmin Jr. App.....	6
Wi-Fi Konnektivitätsfunktionen.....	7
Herstellen einer Verbindung mit einem Wi-Fi Netzwerk.....	7
Garmin Jr. App.....	7
Einrichten des Benutzerprofils des Kindes.....	7
Garmin Jr. Familie.....	8
Hinzufügen von Mitgliedern zu einer Garmin Jr. Familie.....	8
Einladen von Verbindungen über die Garmin Jr. App.....	8
Hinzufügen von Messaging-Kontakten.....	8
Synchronisieren der Smartwatch-Daten mit der Garmin Jr. App.....	9

Anzeigen des Protokolls.....	9
Schlafüberwachung.....	9
App-Einstellungen.....	9
Verwalten von Benachrichtigungen für Uhraktivitäten.....	9
Benutzer- und Sicherheitseinstellungen.....	10
Aktivieren des Schulmodus.....	11
Verwenden des Kindermodus.....	11
Löschen von Profilen.....	11

Darstellung..... 11

Displaydesign-Einstellungen.....	11
Anpassen des Displaydesigns.....	12
Erstellen von benutzerdefinierten Displaydesigns.....	12
Übersichten.....	12
Anzeigen von Übersichten.....	13
Anpassen der Übersichtsliste.....	13
Aktualisieren der Wetterposition.....	14
Aufgaben und Belohnungen.....	14
Verwenden der Aufgabenübersicht.....	14
Zuweisen von Aufgaben.....	15
Bestätigen von Aufgaben.....	15
Erstellen von Belohnungen.....	15
Einlösen von Belohnungen.....	15
Steuerungen.....	16
Anpassen des Steuerungsmenüs.....	18
Verwenden der Taschenlampenseite.....	18
Verwenden des DND-Modus.....	18
Einrichten von Kurzbefehlen.....	18

Sicherheits- und Trackingfunktionen..... 19

Anfordern von Notfallhilfe.....	19
Hinzufügen von Notfallhelfekontakten.....	19
LiveTrack.....	20
Starten einer LiveTrack Sitzung.....	20
Beenden von LiveTrack Sitzungen.....	20
Positionsortung.....	20
Einchecken über die Smartwatch.....	20
Anzeigen der aktuellen Position des Kindes.....	20

Anzeigen des Positionsverlaufs Ihres Kindes.....	20	Anzeigen Ihrer persönlichen Rekorde.....	34
Grenzen.....	21	Wiederherstellen von persönlichen Rekorden.....	34
Hinzufügen von Grenzen.....	21	Löschen persönlicher Rekorde.....	34
Hinzufügen einer vorübergehenden Grenze.....	21	Anzeigen von Gesamtwerten.....	34
Löschen von Grenzen.....	21	Uhren.....	35
Aktivieren und Deaktivieren von Grenzalarmen.....	21	Einstellen eines Alarms.....	35
Apps und Aktivitäten.....	21	Bearbeiten von Alarmen.....	35
Apps.....	22	Verwenden des Countdown-Timers.....	35
Starten von Spielen.....	23	Löschen von Countdown-Timern.....	36
Spieleinstellungen.....	24	Verwenden der Stoppuhr.....	36
Verwenden von Sprachbefehlen.....	24	Hinzufügen eines Countdown-Events..	36
Sprachbefehle für die Uhr.....	24	Bearbeiten eines Countdown-Events.....	37
Aktivitäten.....	26	Einstellungen für Benachrichtigungen und Alarme.....	37
Aktivitätsziel.....	26	Anpassen von Anrufalarmen.....	37
Starten von Aktivitäten.....	27	Anpassen von Nachrichtenalarmen.....	37
Tipps zum Aufzeichnen von Aktivitäten.....	27	Einrichten von Zeit-Alarmen.....	38
Beenden von Aktivitäten.....	27	Einstellungen für Ton und Vibration.....	38
Laufen.....	27	Display- und Helligkeitseinstellungen.....	38
Ein Lauftraining absolvieren.....	27	Musik.....	38
Beginnen eines Laufbahntrainings.....	28	Einrichten von Musik auf der Uhr.....	38
Kalibrieren der Laufbanddistanz..	28	Aktivieren von Musik über die Garmin Jr. App.....	38
Radfahren.....	29	Einrichten von Musik auf der Uhr.....	39
Eine Fahrradtour machen.....	29	Verbinden von Bluetooth Kopfhörern..	39
Schwimmen.....	29	Wiedergeben von Musik.....	39
Beginnen des Schwimmtrainings im Schwimmbad.....	29	Steuerungen für die Musikwiedergabe.....	40
Wintersport.....	29	Systemeinstellungen.....	41
Anzeigen von Abfahrten beim Skifahren.....	29	Einstellungen für Datum und Uhrzeit..	41
Anpassen von Aktivitäten und Apps....	29	Ändern der Maßeinheiten.....	41
Anpassen der App-Liste.....	30	Anpassen der Tasten-Kurzbefehle.....	41
Anpassen der Liste der Lieblingsaktivitäten.....	30	Geräteinformationen.....	41
Anheften einer Lieblingsaktivität an die Liste.....	30	Informationen zum AMOLED-Display..	41
Aktivitätseinstellungen.....	31	Aufladen der Uhr.....	42
Aktivitätsalarme.....	32		
Einrichten von Alarmen.....	33		
Protokoll.....	33		
Verwenden des Protokolls.....	33		
Persönliche Rekorde.....	33		

Technische Daten.....	42
Informationen zum Akku.....	43
Anzeigen von Geräteinformationen.....	43
Anzeigen aufsichtsrechtlicher E-Label- und Compliance-Informationen.....	43
Pflege des Geräts.....	43
Reinigen der Uhr.....	43
Austauschen des Armbands.....	43

Fehlerbehebung.....44

Produkt-Updates.....	44
Weitere Informationsquellen.....	44
Neustart der Uhr.....	44
Zurücksetzen aller Standardeinstellungen.....	44
Ist mein Telefon mit meiner Uhr kompatibel?.....	44
Meine Uhr zeigt die falsche Sprache an.....	44
Das Smartphone stellt keine Verbindung mit der Uhr her.....	45
Wie koppele ich eine weitere Smartwatch mit der Garmin Jr. App?..	45
Kann mein Kind Nachrichten an andere Kinder senden?.....	45
Meine Smartwatch zeigt nicht die richtige Uhrzeit an.....	45
Auffinden einer verloren gegangenen Smartwatch.....	46
Wie kann ich das Drücken der Rundentaste rückgängig machen?.....	46
Fitness Tracker.....	46
Meine Schrittzahl ist ungenau.....	46
Optimieren der Akku-Laufzeit.....	46
Erfassen von Satellitensignalen.....	46

Einführung


WARNUNG

Lesen Sie alle Produktwarnungen und sonstigen wichtigen Informationen der Anleitung "*Wichtige Sicherheits- und Produktinformationen*", die dem Produkt beiliegt.

Es unterliegt der Verantwortung eines Elternteils oder eines Betreuers, das Gerät einzurichten, bevor ein Kind es verwendet. Es unterliegt der Verantwortung eines Elternteils oder eines Betreuers, dieses Dokument zu lesen und zu verstehen und sicherzustellen, dass das Kind das Gerät auf eine angemessene und sichere Weise verwendet.

Einrichten der Smartwatch



Führen Sie die folgenden Schritte durch, um die Funktionen des Bounce 2 Geräts optimal zu nutzen.

- 1 Halten Sie  gedrückt, um die Uhr einzuschalten.
- 2 Folgen Sie den Anweisungen auf dem Display, um die Grundeinstellungen vorzunehmen.
Während der Vornahme der Grundeinstellungen können Sie das Smartphone mit der Uhr koppeln, um Benachrichtigungen zu erhalten, Aktivitäten zu synchronisieren u.v.m. (*Koppeln der Uhr mit dem Smartphone eines Elternteils oder Betreuers, Seite 4*).
- 3 Richten Sie das LTE Subscription für die Bounce 2 Uhr ein (*LTE-Online-Funktionen, Seite 3*).
- 4 Richten Sie Grenzen ein (*Hinzufügen von Grenzen, Seite 21*).
- 5 Richten Sie Wi-Fi® Netzwerke ein (*Herstellen einer Verbindung mit einem Wi-Fi Netzwerk, Seite 7*).
- 6 Laden Sie die Uhr auf (*Aufladen der Uhr, Seite 42*).
- 7 Suchen Sie nach Software-Updates (*Produkt-Updates, Seite 44*).


Zur optimalen Nutzung der Uhr sollten Sie deren Software auf dem aktuellen Stand halten. Mit Software-Updates werden Änderungen und Optimierungen in Bezug auf Datenschutz, Sicherheit und Funktionen vorgenommen.

Übersicht



<p>A</p>  <p>START-Taste</p>	<ul style="list-style-type: none">• Halten Sie die Taste 2 Sekunden lang gedrückt, um die Uhr einzuschalten.• Drücken Sie die Taste, um das Aktivitäten- und Apps-Menü zu öffnen, einschließlich Uhreinstellungen.• Halten Sie die Taste 2 Sekunden lang gedrückt, um das Steuerungsmenü anzuzeigen, einschließlich Stromversorgung.• Halten Sie die Taste gedrückt, bis die Uhr 3-mal vibriert, um Hilfe anzufordern (<i>Sicherheits- und Trackingfunktionen, Seite 19</i>).
<p>B</p>  <p>BACK-Taste</p>	<ul style="list-style-type: none">• Drücken Sie die Taste, um zur vorherigen Seite zurückzukehren. <p>TIPP: Während einer Aktivität werden Tipps auf dem Display angezeigt, um nicht standardmäßige Aktionen der Tasten zu erläutern.</p> <ul style="list-style-type: none">• Halten Sie die Taste gedrückt, um die Funktion für Benutzerkurzbefehle anzuzeigen (<i>Einrichten von Kurzbefehlen, Seite 18</i>).
<p>C</p> <p>Touchscreen</p>	<ul style="list-style-type: none">• Streichen Sie nach oben, unten, links oder rechts, um Übersichten, Funktionen und Menüs zu durchblättern (<i>Tipps zum Verwenden des Touchscreens, Seite 3</i>).• Durch Tippen wählen Sie in einem Menü eine Option aus.• Streichen Sie nach rechts, um zur vorherigen Seite zurückzukehren.

Tipps zum Verwenden des Touchscreens


- Ziehen Sie nach oben oder nach unten, um Listen und Menüs langsam zu durchblättern.
- Tippen Sie, um ein Element auszuwählen.
- Tippen Sie, um die Uhr zu aktivieren.
- Streichen Sie auf dem Displaydesign nach oben, um die Übersichten der Uhr zu durchblättern.
- Streichen Sie auf dem Displaydesign nach links, um das Apps- und Aktivitäten-Menü anzuzeigen, einschließlich der Uhreinstellungen.
- Streichen Sie auf dem Displaydesign nach unten, um die Mitteilungszentrale anzuzeigen.
- Streichen Sie nach rechts, um zur vorherigen Seite zurückzukehren.
- Berühren Sie ein Element auf dem Displaydesign länger, um eventuell verfügbare Kontextinformationen anzuzeigen, z. B. Übersichten oder Menüs.
- Halten Sie im Übersichts- oder Apps-Menü das Displaydesign gedrückt, um die Optionen neu anzuordnen oder zu löschen.
- Streichen Sie während einer Aktivität nach oben oder nach unten, um die nächste Trainingsseite anzuzeigen.
- Streichen Sie während einer Aktivität nach rechts, um das Uhrmenü, das Displaydesign und Übersichten anzuzeigen.
- Streichen Sie während einer Aktivität nach links, um den Music Player anzuzeigen.
- Halten Sie die Hand über das Display, um zum Displaydesign zurückzukehren und die Displayhelligkeit zu reduzieren.
- Sofern verfügbar, wählen Sie  oder streichen Sie über das Display, um Menüoptionen anzuzeigen.
- Führen Sie jede Menüauswahl einzeln durch.

Sperren und Entsperren des Geräts

Sie können das Gerät sperren, um unbeabsichtigte Eingaben und versehentliche Tastenbetätigungen zu vermeiden.

HINWEIS: Sie können das Steuerungsmenü anpassen (*Anpassen des Steuerungsmenüs, Seite 18*).

1 Halten Sie  gedrückt, um das Steuerungsmenü anzuzeigen.

2 Wählen Sie .

Das Gerät reagiert erst wieder auf Berührungen oder Tastenbetätigungen, wenn es entsperrt wird.

3 Halten Sie eine beliebige Taste gedrückt, um das Gerät zu entsperren.

LTE-Online-Funktionen

ACHTUNG

Die Bounce 2 Uhr unterstützt bestimmte Funktionen, für die ein LTE Subscription erforderlich ist und die über die Garmin Jr.™ App eingerichtet werden müssen. Abonnementinformationen finden Sie unter garmin.com/subscriptions.

Für die hier aufgeführten Funktionen sind ein aktives LTE Subscription und eine LTE-Verbindung erforderlich.

- Notfallhilfe
- Aufgaben und Belohnungen
- LiveTrack
- SMS- und Sprachnachrichten
- Sprachanrufe

Konnektivität

Konnektivitätsfunktionen sind für die Uhr verfügbar, wenn Sie diese mit Ihrem kompatiblen Smartphone koppeln (*Koppeln der Uhr mit dem Smartphone eines Elternteils oder Betreuers, Seite 4*). Zusätzliche Funktionen sind verfügbar, wenn Sie die Uhr mit einem Wi-Fi Netzwerk verbinden (*Herstellen einer Verbindung mit einem Wi-Fi Netzwerk, Seite 7*).

Smartphone-Verbindungsfunktionen

Smartphone-Verbindungsfunktionen sind für die Bounce 2 Uhr verfügbar, wenn Sie sie über die Garmin Jr. App koppeln (*Koppeln der Uhr mit dem Smartphone eines Elternteils oder Betreuers, Seite 4*). Für die Kommunikation mit der Bounce 2 Uhr benötigen Sie ein Garmin Connect™ Konto. Außerdem müssen Sie die Garmin Jr. App herunterladen und Sie müssen als Kontakt für das Kind hinzugefügt werden (*Hinzufügen von Messaging-Kontakten, Seite 8*).

- App-Funktionen der Garmin Jr. App (*Garmin Jr. App, Seite 7*)
- Übersichten (*Übersichten, Seite 12*)
- Funktionen des Steuerungsmenüs (*Steuerungen, Seite 16*)
- Sicherheits- und Trackingfunktionen (*Sicherheits- und Trackingfunktionen, Seite 19*)


Koppeln der Uhr mit dem Smartphone eines Elternteils oder Betreuers

Zum Koppeln der Bounce 2 Uhr mit dem Smartphone eines Elternteils oder Betreuers benötigt der Elternteil bzw. Betreuer ein Garmin Connect Konto oder muss ein Konto erstellen.

ACHTUNG

Die Bounce 2 Uhr umfasst bestimmte Funktionen, für die ein LTE Subscription erforderlich ist, und muss mit der Garmin Jr. App eingerichtet werden (*LTE-Online-Funktionen, Seite 3*). Informationen zu Abonnements finden Sie unter garmin.com/subscriptions.

Die Bounce 2 Uhr muss direkt über die Garmin Jr. App gekoppelt werden und nicht über die Bluetooth® Einstellungen des Smartphones.

- 1 Installieren Sie über den App-Shop des Smartphones die Garmin Jr. App und öffnen Sie sie.
- 2 Melden Sie sich mit Ihrem Garmin Connect Benutzernamen und Kennwort an.
- 3 Folgen Sie den Anweisungen in der App, um Ihre Familie einzurichten und die einzelnen Kinder hinzuzufügen.
- 4 Falls Sie die Kopplung zuvor übersprungen oder die Uhr mit einem anderen Smartphone gekoppelt haben, drücken Sie  und wählen Sie die Option **Einstellungen** > **Synchronisieren und koppeln** > **Koppeln**, um den Kopplungsmodus manuell zu aktivieren.
- 5 Folgen Sie den Anweisungen in der App, um die Einrichtung abzuschließen.

HINWEIS: Sie können mehrere Mobilgeräte koppeln, beispielsweise ein Tablet oder das Smartphone eines anderen Elternteils oder Betreuers (*Koppeln mehrerer Mobilgeräte, Seite 5*).

Tipps für Benutzer, die die Garmin Jr. App bereits verwenden

- 1 Wählen Sie in der Garmin Jr. App die Option **Startseite**.
- 2 Wählen Sie **+** > **Neues Kind oder Gerät hinzufügen**.
- 3 Wählen Sie eine Option:
 - Wählen Sie ein Kind aus, um diesem bereits vorhandenen Kind eine neue Smartwatch hinzuzufügen.
 - Wählen Sie **Neues Kind**, um eine neue Smartwatch für ein neues Kind hinzuzufügen.
- 4 Folgen Sie den Anweisungen auf dem Display.

Koppeln mehrerer Mobilgeräte

Nach Abschluss der Grundeinstellungen ([Koppeln der Uhr mit dem Smartphone eines Elternteils oder Betreuers, Seite 4](#)) können Sie die Bounce 2 Uhr mit bis zu zwei weiteren Mobilgeräten koppeln, z. B. mit einem Tablet oder dem Smartphone eines anderen Elternteils oder Betreuers.

- 1 Installieren Sie über den App-Shop des Smartphones oder Tablets die Garmin Jr. App und öffnen Sie sie.
- 2 Melden Sie sich mit Ihrem Garmin Connect Benutzernamen und Kennwort an.
- 3 Folgen Sie den Anweisungen in der Garmin Jr. App, um einer bereits bestehenden Familie beizutreten.
- 4 Das Mobilgerät muss sich in einer Entfernung von maximal 3 m (10 Fuß) zur Bounce 2 Uhr und mindestens 10 m (33 Fuß) zu anderen gekoppelten Mobilgeräten befinden.

HINWEIS: Wenn Sie keinen ausreichenden Abstand zu Geräten einhalten können, deaktivieren Sie die Bluetooth Technologie auf zuvor gekoppelten Mobilgeräten.

- 5 Folgen Sie den Anweisungen in der App, um die Kopplung abzuschließen.

BEACHTEN: Wenn Sie die Bluetooth Technologie auf zuvor gekoppelten Mobilgeräten deaktiviert hatten, aktivieren Sie sie jetzt wieder.




- 6 Wiederholen Sie die Schritte 1 bis 5 bei Bedarf für jedes weitere Mobilgerät.

Tätigen von Anrufen über die Uhr

Zum Tätigen von Anrufen über die Uhr müssen Sie zunächst das LTE Subscription aktivieren ([LTE-Online-Funktionen, Seite 3](#)).

HINWEIS





Setzen Sie die Öffnungen von Mikrofon und Lautsprecher nicht Sonnenschutzmitteln oder anderen Chemikalien aus. Andernfalls könnten das Mikrofon und der Lautsprecher verstopfen oder auf andere Weise nachteilig beeinflusst werden, was zu Leistungseinbußen führt.

- 1 Drücken Sie .
 - 2 Wählen Sie **Telefon**.
 - 3 Wählen Sie eine Option:
 - Wählen Sie , anschließend einen Kontaktnamen und dann eine Telefonnummer, um eine Telefonnummer aus den Kontakten anzurufen ([Hinzufügen von Messaging-Kontakten, Seite 8](#)).
 - Streichen Sie nach oben, um die letzten getätigten und empfangenen Anrufe auf der Uhr anzuzeigen.
- TIPP:** Wählen Sie , um aufzulegen, bevor die Telefonverbindung aufgebaut wird.

Nachrichten von der Uhr



Senden von Nachrichten über die Smartwatch

Zum Senden von Nachrichten über die Uhr müssen Sie zunächst das LTE Subscription aktivieren ([LTE-Online-Funktionen, Seite 3](#)).






- 1 Drücken Sie .
- 2 Wählen Sie **Nachrichten** > .
- 3 Wählen Sie einen Kontakt aus.
- 4 Wählen Sie eine Option:
 - Wählen Sie **SMS**, um eine Textnachricht zu senden.
HINWEIS: Die Liste der Nachrichten und der Nachrichtentext können in der Garmin Jr. App angepasst werden ([Verwalten von Nachrichtenvorlagen, Seite 6](#)).
 - Wählen Sie **Sprache** > , um eine Sprachnachricht zu senden.
 - Wählen Sie **Ton-Emoji**, um ein Ton-Emoji zu senden.
- 5 Wählen Sie ein Ton-Emoji oder eine Textnachricht aus, geben Sie eine eigene Textnachricht ein oder zeichnen Sie eine Sprachnachricht auf.
- 6 Wählen Sie .

Nachrichten aus der Garmin Jr. App

Senden von SMS-Nachrichten über die Garmin Jr. App




- 1 Wählen Sie in der Garmin Jr. App die Option **Connect**.
- 2 Wählen Sie das Kind aus.
- 3 Geben Sie eine Nachricht ein.
- 4 Wählen Sie  oder , um die SMS-Nachricht zu senden.

Senden von Sprachnachrichten über die Garmin Jr. App

- 1 Wählen Sie in der Garmin Jr. App die Option **Connect**.
- 2 Wählen Sie das Kind aus.
- 3 Halten Sie  gedrückt, bis Sie die Nachricht vollständig aufgezeichnet haben.
HINWEIS: Die Garmin Jr. App begrenzt die Aufzeichnungszeit automatisch auf ca. 20 Sekunden.
- 4 Wählen Sie eine Option:
 - Wählen Sie bei Bedarf die Option , um die Nachricht vor dem Senden wiederzugeben.
 - Wählen Sie , um die Nachricht zu löschen und es erneut zu versuchen.
 - Wählen Sie  oder , um die Nachricht zu senden.





Anzeigen von Benachrichtigungen

Sie können Anruf- und Nachrichten-Benachrichtigungen auf der Uhr über mehrere Menüoptionen anzeigen.


- Wenn eine neue Nachricht auf der Uhr angezeigt wird, streichen Sie nach links und wählen Sie **Antworten** oder **Verwerfen**.
- Wenn Sie die Liste der Benachrichtigungen anzeigen möchten, wählen Sie eine Option:
 - Streichen Sie auf dem Displaydesign nach unten, um die Mitteilungszentrale anzuzeigen.
 - Drücken Sie auf dem Displaydesign die Taste  und wählen Sie **Nachrichten**, um die Nachrichten-App anzuzeigen.
 - Halten Sie  gedrückt und wählen Sie , um die Benachrichtigungssteuerung anzuzeigen.

Verwalten von Nachrichtenvorlagen

Das Kind kann die Liste der Nachrichtenvorlagen verwenden, um mit seinen Kontakten zu kommunizieren (*Senden von Nachrichten über die Smartwatch, Seite 5*).

- 1 Wählen Sie in der Garmin Jr. App die Option **Connect**.
- 2 Wählen Sie das Kind aus.
- 3 Wählen Sie .
- 4 Wählen Sie **Nachrichtenvorlagen** oder **Nachrichtenvorlagen verwalten**.
- 5 Wählen Sie eine Option:
 - Wählen Sie **Liste neu anordnen** und ziehen Sie , um die Liste neu anzuordnen.
 - Geben Sie Text in einer leeren Nachricht ein, um eine eigene Nachricht zu erstellen.
 - Entfernen Sie den Text aus einer Nachricht, um sie aus der Liste zu löschen.
 - Wählen Sie  > **Werkseinstellungen**, um eigene Nachrichten zu entfernen und Nachrichten in der Standardreihenfolge zu sortieren.
- 6 Wählen Sie .
Die Liste der Nachrichtenvorlagen wird auf der Uhr aktualisiert.

Löschen des Nachrichtenverlaufs aus der Garmin Jr. App

- 1 Wählen Sie in der Garmin Jr. App die Option **Connect**.
- 2 Wählen Sie Ihr Kind aus.
- 3 Wählen Sie  > **SMS-Verlauf löschen** > **Löschen**.

Wi-Fi Konnektivitätsfunktionen

Hochladen von Aktivitäten in Ihr Garmin Jr. Konto: Sendet Ihre Aktivität automatisch an Ihr Garmin Jr. Konto, sobald Sie die Aufzeichnung abschließen.

Audioinhalte: Ermöglicht es Ihnen, Audioinhalte von Drittanbietern zu synchronisieren.

Software-Updates: Sie können die aktuelle Software herunterladen und installieren.

Herstellen einer Verbindung mit einem Wi-Fi Netzwerk

Damit Sie eine Verbindung mit einem Wi-Fi Netzwerk herstellen können, müssen Sie die Smartwatch zunächst mit der Garmin Jr. App auf dem Smartphone verbinden (*Koppeln der Uhr mit dem Smartphone eines Elternteils oder Betreuers, Seite 4*).

Garmin® empfiehlt, die Uhr mit einem Wi-Fi Netzwerk zu verbinden, um die Leistung zu optimieren, u. a. die Akkulaufzeit.

- 1 Begeben Sie sich in Reichweite eines Wi-Fi Netzwerks.
- 2 Wählen Sie in der Garmin Jr. App die Option **Startseite**.
- 3 Wählen Sie das Kind und anschließend die Option **Einstellungen** > **WLAN** > **+**.
- 4 Wählen Sie ein verfügbares Wi-Fi Netzwerk und geben Sie die Anmeldedaten ein.

Garmin Jr. App

Mit der kostenlosen Garmin Jr. App können Sie die täglichen Aktivitäten Ihrer Kinder sowie den Fortschritt bei ihren Aufgaben verfolgen.

Fitness Tracker: Ermöglicht es Ihnen, die Schritte pro Tag, die Aktivitätsminuten, die Aktivitäten mit Zeitangabe und die Schlafdaten Ihrer Kinder zu verfolgen.

Abenteuerkarte: Ermöglicht es Ihnen, jeden Tag den Fortschritt Ihrer Kinder anzuzeigen, wenn sie das Aktivitätsziel von 60 Minuten erreichen und so Abenteuer enthüllen.

Challenges: Ermöglicht es Ihnen, die Schrittzahl für die ganze Familie und für Freunde in der Garmin Connect Community zu vergleichen.

Aufgabenerfüllung: Ermöglicht es Ihnen, Aufgaben zu erstellen und zu verwalten, Münzen für erfüllte Aufgaben zu vergeben und Münzen für individuelle Belohnungen einzulösen.

Mehr: Ermöglicht es Ihnen, die Familie anzupassen, App-Einstellungen zu aktualisieren und Hilfethemen sowie Infos über das Gerät anzuzeigen.

Belohnungen: Ermöglicht es Ihnen, Belohnungen zu erstellen und Münzen gegen Belohnungen einzulösen.

Einstellungen: Ermöglicht es Ihnen, die Smartwatch und die Benutzereinstellungen anzupassen, darunter Alarmtöne, Notfallkontakt-Informationen, Profilbilder und mehr.

Schlafüberwachung: Ermöglicht es Ihnen, die Schlafstatistiken des Kindes anzuzeigen.

Statistiken: Ermöglicht es Ihnen, die Aktivitätsminuten und Schrittaufzeichnungen des Kindes anzuzeigen.

Schritte: Ermöglicht es Ihnen, die Schrittdaten des Kindes anzuzeigen.

Einrichten des Benutzerprofils des Kindes

Sie können für das Kind das Foto, den Namen, den Avatar, die Hintergrundfarbe, die Schlafenszeit, die Aufstehzeit, das Geburtsdatum und das Geschlecht aktualisieren.

- 1 Wählen Sie in der Garmin Jr. App die Option **Startseite**.
- 2 Wählen Sie das Kind und anschließend die Option **Einstellungen** > **Profil bearbeiten**.
- 3 Wählen Sie eine Option.

Garmin Jr. Familie

Ihre Garmin Jr. Familie setzt sich aus Mitgliedern zusammen, die Sie als Betreuer oder Pflegepersonen einrichten können. Familienmitglieder werden automatisch als Garmin Jr. Kontakte hinzugefügt.

Sie können auch Verbindungen aus Ihrem Garmin Connect hinzufügen, die in den Bestenlisten für Schritte Ihrer Familie angezeigt werden sollen, und Sie können deren Garmin Gerät als Kontakt hinzufügen.

HINWEIS: Familienmitglieder können nur einer Garmin Jr. Familie angehören.

Hinzufügen von Mitgliedern zu einer Garmin Jr. Familie

Damit Sie einer Garmin Jr. Familie Mitglieder hinzufügen können, muss jeder Benutzer über ein Garmin Connect Konto verfügen bzw. ein Konto erstellen.

- 1 Wählen Sie in der Garmin Jr. App die Option **••• > Familie > Mitglied einladen**.
- 2 Geben Sie die Email-Adresse ein, die mit dem Garmin Connect Konto des Benutzers verknüpft ist.
- 3 Wählen Sie eine Option:
 - Wählen Sie **Betreuer**, damit der Benutzer die Position des Kindes anzeigen, mit der Familie interagieren und Kindereinstellungen ändern kann.
 - Wählen Sie **Pflegeperson**, damit der Benutzer die Position des Kindes anzeigen und mit der Familie interagieren kann.
 - Wählen Sie **Kommunikationsperson**, damit der Benutzer mit der Familie interagieren kann.
- 4 Wählen Sie **Fortfahren > Einladung senden**.

Der Benutzer erhält eine Email-Einladung, um der Garmin Jr. Familie beizutreten.

HINWEIS: Die Email-Adresse des Benutzers wird in der Liste ausstehender Einladungen angezeigt, bis die Einladung akzeptiert wurde. Sie können die Einladung neu senden oder abbrechen, bevor sie akzeptiert wurde.

Einladen von Verbindungen über die Garmin Jr. App

Damit Sie eine Person als Verbindung einladen können, benötigt jede Person ein Garmin Connect Konto bzw. muss ein Konto erstellen.

- 1 Wählen Sie in der Garmin Jr. App die Option **••• > Familie > Verbindungen**.
- 2 Wählen Sie **Personen suchen** oder **+**.
- 3 Wählen Sie eine Option:
 - Geben Sie einen Namen oder eine Email-Adresse ein, um nach einer Person zu suchen.
 - Wählen Sie **Ihre Kontakte**, um nach einer Person in den Kontakten zu suchen.
- 4 Wählen Sie die Person und anschließend die Option **Connect > OK**.

Die Person erhält eine Email-Einladung, um eine Verbindung mit Ihrer Familie herzustellen.

Hinzufügen von Messaging-Kontakten


Damit Sie Messaging-Kontakte hinzufügen können, müssen Sie zunächst in der Garmin Jr. App eine Verbindung mit Personen herstellen, die über Garmin Geräte mit Nachrichtenfunktionen verfügen ([Einladen von Verbindungen über die Garmin Jr. App, Seite 8](#)).

HINWEIS: Mitglieder Ihrer Garmin Jr. Familie sind automatisch in der Liste der Messaging-Kontakte enthalten ([Hinzufügen von Mitgliedern zu einer Garmin Jr. Familie, Seite 8](#)).

- 1 Wählen Sie in der Garmin Jr. App die Option **Startseite**.
- 2 Wählen Sie das Kind und anschließend die Option **Einstellungen > Kontakte**.
- 3 Wählen Sie neben einem verfügbaren Kontakt die Option **+**.
- 4 Wählen Sie **✓**.

Synchronisieren der Smartwatch-Daten mit der Garmin Jr. App

Die Bounce 2 Smartwatch führt regelmäßig und automatisch eine Synchronisierung mit der Garmin Jr. App durch. Daten lassen sich auch jederzeit manuell synchronisieren.

- 1 Achten Sie darauf, dass sich die Smartwatch in der Nähe des gekoppelten Smartphones befindet.
- 2 Öffnen Sie die Garmin Jr. App.
TIPP: Die App kann geöffnet sein oder im Hintergrund ausgeführt werden.
- 3 Drücken Sie auf der Smartwatch die Option , um das Menü anzuzeigen.
- 4 Wählen Sie **Einstellungen** > **Synchronisieren und koppeln** > **Synchronisierung**.
- 5 Warten Sie, während die Daten synchronisiert werden.
- 6 Zeigen Sie die aktuellen Daten in der Garmin Jr. App an.

Anzeigen des Protokolls

Die Bounce 2 Smartwatch speichert die Aktivitätsminuten, den Schlaf und die täglichen Schritte des Kindes. Zeigen Sie das Protokoll des Kindes in der Garmin Jr. App an.

- 1 Wählen Sie in der Garmin Jr. App die Option **Startseite**.
- 2 Wählen Sie das Kind und anschließend eine Option:
 - Wählen Sie **Aktivität**, um Aktivitätsminuten anzuzeigen.
 - Wählen Sie **Schlaf**, um Schlafdaten anzuzeigen.
 - Wählen Sie **Schritte**, um die Schrittzahl anzuzeigen.
 - Wählen Sie **Statistiken**, um die aktivsten Tage des Kindes anzuzeigen.

Daten werden für jeden Tag oder in Schritten von 7 Tagen, 4 Wochen oder 12 Monaten angezeigt.

Schlafüberwachung

Während das Kind schläft, überwacht die Smartwatch die Bewegungen des Kindes. Sie können die normalen Schlafenszeiten in den Garmin Jr. App-Einstellungen einrichten ([Benutzer- und Sicherheitseinstellungen, Seite 10](#)). Schlafstatistiken sind in der Garmin Jr. App verfügbar ([Anzeigen des Protokolls, Seite 9](#)).

App-Einstellungen

Sie können die Familien- und App-Einstellungen in der Garmin Jr. App anpassen. Außerdem können Sie Benutzer- und Sicherheitseinstellungen anpassen ([Benutzer- und Sicherheitseinstellungen, Seite 10](#)).

Wählen Sie in der Garmin Jr. App die Option ●●●.

Familie: Ermöglicht es Ihnen, die Familieneinstellungen anzupassen. Beispielsweise können Sie den Familiennamen bearbeiten oder weitere Elternteile oder Erziehungsberechtigte einladen.

App-Einstellungen: Ermöglicht es Ihnen, den Kindermodus der Garmin Jr. App zu aktivieren, Benachrichtigungen anzupassen, Musik und Soundeffekte zu aktivieren oder zu deaktivieren und sich vom Konto abzumelden.

Hilfe: Enthält Informationen zum Sitz und zur Pflege der Smartwatch, Videos und andere nützliche Informationen.

Info: Ermöglicht es Ihnen, Versionsinformationen und rechtliche Hinweise anzuzeigen.

Neues Garmin-Gerät koppeln: Ermöglicht es Ihnen, eine Smartwatch für ein bereits vorhandenes Kind zu ersetzen oder eine neue Smartwatch für ein neues Kind hinzuzufügen.

Verwalten von Benachrichtigungen für Uhraktivitäten

Sie können auf Ihrem Smartphone Benachrichtigungen für die Uhraktivitäten Ihres Kindes erhalten, beispielsweise Positionsstatus, Gerätestatus und Aufgaben-Updates.

- 1 Wählen Sie auf dem Smartphone in der Garmin Jr. App die Option ●●● > **App-Einstellungen** > **Benachrichtigungen**.
- 2 Wählen Sie die Umschalter, um die gewünschten Benachrichtigungen zu aktivieren.

Benutzer- und Sicherheitseinstellungen

Sie können die Benutzer- und Sicherheitseinstellungen in der Garmin Jr. App anpassen.

Wählen Sie in der Garmin Jr. App die Option **Startseite**, wählen Sie das Kind und anschließend die Option **Einstellungen**.

Profil bearbeiten: Ermöglicht es Ihnen, die Profilinformationen des Kindes anzupassen. Sie können für das Kind den Namen, den Avatar, die Hintergrundfarbe, die Schlafenszeit, die Aufstehzeit, das Geburtsdatum und das Geschlecht einrichten (*Einrichten des Benutzerprofils des Kindes, Seite 7*).

Anzeigetext: Ermöglicht es Ihnen, den auf dem Displaydesign angezeigten Namen zu ändern.

Displaydesigns: Ermöglicht es Ihnen, mehr Displaydesigns an die Smartwatch zu senden.

Alarmer: Ermöglicht es Ihnen, einen Alarm einzurichten, der an die Smartwatch gesendet wird (*Einstellen eines Alarms, Seite 35*).

Tagesziel für Schritte: Ermöglicht es Ihnen, das Tagesziel für Schritte zu aktualisieren.

Jugendschutzfunktionen: Ermöglicht es Ihnen, den DND-Modus während der Schlafenszeiten und im Schulmodus zu aktivieren (*Aktivieren des Schulmodus, Seite 11*).

Kontakte: Ermöglicht es Ihnen, Personen hinzuzufügen, denen das Kind Nachrichten senden kann (*Hinzufügen von Messaging-Kontakten, Seite 8*).

Nachrichtenvorlagen: Ermöglicht es Ihnen, die Nachrichtenvorlagen anzupassen, die das Kind über die Smartwatch senden kann (*Verwalten von Nachrichtenvorlagen, Seite 6*).

Sicherheit: Ermöglicht es Ihnen, Familienkontakte zu verwalten, die benachrichtigt werden, wenn das Kind Notfallhilfe anfordert.

Grenzen: Ermöglicht es Ihnen, die Grenzen zu aktualisieren (*Hinzufügen von Grenzen, Seite 21*).

WLAN: Ermöglicht es Ihnen, die Smartwatch mit einem Wi-Fi Netzwerk zu verbinden (*Herstellen einer Verbindung mit einem Wi-Fi Netzwerk, Seite 7*).

Konnektivität: Ermöglicht es Ihnen, Details zum LTE Subscription anzuzeigen (garmin.com/subscriptions).

Uhr suchen: Hilft Ihnen bei der Suche nach einer verloren gegangenen Bounce 2 Smartwatch, die über die Bluetooth Technologie gekoppelt ist und sich derzeit in der Nähe befindet (*Auffinden einer verloren gegangenen Smartwatch, Seite 46*).

Uhr suchen: Ermöglicht es Ihnen, die Smartwatch über die Garmin Jr. App auszuschalten.

Gerätedetails: Ermöglicht es Ihnen, das Modell, die Softwareversion, die Seriennummer und das Benutzerhandbuch anzuzeigen. Sie können die Smartwatch auch zurücksetzen (*Zurücksetzen aller Standardeinstellungen, Seite 44*).

Koppeln: Ermöglicht es Ihnen, ein Zubehörarmband zu registrieren, eine neue Smartwatch zu koppeln oder die Kopplung mit der aktuellen Smartwatch aufzuheben.

Sprache: Ermöglicht es Ihnen, die Sprache der Smartwatch zu aktualisieren.

Aktivieren des Schulmodus

Verwenden Sie den Schulmodus, um die Smartwatch während der Unterrichtszeiten automatisch stummzuschalten und ihre Funktionen einzuschränken. Das Kind kann die Notfallhilfe verwenden, während der Schulmodus aktiviert ist.

- 1 Wählen Sie in der Garmin Jr. App die Option **Startseite**.
- 2 Wählen Sie das Kind und anschließend die Option **Einstellungen > Jugendschutzfunktionen > Schulmodus**.
- 3 Aktivieren Sie den Schulmodus.
- 4 Wählen Sie eine Option:
HINWEIS: Bei beiden Optionen werden Vibrationen und Töne für alle Benachrichtigungen stummgeschaltet. Davon ausgenommen sind Alarme, Notfallhilfe, Uhrsuche und die Aktivierung und Deaktivierung des Schulmodus.
 - Wählen Sie **Lautlos**, um die Smartwatch während der Unterrichtszeiten stummzuschalten und alle Funktionen zuzulassen.
 - Wählen Sie **Stumm und eingeschränkt**, um die Smartwatch während der Unterrichtszeiten stummzuschalten und die Verwendung von Spielen und Nachrichten einzuschränken.
- 5 Wählen Sie **Startzeit, Endzeit** oder **Tage**, um die Unterrichtszeiten zu aktualisieren.

Deaktivieren des Schulmodus

- 1 Wählen Sie in der Garmin Jr. App die Option **Startseite**.
- 2 Wählen Sie das Kind und anschließend die Option **Einstellungen > Jugendschutzfunktionen > Schulmodus**.
- 3 Deaktivieren Sie den Schulmodus.
- 4 Wählen Sie **✓**.
- 5 Warten Sie, bis die Garmin Jr. App mit der Uhr synchronisiert wurde.

Verwenden des Kindermodus

Sie können in der Garmin Jr. App den Kindermodus aktivieren, damit das Kind Aufgaben ohne die Genehmigung der Eltern oder Betreuer als erledigt markieren und Belohnungen einlösen kann. Sie können anstelle eines Kenncodes auch die Gesichtserkennung des Smartphones verwenden, um die Einstellungen für den Kindermodus zu entsperren.

- 1 Wählen Sie in der Garmin Jr. App die Option **••• > App-Einstellungen > Kindermodus**.
- 2 Aktivieren Sie den Kindermodus.
- 3 Wählen Sie bei Bedarf Optionen, um den Kindermodus anzupassen.
- 4 Wählen Sie bei Bedarf die Option **Kenncode ändern**, um den Kenncode zu ändern.
HINWEIS: Der Kenncode ist für den Zugriff auf bestimmte Funktionen in der Garmin Jr. App erforderlich, wenn der Kindermodus aktiviert ist. Der Standardkenncode lautet 0000.
- 5 Wählen Sie **✓**.

Löschen von Profilen

- 1 Wählen Sie in der Garmin Jr. App die Option **Startseite**.
- 2 Wählen Sie das Kind aus.
- 3 Wählen Sie **Einstellungen > Profil bearbeiten > Profil löschen**.

Darstellung



Sie können die Darstellung des Displaydesigns und der Schnellzugriffsfunktionen in der Übersichtsschleife und im Steuerungsmenü anpassen.

Displaydesign-Einstellungen

Sie können die Darstellung des Displays anpassen, indem Sie das Layout, Farben und weitere Daten auswählen. In der Garmin Jr. App können Sie auch benutzerdefinierte Displaydesigns erstellen.

Anpassen des Displaydesigns

Sie können die Informationen und die Darstellung des Displaydesigns anpassen.

- 1 Drücken Sie .
- 2 Wählen Sie **Displaydesign**.
- 3 Blättern Sie nach oben, um eine Vorschau der Displaydesign-Optionen anzuzeigen.
- 4 Wählen Sie **Neu hinzufügen**, um aus zusätzlichen Displaydesign-Optionen zu wählen.
- 5 Wählen Sie ein Displaydesign und anschließend .
- 6 Wählen Sie eine Option:

HINWEIS: Es sind nicht alle Optionen für alle Displaydesigns verfügbar.

- Wählen Sie **Anwenden**, um das Displaydesign zu aktivieren.
- Wählen Sie **Daten**, um die auf dem Displaydesign angezeigten Daten zu ändern.
- Wählen Sie **Farbgebung**, um eine Farbgebung für das Displaydesign hinzuzufügen oder zu ändern.
- Wählen Sie **Datenfarbe**, um die Farbe der auf dem Displaydesign angezeigten Daten zu ändern.
- Wählen Sie **Löschen**, um das Displaydesign zu entfernen.

Erstellen von benutzerdefinierten Displaydesigns

- 1 Wählen Sie in der Garmin Jr. App die Option **Startseite**.
- 2 Wählen Sie das Kind aus.
- 3 Wählen Sie **Einstellungen > Displaydesigns > Ihre Designs > Displaydesign erstellen**.
- 4 Folgen Sie den Anweisungen auf dem Display.
- 5 Wählen Sie **Installieren**.

Übersichten

Auf der Uhr sind Übersichten vorinstalliert, die schnell Informationen liefern (*Anzeigen von Übersichten, Seite 13*). Streichen Sie auf dem Displaydesign nach oben, um die Übersichten zu durchblättern. Wählen Sie eine Übersicht aus, um Details anzuzeigen. Für einige Übersichten ist ein LTE Subscription erforderlich.


Einige Übersichten werden nicht standardmäßig angezeigt. Sie können sie der Übersichtsliste manuell hinzufügen (*Anpassen der Übersichtsliste, Seite 13*).

Name	Beschreibung
Aktivitätsminuten	Zeichnet die Zeit auf, die Sie mit Aktivitäten mit mäßiger bis hoher Intensität verbracht haben, das Wochenziel für Aktivitätsminuten und den Fortschritt beim Erreichen des Ziels.
Challenges	Zeigt Ihren aktuellen Rang in der Bestenliste an, wenn Sie an einer Garmin Connect Challenge teilnehmen.
Aufgaben	Zeigt eine Checkliste mit Aufgaben an, die in der Garmin Jr. App eingerichtet wurde. Sie können Aufgaben als erledigt markieren und nach der Zustimmung durch die Eltern oder Betreuer Münzen erhalten.
Countdowns	Zeigt die nächsten Countdown-Events an.
Protokoll	Zeigt das Aktivitätenprotokoll und eine Grafik der aufgezeichneten Aktivitäten an (<i>Anzeigen des Protokolls, Seite 9</i>).
Letzte Aktivität	Zeigt eine kurze Übersicht der zuletzt aufgezeichneten Aktivität an.
Letzte Radtour Letztes Lauftraining Le. Schwimmen	Zeigt eine kurze Übersicht der zuletzt aufgezeichneten Aktivität und ein Protokoll der angegebenen Sportart an.
Mondphase	Zeigt basierend auf Ihrer GPS-Position die Zeiten für Mondaufgang und Monduntergang sowie die Mondphase an.
Musik	Bietet Music-Player-Funktionen für Musik auf der Uhr.
Abschnitte	Zeichnet die Schrittzahl pro Tag, das Tagesziel Schritte und Daten für die vorherigen Tage auf.
Sonnenaufgang und -untergang	Zeigt die Zeiten für Sonnenaufgang, Sonnenuntergang und bürgerliche Dämmerung an.
Wetter	Zeigt die aktuelle Temperatur und die Wettervorhersage an.

Anzeigen von Übersichten

- Streichen Sie auf dem Displaydesign nach oben.
Die Uhr blättert durch die Übersichtsschleife.
- Wählen Sie eine Übersicht, um zusätzliche Informationen anzuzeigen.
- Streichen Sie nach links, um weitere Optionen und Funktionen für eine Übersicht anzuzeigen.

Anpassen der Übersichtsliste

- 1 Streichen Sie auf dem Displaydesign nach oben.
Die Uhr blättert durch die Übersichtsliste.
- 2 Wählen Sie **Bearbeiten**.
- 3 Wählen Sie eine Übersicht.
- 4 Wählen Sie eine Option:
 - Wählen Sie , um eine Übersicht aus der Liste zu entfernen.
 - Wählen Sie eine Übersicht und ziehen Sie sie an die gewünschte Position auf der Seite, um die Position einer Übersicht in der Liste zu ändern.
- 5 Wählen Sie bei Bedarf die Option **Hinzufügen**, um der Liste eine Übersicht hinzuzufügen.

Aktualisieren der Wetterposition

- 1 Streichen Sie nach oben, um die Wetterübersicht anzuzeigen.
- 2 Wählen Sie die Übersicht aus, um das aktuelle Wetter für Ihre Position anzuzeigen.
- 3 Streichen Sie nach links.
- 4 Wählen Sie **Wetteroptionen Aktuelle Position aktualisieren**.
- 5 Warten Sie, während die Uhr Satelliten erfasst (*Erfassen von Satellitensignalen, Seite 46*).

Aufgaben und Belohnungen

Sie können in der Garmin Jr. App eine Liste von Aufgaben erstellen, die an die Smartwatch gesendet wird. Das Kind kann die Aufgaben auf der Smartwatch als erledigt markieren, um Münzen zu erhalten, die für Belohnungen eingelöst werden können.

HINWEIS: Zum Verwenden dieser Funktion ist ein aktives LTE-Abonnement erforderlich (*LTE-Online-Funktionen, Seite 3*).

Verwenden der Aufgabenübersicht

Zum Verwenden der Aufgabenübersicht müssen Ihnen Aufgaben in der Garmin Jr. App zugewiesen sein (*Zuweisen von Aufgaben, Seite 15*). Außerdem benötigen Sie ein aktives LTE-Abonnement (*LTE-Online-Funktionen, Seite 3*).





- 1 Streichen Sie nach oben, um die Aufgabenübersicht anzuzeigen.
Auf der Uhr wird die aktualisierte Anzahl der erledigten ① und zugewiesenen ② Aufgaben für den Tag angezeigt.



- 2 Wählen Sie die Aufgabe, die Sie erledigt haben.
Für die Aufgabe wird Bestätigung läuft angezeigt, bis die Aufgabe in der Garmin Jr. App bestätigt wird (*Bestätigen von Aufgaben, Seite 15*). Nachdem die Aufgabe bestätigt wurde, wird auf der Smartwatch die aktualisierte Anzahl der erhaltenen Münzen angezeigt.
Münzen können in der Garmin Jr. App eingelöst werden (*Einlösen von Belohnungen, Seite 15*).

Zuweisen von Aufgaben

Sie können eine Liste von Aufgaben erstellen, die an die Smartwatch gesendet wird ([Verwenden der Aufgabenübersicht, Seite 14](#)).

- 1 Wählen Sie in der Garmin Jr. App die Option **Startseite**.
- 2 Wählen Sie das Kind und anschließend die Option **Aufgaben** >  > **Neue Aufgabe hinzufügen**.
- 3 Geben Sie einen Namen für die Aufgabe ein oder wählen Sie eine Aufgabe in der Liste aus.
- 4 Wählen Sie  bzw. .
- 5 Wählen Sie die Anzahl der Münzen, die für die Aufgabe vergeben werden.
- 6 Richten Sie bei Bedarf die Zeit und die Tage ein, an denen die Aufgabe erledigt werden muss.
TIPP: Sie können auch einen Alarm für die Aufgabe aktivieren.
- 7 Wählen Sie .





Bestätigen von Aufgaben

Nachdem eine Aufgabe erledigt wurde, kann das Kind über die Bounce 2 Smartwatch die Bestätigung der Aufgabe anfordern ([Verwenden der Aufgabenübersicht, Seite 14](#)).

- 1 Wählen Sie in der Garmin Jr. App die Option **Startseite**.
- 2 Wählen Sie das Kind und anschließend die Option **Aufgaben**.
- 3 Wählen Sie die Aufgabe, die Sie bestätigen möchten.
Das Kind erhält auf der Smartwatch eine Benachrichtigung, wenn Aufgaben genehmigt wurden.

Erstellen von Belohnungen

Sie können eine Liste von Belohnungen erstellen, die das Kind mit Münzen erwerben kann.

- 1 Wählen Sie in der Garmin Jr. App die Option **Startseite**.
- 2 Wählen Sie das Kind und anschließend die Option **Belohnungen** >  > **Namen hinzufügen**.
- 3 Geben Sie einen Namen für die Belohnung ein oder wählen Sie eine Belohnung in der Liste aus.
- 4 Wählen Sie  bzw. .
- 5 Wählen Sie **Preis**, um die Anzahl der Münzen einzurichten, die das Kind zum Einlösen der Belohnung benötigt.
- 6 Aktualisieren Sie bei Bedarf das Symbol und die Beschreibung.
- 7 Wählen Sie .

Sie können in der Garmin Jr. App Belohnungen für das Kind einlösen ([Einlösen von Belohnungen, Seite 15](#)) oder das Kind kann Belohnungen über die Garmin Jr. App im Kindermodus einlösen ([Verwenden des Kindermodus, Seite 11](#)).


Einlösen von Belohnungen

Das Kind kann erhaltene Münzen gegen Belohnungen einlösen ([Erstellen von Belohnungen, Seite 15](#)).




















- 1 Wählen Sie in der Garmin Jr. App die Option **Startseite**.
- 2 Wählen Sie das Kind und anschließend die Option **Belohnungen**.
- 3 Wählen Sie für die Belohnung, die Sie einlösen möchten, die Option **Einlösen**.
HINWEIS: Wählen Sie bei Bedarf die Option **Anfordern**, wenn sich die Garmin Jr. App im Kindermodus befindet und die Option zum Bestätigen aktiviert ist ([Verwenden des Kindermodus, Seite 11](#)).
Münzen werden von der Gesamtanzahl an Münzen abgezogen.




Steuerungen

Das Steuerungsmenü bietet schnellen Zugriff auf Funktionen und Optionen der Uhr. Sie können im Steuerungsmenü Optionen hinzufügen, neu anordnen und entfernen ([Anpassen des Steuerungsmenüs](#), Seite 18).

Halten Sie auf einer beliebigen Seite die Taste  gedrückt.






Symbol	Name	Beschreibung
	Wecker	Wählen Sie die Option, um die Wecker-App zu öffnen (<i>Einstellen eines Alarms, Seite 35</i>).
	Helligkeit	Wählen Sie die Option, um die Displayhelligkeit anzupassen (<i>Display- und Helligkeitseinstellungen, Seite 38</i>).
	Rechner	Wählen Sie die Option, um den Rechner zu verwenden, einschließlich des Trinkgeldrechners.
	Einchecken	Wählen Sie die Option, um mit der aktuellen Position einzuchecken (<i>Einchecken über die Smartwatch, Seite 20</i>).
	Uhren	Wählen Sie die Option, um die Uhren App zu öffnen und dort einen Alarm, einen Timer oder eine Stoppuhr einzurichten oder um alternative Zeitzonen anzuzeigen (<i>Uhren, Seite 35</i>).
	Anzeige	Wählen Sie die Option, um das Display für Alarime und Gesten zu deaktivieren (<i>Display- und Helligkeitseinstellungen, Seite 38</i>).
	DND	Wählen Sie die Option, um den DND-Modus zu aktivieren oder zu deaktivieren und auf diese Weise das Display abzublenden und Alarime und Benachrichtigungen zu deaktivieren. Beispielsweise können Sie den Modus verwenden, wenn Sie sich einen Film ansehen.
	Taschenlampe	Wählen Sie die Option, um das Display einzuschalten und die Smartwatch als Taschenlampe zu verwenden.
	Hilfe aufrufen	Wählen Sie die Option, um eine Notfallhilfeanfrage zu senden (<i>Anfordern von Notfallhilfe, Seite 19</i>).
	Gerät sperren	Wählen Sie die Option, um die Tasten und den Touchscreen zu sperren und auf diese Weise eine versehentliche Tastenbetätigung und Displaynutzung zu verhindern.
	Musik	Wählen Sie die Option, um die Musikwiedergabe auf der Uhr zu steuern.
	Ausschalten	Wählen Sie die Option, um die Smartwatch auszuschalten.
	Red Shift	Wählen Sie die Option, damit das Display in Rottönen angezeigt wird, um die Uhr bei schwachem Licht zu verwenden.
	Einstellungen	Wählen Sie die Option, um das Einstellungsmenü zu öffnen.
	Stoppuhr	Wählen Sie die Option, um die Stoppuhr zu starten.
	Sonnenaufgang und -untergang	Wählen Sie die Option, um die Zeiten für Sonnenaufgang, Sonnenuntergang und Dämmerung anzuzeigen.
	Synchronisierung	Wählen Sie die Option, um die Uhr mit dem gekoppelten Smartphone zu synchronisieren.
	Timer	Wählen Sie die Option, um einen Countdown-Timer einzurichten.
	Sprachbefehl	Wählen Sie die Option, um die Sprachbefehl-App zu öffnen und einen Befehl zu sprechen (<i>Verwenden von Sprachbefehlen, Seite 24</i>).

Symbol	Name	Beschreibung
	Lautstärke	Wählen Sie die Option, um die Lautstärkeregelung der Smartwatch zu öffnen.
	Wasserausstoß	Wählen Sie die Option, um Töne auszugeben und dadurch Wasser aus den Lautsprecher- und Mikrofonanschlüssen auszustoßen.
	Wetter	Wählen Sie die Option, um die aktuelle Wettervorhersage und die aktuellen Bedingungen anzuzeigen.






Anpassen des Steuerungsmenüs

Sie können im Steuerungsmenü Kurzbefehle hinzufügen, entfernen und ihre Reihenfolge ändern ([Steuerungen, Seite 16](#)).

- Halten Sie  gedrückt.
Das Steuerungsmenü wird angezeigt.
- Streichen Sie nach unten.
- Wählen Sie **Bearbeiten**.
- Wählen Sie einen Kurzbefehl:
 - Ziehen Sie einen Kurzbefehl an die gewünschte Position auf der Seite und wählen Sie , um die Position des Kurzbefehls im Steuerungsmenü zu ändern.
 - Wählen Sie , um den Kurzbefehl aus dem Steuerungsmenü zu entfernen.
- Wählen Sie bei Bedarf die Option **Hinzufügen**, um dem Steuerungsmenü einen Kurzbefehl hinzuzufügen.



Verwenden der Taschenlampenseite

HINWEIS: Die Verwendung der Taschenlampe kann die Akkulaufzeit verringern.

- Halten Sie  gedrückt, um das Steuerungsmenü anzuzeigen.
- Wählen Sie .
- Wählen Sie  bzw. , um die Helligkeit anzupassen.
- Drücken Sie , um die Taschenlampe auszuschalten.

Verwenden des DND-Modus


Verwenden Sie den DND-Modus (Do not disturb), um Vibrationen sowie die Anzeige von Alarmen und Nachrichten zu deaktivieren. In diesem Modus ist die Einstellung für Armbewegungen deaktiviert ([Display- und Helligkeitseinstellungen, Seite 38](#)). Das Kind kann über die Bounce 2 Uhr Notfallhilfe anfordern, während der DND-Modus der Uhr aktiviert ist.

- Halten Sie  gedrückt und wählen Sie , um den DND-Modus manuell zu aktivieren oder zu deaktivieren.
- Wählen Sie in der Garmin Jr. App das Kind aus und anschließend **Einstellungen > Jugendschutzfunktionen > DND-Modus beim Schlafen**, um den DND-Modus automatisch während der Schlafenszeiten des Kindes zu aktivieren ([Benutzer- und Sicherheitseinstellungen, Seite 10](#)).

Wählen Sie **Lautlos**, um die Uhr stummzuschalten und Zugriff auf alle Uhrfunktionen zuzulassen, oder wählen Sie **Stumm und eingeschränkt**, um die Uhr stummzuschalten und den Zugriff auf die Uhrfunktionen einzuschränken.

Einrichten von Kurzbefehlen

Sie können einen Kurzbefehl für eine Lieblingsapp, -übersicht oder -funktion einrichten, beispielsweise den Wecker oder die Musikfunktionen.

- Drücken Sie .
- Wählen Sie **Einstellungen > System > Kurzbefehle**.
- Wählen Sie eine Taste oder Tastenkombination, um sie anzupassen.

Sicherheits- und Trackingfunktionen

⚠ ACHTUNG

Die Sicherheits- und Trackingfunktionen sind Zusatzfunktionen und Sie sollten sich nicht als Hauptmethode auf diese Funktionen verlassen, um Notfallhilfe zu erhalten. Die Garmin Jr. App setzt sich nicht für Sie mit Rettungsdiensten in Verbindung.

Für die Sicherheits- und Trackingfunktionen ist ein LTE Subscription erforderlich. Außerdem muss sie mit der Garmin Jr. App eingerichtet werden. Informationen zu Abonnements finden Sie unter garmin.com/subscriptions.

Die Bounce 2 Uhr bietet Sicherheits- und Trackingfunktionen, für die ein mit der Garmin Jr. App gekoppeltes Smartphone erforderlich ist. Betreuer und Pflegepersonen in der Garmin Jr. Familie werden benachrichtigt, wenn das Kind Notfallhilfe anfordert. Sie können die Mitglieder der Garmin Jr. Familie in der Garmin Jr. App verwalten.

Weitere Informationen zu Sicherheits- und Trackingfunktionen finden Sie unter www.garmin.com/safety.

Notfallhilfe: Ermöglicht es dem Kind, eine LiveTrack Sitzung zu starten und eine Benachrichtigung an Betreuer und Pflegepersonen in der Garmin Jr. Familie zu senden.

LiveTrack: Ermöglicht es Betreuern und Pflegepersonen in der Garmin Jr. Familie, eine Anfrage zum Anzeigen der Echtzeitposition des Kindes zu senden.


Anfordern von Notfallhilfe

⚠ ACHTUNG

Die Notfallhilfe ist eine Zusatzfunktion und Sie sollten sich nicht als Hauptmethode auf diese Funktion verlassen, um im Notfall Hilfe zu erhalten. Die Garmin Jr. App setzt sich nicht für Sie mit Rettungsdiensten in Verbindung.

HINWEIS

Damit Sie Hilfe anfordern können, müssen Sie zunächst in der Garmin Jr. App Notfallkontakte einrichten (*Hinzufügen von Notfallhilfekontakten, Seite 19*). Zum Anfordern von Notfallhilfe ist ein aktives LTE Subscription erforderlich. Außerdem muss sich die Uhr in einem Bereich mit Netzwerkabdeckung befinden, in dem die Datenübertragung verfügbar ist. Ihre Notfallkontakte müssen Email- oder SMS-Nachrichten empfangen können (ggf. fallen standardmäßige Gebühren für SMS-Nachrichten an).

- 1 Halten Sie  gedrückt.
- 2 Wenn Sie spüren, dass das Gerät dreimal vibriert, lassen Sie die Taste los, um die Notfallhilfe zu aktivieren. Die Countdown-Seite wird angezeigt.
TIPP: Vor Abschluss des Countdowns können Sie eine beliebige Taste gedrückt halten, um die Nachricht abzubrechen.

Hinzufügen von Notfallhilfekontakten

Die Telefonnummern von Notfallhilfekontakten werden für die Sicherheits- und Trackingfunktionen verwendet. Sie können der Notfallhilfe-Anrufliste Betreuer oder Pflegekräfte aus Ihrer Garmin Jr. Familie hinzufügen.

- 1 Wählen Sie in der Garmin Jr. App die Option **Startseite**.
- 2 Wählen Sie Ihr Kind und anschließend die Option **Einstellungen > Sicherheit**.
- 3 Folgen Sie den Anweisungen auf dem Display.

LiveTrack

ACHTUNG

Es liegt in der Verantwortung des Benutzers, beim Teilen von Positionsdaten mit anderen Personen Vorsicht walten zu lassen. Stellen Sie sicher, dass Sie stets wissen, mit wem Sie die Positionsdaten teilen, und dass Sie die Daten auch mit diesen Personen teilen möchten.

Mit der LiveTrack Funktion können Sie die aktuelle Position Ihres Kindes, kürzlich besuchte Positionen sowie den Wegverlauf der aktuellen Strecken in Echtzeit verfolgen.

Starten einer LiveTrack Sitzung

Zum Starten einer LiveTrack Sitzung müssen Sie die Smartwatch zunächst mit der Garmin Jr. App auf dem Smartphone koppeln (*Koppeln der Uhr mit dem Smartphone eines Elternteils oder Betreuers, Seite 4*).

- 1 Wählen Sie in der Garmin Jr. App die Option **Standort**.
- 2 Wählen Sie das Kind und anschließend die Option **LiveTrack**.
LiveTrack wird weiterhin im Hintergrund ausgeführt.

Beenden von LiveTrack Sitzungen



Die LiveTrack Sitzung endet automatisch nach 30 Minuten, sofern Sie sie nicht verlängern.

Wählen Sie in der Garmin Jr. App die Option **Standort > LiveTrack beenden**.

Positionsortung

Einchecken über die Smartwatch

Damit das Kind an einer Position einchecken kann, muss die Smartwatch zunächst mit der Garmin Jr. App auf dem Smartphone gekoppelt werden (*Koppeln der Uhr mit dem Smartphone eines Elternteils oder Betreuers, Seite 4*).

- 1 Halten Sie  gedrückt, um das Steuerungsmenü anzuzeigen.
- 2 Wählen Sie .
- 3 Wählen Sie **Senden**.

Die Smartwatch sendet eine Nachricht an den Elternteil oder den Betreuer und vibriert, wenn die Vibrationsoption aktiviert ist (*Einstellungen für Ton und Vibration, Seite 38*).

Anzeigen der aktuellen Position des Kindes


Zum Orten des Kindes müssen Sie zunächst die Smartwatch mit der Garmin Jr. App auf dem Smartphone koppeln (*Koppeln der Uhr mit dem Smartphone eines Elternteils oder Betreuers, Seite 4*).

- 1 Wählen Sie in der Garmin Jr. App die Option **Standort**.
Die zuletzt gemeldete Position der Smartwatch und die Uhrzeit, zu der sie gemeldet wurde, werden angezeigt.
- 2 Wählen Sie **Neu laden**, um die Position zu aktualisieren.

Anzeigen des Positionsverlaufs Ihres Kindes

Zum Anzeigen des Positionsverlaufs des Kindes müssen Sie die Smartwatch zunächst mit der Garmin Jr. App auf dem Smartphone koppeln (*Koppeln der Uhr mit dem Smartphone eines Elternteils oder Betreuers, Seite 4*).





Alle genehmigten Familienmitglieder können den Positionsverlauf des Kindes in der App anzeigen.

- 1 Wählen Sie in der Garmin Jr. App die Option **Standort > Protokoll**.
- 2 Wählen Sie , um Daten für bis zu sieben vorherige Tage anzuzeigen.

Grenzen


Hinzufügen von Grenzen

Zum Hinzufügen von Grenzen müssen Sie die Smartwatch zunächst mit der Garmin Jr. App auf dem Smartphone koppeln (*Koppeln der Uhr mit dem Smartphone eines Elternteils oder Betreuers, Seite 4*).


- 1 Wählen Sie in der Garmin Jr. App die Option **Standort** >  > **Neue Grenze hinzufügen**.
- 2 Tippen Sie bei Bedarf auf die Standardadresse, um die Mitte der Grenze zu aktualisieren.
- 3 Verwenden Sie bei Bedarf den Schieberegler, um die Größe der Grenze anzupassen.
- 4 Wählen Sie  bzw. .
- 5 Geben Sie einen Namen für die Grenze ein.
- 6 Wählen Sie **Alarmer**, um Alarmer zu aktivieren, wenn die Smartwatch eine Grenze verlässt oder betritt.
- 7 Wählen Sie , um die Grenze zu speichern.

Hinzufügen einer vorübergehenden Grenze

Sie können eine vorübergehende Grenze verwenden, um einen Alarm zu erhalten, wenn das Kind eine Position verlässt. Die vorübergehende Grenze wird nach Erhalt des Alarms wieder entfernt. Sie können auch eine dauerhafte Grenze einrichten (*Hinzufügen von Grenzen, Seite 21*).


- 1 Wählen Sie in der Garmin Jr. App die Option **Standort**.
- 2 Wählen Sie die Position des Kindes.
- 3 Streichen Sie nach oben und wählen Sie **Vorübergehende Grenze**.
- 4 Verwenden Sie bei Bedarf den Schieberegler, um die Größe der Grenze anzupassen.
- 5 Wählen Sie .

Löschen von Grenzen

- 1 Wählen Sie in der Garmin Jr. App die Option **Standort** >  > **Grenzen verwalten**.
- 2 Wählen Sie eine Grenze.
- 3 Wählen Sie **Grenze löschen** > **Löschen**.

Aktivieren und Deaktivieren von Grenzalarmen

Wenn Grenzalarme aktiviert sind, erhalten Eltern und Betreuer eine Benachrichtigung, wenn die Smartwatch in eine Grenze eintritt oder sie verlässt (*Hinzufügen von Grenzen, Seite 21*).

- 1 Wählen Sie in der Garmin Jr. App die Option **Standort** >  > **Grenzen verwalten**.
- 2 Wählen Sie eine Grenze.
- 3 Wählen Sie **Alarmer**, um Alarmer zu aktivieren oder zu deaktivieren.

Apps und Aktivitäten

Auf der Uhr sind verschiedene Apps und Aktivitäten vorinstalliert.

Apps: Apps bieten interaktive Funktionen für die Uhr, beispielsweise zum Spielen von Spielen oder zum Tätigen von Anrufen über die Uhr (*Apps, Seite 22*).

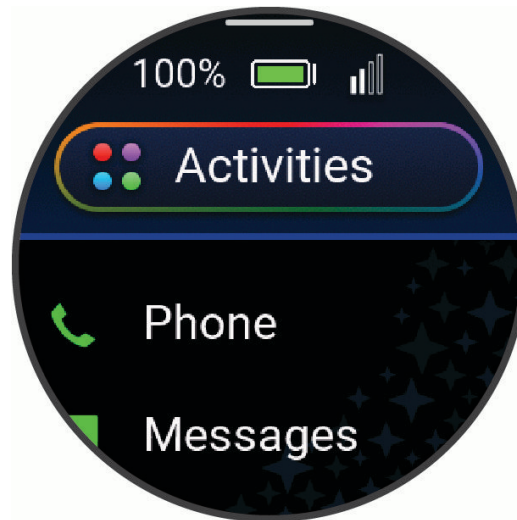
Aktivitäten: Auf der Uhr sind Apps für Indoor- und Outdoor-Aktivitäten wie Laufen, Radfahren, Schwimmbadschwimmen u.v.m. vorinstalliert.

Weitere Informationen zur Genauigkeit der Fitness-Tracker-Daten und Fitnesswerte sind unter garmin.com/ataccuracy verfügbar.

Apps


Sie können die Uhr über das Apps-Menü anpassen, das schnellen Zugriff auf Uhrfunktionen und -optionen bietet. Für einige Apps ist ein LTE Subscription erforderlich. Viele Apps sind auch in den Übersichten ([Übersichten, Seite 12](#)) oder Steuerungen ([Steuerungen, Seite 16](#)) zu finden.

Drücken Sie auf dem Displaydesign die Taste , um die Apps-Liste anzuzeigen.




Name	Weitere Informationen
Rechner	Wählen Sie die Option, um den Rechner zu verwenden, einschließlich des Trinkgeldrechners.
Einchecken	Wählen Sie die Option, um mit der aktuellen Position einzuchecken.
Uhren	Wählen Sie die Option, um einen Alarm, einen Timer, eine Stoppuhr, eine alternative Zeitzone oder ein Countdown-Ereignis einzurichten (Uhren, Seite 35).
Countdowns	Zeigt die nächsten Countdown-Events an.
Spiele	Wählen Sie die Option, um eine Liste von Spielen auf der Uhr zu öffnen.
Protokoll	Wählen Sie die Option, um das aufgezeichnete Aktivitätenprotokoll, Rekorde und Gesamtwerte anzuzeigen (Anzeigen des Protokolls, Seite 9).
Nachrichten	Wählen Sie die Option, um Nachrichten zu senden oder neue Nachrichten abzurufen.
Mondphase	Wählen Sie die Option, um basierend auf Ihrer GPS-Position die Zeiten für Mondaufgang und Monduntergang sowie die Mondphase anzuzeigen.
Musik	Wählen Sie die Option, um die Audiowiedergabe mit der Uhr zu bedienen (Wiedergeben von Musik, Seite 39).
Telefon	Wählen Sie die Option, um die Smartphone-Funktionen zu öffnen, z. B. Kontakte und die Wähltasten (Tätigen von Anrufen über die Uhr, Seite 5).
Einstellungen	Wählen Sie die Option, um das Einstellungsmenü zu öffnen.
Abschnitte	Wählen Sie die Option, um die Schrittzahl pro Tag, das Tagesziel Schritte und Daten für die vorherigen Tage anzuzeigen.
Sonnenaufgang und -untergang	Wählen Sie die Option, um die Zeiten für Sonnenaufgang, Sonnenuntergang und Dämmerung anzuzeigen.
Tipps	Wählen Sie die Option, um interaktive Uhr-Tipps anzuzeigen und einen direkten Link zu support.garmin.com zu scannen, um auf das Benutzerhandbuch der Uhr zuzugreifen.
Sprachbefehl	Wählen Sie die Option, um der Uhr einen Sprachbefehl zu erteilen (Verwenden von Sprachbefehlen, Seite 24).
Displaydesign	Wählen Sie die Option, um das Displaydesign anzupassen.
Wetter	Wählen Sie die Option, um die aktuelle Wettervorhersage und die aktuellen Bedingungen anzuzeigen.

Starten von Spielen

- 1 Drücken Sie .
- 2 Wählen Sie **Spiele**.
- 3 Wählen Sie ein Spiel.
- 4 Folgen Sie den Anweisungen auf dem Display.

Spieleinstellungen

Mit diesen Einstellungen können Sie die einzelnen vorinstallierten Spiele anpassen. Nicht alle Einstellungen sind für alle Arten von Spielen verfügbar.

Drücken Sie  und wählen Sie Spiele. Wählen Sie ein Spiel, anschließend einen Level und am Ende .

Timer: Ermöglicht es Ihnen, durch das Festlegen eines Zeitlimits mehr Punkte zu sammeln.

Töne und Vibration: Aktiviert bzw. deaktiviert die Töne und Vibrationen nur für das Spiel ([Einstellungen für Ton und Vibration, Seite 38](#)).

Verwenden von Sprachbefehlen

1 Wählen Sie eine Option:

- Drücken Sie auf dem Displaydesign  und wählen Sie **Sprachbefehl**.
- Halten Sie  gedrückt und wählen Sie **Sprachbefehl**.

HINWEIS: Sie können das Steuerungsmenü anpassen ([Anpassen des Steuerungsmenüs, Seite 18](#)).

2 Erteilen Sie der Uhr einen Sprachbefehl ([Sprachbefehle für die Uhr, Seite 24](#)).

Sprachbefehle für die Uhr

Das Sprachbefehlsystem wurde entwickelt, um natürliche Sprache zu erkennen. Diese Liste enthält häufig verwendete Sprachbefehle, jedoch müssen Sie nicht genau diese Ausdrücke sprechen. Sie können es mit Variationen dieser Befehle versuchen, die für Sie natürlich sind. Unter garmin.com/voicecommand/tips finden Sie Tipps für die Verwendung von Sprachbefehlen und Informationen für die Fehlerbehebung.

Hilfe für Sprachbefehle	Funktion
Was kann ich sagen?	Zeigt eine Liste gängiger Sprachbefehle an.

Geräte- und Displayfunktionen

Sprachbefehl	Funktion
Nicht-Stören-Modus aus	Deaktiviert den DND-Modus, um das Display abzublenden und Alarme und Benachrichtigungen zu deaktivieren.
Schalt den Flugmodus ein	Aktiviert den Flugzeugmodus, um die gesamte Funkübertragung abzuschalten.
Bildschirm heller machen	Erhöht die Helligkeitsstufe.
Bildschirm dunkler machen	Verringert die Helligkeitsstufe.
Helligkeit auf 80 setzen	Stellt die Helligkeit auf einen bestimmten Prozentsatz ein. Verfügbare Zahlen reichen von 0 bis 100 %.

Uhrfunktionen

Sprachbefehl	Funktion
15-Minuten-Timer starten	Richtet einen Countdown-Timer für die angegebene Zeit ein.
Timer pause	Pausiert den derzeit aktiven Countdown-Timer.
Timer weiter	Setzt den pausierten Countdown-Timer fort.
Timer stopp	Bricht den derzeit aktiven Countdown-Timer ab.
Stoppuhr an	Startet die Stoppuhr.
Stoppuhr aus	Stoppt die Stoppuhr.
Weck mich um viertel vier früh	Richtet einen einmaligen Alarm für die angegebene Zeit ein.

App- und Aktivitätsfunktionen


Sprachbefehl	Funktion
Wie ist das Wetter?	Öffnet die Wetter-App.
Ich möchte laufen	Startet eine Aktivität Laufen.

HINWEIS: Bei den aufgeführten Apps und Aktivitäten handelt es sich um Beispiele. Sie können alle Standard-Apps und -aktivitäten mit Sprachbefehlen steuern ([Apps, Seite 22](#)), ([Aktivitäten, Seite 26](#)).

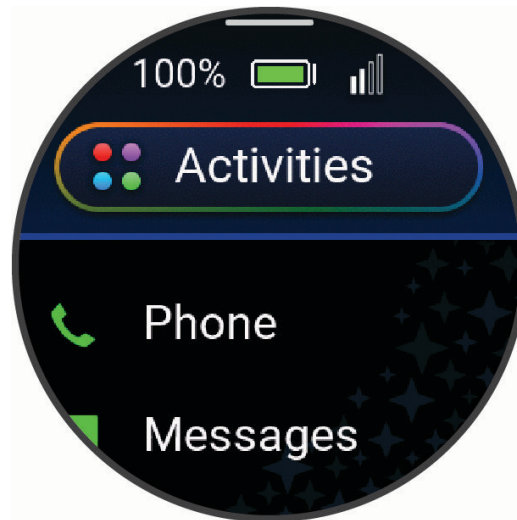
Medienfunktionen

Sprachbefehl	Funktion
Lautstärke auf 8 setzen	Stellt die Lautstärke auf den angegebenen Pegel ein. Verfügbare Zahlen reichen von 0 bis 10 oder von 0 bis 100 %.
Mach lauter	Erhöht die Tonlautstärke.
Mach leiser	Verringert die Tonlautstärke.
Musik machen	Gibt die derzeit ausgewählten Medien wieder.
Nächster Track	Gibt den nächsten Medientitel wieder.
Letztes Lied wiederholen	Gibt den vorherigen Medientitel wieder.
Musik anhalten	Hält die derzeit wiedergegebenen Medien an.
Stummschalten	Schaltet den gesamten Ton stumm.
Stummschaltung aufheben	Schaltet den gesamten Ton ein.

Aktivitäten

Drücken Sie auf dem Displaydesign die Taste , wählen Sie **Aktivitäten** und streichen Sie nach oben, um die Aktivitäten zu durchblättern. Die Liste Ihrer Lieblingsaktivitäten wird oben in der Liste angezeigt ([Anpassen der Liste der Lieblingsaktivitäten, Seite 30](#)).

HINWEIS: Einige Aktivitäten sind in mehreren Kategorien enthalten.



Kategorie	Aktivitäten
Laufen	Hallenbahn, Laufen, Laufbahn, Trail Run, Laufband
Radfahren	Radfahren, Arbeitsweg, Indoor Rad, BMX, E-Bike, Gravel Bike, MTB, Rennrad
Schwimmen	Schwimmbad
Fitnessstudio	Boxen, Cardio, Crosstrainer, Seilspringen, Mixed Martial Arts, Indoor-Rudern, Stepper, Indoor Gehen, Yoga
Outdoor	Reiten, Disc Golf, Wandern, Reiten, Inlineskaten, Bergsteigen, Gehen
Wintersport	Eishalle, Skifahren, Snowboarden, Schneeschuh, Klassischer Langlauf
Wassersport	Boot, Kajak, Rudern, Schnorchel, SUP
Teamsportarten	American Football, Baseball, Basketball, Cricket, Feldhockey, Eishockey, Lacrosse, Rugby, Fußball, Softball, Volleyball, Ultimate Disc
Rückschlagsport	Badminton, Padel, Pickleball, Paddle-Tennis, Racquetball, Squash, Tischtennis, Tennis




Aktivitätsziel

Zur Förderung der Gesundheit von Kindern empfehlen Organisationen wie das US-amerikanische Centers for Disease Control and Prevention, sich jeden Tag mindestens 60 Minuten körperlich zu bewegen. Dabei kann es sich um Aktivitäten mit mäßiger Intensität handeln, z. B. zügiges Gehen, oder um Aktivitäten mit hoher Intensität, z. B. Laufen.



Die Smartwatch motiviert Kinder dazu, aktiv zu sein, indem ihr Fortschritt beim Erreichen des Tagesziels von 60 Minuten angezeigt wird.

Starten von Aktivitäten

Wenn Sie eine Aktivität beginnen, wird das GPS automatisch aktiviert (sofern erforderlich).






- 1 Drücken Sie auf dem Displaydesign die Taste .
- 2 Wählen Sie eine Option:
 - Wählen Sie eine angeheftete Aktivität (*Anpassen von Aktivitäten und Apps, Seite 29*).
 - Wählen Sie  oder **Aktivitäten** und anschließend eine Aktivität aus der Favoritenliste oder eine Aktivitätskategorie.
- 3 Wenn für die Aktivität GPS-Signale erforderlich sind, gehen Sie nach draußen und begeben Sie sich an einen Ort mit freier Sicht zum Himmel. Warten Sie, bis die Uhr bereit ist.
Die Uhr ist bereit, wenn sie GPS-Signale erfasst hat (sofern erforderlich).
- 4 Drücken Sie , um den Aktivitäten-Timer zu starten.
Die Uhr zeichnet Aktivitätsdaten nur dann auf, wenn der Aktivitäten-Timer läuft.

Tipps zum Aufzeichnen von Aktivitäten

- Laden Sie die Uhr auf, bevor Sie eine Aktivität starten (*Aufladen der Uhr, Seite 42*).
- Drücken Sie bei einigen Aktivitäten die Taste , um Runden aufzuzeichnen, einen neuen Satz oder eine neue Stellung zu starten oder zum nächsten Teil des Trainings zu wechseln.
Sie können  wählen, um eine Runde für bestimmte Aktivitäten zu verwerfen (*Wie kann ich das Drücken der Rudentaste rückgängig machen?, Seite 46*).
- Streichen Sie nach oben oder nach unten, um weitere Datenseiten anzuzeigen.

Beenden von Aktivitäten






Es sind nicht alle Optionen für alle Aktivitätstypen verfügbar.

- 1 Drücken Sie .
- 2 Wählen Sie eine Option:
 - Wählen Sie **Weiter**, um die Aktivität fortzusetzen.
 - Wählen Sie  und anschließend eine Option, um die Aktivität zu speichern und die Details anzuzeigen.
 - Wählen Sie **Runde**, um eine Runde zu markieren.
Sie können  wählen, um eine Runde für bestimmte Aktivitäten zu verwerfen (*Wie kann ich das Drücken der Rudentaste rückgängig machen?, Seite 46*).
 - Wählen Sie  und drücken Sie , um die Aktivität zu verwerfen.

HINWEIS: Nachdem die Aktivität beendet wurde, wird sie von der Uhr automatisch nach 30 Minuten gespeichert.

Laufen





Ein Lauftraining absolvieren

- 1 Drücken Sie .
- 2 Wählen Sie **Aktivitäten > Laufen**.
- 3 Gehen Sie nach draußen und warten Sie, während die Smartwatch Satelliten erfasst.
- 4 Drücken Sie , um den Aktivitäten-Timer zu starten.
Die Uhr zeichnet Aktivitätsdaten nur dann auf, wenn der Aktivitäten-Timer läuft.
- 5 Beginnen Sie ein Lauftraining.
- 6 Drücken Sie , um Runden aufzuzeichnen (optional).
- 7 Streichen Sie nach oben oder nach unten, um Datenseiten zu durchblättern.
- 8 Drücken Sie am Ende der Aktivität die Taste  und wählen Sie .

Beginnen eines Laufbahntrainings

Stellen Sie vor Beginn eines Laufbahntrainings sicher, dass Sie auf einer 400-Meter-Bahn laufen, die der Standardform entspricht.

Bei der Laufbahnaktivität können Sie Laufbahndaten aufzeichnen, z. B. Distanz in Metern und Rundenzwischenzeiten.

- 1 Achten Sie darauf, dass Sie auf der Laufbahn stehen.
- 2 Drücken Sie auf dem Displaydesign .
- 3 Wählen Sie **Aktivitäten > Laufen > Laufbahn**.
- 4 Warten Sie, während die Smartwatch Satelliten erfasst.
- 5 Wenn Sie auf Bahn 1 laufen, fahren Sie mit Schritt 8 fort.
- 6 Wählen Sie **Bahnnummer**.
- 7 Wählen Sie eine Bahnnummer.
- 8 Drücken Sie .
- 9 Laufen Sie auf der Laufbahn.
- 10 Drücken Sie am Ende der Aktivität die Taste  und wählen Sie .




Tipps zum Aufzeichnen eines Bahntrainings

Die Garmin Laufbahn-Datenbank enthält mehr als 10.000 Laufbahnen aus der ganzen Welt.

- Warten Sie, bis das Gerät Satellitensignale erfasst hat, und starten Sie erst dann ein Bahntraining.
- Falls die Uhr die Laufbahn nicht erkennt, laufen Sie vier Runden, um die Distanz der Bahn zu kalibrieren. Laufen Sie etwas weiter als bis zum Startpunkt, um die Runde zu beenden.
- Laufen Sie jede Runde auf derselben Bahn.
HINWEIS: Die Auto Lap[®] Standarddistanz beträgt 1.600 m bzw. vier Runden auf der Bahn.
- Falls Sie nicht auf Bahn 1 laufen, richten Sie die Bahnnummer in den Aktivitätseinstellungen ein.





Kalibrieren der Laufbanddistanz

Damit beim Training auf dem Laufband genauere Distanzen aufgezeichnet werden, können Sie die Laufbanddistanz kalibrieren, nachdem Sie mindestens 2,4 km (1,5 Meilen) auf einem Laufband zurückgelegt haben. Falls Sie unterschiedliche Laufbänder verwenden, können Sie die Laufbanddistanz manuell auf jedem Laufband oder nach jedem Lauftraining kalibrieren.

- 1 Starten Sie eine Laufbandaktivität ([Starten von Aktivitäten, Seite 27](#)).
- 2 Laufen Sie auf dem Laufband, bis die Uhr mindestens 2,4 km (1,5 Meilen) aufgezeichnet hat.
- 3 Drücken Sie am Ende der Aktivität die Taste , um den Aktivitäten-Timer zu stoppen.
- 4 Wählen Sie eine Option:
 - Wählen Sie , um die Laufbanddistanz zum ersten Mal zu kalibrieren. Sie werden vom Gerät aufgefordert, die Laufbandkalibrierung abzuschließen.
 - Wählen Sie **Kalibrieren und speichern > **, um die Laufbanddistanz nach der erstmaligen Kalibrierung manuell zu kalibrieren.
- 5 Lesen Sie auf dem Display des Laufbands die zurückgelegte Distanz ab und geben Sie die Distanz auf der Uhr ein.

Radfahren







Eine Fahrradtour machen

- 1 Drücken Sie .
- 2 Wählen Sie **Aktivitäten > Radfahren > Radfahren**.
- 3 Gehen Sie nach draußen und warten Sie, während die Smartwatch Satelliten erfasst.
- 4 Drücken Sie , um den Aktivitäten-Timer zu starten.
Die Uhr zeichnet Aktivitätsdaten nur dann auf, wenn der Aktivitäten-Timer läuft.
- 5 Starten Sie die Aktivität.
- 6 Streichen Sie nach oben oder nach unten, um Datenseiten zu durchblättern.
- 7 Drücken Sie am Ende der Aktivität die Taste  und wählen Sie .

Schwimmen

Beginnen des Schwimmtrainings im Schwimmbad

HINWEIS: Der Touchscreen ist nicht während Schwimmaktivitäten verfügbar.

- 1 Drücken Sie .
- 2 Wählen Sie **Schwimmbad**.
- 3 Wählen Sie die Poolgröße aus oder geben Sie eine benutzerdefinierte Größe ein.
- 4 Drücken Sie , um den Aktivitäten-Timer zu starten.
- 5 Beginnen Sie zu schwimmen.
- 6 Drücken Sie nach jeder Schwimmbadbahn die Taste .
- 7 Drücken Sie am Ende der Aktivität die Taste , um den Aktivitäten-Timer zu stoppen.
- 8 Wählen Sie eine Option:
 - Halten Sie  gedrückt, um die Aktivität zu speichern.
 - Halten Sie  gedrückt, um die Aktivität zu verwerfen.

Wintersport

Anzeigen von Abfahrten beim Skifahren





Die Uhr zeichnet die Details von Abfahrten beim Ski- oder Snowboardfahren auf. Dabei wird die Funktion für die automatische Abfahrt verwendet. Diese Funktion ist standardmäßig beim Alpinski fahren und beim Snowboarden aktiviert. Sie zeichnet automatisch neue Abfahrten auf, wenn Sie bergab fahren.

- 1 Starten Sie eine Ski- oder Snowboard-Aktivität.
- 2 Streichen Sie nach rechts.
- 3 Wählen Sie **Abfahrten anzeigen**.
- 4 Streichen Sie nach oben, um Details der letzten Abfahrt, der aktuellen Abfahrt und die Abfahrten insgesamt anzuzeigen.
Die Abfahrtsseiten umfassen Zeit, zurückgelegte Distanz, maximale Geschwindigkeit, Durchschnittsgeschwindigkeit und Abstieg gesamt.

Anpassen von Aktivitäten und Apps




Sie können die Aktivitäten- und App-Liste, Datenseiten, Datenfelder und andere Einstellungen anpassen.

Anpassen der App-Liste

- 1 Drücken Sie .
- 2 Wählen Sie **Bearbeiten**.
- 3 Wählen Sie **Hinzufügen** und anschließend eine oder mehrere Apps, die Sie der Apps-Liste hinzufügen möchten.
- 4 Wählen Sie eine Option:
 - Wählen Sie zum Ändern der Position einer App in der Liste die App aus, blättern Sie nach oben oder unten, um die App zu verschieben, und drücken Sie , um die neue Position auszuwählen.
 - Wählen Sie die App und anschließend , um eine App aus der Liste zu entfernen.
- 5 Wählen Sie .



Anpassen der Liste der Lieblingsaktivitäten

Die Liste der Lieblingsaktivitäten ermöglicht einen schnellen Zugriff auf die Aktivitäten, die Sie am häufigsten verwenden.

- 1 Drücken Sie .
- 2 Wählen Sie **Aktivitäten**.
Wenn Sie Ihre Lieblingsaktivitäten bereits ausgewählt haben, werden sie oben in der Liste angezeigt.
- 3 Wählen Sie **Bearbeiten**.
- 4 Wählen Sie eine Option:
 - Wählen Sie zum Ändern der Position einer App in der Liste die App aus, blättern Sie nach oben oder unten, um die App nach oben oder unten zu verschieben, und drücken Sie , um die neue Position auszuwählen.
 - Wählen Sie eine Aktivität und anschließend die Option , um eine Lieblingsaktivität zu entfernen.
 - Wählen Sie **Hinzufügen** und anschließend eine oder mehrere Aktivitäten, um eine Lieblingsaktivität hinzuzufügen.

Anheften einer Lieblingsaktivität an die Liste


Sie können bis zu drei Lieblingsaktivitäten oben in der App- und Aktivitätsliste anheften.

- 1 Drücken Sie .
- 2 Wählen Sie **Aktivitäten > Bearbeiten**.
- 3 Blättern Sie zu einer Lieblingsaktivität (*Anpassen der Liste der Lieblingsaktivitäten, Seite 30*).
- 4 Wählen Sie neben der Lieblingsaktivität das Symbol .

Wenn Sie die Apps- und Aktivitätsliste das nächste Mal öffnen, wird die angeheftete Aktivität oben in der Liste angezeigt.

Aktivitätseinstellungen

Passen Sie die Einstellungen der vorinstallierten Aktivitäten an Ihre Anforderungen an. Beispielsweise können Sie Datenseiten anpassen und Alarmer und Trainingsfunktionen aktivieren. Es sind nicht alle Einstellungen für alle Aktivitätstypen verfügbar. Einige Aktivitätstypen verfügen über separate Einstellungslisten.

Drücken Sie auf dem Displaydesign die Taste  und wählen Sie **Aktivitäten**. Wählen Sie eine Aktivität, blättern Sie nach unten und wählen Sie die Aktivitätseinstellungen.

Alarmer: Legt die Trainings- oder Navigationsalarmer für die Aktivität fest ([Aktivitätsalarmer, Seite 32](#)).

Auto Lap: Legt die Optionen für die Auto Lap Funktion fest, sodass Runden automatisch markiert werden.

Bei der Option **Nach Entfernung** werden Runden bei einer bestimmten Distanz markiert. Wenn Sie eine Runde abgeschlossen haben, wird eine anpassbare Rundenalarmmeldung angezeigt. Mithilfe dieser Funktion können Sie Ihre Leistung während verschiedener Abschnitte einer Aktivität vergleichen.

Auto Pause: Legt die Optionen für die Auto Pause[®] Funktion fest, sodass die Datenaufzeichnung anhält, wenn Sie sich nicht mehr fortbewegen oder Ihre Geschwindigkeit unter einen vordefinierten Wert sinkt. Diese Funktion ist nützlich, wenn die Aktivität Ampeln oder sonstige Stellen enthält, an denen Sie anhalten müssen.

Automatische Abfahrt: Erkennt automatisch mittels des integrierten Beschleunigungsmessers Abfahrten beim Ski- oder Snowboardfahren ([Anzeigen von Abfahrten beim Skifahren, Seite 29](#)).

Auto-Seitenwechsel: Durchblättert automatisch alle Aktivitätsdatenseiten, während der Aktivitäten-Timer läuft.

Gewicht bearbeiten: Fordert Sie auf, das während einer Cardioaktivität für einen Übungssatz verwendete Gewicht hinzuzufügen.

Sprungmodus: Legt als Ziel für die Seilspring-Aktivität eine bestimmte Zeit oder Anzahl von Wiederholungen fest oder gibt an, dass das Ziel offen ist.

Bahnnummer: Legt die Bahnnummer für das Bahntraining fest.

Runden: Konfiguriert die Einstellungen für die Optionen **Auto Lap**, **Rundentaste** und **Rundenalarm**.

Rundenalarm: Legt die Datenfelder fest, die für Runden angezeigt werden.

Rundentaste: Aktiviert die Taste  zum Aufzeichnen einer Runde oder Erholungsphase während einer Aktivität.

Umbenennen: Legt den Aktivitätsnamen fest.

Werkseinstellungen wiederherstellen: Setzt die Aktivitätseinstellungen zurück.

Touchscreen-Sperre: Legt fest, dass Sie von oben nach unten über das Display streichen können, um den Touchscreen zu entsperren.

Aktivitätsalarme

Sie können Alarmer für jede Aktivität einstellen. Die Alarmer unterstützen Sie dabei, Ihre spezifischen Ziele zu erreichen, Ihr Umgebungsbewusstsein zu stärken und zum Ziel zu navigieren. Einige Alarmer sind nur für bestimmte Aktivitäten verfügbar. Es gibt drei Alarmtypen: Ereignisalarmer, Bereichsalarmer und wiederkehrende Alarmer.


Ereignisalarm: Bei einem Ereignisalarm werden Sie einmal benachrichtigt. Das Ereignis ist ein bestimmter Wert. Beispielsweise kann die Uhr einen Alarm ausgeben, wenn Sie einen bestimmten Kalorienverbrauch erreicht haben.

Bereichsalarmer: Bei einem Bereichsalarmer werden Sie jedes Mal benachrichtigt, wenn die Uhr einen Wert über oder unter einem bestimmten Bereich von Werten erkennt. Beispielsweise kann die Uhr einen Alarm ausgeben, wenn Sie während einer Radfahraktivität eine bestimmte Geschwindigkeit überschreiten.

Wiederkehrender Alarm: Bei einem wiederkehrenden Alarm werden Sie jedes Mal benachrichtigt, wenn die Uhr einen bestimmten Wert oder ein bestimmtes Intervall aufgezeichnet hat. Beispielsweise können Sie die Uhr so einrichten, dass Sie alle 30 Minuten benachrichtigt werden.

Alarmname	Alarmtyp	Beschreibung
Schrittfrequenz	Bereich	Sie können Werte für die minimale und maximale Schrittfrequenz einrichten.
Kalorien	Ereignis, wiederkehrend	Sie können den Kalorienverbrauch einstellen.
Distanz	Ereignis, wiederkehrend	Sie können ein Distanzintervall einrichten.
Pace	Bereich	Sie können Werte für die minimale und maximale Pace einrichten.
Annäherung	Ereignis	Sie können einen Radius ausgehend von einer gespeicherten Position festlegen.
Laufen/Gehen	Wiederkehrend	Sie können in regelmäßigen Intervallen zeitgesteuerte Gehpausen einrichten.
Geschwindigkeit	Bereich	Sie können Werte für die minimale und maximale Geschwindigkeit einrichten.
Schlagrate	Bereich	Sie können eine hohe oder niedrige Anzahl von Schlägen pro Minute einstellen.
Zeit	Ereignis, wiederkehrend	Sie können ein Zeitintervall einrichten.
Laufbahn-Timer	Wiederkehrend	Sie können ein Laufbahnzeitintervall in Sekunden einrichten.

Einrichten von Alarmen

- 1 Drücken Sie .
- 2 Wählen Sie **Aktivitäten** und anschließend eine Aktivität.
HINWEIS: Diese Funktion ist nicht für alle Aktivitäten verfügbar.
- 3 Blättern Sie nach unten und wählen Sie die Aktivitätseinstellungen.
- 4 Wählen Sie **Alarme**.
- 5 Wählen Sie eine Option:
 - Wählen Sie **Neu hinzufügen**, um einen neuen Alarm für die Aktivität hinzuzufügen.
 - Wählen Sie den Alarmnamen, um einen vorhandenen Alarm zu bearbeiten.
- 6 Wählen Sie bei Bedarf den Alarmtyp.
- 7 Wählen Sie einen Bereich, die Mindest- und Höchstwerte, oder geben Sie einen benutzerdefinierten Wert für den Alarm ein.
- 8 Aktivieren Sie den Alarm bei Bedarf.

Bei Ereignis- und wiederkehrenden Alarmen wird jedes Mal eine Meldung angezeigt, wenn Sie den Alarmwert erreichen. Bei Bereichsalarmen wird jedes Mal eine Meldung angezeigt, wenn Sie den festgelegten Bereich (Mindest- und Höchstwerte) über- oder unterschreiten.

Protokoll



Das Protokoll umfasst Zeit, Distanz, Durchschnittspace oder -geschwindigkeit und Rundendaten.

HINWEIS: Wenn der Speicher des Geräts voll ist, werden die ältesten Daten überschrieben.

Verwenden des Protokolls

Das Protokoll enthält gespeicherte Aktivitätsdaten, Rekorde und Gesamtwerte.


Eine Protokollübersicht auf der Smartwatch ermöglicht den schnellen Zugriff auf die Aktivitätsdaten ([Übersichten, Seite 12](#)).

- 1 Drücken Sie .
- 2 Wählen Sie **Protokoll**.
Es wird ein Balkendiagramm Ihrer kürzlichen Aktivitäten angezeigt.
- 3 Streichen Sie nach links, um Optionen anzuzeigen.
- 4 Wählen Sie eine Option:
 - Wählen Sie **Grafikoptionen**, um den Zeitraum für das Balkendiagramm zu ändern.
 - Wählen Sie **Rekorde**, um persönliche Rekorde nach Sportart anzuzeigen ([Persönliche Rekorde, Seite 33](#)).
 - Wählen Sie **Gesamt**, um eine Wochen- oder Monatsübersicht anzuzeigen ([Anzeigen von Gesamtwerten, Seite 34](#)).
- 5 Drücken Sie , um zum Balkendiagramm zurückzukehren.
- 6 Blättern Sie nach unten, um das Aktivitätenprotokoll anzuzeigen.
- 7 Wählen Sie eine Aktivität aus.
- 8 Streichen Sie nach links, um Optionen anzuzeigen.

Persönliche Rekorde



Wenn Sie eine Aktivität abschließen, werden auf der Uhr neue persönliche Rekorde angezeigt, die Sie während der Aktivität aufgestellt haben. Zu den persönlichen Rekorden zählen u. a. die schnellste Zeit über mehrere normale Wettkampfdistanzen, das höchste Gewicht bei Krafttrainingsaktivitäten für die wichtigsten Bewegungen und die längste Strecke beim Laufen, Radfahren oder Schwimmen.

Anzeigen Ihrer persönlichen Rekorde

- 1 Drücken Sie .
- 2 Wählen Sie **Protokoll**.
- 3 Streichen Sie nach links, um Optionen anzuzeigen.
- 4 Wählen Sie **Rekorde**.
- 5 Wählen Sie eine Sportart.
- 6 Wählen Sie einen Rekord.
- 7 Wählen Sie **Rekord anzeigen**.




Wiederherstellen von persönlichen Rekorden

Sie können alle persönlichen Rekorde auf die zuvor gespeicherten Zeiten zurücksetzen.

- 1 Drücken Sie .
- 2 Wählen Sie **Protokoll**.
- 3 Streichen Sie nach links, um Optionen anzuzeigen.
- 4 Wählen Sie **Rekorde**.
- 5 Wählen Sie eine Sportart.
- 6 Wählen Sie einen Rekord, der wiederhergestellt werden soll.
- 7 Wählen Sie **Zurück** > .

HINWEIS: Dadurch werden keine gespeicherten Aktivitäten gelöscht.


Löschen persönlicher Rekorde

- 1 Drücken Sie .
- 2 Wählen Sie **Protokoll**.
- 3 Streichen Sie nach links, um Optionen anzuzeigen.
- 4 Wählen Sie **Rekorde**.
- 5 Wählen Sie eine Sportart.
- 6 Wählen Sie eine Option:
 - Wählen Sie einen Rekord und anschließend **Rekord löschen** > , um einen Rekord zu löschen.
 - Wählen Sie **Alle Rekorde löschen** > , um alle Rekorde für die Sportart zu löschen.

HINWEIS: Dadurch werden keine gespeicherten Aktivitäten gelöscht.

Anzeigen von Gesamtwerten



Sie können sich Gesamtwerte für Distanz und Zeit anzeigen lassen, die auf der Uhr gespeichert wurden.

- 1 Drücken Sie .
- 2 Wählen Sie **Protokoll**.
- 3 Streichen Sie nach links, um Optionen anzuzeigen.
- 4 Wählen Sie **Gesamt**.
- 5 Wählen Sie eine Aktivität aus.
- 6 Wählen Sie eine Option, um wöchentliche oder monatliche Gesamtwerte anzuzeigen.


Uhren

Einstellen eines Alarms





Sie können mehrere Alarmer einstellen.

- 1 Drücken Sie .
- 2 Wählen Sie **Uhren > Alarmer**.
- 3 Wählen Sie eine Option:
 - Geben Sie eine Alarmzeit ein, um zum ersten Mal einen Alarm einzurichten und zu speichern.
 - Wählen Sie **Neuer Alarm** und geben Sie die Alarmzeit ein, um weitere Alarmer einzurichten und zu speichern.
- 4 Blättern Sie nach unten, um weitere Optionen anzuzeigen.
- 5 Wählen Sie .


Bearbeiten von Alarmen

- 1 Drücken Sie .
- 2 Wählen Sie **Uhren > Alarmer**.
- 3 Wählen Sie einen Alarm.
- 4 Wählen Sie eine Option:
 - Wählen Sie **Status**, um den Alarm ein- oder auszuschalten.
 - Wählen Sie **Zeit**, um die Alarmzeit zu ändern.
 - Wählen Sie **Wiederholung** und anschließend, wann der Alarm wiederholt werden soll, damit der Alarm regelmäßig wiederholt wird.
 - Wählen Sie **Ton und Vibration**, um die Art der Alarmbenachrichtigung auszuwählen.
 - Wählen Sie **Bezeichnung**, um eine Beschreibung für den Alarm auszuwählen.
 - Wählen Sie **Symbol**, um ein Symbol für den Alarm auszuwählen.
 - Wählen Sie **Löschen**, um den Alarm zu löschen.




Verwenden des Countdown-Timers

- 1 Drücken Sie .
- 2 Wählen Sie **Uhren > Timer**.
- 3 Wenn Sie bisher noch keinen Timer gespeichert haben, wählen Sie eine Zeit oder geben Sie einen benutzerdefinierten Timer ein.
- 4 Falls Sie bereits einen Timer gespeichert hatten, wählen Sie eine Option:
 - Wählen Sie **Sofort-Timer** und geben Sie die Zeit ein, um einen neuen Countdown-Timer einzurichten, ohne ihn zu speichern.
 - Wählen Sie **Bearbeiten > Timer hinzufügen** und geben Sie die Zeit ein, um einen neuen Countdown-Timer einzurichten und zu speichern.
 - Wählen Sie einen gespeicherten Countdown-Timer, um ihn einzurichten.
- 5 Drücken Sie , um den Timer zu starten.
- 6 Wählen Sie bei Bedarf eine Option aus:
 - Wählen Sie , um den Timer mit der verbleibenden Zeit zu stoppen.
 - Wählen Sie , um den Timer neu zu starten.
 - Streichen Sie nach links und wählen Sie **Timer abbrechen**, um den Timer zu stoppen und zurückzusetzen.
 - Streichen Sie nach links und wählen Sie **Timer speichern**, um den Timer zu speichern.
 - Streichen Sie nach links und wählen Sie **Auto-Neustart**, um den Timer nach seinem Ablauf automatisch erneut zu starten.
 - Streichen Sie nach links und wählen Sie **Ton und Vibration**, um die Timer-Benachrichtigung anzupassen.

Löschen von Countdown-Timern



- 1 Drücken Sie .
- 2 Wählen Sie **Uhren > Timer > Bearbeiten**.
- 3 Wählen Sie einen Timer.
- 4 Wählen Sie **Löschen**.

Verwenden der Stoppuhr


- 1 Drücken Sie .
- 2 Wählen Sie **Uhren > Stoppuhr**.
- 3 Drücken Sie , um den Timer zu starten.
- 4 Drücken Sie , um die Rundenzeitfunktion ① neu zu starten.




Die Stoppuhr-Gesamtzeit ② läuft weiter.

- 5 Drücken Sie , um beide Timer zu stoppen.
- 6 Wählen Sie eine Option:
 - Wählen Sie , um beide Timer zurückzusetzen.
 - Streichen Sie nach links und wählen Sie **Aktivität speichern**, um die Stoppuhr-Zeit als Aktivität zu speichern.
 - Streichen Sie nach links und wählen Sie **Rundentaste**, um die Rundenaufzeichnung zu aktivieren oder zu deaktivieren.


Hinzufügen eines Countdown-Events

- 1 Drücken Sie .
- 2 Wählen Sie **Uhren > Countdowns > Hinzufügen**.
- 3 Geben Sie einen Namen ein.
- 4 Wählen Sie ein Jahr, einen Monat und einen Tag.
- 5 Wählen Sie eine Option:
 - Wählen Sie **Den ganzen Tag**.
 - Wählen Sie **Bestimmte Zeit** und geben Sie eine Zeit ein.
- 6 Wählen Sie ein Symbol.

Bearbeiten eines Countdown-Events

- 1 Drücken Sie .
- 2 Wählen Sie **Uhren > Countdowns**.
- 3 Wählen Sie ein Countdown-Event.
- 4 Streichen Sie nach links und wählen Sie **Als Favorit einrichten**, um das Countdown-Event in der Übersichtsliste anzuzeigen (optional).
- 5 Streichen Sie nach links und wählen Sie **Countdown bearbeiten**.
- 6 Wählen Sie eine Option zum Bearbeiten:
 - Wählen Sie **Name**, um das Event umzubenennen.
 - Wählen Sie **Datum**, um das Datum zu ändern.
 - Wählen Sie **Zeit**, um die Zeit zu ändern.
 - Wählen Sie **Typ**, um den Eventtyp zu ändern.
 - Wählen Sie **Abkürzung**, um einen abgekürzten Namen für das Event hinzuzufügen.
 - Wählen Sie **Erinnerungen**, um Event-Erinnerungen hinzuzufügen.
 - Wählen Sie **Jährlich wiederholen**, um das Event jedes Jahr zu wiederholen.
 - Wählen Sie **Countdown löschen**, um das Event zu entfernen.

Einstellungen für Benachrichtigungen und Alarmer

Drücken Sie auf dem Displaydesign die Taste  und wählen Sie **Einstellungen > Benachrichtigungen und Alarmer**.

Anrufe


Legt den Klingelton und Vibrationen für Alarmer bei eingehenden Anrufen fest ([Anpassen von Anrufalarmer](#), Seite 37).

SMS


Legt den Klingelton und Vibrationen für Alarmer bei eingehenden Textnachrichten fest ([Anpassen von Nachrichtenalarmer](#), Seite 37).

Zeit: Richtet Zeit-Alarmer ein ([Einrichten von Zeit-Alarmer](#), Seite 38).


Anpassen von Anrufalarmer

- 1 Drücken Sie .
- 2 Wählen Sie **Einstellungen > Benachrichtigungen und Alarmer > Anrufe**.
- 3 Wählen Sie eine Option:
 - Wählen Sie **Klingelton**, um den Klingelton für eingehende Anrufe anzupassen.
 - Wählen Sie **Vibrationsoptionen**, um das Vibrationsmuster für eingehende Anrufe anzupassen.

Anpassen von Nachrichtenalarmer

- 1 Drücken Sie .
- 2 Wählen Sie **Einstellungen > Benachrichtigungen und Alarmer > SMS**.
- 3 Wählen Sie eine Option:
 - Wählen Sie **Klingelton**, um den Klingelton für eingehende Text-, Sprach- oder Emoji-Nachrichten anzupassen.
 - Wählen Sie **Vibration**, um Vibrationen für eingehende Text-, Sprach- oder Emoji-Nachrichten zu aktivieren oder zu deaktivieren.
 - Wählen Sie **Vibrationsoptionen**, um das Vibrationsmuster für eingehende Text-, Sprach- oder Emoji-Nachrichten anzupassen.

Einrichten von Zeit-Alarmen

- 1 Drücken Sie .
- 2 Wählen Sie **Einstellungen > Benachrichtigungen und Alarme > Zeit**.
- 3 Wählen Sie eine Option:
 - Wählen Sie **Bis Sonnenuntergang > Status > Ein**, dann **Zeit**, und geben Sie die Zeit ein, damit ein Alarm eine bestimmte Anzahl von Minuten oder Stunden vor dem eigentlichen Sonnenuntergang ertönt.
 - Wählen Sie **Bis Sonnenaufgang > Status > Ein**, dann **Zeit**, und geben Sie die Zeit ein, damit ein Alarm eine bestimmte Anzahl von Minuten oder Stunden vor dem eigentlichen Sonnenaufgang ertönt.
 - Wählen Sie **Stündlich > Ein**.

Einstellungen für Ton und Vibration

Drücken Sie auf dem Displaydesign die Taste  und wählen Sie **Einstellungen > Ton und Vibration**.


Lautstärke: Schaltet alle Töne stumm oder passt die Lautstärke der Lautsprecher an.

Warntöne: Gibt einen Ton für Alarme aus.

Klingelton: Gibt einen Ton aus, wenn Sie eine Taste drücken.

Vibration: Richtet Vibrationen der Uhr für Uhr, Alarme und Tastenbetätigungen ein.

Display- und Helligkeitseinstellungen

Drücken Sie auf dem Displaydesign die Taste  und wählen Sie **Einstellungen > Display und Helligkeit**.

: Richtet die Helligkeitsstufe des Displays ein.

Design

Richtet das Farbschema des Displaydesigns ein.

Textgröße: Passt die Größe des auf dem Display angezeigten Textes an.

Red Shift: Zeigt das Display in Rot-, Grün- oder Orangetönen an, sodass Sie die Uhr bei schwachen Lichtverhältnissen verwenden und Ihre Nachtsicht behalten können.

Geste: Schaltet das Display ein, wenn Sie den Arm heben, um auf das Handgelenk zu blicken.

Zeitlimit: Richtet die Zeitdauer ein, bevor sich das Display ausschaltet.

Touchscreen-Sperre: Sperrt das Display, um unbeabsichtigte Eingaben zu vermeiden. Wenn diese Option aktiviert ist, müssen Sie von oben nach unten über das Display streichen, um den Touchscreen zu entsperren.

Musik

Auf einer Bounce 2 Uhr können Sie Audioinhalte von einem Drittanbieter auf die Uhr herunterladen. Zum Anhören der auf der Uhr gespeicherten Audioinhalte können Sie Bluetooth Kopfhörer verbinden. Sie können sich Audioinhalte auch direkt über die Lautsprecher der Uhr anhören.

Einrichten von Musik auf der Uhr

- 1 Aktivieren Sie Musik in den Einstellungen der Garmin Jr. App ([Aktivieren von Musik über die Garmin Jr. App](#) *Aktivieren von Musik über die Garmin Jr. App, Seite 38*).
- 2 Wählen Sie einen Musikanbieter in den Einstellungen des Kindes in der Garmin Jr. App ([Einrichten von Musik auf der Uhr, Seite 38](#)).

Aktivieren von Musik über die Garmin Jr. App

Wählen Sie in der Garmin Jr. App die Option **••• > App-Einstellungen > Musik**.

Einrichten von Musik auf der Uhr



- 1 Aktivieren Sie Musik in den Einstellungen der Garmin Jr. App ([Aktivieren von Musik über die Garmin Jr. App](#), Seite 38).
- 2 Wählen Sie einen Musikanbieter in den Einstellungen des Kindes in der Garmin Jr. App ([Einrichten von Musik auf der Uhr](#), Seite 38).

Aktivieren von Musik über die Garmin Jr. App

Wählen Sie in der Garmin Jr. App die Option **•••** > **App-Einstellungen** > **Musik**.


Verbinden von Bluetooth Kopfhörern

Wenn Sie Musik hören möchten, die auf der Bounce 2 Uhr geladen ist, können Sie Bluetooth Kopfhörer verbinden oder den internen Lautsprecher der Uhr verwenden.

- 1 Achten Sie darauf, dass die Kopfhörer und die Uhr nicht weiter als 2 m (6,6 Fuß) voneinander entfernt sind.
- 2 Aktivieren Sie den Kopplungsmodus der Kopfhörer.
- 3 Drücken Sie .
- 4 Wählen Sie **Musik**.
- 5 Wählen Sie einen Musikanbieter und eine Playlist.
- 6 Wählen Sie **•••** >  > **Audio-Ausgang** > **Neu hinzufügen**.
- 7 Wählen Sie Ihre Kopfhörer.

Wiedergeben von Musik

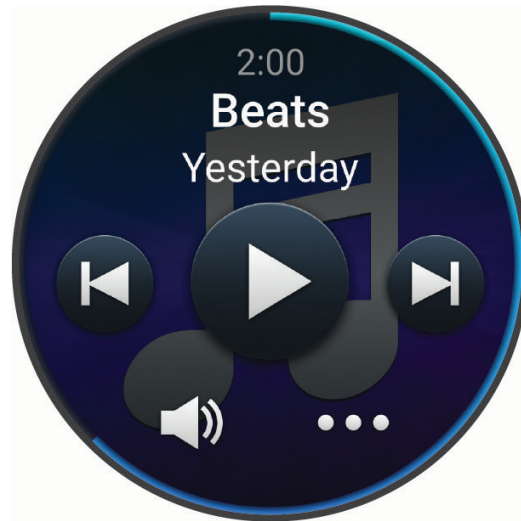
Bevor Musik auf der Uhr abgespielt werden kann, muss ein Elternteil oder ein Betreuer Musik aktivieren und einen Anbieter hinzufügen ([Einrichten von Musik auf der Uhr](#), Seite 38).

- 1 Verbinden Sie bei Bedarf Bluetooth Kopfhörer ([Verbinden von Bluetooth Kopfhörern](#), Seite 39).
- 2 Öffnen Sie die Musikfunktionen.
- 3 Wählen Sie eine Playlist aus.
- 4 Wählen Sie .

Steuerungen für die Musikwiedergabe

HINWEIS: Streichen Sie während einer Aktivität nach links, um die Steuerungen für die Musikwiedergabe anzuzeigen.

Steuerungen für die Musikwiedergabe sehen abhängig von der ausgewählten Musikquelle evtl. anders aus.



•••	Wählen Sie die Option, um weitere Steuerungen für die Musikwiedergabe anzuzeigen.
🔊	Wählen Sie die Option, um die Lautstärke anzupassen.
▶	Wählen Sie die Option, um die aktuelle Audiodatei wiederzugeben und anzuhalten.
▶	Wählen Sie die Option, um zur nächsten Audiodatei in der Playlist zu wechseln. Berühren Sie die Option länger, um die aktuelle Audiodatei schnell vorzuspulen.
◀	Wählen Sie die Option, um die aktuelle Audiodatei neu zu starten. Wählen Sie die Option zweimal, um zur vorherigen Audiodatei in der Playlist zu wechseln. Berühren Sie die Option länger, um die aktuelle Audiodatei zurückzuspulen.
↺	Wählen Sie die Option, um die Wiederholung zu ändern.
↻	Wählen Sie die Option, um die Zufallswiedergabe zu ändern.

Systemeinstellungen

Drücken Sie auf dem Displaydesign die Taste  und wählen Sie **Einstellungen > System**.

Kurzbefehle: Weist Tasten Kurzbefehle zu ([Anpassen der Tasten-Kurzbefehle, Seite 41](#)).

Zeit: Passt die Zeiteinstellungen an.

Einheiten

Richtet die Maßeinheiten ein ([Ändern der Maßeinheiten, Seite 41](#)).

DND: Aktiviert den DND-Modus, um das Display abzublenden und Alarme und Benachrichtigungen zu deaktivieren ([Verwenden des DND-Modus, Seite 18](#)).

Flugmodus

Aktiviert den Flugzeugmodus, um die gesamte Funkübertragung abzuschalten.

Software-Update: Installiert heruntergeladene Software-Updates, aktiviert automatische Updates und ermöglicht es Ihnen, manuell nach Updates zu suchen ([Produkt-Updates, Seite 44](#)).

Info: Zeigt Geräte-, Software-, Lizenz- und aufsichtsrechtliche Informationen an ([Anzeigen von Geräteinformationen, Seite 43](#)).

Einstellungen für Datum und Uhrzeit


Drücken Sie auf dem Displaydesign die Taste  und wählen Sie **Einstellungen > System > Zeit**.

Zeitformat: Legt fest, ob die Zeit von der Uhr im 12-Stunden- oder 24-Stunden-Format oder als Militärzeit angezeigt wird.

Datumsformat: Legt für Daten die Anzeigereihenfolge für den Tag, den Monat und das Jahr fest.


Ändern der Maßeinheiten

Sie können die Maßeinheiten für Distanz und Temperatur anpassen.

- 1 Drücken Sie .
- 2 Wählen Sie **Einstellungen > System > Einheiten**.
- 3 Wählen Sie eine Messgröße.
- 4 Wählen Sie eine Maßeinheit.

Anpassen der Tasten-Kurzbefehle

Sie können anpassen, welche Funktionen einzelne Tasten und Tastenkombinationen ausführen, wenn sie gedrückt gehalten werden.

- 1 Drücken Sie .
- 2 Wählen Sie **Einstellungen > System > Kurzbefehle**.
- 3 Wählen Sie eine Taste oder eine Tastenkombination, um sie anzupassen.
- 4 Wählen Sie eine Funktion.

Geräteinformationen

Informationen zum AMOLED-Display

Die Uhreinstellungen sind standardmäßig für eine optimale Akkulaufzeit und Leistung eingerichtet ([Optimieren der Akku-Laufzeit, Seite 46](#)).

Das Einbrennen von Bildern ist ein normales Verhalten für AMOLED-Geräte. Zum Verlängern der Nutzungsdauer des Displays sollten Sie es vermeiden, statische Bilder mit hohen Helligkeitsstufen über längere Zeit anzuzeigen. Zum Minimieren des Einbrennens schaltet sich das Bounce 2 Display nach dem ausgewählten Zeitlimit aus ([Display- und Helligkeitseinstellungen, Seite 38](#)). Sie können das Handgelenk zum Körper drehen, auf den Touchscreen tippen oder eine Taste drücken, um die Uhr zu aktivieren.

Aufladen der Uhr

⚠ WARNUNG

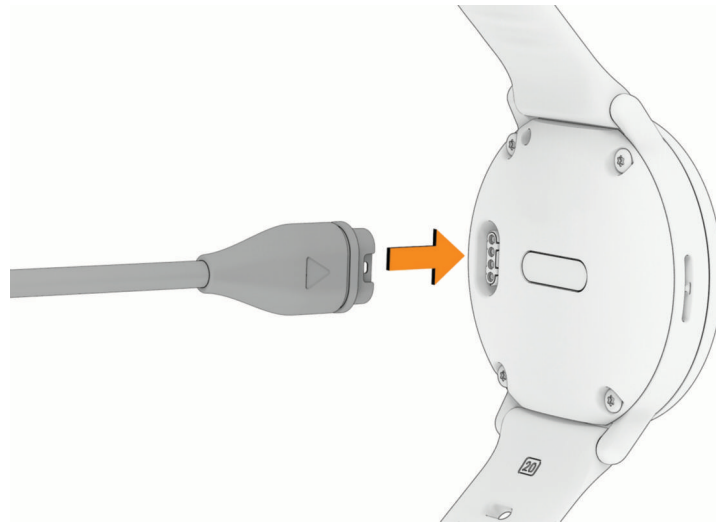
Dieses Gerät ist mit einem Lithium-Ionen-Akku ausgestattet. Lesen Sie alle Produktwarnungen und sonstigen wichtigen Informationen der Anleitung "*Wichtige Sicherheits- und Produktinformationen*", die dem Produkt beiliegt.

HINWEIS

Zum Schutz vor Korrosion sollten Sie die Kontakte und den umliegenden Bereich vor dem Aufladen oder dem Anschließen an einen Computer sorgfältig reinigen und trocknen. Weitere Informationen finden Sie in den Anweisungen zum Reinigen.

Im Lieferumfang der Uhr ist ein proprietäres Ladekabel enthalten. Optionale Zubehör- und Ersatzteile erhalten Sie unter buy.garmin.com. Sie können sich auch an Ihren Garmin Händler wenden.

1 Stecken Sie das Kabel (das Ende mit dem Symbol ▲) in den Ladeanschluss der Uhr.



2 Verbinden Sie das andere Ende des Kabels mit einem USB-C® Anschluss am Computer oder mit einem AC-Netzadapter (minimale Nennleistung von 5 W).

Die Uhr zeigt den aktuellen Akkuladestand an.

3 Trennen Sie die Uhr, wenn der Akku einen Ladestand von 100 % erreicht hat.

Technische Daten

Akkutyp	Wiederaufladbarer, integrierter Lithium-Ionen-Akku
Wasserdichtigkeit	5 ATM ¹
Betriebs- und Lagertemperaturbereich	From -20° to 60°C (from -4° to 140°F)
Ladetemperaturbereich (USB)	From 0° to 45°C (from 32° to 113°F)
EU-Funkfrequenzen und -Übertragungsleistung	2400 – 2483,5 MHz: < 20 dBm 5150 – 5250 MHz: < 23 dBm 5725 – 5850 MHz: < 20 dBm LTE (B3, B8, B20): < 25 dBm
EU-SAR-Werte	< 1,94 W/kg limb, < 0,51 W/kg/head

¹ Das Gerät widersteht einem Druck wie in 50 m Wassertiefe. Weitere Informationen finden Sie unter www.garmin.com/waterrating.

Informationen zum Akku

Die tatsächliche Akkulaufzeit hängt von den auf der Uhr aktivierten Funktionen ab, z. B. Benachrichtigungen, GPS und Musik. Die voraussichtliche Akkulaufzeit beträgt bis zu 2 Tage.


Anzeigen von Geräteinformationen

Sie können Geräteinformationen anzeigen, z. B. die Geräte-ID, die Softwareversion, aufsichtsrechtliche Informationen und die Lizenzvereinbarung.

- 1 Drücken Sie .
- 2 Wählen Sie **Einstellungen** > **System** > **Info**.

Anzeigen aufsichtsrechtlicher E-Label- und Compliance-Informationen

Das Etikett für dieses Gerät wird in elektronischer Form bereitgestellt. Das E-Label kann aufsichtsrechtliche Informationen, beispielsweise von der FCC ausgestellte Identifizierungsnummern oder regionale Compliance-Zeichen, und auch anwendbare Produkt- und Lizenzinformationen enthalten.

- 1 Drücken Sie .
- 2 Wählen Sie im Einstellungsmenü die Option **System**.
- 3 Wählen Sie **Info**.

Pflege des Geräts

HINWEIS

Verwenden Sie keine scharfen Gegenstände zum Reinigen des Geräts.

Bedienen Sie den Touchscreen nie mit harten oder scharfen Gegenständen, da dies zu Schäden am Touchscreen führen kann.

Setzen Sie die Öffnungen von Mikrofon und Lautsprecher nicht Sonnenschutzmitteln oder anderen Chemikalien aus. Andernfalls könnten das Mikrofon und der Lautsprecher verstopfen oder auf andere Weise nachteilig beeinflusst werden, was zu Leistungseinbußen führt.

Verwenden Sie keine chemischen Reinigungsmittel, Lösungsmittel oder Insektenschutzmittel, die die Kunststoffteile oder die Oberfläche beschädigen könnten.

Spülen Sie das Gerät mit klarem Wasser ab, nachdem es mit Chlor- oder Salzwasser, Sonnenschutzmitteln, Kosmetika, Alkohol oder anderen scharfen Chemikalien in Berührung gekommen ist. Wenn das Gerät diesen Substanzen über längere Zeit ausgesetzt ist, kann dies zu Schäden am Gehäuse führen.

Setzen Sie das Gerät keinen starken Erschütterungen aus, und verwenden Sie es sorgsam. Andernfalls kann die Lebensdauer des Produkts eingeschränkt sein.

Bewahren Sie das Gerät nicht an Orten auf, an denen es über längere Zeit extrem hohen oder niedrigen Temperaturen ausgesetzt sein kann, da dies zu Schäden am Gerät führen kann.

Reinigen der Uhr

⚠ ACHTUNG

Bei einigen Benutzern kann es nach einer längeren Verwendung der Uhr zu Hautirritationen kommen. Dies gilt insbesondere für Benutzer mit einer empfindlichen Haut oder Allergien. Falls Sie Hautirritationen bemerken, nehmen Sie die Uhr ab und lassen Sie die Haut abheilen. Stellen Sie zum Vermeiden von Hautirritationen sicher, dass die Uhr sauber und trocken ist, und tragen Sie sie nicht zu fest am Handgelenk.

TIPP: Weitere Informationen finden Sie unter www.garmin.com/fitandcare.

- 1 Spülen Sie das Gerät mit Wasser ab oder verwenden Sie ein befeuchtetes fusselfreies Tuch.
- 2 Lassen Sie die Smartwatch vollständig trocknen.

Austauschen des Armbands

Das verstellbare Armband sollte Kindern im Alter ab 6 Jahren passen. Für die Uhr eignen sich 20 mm breite Bänder. Wenden Sie sich an den Support von Garmin, um sich über Ersatzteile zu informieren.

Fehlerbehebung

Produkt-Updates

Das Gerät sucht automatisch nach Updates, wenn es per Bluetooth Technologie mit einem Smartphone gekoppelt oder mit Wi-Fi verbunden ist. Über die Systemeinstellungen können Sie manuell nach Updates suchen (*Systemeinstellungen, Seite 41*). Installieren Sie Garmin Express™ auf dem Computer (garmin.com/express). Installieren Sie auf dem Telefon die Garmin Jr. App.

So erhalten Sie einfachen Zugriff auf folgende Dienste für Garmin Geräte:

- Software-Updates
- Datenuploads in die Garmin Jr. App auf Ihrem Smartphone
- Produktregistrierung





Weitere Informationsquellen

Weitere Informationen zu diesem Produkt finden Sie auf der Garmin Website.

- Unter support.garmin.com finden Sie zusätzliche Handbücher, Artikel und Software-Updates.
- Rufen Sie die Website buy.garmin.com auf, oder wenden Sie sich an einen Garmin Händler, wenn Sie weitere Informationen zu optionalen Zubehör- bzw. Ersatzteilen benötigen.

Neustart der Uhr

Wenn die Uhr nicht mehr reagiert, müssen Sie sie möglicherweise neu starten. Durch diesen Vorgang werden keine Daten gelöscht.

- 1 Halten Sie  gedrückt, bis auf der Uhr  angezeigt wird.
HINWEIS: Sie müssen  gedrückt halten, damit keine Hilfealarme gesendet werden (ca. 10 Sekunden).
- 2 Lassen Sie  los.
Die Uhr wird neu gestartet.

Zurücksetzen aller Standardeinstellungen

Sie können alle Uhreinstellungen auf die Werkseinstellungen zurücksetzen.

HINWEIS: Beim Zurücksetzen der Smartwatch werden auch alle Daten gelöscht, z. B. Aktivitäten. Sie sollten die Smartwatch mit der Garmin Jr. App synchronisieren, um Aktivitätsdaten vor dem Zurücksetzen der Smartwatch hochzuladen.

- 1 Wählen Sie in der Garmin Jr. App die Option **Startseite**.
- 2 Wählen Sie das Kind aus.
- 3 Wählen Sie **Einstellungen** > **Gerätedetails** > **{{1}}** **remote zurücksetzen** > **Jetzt zurücksetzen** > **Zurücksetzen**.

Ist mein Telefon mit meiner Uhr kompatibel?


Die Bounce 2 Uhr ist mit Telefonen mit Bluetooth Technologie kompatibel.

Informationen zur Kompatibilität mit Bluetooth finden Sie unter www.garmin.com/ble-jr.

Informationen zur Kompatibilität mit Sprachfunktionen finden Sie unter .

Meine Uhr zeigt die falsche Sprache an


Sie müssen die Sprache der Uhr in der Garmin Jr. App ändern.

- 1 Wählen Sie in der Garmin Jr. App die Option **Startseite**, wählen Sie das Kind und anschließend die Option **Einstellungen** > **Sprache**.
- 2 Wählen Sie eine Sprache.
- 3 Wählen Sie .

Die Sprache der Smartwatch wird aktualisiert, wenn die Smartwatch das nächste Mal mit der Garmin Jr. App synchronisiert wird.

Das Smartphone stellt keine Verbindung mit der Uhr her

Falls das Smartphone keine Verbindung mit der Smartwatch herstellt, versuchen Sie es mit diesen Tipps.

- Schalten Sie das Telefon und die Uhr aus und schalten Sie beide Geräte wieder ein.
- Aktivieren Sie auf dem Smartphone die Bluetooth Technologie.
- Aktualisieren Sie die Garmin Jr. App auf die aktuelle Version.
- Entfernen Sie die Uhr aus der Garmin Jr. App und den Bluetooth Einstellungen des Telefons, um die Kopplung erneut durchzuführen.
- Wenn Sie ein neues Telefon erworben haben, entfernen Sie die Uhr aus der Garmin Jr. App auf dem Telefon, das Sie nicht mehr verwenden werden.
- Achten Sie darauf, dass Smartphone und Smartwatch maximal als 10 m (33 Fuß) voneinander entfernt sind.
- Öffnen Sie auf dem Smartphone die Garmin Jr. App und wählen Sie **••• > Garmin-Geräte > Gerät hinzufügen**, um den Kopplungsmodus zu aktivieren.
- Drücken Sie auf dem Displaydesign die Taste  und wählen Sie **Einstellungen > Synchronisieren und koppeln > Koppeln**.

Wie koppele ich eine weitere Smartwatch mit der Garmin Jr. App?

Wenn Sie bereits eine Smartwatch mit der Garmin Jr. App gekoppelt haben, können Sie über das Kindermenü ein neues Kind und eine neue Smartwatch hinzufügen. Sie können bis zu acht Smartwatches koppeln.

HINWEIS: Sie müssen eine Smartwatch für ein Kind entfernen, bevor Sie für das Kind eine neue Smartwatch hinzufügen.


- 1 Öffnen Sie die Garmin Jr. App.
- 2 Wählen Sie **Startseite > + > Neues Kind oder Gerät hinzufügen**.
- 3 Wählen Sie eine Option:
 - Wählen Sie ein Kind aus, um diesem bereits vorhandenen Kind eine neue Smartwatch hinzuzufügen.
 - Wählen Sie **Neues Kind**, um eine neue Smartwatch für ein neues Kind hinzuzufügen.
- 4 Folgen Sie den Anweisungen auf dem Display.

Kann mein Kind Nachrichten an andere Kinder senden?

Andere Kinder müssen in der Garmin Jr. App als Kontakte eingerichtet sein ([Hinzufügen von Messaging-Kontakten, Seite 8](#)).

Meine Smartwatch zeigt nicht die richtige Uhrzeit an


Die Smartwatch aktualisiert die Uhrzeit und das Datum bei der Synchronisierung mit einem gekoppelten Smartphone oder wenn die Smartwatch GPS-Signale erfasst. Synchronisieren Sie die Smartwatch, damit beim Wechseln in eine andere Zeitzone die richtige Uhrzeit angezeigt wird und um die Uhrzeit auf die Sommerzeit einzustellen.

- Drücken Sie  und wählen Sie die Option **Einstellungen > Synchronisieren und koppeln > Synchronisierung**.
- Begeben Sie sich draußen an einen Ort mit freier Sicht zum Himmel, starten Sie eine Aktivität und warten Sie, bis die Uhr Satellitensignale erfasst hat.


Auffinden einer verloren gegangenen Smartwatch

Verwenden Sie diese Funktion, um nach einer verloren gegangenen Bounce 2 Smartwatch zu finden, die sich in Reichweite des gekoppelten Smartphones befindet.

TIPP: Falls Sie die Smartwatch nicht in der Nähe finden können, versuchen Sie, die aktuelle Position der Smartwatch anzuzeigen (*Anzeigen der aktuellen Position des Kindes, Seite 20*).

- 1 Wählen Sie in der Garmin Jr. App die Option **Startseite**.
- 2 Wählen Sie das Kind und anschließend die Option **Einstellungen > Uhr suchen**.
Das Smartphone sucht nach der gekoppelten Bounce 2 Smartwatch. Die Smartwatch vibriert und gibt auch einen Signalton aus, wenn Töne aktiviert sind (*Einstellungen für Ton und Vibration, Seite 38*).
- 3 Drücken Sie auf der Smartwatch die Option , um die Suche zu stoppen.

Wie kann ich das Drücken der Rundertaste rückgängig machen?

Bei einer Aktivität kann es vorkommen, dass Sie versehentlich die Rundertaste drücken. In den meisten Fällen wird auf dem Display neben einer Taste  angezeigt. Sie haben dann einige Sekunden Zeit, um die Taste zu drücken und die letzte Rundenänderung zu verwerfen. Die Funktion zum Rückgängigmachen der Runde ist für Aktivitäten verfügbar, die manuelle Runden unterstützen, beispielsweise Laufen und Gehen. Die Funktion zum Rückgängigmachen der Runde ist nicht für Aktivitäten verfügbar, die die automatische Aufzeichnung von Runden, Lauftrainings, Erholungsphasen oder Pausen auslösen, z. B. Skifahren und Schwimmbadschwimmen.

Fitness Tracker

Weitere Informationen zur Fitness-Tracker-Genauigkeit sind unter garmin.com/ataccuracy verfügbar.

Meine Schrittzahl ist ungenau

Falls Ihre Schrittzahl ungenau ist, versuchen Sie es mit diesen Tipps.

- Rufen Sie die Website garmin.com/ataccuracy auf.
- Tragen Sie die Smartwatch an Ihrer nicht dominanten Hand.
- Tragen Sie die Smartwatch in der Tasche, wenn Sie nur Ihre Hände oder Arme aktiv verwenden.

HINWEIS: Die Smartwatch interpretiert u. U. einige sich wiederholende Bewegungen, z. B. das Klatschen mit den Händen oder das Zähneputzen, als Schritte.

Optimieren der Akku-Laufzeit

Es gibt verschiedene Möglichkeiten, die Akku-Laufzeit zu verlängern.

- Reduzieren Sie die Displayhelligkeit und das Zeitlimit für das Display (*Display- und Helligkeitseinstellungen, Seite 38*).
- Deaktivieren Sie die Option für Armbewegungen (*Display- und Helligkeitseinstellungen, Seite 38*).
- Reduzieren Sie die Vibrationsstufe (*Einstellungen für Ton und Vibration, Seite 38*).

Erfassen von Satellitensignalen

Die Uhr benötigt möglicherweise eine ungehinderte Sicht zum Himmel, um Satellitensignale zu erfassen.

- 1 Begeben Sie sich im Freien an eine für den Empfang geeignete Stelle.
Die Vorderseite der Uhr sollte gen Himmel gerichtet sein.
- 2 Warten Sie, während die Uhr Satelliten erfasst.
Das Erfassen von Satellitensignalen kann 30 bis 60 Sekunden dauern.

