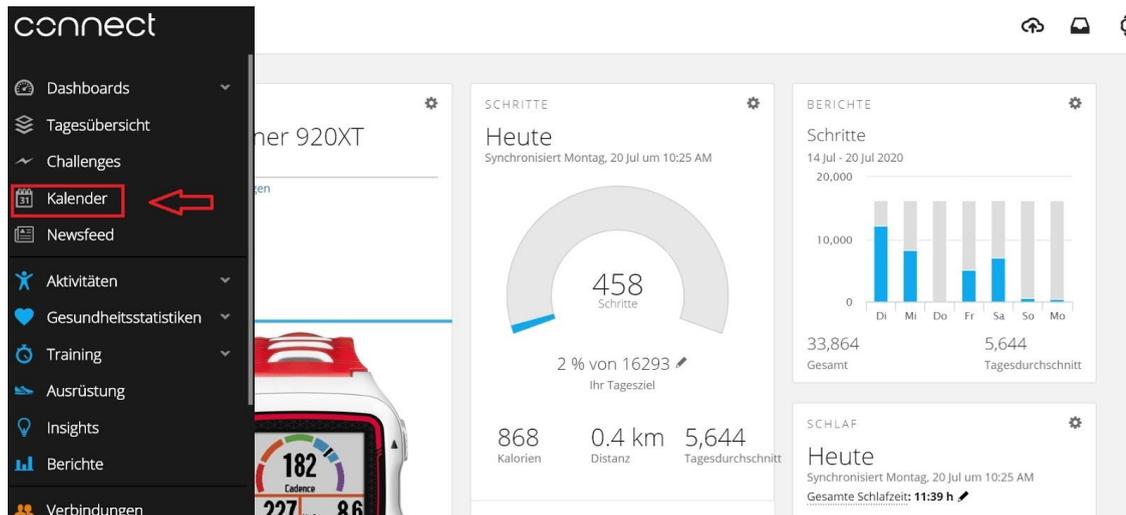


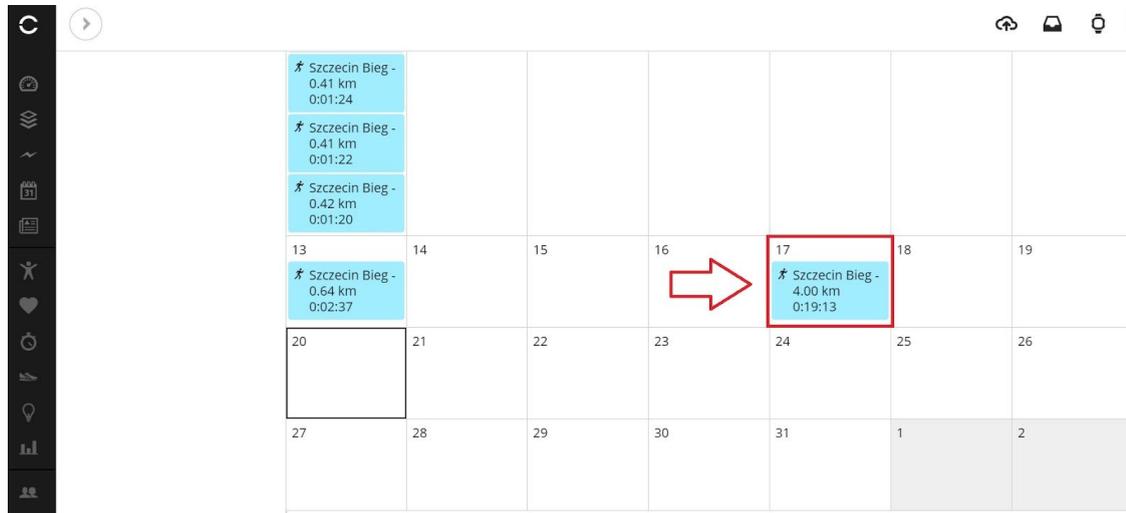
Wie kann ich TCX- oder GPX-Dateien von **GARMIN** herunterladen und übertragen?

1. Wir senden das Training von der Uhr / dem Telefon auf eine Computeranwendung: Garmin Connect.

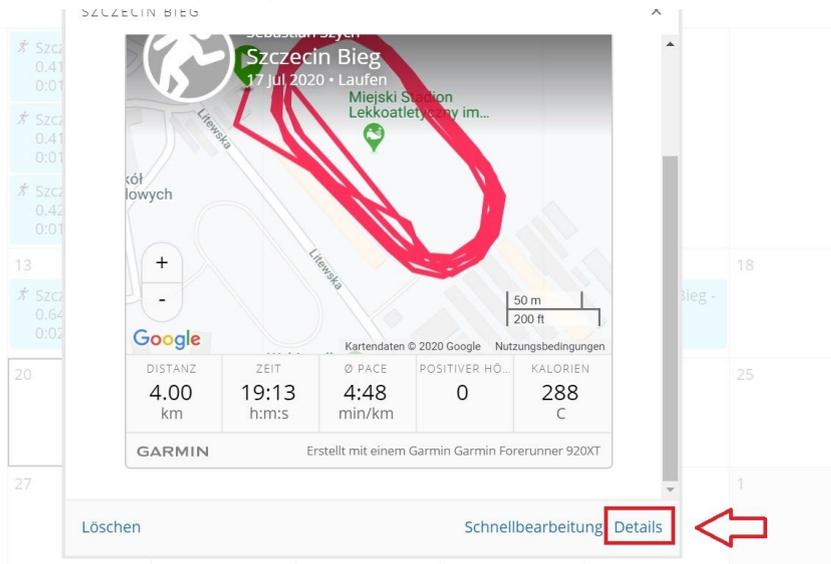
Wir geben eine bestimmte Training in unsere Applikation ein, beispielsweise über den KALENDER.



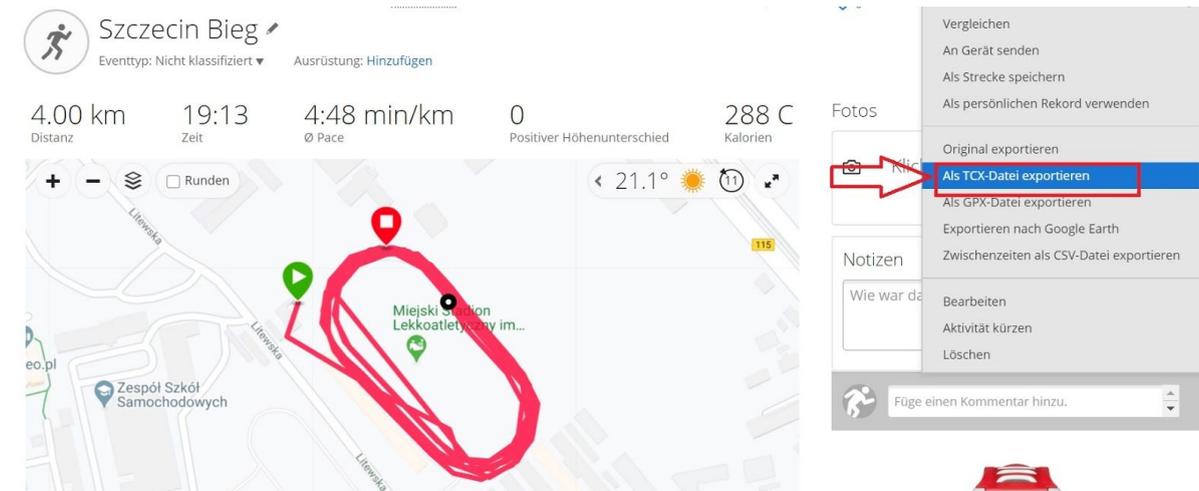
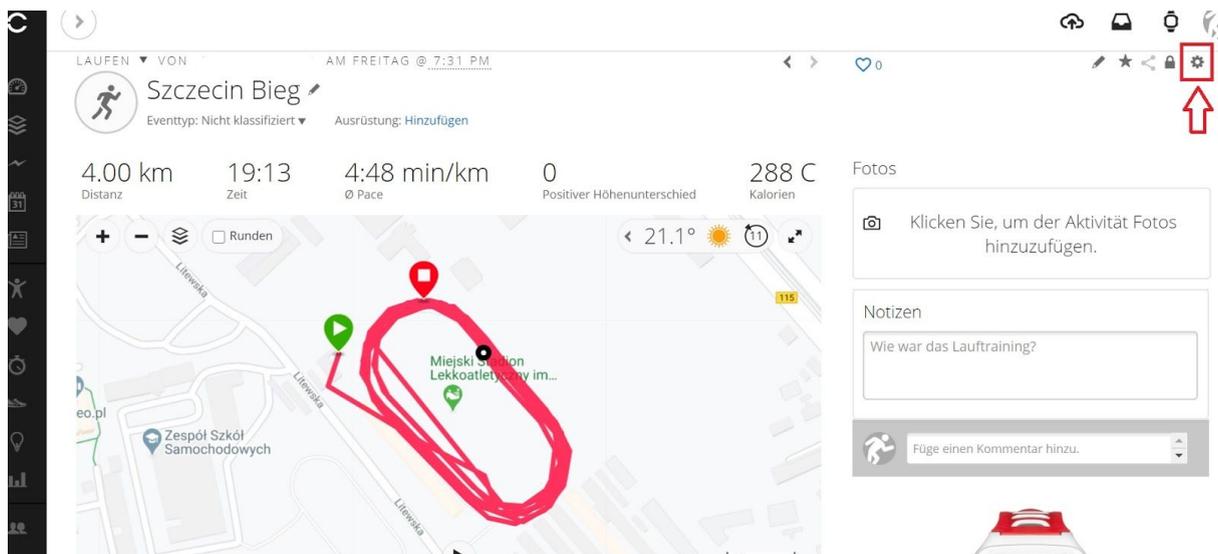
2. Wählen Sie in Garmin Connect die Aktivität aus, die Sie senden möchten, indem Sie die linke Maustaste drücken.



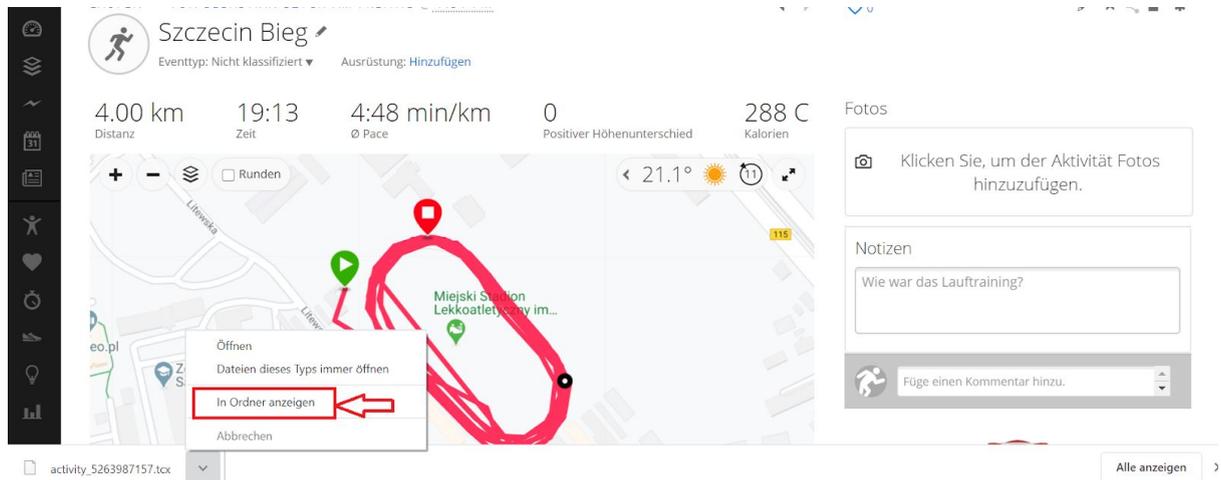
3. Unser Training wird angezeigt. Klicken Sie auf "DETAILS" (unten hervorgehoben).



4. Die Trainingsdetails werden angezeigt. Drücken Sie auf die graue "Rolle" in der oberen rechten Ecke (sie ist unten rot markiert). Nach dem Drücken der "Rolle" wählen Sie "Als TCX-Datei exportieren".



5. Unsere laufende Datei wird in den Ordner heruntergeladen, in den Benutzerdateien heruntergeladen werden. Drücken Sie den Pfeil und "Im Ordner anzeigen" (siehe unten).



6. Unsere Trainingsdatei wird in dem Ordner angezeigt, den wir unserem Lauf hinzufügen.

