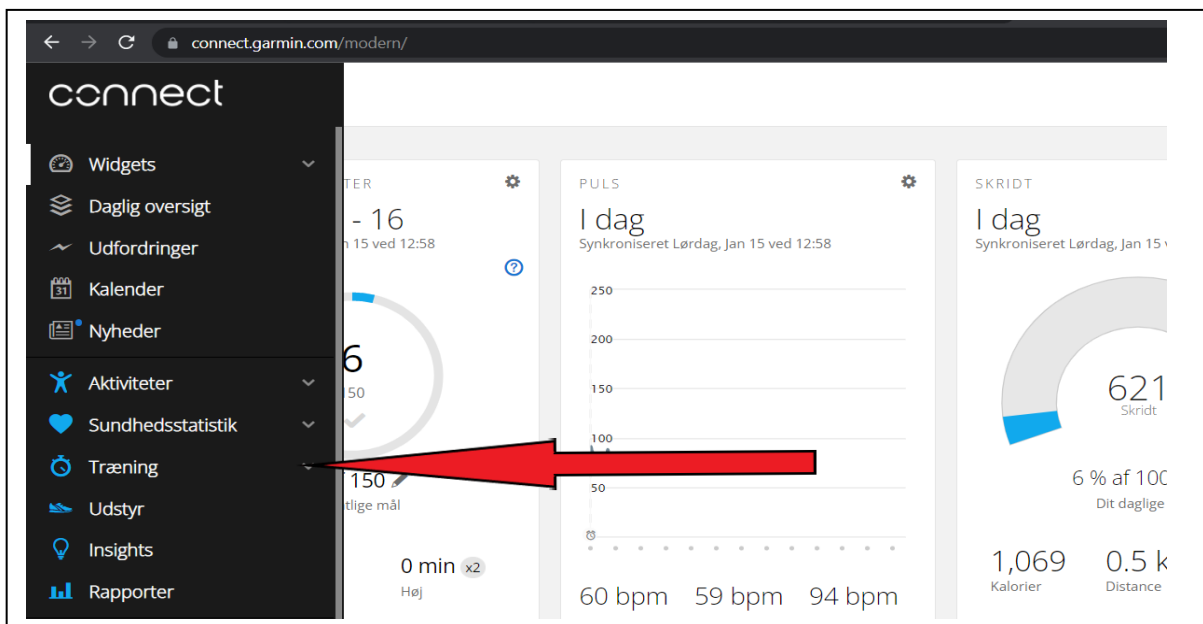
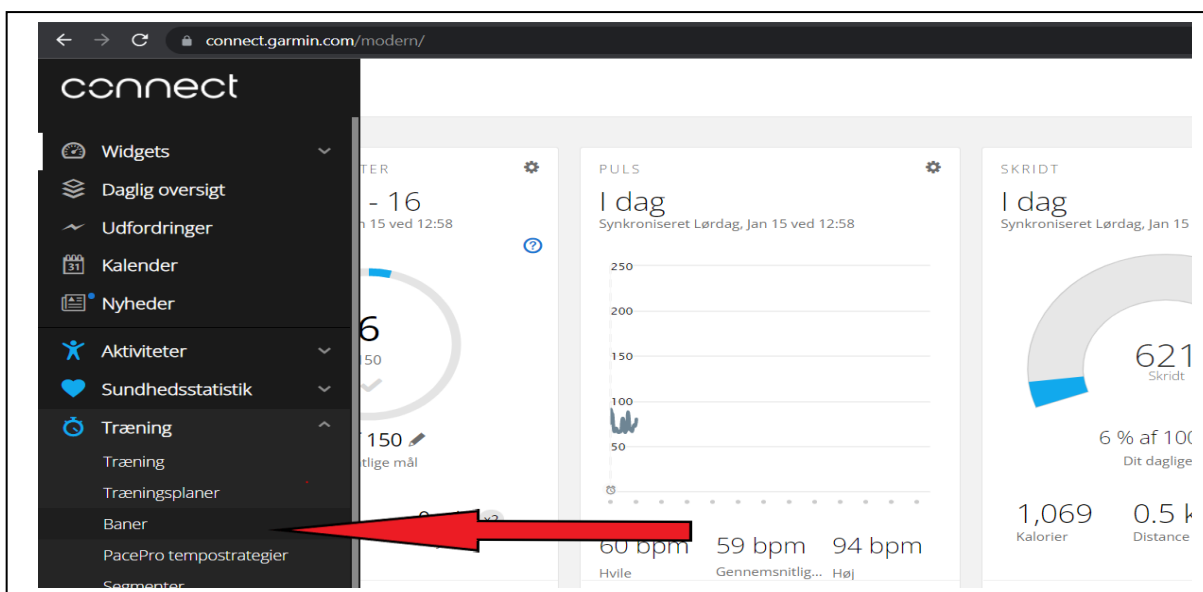


# Sådan overfører du GPX-filer til dit Garmin-ur

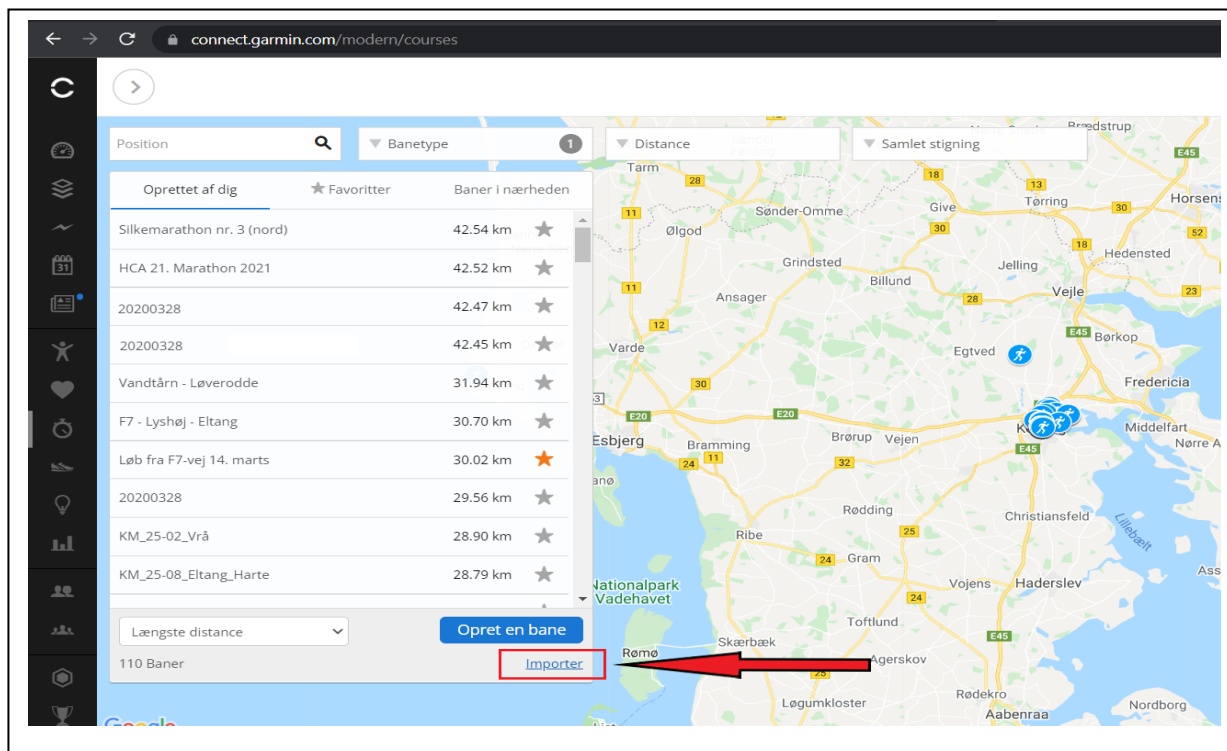
1. Log ind på din Garmin Connect konto i en web-browser.  
Adressen er [connect.garmin.com](https://connect.garmin.com)
2. I navigationsmenuen till venstre vælg 'Træning'.



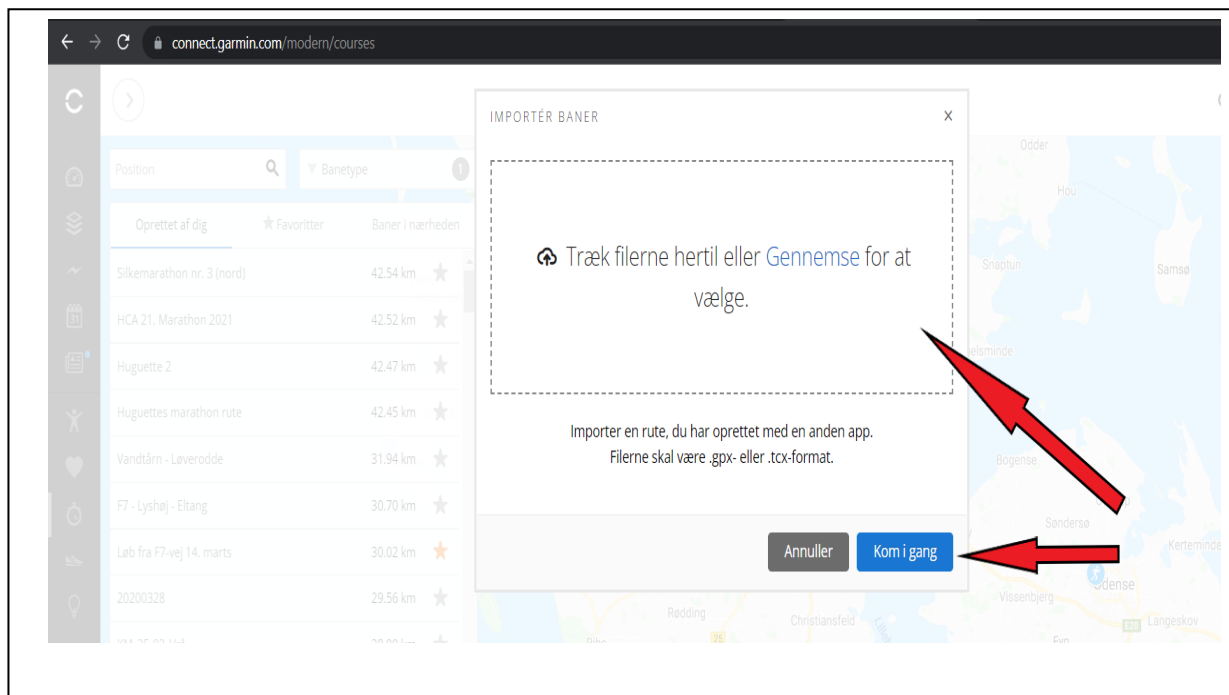
3. Vælg nu 'Baner'.



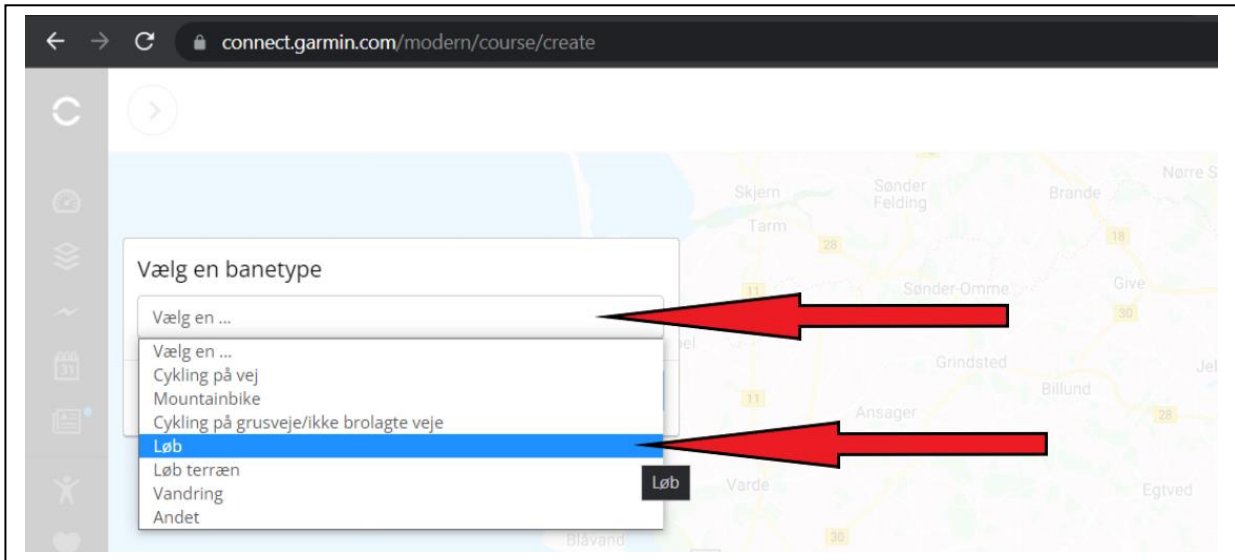
#### 4. Klik på 'Importer'.



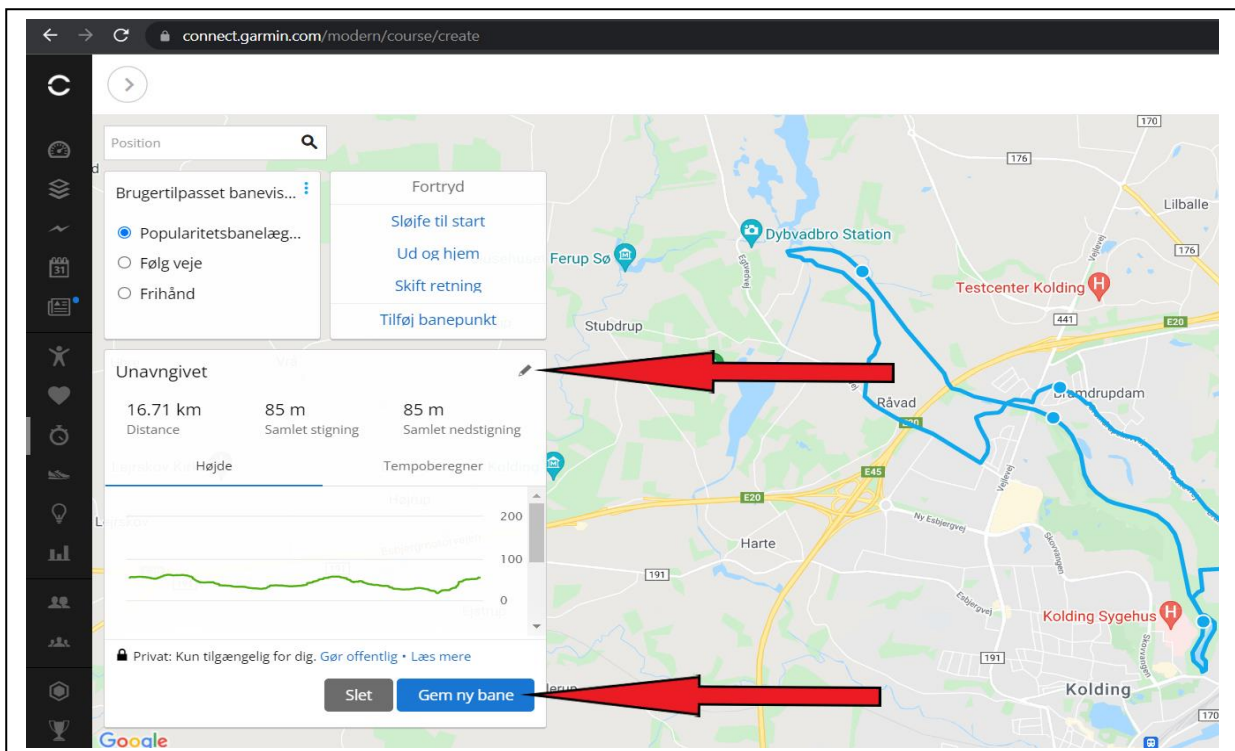
#### 5. Træk gpx-filen som du har downloadet fra KM's hjemmeside, hen i feltet eller klik på 'Gennemse' for at vælge filen du vil importere. Klik derefter på 'Kom i gang'



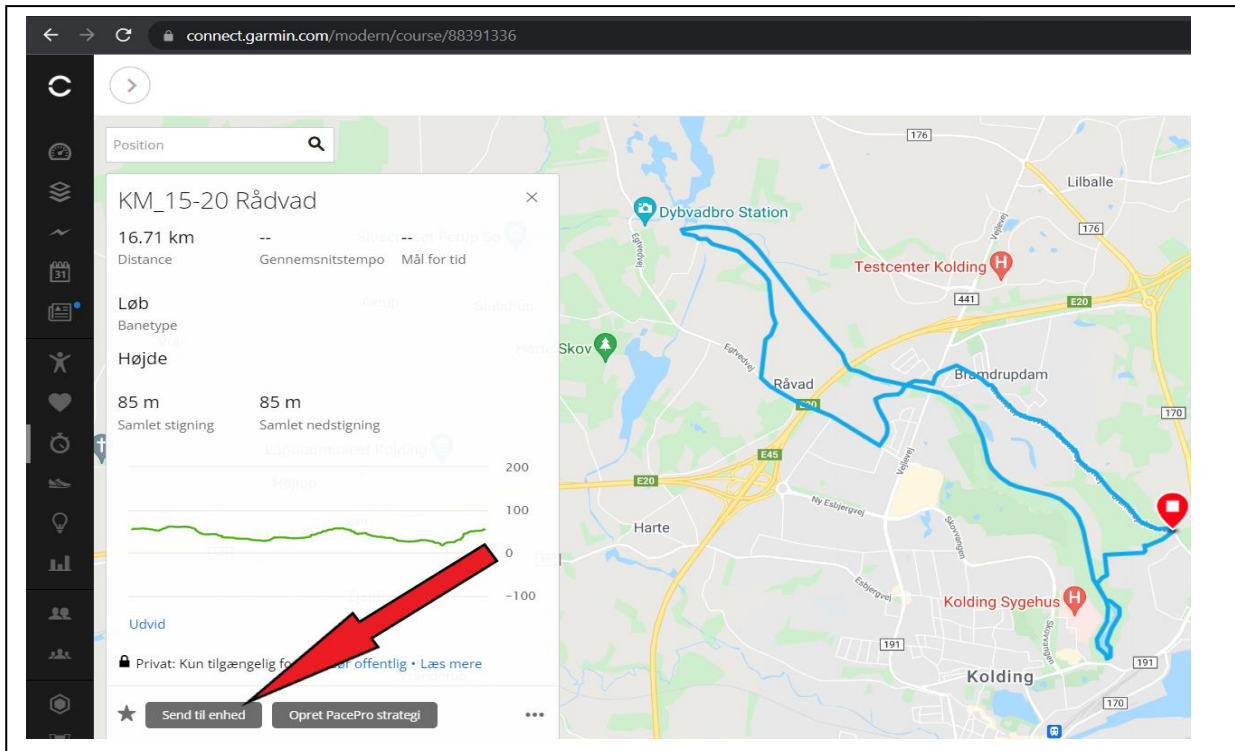
## 6. Vælg banetype 'Løb' i dropdown-menuen



## 7. Tryk på blyant-symbolet for at navngive ruten. Benyt her gerne samme navn som gpx-filens. Tryk herefter på 'Gem ny bane'.



8. Klik nu på 'Send til enhed'.



9. Klik igen på 'Send til enhed'.

Ruten overføres nu til dit ur næste gang du synkroniserer dette i Garmin Connect.

