

GPS-Fahrradcomputer Garmin Edge 305

Strampeln mit System

Das Fahrrad ist für Sie mehr als nur ein Fortbewegungsmittel? Nämlich ein wichtiges Trainingsgerät? Oder sogar Ihre Leidenschaft? Dann sollten Sie sich den GPS-Fahrrad-Computer »Edge 305« von Garmin ansehen. Im Praxistest stellen wir den kleinen Trainingspartner auf die Probe.

● Zugegeben: Der Autor dieses Tests ist kein Fahrrad-Fanatiker, verfolgt nicht die Tour de France und würde auch niemals selbst ein Rennen bestreiten. Aber hin und wieder eine Runde mit dem Rad durch den Englischen Garten in München oder an der Isar entlang - das findet auch er höchst entspannend. Und für die Fitness ist es auch nicht zu verachten, zumal wenn man einen Großteil seines Lebens am Schreibtisch oder im Testlabor verbringt.

Insofern stellt der Autor vielleicht nicht den typischen Anwender für einen GPS-Fahrradcomputer wie den »Edge 305« von Garmin dar. Der Sinn eines solchen Geräts liegt darin, das Training genau zu dokumentieren und die Möglichkeit zu schaffen, umfangreiche Analysen vorzunehmen und gezielter zu trainieren. Laut Garmin ist der Edge jedoch für »alle Fahrradsportler« geeignet - also müssten auch Freizeit-Radler wie der Autor etwas von dem Gerät haben.

Um es gleich vorweg zu nehmen: Der Edge ist kein Navigationsgerät im eigentlichen Sinne. Zwar bietet er auch einfache Navi-Funktionen und kann mit geplanten Routen aus dem Internet bestückt werden; aber vornehmlich dient er zum detaillierten Erfassen von Trainingsdaten und als Hilfsmittel zum effizienten Trainieren. Für die Orientierung während einer mehrtägigen Fahrradtour um den Bodensee oder durch Ostfriesland benötigen Sie ein richtiges Navigationsgerät, da hilft Ihnen der Edge eher wenig.

Volle Kontrolle

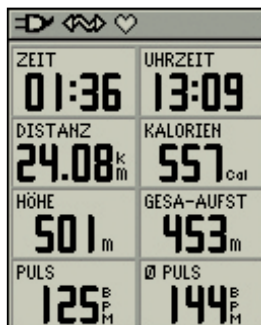
Der Edge 305 stammt aus derselben Geräte-Serie wie der Forerunner 305, den wir auf den vorigen Seiten testeten. Während der Lauf-Trainer ans Handgelenk passen muss, ist am Fahrrad doch etwas mehr Platz - und daher verfügt der Edge auch über ein größeres Gehäuse und ein etwa ein Drittel größeres Display



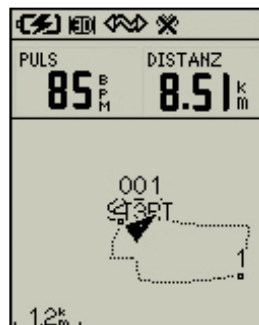
Klein wie ein Handy, aber mit GPS, Höhenmesser und Puls- sowie Trittfrequenz-Messung: Der Garmin Edge 305 bietet Radsportlern umfangreiche Möglichkeiten, ihr Training zu dokumentieren.

mit 128 mal 160 Pixeln. Das ist von Vorteil, denn auf dem Fahrrad wäre es sonst etwas schwierig, die kleinen Zahlen abzulesen.

Das Gerät ist mit 94 mal 44 mal 23 Millimetern etwa so groß wie ein Handy und wiegt 88 Gramm. Es ist völlig wasserdicht, lässt sich maximal 30 Minuten unter Wasser tauchen. Das reicht auch für strömenden Regen. Wie der Forerunner wird der Edge einhändig mit fünf seitlichen und zwei vorderen Tasten gesteuert - diese liegen aber noch weiter auseinander, sind also auch mit dickeren Handschuhen problem-



Das Display stellt bis zu acht Werte in Echtzeit gleichzeitig dar



Die Route wird per GPS erfasst und im Gerät gespeichert



Mittig am Lenkervorbau montiert, stört der kleine GPS-Fahrradcomputer nicht und ist gut abzulesen



Dieser Sensor nimmt gleichzeitig die Trittfrequenz des Pedals und die Drehgeschwindigkeit des Hinterrads wahr - und schickt sie per Funk an den Edge 305

los zu betätigen. Der Edge 305 ist in der Lage, viele verschiedene Daten zu erfassen und zu speichern: Zunächst die genaue Zeit, auch mehrere wiederholte Runden sind einfach aufzuzeichnen. Mittels des eingebauten Sirf-III-GPS-Empfängers weiß er auch die genaue Position, mit dem im Lieferumfang enthaltenen Pulsmesser die Herzfrequenz, mit dem ebenfalls im Lieferumfang befindlichen Trittmesser die Trittfrequenz. Der Trittmesser dient auch dazu, weiterhin die Geschwindigkeit zu ermitteln, wenn einmal der GPS-Empfang ausfällt. Und nicht zuletzt enthält das Gerät einen barometrischen Höhenmesser, durch den ein genaues Höhenprofil aufgezeichnet wird. Aus all diesen Werten errechnet das Gerät dann noch viele weitere - beispielsweise die zurückgelegte Strecke, die Geschwindigkeit und den Kalorienverbrauch.

Alle Daten lassen sich während desfahrens ständig in Echtzeit ablesen. Außerdem kann man sie direkt am Gerät nach dem Training als Protokoll ansehen. Viel komfortabler geht es allerdings mit dem PC: Per USB schließt man das Gerät an den PC an, auf Knopfdruck werden die Trainingsdaten übertragen und grafisch veranschaulicht. Der eingebaute Akku des Edge wird per USB oder dem mitgelieferten Netzteil geladen und reicht für etwa 12 Stunden Betrieb.

Pulsmesser und Trittfrequenz-Sensor

Vor dem Training sollten Sie sich eingehend mit dem Edge 305 beschäftigen, damit Sie gleich im vollen Umfang davon profitieren. Die ausführliche deutsche Bedienungsanleitung hilft dabei. Wenn Sie Ihr Geburtsdatum und Gewicht eingeben, errechnet das System automatisch die empfohlene maximale Herzfrequenz, die Sie dann auch beim Trainieren mit einbeziehen können. Auch die Uhrzeit und Zeitzone sollten Sie eingeben, damit die GPS-Position schneller errechnet werden kann.

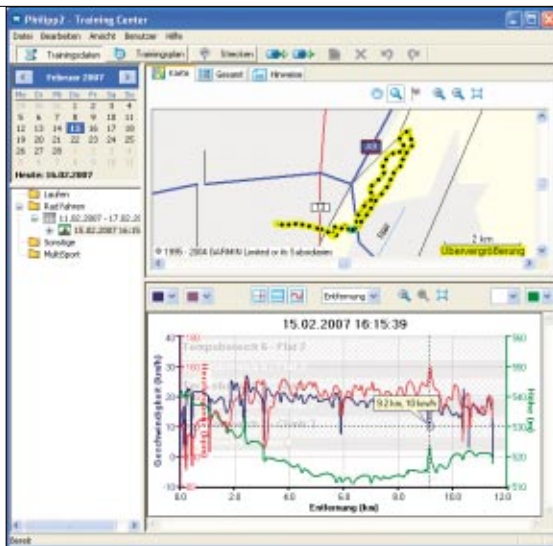
Außerdem lässt sich die Anzeige ganz nach Wunsch konfigurieren - Sie sehen beim Radeln nur die Werte, die Sie wirklich interessieren. Wollen Sie beispielsweise nur die Geschwindigkeit sehen, erscheint auch nur dieser Wert in besonders großen Zahlen auf dem Display. Sie können aber auch bis zu acht Werte entsprechend kleiner anzeigen lassen. Zwei solche Bildschirme dürfen Sie programmieren.

Schließlich schnallen Sie sich noch den Pulsmesser um die Brust und stellen sicher, dass der Edge Funkverbindung zu ihm hat. In der ausführlichen deutschen Anleitung steht, wie Sie dies bewirken.

Auch Ihr Fahrrad sollten Sie vor dem ersten Einsatz sorgfältig vorbereiten: Das Gerät selbst befestigen Sie mit der mitgelieferten Halterung am besten am Lenkervorbau in der Mitte des Lenkers. Dank der Befestigung können Sie den Edge jederzeit blitzschnell abnehmen. Etwas aufwändiger ist die Einrichtung des Trittsensors: Dafür müssen Sie den Sensor selbst am Rahmen befestigen, dann noch einen kleinen Magneten jeweils am Pedal und an einer Speiche. Die Magneten müssen so ausgerichtet sein, dass sie in einem Abstand von höchstens 5 Millimetern beim Sensor vorbeikommen. Der Sensor schickt die empfangenen Daten per Funk an den GPS-Computer - also stellen Sie vor dem Losfahren sicher, dass auch diese Verbindung steht.

Mit Highspeed unterwegs

Der erste Test des Edge führte den Autor in den Nördlichen Englischen Garten, ein riesiges Areal in München mit kaum befahrenen Wegen. Bereits bei der Hinfahrt war ein Unterschied zu bemerken in der Art, wie man mit dem Edge Fahrrad fährt: Man behält ständig den Überblick über den Puls, die Trittfrequenz und die Geschwindigkeit - und wird so automatisch dazu angestachelt, etwas mehr zu leisten als



Die Fahrrad-Runde durch den Nördlichen Englischen Garten lässt sich am PC nach allen Regeln der Kunst analysieren und veranschaulichen

ohne den Edge. Der GPS-Empfänger erfreute durch eine sehr gute Empfangsleistung. Erst mit ihm wird die Berechnung der Geschwindigkeit und der Strecke möglich. Sehr schön ist auch die Auto-Pause-Funktion, die ebenfalls erst durch GPS möglich wird: Der Edge wartete jedes Mal automatisch, wenn der Autor an einer roten Ampel verharrte. Und beim Losfahren startete auch der Edge wieder mit seinen Aufzeichnungen.

Das Display ist während der Fahrt gut abzulesen, auch bei starkem Sonnenlicht. Werden nur ein bis zwei Werte dargestellt, so ist die Zahl komfortabel groß. Nutzt man die hohe Auflösung des Displays, dann wird die Schrift etwas zu klein, um sie in aufrechter Sitzhaltung zu lesen.

Allerdings sieht das bei Rennradfahrern anders aus, die den Kopf näher am Lenker haben. Der barometrische Höhenmesser funktioniert prima, selbst in einer so flachen Stadt wie München - jede Straßen-Überführung wird exakt wahrgenommen, auch kleinere Höhenunterschiede lassen sich auf dem Display in grafischer Form mitverfolgen.

Hat man einmal seine Standard-Runde aufgezeichnet, kann man sie beim nächsten Mal zum Vergleich mitlaufen lassen - dann erscheint am Display ein so genannter »Virtual Partner«, der je nach der aktuellen Leistung vor oder nach einem zu sehen ist. Das motiviert noch mehr, beim Trainieren alles zu geben.

Damit man es aber nicht übertreibt, kann man verschiedene Warnfunktionen einstellen: Dann meldet sich der Edge beispielsweise, wenn man sich zu sehr dem Maximalpuls nähert oder übernatürlich schnell fährt. Auch untere Grenzen lassen sich einrichten - dann meckert der GPS-Computer, sobald man zu sehr trödelt. Mit all diesen und vielen weiteren praktischen Funktionen stellt man sicher, dass das Training möglichst viel bringt - und zwar genau nach den eigenen Vorgaben.

Richtig genial fällt die Nachbetrachtung des Trainings aus: Blitzschnell hat man per USB die Daten an das mitgelieferte Programm »Training Center« übertragen und sieht anhand von bunten Diagrammen, was man geleistet hat. Das Programm zeigt beispielsweise äußerst anschaulich den Verlauf des Pulses im Vergleich zur Meereshöhe oder Trittfrequenz. Zu jedem Punkt, den man im Diagramm anklickt, leuchtet gleichzeitig die zugehörige GPS-Position auf - so lässt sich die Fahrt äußerst genau analysieren.

Das alles ist mit Sicherheit für Profis und ambitionierte Hobby-Radfahrer hochinteressant und wertvoll, um das Training zu perfektionieren und Schwächen auszubügeln. Und dem gelegentlichen Freizeit-Radler bringt es eine große Genugtuung - selten sieht man so klar vor Augen, was man gerade sportlich geleistet hat.

(Philipp Rauschmayer)

Preise:

- Variante 1 - Bundle mit Brustgurt und Geschwindigkeits- und Trittfrequenz-Sensor: 429 Euro.
- Variante 2 - Bundle mit Brustgurt: 399 Euro.
- Variante 3 - Bundle mit Geschwindigkeits- und Trittfrequenz-Sensor: 399 Euro.

Bezugsquelle: Fachhandel (Übersicht unter garmin.de/haendler/haendler-finden.php im Internet)
Vertrieb: GPS GmbH, Lochhamer Schlag 5a, 82166 Gräfelfing, Internet www.garmin.de

Fazit

- Die totale Überwachung beim Radfahren: Mit dem Edge 305 wird es Radsportlern sehr einfach gemacht, alle wichtigen Trainingsdaten in Echtzeit mitzuverfolgen und aufzuzeichnen, um sie später zu analysieren. Auch Trainingspläne lassen sich aufstellen und mit Hilfe des Geräts umsetzen. Der Edge ist kompakt und sehr solide verarbeitet. Die Sensoren und der GPS-Empfänger funktionieren tadellos, und die Auswertung am PC ist eine Freude. Lediglich die Navigations-Funktionen sind etwas spartanisch ausgefallen - allerdings ist der Edge 305 auch kein Navigerät, sondern ein Fahrrad-Trainingscomputer.

NAVI magazin
2/2007

Garmin Edge 305

- + Hoher Nutzwert beim Training
- + Mit GPS und Höhenmesser
- + Mit Puls- und Trittfrequenz-Messung
- + Bequeme Auswertung am PC
- Nur rudimentäre Navigations-Funktionen

SEHR GUT