

DOWNLOAD 02 · WERKZEUG-SETUP

Garmin Approach R10 Setup für Senior-Golfer

Die Schritte, mit denen ich meinen R10 seit 2023 konsequent nutze — von der ersten Inbetriebnahme bis zum täglichen Range-Routine-Setup.

Was du brauchst

- Garmin Approach R10 (ca. 600 €)
- Smartphone oder iPad mit Garmin Golf-App (kostenlos)
- Stativ oder stabile Auflage (Range-Bank reicht)
- Geladenes Gerät (USB-C, hält etwa 10 Stunden)

Erstinbetriebnahme (einmalig, 20 Minuten)

1. Garmin Golf-App aus App Store / Play Store laden, Account anlegen.
2. R10 einschalten (Knopf 3 Sekunden halten), in der App auf „Gerät hinzufügen“ → Bluetooth-Pairing.
3. Firmware-Update prüfen — meistens gibt es eines beim ersten Mal.
4. Im Menü „Schlägersatz“ alle deine Schläger anlegen: D1, W3/5/7/9, Hybrid, Eisen 4–9, PW, GW, SW, LW, Putter.
5. Lieblings-Reihenfolge festlegen (App: Schläger → Sortieren) — spart später jedes Mal Tipparbeit.

Range-Setup (jedes Mal, 2 Minuten)

6. R10 auf Stativ — 2 Meter hinter dem Ball, mittig zur Ziellinie.
7. R10 einschalten, in der App „Driving Range“ wählen.
8. Vor jedem Schlag: Schläger in der App auswählen (oder Sprachsteuerung „Schläger 7 Eisen“).
9. Schlagen. Daten erscheinen sofort.
10. Nach der Session: „Session beenden“ → kommt in deine History.

TIPP AUS 4.063 SCHLÄGEN

iPad statt iPhone nehmen. Großer Bildschirm = du siehst Streukreis, Trend und Vergleich zur letzten Session in einem Blick. Ich nutze ein iPad mini, das passt in die Bag-Seitentasche.

Wichtige App-Einstellungen

- Einheiten auf Meter & m/s (Senior-Tipp: in Deutschland einfacher zu verstehen als yards & mph).
- „Median statt Best“ anzeigen — Garmin zeigt sonst nur die Bestleistung, was für Trainings-Analyse nicht hilfreich ist.
- Wetter-Daten aktivieren — App holt Temperatur und Druck automatisch (für späteres Trend-Filtern wertvoll).
- Auto-Erkennung „Schläger“ ausschalten — funktioniert bei Senior-Schlägern oft schlecht, lieber manuell.

Was der R10 NICHT kann

Ehrlich, weil es viele Senior-Golfer enttäuscht erleben:

- Putter messen — funktioniert nicht zuverlässig. Für Putt-Tests Bleistift+Protokoll nehmen (Performance-Tests P1–P4).
- Chip-Schläge unter 20 m — zu wenig Daten, oft falsch erkannt. Eher mit Bebrassie tracken.
- Tour-Pro-Präzision — der R10 hat ca. 3 % Abweichung zu einem 8.000 €-Trackman. Für Trends OK, für Einzelschlag-Analyse nicht.

Daten exportieren

11. In der App: History → Session auswählen.
12. Oben rechts → „Teilen-Symbol“ → „CSV exportieren“.
13. Per E-Mail an dich selbst senden.
14. CSV am PC öffnen, in deine Excel-Vorlage (Download 01) übertragen.

SETUP-FEHLER, DEN ICH GEMACHT HABE

Anfangs habe ich den R10 zu nah am Ball aufgestellt (1 Meter statt 2). Das verfälscht die Spin-Messung. Daumenregel: 2 Meter horizontal hinter dem Ball, in Augenhöhe der Schlagfläche.