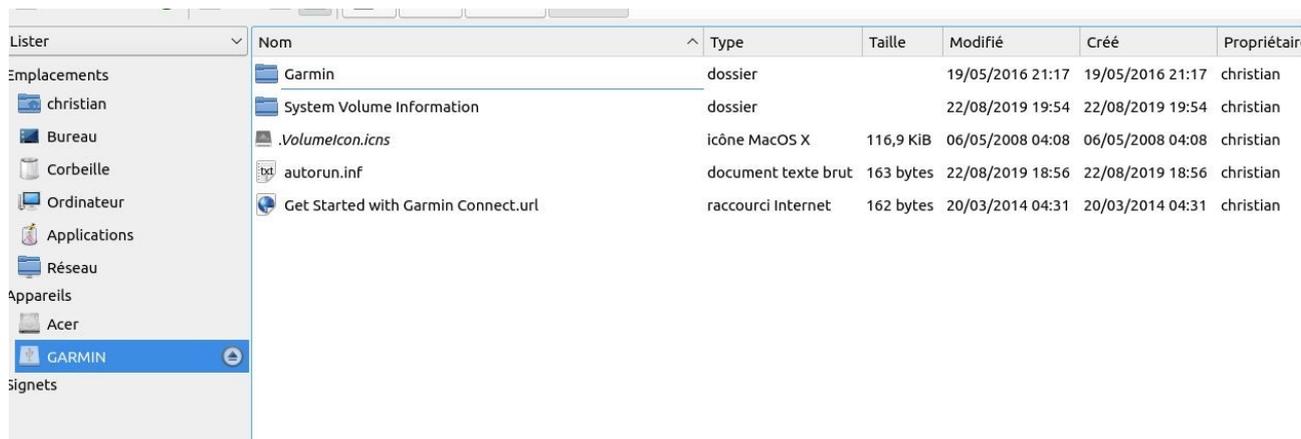


Dans ce tuto nous allons voir comment échanger des fichiers du GPS vers le PC, sans passer par l'interface web de GARMIN CONNECT.

(Les opérations qui suivent peuvent servir à ceux qui utilisent le système d'exploitation Linux et possèdent un compte web Garmin.)

Au moyen de votre cordon USB Garmin connectez votre GPS à votre PC  
Une fenêtre devrait s'ouvrir.

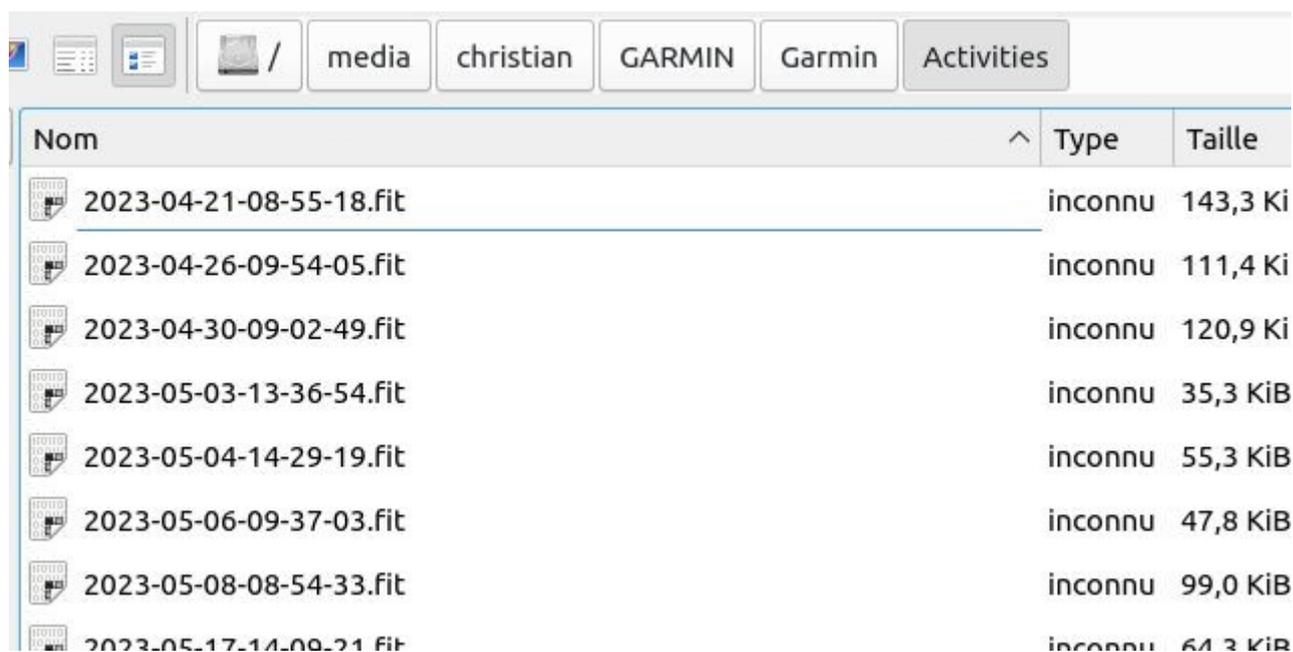


Ouvrez le dossier **Garmin**

Le premier dossier qui nous intéresse est le dossier **ACTIVITIES**

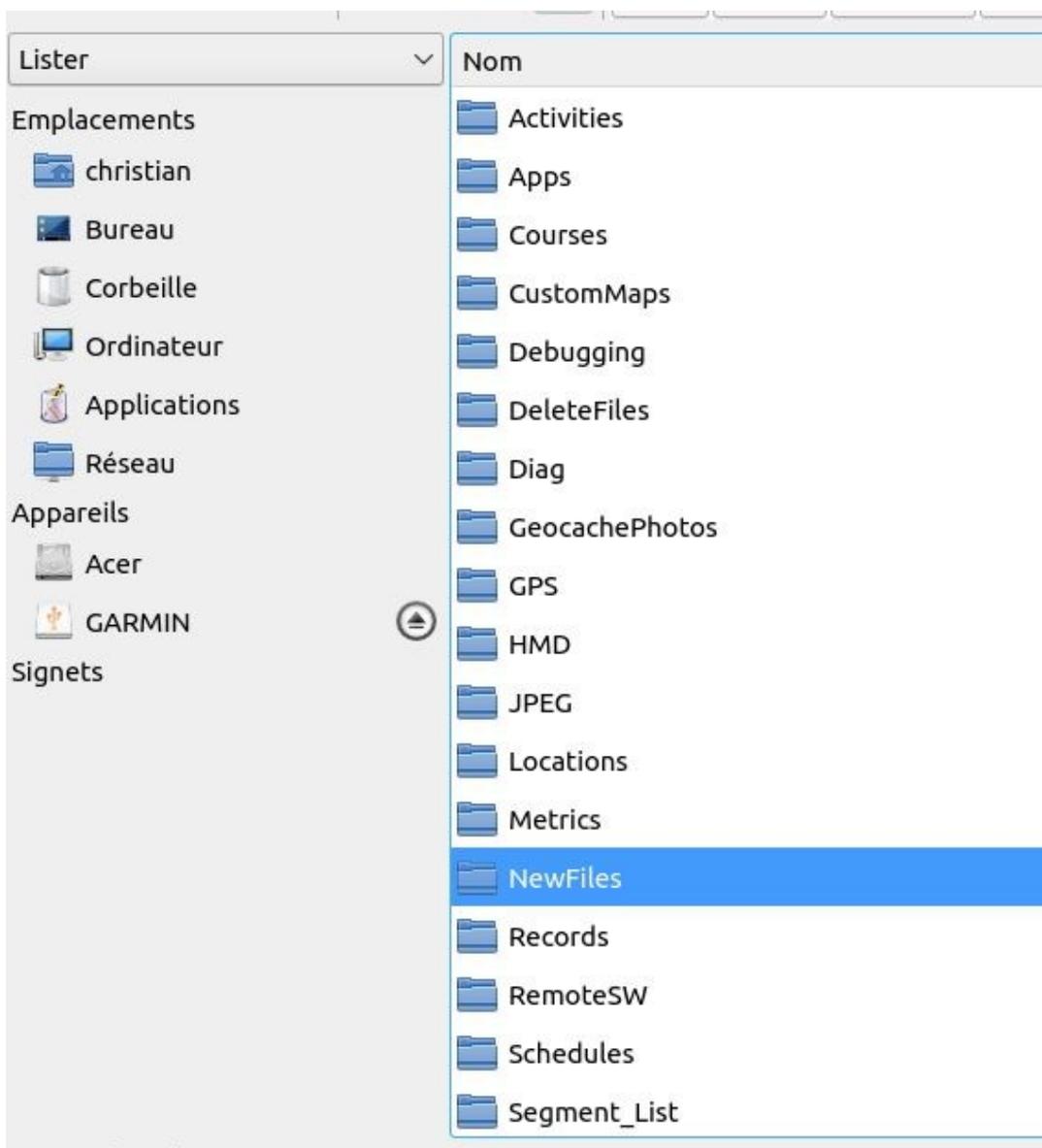
Ouvrez ce dossier et vous découvrirez vos traces classées par dates au format propriétaire Garmin " **.Fit**"

(Pour les utilisateurs Linux ce sont ces fichiers que vous pouvez importer sans GARMIN CONNECT et qui seront valides dans l'interface web.)



Le deuxième dossier qui nous intéresse est **NEW FILE**

C'est dans ce dossier que vous viendrez copier des traces au format **GPX** afin de les retrouver au menu **PARCOURS** sur le GPS et ainsi suivre une trace que vous aurez créée ou récupérée sur un site ou construite à partir d'un programme ([Brouter web client](#), [OpenRunner](#), [Komoot](#), [Strava](#), [qmapshack](#), Etc.....)



Un troisième dossier **Courses** vous permettra de supprimer les parcours que vous avez chargé afin de suivre une trace (traces GPX récupérées ou tracées par vous même)

Voilà vous savez l'essentiel, pour le reste je vous laisse fouiller pour découvrir toutes les subtilités de Garmin.

PS : pour toutes les plate-formes (Linux Mac Windows) le programme [Turtle sport](#) permet aussi de gérer votre activité et récupérer vos traces.