

# iConsole



## Manuale istruzioni



## CONTENUTI

Istruzioni accoppiamento Bluetooth per tablet Android	01
Istruzioni connessione cavo/Tunelinc per tablet Android	03
Istruzioni accoppiamento Bluetooth per cellulari Android	04
Istruzioni connessione cavo/Tunelinc per cellulari Android	06
Istruzioni accoppiamento Bluetooth per iOS	07
Istruzioni connessione cavo/Tunelinc per iOS	10
Inserimento dati profilo utente	13
Istruzioni settaggio programmi pre impostati per tablet	18
Istruzioni settaggio programmi pre impostati per cellulari	21
Istruzioni settaggio programma manuale Quick Start per tablet	24
Istruzioni settaggio programma manuale Quick Start per cellulari	26
Istruzioni settaggio programmi HRC per tablet	28
Istruzioni settaggio programmi HRC per cellulari	31
Istruzioni settaggio programma WATT per tablet	33
Istruzioni settaggio programma WATT per cellulari	35
Istruzioni settaggio programma iRoute	37
Riepilogo allenamenti	42
Istruzioni settaggio MapMyFitness	44
Istruzioni settaggio iRoute	47
Condividi i tuoi allenamenti	50
Pianifica il target dell'allenamento	53
Agenda allenamenti effettuati	55
Riepilogo allenamenti effettuati	56



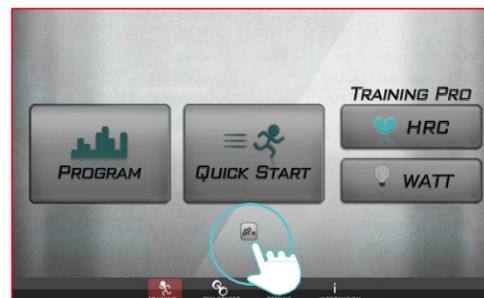
## Istruzioni accoppiamento Bluetooth tablet Android

1



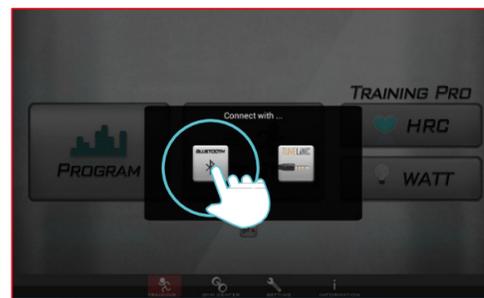
Prima effettuare download iConsole+ da Google play  
sistema minimo richiesto:  
1280\*800 Android 4.3 o superiore.  
Bluetooth single 4.0 (BLE) compatibile

2



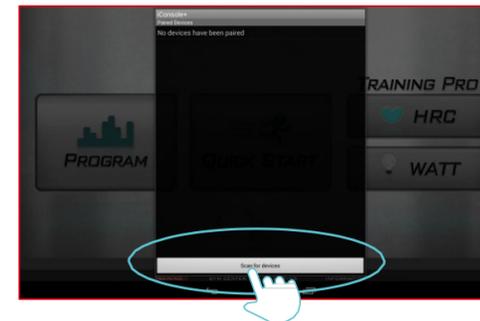
Alla fine del download,  
lanciare la APP cliccando  
il bottone centrale in basso.

3



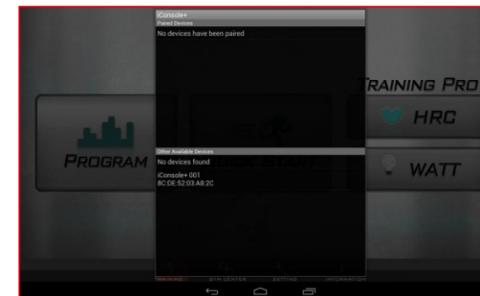
Selezionare Bluetooth  
per attivare il collegamento.

4



Premere "SCAN FOR DEVICES"  
per attivare la ricerca.

5



Controllare sul dispositivo e  
inserire il codice di default: 0000

6



Accoppiamento riuscito,  
proseguire nella APP.

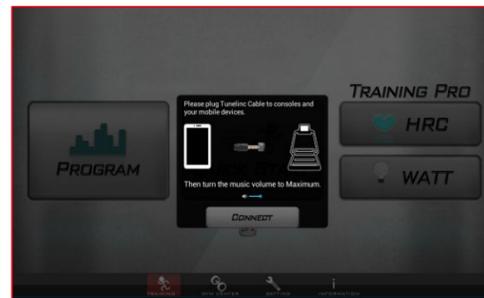
## Istruzioni connessione cavo/Tunelinc tablet Android

1



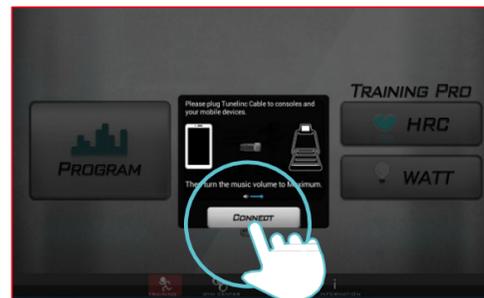
Selezionare Tunelinc per attivare la connessione.

2



Collegare con cavetto audio.

3



Premere CONNECT

4



Connessione riuscita, proseguire nella APP.

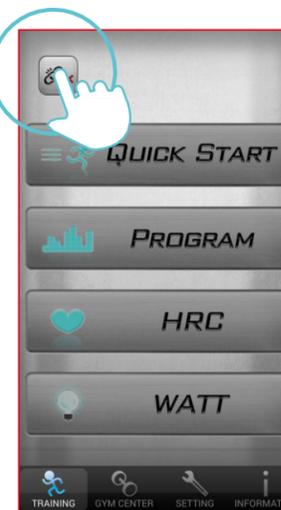
## Istruzioni accoppiamento Bluetooth cellulari Android

1



Prima effettuare download iConsole+ da Google play sistema minimo richiesto: 480\*800, 720\*1280, 1280\*800 Android 4.3 o superiore. Bluetooth single 4.0 (BLE) compatibile

2



Alla fine del download, lanciare la APP cliccando il bottone alto a sinistra.

## Istruzioni connessione cavo/Tunelinc cellulari Android



3 Selezionare Bluetooth per attivare la connessione.



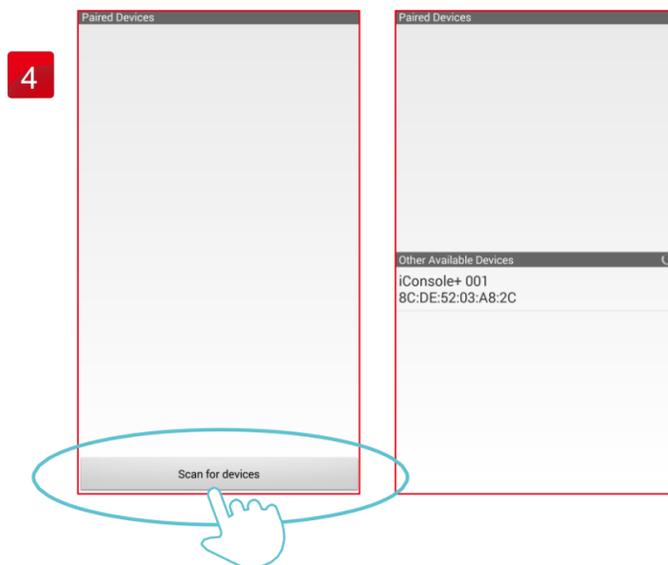
1 Selezionare Tunelinc.



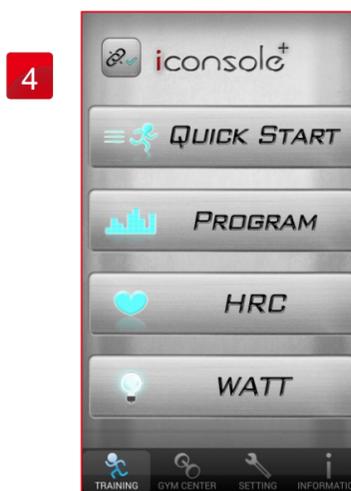
2 Collegare cavo audio.



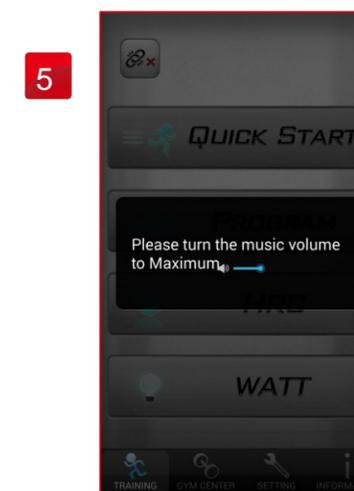
3 Premere CONNECT



4 Premere: "Scan for devices" per attivare la ricerca, cliccare sul dispositivo e inserire il codice di default: 0000



4 Connessione riuscita, entrare nella APP.

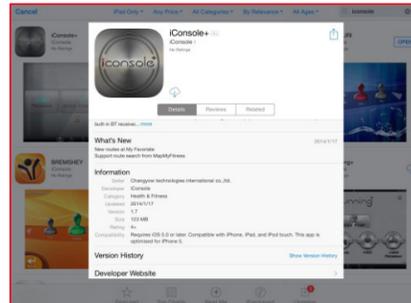


5 Durante la connessione mettere il volume al max e non modificarlo, per evitare disconnessioni.



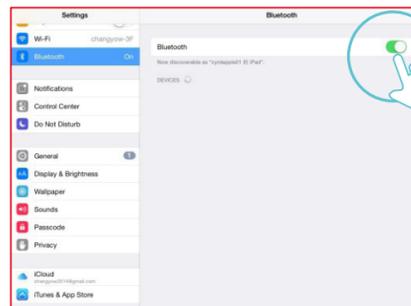
## Istruzioni accoppiamento Bluetooth iOS

1



Prima effettuare download iConsole+ da APP STORE, sistema minimo richiesto: iOS 8 o superiore. Bluetooth single 4.0 (BLE) compatibile

2



Attivare Bluetooth e lanciare la APP.

3



Cliccare il pulsante per attivare collegamento.

4



Cliccare bottone Bluetooth.

5



Selezionare il dispositivo trovato.

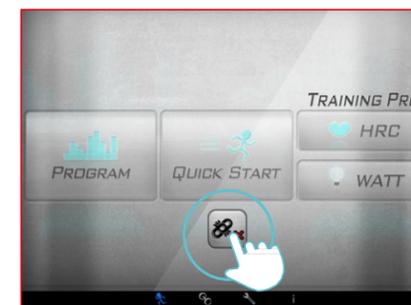
## Istruzioni collegamento cavo/Tunelinc per iOS

5



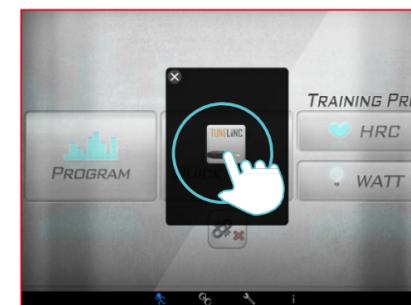
Connessione completata.

1



Cliccare il pulsante per attivare collegamento.

2



Premere pulsante Tunelinc.

3



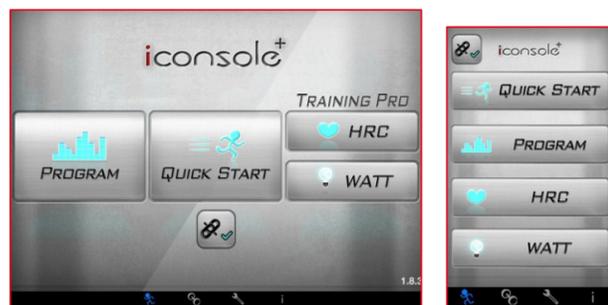
Collegare cavo audio e regolare il volume dal 70% al 90%.

4



Premere pulsante "CONNECT".

5



Entra nella APP.

6



Durante la connessione non modificare il livello del volume, per evitare la disconnessione.

## NOTE & AVVERTENZE

- 1) Nel caso di mancata comunicazione del protocollo, la App continua a mandare un segnale aspettando il riconoscimento. Passati più di 15 secondi, automaticamente TUNELINC va in off line, sarà quindi necessario effettuare un reset del dispositivo e riprovare i vari passaggi per ripristinare il collegamento.
- 2) TUNELINC's utilizza un cavo audio con connettore a 4 pin, lunghezza max 50cm.

- 3) TUNELINC's garantisce il funzionamento solo con cavi audio di alta qualità. Se si utilizza un cavo audio non-originale, si potrebbe avere un collegamento non perfetto che precluderà il normale funzionamento, tutto questo non sarà soggetto alla garanzia fornitore.
- 4) Dopo aver inserito Tunelinc nel jack del dispositivo, non ruotarlo o piegarlo. Il cavo audio potrebbe avere un'effetto induttivo che ne precluderà la corretta trasmissione.
- 5) Quando si utilizza il cavo Tunelinc, non effettuare la ricarica per ridurre le interferenze con la trasmissione dati.
- 6) Non utilizzare il cavo audio Tunelinc in un ambiente umido.
- 7) Per operare, APP iConsole necessita di incrementare il livello del volume, se appaiono sul display del dispositivo messaggi di attenzione, confermalì e proseguire.
- 8) Se si connettono contemporaneamente Bluetooth e Tunelinc, la console selezionerà il Bluetooth come principale.

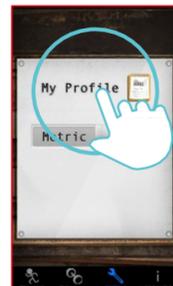
«Alcuni dispositivi elettronici, potrebbero NON essere supportati e/o compatibili.»

# Inserimento dati profilo utente

1



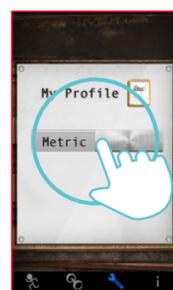
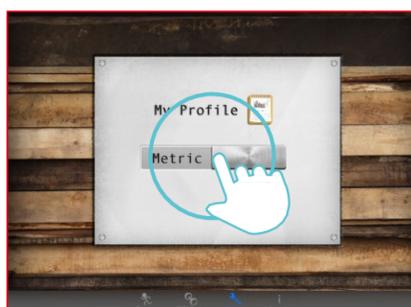
iPad



iPone

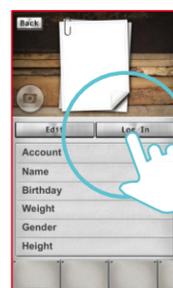
“impostazione”  
modifica profilo utente

2



Selezionare  
Anglosassone / Metrico

3



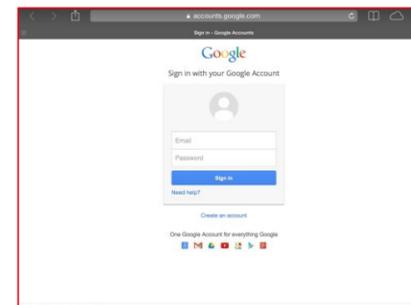
La prima volta,  
l'utente deve registrarsi.  
Premere “LOG IN”

4



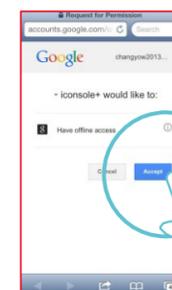
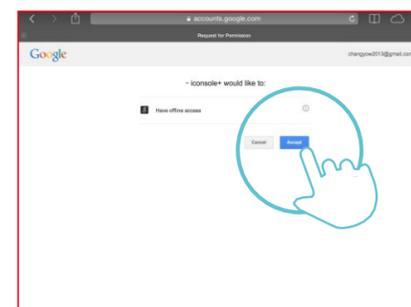
Registrarsi utilizzando il proprio  
account Google/ Facebook ed  
impostare la password.

5



Collegamento mediante  
account Google.

6



Cliccare su “ACCEPT”

7



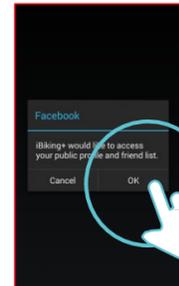
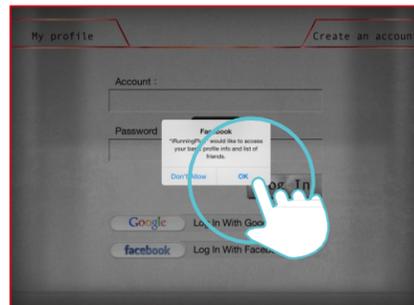
Attendere.

8



Collegamento mediante  
account Facebook.

9



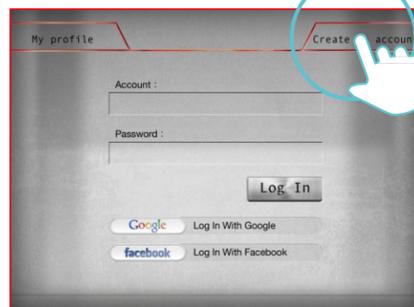
Cliccare su "OK"

10



Attendere.

11



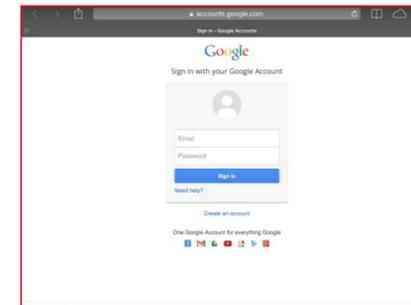
Crea un nuovo account.

12



Registrarsi e impostare password.

13



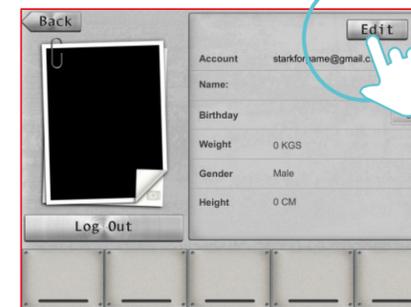
Abilitare un account di posta elettronica.

14



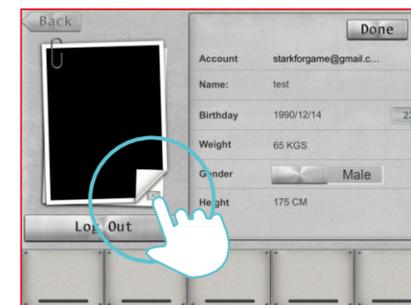
Trova e-mail di attivazione e fai clic su URL per verificare l'account.

15



Dopo il LOG, premere "EDIT" per modificare i propri dati.

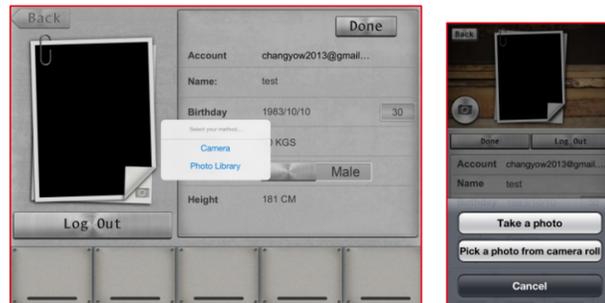
16



Inserire i dati personali.

## Istruzioni programmi pre-impostati per tablet

17



Cliccare sulla fotocamera o cercare una immagine da inserire. Premere “DONE” in alto sinistra per terminare e uscire.

1



Cliccare su “PROGRAM”

2



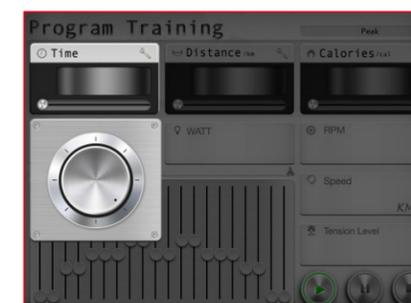
Scegliere fra 12 programmi di allenamento

3



Impostare “TEMPO”, “DISTANZA” e “CALORIE” cliccando in alto a destra dei tre bottoni. Poi premere il pulsante verde start.

4



Impostare il “TEMPO”

5



Impostare la "DISTANZA"

6



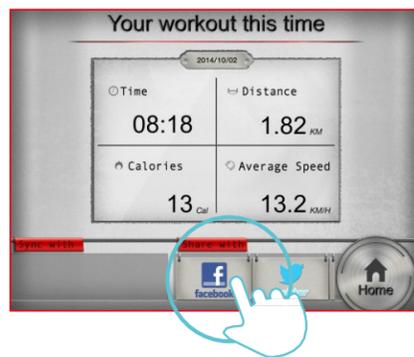
Impostare le "CALORIE"

7



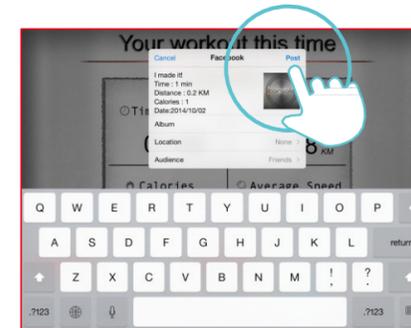
Al via inizia il countdown del tempo.  
 L'utente può regolare sempre lo sforzo dell'attrezzo, modificando il profilo del programma visualizzato. (tenere premuto il bottone arancione e strisciarlo verso alto o basso)

8



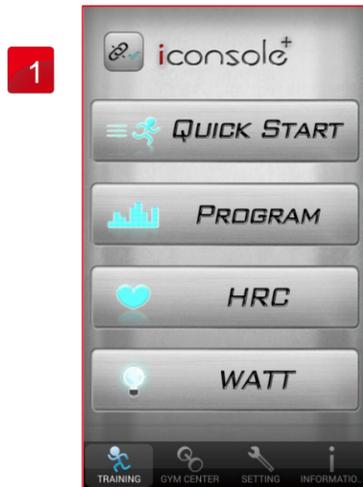
Quando si finisce è possibile postare su social Facebook o Twitter i valori dell'allenamento appena eseguito.

9

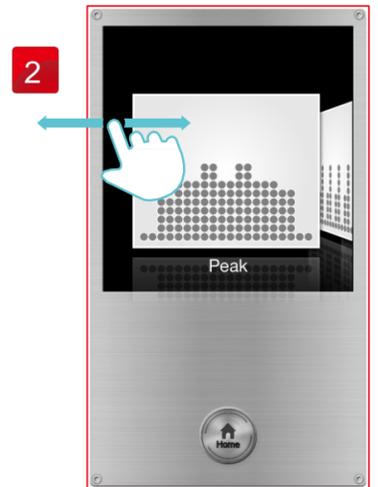


ES. clicca su Facebook per caricare l'ultimo allenamento.

# Istruzioni programmi pre-impostati per cellulare



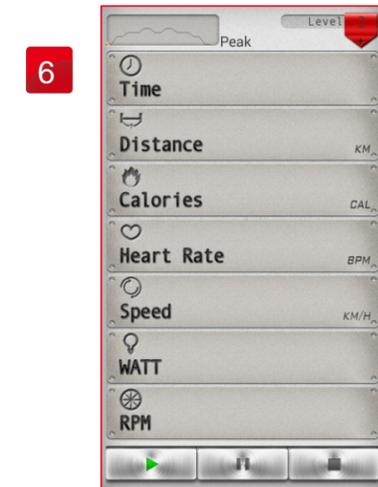
Cliccare su "PROGRAM"



Scegliere fra 12 programmi.



Impostare le "CALORIE"



Premere "START" per iniziare.



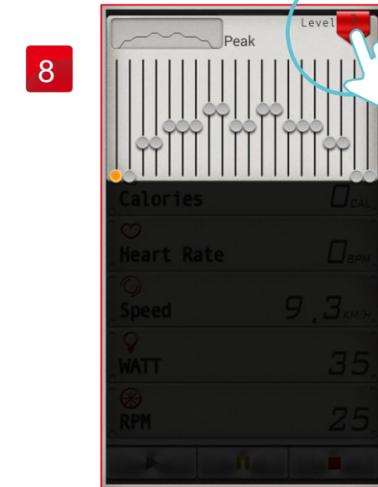
Impostare "TEMPO"



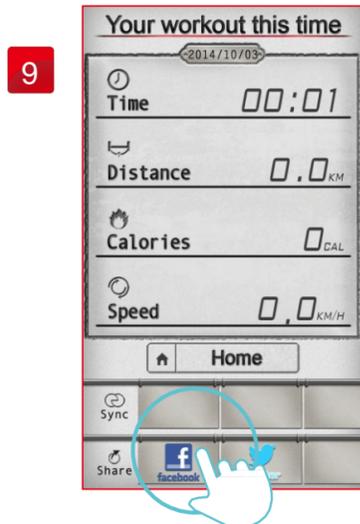
Impostare "DISTANZA"



L'utente può modificare lo sforzo in ogni momento, premendo il tasto rosso in alto a destra e cambiando il profilo del programma.



## Istruzioni programma Quick Start per tablet



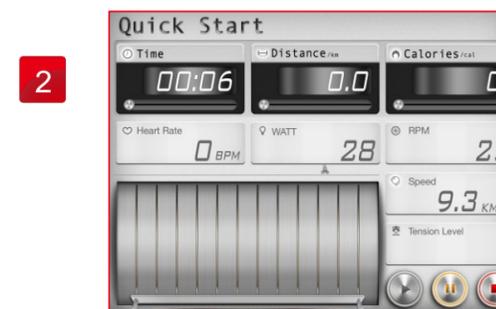
Quando si finisce è possibile postare su social i valori dell'allenamento fatto.



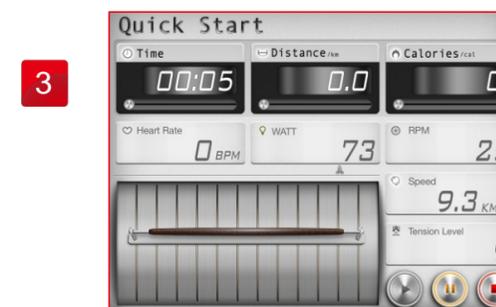
ES. clicca su Facebook per caricare l'ultimo allenamento.



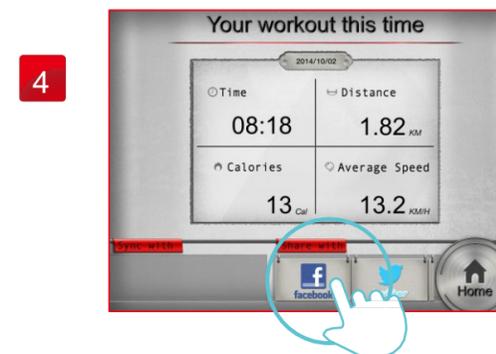
Cliccare "QUICK START"



L'utente può sempre fermare in ogni momento l'allenamento con il pulsante stop rosso in basso.



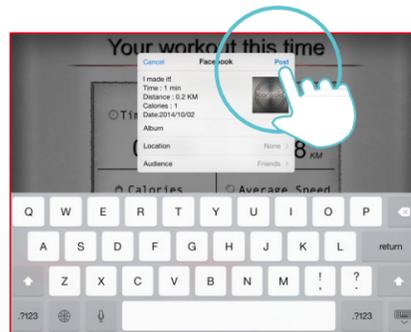
L'utente può sempre modificare lo sforzo direttamente in ogni momento.



Quando si finisce è possibile postare su social i valori dell'allenamento appena finito.

## Istruzioni programma Quick Start per cellulari

5



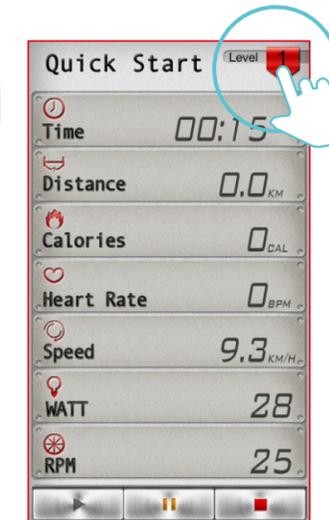
ES.clicca su Facebook per caricare l'ultimo allenamento.

1



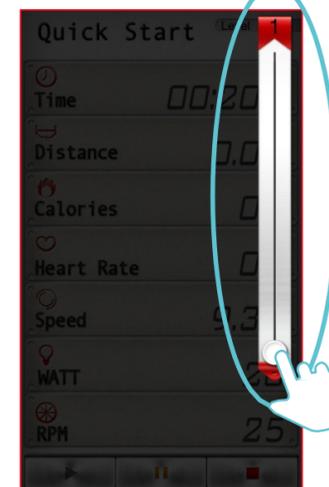
"QUICK START"

2



L'utente può sempre modificare lo sforzo mediante il pulsante rosso.

3



Spostando il cursore è possibile modificare lo sforzo del prodotto.

4



Quando si finisce è possibile postare su social i valori dell'allenamento fatto.

## Istruzioni programmi HRC per tablet



ES. Clicca su Facebook per caricare l'ultimo allenamento.



cliccare "HRC"



La frequenza cardiaca BPM è calcolata in funzione dell'età pre-impostata dall'utente, con tre soglie pre-definite (55% 65% 75%).



L'utente imposta la frequenza cardiaca



L'utente imposta il "TEMPO" cliccando il bottone alto destra.

5



Impostare "TIME"

6



Al via inizia il countdown del tempo.  
Lo sforzo varia in funzione  
dalla frequenza cardiaca rilevata.

7



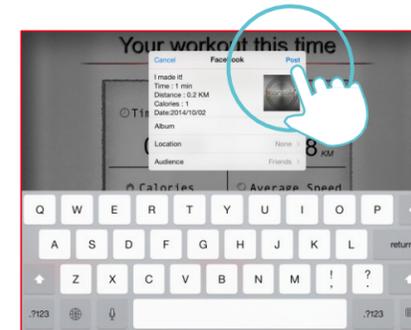
Il sensore HRC non rileva pulsazioni;  
impugnare i sensori palmari.

8



Quando si finisce è possibile  
postare su social i valori  
dell'allenamento appena finite.

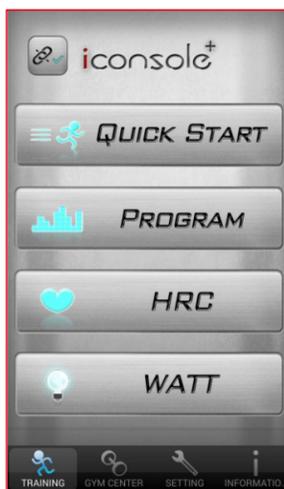
9



ES. Clicca su Facebook per caricare  
l'ultimo allenamento.

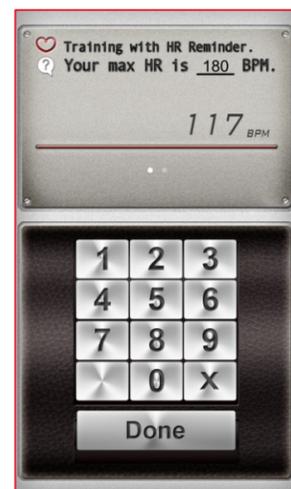
## Istruzioni programmi HRC per cellulari

1



Cliccare "HRC"

2



L'utente imposta la frequenza cardiaca.

3



Impostare il "TEMPO"

4



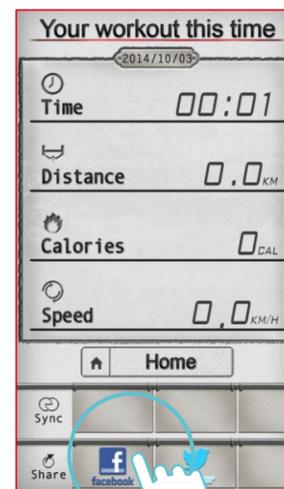
Al via inizia il countdown del tempo. Lo sforzo varia in funzione dalla frequenza cardiaca rilevata.

5



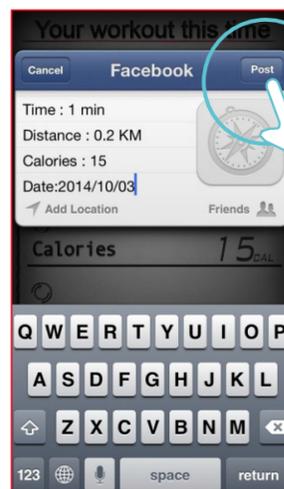
Il sensore HRC non rileva pulsazioni; impugnare i sensori palmari.

6



Quando si finisce è possibile postare su social i valori dell'allenamento fatto.

7



ES. Clicca su Facebook per caricare l'ultimo allenamento.

# Istruzioni programma WATT per tablet

1



“WATT”

2



Cliccare “TARGET WATT”.

3



Spostare cursore per impostare il valore desiderato della potenza.

4



Cliccare “TIME”.

5



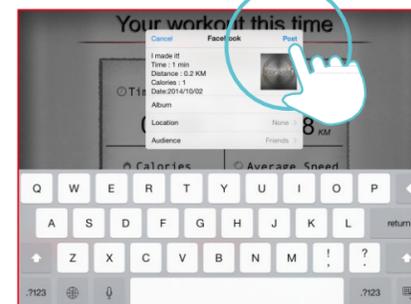
Impostare il “TEMPO”

6



Quando si finisce è possibile postare su social i valori dell'allenamento appena finito.

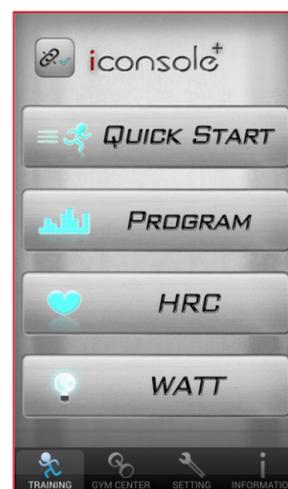
7



ES. Clicca su Facebook per caricare l'ultimo allenamento.

## Istruzioni programma WATT per cellulari

1



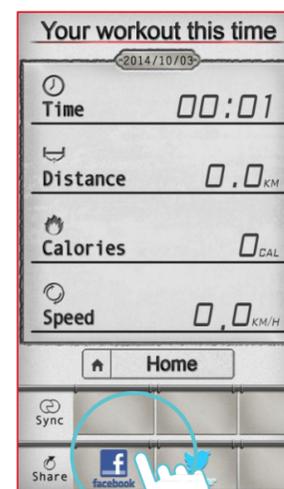
Cliccare "WATT"

2



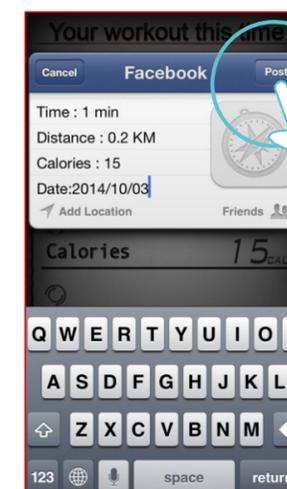
Impostare "TIME"

5



Quando si finisce è possibile postare su social i valori dell'allenamento appena finito.

6



ES. Clicca su Facebook per caricare l'ultimo allenamento.

3



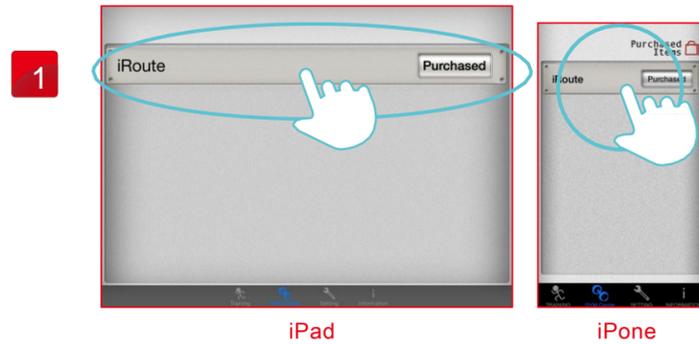
Cliccare "TARGET WATT" per regolare il valore desiderato.

4

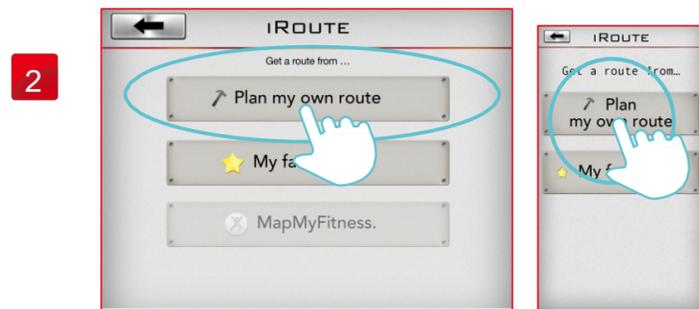


Impostare "TARGET WATT"

# Istruzioni settaggio programma iRoute



Cliccare  
"PURCHASED ITEMS"



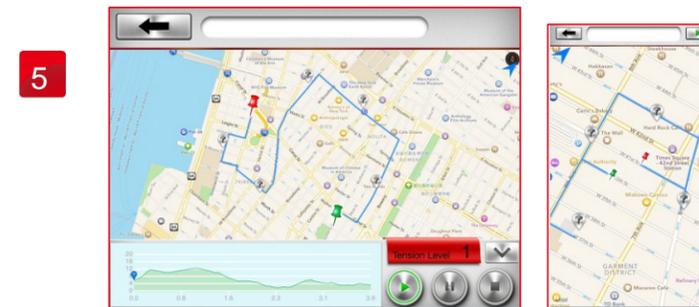
Cliccare  
"PLAN MY OWN ROUTE"



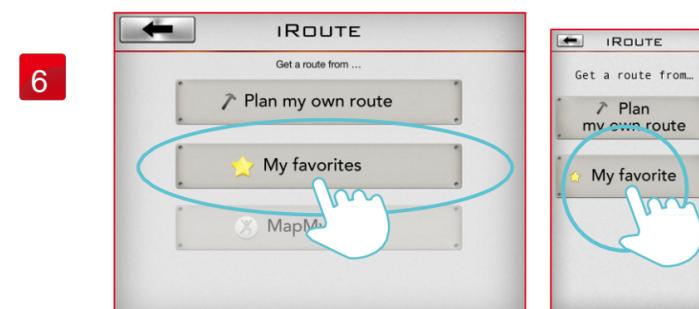
L'utente deve tracciare la strada,  
dallo start alla fine con un massimo  
di 8 punti / tappe susseguenti.



Per cancellare un punto, premerci  
sopra per più di due secondi.



Premere pulsante START  
per iniziare il percorso.



Cliccare "MY FAVORITES"

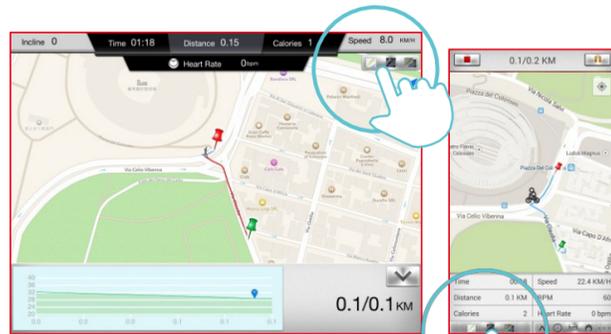


Ci sono alcuni percorsi  
registrati, è possibile  
salvare i tracciati eseguiti  
dall'utente.



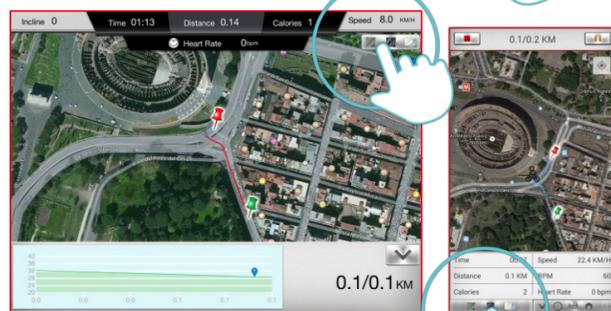
Dopo aver impostato il  
tracciato, è possibile  
visualizzarlo in tre differenti  
modi.

9



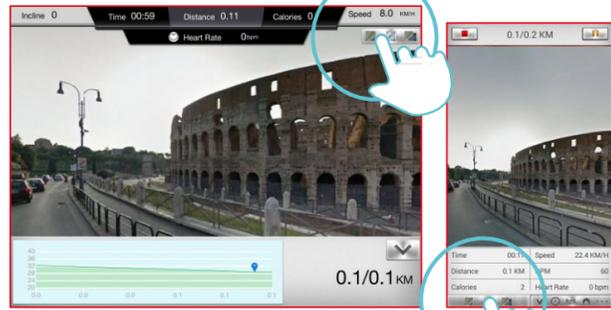
modo STANDARD.

10



modo IBRIDO.

11



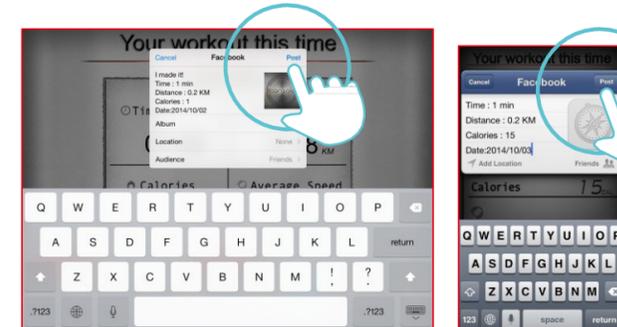
modo STREET VIEW.

12



Quando si finisce, è possibile postare su social i valori dell'ultimo allenamento.

13



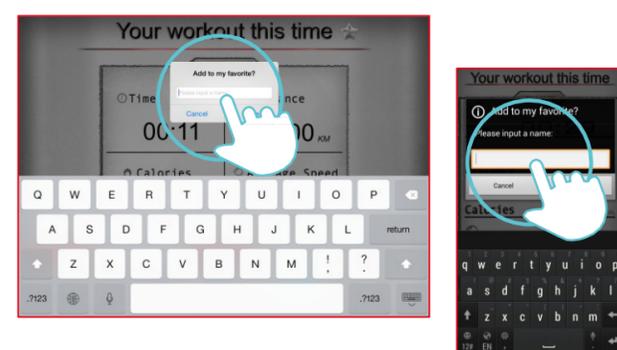
ES. Clicca su Facebook per caricare ultimo allenamento.

14



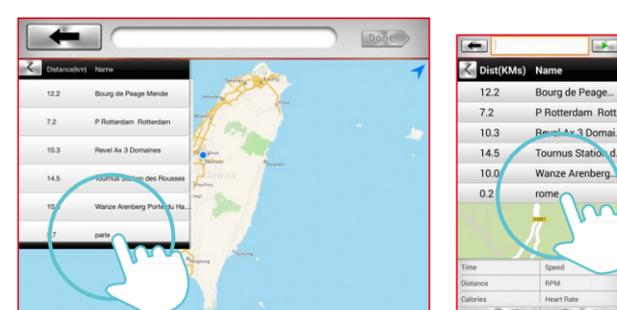
Alla fine del programma, è possibile salvare il tracciato nei favoriti, cliccando sulla stellina.

15



UL'utente può nominare il tracciato. Cliccare "SAVE" per salvare.

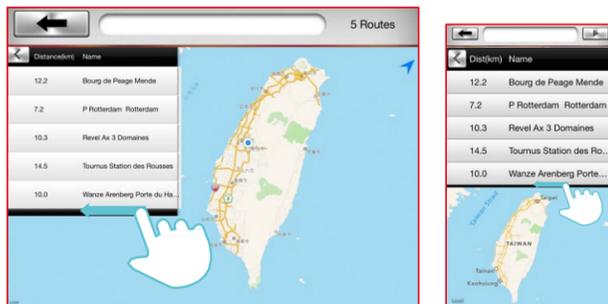
16



Tutti i tracciati salvati, sono visibili con elenco nei favoriti.

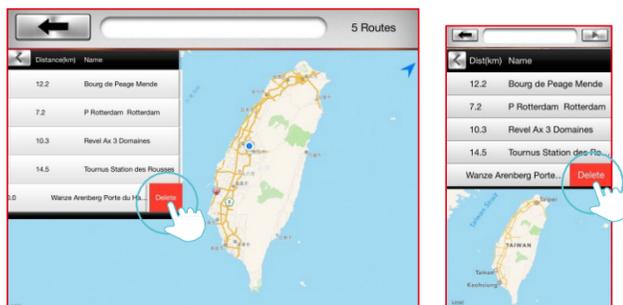
## Riepilogo allenamenti

17



E' possibile cancelare un un tracciato spostando il cursore a sinistra.

18



Cliccare "DELETE" per eliminarlo.

### ATTENZIONE:

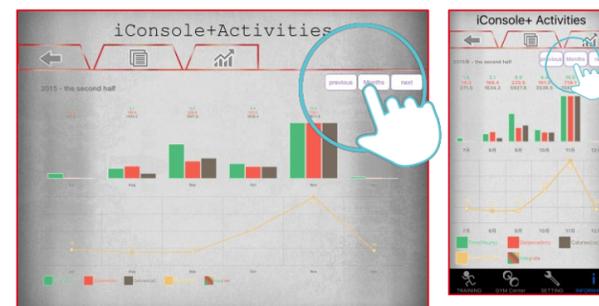
Dopo aver cancellato un tracciato, non è più possibile recuperarlo. Fare attenzione prima di confermare la cancellazione, verificare bene la scelta,, non è possibile recuperarla dalla APP.

1



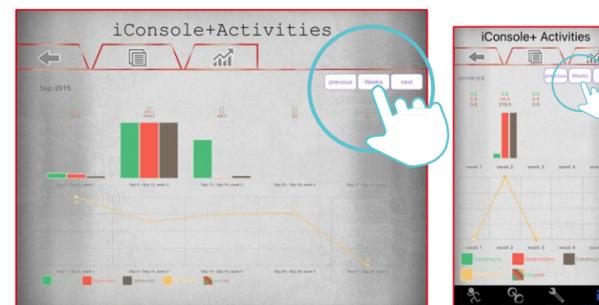
Cliccare "iConsole+"

2



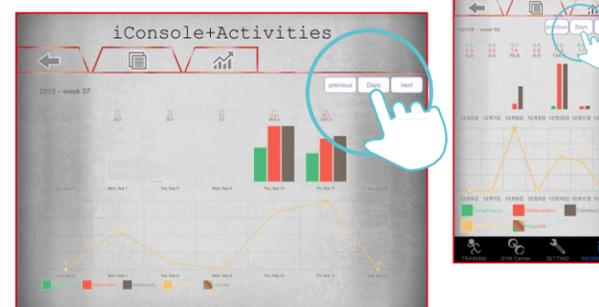
Visualizzazione di tutti gli allenamenti fatti nel mese.

3



Visualizzazione di tutti gli allenamenti fatti nella settimana.

4



Visualizzazione di tutti gli allenamenti fatti giorno per giorno.

# MapMyFitness



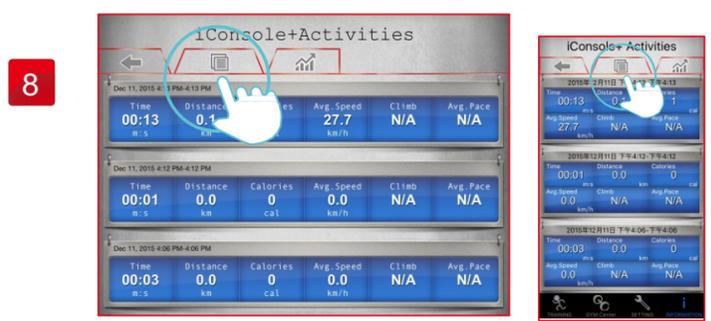
Visualizzazione di tutti gli allenamenti classificati per TEMPO.



Visualizzazione di tutti gli allenamenti classificati per DISTANZA.



Visualizzazione di tutti gli allenamenti classificati per CALORIE



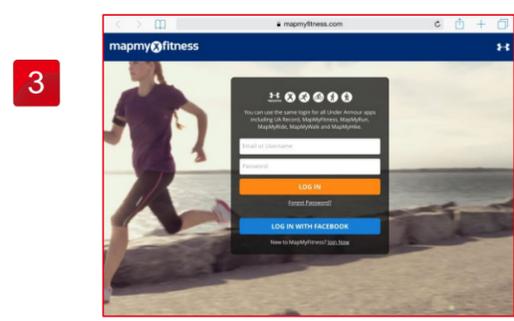
Display allenamenti giorno.



MapMyFitness è da attivare. Bisogna settare le impostazioni in My Profile.



Cliccare pulsante in basso.

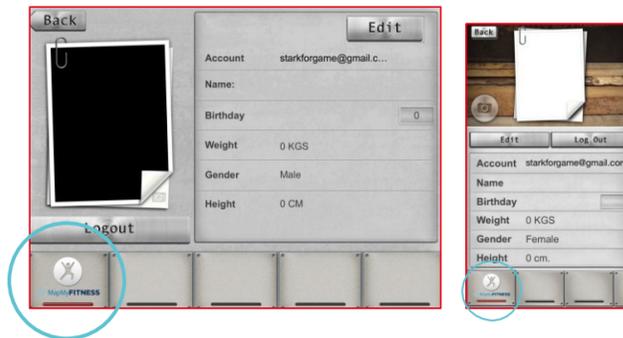


Effettuare login a MapMyFitness tramite account FACEBOOK.



Autorizzare

5



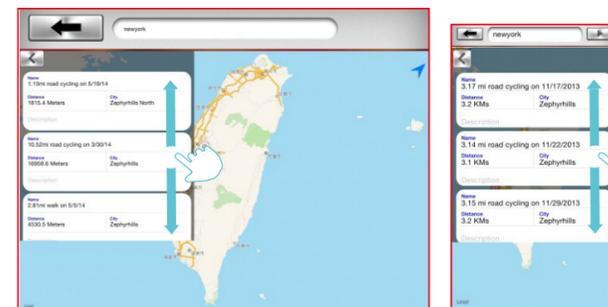
Se il login funziona, il pulsante in basso mostra una barretta rossa.

6



Clicc. MapMyFitness

7



Digitare un luogo da cercare. ES. New York, verranno visualizzati dei tracciati di default.

8



Selezionare un percorso verrà visualizzato con altimetria sul display.

9



Cliccare sulla freccia in alto per modificare la vista del tracciato.

### ATTENZIONE:

- 1) L'utente NON può apportare modifiche ai tracciati presenti su MapMyFitness.
- 2) GYM Center NON è disponibile in USA e Canada, o altre aree senza patent di utilizzo (consultare sito per maggiori informazioni).