

SOLE

FITNESS



DT-3260

Computer Kit

MANUALE D'ISTRUZIONI



Istruzioni originali in lingua italiana.
Leggere il manuale con la massima attenzione e tenerlo
sempre a portata di mano vicino al prodotto.



INDICE DEGLI ARGOMENTI

1.0	AVVERTENZE	3
1.1	Descrizione prodotto e uso previsto	4
1.2	Specifiche tecniche	5
1.3	Accessori inclusi nel kit	6
2.0	INSTALLAZIONE	7
2.1	Sincronizzazione trasmettitore/computer	8
2.2	Montaggio del computer	9
2.3	Montaggio del trasmettitore della velocità	10
3.0	FUNZIONI DEL COMPUTER	11
3.1	Modalità Avvio rapido	13
3.2	Modalità Conto alla Rovescia	14
3.3	Impostazione orologio	15
3.4	Impostazione dati Utente	16
3.5	Impostazione frequenza cardiaca	17
3.6	Segnale frequenza cardiaca di target	18
4.0	PULIZIA	18
5.0	TRASMETTITORE A FASCIA TORACICA	19
6.0	SMALTIMENTO	21
7.0	GARANZIA	21

AVVERTENZE



Prima di iniziare un programma di allenamento, consultare sempre un medico per una informazione chiara sul proprio stato fisico e di salute. Un personal trainer o uno specialista del settore fitness possono inoltre aiutare a scegliere le attività o i programmi di lavoro più idonei.

Quando, durante l'attività sportiva, si avvertono giramenti di testa, dolore toracico o sensazione di affanno, interrompere immediatamente l'esercizio e consultare il proprio medico.



Il computer e il trasmettitore wireless del segnale della velocità non sono protetti contro l'acqua. Occorre quindi eseguire un'installazione a regola d'arte che impedisca l'esposizione di tali prodotti a gocce di sudore ed è inoltre vietato fare uso di getti d'acqua per le operazioni di pulizia.



La vicinanza con fonti di disturbo elettromagnetico presenti nell'ambiente di installazione del prodotto può provocare interferenza o anomalie nella lettura dei segnali provenienti dal cardiofrequenzimetro e dal trasmettitore wireless della velocità.



Le misure fornite dal computer sulle calorie consumate e sulla frequenza cardiaca devono essere considerate soltanto come un dato di riferimento approssimativo ai fini dell'ambito sportivo.

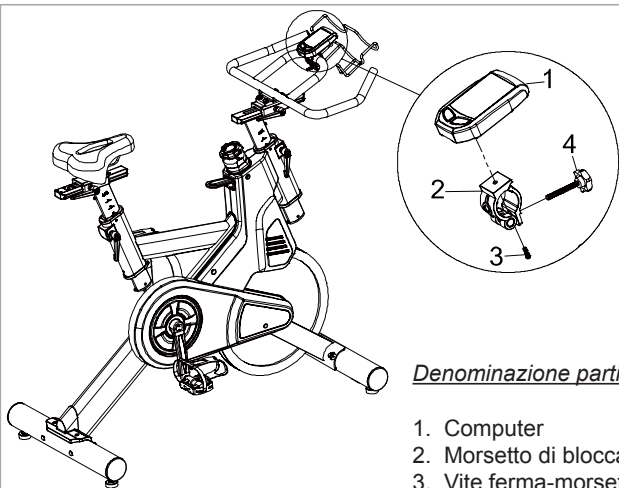
In nessun caso tali misure devono essere assimilate come riferimenti di valenza medica.

DESCRIZIONE PRODOTTO E USO PREVISTO

Il prodotto illustrato in questo manuale d'istruzioni è un ciclo computer abbinato ad un rilevatore di frequenza cardiaca a fascia toracica progettato per essere installato su bike per l'esercizio con ruota fissa e specificatamente sviluppato per equipaggiare la Sole SB900.

Il computer è costituito da un ampio display LCD retroilluminato e da due pulsanti, il morsetto di bloccaggio sul quale è alloggiato consente il facile orientamento per trovare il miglior angolo di lettura.

Il segnale della velocità viene prelevato tramite un magnete fissato in un foro tondo del volano e letto da sensore fissato sulla forcella e trasferito al trasmettitore wireless fissato con il velcro sul carter copri-cinghia, che invia il segnale di conteggio al computer.



Denominazione parti del kit:

1. Computer
2. Morsetto di bloccaggio
3. Vite ferma-morsetto
4. Manopola serra-morsetto

SPECIFICHE TECNICHE

Computer

- Tipo display: LCD retroilluminato
- Prestazioni computer: RPM, HR, Time, Speed, Calories
- Ricezione segnale velocità: Ricevitore wireless incorporato
- Ricezione segnale cardiaco: Ricevitore wireless incorporato
- Alimentazione computer: 2 batterie ministilo AAA (1,5V)

Range visualizzazione display

- Grafico della cadenza di pedalata: 0 ÷ 200 giri/min.
- Cadenza di pedalata (RPM): 0 ÷ 200 giri/min.
- Velocità (Speed): 0 ÷ 99 km/h
- Frequenza cardiaca (Pulse): 30 ÷ 240 bpm
- Durata dell'esercizio (Time): count-down: 99 min.
count-up: 99:59 min.

Trasmettitore wireless cadenza/velocità

- Frequenza trasmissione: 2.4 GHz
- Alimentazione TX wireless: 2 batterie ministilo AAA (1,5V)
- Grado di protezione: IP51

Trasmettitore wireless frequenza cardiaca

- Alimentazione cardiofrequenzimetro: 1 batteria a bottone CR2032
- Copertura Tx: circa 2 m
- Grado di protezione: IP65

ACCESSORI INCLUSI NEL KIT



Computer DT-3260
Ricevitori wireless incorporati
per BPM e RPM



2 batterie AAA per computer
2 batterie AAA per Tx wireless



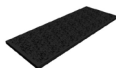
Morsetto fissaggio computer



Supporto cavetto
sensore



Trasmettitore wireless
cadenza/velocità



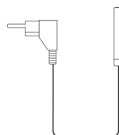
Velcro fissaggio Tx wireless



Magnete
per sensore



Fascia elastica per
cardiofrequenzimetro



Sensore cadenza/velocità



Alloggio
sensore



Cardiofrequenzimetro
toracico (unità Tx)



Fascette blocca cavetto

INSTALLAZIONE

Installazione batterie nel computer (A):

- Sfilare il coperchio a slitta del vano batterie dal retro del computer.
- Inserire due batterie di tipo AAA rispettando la polarità indicata dalla serigrafia, quindi reinserire il coperchio di chiusura.
- Quando le batterie sono prossime all'esaurimento, il display visualizza la spia di segnalazione  che invita alla sostituzione delle batterie.

Installazione batterie nel trasmettitore cadenza/velocità (B):

- Sfilare il coperchio a slitta del vano batterie dal trasmettitore.
- Inserire due batterie di tipo AAA rispettando la polarità indicata dalla serigrafia, quindi reinserire il coperchio di chiusura.

A

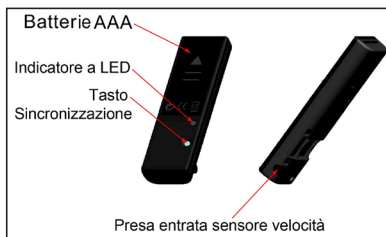


B

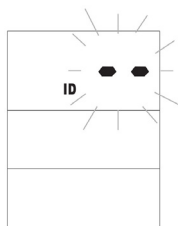


SINCRONIZZAZIONE TRASMETTITORE/COMPUTER

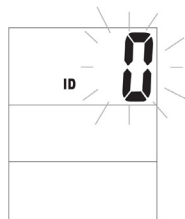
Dopo l'inserimento delle batterie nel computer e nel trasmettitore è necessario effettuare la sincronizzazione dei dispositivi prima di effettuarne il montaggio sulla bike.



a) Premere contemporaneamente per circa 3 secondi entrambi i tasti del computer (Mode e Set), fino a quando compare sul display la sigla **ID --**

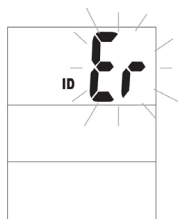


b) Ora premere, per circa 3 secondi, il tasto blu presente sul trasmettitore wireless della velocità. Sul display compare la scritta **ID 0** che indica l'avvenuta sincronizzazione.



Importante: è necessario premere il tasto blu entro 10 secondi da quando sul display è apparsa la scritta **ID --**, altrimenti comparirà **ID Er**. Se ciò dovesse accadere, ricominciare la procedura di sincronizzazione.

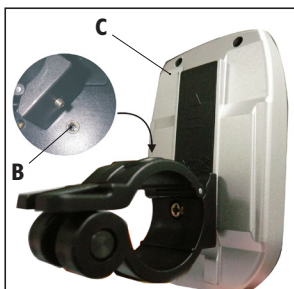
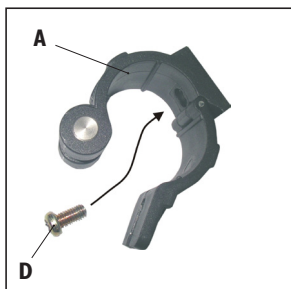
c) Se dovesse persistere la sigla **ID Er**, sarà necessario rimuovere le batterie e inserirle di nuovo.



MONTAGGIO DEL COMPUTER

Il computer può essere facilmente agganciato alla piega manubrio grazie ad un morsetto a fissaggio rapido che ne permette anche l'orientamento per la migliore visuale una volta in sella. La scelta della collocazione laterale o centrale sul manubrio è a propria discrezione.

- 1) Fissare il morsetto di bloccaggio **A** nell'apposito foro filettato **B** nel retro del computer **C**, utilizzando la vite **D** presente nel kit.

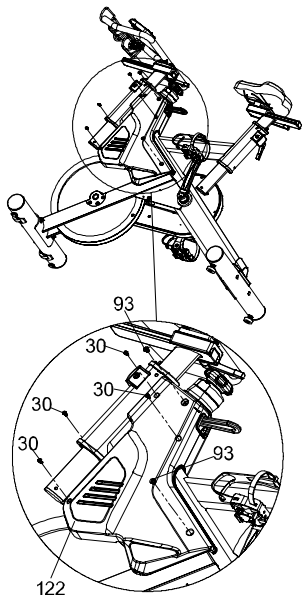
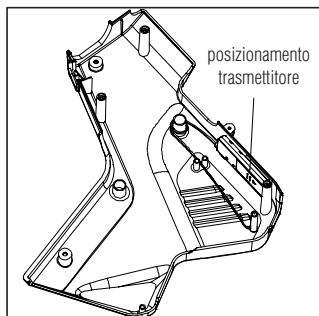


- 2) Inserire la manopola di bloccaggio **E** e chiudere il morsetto **F** sul manubrio. Salire sulla sella e orientare il computer in modo da avere una visione ottimale del display, quindi serrare con forza la manopola di bloccaggio.



MONTAGGIO DEL TRASMETTITORE DELLA VELOCITÀ

- 3) Svitare quattro viti **30** e due viti **93**, quindi rimuovere la mascherina di copertura sinistra **122**.
- 4) Afferrare il trasmettitore e sfilare il portello del vano batterie per verificarne la presenza all'interno dell'alloggiamento.
- 5) Avvicinare il trasmettitore alla bike e collegare nella presa del trasmettitore lo spinotto jack proveniente dal sensore di velocità, quindi posizionare il trasmettitore nella sede dedicata all'interno della mascherina di copertura sinistra **122**.
- 6) Eseguire la procedura di sincronizzazione, dopodichè rimontare la mascherina di copertura sinistra **122** e fissandola con le viti **30** e **93** precedentemente rimosse.



FUNZIONI DEL COMPUTER

TIME (minuti e secondi)

Può essere visualizzato sia l'orario (funzione Orologio) che la durata dell'esercizio (Cronometro oppure Workout Time). Il Workout Time può essere impostato in modalità Conto alla Rovescia. Quando si smette di pedalare, dopo 3 secondi il conteggio del tempo viene interrotto.

CADENZA e VELOCITÀ (RPM / km/h)

La cadenza è la misura dei giri effettuati dalle pedivelle per ogni minuto. La velocità è il dato approssimativo che viene ricavato dal numero di giri misurati sulla rotazione del volano. La cadenza di pedalata viene visualizzata anche su un grafico analogico.

DISTANZA (km)

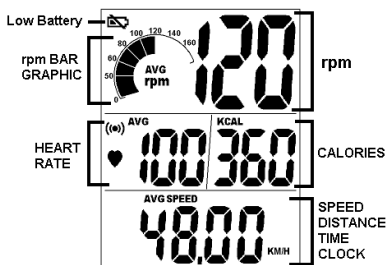
È la distanza virtualmente percorsa durante l'esercizio e simula la distanza percorsa da una bici tradizionale.

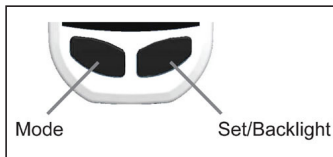
CALORIE (KCal.)

Il dato rappresenta una stima delle calorie consumate durante l'esercizio.

FREQUENZA CARDIACA (BPM)

È la misura della frequenza cardiaca rilevata attraverso la fascia toracica. In assenza di segnale per più di tre secondi, il computer visualizza un valore medio.





Tasto *MODE*

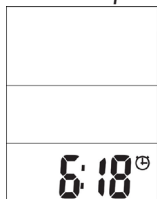
- Premere il tasto MODE per selezionare il campo visualizzato sul display inferiore e la relativa modalità operativa :
SPEED (Velocità) - DISTANCE (Distanza) - TIME (Durata) - CLOCK (Orologio).
- Premere il tasto MODE durante l'impostazione dei dati per selezionare la variabile che si desidera impostare.
- Mantenere premuto il tasto MODE per memorizzare i valori impostati tramite il tasto SET e tornare alla modalità di start-up.

Tasto *SET*

- Premere il tasto SET per effettuare le impostazioni in tutte le modalità operative del computer.
- Mantenere premuto il tasto SET per 3 secondi in modalità TIME per azzerare i dati di Velocità, Frequenza cardiaca, Tempo, Distanza, Calorie.
- Mantenere premuto il tasto SET per 3 secondi in modalità VELOCITÀ o DISTANZA per impostare i Dati Utente o il range della Frequenza Cardiaca.

MODALITÀ AVVIO RAPIDO

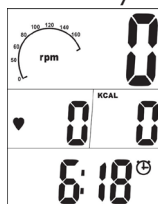
Modalità Start-Up



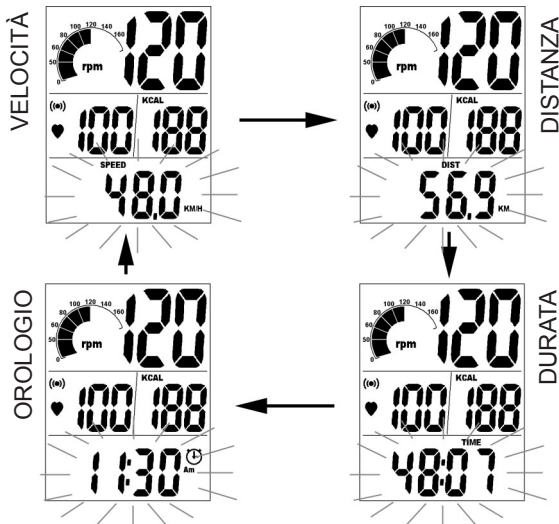
Durante il periodo di inattività il computer spegne i display superiori per ridurre il consumo energetico e visualizza soltanto l'orologio nel display inferiore.

Questa modalità viene definita di stand-by, per passare alla modalità di start-up è sufficiente premere uno dei due pulsanti.

Modalità Stand-By



Cominciando a pedalare in modalità start-up si avvia l'esercizio, premendo il tasto MODE si ottiene il carosello delle funzioni sul display inferiore:

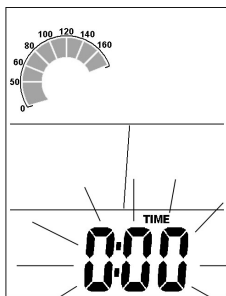


MODALITÀ CONTO ALLA ROVESCIA

In Modalità Avvio Rapido la funzione TIME (durata) cronometra la durata dell'esercizio partendo da 00:00 fino a un massimo di 99:59 minuti. Tramite la Modalità Conto alla Rovescia invece si può impostare una durata complessiva dell'allenamento (Workout Time) al termine del quale interviene un segnale acustico di 3 secondi.

- 1) Dalle modalità SPEED o DISTANCE, tenere premuto il tasto destro SET per 3 secondi al fine di accedere alle impostazioni, quindi continuare a premere il tasto sinistro MODE fino ad accedere alla funzione di impostazione del conto alla rovescia (display TIME lampeggiante).
- 2) Premere il tasto destro SET per impostare la durata complessiva dell'allenamento.

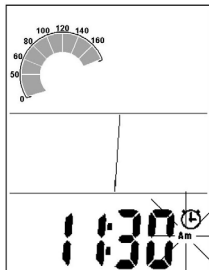
Mantenere premuto il tasto MODE, il display tornerà alla modalità start-up, memorizzando il dato impostati.



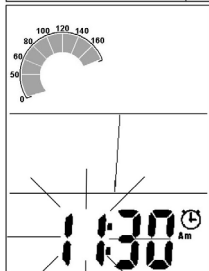
IMPOSTAZIONE OROLOGIO

Premere il tasto sinistro MODE fino a selezionare la modalità CLOCK, indicata sul display inferiore compare l'orologio .

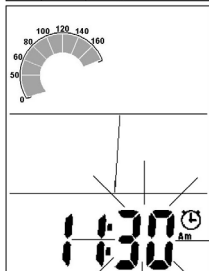
- 1) Premere il tasto destro SET per 3 secondi fino a quando sul display lampeggia l'indicazione 12H. Premere il tasto destro SET per selezionare la visualizzazione oraria in formato 12H oppure quella in formato 24H.



- 2) Ora premere il tasto sinistro MODE per selezionare l'impostazione della cifra delle ore oppure quella dei minuti. Il display selezionato si presenta in forma lampeggiante.



- 3) Premere il tasto destro SET per impostare il display lampeggiante relativo all'ora oppure ai minuti, a seconda di quanto selezionato con il tasto MODE.

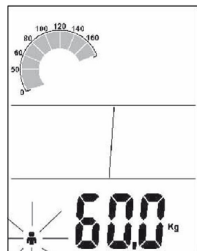


Mantenere premuto il tasto MODE, il display tornerà alla modalità start-up, memorizzando l'orario impostato.

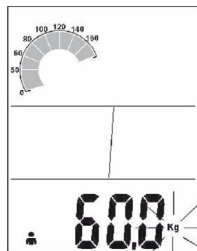
IMPOSTAZIONE DATI UTENTE

L'inserimento di dati personali precisi permetterà al computer di effettuare il calcolo corretto delle calorie consumate. Dalle modalità SPEED o DISTANCE, tenere premuto il tasto destro SET per 3 secondi, quindi continuare a premere il tasto sinistro MODE fino ad accedere alla funzione dei dati utente (icona Maschio/Femmina).

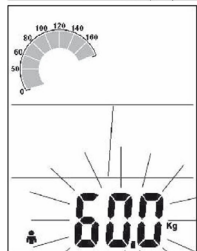
- 1) Premere il tasto destro SET per selezionare il genere utente: Maschio / Femmina.



- 2) Premere il tasto sinistro MODE per modificare l'unità di misura secondo il sistema metrico oppure anglosassone. Premere il tasto destro SET per selezionare l'unità di misura dei dati visualizzati.



- 3) Premere il tasto sinistro MODE per impostare il peso dell'utente. Premere il tasto destro SET per aumentare il peso di 0,5 Kg. (Lb).



Mantenere premuto il tasto MODE, il display tornerà alla modalità start-up, memorizzando i dati impostati.

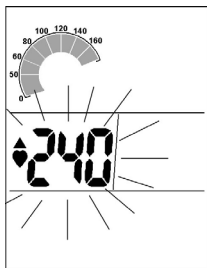
IMPOSTAZIONE FREQUENZA CARDIACA

Dalle modalità SPEED o DISTANCE, tenere premuto il tasto destro SET per 3 secondi al fine di accedere alle impostazioni, quindi continuare a premere il tasto sinistro MODE fino ad accedere alla funzione di impostazione dei limiti della frequenza cardiaca (icona Cuore).

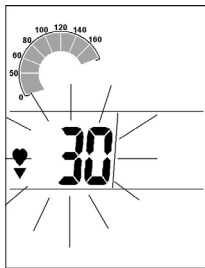
Premere il tasto destro SET per aumentare il limite della frequenza cardiaca. Dopo aver impostato la frequenza massima, premere il tasto sinistro MODE per impostare la frequenza minima.

Mantenere premuto il tasto MODE, il display tornerà alla modalità start-up, memorizzando i dati impostati.

Frequenza cardiaca massima



Frequenza cardiaca minima



SEGNALE FREQUENZA CARDIACA TARGET

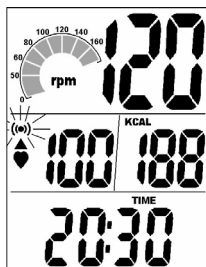
Dalla modalità TIME, tenere premuto il tasto destro SET per 3 secondi per selezionare la funzione di impostazione della frequenza cardiaca di target, indicato dall'icona lampeggiante illustrata in figura.

Premere il tasto destro SET per impostare il valore della frequenza cardiaca al quale si desidera impostare l'allarme visivo.

Mantenere premuto il tasto MODE, il display tornerà alla modalità start-up, memorizzando il dato impostato.

Durante l'esercizio l'icona di indicazione visiva della frequenza di target si presenterà lampeggiante quando il valore di soglia cardiaca rilevato è inferiore oppure superiore a quello impostato.

Frequenza cardiaca di target



PULIZIA

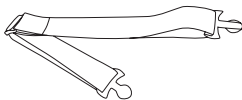
Per la pulizia delle parti esterne del computer utilizzare un panno in cotone morbido e dei prodotti disinfettanti neutri, privi di ammoniaca o sostanze aggressive e abrasive.

TRASMETTITORE A FASCIA TORACICA



- *Prima di utilizzare il trasmettitore a fascia leggere con attenzione le istruzioni di questo paragrafo.*
- *Dopo ogni utilizzo pulire e asciugare accuratamente il trasmettitore e la fascia elastica, per evitare una scarica precoce della batteria, quindi staccare il trasmettitore e riporlo separato dalla fascia elastica.*
- *Pulire il trasmettitore con un panno umido e sapone neutro, la fascia elastica deve venire lavata a mano con normale detergente.*
- *Fascia e trasmettitore devono essere conservati fuori da cassetti, buste chiuse o altri contenitori, si consiglia di appenderli ad una parete, in modo che sia garantita la perfetta asciugatura.*

Il prodotto incorpora un ricevitore HR per trasmettitori a fascia toracica. Il trasmettitore a fascia è costituito da due elementi: il trasmettitore che invia i segnali radio alla console e la fascia elastica che permette il bloccaggio del trasmettitore al torace.

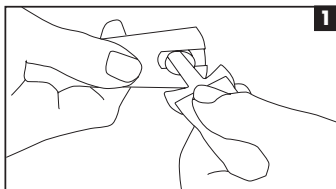


Fascia elastica

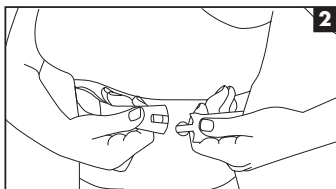


Trasmettitore

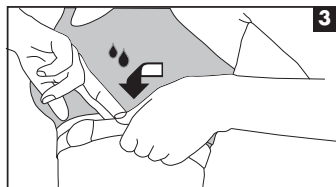
- 1)** Agganciare un'estremità del trasmettitore alla fascia elastica.



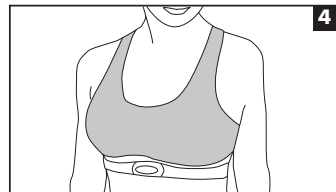
- 2)** Regolare la lunghezza della fascia elastica (in base al proprio torace), agendo sull'apposita fibbia. Posizionare la fascia elastica appena sotto ai pettorali o sotto i seni, come mostrato, quindi agganciare l'altro capo della fascia elastica al trasmettitore.



- 3)** Sollevare il trasmettitore e inumidire con le dita bagnate d'acqua gli elettrodi posti sul retro.



- 4)** Verificare che la superficie con gli elettrodi aderisca bene sulla pelle.



SMALTIMENTO



Il simbolo del cestino dei rifiuti con una croce sopra indica che i prodotti commercializzati rientrano nel campo di applicazione della Direttiva europea 2011/65/UE per lo smaltimento dei rifiuti di natura elettrica ed elettronica (WEEE). La sigla ROHS indica che il prodotto è stato realizzato secondo le norme internazionali per il trattamento di sostanze pericolose contenute nei componenti elettrici ed elettronici (RoHS - Restriction of Hazardous Substances).

Questo prodotto **NON** deve essere smaltito come rifiuto urbano, ma deve essere smaltito separatamente (negli stati dell'Unione Europea), conferendolo negli appositi centri di raccolta preposti per lo smaltimento e il riciclaggio di tali prodotti.

Intergym incoraggia il rispetto della natura e della salute umana anche al di fuori dell'Unione Europea e auspica che vengano seguite le regole locali per lo smaltimento e il riciclaggio, utilizzando, quando possibile, la raccolta differenziata delle apparecchiature elettriche ed elettroniche, nonché dei numerosi componenti (quali ferro, rame, plastiche, ecc...) che possono essere recuperati e riutilizzati.

GARANZIA

Per le condizioni generali di garanzia riferirsi a quanto riportato nel manuale d'istruzioni della bike alla quale il prodotto viene collegato.



DISTRIBUITO DA:

INTERGYM

www.intergym.com - via Emilia, 72/A - Rimini
47921 - RN - (Italia)