





Indice

Operazioni preliminari.... 4 Il vostro Rider 60

	-
Pulsante touchscreen	5
Accessori	5

Installazione iniziale 6

Fase 1: Caricare la batteria	. 6
Uso di un adattatore di corrente	6
Uso del computer	7
Fase 2: Accensione di	
Rider 60	. 8
Accensione/spegnimento	8
Fase 3: Installazione iniziale	. 8
Fase 4: Acquisizione dei segnali dei satelliti	. 8
Fase 5: Uso del Rider 60 durante il percorso	. 8

Pagina informazioni 9

Descrizione	icona	10

Misuratore e mappa 11

Descrizione	icona		1	2
Descrizione	icona	•••••	1	2

Trova e vai 13

Navigare nelle escursioni da	
Cronologia	. 13
Navigare nelle escursioni da	
Viaggio progr	. 14
Trova POI	. 14
Cerca luogo	. 14
Trova le coordinate	. 15

Preferiti	15
Torna a Start	16
Arresto viaggio	
Cronologia	
Allenamento	17
Pianificare	17
Semplice	17
Intervallo	18
Gara	18
Allenamento	
La mia agenda	19
Allenamento Bryton	
Bryton prova	21
	21
Avvia allenamento	Z
Avvia allenamento	······21
Avvia allenamento Arresta allenamento	
Avvia allenamento Arresta allenamento Vis. cronol	22
Avvia allenamento Arresta allenamento Vis. cronol Amico	22 22 23
Avvia allenamento Arresta allenamento Vis. cronol Amico	22 22 23 24
Avvia allenamento Arresta allenamento Vis. cronol Amico Impostazioni	
Avvia allenamento Arresta allenamento Vis. cronol Amico Impostazioni Profilo bici	
Avvia allenamento Arresta allenamento Vis. cronol Amico Impostazioni Profilo bici Sensori	
Avvia allenamento Arresta allenamento Vis. cronol Amico Impostazioni Profilo bici Sensori Origine veloc/Origine cad	
Avvia allenamento Arresta allenamento Vis. cronol Amico Amico Impostazioni Profilo bici Origine veloc/Origine cad Profilo bici	
Avvia allenamento Arresta allenamento Vis. cronol Amico Impostazioni Profilo bici Origine veloc/Origine cad Profilo bici Fraz.intelligente	
Avvia allenamento Arresta allenamento Vis. cronol Amico Amico Impostazioni Profilo bici Sensori Origine veloc/Origine cad Profilo bici Fraz.intelligente Pausa intuitiva	
Avvia allenamento Arresta allenamento Vis. cronol Amico Impostazioni Profilo bici Sensori Origine veloc/Origine cad Profilo bici Fraz.intelligente Pausa intuitiva Visual. griglia	
Avvia allenamento Arresta allenamento Vis. cronol Amico Amico Impostazioni Profilo bici Sensori Origine veloc/Origine cad Profilo bici Fraz.intelligente Pausa intuitiva Visual. griglia Griglia Info/Pagina giro	
Avvia allenamento Arresta allenamento Vis. cronol Amico Impostazioni Profilo bici Sensori Origine veloc/Origine cad Profilo bici Fraz.intelligente Pausa intuitiva Visual. griglia Griglia Info/Pagina giro Pagina Altitudine	
Avvia allenamento Arresta allenamento Vis. cronol Amico Impostazioni Profilo bici Sensori Origine veloc/Origine cad Profilo bici Fraz.intelligente Pausa intuitiva Visual. griglia Griglia Info/Pagina giro Pagina Altitudine Griglia Mappa	

Calib altitudine	31
Altitudine attuale	31
Altre altitudini della posizione	31
Avviso	32
Avviso Trova e vai	32
Avviso allenamento	33
Sistema	33
Retroilluminazione	33
Luminosità	34
Lingua	34
Ora/Unità	34
Stato GPS	35
Profilo utente	36
Марра	37
Tipo di mappa	37
Attivazione mappa	37
Navigazione	38
Colore percorso	
Mostra contorno	38
Visualizza POI	38
Sempre a nord	39
Ricalcola auto	39
Guida vocale	39
Bluetooth	40
Cronometro	43
Conto alla rovescia	43
Cronometro	43

Risoluzione dei
problemi44
Come ottenere altre
informazioni44
Ripristino di Rider 6044
Problemi con il
collegamento del sensore 44
Sensore di frequenza cardiaca44
Sensore di velocità/cadenza44
Appendice 45
Installazione del supporto 45
Installazione del set
cardiofrequenzimetro46
Installazione del doppio
sensore cadenza/velocità47
Installazione della scheda
micro SD con la mappa 48
micro SD con la mappa



Prima di cominciare o modificare un programma di allenamento consultare sempre il proprio medico. Leggere in dettaglio la guida con le informazioni sulla garanzia e la sicurezza contenuta nella confezione.



Operazioni preliminari

Questa sezione vi guiderà nei preparativi di base prima di cominciare ad usare Rider 60.

ll vostro Rider 60



1 Alimentazione/Indietro/Pausa/ Stop (Ů/BACK/♥♥/■)

- Tenere premuto per accendere/ spegnere il dispositivo.
- Premerlo per tornare alla pagina precedente.
- Durante la registrazione, premere per mettere in pausa la registrazione del log e premere di nuovo per arrestare la registrazione.

Suggerimento: Premere rapidamente due volte per arrestare la registrazione del log.

2 Su (▲)

- In Menu, premere per spostarsi verso l'alto e scorrere tra le opzioni del menu.
- In visualizzazione Griglia Info, premere per passare alla funzione successiva.

3 Giro/OK/Registra (▶/LAP)

- In Menu, premere per accedere o confermare una selezione.
- In modalità di misurazione e di allenamento, premere per registrare il log.
- Durante la registrazione, premere per segnare il giro.

4 Giù/Pagina (▼/PAGE)

- In Menu, premere per spostarsi verso il basso e scorrere tra le opzioni del menu.
- In visualizzazione Griglia Info, premere per passare alla funzione successiva.

4 Manuale d'uso Rider 60

Pulsante touchscreen

Il Rider 60 è dotato di touchscreen. Toccare il touchscreen per utilizzare il dispositivo.

08:54 09/04 🎹	Trova e vai
🖄 Misura/Mappa	Cronologia
Trova e vai	Viaggio programmato
Allenamento	Trova POI
	Indirizzo
Vis. cronol.	Coordinate
Cronometro	Preferiti
Toccare per Toccare per accedere alla pagina Informazioni Remere il tacto	Toccare per tornare alla pagina precedente. -Toccare per accedere alla pagina -Toccare per tornare -Toccare per tornare -Toccare per tornare
ber chiudere la barra della luminosità.	Impostazioni.

Accessori

Rider 60 è fornito con i seguenti accessori in dotazione:

- Adattatore di corrente
- Spina(e)
- Cavo USB
- Supporto per bicicletta
- Elastici

- Accessori opzionali:
 - Sensore di velocità o cadenza
 - Doppio sensore velocità e cadenza
 - Set cardiofrequenzimetro: incluso il sensore cardio e la fascia cardio
- Fascia cardio
- Supporto frontale

NOTA: Per altre informazioni sull'acquisto di accessori opzionali, visitare il sito Bryton Eshop <u>http://www.brytonsport.com/eshop</u> oppure contattare il rivenditore Bryton.



Installazione iniziale

Fase 1: Caricare la batteria

Uso di un adattatore di corrente

Caricare Rider 60 per almeno 4 ore prima di iniziare ad usarlo.

Avvertenza:

Questo prodotto contiene una batteria agli ioni di litio. Leggere la guida con le informazioni sulla garanzia e la sicurezza contenuta nella confezione riguardo a importanti informazioni sulla sicurezza della batteria.



- 1. Aprire il coperchio USB.
- 2. Collegare l'estremità USB mini del cavo USB alla porta USB mini di Rider 60.
- 3. Collegare l'altra estremità all'adattatore di corrente.
- 4. Collegare l'adattatore di corrente alla presa a muro.

NOTA: Assicurarsi che il coperchio USB sia chiuso durante la corsa. Se lo schermo appare appannato, posizionare il Rider 60 in un luogo asciutto per 2 giorni e attendere che l'umidità scompaia.

Rider 60 può essere fornito con diverse spine in dotazione che si adattano alle prese di corrente del paese in cui è stato eseguito l'acquisto.

Come si usano le spine:



- 1. Sollevare la spina originale.
- 2. Tenere premuta la linguetta.
- 3. Inserire la spina.
- 4. Lasciare la linguetta per fissare la spina, poi abbassarla.

6 Manuale d'uso Rider 60

Uso del computer

- 1. Aprire il coperchio USB.
- 2. Collegare l'estremità USB mini del cavo USB alla porta USB mini di Rider 60.



3. Collegare l'altra estremità al computer.

Differenze tra l'uso dell'adattatore di corrente e il computer

Situazione	Adattatore di corrente	Computer
Mentre il Rider 60 è in carica	Lo schermo del Rider 60 rimane sulla pagina corrente. È possibile continuare a utilizzare il Rider 60. 08:54 09/04 Misura/Mappa Misura/Mappa Misura/Mappa Misura/Mappa Vis. cronol.	Rider 60 si spegne automaticamente e lo schermo passa alla pagina di carica
Una volta scollegato il Rider 60 dal computer	Cronometro	Il Rider 60 si spegne automaticamente. Premere il tasto di accensione per accendere il Rider 60.



Per garantire la protezione dell'ambiente, le batterie usate devono essere smaltite separatamente dai rifiuti urbani usando i punti di raccolta o lo smaltimento differenziato per il riciclaggio.

bryton

Fase 2: Accensione di Rider 60

Accensione/spegnimento

Tenere premuto 😃 per accendere/spegnere il dispositivo.

Fase 3: Installazione iniziale

La prima volta che si accende Rider 60 sullo schermo appare la procedura d'installazione guidata. Seguire le istruzioni su schermo per completare l'installazione.

- 1. Selezionare la lingua da visualizzare.
- 2. Selezionare l'unità di misura.
- 3. Inserire il proprio "profilo utente".
- 4. Premere il tasto ▲/▼ per leggere e accettare l'Accordo sulla sicurezza.
- 5. Selezionare dall'elenco una delle mappe regionali disponibili.

IMPORTANTE: Nel menu Mappa, è possibile selezionare solo una mappa locale gratuita (Regno Unito, ad esempio). Una volta attivata la mappa, non è più possibile passare ad un'altra mappa regionale.

NOTA: Se si viaggia in aree di cui non si dispone della mappa nel dispositivo, è possibile acquistare altre mappe compatibili con il dispositivo. Le mappe possono essere acquistate direttamente su Bryton Eshop <u>http://www.brytonsport.com/eshop</u>.

Fase 4: Acquisizione dei segnali dei satelliti

Dopo l'accensione, Rider 60 cercherà automaticamente i segnali dei satelliti. Quando la posizione GPS è fissata, lo stato GPS visualizzerà il messaggio "Good" (Buono). Prima di avviare la registrazione, assicurarsi di aver acquisito il segnale GPS.

NOTA:

- Assicurarsi che il dispositivo disponga di una visione chiara del cielo in modo da avere un segnale satellitare senza interruzioni.
- Per ulteriori informazioni, consultare la sezione Stato GPS a pagina 36.

Fase 5: Uso del Rider 60 durante il percorso

Durante l'esercizio fisico o l'allenamento, Rider 60 permette di misurare e registrare le attività e visualizza le prestazioni correnti.

- Registrazione: Nella pagina principale, toccare **Misura/Mappa** e premere il tasto ▶ per avviare la registrazione.
- Pausa/Stop registrazione: in visualizzazione misuratore, premere il pulsante BACK/II/II/II per mettere in pausa, premere nuovamente per interrompere.

Pagina informazioni

La pagina delle informazioni visualizza lo stato del contachilometri della bicicletta, dei sensori ANT+, del segnale GPS e della connessione Bluetooth. È possibile selezionare qualsiasi icona per modificare le impostazioni.

Per visualizzare la pagina delle informazioni, toccare l'icona 🕲 nella parte inferiore della pagina principale.



Consultare la sezione Stato GPS a pagina 35 per ulteriori informazioni.

NOTA: Se sullo schermo è visualizzato "____", significa che il Rider 60 non riesce a rilevare il sensore ANT+. Consultare la sezione **Profilo bici** > **Sensori** a pagina 25 per ulteriori informazioni.



bryton

Descrizione icona

5	Distanza	Stato sensori ANT+	
	Bicicletta in uso		Sensore di frequenza cardiaca
	Bicicletta 1	watt	Rilevatore di potenza
2, 000	Bicicletta 2	0	Sensore cadenza
	Livello batteria	ß	Sensore di velocità
	Batteria carica		Stato Bluetooth
	Batteria mezza carica		Auricolare BT collegato.
	Batteria scarica	0	Telefono BT collegato.
	30 minuti rimasti		

Misuratore e mappa

Questa funzione consentirà di visualizzare la pagina Misuratore, Frazione, Altitudine e Mappa. È possibile personalizzare le informazioni mostrate nella griglia aggiungendo etichette alla griglia per selezionare l'elemento desiderato tra le varie opzioni. per i dettagli su come configurare le visualizzazione della griglia, consultare la pagina di selezione *Visual. griglia*.



Pagina Misuratore/Pagina Frazione





Pagina Mappa

- Premere il pulsante ▲ o ▼ per passare alla pagina della schermata misuratore.
- Nella visualizzazione misuratore, è possibile premere a lungo (tenere premuto) una griglia per impostare l'elemento preferito.

Pagina Altitudine

- Toccare l'icona or per tornare alla pagina principale.
- Premere il pulsante ▶ per avviare la registrazione, premere il pulsante **BACK/00/** per mettere in pausa la registrazione, premere nuovamente per interrompere la registrazione.



Descrizione icona

*	Abilita la panoramica sulla mappa e richiama la barra dello zoom avanti/ indietro	STOP	Interrompe il percorso
	Menu elenco	÷	Trova le coordinate
	Registrazione	Ŷ	Preferiti
	Pausa		Elenco svolte
Ň	Sempre a nord		Avvia la navigazione
	Indirizzo	- 20	Ricalcolo (visualizzato solo quando la funzione di ricalcolo automatico è disattiva ed è stato cambiato percorso)
	Trova POI	Ŷ	Segnale GPS potente
	Aggiungi ai preferiti	Ŷ	Segnale GPS debole
		×	GPS non fissato

Trova e vai

Con la funzione Trova e vai, si può navigare nelle escursioni da Cronologia, Percorso programmato e l'elenco POI. È anche possibile trovare i punti di interesse o un luogo inserendo il nome, indirizzo o le coordinate della posizione.

Navigare nelle escursioni da Cronologia

Navigare nelle escursioni dalla cronologia escursioni precedenti.

È possibile toccare l'icona 🚅 per utilizzare le funzioni di navigazione.

- Toccare 澤 per passare al punto di partenza e di arrivo.
- Toccare 🆄 per eseguire lo zoom avanti/indietro per visualizzare il percorso sulla mappa.
- Toccare 📙 per navigare verso la destinazione selezionata.
 - Segui il percorso: per seguire il percorso GPS.
 - Nuovo percorso: ricalcola il percorso utilizzando il punto di partenza, il punto intermedio e il punto di destinazione. Il percorso potrebbe esser diverso dal percorso GPS, ma guiderà attraverso il punto di partenza/intermedio/destinazione.).

NOTA:

- Una linea verde indica sulla mappa la parte di percorso già percorsa; la linea rosa indica il percorso diretto verso la destinazione.
- È possibile cambiare il colore del percorso toccando l'icona -> Navigazione > Colore percorso.
- È anche possibile visualizzare la cronologia toccando l'icona 🗁 > **Vis. cronol**. Consultare la sezione **Visualizza cronologia** a pagina 23 per ulteriori informazioni.



Navigare nelle escursioni da Viaggio progr.

Per i percorsi programmati, è possibile scaricare il percorso programmato o altri percorsi del rider da Brytonsport.com. Una volta scaricato il percorso, selezionare **Trova e vai** > **Viaggio programmato**. Quindi scegliere il percorso programmato desiderato.

Trova POI

Di default, la ricerca dei POI nel raggio di 50km viene avviata utilizzando la posizione corrente come punto centrale. Per trovare altri POI, passare alla pagina Mappa, toccare l'icona 🚱 e spostare il cursore 🧔 sul luogo da usare come punto centrale per avviare un'altra ricerca dei POI nel raggio di 50km.

NOTA: Per usare la funzione di ricerca, è necessario che il GPS sia fissato.

- 1. Nella pagina principale, selezionare **Trova e vai** > **Trova POI**.
- 2. Inserire il nome del luogo tramite la tastiera su schermo.
- 3. Selezionare una categoria.
- 4. Toccare et al luogo.
- 5. Dai risultati della ricerca, eseguire una delle seguenti operazioni:
- Toccare 🛃 per aggiungere il luogo ai Preferiti.
- Toccare per eseguire lo zoom avanti/indietro del percorso sulla mappa per raggiungere il POI.
- Toccare per avviare la navigazione verso il POI selezionato.



Cerca luogo

- 1. Nella pagina principale, selezionare **Trova e vai** > **Indirizzo**.
- 2. Inserire un indirizzo (paese, città o CAP, nome della strada e numero civico).
- 3. Toccare Per avviare la navigazione verso la destinazione.



Trova le coordinate

- 1. Nella pagina principale, selezionare **Trova e vai** > **Coordinate**.
- 2. Selezionare il formato di ricerca delle coordinate.
- 3. Inserire le coordinate desiderate per la ricerca.
- 4. Toccare 📃 per avviare la navigazione verso la destinazione.



Inserisci coordinate



Risultati ricerca

Preferiti

- 1. Nella pagina principale, selezionare **Trova e vai** e **Preferiti**.
- 2. Selezionare un luogo dall'elenco.
- 3. Selezionare un'opzione:
 - Toccare per visualizzare l'itinerario del POI sulla mappa
 - Toccare per eliminare il POI selezionato.
 - Toccare 💻 per navigare verso il POI selezionato.





Torna a Start

Mentre si è in bicicletta, toccare l'icona 🔄 e selezionare **Trova e vai** > **Torna a Start**. Il Rider 60 avvia la navigazione verso il punto di partenza.

Arresto viaggio

Per interrompere il percorso in qualsiasi momento, toccare l'icona 🔄 e selezionare **Trova e vai** > **Arresto viaggio**.

NOTA:

- Le opzioni **Torna a Start** e **Arresto viaggio** vengono visualizzate sullo schermo solo durante la navigazione.
- Per interrompere la corsa, è anche possibile passare alla pagina principale, toccare il pulsante
 e selezionare per interrompere la navigazione.

Cronologia

Il Rider 60 salva la cronologia quando viene avviata la registrazione. La cronologia include la data, ora, distanza, velocità media e altitudine. Dopo aver concluso un percorso, è possibile vedere i dati della cronologia su Rider 60.

- 1. Nella pagina principale, selezionare **Trova e vai** > **Cronologia**. È anche possibile visualizzare la cronologia toccando l'icona a selezionando **Vis. cronol**.
- 2. Selezionare un percorso dall'elenco Cronologia. Vengono visualizzati i dettagli del percorso.

Consultare la sezione Vis. cronol a pagina 23 per ulteriori informazioni.

ᠫ Cronologia	D 0	7/20-16	:55:23
09/06-17:28:54	ß,	് 🖌	30°C
00/06 16:44:44	==7	2013/	′07/20
09/00-10:44:44	Θ	00:5~	02:04
09/06-16:34:09	æ	35'23	"
09/05-17:56:27	5	5.95	km
00/04 00 44 54	4	84	kcal
09/04-09:44:54	† I	0	m
09/03-17:53:57	I	0	m
		Altr	• 🗸

Elenco cronologia

Dettagli percorso

Allenamento

Con la funzione Allenamento di Rider 60 è possibile definire esercizi semplice/intervallo/ gara e allenarsi con Allenamento Bryton/Test Bryton. Usare il Rider 60 per tenere traccia del progresso nell'allenamento o esercizio.

Pianificare

Rider 60 offre tre tipi di esercizi: Semplice, Intervallo e Gara.

Semplice

È possibile personalizzare l'allenamento includendo le sezioni riscaldamento, intervallo e raffreddamento.

Nella pagina principale, selezionare **Allenamento** > **Pianificare** > **Semplice**.

- **Durata**: è possibile definire la Durata/Distanza dell'allenamento.
- **Target**: è possibile definire la Velocità, Cadenza, FC, Potenza, Zona MHR, Zona LTHR, Zona MAP, Zona FTP in base all'obiettivo dell'allenamento.



Ad esempio: Le sezioni riscaldamento, intervallo e raffreddamento dell'allenamento sono visualizzati come nelle illustrazioni di seguito:



NOTA: Toccare per l'allenamento e inserire un nome per l'allenamento. Per eseguire l'allenamento, andare a **Allenamento** > **Allenamento**.



Intervallo

Con la funzione di allenamento Intervallo, è possibile usare il Rider 60 per personalizzare l'intervallo degli esercizi che richiedono una serie di esercizi intensivi seguiti da una pausa.

Nella pagina principale, selezionare **Allenamento** > **Pianificare** > **Intervallo**.

NOTA: È possibile personalizzare l'allenamento includendo le sezioni riscaldamento, intervallo e raffreddamento. Per l'impostazione di riscaldamento e raffreddamento, consultare la sezione esercizi semplici. Per le impostazioni dell'intervallo, è possibile personalizzare il piano di allenamento impostando l'intervallo, periodi di recupero e durata ripetizioni.

Gara

Con la funzione Gara è possibile usare il Rider 60 per dividere la distanza di gara in diversi segmenti con una velocità adeguata.

Nella pagina principale, selezionare **Allenamento** > **Pianificare** > **Gara**.

È possibile personalizzare la programmazione della gara includendo le sezioni riscaldamento, segmento e raffreddamento. Per l'impostazione di riscaldamento e raffreddamento, consultare la sezione esercizi semplici.

Per l'impostazione del segmento, è possibile definire il livello di tolleranza per migliorare le prestazioni di gara.

Ad esempio, se si prevede di correre 40 km in 56 minuti con una tolleranza di +/- 3 minuti.





Segm	ento 1	
nza		
	40.	0km
	56	00"
ranza ((+/-)	
	03	'00"
anti	Elimi	na
	Segmannza (Segmento 1 inza 40. 56 ranza (+/-) 03 anti Elimi

Se è stato impostato un livello di tolleranza, Rider 60 calcolerà automaticamente la velocità appropriata come linea guida.

Allenamento

È possibile iniziare un esercizio utilizzando gli esercizi programmati sul Rider 60.

- 1. Nella pagina principale, selezionare **Allenamento** > **Allenamento**.
- 2. Selezionare il piano di allenamenti desiderato.
- 3. Sullo schermo vengono visualizzati i dettagli dell'allenamento programmato selezionato.

Toccare e premere il tasto **OK** per avviare l'allenamento.



La mia agenda

È possibile programmare l'allenamento su Brytonsport.com, quindi scaricarlo sul Rider 60. Questa funzione incoraggia ad iniziare l'allenamento in una data specifica.

- 1. Nella pagina principale, selezionare **Allenamento** > La mia agenda.
- 2. Selezionare l'allenamento desiderato.
- 3. Sullo schermo vengono visualizzati i dettagli dell'allenamento programmato selezionato.

Toccare e premere il tasto **OK** per avviare l'allenamento.

Allenamento Bryton

Rider 60 offre un Allenamento Bryton precaricato per trarre maggiori benefici dall'allenamento e aiutare a eseguire un allenamento sistematico.

- Nella pagina principale, selezionare Allenamento > Allen. Bryton.
- 2. Selezionare l'allenamento desiderato.
- 3. Premere il tasto \blacktriangle/∇ per leggere i dettagli dell'allenamento.

Toccare e premere il tasto **OK** per avviare l'allenamento.





Tipo di allenamento	Descrizioni
Cros.calm (Easy)	Percorso semplice è definito come percorso di
	conservazione aerobica e di recupero.
Interval. ritmo (Intervallo)	Intervalli di tempo è definita in modo da
	migliorare l'efficienza della velocità di gara
	e aumentare la capacità aerobica. Aumenta
	la soglia di lattato e i livello di resistenza alla
	stanchezza.
Interval. andat. (Cruise)	Intervalli cruise crea una resistenza a lungo
	termine con livelli di sforzo inferiori alla soglia
	anaerobica. Garantisce maggiore resistenza
	per salite più lunghe, prova a tempo e lo sforzo
	prolungato per una gara di mountain bike.
Andat. 3 x 10km (Ci30K)	L'allenamento consente di aumentare la velocità.
Intervallo resistenza anaerobica (Int,	Questo intervallo consuma energia. Pertanto,
AE, lungo)	si consiglia di usarlo per la preparazione delle
	competizioni in cui salti e sprint richiedono sforzi
	anaerobici.
l'accensione (Maggiore potenza)	Questo allenamento consente di applicare la
	maggior quantità di forza massima nel più breve
	periodo di tempo.
In. 100% MAP (MAP Ints)	Questo allenamento aumenta la soglia del
	lattato. Garantisce maggiore resistenza per salite
	più lunghe, prova a tempo e migliorare lo sforzo
	prolungato per una gara di mountain bike.

Bryton prova

Rider 60 comprende quattro percorsi di prova per aiutare nella misurazione di MHR, LTHR, FTP e MAP. L'allenamento Bryton utilizzerà questi dati per creare un'area di allenamento mirata. La conoscenza di MHR, LTHR, FTP e MAP offre una parametro per l'efficienza globale in bici dai quali è possibile partire per giudicare i progressi nel tempo. Aiuta inoltre nella misurazione dell'intensità dell'esercizio.

- Nella pagina principale, selezionare Allenamento > Bryton prova.
- 2. Selezionare l'allenamento di prova desiderato.
 - Test FTP: misura la potenza di soglia funzionale.
 - Test LTHR: misura la frequenza cardiaca della soglia del lattato.
 - Test MAP: misura la potenza aerobica massima.
 - Test MHR: misura la frequenza cardiaca massima.
- Premere il tasto ▲/▼ per leggere i dettagli del test.
 Toccare epremere il tasto OK per avviare l'allenamento.

NOTA: Prima di avviare l'allenamento di prova, è necessario indossare una fascia cardio o un rilevatore di potenza. La fascia cardio è utilizzata per la misurazione di MHR e LTHR, mentre il rilevatore di potenza è usato per la misurazione di FTP e MAP.

Br	yton prova	
Test FT	Р	
Test LTI	HR	
Test MA	٨P	
Test MH	IR	

Avvia allenamento

Durante l'allenamento, il Rider 60 confronta le prestazioni correnti con l'area di allenamento mirata. Ad esempio, se si esegue un allenamento basato sulla frequenza cardiaca, sullo schermo saranno visualizzate la frequenza cardiaca attuale e la frequenza cardiaca da raggiungere. Se necessario, lo schermo può notificare i seguenti messaggi.



107 (© 00:15:00

1/29

134

Frequenza cardiaca normale, all'interno della zona target. Frequenza cardiaca superiore rispetto alla zona target, rallentare.





Sezione successiva zona di allenamento mirata 132 9116

124

Frequenza cardiaca inferiore rispetto alla zona target, aumentare la velocità.

Quando l'intervallo è vicino al completamento ed è prossimo l'intervallo successivo, lo schermo diventa di colore giallo per notificare l'evento.

• 00:01:00

Arresta allenamento

Si può arrestare l'allenamento attuale dopo aver raggiunto l'obiettivo, oppure decidere di terminare l'allenamento in corso.

- 1. Premere il pulsante **BACK/II** per interrompere la registrazione.
- Sullo schermo viene visualizzato il messaggio "L'allenamento in corso e la registrazione verranno interrotti. Continuare?". Per interrompere l'allenamento corrente, toccare per confermare.



9 secondi

alla prossima sezione

> Frequenza cardiaca corrente

Durata sezione successiva

Vis. cronol

Nella pagina principale, toccare **Vis. cronol** per rivedere o cercare le corse precedenti. È anche possibile toccare **Trova e vai** > **Cronologia** per trovare le corse.





NOTA:

- 1. Nella parte superiore viene visualizzata l'icona 🐣 se la corsa include le informazioni sulla frazione.
- 2. L'icona Siene visualizzata solo per i log registrati con le informazioni GPS. Allo stesso modo, l'icona Di è visualizzata solo quando è indossato il sensore cardio.
- 3. (a): prima di utilizzare questa funzione per caricare le corse tramite il Bluetooth, consultare la sezione **Bluetooth** a pagina 40 per ulteriori informazioni.

Amico

Amici è il partner virtuale ideale studiato per aiutare a raggiungere gli obiettivi del training o di sessioni di allenamento semplici. Nella pagina principale, selezionare **Trova e vai**, scegliere una corsa dalla **Cronologia** o **Viaggio programmato**. Assicurarsi che la corsa contenga le coordinate GPS e le registrazioni log.

Una volta selezionata la corsa desiderata, toccare **Altro** > $\sqrt{2}$ > \mathbb{P} > selezionare **Segui il percorso**, il Rider 60 passa automaticamente alla vista Metro. Premere il pulsante \blacktriangle o ∇ per passare alla pagina Amico.



Impostazioni

Per personalizzare le impostazioni personali, toccare l'icona 🛞 nella parte inferiore della pagina principale.

D Impostazioni	🗅 Impostazioni 🗹	
Profilo bici	Profilo utente	
Visual. griglia	Марра	
Calib altitudine	Navigazione	
Avviso	Bluetooth	
Sistema	Informazioni	
Stato GPS		
1/2	2/2	
Impostazioni (1/2)	Impostazioni (2/2)	

Profilo bici

È possibile personalizzare il profilo della propria bici.

Sensori

È possibile impostare due bici (Bici 1 o Bici 2) sul Rider 60. Tutte le bici possono usare gli stessi sensori velocità e/o cadenza. Oppure, ciascun Bici può avere diverse impostazioni per i sensori velocità e/o cadenza.

Collegamento del sensore

È necessario indossare o installare i sensori in modo che i dati possano essere trasferiti sul Raider 60. Consultare **Installazione del cardiofrequenzimetro/Installazione del doppio sensore cadenza/velocità** nella ezione **Appendice** per le istruzioni dettagliate. Il Rider 60 T Series ha il sensore già collegato. Rileva automaticamente il sensore quando questo viene attivato e in funzione senza problemi. Se il sensore è acquistato separatamente, è necessario collegarlo al Rider 60 per poter collegare i sensori con il dispositivo. Per collegare il sensore, procedere come segue:

- 1. Accensione di Rider 60.
- 2. Installare o indossare i sensori.
- 3. Nella pagina principale, toccare l'icona 🛞 per accedere alla pagina Impostazioni.
- 4. Selezionare **Profilo bici** > **Bici 1** o **Bici 2** > **Sensori**.

<u>ර</u> Cadenza	
On	
Off	
Nuova ricerca	



5. Selezionare il sensore desiderato e toccare **On** per abilitare il sensore.

Una volta collegato il sensore, vengono visualizzati una luce verde e l'ID specifico del sensore.

6. Se necessario, selezionare Nuova ricerca.

Una volta eseguito il primo collegamento, il Rider 60 riconosce automaticamente il sensore tutte le volte che viene attivato. Questo processo si verifica automaticamente quando si accende il Rider 60 e quando il sensore è attivato e in funzione.

Stato sensore



Origine veloc/Origine cad

È possibile impostare la priorità del sensore per l'origine velocità o cadenza in **Impostazioni** (()) > **Profilo bici** > **Origine veloc/Origine cad**.

ᠫ Origine veloc 🛆	ා Origine cad 🛆
Priorità 1	Priorità 1
GPS	Sensore di cadenza
Priorità 2	Priorità 2
Sensore di velocità	Doppio sensore
Priorità 3	Priorità 3
Doppio sensore	Potenza
Priorità 4	
Potenza	

NOTA:

- Di default, l'origine velocità avrà sempre priorità 1 (GPS). Passerà alla priorità 2 (Sensore di velocità) in caso di perdita del segnale GPS. Allo stesso modo, passerà alla priorità successiva se quella precedente non è disponibile.
- 2. Per l'allenamento indoor, impostare l'origine velocità su **Sensore di velocità** o **Doppio sensore** in relazione a quale dei due registrerà la velocità.

Profilo bici

È possibile personalizzare il profilo della propria bici.

- 1. Nella pagina principale, toccare l'icona 🛞 per accedere alla pagina Impostazioni.
- 2. Selezionare **Profilo bici** > **Bici 1** o **Bici 2** > **Profilo bici**.
- 3. Selezionare l'opzione desiderata e configurare le impostazioni necessarie.

5	Profilo bici	
Nome	9	
Tipo I	bici	
Peso		
		kg
Ruota	9	
1.000	~	mm
	1/2	

- Stato: impostare lo stato della bici.
- Nome: inserire il nome della bici tramite la tastiera su schermo.
- Tipo bici: selezionare il tipo di bici.
- Peso: impostare il peso della bici.
- Ruota: impostare la misura della ruota.

NOTA: Assicurarsi di aver inserito il valore corretto poiché influenzerà il calcolo dei dati mentre è utilizzato il sensore di velocità. Per maggiori dettagli sulla misura delle ruote, consultare la sezione *Dimensione e circonferenza delle ruote* a pagina 51.

• Chilometraggio totale: Rider 60 accumula automaticamente le miglia per tutte le corse. Se necessario, è possibile ripristinare le miglia totali a un qualsiasi valore preferito.



Fraz.intelligente

La funzione Giro consente di utilizzare il dispositivo per segnare automaticamente la frazione in una posizione specifica o dopo aver percorso una certa distanza.

- 1. Nella pagina principale, toccare l'icona 🛞 per accedere alla pagina Impostazioni.
- 2. Selezionare **Profilo bici** > **Fraz.intelligente**.
- 3. Selezionare l'opzione desiderata e configurare le impostazioni necessarie.
 - Per Distance: specificare la distanza di ciascun giro.
 - Per posiz.: impostare il punto di partenza come punto giro. Quando si raggiunge il punto della frazione, Rider 60 rileva automaticamente la frazione.
 - Off: disabilitare la funzione Giro.

D Fraz.intellig	gente 🛆
Per Distan	се
	10.00km
Per posiz.	
Off	

Pausa intuitiva

Se la funzione è attiva, la registrazione viene sospesa automaticamente quando vengono incontrati degli ostacoli (ad esempio semafori, attraversamento pedonale, ecc) e sarà ripresa automaticamente una volta ripresa la corsa.

- 1. Nella pagina principale, toccare l'icona 🛞 per accedere alla pagina Impostazioni.
- 2. Selezionare **Profilo bici** > **Pausa intuitiva**.
- 3. Toccare **On** per attivare la funzione.



Visual. griglia

Griglia Info/Pagina giro

È possibile personalizzare la pagina misuratore per visualizzare da 1 a 10 griglie. Ciascuna griglia consente di selezionare l'elemento desiderato tra varie opzioni.

- 1. Nella pagina principale, toccare l'icona 🛞 per accedere alla pagina Impostazioni.
- 2. Selezionare Visual. griglia > Griglia Info, Griglia Info2, Griglia Info3, Pagina giro o Pagina giro2.
- 3. Selezionare il numero di griglie da visualizzare e toccare **OK**.
- 4. Toccare ciascun griglia per impostare l'elemento preferito.



NOTA: Nella vista misurazione, premere a lungo (tenere premuto) una griglia per cambiare l'elemento.

Pagina Altitudine

È possibile personalizzare la pagina altitudine per visualizzare 0-2 griglie di informazioni. Ciascuna griglia consente di selezionare l'elemento desiderato tra varie opzioni.

- 1. Nella pagina principale, toccare l'icona 🛞 per accedere alla pagina Impostazioni.
- 2. Selezionare Visual. griglia > Pagina altitudine.
- 3. Selezionare il numero di griglie da visualizzare e toccare **OK**.
- 4. Toccare ciascun griglia per impostare l'elemento preferito.





Griglia Mappa

È possibile personalizzare la pagina mappa per visualizzare da 0 a 2 griglie. Ciascuna griglia consente di selezionare l'elemento desiderato tra varie opzioni.

- 1. Nella pagina principale, toccare l'icona 🛞 per accedere alla pagina Impostazioni.
- 2. Selezionare Visual. griglia > Griglia Mappa.
- 3. È possibile definire diverse impostazioni della pagina mappa per lo stato in navigazione e non in navigazione.
- 4. Selezionare il numero di griglie da visualizzare e toccare **OK**.
- 5. Toccare ciascun griglia per impostare l'elemento preferito. Ad esempio, è possibile impostare una griglia "Segnaletica" nella pagina mappa. Durante la corsa, la pagina mappa sarà visualizzata come nell'illustrazione di seguito.



Modalità giorno/notte

È possibile personalizzare la modalità di visualizzazione.

- 1. Nella pagina principale, toccare l'icona () per accedere alla pagina Impostazioni.
- 2. Selezionare Visual. griglia > Gio/Not.
- 3. Toccare l'impostazione desiderata.
 - Mod. auto: la modalità automatica (giorno/notte) si basa sulla data corrente e la posizione GPS tramite le quali il navigatore calcola l'ora esatta di tramonto e alba in un particolare giorno in un particolare luogo. Utilizzando queste informazioni, il navigatore può cambiare automaticamente gli schemi di colori pochi minuti prima dell'alba, quando il cielo è meno luminoso e alcuni minuti dopo il tramonto prima che il cielo diventi scuro.



🕤 Visual. griglia 🤷
Mod. Auto
Modalità giorno
Modalità notte

- Modalità giorno: gli schermi dei colori della modalità giorno sono più luminosi per conservare il contrasto medio dello schermo molto luminoso.
- Modalità notte: gli schermi dei colori della modalità giorno sono più scuri per conservare la luminosità media dello schermo poco luminoso.

Calib altitudine

l'altitudine è misurata tramite la pressione dell'aria. Poiché la pressione dell'aria cambia sempre, l'altitudine calcolata può sembrare diversa anche nello stesso punto. Pertanto, nel caso sia necessario avere l'altitudine assoluta durante una corsa, si consiglia di calibrare il Rider 60 in una posizione dove l'altitudine è conosciuta.

Altitudine attuale

- 1. Nella pagina principale, toccare l'icona 🛞 per accedere alla pagina Impostazioni.
- 2. Selezionare **Calib altitudine** > **Altitudine attuale**.
- 3. Inserire l'altitudine attuale e toccare **v** per confermare.

Altre altitudini della posizione

È possibile inserire l'altitudine per i luoghi visitati con maggiore frequenza.

- 1. Nella pagina principale, toccare l'icona 🛞 per accedere alla pagina Impostazioni.
- 2. Selezionare Calib altitudine > Posizione 1, Posizione 2, Posizione 3, Posizione 4 o Posizione 5.
- 3. Toccare **Altitudine** e inserire l'altitudine della posizione. Quindi toccare **v** per confermare.
- 4. Toccare **Modifica nome** e inserire il nome della nuova posizione.

Quindi toccare **v** per confermare.

5. Quando ci si trova in quella posizione, toccare **Taratura** per calibrare l'altitudine impostata.



Posizione 1

Altitudine attuale(m)

2

5

8

3000

1

4

7

0

₅

 \otimes

3

6

9

 Δ



NOTA:

- Per garantire la precisione dei dati, si consiglia di tarare il barometro tutte le volte prima di usare il Rider 60.
- Se si è interessati solamente alle informazioni relative al guadagno altitudine/perdita altitudine, la calibrazione potrebbe non essere necessaria.

Avviso

Con la funzione Avviso, il Rider 60 emette un segnale acustico e visualizza un messaggio per notificare quando si supera o si è al di sotto del target.

NOTA: se non si ci trova in modalità allenamento, il promemoria avviso sarà basato sull'impostazione avviso di Trova e vai.

Avviso Trova e vai

- 1. Nella pagina principale, toccare l'icona 🛞 per accedere alla pagina Impostazioni.
- 2. Toccare **Avviso** > **Trova a vai** e selezionare il sensore desiderato.
 - Per cadenza: specificare la cadenza massima e minima di rivoluzione della pedivella per minuto (rpm). Quindi toccare **Avviso** > **On** per attivare l'allarme di notifica.
 - Per distanza: specificare la destinazione target. Quindi toccare Avviso > On per attivare l'allarme di notifica.
 - Per velocità: specificare la velocità massima e minima. Quindi toccare Avviso > On per attivare l'allarme di notifica.
 - Per tempo: specificare il tempo del percorso target. Quindi toccare Avviso > On per attivare l'allarme di notifica.
 - Per FC: specificare la frequenza cardiaca massima e minima. Quindi toccare Avviso > On per attivare l'allarme di notifica.

S Cadenza	🗅 Distanza 🛆	I ∮
Avviso	Avviso	A
Off	Off	
Cadenza max	Distanza	Ve
100rpm	200.0km	
Cadenza min		Ve
50rpm		



Per cadenza

Per distanza

Per velocità

う Tempo percorso 🏠	<u>ን</u> FC 🗘
Avviso	Avviso
Off	Off
Orario	FC max
30min	bpm
	FC min
	bpm
Per tempo	Per FC

Avviso allenamento

- 1. Nella pagina principale, toccare l'icona 🛞 per accedere alla pagina Impostazioni.
- 2. Toccare **Avviso** > **Allenamento** per attivare/disattivare l'avviso allenamento.

NOTA: per usare gli avvisi frequenza cardiaca, velocità e cadenza, sono necessari i sensori corrispondenti.

Sistema

È possibile personalizzare le impostazioni di sistema di Rider 60, come spegnimento retroilluminazione, lingua da visualizzare su schermo e formato dati per ora/unità.

Retroilluminazione

- 1. Nella pagina principale, toccare l'icona 🛞 per accedere alla pagina Impostazioni.
- 2. Selezionare **Sistema** > **Illumin. Off**.
- 3. Toccare l'impostazione desiderata.

ב Illumin. Off	
Mai	
15 sec	
30 sec	
1 min	
5 min	
10 min	



Luminosità

- 1. Nella pagina principale, toccare l'icona 🛞 per accedere alla pagina Impostazioni.
- 2. Selezionare **Sistema** > **Luminosità**.
- 3. Toccare la lampadina per regolare il livello della luminosità.
- 4. Premere il tasto Ů/BACK/♥♥/■ per chiudere la barra della luminosità.



P	Lingua	 个
Čeština		
Danese		
Deutsch		
English		
Español		
Français	1	
	1/3	



Lingua

- 1. Nella pagina principale, toccare l'icona 🛞 per accedere alla pagina Impostazioni.
- 2. Selezionare **Sistema** > **Lingua**.
- 3. Toccare la lingua desiderata.

Ora/Unità

- 1. Nella pagina principale, toccare l'icona 🛞 per accedere alla pagina Impostazioni.
- 2. Selezionare Sistema > Ora/Unità >Data, Ora, Unità o Temperatura.

3. Toccare l'impostazione desiderata.

5	Formato data	5	Formato ora	¢
mm/	dd/yyyy	12 or	re	
уууу	/mm/dd	24 or	re	
dd/n	nm/yyyy			
	Formato data		Formato ora	
5	Unità	5	Temperatura	
Metri	ico (km, kg)	°C		
Impe	eriale (mi,lb)	٩F		

Stato GPS

È possibile vedere le informazioni relative al segnale GPS che Rider 60 sta ricevendo.

- 1. Nella pagina principale, toccare l'icona 🛞 per accedere alla pagina Impostazioni.
- 2. Toccare Stato GPS.
- 3. Definire l'impostazione desiderata.
 - ON/OFF: Attivare/disattivare il GPS.
 - Risp. energ.: Il GPS è attivato. Il posizionamento GPS sarà meno accurato ma la batteria può durare più a lungo.
 - Pot piena: Il GPS è attivato e fornisce una posizione più precisa, ma consumano più energia.



Stato GPS

Buono/Debole/Nessun segnale: le barre indicano l'intensità del segnale GPS.



Profilo utente

Si possono cambiare le informazioni personali.

- 1. Nella pagina principale, toccare l'icona 🛞 per accedere alla pagina Impostazioni.
- 2. Toccare **Profilo utente**.
- 3. Selezionare l'opzione desiderata e configurare le impostazioni necessarie.
 - Nome: inserire il nome tramite la tastiera su schermo.
 - Sesso: selezionare il sesso.
 - Data nascita: inserire la data di nascita.
 - Altezza: impostare l'altezza.
 - Peso: impostare il peso.
 - MHR: impostare la frequenza cardiaca massima.
 - LTHR: impostare la propria frequenza cardiaca della soglia del lattato.
 - MAP: impostare la potenza aerobica massima.
 - FTP: impostare la potenza di soglia funzionale.
 - Account Bryton: registrare l'account Bryton sul Rider 60. Andare su Brytonsport.com per creare un account Bryton gratuito. Una volta creato l'account Bryton, sarà possibile caricare le proprie corse su Brytonsport.com tramite il Bluetooth.

NOTA: per usare questa funzione, assicurarsi che

- 1. Il cellulare supporti il trasferimento dati Bluetooth.
- 2. Il cellulare disponga del piano dati 3G
- 3. Sia stato attivato l'hotspot con il cellulare.

Consultare la sezione *Bluetooth* a pagina 40 per ulteriori informazioni.



Марра

È possibile specificare il tipo di mappa, attivare la nuova mappa acquistata e visualizzare le informazioni della mappa.

Tipo di mappa

- 1. Nella pagina principale, toccare l'icona 🛞 per accedere alla pagina Impostazioni.
- 2. Selezionare **Mappa** > **Tipo di mappa**.
- 3. Toccare l'impostazione desiderata.
 - HD Street Map: HD Street Map è una mappa digitale di qualità premium che consente di eseguire la programmazione e navigazione porta a porta per le attività generiche.
 - OpenStreetMap: OpenStreetMap consente inoltre di eseguire la programmazione e navigazione porta a porta. In particolare, è studiata per ciclisti, poiché mostra piste ciclabili, infrastrutture, e evidenzia i servizi utili.

NOTA: non è necessario attivare la mappa a meno che venga acquistata una nuova mappa.

Attivazione mappa

- 1. Nella pagina principale, toccare l'icona 🛞 per accedere alla pagina Impostazioni.
- 2. Selezionare Mappa > Attivazione mappa.
- 3. Inserire il codice mappa e toccare 🔽 per attivare la mappa.



Ins. chiave mappa				
				\mathbf{X}
Α	В	С	D	E
F	G	Η	Ι	L
К	L	Μ	Ν	0
Ρ	Q	R	S	Т
U	V	W	X	Υ
Z	-	'	@	1
123 🔀 🗸				





Informazioni mappa

- 1. Nella pagina principale, toccare l'icona 🛞 per accedere alla pagina Impostazioni.
- 2. Selezionare **Mappa** > **Informazioni**.
- 3. Premere il tasto ▲/▼ per leggere la regione e la versione della mappa. Toccare we per chiudere la pagina corrente.

Navigazione

È possibile configurare le impostazioni di visualizzazione della mappa.

Colore percorso

- 1. Nella pagina principale, toccare l'icona () per accedere alla pagina Impostazioni.
- 2. Selezionare **Navigazione** > **Colore percorso**.
- 3. Toccare il colore desiderato.

NOTA: di default, una linea verde mostra la parte di percorso già percorsa sulla mappa.

Mostra contorno

- 1. Nella pagina principale, toccare l'icona 🛞 per accedere alla pagina Impostazioni.
- 2. Selezionare Navigazione > Mostra contorno.
- 3. Toccare **On** per visualizzare la linea di contorno sulla mappa.

Visualizza POI

- 1. Nella pagina principale, toccare l'icona 🛞 per accedere alla pagina Impostazioni.
- 2. Selezionare Navigazione > Visualizza POI.
- 3. Toccare **On** per visualizzare le icone dei POI sulla mappa.

Colore percorso
Verde
Viola
Arancione



Sempre a nord

- 1. Nella pagina principale, toccare l'icona 🛞 per accedere alla pagina Impostazioni.
- 2. Selezionare **Navigazione** > **Sempre a nord**.
- 3. Toccare Si per attivare l'impostazione Sempre a nord per la mappa.

Ð	Sempre a nord	
Sì		
No		



Guida vocale

pagina Impostazioni.

- 1. Nella pagina principale, toccare l'icona 🛞 per accedere alla pagina Impostazioni.
- 2. Selezionare Navigazione > Ricalcola auto.

2. Selezionare **Navigazione** > **Guida vocale**.

3. Specificare la lingua desiderata per la guida vocale.

3. Toccare **On** per attivare automaticamente il ricalcolo da parte del dispositivo del percorso quando viene cambiato il percorso.

1. Nella pagina principale, toccare l'icona 🛞 per accedere alla





Manuale d'uso Rider 60 39



Bluetooth

Rider 60 consente di connettersi con due dispositivi Bluetooth contemporaneamente. Prima di utilizzare la guida vocale o di caricare le corse tramite il Bluetooth, seguire le istruzioni di seguito:

IMPORTANTE: Connettersi sempre al dispositivo Bluetooth dal Rider 60.

1. Attivare la guida vocale tramite l'auricolare Bluetooth

a. Attivare l'auricolare in modalità collegamento

Tenere premuto il pulsante "Chiama" o "Accensione" dell'auricolare per diversi secondi. Molti auricolari hanno un indicatore luminoso che resta acceso o lampeggia rapidamente per indicare che il dispositivo è pronto al collegamento. Rilasciare il pulsante quando si verifica questa situazione. L'auricolare è ora pronto per il collegamento.

b. Collegamento del Rider 60 con l'auricolare

i. Sul Rider 60, toccare l'icona 🛞 > **Bluetooth** > **Bluetooth**. Quindi toccare **On** per attivare la funzione Bluetooth. Attendere alcuni minuti per consentire al Rider 60 di cercare l'auricolare.

ค	Bluetooth	¢
On		
Off		

ii. Una volta che l'auricolare viene visualizzato nell'elenco, selezionarlo e attendere per consentire al Rider 60 di collegarsi con l'auricolare.

2. Caricamento delle corse tramite un cellulare dotato di Bluetooth

Prima di caricare le corse, registrare e creare un account Bryton gratuito su Brytonsport. com, quindi accedere all'account Bryton sul Rider 60.

Per utenti alle prime armi, toccare l'icona 🛞 > **Profilo utente** > **Account Bryton** per registrare l'account Bryton. L'account Bryton è l'indirizzo e-mail utilizzato per la registrazione come membro di Brytonsport.com.

IMPORTANTE:

Per essere certi che le corse siano caricate nel posto giusto, assicurarsi di aver inserito l'account Bryton corretto sul Rider 60.

a. Attivare il cellulare in modalità collegamento

Rider 60 è compatibile con gli smartphone dotati di Bluetooth con funzionalità di hotspot personale. Sia l'iPhone che molti smartphone Android dispongono della funzione hotspot/hotspot mobile integrata. Rider 60 può sfruttare il piano dati Internet 3G/4G del telefono per la connessione.

Attivare l'Hotspot e il Bluetooth sul cellulare

i. iPhone

- Per attivare la funzione Hotspot, andare su Impostazioni > "Hotspot personale", quindi selezionare "Sì".
- Per attivare la funzione Bluetooth, andare su Impostazioni > "Bluetooth", quindi selezionare "SÌ".

IMPORTANTE: Rimanere nella schermata del Bluetooth mentre il Rider 60 esegue il collegamento con l'iPhone.

ii. Telefono Android

- Per attivare la funzione Hotspot, andare su **Impostazioni** > "Wireless e reti" > "Tethering e hotspot portatile" > "Tethering Bluetooth".
- Per attivare la funzione Bluetooth, andare su Impostazioni > "Bluetooth", quindi selezionare "SÌ", quindi rendere il dispositivo visibile a tutti i dispositivi Bluetooth vicini.

IMPORTANTE: Rimanere nella schermata del Bluetooth mentre il Rider 60 esegue il collegamento con il telefono Android.

b. Collegamento del Rider 60 con il cellulare

- i. Sul Rider 60, toccare l'icona 🛞 > Bluetooth > Bluetooth.
 Quindi toccare On per attivare la funzione Bluetooth.
 Attendere per consentire al Rider 60 di cercare il telefono.
- ii. Una volta che il cellulare viene visualizzato nell'elenco, selezionarlo e attendere alcuni minuti per consentire al Rider 60 di collegarsi con il cellulare.
- iii.Se viene richiesto un PIN, inserire il codice PIN assegnato dal cellulare. Il Rider 60 mostrerà lo stato in collegamento.

1	Bluetooth	仑
On		
Off		



Per lo stato in collegamento, consultare le descrizioni di seguito:



IMPORTANTE:

In caso di problemi di connessione, fare clic sul dispositivo con il problema nell'elenco e selezionare Ignora disp. e cercare ancora.

c. Caricamento delle corse

1. Sul Rider 60, toccare **Vis. cronol** o selezionare **Trova e vai** > **Cronologia**, quindi selezionare la corsa da caricare.



2. Toccare 🕲 per caricare la corsa tramite il Bluetooth su Bryton Sport.

Cronometro

Con la funzione Cronometro, si può misurare l'ammontare di tempo trascorso dal momento in cui Rider 60 è stato attivato e disattivato. Si può scegliere tra due modalità: Conto rov. e Cronometro. Conto rov. è usato per segnalare quando è trascorso un certo periodo di tempo preimpostato. Il Cronometro è utilizzato per registrare i tempi delle frazioni in un particolare periodo di tempo.

Conto alla rovescia

- 1. Nella pagina principale, toccare **Cronometro** > **Conto rov.**
- 2. Impostare il conto alla rovescia, quindi toccare veri per confermare.
- 3. Per avviare il conto alla rovescia, toccare
- Per sospendere il conto alla rovescia, toccare
 Per ripristinare il conto alla rovescia, toccare



Cronometro

- 1. Nella pagina principale, toccare **Cronometro** > **Cronometro**.
- 2. Per avviare il cronometro, toccare Avvio.
- 3. Per registrare una frazione mentre è in funzione il cronometro, toccare **Frazione**.

Viene visualizzato il primo tempo sul giro. Ripetere questa operazione per registrare una nuova frazione.

4. Per interrompere il cronometro, toccare **Stop**.





Risoluzione dei problemi

Come ottenere altre informazioni

Andare a <u>http://corp.brytonsport.com</u> > **Support** per ulteriori informazioni.

Ripristino di Rider 60

Tenere premuti contemporaneamente i tre pulsanti (▲/LAP/▼) finché il dispositivo si riavvia.

Problemi con il collegamento del sensore

Sensore di frequenza cardiaca

Se non viene rilevato alcun sensore di frequenza cardiaca o il sensore è inattivo, verificare quanto segue:

- 1. Scaldare il cardiofrequenzimetro per circa 5 minuti.
- 2. Durante il collegamento del sensore velocità/cadenza, assicurarsi che siano presenti altri sensori velocità/cadenza nel raggio di 5 metri.
- 3. Con clima freddo, indossare indumenti adatti per mantenere calda la fascia cardio.
- 4. Sistemare il sensore al centro del corpo. La fascia deve essere indossata al petto ed a contatto diretto con il corpo. Il logo Bryton visualizzato sul sensore deve essere rivolto verso l'alto. Serrare saldamente la fascia elastica in modo che non si allenti durante l'esercizio.
- 5. Verificare lo stato della batteria o inserire una nuova batteria.

Sensore di velocità/cadenza

Se non viene rilevato alcun sensore di velocità/cadenza o il sensore è inattivo, verificare quanto segue:

- 1. Assicurarsi che il sensore di velocità/cadenza sia installato correttamente. Mantenere la distanza tra il sensore ed il magnete entro 3 mm. Consultare *Installazione del doppio sensore cadenza/velocità* a pagina 47 per le istruzioni.
- 2. Fare girare la ruota per attivare il sensore in modo che i dati possano essere trasferiti sul Rider 60.
- Dimensione della ruota non impostata correttamente. È possibile impostare la dimensione della ruota in Impostazioni (⁽⁽⁽⁾⁾) > Profilo bici > Bici 1/Bici 2 > Profilo bici > Ruota. Consultare *Dimensione e circonferenza delle ruote* a pagina 51 per ulteriori informazioni.

- 4. Problema priorità sensore: Di default, l'origine velocità avrà sempre priorità 1 (GPS). Passerà alla priorità 2 (Sensore di velocità) in caso di perdita del segnale GPS. Allo stesso modo, passerà alla priorità successiva se quella precedente non è disponibile. Per l'allenamento indoor, impostare l'origine velocità su Sensore di velocità o Doppio sensore in relazione a quale dei due registrerà la velocità. Consultare Origine veloc/ Origine cad a pagina 26 per ulteriori informazioni.
- 5. Verificare lo stato della batteria o inserire una nuova batteria.

Appendice

Installazione del supporto

Per montare Rider 60 sulla bici, agire come segue:



bryton

Installazione del set cardiofrequenzimetro



NOTA:

- Con clima freddo, indossare indumenti adatti per mantenere calda la fascia cardio.
- · La fascia deve essere indossata al petto ed a contatto diretto con il corpo.
- Regolare la posizione del sensore sulla parte centrale del corpo (indossarlo poco sotto il torace). Il logo Bryton visualizzato sul sensore deve essere rivolto verso l'alto. Serrare saldamente la fascia elastica in modo che non si allenti durante l'esercizio.
- Se la fascia cardio non viene utilizzata per un certo periodo di tempo, rimuovere il sensore dalla fascia cardio per evitare che la batteria si scarichi.



Installazione del doppio sensore cadenza/ velocità



NOTA:

- Allineare sensore e magnete come mostrato nella figura (3) e (4). Prestare attenzione ai punti di allineamento.
- Mantenere la distanza tra il sensore ed il magnete entro 3 mm.
- Al primo utilizzo, eseguire le seguenti operazioni:
 - 1. Premere il tasto <a>(. Il LED lampeggia da rosso a verde, indicando che il sensore sta lavorando.
 - 2. Iniziare a pedalare.
 - 3. Quando il magnete di cadenza arriva sul sensore, il LED rosso lampeggia. Quando il magnete di velocità arriva sul sensore, il LED verde lampeggia.
 - 4. Il LED lampeggia solo per i primi 10 passaggi dopo la pressione del tasto 📿.

Installazione della scheda micro SD con la mappa

Se si acquista una mappa aggiuntiva, seguire queste istruzioni per installare la scheda micro SD con la mappa.

- 1. Sollevare il coperchio della scheda micro SD.
- 2. Scorrere da sinistra a destra per sbloccare lo slot della scheda micro SD.
- 3. Usare l'unghia per aprire lo slot della scheda micro SD.
- 4. Inserire una scheda micro SD nello slot della scheda micro SD. Assicurarsi che i contatti metallici siano rivolti verso il basso.
- 5. Chiudere lo slot della scheda SD.
- 6. Premere e scorrere da destra a sinistra per bloccare lo slot della scheda micro SD.

NOTA: Per rimuovere la scheda micro SD, sollevare il coperchio della scheda micro SD e scorrere da sinistra a destra fino a rimuoverlo.





Aggiornamento software

1. Scaricare Bryton Bridge 2

a. Andare all'indirizzo http://www.brytonsport.com/help/start e scaricare Bryton Bridge 2.

b. Seguire le istruzioni su schermo per installare Bryton Bridge 2.

2. Collegamento del Rider 60 con il computer

Una volta collegato il Rider 60 con il computer, la schermata del Rider 60 passa automaticamente alla pagina in carica.



3. Eseguire l'aggiornamento al software più recente

Se sono state seguite le fasi 1 e 2, si aprirà automaticamente la finestra di Bryton Bridge 2. Se viene rilevata una nuova versione del software, una stella chiederà di fare clic su "Aggiorna software". In questo il Rider 60 sarà aggiornato automaticamente alla versione software più recente.



Nuova versione del software di Rider 60 disponibile.



Aggiornamento completato. Scollegare il Rider 60 dal computer.

4. Aggiornamento dispositivo Rider 60 Una volta scollegato il Rider 60 dal computer, il Rider 60 impiegherà alcuni minuti per elaborare e aggiornare il software scaricato. Seguire le istruzioni su schermo per completare la procedura di aggiornamento.



Durante l'aggiornamento del dispositivo, caricare il Rider 60 per migliorare l'efficienza durante l'aggiornamento.



Aggiornamento del dispositivo.



Premere il tasto **OK** per completare la procedura di aggiornamento.

bryton

Condividi le tue corse su Brytonsport.com

1. Scaricare Bryton Bridge 2

a. Andare all'indirizzo http://www.brytonsport.com/help/start e scaricare Bryton Bridge 2.b. Seguire le istruzioni su schermo per installare Bryton Bridge 2.

2. Registrare un account Bryton

Andare all'indirizzo http://www.brytonsport.com e registrare un account Bryton gratuito.

3. Collegamento al PC

Accendere Rider 60 e collegarlo al computer usando il cavo USB.

4. Condividere l'esperienza con altri ciclisti

Quando si apre la finestra Gestione dispositivi, eseguire una delle seguenti operazioni:

a. Fare clic sul tasto "Gestione tracciati". Quindi, fare clic sul tasto "Salva tracce su PC" per salvare i dati sul computer.

Oppure

b. Fare clic sul tasto "visitare brytonsport.com". Quindi, fare clic su "Carica file" per condividere le corse sul sito Brytonsport.

NOTA:

- Non scollegare il cavo USB durante la procedura di trasferimento dei file. Diversamente i file potrebbero danneggiarsi o corrompersi.
- Dopo avere installato Bryton Bridge, "Gestione dispositivo" si avvierà automaticamente quando il dispositivo è collegato al computer. In caso contrario, fare clic con il tasto destro sull'icona BRYTON (a) che è visualizzata in alto o in basso della barra degli strumenti del computer, quindi selezionare "Apri Bryton Bridge 2-Gestione dispositivo".

Dimensione e circonferenza delle ruote

La misura delle ruote è contrassegnata su entrambi i lati del copertone.

Dimensione ruote	L (mm)
12 x 1,75	935
14 x 1,5	1020
14 x 1,75	1055
16 x 1,5	1185
16 x 1,75	1195
18 x 1,5	1340
18 x 1,75	1350
20 x 1,75	1515
20 x 1-3/8	1615
22 x 1-3/8	1770
22 x 1-1/2	1785
24 x 1	1753
24 x 3/4 tubolare	1785
24 x 1-1/8	1795
24 x 1-1/4	1905
26 x 2,10	2068
26 x 2,125	2070
26 x 2,35	2083
26 x 3,00	2170
27 x 1	2145
27 x 1-1/8	2155
27 x 1-1/4	2161
27 x 1-3/8	2169
650 x 35A	2090
650 x 38A	2125
650 x 38B	2105
700 x 18C	2070

Dimensione ruote	L (mm)
24 x 1,75	1890
24 x 2,00	1925
24 x 2,125	1965
26 x 7/8	1920
26 x 1(59)	1913
26 x 1(65)	1952
26 x 1,25	1953
26 x 1-1/8	1970
26 x 1-3/8	2068
26 x 1-1/2	2100
26 x 1,40	2005
26 x 1,50	2010
26 x 1,75	2023
26 x 1,95	2050
26 x 2,00	2055
700 x19C	2080
700 x 20C	2086
700 x 23C	2096
700 x 25C	2105
700 x 28C	2136
700 x 30C	2170
700 x 32C	2155
700C tubolare	2130
700 x 35C	2168
700 x 38C	2180
700 x 40C	2200



Zone di frequenza cardiaca

Zona	Cosa fa	% di riserva di frequenza cardiaca
1: Leggerissimo	Eccezionale per principianti, chi si trova in condizioni di estrema deabilitazione e coloro che sono principalmente interessati negli esercizi per la perdita di peso, dato che il corpo come carburante brucia una maggiore miscela di calorie grasse rispetto a quelle dei carboidrati.	50-60%
2: Leggero	Gestione del peso e rafforzamento del cuore, dandogli l'opportunità di lavorare a livello ottimale. Nota anche come la "soglia di fitness aerobica", perché da questo punto in poi, il vostro corpo comincia a raccogliere gli effetti positivi dell'esercizio aerobico.	60-70%
3: Moderato	Non solo ne beneficia il cuore ma anche il sistema respiratorio. Aumenta la resistenza e migliora la capacità aerobica, cioè la capacità di trasportare ossigeno ai muscoli e tenere lontano l'anidride carbonica da quelli appositamente scolpiti per lo sport. Aumenta la vostra ucita MET (Metabolico Equivalente).	70-80%
4: Forte	Benefici da allenamento per alte prestazioni. Aumenta la capacità del corpo di metabolizzare l'acido lattico, consentendovi di allenarvi più duramente prima di arrivare al dolore dovuto all'accumulo di acido lattico e al debito di ossigeno.	80-90%
5: Max	Solo gli atleti estremamente in forma lavorano a questo livello con una frequenza e durata limitate. Per operare in debito di ossigeno per allenare le vie metaboliche di fibre muscolari a contrazione rapida, non vie resistenti o enzimi.	90-100%

Cura basilare di Rider 60

Prestare estrema cautela di Rider 60 per ridurre rischi di danni.

- Non far cadere il Rider 60 o sottoporlo a urti violenti.
- Non esporre Rider 60 a temperature estreme e ad eccessiva umidità.
- La superficie dello schermo può facilmente graffiarsi. Utilizzare protezioni generiche dello schermo non adesive per proteggerlo dai graffi minori.
- Per pulire Rider 60, utilizzare un detergente neutro diluito su un panno morbido.
- Non tentare di smontare, riparare o apportare qualsiasi modifica a Rider 60. Ogni tentativo in tal senso annullerebbe la garanzia.

Specifiche

Rider 60

Voce	Descrizione
Modello	Rider 60
Dimensioni	54,2 x 97,6x 18,2 mm
Peso	106 g
Impermeabile	IPX7 (immersione in acqua per 30 minuti ad una profondità di 1 m)
Visual. griglia	Pannello TFT Transflective a colori 3", touchscreen 240 x 400 pixel
GPS	Antenna ad alta sensibilità integrata
Ricevitore RF	Ricevitore 2457MHz ANT+ con antenna integrata per protocollo sport ANT+
Bluetooth	Tecnologia wireless Bluetooth
Barometro	300 ~ 1100 hPA (+9000 ~ -500 m sopra il livello del mare)
Cicalino	Sì
Tipo di batteria	Batteria ricaricabile al Litio
Durata batteria	16 ore a cielo aperto
Tempo di caricamento della batteria	4 ore
Interfaccia connettore	Mini USB
Temperatura di funzionamento	-10°C ~ 50°C
Temperatura di carica batteria	0°C ~ 40°C



Set cardiofrequenzimetro

Voce	Descrizione
Dimensioni	67~100 x 26 x 15 mm
Peso	14 g (sensore) / 35 g (fascia)
Resistenza all'acqua	20m
Portata di trasmissione	5m
Durata batteria	1 ora al giorno per 24 mesi
Temperatura di funzionamento	5°C ~ 40°C
Frequenza/protocollo radio	Protocollo di comunicazione wireless ANT+ 2,4GHz

Doppio sensore di velocità e cadenza

Voce	Descrizione
Dimensioni	32,5 x 20,2 x 60 mm (corpo)
Peso	30g
Resistenza all'acqua	20m
Portata di trasmissione	5m
Durata batteria	1 ora il giorno per 1,4 anni
Temperatura di funzionamento	-10°C ~ 60°C
Frequenza/protocollo radio	Protocollo di comunicazione wireless ANT+ 2,4GHz

La precisione potrebbe essere compromessa da un contatto scarso del sensore, da interferenze elettriche e dalla distanza del ricevitore dal trasmettitore.



Rider 60_UM_R002_OCT