



bryton®



Rider
20

Manuale d'uso



Indice

Operazioni preliminari.... 4

Rider 20..... 4

Ripristino di Rider 20 5

Accessori 5

Icone di stato 5

Collegamento, sincronizzazione
e carica 6

Accensione/spegnimento di
Rider 20..... 6

Impostazione iniziale 6

Usare la bici con Rider 20! 7

Gestione dei dati di Rider 20
tramite computer 7

Condivisione della propria
esperienza con altri ciclisti 7

Esercizio/Allenamento 8

Informazioni di visualizzazione . 8

Preparativi 9

Avvio/interruzione/arresto
dell'esercizio 9

Segna giro..... 10

Vedi info Esercizio/
Allenamento 10

Commutazione delle modalità 11

Impostazioni di allenamento 12

Imposta allenamento 12

Per tempo..... 12

Per distanza 13

Imposta allenamento con frazioni 13

Seleziona bici 14

Collega sensori 15

Visualizza informazioni sui sensori..... 16

**Vedi registro Esercizio/
Allenamento 17**

Cancella memoria..... 18

Altre impostazioni 19

Uso del cronometro 19

Impostazioni ora 20

Calibrazione automatica tramite
GPS..... 20

Imposta ora legale 21

Scorrimento automatico 21

Accendi/spegni GPS 22

Imposta tono 22

Appendice 23

Specifiche tecniche 23

Informazioni sulle batterie..... 24

Installazione di Rider 20 25

Installazione di Rider 20 sulla bici..... 25

**Installazione del sensore di
velocità/cadenza (opzionale) ... 26**

**Installazione della cintura
frequenza cardiaca
(opzionale)..... 27**

**Dimensioni e circonferenza
della ruota 28**

Terminologie a schermo 29

Cura di base di Rider 20 29



AVVISO

Consultare sempre il proprio medico prima di iniziare o modificare un programma di allenamento. Si prega di leggere attentamente la guida Informazioni relativi a garanzia e sicurezza nella confezione.

Registrazione del prodotto

Per ricevere una migliore assistenza, completare la registrazione del dispositivo utilizzando Bryton Bridge.

Per ulteriori informazioni, andare al sito <http://support.brytonsport.com>.

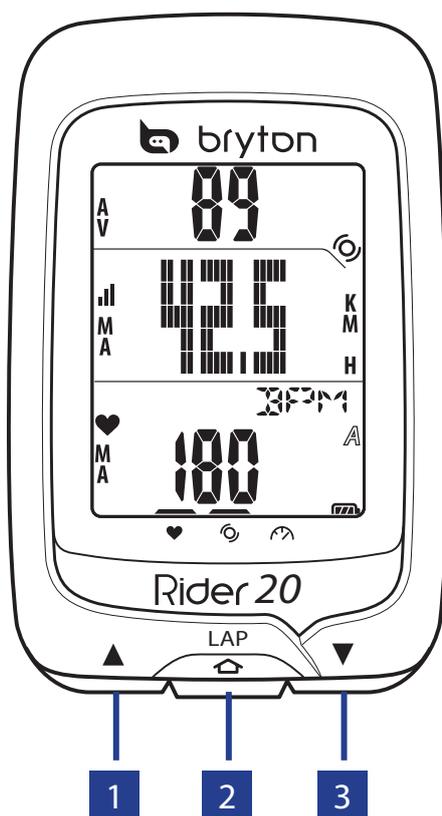
Software Bryton

Andare al sito <http://brytonsport.com> per scaricare il software gratuito e consentire l'upload di profilo personale, percorsi e l'analisi dei dati sul web.

Operazioni preliminari

Questa sezione guiderà l'utente alle operazioni preliminari di base prima di iniziare ad usare Rider 20.

Rider 20



1 SU (▲)

- Premere a lungo per accendere/ spegnere la retroilluminazione.
- In visualizzazione misuratore, premere brevemente per scorrere le opzioni di pagina della schermata superiore.
- In Menu, premere per spostarsi verso l'alto e scorrere tra le opzioni del menu.

2 FRAZIONE (LAP)

- Per spegnere il dispositivo, premere brevemente per accedere a Menu e selezionare "OFF (OFF)".
- Premere brevemente per accedere/ uscire dal menu.

- Durante il percorso e la registrazione, premere brevemente per rilevare la frazione.
- In Menu, premere per accedere o confermare una selezione.

3 GIÙ (▼)

- In visualizzazione misuratore, premere brevemente per scorrere le opzioni di pagina della schermata inferiore.
- In Menu, premere per spostarsi verso il basso e scorrere tra le opzioni del menu.

Ripristino di Rider 20

Per ripristinare Rider 20, premere a lungo e contemporaneamente i tre tasti (▲/LAP/▼).

Accessori

Rider 20 dispone dei seguenti accessori:

- Cavo USB
- Supporto manubrio

Componenti opzionali:

- Cintura frequenza cardiaca
- Sensore di velocità/cadenza
- Sensore comb.

Icone di stato

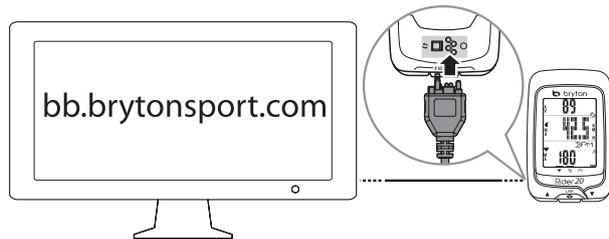
Icona	Voce	Icona fissa	Icona lampeggiante
	Icona bici	Bici 1	-
		Bici 2	-
	Icona batteria	Livello batteria	Batteria in carica
		-	Batteria in esaurimento
	Icona GPS	Livello segnale GPS	Ricerca segnale GPS
	Icona registrazione	Memoria piena, cancellare	Registrazione in corso
	Icona cardiofrequenzimetro	Collegato a monitor di frequenza cardiaca	-
	Sensore di cadenza di velocità	Collegato a sensore cadenza	-
	Sensore di velocità di velocità	Collegato a sensore velocità	-

Collegamento, sincronizzazione e carica

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. Collegare Rider 20 a un PC con il cavo USB in dotazione.
2. Scaricare l'applicazione *Bryton Bridge 2* dal sito bb.brytonsport.com e sincronizzarla con Rider 20.



Mantenere Rider 20 collegato al PC per caricare la batteria.

Usare il cavo USB per il collegamento ad un PC.

NOTA: La prima volta, caricare la batteria per almeno 3 ore.

Accensione/spegnimento di Rider 20

Per accendere Rider 20:

Premere brevemente **LAP** per accendere Rider 20.

Per spegnere Rider 20:

1. Premere brevemente **LAP** per accedere a Menu.
2. Premere brevemente **▲/▼** per selezionare "OFF (OFF)".
3. Premere brevemente **LAP** per spegnere il dispositivo.

NOTA: Se Rider 20 viene lasciato inattivo per 10 minuti, si spegne automaticamente.

Impostazione iniziale

Quando si accende Rider 20 per la prima volta, sullo schermo viene visualizzata l'installazione guidata. Seguire le istruzioni per completare l'installazione.

1. Selezionare la lingua da visualizzare.
2. Selezionare l'unità di misura.
3. Accedere al "profilo utente".
(Si consiglia di immettere i dati. La precisione dei dati influisce estremamente sull'analisi dell'allenamento.)
4. Quando appare **IND GPS**, uscire all'esterno per acquisire il segnale GPS.
Se non è possibile uscire all'esterno, premere brevemente **LAP** per annullare la richiesta di acquisizione.

6 Operazioni preliminari

NOTA: Se si desidera modificare il proprio profilo, si prega di collegare il dispositivo a Brytonsport.com e modificare l'impostazione tramite Dispositivo -> Gestisci dati dispositivo. Oppure andare su Impostazioni > Altro > Profilo e modificare le impostazioni.

Usare la bici con Rider 20!

- **Corsa libera:**

Usare Rider 20 montato sulla bici.

- **Iniziare un allenamento e registrare i dati:**

Premere brevemente **LAP** per accedere a Menu. Selezionare "AVVI" e premere brevemente **LAP** per avviare la registrazione del log.

- **Iniziare un allenamento:**

Premere brevemente **LAP** per accedere a Menu. Selezionare "IMP > ALL." e premere brevemente **LAP** per selezionare una delle modalità di allenamento disponibili: tempo percorso, distanza e FRAZIONE.

Gestione dei dati di Rider 20 tramite computer

1. Collegare Rider 20 al computer con il cavo USB.
2. Installare l'applicazione *Bryton Bridge 2*. È possibile scaricare l'applicazione dal sito <http://bb.brytonsport.com>.
3. Seguire le istruzioni su schermo per trasferire i dati al computer.

NOTA:

- Dopo aver scollegato Rider 20 dall'USB, Rider 20 si ripristina.
- Non staccare il cavo USB durante la procedura di trasferimento file. In caso contrario, i file potrebbero danneggiarsi o corrompersi.

Condivisione della propria esperienza con altri ciclisti

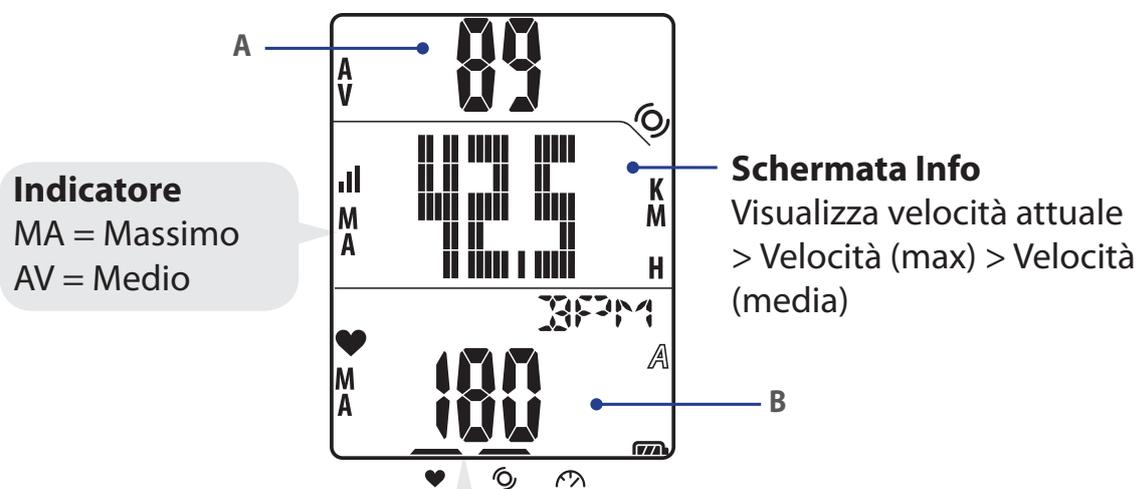
Per condividere la propria esperienza e i risultati di allenamento con altri ciclisti in tutto il mondo, visitare il sito <http://www.brytonsport.com>.

Esercizio/Allenamento

La bici è uno dei migliori tipi di allenamento per il corpo. Consente di bruciare calorie, perdere peso e migliorare la forma fisica generale. Durante l'esercizio o l'allenamento, Rider 20 consente di misurare e registrare le proprie attività di corsa visualizzando le prestazioni attuali.

NOTA: In modo Esercizio/Allenamento, le informazioni visualizzate variano a seconda delle preferenze dell'utente.

Informazioni di visualizzazione



Indicatore
MA = Massimo
AV = Medio

Schermata Info
Visualizza velocità attuale
> Velocità (max) > Velocità (media)

Durante l'associazione (con cardiofrequenzimetro/sensore di cadenza/sensore di velocità), i LED (sopra le icone) lampeggiano. Quando i sensori sono collegati correttamente al dispositivo, i LED si accendono.

Schermata superiore (A)

Premere ▲ per cambiare la visualizzazione delle informazioni:
Ora attuale > Tempo percorso (A o B) > Cadenza > Cadenza (media) > Cadenza (max)

Schermata inferiore (B)

Premere ▼ per cambiare la visualizzazione delle informazioni:
Distanza > Calorie > ODO (A/B) > ODO (A+B) > Tempo percorso totale (A/B) > Tempo percorso totale (A+B) > Frequenza cardiaca > Frequenza cardiaca (max) > Frequenza cardiaca (media)

NOTA: I dati ODO (A/B), ODO (A+B), Tempo percorso totale (A/B) e Total Ride Time (A+B) vengono visualizzati esclusivamente una volta completato un allenamento/esercizio.

La tabella che segue riporta un'indicazione grafica sull'uso dei tasti che verranno impiegati nelle sezioni successive.

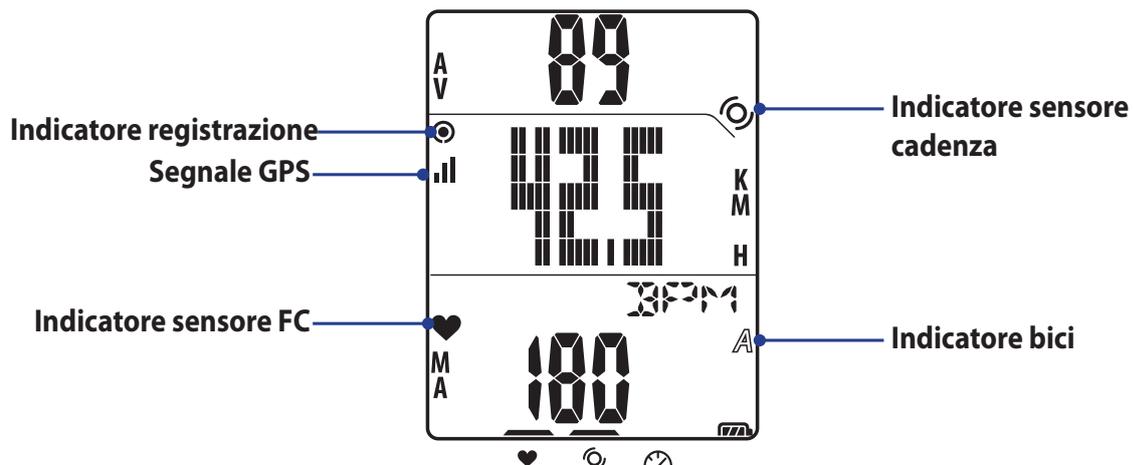
Tasti	Indicazione
Premere brevemente ▲	1 ➔
Premere brevemente LAP	2 == ➔
Premere brevemente ▼	3 ➔
Premere a lungo LAP	4 ➔
<i>*nessuna pressione del tasto, cambia solo la visualizzazione</i>	➔

Preparativi

- Collegare i sensori (pag. 15), opzionale

Avvio/interruzione/arresto dell'esercizio

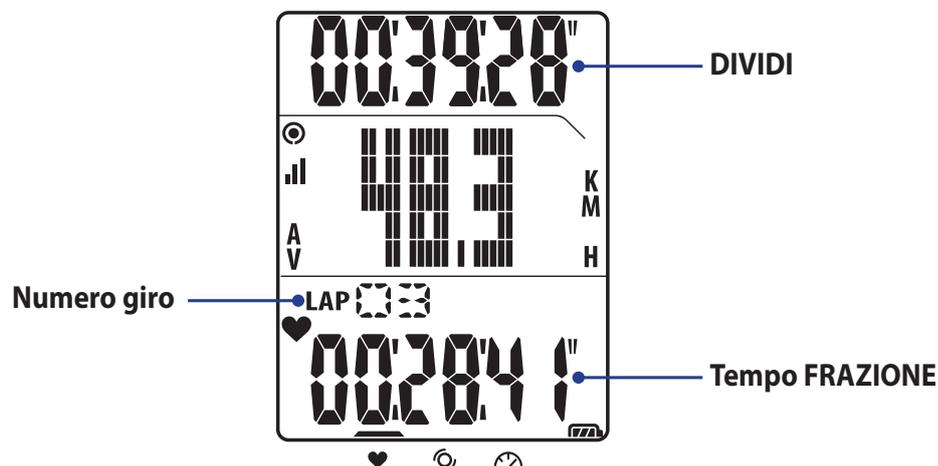
1. Nella schermata principale, premere brevemente **LAP** per accedere a Menu.
2. Premere brevemente ▲/▼ per selezionare **AVVI.**
3. Premere brevemente **LAP** per avviare un'attività.
4. Per interrompere un'attività, premere a lungo **LAP**. Premere un tasto per riprendere.
5. Per terminare l'attività attuale, premere brevemente ▲/▼ per selezionare **ARRE** e premere brevemente **LAP**.



NOTA: Uscire all'esterno per acquisire il segnale GPS quando si legge "IND GPS" sullo schermo.

Segna giro

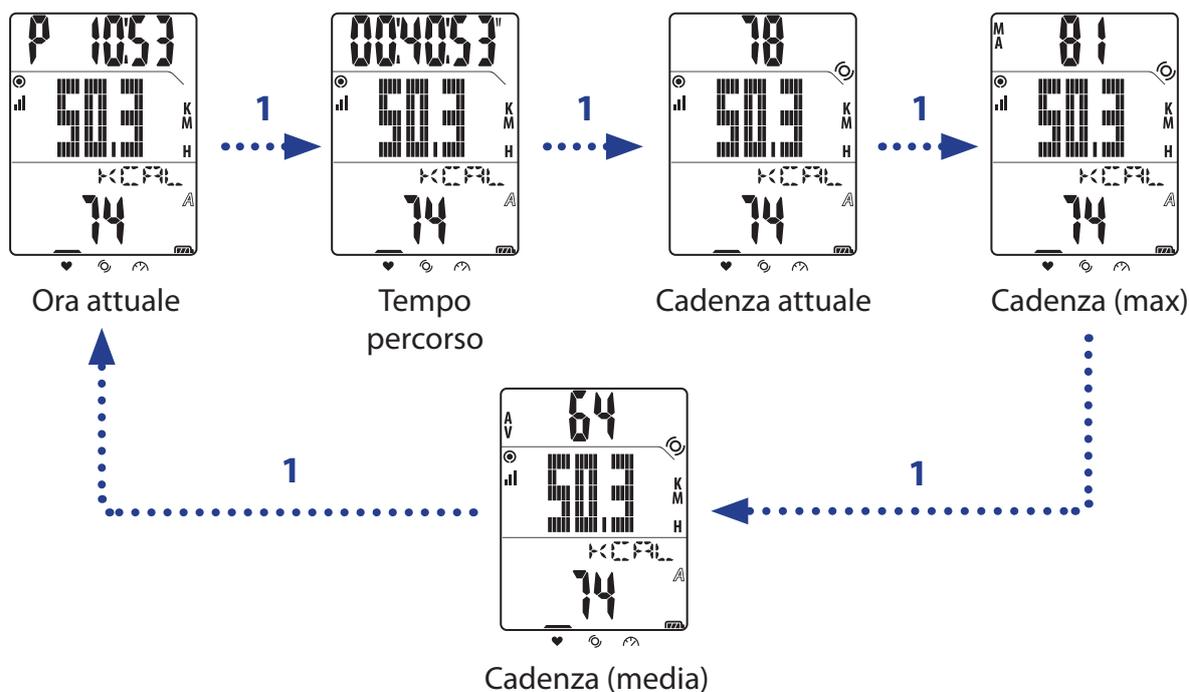
1. Avviare prima un'attività.
Vedere i punti 1~3 della sezione "Avvio/interruzione/arresto dell'esercizio" nella pagina precedente.
2. Premere brevemente **LAP** per rilevare la frazione.



Vedi info Esercizio/Allenamento

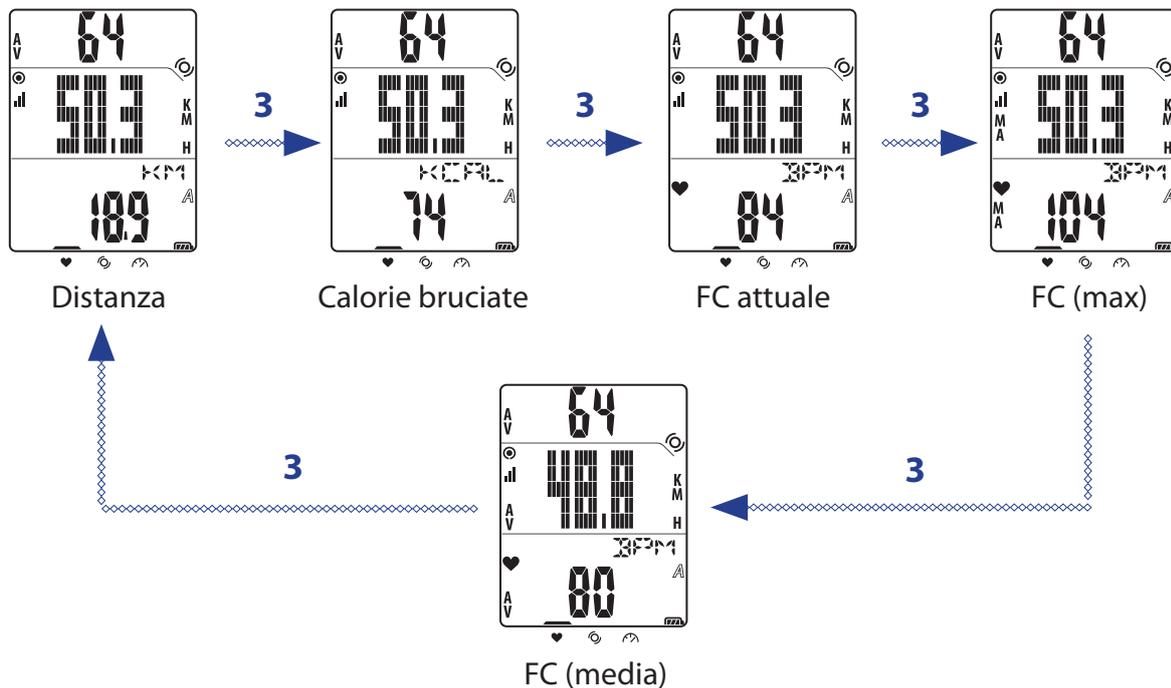
Il tipo di dati visualizzati dipende dal modo usato e dai sensori collegati.

Premere ▲ per cambiare la visualizzazione delle informazioni nella schermata superiore:



NOTA: I dati di cadenza vengono visualizzati sulla schermata solo se il sensore di cadenza è collegato a Rider 20.

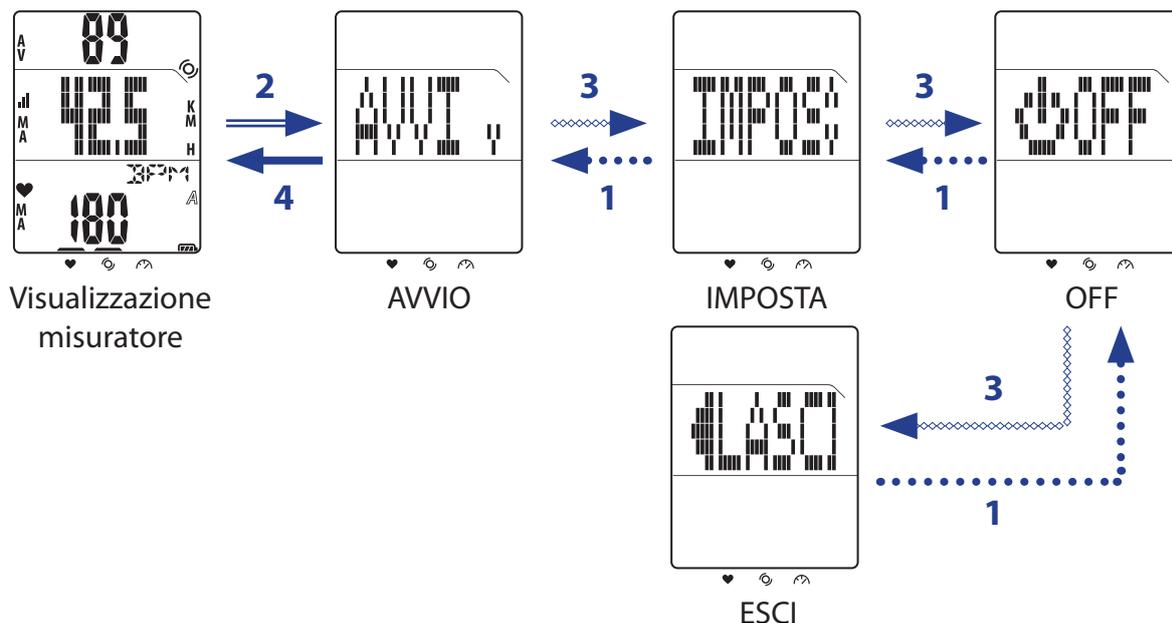
Premere ▼ per cambiare la visualizzazione delle informazioni nella schermata inferiore:



NOTA: I dati FC vengono visualizzati sulla schermata solo se il sensore FC è collegato a Rider 20.

Commutazione delle modalità

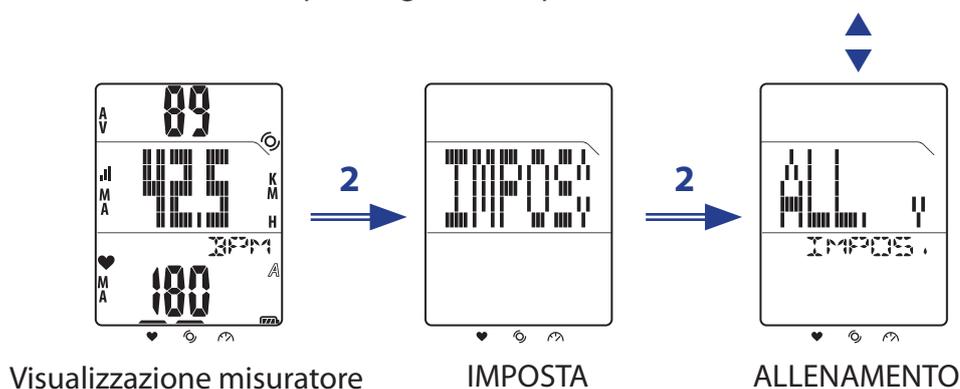
Premere il relativo tasto per cambiare la modalità.



Impostazioni di allenamento

È possibile personalizzare le impostazioni sull'allenamento, collegare i sensori, visualizzare la cronologia e altre impostazioni.

1. Nella schermata principale, premere brevemente **LAP** per accedere a Menu.
2. Premere brevemente ▲/▼ per selezionare **IMPOSTA** > **ALLENAMENTO**.
3. Premere brevemente **LAP** per eseguire le impostazioni di allenamento.



Imposta allenamento

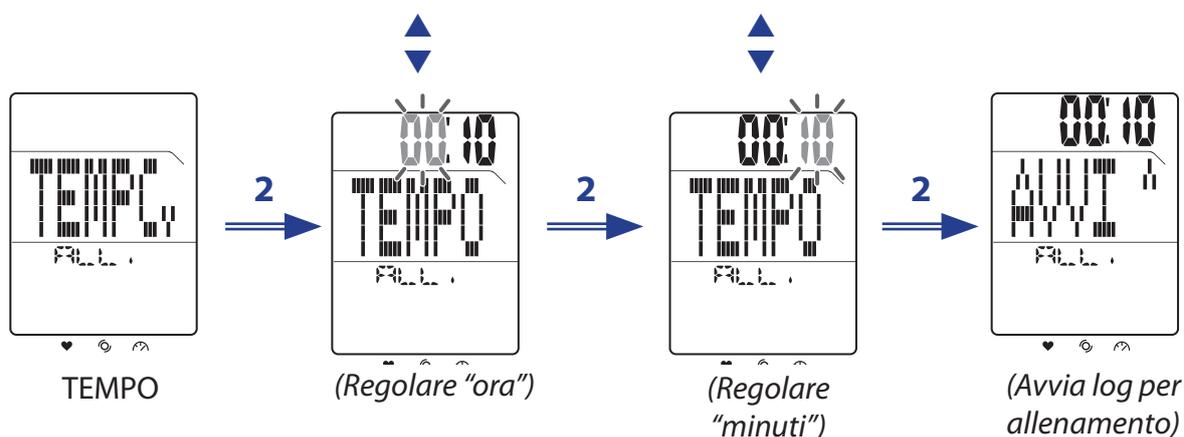
Usare l'impostazione Allenamento per scegliere il tipo di allenamento voluto.

Rider 20 offre tre tipi di modalità di allenamento:

- Tempo percorso
- FRAZ
- Distanza

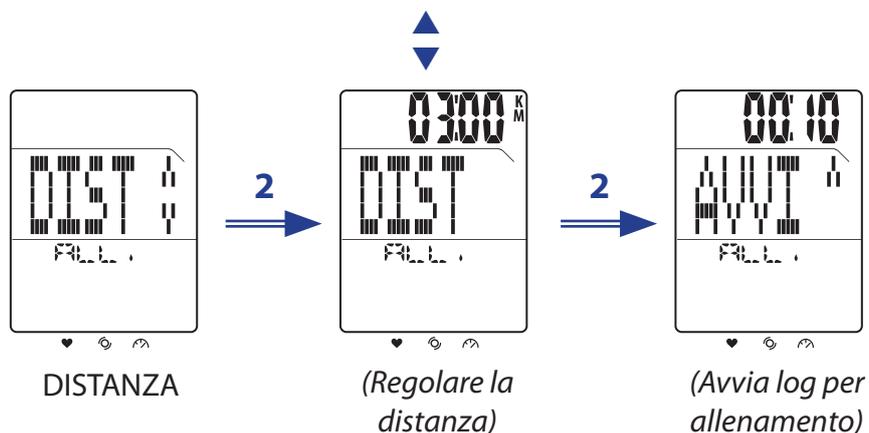
Per tempo

1. Nel menu Allenamento, premere brevemente ▲/▼ per selezionare **TEMPO**.
2. Premere brevemente **LAP** per confermare.
3. Premere brevemente ▲/▼ per regolare il valore dell'"ora".
4. Premere brevemente **LAP** per passare al campo "minuti".
5. Premere brevemente ▲/▼ per regolare il valore dei "minuti".
6. Premere brevemente **LAP** per confermare e avviare il log dell'allenamento.



Per distanza

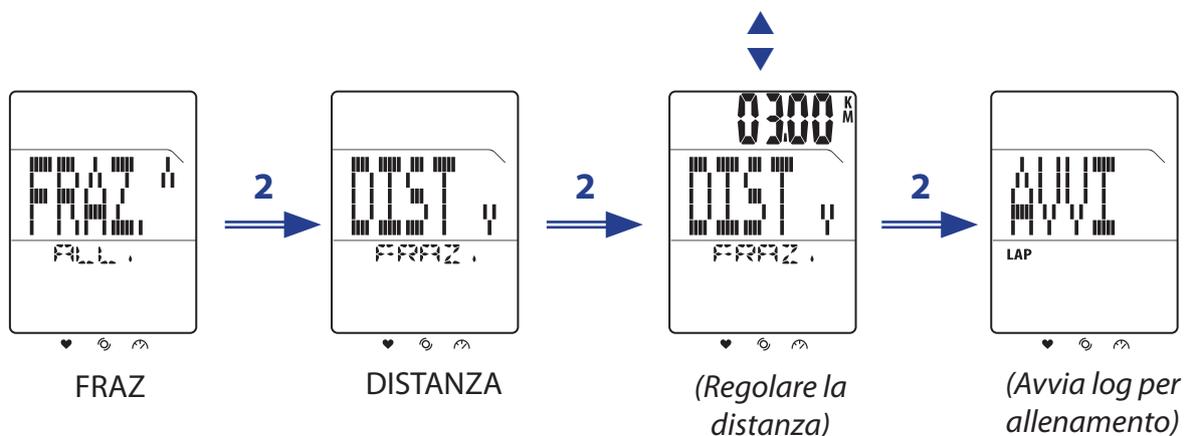
1. Nel menu Allenamento, premere brevemente ▲/▼ per selezionare **DIST**.
2. Premere brevemente **LAP** per confermare.
3. Premere brevemente ▲/▼ per regolare la distanza.
4. Premere brevemente **LAP** per confermare e avviare il log dell'allenamento.



Imposta allenamento con frazioni

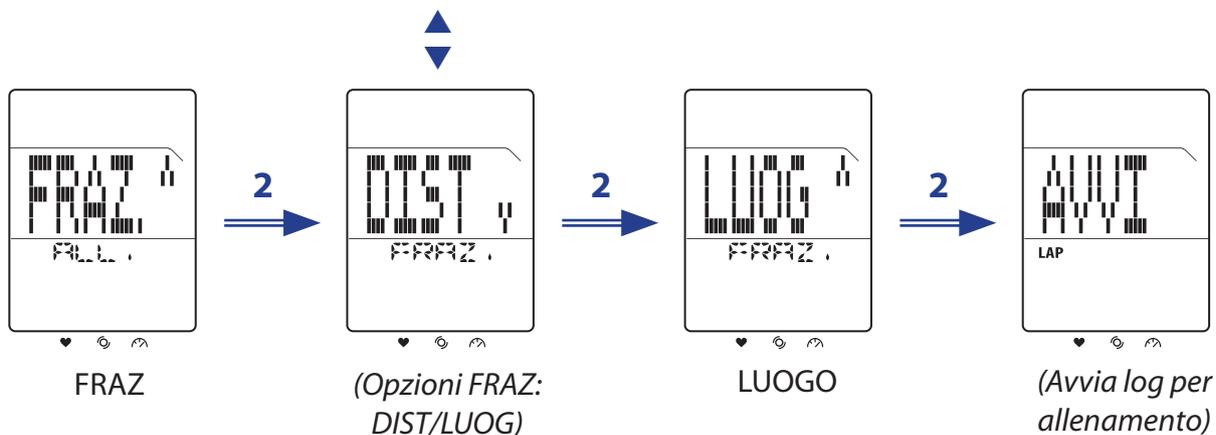
Usare Frazione per distanza per indicare la distanza di ciascuna frazione. Dopo aver percorso una distanza prestabilita, Rider 20 rileva automaticamente la frazione.

1. Nel menu Allenamento, premere brevemente ▲/▼ per selezionare **FRAZ > DIST**.
2. Premere brevemente **LAP** per eseguire le impostazioni di allenamento Frazione per distanza.
3. Premere brevemente ▲/▼ per regolare la distanza.
4. Premere brevemente **LAP** per confermare e avviare il log dell'allenamento.



Utilizzare l'impostazione Frazione per posizione per impostare la posizione attuale come punto della frazione. Quando si raggiunge il punto della frazione, Rider 20 rileva automaticamente la frazione.

1. Nel menu Allenamento, premere brevemente ▲/▼ per selezionare **FRAZ > LUOG**.
2. Premere brevemente **LAP** per confermare e avviare il log dell'allenamento.

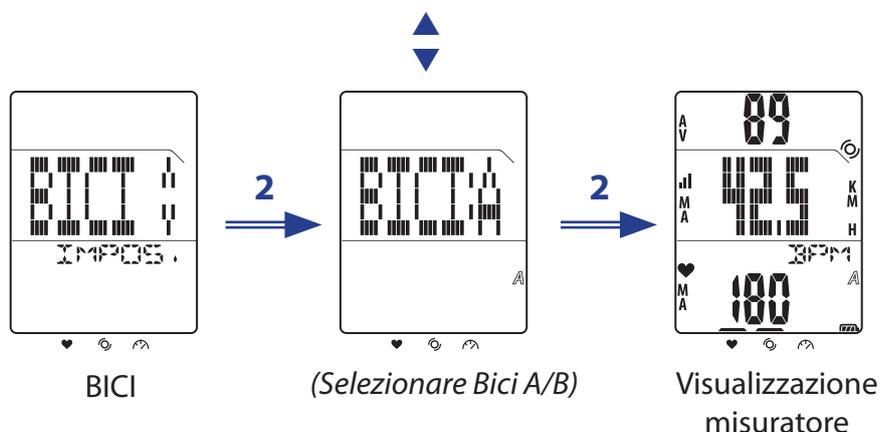


NOTA: Questa opzione è disponibile esclusivamente quando Rider 20 acquisisce il segnale GPS.

Selezione bici

Rider 20 consente di selezionare la bici specifica desiderata durante l'esercizio.

1. Nella schermata principale, premere brevemente **LAP** per accedere a Menu.
2. Premere brevemente ▲/▼ per selezionare **IMP > BICI**.
3. Premere brevemente **LAP** per confermare.
4. Premere brevemente ▲/▼ per selezionare la bici.
5. Premere brevemente **LAP** per confermare l'impostazione.

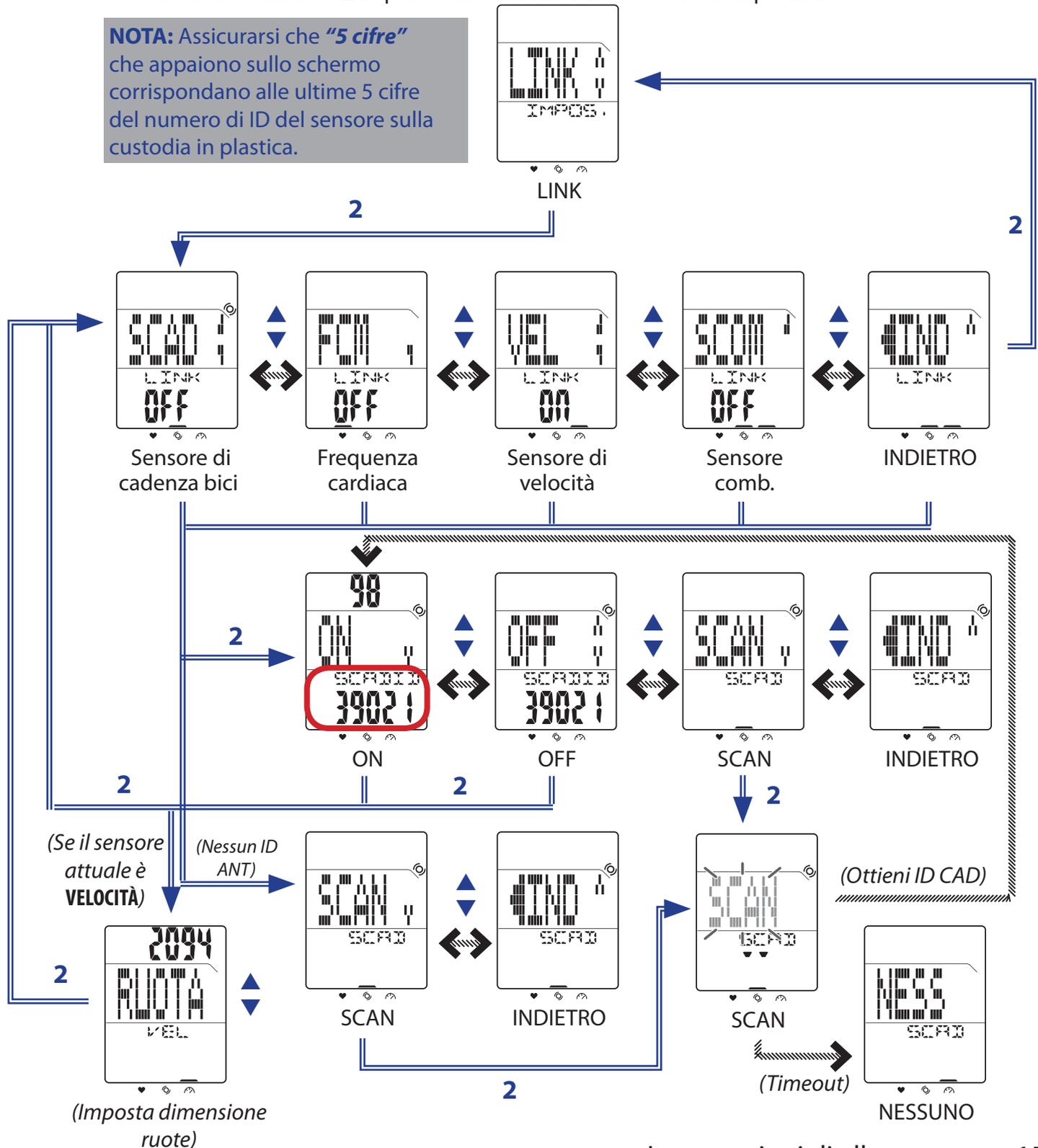


Collega sensori

Usare l'impostazione Collegamento per collegare i sensori ed altri accessori opzionali a Rider 20.

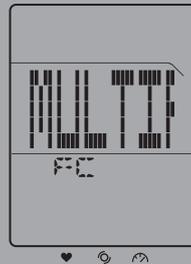
1. Nella schermata principale, premere brevemente **LAP** per accedere a Menu.
2. Premere brevemente **▲/▼** per selezionare **IMP > LINK > SCAN**.
3. Premere brevemente **LAP** per avviare la scansione dei sensori disponibili.

NOTA: Assicurarsi che "5 cifre" che appaiono sullo schermo corrispondano alle ultime 5 cifre del numero di ID del sensore sulla custodia in plastica.



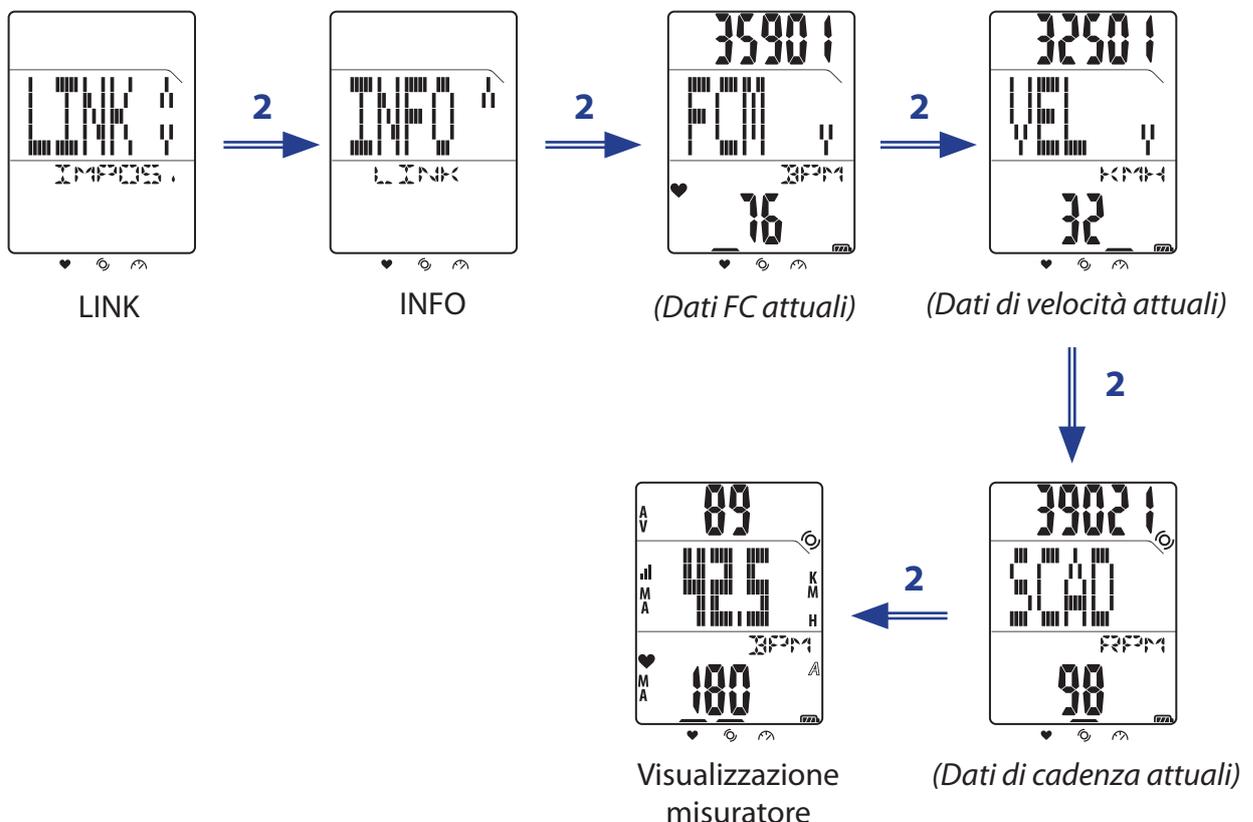
NOTA:

- Quando i sensori sono collegati correttamente, i LED (sopra le icone) lampeggiano per 5 secondi.
- Assicurarsi di mantenere una distanza di circa 30 metri da sensori simili.
- Se sullo schermo appare la seguente illustrazione, significa che sono stati rilevati più di 2 sensori. Premere brevemente ▲/ ▼ per eseguire una nuova scansione del sensore.



Visualizza informazioni sui sensori

1. Nella schermata principale, premere brevemente **LAP** per accedere a Menu.
2. Premere brevemente ▲/▼ per selezionare **IMP > LINK > INFO**.
3. Premere brevemente **LAP** per visualizzare le informazioni sui sensori collegati.

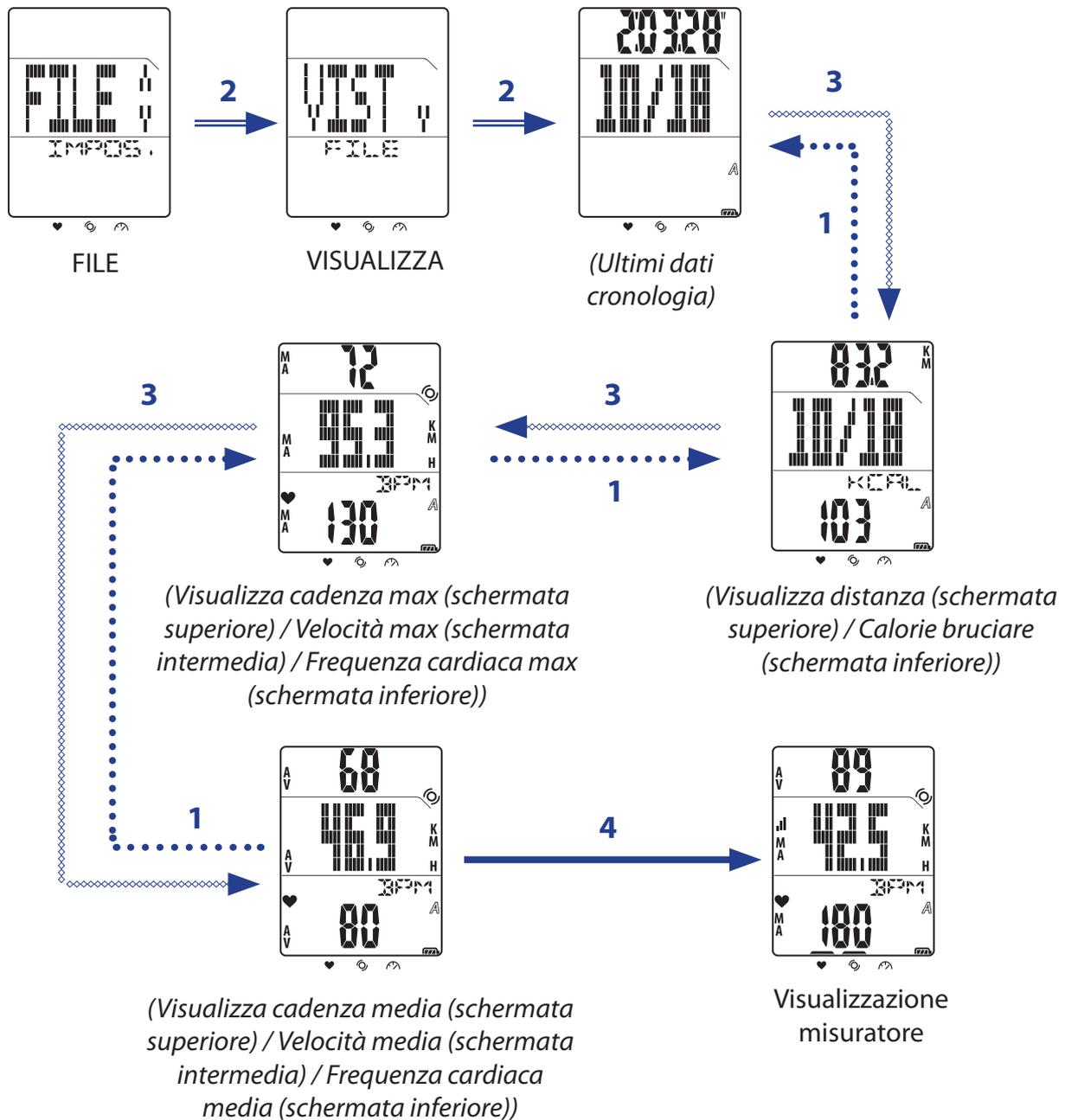


NOTA: L'ID sensore del sensore collegato viene visualizzato nella schermata superiore.

Vedi registro Esercizio/Allenamento

Usare File per visualizzare la propria cronologia di allenamento.

1. Nella schermata principale, premere brevemente **LAP** per accedere a Menu.
2. Premere brevemente **▲/▼** per selezionare **IMP > FILE > VISUALIZZA**.
3. Premere brevemente **LAP** per confermare e visualizzare gli ultimi dati della cronologia.

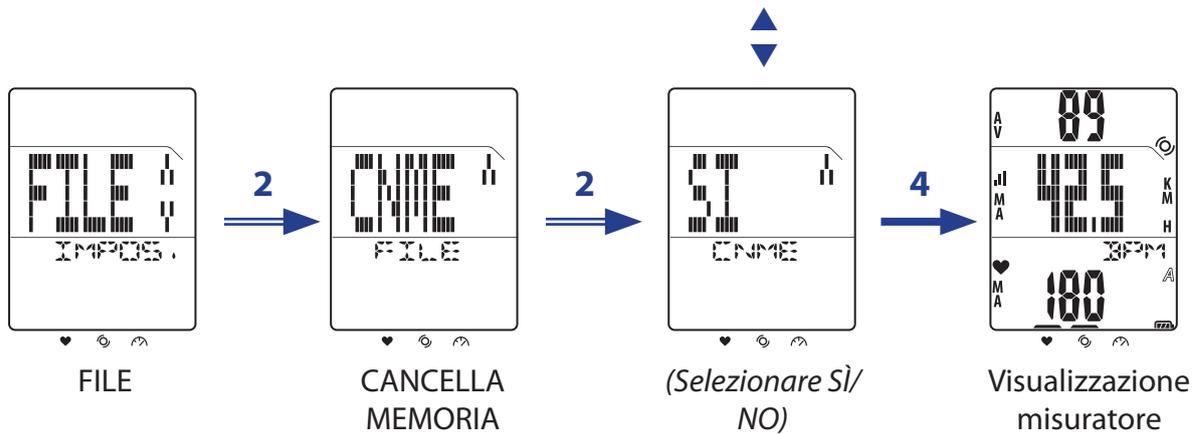


NOTA: Il tempo di percorso totale e il tempo registrato vengono visualizzati esclusivamente nella schermata superiore/intermedia durante la selezione del file.

Cancella memoria

Usare l'impostazione Cancella memoria per cancellare le registrazioni di tutti gli allenamenti e le frazioni fatti in Rider 20.

1. Nella schermata principale, premere brevemente **LAP** per accedere a Menu.
2. Premere brevemente ▲/▼ per selezionare **IMPOSTA > FILE > CNME**.
3. Premere brevemente **LAP** per confermare.
4. Per cancellare tutta la memoria, premere brevemente ▲/▼ per selezionare **Si** e premere a lungo **LAP** per confermare l'eliminazione di tutti i file.

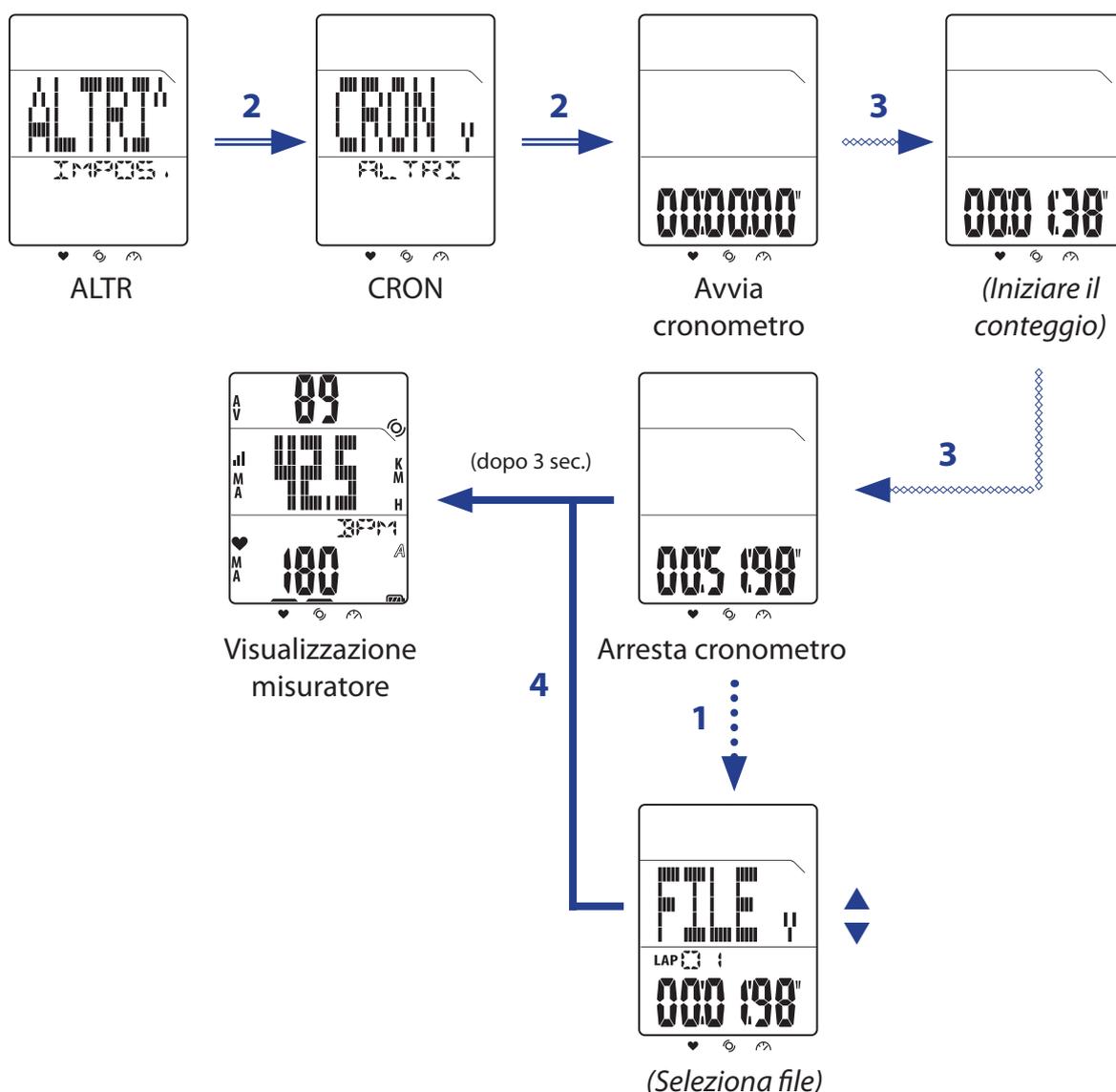


Altre impostazioni

Uso del cronometro

È possibile usare Rider 20 come cronometro.

1. Nella schermata principale, premere brevemente **LAP** per accedere a Menu.
2. Premere brevemente **▲/▼** per selezionare **IMP > ALTR > CRON**.
3. Premere brevemente **LAP** per iniziare ad usare il cronometro.



NOTA:

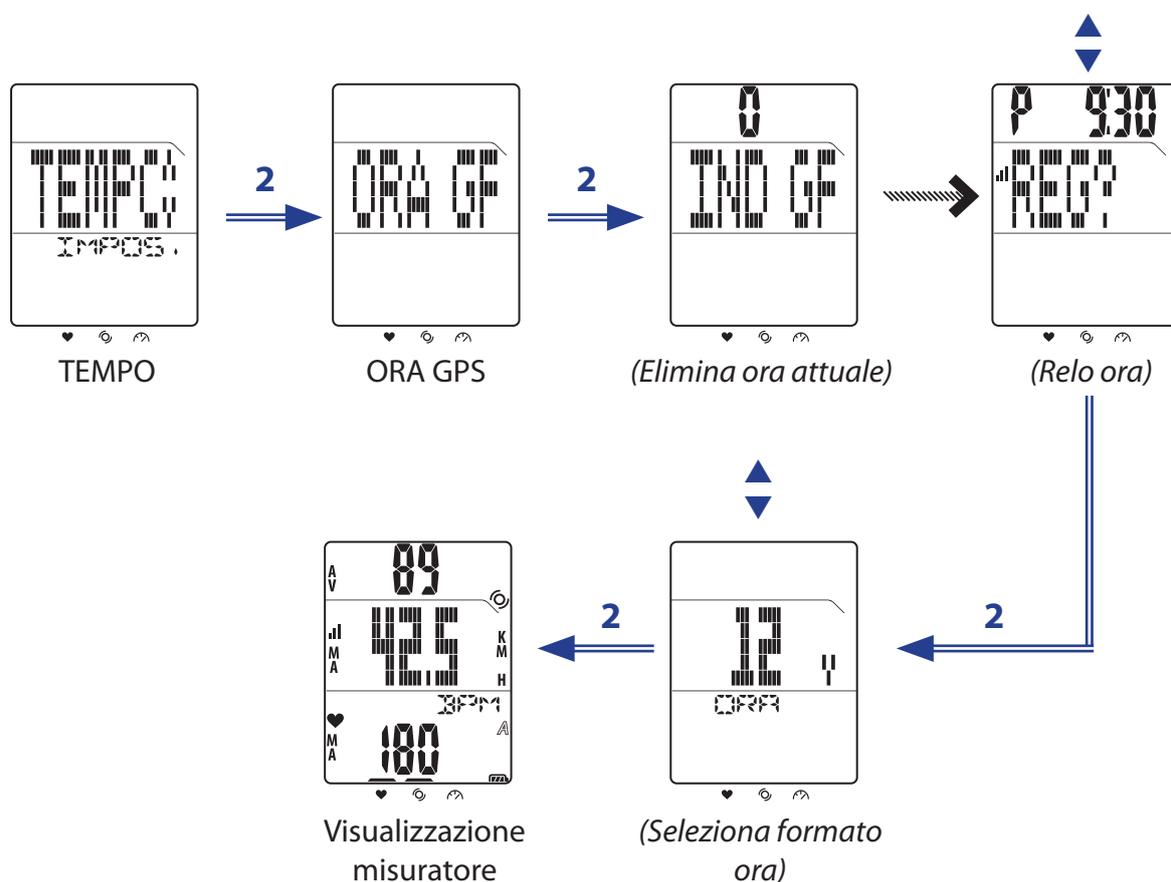
- Con il cronometro in funzione, premere brevemente **LAP** per registrare la frazione.
- Dopo l'arresto del cronometro, premere brevemente **LAP** per ripristinarlo o premere brevemente **▲** to visualizzare i file dei dati di frazione.

Impostazioni ora

Calibrazione automatica tramite GPS

Usare l'impostazione per azzerare la data e l'ora in base alla propria posizione GPS.

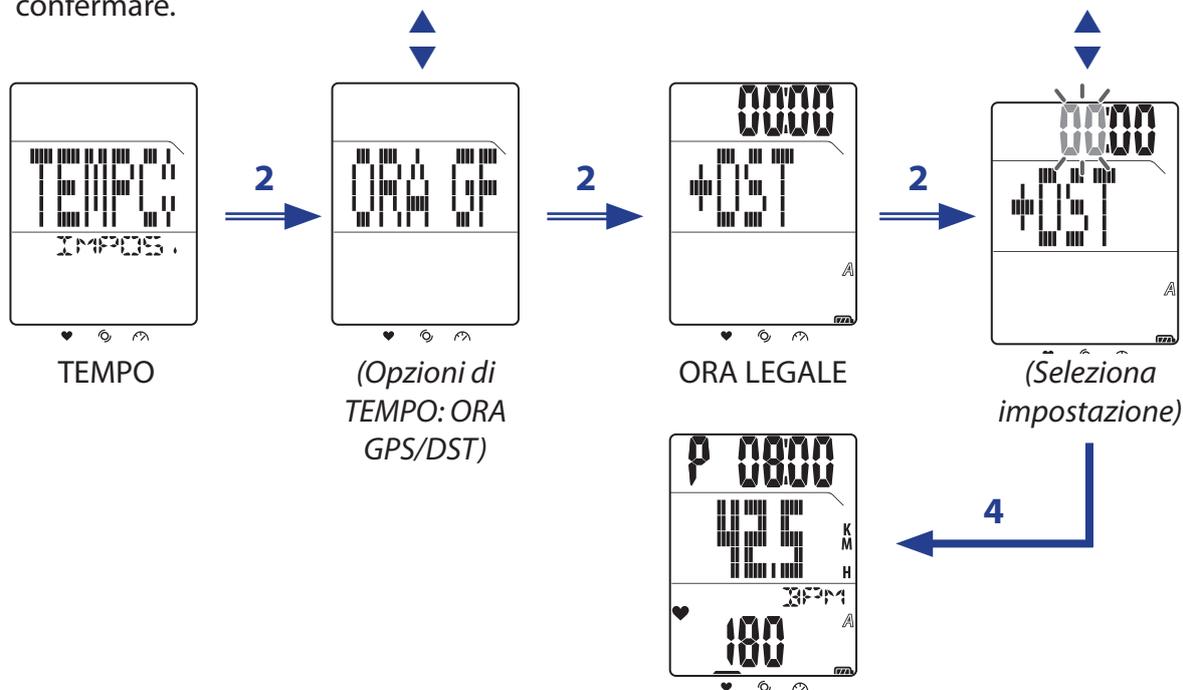
1. Nella schermata principale, premere brevemente **LAP** per accedere a Menu.
2. Premere brevemente ▲/▼ per selezionare **IMPOSTA > TEMPO > ORA GPS**.
3. Premere brevemente **LAP** per calibrare automaticamente l'impostazione dell'ora.
4. Quando sullo schermo appare "REG?" e l'ora visualizzata è corretta, premere brevemente **LAP** per confermare l'impostazione.
Per regolare manualmente l'ora, premere brevemente ▲/▼ e premere brevemente **LAP** per salvare le modifiche.
5. Premere brevemente ▲/▼ per selezionare il formato dell'ora e premere brevemente **LAP** per confermare.



Imposta ora legale

Usare questa impostazione per impostare l'ora legale.

1. Nella schermata principale, premere brevemente **LAP** per accedere a Menu.
2. Premere brevemente **▲/▼** per selezionare **IMP > TEMPO > DST**.
3. Premere brevemente **LAP** per eseguire l'impostazione.
4. Premere brevemente **▲/▼** per impostare l'ora legale e premere brevemente **LAP** per confermare.

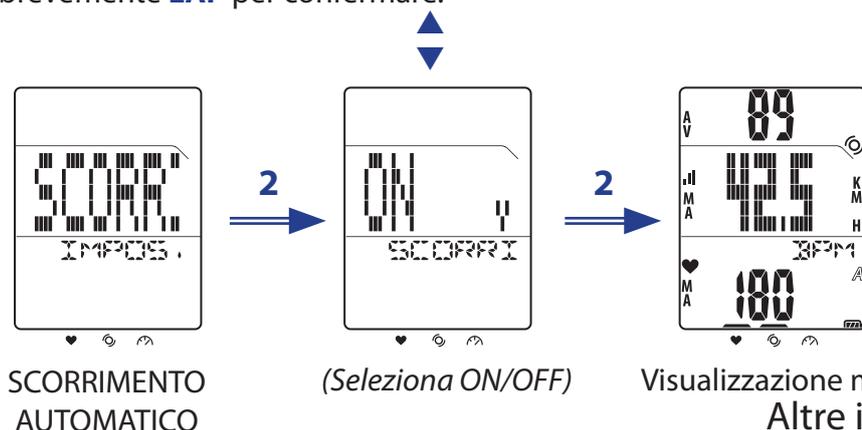


(Ora legale impostata)

Scorrimento automatico

Usare l'impostazione Scorrimento automatico per attivare/disattivare la funzione di scorrimento automatico. Se la funzione è attivata, tutte le informazioni sull'esercizio vengono visualizzate in sequenza senza premere alcun tasto mentre si esegue un esercizio o l'allenamento.

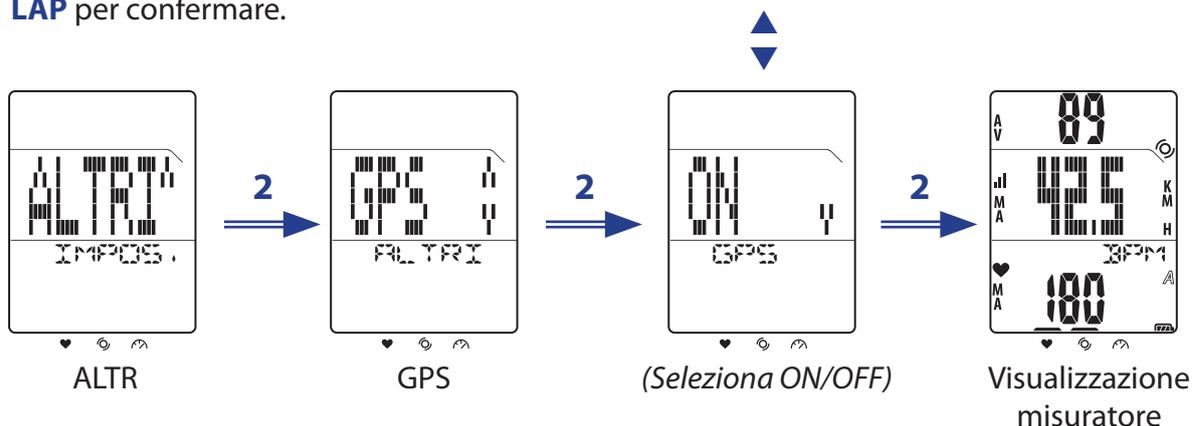
1. Nella schermata principale, premere brevemente **LAP** per accedere a Menu.
2. Premere brevemente **▲/▼** per selezionare **IMP > SCOR**.
3. Premere brevemente **LAP** per eseguire l'impostazione.
4. Per attivare Scorrimento automatico, premere brevemente **▲/▼** per selezionare **ON** e premere brevemente **LAP** per confermare.



Accendi/spegni GPS

Usare l'opzione GPS per accenderlo/spegnere.

1. Nella schermata principale, premere brevemente **LAP** per accedere a Menu.
2. Premere brevemente ▲/▼ per selezionare **IMP > ALTR > GPS**.
3. Premere brevemente **LAP** per eseguire l'impostazione GPS.
4. Per attivare GPS, premere brevemente ▲/▼ per selezionare **ON** e premere brevemente **LAP** per confermare.

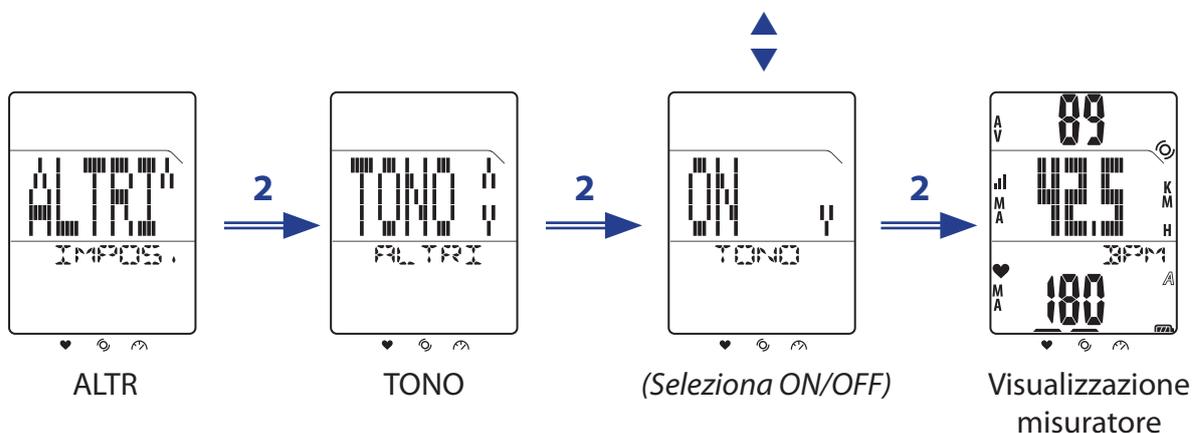


NOTA: Rider 20 acquisisce automaticamente il segnale GPS se l'impostazione GPS è su ON. Si consiglia di uscire all'esterno per acquisire il segnale GPS.

Imposta tono

Usare l'impostazione Tono per attivare/disattivare il tono del tasto.

1. Nella schermata principale, premere brevemente **LAP** per accedere a Menu.
2. Premere brevemente ▲/▼ per selezionare **IMPOSTA > ALTR > TONO**.
3. Premere brevemente **LAP** per eseguire l'impostazione del tono dei tasti.
4. Per attivare il tono dei tasti, premere brevemente ▲/▼ per selezionare **ON** e premere brevemente **LAP** per confermare.



Appendice

Specifiche tecniche

Rider 20

Voce	Descrizione
Display	LCD a segmenti transflettivo positivo TN da 1,6
Dimensioni fisiche	39,6 x 58,9 x 17 mm
Peso	40 g
Temperatura operativa	-10°C ~ 50°C
Sostituzione della batteria Temperatura	0°C ~ 40°C
Batteria	Ai polimeri di litio, ricaricabile, 490 mAh
Durata della batteria	24 ore con GPS attivo
GPS	Ricevitore U-blox ad alta sensibilità integrato con antenna incorporata
Ricetrasmittitore RF	2,4 GHz Ant+
Resistente all'acqua	Grado di resistenza all'acqua IPX6
Memoria esterna	1 M Byte

Sensore di velocità/cadenza

Voce	Descrizione
Dimensioni fisiche	37,5 x 35 x 12 mm
Peso	25 g
Resistenza all'acqua	1 ATM
Gamma di trasmissione	3 m
Durata della batteria	1 ora al giorno per 22 mesi (660 ore)
Temperatura operativa	5°C ~ 40°C
Frequenza radio/protocollo	Protocollo di comunicazione wireless Dynastream ANT+ Sport/da 2,4 GHz

La precisione può essere ridotta a causa di contatto debole del sensore, interferenze elettriche e distanza del ricevitore dal trasmettitore.

Cardiofrequenzimetro

Voce	Descrizione
Dimensioni fisiche	34,7 x 3,4 x 1,1 cm
Peso	44 g
Resistenza all'acqua	10 m
Gamma di trasmissione	3 m
Durata della batteria	1 ora al giorno per 16 mesi (480 ore)
Temperatura operativa	5°C ~ 40°C
Frequenza radio/protocollo	Protocollo di comunicazione wireless Dynastream ANT+ Sport/da 2,4 GHz

La precisione può essere ridotta a causa di contatto debole del sensore, interferenze elettriche e distanza del ricevitore dal trasmettitore.

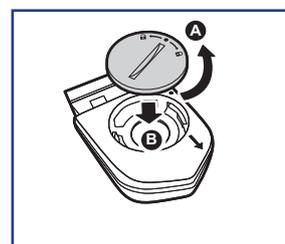
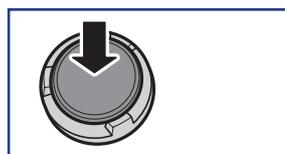
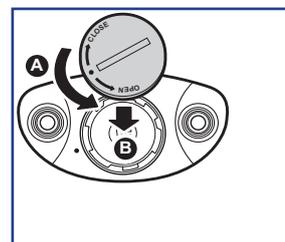
Informazioni sulle batterie

Batteria del cardiofrequenzimetro e del sensore di cadenza

Il cardiofrequenzimetro/sensore di cadenza contiene una batteria CR2032 sostituibile dall'utente.

Per sostituire la batteria:

1. Individuare il coperchio circolare della batteria sulla parte posteriore del cardiofrequenzimetro/sensore di cadenza.
2. Utilizzare una moneta per ruotare il coperchio in senso antiorario in modo che la freccia sul coperchio sia rivolta verso OPEN.
3. Rimuovere il coperchio e la batteria. Attendere 30 secondi.
4. Inserire prima il connettore positivo della nuova batteria nel vano apposito.
5. Utilizzare una moneta per ruotare il coperchio in senso orario in modo che la freccia sul coperchio sia rivolta verso CLOSE.

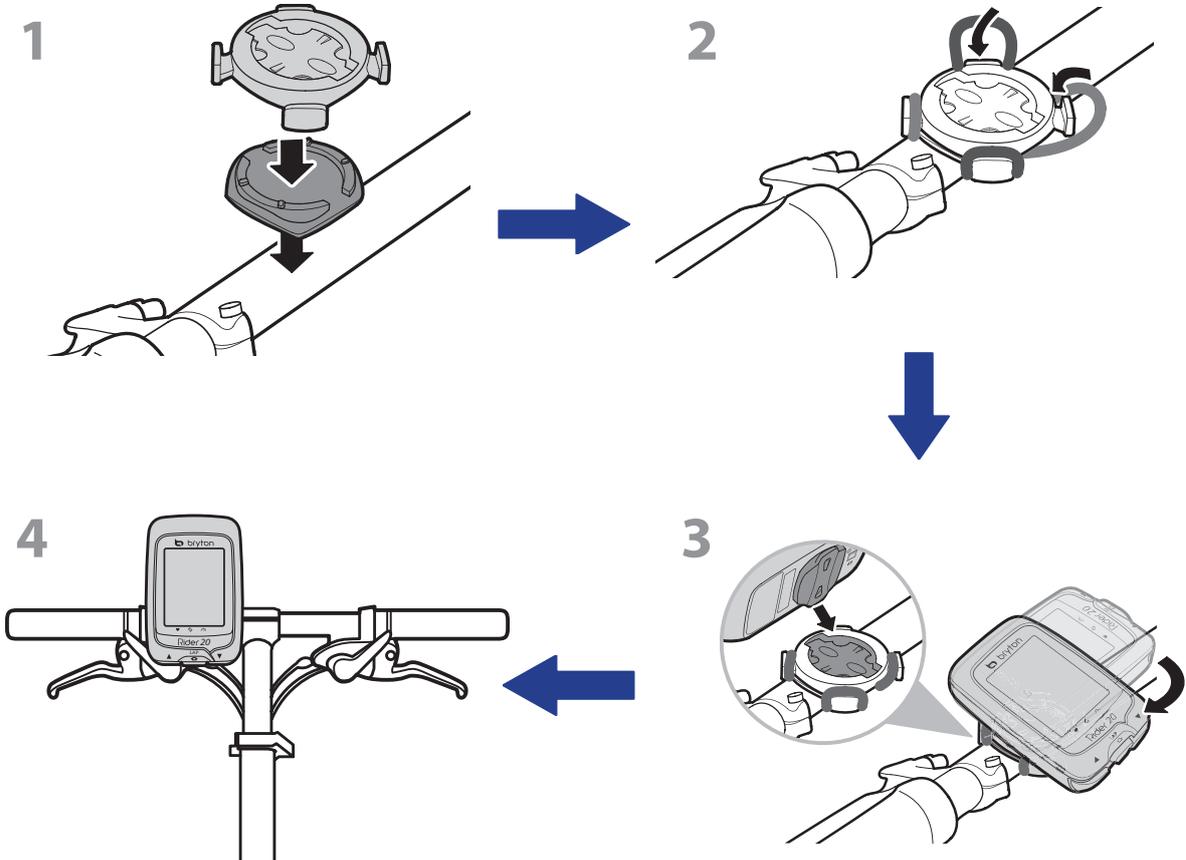


NOTA:

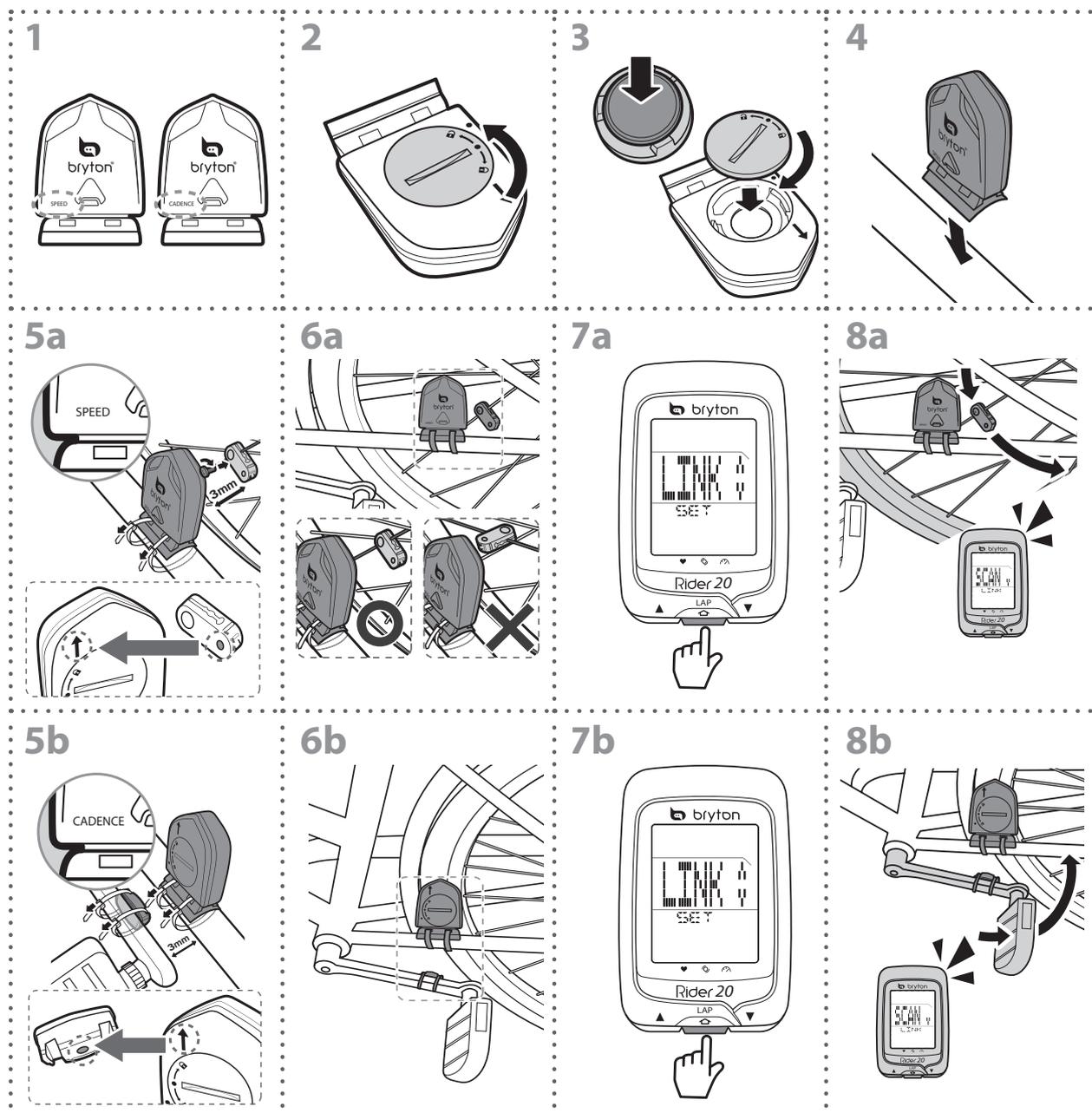
- Quando si installa una nuova batteria, se non si inserisce prima il connettore positivo, quest'ultimo potrebbe deformarsi e causare malfunzionamento.
- Fare attenzione a non danneggiare o allentare la guarnizione O-ring sul coperchio.
- Rivolgersi all'ente locale per lo smaltimento corretto delle batterie usate.

Installazione di Rider 20

Installazione di Rider 20 sulla bici



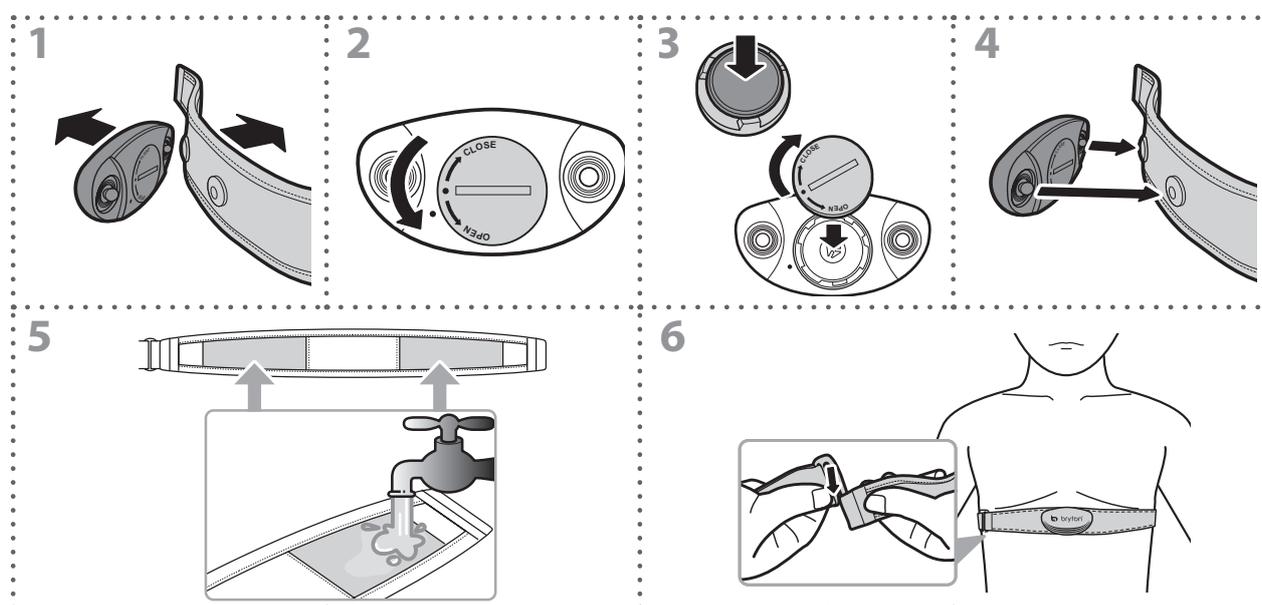
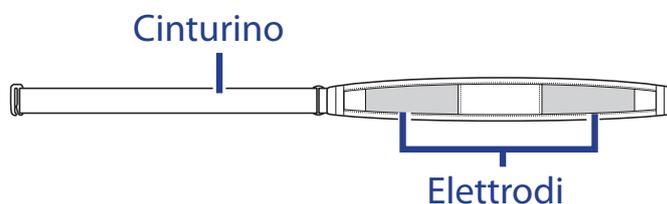
Installazione del sensore di velocità/ cadenza (opzionale)



NOTA:

- Per ottenere prestazioni ottimali, agire come segue:
 - Allineare il sensore e il magnete come mostrato nell'illustrazione (5a / 5b). Prestare attenzione ai punti di allineamento.
 - Assicurarsi che la distanza tra il sensore ed il magnete sia di 3 mm.
- Assicurarsi che il sensore e il magnete di velocità siano installati e allineati orizzontalmente e non verticalmente.
- Al primo uso, premere il tasto anteriore per attivare il sensore e iniziare a pedalare. Quando il sensore rileva il magnete, il LED lampeggia una volta ad indicare un allineamento corretto (il LED lampeggia solo nei primi dieci passi successivi alla pressione del tasto).

Installazione della cintura frequenza cardiaca (opzionale)



NOTA:

- Con clima freddo, indossare indumenti adatti per mantenere calda la fascia cardio.
- La fascia deve essere indossata direttamente sul 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 il sensore non può essere rilevato o i valori sono anomali, effettuare un riscaldamento di circa 5 minuti.
- Se la fascia cardio non viene utilizzata per un certo periodo di tempo, rimuovere il sensore dalla fascia cardio.

Dimensioni e circonferenza della ruota

Le dimensioni della ruota sono indicate su entrambi i lati delle gomme.

Dimensioni ruota	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

Dimensioni ruota	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 x 19C	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

Terminologie a schermo

Terminologia	Display visivo
Allenamento	ALL.
Distanza	DIST
Frequenza cardiaca	FCM
Velocità	VEL
Cadenza	SCAD
Sensore duale	DUAL
Sensori multipli	SENS MULT
Ora GPS	ORA GPS
Luogo	LUOG
Ora legale	DST
Regola	REG
Tono tasti	TONO
Scorrimento automatico	SCORR
Cronometro	CRON
Cancella memoria	CNME

Cura di base di Rider 20

Prestare estrema cautela di Rider 20 per ridurre rischi di danni.

- Non far cadere Rider 20 né sottoporlo a urti.
- Non esporre Rider 20 a temperature estreme e ad eccessiva umidità.
- La superficie dello schermo si graffia facilmente. Utilizzare dei protettori non adesivi generici per lo schermo per proteggerlo dai graffi.
- Utilizzare detergenti neutri diluiti su un panno morbido per pulire Rider 20.
- Non tentare di smontare, riparare o apportare alcuna modifica a Rider 20. Ogni tentativo in tal senso potrebbe invalidare la garanzia.

