





## Spis treści

Rozpoczęcie używania	4
Twój Rider 20 <sup>+</sup>	4
Akcesoria	5
Ikony stanu	5
Czynność 1: Ładowanie Rider 20 <sup>+</sup>	6
Czynność 2: Włączanie Rider 20 <sup>+</sup>	6
Czynność 3: Ustawienia początkowe	6
Czynność 4: Wymagane sygnały satelity	6
Czynność 5: Jazda rowerem z Rider 20 <sup>+</sup>	7
Resetowanie Rider 20 <sup>+</sup>	7
Jak połączyć urządzenie z	
brytonsport.com	7
Trening	8
Proste ćwiczenia	8

	Ū
Moje ćwiczenie	9
Zatrzymaj trening1	0
Oglądanie zapisów ćwiczenia/	
treningu 1	0
Schemat historii 1	1

Ustawienia 12
Moje okrążenie12
Wysokość nad poziomem
Wyświetlacz14
Czujniki 16
Personalizacja profilu użytkownika17
Zmiana ustawień systemu 19
Mój Device Manager 21
Widok stanu GPS 22
Podgląd Wersja firmware 22

#### Dodatek..... 23

Specyfikacje	23
Informacje o baterii	24
Instalacja Rider 20+	25
Instalacja czujnika prędkości/ kadencji/podwójnego (Opcjonalny)	26
Instalacja pasa pomiaru tętna (Opcjonalny)	27
Rozmiar i obwód koła	28
Podstawowa pielęgnacja Rider 20 <sup>+</sup>	29

# 

Przed rozpoczęciem lub modyfikacją jakiegokolwiek programu treningowego należy zawsze skonsultować się z lekarzem. Należy przeczytać szczegółowe informacje w podręczniku informacji o ostrzeżeniach i bezpieczeństwie, znajdujące się w opakowaniu.

# Rejestracja produktu

Pomóż nam w lepszej obsłudze, rejestrując urządzenie przez Bryton Bridge. Dalsze informacje można uzyskać pod adresem http://support.brytonsport.com.

# **Bryton Software**

Przejdź pod adres http://brytonsport.com, aby pobrać bezpłatne oprogramowanie do przesłania osobistego profilu, tras i analizy danych w sieci web.



W tej części znajduje się opis podstawowych przygotowań, przed rozpoczęciem używania Rider 20<sup>+</sup>.

# Twój Rider 20<sup>+</sup>



#### 

- Naciśnij, aby powrócić do poprzedniej strony lub anulować operację.
- Podczas nagrywania naciśnij, aby wstrzymać nagrywanie. Naciśnij ponownie, aby zatrzymać nagrywanie.

#### 2 OKRĄŻENIE/OK (<sup>LAP</sup>►)

- Naciśnij i przytrzymaj, aby włączyć/ wyłączyć urządzenie.
- W Menu naciśnij, aby wprowadzić lub potwierdzić wybór.

- Podczas swobodnej jazdy rowerem naciśnij, aby rozpocząć nagrywanie.
- Podczas nagrywania naciśnij, aby zaznaczyć okrążenie.

#### 3 STRONA (♥ PAGE)

- W Menu naciśnij, aby przewinąć w dół opcje menu.
- W widoku Pomiar naciśnij, aby przełączyć stronę ekranu pomiaru. Naciśnij i przytrzymaj, aby przejść na stronę Skrót.

4 Rozpoczęcie używania

### Akcesoria

Rider 20<sup>+</sup> jest dostarczany z następującymi akcesoriami:

• 4-pinowy kabel USB • Zestaw do montażu na rowerze

#### Elementy opcjonalne:

- Pas pomiaru tętna
   Czujnik prędkości
  - Sensor kadencji
- Podwójny czujnik prędkości/kadencji

## Ikony stanu

Ikona	Opis	
	Rower w użyciu	
	Rower 1	
2 00	Rower 2	
Stan sygnału GPS		
•)×	Brak sygnału (nieustalony)	
Ŷ	Słaby sygnał	
((-	Silny sygnał	
Stan zasilania		
	Pełna bateria	
	Bateria naładowana do połowy	
	Słaba bateria	

lkona	Opis
•	Aktywny czujnik pomiaru tętna
Ø	Aktywny czujnik kadencji
M	Aktywny czujnik prędkości
((?)	Aktywny podwójny czujnik
Ľ	Tryb treningowy
( <b>•</b> )	Tryb pomiaru
<b>S</b>	Nagrywanie dziennika
- 11	Wstrzymanie nagrywania

UWAGA: na ekranie wyświetlane są wyłącznie aktywne ikony.



# Czynność 1: Ładowanie Rider 20<sup>+</sup>

Podłącz Rider 20<sup>+</sup> do komputera na co najmniej 3 godziny w celu naładowania baterii. Odłącz urządzenie po całkowitym naładowaniu baterii.



# Czynność 2: Włączanie Rider 20<sup>+</sup>

Naciśnij i przytrzymaj przycisk <sup>LAP</sup>→, aby włączyć urządzenie.

# Czynność 3: Ustawienia początkowe

Po pierwszym włączeniu Rider 20<sup>+</sup>, na ekranie pojawi się kreator instalacji. Należy wykonać instrukcje w celu ukończenia konfiguracji.

- 1. Wybierz język wyświetlania.
- 2. Wybierz czas letni.
- 3. Wybierz jednostkę pomiaru.
- 4. Wprowadź "profil użytkownika".

"Profil użytkownika" obejmuje następujące ustawienia danych:

• Płeć • Wzrost • Waga

Zaleca się wprowadzenie tych danych. Dokładność danych znacząco wpływa na analizę treningu.

5. Przeczytaj i zaakceptuj Umowę licencyjną.

## Czynność 4: Wymagane sygnały satelity

Po włączeniu Rider 20<sup>+</sup>, nastąpi automatyczne wyszukanie sygnałów satelity. Uzyskanie sygnałów potrwać 30 do 60 sekund. Przy pierwszym użyciu należy się upewnić, że uzyskany został sygnał satelitarny.

Po ustaleniu sygnału GPS pojawi się ikona sygnału GPS (奈/介).

•Jeśli sygnał GPS nie zostanie ustalony, na ekranie pojawi się ikona \*.

# Czynność 5: Jazda rowerem z Rider 20<sup>+</sup>

#### Swobodna jazda:

Wybierz z listy menu polecenie Pomiar i rozpocznij swobodną jazdę.

Rozpoczęcie ćwiczeń i nagrywanie danych:

W trybie pomiaru naciśnij przycisk <sup>LAP</sup>→, aby rozpocząć nagrywanie; naciśnij przycisk <sup>■/Ⅱ</sup> <sup>■/Ⅱ</sup> w celu wstrzymania; ponownie naciśnij przycisk <sup>■/Ⅱ</sup><sub>BACK</sub> w celu zatrzymania.

Rozpoczęcie treningu:

Wybierz na liście polecenie **Trenuj**. Trening można opracować na podstawie czasu, odległości, liczby spalonych kalorii lub zapisanych treningów.

# Resetowanie Rider 20<sup>+</sup>

Aby zresetować Rider 20<sup>+</sup>, naciśnij dłużej trzy przyciski ( <sup>■/Ⅱ</sup><sub>BACK</sub> / <sup>▲</sup><sub>OK</sub> / <sup>▼</sup><sub>PAGE</sub> ), naciśnij i przytrzymaj w tym samym czasie wszystkie trzy przyciski.

# Jak połączyć urządzenie z brytonsport.com

#### 1. Pobierz Bryton Bridge 2

- a. Przejdź na stronę <u>http://www.brytonsport.com/help/start</u> i pobierz program Bryton Bridge 2.
- b. Wykonaj instrukcje ekranowe w celu instalacji Bryton Bridge.

#### 2. Rejestracja konta

Przejdź do witryny <u>http://www.brytonsport.com</u> i zarejestruj konto. Wprowadź dokładne informacje w części Ustawienia osobiste.

#### 3. Połącz z PC

Włącz Rider 20<sup>+</sup> i połącz z komputerem poprzez użycie kabla USB.

#### 4. Podziel się doświadczeniami z innymi rowerzystami

Aby podzielić się wrażeniami z innymi rowerzystami na całym świecie, odwiedź witrynę <u>http://www.brytonsport.com</u>.

**UWAGA:** W celu uzyskania dalszych instrukcji, przejdź do corp.brytonsport.com > Pomoc techniczna > Samouczek.



# Trening

Jazda rowerem to jedno z najlepszych ćwiczeń ciała. Pomaga w pozbyciu się kalorii, zmniejszeniu wagi i zwiększeniu ogólnej spawności. Funkcja treningu Rider 20<sup>+</sup> umożliwia wykonywanie prostych ćwiczeń i używanie Rider 20<sup>+</sup> do monitorowania postępu treningu lub ćwiczeń.

08:08	09/09
Meter	
Train	
History	
Settings	
¹ ♂ <b>ॆ`?``?`♥</b> `@^	ע

- 1. Na ekranie głównym, naciśnij ▼ wybrać **Trening**.
- Naciśnij <sup>LAP</sup>→ , aby przejść do menu Trening.

### Proste ćwiczenia

Proste ćwiczenia można ustawić poprzez wprowadzenie docelowego czasu i odległości.

Rider 20<sup>+</sup> oferuje trzy rodzaje ćwiczeń: Czas, Odległość i Kalorie.

#### Czas



- W menu Trening, naciśnij PAGE, aby wybrać Zaplanuj > Czas i naciśnij Cok.
- Naciśnij BACK / PAGE, aby ustawić czas i naciśnij CAP w celu potwierdzenia.
- Na ekranie pojawi się komunkat
   "Zapisać do Moje ćwiczenia?". Wybierz
   Tak i naciśnij <sup>LAP</sup> w celu potwierdzenia.
- 4. Wprowadź nazwę ćwiczenia, używając klawiatury ekranowej.
- Rozpoczęcie jazdy.
   Przejdź do Trening > Ćwiczenia i wybierz zapisanie ćwiczenia. Naciśnij
   <sup>LAP</sup>, aby rozpocząć trening i zapisać plik log.

#### Używanie klawiatury ekranowej





- 1. Naciśnij  $\mathbb{B}_{ACK}^{II} / \mathbb{P}_{AGE}$ , aby wybrać wprowadzany znak.
  - Wybierz **DEL**, aby usunąć dane.
- 2. Naciśnij <sup>LAP</sup> <sub>ok</sub> , aby potwierdzić wybór.
- 3. Po zakończeniu, naciśnij BACK / PAGE, aby wybrać **KONIEC** i naciśnij OK w celu potwierdzenia.

**UWAGA:** Jeśli użytkownik nie wprowadzi nazwy ćwiczenia, system automatycznie ustawi nazwę pliku, według aktualnej daty i czasu.

### Moje ćwiczenie

Funkcja Moje ćwiczenie, umożliwia rozpoczęcie ćwiczenia poprzez użycie planu treningowego, zapisanego w **Zaplanuj**.



- W menu Trening, naciśnij <sub>PAGE</sub>, aby wybrać **Moje ćwiczenie > Czas** i naciśnij <sub>OK</sub>.
- Naciśnij PAGE , aby wybrać Widok i naciśnij OK , aby przejść do jego podmenu.
  - Naciśnij PAGE , aby wybrać wymagany plan treningu i naciśnij <sup>LAP</sup> ok w celu potwierdzenia.
  - Rozpoczęcie jazdy. Naciśnij <sup>LAP</sup>, aby rozpocząć trening i zapisać plik log.
- Aby wybrać ćwiczenie do usunięcia, wybierz Usuń.
- 4. Aby usunąć wszystkie ćwiczenia, wybierz **Usuń wszystkie**.



**UWAGA:** Jeśli wybrane ćwiczenie zawiera kilka ustawień odstępu czasu, na ekranie wyświetlane są szczegóły ćwiczenia. Wybierz **Start** i naciśnij <sup>LAP</sup> , aby kontynuować ćwiczenie.

## Zatrzymaj trening

Bieżący trening można zatrzymać po osiągnięciu celu lub po zdecydowaniu o zakończeniu bieżącego treningu.



- Naciśnij <sup>■</sup>/<sup>||</sup> <sub>BACK</sub>, aby wstrzymać nagrywanie i ponownie naciśnij <sup>■</sup>/<sup>||</sup> <sub>BACK</sub>, aby zatrzymać nagrywanie.
- Na ekranie pojawi się komunikat "Chcesz zatrzymać?". Aby zatrzymać bieżący trening, naciśnij <sup>III</sup>/<sub>PAGE</sub>, aby wybrać **Tak** i naciśnij <sup>LAP</sup> w celu potwierdzenia.

### Oglądanie zapisów ćwiczenia/treningu

Użyj opcji Przeglądaj historię, aby przeglądać lub usunąć historię ćwiczenia/treningu.



Aby przeglądać historię:

- Na ekranie głównym, naciśnij PAGE, aby wybrać Historia > Widok i naciśnij CAP►.
- Naciśnij ♥ PAGE , aby wybrać Widok i naciśnij CAP♥ w celu potwierdzenia.
- Naciśnij ♥ AGE, aby wybrać z listy historię treningu i naciśnij OK , aby przeglądać historię.

**UWAGA:** Historię można także przesłać do brytonsport.com, aby zachować wszystkie dane dotyczące jazdy.



Aby usunąć historię:

- Na ekranie głównym, naciśnij PAGE, aby wybrać Historia > Widok i naciśnij CAP►.
- Naciśnij ♥ AGE, aby wybrać Usuń i naciśnij CAP♥, aby przejść do listy historii.
- Naciśnij PAGE, aby wybrać z listy historię treningu i naciśnij CAP►, aby usunąć wybraną historię.
- 4. Na ekranie pojawi się komunkat "Chcesz usunąć?". Aby usunąć dane, naciśnij <sup>●/II</sup>/ ♥ <sub>BACK</sub>/ PAGE, aby wybrać Tak i naciśnij <sup>LAP</sup> <sub>ok</sub> w celu potwierdzenia.

## Schemat historii





# Ustawienia

Poprzez funkcję Ustawienia, można dostosować ustawienia wyświetlania, ustawienia czujnika, ustawienia systemu, profile roweru i użytkownika, ustawienia GPS i przeglądać informacje o urządzeniu.



- 1. Na ekranie głównym, naciśnij 🔽 , aby wybrać Ustawienia.
- 2. Naciśnij <sup>LAP </sup>, aby przejść do menu Ustawienia.

# Moje okrążenie

Funkcja Moje okrążenie, umożliwia automatyczne zaznaczenie przez urządzenie okrążenia w określonej lokalizacji lub, po przejechaniu określonej odległości.

#### Okrążenie według lokalizacji



- W menu Ustawienia, naciśnij <sub>PAGE</sub>, aby wybrać Moje okrążenie > Według lokalizacji i naciśnij <sup>LAP</sup>
   .
- Naciśnij PAGE, aby wybrać Szczegółówe informacje i naciśnij CKP w celu zmiany ustawienia.
- Na ekranie pojawi się komunikat "Użyć bieżącej lokalizacji jako lokalizacji okrążenia?". Aby zapisać dane, naciśnij <sup>▼</sup><sub>PAGE</sub> w celu wyboru **Tak** i
  - naciśnij <sup>LAP</sup>→, aby potwierdzić.
- 4. Naciśnij <sup>■/Ⅱ</sup><sub>BACK</sub> , aby opuścić to menu.

**UWAGA:** Jeśli sygnał GPS nie został ustalony, na ekranie pojawi się komunikat "No GPS signal. Brak sygnału GPS. Wyszukiwanie, zaczekaj". Sprawdź, czy jest włączona funkcja GPS i wyjdź na zewnątrz, aby uzyskać sygnał.

12 Ustawienia



#### Okrążenie według odległości



- W menu Ustawienia, naciśnij PAGE, aby wybrać select Moje okrążenie > Odległość i naciśnij APP .
- Naciśnij PAGE, aby wybrać Szczegółówe informacje i naciśnij OK w celu zmiany ustawienia.
- Naciśnij BACK / PAGE, aby wybrać wymaganą odległość i naciśnij OK w celu potwierdzenia.
- 4. Naciśnij  $B_{ACK}$ , aby opuścić to menu.

### **Wyświetlacz**

Można wykonać ustawienia wyświetlania dla funkcji Pomiar, Okrążenie i Automatyczne przełączanie. Można także wykonać ustawienie odstępu czasu dla funkcji Automatyczne przełączanie.

#### Wyświetlanie pomiaru



14 Ustawienia

- W menu Ustawienia, naciśnij <sup>▼</sup><sub>PAGE</sub>, aby wybrać Wyświetlacz > Pomiar > Pomiar 1, Pomiar 2 lub Pomiar 3 i naciśnij <sup>LAP</sup><sub>OK</sub>.
- 2. Naciśnij <sup>■/II</sup>/ ▼ aby wybrać liczbę pól danych i naciśnij <sup>LAP</sup> w celu potwierdzenia.
- 3. Naciśnij PAGE, aby wybrać pole do dostosowania i naciśnij oK w celu potwierdzenia wyboru.
- 4. Naciśnij BACK / PAGE, aby wybrać wymagane ustawienie i naciśnij ok w celu potwierdzenia.
- 5. Naciśnij 📕/II , aby opuścić to menu.

UWAGA: Liczba pól danych pokazana na ekranie zależy od wyboru "Pola danych".





#### Wyświetlanie okrążenia

- W menu Ustawienia, naciśnij PAGE, aby wybrać Wyświetlacz > Okrążenie > Pomiar 1 lub Pomiar 2 i naciśnij CAP►.
- Naciśnij <sup>■</sup>/<sup>II</sup>/<sub>PAGE</sub> aby wybrać liczbę pól danych i naciśnij <sup>LAP</sup><sub>OK</sub> w celu potwierdzenia.
- Naciśnij PAGE, aby wybrać pole do dostosowania i naciśnij CAP► w celu potwierdzenia wyboru.
- 4. Naciśnij <sup>■/II</sup><sub>BACK</sub>/ ¬AGE</sub>, aby wybrać wymagane ustawienie i naciśnij <sup>LAP►</sup> w celu potwierdzenia.
- 5. Naciśnij <sup>∎</sup>/II</sup>, aby opuścić to menu.



#### Automatyczne przewijanie



- W menu Ustawienia, naciśnij <sup>▼</sup><sub>PAGE</sub>, aby wybrać Wyświetlacz > Automatyczne przewijanie i naciśnij <sup>LAP</sup><sub>OK</sub>.
- Naciśnij PAGE, aby wybrać ustawienie do zmiany i naciśnij OK<sup>LAP</sup>, aby przejść do jego podmenu.
  - Automatyczne przewijanie: włączenie/wyłączenie automatycznego przewijania.
  - Odstęp czasu: ustaw odstęp czasu.
- Naciśnij <sup>■/II</sup>/<sub>BACK</sub>/<sub>PAGE</sub>, aby wybrać wymagane ustawienie i naciśnij <sup>LAP</sup>/<sub>OK</sub> w celu potwierdzenia.
- 4. Naciśnij BACK , aby opuścić to menu.

## Czujniki

16

Można dostosować odpowiednie ustawienia czujnika, takie jak włączenie/wyłączenie funkcji lub ponowne wyszukanie czujnika dla urządzenia.



Prędkość/Kadencja

- W menu Ustawienia, naciśnij PAGE, aby wybrać Czujniki > Tętno, Prędkość, Kadencja lub Prędkość/CAD i naciśnij CKP►.
- 2. Naciśnij PAGE , aby wybrać wymagane ustawienie i naciśnij ok w celu potwierdzenia.
  - Wyszukaj ponownie: ponowne skanowanie w celu wykrycia czujnika.
  - Włącz/wyłącz: włączenie/wyłączenie czujnika.
- 3. Naciśnij a/l , aby opuścić to menu.

#### UWAGA:

- Po sparowaniu monitora tętna, na głównym ekranie ♥ wyświetlana jest ikona tętna.
- Po sparowaniu czujnika prędkości/kadencji i pasa tętna należy się upewnić, że w zasięgu 5 m nie ma innego czujnika kadencji/prędkości. Po sparowaniu czujnika kadencji, na głównym ekranie pojawi się ikona czujnika kadencji

### Personalizacja profilu użytkownika

Można spersonalizować informacje osobiste.



- W menu Ustawienia, naciśnij <sup>V</sup><sub>PAGE</sub>, aby wybrać Użytkownik i naciśnij <sup>LAP</sup>
   OK
- Naciśnij PAGE, aby wybrać ustawienie do zmiany i naciśnij CAP , aby przejść do jego podmenu.
  - Płeć: wybór płci.
  - Wiek: określenie wieku.
  - Wzrost: ustawienie wzrostu.
  - Waga: ustawienie wagi.
  - Maksymalne tętno: ustawienie maksymalnego tętna.
  - LTHR: ustawienie progu mleczanowego tętna.
  - FTP: ustawienie progu mocy funkcjonalnej.
  - MAP: ustawienie maksymalnej mocy aerobowej.
- Naciśnij <sup>■/II</sup>/<sub>BACK</sub>/<sub>PAGE</sub>, aby wybrać wymagane ustawienie i naciśnij <sup>LAP</sup> w celu potwierdzenia.
- 4. Naciśnij  $B_{ACK}$ , aby opuścić to menu.

# bryton

### Personalizacja profilu roweru

Można dostosować i przeglądać profil roweru(w).



- W menu Ustawienia, naciśnij <sup>▼</sup><sub>PAGE</sub>, aby wybrać Rower > Rower 1 lub Rower 2 i naciśnij <sup>LAP►</sup>.
- Naciśnij PAGE, aby wybrać ustawienie do zmiany i naciśnij OK<sup>LAP</sup>, aby przejść do jego podmenu.
  - Rodzaj roweru: Wybór rodzaju roweru.
  - Waga: ustawienie wagi roweru.
  - Koło: ustawienie rozmiaru koła roweru.
  - Uaktywnij: wybór w celu uaktywnienia roweru.
- Naciśnij <sup>■/II</sup>/<sub>BACK</sub>/<sub>PAGE</sub>, aby wybrać wymagane ustawienie i naciśnij <sup>LAP</sup>/<sub>OK</sub> w celu potwierdzenia.
- 4. Naciśnij BACK, aby opuścić to menu.

**UWAGA:** Szczegółowe informacje dotyczące rozmiaru koła znajdują się w części "Rozmiar i obwód koła" na stronie 28.

#### Widok profilu roweru



- W menu Ustawienia, naciśnij PAGE, aby wybrać Rower > Przegląd i naciśnij LAP► ok
- Naciśnij ♥ AGE, aby wybrać wymagany rower i naciśnij OK w celu potwierdzenia.
- Naciśnij PAGE, aby wyświetlić więcej danych dotyczących wybranego roweru.
- 4. Naciśnij <sup>■/II</sup><sub>BACK</sub>, aby opuścić to menu.

# Zmiana ustawień systemu

Można dostosować takie ustawienia urządzenia jak wyłączenie podświetlenia, auto okrążenie, sygnał przycisku, dzwonek, format danych czasu/jednostki, język menu ekranowego i resetowanie danych.

#### Wyłączenie podświetlenia



#### 

- Naciśnij <sup>■</sup>/<sup>II</sup>/<sub>PAGE</sub>, aby wybrać wymagane ustawienie i naciśnij <sup>LAP</sup> w celu potwierdzenia.
- 3. Naciśnij <sup>∎</sup>/II</sup> , aby opuścić to menu.

#### Sygnał przycisku



- W menu Ustawienia, naciśnij ▼<sub>PAGE</sub>, aby wybrać System > Sygnał przycisku i naciśnij <sup>LAP</sup>.
- Naciśnij <sup>■/II</sup>/<sub>BACK</sub>/<sub>PAGE</sub>, aby wybrać wymagane ustawienie i naciśnij <sup>LAP</sup>/<sub>OK</sub> w celu potwierdzenia.
- 3. Naciśnij  $\mathbf{B}_{ACK}^{II}$ , aby opuścić to menu.



#### Alarm



- W menu Ustawienia, naciśnij BACK / PAGE, aby wybrać System > Alarm i naciśnij CAP►.
- Naciśnij BACK / PAGE, aby wybrać wymagane ustawienie i naciśnij OK w celu potwierdzenia.
- 3. Naciśnij <sup>∎</sup>/II</sup> , aby opuścić to menu.



Jednostka

- 1. W menu Ustawienia, naciśnij PAGE , aby wybrać System > Czas/Jednostka > Czas letni, Format daty, Format czasu lub Jednostka i naciśnij CKART - CKART
- Naciśnij BACK / PAGE, aby wybrać wymagane ustawienie/format i naciśnij OK w celu potwierdzenia.
- 3. Naciśnij <sup>∎</sup>/<sup>II</sup> , aby opuścić to menu.

#### Język

Language	
English	
Deutsch	
Français	

- W menu Ustawienia, naciśnij <sup>▼</sup><sub>PAGE</sub>, aby wybrać System > Język i naciśnij <sup>LAP</sup><sub>OK</sub>.
- Naciśnij <sup>■/II</sup>/<sub>BACK</sub>/<sub>PAGE</sub>, aby wybrać wymagane ustawienie i naciśnij <sup>LAP</sup> w celu potwierdzenia.
- 3. Naciśnij <sup>■/Ⅱ</sup><sub>BACK</sub>, aby opuścić to menu.

# Mój Device Manager

- 1. Pobierz Bryton Bridge 2. Więcej szczegółowych informacji znajduje się na stronie 7.
- Włącz urządzenie i połącz z komputerem kablem USB. Program Mój Device Manager zostanie uruchomiony automatycznie, po podłączeniu urządzenia do komputera.
  - Jeśli program nie uruchomi się automatycznie, kliknij prawym przyciskiem ikonę Bryton Bridge w zasobniku systemowym i wybierz Otwórz menedżera mojego urządzenia.



3. Określ format pliku i lokalizację do zapisania tras w komputerze.

Ścieżki można zapisać w lokalnym komputerze w formacie BDX, GPX, TCX i PWF.

My Device Manager	UUD: 120712080000055 Software Version: R012 Tracks: 2 tracks
Save tra	cks to computer
Upd	ate Software

My Device Manager	-
Track data in device 2012/09/2711:33 2012/10/0517:20	
Save tracks as	
PBDx + 5PX + PWX + TCX)	
Cancel Save	

4. Kliknij **Zapisz**, aby zapisać plik.

# bryton

### Widok stanu GPS

Można przeglądać informacje o sygnale GPS, aktualnie odbieranym przez urządzenie.



- 1. W menu Ustawienia, naciśnij <sup>▼</sup><sub>PAGE</sub>, aby wybrać **Stan** i naciśnij <sup>LAP</sup><sub>OK</sub>.
- Aby ustawić tryb wyszukiwania sygnału, naciśnij <sup>LAP</sup>→ w celu potwierdzenia.
- Naciśnij <sup>■/II</sup>/<sub>BACK</sub>/<sub>PAGE</sub>, aby wybrać wymagane ustawienie i naciśnij <sup>LAP</sup>/<sub>OK</sub> w celu potwierdzenia.
  - Wyłącz: Wyłączenie funkcji GPS.
     Wybierz to ustawienie, gdy nie jest dostępny sygnał GPS lub, gdy nie są wymagane informacje GPS (na przykład podczas używania wewnątrz pomieszczeń).
  - Pełna moc: maksymalna dokładność pozycji i prędkości, zużywanie więcej energii.
  - Oszczędzanie energii: Dłuższe działanie na baterii podczas używania przy dobrym sygnale GPS, ale mniejsza dokładność.

## Podgląd Wersja firmware

Można wyświetlić wersję bieżącego oprogramowania urządzenia.

- 1. W menu Ustawienia, naciśnij 🔻 , aby wybrać **Około**.
- Naciśnij <sup>LAP</sup> w celu potwierdzenia. Na ekranie wyświetlana jest aktualna wersja oprogramowania.
- 3. Naciśnij BACK , aby opuścić to menu.

# Dodatek

# Specyfikacje

#### Rider 20<sup>+</sup>

Element	Opis
Wyświetlacz	Wyświetacz LCD typu positive transflective 1,6 FSTN
Gabaryty	39,6 x 58,9 x 17 mm
Waga	40g
Temperatura działania	-10°C ~ 50°C
Temperatura ładowania baterii	0°C ~ 40°C
Bateria	Bateria litowo polimerowa
Żywotność baterii	17 godzin pod otwartym niebem
GPS	Zintegrowany, wysokiej czułości odbiornik GPS z wbudowaną anteną
Odbiornik/nadajnik RF	2,4GMHz Ant+
Wodoodporny	Klasa wodoodporności IPX7

#### Czujnik prędkości/kadencji

Element	Opis
Gabaryty	34,2 x 46,7 x 13,2 mm
Waga	14 g
Wodoodporność	IPX7
Zakres transmisji	5 m
Żywotność baterii	1 godzina dziennie przez 16 miesięcy
Temperatura działania	-10°C ~ 60°C
Częstotliwość/protokół komunikacji radiowej	Protokół komunikacji bezprzewodowej 2,4GHz / Dynastream ANT+ Sport

Dokładność może się pogorszyć w wyniku słabego styku, zakłóceń elektrycznych i dużej odległości odbiornika od nadajnika.

# bryton

#### Monitor tętna

Element	Opis
Gabaryty	67~100 x 26 x 15 mm
Waga	14 g (czujnik) / 35g (pasek)
Wodoodporność	20 m
Zakres transmisji	5 m
Żywotność baterii	1 godzina dziennie przez 24 miesięcy
Temperatura działania	5°C ~ 40°C
Częstotliwość/protokół komunikacji radiowej	Protokół komunikacji bezprzewodowej 2,4GHz / Dynastream ANT+ Sport

Dokładność może się pogorszyć w wyniku słabego styku, zakłóceń elektrycznych i dużej odległości odbiornika od nadajnika.

## Informacje o baterii

#### Monitor tętna i bateria czujnika kadencji

Czujnik monitora tętna/kadencji zawiera wymienianą przez użytkownika baterię CR2032.

W celu wymiany baterii:

- 1. Zlokalizuj okrągłą pokrywę baterii z tyłu czujnika monitora tętna/kadencji.
- 2. Użyj monety do obrócenia pokrywy w kierunku przeciwnym do kierunku ruchu wskazówek zegara, aby strzałka na pokrywie wskazywała napis OTWARTA.
- 3. Odłącz pokrywę wyjmij baterię. Zaczekaj 30 sekund.
- 4. Włóż nową baterię, złączem plus skierowanym jako pierwsze do wnęki baterii.
- Użyj monety do obrócenia pokrywy w kierunku ruchu wskazówek zegara, aby strzałka na pokrywie wskazywała napis ZAMKNIĘTA.

#### UWAGA:

- Podczas instalacji nowej baterii, jeśli bateria nie zostanie umieszczona najpierw złączem plus, złącze plus może zostać zdeformowane i uszkodzone.
- Należy uważać, aby nie uszkodzić lub nie poluzować oryginalnej uszzczelki O-ring na pokrywie.
- Należy się skontaktować z lokalnym wydziałem gospodarki komunalnej w celu uzyskania informacji o prawidłowym usuwaniu zużytych baterii.







# Instalacja Rider 20<sup>+</sup>

Montaż Rider 20<sup>+</sup> na rowerze



# bryton

Instalacja czujnika Prędkości/Kadencji/ Podwójnego (Opcjonalny)



#### UWAGA:

- W celu zapewnienia optymalnej wydajności należy wykonać następujące czynności:
- Czujnik i magnes należy wyrównać tak, jak to zostało pokazane na rysunku (5a/5b). Należy zwrócić uwagę na punkty wyrównania.
- Odległość pomiędzy czujnikiem a magnesem powinna wynosić do 3 mm.
- Czujnik prędkości i magnes prędkości należy zamontować oraz wyrównać w poziomie, a nie w pionie.
- Podczas pierwszego użycia, naciśnij przycisk z przodu, aby uaktywnić czujnik i rozpocznij pedałowanie. Po wykryciu przez czujnik magnesu, miga raz dioda LED wskazując, czy wyrównanie jest prawidłowe (dioda LED miga wyłącznie przez pierwszych dziesięć przejść po naciśnięciu przycisku).

## Instalacja pasa pomiaru tętna (Opcjonalny)



#### UWAGA:

- Przy niskich temperaturach należy założyć odpowiednie ubranie, aby utrzymać ciepło pasa pomiaru tętna.
- · Pas należy zakładać bezpośrednio na ciało.
- Należy dostosować pozycję czujnika tak, aby znajdował się on w środkowej części ciała (należy go nosić nieco poniżej klatki piersiowej). Widoczne na czujniku logo firmy Bryton powinno być skierowane do góry. Elastyczny pas należy mocno naciągnąć, aby nie poluzował się podczas ćwiczeń.
- Jeśli czujnik nie może zostać wykryty lub jego odczyt jest nieprawidłowy, należy go ogrzać przez około 5 minut.
- · Jeśli pas do pomiaru tętna nie będzie przez dłuższy czas używany, należy wyjąć z niego czujnik.

bryton

### Rozmiar i obwód koła

Rozmiar koła jest oznaczony na bokach opon.

Rozmiar koła	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 Cylindryczny	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

Rozmiar koła	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 Cylindryczny	2130
700 x 35C	2168
700 x 38C	2180
700 x 40C	2200

# Podstawowa pielęgnacja Rider 20<sup>+</sup>

Właściwa pielęgnacja urządzenia zmniejszy niebezpieczeństwo uszkodzenia urządzenia.

- Nie należy upuszczać urządzenia lub narażać go na silne wstrząsy.
- Nie należy narażać urządzenia na ekstremalne temperatury i nadmierną wilgoć.
- Powierzchnię ekranu można łatwo zarysować. Należy używać standardowych, nieprzylepnych zabezpieczeń ekranu, chroniących ekran przed mniejszymi zarysowaniami.
- Do czyszczenia urządzenia należy używać rozcieńczonego, neutralnego detergentu, naniesionego na szmatkę.
- Nie należy próbować rozbierać, naprawiać lub modyfikować urządzenia. Wszelkie próby spowodują unieważnienie gwarancji.

**UWAGA:** Nieprawidłowa wymiana baterii może spowodować eksplozję. Podczas wymiany baterii na nową można zastosować wyłącznie oryginalną baterię lub baterię podobnego typu, określoną przez producenta. Zużyte baterie należy usuwać zgodnie z przepisami władz lokalnych.



Dla lepszej ochrony środowiska, zużyte baterie należy zbierać oddzielnie do recyklingu lub specjalnego usuwania.

# Treminologie ekranowe

Wyświetlacz	Terminologia
LapAvSpd	lap average speed
LapMaSpd	lap maximum speed
L'stLpAvSp	last lap average speed
LapDist	lap distance
L'stLpDist	last lap distance
L'stLapT	last lap time
LapAvHR	lap average heart rate
LapMaHR	lap maximum heart rate
L'LpAvHR	last lap average heart rate
L'A'MHR%	lap average MHR percentage
L'A'LTHR%	lap average LTHR percentage
Str'dRate	stride rate
AvStr'dRt	average stride rate
MaStr'dRt	maximum stride rate
LpAvSt'dR	lap average stride rate
LpStr'dAvL	lap stride average length
LLpSt'dAvL	last lap stride average length
AvSt'dl'gth	average stride length
AvgPace	average pace
MaxPace	maximum pace
L'st1kmP	last 1km/mile pace
LapAvP	lap average pace
L'stLpAvP	last lap average pace
LapMaP	lap maximum pace
LAvCAD	lap average cadence
ODO	odometer
T to Dest	Time to Destination
D to Dest	Distance to Destination
Alt. Gain	Altitude Gain
Alt. Loss	Altitude Loss

