

NEO MOTION PLATES

Kasutusjuhend

© 2022 Garmin Ltd. või selle filiaalid

Kõik õigused kaitstud. Vastavalt autoriõigusseadustele ei tohi käesolevat juhendit kopeerida ei osaliselt ega täielikult ilma Garmini-poolse kirjaliku nõusolekuta. Garmin jätab endale õiguse muuta või parendada oma tooteid ning teha käesolevasse juhendisse muudatusi ilma kohustuseta sellest isikuid või organisatsioone selliste muudatuste või parenduste tegemisest teavitada. Toote kasutamise kohta lisateabe ning värskimate uuenduste saamiseks külastage veebilehte www.garmin.com.

Garmin®, Garmini logo ja Tacx® on ettevõttele Garmin Ltd. või selle haruettevõtetele kuuluvad kaubamärgid, mis on registreeritud USA-s ja teistes riikides. Neid kaubamärke ei tohi ilma ettevõtte Garmin selgesõnalise loata kasutada.

Sisukord

Tähtis ohutus- ja tootealane teave.... 1

Seadme teave.....7

Tähtis ohutus- ja tootealane teave

⚠ HOIATUS

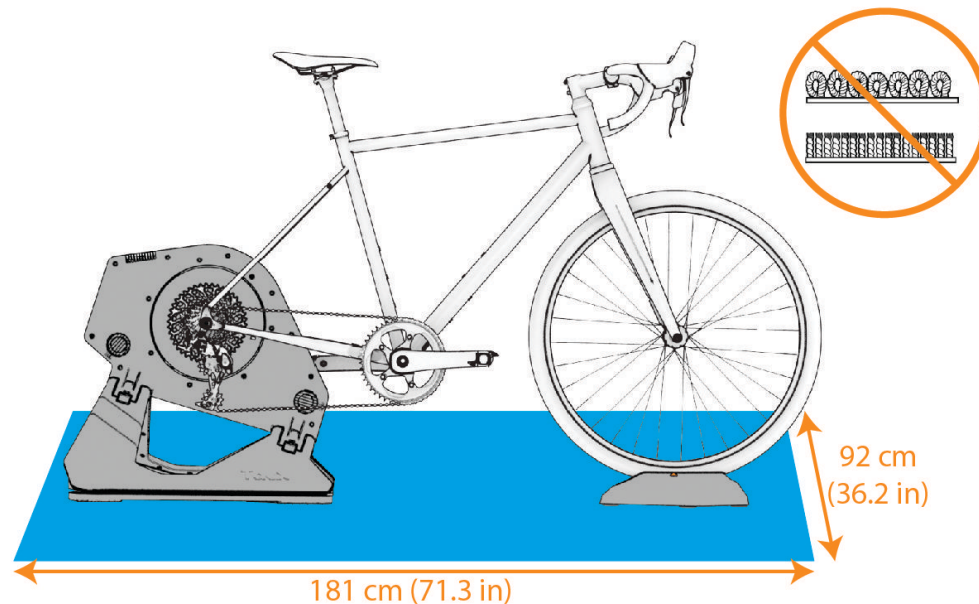
- Järgmiste hoiatuste eiramisel võib tagajärjeks olla surm, tõsine kehavigastus või varaline kahju.
- Toote hoiatuste ja muu olulise teabe saamiseks vt *Oluline ohutus- ja tooteteave* juhendit toote Tacx® NEO karbis.
- Kasuta tarvikut NEO Motion Plates koos treeninguseadmega Tacx NEO tasasel takistusteta pinnal.
- Tarvik NEO Motion Plates sisaldab magneteid. Teatud oludes võivad magnetid põhjustada häireid sisemiste meditsiiniseadmete töös, sh südamerütmurites ja insuliinipumpades. Välti magneteid sisaldavate seadmete ja kinnituste sattumist selliste meditsiiniseadmete lähedusse.

TEATIS

- Alltoodud märkuse eiramisega võib kaasneda kehavigastus, vara kahjustumine või häired seadme töös.
- Tarvik NEO Motion Plates sisaldab magneteid. Teatud oludes võivad magnetid põhjustada häireid elektroonikaseadmete töös, sh sülearvutite kõvaketaste töös. Kui magneteid sisaldavad seadmed asuvad elektroonikaseadmete lähedal, siis ole ettevaatlik.

Enne kokkupanemist

- Pakendis on kaks plaati ja üks esirattatugi.
- Rehvi maksimaalne laius on 28 mm.
- Parima tulemuse saamiseks aseta NEO Motion Plates jäigale matile või vaibale, mis ei ole väga paks. Ära kasuta pehmel ja koheval vaibal. Võid kasutada treeningmatti suurusega 181 x 92 cm (71,3 x 36,2 tolli) või suuremat.



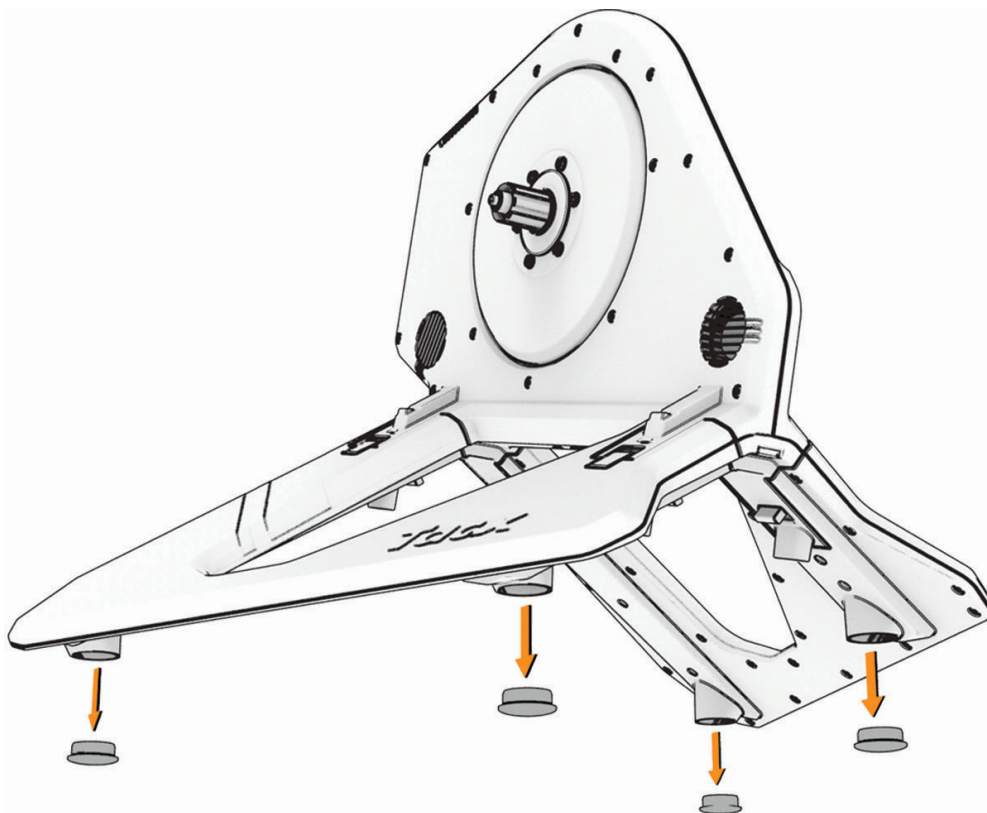
Lisatarvikute valik on saadaval internetis aadressil buy.garmin.com või kohaliku Tacx edasimüüja poes.

- Ära kasuta tarvikut NEO Motion Plates koos muu liikumistarvikuga, nagu näiteks kiikuva alusega.

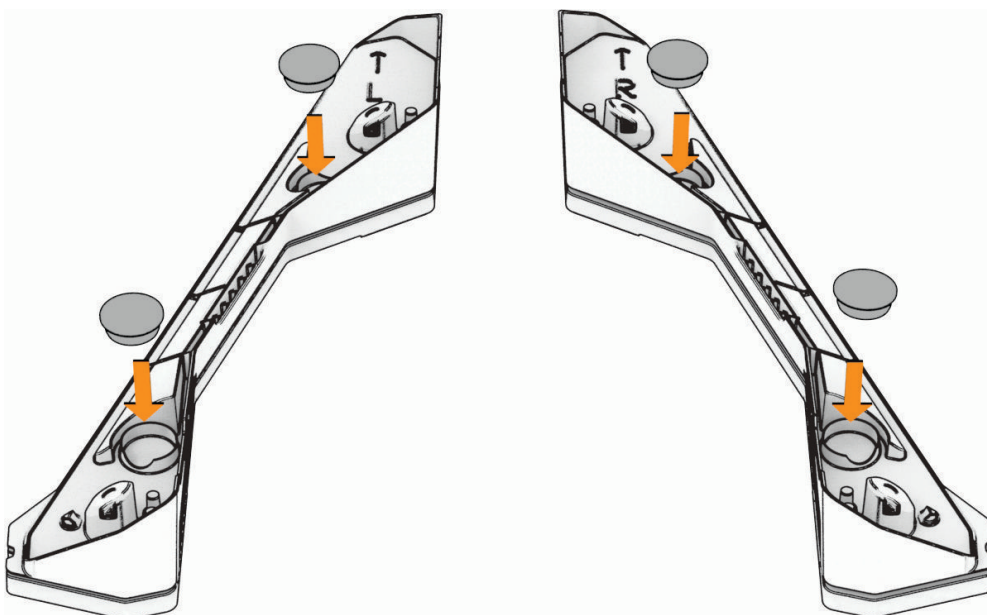
Tarviku NEO Motion Plates paigaldamine

Võid kasutada tarvikut NEO Motion Plates ükskõik millise Tacx NEO treeninguseadmega.

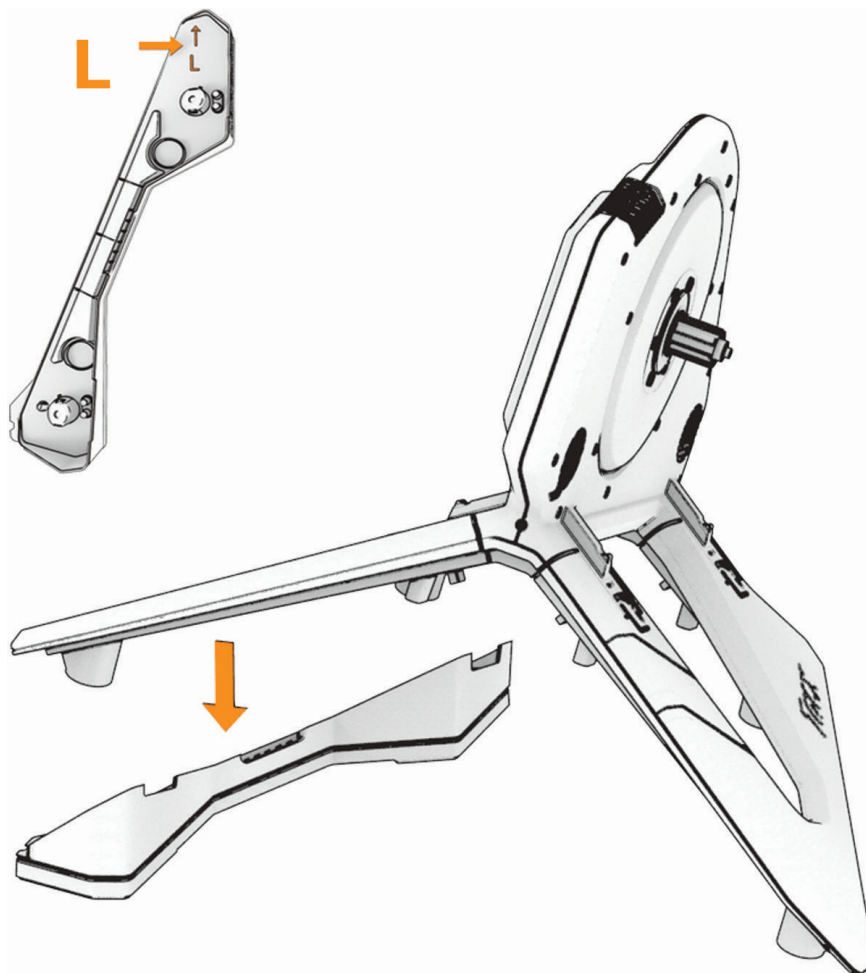
1 Eemalda Tacx NEO trenažöörilt 4 jalga.



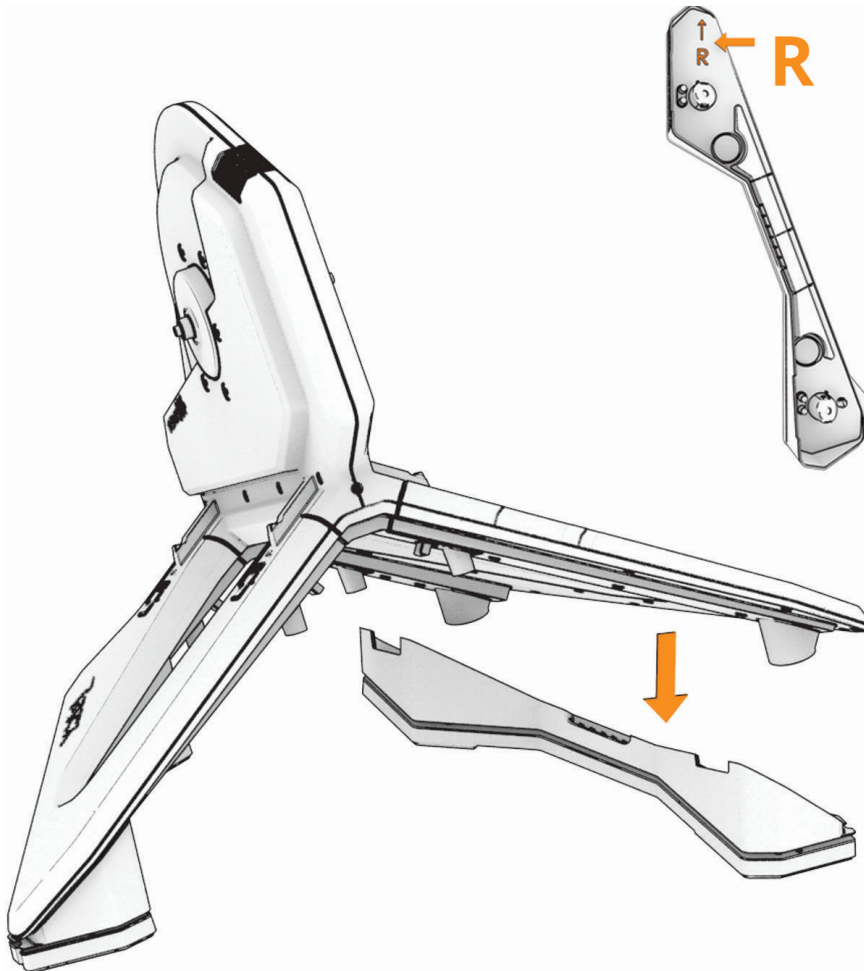
2 Pane tarviku NEO Motion Plates jalad hoiule.



3 Tõsta Tacx NEO trenaažööri vasak pool ja joonda vasak plaat.



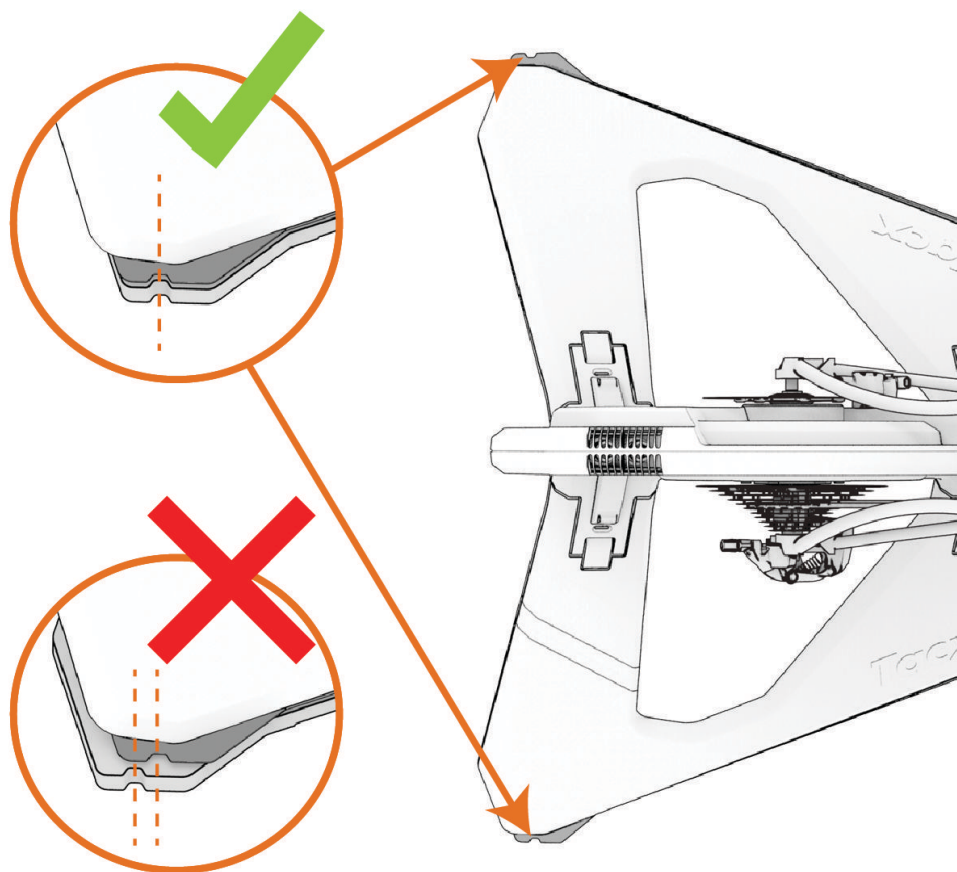
4 Tõsta Tacx NEO trenaažööri parem pool ja joonda parem plaat.



5 Kontrolli, et alused on mõlemal poolel joondatud.

Võib olla pead kumbagi poolt tõstma ja joondama, et plaadid asetseks õigesti.

MÄRKUS. mõlemad plaadid peavad olema kindlalt paigas.



Esirattatõe paigaldamine

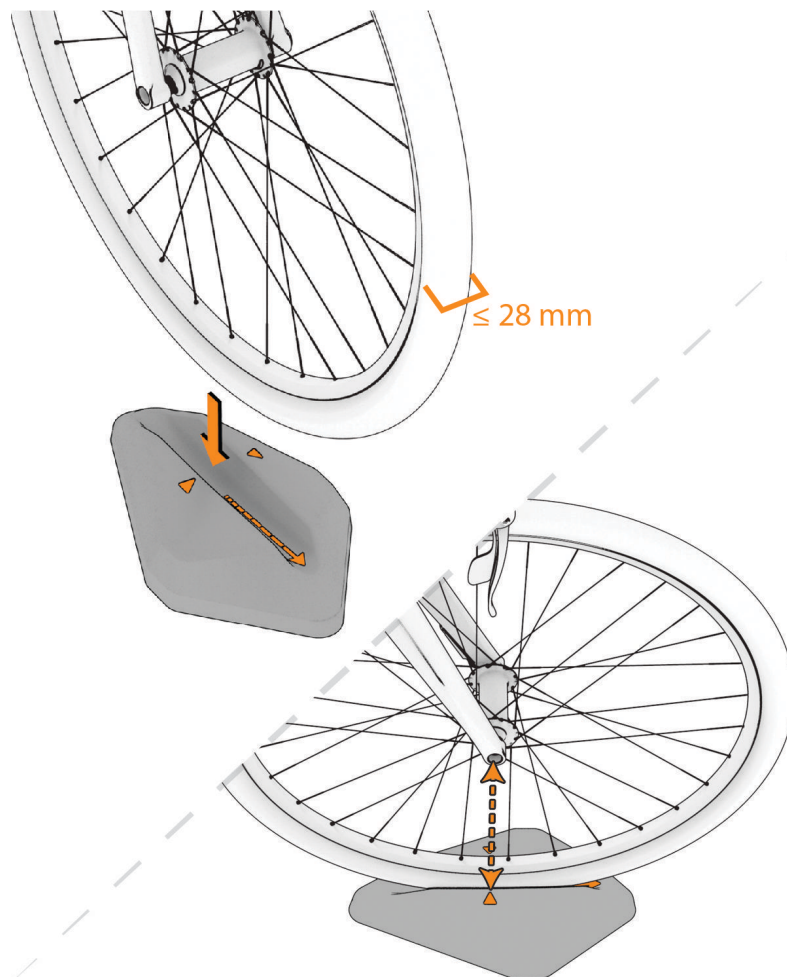
Enne esirattatõe paigaldamist pead paika panema tarviku NEO Motion Plates ([Tarviku NEO Motion Plates paigaldamine, lehekülg 2](#)).

Esirattatugi tõstab jalgratta esiratast loomulikku sõiduasendisse ja suurendab stabiilsust. Rehvi maksimaalne laius on 28 mm.

- 1 Kasuta tarvikuga NEO Motion Plates kaasasolevat esiratta tuge, mitte seadmega Tacx NEO kaasasolevat esiratta tuge.



- 2 Aseta esirattatugi esiratta alla.



- 3 Istu trenažöörile ja tee pedaalidega paar ringi.
- 4 Vajadusel kohanda esirattatoe asendit.

Seadme teave

Treenimise nõuanded

Tarviku NEO Motion Plates kasutamine koos Tacx NEO trenažööriga lisab treeningsõitudele loomulikku liikumist.

- Seade on mõeldud tavaliseks jalgrattasõiduks. Parimate tulemuste saavutamiseks väldi spurtimist.
- Kui tunned sõidu ajal iiveldust, proovi järgnevaid soovitusi.
 - Fokuseeri oma pilk punktile su trenažööri ees.
 - Vaata sõitmise ajal treeningvideot.
 - Joo enne sõitmist ja sõidu ajal piisavalt vett.
 - Lõpeta sõit ja proovi uuesti, kui tunned end paremini.

Seadme hooldus ja hoiustamine

- Pühi üle trenažöör ja tarviku NEO Motion Plates pärast iga kasutuskorda.
- Puhasta treeninguseade enne hoiustamist.
- Vajuta kange, et lukustada lahti Tacx NEO trenažööri alus.
Mõlemaid pooli saab hoiustamiseks kokku voltida ja kokku klõpsata.

Rakendus Tacx Training

Rakenduse Tacx Training saad oma ühilduvasse nutitelefoni, tahvelarvutisse või arvutisse alla laadida.

- Sünkrooni sisetreeningu andmed oma kontoga Garmin Connect™.
- Sõida põnevatel radadel kodust lahkumata.
- Loo endale oma sõiduradu, treeninguid ja palju muud.
- Kalibreeri oma treeningut, kohanda vaikesätteid ja tuvasta probleeme.
- Uuenda oma treeninguseadme tarkvara.

