

NEO MOTION PLATES

Käyttöopas

© 2022 Garmin Ltd. tai sen tytäryhtiöt

Kaikki oikeudet pidätetään. Tekijänoikeuslakien mukaisesti tätä opasta ei saa kopioida kokonaan tai osittain ilman Garmin kirjallista lupaa. Garmin pidättää oikeuden muuttaa tai parannella tuotteitaan sekä tehdä muutoksia tämän oppaan sisältöön ilman velvollisuutta ilmoittaa muutoksista tai parannuksista muille henkilöille tai organisaatioille. Osoitteessa www.garmin.com on uusimmat päivitykset ja lisätietoja tämän tuotteen käyttämisestä.

Garmin®, Garmin logo ja Tacx® ovat Garmin Ltd:n tai sen tytäryhtiöiden tavaramerkkejä, jotka on rekisteröity Yhdysvalloissa ja muissa maissa. Näitä tavaramerkkejä ei saa käyttää ilman yhtiön Garmin nimenomaista lupaa.

Sisällysluettelo

**Tärkeitä turvallisuus- ja
tuotetietoja..... 1**

Laitteen tiedot..... 7

Tärkeitä turvallisuus- ja tuotetietoja

VAROITUS

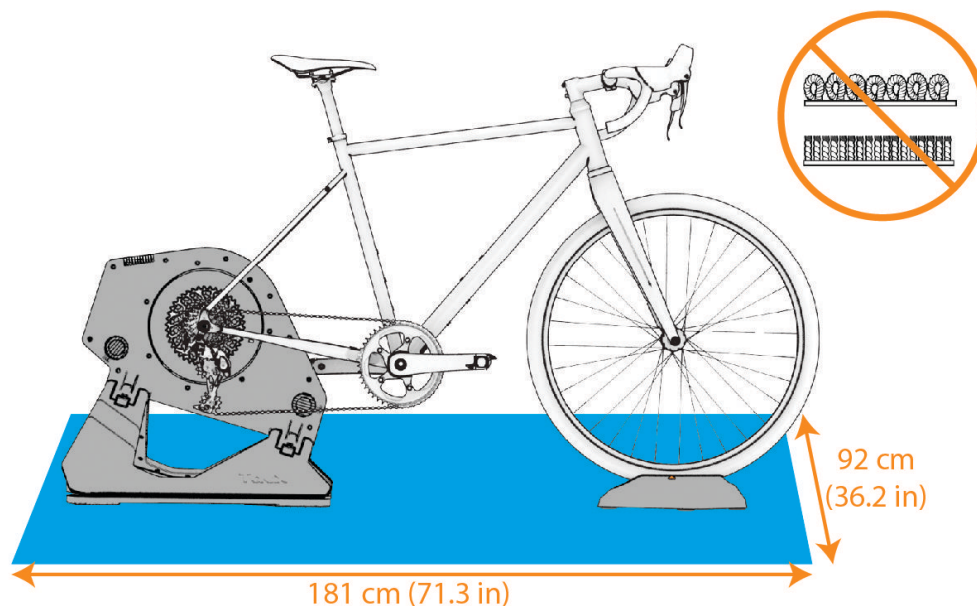
- Seuraavien varoitusten laiminlyönti voi aiheuttaa kuoleman, vakavan loukkaantumisen tai omaisuusvahinkoja.
- Lue lisätietoja varoituksista ja muista tärkeistä seikoista Tacx[®] NEO tuotepakkauksessa toimitetusta *Tärkeitä turvallisuus- ja tuotetietoja* -oppaasta.
- Käytä lisävarusteena saatavia NEO Motion Plates Tacx NEO harjoitusvastuksen kanssa vakaalla pinnalla, jolla ei ole esteitä.
- NEO Motion Plates sisältävät magneetteja. Tietyissä olosuhteissa magneetit voivat häiritä joidenkin sisäisten lääketieteellisten laitteiden (kuten sydämentahdistajien ja insuliinipumppujen) toimintaa. Pidä magneetteja sisältävät laitteet ja telineet poissa kyseisten lääketieteellisten laitteiden lähettäviltä.

HUOMAUTUS

- Seuraavan ilmoituksen laiminlyönti voi aiheuttaa vammoja, vaurioittaa omaisuutta tai heikentää laitteen toimintaa.
- NEO Motion Plates sisältävät magneetteja. Tietyissä olosuhteissa magneetit voivat vioittaa joitakin elektronisia laitteita, kuten kannettavien tietokoneiden kiintolevyasemia. Ole varovainen, kun magneetteja sisältäviä laitteita käytetään elektronisten laitteiden lähellä.

Ennen kokoamista

- Pakkaus sisältää 2 levyä ja 1 etupyörän tuen.
- Renkaan enimmäislevyys on 28 mm.
- Varmista paras tulos käyttämällä NEO Motion Plates lujalla alustalla tai lyhytnukkaisella matolla. Älä käytä pehmeää tai pitkänukkaista mattoa. Voit käyttää harjoitusmattoa, jonka koko on vähintään 181 x 92 cm (71,3 x 36,2 tuumaa).



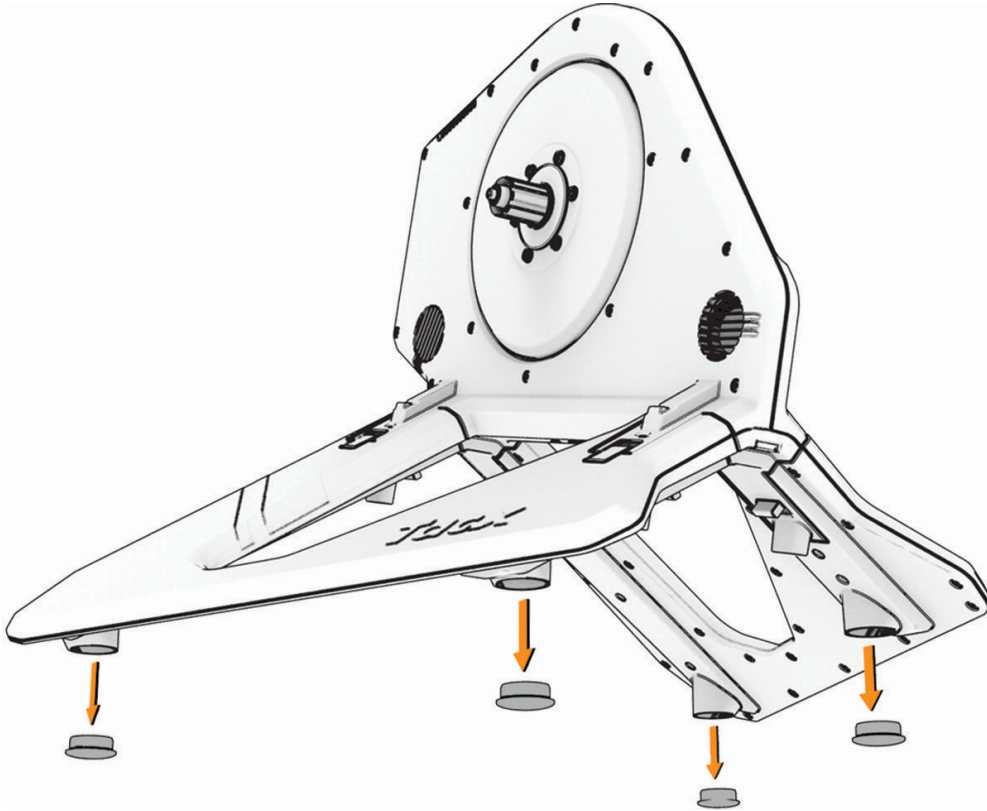
Voit ostaa valinnaisia lisävarusteita osoitteesta buy.garmin.com tai Tacx jälleenmyyjältä.

- Älä käytä NEO Motion Plates kanssa muita liikelisävarusteita, kuten keinulevyä.

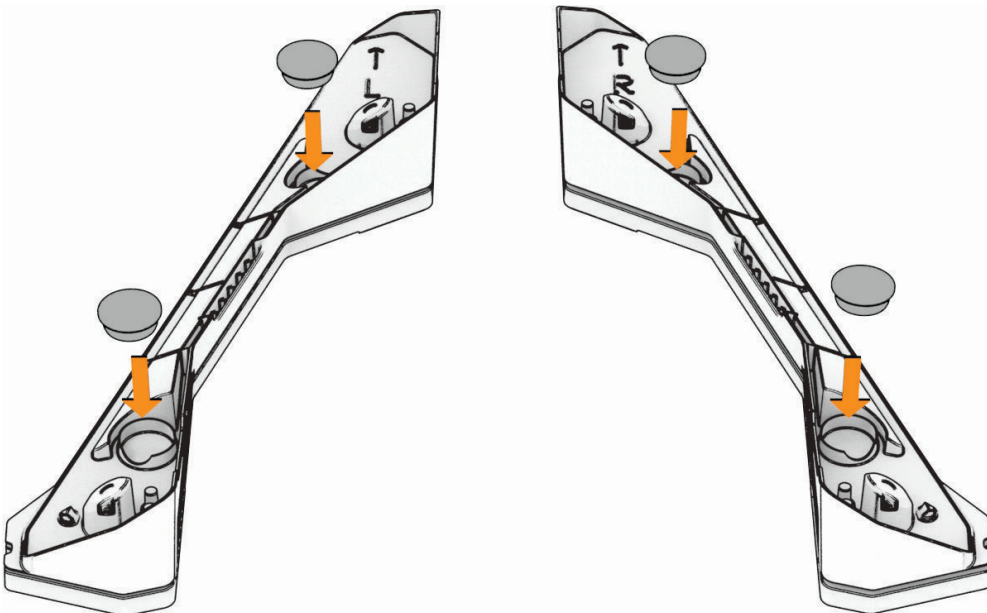
NEO Motion Plates asentaminen

NEO Motion Plates voi käyttää kaikkien Tacx NEO harjoitusvastusten kanssa.

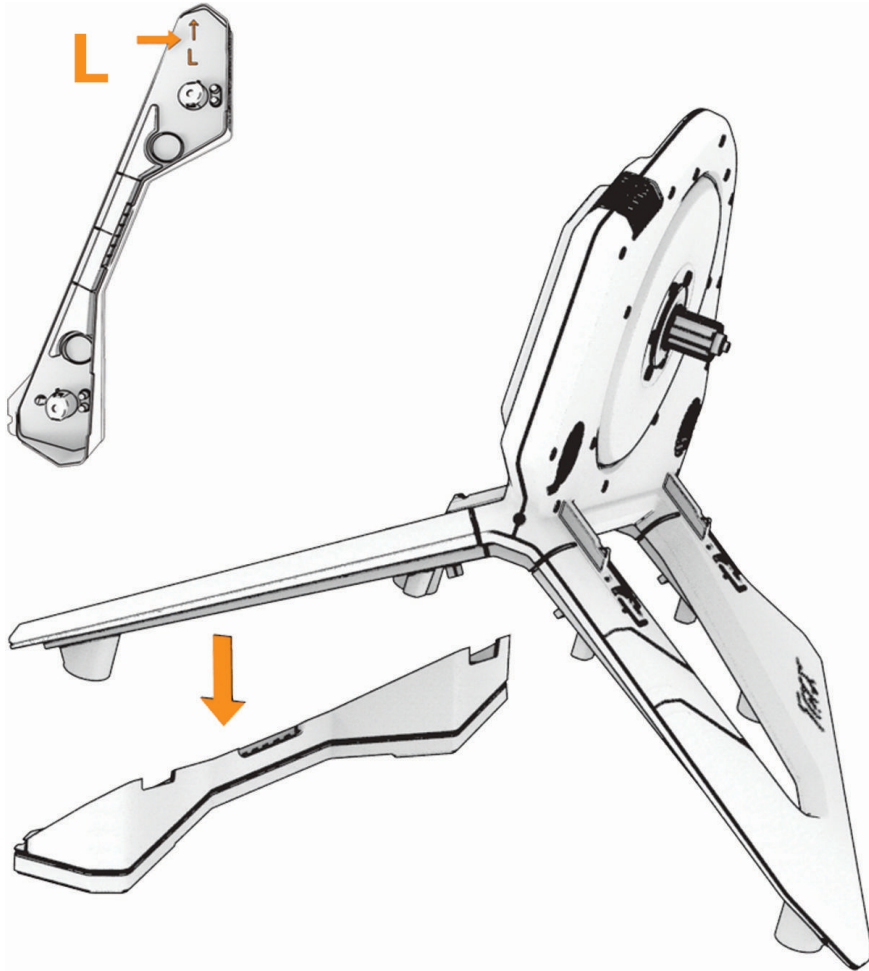
1 Irrota jalat (4 kpl) Tacx NEO harjoitusvastuksesta.



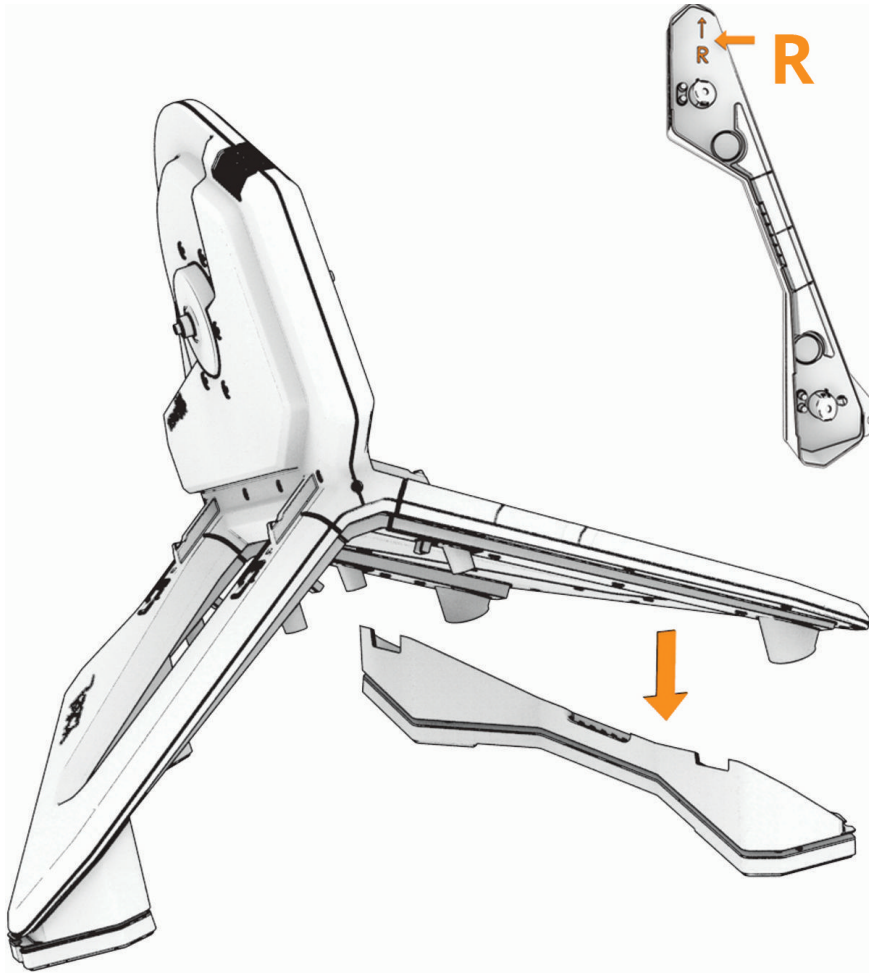
2 Säilytä jalvoja NEO Motion Plates päällä.



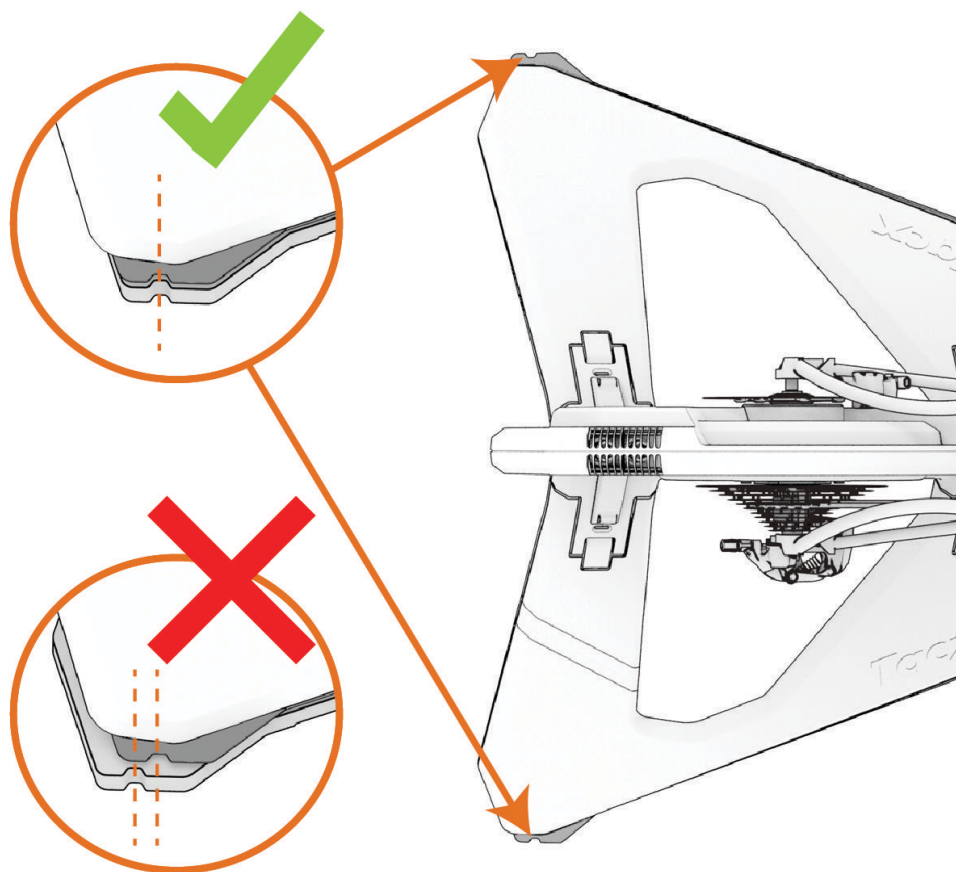
3 Nosta Tacx NEO harjoitusvastuksen vasenta reunaa ja kohdista vasen levy.



- 4 Nosta Tacx NEO harjoitusvastuksen oikeaa reunaa ja kohdista oikea levy.



- 5 Tarkista levyjen kohdistus molemmilla puolilla.
Reunoja tarvitsee ehkä nostaa ja säätää, jotta levyt asettuvat oikein.
HUOMAUTUS: kummankin levyn on oltava täysin paikallaan.

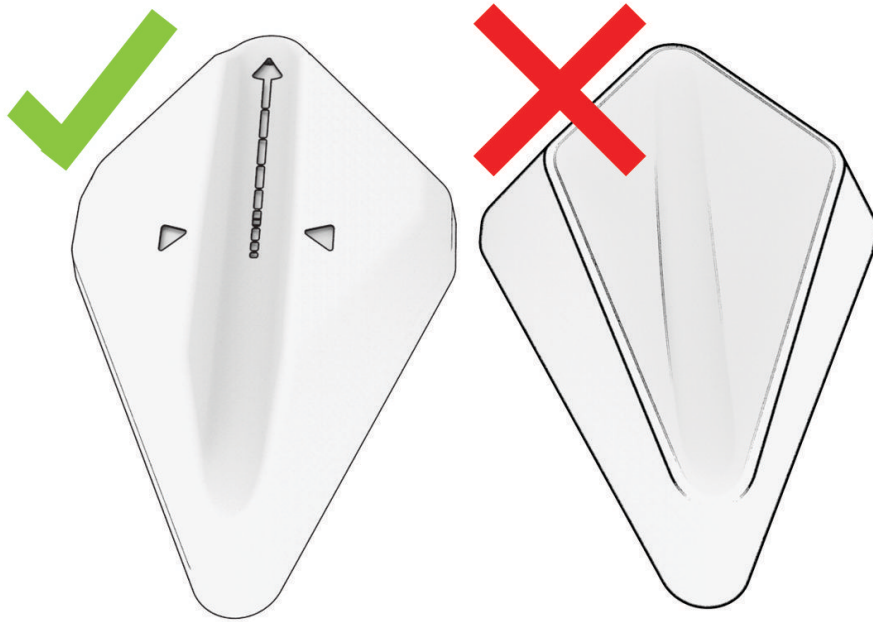


Etupyörän tuen asettaminen

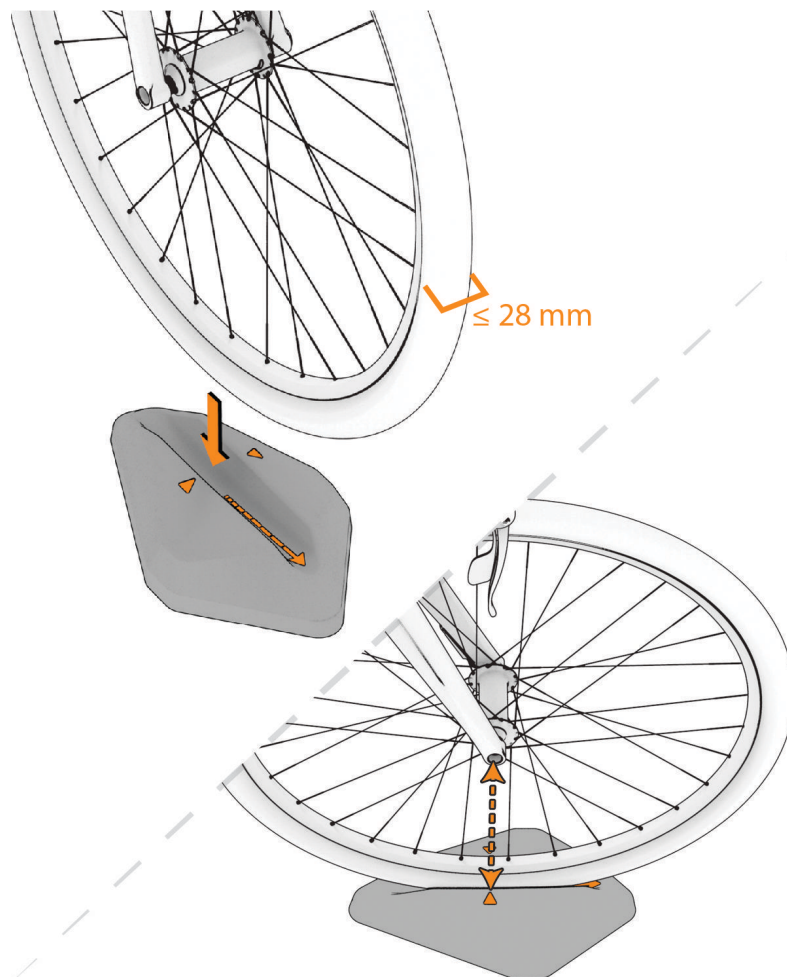
Asenna ennen etupyörän tuen asettamista NEO Motion Plates ([NEO Motion Plates asentaminen, sivu 2](#)).

Etupyörän tuki korottaa etupyörän luonnolliseen ajoasentoon ja lisää vakautta. Renkaan enimmäisleveys on 28 mm.

- 1 Käytä NEO Motion Plates mukana toimitettua etupyörän tukea Tacx NEO laitteen kanssa toimitetun sijasta.



- 2 Aseta etupyörän tuki etupyörän alle.



3 Istu harjoitusvastukselle ja polkaise muutaman kerran.

4 Siirrä etupyörän tukea tarvittaessa.

Laitteen tiedot

Harjoitteluvinkkejä

Käyttämällä NEO Motion Plates Tacx NEO harjoitusvastuksen kanssa saat ajoon luonnollista liikettä.

- Laite on tarkoitettu normaaliin pyöräilyyn. Älä tee sillä sprinttiharjoituksia.
- Jos tunnet huonovointisuutta ajaessasi, kokeile seuraavia:
 - etsi kiintopiste harjoitusvastuksen edestä
 - katso ajaessasi harjoitusvideota
 - juo runsaasti vettä ennen ajoa ja ajon aikana
 - pidä taukoa, kunnes olosi paranee, ja yritä uudelleen.

Laitteen huolto ja varastointi

- Pyyhi harjoitusvastus ja NEO Motion Plates aina käytön jälkeen.
- Puhdista harjoitusvastus, ennen kuin siirrät sen varastoon.
- Avaa Tacx NEO harjoitusvastuksen alaosan lukitus työntämällä vivut sisään. Reunat taittuvat ylöspäin ja napsahtavat säilytysasentoon.

Tacx Training

Voit ladata Tacx Training yhteensopivaan älypuhelimeen, tablettiin tai tietokoneeseen.

- synkronoi sisäharjoittelutietosi Garmin Connect™ tilillesi
- aja kiinnostavia reittejä lähtemättä mihinkään kotoasi
- luo esimerkiksi omia ajolenkkejä ja harjoituksia
- kalibroi harjoitusvastus, mukauta oletusasetuksia ja diagnosoi ongelmia
- päivitä harjoitusvastuksen ohjelmisto.

