

NEO MOTION PLATES

使用者手冊

© 2022 版權所有，Garmin Ltd. 或其子公司

版權所有。根據著作權法規定，未經 Garmin 書面同意，不得複製此手冊之全部或局部內容。Garmin 保留變更或改良其產品、以及變更此手冊內容之權利，而無義務知會任何人士或組織關於此類變更或改良。請至 www.garmin.com 取得關於使用本產品的最新更新及補充資訊。

Garmin[®]、Garmin 標誌及 Tacx[®] 為 Garmin Ltd. 或其子公司的商標，於美國及其他國家/地區註冊。未獲得 Garmin 明確同意，不得使用這些商標。

目錄

安全及產品資訊須知.....	1
裝置資訊.....	7

安全及產品資訊須知

警告

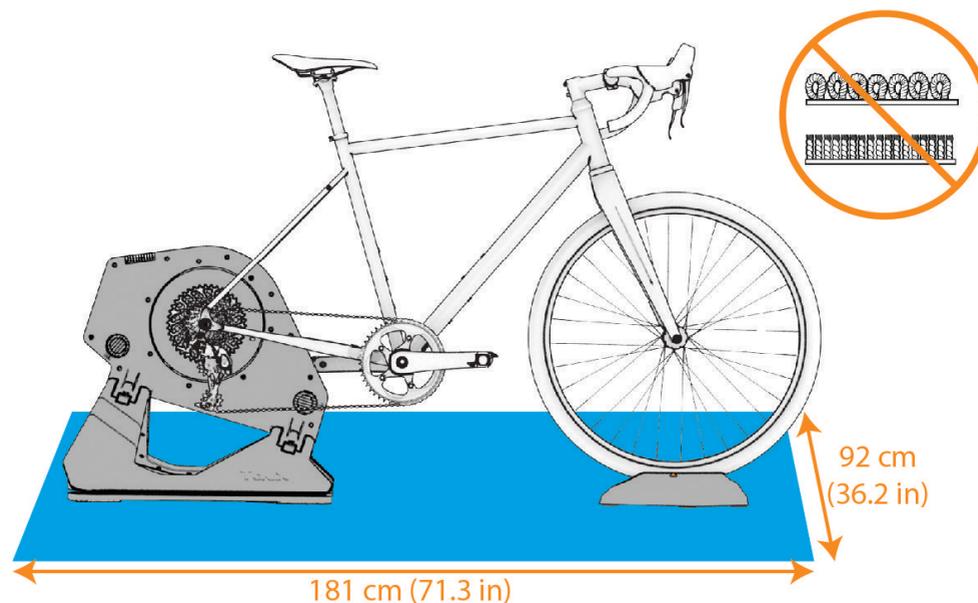
- 如未注意下列警告，可能導致死亡、重傷或財產損壞。
- 請參閱 Tacx[®] NEO 產品包裝內附的安全及產品資訊須知指南，以瞭解產品警告事項及其他重要資訊。
- 在沒有任何障礙物的平坦表面上使用 Tacx NEO 訓練台隨附的 NEO Motion Plates 配件。
- NEO Motion Plates 配件內含磁鐵。在某些情況下，磁鐵可能會對某些體內醫療裝置 (包含心律調整器與胰島素幫浦) 造成干擾。請將含有磁鐵的裝置與固定座遠離這類醫療裝置。

注意

- 如未注意下列注意事項，可能導致人員受傷或財產損害，或對裝置功能造成負面影響。
- NEO Motion Plates 配件內含磁鐵。在某些情況下，磁鐵可能會對某些電子裝置 (包含筆記型電腦中的硬碟機) 造成損害。含有磁鐵的裝置靠近電子裝置時，請小心使用。

組裝之前

- 包裝內含 2 個活動板和 1 個前輪固定架。
- 最大輪胎寬度為 28 公釐。
- 為獲得最佳效果，請在穩固的地墊或短毛地毯上使用 NEO Motion Plates。避免柔軟的長毛地毯。您可以使用尺寸 181 x 92 公分 (71.3 x 36.2 英吋) 或更大的訓練墊。



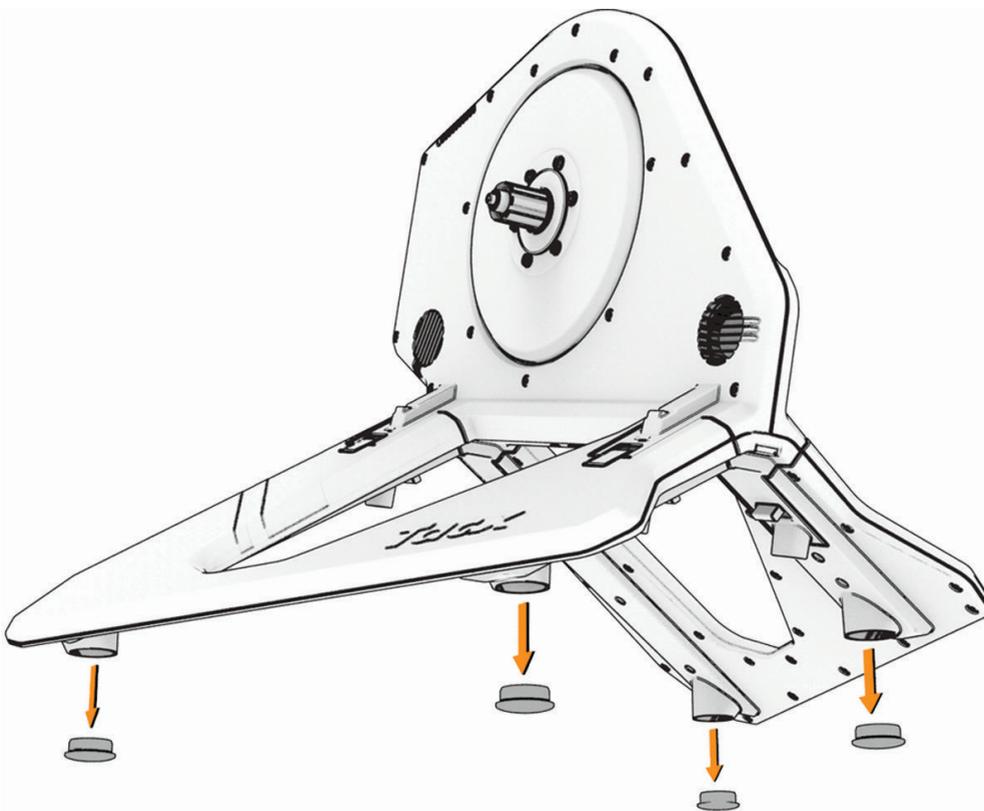
您可於 buy.garmin.com 或向 Tacx 經銷商購買選用配件。

- 請勿將 NEO Motion Plates 與其他活動配件搭配使用，例如搖臂板。

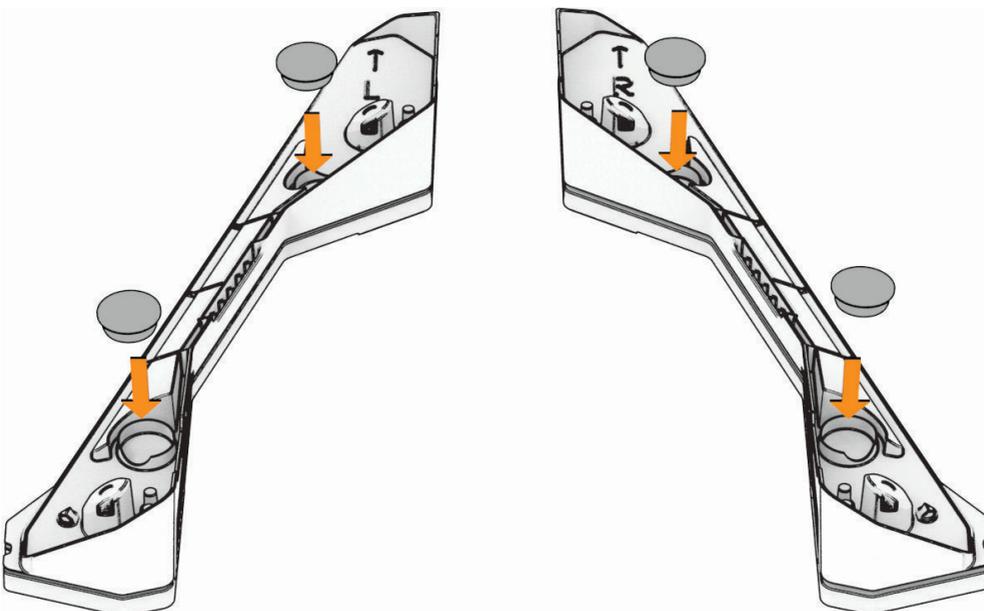
架設 NEO Motion Plates

您可以在各種 Tacx NEO 訓練台上使用 NEO Motion Plates 配件。

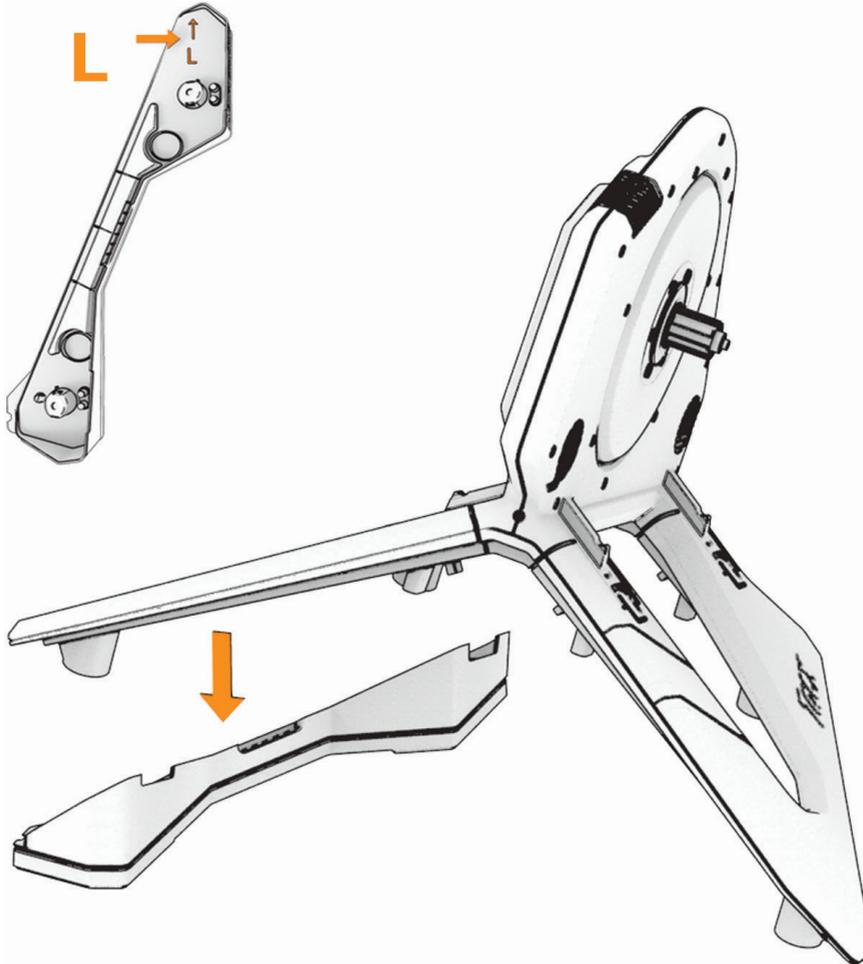
1 從 Tacx NEO 訓練台上取下 4 個塑膠腳。



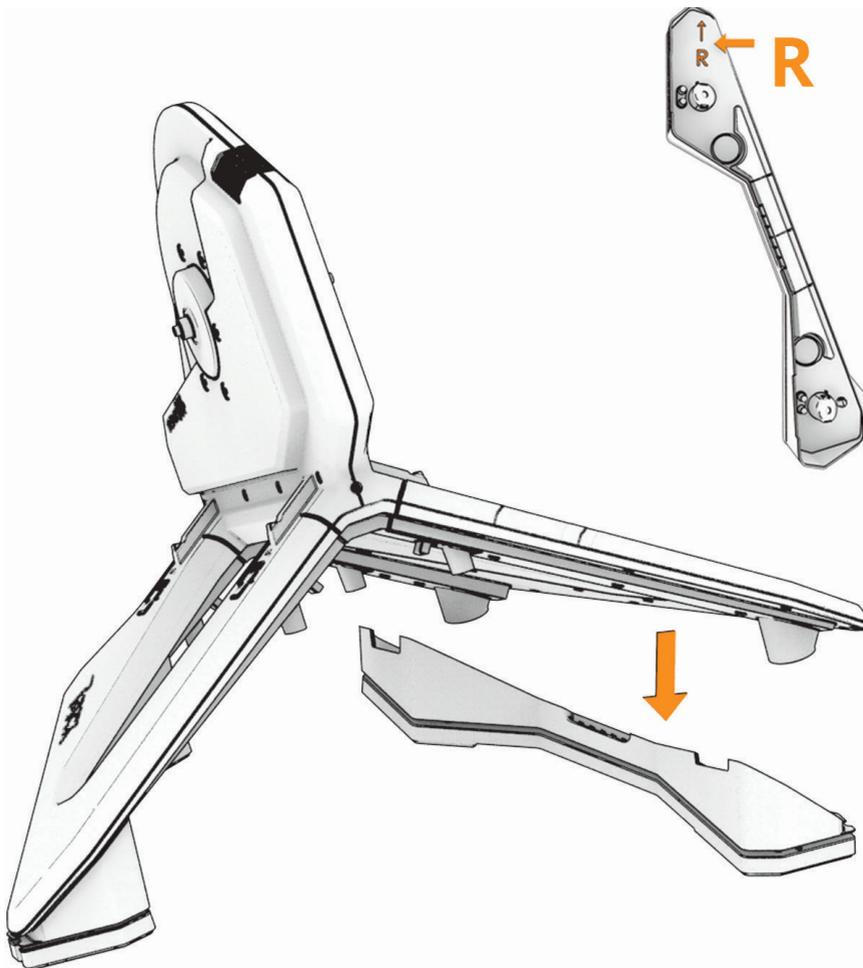
2 將塑膠腳放在 NEO Motion Plates 上。



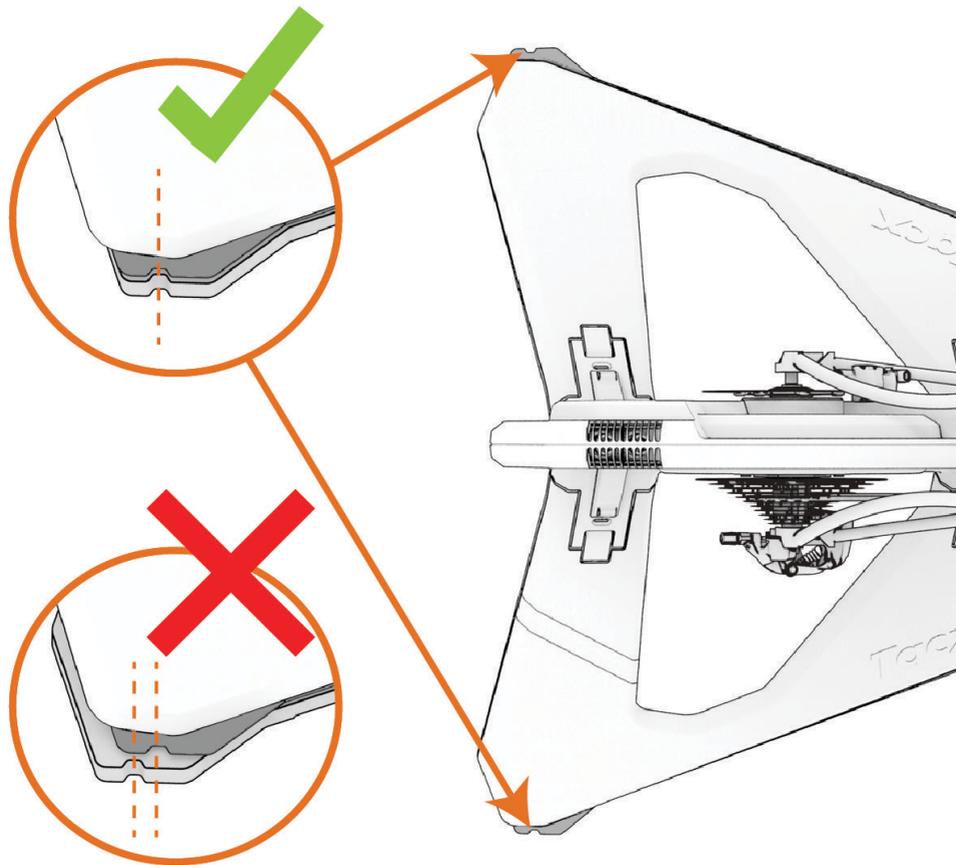
3 抬起 Tacx NEO 訓練台的左側，並對齊左固定板。



4 抬起 Tacx NEO 訓練台的右側，並對齊右固定板。



5 檢查兩側固定板是否對齊。
您可能需要抬起並調整每一側，才能正確對齊固定板。
備忘錄：兩個固定板必須完全就位。

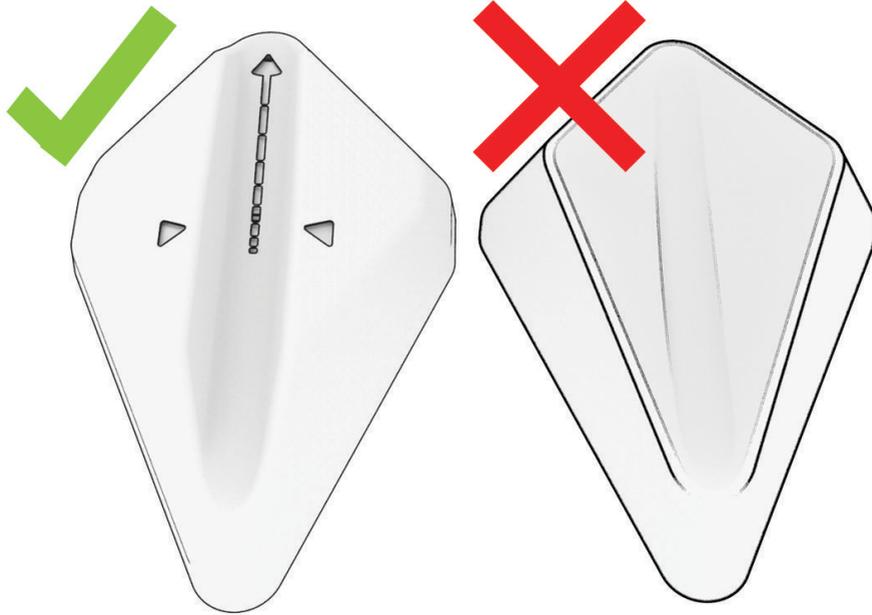


定位前輪固定架

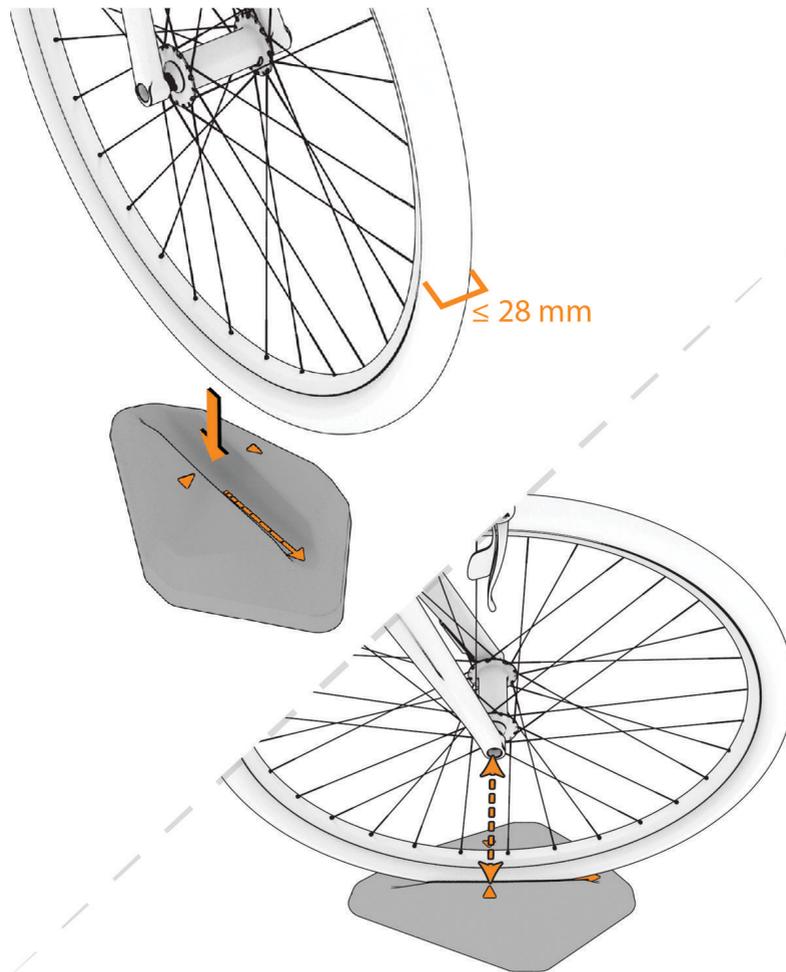
放置前輪固定架之前，您必須先安裝 NEO Motion Plates (架設 [NEO Motion Plates](#), 第 2 頁)。

前輪固定架可抬起自行車前輪，使自行車定位更自然，車身也更加穩定。最大輪胎寬度為 28 公釐。

1 請使用 NEO Motion Plates 配件隨附的前輪固定架，而非 Tacx NEO 裝置隨附的前輪固定架。



2 將前輪固定架放在前輪下方。



- 3 坐在訓練台上，並踩幾次踏板。
- 4 如有必要，請調整前輪固定架的放置位置。

裝置資訊

訓練小秘訣

搭配 Tacx NEO 訓練台使用 NEO Motion Plates 配件，讓您在訓練騎乘時可以自然移動。

- 裝置是設計用於正常騎乘。為獲得最佳效果，請避免衝刺。
- 如果您在騎乘時感覺到暈眩，請試試以下選項：
 - 將視線集中在訓練台前方的某一點。
 - 騎乘期間觀看訓練影片。
 - 騎乘前後喝大量的水。
 - 感覺好一點之前都不要騎乘，身體恢復後再試一次。

裝置保養和存放

- 每次使用後，請將訓練台及 NEO Motion Plates 配件擦拭乾淨。
- 存放訓練台之前應先清潔。
- 將壓桿推入，以鬆開 Tacx NEO 訓練台的底座。
將兩側往上摺，然後按一下以收納。

Tacx Training 應用程式

您可以將 Tacx Training 應用程式下載到相容的智慧型手機、平板電腦或電腦。

- 將室內訓練資料與您的 Garmin Connect™ 帳號同步。
- 無需出門，就能體驗刺激的騎乘路線。
- 建立您專屬的騎乘活動、訓練等。
- 校正您的訓練、自訂預設值並診斷問題。
- 更新您的訓練台軟體。

