

TACX® NEO 3M

Manuel d'utilisation

© 2023 Garmin Ltd. ou ses filiales

Tous droits réservés. Conformément aux lois relatives au copyright en vigueur, toute reproduction du présent manuel, qu'elle soit partielle ou intégrale, sans l'autorisation préalable écrite de Garmin, est interdite. Garmin se réserve le droit de modifier ou d'améliorer ses produits et d'apporter des modifications au contenu du présent manuel sans obligation d'en avertir quelque personne physique ou morale que ce soit. Consultez le site Web de Garmin à l'adresse www.garmin.com pour obtenir les dernières mises à jour, ainsi que des informations complémentaires concernant l'utilisation de ce produit.

Garmin®, le logo Garmin, Edge®, Forerunner® et Tacx® sont des marques commerciales de Garmin Ltd. ou de ses filiales, déposées aux États-Unis et dans d'autres pays. Garmin Connect™ est une marque commerciale de Garmin Ltd. ou de ses filiales. Ces marques commerciales ne peuvent pas être utilisées sans l'autorisation expresse de Garmin.

La marque et les logos BLUETOOTH® sont la propriété de Bluetooth SIG, Inc., et leur utilisation par Garmin est soumise à une licence. Shimano® est une marque déposée par Shimano, Inc. SRAM® est une marque déposée par SRAM LLC. Wi-Fi® est une marque déposée par Wi-Fi Alliance Corporation. Les autres marques et noms commerciaux sont la propriété de leurs détenteurs respectifs.

Ce produit est certifié ANT+®. Pour obtenir la liste des produits et applications compatibles, consultez le site www.thisisant.com/directory.

M/N: A0S4355

Table des matières

Mise en route	1
Kit d'installation.....	2
Instructions de montage Tacx NEO	
3M	2
Dépliage du home trainer.....	3
Installation de votre vélo à axe traversant.....	4
Installation de votre vélo à axe à fixation rapide.....	5
Positionnement du support de roue avant.....	8
Connexion du câble d'alimentation.....	9
Entraînement	9
Prêt... Partez !.....	10
Application Tacx Training.....	11
Informations sur l'appareil	13
Caractéristiques.....	13
Compatibilité des cassettes.....	13
Entretien et stockage de l'appareil.....	15
Dépannage	16
Mise à jour du logiciel du home trainer.....	16
L'application Tacx Training ne se connecte pas à mon home trainer.....	17
Le home trainer ne répond pas.....	17
Couplage du home trainer avec un compteur de vélo Edge.....	17
Couplage du home trainer avec une montre Garmin.....	18

Mise en route

⚠ AVERTISSEMENT

Consultez le guide *Informations importantes sur le produit et la sécurité* inclus dans l'emballage du produit pour prendre connaissance des avertissements et autres informations importantes sur le produit.

AVIS

N'utilisez pas le home trainer Tacx NEO 3M avec un autre accessoire tel qu'un Rocker Plate, car cela pourrait l'endommager.

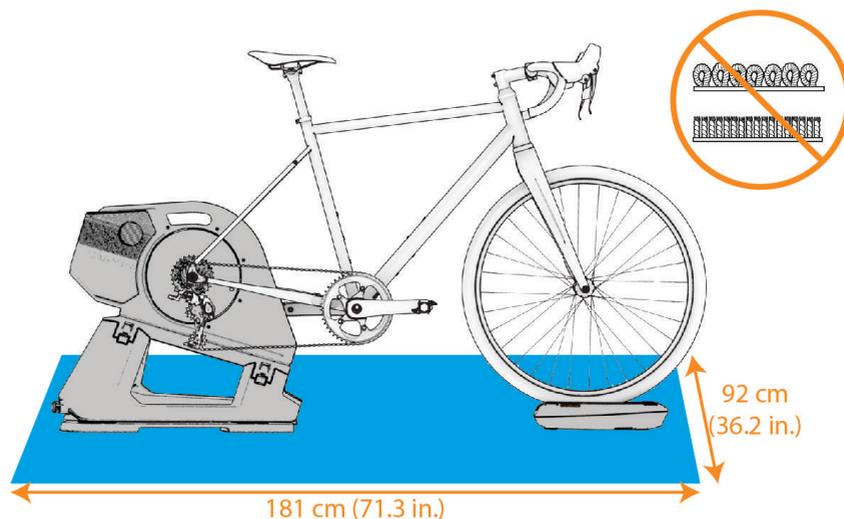
Le corps de la cassette et la cassette Tacx NEO 3M sont compatibles avec les systèmes à 11 vitesses Shimano® et SRAM®. Si vous disposez d'un autre type de cassette, vous devez remplacer la cassette (*Remplacement de la cassette, page 14*).

- Lisez les instructions avant d'assembler le home trainer et de fixer votre vélo.
- Scannez le code QR avec l'appareil photo sur votre smartphone et suivez les instructions de l'application Tacx Training.



ASTUCE : l'application Tacx Training contient des instructions de réglage du home trainer, des vidéos et des mises à jour logicielles (*Couplage du home trainer avec l'application Tacx Training, page 11*).

- Pour des résultats optimaux, utilisez le home trainer Tacx NEO 3M sur un tapis ferme ou à poils ras. Évitez les tapis moelleux et épais. Vous pouvez utiliser un tapis d'entraînement de 181 x 92 cm (71,3 x 36,2 po) ou plus.



Des accessoires en option sont disponibles sur le site buy.garmin.com ou auprès de votre revendeur Tacx.

Kit d'installation

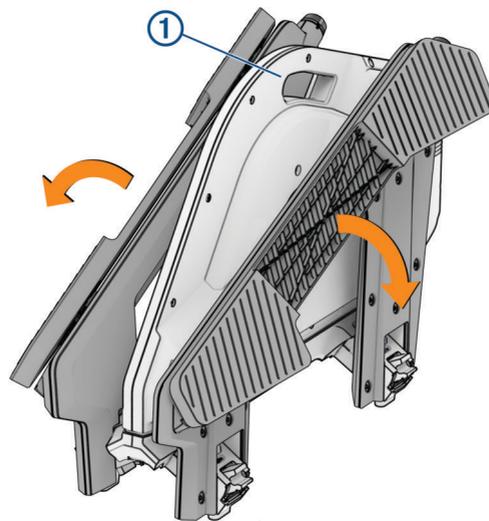
Le kit d'installation  contient l'axe à fixation rapide, les supports d'embouts compatibles et les embouts, les séparateurs et l'outil bleu.

Axe	Support d'embout du côté opposé au dérailleur (NDS)	Embouts (2)
Traversant de 142 mm	Matériel préinstallé	Thru-Axle 12mm
Traversant de 148 mm	NDS/148 Thru L'outil bleu est nécessaire pour le montage.	Thru-Axle 12mm
Fixation rapide de 135 mm Courant pour la plupart des vélos de route avec freins à disque.	Matériel préinstallé	QR
Fixation rapide de 130 mm Courant pour la plupart des vélos de route avec freins sur jantes.	NDS/130 QR L'outil bleu est nécessaire pour le montage.	QR

Instructions de montage Tacx NEO 3M

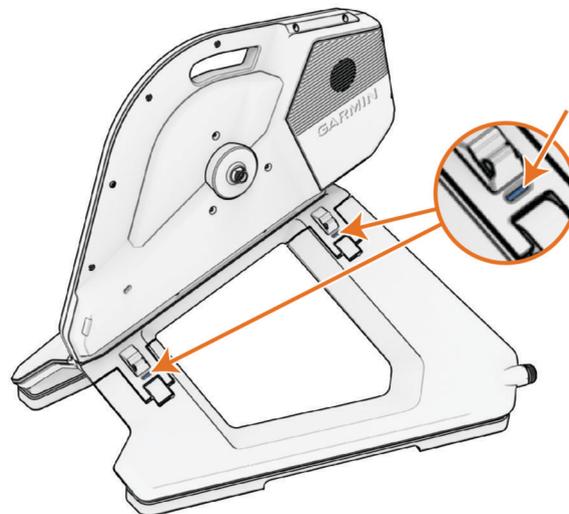
Dépliage du home trainer

- 1 Dépliez les côtés du home trainer et soulevez la poignée ①.



ASTUCE : le home trainer est lourd. Vous pouvez déplier un côté et le verrouiller, puis répéter l'opération pour l'autre côté.

- 2 Assurez-vous que les deux côtés du home trainer sont bien verrouillés et en place. Toutes les fenêtres des indicateurs doivent être bleues et les deux côtés doivent être correctement verrouillés.



- 3 Placez le home trainer sur une surface dure et plane.

Installation de votre vélo à axe traversant

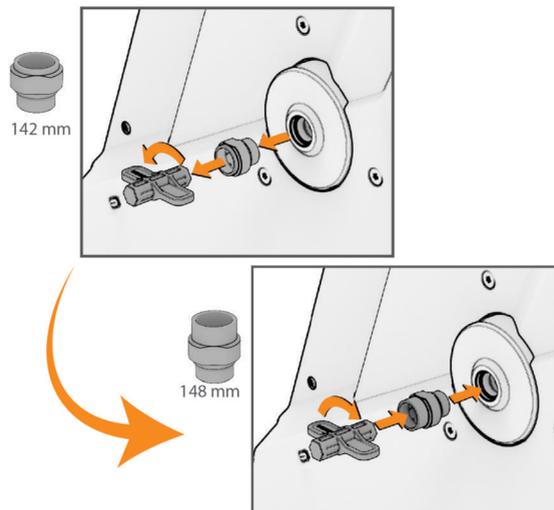
Le home trainer est compatible avec les vélos qui utilisent un axe traversant de 142 mm ou de 148 mm.

1 Sélectionner une option :

- Si vous avez un axe traversant de 148 mm, passez à l'étape 2.
- Si vous avez un axe traversant de 142 mm, passez à l'étape 5.

2 Ouvrez le kit d'installation  et munissez-vous du support d'embouts **NDS/148 Thru** et de l'outil bleu.

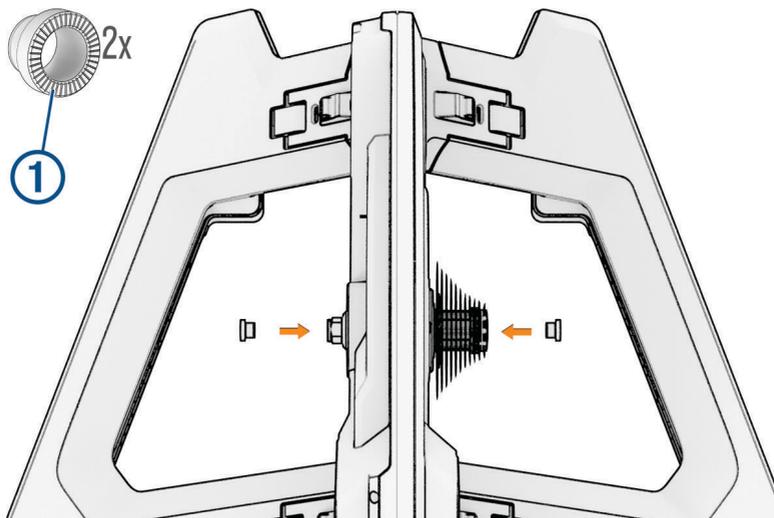
3 À l'aide de l'outil bleu, retirez le support d'embout existant sur le côté opposé au dérailleur (NDS).



4 À l'aide de l'outil bleu, installez le support d'embout **NDS/148 Thru**.

5 Ouvrez le kit d'installation  et munissez-vous des embouts d'**Thru-Axle 12mm**.

6 Enfoncez les embouts  dans les supports préinstallés prévus à cet effet.



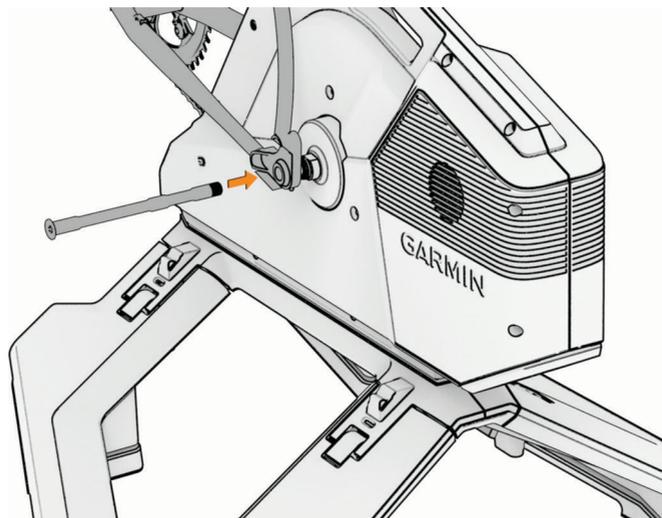
7 Sur votre vélo, passez sur le plus petit pignon de la cassette.

8 Retirez la roue arrière de votre vélo.

REMARQUE : vous devez garder le vélo et toutes les pièces à portée de main.

9 Alignez votre vélo sur le home trainer et assurez-vous que la chaîne est sur le plus petit pignon.

10 Insérez l'axe et serrez-le à la main.



11 Serrez l'axe au couple indiqué sur l'axe ou dans les instructions de votre vélo.

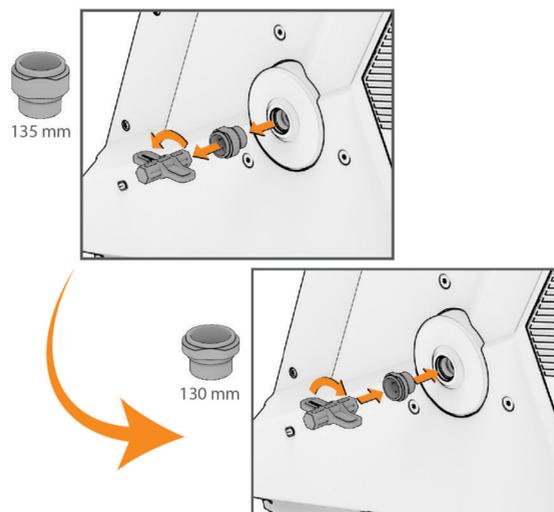
Installation de votre vélo à axe à fixation rapide

1 Sélectionner une option :

- Si vous disposez d'un axe à fixation rapide de 130 mm, passez à l'étape 2.
- Si vous disposez d'un axe à fixation rapide de 135 mm, passez à l'étape 5.

2 Ouvrez le kit d'installation  et munissez-vous du support d'embout **NDS/130 QR** et de l'outil bleu.

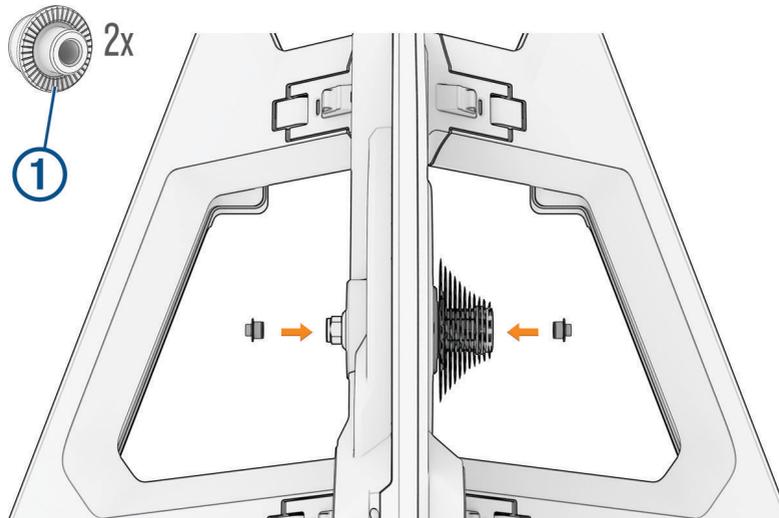
3 À l'aide de l'outil bleu, retirez le support d'embout existant sur le côté opposé au dérailleur (NDS).



4 À l'aide de l'outil bleu, installez le support d'embout **NDS/130 QR**.

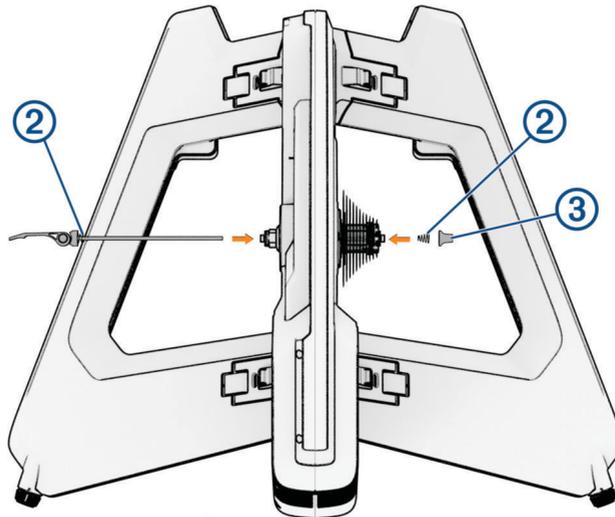
5 Ouvrez le kit d'installation  et munissez-vous des embouts **QR**.

6 Enfoncez les embouts ① dans les supports préinstallés prévus à cet effet.



7 Insérez l'axe flottant du côté opposé au dérailleur du home trainer.

8 Placez les ressorts coniques ② sur l'axe flottant.



9 Serrez manuellement l'adaptateur ③, en laissant suffisamment d'espace pour le cadre du vélo.

10 Sur votre vélo, passez sur le plus petit pignon de la cassette.

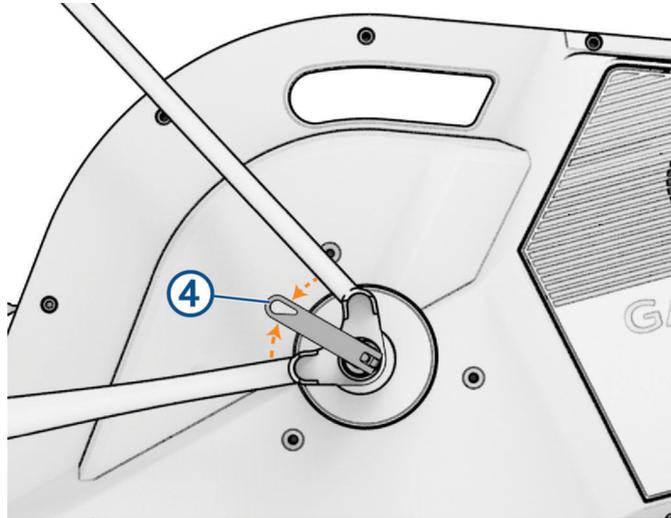
11 Retirez la roue arrière de votre vélo.

REMARQUE : vous devez garder le vélo et toutes les pièces à portée de main.

12 Alignez votre vélo sur le home trainer et placez la chaîne sur le plus petit pignon.

13 Serrez l'adaptateur et fermez le levier à blocage rapide ④.

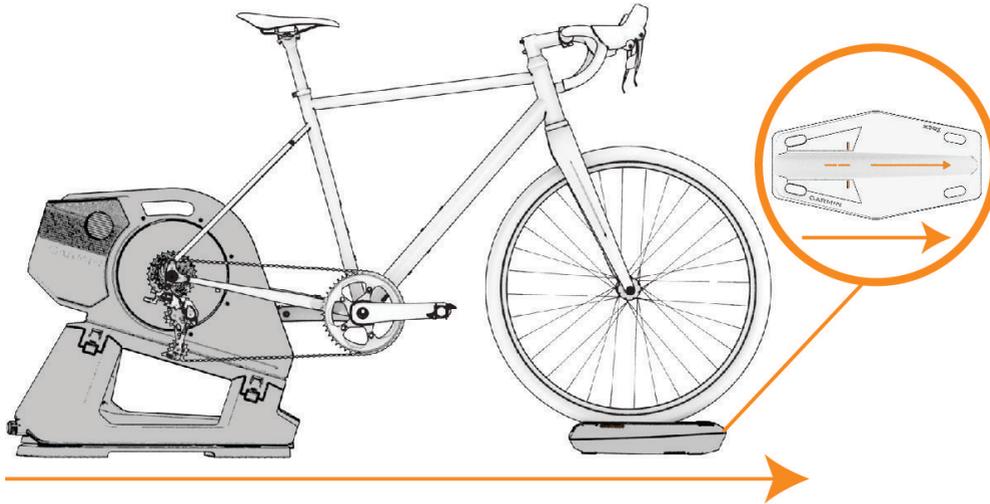
ASTUCE : fermez le levier entre les tiges du cadre pour faciliter la prise en main.



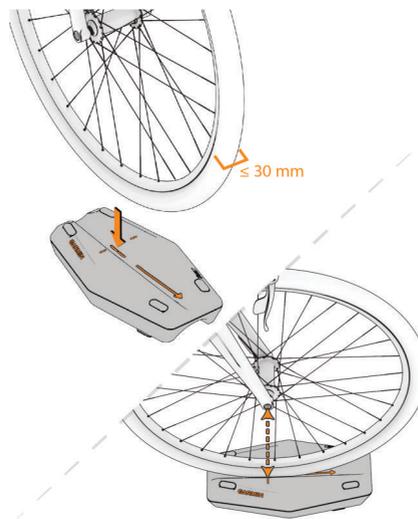
Positionnement du support de roue avant

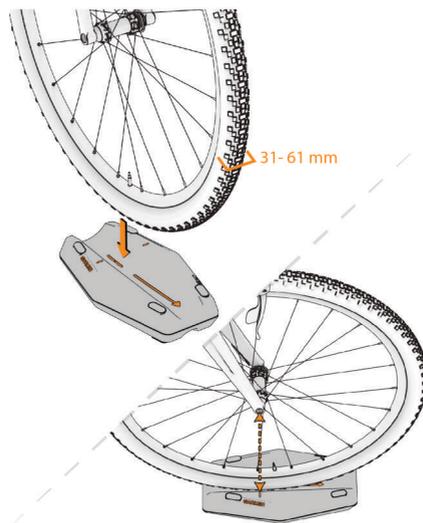
Le support de roue avant se trouve dans la boîte du produit, sous la pièce de mousse inférieure. Avant de pouvoir positionner le support de roue avant, vous devez fixer votre vélo au home trainer.

Les deux côtés du support de roue avant surélèvent la roue avant du vélo afin de donner une position de pédalage naturelle et une stabilité accrue. Le côté étroit du support de roue avant peut soutenir une largeur de pneu maximale de 30 mm (1,18 po). Le côté large du support de roue avant peut soutenir une largeur de pneu allant de 31 à 61 mm (1,2 à 2,4 po).



1 Placez le support de roue avant sous la roue avant.





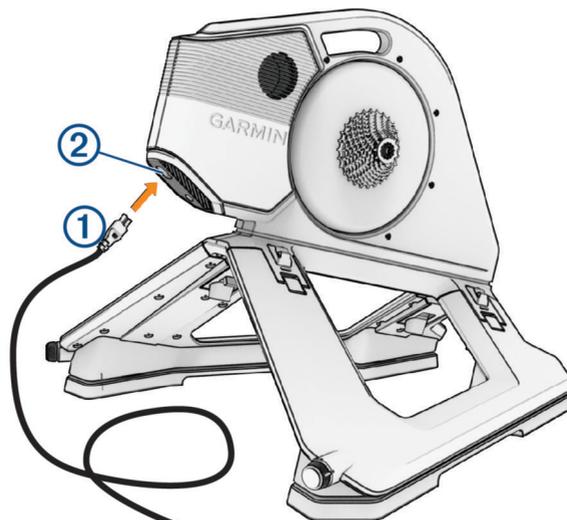
- 2 Asseyez-vous sur le home trainer et pédalez plusieurs fois.
- 3 Si nécessaire, réglez la position du support de roue avant.

Connexion du câble d'alimentation

⚠ ATTENTION

Le câble d'alimentation se trouve dans l'emballage du produit. N'essayez pas d'utiliser un câble d'alimentation ou un adaptateur tiers avec le home trainer Tacx NEO 3M car cela pourrait entraîner des blessures ou endommager le home trainer.

- 1 Branchez le câble d'alimentation ① sur le port d'alimentation ②.



- 2 Branchez le câble d'alimentation à une prise murale standard.
- 3 Faire tourner le pédalier.
Le voyant LED est blanc (*État LED*, page 12).

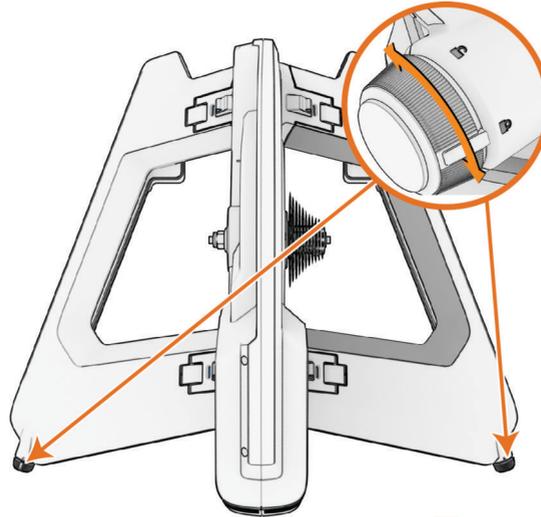
Entraînement

Prêt... Partez !

Votre première activité sur le home trainer Tacx NEO 3M doit être un entraînement manuel et court. Vous devez vous habituer aux motion plates.

- 1 Évitez de sprinter lorsque les motion plates sont activées.

ASTUCE : faites tourner chaque bouton vers  jusqu'à ce qu'il s'enclenche.



- 2 Commencez à pédaler lentement.
Le voyant LED du home trainer est blanc ([État LED, page 12](#)).
- 3 Entraînez-vous à changer de pignon et à pédaler plus vite.

Conseils pour un pédalage naturel

- Évitez de sprinter lorsque les motion plates sont déverrouillées. Vous pouvez sprinter si les motion plates sont verrouillées.
- Si vous avez le mal des transports lorsque vous pédalez, essayez les solutions suivantes :
 - Concentrez-vous sur un point fixe devant votre vélo.
 - Regardez une vidéo d'entraînement pendant que vous pédalez.
 - Buvez beaucoup d'eau avant et pendant votre activité.
 - Arrêtez de pédaler jusqu'à ce que vous vous sentiez mieux, puis réessayez.

Modes d'entraînement

Alimenté et connecté : toutes les fonctions sont disponibles lorsque le home trainer est mis sous tension et connecté à l'application Tacx Training.

Autonome : si aucune application ou aucun compteur de vélo Edge® n'est connecté, le home trainer simule une route plate et utilise les paramètres par défaut de résistance à l'air et à la route, d'utilisateur et de poids du vélo.

Aucune alimentation externe : sans alimentation externe, le home trainer ne prend pas en charge la simulation de descente, l'appui sur les boutons et la communication Ethernet ou Wi-Fi® avec l'adaptateur réseau intelligent Tacx (vendu séparément). Les cyclistes peuvent également ressentir une sensation de pédalage moins optimisée.

Mode Veille

Lorsqu'il n'est pas utilisé, le home trainer Tacx NEO 3M passe en mode veille. Vous pouvez le sortir du mode veille en faisant tourner le pédalier.

Alimentation externe branchée : après 5 minutes d'inactivité, le home trainer passe en mode veille.

Aucune alimentation externe : après 10 secondes d'inactivité, le home trainer passe en mode veille.

Application Tacx Training

Vous pouvez télécharger l'application Tacx Training sur votre téléphone, tablette ou ordinateur compatible.

- Parcourez des itinéraires passionnants sans jamais sortir de chez vous.
- Créez vos propres itinéraires, entraînements et bien plus.
- Gérez votre entraînement, personnalisez les paramètres par défaut et diagnostiquez les problèmes.
- Synchronisez vos données d'entraînement intérieur avec votre compte Garmin Connect™.
- Mettez à jour le logiciel de votre home trainer (*Mise à jour du logiciel du home trainer, page 16*).

Couplage du home trainer avec l'application Tacx Training

La première fois que vous coupez le home trainer avec l'application Tacx Training, vous devez brancher le home trainer à une source d'alimentation externe. Une fois couplés, le home trainer et l'application se connectent automatiquement lorsque vous commencez un parcours.

ASTUCE : pour les connexions Ethernet ou réseau Wi-Fi, vous pouvez acheter une carte réseau accessoire sur buy.garmin.com.

1 Sélectionner une option :

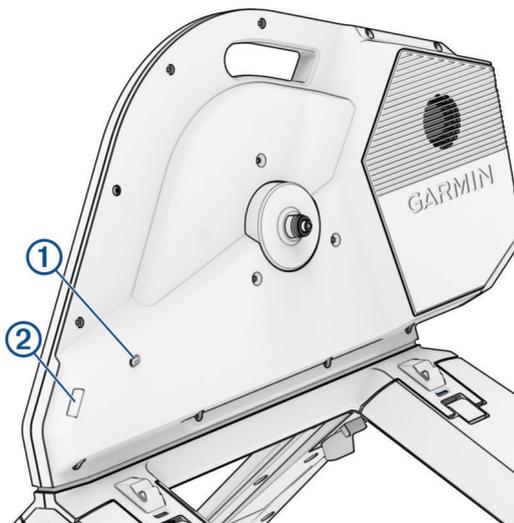
- Scannez le code QR avec l'appareil photo sur votre smartphone et suivez les instructions à l'écran.



- Pour ajouter le home trainer Tacx NEO 3M à votre compte existant, ouvrez l'application Tacx Training, puis sélectionnez **Paramètres > Gestio. périph..**

2 Sur le home trainer, appuyez sur le bouton de couplage ①.

Le voyant LED ② clignote en bleu.



3 Dans l'application Tacx Training, suivez les instructions à l'écran.

Dans l'application Tacx Training, l'icône du home trainer connecté est verte.

4 Sélectionnez un entraînement ou un parcours.

5 Commencez à pédaler.

Le voyant LED du home trainer passe du blanc au bleu lorsque le home trainer est contrôlé par l'application (*État LED, page 12*).

État LED

Le voyant LED change en fonction de l'état du home trainer et du type de connexion.

Activité LED	État
Blanc	Le home trainer est actif et fonctionne correctement.
Bleu	Le home trainer est contrôlé par votre appareil Bluetooth®.
Bleu - clignotement	Le home trainer est en mode couplage.
Vert	Le home trainer est contrôlé par votre appareil ANT+®.
Jaune	Le home trainer est contrôlé par l'adaptateur réseau intelligent Tacx (vendu séparément).
Cyan - clignotement	Le logiciel du home trainer est en cours de mise à jour.
Rouge - clignotement	Indique une erreur critique du home trainer. Vous pouvez consulter l'application Tacx Training pour plus d'informations.

Le voyant LED au sol change de couleur pendant l'entraînement.

Activité du voyant LED au sol	État
Bleu	Indique une puissance basse.
Violet	Indique une puissance moyenne.
Rouge	Indique une puissance élevée.

Personnalisation des paramètres du home trainer depuis l'application

Pour pouvoir modifier les paramètres du home trainer, vous devez le coupler avec l'application Tacx Training ([Couplage du home trainer avec l'application Tacx Training, page 11](#)).

- 1 Ouvrez l'application Tacx Training.
- 2 Sélectionnez **Paramètres > Gestio. périph.**
- 3 Sélectionnez votre home trainer.
- 4 Sélectionnez **Param home trainer > Param. par défaut** pour définir le poids du corps ou le poids du vélo par défaut.
Cette option est utile dans le cas d'une application tierce qui ne fournit pas de données de poids.
- 5 Si nécessaire, sélectionnez **Paramètres > Paramètres d'entraînement** pour mettre à jour votre poids et personnaliser vos préférences d'entraînement.

Informations sur l'appareil

Caractéristiques

Alimentation	Utilisez le câble d'alimentation inclus. De 100 à 240 V, 50/60 Hz
Plage de températures de fonctionnement	De -10 à 40 °C (de 14 à 104 °F)
Plage de températures de stockage	De -20 à 60 °C (de -4 à 140 °F) AVIS Si le home trainer est stocké ou expédié en dessous de cette plage de températures, laissez-le revenir à la plage de températures de fonctionnement et attendez 12 heures avant de l'utiliser. Des changements de température extrêmes peuvent créer de la condensation à l'intérieur du home trainer et entraîner des dommages matériels.
Fréquence sans fil et puissance de transmission	2,4 GHz à 6 dBm maximum
Poids maximum du cycliste	125 kg (275 lb)

Compatibilité des cassettes

La cassette installée par défaut est un système à 11 vitesses compatible avec les systèmes Shimano et SRAM. Le kit d'installation  contient l'outil bleu et les entretoises facultatives (*Kit d'installation, page 2*).

Système de cassette compatible	Corps de cassette	Entretoises en option
Shimano ou SRAM à 8, 9 ou 10 vitesses	Fourni	40 mm x 1 mm
Shimano à 12 vitesses	Fourni	24 mm x 1 mm, 24 mm x 0,5 mm
SRAM à 12 vitesses	Non fourni ¹ Pour acheter le Tacx SRAM XD-R, rendez-vous sur le site buy.garmin.com .	24 mm x 1 mm, 24 mm x 0,5 mm
VTT à 12 vitesses	Non fourni ¹ Pour acheter le Tacx Micro Spline, rendez-vous sur le site buy.garmin.com .	24 mm x 1 mm, 24 mm x 0,5 mm
Autre	Non fourni ¹ Rendez-vous sur le site buy.garmin.com .	Pour en savoir plus, consultez les instructions du fabricant fournies avec votre cassette.

¹ L'outil bleu est nécessaire pour le montage.

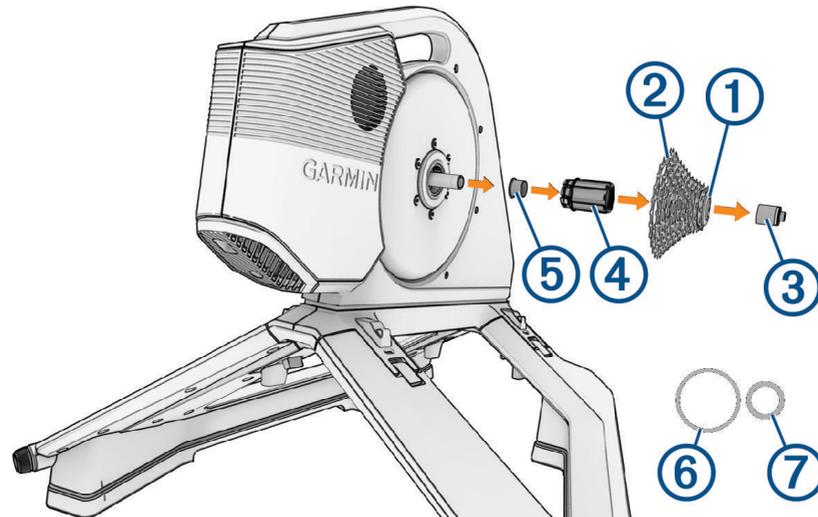
Remplacement de la cassette

Avant de remplacer la cassette, vous devez vous procurer un démonte cassette et une pince à cassette ou un fouet à chaîne. Vous devez conserver toutes les pièces du home trainer et tous les éléments du kit d'installation au même endroit (*Kit d'installation, page 2*).

AVIS

Vous devez connaître les outils pour vélo et savoir entretenir les cassettes, faute de quoi vous risquez d'endommager le home trainer. Si vous n'avez jamais retiré ou installé une cassette de vélo auparavant, Garmin® vous recommande de confier le home trainer à un mécanicien vélo expérimenté.

ASTUCE : si vous possédez plusieurs vélos avec différents systèmes de cassettes, il est plus simple de laisser la cassette sur le corps de cassette et de les remplacer en même temps. Vous pouvez vous référer à ce graphique, en gardant à l'esprit que chaque type de cassette a des exigences uniques.



- 1 Ouvrez le kit d'installation .
- 2 Si vous disposez d'une cassette compatible avec le corps de cassette fourni, procédez comme suit :
 - 2.1 Utilisez la pince à cassette ou le fouet à chaîne pour maintenir la cassette ② en place.
 - 2.2 Utilisez un démonte cassette pour tourner la bague ① dans le sens inverse des aiguilles d'une montre. Vous devez y mettre de la force et un effet de levier.
 - 2.3 Retirez la cassette en laissant le corps de cassette ④ en place.
 - 2.4 Passez à l'étape 4.
- 3 Si vous disposez d'une cassette qui nécessite un autre corps de cassette, procédez comme suit :
 - 3.1 Utilisez la pince à cassette ou le fouet à chaîne pour maintenir la cassette ② en place.
 - 3.2 Utilisez un démonte cassette pour tourner la bague ① dans le sens inverse des aiguilles d'une montre. Vous devez y mettre de la force et un effet de levier.
 - 3.3 Utilisez l'outil bleu  pour retirer le contre-écrou ③.
 - 3.4 Retirez la cassette, la bague et le corps de cassette ④. Vous pouvez conserver toutes ces pièces ensemble au cas où vous décideriez de passer à un système à 11 vitesses.
 - 3.5 Installez le nouveau corps de cassette et le contre-écrou.
 - 3.6 Passez à l'étape 4.
- 4 Placez la cassette sur le corps de cassette et fixez la bague. Certaines cassettes à 9 ou 10 vitesses peuvent nécessiter une entretoise supplémentaire ⑥ entre la cassette et la bague. Pour en savoir plus, consultez les instructions du fabricant.
- 5 Avant de serrer la bague, vérifiez le dégagement. Certaines cassettes à 12 vitesses peuvent nécessiter une entretoise supplémentaire ⑦ entre le home trainer et la cassette.

6 Si le dérailleur du vélo entre en contact avec le home trainer sur le plus grand pignon de la cassette, procédez comme suit :

6.1 Utilisez l'outil bleu  pour retirer le contre-écrou ③.

6.2 Retirez le corps de cassette avec la cassette fixée.

6.3 Retirez l'entretoise noire ⑤.

6.4 Ajoutez une ou deux entretoises.

6.5 Installez l'entretoise noire, le corps de cassette avec la cassette et le contre-écrou.

6.6 Serrez le contre-écrou.

Vous pouvez serrer le contre-écrou à la main à l'aide de l'outil bleu . Lorsque vous utilisez une clé dynamométrique, Garmin recommande un couple de serrage maximal de 6 N-m (4,4 lbf-pi) pour le contre-écrou.

7 Serrez la bague.

Garmin recommande un couple de serrage de 40 N-m (29,5 lbf-pi) pour la cassette Tacx NEO 3M. Pour toute autre cassette, consultez les instructions du fabricant.

Entretien et stockage de l'appareil

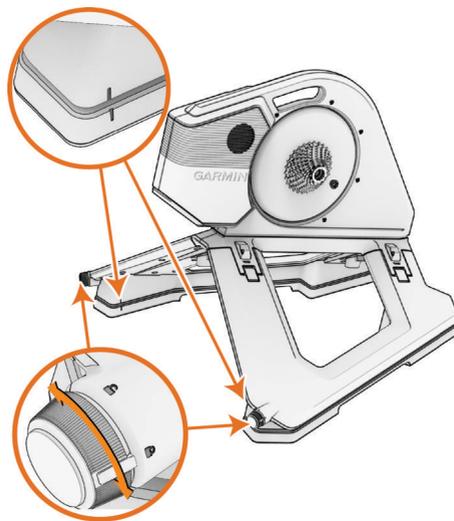
AVERTISSEMENT

Consultez le guide *Informations importantes sur le produit et la sécurité* inclus dans l'emballage du produit pour prendre connaissance des avertissements et autres informations importantes sur le produit.

- Débranchez le home trainer lorsqu'il n'est pas utilisé.
- Vérifiez l'alignement et verrouillez les motion plates lorsque le home trainer n'est pas utilisé.
- Essuyez le home trainer après chaque utilisation.
- Nettoyez le home trainer avant de le ranger.

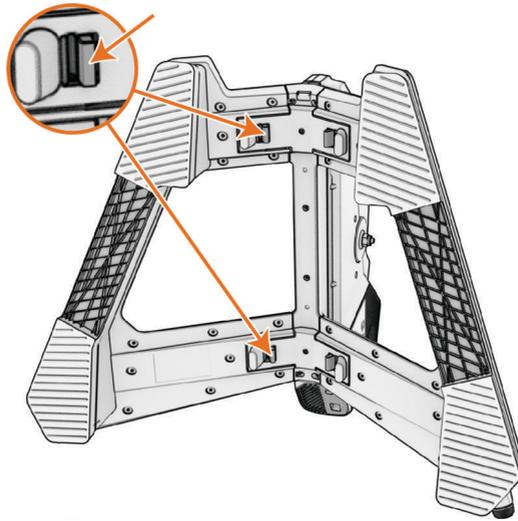
Pliage et rangement du home trainer

1 Vérifiez l'alignement et verrouillez les motion plates.

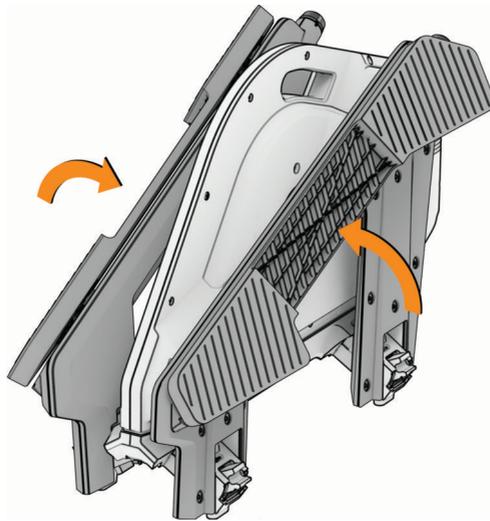


2 Tirez le home trainer en arrière.

3 Déverrouillez les deux côtés du home trainer.



4 Repliez les deux côtés jusqu'à ce qu'ils s'enclenchent.



Dépannage

Mise à jour du logiciel du home trainer

Avant de pouvoir mettre à jour le logiciel du home trainer, vous devez coupler votre home trainer à la dernière version de l'application Tacx Training (*Couplage du home trainer avec l'application Tacx Training, page 11*).

1 Branchez le câble d'alimentation sur une prise murale (*Connexion du câble d'alimentation, page 9*).

2 Ouvrez l'application Tacx Training sur votre smartphone ou votre tablette.

ASTUCE : vérifiez le niveau de charge de la batterie de votre smartphone ou de votre tablette.

3 Sélectionnez **Paramètres > Gestio. périph..**

4 Sélectionnez votre home trainer.

5 Sélectionnez **M-à-j microprogramme > Mettre à jour**.

Le voyant LED du home trainer clignote en cyan pendant la mise à jour du logiciel.

6 Patientez jusqu'à la fin de la mise à jour du logiciel.

ASTUCE : ne débranchez pas le home trainer et ne quittez pas l'application pendant la mise à jour du logiciel. Ce processus peut prendre quelques minutes.

L'application Tacx Training ne se connecte pas à mon home trainer

Si l'application Tacx Training ne se connecte pas à votre home trainer, vous pouvez essayer ces astuces.

- Éteignez votre smartphone, puis rallumez-le.
- Désactivez la technologie Bluetooth sur votre smartphone, puis réactivez-la.
- Débranchez le câble d'alimentation du home trainer et rebranchez-le.
- Assurez-vous que le home trainer n'est pas connecté à un autre appareil ou une autre application.
- Installez la dernière version de l'application Tacx Training.
- Si vous avez acheté un nouveau smartphone, supprimez votre home trainer de l'application Tacx Training sur votre ancien smartphone.

Le home trainer ne répond pas

Si le home trainer ne répond plus, essayez d'appliquer les conseils suivants.

- Maintenez le bouton de couplage enfoncé pendant 5 secondes pour éteindre le home trainer et le déconnecter de tous les appareils couplés.
- Maintenez le bouton de couplage enfoncé pendant 10 secondes pour restaurer les réglages d'usine de l'appareil.

Vous devrez coupler à nouveau le home trainer avec l'application Tacx Training ([Couplage du home trainer avec l'application Tacx Training, page 11](#)).

Couplage du home trainer avec un compteur de vélo Edge

Vous pouvez coupler le home trainer Tacx NEO 3M avec un compteur de vélo Edge compatible, tel que le Edge 1040, à l'aide de la technologie ANT+. Le home trainer peut être couplé en tant que home trainer connecté pour les entraînements et les parcours, ou en tant que capteur de puissance pour enregistrer uniquement les données de puissance et de cadence.

Pour en savoir plus sur la compatibilité ou l'achat d'un appareil spécifique, ou pour consulter le manuel d'utilisation de votre appareil, rendez-vous sur www.buy.garmin.com.

- 1 Placez le compteur de vélo Edge à moins de 3 m (10 pi) du home trainer.

REMARQUE : tenez-vous à au moins 10 m (33 pieds) de tout autre capteur sans fil pendant le couplage.

- 2 Sur le compteur de vélo Edge, sélectionnez  > **Capteurs** > **Ajouter capteur**.

REMARQUE : le compteur de vélo Edge recherche les capteurs ANT+ à proximité.

- 3 Patientez pendant que l'appareil recherche votre home trainer.

- 4 Sur le compteur de vélo Edge, un message s'affiche.

- 5 Suivez les instructions présentées à l'écran.

Une fois le home trainer couplé avec votre appareil, il s'affiche en tant que capteur connecté. Les données du capteur apparaissent dans la boucle des écrans de données ou dans un champ de données personnalisé. Vous pouvez personnaliser les champs de données facultatifs.

Couplage du home trainer avec une montre Garmin

Vous pouvez coupler le home trainer Tacx NEO 3M avec une montre compatible, telle que la Forerunner® 965, à l'aide de la technologie ANT+.

Pour en savoir plus sur la compatibilité ou l'achat d'un appareil spécifique, ou pour consulter le manuel d'utilisation de votre montre, rendez-vous sur www.buy.garmin.com.

1 Placez la montre Forerunner à moins de 3 m (10 pi) du home trainer.

REMARQUE : tenez-vous à au moins 10 m (33 pieds) de tout autre capteur sans fil pendant le couplage.

2 Sur votre montre, maintenez le bouton  enfoncé.

3 Sélectionnez **Capteurs et accessoires > Ajouter nouv. > Recherche de tous les capteurs.**

ASTUCE : lorsque vous démarrez une activité avec l'option Détection automatique activée, la montre recherche automatiquement les capteurs à proximité et vous demande si vous souhaitez les coupler.

Une fois le home trainer couplé avec votre montre, l'état du capteur passe de Recherche à Connecté. Les données du home trainer apparaissent dans la boucle des écrans de données ou dans un champ de données personnalisé. Vous pouvez personnaliser les champs de données facultatifs.

