

TACX® NEO 3M

Manual Pemilik

© 2023 Garmin Ltd. atau subsidiarinya

Hak cipta terpelihara. Di bawah undang-undang hak cipta, manual ini tidak boleh disalin, sebahagian atau keseluruhannya, tanpa kebenaran bertulis daripada Garmin. Garmin mempunyai hak untuk mengubah atau memperbaiki produknya dan membuat perubahan kandungan manual ini tanpa kewajipan untuk memberitahu mana-mana orang atau organisasi mengenai perubahan atau perbaikan tersebut. Pergi ke www.garmin.com bagi kemas kini semasa dan maklumat tambahan mengenai penggunaan produk ini.

Garmin®, logo Garmin, Edge®, Forerunner® dan Tacx® ialah tanda dagangan Garmin Ltd. atau anak syarikatnya, yang didaftarkan di Amerika Syarikat dan negara-negara lain. Garmin Connect™ ialah tanda dagangan Garmin Ltd. atau anak syarikatnya. Tanda dagangan ini tidak boleh digunakan tanpa keizinan nyata daripada Garmin.

Tanda dan logo perkataan BLUETOOTH® dimiliki oleh Bluetooth SIG Inc. dan sebarang penggunaan tanda tersebut oleh Garmin adalah di bawah lesen. Shimano® ialah tanda dagangan berdaftar Shimano, Inc. SRAM® ialah tanda dagangan berdaftar SRAM LLC. Wi-Fi® ialah tanda dagangan berdaftar Wi-Fi Alliance Corporation. Tanda dagangan dan nama dagangan yang lain adalah milik pemilik masing-masing.

Produk ini telah disahkan ANT+®. Lawati www.thisisant.com/directory untuk senarai produk dan aplikasi yang serasi.

M/N: A0S4355

Kandungan

Mari Bermula.....	1
Kit Pemasangan.....	2
Arahan Pemasangan Tacx NEO	
3M.....	2
Membuka Lipatan Alat Latih.....	3
Memasangkan Basikal Gandar Tembus	
Anda.....	4
Memasang Basikal Gandar Lepas	
Pantas Anda.....	5
Menetapkan Kedudukan Sokongan Roda	
Depan.....	8
Menyambungkan Kabel Kuasa.....	9
Menyambungkan Penyesuai Rangkaian	
Pintar Tacx Pilihan.....	10
Latihan.....	10
Penunggangan.....	11
Tacx Training.....	12
Maklumat Peranti.....	14
Spesifikasi.....	14
Keserasian Kaset.....	14
Penjagaan dan Penyimpanan	
Peranti.....	16
Pencarisilapan.....	17
Mengemas Kini Perisian Alat Latih.....	17
Apl Tacx Training tidak dapat	
disambungkan kepada alat latih	
saya.....	18
Alat latih tidak memberikan respons...	18
Bolehkah saya perpasangkan sensor	
ANT+ atau Bluetooth menggunakan	
sambungan terbuka?.....	18
Menjadikan Alat Latih Anda	
Berpasangan dengan Komputer Basikal	
Edge.....	19
Menjadikan Alat Latih Berpasangan	
dengan Jam Tangan Garmin.....	19

Mari Bermula

⚠ AMARAN

Lihat panduan *Maklumat Penting Keselamatan dan Produk* di dalam kotak produk untuk membaca amaran produk dan maklumat penting yang lain.

NOTIS

Jangan gunakan alat latih Tacx NEO 3M dengan aksesori gerakan lain seperti plat jumpelang kerana ini boleh merosakkan alat latih.

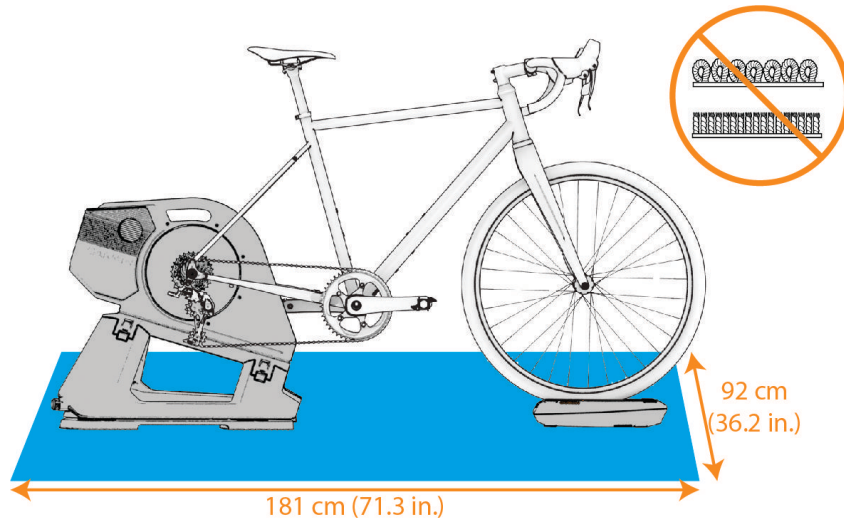
Badan kaset dan kaset Tacx NEO 3M serasi dengan Shimano® dan sistem 11 kelajuan SRAM®. Jika anda mempunyai gaya kaset lain, anda mesti menukar kaset (*Menggantikan Kaset, halaman 15*).

- Baca arahan sebelum anda memasang alat latih dan memasang basikal anda.
- Imbas kod QR dengan kamera pada telefon anda dan ikuti arahan apl Tacx Training.



PETUA: Apl Tacx Training termasuk persediaan, video, dan kemas kini perisian alat latih (*Memasangkan Alat Latih dengan Apl Tacx Training, halaman 12*).

- Untuk hasil terbaik, gunakan alat latih Tacx NEO 3M dengan tikar keras atau permaidani berpail rendah. Elakkan permaidani yang lembut dan berpail tinggi. Anda boleh menggunakan tikar latihan bersaiz 181 x 92 cm (71.3 x 36.2 inci) atau lebih besar.



Aksesori opsyenal boleh didapati di buy.garmin.com atau daripada wakil penjual Tacx anda.

Kit Pemasangan

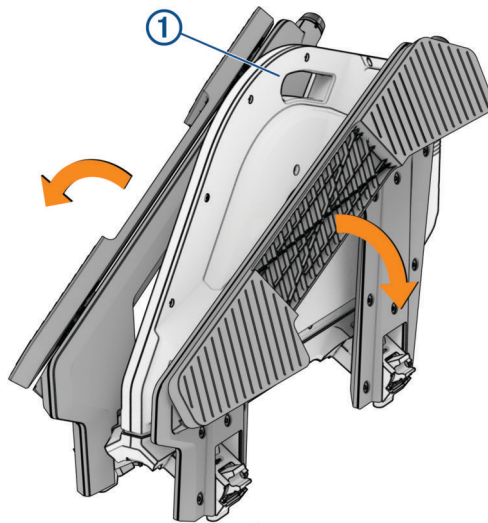
Kit pemasangan  mengandungi gandar lepas pantas, sokongan tukup hujung yang serasi dan tukup hujung, peruang, dan alat biru.

Gandar	Sokongan Tukup Hujung Sisi Bukan Dipacu	Tukup Hujung (2)
Tembus 142 mm	Perkakasan yang diprapasang	Thru-Axle 12mm
Tembus 148 mm	NDS/148 Thru Pemasangan memerlukan alat berwarna biru.	Thru-Axle 12mm
Lepas pantas 135 mm Biasa untuk kebanyakan basikal jalan raya dengan brek cakera.	Perkakasan yang diprapasang	QR
Lepas pantas 130 mm Biasa untuk kebanyakan basikal jalan raya dengan brek rim.	NDS/130 QR Pemasangan memerlukan alat berwarna biru.	QR

Arahan Pemasangan Tacx NEO 3M

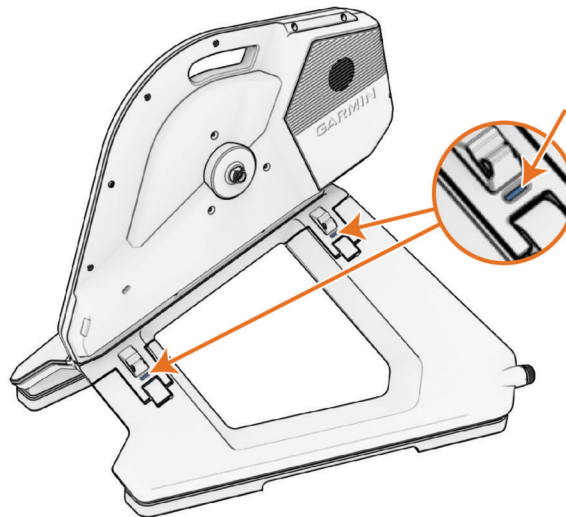
Membuka Lipatan Alat Latih

- 1 Buka lipatan sisi alat latihan, dan angkat pada pemegang ①.



PETUA: Alat latihan adalah berat. Anda boleh membuka lipatan pada satu sisi dan menguncinya, kemudian mengulangi untuk sisi yang satu lagi.

- 2 Pastikan kedua-dua sisi alat latihan dikunci pada tempatnya.
Semua tetingkap penunjuk mestilah berwarna biru dan kedua-dua sisi mesti dikunci dengan betul.

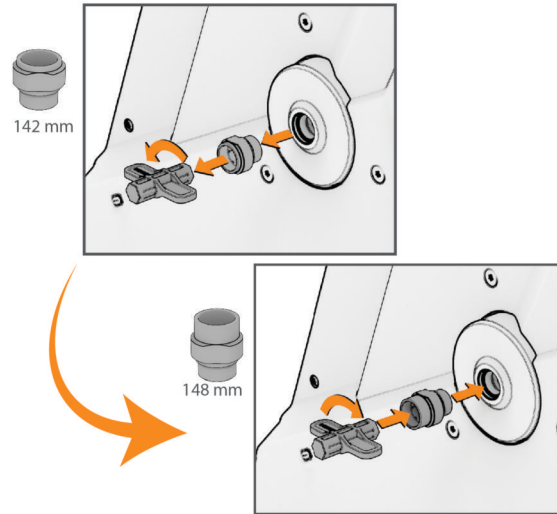


- 3 Letakkan alat latihan pada permukaan yang keras dan rata.

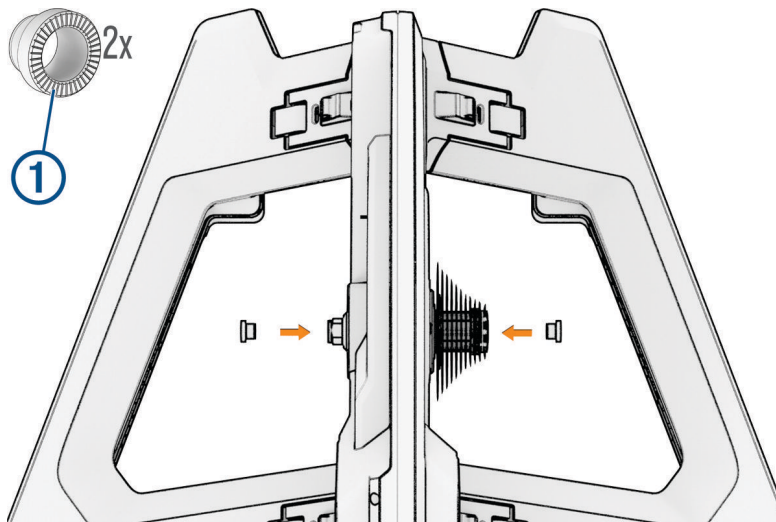
Memasangkan Basikal Gandar Tembus Anda

Alat latih tersebut serasi dengan basikal yang menggunakan gandar tembus 142 mm atau 148 mm.

- 1 Pilih pilihan:
 - Jika anda mempunyai gandar tembus 148 mm, pergi ke langkah 2.
 - Jika anda mempunyai gandar tembus 142 mm, pergi ke langkah 5.
- 2 Buka kit pemasangan  dan pilih sokongan tukup hujung **NDS/148 Thru** dan alat biru.
- 3 Gunakan alat biru untuk menanggalkan sokongan tukup hujung yang sedia ada pada bahagian bukan pemandu.

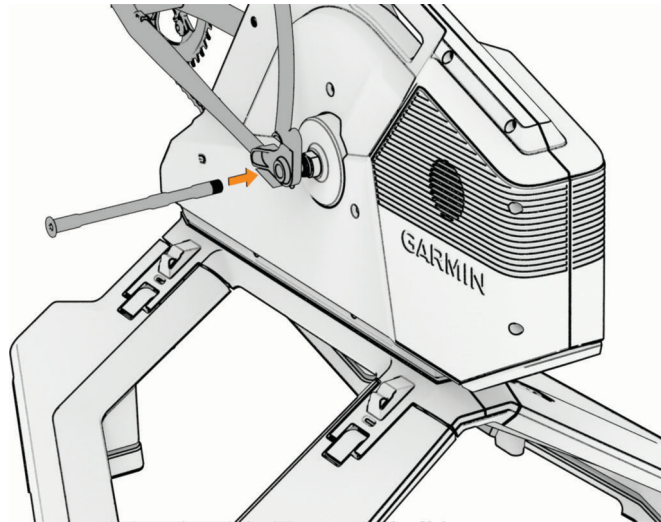


- 4 Gunakan alat biru untuk memasang sokongan tukup hujung **NDS/148 Thru**.
- 5 Buka kit pemasangan  dan pilih tukup hujung **Thru-Axle 12mm**.
- 6 Lepak tukup hujung ① ke dalam sokongan tukup hujung.



- 7 Pada basikal anda, anjakkan kepada gear kaset yang paling kecil.
- 8 Tanggalkan roda belakang dari basikal anda.
NOTA: Anda seharusnya memastikan basikal dan semua bahagian dapat dicapai.
- 9 Letakkan basikal anda di atas alat latih, pastikan rantai berada pada gegancu paling kecil pada kaset alat latih.

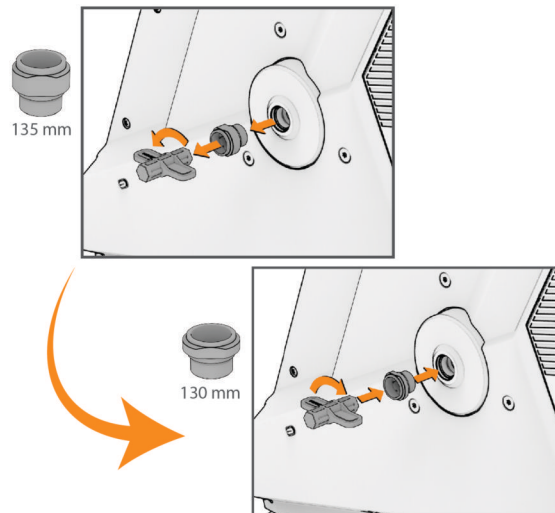
10 Masukkan gandar dan ketatkan dengan tangan.



11 Ketatkan gandar sehingga mencapai spesifikasi kilas yang dinyatakan pada gandar atau dalam arahan basikal anda.

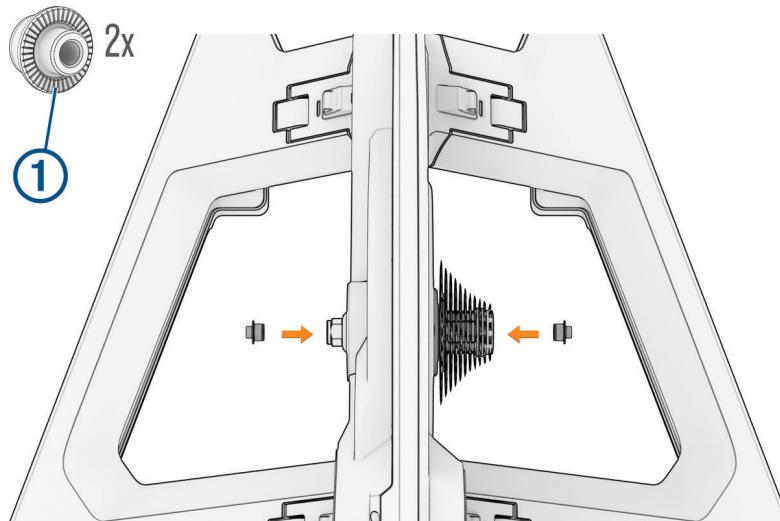
Memasang Basikal Gandar Lepas Pantas Anda

- 1 Pilih pilihan:
 - Jika anda mempunyai gandar lepas pantas 130 mm, pergi ke langkah 2.
 - Jika anda mempunyai gandar lepas pantas 135 mm, pergi ke langkah 5.
- 2 Buka kit pemasangan , dan pilih sokongan tukup hujung **NDS/130 QR** dan alat biru.
- 3 Gunakan alat biru untuk menyingkirkan sokongan tukup hujung yang sedia ada pada bahagian bukan pemandu.



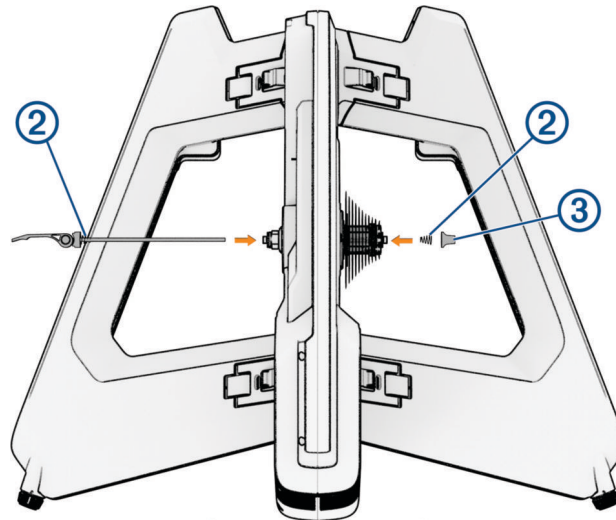
- 4 Gunakan alat biru untuk memasang sokongan tukup hujung **NDS/130 QR**.
- 5 Buka kit pemasangan , dan pilih tukup hujung **QR**.

- 6 Lepak tukup hujung ① ke dalam sokongan tukup hujung.



- 7 Masukkan pencucuk dari sisi alat latihan yang bukan dipacu.

- 8 Letakkan spring kon ② pada pencucuk.



- 9 Ketatkan tukup dengan tangan ③, tinggalkan ruang yang mencukupi untuk bingkai basikal.

- 10 Pada basikal anda, anjakkan kepada gear kaset yang paling kecil.

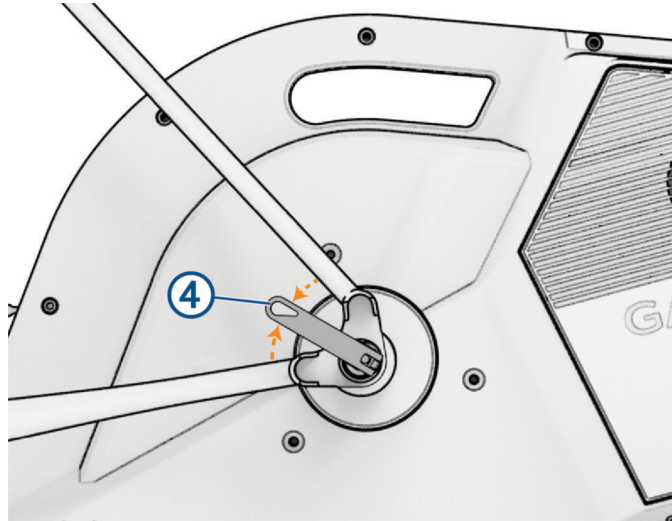
- 11 Tanggalkan roda belakang dari basikal anda.

NOTA: Anda seharusnya memastikan basikal dan semua bahagian dapat dicapai.

12 Jajarkan basikal anda di atas alat latih, dan letakkan rantai pada gegancu paling kecil pada kaset alat latih.

13 Ketatkan tukup dan tutup pemegang lepas pantas ④.

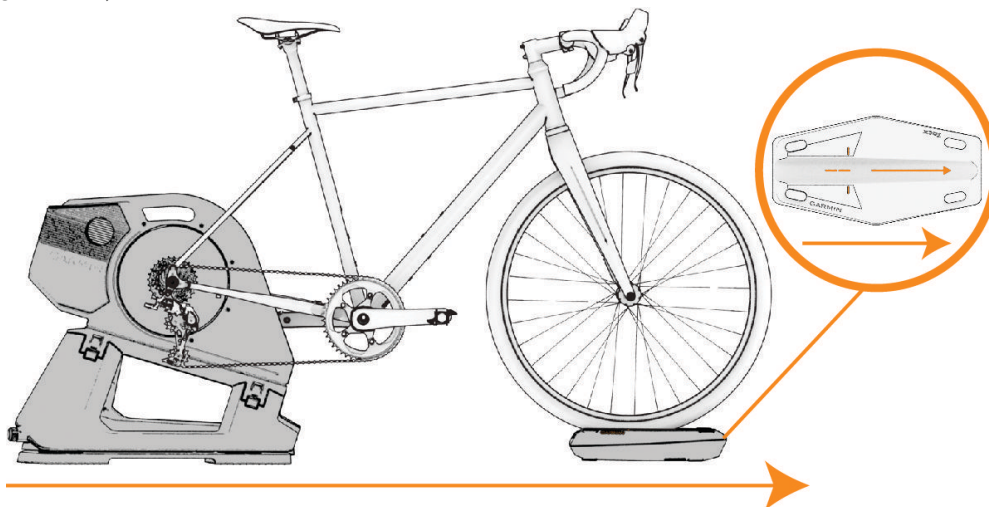
PETUA: Tutup pemegang antara bar bingkai agar lebih mudah dipegang.



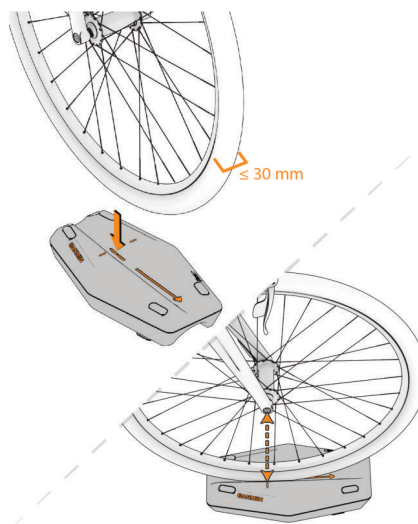
Menetapkan Kedudukan Sokongan Roda Depan

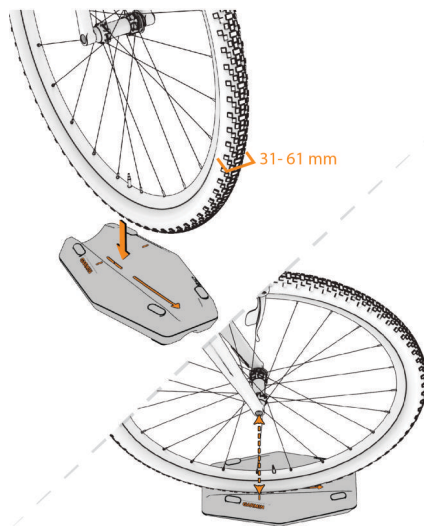
Sokongan roda depan terdapat di dalam kotak produk, di bawah kepingan busa bawah. Sebelum anda boleh menetapkan kedudukan sokongan roda depan, anda mestilah memasang basikal anda pada alat latih.

Sokongan roda depan dua sisi akan mengangkat roda depan basikal untuk mencapai kedudukan berbasikal yang semula jadi dan kestabilan yang bertambah. Sisi sempit sokongan roda boleh menampung lebar tayar maksimum 30 mm (1.18 in.). Sisi lebar sokongan roda depan boleh menampung lebar tayar dari 31 hingga 61 mm (1.2 hingga 2.4 in.).



- 1 Letakkan sokongan roda depan di bawah roda depan anda.





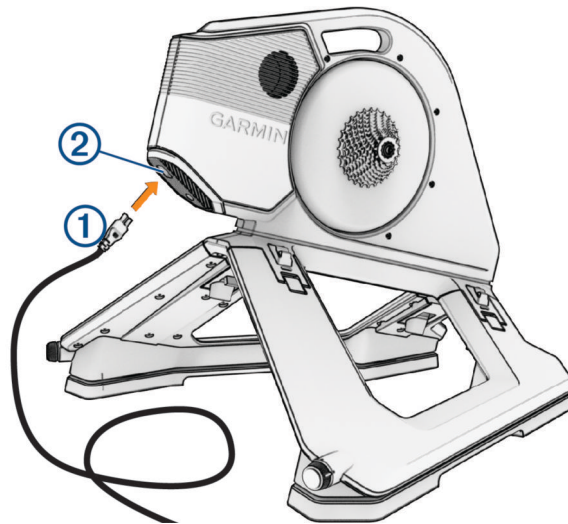
- 2 Duduk di atas alat latih dan kayuh beberapa kali.
- 3 Jika perlu, laraskan peletakan sokongan roda depan.

Menyambungkan Kabel Kuasa

⚠ AWAS

Kabel kuasa ada di dalam kotak produk. Jangan cuba menggunakan kabel kuasa atau penyesuai pihak ketiga bersama alat latih Tacx NEO 3M kerana ini boleh mengakibatkan kecederaan diri atau kerosakan pada alat latih.

- 1 Pasang palam kabel kuasa ① ke dalam port ②.



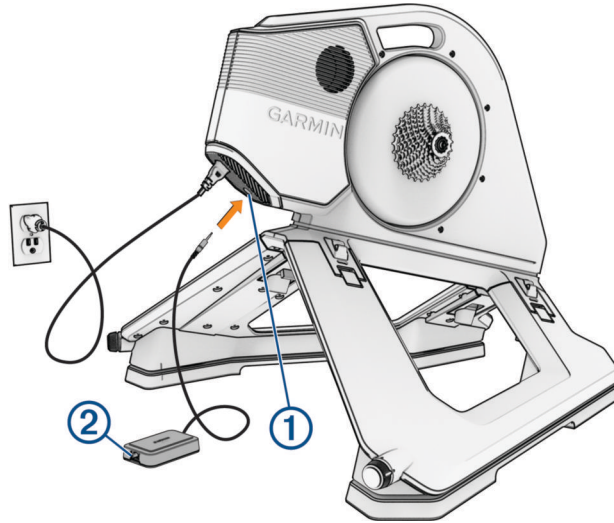
- 2 Pasang palam kabel kuasa pada soket dinding standard.
- 3 Putar engkol.
LED berwarna putih (*Status LED*, halaman 13).

Menyambungkan Penyesuai Rangkaian Pintar Tacx Pilihan

NOTIS

Penyesuai ini dijual berasingan. Penyesuai mesti digunakan dengan alat latih Tacx yang serasi. Garmin® tidak bertanggungjawab atas kerosakan yang disebabkan oleh penyambungan penyesuai kepada peranti yang tidak serasi.

- 1 Sambungkan alat latih anda kepada sumber kuasa luaran.
- 2 Sambungkan penyesuai kepada port ① pada alat latih anda.



LED berkelip putih (*Status LED*, halaman 13).

- 3 Pilih pilihan:
 - Sambungkan kepada rangkaian Wi-Fi® menggunakan apl Tacx Training yang berpasangan dengan alat latih anda. Peranti anda dengan apl Tacx Training mestilah menggunakan rangkaian Wi-Fi yang sama.
 - Sambungkan kabel Ethernet ② terus kepada komputer dengan apl Tacx Training.
 - Sambungkan kabel Ethernet kepada penghala wayarles atau rangkaian rumah anda. Peranti anda dengan apl Tacx Training mestilah menggunakan penghala atau rangkaian yang sama.

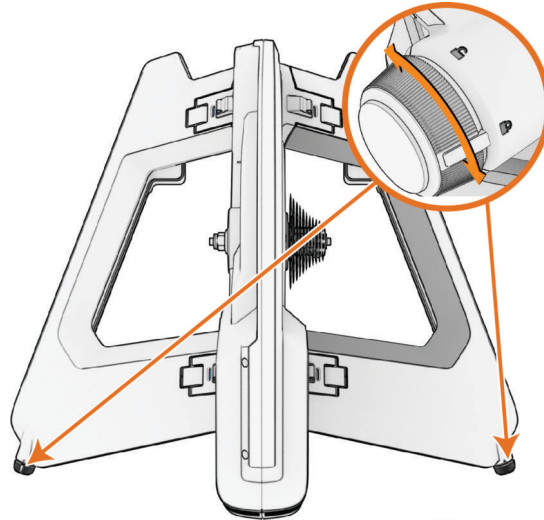
Latihan

Penunggang

Tunggang pertama anda pada alat latih Tacx NEO 3M haruslah tunggangan latihan yang manual dan singkat. Anda harus rasa selesai dengan plat gerakan.

- 1 Buka kunci plat gerakan.

PETUA: Anda mesti memutar setiap tombol ke arah simbol , sehingga berbunyi klik.



- 2 Mula mengayuh perlahan-lahan.
LED alat latih berwarna putih ([Status LED, halaman 13](#)).
- 3 Berlatih menukar gear dan meningkatkan kelajuan anda.

Petua untuk Menunggang secara Semula Jadi

- Elakkan memcut apabila plat gerakan diaktifkan. Anda boleh memcut jika plat gerakan dikunci.
- Jika anda berasa mabuk semasa menunggang, cuba opsyen berikut:
 - Tumpukan pandangan anda pada satu titik di hadapan basikal anda.
 - Tonton video latihan sambil menunggang.
 - Minum banyak air sebelum dan semasa anda menunggang.
 - Berhenti menunggang sehingga anda berasa lebih baik, dan cuba lagi.

Mod Latihan

Dikuasakan dan Disambungkan: Semua ciri tersedia apabila alat latih dipalam masuk kepada kuasa luaran dan disambungkan dengan apl Tacx Training.

Kendiri: Jika tiada apl atau Edge® komputer basikal disambungkan, alat latih akan mensimulasikan jalan raya yang rata dan menggunakan tetapan lalai untuk rintangan udara dan jalan serta untuk berat pengguna dan basikal.

Tiada Kuasa Luaran: Tanpa kuasa luaran, alat latih tidak menyokong pacuan turun bukit, butang ditekan, atau Ethernet atau komunikasi Wi-Fi dengan Penyesuai Rangkaian Pintar Tacx (dijual berasingan). Penunggang juga mungkin mengalami rasa tunggangan yang kurang optimum.

Mod Tunggu Sedia

Apabila tidak digunakan, alat latih Tacx NEO 3M akan memasuki mod tunggu sedia. Anda boleh membangunkan alat latih dengan memutar engkol.

Kuasa Luaran Disambungkan: Selepas 5 minit tanpa aktiviti, alat latih akan memasuki mod tunggu sedia.

Tiada Kuasa Luaran: Selepas 10 saat tanpa aktiviti, alat latih akan memasuki mod tunggu sedia.

Tacx Training

Anda boleh memuat turun Tacx Training aplikasi Tacx Training kepada telefon, tablet atau komputer anda yang serasi.

- Tunggang melalui laluan yang menarik tanpa meninggalkan rumah anda.
- Cipta penunggang, latihan anda sendiri dan banyak lagi.
- Urus latihan anda, sesuaikan tetapan lalai dan buat diagnosis isu.
- Segerakkan data latihan dalam bangunan anda dengan akaun Garmin Connect™.
- Kemas kini perisian alat latih anda (*Mengemas Kini Perisian Alat Latih*, halaman 17).

Memasangkan Alat Latih dengan Apl Tacx Training

Pada kali pertama anda menjadikan alat latih berpasangan dengan apl Tacx Training, anda hendaklah menyambungkan alat latih kepada sumber kuasa luaran. Selepas berpasangan, alat latih dan apl bersambung secara automatik apabila anda memulakan tunggangan.

PETUA: Untuk sambungan Ethernet atau rangkaian Wi-Fi, anda boleh membeli aksesori penyesuai rangkaian di buy.garmin.com.

1 Pilih pilihan:

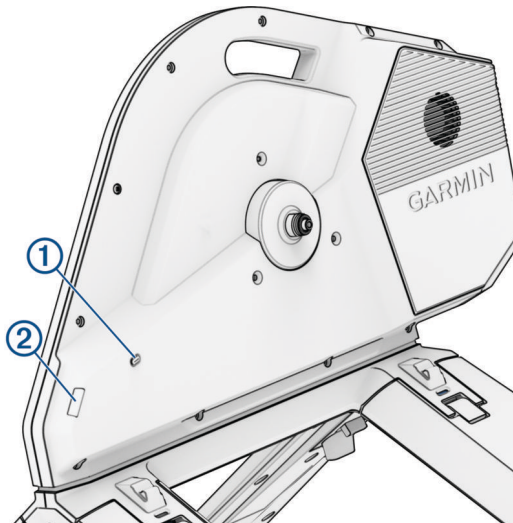
- Imbas kod QR dengan kamera pada telefon anda, dan ikuti arahan pada skrin.



- Untuk menambahkan alat latih Tacx NEO 3M pada akaun sedia ada anda, buka apl Tacx Training, dan pilih **Tetapan > Pengurus Peranti**.

2 Pada alat latih, tekan butang berpasangan ①.

LED ② berkelip biru apabila alat latih berada dalam mod berpasangan Bluetooth® yang selamat. Untuk maklumat lanjut tentang jenis sambungan, pergi ke garmin.com/connectiontypes.



3 Pada apl Tacx Training, ikuti arahan pada skrin.

Pada apl Tacx Training, ikon alat latih yang disambungkan berwarna hijau.

4 Pilih latihan atau laluan.

5 Mulakan kayuhan.

LED alat latih berubah daripada warna putih kepada warna biru apabila alat latih dikawal oleh apl (*Status LED*, halaman 13).

Status LED

Perubahan LED berdasarkan status alat latih dan jenis sambungan.

Aktiviti LED	Status
Putih	Alat latih sedang aktif dan berfungsi dengan betul.
Berkelip biru	Alat latih dalam mod berpasangan Bluetooth.
Biru	Alat latih dikawal oleh peranti Bluetooth anda.
Berkelip putih	Apabila anda membangunkan atau menghidupkan alat latih, kelipan pantas menunjukkan status sambungan terbuka. Untuk maklumat lanjut, pergi ke garmin.com/connectiontypes .
Hijau	Alat latih dikawal oleh peranti ANT+® anda.
Kuning	Alat latih dikawal oleh Penyesuai Rangkaian Pintar Tacx (dijual berasingan).
Berkelip sian	Perisian alat latih sedang dikemaskinikan.
Berkelip merah	Menunjukkan ralat alat latih yang kritikal. Anda boleh menyemak apl Tacx Training untuk mendapatkan maklumat lanjut.

Warna LED lantai berubah semasa latihan.

Aktiviti LED Lantai	Status
Biru	Menunjukkan output kuasa rendah.
Ungu	Menunjukkan output kuasa sederhana.
Merah	Menunjukkan output kuasa tinggi.

Menyesuaikan Tetapan Alat Latih daripada Aplikasi

Sebelum anda boleh mengubah tetapan alat latih, anda mesti menjadikan alat latih berpasangan dengan apl Tacx Training (*[Memasangkan Alat Latih dengan Apl Tacx Training](#), halaman 12*).

- 1 Buka aplikasi Tacx Training.
- 2 Pilih **Tetapan > Pengurus Peranti**.
- 3 Pilih alat latih anda.
- 4 Pilih **Tetapan Alat Latih > Lalai Peranti** untuk menetapkan berat badan atau berat basikal lalai. Ini digunakan jika apl pihak ketiga tidak memberikan data berat.
- 5 Jika perlu, pilih **Tetapan > Tetapan Latihan** untuk mengemaskinikan berat badan anda dan menyesuaikan keutamaan latihan anda.

Maklumat Peranti

Spesifikasi

Bekalan kuasa	Gunakan kabel kuasa yang disertakan. Daripada 100 hingga 240 V, 50/60 Hz
Julat suhu operasi	Daripada -10° hingga 40°C (daripada 14° hingga 104°F)
Julat suhu penyimpanan	Daripada -20° hingga 60°C (daripada -4° hingga 140°F)
	NOTIS Jika alat latih disimpan atau dihantar kurang daripada julat suhu ini, benarkan alat latih untuk dinormalkan kepada julat suhu operasi dan tunggu 12 jam sebelum digunakan. Perubahan suhu yang melampau boleh menyebabkan pemeluwapan di bahagian dalam alat latih yang boleh menyebabkan kerosakan harta benda.
Frekuensi wayarles dan kuasa penghantaran	Maksimum 2.4 GHz @ 6 dBm
Berat penunggang maksimum	125 kg (275 lb.)

Keserasian Kaset

Kaset yang dipasang kilang ialah sistem 11 kelajuan yang serasi dengan sistem Shimano dan SRAM. Kit pemasangan  mengandungi alat biru dan peruang opsyenal (*Kit Pemasangan, halaman 2*).

Sistem Kaset yang Serasi	Badan Hab Bebas	Peruang Opsyenal
8, 9, atau 10 kelajuan Shimano atau SRAM	Disertakan	40 mm x 1 mm
12 kelajuan Shimano	Disertakan	24 mm x 1 mm, 24 mm x 0.5 mm
12 kelajuan SRAM	Tidak disertakan ¹ Pergi ke buy.garmin.com untuk membeli Tacx SRAM XD-R.	24 mm x 1 mm, 24 mm x 0.5 mm
Basikal gunung 12 kelajuan	Tidak disertakan ¹ Pergi ke buy.garmin.com untuk membeli gelugur mikro Tacx.	24 mm x 1 mm, 24 mm x 0.5 mm
Lain-lain	Tidak disertakan ¹ Pergi ke buy.garmin.com .	Untuk mendapatkan maklumat lanjut, lihat arahan pengilang yang disertakan dengan kaset anda.

¹ Pemasangan memerlukan alat berwarna biru.

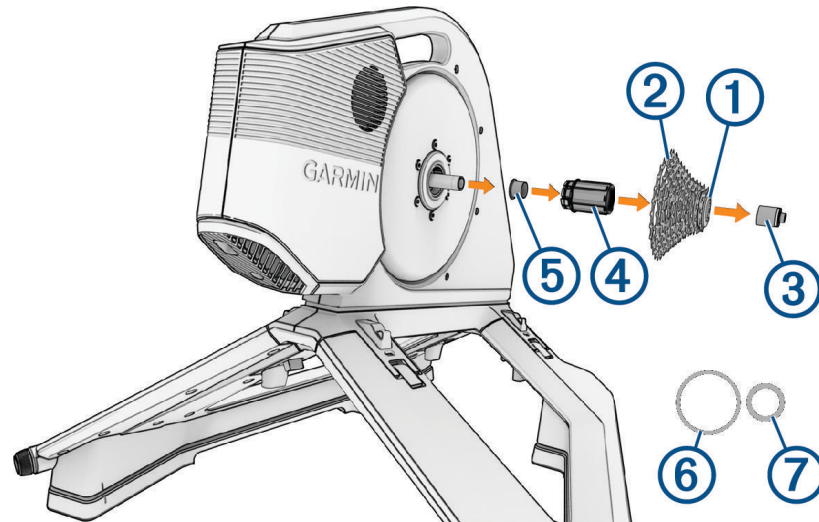
Menggantikan Kaset

Sebelum anda menggantikan kaset, anda mesti mendapatkan alat pengunci kaset dan playar kaset atau pemutar rantai. Anda hendaklah menyimpan semua bahagian alat latih dan item kit pemasangan bersama-sama (*Kit Pemasangan, halaman 2*).

NOTIS

Anda mesti biasa dengan alat basikal dan penyelenggaraan kaset, atau anda boleh merosakkan alat latih. Jika anda tidak pernah mengeluarkan atau memasang kaset basikal sebelum ini, Garmin mengesyorkan agar anda membawa alat latih kepada juruteknik basikal yang berpengalaman.

PETUA: Jika anda mempunyai berbilang basikal dengan sistem kaset yang berbeza, lebih mudah untuk membiarkan kaset pada badan hab bebas dan menggantikannya bersama. Anda boleh menggunakan grafik ini sebagai rujukan kerana setiap variasi kaset mempunyai keperluan unik.



- 1 Buka kit pemasangan .
- 2 Jika anda mempunyai kaset yang serasi dengan badan hab bebas yang disertakan, ikuti langkah ini:
 - 2.1Gunakan playar kaset atau pemutar rantai untuk memegang kaset ② di tempatnya.
 - 2.2Gunakan alat pengunci kaset untuk memutar pengunci ① melawan arah jam.
Ini memerlukan kekuatan dan daya tuil.
 - 2.3Keluarkan kaset, biarkan badan hab bebas ④ berada di tempatnya.
 - 2.4Pergi ke langkah 4.
- 3 Jika anda mempunyai kaset yang memerlukan badan hab bebas yang berbeza, ikuti langkah ini:
 - 3.1Gunakan playar kaset atau pemutar rantai untuk memegang kaset ② di tempatnya.
 - 3.2Gunakan alat pengunci kaset untuk memutar pengunci ① melawan arah jam.
Ini memerlukan kekuatan dan daya tuil.
 - 3.3Gunakan alat biru  untuk menanggalkan nat pengunci ③.
 - 3.4Keluarkan kaset, pengunci, dan badan hab bebas ④.
Anda boleh menyimpan semua bahagian ini bersama-sama sekiranya anda memutuskan untuk beralih kepada sistem 11 kelajuan.
 - 3.5Pasang badan hab bebas dan nat pengunci baru.
 - 3.6Pergi ke langkah 4.
- 4 Letakkan kaset pada badan hab bebas, dan pasang pengunci.
Beberapa kaset 9 atau 10 kelajuan mungkin memerlukan peruang tambahan ⑥ antara kaset dengan pengunci. Untuk maklumat lanjut, lihat arahan pengilang.
- 5 Sebelum anda mengetatkan pengunci, periksa ruang lega.
Beberapa kaset 12 kelajuan mungkin memerlukan peruang tambahan ⑦ antara alat latih dengan kaset.

6 Jika derailleur basikal bersentuhan dengan alat latih dalam gear kaset terbesar, ikut langkah berikut:

6.1 Gunakan alat biru  untuk menanggalkan nat pengunci ③.

6.2 Keluarkan badan hab bebas dengan kaset terpasang.

6.3 Keluarkan peruang hitam ⑤.

6.4 Tambahkan satu atau dua peruang.

6.5 Pasang peruang hitam, badan hab bebas dengan kaset, dan nat pengunci.

6.6 Ketatkan nat pengunci.

Anda boleh mengetatkan nat pengunci menggunakan alat biru . Apabila menggunakan perengkuh kilas, Garmin mengesyorkan kilasan maksimum 6 N-m (4.4 lbf-ft.) untuk nat pengunci.

7 Ketatkan pengunci.

Garmin mengesyorkan kilasan 40 N-m (29.5 lbf-ft.) untuk kaset Tacx NEO 3M. Untuk mana-mana kaset lain, lihat arahan pengeluaran.

Penjagaan dan Penyimpanan Peranti

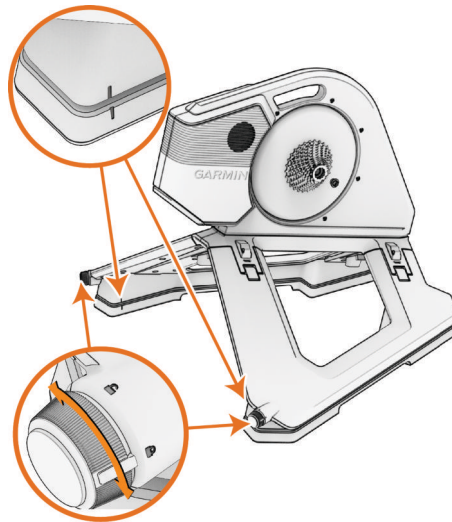
AMARAN

Lihat panduan *Maklumat Penting Keselamatan dan Produk* di dalam kotak produk untuk membaca amaran produk dan maklumat penting yang lain.

- Cabut palam alat latih apabila alat latih tidak digunakan.
- Periksa penjajaran, dan kunci plat gerakan apabila alat latih tidak digunakan.
- Lap alat latih selepas setiap penggunaan.
- Bersihkan alat latih sebelum menyimpannya.

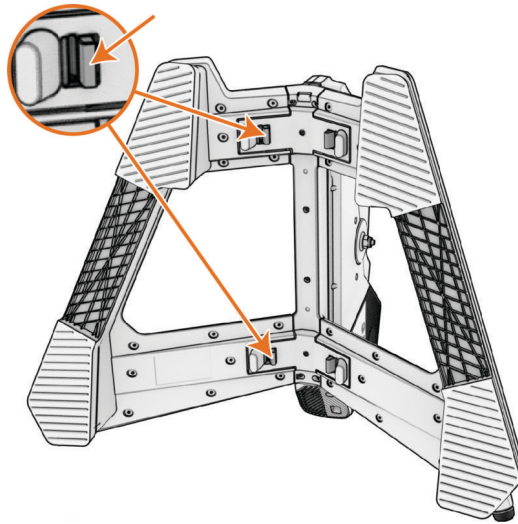
Melipat Alat Latih untuk Simpanan

1 Periksa penjajaran, dan kunci plat gerakan.

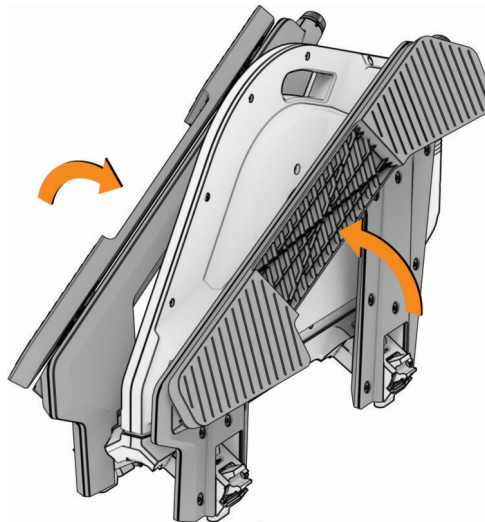


2 Baringkan alat latih ke belakang.

- 3 Buka kunci kedua-dua sisi alat latih.



- 4 Lipat kedua-dua bahagian sisi ke atas sehingga berada di tempatnya.



Pencarisilapan

Mengemas Kini Perisian Alat Latih

Sebelum anda boleh mengemas kini perisian alat latih, anda mesti menjadikan alat latih anda berpasangan dengan versi terkini aplikasi Tacx Training ([Memasangkan Alat Latih dengan Apl Tacx Training, halaman 12](#)).

- 1 Sambungkan kabel kuasa kepada salur keluar dinding ([Menyambungkan Kabel Kuasa, halaman 9](#)).
- 2 Buka apl Tacx Training pada telefon atau tablet anda.

PETUA: Anda perlu menyemak tahap bateri telefon atau tablet anda.

- 3 Pilih **Tetapan > Pengurus Peranti**.
- 4 Pilih alat latih anda.
- 5 Pilih **Kms Kini Prisian Tgr > Kemas kini**.

LED alat latih berkelip-kelip warna sian semasa perisian sedang dikemaskinikan.

- 6 Tunggu sehingga kemas kini perisian selesai.

PETUA: Jangan cabut palam alat latih atau tukar antara apl semasa perisian sedang dikemaskinikan. Ini mungkin mengambil masa beberapa minit.

Apl Tacx Training tidak dapat disambungkan kepada alat latih saya

Jika apl Tacx Training tidak dapat disambungkan kepada alat latih anda, anda boleh mencuba petua ini.

- Matikan dan hidupkan semula telefon anda.
- Matikan dan hidupkan semula teknologi Bluetooth pada telefon anda.
- Putuskan sambungan dan sambungkan semula kabel kuasa alat latih.
- Pastikan alat latih tidak disambungkan kepada peranti atau apl lain.
- Kemas kini apl Tacx Training kepada versi terkini.
- Jika anda telah membeli telefon baru, keluarkan alat latih anda daripada apl Tacx Training pada telefon yang anda ingin berhenti menggunakan.

Alat latih tidak memberikan respons

Jika alat latih berhenti memberikan respons, anda boleh mencuba petua ini.

- Tekan dan tahan butang berpasangan selama 5 saat untuk mematikan kuasa alat latih dan memutuskan sambungan daripada mana-mana peranti yang berpasangan.
- Tekan dan tahan butang berpasangan selama 10 saat untuk memulihkan peranti kepada tetapan kilang asal. Anda perlu menjadikan alat latih berpasangan dengan apl Tacx Training sekali lagi ([Memasangkan Alat Latih dengan Apl Tacx Training, halaman 12](#)).

Bolehkah saya perpasangkan sensor ANT+ atau Bluetooth menggunakan sambungan terbuka?

Alat latih anda boleh menggunakan sambungan terbuka dengan sensor ANT+ atau Bluetooth yang serasi.

- 1 Daripada apl Tacx Training, pilih **Tetapan Sambungan**.
- 2 Untuk sensor Bluetooth, matikan **Sambungan Bluetooth Selamat**.
Mesej pengesahan akan muncul.
- 3 Untuk sensor ANT+, hidupkan **ANT+ FE-C (Kawalan alat latih pintar)** atau **Sensor Kuasa ANT+**.
Mesej pengesahan akan muncul.
- 4 Letakkan penerima dalam lingkungan 3 m (10 kaki) daripada alat latih anda.
NOTA: Jauhkan 10 m (33 kaki) daripada penerima lain semasa berpasangan.
- 5 Ikut arahan berpasangan untuk sensor dan alat latih anda yang serasi.
Apabila anda menekan butang berpasangan pada alat latih, LED status akan berkelip putih. Jenis sambungan akan dibuka hingga anda mengubahnya dalam tetapan apl Tacx Training.

Menjadikan Alat Latih Anda Berpasangan dengan Komputer Basikal Edge

Anda boleh menjadikan alat latihan Tacx NEO 3M berpasangan dengan komputer basikal Edge yang serasi, seperti Edge 1040, menggunakan teknologi ANT+ atau Bluetooth. Anda boleh menjadikan alat latihan Tacx NEO 3M berpasangan sebagai alat latihan pintar untuk senaman dan laluan, atau anda boleh menjadikan alat latihan berpasangan sebagai sensor kuasa untuk merekodkan data kuasa dan kadens sahaja.

Untuk mendapatkan maklumat tentang keserasian peranti tertentu, pembelian, atau untuk melihat manual pemilik untuk peranti anda, pergi ke www.buy.garmin.com.

- 1 Bawa komputer basikal Edge dalam jarak 3 m (10 kaki) daripada alat latihan.

NOTA: Jauhkan 10 m (33 kaki) daripada sensor wayarles lain semasa berpasangan.

- 2 Pada komputer basikal Edge, pilih  > **Sensors** > **Add Sensor**.

NOTA: Komputer basikal Edge mencari sensor teknologi ANT+ yang berdekatan.

- 3 Tunggu sementara peranti mencari alat latihan anda.

- 4 Pada komputer basikal Edge, mesej akan muncul.

- 5 Ikuti arahan pada skrin.

Apabila alat latihan dijadikan berpasangan dengan peranti anda, alat latihan muncul sebagai sensor tersambung. Data sensor muncul dalam gelung skrin data atau dalam medan data tersuai. Anda boleh menyesuaikan medan data opsyenal.

Menjadikan Alat Latih Berpasangan dengan Jam Tangan Garmin

Anda boleh menjadikan alat latihan Tacx NEO 3M berpasangan dengan jam tangan yang serasi, seperti Forerunner® 965, menggunakan teknologi ANT+ atau Bluetooth.

Untuk mendapatkan maklumat tentang keserasian peranti tertentu, pembelian, atau untuk melihat manual pemilik untuk jam tangan anda, pergi ke www.buy.garmin.com.

- 1 Bawa jam tangan Forerunner dalam jarak 3 m (10 kaki) daripada alat latihan.

NOTA: Jauhkan 10 m (33 kaki) daripada sensor wayarles lain semasa berpasangan.

- 2 Pada jam tangan anda, tahan .

- 3 Pilih **Sensor & Aksesori** > **Tambah Baru** > **Cari Semua**.

PETUA: Apabila anda memulakan aktiviti dengan opsyen Auto Jelajah diaktifkan, jam tangan akan mencari sensor berdekatan secara automatik dan bertanya sama ada anda ingin menjadikannya berpasangan.

Selepas alat latihan dijadikan berpasangan dengan jam tangan anda, status sensor berubah daripada Mencari kepada Disambungkan. Data alat latihan muncul dalam gelung skrin data atau dalam medan data tersuai. Anda boleh menyesuaikan medan data opsyenal.

