

TACX® NEO BIKE PLUS

Naudotojo vadovas

© 2022 „Garmin Ltd.“ arba filialai

Visos teisės saugomos. Remiantis autorių teisių įstatymu, be raštiško „Garmin“ sutikimo negalima kopijuoti nei viso, nei dalies šio vadovo. „Garmin“ pasilieka teisę keisti arba tobulinti savo gaminį bei keisti šio vadovo turinį be įsipareigojimo pranešti bet kokiame asmeniui ar organizacijai apie tokius pakeitimus ar patobulinimus. Dabartinių atnaujinimų ir papildomos informacijos dėl šio gaminio naudojimo ieškokite adresu www.garmin.com.

Garmin®, „Garmin“ logotipas, ANT+® ir Tacx® yra „Garmin Ltd.“ arba jos patrunuojamųjų įmonių prekių ženklai, registruoti JAV ir kitose šalyse. Garmin Connect™ yra „Garmin Ltd.“ arba jos patrunuojamųjų įmonių prekių ženklas. Be atskirai duoto „Garmin“ leidimo šiuos prekių ženklus naudoti draudžiama.

BLUETOOTH® žodinis prekių ženklas ir logotipai yra „Bluetooth SIG, Inc.“ nuosavybė, o „Garmin“ šiuos ženklus naudoja pagal licenciją. Campagnolo® yra registruotasis „Campagnolo S.r.l.“ prekių ženklas. Shimano® yra registruotasis „Shimano, Inc.“ prekių ženklas. SRAM® yra registruotasis SRAM LLC prekių ženklas.

Šiam produktui suteiktas ANT+® sertifikatas. Suderinamų produktų ir programų sąrašas pateiktas www.thisisant.com/directory.

Turiny

Prieš montuojant..... 1

Matmenys ir tarpai.....	1
Važiavimo dviračiu padėtis.....	3
Treniruoklio geometrijos koregavimas.....	4

Tacx NEO Bike Plus montavimo instrukcijos..... 5

Montavimo tvarka.....	5
Treniruoklio kojelių montavimas.....	6
Pedalų montavimas.....	8
Butelio laikiklio tvirtinimas.....	9
Balnelio montavimas.....	9
Vairo montavimas.....	11
Ventiliatorių su planšetinio kompiuterio laikikliu montavimas.....	12
Planšetinio kompiuterio tvirtinimas prie treniruoklio.....	14
Maitinimo kabelio prijungimas.....	16

Treniruotė..... 16

Ekrane rodomi duomenys.....	17
Važiavimas dviračiu.....	18
Programa Tacx Training.....	20

Įrenginio informacija..... 21

Specifikacijos.....	21
Įrenginio priežiūra ir laikymas.....	22
Planšetinio kompiuterio laikiklio montavimas.....	22
Apdangalo nuo prakaito uždėjimas.....	23
Vairo apvyniojimas.....	24
Balnelio keitimas.....	24

Trikčių šalinimas..... 25

Treniruoklio programinės įrangos naujinimas.....	25
Tacx NEO Bike Plus treniruoklis nereaguoja.....	25
Patarimai, kaip tinkamai sureguliuoti dviratį.....	25
Rankenų ir sraigčių priveržimas.....	26
Ar galima susieti ANT+ arba Bluetooth jutiklius naudojant atvirąjį ryšį?.....	27
Pasirenkamų jutiklių susiejimas.....	27

Prieš montuojant

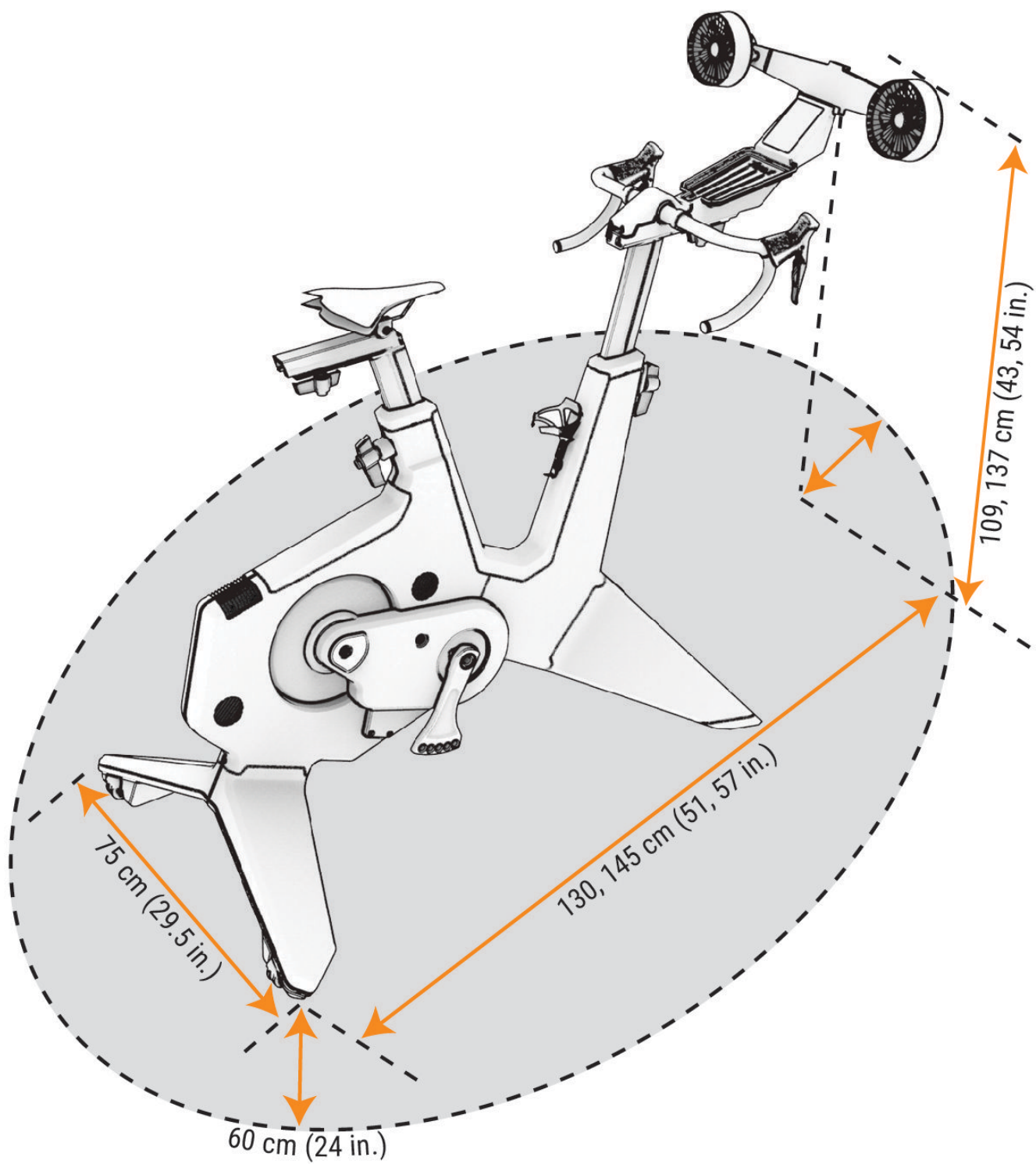
ĮSPĖJIMAS

Žr. vadovą *Svarbi saugos ir produkto informacija*, pateiktą produkto dėžėje, kad susipažintumėte su įspėjimais dėl produkto ir kita svarbia informacija.

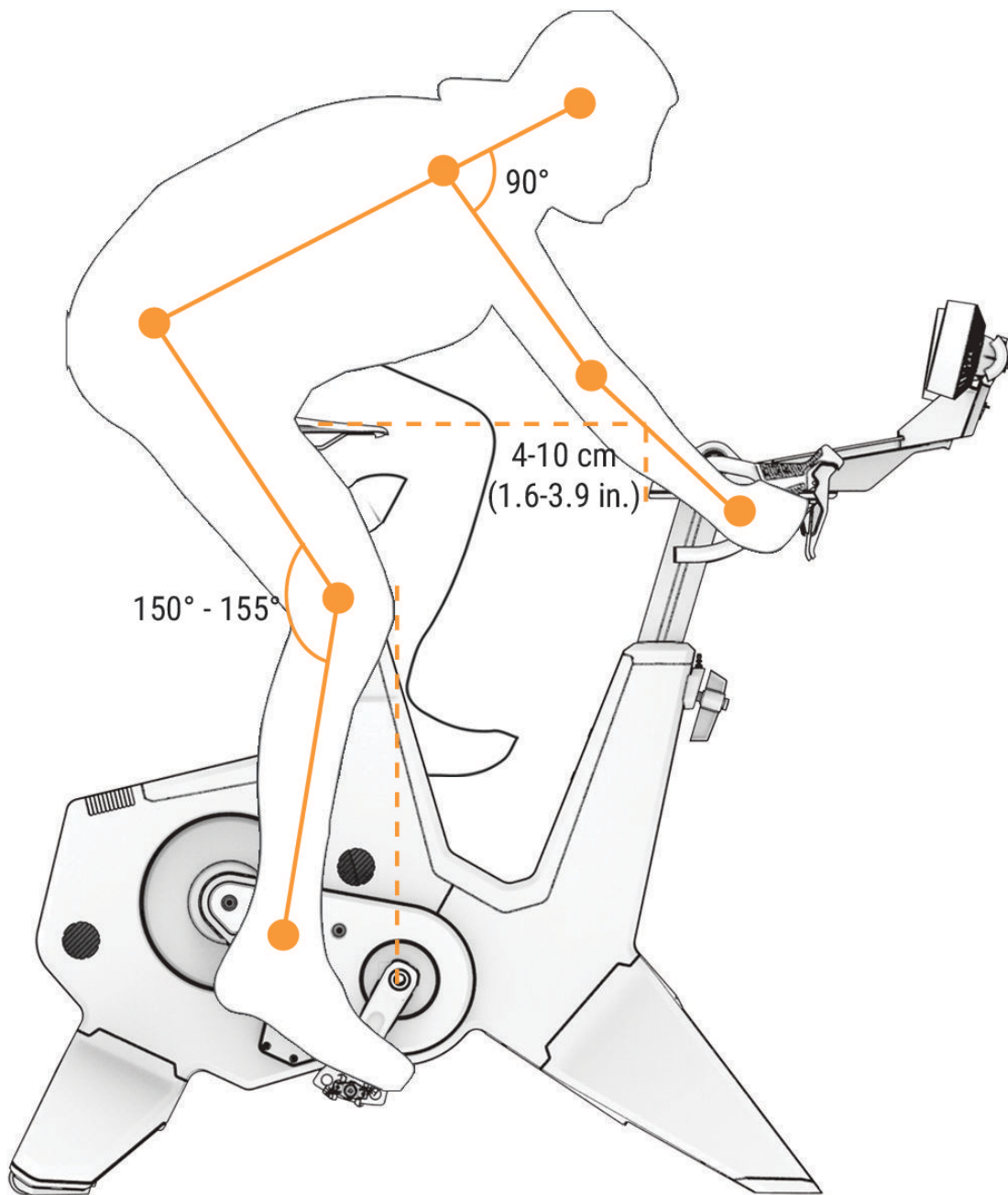
Matmenys ir tarpai

Ieškodami tinkamos vietos treniruokliui Tacx NEO Bike Plus įvertinkite maksimalius matmenis. Treniruoklio Tacx NEO Bike Plus matmenys nurodyti su ventiliatoriais ir be jų.

Tacx rekomenduoja palikti bent 60 cm (24 col.) tarpą iš visų treniruoklio pusių.



Važiavimo dviračiu padėtis

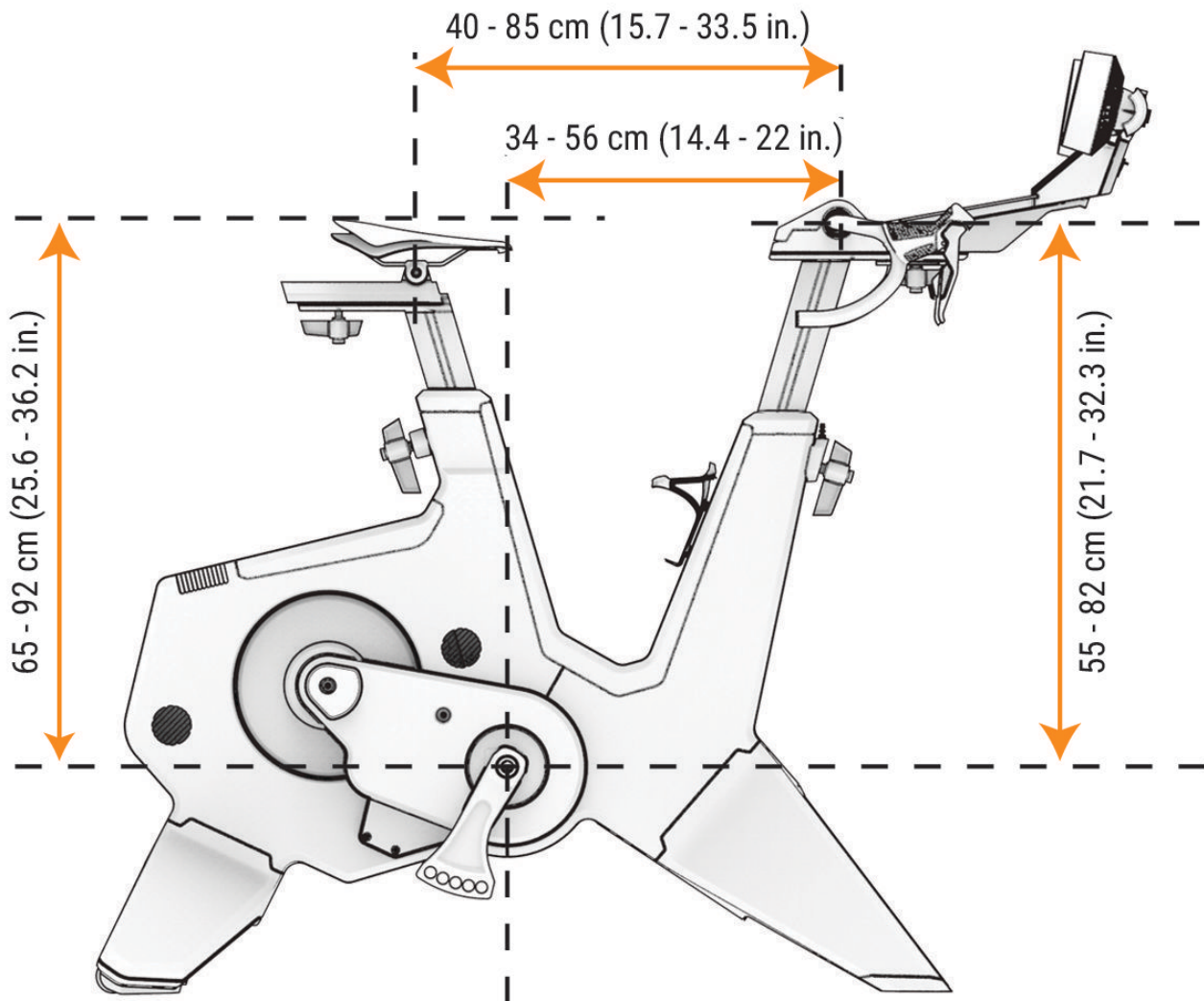


PASTABA: kiekvieno dviratininko važiavimo padėtis yra unikali, todėl gali reikėti reguliuoti treniruoklį. Pedalai ir planšetiniai kompiuteriai nepateikiami su treniruokliu Tacx NEO Bike Plus, jie taip pat gali turėti įtakos važiavimo dviračiu padėčiai.

Iliustracijoje pateiktos tinkamos važiavimo dviračiu padėties naudojantis treniruokliu Tacx NEO Bike Plus rekomendacijos.

Alkūnės turi būti šiek tiek sulenktos, turite galėti patogiai pasiekti pavarų perjungiklius ir stabdžius. Pedalo mynimo ciklo apačioje kelis turi likti šiek tiek sulenktas.

Treniruoklio geometrijos koregavimas



Prieš montuodami treniruoklį Tacx NEO Bike Plus atminkite, kad gamintojas sumontavo balnelyje ir vaire begalvius sraigtus, kuriuos galima reguliuoti ir priveržti šešiabriauniu raktu. Norint montuoti 4 rankenas, reikia išsukti 4 begalvius sraigtus naudojantis šešiabriauniu raktu.

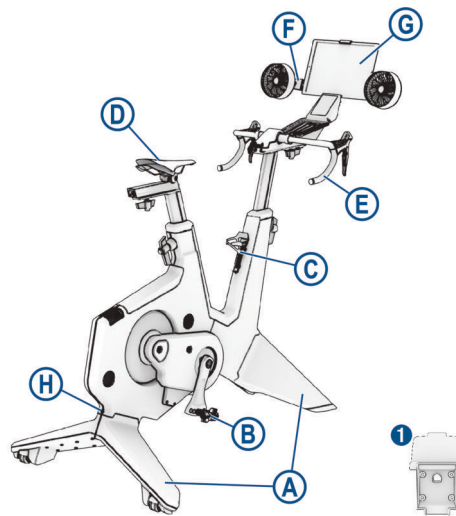
PASTABA: jei treniruokliu naudosis keli asmenys, Tacx rekomenduoja montuoti rankenas, kad būtų lengviau reguliuoti. Rankenas su varžtais ir poveržlėmis rasite montavimo rinkinyje. Jei treniruokliu naudositės tik jūs ir nereikės koreguoti geometrijos arba važiavimo padėties, galite naudoti begalvius sraigtus ir šešiabriaunį raktą.

- Prieš reguliuodami balnelį arba vairą nulipkite nuo treniruoklio.
- Prieš reguliuodami vairo aukštį, ilgį ar kampą nuimkite planšetinį kompiuterį.
- Derinkite treniruoklio geometriją, kad ji atitiktų jūsų plento dviračio geometriją ([*Patarimai, kaip tinkamai sureguliuoti dviratį, 25 psl.*](#)).
- Jei perkėlėte balnelį daugiau nei 1 cm, dar kartą patikrinkite balnelio aukštį ir vairo ilgį.
- Neviršykite maksimalaus balnelio arba vairo reguliavimo diapazono.
- Jei pakeitėte pedalus arba balnelį, dar kartą patikrinkite treniruoklio geometriją.

Priveržę kiekvieną rankenos varžtą, nustatykite ją lygiagrečiai su rėmu arba bėgeliu. Galite ištraukti ir pasukti rankeną.

Tacx NEO Bike Plus montavimo instrukcijos

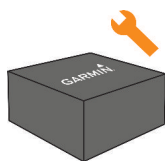
Montavimo tvarka



- A** Treniruoklio kojėlės: *Treniruoklio kojelių montavimas, 6 psl.*
- B** Pedalai: *Pedalo montavimas, 8 psl.*
- C** Butelio laikiklis: *Butelio laikiklio tvirtinimas, 9 psl.*
- D** Balnelis: *Balnelio montavimas, 9 psl.*
- E** Vairas su ekranu: *Vairo montavimas, 11 psl.*
- F** Ventiliatoriai su planšetinio kompiuterio laikikliu: *Ventiliatorių su planšetinio kompiuterio laikikliu montavimas, 12 psl.*
- 1** Alternatyvus planšetinio kompiuterio laikiklis: *Planšetinio kompiuterio laikiklio montavimas, 22 psl.*
- G** Planšetinis kompiuteris: *Planšetinio kompiuterio tvirtinimas prie treniruoklio, 14 psl.*
- H** Maitinimo kabelis: *Maitinimo kabelio prijungimas, 16 psl.*

PATARIMAS: jei reikia daugiau pritaikymo veiksmų, žr. *Įrenginio informacija, 21 psl.*

Montavimo rinkinys



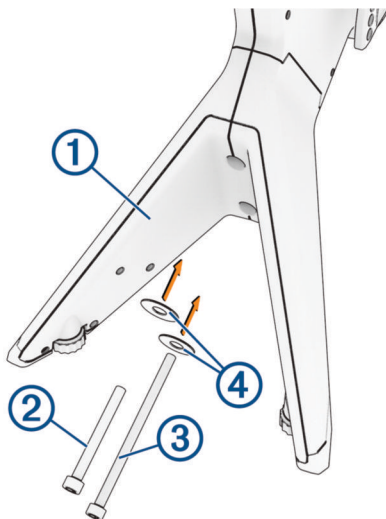
PASTABA: montavimo rinkinyje pateikiami vadovai, varžtai, poveržlės, įrankiai ir kitos dalys, reikalingos kiekvienai montavimo užduočiai.

Treniruoklio kojelių montavimas

A

Šiai užduočiai reikalingas montavimo rinkinys . Montuojant treniruoklį Tacx NEO Bike Plus reikia bent dviejų žmonių. Keldami treniruoklį būkite atsargūs.

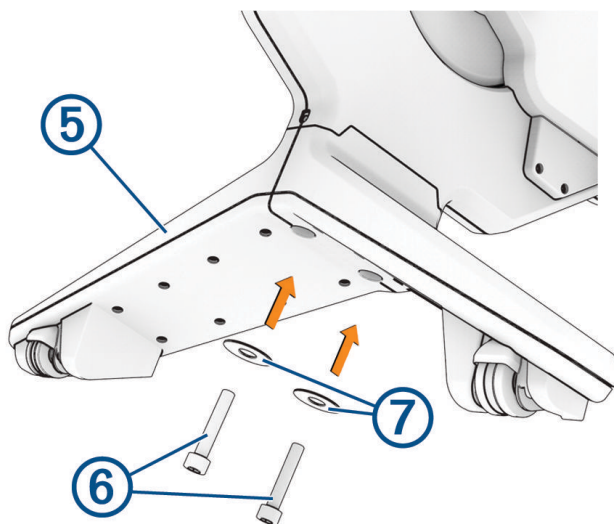
1 Norėdami montuoti priekines kojeles ①, padėkite treniruoklį ant grindų ir paverskite jį atgal.



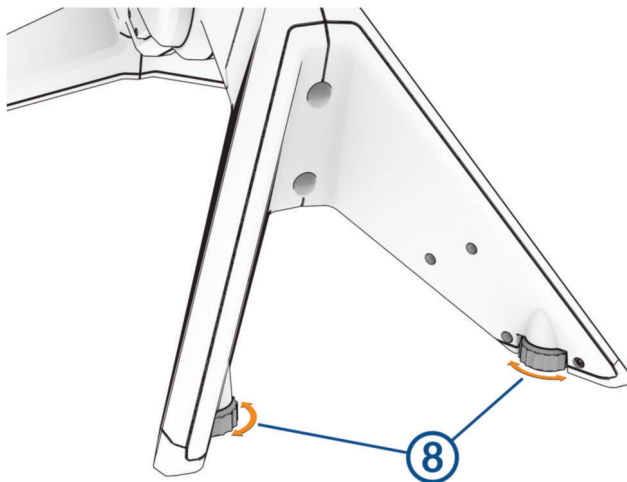
2 Atidarykite montavimo rinkinį .

3 Montuodami priekines kojeles naudokite M10 x 90 mm varžtą ②, M10 x 130 mm varžtą ③, 10 mm poveržles ④ ir 8 mm šešiabriaunį raktą.

4 Paverskite treniruoklį pirmyn ir montuokite galines kojeles ⑤.



- 5 Montuodami galines kojeles naudokite M10 x 65 mm varžtus ⑥, 10 mm poveržles ⑦ ir 8 mm šešiabriaunį raktą.
- 6 Sukdami rankenėles ⑧ ant priekinių kojelių stabilizuokite ir išlyginkite treniruoklį (pasirinktinai).



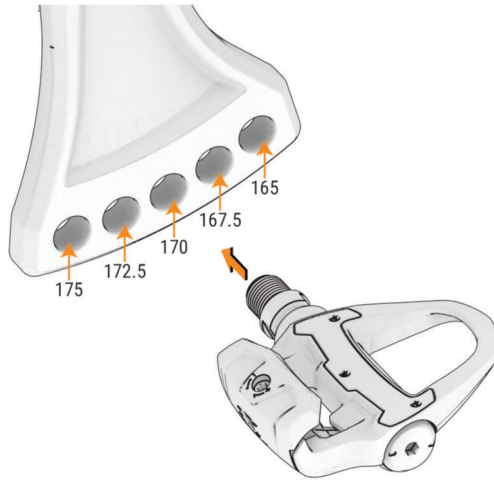
Pedalų montavimas



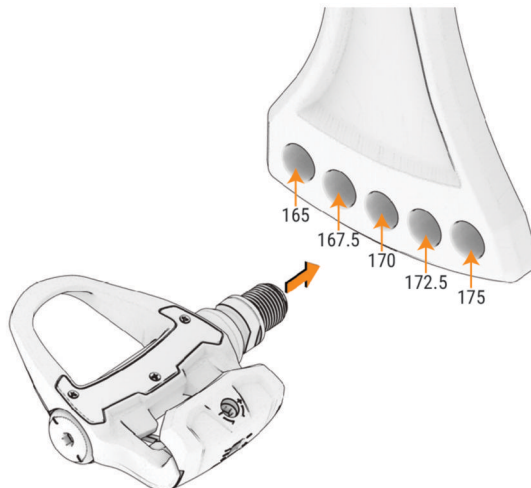
Pedalai nepateikiami su treniruokliu Tacx NEO Bike Plus. Kaip montuoti konkrečius pedalus, žr. gamintojo instrukcijose.

- 1 Pirmiausia montuokite dešinįjį pedalą.
- 2 Tepkite ploną tepalo sluoksnį ant pedalo ašies sriegių.
- 3 Įstatykite ašį į švaistiklio svirtį.

Yra penkios švaistiklio ilgio (mm) parinktys (*Švaistiklio ilgio parinktys, 26 psl.*). Naudokite vienodo ilgio švaistiklį abiejuose pedaluose.



- 4 Priveržkite ašį vadovaudamiesi su pedalu pateiktomis instrukcijomis.
 - 5 Kartodami 2–4 veiksmus montuokite kairįjį pedalą.
- PASTABA:** kairiojo pedalo ašyje naudojamas kairysis (atvirkštinis) sriegis.

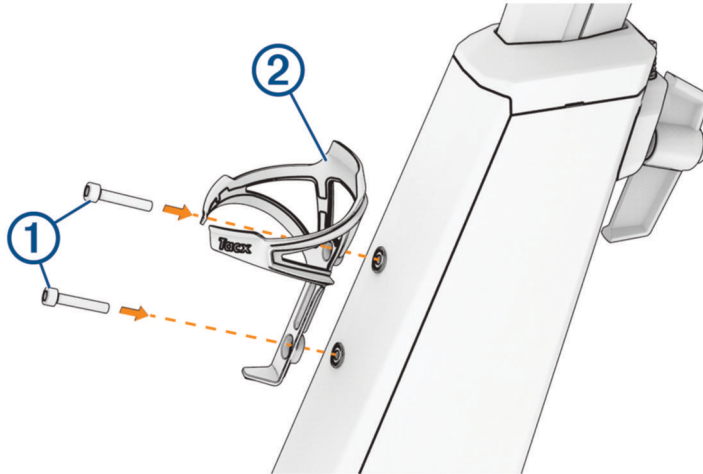


Butelio laikiklio tvirtinimas

C

Galite tvirtinti ant treniruoklio pasirenkamą standartinio dydžio butelio laikiklį. Butelio laikiklį rasite dovanų dėžutėje. Sraigtais (su poveržlėmis) jau prisukti ant rėmo.

- 1 Atidarykite montavimo rinkinį  ir dovanų dėžutę.
- 2 Naudodami 2 varžtus **1** ir 4 mm šešiabriaunį raktą tvirtinkite butelio laikiklį **2**.

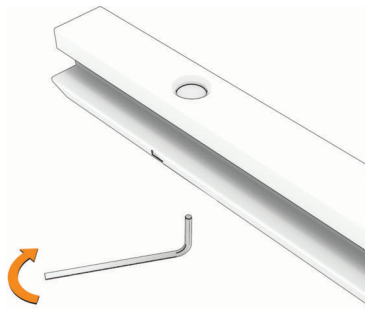


Balnelio montavimas

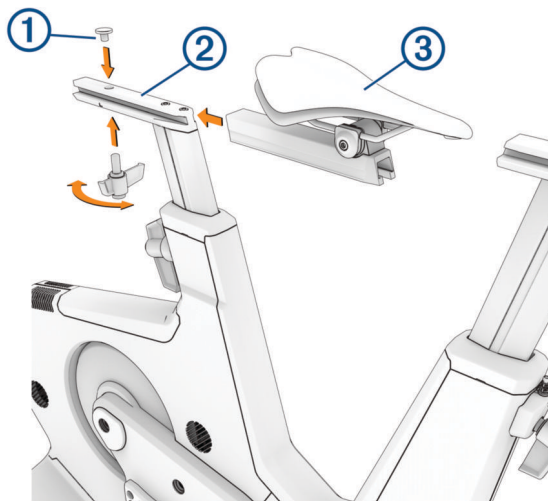
D

Prieš montuodami balnelį perskaitykite padėčiai (*Važiavimo dviračiu padėtis, 3 psl.*) ir geometrijai (*Treniruoklio geometrijos koregavimas, 4 psl.*) skirtus skyrius.

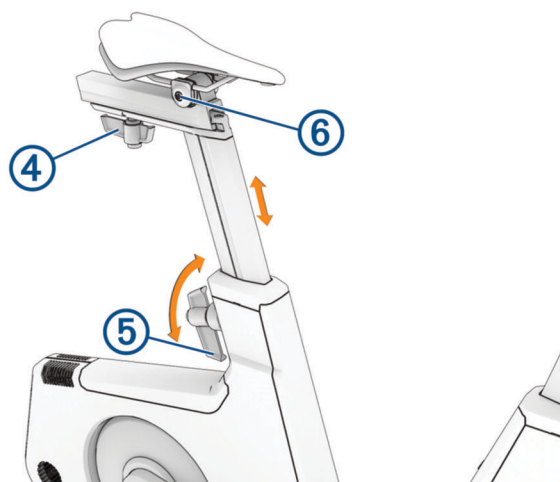
- 1 Atidarykite montavimo rinkinį .
- 2 6 mm šešiabriauniu raktu išsukite begalvį sraigatą.



- 3 Uždėkite dangtelį ① ant balnelio bėgelio ②.



- 4 Užmaukite balnelį ③ ant balnelio bėgelio.
- 5 Reguliokite balnelio padėtį ir tvirtinkite M12 x 25 rankenėlę ④.
- Maksimalus reguliavimo atstumas yra 15 cm.



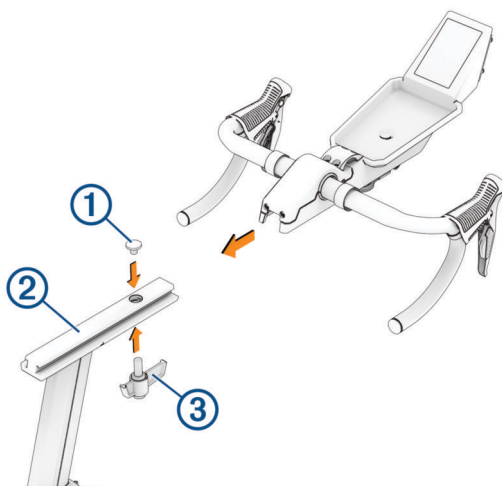
- 6 8 mm šešiabriauniu raktu išsukite begalvį sraigą iš balnelio stovo.
- 7 Reguliokite balnelio aukštį ir tvirtinkite M16 x 22 rankenėlę ⑤.
- Maksimalus balnelio aukštis yra 26 cm.
- 8 Jei reikia, 5 mm šešiabriauniu raktu reguliuokite balnelio kampo varžtą ⑥.

Vairo montavimas

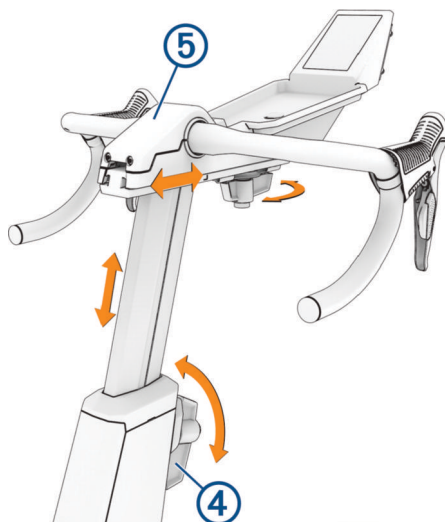


Prieš montuodami vairą perskaitykite padėčiai (*Važiavimo dviračiu padėtis, 3 psl.*) ir geometrijai (*Treniruoklio geometrijos koregavimas, 4 psl.*) skirtus skyrius.

- 1 Atidarykite montavimo rinkinį .
- 2 6 mm šešiabriauniu raktu išsukite begalvį sraigatą.
- 3 Uždėkite dangtelį ① ant vairo bėgelio ②.



- 4 Užmaukite vairą ant vairo bėgelio.
- 5 Reguluokite vairo ilgį ir tvirtinkite M12 x 25 rankenėlę ③.
Maksimalus vairo atstumas yra 15 cm.
- 6 8 mm šešiabriauniu raktu išsukite begalvį sraigatą iš vairo stovo.
- 7 Reguluokite vairo aukštį ir tvirtinkite M16 x 22 rankenėlę ④.
Maksimalus vairo aukštis yra 26 cm.



- 8 Jei reikia, atlikdami toliau nurodytus veiksmus reguliuokite vairo kampą.
- 9 Naudodamiesi „Torx 20“ raktu nuimkite vairo dangtelį ⑤.
- 10 5 mm šešiabriauniu raktu atsukite 4 varžtus.
- 11 Reguluokite vairo kampą.

12 Priveržkite 4 varžtus.

13 Uždėkite atgal ir pritvirtinkite vairo dangtelį.

Ventiliatorių su planšetinio kompiuterio laikikliu montavimas

⚠ PERSPĖJIMAS

Nelieskite ventiliatorių menčių ir nieko nekiškite į ventiliatorių korpusą, kai jie veikia. Paliesdami ventiliatorius arba ventiliatorių korpusą galite sugadinti ventiliatorius ir susižeisti.

F

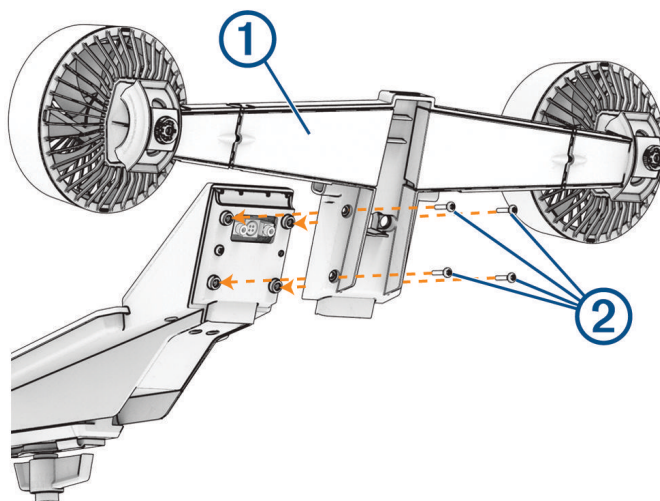
Planšetinio kompiuterio laikiklis yra tarp ventiliatorių (*Planšetinio kompiuterio tvirtinimas prie treniruoklio, 14 psl.*).

PASTABA: jei nusprendėte nemontuoti ventiliatorių, galite montuoti tik planšetinio kompiuterio laikiklį (*Planšetinio kompiuterio laikiklio montavimas, 22 psl.*).

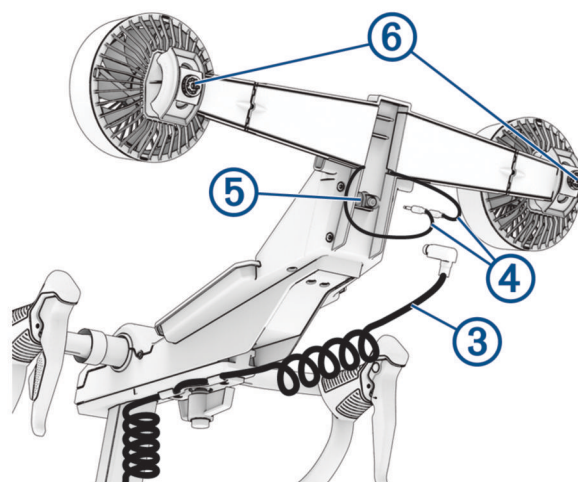
1 Sulygiuokite ventiliatorius ① su galine ekrano dalimi.

PATARIMAS: gali reikėti patraukti ventiliatorių kabelius.

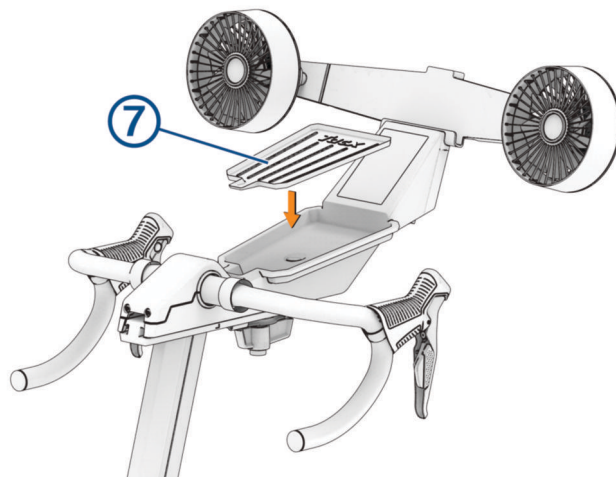
2  Montuodami ventiliatorius naudokite M4 x 10 varžtus ② ir „Torx 20“ raktą.



3 Prijunkite ekrano kabelį ③ ir ventiliatorių kabelius ④ prie prievadų ⑤.



- 4 Rankenėlėmis ⑥ sureguliuokite ventiliatorių kampą.
- 5  Įdėkite guminį kilimėlį ⑦ į dėklą.



Planšetinio kompiuterio tvirtinimas prie treniruoklio

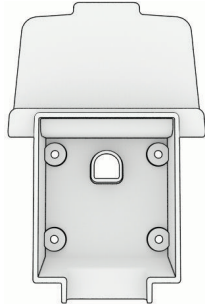
PRANEŠIMAS

Prieš pirmąją treniruotę perskaitykite visas instrukcijas ir pritvirtinkite planšetinį kompiuterį prie treniruoklio. Garmin® neatsako už žalą, padarytą planšetiniam kompiuteriui dėl netinkamai sumontuoto planšetinio kompiuterio laikiklio.

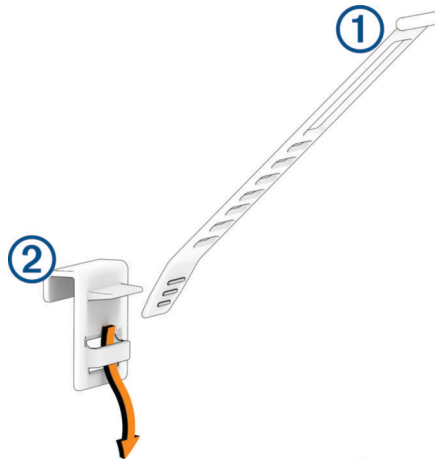
Nereguliuokite vairo aukščio ar ilgio, kai prie treniruoklio prijungtas planšetinis kompiuteris.



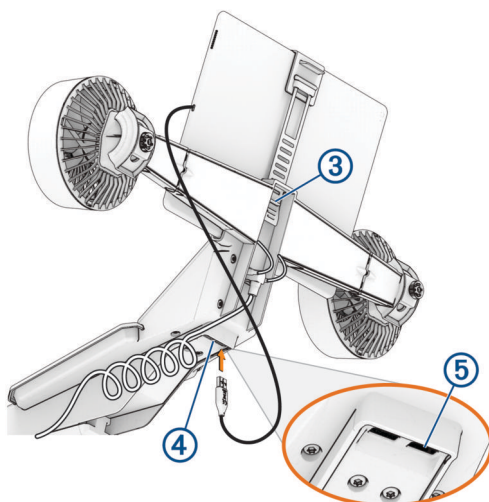
Spaustukas tinka daugeliui standartinio dydžio planšetinių kompiuterių. Jei jūsų planšetinis kompiuteris įdėtas į storą dėklą, prieš tvirtindami jį prie treniruoklio nuimkite dėklą. Jei nuspręsite nemontuoti ventiliatorių, montavimo rinkinyje rasite atskirą planšetinio kompiuterio laikiklį (*Planšetinio kompiuterio laikiklio montavimas, 22 psl.*).



1  Prijunkite guminį dirželį ① prie spaustuko ②.



2 Prijunkite guminį dirželį prie galinės laikiklio ③ dalies.



3 Dėkite planšetinį kompiuterį ant treniruoklio ir pritvirtinkite spaustuku.

4 Jei reikia, prijunkite planšetinio kompiuterio kabelį prie USB prievado ④.

PATARIMAS: uSB prievadas, prie kurio pažymėta 12,5 W ⑤, skirtas įkrauti didelę sparta. USB prievadas, prie kurio pažymėta 2,5 W, skirtas įkrauti mažą sparta, jis gali tiktį ne visiems įrenginiams.

Maitinimo kabelio prijungimas

⚠ PERSPĖJIMAS

Maitinimo kabelį ir adapterį rasite montavimo rinkinyje. . Nebandykite naudoti kito gamintojo maitinimo kabelio ar adapterio su treniruokliu Tacx NEO Bike Plus, nes dėl to kyla pavojus susižeisti arba sugadinti treniruoklį.

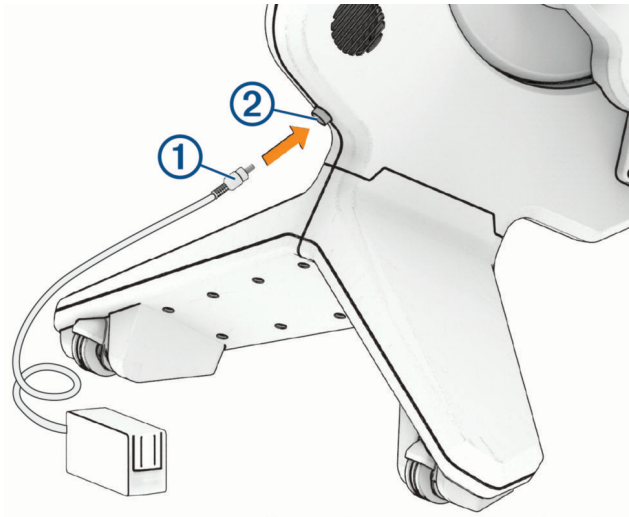
PRANEŠIMAS

Saugokite maitinimo kabelį ir adapterį nuo prakaito ir drėgmės, nes jie gali sugadinti treniruoklį. Daugiau informacijos apie įrenginio priežiūrą žr. *Įrenginio priežiūra ir laikymas, 22 psl.*



Treniruoklį Tacx NEO Bike Plus galima naudoti su maitinimu ar be jo. Maitinimas būtinas tam tikroms treniruoklio funkcijoms, pavyzdžiui, pagalbos važiuojant nuokalne funkcijai ir USB įkrovimui.

1 Prijunkite maitinimo kabelį ① prie prievado ②.



PASTABA: kai kuriuose modeliuose gali būti naudojamas 2 dalių maitinimo kabelis su adapteriu, bet maitinimo kabelio funkcijos nesiskiria.

2 Prijunkite maitinimo kabelį prie standartinio sieninio lizdo.

3 Pasukite švaistiklį.

Ekranas ir ventiliatoriai įsijungia. Grindų lemputė švyti mėlynai.

Po kiekvieno naudojimo atjunkite maitinimo kabelį ir laikykite jį sausoje vietoje.

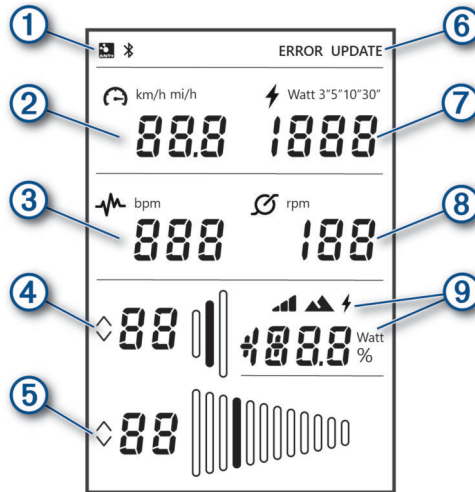
⚠ PERSPĖJIMAS

Būtinai išjunkite įrenginį ir atjunkite jį nuo tinklo po kiekvieno naudojimo. Tai sumažins įrenginio sugadinimo riziką.

Treniruotė

Ekrane rodomi duomenys

Ekranas įsijungia vos tik pradėdote minti pedalus. Ekrane gali būti rodomi kitokie duomenys, jei prisijungėte prie programos Tacx Training, trečiosios šalies programos arba pasirinkamų belaidžių jutiklių.



①	Rodoma ANT+® arba Bluetooth® ryšio būseną (<i>Pasirenkamų jutiklių susiejimas, 27 psl.</i>).
②	Rodomas dabartinis jūsų greitis kilometrais per valandą (km/h) arba myliomis per valandą (mi/h).
③	Rodomas dabartinis jūsų širdies dažnis dūžiais per minutę (dpm). Reikia prijungti širdies dažnio monitorių.
④	Rodoma dabartinė priekinė pavara (pagal numatytuosius nustatymus – kairysis perjungiklis).
⑤	Rodoma dabartinė galinė pavara (pagal numatytuosius nustatymus – dešinysis perjungiklis).
⑥	Rodomas klaidos pranešimas arba pasiekiamas treniruoklio programinės įrangos naujinimas. Jei reikia daugiau informacijos, prisijunkite prie programos Tacx Training.
⑦	Rodoma dabartinė atiduodamoji galia vatais (W).
⑧	Rodoma dabartinė kadencija apskukomis per minutę (aps./min.).
⑨	Rodomas rankiniu būdu nustatomas treniravimosi režimas (<i>Treniravimosi režimai, 19 psl.</i>) ir papildomi duomenys.

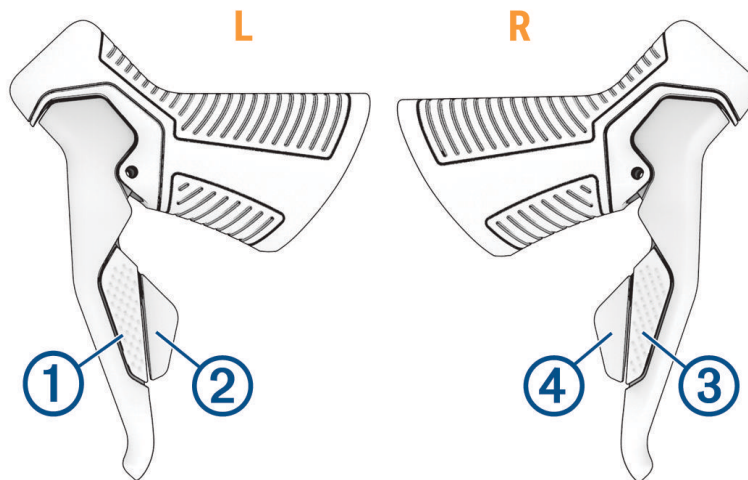
Važiavimas dviračiu

Naudodami treniruoklį Tacx NEO Bike Plus pirmą kartą rinkitės trumpą treniruotę rankiniu režimu. Pirmiausia reikia susipažinti su pagrindinėmis funkcijomis ir įvaldyti mygtukus bei nustatymus.

1 Pradėkite minti pedalus.

Ekranas ir ventiliatoriai įsijungia. Grindų lemputė švyti mėlynai (*Grindų lemputė, 19 psl.*).

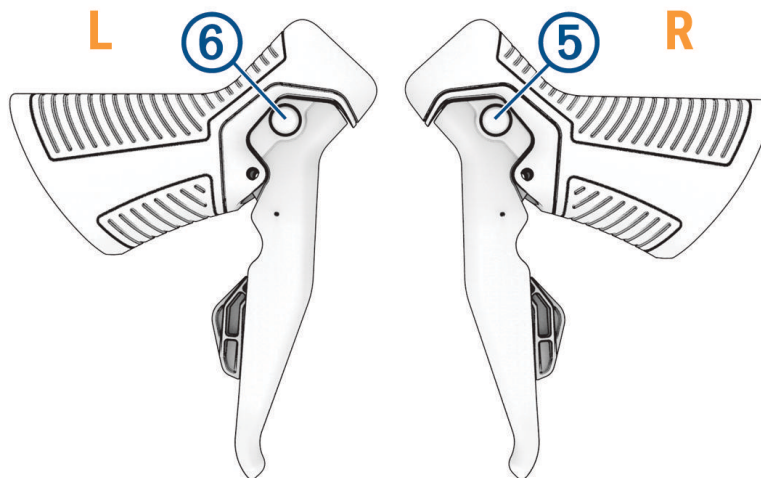
2 Perjungikliais pakeiskite priekines ir galines pavaras:



- Paspauskite ①, jei norite didinti priekinę pavarą.
- Paspauskite ②, jei norite mažinti priekinę pavarą.
- Paspauskite ③, jei norite mažinti galinę pavarą.
- Paspauskite ④, jei norite didinti galinę pavarą.

Sąrašė nurodytos numatytosios perjungiklių funkcijos. Galite tinkinti perjungiklius, kad jie veiktų kaip Campagnolo®, Shimano® arba SRAM® perjungikliai (*Treniruoklio nustatymų tinkinimas programoje, 21 psl.*).

3 Laikydami paspaudę abu valdymo mygtukus ⑤⑥ pasirinkite rankinį treniravimosi režimą (*Treniravimosi režimai, 19 psl.*).



4 Paspausdami bet kurį mygtuką pasirinkite režimą.

Aktyvaus režimo piktograma mirksi 1 sekundę patvirtindama pasirinkimą.

5 Treniruodamiesi:

- Paspauskite **5**, jei norite didinti nuolydį, vertę ar pasipriešinimą.
- Paspauskite **6**, jei norite mažinti nuolydį, vertę ar pasipriešinimą.

6 Jei reikia, spauskite stabdžius, kol lėtai sustosite.

PATARIMAS: jei ilsitės arba pristabdote treniruotę, sulėtinti smagratį galite ir stabdžiais.

Ventiliatoriaus greičio reguliavimas

Susiejus treniruoklį su programa Tacx Training ir pradėjus veiklą, ventiliatoriaus veikimas priklauso nuo programos nustatymų (*Treniruoklio nustatymų tinkinimas programoje, 21 psl.*). Galite keisti ventiliatoriaus greitį ir rankiniu būdu.

1 Dukart paspauskite abu valdymo mygtukus (*Važiavimas dviračiu, 18 psl.*).

Treniruoklio ekrane atidaromi ventiliatoriaus valdikliai.

2 Dešiniuuoju valdymo mygtuku gali didinti ventiliatoriaus greitį, o kairiuoju jį mažinti.

Yra keturi ventiliatoriaus greičiai: didelis, vidutinis, mažas ir „išjungta“.

Treniravimosi režimai

Pasirinkti treniravimosi režimą galite, kai darote rankinę (autonominę) treniruotę ant treniruoklio Tacx NEO Bike Plus. Treniravimosi režimai nepasiekiami, kai esate prisijungę prie programos Tacx Training ar kitos trečiųjų šalių programos.

PASTABA: treniravimosi režimai veikia ir prijungus išorinį maitinimo šaltinį, ir jo neprijungus. Jei prijungsite išorinį maitinimo šaltinį, treniruotė atrodys realistiškesnė.

Simbolis	Režimas	Aprašas
	Nuolydis	Treniruojamasi ant nustatyto nuolydžio, kad galėtumėte imituoti įkalnes ir kalvas. Valdymo mygtukais galite nustatyti įkalnę, o perjungikliais – pakeisti pavaras.
	Galia	Treniruotė grindžiama nustatyta atiduodamosios galios verte, todėl galite važiuoti kontroliuojamu ir pastoviu pastangų lygiu. Galite nustatyti vertę valdymo mygtukais.
	Pasipriešinimas	Treniruotė grindžiama 20 galimų pasipriešinimo lygių, todėl galite važiuoti be konkrečios tikslinės vertės, pvz., bendros treniruotės metu. Galite keisti pasipriešinimo lygį valdymo mygtukais.

Grindų lemputė

Treniruojantis grindų lemputės spalva keičiasi.

Lemputės spalva	Būsena
Mėlyna	Treniruoklis įjungtas ir tinkamai veikia.
Violetinė	Vidutinė atiduodamoji galia.
Raudona	Didelė atiduodamoji galia.
Žalia	Jei nebeminiate pedalų 5 minutes, lemputė vieną kartą sumirksi žalia spalva ir treniruoklis persijungia į budėjimo režimą (<i>Budėjimo režimas, 20 psl.</i>).
Nešvyti	Treniruoklis išjungtas arba veikia budėjimo režimu.

Budėjimo režimas

Kai nenaudojate Tacx NEO Bike Plus treniruoklio, jis persijungia į budėjimo režimą. Galite pažadinti treniruoklį pasukdami švaistiklį.

Išorinis maitinimas prijungtas: jei 5 minutes nieko nedaroma, treniruoklis persijungia į budėjimo režimą.

Be išorinio maitinimo: jei 10 sekundžių nieko nedaroma, treniruoklis persijungia į budėjimo režimą.

Programa Tacx Training

Programą Tacx Training galima atsisiųsti į suderinamą telefoną, planšetę ar kompiuterį.

- Važiuokite įdomiais maršrutais neišeidami iš namų.
- Kurkite nuosavus maršrutus, treniruotes ir kt.
- Tvarkykite treniruotes, keiskite numatytuosius nustatymus ir šalinkite problemas.
- Sinchronizuokite treniravimosi patalpoje duomenis su Garmin Connect™ paskyra.
- Atnaujinkite įrenginio programinę įrangą (*Treniruoklio programinės įrangos naujinimas, 25 psl.*).

Treniravimasis su programa Tacx Training

Norint naudotis visomis treniruoklio funkcijomis, reikės perjungti treniruoklį į susiejimo režimą ir prijungti prie programos Tacx Training.

- 1 Prijunkite treniruoklį prie standartinio sieninio lizdo, jei norite naudotis visomis funkcijomis, pvz., pagalbos važiuojant nuokalne funkcija ir USB įkrovimu.
- 2 Iš telefone arba planšetiniame kompiuteryje esančios programų parduotuvės įdiekite programą Tacx Training ir atidarykite ją.
- 3 Tacx NEO Bike Plus treniruoklyje spauskite abu valdymo mygtukus 5 sekundes (*Važiavimas dviračiu, 18 psl.*).
- 4 Kai ekrane bus rodomas tik mirksintis ✖, paleiskite mygtukus.
Treniruoklis persijungs į saugųjį susiejimo režimą penkioms minutėms arba kol susiejimas bus sėkmingai baigtas. Galite atšaukti paspausdami bet kurį mygtuką.
- 5 Programoje Tacx Training pasirinkite **Connect Trainer**.
- 6 Vadovaudamiesi ekrane pateikiamomis instrukcijomis atlikite susiejimo ir nustatymo veiksmus.
PATARIMAS: prieš pradėdami treniruotę ar trasą pritaikykite treniruoklio nustatymus programoje (*Treniruoklio nustatymų tinkinimas programoje, 21 psl.*).
- 7 Pasirinkite treniruotę ar trasą.
- 8 Pradėkite minti pedalus.
Ekranas ir ventiliatoriai įsijungia. Grindų lemputė švyti mėlynai (*Grindų lemputė, 19 psl.*).
- 9 Vadovaukitės ekrane pateikiamomis instrukcijomis.

Treniruoklio nustatymų tinkinimas programoje

PATARIMAS: prieš pradėdant treniruotę ar trasą reikia pritaikyti treniruoklio nustatymus programoje. Nustatant tam tikras parinktis reikia prijungti ANT+ priedą.

- 1 Atidarykite programą Tacx Training.
- 2 Pasirinkite treniruoklį.
- 3 Pasirinkite **Trainer Settings**.
- 4 Pasirinkite parinktį:
 - Jei norite keisti pavarų nustatymus, pasirinkite **Virtual Gears**.
 - Jei norite nustatyti ventiliatoriaus veikimo lygį ir treniravimosi sąlygas, pasirinkite **Ventiliatorius**.
 - Jei norite tinkinti galios rodinį ir greičio matavimo vienetus, pasirinkite **Ekranas**.
 - Jei norite naudoti saugųjį arba atvirąjį ryšį, pasirinkite **Connection Settings**.
 - Jei norite nustatyti pavarų perjungimo sistemos tipą, pasirinkite **Shifting Mechanism**.

PATARIMAS: verta naudoti tokią pačią pavarų perjungimo sistemą kaip plento dviračiuje.

 - Jei norite keisti kelio pojūčio intensyvumą, pasirinkite **Kelio pojūtis**.
 - Jei norite nustatyti numatytąjį kūno svorį arba dviračio svorį, pasirinkite **Device Defaults**.
 - Jei norite nustatyti švaistiklio ilgį pagal fizinį treniruoklio švaistiklio ilgį, pasirinkite **Crank** (*Pedaly montavimas, 8 psl.*).

Įrenginio informacija

Specifikacijos

Maitinimo blokas	Naudokite pateiktą 48 V NS maitinimo kabelį. Nuo 100 iki 240 V
Darbinės temperatūros diapazonas	Nuo 0 iki 40 °C (nuo 32 iki 104 °F)
Laikymo temperatūros diapazonas	Nuo -20 iki 60 °C (nuo -4 iki 140 °F) PRANEŠIMAS Jei treniruoklis buvo laikomas arba transportuojamas žemesnėje temperatūroje, nei nurodyta, palaukite 12 valandų, kol jis prisitaikys prie darbinės temperatūros diapazono. Dėl didelių temperatūros pokyčių treniruoklio viduje gali prasidėti kondensacija, kuri kelia turtinės žalos pavojų.
Belaidžio ryšio dažnis	2,4 GHz esant 5,7 dBm, maksimali vertė
Maksimalus dviratininko svoris	120 kg (265 svarai)

Įrenginio priežiūra ir laikymas

⚠ ĮSPĖJIMAS

Žr. vadovą *Svarbi saugos ir produkto informacija*, pateiktą produkto dėžėje, kad susipažintumėte su įspėjimais dėl produkto ir kita svarbia informacija.

PRANEŠIMAS

Garmin rekomenduoja vadovautis toliau pateiktais priežiūros ir laikymo patarimais, kurie padės išvengti prakaito ir drėgmės poveikio tam tikriems treniruoklio komponentams, galinčio sugadinti treniruoklį.

Atlikite toliau nurodytus veiksmus, kad apsaugotumėte tam tikrus treniruoklio komponentus nuo prakaito ir drėgmės poveikio, galinčio sugadinti treniruoklį.

- Uždėkite apdangalą nuo prakaito (*Apdangalo nuo prakaito uždėjimas, 23 psl.*).
Kad prakaito ir drėgmės nepatektų į treniruoklio komponentus, visada naudokite apdangalą nuo prakaito.
- Treniruočių metu ir po jų saugokite maitinimo kabelį ar adapterį nuo prakaito ir drėgmės.
- Po kiekvieno naudojimo atjunkite maitinimo kabelį ir laikykite jį sausoje vietoje.
- Po kiekvieno naudojimo nuvalykite aliuminio diską dešinėje treniruoklio pusėje drėgna šluoste ir kruopščiai nusauskite.
- Valykite balnelį, vairą ir pedalus šluoste, sudrėkinta nestipriu valymo tirpalu.
- Prieš padėdami treniruoklį į laikymo vietą kruopščiai jį nuvalykite ir nusauskite.
- Prireikus perkelti treniruoklį Tacx NEO Bike Plus, naudokitės ratukais galinėje jo pusėje.

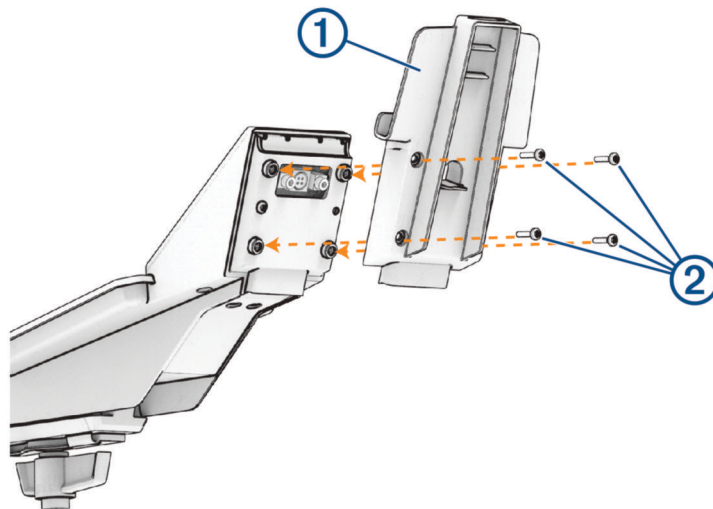
PASTABA: perkėlus treniruoklį, reikia jį stabilizuoti ir išlyginti.

- Prieš naudodami patikrinkite ir gerai priveržkite varžtus, rankenas ir sraigtus.
- Prieš kiekvieną naudojimą patikrinkite, ar nepadaryta žalos maitinimo kabeliui ir adapteriui.
- Informacijos apie pasirinktinius priedus ir atsargines dalis ieškokite adresu buy.garmin.com arba kreipkitės į Garmin atstovą.
- Jei nenaudosite treniruoklio keletą mėnesių, laikykite jį sausoje ir vėsioje maždaug kambario temperatūros vietoje (*Specifikacijos, 21 psl.*).

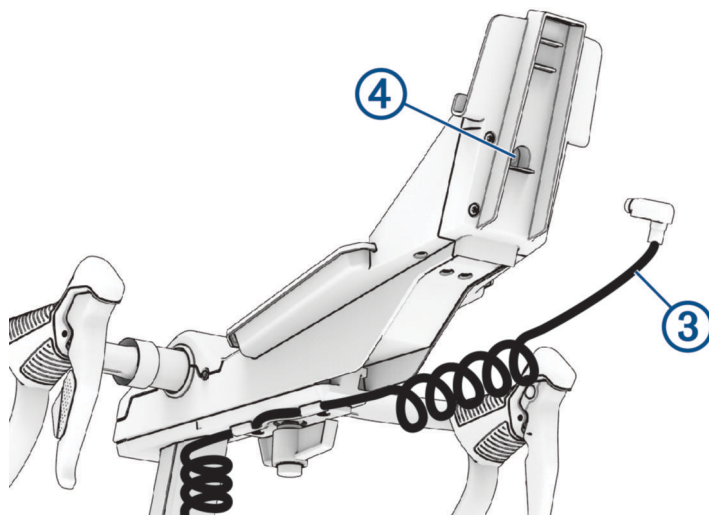
Planšetinio kompiuterio laikiklio montavimas

Montavimo rinkinyje  rasite M4 X 10 varžtus (4), kuriais montuojami ventiliatoriai (*Ventiliatorių su planšetinio kompiuterio laikiklio montavimas, 12 psl.*) arba planšetinio kompiuterio laikiklis.

- 1 Sulygiuokite planšetinio kompiuterio laikiklį ① su galine ekrano dalimi.
- 2 Naudodami M4 x 10 varžtus ② ir „Torx 20“ raktą montuokite planšetinio kompiuterio laikiklį.



- 3 Prijunkite ekrano kabelį ③ prie prievado ④.

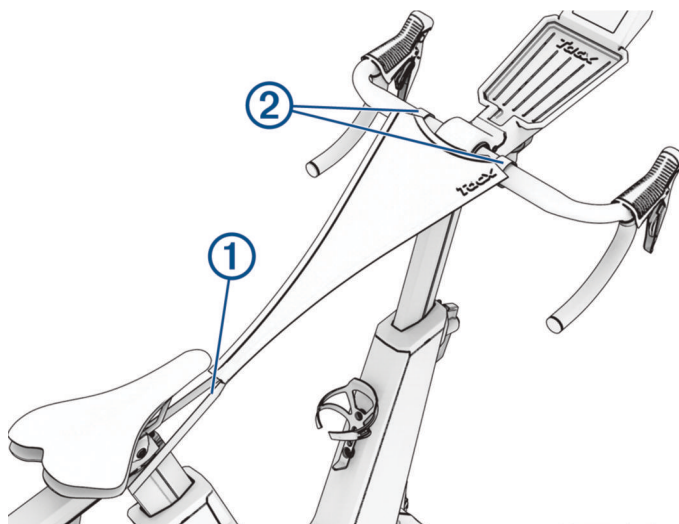


- 4 Uždėkite spaustuką ir planšetinį kompiuterį (*Planšetinio kompiuterio tvirtinimas prie treniruoklio, 14 psl.*).

Apdangalo nuo prakaito uždėjimas

Jeį važiuodami smarkiai prakaituojate, prakaito gali patekti į įrenginio komponentus ir dėl to prasidės korozija. Siekiant geriausių rezultatų, Garmin rekomenduoja važiuojant apsaugoti įrenginį pateiktu apdangalu nuo prakaito. Apdangalas sugeria prakaitą.

- 1 Uždėkite kilpą ① ant balnelio stovo.



- 2 Pritvirtinkite kibiąsias juostas ② aplink vairą.

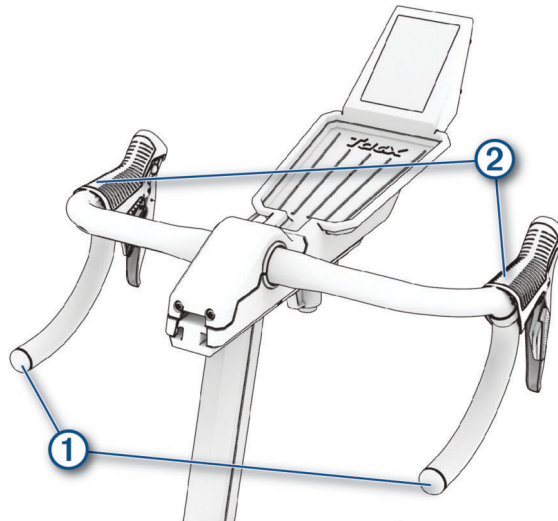
PATARIMAS: po kelių treniruočių apdangalą nuo prakaito išplaukite. Priežiūros instrukcijas žr. kitoje apdangalo nuo prakaito pusėje.

Vairo apvyniojimas

Jei vairo juosta nusidėvėjo arba yra nepatogi, pakeiskite ją. Juostos kokybė gali pablogėti dėl rankų prakaito. Garmin rekomenduoja mėvėti dviratininko pirštines.

PATARIMAS: iš pradžių pakeiskite juostą vienoje pusėje, kad galėtumėte palyginti su kita puse.

1 Nuimkite vairo dangtelius ① ir svirčių gaubtus ②.



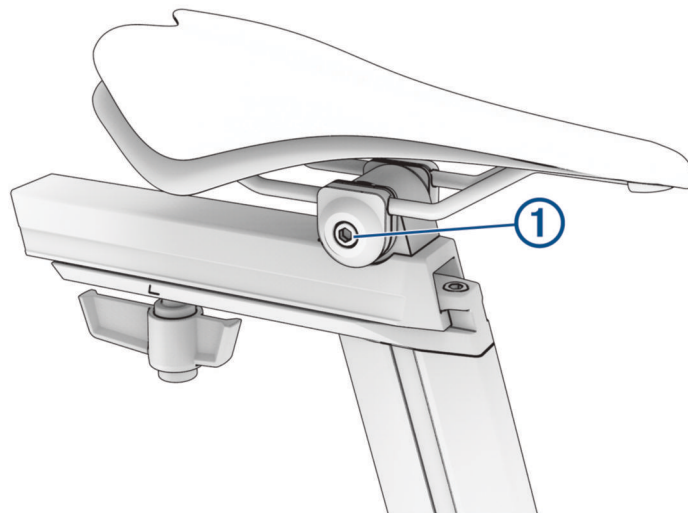
- 2 Nuimkite visą vairo juostą ir sugadintą izoliacinę juostą.
- 3 Jei reikia, tvirtinkite pavarų perjungiklio trosus izoliacine juosta.
- 4 Apvyniokite vairą nauja juosta.
- 5 Užmaukite svirčių gaubtus ir uždėkite atgal vairo dangtelius.

Balnelio keitimas

Su treniruokliu galite naudoti suderinamą kitų gamintojų balnelį.

PASTABA: jei norite įsigyti pakaitinį balnelio bloką, apsilankykite adresu garmin.com/intosports.

1 5 mm šešiabriauniu raktu išsukite balnelio varžtą ①.



- 2 Nuimkite balnelį.
- 3 Uždėkite naują balnelį ant bėgelio ir įsukite balnelio varžtą.
- 4 Jei reikia, reguliuokite balnelio aukštį, atitraukimo atstumą ir kampą.

Trikčių šalinimas

Treniruoklio programinės įrangos naujinimas

Norint naujinti treniruoklio programinę įrangą, reikia susieti treniruoklį su naujausios versijos programa Tacx Training (*Treniravimasis su programa Tacx Training, 20 psl.*).

- 1 Prijunkite maitinimo kabelį prie sieninio lizdo (*Maitinimo kabelio prijungimas, 16 psl.*).
- 2 Patikrinkite, ar prijungtas ekrano kabelis (*Planšetinio kompiuterio laikiklio montavimas, 22 psl.*).
- 3 Atidarykite programą Tacx Training.
- 4 Pasirinkite treniruoklį.
- 5 Pasirinkite **Programinės aparatinės įrangos naujinys > Atnaujinti**.
- 6 Palaukite, kol integruotosios programinės įrangos naujinimas bus baigtas.
Jis gali trukti keletą minučių.

Tacx NEO Bike Plus treniruoklis nereaguoja

Jei Tacx NEO Bike Plus nustoja reaguoti, galite atkurti gamyklinius įrenginio nustatymus.

- 1 Spauskite abu valdymo mygtukus 10 sekundžių.
Piktogramos mirksi.
- 2 Paspausdami abu valdymo mygtukus patvirtinkite.
Jei norite atšaukti gamyklinių nustatymų atkūrimą, galite paspausti bet kurį kitą mygtuką.
- 3 Palaukite, kol įrenginys bus nustatytas iš naujo
Atkūrus gamyklinius nustatymus, reikės susieti Tacx NEO Bike Plus su programa Tacx Training.

Patarimai, kaip tinkamai sureguliuoti dviratį

Kiekvienas iš mūsų sureguliuoja dviratį unikaliai, tad čia tiks bandymų ir klaidų metodas ir reikės keletą važiavimų. Jei kelis kartus pavažiavus reikės pagalbos reguliuojant Tacx NEO Bike Plus treniruoklio geometriją, bandykite pasinaudoti šiais patarimais.

ATCERETIES: prieš reguliuodami vairo aukštį, ilgį ar kampą nuimkite planšetinį kompiuterį.

- Sureguliuokite balnelio aukštį:
 - Išmatuokite savo plento dviratį ir atitinkamai sureguliuokite treniruoklį.
 - Jei neturite plento dviračio, atsistokite šalia treniruoklio ir nustatykite balnelio aukštį ties klubo kaulu.
- Pasirinkite tinkamą treniruoklio švaistiklio ilgį:
 - Jis turi būti toks pat kaip plento dviračio švaistiklio ilgis.
Daugelis gamintojų nurodo ilgį (mm) ant vidinės švaistiklio pusės.
 - Nustatykite švaistiklio ilgį pagal savo ūgį arba kelnių siūlę (*Švaistiklio ilgio parinktys, 26 psl.*).
 - Patikrinkite švaistiklio nustatymus programoje Tacx Training (*Treniruoklio nustatymų tinkinimas programoje, 21 psl.*).
- Sureguliuokite vairo aukštį, ilgį ar kampą.
- Sėskite ant dviračio ir pažiūrėkite, kaip jaučiatės.
PATARIMAS: jei treniruokliu naudosis keli asmenys, reikia įrašyti kiekvieno iš jų aukščio ir ilgio vertes.
- Jei vis tiek kils klausimų apie dviračio reguliavimą, pasitarkite su dviračių specialistu.

Švaistiklio ilgio parinktys

Internete galite rasti daug paskelbtų ataskaitų ir švaistiklio ilgio skaičiuotuvų. Jei vis tiek kils klausimų apie dviračio reguliavimą, galite pasitarti su dviračių specialistu.

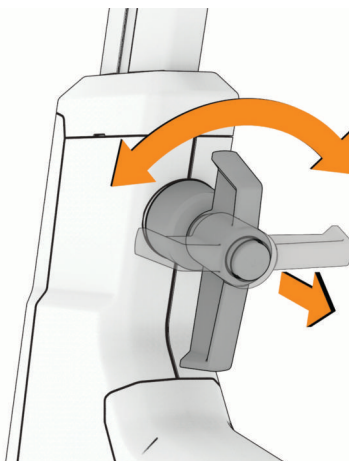
Švaistiklio ilgis	Ūgis (apytikslis)	Kelnių siūlės ilgis (apytikslis)
165 mm	170 cm (5 pėd. 7 col.) arba mažesnis	mažesnis nei 79 cm (31 col.)
167,5 mm	172,5 cm (5 pėd. 8 col.)	79–81 cm (31–32 col.)
170 mm	175 cm (5 pėd. 9 col.)	81–83 cm (32–33 col.)
172,5 mm	177,5 cm (5 pėd. 10 col.)	83–86 cm (33–34 col.)
175 mm	180 cm (5 pėd. 11 col.) ar didesnis	didesnis nei 86 cm (34 col.)

Rankenų ir sraigčių priveržimas

⚠ PERSPĖJIMAS

Kad nesusižeistumėte ir nesugadintumėte treniruoklio, prieš kiekvieną naudojimą gerai priveržkite visus rankenų varžtus ar begalvius sraigtus.

- 1 Patikrinkite dviračio geometriją ir pasirinkite parinktį:
 - Rankenų varžtai: gerai priveržkite kiekvieną rankeną pirštais.
 - Begalviai sraigčiai: gerai priveržkite kiekvieną sraigatą 6 mm arba 8 mm šešiabriauniu raktu.
- 2 Priverždami rankenas traukite ir sukite tik pačią rankeną (varžtas nejuda) ir sulygiuokite su rėmu ar bėgeliu. Rankenoje įtaisytas spyruoklinis mechanizmas, kurį galima užfiksuoti lygiai su dviračiu, kad nebūtų išsikišęs ir netrukdytų.



- 3 Įsitikinkite, kad rankena užsifiksavo savo vietoje.

Ar galima susieti ANT+ arba Bluetooth jutiklius naudojant atvirąjį ryšį?

Jūsų treniruoklis gali naudoti atvirąjį ryšį su suderinamais ANT+ arba Bluetooth jutikliais.

- 1 Programoje Tacx Training pasirinkite **Connection Settings**.
- 2 Jei naudojate Bluetooth jutiklius, išjunkite parinktį **Secure Bluetooth Connections**.
Pateikiamas patvirtinimo pranešimas.
- 3 Jei naudojate ANT+ jutiklius, įjunkite parinktį **ANT+ FE-C** arba **ANT+ Power Sensor**.
Pateikiamas patvirtinimo pranešimas.
- 4 Laikykitės jutiklį ne toliau kaip 3 m (10 pėd.) nuo treniruoklio.
PASTABA: susiedami būkite 10 m (33 pėdų) atstumu nuo kitų jutiklių.
- 5 Vadovaukitės suderinamo jutiklio ir treniruoklio susiejimo instrukcijomis.
Kai pažadinsite treniruoklį, ANT+ arba Bluetooth ryšio piktograma pakartotinai mirksės tris kartus (*Ekranė rodomi duomenys, 17 psl.*). Naudojamas atvirojo tipo ryšys, kol nepakeisite jo programos Tacx Training nustatymuose.

Pasirenkamų jutiklių susiejimas

Galite naudoti treniruoklį su belaidžiais jutikliais, pvz., širdies dažnio monitoriumi. Reikia susieti Bluetooth jutiklius tiesiogiai su programa Tacx Training naudojant saugųjį ryšį. Norint naudoti ANT+ jutiklius, reikia pakeisti įrenginio nustatymus programoje Tacx Training. Daugiau informacijos apie ryšio tipus žr. garmin.com/hrm_connection_types.

- 1 Laikykitės jutiklį ne toliau kaip 3 m (10 pėd.) nuo treniruoklio.
PASTABA: susiedami būkite 10 m (33 pėdų) atstumu nuo kitų jutiklių.
- 2 Atidarykite programą Tacx Training.
Jutiklis rodomas ryšių sąrašė, o jutiklio duomenys pateikiami treniruoklio ir programos duomenų laukuose.

