



**SIGMA**<sup>®</sup>  
GERMANY

53



MORE  
INFORMATION



[WWW.SIGMA-GR.COM](http://WWW.SIGMA-GR.COM)



**ROX GPS 11.0**

USER GUIDE

**Contenido**

- 1 **Contenido del embalaje**
- 2 **Montaje**
- 3 **Antes de encenderlo por primera vez**
- 4 **Manejo / Funciones de las teclas / Resumen del menú**
- 5 **Entrenar con el ROX GPS 11.0 / Así se inicia una grabación**
- 6 **Cargar ruta**
- 7 **Cómo obtengo los segmentos de Strava en el ROX GPS 11.0**
- 8 **Workout**
- 9 **Memoria**
- 10 **Ajustes**
- 11 **Sumario de funciones**
- 12 **Datos técnicos**
- 13 **Indicaciones**
- 14 **Garantía e información legal**

**Prólogo**

Muchas gracias por haberse decidido Vd. por un ciclo computador de la casa SIGMA SPORT®.

Su nuevo ROX GPS 11.0 será su compañero fiel por muchos años yendo en bicicleta. Para conocer y poder utilizar las múltiples funciones de su nuevo ciclo computador, por favor, lea atentamente este manual de instrucciones.

SIGMA SPORT® le desea que disfrute mucho utilizando su ROX GPS 11.0.

**1**

**Contenido del embalaje**



Ciclo computador  
ROX GPS 11.0  
en blanco o en negro



R2 DUO\*  
(ANT+, Bluetooth Smart)  
\*solamente contenido en el  
juego completo



R1 DUO\*  
(ANT+, Bluetooth Smart)  
\*solamente contenido en el  
juego completo



Soporte del GPS



Tipo de USB – A  
con cable micro B



Material de fijación



Guía rápida de instrucciones  
ROX GPS 11.0

**DOWNLOAD**

**DATA CENTER**



Aplicación SIGMA LINK



3

## Antes de encenderlo por primera vez

### ADVERTENCIA

Cargue Vd. completamente el ROX GPS 11.0.

La carga se realiza con un cable micro USB a través de la conexión USB del PC o con un cargador USB y tarda aprox. 3 horas. Para ello, inserte el cable micro USB en el puerto micro USB situado en la parte posterior del ROX GPS 11.0 y en el conector USB del PC o de un cargador USB (no suministrado).

### 3.1 Primer encendido

- 1° Presione la tecla de función **START** durante 5 segundos (tecla superior derecha).
- 2° Presione la tecla **START** para cambiar el idioma.
- 3° Seleccione el idioma deseado con las teclas de función **MÁS** o **MENOS** y presione la tecla de función **START**.
- 4° Realice los demás ajustes siguiendo este mismo esquema.

### 3.2 Emparejado de los sensores (ANT+) con el ROX GPS 11.0

Para utilizar los sensores (ANT+), estos tienen que ser emparejados con el ROX GPS 11.0.

Para ejecutar el emparejamiento, elija Vd. la opción del menú **CONFIGURACION > CONECTAR SENSOR**.

Hay varias posibilidades de emparejar los sensores:

- Con **ELEGIR SENSOR**, Vd. puede buscar un determinado tipo de sensor
- Con **BUSCAR TODOS**, Vd. busca todos los sensores existentes en el área.
- Introducción de la ID del sensor, si esta es conocida

Asegúrese Vd. siempre que solamente los sensores que se tienen que emparejar estén activados, antes de comenzar la búsqueda.

Comience Vd. la búsqueda con **BUSCAR TODOS** o **BUSCAR SENSOR** → tipo de sensor deseado.

Después de pocos segundos el sensor y la ID correspondiente del sensor será mostrado. Seleccione Vd. el sensor deseado para conectarlo.

Los sensores que se han emparejado, los encontrará Vd. bajo **SENSORES CONECTADOS**.

### 3.3 Sincronización de los sensores

Para la sincronización de los sensores (ANT+), el ROX GPS 11.0 tiene que estar encendido y encontrarse en el modo de entrenamiento.

La búsqueda de los sensores se ejecuta automáticamente. Se busca a todos los sensores emparejados con anterioridad. El valor correspondiente al sensor deja de parpadear tan pronto como se haya encontrado el sensor correspondiente.

Si un sensor no es encontrado asegúrese Vd. que este esté activado.

### 3.4 Conexión con el teléfono inteligente

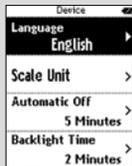
Para poder transmitir los datos de entrenamiento a la aplicación SIGMA LINK, lo primero que tiene que hacer Vd. es emparejar su teléfono inteligente con el ROX GPS 11.0. Para ello seleccione Vd. la siguiente opción del menú: **CONFIGURACIÓN** → **CONECTAR TELÉFONO INTELIGENTE** → **CONECTO TELÉFONO INTELIGENTE**

Siga Vd. las instrucciones de la aplicación SIGMA LINK.

4

## Manejo / Funciones de las teclas / Resumen del menú

### 4.1 Concepto de manejo



El control del menú del ROX GPS 11.0 se simplifica sustancialmente con un nivel de navegación siempre visible. En este nivel se muestran las posibles funciones de las dos teclas de función **STOP** y **START** para

- llegar al siguiente nivel más profundo (**START**),
- volver al siguiente nivel más alto (**STOP**),
- hojear dentro del mismo nivel hacia adelante o atrás o para incrementar valores o para reducirlos (**MÁS** o **MENOS**)

## 4.2 Funciones de las teclas

### Tecla STOP:

Con esta tecla se sale de los submenús o se detiene la grabación de datos en curso.

### Tecla START:

Con esta tecla Vd. llega a los submenús o Vd. comienza la grabación de datos.

Durante la grabación de datos, Vd. puede comenzar con ello otra vuelta.

Apretando prolongadamente enciende o apaga el ROX GPS 11.0.

### Tecla de función MENOS:

Con esta tecla Vd. cambia las vistas del entrenamiento mientras está entrenando. En el menú Vd. navega por los puntos diferentes o reduce un valor a programar.

**Solamente al entrenar (en el ejercicio activo):** apretando prolongadamente cambia a la fase siguiente de su ejercicio definido

### Activar/desactivar el modo de iluminación

Al apretar la tecla **MÁS y MENOS** al mismo tiempo se activa o desactiva el modo de iluminación.

### Tecla de función MÁS:

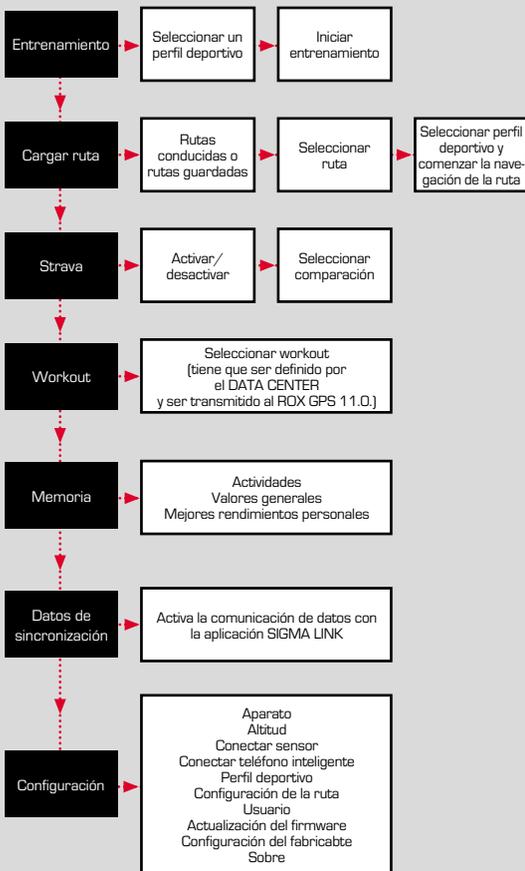
Con esta tecla Vd. cambia las vistas de entrenamiento durante el entrenamiento.

En el menú Vd. navega por los puntos diferentes o aumenta un valor a programar.

**SOLAMENTE DURANTE EL ENTRENAMIENTO:** apretando prolongadamente abre el menú corto en el entrenamiento.



## 4.3 Resumen del menú



5

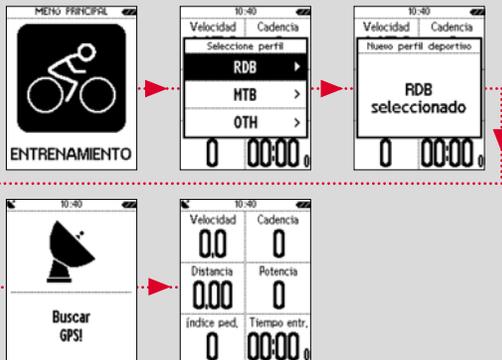
## Entrenar con el ROX GPS 11.0 / Así se inicia una grabación

### INFORMACIÓN SOBRE LOS PERFILES DEPORTIVOS

El ROX GPS 11.0 posee denominados "PERFILES DEPORTIVOS". Estos sirven para enlazar diferentes configuraciones con el tipo de deporte seleccionado. De esta manera, todas las configuraciones importantes están enlazados con el PERFIL DEPORTIVO. Si se cambia el perfil deportivo, p.ejem. las vistas de entrenamiento y las configuraciones para la pausa automática, se establecen automáticamente. Una vez configurado, ya no será necesario realizar la tediosa comprobación de las configuraciones. Las vistas de entrenamiento en el PERFIL DEPORTIVO se pueden configurar solamente por medio del DATA CENTER.

### 5.1 Iniciar entrenamiento

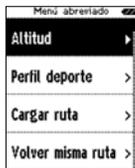
Después de seleccionar el PERFIL DEPORTIVO deseado, la búsqueda del GPS se comienza. Después de la búsqueda satisfactoria del GPS se puede ir cambiando con la tecla **MÁS** o **MENOS** por las diferentes vistas.



Para iniciar el entrenamiento o la grabación, se debe presionar una vez la tecla **START**. Siempre que el cronómetro está en marcha se graba.



## 5.2 Configuraciones importantes para el entrenamiento en el menú corto



Si Vd. quiere ejecutar configuraciones importantes para el entrenamiento antes de iniciar, como p.ejem. calibrar la altura, apriete la tecla **MÁS** y manténgala apretada para llegar al menú corto. Se pueden realizar las siguientes configuraciones:

### a. Actividad actual

Este punto aparece en cuanto se inicia un entrenamiento. De esta manera podrá ver todos los valores importantes durante el recorrido y directamente en su ROX GPS 11.0.

### b. Calibración de la altitud IAC+

La medición de altitud del ROX GPS 11.0 se calcula con ayuda de la presión atmosférica barométrica. Cualquier cambio en el clima conlleva el cambio de la presión atmosférica, lo cual puede ocasionar cambios en la altitud actual. Para compensar este cambio en la presión atmosférica se debe introducir una altitud de referencia en el ROX GPS 11.0 (la denominada "calibración").

El ROX GPS 11.0 le ofrece tres formas de calibración diferentes (solo se debe utilizar una de las posibilidades).

#### 1° Altitud inicial 1-3

La altitud inicial es la altitud del lugar donde se comienza. De esta manera, se pueden ajustar 3 altitudes iniciales diferentes.

#### 2° Altitud actual

La altitud actual es la altitud del lugar donde se encuentra en ese momento. La altitud actual se utiliza cuando se está fuera con la bicicleta y se dispone de un dato de altitud.

#### 3° Presión atmosférica al nivel del mar

Si se encuentra a una altura desconocida, puede introducir la "presión atmosférica reducida al nivel del mar" para calibrar la altitud actual. La presión atmosférica reducida al nivel del mar puede averiguar por el internet (p.ejem. [www.metec24.de](http://www.metec24.de)), en la prensa diaria o en el aeropuerto.

#### 4° Calibración mediante GPS

Si no tuviera Vd. punto de referencia o punto de inicio de su altitud actual, también lo puede averiguar por GPS. La precisión de la altitud mostrada depende de la recepción del GPS y se muestra en pantalla (por ej. +/-10 m).

### c. Selección del perfil deportivo

Si accidentalmente ha elegido un perfil deportivo incorrecto, aquí podrá volver a modificarlo. Esto solo es posible si el entrenamiento aún no se ha comenzado.

### d. Cargar ruta

Aquí se puede cargar una ruta en cualquier momento.

### e. Volver por la misma ruta

Con esta opción será guiado para volver por la misma ruta que ha recorrido antes.

### f. Workout

Aquí también puede seleccionar e iniciar un ejercicio definido por Vd. mientras está entrenando. El ejercicio se inicia automáticamente en cuanto Vd. lo haya seleccionado.

### g. Segmentos Strava en vivo

Aquí puede ver sus segmentos Strava o desactivar Strava.

### h. Pausa automática

En cuanto presione la tecla Start, podrá iniciar el entrenamiento. El ROX GPS 11.0 espera a poder registrar una velocidad superior de 2,2 km/h para que comience a grabar el entrenamiento. A partir de ahora la función de pausa automática activada vigila de pausar el tiempo de entrenamiento si las velocidades están por debajo de los 2,2 km/h ("auto pausa" aparece en pantalla) y de iniciarlo otra vez con velocidades superiores a 2,2 km/h [auto start].

### i. Alarmas

Aquí tiene Vd. la posibilidad de activar o desactivar alarmas definidas por Vd. durante el entrenamiento.

### j. Vuelta automática

En las configuraciones, Vd. puede seleccionar entre los criterios: distancia, tiempo o calorías. Si ha seleccionado, por ej., 5 km para una vuelta automática, siempre se grabará automática la vuelta a los 5 km. Estas se pueden analizar con detalle en el DATA CENTER.

## k. Calibrado de la brújula

Calibre Vd. la brújula para tener la mejor orientación posible respecto a la ruta incluso estando parado.

## l. Zoom

Aquí tiene la posibilidad de elegir entre un nivel de zoom fijo y uno automático para visualizar la ruta. Si está ajustado en automático, el nivel de zoom se modifica dependiendo de la velocidad.

## m. Alarma de zona meta (solamente en workout)

Vd. puede desactivar la alarma de zona de meta durante el recorrido.

## 5.3 Acabar el entrenamiento & transmisión de datos

Si Vd. quiere terminar su entrenamiento o ruta, deberá apretar dos veces la tecla **STOP**. Se le consultará si desea guardar el entrenamiento o si desea continuar. Con la tecla **STOP** Vd. termina y graba el entrenamiento. De esta manera ya se podrá transferir al DATA CENTER. Para ello, simplemente conecte el ROX GPS 11.0 con el DATA CENTER y siga las indicaciones de este último. Si Vd. desea borrar el entrenamiento, apriete una vez la tecla **MÁS** o **MENOS** para cambiar la selección de grabar a borrar. Para borrar el entrenamiento definitivamente, apriete la tecla **STOP**. El entrenamiento será borrado irrecuperablemente.

## 5.4 Transmitir datos a la aplicación SIGMA LINK

Para transmitir los datos de entrenamiento a la aplicación SIGMA LINK, seleccione Vd. en su ROX GPS 11.0 la opción del menú **SINC DATOS**. Todos los pasos siguientes los ejecutará con la aplicación SIGMA LINK Para ello siga Vd. las instrucciones en la aplicación LINK.

## 6

### Cargar ruta

Aquí puede seleccionar, iniciar, mostrar o eliminar rutas recorridas o guardadas.

#### ADVERTENCIA

La administración de la ruta también se puede ejecutar rápido y cómodamente por el **DATA CENTER**. Rutas ya definidas también pueden ser transferidas cómodamente al **ROX GPS 11.0** por medio de la aplicación **SIGMA LINK**.

## 6.1 Rutas recorridas

Aquí encontrará todas sus rutas recorridas. Después de seleccionar una ruta presionando la tecla de función **START**, habrá 4 opciones para elegir:

- Iniciar ruta
- Iniciar ruta a la inversa
- Mostrar ruta
- Mostrar perfil de altitud

### 6.1.1 Iniciar ruta

Con "Iniciar ruta" puede seguir la ruta seleccionada.

Después de seleccionar la opción "iniciar ruta" por las teclas de función y confirmar la selección presionando la tecla de función **START**, se inicia la ruta. La pantalla cambia automáticamente a la selección del **PERFIL DEPORTIVO**.

#### ADVERTENCIA

Si Vd. no hubiese definido ninguna vista de la ruta en sus vistas de entrenamiento, una página adicional para la vista de ruta se cargará.

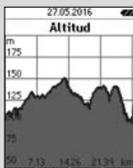
### 6.1.2 Iniciar ruta a la inversa

Con "Iniciar ruta a la inversa" puede invertir la dirección de la ruta seleccionada. Después de seleccionar la opción "iniciar ruta a la inversa" con las teclas de función y de confirmar la selección presionando la tecla **START**, se inicia la ruta. El lugar de inicio y el de destino de la ruta seleccionada están invertidos.

### 6.1.3 Mostrar ruta

Con "Mostrar ruta" puede visualizar la distancia del recorrido seleccionado.

### 6.1.4 Mostrar perfil de altitud



Con "Mostrar perfil de altitud" puede visualizar una representación gráfica del perfil de altitud de la ruta.

### 6.2.3 Mostrar ruta

Con "Mostrar ruta" puede visualizar la distancia del recorrido seleccionado.

## 6.2 Rutas guardadas

Aquí encontrará las rutas que ha transferido con ayuda del DATA CENTER al ROX GPS 11.0.

El DATA CENTER le brinda la posibilidad de bajar rutas de otros usuarios, modificarlas y guardarlas o de planear Vd. mismo rutas en un mapa interactivo. Posteriormente podrá cargar estas rutas en el ROX GPS 11.0. Encontrará más información sobre el DATA CENTER en las instrucciones del DATA CENTER.

Después de seleccionar una ruta presionando la tecla de función **START**, habrá 5 opciones para elegir:

- Iniciar ruta
- Iniciar ruta a la inversa
- Mostrar ruta
- Mostrar perfil de altitud
- Mostrar detalles

### 6.2.4 Mostrar perfil de altitud

Con "Mostrar perfil de altitud" puede visualizar una representación gráfica del perfil de altitud del recorrido.

### 6.2.5 Mostrar detalles

Aquí encontrará los siguientes detalles sobre el recorrido seleccionado:

- Distancia
- Altitud ▲

## 7

### ¿Cómo obtengo los segmentos de Strava en el ROX GPS 11.0?

Para los fanáticos de Strava, el ROX GPS 11.0 ofrece una función especial: los segmentos Strava en vivo. De esta manera no se tiene que esperar hasta después de la carrera para ver si se ha logrado un mejor tiempo nuevo. Los segmentos Strava en vivo solamente pueden ser transmitidos si Vd. es socio nivel premium.

## 7.1 Reproducir segmentos Strava en el ROX GPS 11.0

Los segmentos Strava solo pueden pasarse al ROX GPS 11.0 a través del DATA CENTER. Para transferir segmentos de Strava es necesario tener una cuenta de usuario Strava (registrarse en [www.strava.com](http://www.strava.com)).

### 6.2.1 Iniciar ruta

Con "Iniciar ruta" puede recorrer la ruta seleccionada. Después de seleccionar la opción "iniciar ruta" con la tecla de función **START**, se inicia la ruta.

### 6.2.2 Iniciar ruta a la inversa

Con "Iniciar ruta a la inversa" puede invertir la dirección de la ruta seleccionada.

★	SIGMA SPORT	0.4km	1m	0%
★	Veningen - Dreihof	6.8km	25m	0%
★	Essingen-Gud-Welle	0.5km	11m	1%
★	Keisel Gutplatz - Offenbach	1.3km	5m	0%

### IMPORTANTE

¡Solamente se transfieren los segmentos Strava que han sido marcados como favoritos en [www.strava.com](http://www.strava.com)!

Para transferir los segmentos de Strava, conecte el ROX GPS 11.0 con el DATA CENTER. En el panel aparecerá la información más importante de su aparato. Desde aquí podrá transferir los segmentos marcados en Strava a su ROX GPS 11.0 con un clic.



## 8 Workout

Ejercicios son secuencias de entrenamiento predefinidas que están descritas con ayuda de fases de entrenamiento. Los ejercicios ofrecen máxima flexibilidad. Si Vd. desea ejecutar un entrenamiento con una zona de meta, tiene que definir una fase sencilla con la zona de meta correspondiente.

Si Vd. quiere ejecutar un entrenamiento a intervalos, puede definir la fase primera como fase de calentamiento, la segunda como intervalo (p.ejem. 5 x 1000 m con 1:00 min descanso) y con fase final de enfriamiento.

Se pueden definir hasta 10 fases. Una fase de intervalos puede contener hasta 99 repeticiones.

Ejercicios no se pueden configurar en el ROX GPS 11.0 directamente. Estos se tienen que crear por medio del SIGMA DATA CENTER y ser transmitidos a continuación.

## 9 Memoria

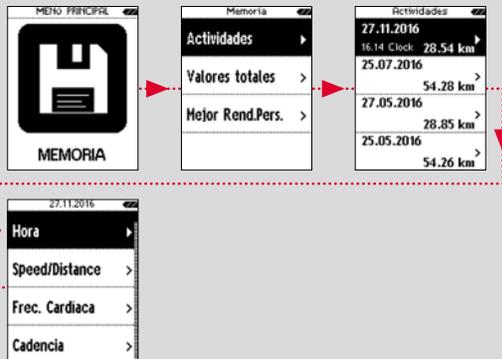
### 9.1 Actividades

Aquí encontrará todos los valores de sus actividades ordenados por fecha. La actividad más reciente primero. Los datos están divididos en las 10 siguientes subáreas:

- |                          |                      |
|--------------------------|----------------------|
| 1° Tiempos               | 8° Temperatura       |
| 2° Veloc./distancia      | 9° Vueltas           |
| 3° Frecuencia cardíaca   | 10° Vueltas auto     |
| 4° Frecuencia de pedaleo | 11° Segmentos Strava |
| 5° Rendimiento           | 12° Mostrar ruta     |
| 6° Altitud               | 13° Mostrar altitud  |
| 7° Calorías              |                      |

### ADVERTENCIA

La vista de los segmentos solamente es posible si previamente ha cargado Vd. los datos de segmentos Strava en el ROX GPS 11.0.



## 9.2 Valores totales

Encontrará todos los valores totales para el ROX GPS 11.0:



- 1º Número de entrenamientos
- 2º Tiempo de entrenamiento
- 3º Distancia
- 4º Altitud ascenso
- 5º Altitud descenso
- 6º Calorías
- 7º Restablecer todos los valores

Tiene la posibilidad de restablecer los valores totales. Seleccione con las teclas de función **MÁS** o **MENOS** la opción **"RESTABLECER TODOS LOS VALORES"** y presione la tecla de función **START**.

## 9.3 Mejores rendimientos personales

Encontrará sus mejores rendimientos personales divididos para las siguientes subáreas:



- 1º Mayor tiempo de entrenamiento
- 2º Entrenamiento más rápido
- 3º Distancia más larga
- 4º Mayores altitudes
- 5º Mayoría de calorías
- 6º Mejores 5k (5 kilómetros)
- 7º Mejor rendimiento (20m)
- 8º Restablecer mejores rendim.

Puede restablecer los mejores rendimientos personales. Seleccione la opción **"Restablecer mejores rend."** con las teclas de función **MÁS** y **MENOS** y presione la tecla de función **START**.

## 10 Configuraciones



Todas las funciones importantes se pueden configurar o bien directamente en el ROX GPS 11.0 o bien en el PC para luego ser transferidas al ROX GPS 11.0.

### 10.1 Aparato

#### 10.1.1 Idioma (DE, EN, FR, ES, IT, NL, CZ, PL)

Vd. puede seleccionar el idioma del ROX GPS 11.0 con las teclas de función **MÁS** y **MENOS** y a continuación presionando la tecla de función **START**.

#### 10.1.2 Unidades

Para el ROX GPS 11.0 se pueden establecer las siguientes unidades de medida:

- Velocidad (km/h, mph)
- Distancia (km, millas)
- Altitud (metros, pies)
- Temperatura (°C, °F)
- Formato de coordenadas de GPS (hddd°mm'ss.s, hddd°mm,mmm)

#### 10.1.3 Apagado autom. (ON / OFF)

#### 10.1.4 Tiempo de iluminación

Con las teclas de funciones **MÁS** y **MENOS** y presionando a continuación la tecla de función **START**, Vd. puede configurar el tiempo de iluminación (encendido permanente, 5 min, 2 min, 30 s) del ROX GPS 11.0.

### 10.1.5 Luminosidad

Con las teclas de funciones **MÁS** y **MENOS** y presionando a continuación la tecla de función **START**, Vd. puede configurar la luminosidad [1-3] del ROX GPS 11.0.

### 10.1.6 Sonidos del teclado (ON/OFF)

### 10.1.7 Sonidos del sistema (ON/OFF)

### 10.1.8 Contraste

Con las teclas de función **MÁS** y **MENOS** y presionando a continuación la tecla de función **START**, Vd. puede configurar el contraste [1-10] del ROX GPS 11.0.

### 10.1.9 Intervalo de log

La memoria para el entrenamiento ofrece espacio para hasta 200 datos de entrenamiento. Además la duración de grabación máxima depende del intervalo de log seleccionado.

### 10.1.10 Ajustes de hora

Vd. puede configurar el ROX GPS 11.0 para las siguientes horas:

#### Zona horaria

Con las teclas de función **MÁS** y **MENOS** y presionando a continuación la tecla de función **START**, Vd. puede configurar la zona horaria correspondiente (p.ejem. Berlin + 01:00, London + 00:00 etc.).

### 10.1.11 Horario de verano (ON/OFF)

### 10.1.12 Modo de la hora (24h, 12H)

## 10.2 Altitud

La altitud inicial es la altitud del lugar de inicio habitual (normalmente, el lugar donde vive). Este valor puede extraerse de mapas de carretera o de otros mapas. Se ajusta una sola vez en el ROX GPS 11.0. En el ROX GPS 11.0 se pueden ajustar 3 altitudes iniciales diferentes.

- **Altitud inicial 1**
- **Altitud inicial 2**
- **Altitud inicial 3**
- **Lista de puntos de altitud**

Aquí se guardan los puntos de altitud medidos en la calibración de altitud IAC+.

#### ADVERTENCIA

¡Para activar esta altitud debe seleccionar la altitud preconfigurada en el entrenamiento! Para seleccionar la altitud abra Vd. el menú corto manteniendo apretada la tecla **MÁS**.

## 10.3 Conectar sensor

### 10.3.1 Seleccionar sensor

Seleccione Vd. al sensor por emparejar y vaya a continuación a **BUSQUEDA DE SENSOR** o **INTRODUCIR ID** (si la ID es conocida).

### 10.3.2 Buscar todos

Se muestran todos los sensores activos en el entorno directo que están abiertos al emparejamiento. Seleccione Vd. el sensor deseado y confirme con la tecla **START**.

### 10.3.3 Sensores emparejados

Aquí se muestran todos los sensores emparejados. Borre Vd. sensores no utilizados para optimizar la búsqueda de sensores antes del inicio del entrenamiento.

## 10.4 Conectar teléfono inteligente

Para recibir "notificaciones inteligentes" durante la carrera, tiene que conectar Vd. su teléfono inteligente al ROX GPS 11.0. Seleccione para ello la opción **CONECTAR MÓVIL**. En su teléfono inteligente abra la configuración bluetooth para conectar su ROX GPS 11.0 (quizás sea necesario abrir la aplicación **LINK** para confirmar la conexión).

## 10.5 Perfiles deportivos

Vd. puede realizar las configuraciones siguientes:

### 10.5.1 Vuelta automática

Configuración de las vueltas automáticas por distancia, tiempo o calorías.

### 10.5.2 Pausa automática (ON/OFF)

### 10.5.3 Vistas de entrenamiento

Estas se pueden configurar exclusivamente por el DATA CENTER.

### 10.5.4 Alarma

Se pueden definir alarmas para fines diversos (p.ejem. recordatorio de beber). Según el valor definido, Vd. siempre recibirá un mensaje. Esto se puede definir según distancia, tiempo o calorías.

### 10.5.5 Ajustes de la bicicleta

Aquí Vd. puede configurar la bicicleta:

- Tamaño de la rueda
- Peso de la bicicleta
- Tipo de bicicleta

### 10.5.6 Cálculo valores medios

Aquí Vd. tiene la posibilidad de configurar el cálculo de la media para el rendimiento y la frecuencia de pedaleo según sus deseos - con o sin tener en cuenta los valores nulos.

### 10.5.7 Zonas de potencia

El ROX GPS 11.0 dispone de 7 zonas de potencia que puede Vd. ajustar a sus requerimientos individuales. Le ayudan a poder valorar mejor el entrenamiento.

## 10.5.8 Zonas de intensidad (FC)

El ROX GPS 11.0 dispone de 4 zonas de intensidad que le facilitan el control de su entrenamiento. Los valores se calculan automáticamente con su frecuencia cardíaca máxima. Los valores porcentuales de cada zona de intensidad también pueden modificarse manualmente.

### 10.5.9 GPS (ON/OFF)

## 10.6 Ajustes de ruta

### 10.6.1 Alarma de fuera de ruta

Con las teclas de función **MÁS** y **MENOS** y presionando a continuación la tecla de función **START**, puede seleccionar entre 40 m, 80 m o 120 m.

### 10.6.2 Alarma de punto del camino

Con las teclas de función **MÁS** y **MENOS** y presionando a continuación la tecla de función **START**, puede seleccionar entre 40 m, 80 m o 120 m.

## 10.7 Usuario

Para optimizar los cálculos de p.ejem. calorías o rendimiento, introduzca aquí sus datos.

## 10.8 Sexo

Para cargar los segmentos que corresponden en Strava, aquí se debe seleccionar entre masculino o femenino.

## 10.9 Actualización de firmware

El ROX GPS 11.0 se puede actualizar. Si hay disponible una nueva versión del firmware, se le informará a través del DATA CENTER. Siga los pasos que se describen en el DATA CENTER.

### ATENCIÓN

Grabe todos sus datos **ANTES**. En una actualización del firmware todos los datos se pierden y ¡**NO** pueden ser recuperados!

## 10.10 Restablecer la configuración de fábrica

Si desea volver su ROX GPS 11.0 a su estado original, seleccione este punto y siga las instrucciones.

### ATENCIÓN

Con esto se pierden todos los datos y ¡NO pueden ser recuperados!

## 11 Resumen de funciones

Velocidad

Velocidad media

Velocidad máxima

Distancia

Tiempo de entrenamiento

Duración

Calorías

Hora

Fecha

Temperatura

Temperatura mínima

Temperatura máxima

Altitud

Pendiente en %

Tasa de ascenso en m/min

Perfil de altitud gráfico

Altitud en ascenso

Altitud máxima

Distancia en descenso

Tiempo de entrenamiento en ascenso

Velocidad media en ascenso

Tasa media de ascenso en ascenso

Tasa de ascenso máxima en ascenso

Pendiente media en ascenso

Pendiente máxima en ascenso

Altitud en descenso

Distancia en descenso

Tiempo de entrenamiento en descenso

Velocidad media en descenso

Tasa media de ascenso en descenso

Tasa de ascenso máxima en descenso

Pendiente media en descenso

Pendiente máxima en descenso

Precisión GPS

Capacidad de la pila [en %]

Tiempo hasta la meta

Hora de llegada prevista

Distancia hasta la meta

Itinerario

Vista de ruta

Cantidad de vueltas automáticas

Tiempo en vuelta automática

Distancia en vuelta automática

Velocidad media en vuelta automática

Velocidad máx. en vuelta automática

Calorías en vuelta automática

Altitud media en vuelta automática

Altitud máxima en vuelta automática

Altitud en ascenso en vuelta automática

Altitud en descenso en vuelta automática

Pendiente media en vuelta automática

Desnivel medio en vuelta automática

Tasa media de ascenso en vuelta automática

Tasa media de inclinación en vuelta automática

N.º de vueltas

Tiempo en vuelta

Distancia en vuelta

Velocidad media en vuelta

Velocidad máx. en vuelta

Calorías en vuelta

Altitud media en vuelta

Altitud máxima en vuelta

Altitud en ascenso en vuelta

Altitud en descenso en vuelta

Pendiente media en vuelta

Desnivel medio en vuelta

Tasa media de ascenso en vuelta	Potencia media
Tasa media de descenso en vuelta	3 s - potencia media
Equilibrio medio en vuelta	10 s - potencia media
Rendimiento medio en vuelta	30 s - potencia media
Rendimiento medio en última vuelta	Intensity Factor® (IF)
Rendimiento máximo en vuelta	Potencia máxima
NP en vuelta	Potencia en KJ
NP en última vuelta	Potencia normalizada (NP)
Frecuencia de pedaleo media en vuelta	Training Stress Score® (TSS)
Frecuencia de pedaleo máx. en vuelta	Relación de potencia vatío/kg
Frecuencia cardíaca media en vuelta	Zonas de potencia
Frecuencia cardíaca máxima en vuelta	Efectividad de torsión [-% / -%]
Tiempo de pedaleo en vuelta	Zona objetivo de potencia
Índice pedaleo en vuelta	Estado de la pila Di2
Lista de vueltas	Desarrollo
Equilibrio medio en vuelta automática	Plato Di2
Potencia media en vuelta automática	Transmisión Di2
Potencia media en última vuelta automática	Marchas Di2
Potencia máxima en vuelta automática	Piñón Di2
NP en vuelta automática	Frecuencia cardíaca
NP en última vuelta automática	Frecuencia cardíaca media
Frecuencia de pedaleo media en vuelta automática	Máxima Frecuencia cardíaca
Frecuencia de pedaleo máxima en vuelta automática	Frecuencia cardíaca mínima
Frecuencia cardíaca media en vuelta automática	% FCmax
Frecuencia cardíaca máxima en vuelta automática	% FCmax media
Tiempo de pedaleo en vuelta automática	Barra de zonas (FC/CAD/SPD)
Índice de pedaleo en vuelta automática	Zonas de intensidad
Lista de vueltas automáticas	Gráfico FC
Tiempo de pedaleo	Frecuencia de pedaleo
Índice de pedaleo	Frecuencia de pedaleo media
Equilibrio	Frecuencia de pedaleo máxima
3 s - equilibrio medio	Desarrollo medio
10 s - equilibrio medio	Desarrollo medio en ascenso
30 s - equilibrio medio	Desarrollo medio en descenso
Equilibrio medio	
Suavidad del pedal	
Potencia	
Potencia en % UPF	

## 12 Datos técnicos

### 12.1 Memoria

Memoria de entrenamientos	Hasta 1000 h
Rutas	100 (hasta 40.000 puntos de la ruta)
Puntos del camino	1000
Segmentos Strava	100
Ejercicios	100
Vuelta auto./vuelta	5000

### 12.2 Temperatura ambiente

Temperatura ambiente +60 °C / -10 °C

### 12.3 Frecuencias de radio

<b>ROX GPS 11.0:</b> ANT+: 2,4 GHz en -4.86 dBm BLE: 2,4 GHz en -4.86 dBm	<b>Transmisor</b> R1 DUO: ANT+: 2,4 GHz en-6.31dBm BLE: 2,4 GHz en -3.04 dBm R2 DUO: ANT+: 2,4 GHz en 0.85 dBm BLE: 2,4 GHz en 3.81dBm
---	--

## 13 Indicaciones

### 13.1 Estanqueidad del ROX GPS 11.0

El ROX GPS 11.0 es a prueba de agua conforme al estándar IPX7. El ciclista puede correr bajo la lluvia sin riesgo para el aparato. Se pueden presionar las teclas.

### 13.2 Indicación de entrenamiento

Antes de comenzar a entrenar, consulte a su médico para evitar cualquier riesgo para su salud. Esto es importante principalmente si tiene alguna enfermedad cardiovascular.

Antes de utilizar nuestros aparatos, le recomendamos a las personas que tienen marcapasos (que consulten con su médico si son compatibles!

## 14 Garantías, advertencias legales

Respondemos frente a las partes contratantes por defectos de acuerdo con las disposiciones legales. Las pilas están excluidas de la garantía. En casos cubiertos por la garantía, pongase en contacto con el vendedor al que le compró el ciclo computador. También puede enviar el ciclo computador con el comprobante de compra y todos los accesorios a la siguiente dirección. Asegúrese de pagar el franqueo suficiente.

#### SIGMA-ELEKTRO GmbH

Dr.-Julius-Leber-Straße 15  
D-67433 Neustadt/Weinstraße  
Service-Tel. +49(0)6321-9120-140  
E-Mail: kundenservice@sigmasport.com

Si el reclamo de garantía está justificado, se le cambiará el aparato por otro. Solo puede reclamarse el modelo actual al momento del reclamo. El fabricante se reserva el derecho a realizar modificaciones técnicas.

¡Las baterías no deben desecharse en la basura doméstica! (Ley europea de baterías) Por favor, lleve las pilas a un puesto de recepción designado para su eliminación o a la tienda.



Los aparatos electrónicos no deben desecharse en la basura doméstica. Por favor, lleve el aparato a un puesto de recepción designado para su eliminación o a la tienda.



Antes de su eliminación se deben borrar todos los datos personales del aparato.

Encontrará la declaración de conformidad CE bajo: [ce.sigmasport.com/rox11](http://ce.sigmasport.com/rox11)

## EU-DECLARATION OF CONFORMITY

We, SIGMA-ELEKTRO GmbH, Dr. Julius Leber Str. 15, D- 67433 Neustadt / Weinstraße, declare under our responsibility that the product ROX GPS 11.0 and the transmitter R1 Duo and R2 Duo are compliant with the essential requirements and other relevant requirements of the RED Directive 2014 / 53 / EU and the RoHS Directive 2011 / 65 / EU.

The CE declaration can be found at: [ce.sigmasport.com/rox11](http://ce.sigmasport.com/rox11)

### Federal Communication Commission Interference Statement

This product complies with Part 15 of the FCC Rules. Operation is subject to the following two conditions:

- (1) This device may not cause harmful interference, and
- (2) this device must accept any interference received, including interference that may cause undesired operation.

This equipment has been tested and found to comply with the limits for a Class B digital device, pursuant to Part 15 of the FCC Rules. These limits are designed to provide reasonable protection against harmful interference in a residential installation. This equipment generates, uses and can radiate radio frequency energy and, if not installed and used in accordance with the instructions, may cause harmful interference to radio communications. However, there is no guarantee that interference will not occur in a particular installation. If this equipment does cause harmful interference to radio or television reception, which can be determined by turning the equipment off and on, the user is encouraged to try to correct the interference by one of the following measures:

- Reorient or relocate the receiving antenna.
- Increase the separation between the equipment and receiver.
- Connect the equipment into an outlet on a circuit different from that to which the receiver is connected.
- Consult the dealer or an experienced radio/TV technician for help.

### FCC Caution:

Any changes or modifications not expressly approved by the party responsible for compliance could void the user's authority to operate this equipment. This transmitter must not be co-located or operating in conjunction with any other antenna or transmitter.

### Radiation Exposure Statement:

The product comply with the FCC portable RF exposure limit set forth for an uncontrolled environment and are safe for intended operation as described in this manual. The further RF exposure reduction can be achieved if the product can be kept as far as possible from the user body or set the device to lower output power if such function is available.

## Industry Canada statement

This device complies with ISED's licence-exempt RSSs. Operation is subject to the following two conditions:

- (1) This device may not cause harmful interference, and
- (2) this device must accept any interference received, including interference that may cause undesired operation.

Le présent appareil est conforme aux CNR d'ISED applicables aux appareils radio exempts de licence. L'exploitation est autorisée aux deux conditions suivantes :

- (1) le dispositif ne doit pas produire de brouillage préjudiciable, et
- (2) ce dispositif doit accepter tout brouillage reçu, y compris un brouillage susceptible de provoquer un fonctionnement indésirable.

Do not disassemble, modify or repair this product, as this may cause a fire, electric shock or product damage. Any modification will void the warranty of this product.

Ne pas démonter, modifier ni réparer ce produit, car cela pourrait provoquer un feu, un choc électrique ou un dommage produit. Toute modification annulera la garantie de ce produit.

This Class B digital apparatus complies with Canadian CAN ICES-3 (B)/NMB-3 (B).

Cet appareil digital de classe B est homologué CAN ICES-3 (B)/NMB-3 (B) pour le Canada.

### Radiation Exposure Statement:

The product comply with the Canada portable RF exposure limit set forth for an uncontrolled environment and are safe for intended operation as described in this manual. The further RF exposure reduction can be achieved if the product can be kept as far as possible from the user body or set the device to lower output power if such function is available.

### Déclaration d'exposition aux radiations:

Le produit est conforme aux limites d'exposition pour les appareils portables RF pour les Etats-Unis et le Canada établies pour un environnement non contrôlé. Le produit est sûr pour un fonctionnement tel que décrit dans ce manuel. La réduction aux expositions RF peut être augmentée si l'appareil peut être conservé aussi loin que possible du corps de l'utilisateur ou que le dispositif est réglé sur la puissance de sortie la plus faible si une telle fonction est disponible.

# ROX GPS 11.0

## **SIGMA-ELEKTRO GmbH**

Dr.-Julius-Leber-Straße 15  
D-67433 Neustadt/Weinstraße  
Tel. + 49 (0) 63 21-9120-0  
Fax. + 49 (0) 63 21-9120-34  
E-mail: [info@sigmasport.com](mailto:info@sigmasport.com)

## **SIGMA SPORT USA**

North America  
1860B Dean St.  
St. Charles, IL 60174, U.S.A.  
Tel. +1 630-761-1106  
Fax. +1 630-761-1107  
Service-Tel. 888-744-6277

