



SIGMA[®]
GERMANY

PL



MORE
INFORMATION



WWW.SIGMA-GR.COM



ROX GPS 11.0

USER GUIDE

Spis treści

1	Zawartość opakowania
2	Montaż
3	Przed pierwszym uruchomieniem
4	Obsługa / funkcje przycisków / struktura menu
5	Trenowanie z komputerem rowerowym ROX GPS 11.0 / włączanie zapisu danych
6	Wczytywanie trasy
7	Jak do urządzenia ROX GPS 11.0 wczytać segmenty Strava?
8	Workout
9	Pamięć
10	Ustawienia
11	Przegląd funkcji
12	Dane techniczne
13	Wskazówki
14	Gwarancja, rękojmia, informacje prawne

Wstęp

Serdecznie dziękujemy za zakup komputera rowerowego firmy SIGMA SPORT®.

Urządzenie ROX GPS 11.0 będzie z pewnością przez wiele długich lat Państwa wiernym towarzyszem podczas jazdy na rowerze. W celu zapoznania się z różnorodnymi funkcjami komputera rowerowego oraz ich przeznaczeniem należy dokładnie przeczytać niniejszą instrukcję obsługi.

Firma SIGMA SPORT® życzy Państwu dużo radości z użytkowania urządzenia ROX GPS 11.0.

1 Zawartość opakowania



Komputer rowerowy ROX GPS 11.0 w kolorze czarnym lub białym



R2 DUO* (ANT+, Bluetooth Smart)
*dostępny tylko w kompletnym zestawie



R1 DUO* (ANT+, Bluetooth Smart)
*dostępny tylko w kompletnym zestawie



Uchwyt GPS



Kabel USB typu A - Micro B



Materiały do montażu



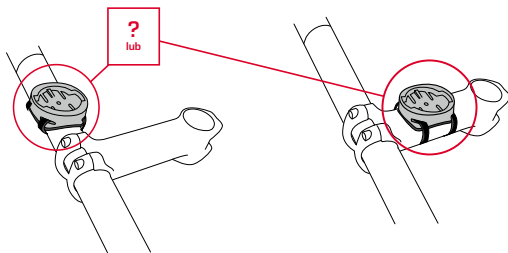
Skrócona instrukcja obsługi ROX GPS 11.0

DOWNLOAD

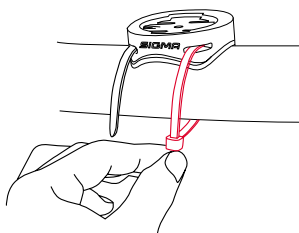
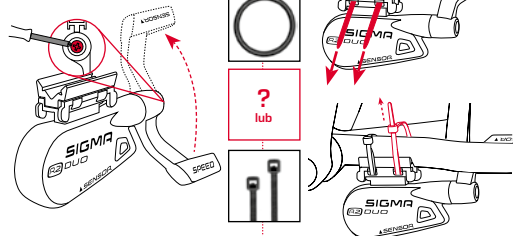
DATA CENTER



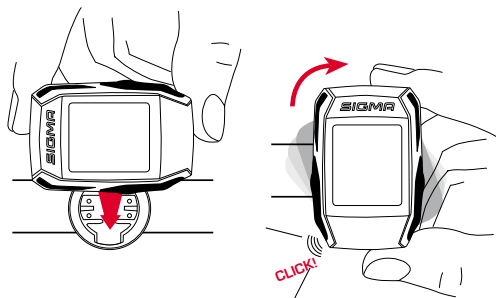
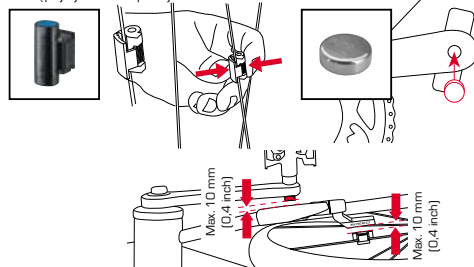
Aplikacja SIGMA LINK



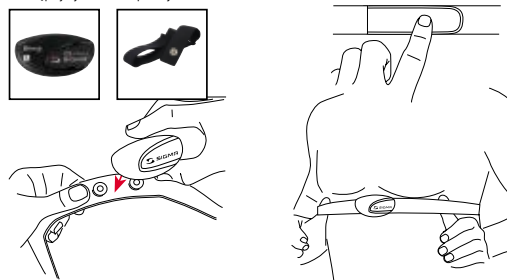
Dostępny tylko w kompletnym zestawie:



Dostępny tylko w kompletnym zestawie:



Dostępny tylko w kompletnym zestawie:



WSKAZÓWKA

Całkowicie naładować akumulator urządzenia ROX GPS 11.0.

Ładowanie odbywa się przez kabel Micro USB, który trzeba podłączyć do portu USB w komputerze PC lub do ładowarki USB i trwa ok. 3 godziny. W tym celu kabel Micro USB trzeba podłączyć do portu Micro USB znajdującego się z tyłu urządzenia ROX GPS 11.0 oraz do portu USB komputera PC lub ładowarki USB (ładowarka nie jest dostarczana wraz z urządzeniem).

3.1 Pierwsze uruchomienie

1. Przycisk funkcyjny **START** (prawy górny przycisk) przytrzymać wciśnięty przez 5 sekund.
2. Aby zmienić język menu, nacisnąć przycisk **START**.
3. Przyciskami funkcyjnymi **PLUS** lub **MINUS** wybrać żądany język, a następnie zatwierdzić wybór przyciskiem funkcyjnym **START**.
4. Pozostałe ustawienia skonfigurować w analogiczny sposób.

3.2 Parowanie czujników (ANT+) z urządzeniem ROX GPS 11.0

Aby móc korzystać z czujników (ANT+), trzeba je sparować z urządzeniem ROX GPS 11.0.

Aby wykonać parowanie, należy wybrać punkt menu **USTAWIENIA > POŁĄCZ Z CZUJNIKIEM**.

Dostępnych jest kilka możliwości sparowania czujników:

- Za pomocą funkcji **WYBIERZ CZUJNIK**, można wyszukać określony rodzaj czujnika.
- Za pomocą funkcji **ZNAJDŹ WSZYSTKIE** można wyszukać wszystkie znajdujące się w pobliżu czujniki.
- Wprowadzenie ID czujnik, jeżeli jest znane.

Przed rozpoczęciem wyszukiwania należy się zawsze upewnić, że aktywne są wyłącznie czujniki, które mają również zostać sparowane.

Następnie należy uruchomić wyszukiwanie za pomocą funkcji **ZNAJDŹ WSZYSTKIE** lub **ZNAJDŹ CZUJNIK** --> żądany rodzaj czujnika.

Po kilku sekundach zostanie wyświetlony czujnik oraz właściwe ID czujnika. Należy wybrać żądany czujnik, aby go połączyć.

Czujniki, które są sparowane można znaleźć w punkcie **POŁĄCZONE CZUJNIKI**.

3.3 Synchronizacja czujników

Aby synchronizować czujniki (ANT+) urządzenie ROX GPS 11.0 musi być włączone i znajdować się w trybie treningu.

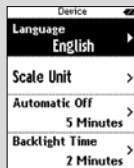
Wyszukiwanie czujników odbywa się automatycznie. Wyszukiwane są wszystkie sparowane czujniki. Dana wartość czujnika przestaje migać z chwilą znalezienia odpowiedniego czujnika.

Jeżeli czujnik nie został znaleziony, należy się upewnić, że jest aktywny.

3.4 Połączenie ze smartfonem

Aby móc przesłać dane treningowe do aplikacji SIGMA LINK, należy sparować uprzednio smartfon z urządzeniem ROX GPS 11.0. W tym celu należy wybrać punkt menu: **USTAWIENIA --> POŁĄCZENIE ZE SMARTFONEM --> POŁĄCZ ZE SMARTFONEM**.

Należy postępować zgodnie z instrukcją SIGMA LINK.

4.1 Koncepcja obsługi

Na wyświetlaczu urządzenia ROX GPS 11.0 jest stale widoczny pasek nawigacyjny, który znacznie ułatwia poruszanie się po menu. Na pasku tym wyświetlane są dostępne funkcje przycisków **STOP** / **START**, umożliwiające:

- przejście do następnego, niższego poziomu menu (**START**),
- powrót do poprzedniego, wyższego poziomu menu (**STOP**),
- przejście do następnej / poprzedniej pozycji danego poziomu menu lub zwiększenia / zmniejszenia wartości (**PLUS** albo **MINUS**).

4.2 Funkcje przycisków

Przycisk STOP:

Służy do opuszczania podmenu lub zatrzymywania trwającego zapisywania danych.

Przycisk START:

Służy do przechodzenia do podmenu lub włączania zapisu danych.

Podczas zapisywania danych tym przyciskiem można rozpocząć nowe okrążenie.

Przytrzymanie przycisku włącza lub wyłącza urządzenie ROX GPS 11.0.

Przycisk funkcyjny MINUS:

Służy do przełączania widoków trwającego treningu. Pozwala na przełączanie poszczególnych pozycji menu lub zmniejszenie ustawionej wartości.

Tylko podczas treningu

(podczas aktywnego treningu):

Przytrzymanie powoduje przejście do następnej fazy zdefiniowanego treningu.

Włączanie/wyłączanie podświetlenia

Naciskając jednocześnie przyciski **PLUS** i **MINUS** można włączyć lub wyłączyć podświetlenie.

Przycisk funkcyjny PLUS:

Służy do przełączania widoków trwającego treningu.

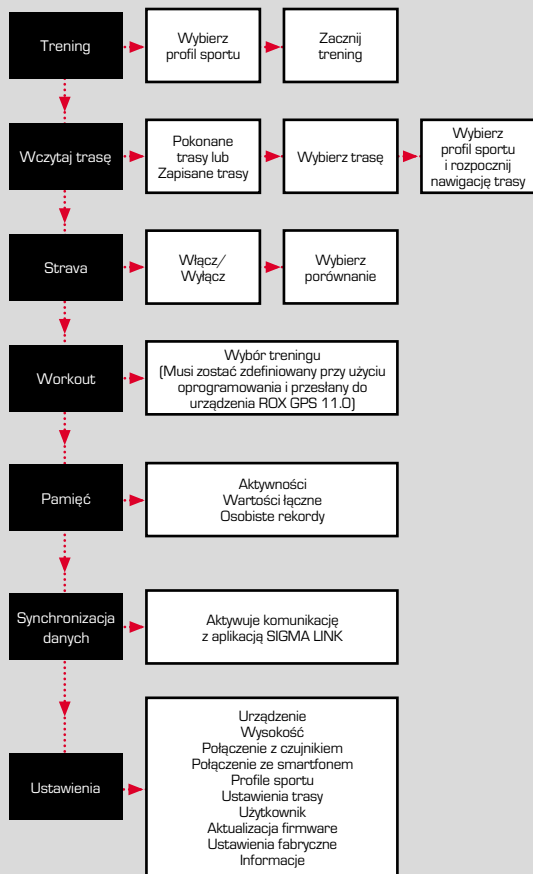
Służy do przełączania poszczególnych pozycji menu lub zwiększania ustawionej wartości.

TYLKO PODCZAS TRENINGU

Przytrzymanie przycisku podczas treningu wyświetla skrócone menu.



4.3 Struktura menu



5

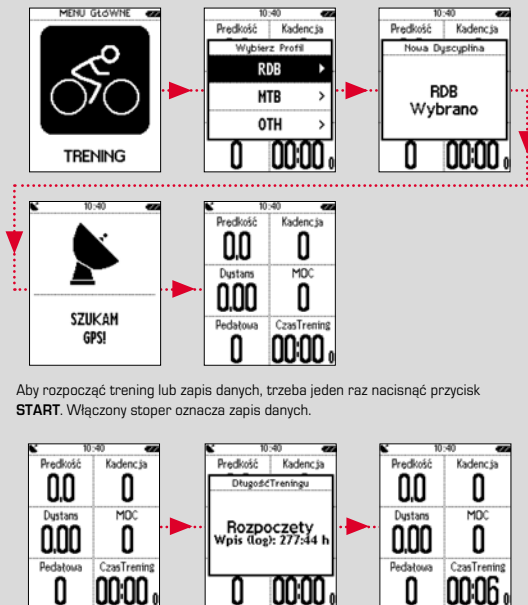
Trenowanie z komputerem rowerowym RDX GPS 11.0 / włączanie zapisu danych

INFORMACJA O PROFILACH SPORTÓW

Urządzenie RDX GPS 11.0 pozwala na korzystanie z tzw. „PROFILI SPORTÓW”. Korzystając z nich można powiązać różne ustawienia z wybraną dyscypliną sportu. Oznacza to, że do PROFILU SPORTU są przypisane wszystkie ważne ustawienia. Jeżeli zostanie zmieniony profil sportu, to automatycznie zmienia się np. widoki treningu oraz ustawienia automatycznej paazy. Gdy profil zostanie skonfigurowany, nie trzeba już moźalnie sprawdzać ustawień. Widoki treningu w PROFILU SPORTU można konfigurować tylko przy użyciu oprogramowania DATA CENTER.

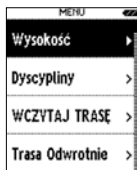
5.1 Rozpoczęcie treningu

Po wybraniu żądanego PROFILU SPORTU rozpoczyna się wyszukiwanie satelitów GPS. Gdy wyszukiwanie zakończy się pomyślnie, przyciskiem **PLUS** lub **MINUS** można przełączać pomiędzy poszczególnymi widokami treningu.



Aby rozpocząć trening lub zapis danych, trzeba jeden raz nacisnąć przycisk **START**. Włączony stoper oznacza zapis danych.

5.2 Ustawienia treningu w skróconym menu



Jeżeli przed rozpoczęciem treningu zachodzi potrzeba skonfigurowania ustawień, np. skalibrowania wysokości, należy wówczas przytrzymać przycisk **PLUS**, by przejść do skróconego menu. W menu tym są dostępne następujące ustawienia:

a. Bieżąca aktywność

Ta pozycja menu jest wyświetlana, gdy tylko zostanie rozpoczęty trening. Dzięki temu na urządzeniu ROX GPS 11.0 można sprawdzać podczas jazdy wszystkie ważne wartości.

b. Kalibrowanie wysokości IAC+

Urządzenie ROX GPS 11.0 oblicza wysokość na podstawie ciśnienia atmosferycznego. Każdej zmianie pogody towarzyszy zmiana ciśnienia atmosferycznego, co może wpłynąć na bieżący pomiar wysokości. W celu skompensowania tej zmiany ciśnienia trzeba w urządzeniu ROX GPS 11.0 wprowadzić wysokość odniesienia (ta procedura jest nazywana kalibracją). Urządzenie ROX GPS 11.0 pozwala na korzystanie z trzech różnych sposobów kalibrowania (trzeba zastosować tylko jedną metodę):

1. Wysokość początkowa 1-3

Wysokość początkowa to wysokość miejsca startu. Można ustawić 3 różne wysokości początkowe.

2. Bieżąca wysokość

Bieżąca wysokość to wysokość miejsca, w którym użytkownik znajduje się w danej chwili. Z kalibrowania na podstawie bieżącej wysokości korzysta się wtedy, gdy podczas jazdy użytkownik znajduje się w miejscu o znanej wysokości.

3. Ciśnienie atmosferyczne na poziomie morza

Jeżeli użytkownik znajduje się na nieznaną wysokość, to w celu skalibrowania wysokości może wprowadzić tzw. „ciśnienie atmosferyczne zredukowane do poziomu morza”. Wartość ciśnienia zredukowanego do poziomu morza jest podawane w internetowych serwisach pogodowych (np. www.meteo24.de), prasie, czy na lotniskach.

4. Kalibrowanie na podstawie GPS

Gdy brak jest punktu odniesienia lub informacji pozwalających na wykonanie kalibracji, bieżąca wysokość można wówczas określić na podstawie danych z odbiornika GPS. Dokładność wskazania wysokości zależy od jakości sygnału GPS i jest prezentowana na wyświetlaczu (np. +/-10 m).

c. Wybór profilu sportu

Jeżeli przez nieuwagę został wybrany nieprawidłowy profil sportu, to korzystając z tej pozycji menu można go zmienić. Jest to możliwe tylko wtedy, gdy trening nie został jeszcze rozpoczęty.

d. Wczytywanie trasy

Ta pozycja menu pozwala na wczytanie trasy w dowolnej chwili.

e. Powrót tą samą trasą

Za pomocą tej opcji można wrócić tą samą, już pokonaną trasą.

f. Workout

Za pomocą tej funkcji również podczas trwającego treningu można wybrać i uruchomić zdefiniowany przez siebie trening. Trening rozpoczyna się automatycznie po jego wybraniu.

g. Segmenty Strava Live

Korzystając z tej pozycji menu można włączyć lub wyłączyć wyświetlanie segmentów Strava.

h. Automatyczna pauza

Gdy tylko zostanie naciśnięty przycisk Start, można rozpocząć trening. Urządzenie ROX GPS 11.0 zaczyna zapis treningu dopiero wtedy, gdy mierzona prędkość będzie większa niż 2,2 km/h. Od tej chwili włączona funkcja automatycznej pauzy wstrzymuje rejestrowanie czasu treningu przy prędkościach poniżej 2,2 km/h (na wyświetlaczu pojawia się informacja „Automatyczna pauza”) i wznowia je, gdy prędkość przekracza 2,2 km/h (automatyczny start).

i. Alarmy

W tym miejscu podczas trwania treningu można włączyć lub wyłączyć zdefiniowane przez siebie alarmy.

j. Automatyczne okrążenie

W zależności od wybranych ustawień, automatyczne okrążenia mogą być określane na podstawie odległości, czasu lub spalonych kalorii. Jeżeli np. dla automatycznego okrążenia zostanie wybrana odległość 5 km, to okrążenie będzie automatycznie zapisywane po każdym 5 km. Automatyczne okrążenia można dokładnie analizować w oprogramowaniu DATA CENTER.

k. Kalibrowanie kompasu

Aby zapewnić możliwie najlepsze zorientowanie trasy nawet podczas postoju, należy skalibrować kompas.

l. Zoom

Ta pozycja menu pozwala wybranie stałego albo automatycznego powiększenia widoku trasy. Gdy jest włączona funkcja automatyczna, powiększenie jest regulowane odpowiednio do prędkości.

m. Alarm strefy docelowej (tylko w przypadku workout)

Podczas jazdy można wyłączyć alarm strefy docelowej.

5.3 Zakończenie treningu i przesyłanie danych

Aby zakończyć trening, trzeba dwa razy nacisnąć przycisk **STOP**. Pojawi się pytanie, czy trening ma zostać zapisany, czy ma być kontynuowany. Po naciśnięciu przycisku **STOP**, trening zostanie zakończony i zapisany. Następnie dane treningu będzie można przesłać do oprogramowania DATA CENTER. W tym celu wystarczy nawiązać połączenie między urządzeniem ROX GPS 11.0 a programem DATA CENTER i postępować zgodnie z poleceniami wyświetlanymi przez oprogramowanie. Chcąc skasować trening należy nacisnąć jednokrotnie przycisk PLUS lub MINUS, aby zmienić wybór z zapisywania na kasowanie. Aby ostatecznie skasować trening, trzeba nacisnąć przycisk STOP. Trening zostanie bezpowrotnie usunięty.

5.4 Przesyłanie danych do aplikacji SIGMA LINK

Aby móc przesłać dane treningowe do aplikacji SIGMA LINK, w urządzeniu ROX GPS 11.0 należy wybrać punkt menu SYNCHRONIZACJA DANYCH. Kolejne czynności należy wykonać już w aplikacji SIGMA LINK. W tym celu należy postępować zgodnie z instrukcją aplikacji SIGMA LINK.

6

Wczytywanie trasy

Ta pozycja menu służy do wybierania, włączania, wyświetlania lub kasowania pokonanych lub zapisanych tras.

WSKAZÓWKA

Na szybkie i wygodne zarządzanie trasami pozwala również oprogramowanie DATA CENTER. Utworzone już trasy można równie wygodnie przesłać za pomocą aplikacji SIGMA LINK do urządzenia ROX GPS 11.0.

6.1 Pokonane trasy

Ta pozycja menu zawiera informacje o wszystkich pokonanych trasach. Po wybraniu trasy, naciskając przycisk START można włączyć jedną z 4 funkcji:

- **Rozpoczęcie trasy**
- **Rozpoczęcie trasy w kierunku przeciwnym**
- **Wyświetlanie trasy**
- **Wyświetlanie profilu wysokości**

6.1.1 Rozpoczęcie trasy

Po włączeniu funkcji „Rozpoczęcie trasy” można przejechać po wybranej trasie.

Po wybraniu przyciskami funkcyjnymi pozycji menu „Rozpoczęcie trasy” i zatwierdzeniu wyboru przyciskiem START następuje rozpoczęcie trasy. Na wyświetlaczu automatycznie pojawi się menu wyboru PROFILU SPORTU.

WSKAZÓWKA

Jeżeli w widokach treningu nie zdefiniowano żadnego widoku trasy, to zostanie wczytana strona widoku trasy.

6.1.2 Rozpoczęcie trasy w kierunku przeciwnym

Po włączeniu funkcji „Rozpoczęcie trasy w kierunku przeciwnym” można przejechać po wybranej trasie w kierunku przeciwnym do punktu początkowego. Po wybraniu przyciskami funkcyjnymi pozycji menu „Rozpoczęcie trasy w kierunku przeciwnym” i zatwierdzeniu wyboru przyciskiem **START** następuje rozpoczęcie trasy. Punkt początkowy wybranej trasy stanie się punktem końcowym, a punkt końcowy stanie się punktem początkowym.

6.1.3 Wyświetlanie trasy

Funkcja „Wyświetlanie trasy” służy do wyświetlania przebiegu wybranej trasy.

6.1.4 Wyświetlanie profilu wysokości



Funkcja „Wyświetlanie profilu wysokości” służy do wyświetlania wykresu przedstawiającego profil wysokości wybranej trasy.

6.2 Zapisane trasy

Ta pozycja menu zawiera trasy, które przy użyciu oprogramowania DATA CENTER można przesłać do urządzenia ROX GPS 11.0.

Oprogramowanie DATA CENTER umożliwia wczytywanie, modyfikowanie i zapisywanie tras innych użytkowników, a także samodzielne planowanie tras na interaktywnej mapie. Następnie trasy te można wczytać do urządzenia ROX GPS 11.0. Więcej informacji o oprogramowaniu DATA CENTER zamieszczono w jego instrukcji obsługi.

Po wybraniu trasy, naciskając przycisk **START** można włączyć jedną z 5 funkcji:

- **Rozpoczęcie trasy**
- **Rozpoczęcie trasy w kierunku przeciwnym**
- **Wyświetlanie trasy**
- **Wyświetlanie profilu wysokości**
- **Wyświetlanie szczegółów**

6.2.1 Rozpoczęcie trasy

Po włączeniu funkcji „Rozpoczęcie trasy” można przejechać po wybranej trasie. Po wybraniu przyciskiem funkcyjnymi **START** pozycji menu „Rozpoczęcie trasy” następuje rozpoczęcie trasy.

6.2.2 Rozpoczęcie trasy w kierunku przeciwnym

Po włączeniu funkcji „Rozpoczęcie trasy w kierunku przeciwnym” można przejechać po wybranej trasie w kierunku przeciwnym do punktu początkowego.

6.2.3 Wyświetlanie trasy

Funkcja „Wyświetlanie trasy” służy do wyświetlania przebiegu wybranej trasy.

6.2.4 Wyświetlanie profilu wysokości

Funkcja „Wyświetlanie profilu wysokości” służy do wyświetlania wykresu przedstawiającego profil wysokości danej trasy.

6.2.5 Wyświetlanie szczegółów

Ta pozycja menu służy do wyświetlania następujących danych:

- **Dystans**
- **Przewyższenie ▲**

7

Jak do urządzenia ROX GPS 11.0 wczytać segmenty Strava?

Z myślą o entuzjastach aplikacji Strava, urządzenie ROX GPS 11.0 jest wyposażone w wyjątkową funkcję: segmenty Strava Live. Dzięki niej, jeszcze podczas jazdy można sprawdzić, czy udało się uzyskać najlepszy czas. Segmenty Strava Live można przesyłać wyłącznie pod warunkiem posiadania konta premium.

7.1 Wczytywanie segmentów Strava do urządzenia ROX GPS 11.0

Segmenty Strava można wczytywać do urządzenia ROX GPS 11.0 tylko przy użyciu oprogramowania DATA CENTER. Do przesyłania segmentów Strava jest potrzebne konto użytkownika Strava [rejestracja na stronie www.strava.com].

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

WAŻNE

Przesyłane są tylko te segmenty Strava, które w witrynie www.strava.com zostały zaznaczone jako ulubione!

W celu przesłania segmentów Strava, trzeba nawiązać połączenie między urządzeniem ROX GPS 11.0 a oprogramowaniem DATA CENTER. Na panelu nawigacyjnym są widoczne najważniejsze informacje o urządzeniu. Segmenty zaznaczone w serwisie Strava można przesłać do urządzenia ROX GPS 11.0 jednym kliknięciem.



8 Workout

Treningi to definiowane schematy treningowe opisywane w postaci faz treningowych. Treningi oferują maksimum elastyczności. Chcąc odbyć pojedynczy trening ze strefą docelową, wystarczy zdefiniować pojedynczą fazę z odpowiednią strefą docelową.

Chcąc odbyć trening interwałowy, pierwszą fazę można zdefiniować jako fazę rozgrzewki, drugą jako interwał (np. 5 x 1000 m z 1:00 min odpoczynkiem) z końcową fazą wyciszenia. Można zdefiniować do 10 faz. Faza interwału może zawierać do 99 powtórzeń.

Treningów nie da się skonfigurować na samym urządzeniu ROX GPS 11.0. Można je utworzyć a następnie przesłać przy użyciu oprogramowania SIGMA DATA CENTER.

9 Pamięć

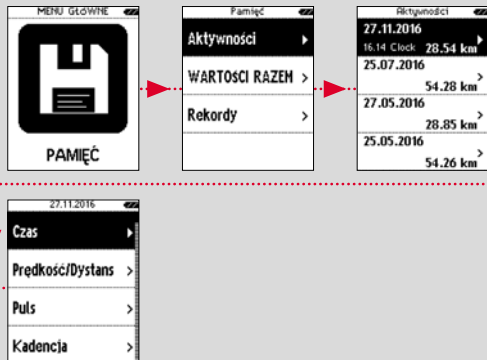
9.1 Aktywności

Ta pozycja menu zawiera wszystkie dane aktywności użytkownika uporządkowane według dat. Najpierw ostatnia aktywność. Dane są podzielone na 10 sekcji:

1. Czasy
2. Prędkość/dystans
3. Tętno
4. Kadencja
5. Moc
6. Wysokość
7. Kalorie
8. Temperatura
9. Okrężenia
10. Automatyczne okrężenia
11. Segmenty Strava
12. Wyświetlanie trasy
13. Wyświetlanie wysokości

WSKAZÓWKI

Widok segmentów jest dostępny tylko wtedy, gdy dane segmentów Strava zostały uprzednio wczytane do urządzenia ROX GPS 11.0.



9.2 Wartości łączne

Ta pozycja menu zapewnia dostęp do wszystkich wartości łącznych zapisanych w urządzeniu ROX GPS 11.0:



1. Liczba treningów
2. Czas treningu
3. Dystans
4. Wzrost wysokości
5. Spadek wysokości
6. Kalorie
7. Zerowanie wszystkich wartości

Wartości łączne można wyzerować. Przyciskami funkcyjnymi **PLUS** lub **MINUS** wybrać pozycję „ZEROWANIE WSZYSTKICH WARTOŚCI”, a następnie zatwierdzić wybór przyciskiem funkcyjnym **START**.

9.3 Osobiste rekordy

Ta pozycja menu zapewnia dostęp do osobistych rekordów podzielonych na następujące sekcje:



1. Najdłuższy czas treningu
2. Najszybszy trening
3. Najdłuższy dystans
4. Największe przewyższenie
5. Najwięcej kalorii
6. Najlepsze 5 kilometrów
7. Największa moc (20m)
8. Zerowanie osob. rekordów

Osobiste rekordy można wyzerować. Przyciskami funkcyjnymi **PLUS** lub **MINUS** wybrać pozycję „Zerowanie osob. rekordów” a następnie zatwierdzić wybór przyciskiem funkcyjnym **START**.

10 Ustawienia



Wszystkie ważne funkcje można skonfigurować albo bezpośrednio w urządzeniu ROX GPS 11.0 albo na komputerze PC, a następnie przesyłać je do urządzenia ROX GPS 11.0.

10.1 Urządzenie

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

Język menu urządzenia ROX GPS 11.0 wybiera się przyciskami funkcyjnymi **PLUS** lub **MINUS**, a następnie zatwierdza przyciskiem funkcyjnym **START**.

10.1.2 Jednostki

W urządzeniu ROX GPS 11.0 można ustawić następujące jednostki:

- Prędkość (km/h, mph)
- Dystans (km, mile)
- Wysokość (metry, stopy)
- Temperatura (°C, °F)
- Format współrzędnych GPS (hddd°mm'ss.s, hddd°mm,mmm)

10.1.3 Autom. wyłączenie (wt. / wyt.)

10.1.4 Czas podświetlenia

Czas podświetlenia ekranu urządzenia ROX GPS 11.0 (stałe włączone, 5 min, 2 min, 30 s) wybiera się przyciskami funkcyjnymi **PLUS** lub **MINUS**, a następnie zatwierdza przyciskiem funkcyjnym **START**.

10.1.5 Jasność

Jasność ekranu urządzenia ROX GPS 11.0 (w zakresie 1–3) wybiera się przyciskami funkcyjnymi **PLUS** lub **MINUS**, a następnie zatwierdza przyciskiem funkcyjnym **START**.

10.1.6 Dźwięki przycisków [wt./wyt.]

10.1.7 Dźwięki systemowe [wt./wyt.]

10.1.8 Kontrast

Kontrast ekranu urządzenia ROX GPS 1.0 (w zakresie 1–10) wybiera się przyciskami funkcyjnymi **PLUS** lub **MINUS**, a następnie zatwierdza przyciskiem funkcyjnym **START**.

10.1.9 Dziennik interwału

Pamięć treningów mieści maks. 200 plików treningów. Ponadto maksymalna długość zapisu zależy od wybranego dziennika interwału.

10.1.10 Ustawienia czasu

W urządzeniu ROX GPS 11.0 można dokonać następujących ustawień czasu:

Strefa czasowa

Odpowiednią strefę czasową (np. Berlin + 01:00, London + 00:00 itp.) wybiera się przyciskami funkcyjnymi **PLUS** lub **MINUS**, a następnie zatwierdza przyciskiem funkcyjnym **START**.

10.1.11 Czas letni [wt./wyt.]

10.1.12 Format czasu [24h, 12h]

10.2 Wysokość

Wysokość początkowa to wysokość miejsca, z którego najczęściej rozpoczyna się jazdę (np. miejscowości użytkownika). Tę wartość można odczytać z map. Wysokość początkową ustawia się tylko raz. W urządzeniu ROX GPS 11.0 można ustawić 3 różne wysokości początkowe.

- Wysokość początkowa 1
- Wysokość początkowa 2
- Wysokość początkowa 3
- Lista punktów wysokości

Ta pozycja menu zawiera punkty pomiaru wysokości pochodzące z kalibracji wysokości IAC+.

WSKAZÓKA

Aby aktywować tę wysokość, trzeba wybrać w treningu ustawioną uprzednio wysokość! Aby wybrać wysokość, należy przejść do skróconego menu przytrzymując przycisk PLUS.

10.3 Połączenie z czujnikiem

10.3.1 Wybierz czujnik

Należy wybrać czujnik do sparowania a następnie przejść do ZNAJDŹ CZUJNIK lub WPROWADŹ ID (jeżeli znane jest ID).

10.3.2 Znajdź wszystkie

Prezentowane są wszystkie aktywowane w bezpośrednim pobliżu czujniki, które są gotowe do sparowania. Należy wybrać żądany czujnik i potwierdzić przyciskiem **START**.

10.3.3 Sparowane czujniki

W tym miejscu prezentowane są wszystkie sparowane czujniki. Należy usunąć nieużywane czujniki, aby zoptymalizować wyszukiwanie czujników przed rozpoczęciem treningu.

10.4 Połączenie ze smartfonem

Aby podczas jazdy odbierać "Smart Notifications", należy połączyć swój smartfon z urządzeniem ROX GPS 11.0. W tym celu trzeba wybrać funkcję POŁĄCZ Z TELEFONEM.

W smartfonie należy przejść do ustawień Bluetooth, aby połączyć telefon z urządzeniem ROX GPS 11.0 (może być konieczne uruchomienie aplikacji LINK celem potwierdzenia połączenia).

10.5 Profile sportów

W menu tym są dostępne następujące ustawienia:

10.5.1 Automatyczne okrążenie

Ustawienia automatycznych okrążeń według dystansu, czasu lub kalorii.

10.5.2 Automatyczna pauza (wl./wyl.)

10.5.3 Widoki treningu

Te ustawienia można konfigurować wyłącznie przy użyciu oprogramowania DATA CENTER.

10.5.4 Alarm

Można zdefiniować alarmy służące różnym celom (np. przypomnienie o uzupełnieniu płynów). Po osiągnięciu ustawionej wartości pojawia się alarm. Wartością może być przykładowo dystans, czas lub spalone kalorie.

10.5.5 Ustawienia koła

W tym miejscu można dokonać ustawień koła:

- Rozmiar koła
- Ciężar koła
- Typ roweru

10.5.6 Obliczone wartości średnie

W tym miejscu można dopasować ustawienia obliczenia średniej mocy i kadencji - z lub bez uwzględnienia wartości zerowych.

10.5.7 Strefy mocy

RDX GPS 11.0 dysponuje 7 strefami mocy, które można dopasować do indywidualnych potrzeb. Pomagają one w lepszej ocenie treningu.

10.5.8 Strefy intensywności (HR)

Urządzenie RDX GPS 11.0 dysponuje 4 strefami intensywności, które ułatwiają kontrolę nad treningiem. Wartości są obliczane automatycznie w oparciu o maks. tętno. Wartości % poszczególnych stref intensywności można zmieniać ręcznie.

10.5.9 GPS (ON/OFF)

10.6 Ustawienia trasy

10.6.1 Alarm o zboczeniu z trasy

Przyciskami funkcyjnymi **PLUS** lub **MINUS** można wybrać jedno z ustawień (40 m, 80 m lub 120 m), a następnie zatwierdzić je przyciskiem funkcyjnym **START**.

10.6.2 Alarm punktu drogi

Przyciskami funkcyjnymi **PLUS** lub **MINUS** można wybrać jedno z ustawień (40 m, 80 m lub 120 m), a następnie zatwierdzić je przyciskiem funkcyjnym **START**.

10.7 Użytkownik

W tym miejscu należy wprowadzić swoje dane, aby zoptymalizować np. kalorie lub moc.

10.8 Płeć

W celu wczytania odpowiednich segmentów Strava należy dokonać ustawienia płci użytkownika.

10.9 Aktualizacja Firmware

Urządzenie RDX GPS 11.0 jest przystosowane do aktualizowania oprogramowania układowego (firmware). Jeżeli zostanie udostępniona nowa wersja firmware, to użytkownicy zostaną o niej powiadomieni za pośrednictwem oprogramowania DATA CENTER. Trzeba wówczas postąpić zgodnie ze wskazówkami wyświetlanymi przez oprogramowanie DATA CENTER.

UWAGA

PRZED rozpoczęciem aktualizacji trzeba wykonać kopię zapasową wszystkich danych. Podczas aktualizowania firmware zostaną skasowane wszystkie dane. Utraconych danych **NIE** da się już odzyskać!

10.10 Przywracanie ustawień fabrycznych

Ta pozycja menu służy do przywracania ustawień fabrycznych urządzenia ROX GPS 11.0. Po wybraniu tej funkcji trzeba postępować zgodnie ze wskazówkami wyświetlanymi na ekranie.

UWAGA

Zostaną skasowane wszystkie wartości. Utraconych danych **NIE** da się już odzyskać!

11 Przegląd funkcji

Prędkość

Średnia prędkość

Maksymalna prędkość

Dystans

Czas treningu

Czas trwania

Kalorie

Zegar

Data

Temperatura

Temperatura minimalna

Temperatura maksymalna

Wysokość

Wzniesienie w %

Prędkość podjazdu w m/min

Graficzny profil wysokości

Wzrost wysokości

Maksymalna wysokość

Dystans w dół

Czas treningu - podjazd

Średnia prędkość na podjeździe

Średnia prędkość podjazdu

Maksymalna prędkość podjazdu

Średnie wzniesienie - podjazd

Maksymalne wzniesienie - podjazd

Spadek wysokości

Dystans w dół

Czas treningu - zjazd

Średnia prędkość na zjeździe

Średnia prędkość zjazdu

Maksymalna prędkość zjazdu

Średnie wzniesienie - zjazd

Maksymalne wzniesienie - zjazd

Dokładność GPS

Stan baterii [w %]

Czas do celu

Przewidywany czas przyjazdu

Dystans do celu

Kierunek jazdy

Widok trasy

Liczba automatycznych okrążeń

Czas w automatycznym okrążeniu

Dystans w automatycznym okrążeniu

Średnia prędkość w automatycznym okrążeniu

Maks. prędkość w automatycznym okrążeniu

Kalorie w automatycznym okrążeniu

Średnia wysokość w automatycznym okrążeniu

Maksymalna wysokość w automatycznym okrążeniu

Wzrost wysokości w automatycznym okrążeniu

Spadek wysokości w automatycznym okrążeniu

Średnie wzniesienie w automatycznym okrążeniu

Średni spadek w automatycznym okrążeniu

Średnia prędkość podjazdu w automatycznym okrążeniu

Średnia prędkość zjazdu w automatycznym okrążeniu

Liczba okrążeń

Czas w okrążeniu

Dystans w okrążeniu

Średnia prędkość w okrążeniu

Maks. prędkość w okrążeniu

Kalorie w okrążeniu

Średnia wysokość w okrążeniu

Maksymalna wysokość w okrążeniu

Wzrost wysokości w okrążeniu

Spadek wysokości w okrążeniu

Średnie wzniesienie w okrążeniu

Średni spadek w okrążeniu

Średnia predkość podjazdu w okrażeniu	Średnia moc
Średnia zjazdu w okrażeniu	3 s - średnia moc
Średni balans w okrażeniu	10 s - średnia moc
Średnia moc w okrażeniu	30 s - średnia moc
Średnia moc w ostatnim okrażeniu	Intensity Factor® (IF)
Maksymalna moc w okrażeniu	Maksymalna moc
NP w okrażeniu	Moc w KJ
NP w ostatnim okrażeniu	Normalized Power® (NP)
Średnia kadencja w okrażeniu	Training Stress Score® (TSS)
Maks. kadencja w okrażeniu	Stosunek mocy W/kg
Średnie tętno w okrażeniu	Strefy mocy
Maksymalne tętno w okrażeniu	Efektywność momentu [-% / -%]
Czas pedalowania w okrażeniu	Strefa docelowa mocy
Indeks pedalowania w okrażeniu	Status baterii Di2
Lista okrażeń	Dystans przy jednym obrocie pedałów
Średni balans w automatycznym okrażeniu	Zębatka Di2
Średnia moc w automatycznym okrażeniu	Przełożenie Di2
Średnia moc w ostatnim autom. okrażeniu	Biegi Di2
Maksymalna moc w automatycznym okrażeniu	Zębniak Di2
NP w automatycznym okrażeniu	Tętno
NP w ostatnim automatycznym okrażeniu	Średnie tętno
Średnia kadencja w automatycznym okrażeniu	Maksymalne tętno
Maksymalna kadencja w automatycznym okrażeniu	Minimalne tętno
Średnie tętno w automatycznym okrażeniu	% HRmax
Maksymalne tętno w automatycznym okrażeniu	Średnie % HRmax
Czas pedalowania w automatycznym okrażeniu	Pasek strefy (HF/CAD/SPD)
Indeks pedalowania w automatycznym okrażeniu	Strefy intensywności
Lista automatycznych okrażeń	Wykres HR
Czas pedalowania	Kadencja
Indeks pedalowania	Średnia kadencja
Balans	Maksymalna kadencja
3 s - średni balans	Średni dystans przy jednym obrocie pedałów
10 s - średni balans	Średni dystans przy jednym obrocie pedałów - podjazd
30 s - średni balans	Średni dystans przy jednym obrocie pedałów - zjazd
Średni balans	
Płynność pedalowania	
Moc	
Moc w % FTP	

12 Dane techniczne

12.1 Pamięć

Pamięć treningów	Maks. 1000 godzin
Trasy	100 (maks. 40 000 punktów tras)
Punkty drogi	1000
Segmenty Strava	100
Treningi	100
Autom. okrążenie/okrążenie	5000

12.2 Temperatura otoczenia

Temperatura otoczenia -10°C do +60°C

12.3 Częstotliwości radiowe

ROX GPS 11.0: ANT+: 2,4 GHz na -4,86 dBm BLE: 2,4 GHz na -4,86 dBm	Kanał: R1 DUO: ANT+: 2,4 GHz na -6,31 dBm BLE: 2,4 GHz na -3,04 dBm R2 DUO: ANT+: 2,4 GHz na 0,85 dBm BLE: 2,4 GHz na 3,81 dBm
---	---

13 Wskazówki

13.1 Wodoszczelność urządzenia ROX GPS 11.0

Urządzenie ROX GPS 11.0 jest wodoszczelne zgodnie ze Standardem IPX7. Dzięki temu można je użytkować podczas deszczu bez ryzyka uszkodzenia. Co więcej, w takich warunkach można naciskać przyciski.

13.2 Wskazówka dotycząca treningów

Przed rozpoczęciem trenowania trzeba skonsultować się z lekarzem, aby uniknąć ewentualnych zagrożeń dla zdrowia. Dotyczy to w szczególności osób cierpiących na choroby układu krążenia.

Osobom z rozrusznikiem serca zalecamy, aby przed rozpoczęciem korzystania z naszego systemu skonsultowały się z lekarzem w celu sprawdzenia kompatybilności urządzeń!

14 Gwarancja, rękojmia informacje prawne

W stosunku do każdej strony umowy ponosimy odpowiedzialność za wady zgodnie z obowiązującymi przepisami prawa. Baterie nie są objęte gwarancją. W przypadku roszczeń gwarancyjnych prosimy zwrócić się do sprzedawcy, u którego nabyto komputer rowerowy. Komputer rowerowy można również wysłać na poniższy adres wraz z dowodem zakupu i wszystkimi akcesoriami. Koszty przesyłki ponosi nadawca. Prosimy upewnić się, czy naklejono odpowiednie znaczki pocztowe.

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

W przypadku uznania reklamacji przysługuje wymiana urządzenia na nowe. W ramach roszczenia gwarancyjnego można otrzymać tylko model z aktualnej oferty. Producent zastrzega sobie prawo do wprowadzania zmian technicznych.

Baterii nie wolno wyrzucać wraz z odpadami domowymi (Ustawa z dnia 24 kwietnia 2009 r. o bateriach i akumulatorach, Dz. U. Nr 79, poz. 666)! Baterie należy przekazać do utylizacji w odpowiednim punkcie zbiórki odpadów.



Li =
Lithium Ionen



Urządzeń elektronicznych nie wolno wyrzucać wraz z odpadami domowymi.

Po zakończeniu użytkowania, urządzenie należy przekazać do utylizacji w odpowiednim punkcie zbiórki odpadów.

Przed przekazaniem do utylizacji, z urządzenia należy usunąć wszystkie dane osobowe.

Deklaracja zgodności CE jest dostępna na stronie: 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

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

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

