

UPOZORNĚNÍ: odkazy na čísla stránek se mohou lišit podle verze návodu. V každém případě by mělo být pořadí i číslování kapitol stejné.

NEZAPOJUJTE USB KABEL DO POČÍTAČE PŘEDTÍM, NEŽ NAINSTALUJETE TACX SOFTWARE.

Str. 3

1 Před startem (Before starting)

Vítejte v Tacx Trainer Software návodu. Doporučujeme Vám přečíst si celý návod, ale pro rychlejší nastavení jsou velmi důležité následující body.

Uživatelský účet

Je velmi důležité jej správně nastavit. Všechny trasy, změny souboru jsou navázány na Váš účet. Během instalace a spuštění SW postupujte podle instrukcí. Pokud máte svůj účet již založený (třeba pomocí Fortius Multiplayer), pak vyberte volbu: DOWNLOAD USER.

Tlak pláštěů

Doporučujeme Vám používat tréninkové pláště Tacx (silniční T1390 nebo MTB T1395). Ujistěte se, že je tlak v pneumatikách 7-8bar (105PSI) a že je správný přítlak mezi válečkem a pláštěm. Ujistěte se, že váleček netlačí na plášť a poté otočte 3,5x kolečkem pro nastavení přítlaku. Takto nastavený přítlak by měl být v pořádku.

Kalibrace

Jděte do SETUP a do BRAKE CALIBRATION. Toto je důležité správné měření výkonu.

Software update

Je potřeba stáhnout poslední verze SW a firmware pomocí ONLINE UPDATE (v úvodní obrazovce).

Toto je možné pouze, pokud jste připojeni k internetu. Update je také možné stáhnout na stránkách

www.tacx.com v sekci service.

Stáhnutí Gogole Earth

Je potřeba stáhnout si samostatně aplikaci Gogole Earth. Této je možné na stránkách:

<http://code.google.com/intl/nl/apis/earth/>

Bezpečnostní nastavení – licenční kody

Od verze 2.0 má Tacx Trainer software ochranu proti kopírování. Během startu instalace budete požádáni o vyplnění licenčního kódu. Například DF8VI-7aUC6-4DI81-AWMzy-8Mq7Q-384Ca

Tento kód je uvnitř instalačního DVD a lze jej použít pouze pro jeden PC. Dále je potřeba vyplnit přihlašovací údaje. Vyplňte všechny potřebné údaje. Ujistěte se, že jste připojeni k internetu.

Str. 4

Pokud nemáte internet, je možné provést aktivaci přes e-mail. Vyberte si tuto možnost a přepokopírujte si informace do PC s internetem. Do 24h byste měli obdržet aktivační kód.

Tacx trainer software může pracovat 10dní bez aktivace v režimu DEMO. Pokud máte nějaký problém týkající se licence, zkontaktujte support@tacx.nl. Licence je platná pouze pro jeden počítač.

Str. 5

2 Vytvoření uživatelského profilu / Stáhnutí si uživatelského profilu (Create useraccount / Download useraccount)

Při prvním spuštění SW je potřeba vytvořit uživatelské profilu.

Pokud již máte uživatelský profil vytvořený (například v Fortius Multiplayer SW), vyberte si možnost stáhnout DOWNLOAD USER. Standardní heslo je 123456.

Pokud jste si vytvořili profil, pak je možné se přihlásit na stránky www.tacxvr.com. Na těchto stránkách je možné:

1. Stáhnutí cest z BikeNet
2. Prohlídka jezdců Multiplayer

3. Dostávání update a novinek
4. Stahování dresů

A mnoho dalších

VYTVOŘENÍ PROFILU

1. Vyberte SELECT INFO v hlavním menu
2. Vyberte NEW
3. Vyplňte všechny potřebné údaje

Klikněte na Edit pro změnu obrázku, kola a dresu.

Dvakrát vyplňte heslo. Toto heslo bude stejné i pro www.tacx.com – interactive.

Pokud si vyberete možnost „make your ID public on tacxvr.com“, pak bude možné vidět Vaše údaje na internetu.

Uložte si své nastavení. Synchronizace s internetem proběhne automaticky.

Str.6

Pomocí následujících funkcí je možné otočit obrázek, zrcadlit jej, zvětšit nebo zmenšit.

V této tabulce si můžete zaškrtnout, které údaje z Vašeho profilu se budou zobrazovat ostatním na internetu. Hmotnost jezdce je bez kola.

E-mailová adresa je povinný údaj a slouží k propojení Vašeho USB interface s profilem.

Time zone (časové pásmo) je velice důležitý údaj. Pokud se chcete zúčastnit Multiplayer závodu, pak můžete využít funkcí na www.tacxvr.com.

Po uložení profilu, nastavte uživatele jako SET AS DEFAULT.

STAŽENÍ PROFILU

1. Vyberte USER INFO v menu
2. Vyberte DOWNLOAD USER
3. vyplňte emailovou adresu a heslo (standardně je nastaveno na 123456, pokud jste se zaregistrovali přes Fortius SW Multiplayer volbu).
4. Nyní byste měli vidět uživatele
5. Nyní si vyberte uživatele a klikněte na SET AS DEFAULT.

Str.7

3 Hlavní menu (Main menu)

Toto je hlavní menu Tacx Trainer software, kde je možné vybrat různé druhy tréninku (Catalyst, Ergo Video, Real Life Video, Real Life Training, Virtual Reality a Multiplayer) a je zde přístup k nastavení SW.

Novinky od Tacx

Zde jsou poslední novinky, co se týká produktů, servisu a update. Pro jejich zobrazení je potřebné stále připojení k internetu.

Str.8

Připojené zařízení

Zobrazí, které zařízení je připojeno.

Zobrazí jeho správnou funkčnost

Obrázek Vaší USB ovládací jednotky a motorové brzdy můžete vidět za předpokladu, že je USB (a ovladače) jsou správně nainstalovány.

Objeví se na monitoru, pokud je spojení nefunkční

Pokud není spojení nebo je problém s ovladači nebo hardware. Prosím podívejte se na FAQ na stránkách www.tacx.com.

Používané ovládací jednotky

Používané brzdy

Poznámka: ovládací jednotka T1902 není kompatibilní s OS64 bit. Musíte jí vyměnit za T1932 nebo T1904.

Software update

Zobrazí aktuální verzi SW a jaké update jsou k dispozici. Pokud bude k dispozici nový update, zobrazí se tlačítko DOWNLOAD. Je možné, že budete muset tento proces několikrát zopakovat, dokud nebudete mít nejnovější verzi SW.

Pro spuštění update budete potřebovat instalační DVD. Vložte jej do diskové jednotky a zrušte volbu remove TTS software from the PC. Nyní vyberte DOWNLOAD. Postupujte podle instrukcí, vyhledejte ovladače DVD a vyberte je (například D).

Jestliže budete mít nějaké problémy s update, podívejte se na FAQ na stránkách www.tacx.com.

Str. 9

Hlavní menu

Stažení trať z BikeNet a jeho umístění na hard disk (například C). Vyberte TTS training import a místo na disku, na které se má uložit. Jestliže možné stáhnout dva soubory (trať a výsledky), stáhněte je a systém automaticky pozná rozdíl. Pokud nechcete přijít o jízdu proti soupeři, tak je potřeba stáhnout oba soubory.

Vyberte **TBD** a vyberte **IMPORT**. Zobrazí je následující zpráva. Trénink byl přidán do sekce Real Life Training.

Str. 10

Score list

Jak již bylo zmíněno, výsledkovou listinu budete potřebovat stáhnout, abyste mohli jet proti soupeři. Podívejte se dále.

Str. 11

Real Life Video Fortius - TTS

Pomocí této volby je možné stáhnout video starší videa do verze T1956.30 ze software Fortius. Tyto videa bylo možné instalovat pouze pro Fortius software, ale díky této možnosti je možné je stáhnout také pro TTS software.

Pokud si vyberete tuto možnost stažení, systém automaticky vybere správné místo, kam má být video nainstalováno. Vyberte video a klikněte na **Import TTS**.

Pokud vyberete YES, pak to znamená, že bude video nakopírováno přímo do TTS. To znamená, že jej budete mít na disku dvakrát. Pokud se rozhodnete odinstalovat Fortius software a s tím videa, pak je potřeba vybrat YES.

Pokud si hodláte ponechat Fortius software, pak vyberte NO. Video zůstane na původním místě. Pamatujte si, že pokud chcete stáhnout video, které nebylo nainstalováno na Váš hard disk, musíte vložit příslušné DVD do jednotky. Jinak jej nebude možné stáhnout.

Staré soubory budou po stažení vymazány ze seznamu. Nyní jsou úspěšně staženy do sekce Real Life Video. Importy jsou bez GPS informací! Pozve videa od verze T1956.30 obsahují GPS informace.

Str. 12

Catalyst Fortius - TTS

Stejně funkce jako Real Life Video – TTS, kromě možnosti stažení videa. Soubory se objeví v sekci Catalyst.

Str. 13

Bushido - TTS

Je možné stáhnout informace z Bushido do TTS. Pak je možné analyzovat výsledku v Analyzeru. Nejprve propojte Bushido s Tacx Trainer software přes Settings – Bushido (naleznete sekci Bushido). Propojení bude provedeno automaticky a vy se můžete podívat, co je možné stáhnout. Vyberte si trať a stiskněte **Bushido-TTS**.

Str. 14

GPS import

Stahnutí různých GPS dat v Tacx Trainer software.

Následující volby je možné vybrat v GPS dropdown

<u>Standard GPX:</u>	Nejběžnější přípona. Mnoho programů může být vyexportováno jako gpx. Soubor
<u>Google Earth KLM:</u>	Umožňuje číst Google Earth soubory. Tyto soubory ne vždy obsahují informaci o nadmořské výšce (výškovém profilu).
<u>Garmin TCX / CRS:</u>	Stažení Garmin souborů.

Vyberete trať, klikněte na IMPORT a soubor bude součástí Real Life Tréninku.

Str. 15

TTS – zálohování v PC

Pokud chcete vytvořit zálohu Trati nebo Výsledku, můžete tyto soubory nakopírovat do jakéhokoliv adresáře.

Vyberte si **Export** na horní liště. Vyberte **VIEW SCORES** a pak **EXPORT** a výsledek bude vyexportován.

Pokud si jej budete přát později stáhnout, mějte na paměti, že je potřeba nejprve stáhnout trať a teprve potom můžete stáhnout soubor s výsledky. Obojí je třeba aktualizovat.

Význam tlačítka **To BikeNet** bude vysvětlen v kapitole BikeNet. Je to jedna z Tacx webových stránek (www.tacxvr.com), kde je možné si stáhnout soubory ostatních uživatelů.

Str. 16

TTS – Bushido

Je možné si přetáhnout všechny soubory, které jsou v Tacx Trainer software do Vašeho Bushido počítače. Může to být Real Life Video, Ergo Video nebo Real Life Training. Přenos bude zahrnovat výškový profil. Bushido nemůže zobrazovat více než 16znaků, proto je docela možné, že budete muset přejmenovat trať. Princip přenosu je stejný jako když děláte přenos v počítači. Pouze je potřeba, aby bylo Bushido připojeno.

Str. 17

General settings	Vždy je potřeba nastavit jazyk, zobrazení vzdálenosti, odpočítávání a nastavení monitoru.
Training settings	Může být upraven během tréninku. Zatačecí jednotka, informační panely, zobrazení pozice a přibližování.
Brake Calibration	Toto je důležité provést před každým tréninkovým obdobím. Kalibrace Vám zajistí stejnou hodnotu wattů pro každý trénink. Kalibrace spočítá ztráty během šlapání a automaticky je opraví v software. Je potřeba, aby byl plášť nahuštěn na 7-8bar a kolo mělo správný přítlak k opěrnému válečku (třikrát otočení maticí). Hodnota pro Bushido by měla být mezi 10-15. Pro Fortius/i-Magic by měla být mezi -3 a +3. Pokud je hodnota příliš vysoká, nafoukněte plášť na vyšší tlak a dotáhněte více přítlačný váleček.
Calibrate handlebar	Řízení se používá pro pohled doprava a doleva v Real Life Videu nebo pro zatačení ve Virtuální Realitě. Abychom se vyvarovali rozdlům v zatačení, musí být zatačecí jednotka zkalibrována. Na konci nastavení by měla být šipka vprostřed. Pokud se tak nestane, kontaktujte Tacx, kontaktní informace najdete na internetových stránkách Tacx.
Scale factor	Používá se pro zobrazení výkonu v Tacx Trainer software, kde je tato hodnota odlišná od hodnoty externích power metrů. Nastavitelný mezi 80 a 120. Toto neovlivní výkon brzdy, ale zobrazenou hodnotu výkonu. Pokud si nastavíte 80, bude Vaš zobrazený výkon redukován o 80% (ze 100watů se stane 80).
Google Earth Settings	Nastavení zobrazení Google Earth. Je hlavně potřeba pro 3D nastavení Google Earth. Pokud je specifikace Vašeho PC příliš nízká, je možné vypnout 3D objekty, tím to snížit požadavky na PC a zlepšit funkci software.
Bushido	Připojení Bushido Pokud chcete Bushido připojit k Tacx Trainer SW, je potřeba nejdříve vybrat tuto volbu. Pokud je Bushido připojeno k PC není možné jej používat jako běžný Ergo trenažér. Je potřeba nejdříve zrušit připojení. Před tím, než se připojíte k PC je potřeba do něj vložit USB konektor. Po té postupujte podle instrukcí k instalaci. A pote: <ol style="list-style-type: none">1. Ujistěte se, že je USB konektor správně připojen k počítači, a že jsou správně nainstalovány ovladače.2. Stiskněte tlačítko OK na Bushido ovladači (aby došlo k jeho „probuzení“ ze spánkového režimu).3. Nyní klikněte na vyhledat Tacx Trainer software. Nyní začne počítač hledat Bushido. Po nalezení Bushido mu přiřaďte název.4. Pak zaktualizujte Firmware na nejnovější verzi (na hlavní obrazovce). Jakmile zavřete software, Bushido se automaticky odhlásí.

Str. 18

Installed videos

Přehled všech nainstalovaných a stažených videí s odpovídajícími čísly.

Online FAQ	Pokud máte nějaké problémy nebo nějaké nezodpovězené otázky, podívejte se nejdříve na Q&A. Tyto FAQs budou pravidelně aktualizovány a pokud se objeví nějaké problémy, budete je moc vyřešit přes tuto volbu.
Online help	Návod pro Tacx Trainer software. Pokud se objeví nové funkce, naleznete upravený návod na Online help.
Tacx on the web	Dostanete se na stránky www.tacxvr.com . Dostanete se na Bike net – část Multiplayer na webu a budete mít možnost stáhnout nové tratě a zúčastnit se závodů.
Show Licence-info (v2)	Přehled aktuálních aktivovaných licencí.

Str. 19

4 Catalist

Otevření/použití Catalist

Vyberte Catalist na liště.

Výběr programu:

Zde si můžete vybrat z existujících tratí, které jste si vytvořili nebo stáhli.

Sklon – Vzdálenost

V tomto programu se mění odpor brzdy na základě procentického stoupání. Tento režim nabízí možnost vytvořit nebo si stáhnout soupeře.

Sklon – Čas

Zde si nastavíte délku jízdy pod určitým sklonem trati.

Výkon – Vzdálenost

V tomto programu si můžete nastavit různý výkon pro určitou délku tratě, čemuž se přizpůsobí odpor brzdy.

Str. 20

Výkon – Čas

V tomto programu si můžete nastavit různý výkon pro určitý časový úsek, čemuž se přizpůsobí odpor brzdy.

Tepová frekvence – Vzdálenost

Zde si můžete nastavit délku tratě v určité průměrné tepové frekvenci, čemuž se přizpůsobí odpor brzdy.

Tepová frekvence – Čas

Zde si nastavíte časový úsek v určité průměrné tepové frekvenci, čemuž se přizpůsobí odpor brzdy.

Volný – Trénink

Zde můžete volně jezdit a jednotlivé hodnoty si ručně upravovat během tréninku.

Takže pokud chcete větší zátěž během **Sklon – Vzdálenost** tréninku, můžete si zvýšit hodnotu sklonu během jízdy.

Odpor brzdy se automaticky změní, pokud se dostanete mimo přednastavené hodnoty. Například během tréninku Výkon. Pokud si jí nastavíte na 250 watů a začnete šlapat rychleji, odpor se automaticky sníží. Stejný princip je i u Tepové frekvence. Pokud máte nastaveno 150 tepů za minutu a okamžitá tepová frekvence je 130, brzdový odpor se automaticky zvýší. Pokud se tepová frekvence ustálí na 150 brzdový odpor je nastaven. Tolerance by se měla pohybovat v rozsahu +10 a -10.

Str. 21

Nový program:

Je možné si vytvořit novou trať/trénink uvnitř každého programu.

Například v Sklon – Vzdálenost

Pokud stisknete new program slope – distance uvidíte následující obrazovku.

Jsou tři způsoby nastavení sklonu a vzdálenosti.

1. Klikněte na jednu ze dvou bílých teček ve žlutém poli. S jejich pomocí můžete upravit sklon a vzdálenost části tréninku (pohybem myši nahoru a dolů nebo doprava a doleva).
2. Hodnoty můžete také upravit pomocí šipek u buněk v pravém horním rohu.

Po nastavení sklonu a vzdálenosti můžete přidat nový úsek. Stiskněte **Add**. Objeví se nové pole.

Tento krok můžete opakovat do doby než bude vaše trať kompletní. Zadejte jméno trati a stiskněte **Save**.

Novou trať naleznete:

Catalyst * Select program * Slope - Distance

Upravit program:

Všechny programy Catalyst mohou být upraveny.

Vyberte program a stiskněte Adjust program. Vyberte úsek trati, který chcete upravit a on se prosvítí žlutě. Nyní můžete nastavit sklon a vzdálenost. Přejmenovat trať a uložit.

Str. 22

5 Real Life Video

Otevření/použití Real Life Video

Real Life Video je trénink podobný Sklon – Vzdálenost, pouze je rozšířen o video a indikátor polohy v Google Earth.

Vyberete video, které jste si nainstalovali nebo stáhli z Fortius software.

Výběr videa/úseku

Vyberte si video a úsek, který chcete v tomto videu jet.

Pote vyberte: **Select for training** a stiskněte **Start**.

Str. 23

Novou trať je možné si vytvořit výběrem jednotlivých úseků aktuální trati. Nezapomeňte novou trať přejmenovat a uložit stisknutím **CREATE**.

Vyberte úsek. V software se objeví dvě čáry, které je možné posunovat a vymezit si tak část trati (pokud chcete absolvovat pouze stoupaní nebo dojezd do cíle, je to možné). Posunujte bílé čáry ve směru šipek.

Nastavenému úseku musíte dát jméno a pak jej pomocí **Save** uložit.

Change course Pracuje to podobně jako New course, ale s tím rozdílem, že je možné novou trať znovu upravit a uložit.

Remove Pomocí tohoto tlačítka můžete vymazat existující videa nebo nově vytvořené tratě a výsledky.

Str. 24

6 Real Life Trénink a Editor

Real Life trénink funguje tak, že se GPS data přenesou do Google Earth a 3D prostředí. Všechny rozdíly v nadmořské výšce jsou automaticky přeneseny do funkce brzdy a výslednému odporu brzdy.

Vyberte Real Life trénink

Vyberte volbu: Select ROUTE

Zde se objeví přehled uložených GPS tratí. Jednu si vyberte s stiskněte:

Select for training

Objeví se obrazovka viz. dole. Pokud je vše propojeno správně objeví se oranžový nápis START. Pokud připojení nefunguje správně, bude svítit tlačítka zeleně.

Zde je také možné vybrat soupeře. Aby to bylo možné, musíte mít tuto trasu celou projetou a uložený výsledek. Také je možné použít výsledky ostatních jezdců a soupeřů. Tyto trasy a soupeři mohou být staženy z BikeNetu.

V kapitole 9 Nastavení před jízdou najdete více informací týkající se Powermodu a nastavení tepové frekvence.

Str. 25

6.1. GPS Editor (od verze 2.0)

Od verze 2.0 je možné vytvořit vlastní trasu v rámci Real Life Tréninku pomocí GPS Editoru.

Úprava GPS trasy

Vyberte trasu a stiskněte MODIFY. Díky GE aplikaci uvidíte, jak byla trasa vytvořena se všemi typy různých čísel. Toto jsou GPS body a vy je nyní můžete změnit. Vyberte číslo, chytněte ho a umístěte ho na jinou pozici. Pomocí „dvojkliku“ levým tlačítkem myši je možné vytvořit extra část trasy. Stisknutím SAVE upravenou trasu uložíte.

Pokud chcete, aby se Vám na upravené trase zobrazovali další informace, uděláte to přes SETTINGS. Takto bude možné zobrazit cesty, 3D budovy v Google Earth nebo zobrazit funkce pro přiblížení nebo oddálení.

Str. 26

GPS new

Vyberte NEW, pokud chcete vytvořit GPS sami.

Následující obrázky zobrazují lokalitu někde ve světě. Nejjednodušší cesta k nastavení je přes NAVIGATION CONTROLS.

Nyní jděte na LOCATION a vyberte město. Toto může být město kdekoliv ve světě. Ale směrovací číslo nezadávejte, zadejte pouze název.

Jsmo například v New Yorku USA. Pokud vyberete místo pomocí dvojkliku levým tlačítkem myši, objeví se bod 0. Pokud se přemístíte na další místo a zase kliknete, vytvoří se bod 1, který bude spojen s bodem 0. Takto můžete pokračovat a vytvořit si vlastní trasu. Výškový profil se vytvoří automaticky. Pokud jste hotovi, vložte název do PROGRAM INFO a program uložte.

Str. 27

Jakmile bude trasa uložena objeví se pole START, výškový profil a hodnota průměrného sklonu. Zobrazí se také profil trasy. Tímto bude Vaše trasa ukončena.

Str. 28

7 Vyhodnocení (Analyser)

Analyser Vám umožní vyhodnotit všechny trasy, které jste projeli.

Výsledku můžete doplnit o komentáře a teplotu, při které jste trénovali.

Dále jsou zobrazeny průměry pro všechny změřené hodnoty jako je vzdálenost, rychlost, výkon a tepová frekvence. Je také možné zobrazit údaje o tepové frekvenci v nastavených hranicích. Vyberte **Analyse**.

Str. 29

Funkce přiblížení

Znázorněný graf můžete přibližovat / oddalovat pomocí + a – (ukazují na ně bílé šipky).

Pokud stisknete pravé tlačítko myši, objeví se následující nabídka.

Jednotlivé položky si můžete aktivovat nebo deaktivovat tak, že si je zaškrtnete. Umožní Vám to přizpůsobit si graf tak, aby byl pro Vás co nejpřehlednější.

Pomocí tlačítka EXPORT HRM, máte možnost vyexportovat soubory pro Polar.

Str. 30

Tabulka

Pokud vybere **Table**, objeví se Vám přehled naměřených údajů v 30s intervalech. (standardní nastavení)

Také je možné zobrazit si výsledky po 1s. Viz tlačítko nad tlačítkem **CLIPBOARD**.

Pomocí **Clipboard** je možné vyexportovat data. Klikněte na clipboard a poté otevřete Exel. Poté stiskněte paste a tabulka bude překopírována.

Pomocí **Print** je možné tabulku rovnou vytisknout.

Str. 31

8 BikeNet

V roce 2009 přišel Tacx s novými webovými stránkami. Na těchto stránkách je odkaz na Tacx Trainer Software. Webové stránky naleznete na www.tacxvr.com. Tyto stránky obsahují mnoho doplňků také pro Fortius Software.

Vyberte MULTIPLAYER - BIKENET

Stránky se otevřou do dalšího hlavního okna. Pro přihlášení a možnost stažení informací je potřeba se přihlásit pomocí Vašeho přihlašovacího jména a hesla. Tyto údaje jsou shodné jako pro Tacx Trainer SW.

Str. 32

Po vyplnění hesla je třeba vybrat odkaz BikeNet.

BikeNet obsahuje mnoho součástí, které byly vytvořeny pro sdílení s dalšími uživateli Tacx. V Tacx Challenge si můžete stáhnout data svých soupeřů. Pokud si budete chtít stáhnout trasy ostatních uživatelů, použijte odkaz Tacx Trainer Software courses.

Str. 33

V této části si můžete stáhnout velké množství různých tras. Je zde popis tréninku, délka trasy a prostředí tréninku.

Je možné vybrat Catalyst, Ergo Video, Real Life Training a Real Life Video. Jednotlivé části vyberete zaškrtnutím políčka.

Str. 34

Map – Toto je mapa, která Vám ukazuje, jak vypadá trasa ve skutečnosti.

Altitude profile – Zobrazuje výškový profil trasy.

Oponents – Zde je možné si vybrat soupeře. Pokud absolvujete nějakou trasu, můžete uložit Váš výsledek na BikeNet. Váš výsledek se objeví v tomto okně. Odsud si můžete stáhnout výsledky jiných a použít je jako Vaše soupeře. Nejdříve je potřeba stáhnout trasu (vyberte zelené tlačítko) a teprve potom je možné stáhnout výsledky soupeřů. Potom najdete tyto výsledky po **Opponents**.

V kapitole Import – TTS Import Training je vysvětleno jakým způsobem je možné stáhnout trasu, kterou pak můžete jezdit v Tacx Trainer Software.

Pokud si vytvoříte trasu a chcete se o ní podělit s ostatními na BikeNet, je potřeba ji tam nahrát.

UPLOADING TO BIKENET

Pokud si vytvoříte a také projedete trasu (projetí trasy je nutné), můžete tyto informace nahrát na BikeNet. Zde je vysvětleno, jak na to.

Jděte do záložky EXPORT

Je důležité abyste byl **TVŮRCEM** trasy. Také je možné nahrát údaje k trase vytvořené jinými lidmi, v tom případě bude nahrán pouze Váš výsledek.

Nejdříve si musíte vybrat trasu kterou si přejete nahrát. Potom vyplníte standardní heslo, stejné jako používáte pro přihlášení na www.tacxvr.com nebo pro Váš osobní profil do políčka **TacxVR password**.

Poté stiskněte tlačítko **To BikeNet**

Uvidíte následující zprávu :

Poté vyberte **View scores**

Str. 36

Toto Vás přemístí do dalšího okna, ve kterém uvidíte Váš výsledek. Tento postup můžete použít i pro další trasy.

Je nutné poslat Váš výsledek do BikeNet. Pokud tak neučiníte, Vaše trasa se neobjeví na BikeNet.

9 Nastavení před startem (Settings before the start)

V této kapitole budeme mluvit o možnostech nastavení během jízdy.

- Soupeři
- Nastavení výkonu
- Nastavení tepové frekvence

Soupeři

Soupeře můžete použít v následujících programech.

Catalyst – Sklon a Vzdálenost

Real Life Video

Real Life Training

Maximální počet soupeřů je 19.

Abyste si mohli nastavit soupeře, je potřeba nejprve absolvovat trasu sám, výsledek si uložit a pak jej použít jako soupeře. Také je tu možnost stáhnout si z internetu výsledky ostatních uživatelů a tyto použít jako soupeře.

Tyto trasy a soupeři mohou být staženy na internetových stránkách Tacx www.tacxvr.com – BikeNet. Podívejte se do kapitoly BikeNet pro více informací.

Nastavení Soupeřů:

Pokud stisknete SELECT OPPONENTS objeví se následující obrazovka.

Zde je trasa v New Yorku s Tacxem jako oponentem. (myšlena trasa, kterou jste sami projeli).

Můžete vidět, že trasa byla projeta průměrnou rychlostí 36,9km/h. Stisknutím – nebo + můžete vytvořit více soupeřů. Pokud zaškrtnete políčko a upravíte rychlost, objeví se nový soupeř.

Str. 38

Takto můžete vybrat až 19 soupeřů.

Každá trasa Sklon/Vzdálenost nakreslena trochu jinak. Jakmile si vytvoříte dostatek soupeřů, stiskněte OK.

Vybraní soupeři se zobrazí na pravé straně obrazovky.

Pokud nyní stisknete tlačítko START, odstartujete se 4 soupeři. Další nastavení jsou také možná.

Str. 39

Nastavení výkonu

Toto umožňuje nastavení aktuálního výkonu trasy. Takto můžete zvýšit nebo snížit výkon například na 80%.

Pokud touto cestou upravíte výkon, můžete tuto trasu/výsledek použít jako Vašeho soupeře. Je také možné upravit si výkon během jízdy, pak není možné tuto trasu/výsledek použít pro příště jako soupeře.

Nastavení tepové frekvence

Ťukáním v boxu tepové frekvence nastavíte její horní a dolní hranice. Jakmile pojedete, uvidíte jestli se pohybujete v nastavených hranicích a jakmile je překročíte budete varováni. Více bude vysvětleno následující kapitole During the ride

Str. 40

10 Během jízdy (During the ride)

Pokud byl vybrán Catalyst, Real Life Video, Ergovideo, Real Life training, menu budu pracovat pro všechny tyto součásti stejně. Je možné se přepínat mezi různými zobrazeními na monitoru. Pomocí šipek UP(nohoru) a DOWN(dolů), je možné měnit zobrazené informace. Zde Vám ukážeme různá zobrazení, která nabízí **Catalyst**.

Catalyst

Zobrazení pro Catalyst mohou být různá, podle vybrané trasy, ale pracují stejným způsobem. Dole můžete vidět zobrazení pro trénink Sklon-Vzdálenst.

Pomocí šipek UP nebo DOWN na vaší řídicí jednotce se můžete přepnout mezi různými zobrazeními.

Je možné přiblížit si grafy nebo si vybrat jiný úhel pohledu kamery; toto bude vysvětleno v dalších kapitolách.

Str. 41

Catalyst – Free training

Existuje samostatný řádek pro volné ježdění. Toto je z důvodu možnosti nastavení sklonu / výkonu / tepové frekvence během jízdy pomocí tlačítek UP nebo DOWN. Graf má časové zpoždění, takže se jakákoliv změna projeví trochu později. Na tomto obrázku je zapnuta tepová frekvence.

Stisknutím tlačítka ENTER se objeví menu, ve kterém je možné zapnout nebo vypnout jednotlivé funkce. Toto bude vysvětleno v dalších kapitolách.

Str. 42

Hear rate training

Odpor brzdy se nastavuje v závislosti na tepové frekvenci. Pokud je tepová frekvence nižší, odpor brzdy se automaticky zvýší, takže musíte „více zabrat“ a takto si zvýšíte Vaší tepovou frekvenci. V diagramu napravo můžete vidět, jestli se pohybujete uvnitř nastavených hranic. Pokud je hodnota tepové frekvence červená, znamená to, že je hodnota tepové frekvence mimo nastavené hranice. Proto bude upraven odpor brzdy.

Zobrazení části trasy

Zobrazení celé trasy

Tepová frekvence je v nastavených hranicích. Odpor brzdy zůstává nezměněn.

Tepová frekvence je nad nastavenou hranicí. Odpor brzdy bude snížen.

Str. 43

Real Life Video / Ergo Video

V Real Life Videu je možné následující zobrazení. Pokud je zapojena zatáčecí jednotka, budete mít možnost pohledu doprava a doleva během jízdy.

Také máte možnost volby následujících zobrazení pomocí stisknutí šipek UP nebo DOWN.

Video – Zobrazení pozice – Graf

Video – Informace

Zobrazení videa přes celý monitor

Video – Zobrazení pozice

Graf – Zobrazení pozice

Video – Google Earth – Zobrazení pozice

Google Earth přes celý monitor

Google Earth přes celý monitor pohled 3

Str. 44

Real Life Training

Rozdíl mezi Real Life tréninkem a Real Life Videem je, že bude video nahrazeno 3D zobrazením stejně jako je tomu v programu Catalyst.

Informační lišta

Rychlost	U trenážeru i-Magic a Bushido může rychlost zčervenat. Červená rychlost znamená, že zobrazená rychlost není reálná. Je to kompenzace nedostatečného výkonu brzdy. Brda není schopna vyvinout dostatečný výkon pro reálnou simulaci. Proto je upravena rychlost. U trenážeru Fortius se toto nemůže stát.
Výkon	Pokud máte nastavený režim Výkon, může být výkon zobrazen různě, ale není to pravidlo. Na následujícím obrázku je vidět, jak to vypadá při nastaveném režimu Výkon.
Kadence	Kadence (frekvence šlapání) je počet otáček pedálem během jedné minuty (měří se pomocí snímače otáček). Pokud je zobrazena 0, měli byste zkontrolovat, jestli se magnet nedotýká snímače, jinak by mohlo dojít k vibracím trenážeru (Fortius). Bushido nemá snímač kadence. Kadence se vypočítává na brzdě.
Tepová frekvence	Zobrazuje tepovou frekvenci, pokud používáte hrudní snímač (není součástí balení). Je možné použít jakékoliv analogové snímače tepové frekvence a většinu kódovaných také. U Bushida je možné použít tepový snímač s ANT přenosem.
Vzdálenost	Zde je zobrazena celková a dílčí vzdálenost.

Str. 45

Možnosti během jízdy

Během jízdy můžete měnit různá nastavení. Stisknutím ENTER se objeví nabídka, kterou můžete ovládat pomocí řídicí jednotky.

Jsou to následující funkce.

Režim výkonu: Můžete zvýšit nebo snížit výkon během jízdy. Snížení výkonu v % Vám ulehčí jízdu. Jak již bylo vysvětleno v kapitole 9, výkon jde upravit během jízdy. V takovém případě nebudete moci použít uložená data, jako svého soupeře.

GPS Kamera: Nabízí pět různých pohledů pro Google Earth zobrazení.
1: pohled z vrchu přiblížený
2: přiblížené 3D zobrazení jezdce zezadu
3: 3D zobrazení jezdce zezadu
4: pohled očí
5: pohled z vrchu

Zvuk: Lze zapnout nebo vypnout.

Cat3D Kamera: Existuje 5 různých pozic pro Cat3D funkci.

Pozice lišty: Pozice má 5 úrovní zvětšení.

Přiblížení grafu: Přiblížení má 5 úrovní zvětšení.

Uložení

Na konci trasy je možné uložit naměřené údaje. Trasu je také možné uložit předčasně. Část, která již byla projeta bude uložena. Každá sekunda jízdy bude uložena a je možné ji zobrazit v Analyseru.

Str. 46

11 Virtuální realita (Virtual reality) od verze 2.0

Před tím než poprvé vyjedete v rámci virtuální reality, je potřeba vložit správné nastavení. Je to proto, že Virtuální realita využívá značné množství výkonu procesoru Vaší grafické karty. Nejprve jdete do nastavení a poté do nastavení VR. Vyberte volby, které potřebujete (zde si také můžete aktivovat nebo deaktivovat zatáčení). Nejprve, ale nezapomeňte zkalibrovat zatáčecí jednotku v nastavení.

Virtuální realita je 3D animace, do které jsme se pokusili zahrnout všechny prvky z reálného světa. Virtuální realita Vám také umožní volný pohyb, pokud máte zapojené zatáčení. Tacx Trainer Software nabízí 6 světů, ze kterých si můžete vybrat (jsou součástí SW). Nejprve musíte vybrat terén a potom trasu.

Poté co si vytvoříte trasu, je možné si nastavit směr větru nebo si upravit počasí. Také je možné nastavit si soupeře.

Str. 47

Během jízdy

Během jízdy budete mít možnost provést mnoho různých nastavení. Stisknutím ENTER se na obrazovce objeví nabídkové okno a také celková mapa virtuálního světa.

Pokud si nastavíte soupeře, objeví se na obrazovce proužek, který zobrazuje vzdálenost mezi jednotlivými jezdci. Bílé pole znázorňuje Vaši pozici.

Ostatní volby a nastavení

+ a – na vaší klávesnici Vám umožní upravit citlivost zatáčecí jednotky.

Slipstream

Pokud jezdíte za soupeřem (slipstream) odpor brzdy se sníží. Toto Vám dá výhodu zhruba o 10% nižšího času/výkonu. Slipstream bude vždy zapnutý. Můžete jej vizuálně zapnout nebo vypnout (více v nastavení). Modrá a červená barva na obrazovce Vám ukáže, že za někým jedete.

Free cycling

Pokud je zapojena zatáčecí jednotka můžete jezdit volně po virtuálním světě. Také máte možnost vytvořit si svou vlastní trasu.

Pokud je zatáčecí jednotka (T1905) zapojena, na obrazovce se objeví volba Free Cycling.

Vaše vlastní trasa

Abyste měli možnost vytvořit si svou vlastní trasu, musíte projet cílem. Jedná se o bílou čáru přes celou silnici (viz. obrázek na této stránce) a cílovou vlnku. Ve Virtuální světě je několik takovýchto míst, což Vám umožní vytvoření mnoha různých tras. Trasa povede vždy od startu do cíle. Pokud budete po projetí cílem pokračovat v jízdě, tato cesta nebude uložena jako nová trasa. Nicméně budete mít možnost prohlédnout si výsledek v Analyseru.