



SIGMA[®]
GERMANY

PL

STs

SPEED
DIGITAL
WIRELESS

HRM
DIGITAL
WIRELESS

CAD
DIGITAL
WIRELESS

IAC
ALTI
BAROMETRIC

LAP
COUNT

DATA
LOG

MULTI
SPORT

PC
MAC
READY



ROX 6.0

BIKE COMPUTER WITH ALTITUDE

Spis treści

1	Zakres funkcji i zawartość opakowania.....	7
1.1	Wstęp.....	7
1.2	Zawartość opakowania.....	7
1.2.1	Akcesoria opcjonalne.....	8
1.3	Zakres funkcji urządzenia ROX 6.0.....	9
1.3.1	Interfejs komputerowy.....	9
2	Montaż urządzenia ROX 6.0 i pierwsze uruchomienie.....	10
2.1	Montaż uchwytu.....	10
2.2	Montaż nadajników – prędkości i kadencji.....	10
2.3	Montaż magnesów – prędkości i kadencji.....	10
2.4	Zakładanie pasa piersiowego.....	10
2.5	Montaż 2 roweru 10.....	
2.6	Montaż urządzenia SIGMA ROX 6.0 w uchwycie.....	10
2.7	Pierwsze uruchomienie.....	11
2.8	Synchronizacja czujników.....	11
2.8.1	Synchronizacja prędkości.....	11
2.8.2	Synchronizacja kadencji.....	11
2.8.3	Synchronizacja pasa piersiowego.....	11
2.8.4	Resetowanie synchronizacji.....	12
3	Koncepcja obsługi.....	13
3.1	Funkcje przycisków.....	13
3.1.1	Funkcje przycisków w trybie rowerowym.....	14
3.1.2	Funkcje przycisków w trybie pieszym.....	14
3.2	Struktura wyświetlacza.....	15
3.2.1	Górny segment wyświetlacza.....	15
3.2.2	Środkowy segment wyświetlacza.....	15
3.2.3	Dolny segment wyświetlacza.....	15
4	Ustawienia podstawowe.....	16
4.1	Ustawianie języka.....	16
4.2	Ustawianie jednostki miary.....	16
4.3	Ustawianie ciśnienia atmosferycznego na poziomie morza.....	16
4.4	Ustawianie aktualnej wysokości.....	17
4.5	Ustawianie wysokości startowej.....	17
4.6	Ustawianie obwodu koła dla roweru 1 lub roweru 2.....	17
4.6.1	Obliczanie obwodu koła.....	17
4.7	Ustawianie godziny.....	18
4.8	Ustawianie daty.....	19
4.9	Ustawianie wieku.....	19

4.10	Ustawianie wagi.....	19
4.11	Ustawianie płci.....	20
4.12	Ustawianie maksymalnej częstotliwości uderzeń serca.....	20
4.13	Ustawianie strefy treningowej.....	20
4.13.1	Wyświetlanie strefy treningowej w trybie standardowym.....	21
4.14	Ustawianie strefy intensywności 1, 2, 3, 4.....	21
4.14.1	Wyświetlanie stref intensywności w trybie standardowym.....	22
4.15	Ustawianie łącznej liczby kilometrów dla roweru 1 lub roweru 2.....	22
4.16	Ustawianie całkowitego czasu jazdy dla roweru 1 lub roweru 2.....	22
4.17	Ustawianie czasu całkowitego marszu.....	23
4.18	Ustawianie wysokości całkowitej dla roweru 1 lub roweru 2.....	23
4.19	Ustawianie całkowitego przewyższenia dla marszu.....	24
4.20	Ustawianie całkowitych Kcal dla roweru 1 lub roweru 2.....	24
4.21	Ustawianie całkowitych Kcal dla marszu.....	24
4.22	Aktywacja alarmu strefowego.....	25
4.23	Ustawianie kontrastu.....	25
4.24	Opuszczanie ustawień podstawowych.....	25
5	Funkcje ogólne urządzenia ROX 6.0.....	26
5.1	Podświetlenie wyświetlacza.....	26
5.2	Porównanie prędkości.....	26
5.3	Funkcja okrążeń.....	26
5.4	Otwieranie widoku okrążeń.....	27
5.5	Kalibracja wysokości startowej.....	27
5.6	Stoper.....	27
5.7	Minutnik.....	27
5.8	Ustawianie przewyższenia +/-.....	28
5.9	Resetowanie danych trasy.....	28
5.10	Wartości łączne dla roweru 1 i roweru 2.....	28
5.11	Przedział serwisowy.....	28
5.12	Tryb transportu.....	29
5.13	Interfejs komputerowy.....	29
5.14	Przewodowa transmisja danych o prędkości.....	29
6	Marsz z urządzeniem ROX 6.0.....	30
6.1	Synchronizacja pasa piersiowego.....	30
6.2	Uruchamianie czasu marszu.....	30
6.3	Ustawianie czasu docelowego.....	30
6.4	Resetowanie danych trasy marszu.....	31
7	Pomiar wysokości (IAC).....	32
7.1	Kalibracja wysokości.....	32

8	Wskazówki, usuwanie usterek, FAQ.....	33
8.1	Wskazówki.....	33
8.1.1	Wodoszczelność urządzenia ROX 6.0.....	33
8.1.2	Wodoszczelność nadajników (wyposażenie opcjonalne).....	33
8.1.3	Pielęgnacja pasa piersiowego (wyposażenie opcjonalne).....	33
8.1.4	Wskazówki dotyczące treningu.....	33
8.2	Usuwanie usterek.....	34
8.3	FAQ (często zadawane pytania).....	35
9	Dane techniczne	36
9.1	Wartości maksymalne, minimalne, standardowe.....	36
9.2	Wymiana baterii.....	38
9.3	Temperatura, baterie.....	38
10	Gwarancja i rękojmia.....	39
11	Indeks	41



1 Zakres funkcji i zawartość opakowania

1.1 Wstęp

Serdecznie dziękujemy za zakup komputera rowerowego firmy SIGMA SPORT. Nowo zakupione urządzenie ROX 6.0 będzie przez wiele lat towarzyszyło Państwu w przejażdżkach rowerowych. W celu zapoznania się z różnymi funkcjami komputera rowerowego oraz możliwościami ich stosowania należy dokładnie przeczytać niniejszą instrukcję obsługi.

SIGMA SPORT życzy Państwu przyjemnego korzystania z urządzenia ROX 6.0.

Urządzenie ROX 6.0 to wielofunkcyjny komputer rowerowy, który jest w stanie dostarczyć Państwu wielu informacji w czasie jazdy i po jej zakończeniu:

- prędkość, czas, dystans, wysokość, częstotliwość uderzeń serca, strefy intensywności.
- transfer wszystkich informacji do komputera, pozwalający na odczytanie wyników zaprezentowanych w prosty, graficzny sposób.

1.2 Zawartość opakowania

<p>Komputer rowerowy ROX 6.0</p>  The image shows the Sigma ROX 6.0 bicycle computer. It is a white rectangular device with a black LCD screen. The screen displays various cycling metrics: heart rate (142), cadence (90), altitude (1884), time (03), current speed (28.8 km/h), and daily distance (34.37 km). The Sigma logo and 'ROX 6.0' are printed on the device.	<p>Uchwyt</p>  The image shows a black plastic bicycle computer mount. It has a central opening for the computer and two side slots for screws. The Sigma logo is visible on the side.
<p>Nadajnik prędkości STS</p>  The image shows a black STS speed sensor. It consists of a small black sensor unit and a larger black plastic bracket that is designed to be mounted on a bicycle's rear wheel.	<p>Magnes na szprychę</p>  The image shows a small black plastic magnet. It is a cylindrical component with a central hole, used for mounting the speed sensor on a bicycle's spoke.

<p>Pasek na rękę</p> 	<p>Nadajnik pulsu STS wraz z pasem piersiowym</p> 
<p>Klucz do komory na baterie</p> 	<p>Elementy mocujące (opaski kablowe, oringi)</p> 
<p>Skrócona instrukcja obsługi ROX 6.0</p>	

1.2.1 Wyposażenie opcjonalne

<p>Stacja dokująca</p> 	<p>Uchwyt przewodowy</p> 
<p>Nadajnik kadencji STS (załączony tylko do urządzenia ROX 6.0 CAD)</p> 	<p>Magnes kadencji STS (załączony tylko do urządzenia ROX 6.0 CAD)</p>  <p>lub</p>  <p>Magnes kadencji może być także używany bez dolnej podkładki dystansowej.</p>

1.3 Zakres funkcji urządzenia ROX 6.0

Urządzenie ROX 6.0 to wszechstronny komputer rowerowy umożliwiający pomiar wysokości, prędkości, kadencji i pulsu.

Do pomiaru kadencji niezbędne jest odpowiednie wyposażenie.

Wszystkie aktualne wartości – aktualna prędkość, aktualna wysokość, aktualny puls, aktualna kadencja i aktualne okrążenie – są stale widoczne na dużym wyświetlaczu.

Urządzenie ROX 6.0 posiada klasyczne cechy komputera rowerowego, jak przykładowo możliwość wprowadzenia ustawień dla dwóch różnych rowerów (są one automatycznie rozpoznawane dzięki nadajnikowi prędkości STS), automatyczny start/stop i różne możliwości kalibracji wysokości.

Oddzielny pasek na rękę umożliwia stosowanie urządzenia ROX 6.0 także podczas marszu i uprawiania innych dyscyplin sportowych.

1.3.1 Interfejs komputerowy

Urządzenie ROX 6.0 można podłączyć do komputera. Dostępna jako wyposażenie opcjonalne stacja dokująca umożliwia wymianę danych między komputerem a urządzeniem ROX 6.0.

Ustawień dla urządzenia ROX 6.0 można także dokonać na komputerze, a następnie przenieść je na komputer rowerowy.

2 Montaż urządzenia ROX 6.0 i pierwsze uruchomienie

Wskazówka

Szczegóły dotyczące montażu podano w załączonej skróconej instrukcji obsługi.

2.1 Montaż uchwytu

- Mocowanie na kierownicy lub mostku kierownicy,
- Zdjąć żółtą folię z uchwytu (montaż na stałe),
- Uchwyt można zamontować za pomocą opasek kablowych (montaż na stałe) lub alternatywnie za pomocą oringów.

Patrz instrukcja montażu **1.1** **1.2** **1.3** **1.4**

2.2 Montaż nadajników – prędkość i kadencja

- Oba nadajniki można zamontować albo za pomocą opasek kablowych (montaż na stałe) lub alternatywnie za pomocą oringów.

Patrz instrukcja montażu **2.1** **3.1**

2.3 Montaż magnesów – prędkość i kadencja

Patrz instrukcja montażu **2.3** **3.2**

2.4 Zakładanie pasa piersiowego

- Zwilżyć elektrody wodą lub żelem kardiologicznym.

Patrz instrukcja montażu **4.1** **4.2** **4.3** **4.4**

2.5 Montaż 2 roweru

- **UWAGA:**
Aby przestawić nadajnik prędkości STS na „Rower 2”, należy za pomocą długopisu przytrzymać wciśnięty przez 5 sekund przycisk znajdujący się na tylnej stronie nadajnika – dopóki nie zacznie migać czerwona dioda LED (czerwona dioda LED: rower 2; zielona dioda LED: rower 1).

Patrz instrukcja montażu **6.1**

2.6 Montaż urządzenia Sigma ROX 6.0 na uchwycie

Patrz instrukcja montażu **6.2**

2.7 Pierwsze uruchomienie

Aby ograniczyć zużycie prądu, urządzenie ROX 6.0 znajduje się w tak zwanym trybie głębokiego uśpienia. Aby wybudzić urządzenie ROX 6.0 z trybu głębokiego uśpienia, należy równocześnie nacisnąć przyciski MODE 1 + SET i przytrzymać je przez 5 sekund.

Urządzenie ROX 6.0 przełączy się na tryb ustawień (Rozdział „4 Ustawienia podstawowe”).

2.8 Synchronizacja czujników

Aby możliwa była synchronizacja czujników, urządzenie ROX 6.0 musi być zamontowane w uchwycie.

Podczas synchronizacji danego czujnika migają zera dla wskazania prędkości, kadencji i pulsu.

Po dokonaniu odpowiedniej synchronizacji dana wartość zostanie wyświetlona na ekranie urządzenia ROX 6.0.

2.8.1 Synchronizacja prędkości

Istnieją dwie możliwości:

- Rozpoczęcie jazdy na rowerze, z reguły odbiornik synchronizuje się po 5 obrotach koła.
- Obracanie przedniego koła, dopóki na ekranie nie wyświetli się wskazanie km/h.



2.8.2 Synchronizacja kadencji

Istnieją dwie możliwości:

- Rozpoczęcie jazdy na rowerze, z reguły odbiornik synchronizuje się po 5 obrotach pedałów.
- Obracanie korby pedałów, dopóki na ekranie nie wyświetli się aktualna kadencja.



2.8.3 Synchronizacja pasa piersiowego

Nawilżyć powierzchnię czujnika pasa i nałożyć pas piersiowy.

Następnie poruszać się w pobliżu urządzenia ROX 6.0 lub wsiąść na rower. Z reguły urządzenie ROX 6.0 synchronizuje się z pasem piersiowym w ciągu maks. 10 sekund.

Aktualny puls pojawi się na wyświetlaczu.





2.8.4 Resetowanie synchronizacji

Jeśli czujnik nie wyświetla żadnych wartości lub został zsynchronizowany nieprawidłowy czujnik, można zresetować synchronizację.

- 1 Przycisk funkcyjny **Mode 1** przytrzymać wciśnięty przez 3 sekundy. Na wyświetlaczu miga napis „synchr. RESET”.
- 2 Migają zera dla wskazania prędkości, kadencji i pulsu, a odpowiedni czujnik jest ponownie synchronizowany.

3 Koncepcja obsługi

3.1 Funkcje przycisków

Przycisk funkcyjny Reset

Za pomocą tego przycisku można poruszać się wstecz na poziomie menu.

Dłuższe przytrzymanie wciśniętego przycisku zeruje wszystkie dane aktualnej trasy.

Przycisk funkcyjny Mode 2

Za pomocą tego przycisku można przewijać funkcje Mode 2 (funkcje pulsu itp) lub poruszać się wprzód na poziomie menu.

Przycisk funkcyjny Lap

Za pomocą tego przycisku można rozpocząć nowe okrążenie.

Dłuższe przytrzymanie wciśniętego przycisku otwiera widok okrążeń.

Przycisk funkcyjny Set

Za pomocą tego przycisku można zapisać wprowadzone wartości.

Dłuższe przytrzymanie wciśniętego przycisku otwiera ustawienia podstawowe.

Przycisk funkcyjny Mode 1

Za pomocą tego przycisku można przewijać funkcje Mode 1 (funkcje roweru i wysokości).

Dłuższe przytrzymanie wciśniętego przycisku ponownie synchronizuje nadajniki.



3.1.1 Funkcje przycisków w trybie rowerowym

Funkcje przycisku Mode 1

Przejechany dystans

Czas jazdy

∅ prędkość

Prędkość maks.

∅ kadencja

Przewyższenie +/-

Profil wysokości

Wysokość maks.

Dystans okrążeń

Czas okrążeń

Funkcje przycisku Mode 2

Strefa docelowa / % maksymalnej częstotliwości uderzeń serca

Strefy intensywności

∅ częstotliwość uderzeń serca

Puls maks.

Kalorie

Godzina

Stoper

Minutnik

Temperatura

Całkowita dł. trasy

Czas całkowity

Wysokość całkowita

Całkowite zużycie kalorii

3.1.2 Funkcje przycisków w trybie pieszym

Funkcje przycisku Mode 1

Czas marszu

Czas docelowy

Przewyższenie dzienne +/-

Wysokość maks.

Funkcje przycisku Mode 2

Strefa docelowa / % maksymalnej częstotliwości uderzeń serca

Strefy intensywności

∅ częstotliwość uderzeń serca

Puls maks.

Kalorie

Godzina

Minutnik

Temperatura

Całkowity czas marszu

Całkowite przewyższenie dla marszu

Całkowite zużycie kalorii

3.2 Budowa wyświetlacza

Wyświetlacz urządzenia ROX 6.0 jest podzielony na trzy strefy główne:

3.2.1 Górny segment wyświetlacza

Tutaj wyświetlane są 4 aktualne wartości

- ♥ Aktualny puls (tylko, jeśli założono pas piersiowy)
- ⚡ Puls za niski lub za wysoki w stosunku do strefy docelowej
- 🕒 Aktualna kadencja (tylko, jeśli zamontowano nadajnik kadencji, wyposażenie opcjonalne)
- ▲ Aktualna wysokość (stałe)
- 🔄 Aktualna liczba okrążeń (stałe)

3.2.2 Środkowy segment wyświetlacza

Tutaj wyświetlana jest aktualna prędkość oraz inne parametry:

- ⌚ Symbol Rower I - Rower II
- ◆ Porównanie prędkości prędkością średnią
- KMH Zaprogramowana jednostka (km/h lub mph)
- ⏸ Włączony stoper
- ⌚ Włączony minutnik
- 🕒 Średnia prędkość (tylko na widoku okrążeń)

3.2.3 Dolny segment wyświetlacza

Tutaj wyświetlana jest aktualnie wybrana funkcja.

Poszczególne funkcje można wybierać za pomocą przycisków funkcyjnych **Mode 1** (patrz 3.1.1) i **Mode 2** (patrz 3.1.2).

Przewijanie do przodu możliwe jest za pomocą przycisków funkcyjnych **Mode 1** lub **Mode 2**. Przewijanie do tyłu możliwe jest za pomocą przycisków funkcyjnych **Set** lub **Reset**.



4 Ustawienia podstawowe



Przycisk funkcyjny **Set** przytrzymać wciśnięty przez 3 sekundy. Na wyświetlaczu miga napis „ustawienia OPEN”. Następnie wyświetli się zaprogramowany wcześniej język.

Jeśli urządzenie ROX 6.0 jest wybudzane z trybu głębokiego uśpienia przy pierwszym uruchamianiu, przełącza się ono bezpośrednio, bez dłuższego przytrzymania przycisku funkcyjnego **Set**, na tryb ustawień

Uwaga

Ustawianie urządzenia ROX 6.0 możliwe jest także podczas jazdy. Należy jednak pamiętać, iż konieczne jest skoncentrowanie się na ruchu ulicznym.

4.1 Ustawianie języka



- 1 Za pomocą przycisku funkcyjnego **Mode 1** można przełączyć się na zaprogramowany język.
- 2 Nacisnąć krótko przycisk funkcyjny **Set**. Wskazanie miga.
- 3 Za pomocą **Mode 2** lub **Reset** wybrać żądany język.
- 4 Zapisać ustawienie za pomocą przycisku funkcyjnego **Set**. Na wyświetlaczu pojawi się napis „Set OK”.

4.2 Ustawienie jednostki miary



- 1 Za pomocą przycisku funkcyjnego **Mode 1** można przełączyć się na zaprogramowaną jednostkę miary.
- 2 Nacisnąć krótko przycisk funkcyjny **Set**. Wskazanie miga.
- 3 Za pomocą przycisku **Mode 2** lub **Reset** wybrać km/h lub mph.
- 4 Zapisać ustawienie za pomocą przycisku funkcyjnego **Set**. Na wyświetlaczu pojawi się napis „Set OK”.

4.3 Ustawianie ciśnienia atmosferycznego na poziomie morza



Objaśnienia do tej funkcji znajdują się w rozdziale „7 Pomiar wysokości (IAC)”.

- 1 Za pomocą przycisku funkcyjnego **Mode 1** można przełączyć się na zaprogramowane ciśnienie atmosferyczne.
- 2 Nacisnąć krótko przycisk funkcyjny **Set**. Wskazanie miga.
- 3 Za pomocą przycisków **Mode 2** (+) lub **Reset** (-) ustawić odpowiednią wartość.
- 4 Zapisać ustawienie za pomocą przycisku funkcyjnego **Set**. Na wyświetlaczu pojawi się napis „Set OK”.



4.4 Ustawienie aktualnej wysokości

Objaśnienia do tej funkcji znajdują się w rozdziale „7 Pomiar wysokości (IAC)”.

- 1 Za pomocą przycisku funkcyjnego **Mode 1** można przełączyć się na zaprogramowaną wysokość.
- 2 Nacisnąć krótko przycisk funkcyjny **Set**. Pierwsza wpisywana cyfra miga.
- 3 Za pomocą przycisków **Mode 2 (+)** lub **Reset (-)** ustawić odpowiednią wartość.
- 4 Za pomocą przycisku funkcyjnego **Mode 1** można przejść do następnej cyfry.
- 5 Zapisać ustawienie za pomocą przycisku funkcyjnego **Set**.
Na wyświetlaczu pojawi się napis „Set OK”.



4.5 Ustawienie wysokości startowej

Objaśnienia do tej funkcji znajdują się w rozdziale „7 Pomiar wysokości (IAC)”.

- 1 Za pomocą przycisku funkcyjnego **Mode 1** można przełączyć się na zaprogramowaną wysokość startową.
- 2 Nacisnąć krótko przycisk funkcyjny **Set**. Pierwsza wpisywana cyfra miga.
- 3 Za pomocą przycisków **Mode 2 (+)** lub **Reset (-)** ustawić odpowiednią wartość.
- 4 Za pomocą przycisku funkcyjnego **Mode 1** można przejść do następnej cyfry.
- 5 Zapisać ustawienie za pomocą przycisku funkcyjnego **Set**.
Na wyświetlaczu pojawi się napis „Set OK”.



4.6 Ustawianie obwodu koła dla roweru 1 lub roweru 2

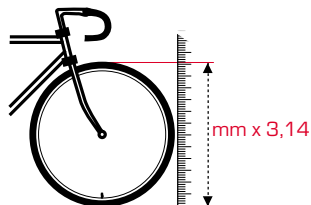
- 1 Za pomocą przycisku funkcyjnego **Mode 1** można przełączyć się na zaprogramowany obwód koła 1 lub obwód koła 2.
- 2 Nacisnąć krótko przycisk funkcyjny **Set**. Pierwsza wpisywana cyfra miga.
- 3 Za pomocą przycisków **Mode 2 (+)** lub **Reset (-)** ustawić odpowiednią wartość.
- 4 Za pomocą przycisku funkcyjnego **Mode 1** można przejść do następnej cyfry.
- 5 Zapisać ustawienie za pomocą przycisku funkcyjnego **Set**.
Na wyświetlaczu pojawi się napis „Set OK”.

4.6.1 OBLICZANIE OBWODU KOŁA

Obwód koła można obliczyć na kilka sposobów:

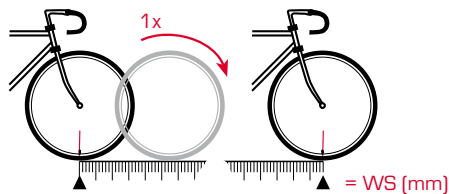
- Obliczanie, jak pokazano na rys. A lub rys. B
- Odczyt z tabeli (rys. C) na podstawie wielkości koła.

km/h:
WS = mm x 3,14
MPH
WS = mm x 3,14



Rys. A

km/h:
WS = mm
mph:
WS = mm



Rys. B

ETRTO		kmh mph	ETRTO		kmh mph
16 x 1.75 x 2			16 x 1.75 x 2		
47-305	16x1.75x2	1272	32-630	27x1 1/4	2199
47-406	20x1.75x2	1590	28-630	27x1 1/4 Fifty	2174
37-540	24x1 3/8 A	1948	40-622	28x1.5	2224
47-507	24x1.75x2	1907	47-622	28x1.75	2268
23-571	26x1	1973	40-635	28x1 1/2	2265
40-559	26x1.5	2026	37-622	28x1 3/8x1 5/8	2205
44-559	26x1.6	2051	18-622	700x18C	2102
47-559	26x1.75x2	2070	20-622	700x20C	2114
50-559	26x1.9	2089	23-622	700x23C	2133
54-559	26x2.00	2114	25-622	700x25C	2146
57-559	26x2.125	2133	28-622	700x28C	2149
37-590	26x1 3/8	2105	32-622	700x32C	2174
37-584	26x1 3/8x1 1/2	2086	37-622	700x35C	2205
20-571	26x3/4	1954	40-622	700x40C	2224

Rys. C



4.7 Ustawienie czasu

- 1 Za pomocą przycisku funkcyjnego **Mode 1** można przełączyć się na zaprogramowaną godzinę.
- 2 Nacisnąć krótko przycisk funkcyjny **Set**. Wskazanie godzin miga.
- 3 Za pomocą przycisków **Mode 2** (+) lub **Reset** (-) ustawić odpowiednią wartość.
- 4 Za pomocą przycisku funkcyjnego **Mode 1** można przejść do wskazania minut.
- 5 Za pomocą przycisków **Mode 2** (+) lub **Reset** (-) ustawić odpowiednią wartość.
- 6 Zapisać ustawienie za pomocą przycisku funkcyjnego **Set**.
Na wyświetlaczu pojawi się napis „Set OK”.



4.8 Ustawienie daty

- 1 Za pomocą przycisku funkcyjnego **Mode 1** można przełączyć się na zaprogramowaną datę.
- 2 Nacisnąć krótko przycisk funkcyjny **Set**. Wskazanie roku miga.
- 3 Za pomocą przycisków **Mode 2 (+)** lub **Reset (-)** ustawić rok i zapisać ustawienie za pomocą przycisku funkcyjnego **Set**.
- 4 Za pomocą przycisków **Mode 2 (+)** lub **Reset (-)** ustawić miesiąc i zapisać ustawienie za pomocą przycisku funkcyjnego **Set**.
- 5 Za pomocą przycisków **Mode 2 (+)** lub **Reset (-)** ustawić dzień i zapisać ustawienie za pomocą przycisku funkcyjnego **Set**.
- 6 Za pomocą przycisków **Mode 2 (+)** lub **Reset (-)** ustawić format daty (dd.mm.rr lub mm/dd/rr) i zapisać ustawienie za pomocą przycisku funkcyjnego **Set**. Na wyświetlaczu pojawi się napis „Set OK”.



4.9 Ustawienie wieku

- 1 Za pomocą przycisku funkcyjnego **Mode 1** można przełączyć się na zaprogramowany wiek.
- 2 Nacisnąć krótko przycisk funkcyjny **Set**. Wskazanie miga.
- 3 Za pomocą przycisków **Mode 2 (+)** lub **Reset (-)** ustawić odpowiednią wartość.
- 4 Zapisać ustawienie za pomocą przycisku funkcyjnego **Set**. Na wyświetlaczu pojawi się napis „Set OK”.



4.10 Ustawienie wagi

- 1 Za pomocą przycisku funkcyjnego **Mode 1** można przełączyć się na zaprogramowaną wagę.
- 2 Nacisnąć krótko przycisk funkcyjny **Set**. Wskazanie miga.
- 3 Za pomocą przycisków **Mode 2 (+)** lub **Reset (-)** ustawić odpowiednią wartość.
- 4 Zapisać ustawienie za pomocą przycisku funkcyjnego **Set**. Na wyświetlaczu pojawi się napis „Set OK”.



4.11 Ustawienie płci

- 1 Za pomocą przycisku funkcyjnego **Mode 1** można przełączyć się na zaprogramowaną płeć. (standardowo urządzenie ROX 6.0 jest zaprogramowane z ustawieniem „mężczyzna”)
- 2 Nacisnąć krótko przycisk funkcyjny **Set**. Wskazanie miga.
- 3 Za pomocą przycisków **Mode 2** lub **Reset** ustawić płeć.
- 4 Zapisać ustawienie za pomocą przycisku funkcyjnego **Set**.
Na wyświetlaczu pojawi się napis „Set OK”.



4.12 Ustawianie maksymalnej częstotliwości uderzeń serca

- 1 Za pomocą przycisku funkcyjnego **Mode 1** można przełączyć się na zaprogramowaną maksymalną częstotliwość uderzeń serca.
- 2 Nacisnąć krótko przycisk funkcyjny **Set**. Wskazanie miga.
- 3 Za pomocą przycisków **Mode 2 (+)** lub **Reset (-)** ustawić odpowiednią wartość.
- 4 Zapisać ustawienie za pomocą przycisku funkcyjnego **Set**.
Na wyświetlaczu pojawi się napis „Set OK”.



4.13 Ustawienie strefy treningowej

Urządzenie ROX 6.0 posiada 3 strefy docelowe. Strefy docelowe „Fitness” i „Spalanie tłuszczu” są wyliczane automatycznie na podstawie maksymalnej częstotliwości uderzeń serca. W strefie docelowej „Indywidualne” można samodzielnie ustawić wartości dla częstotliwości uderzeń serca.

- 1 Za pomocą przycisku funkcyjnego **Mode 1** można przełączyć się na zaprogramowaną strefę treningową.
- 2 Nacisnąć krótko przycisk funkcyjny **Set**. Wskazanie miga.
- 3 Za pomocą przycisków **Mode 2 (+)** lub **Reset (-)** ustawić wybraną strefę treningową.
- 4 Zapisać ustawienie za pomocą przycisku funkcyjnego **Set**.
Na wyświetlaczu pojawi się napis „Set OK”.

Wskazówka

Podczas jazdy będzie pojawiać się informacja o przekroczeniu w dół lub w górę strefy docelowej. Na wyświetlaczu pojawi się strzałka wskazania dla strefy obok częstotliwości uderzeń serca, a urządzenie wyda krótki sygnał dźwiękowy.

4.13.1 Wyświetlanie strefy treningowej w trybie standardowym

Możliwe jest także wyświetlenie w postaci graficznej, w którym obszarze aktualnie jest wykonywany trening:

- 1 W trybie standardowym przełączyć się za pomocą przycisku **Mode 2** na tryb wyświetlania strefy docelowej / % maksymalnej częstotliwości uderzeń serca.
- 2 W dolnym segmencie wyświetlacza pojawi się informacja w postaci 3-częściowego paska, w którym obszarze zaprogramowanej strefy docelowej znajdują się aktualne wartości.



4.14 Ustawianie strefy intensywności 1, 2, 3, 4

Urządzenie ROX 6.0 posiada 4 strefy intensywności ułatwiające kontrolowanie treningu. Wartości są wyliczane automatycznie na podstawie maksymalnej częstotliwości uderzeń serca. Wartości procentowe dla poszczególnych stref intensywności można także zmieniać ręcznie.

- 1 Za pomocą przycisku funkcyjnego **Mode 1** można przełączyć się na zaprogramowaną strefę intensywności 1, 2, 3 lub 4.
- 2 Nacisnąć krótko przycisk funkcyjny **Set**. Dolna granica strefy miga.
- 3 Za pomocą przycisków **Mode 2** (+) lub **Reset** (-) ustawić odpowiednią wartość.
- 4 Za pomocą przycisku funkcyjnego **Mode 1** można przejść do górnej granicy strefy.
- 5 Za pomocą przycisków **Mode 2** (+) lub **Reset** (-) ustawić wartość i zapisać ustawienie za pomocą przycisku funkcyjnego **Set**.
Na wyświetlaczu pojawi się napis „Set OK”.

Wskazówka

Podczas jazdy funkcja stref intensywności dla aktualnego treningu jest widoczna wraz z rozłożeniem częstotliwości.

4.14.1 Wyświetlanie stref treningowych w trybie standardowym

Możliwe jest także wyświetlenie w postaci graficznej, w którym obszarze aktualnie jest wykonywany trening:

- 1 W trybie standardowym przełączyć się za pomocą przycisku **Mode 2** na tryb wyświetlania stref intensywności.
- 2 W dolnym segmencie wyświetlacza pojawi się graficzna prezentacja 4 stref intensywności.
- 3 Strzałka pokazuje, w której strefie znajdują się aktualne wartości.



4.15 Ustawianie łącznej liczby kilometrów dla roweru 1 lub roweru 2

Tutaj można wprowadzić istniejące już wartości (np. przejście wartości z poprzedniego urządzenia). Nowe wartości zostaną odpowiednio dodane.

- 1 Za pomocą przycisku funkcyjnego **Mode 1** można przełączyć się na łączną liczbę kilometrów dla roweru 1 lub roweru 2.
- 2 Nacisnąć krótko przycisk funkcyjny **Set**. Pierwsza wpisywana cyfra miga.
- 3 Za pomocą przycisków **Mode 2** (+) lub **Reset** (-) ustawić odpowiednią wartość.
- 4 Za pomocą przycisku funkcyjnego **Mode 1** można przejść do następnej cyfry.
- 5 Zapisać ustawienie za pomocą przycisku funkcyjnego **Set**.
Na wyświetlaczu pojawi się napis „Set OK”.



4.16 Ustawianie całkowitego czasu jazdy dla roweru 1 lub roweru 2

Tutaj można wprowadzić istniejące już wartości (np. przejście wartości z poprzedniego urządzenia). Nowe wartości zostaną odpowiednio dodane.

- 1 Za pomocą przycisku funkcyjnego **Mode 1** można przełączyć się na całkowity czas jazdy dla roweru 1 lub roweru 2.
- 2 Nacisnąć krótko przycisk funkcyjny **Set**. Pierwsza cyfra wskazania godziny miga.
- 3 Za pomocą przycisków **Mode 2** (+) lub **Reset** (-) ustawić odpowiednią wartość.



- 4 Za pomocą przycisku funkcyjnego **Mode 1** można przejść do następnej cyfry.
- 5 Zapisać ustawienie za pomocą przycisku funkcyjnego **Set**. Teraz miga wskazanie minut.
- 6 Za pomocą przycisków **Mode 2 (+)** lub **Reset (-)** ustawić wartość dla minut.
- 7 Zapisać ustawienie za pomocą przycisku funkcyjnego **Set**.
Na wyświetlaczu pojawi się napis „Set OK”.



4.17 Ustawianie czasu całkowitego marszu

Tutaj można wprowadzić istniejące już wartości (np. przejęcie wartości z poprzedniego urządzenia). Nowe wartości zostaną odpowiednio dodane.

- 1 Za pomocą przycisku funkcyjnego **Mode 1** można przejść do czasu całkowitego marszu.
- 2 Nacisnąć krótko przycisk funkcyjny **Set**. Pierwsza cyfra wskazania godziny miga.
- 3 Za pomocą przycisków **Mode 2 (+)** lub **Reset (-)** ustawić godzinę. Za pomocą przycisku funkcyjnego **Mode 1** można przejść do następnej cyfry. Zapisać ustawienie za pomocą przycisku funkcyjnego **Set**.
- 4 Za pomocą przycisków **Mode 2 (+)** lub **Reset (-)** ustawić minuty.
- 5 Zapisać ustawienie za pomocą przycisku funkcyjnego **Set**.
Na wyświetlaczu pojawi się napis „Set OK”.



4.18 Ustawianie wysokości całkowitej dla roweru 1 lub roweru 2

Tutaj można wprowadzić istniejące już wartości (np. przejęcie wartości z poprzedniego urządzenia). Nowe wartości zostaną odpowiednio dodane.

- 1 Za pomocą przycisku funkcyjnego **Mode 1** można przełączyć się na wysokość dla roweru 1 lub roweru 2.
- 2 Nacisnąć krótko przycisk funkcyjny **Set**. Pierwsza wpisywana cyfra miga.
- 3 Za pomocą przycisków **Mode 2 (+)** lub **Reset (-)** ustawić odpowiednią wartość.
- 4 Za pomocą przycisku funkcyjnego **Mode 1** można przejść do następnej cyfry.
- 5 Zapisać ustawienie za pomocą przycisku funkcyjnego **Set**.
Na wyświetlaczu pojawi się napis „Set OK”.



4.19 Ustawianie całkowitego przewyższenia dla marszu

Tutaj można wprowadzić istniejące już wartości (np. przejście wartości z poprzedniego urządzenia). Nowe wartości zostaną odpowiednio dodane.

- 1 Za pomocą przycisku funkcyjnego **Mode 1** można przejść do całkowitego przewyższenia dla marszu.
- 2 Nacisnąć krótko przycisk funkcyjny **Set**. Pierwsza wpisywana cyfra miga.
- 3 Za pomocą przycisków **Mode 2** (+) lub **Reset** (-) ustawić odpowiednią wartość.
- 4 Za pomocą przycisku funkcyjnego **Mode 1** można przejść do następnej cyfry.
- 5 Zapisać ustawienie za pomocą przycisku funkcyjnego **Set**.
Na wyświetlaczu pojawi się napis „Set OK”.



4.20 Ustawianie całkowitych Kcal dla roweru 1 lub roweru 2

Tutaj można wprowadzić istniejące już wartości (np. przejście wartości z poprzedniego urządzenia). Nowe wartości zostaną odpowiednio dodane.

- 1 Za pomocą przycisku funkcyjnego **Mode 1** można przełączyć się na całkowite Kcal dla roweru 1 lub roweru 2.
- 2 Nacisnąć krótko przycisk funkcyjny **Set**. Pierwsza wpisywana cyfra miga.
- 3 Za pomocą przycisków **Mode 2** (+) lub **Reset** (-) ustawić odpowiednią wartość.
- 4 Za pomocą przycisku funkcyjnego **Mode 1** można przejść do następnej cyfry.
- 5 Zapisać ustawienie za pomocą przycisku funkcyjnego **Set**.
Na wyświetlaczu pojawi się napis „Set OK”.



4.21 Ustawianie całkowitych Kcal dla marszu

Tutaj można wprowadzić istniejące już wartości (np. przejście wartości z poprzedniego urządzenia). Nowe wartości zostaną odpowiednio dodane.

- 1 Za pomocą przycisku funkcyjnego **Mode 1** można przejść do całkowitych Kcal dla marszu.
- 2 Nacisnąć krótko przycisk funkcyjny **Set**. Pierwsza wpisywana cyfra miga.
- 3 Za pomocą przycisków **Mode 2** (+) lub **Reset** (-) ustawić odpowiednią wartość.
- 4 Za pomocą przycisku funkcyjnego **Mode 1** można przejść do następnej cyfry.
- 5 Zapisać ustawienie za pomocą przycisku funkcyjnego **Set**.
Na wyświetlaczu pojawi się napis „Set OK”.



4.22 Aktywacja alarmu strefowego

- 1 Za pomocą przycisku funkcyjnego **Mode 1** można przełączyć się na alarm strefowy.
- 2 Nacisnąć krótko przycisk funkcyjny **Set**. Aktualne ustawienie miga.
- 3 Za pomocą przycisków **Mode 2** (+) lub **Reset** (-) ustawić alarm strefowy włączony lub wyłączony.
- 4 Zapisać ustawienie za pomocą przycisku funkcyjnego **Set**.
Na wyświetlaczu pojawi się napis „Set OK”.

Wskazówka

Podczas jazdy alarm strefowy informuje za pomocą sygnału dźwiękowego o opuszczeniu ustawionej strefy treningowej.



4.23 Ustawienie kontrastu

- 1 Za pomocą przycisku funkcyjnego **Mode 1** można przełączyć się na zaprogramowany kontrast.
- 2 Nacisnąć krótko przycisk funkcyjny **Set**. Wskazanie miga.
- 3 Za pomocą przycisków **Mode 2** (+) lub **Reset** (-) ustawić odpowiednią wartość.
(1=niski/3=wysoki)
- 4 Zapisać ustawienie za pomocą przycisku funkcyjnego **Set**.
Na wyświetlaczu pojawi się napis „Set OK”.

4.24 Opuszczanie ustawień podstawowych

Aby opuścić ustawienia podstawowe, przytrzymać przycisk funkcyjny **Set** wciśnięty przez 3 sekundy.

Na wyświetlaczu miga napis „ustawienia CLOSE”.



5 Funkcje ogólne urządzenia ROX 6.0

5.1 Podświetlenie wyświetlacza



Jednoczesne wciśnięcie przycisków funkcyjnych **Set** i **Reset** umożliwia włączenie/ wyłączenie funkcji oświetlenia. Na wyświetlaczu na krótko pojawi się napis „podśw. Wł. / podśw. Wył.”.

Po naciśnięciu dowolnego przycisku następuje ekran zostanie podświetlony, po kolejnym naciśnięciu zostanie wybrana następną funkcją.

Wskazówka

Podczas synchronizacji urządzeń oświetlenie nie działa! Należy unikać niepotrzebnego oświetlenia w celu oszczędzania baterii!

5.2 Porównanie prędkości



Jeśli prędkość aktualna odbiega od średniej prędkości, wówczas jest to przedstawione na ekranie za pomocą dwóch strzałek ◆.

Jeśli aktualna prędkość jest mniejsza od średniej prędkości, wyświetla się ▼.

Jeśli aktualna prędkość jest większa od średniej prędkości, wyświetla się ▲.

Jeśli aktualna prędkość jest zbliżona do średniej prędkości, strzałki nie są wyświetlane.

5.3 Funkcja okrążeń



Za pomocą funkcji okrążeń można rozpocząć nowe okrążenie (lub czas pośredni) po pokonaniu określonego dystansu. Funkcja ta umożliwia porównanie własnych osiągnięć na określonych częściach porównywalnych dystansów oraz przeprowadzenie treningu interwałowego.

Po wciśnięciu środkowego przycisku funkcyjnego **LAP** aktualne okrążenie zostanie zakończone i automatycznie zostanie uruchomione nowe okrążenie. Przez 8 sekund wyświetla się na przemian dystans okrążenia i czas okrążenia dla ostatniego okrążenia.

W dolnym segmencie ekranu wyświetlany jest dystans okrążenia i czas okrążenia.

Średni puls, średnia kadencja i numer okrążenia wyświetlane są w górnym segmencie ekranu. Średnia prędkość ostatniego okrążenia wyświetlana jest w środkowym segmencie ekranu.

Następnie ekran przełącza się z powrotem na poprzedni tryb wyświetlania.



5.4 Otwieranie widoku okrążeń

- 1 Środkowy przycisk funkcyjny **LAP** przytrzymać wciśnięty przez 3 sekundy. Na wyświetlaczu miga napis „rund. wskaz. OPEN”.

Za pomocą przycisków funkcyjnych **Set** i **Mode 1** można poruszać się między następującymi wartościami: czas okrążenia, czas od startu, dystans okrążenia, dystans od startu, prędkość maksymalna, puls maksymalny, kalorie.

Średni puls, średnia kadencja, pokonane przewyższenie w górę i numer okrążenia wyświetlane są w górnym segmencie ekranu. Średnia prędkość danego okrążenia wyświetlana jest w średnim segmencie ekranu.

- 2 Za pomocą przycisków funkcyjnych **Reset** i **Mode 2** można poruszać się między poszczególnymi okrążeniami.
- 3 Aby opuścić widok okrążeń, przytrzymać przycisk funkcyjny **LAP** wciśnięty przez 3 sekundy. Na wyświetlaczu miga napis „rund. wskaz. CLOSE”.

5.5 Kalibracja wysokości startowej.


Jednoczesne wciśnięcie przycisków funkcyjnych **Mode 1** i **Mode 2** i przytrzymanie ich przez 3 sekundy umożliwi kalibrację zaprogramowanej wcześniej wysokości startowej. Na wyświetlaczu miga „Wysokość startowa”.

Po skalibrowaniu wysokości startowej na wyświetlaczu pojawi się napis „Set Ok”.

Objaśnienia do tej funkcji znajdują się w rozdziale „7 Pomiar wysokości (IAC)”.

5.6 Stoper




- 1 Za pomocą przycisku funkcyjnego **Mode 2** można przejść do stopera.
- 2 Za pomocą przycisku funkcyjnego **Set** można uruchomić lub zatrzymać stoper. Odliczający stoper oznaczony jest symbolem  na wyświetlaczu.
- 3 Resetowanie stopera:
Przycisk funkcyjny **Reset** przytrzymać wciśnięty przez 3 sekundy.

5.7 Minutnik



- 1 Za pomocą przycisku funkcyjnego **Mode 2** można przełączyć się na minutnik.
- 2 Przycisk funkcyjny **Set** przytrzymać wciśnięty przez 3 sekundy. Na wyświetlaczu miga napis „countdown SET”.
- 3 Za pomocą przycisków **Mode 2** (+) lub **Reset** (-) ustawić odpowiednią wartość.
- 4 Za pomocą przycisku funkcyjnego **Mode 1** można przejść do następnego miejsca.
- 5 Zapisać ustawienie za pomocą przycisku funkcyjnego **Set**. Na wyświetlaczu pojawi się napis „Set OK”.

- 6 Za pomocą przycisku funkcyjnego **Set** można uruchomić lub zatrzymać minutnik.
Bieżące odliczanie oznaczone jest symbolem  na wyświetlaczu. Symbol miga, gdy odliczanie upłyne.
- 7 Resetowanie minutnika do ustawionej wartości startowej:
Przycisk funkcyjny **Reset** przytrzymać wciśnięty przez 3 sekundy.



5.8 Ustawianie przewyższenia +/-

Pokonane przewyższenie w górę (+) i w dół (-) jest zapisywane oddzielnie.

Przełączanie między wyświetlaniem przewyższenia w górę (+) i w dół (-):

- 1 Za pomocą przycisku funkcyjnego **Mode 1** można przejść do przewyższenia +/-.
- 2 Przycisk funkcyjny **Set** przytrzymać wciśnięty przez 3 sekundy. Na wyświetlaczu miga „Przewyższenie +/- Set”.
- 3 Za pomocą przycisku **Mode 2** ustawić wskazanie na przewyższenie w górę (+) lub w dół (-).
- 4 Zapisać ustawienie za pomocą przycisku funkcyjnego **Set**.
Na wyświetlaczu pojawi się napis „Set OK”.



5.9 Resetowanie danych trasy

- 1 Przycisk funkcyjny **Reset** przytrzymać wciśnięty ponad 3 sekundy.
- 2 Na wyświetlaczu miga napis „dane RESET”.

Za pomocą tej funkcji można wyzerować następujące wartości:
przejechany dystans, czas jazdy, ϕ prędkość, maks. prędkość, ϕ kadencja, przewyższenie +/-, profil wysokości, wysokość maks., dystans okrążenia, czas okrążenia, strefy intensywności, ϕ częstotliwość uderzeń serca, maks. częstotliwość uderzeń serca, kalorie.

5.10 Wartości łączne roweru 1 i roweru 2

Jeżeli używany jest tylko jeden rower, wskazywane są jedynie wartości łączne pierwszego roweru.

Gdy zostanie podłączony drugi rower, wskazywane są wartości łączne dla „Roweru 1”, „Roweru 2” i „Roweru 1+2”.

5.11 Przedział serwisowy

Przedział serwisowy wskazuje, że została osiągnięta liczba kilometrów do następnego przeglądu roweru. Przedział serwisowy może ustawić jedynie sprzedawca. Po osiągnięciu ustawionej liczby kilometrów na wyświetlaczu pojawi się komunikat „przeгляд”.

Po naciśnięciu dowolnego przycisku funkcyjnego wskazanie znika.



5.12 Tryb transportu

W przypadku transportu na bagażniku rowerowym lub w samochodzie (jeśli urządzenie ROX 6.0 jest zamocowane w uchwycie), wbudowany czujnik ruchu przełącza urządzenie ROX 6.0 na tak zwany tryb transportu. Na wyświetlaczu pojawia się komunikat „Transport”. Aby wyjść z tego trybu, należy nacisnąć dowolny przycisk.

5.13 Interfejs komputerowy

Urządzenie ROX 6.0 może współpracować z komputerem. Po zakupie oprogramowania SIGMA DATA CENTER SOFTWARE i stacji dokującej można w prosty i szybki sposób skopiować aktualne wartości na komputer. Urządzenie ROX 6.0 zapisuje aktualne wartości co 10 sekund podczas trasy trwającej do 19 h. W Data Center trasa ta jest przedstawiana w postaci graficznej.

Wskazówka

Oprogramowanie SIGMA DATA CENTER i stację dokującą można zamówić w sklepie SIGMA SHOP na stronie internetowej www.sigma-data-center.com.

5.14 Przewodowa transmisja danych o prędkości

Urządzenie ROX 6.0 można doposażyć w przewodową transmisję danych o prędkości wyłącznie do pomiaru prędkości (czujnik kadencji i pas piersiowy pozostają bezprzewodowe).

6 Marsz z urządzeniem ROX 6.0

Urządzenie ROX 6.0 można stosować jako komputer do wędrówek pieszych. W tym celu załączony jest oddzielny pasek na ramię. Podczas montowania urządzenia ROX 6.0 w pasku na ramię wyłączane są wszystkie funkcje rowerowe (pozostają one jednak zapisane i można je znów wyświetlić po zamontowaniu na rowerze). Pozostają tylko funkcje istotne dla piechurów. Urządzenie ROX 6.0 z informacjami o wysokości i pulsie można używać również podczas marszu, wspinaczki, jazdy na nartach i innych sportów.

6.1 Synchronizacja pasa piersiowego

Nałożyć pas piersiowy i nawilżyć powierzchnie czujnika.

Zamocować urządzenie ROX 6.0 w pasku na ramię. Zera aktualnego pulsu migają. Urządzenie ROX 6.0 synchronizuje się z pasem piersiowym w ciągu maks. 10 sekund.

Aktualny puls pojawi się na wyświetlaczu.



6.2 Uruchamianie czasu marszu

Naciśnięcie środkowego przycisku funkcyjnego **LAP** uruchamia lub zatrzymuje czas marszu.

Odliczany czas marszu oznaczony jest symbolem  na wyświetlaczu.



6.3 Ustawianie czasu docelowego

- 1 Za pomocą przycisku funkcyjnego **Mode 1** można przejść do czasu docelowego.
- 2 Przycisk funkcyjny **Set** przytrzymać wciśnięty przez 3 sekundy. Na wyświetlaczu miga napis „Czas docelowy SET”.
- 3 Za pomocą przycisków **Mode 2 (+)** lub **Reset (-)** ustawić odpowiednią wartość.
- 4 Za pomocą przycisku funkcyjnego **Mode 1** można przejść do następnego miejsca.
- 5 Zapisać ustawienie za pomocą przycisku funkcyjnego **Set**. Na wyświetlaczu pojawi się napis „Set OK”.
- 6 Po rozpoczęciu czasu marszu czas docelowy rozpoczyna swój bieg wstecz.
- 7 Resetowanie czasu docelowego do ustawionej wartości startowej: Przycisk funkcyjny **Reset** przytrzymać wciśnięty przez 3 sekundy.

Wskazówka

Gdy czas docelowy zostanie przekroczony, wyświetlany jest znak minusa. Aby dezaktywować czas docelowy, należy go ustawić na 00:00:00.



6.4 Resetowanie danych trasy marszu

- 1 Przycisk funkcyjny **Reset** przytrzymać wciśnięty ponad 3 sekundy.
- 2 Na wyświetlaczu miga napis „dane RESET”.

Za pomocą tej funkcji można wyzerować następujące wartości:

Czas marszu, przewyższenie dzienne +/-, wysokość maks., strefy intensywności, \emptyset częstotliwość uderzeń serca, maks. częstotliwość uderzeń serca, kalorie.

7 Pomiar wysokości (IAC)

Przy przełączaniu urządzenia w tryb uśpienia (na wyświetlaczu pojawia się zegar i nazwa modelu) zapisywana jest wskazywana ostatnio aktualna wysokość. Przy ponownym uruchomieniu urządzenia ta zapisana wysokość przejmowana jest jako wysokość referencyjna. Urządzenie ROX 6.0 kalibruje się więc automatycznie.

Barometr włącza się poprzez poruszenie roweru lub urządzenia ROX 6.0 nawet wówczas, ROX 6.0 gdy komputer jest w trybie oczekiwania. Pozwala to regularnie aktualizować wysokość w przypadku zmiany miejsca. Wbudowany czujnik ruchu jest tak czuły, że system działa także w samochodzie.

Do pomiaru ciśnienia atmosferycznego służą trzy otwory umiejscowione na spodzie urządzenia ROX 6.0. Otwory te nie mogą być zasłonięte.

Uwaga

Nie wolno wciskać do otworu pomiarowego ostrych przedmiotów!

7.1 Kalibracja wysokości

Urządzenie ROX 6.0 oblicza wysokość na podstawie ciśnienia atmosferycznego. Każda zmiana pogody oznacza zmianę ciśnienia atmosferycznego, co może prowadzić do zmiany aktualnej wysokości. Aby skompensować tę zmianę ciśnienia, należy podać wysokość referencyjną ROX 6.0 (tak zwana kalibracja).

Urządzenie ROX 6.0 oferuje różne metody kalibracji:

1. Wysokość startowa

„Wysokość startowa” to wysokość zwyczajowego miejsca startu (z reguły miejsce zamieszkania). Wartość tę można odczytać z planu miasta lub mapy. Wysokość startową ROX 6.0 programuje się jeden raz (patrz Rozdział „4.5 Ustawianie wysokości startowej”) i można ją skalibrować w ciągu 3 sekund (patrz Rozdział „5.5 Kalibracja wysokości startowej”). Wysokość startowa pozostaje trwale zapisana w ROX 6.0 urządzeniu (nawet po wymianie baterii).

2. Aktualna wysokość

Aktualna wysokość to wysokość miejsca, w którym użytkownik się aktualnie znajduje, niezależnie od wysokości startowej (miejsca rozpoczęcia jazdy, schroniska czy innych miejsc). Aktualną wysokość można wyświetlić, gdy użytkownik jedzie rowerem i gdy w komputerze zapisane są dane dotyczące wysokości.

3. Ciśnienie atmosferyczne na poziomie morza

Jeżeli użytkownik znajduje się na nieznannej wysokości, może wpisać tzw. „Ciśnienie atmosferyczne zredukowane na poziomie morza”, aby skalibrować aktualną wysokość. Ciśnienie atmosferyczne na poziomie morza można odczytać w Internecie, w gazecie lub na lotnisku.

8 Wskazówki, usuwanie usterek, FAQ

8.1 Wskazówki

8.1.1 Wodoszczelność urządzenia ROX 6.0

Urządzenie ROX 6.0 jest wodoszczelne. Możliwa jest jazda w deszczu bez zagrożenia dla urządzenia. Można wtedy też naciskać przyciski.

8.1.2 Wodoszczelność nadajników (wyposażenie opcjonalne)

Nadajnik prędkości STS, nadajnik kadencji STS i nadajnik pulsu STS

Nadajnik te są wodoszczelne i tym samym nadają się do uprawiania różnych sportów.

8.1.3 Pielęgnacja pasa piersiowego (wyposażenie opcjonalne)

Tekstylny pas piersiowy COMFORTEX+ można prać w pralce w temp. +40°C/104°F w trybie prania ręcznego. Można stosować popularne środki do prania.

Wskazówka

Nie stosować wybielaczy ani środków do prania z dodatkiem wybielacza.
Nie stosować mydła ani płynów zmiękczających.

Pasa COMFORTEX+ nie należy czyścić chemicznie. Nie wolno wkładać pasa i nadajnika do suszarki. Suszyć pas w pozycji leżącej. Nie wyżywać. Kiedy pas jest mokry, nie wolno go rozciągać ani wieszać. Nie wolno prasować pasa COMFORTEX+.

8.1.4 Wskazówki dotyczące treningu

Przed rozpoczęciem treningu należy skonsultować się z lekarzem w celu wykluczenia ewentualnego zagrożenia dla zdrowia. Dotyczy to przede wszystkim osób cierpiących na choroby układu krążenia.

Osobom z rozrusznikiem serca zalecamy przed rozpoczęciem korzystania z urządzenia skonsultować się z lekarzem, aby ustalić, czy oba sprzęty są kompatybilne.

8.2 Usuwanie usterek

Brak wskazania prędkości

- Czy komputer jest poprawnie zamocowany w uchwycie?
- Czy styki nie są utlenione/skorodowane?
- Czy odstęp między magnesem a nadajnikiem prędkości STS wynosi maks. 12 mm?
- Czy magnes jest namagnesowany?
- Czy sprawdzono stan baterii nadajnika prędkości?

Brak wskazania kadencji

- Czy odstęp między magnesem a nadajnikiem kadencji STS wynosi maks. 12 mm?
- Czy magnes jest namagnesowany?
- Czy sprawdzono stan baterii nadajnika kadencji?

Brak wskazania pulsu

- Czy elektrody są dostatecznie wilgotne?
- Czy pas piersiowy jest prawidłowo nałożony?
- Czy sprawdzono stan baterii nadajnika pulsu?

Brak wskazań na wyświetlaczu

- Czy sprawdzono stan baterii urządzenia ROX 6.0?
- Czy baterie są prawidłowo włożone (+ do góry)?
- Czy styki baterii są w porządku (odgiąć ostrożnie)?

Wyświetlacz czarny/powolny

- Czy temperatura nie jest za wysoka (>60°C) lub za niska (<0°C)?

Nieprawidłowe wskazanie prędkości

- Czy zamontowano 2 magnesy?
- Czy magnes jest prawidłowo umiejscowiony (równolegle i centralnie w stosunku do nadajnika prędkości)?
- Czy ustawiono prawidłowy obwód koła?

Brak synchronizacji

- Czy sprawdzono odstęp między magnesem a czujnikiem (czujnikami)?
- Czy bateria czujnika jest rozładowana?
- Czy sprawdzono zasięg określonego nadajnika?
- W przypadku stosowania dynam w piąście należy zmienić pozycję nadajnika.

Wskazanie „TOO MANY SIGNALS”

- Zwiększyć odstęp od innych nadajników i nacisnąć dowolny przycisk.

8.3 FAQ (często zadawane pytania)**Czy można samodzielnie wymieniać baterie?**

Wszystkie części urządzenia ROX 6.0 wyposażone są w komorę baterii, dzięki czemu użytkownik może sam wymienić baterie. Przed zamknięciem komory baterii należy zadbać o prawidłowe umieszczenie pierścienia uszczelniającego.

Czy inna osoba posiadająca inny komputer rowerowy/pulsometr może zakłócić działanie urządzenia?

Cyfrowy system transmisji danych jest kodowany. Dzięki temu zakłócanie sobie nawzajem pracy przez dwa urządzenia jest niemal całkowicie wykluczone. Jednak podczas synchronizacji odbiornika z nadajnikiem należy pamiętać, aby w pobliżu nie znajdowały się inne urządzenia SIGMA ROX.

Jak długo może pracować w nadajniku, odbiorniku?

Żywotność baterii jest uzależniona od częstotliwości użytkowania oraz od stosowania podświetlenia.

Z reguły urządzenie ROX 6.0 i wszystkie 3 nadajniki są tak zaprojektowane, aby bateria wytrzymała co najmniej 1 rok (liczony dla użytkownika przez 1 godzinę dziennie).

Czy system transmisji STS jest kompatybilny z innymi systemami transmisji danych (jak np. Bluetooth, ANT+, DTS, itp.)?

Nie, te różne systemy transmisji nie są ze sobą kompatybilne.

Zmienia się wysokość, mimo że znajduję się w tym samym miejscu, dlaczego?

Pomiar wysokości w urządzeniu ROX 6.0 opiera się na barometrycznym pomiarze wysokości. Ponieważ ciśnienie atmosferyczne nieustannie się zmienia, może dojść do zmiany aktualnej wysokości, mimo że użytkownik nie rusza się z miejsca.

Urządzenie ROX 6.0 jest jednak wyposażone w system, który „zamraża” aktualną wysokość, gdy urządzenie przełącza się na tryb oczekiwania. W ten sposób można zagwarantować wskazanie stałej aktualnej wysokości pod warunkiem, że urządzenie nie będzie się regularnie poruszać.

Dlaczego muszę stale kalibrować aktualną wysokość?

Ponieważ do pomiaru aktualnej wysokości wykorzystywane jest ciśnienie atmosferyczne, jego nieustanne zmiany powodują zmiany aktualnej wysokości. Aby skompensować te ciągłe zmiany i uzyskać wskazanie aktualnej wysokości z dokładnością do 1 metra przed każdą jazdą ROX 6.0 należy podać wysokość referencyjną. Wprowadzenie wysokości referencyjnej nazywane jest kalibracją.

9 Dane techniczne

9.1 Wartości maksymalne, minimalne, standardowe

	Jednostka	Min.	Maks.
Rower			
Aktualna prędkość	kmh/mph	0,0	199,8/124,2
∅ prędkość	kmh/mph	0,00	199,8/124,2
Prędkość maks.	kmh/mph	0,00	199,8/124,2
Pokonany dystans	km/mi	0,00	9999,99
Aktualna częstotliwość pedałowania	upm	20	180
∅ kadencja	upm	20	180
Częstotliwość uderzeń serca			
Aktualny puls	bpm	40	240
∅ częstotliwość uderzeń serca	bpm	40	240
Puls maks.	bpm	40	240
% maks. częstotliwości uderzeń serca	%	0	240
Kalorie	kcal	0	99999
Czas			
Czas jazdy	hh:mm:ss	00:00:00	999:59:59
Czas marszu	hh:mm:ss	00:00:0	999:59:59
Czas docelowy	hh:mm:ss	00:00:0	999:59:59
Godzina	hh:mm (24 h)	00:00	23:59
Data	DD.MM.RRRR	01.01.2013	31.12.2099
Stoper	h:mm:ss.1/10	00:00:00:0	9:59:59,9
Minutnik	hh:mm:ss.1/10	00:00:00,0	9:59:59,9
Temperatura			
Aktualna temperatura	°C/°F	-10,0/14,0	+70/+158
Wysokość			
Aktualna wysokość	m/ft	-999/-999	4999/16999
Przewyższenie dzienne w górę	m/ft	99999/99999	99999/99999
Przewyższenie dzienne w dół	m/ft	99999/99999	99999/99999
Maks. wysokość	m/ft	0	4999/16999
Okrążenia			
Liczba okrążeń	NO UNIT	0	99
Czas okrążeń	hh:mm:ss	00:00:00	999:59:59
Czas od rozpoczęcia	hhh:mm:ss	00:00:00	999:59:59
Odcinek okrążenia	km/mi	0	9999,99
Dystans od rozpoczęcia	km/mi	0	9999,99
∅ prędkość na okrążenie	kmh/mph	0,00	199,8/124,2
Maks. prędkość na okrążenie	kmh/mph	0,00	199,8/124,2
Maks. puls na okrążenie	bpm	40	240

	Jednostka	Min.	Maks.
Kalorie na okrążenie	kcal	0	99999
Wartości łączne			
Całkowity dystans Rower 1/2 Rower 1+2	km/mi	0	99999
Czas całkowity Rower 1/2 Rower 1+2	mm:ss,x/ hhh:mm:ss	00:00	999:59
Wysokość całkowita Rower 1/2 Rower 1+2	m/ft	0	99999
Całkowite zużycie kalorii Rower 1/2 Rower 1+2	m/ft	0	99999



9.2 Wymiana baterii

Wymiana baterii komputera rowerowego i nadajników (prędkości, kadencji i/lub pasa piersiowego) wskazywana jest na wyświetlaczu. Po wymianie baterii należy ponownie wprowadzić tylko czas.

Komputer rowerowy **5.1**

- Otworzyć pokrywkę przy użyciu narzędzia.
- Wyjąć zużytą baterię z komory baterii.
- Umieścić nową baterię w komorze.
- Sprawdzić biegunowość!
- W przypadku, gdy pierścień uszczelniający jest luźny, należy go ponownie włożyć.
- Zamknąć pokrywkę odpowiednim narzędziem.

Nadajnik **5.2** **5.3** **5.4**

- Otworzyć pokrywkę przy użyciu narzędzia.
- Wyjąć zużytą baterię z komory baterii.
- Umieścić nową baterię w pokrywce.
- Sprawdzić biegunowość!
- W przypadku, gdy pierścień uszczelniający jest luźny należy go ponownie włożyć.
- Zamknąć pokrywkę odpowiednim narzędziem.

9.3 Temperatura, baterie

Komputer rowerowy

Temperatura otoczenia +60°C/-10°C

Typ baterii CR 2450 (nr art. 20316)

Nadajnik prędkości

Temperatura otoczenia +60°C/-10°C

Typ baterii CR 2032 (nr art. 00396)

Nadajnik kadencji

Temperatura otoczenia +60°C/-10°C

Typ baterii CR 2032 (nr art. 00396)

Nadajnik pulsu

Temperatura otoczenia +60°C/-10°C

Typ baterii CR 2032 (nr art. 00396)

10 Gwarancja i rękojmia

W stosunku do każdego partnera umowy ponosimy odpowiedzialność za wady zgodnie z przepisami ustawy. Baterie nie podlegają gwarancji. W przypadku konieczności skorzystania z gwarancji należy się zwrócić do sprzedawcy, u którego zakupiono komputer rowerowy. Komputer rowerowy można też wysłać na podany poniżej adres wraz z dowodem zakupu i wszystkimi akcesoriami. Proszę nakleić właściwe znaczki pocztowe.

SIGMA-ELEKTRO GmbH
Dr.-Julius-Leber-Straße 15
D-67433 Neustadt/Weinstraße

Tel. +49-(0)6321-9120-140
e-mail: sigmarox@sigmasport.com

W przypadku uprawnionych roszczeń gwarancyjnych urządzenie zostanie wymienione. Roszczenia mogą odnosić się tylko do aktualnych modeli. Producent zastrzega sobie prawo do zmian technicznych.



Baterii nie wolno wyrzucać do pojemników na odpady domowe (zgodnie z dyrektywą w sprawie baterii i akumulatorów)! Baterie należy oddać do utylizacji w odpowiednim punkcie zbiórki odpadów.



Urządzeń elektrycznych nie wolno wyrzucać do pojemników na odpady domowe. Urządzenie należy oddać do utylizacji w odpowiednim punkcie zbiórki odpadów.

This device complies with Part 15 of the FCC Rules and with RSS-210 of Industry Canada. 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.

Changes or modifications made to this equipment not expressly approved by SIGMA may void the FCC authorization to operate this equipment.

This Class B digital apparatus complies with Canadian ICES-003.

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 or more 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 technician for help.

Deklaracja CE znajduje się na stronie: www.sigmasport.com

11 Index

- A**
Aktywacja alarmu strefy treningowej 25
- C**
Często zadawane pytania 35
- D**
Dane techniczne 36
- F**
Funkcja okrążeń 26
 Otwieranie widoku okrążeń 27
Funkcje marszu 30
 Całkowity czas marszu 23
 Uruchamianie czasu marszu 30
 Ustawianie całkowitego przewyższenia dla marszu 24
 Ustawianie całkowitych Kcal dla marszu 24
 Ustawianie czasu docelowego 30
- I**
Interfejs komputerowy 9, 29
- K**
Kalibracja wysokości 32
Koncepcja obsługi 13, 14
 Budowa wyświetlacza 15
 Funkcje przycisków 13
- M**
Montaż uchwytu 10
- P**
Pierwsze uruchomienie 11
Podświetlenie wyświetlacza 26
- S**
Stoper 27
Synchronizacja czujników 11
- U**
Ustawianie jednostek miary 16
Ustawianie języka 16
Ustawianie minutnika 27
Ustawianie roweru 1-2
 Całkowite zużycie Kcal 24
 Całkowity czas jazdy 22
 Łączna liczba kilometrów 22
 Obwód koła 17
 Wysokość całkowita 23
Ustawianie strefy intensywności 21
Ustawienia podstawowe 16
Ustawienie czasu 18
Ustawienie daty 19
Ustawienie strefy treningowej 20
Usuwanie usterek 34
- W**
Wodoszczelność 33
Wymiana baterii 38
Wyposażenie opcjonalne 8
- Z**
Zakres funkcji Rox 6.0 9

SIGMA-ELEKTRO GmbH

Dr. -Julius-Leber- Straße 15
D-67433 Neustadt/Weinstraße

SIGMA SPORT USA

3487 Swenson Ave.
St. Charles, IL 60174, U.S.A.

SIGMA SPORT ASIA

4F, No.192, Zhonggong 2nd Rd.,
Xitun Dist., Taichung City 407, Taiwan

