

# TIMEX®

## Cycle Trainer™ 2.0



# GPS QUICK START GUIDE



NA/EU W280 242-095004

## Índice de contenidos

---

Comience a usar su Cycle Trainer™ .....	54
Cargar el Cycle Trainer .....	55
Operación básica .....	56
Funciones de los botones.....	57
Descripción de símbolos.....	59
Instale la computadora Cycle Trainer™ .....	60
Encendido y apagado.....	61
Configurar unidades de pantalla.....	61
Configure su perfil de usuario.....	62

Conecte el medidor de ritmo cardíaco al Cycle Trainer™ .....	63
Acerca de zonas cardíacas.....	64
Conexión a otros sensores ANT+ .....	64
Obtenga la señal GPS del satélite.....	65
Monte en bicicleta .....	66
Revisando viajes.....	66
Elegir trayectos y ver información.....	67
Revisión del ejercicio en Internet .....	68
Instalación del Timex® Device Agent .....	69
Garantía y servicio.....	70
Declaración de cumplimiento.....	74

## COMIENZE A USAR SU CYCLE TRAINER™

El computador de bicicleta Timex Cycle Trainer™ 2.0 agrega un tablero de instrumentos a los manubrios. Cinco pantallas con datos en tiempo real de ciclismo entregados por el GPS, el medidor de ritmo cardiaco incluido y los medidores de potencia ANT+™, le permiten rastrear su desempeño y sincronizar su viaje.

Esta guía contiene todo lo que se necesita saber para comenzar a usar el computador Cycle Trainer™ incluidas las funciones básicas de cada botón y cómo realizar las programaciones requeridas. También aprenderá cómo grabar su primer trayecto, y cómo crear y seguir una ruta.

Para tener una lista de todas las funciones e instrucciones más detalladas, obtenga el manual completo de: [www.timex.com/manuals](http://www.timex.com/manuals)

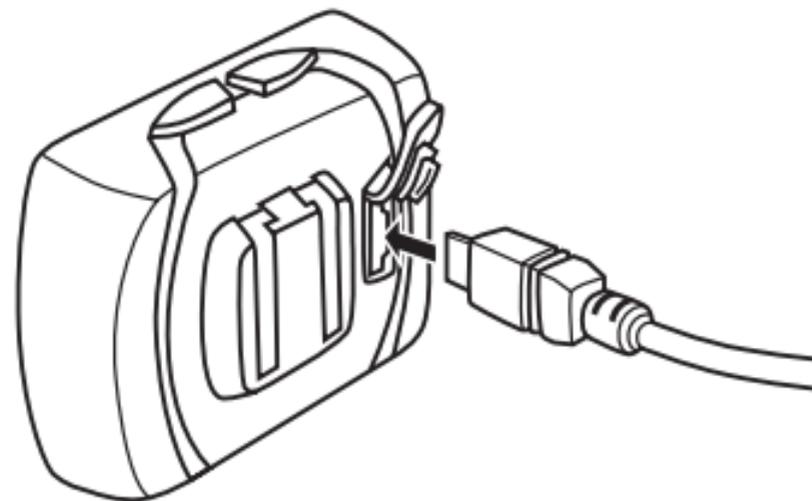
Para videos de instrucciones ir a: [www.youtube.com/timexusa](http://www.youtube.com/timexusa)

## CARGAR EL CYCLE TRAINER

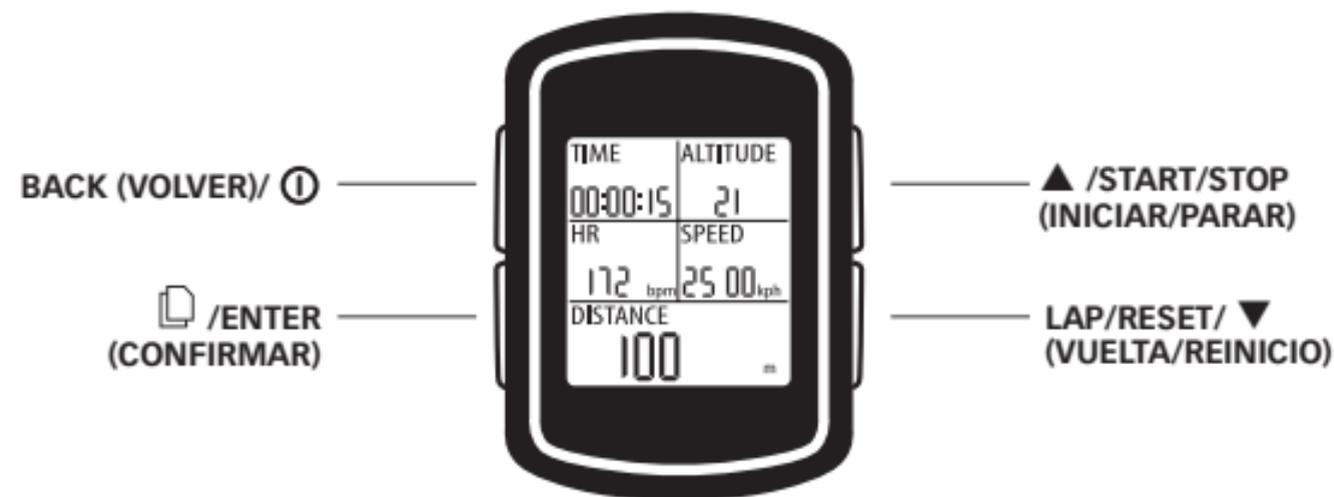
Antes de usar la computadora Cycle Trainer™ por primera vez, cargue la batería durante al menos 4 horas.

Enchufe el terminal grande del cable USB en un puerto USB alimentado por su computadora, y enchufe el terminal pequeño en el puerto al reverso del dispositivo cubierto por la tapa de caucho.

Una batería con carga completa funcionará durante 18 horas en pleno modo GPS.



## OPERACIÓN BÁSICA



## FUNCIONES DE LOS BOTONES

### BACK/ ①

Sostenga durante 2 segundos para encender o apagar la computadora Cycle Trainer™. Pulse para encender o apagar la luz nocturna. En menús, oprima para regresar a la página anterior.

### ENTER /ENTER

Pulse para pasar por distintas pantallas en el modo velocímetro. Sostenga para entrar a los menús principales. En los menús, pulse ENTER para escoger la elección resaltada.

### ▲/START/STOP

Pulse para resaltar el elemento anterior en una lista. Pulse para iniciar o parar el contador en el modo velocímetro. Pulse para alejar la imagen en el modo de mapa.

## LAP/RESET/ ▼

Pulse para resaltar el siguiente elemento en una lista. Mientras el contador funciona en el modo velocímetro, pulse para grabar una vuelta y empezar a cronometrar una nueva vuelta. Con el contador detenido en el modo velocímetro, pulse para guardar el trayecto y dejar el contador a cero.

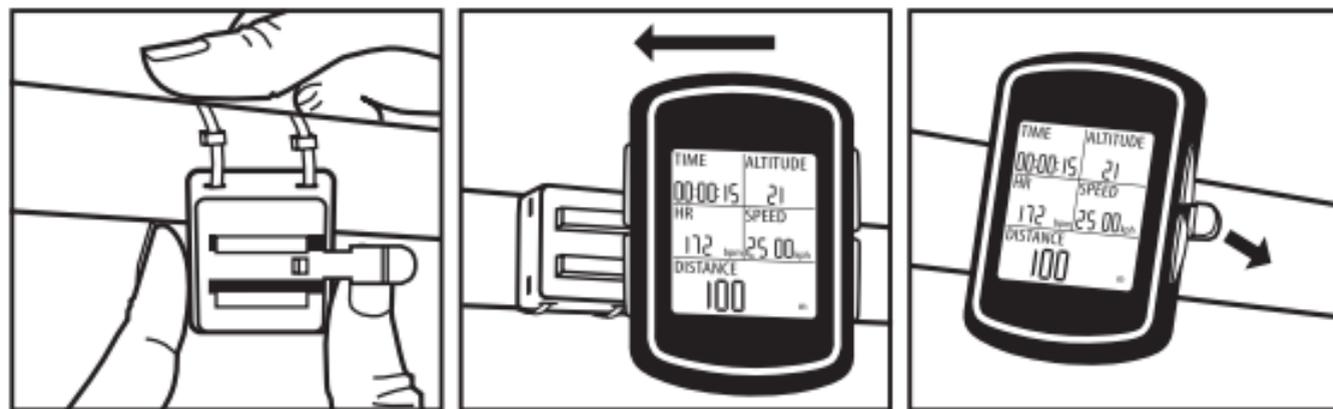
## DESCRIPCIÓN DE SÍMBOLOS

Estos símbolos aparecen en las pantallas de hora y de menú.

	Estatus del GPS	<b>Sólido:</b> GPS conectado a un satélite. Más barras indican una señal fuerte. <b>Centelleando:</b> GPS buscando conexión con un satélite.
	Contador	<b>Sólido:</b> Cronómetro funcionando. <b>Centelleando:</b> Contador detenido pero no reiniciado.
	Medidor de cadencia	<b>Sólido:</b> Dispositivo recibiendo datos de un medidor de cadencia. <b>Centelleando:</b> Dispositivo buscando un medidor de cadencia.
	Alarma	Hay una alarma armada que sonará a la hora fijada.
	Medidor de ritmo cardíaco	<b>Sólido:</b> Dispositivo recibiendo datos de un medidor de ritmo cardíaco. <b>Centelleando:</b> Dispositivo buscando medidor de ritmo cardíaco.
	Pila	Indica la corriente que queda. Más segmentos iluminados indican mayor carga.

## INSTALE LA COMPUTADORA CYCLE TRAINER™

Use los dos sujetadores corredizos para fijar el soporte de montaje a la bicicleta; luego, deslice el dispositivo sobre el soporte. Los cuatro huecos en el soporte y la base móvil permiten montar la computadora sobre el manubrio en cualquier orientación.



Pulse hacia atrás en la lengüeta de liberación para soltar el dispositivo del soporte.

## ENCENDIDO Y APAGADO

Sostenga **Ⓢ** durante 2 segundos para encender o apagar el dispositivo.

## CONFIGURAR UNIDADES DE PANTALLA

Nota: todas las siguientes programaciones también pueden ser hechas en su computadora mediante el Administrador de Dispositivos Timex®. Ver «Instalar Administrador de Dispositivos» en el manual del usuario en línea.

Elija el sistema de medidas en el cual quiere que aparezcan los datos de usuario, trayecto y navegación.

Se pueden mostrar unidades de distancia y peso en medidas IMPERIALES, MÉTRICAS o NÁUTICAS.

Se pueden mostrar las coordenadas de mapa como PREFIJADAS (grados y minutos), GOOGLE (grados, minutos y segundos) o UTM (los valores x-, y-, del sistema de coordenadas universal transversal).

1. Pulse y sostenga ENTER para traer el menú principal. Resalte CONFIGURATION, luego pulse ENTER.

2. Resalte SET SYSTEM, luego pulse ENTER.
3. Resalte DISPLAY, luego pulse ENTER.
4. Resalte UNITS, luego pulse ENTER.
5. Resalte el campo UNIT o COORDINATION, luego pulse ENTER.
6. Resalte las unidades de pantalla, luego pulse ENTER.

### **CONFIGURE SU PERFIL DE USUARIO**

Ingrese el nombre, género, fecha de nacimiento, estatura y peso para asegurar cálculos exactos de zona cardíaca y calorías.

1. Pulse y sostenga ENTER para traer el menú principal. Resalte CONFIGURATION, luego pulse ENTER.
2. Resalte USER PROFILE, luego pulse ENTER.
3. Resalte la configuración a cambiar, luego pulse ENTER.
4. Resalte una letra, número, género o mes, luego pulse ENTER.

### **CONECTE EL MEDIDOR DE RITMO CARDÍACO AL CYCLE TRAINER™**

1. Asegúrese de estar al menos a 30 pies (9 metros) de otros medidores cardíacos.
2. Humedezca las almohadillas del medidor cardíaco, y ajústelo firmemente a su pecho, apenas debajo del esternón.
3. Pulse y sostenga ENTER para traer el menú principal. Resalte CONFIGURATION, luego pulse ENTER.
4. Resalte ACCESSORIES, luego pulse ENTER.
5. Resalte SENSORS, luego pulse ENTER.
6. Resalte HEART RATE, luego pulse ENTER.
7. Resalte SCAN, luego pulse ENTER.

Nota: Cuando SCAN cambia a ON, la computadora está conectada al medidor.



## ACERCA DE ZONAS CARDÍACAS

Un buen pulso cardíaco para aumentar la resistencia aeróbica es el 70-80% de su pulso máximo. Valores más altos o más bajos ayudarán a lograr distintas metas.

El Cycle Trainer™ automáticamente calcula su zona cardíaca y pulso máximos basándose en el género y edad. Sin embargo, se puede programar zonas cardíacas personalizadas si se desea. Ver Configuración de zonas cardíacas en el manual completo del usuario disponible en: [www.timex.com/manuals](http://www.timex.com/manuals)

## CONEXIÓN A OTROS SENSORES ANT+

Se puede acoplar a medidores ANT+ de potencia, velocidad, cadencia, y sensores combinados de velocidad/cadencia. Por favor consulte los manuales de usuario en la red para esto.

## OBTENGA LA SEÑAL GPS DEL SATÉLITE.

Para aprovechar al máximo la computadora Cycle Trainer™ se necesita obtener una buena señal GPS del satélite.

El símbolo  en la pantalla horaria indica qué tan fuerte es la señal GPS. Cuando el símbolo está centelleando, todavía está buscando la señal GPS. Cuando el símbolo es sólido, se ha conseguido señal GPS del satélite. Más barras indican una señal fuerte.

Para obtener señal GPS:

1. Salga al aire libre.
2. Aléjese de edificios y árboles altos.
3. Asegúrese que la cara de la computadora Cycle Trainer™ apunta al cielo.
4. Quédese quieto hasta que se obtenga la señal satelital.

## MONTE EN BICICLETA

Inicie el contador en el modo velocímetro para comenzar a cronometrar un trayecto. Mientras se está cronometrando, la computadora Cycle Trainer™ graba información de velocidad, distancia, ruta, pulso cardíaco y otros datos.

1. Pulse START para empezar el cronometraje.
2. Mientras se está cronometrando, pulse  para explorar las diversas pantallas y ver datos de viaje.
3. Pulse STOP para pausar el cronometraje y parar de grabar.
4. Con el cronometraje detenido, pulse RESET, resalte YES, y pulse ENTER para poner el contador en cero y guardar el viaje.
5. Resalte CONFIRM? (confirmar), y pulse ENTER.

## REVISANDO VIAJES

Cada vez que se reinicie el contador en el modo velocímetro (y en la función Entrenador, si elije grabar datos), el viaje se guarda. Usted puede revisarlo en cualquiera de las pantallas ACTIVITY INFO. Compare estos viajes guardados

entre sí para registrar su progreso, o siga las rutas de sus trayectos favoritos en el mapa.

## ELEGIR TRAYECTOS Y VER INFORMACIÓN

Vea la lista de trayectos de la pantalla ACTIVITY INFO, y seleccione un trayecto para verlo más en detalle.

1. Pulse y sostenga ENTER para traer el menú principal. Resalte ACTIVITY, luego pulse ENTER.
2. Resalte ACTIVITY INFO, luego pulse ENTER.
3. Resalte TRAINING INFO, luego pulse ENTER.

Los trayectos guardados aparecen por fecha y hora. El tiempo, distancia, velocidad promedio, paso promedio, calorías consumidas y pulso promedio del trayecto aparecen abajo de la pantalla.

4. Para ver detalles del trayecto, pulse ▲ o ▼ para elegir un trayecto, luego pulse ENTER.

Los detalles del trayecto aparecen en la pantalla. Puede consultar todos estos datos guardados en el modo velocímetro.

## REVISIÓN DEL EJERCICIO EN INTERNET

Una cuenta gratuita de Timex® Trainer activada por Training Peaks™ da recursos útiles para guardar y revisar datos de viaje y organizar su programa de entrenamiento de acuerdo a sus metas.

1. En su navegador de Internet, vaya a **timexironman.com/deviceagent**
2. Haga clic en **Create Account** arriba.
3. Ingrese su información y cliquee en Submit.

## INSTALACIÓN DEL TIMEX® DEVICE AGENT

El Administrador de Dispositivos es un software que funciona en su computadora. Este le permite conectar su dispositivo Cycle Trainer™ a su computadora, de suerte que pueda actualizar el firmware, personalizar configuraciones y descargar ejercicios.

1. En su navegador de Internet, vaya a **www.timexironman.com/deviceagent**
  2. Haga clic en el enlace de descarga de Cycle Trainer™ 2.0.
  3. Siga las instrucciones para instalar el Administrador de Dispositivos.
- Ver Cargando trayectos a Training Peaks en la guía del usuario en Internet para más información sobre esto.

## **GARANTÍA Y SERVICIO**

### **Garantía Internacional de Timex (Garantía limitada en EUA)**

Timex garantiza su producto GPS Timex® por defectos de fabricación, durante un período de UN AÑO a partir de la fecha original de compra. Timex Group USA, Inc. y sus sucursales en todo el mundo respaldan esta garantía internacional.

Recuerde que Timex, a su entera discreción, podría reparar su producto Timex® mediante la instalación de componentes nuevos o totalmente reacondicionados e inspeccionados, o bien reemplazarlo con un modelo idéntico o similar.

**IMPORTANTE:** POR FAVOR OBSERVE QUE ESTA GARANTÍA NO CUBRE DEFECTOS O DAÑOS A SU PRODUCTO:

1. después de que vence el plazo de la garantía;
2. si el producto inicialmente no se compró a un distribuidor autorizado de Timex;
3. si las reparaciones efectuadas no las hizo Timex;
4. si son consecuencia de accidentes, manipulación no autorizada o abuso, y
5. en el cristal, soporte de montaje, caja del sensor, los accesorios o la pila.

Timex podría cobrarle por el reemplazo de cualquiera de estas piezas.

ESTA GARANTÍA Y LAS COBERTURAS QUE CONTIENE SON EXCLUSIVAS Y SUSTITUYEN A CUALQUIER OTRA GARANTÍA, EXPRESA O IMPLÍCITA, INCLUSO CUALQUIER GARANTÍA IMPLÍCITA DE COMERCIALIZACIÓN O ADECUACIÓN PARA UN FIN PARTICULAR.

TIMEX NO SE RESPONSABILIZA DE NINGÚN DAÑO ESPECIAL, INCIDENTAL O INDIRECTO. En ciertos países y estados no se permiten limitaciones de las garantías implícitas ni exclusiones o limitaciones de daños, por lo cual puede que estas limitaciones no sean de aplicación en su caso particular. Esta garantía le concede derechos legales específicos; usted también podría estar amparado por otros derechos, que varían según el país y el estado donde viva.

Para solicitar los servicios incluidos en la garantía, devolver el producto GPS a Timex, a una de sus sucursales o al distribuidor de Timex adonde se compró el producto GPS, adjuntando el cupón de reparación que originalmente viene con éste o, en EUA y Canadá únicamente, se puede adjuntar el original del cupón de reparación del reloj o una nota en la que figure su nombre, domicilio, número de teléfono, fecha y lugar de compra. Para cubrir el costo de envío, por favor

adjunte el siguiente importe (este importe no es para el pago de la reparación): En EUA, un cheque o giro por valor de US \$ 8,00 (dólares estadounidenses); en Canadá, un cheque o giro por valor de CAN \$7,00 (dólares canadienses); en el Reino Unido, un cheque o giro por valor de UK £ 2,50 (libras). En otros países, Timex se encargará de cobrarle el importe por el franqueo y el manejo. **NUNCA INCLUYA NINGÚN ARTÍCULO DE VALOR PERSONAL EN SU ENVÍO**

En EUA puede llamar al número 1-800-328-2677 para obtener información adicional sobre la garantía. En Canadá, llamar al número 1-800-263-0981. En Brasil, al +55 (11) 5572 9733. En México, al 01-800-01-060-00. En América Central, países del Caribe, Bermudas y Bahamas, al (501) 370-5775 (EUA). En Asia, llamar al 852-2815-0091. En el Reino Unido., al 44 208 687 9620. En Portugal, al 351 212 946 017. En Francia, al 33 3 81 63 42 00. Para Alemania/ Austria: +43 662 88921 30. Para el Medio Este y África, llamar al 971-4-310850. Para otras zonas, sírvase comunicarse con el vendedor local de Timex o el distribuidor de Timex para información de garantía. En Canadá, EUA y algunos otros lugares, algunos distribuidores de Timex podrían proporcionarle un sobre con la dirección y el franqueo prepago para que envíe el reloj a reparación.

### CUPÓN DE REPARACIÓN DE LA GARANTÍA INTERNACIONAL TIMEX

Fecha de compra original: \_\_\_\_\_  
(si está disponible, adjunte el recibo de compra)

Comprado por: \_\_\_\_\_  
(nombre, dirección y número de teléfono)

Sitio de compra: \_\_\_\_\_  
(Nombre y dirección)

Razón de devolución: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

## DECLARACIÓN DE CUMPLIMIENTO

**Nombre del fabricante:** Timex Group USA, Inc.

**Dirección del fabricante:** 555 Christian Road  
Middlebury, CT 06762  
United States of America

declara que el producto:

**Nombre del producto:** Timex Cycle Trainer 2.0 GPS Computer with Heart Rate

**Número del modelo:** M242, M503

cumple con las siguientes especificaciones del producto:

### R&TTE: 1999/05/EC

Normas: EN 300.440-1 V1. 6,1 (2010-08) - M242  
EN 300 440-2 V1. 4,1 (2010-08) - M242  
EN 301.489-1 V1. 8.1 (2008-04) - M242  
EN 301.489-3 V1. 4,1 (2002-08) - M242  
EN 55022: 2006+A1: 2007, Class B - M242

EN 61000-4-2: 2009 - M242

EN 61000-4-3: 2006+A1: 2008+A2: 2010 - M242

EN 300 440-1 – V1.4.1: 2008 – M503

EN 300 440-2 – V1.2.1: 2008 – M503

EN 301 489-1 V1.8.1: 2008 – M503

EN 301 489-3 V1.4.1: 2002 – M503

### Emisiones de dispositivos digitales

Normas:

FCC Part 15, Subpart B, Class B - M242

CISPR 22: 1997, Class B - M242

ANSI C63.4: 2003 - M242

### Inmunidad:

Normas:

EN 55022: 2006+A1: 2007, Class B - M242

EN 55024: 1998+A1: 2001+A2: 2003 - M242 & M503

IEC 61000-4-2: 2008 ED. 2.0 - M242

IEC 61000-4-3: 2006+A1: 2007 ED. 3,0 - M242

IEC 61000-4-8: 2009 ED. 2.0 - M242

**LVD: 2006/95/EC**

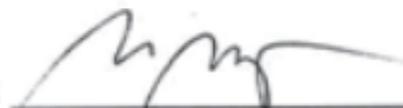
Normas:

EN 60950-1: 2006 + A11: 2009 + A1: 2010 - M242

EN 60950-1/A11: 2009 – M503

Información complementaria: El producto adjunto lleva la marca CE en concordancia.

Agent:



Ramon Bayona, Director of QA & Regulatory

Date: 12 Dec. 2011 Middlebury, CT. USA

©2011 Timex Group USA, Inc. TIMEX, y CYCLE TRAINER son marcas registradas de Timex Group B.V. y sus afiliados. ANT+ y el logo de ANT+ son marcas registradas de Dynastream Innovations, Inc.