

iBike® Newton™ Medidor De Potencia
Manual de Instrucciones
Sistema Opertavio 600+
June 2012



PROTEGIDO POR UNA O MAS DE LAS SIGUIENTES LICENCIAS

7, 387, 029, 7, 37, 377, 180, D528, 451

Estas instrucciones estan divididas en dos partes:

PRIMERA PARTE provee instrucciones basicas para los usuarios de Newton

SEGUNDA PARTE provee instrucciones adicionales para las funciones extras del iBike Newton, de interes para los ciclistas avanzados y para los entrenadores

Para aprender como instalar su anclaje de iBike Newton , por favor verifique las instrucciones incluidas por separado

Otras fuentes:

Disfrute de la amplia comunidad de propietarios de iBike, participando en el Foro ibike:

www.ibikeforum.com

O escribanos un correo electronico a

Technicalsupport@velocomp.com

Tambien, puede visitar nuestro blog:

www.ibikeblog.com

Asegurece de visitar fercuentemente nuestra pagina web, para obtener las mas recientes actualizaciones en productos iBike, programas e informaciones en general:

www.ibikesports.com

PRIMERA PARTE

OPERACIONES BASICAS

TEMA	PAGINA
• Bateria	3
• Restablecimiento completo Newton	4
• Instalación de anclaje y sensor	5
• Proceso de Calibracion y Preparación del Newton	6-9
• Configuración y uso del Perfil Newton	10-11
• Funciones y botones del Newton	12-15
• Información de viaje y archivos de recorrido del Newton	16
• Encendido del Newton en los recorridos diarios	17

SEGUNDA PARTE

FUNCIONES AVANZADAS

TEMA	PAGINA
• Introducción al usuario y secuencias del Corredor	19
• Secuencia de USUARIO	20
• Procedimiento Cuesta abajo (Opcional)	21-23
• Configuración de la pantalla de velocidad del viento	24
• Prueba de condición Física (Prueba de PUF)	25-29
• Secuencia de Corredor	30-32
• Configuración de pantallas del Día- a- Día	33-34
• Funciones de entrenamiento en interiores (Opcional)	35
• Funciones especiales del Newton	36-40
• Incidencias	41-42
• Sobre las medidas del NP, TSS, and IF	43-45
• Preguntas Frecuentes	46-49

BATERIA RECARGABLE NEWTON

El Newton incluye una batería recargable. La batería está permanentemente instalada en el equipo y no puede ser removida.

Antes de usar el Newton la primera vez, asegúrese de que la batería está totalmente cargada. Introduzca el cable USB al conector localizado en la parte inferior del Newton, luego conecte el conector del USB al puerto USB de su ordenador, o a cualquier puerto USB.

La batería de su Newton estará totalmente cargada en 2 horas, aproximadamente.

RENDIMIENTO DE LA BATERIA NEWTON

La batería del Newton le proveerá, aproximadamente 40 horas continuas de uso entre cada recarga, en clima frío o caliente.

Por supuesto, cada vez que conecte el Newton en su ordenador, la batería se cargará muy rápido.

Usted puede comprobar el porcentaje de energía restante de la batería del Newton, entrando en configuración (presione y mantenga pulsando el botón superior), y desplace con el botón superior para encontrar el porcentaje de la batería "Bat %".

REALIZANDO UN “REINICIO FORZADO” CON EL NEWTON

A diferencia de las versiones anteriores de iBikes, el Newton contiene una batería de instalación permanente. Por lo tanto, es imposible extraer la batería como parte de un procedimiento de Renicio Dificil.

En el Newton, usted realizar un “Reinicio Forzado” mediante las siguiente instrucciones:

Presione simultáneamente y mantenga pulsado el botón izquierdo, derecho, y los botones centrales. La pantalla se pondrá en blanco. A continuación, suelte el botón y el ordenador se reiniciará.

Toda su información almacenada se mantiene, con la excepción de fecha y hora.

ANCLAJE Y SENSOR DE INSTALACIÓN

ANCLAJE

Tendrá que conectar el Newton en el manillar (dependiendo del tipo de montaje que ha adquirido). Siga las instrucciones incluidas. Localice su montura para que su Newton, cuando este conectado tenga una vista clara del viento.

SENSORES

Adjunte el sensor de su iBike velocidad / ritmo para su bicicleta siguiendo las instrucciones incluidas.

Si su bicicleta ya posee sensores ANT + instalados en él, el Newton funciona correctamente con estos sensores.

PROCESO DE CONFIGURACIÓN Y CALIBRACIÓN DEL NEWTON

Antes de utilizar el Newton en carretera, es esencial completar una única configuración y el proceso de calibración para cada bicicleta. **EL NEWTON NO FUNCIONARA CORRECTAMENTE HASTA QUE SE HAYA COMPLETADO EL PROCESO DE CONFIGURACIÓN.**

El proceso de instalación consta de cuatro pasos sencillos:

- 1) Introduzca la información básica en la memoria de Newton
- 2) Conecta tu Newton a los sensores inalámbricos
- 3) Realice una calibración de inclinación
- 4) Realice un Recorrido de Calibración 3,5 kms

Los pasos 2 a 4 se llevan a cabo con el Newton instalado en la bicicleta.

INTRODUCCIÓN DE LA INFORMACIÓN BÁSICA CON EL PROGRAMA ISAAC

El software de Isaac, incluido con su iBike Newton, le proporciona una manera muy sencilla de introducir la información básica. Instale el software en su ordenador, luego conecte el Newton a su ordenador y lance el software Isaac.

Vaya a Configuración del Dispositivo / Dispositivo ... y siga las instrucciones que aparecen en la pantalla del ordenador para introducir la información. Después de completar la información básica de mensajes, instale el Newton en su bicicleta y proceda con el Enlace de los Sensores.

ENLACE DE SENSOR

Su Newton funciona con cualquier sensor ANT + inalámbrico.

Instale su sensor de velocidad / ritmo en su bicicleta, siguiendo las instrucciones incluidas por separado. Si utiliza una correa de Frecuencia Cardíaca (HR), fijela a su cuerpo.

Para vincular el Newton a sus sensores inalámbricos, presione y mantenga pulsadas las flechas ARRIBA Y ABAJO simultáneamente, hasta que aparezca el mensaje "Busqueda". Después de unos momentos, el proceso de sincronización se completará y su Newton recordará permanentemente las identificaciones inalámbricas de sus sensores.

Continúe con el paso de calibración de inclinación, al que se accede en la "Pantallas de configuración" de su Newton.

MODO DE “CONFIGURACION” DEL NEWTON

Todas las configuraciones y pasos de calibración requeridos, pueden ser encontrados a través del modo de configuración.

Como acceder al modo de configuración

1. Pulse cualquier botón para encender su iBike
2. Presione y sostenga la flecha que indica hacia ARRIBA (↗) por 2 segundos (FLECHA DE ARRIBA PARA CONFIGURAR); aparecerán las palabras “configurar”. Cuando la pantalla de configuración aparezca suelte el botón.



Como salir del modo de configuración

1. Mantenga presionado la flecha que indica ARRIBA por dos segundos, o
2. No presione ningún botón por 30 segundos

NAVEGACION EN LAS PANTALLAS DE CONFIGURACION DEL NEWTON

Una vez dentro del modo de “configuración” (presione y mantenga presionado la flecha arriba por dos segundos), desplácese a cualquier configuración de la pantalla pulsando las flechas ARRIBA y ABAJO localizadas en el botón rojo:

Pulsando la flecha ARRIBA: avanza a la siguiente pantalla de configuración,

Pulsando la flecha ABAJO: retorna a la pantalla previa de configuración

Pantallas de configuración están organizadas como un Rolodex. Puede desplazarse hacia adelante y hacia atrás a cualquier pantalla de configuración. Al llegar a la última pantalla y pulse la flecha hacia arriba para avanzar a la siguiente pantalla, volverá a la primera pantalla.

CALIBRADO DE INCLINACION

El calibrado de inclinación permite que el iBike Newton mida la inclinación de las cuestas con muy alta precisión.

Para realizar el calibrado de inclinación, haga lo siguiente:

1. Entre en el modo de configuración (pulse y mantenga pulsado la flecha hacia arriba) y desplácese con la flecha arriba hasta llegar a una pantalla que dice INCLINACION "TILT".

2. Configure su bicicleta en un terreno razonablemente nivelado. Marque los lugares donde las ruedas tocan el pavimento.

NO REALICE UN CALIBRADO DE INCLINACION EN UN CAMINO CON PIEDRAS O EN UN PAVIMENTO IRREGULAR. OBTENDRA RESULTADOS IMPRECISOS.

3. Sostenga la bicicleta inmóvil y en posición vertical, con la rueda delantera apuntando hacia delante.

4. Pulse el botón del centro para iniciar el Calibrado de Inclinación.

IMPORTANTE: DEBE MANTENER SU BICICLETA FIJA DURANTE ESTE PASO. UNA MANERA FACIL DE MANTENER SU BICICLETA FIJA, ES DESLIZAR UN PIE EN LA PARTE DELANTERA DE LA RUEDA TRASERA.

5. La pantalla dice "MANTENER FIJA", y se mueve la barra horizontal de derecha a izquierda, hacia cero. No mueva la bicicleta.

Una vez que la barra desaparezca, la pantalla parpadea " de un giro de 180 grados".

6. Gire a la bicicleta de 180 grados; la bicicleta ahora apunta exactamente en la dirección opuesta, con las ruedas descansando sobre los mismos dos puntos.

7. **Sostenga la bicicleta inmóvil y en posición vertical**, con la rueda delantera apuntando hacia adelante. Pulse el botón central. La barra horizontal cuenta atrás hasta cero. No mueva la bicicleta.

8. Una vez que la barra desaparezca, las palabras "un giro de 180" parpadearán de nuevo. Gire la bicicleta 180 grados; la bicicleta apunta en la dirección original con las ruedas descansando sobre los mismos dos puntos.

9. **Sostenga la bicicleta inmóvil y en posición vertical**, con la rueda delantera apuntando hacia adelante. Pulse el botón central. La barra horizontal cuenta atrás hasta cero. No mueva la bicicleta.

10. Una vez que la barra desaparezca, si la calibración está correcta la frase "BUENA CALIBRACION" parpadeará varias veces y iBike avanzará a la pantalla CALIBRACION DEL VIENTO "WIND CAL".

11. Si ha movido la bicicleta durante cualquiera de los tres "pasos", es posible que reciba el mensaje de "MALA CALIBRACION". Si es así, repita los pasos 2-10, asegurándose de que el punto de la bicicleta hacia adelante y mantenerla lo más fija posible durante las calibraciones.

El proceso de “Calibrado de Inclinación” se realiza solo una vez usted no necesita repetirlo.

EL RECORRIDO CALIBRACION

El Recorrido de calibración mejora la precisión de su sensor de viento y sensor de inclinación, y también mejora la precisión de sus coeficientes estimados resistencia aerodinámica y de fricción.

El recorrido de calibrado es de 2 millas (3,2 km) de largo. El ciclista monta una milla, entonces regresa y monta de nuevo el mismo camino.

Así es como se realiza el recorrido de calibrado:

- 1) Monte su bicicleta en la ubicación en la que iniciará el Recorrido de Calibración. Durante la conducción iBike muestra las lecturas pero las mediciones de potencia y velocidad del viento pueden que no sean precisas.
- 2) Cuando esté listo para iniciar el Recorrido de Calibración, pulse y mantenga pulsado la flecha hacia arriba para entrar en la Configuración.
- 3) Pulse en la flecha arriba dos veces para encontrar el Recorrido de Calibración "Ride Cal" en pantalla.
- 4) Para iniciar el Recorrido de Calibración pulse el botón central. Verá la siguiente pantalla:



- 10) Comience su Recorrido de Calibración. Inicie con un ritmo pausado, en su posición normal de conducción.
- 11) NO SE PERMITE SOBRESCRIBIR DURANTE ESTE PROCESO!
- 12) Durante su recorrido por la pantalla central del iBike le dirá cuanto ha recorrido. Su objetivo es viajar por lo menos 1,6 kilómetros desde el punto de partida.
- 13) Una vez que haya recorrido 1,5 kmk el iBike le dirá que de la la vuelta. Usted verá que las pantallas parpadearán sucesivamente, indicándole exactamente que debe que hacer: (regresar, dar un giro de 180 grados)



14) Cuando vea los mensajes, **PARE, LUEGO DE LA VUELTA**. Los mensajes parpadeantes desaparecerán, la palabra RECTROCEDER "BAC" aparecerá en la parte inferior de la pantalla, y no parpadeará.

NOTA: ES ACEPTABLE RECCORRER MAS DE 1,6 KMS. MIENTRAS LA VELOCIDAD DE SU BICICLETA SE MANTIENE POR ENCIMA DE 10 MPH, SU iBike CONTINUARA REGISTRANDO DATOS INCLUSO MIENTRAS PARPADEA RETROCEDER "GO BAC". SI RECORRE MAS DE 1,6 KMS, SU RECORRIDO DE CALIBRACION SERA AUN MAS PRECISO; UN RECORRIDO DE PASEO 6, 4 KMS DE IDA Y VUELTA SERIA EXCELENTE!

14) En su recorrido de retorno, el medidor de distancia del iBike hará una cuenta regresiva a cero, indicándole la distancia que le resta hasta el final del Recorrido de Calibración.

IMPORTANTE: REALICE EL RECORRIDO DE RETORNO EN LOS MISMOS CAMINOS.

16) Al final del Recorrido de Calibración el iBike le indicará que el proceso de calibración ha sido realizado ("Cal Done"). Después de unos segundos el iBike saldrá del menú de configuración.

AVISO: UNA VEZ USTED INICIE EL RECORRIDO DE CALIBRACION, SI DESEA TERMINARLO, PRESIONE Y MANTENGA PRESIONADO EL BOTON CENTRAL POR UNOS SEGUNDOS. ESTO CANCELARA EL RECORRIDO DE CALIBRACION Y DEJARA CUALQUIER RESULTADO ANTERIOR SIN CAMBIO.

USTED ESTA LISTO PARA INICIAR SU PASEO!

EL PERFIL DE NEWTON

La información básica que sea introducida en el Programa de Isaac, en combinación con el Sensor Inalambrico de Enlace, La Calibración de Inclinação, y El Recorrido de Calibración, forman juntos un unico "Perfil", una descripción de todas estas cosas hacen que el Newton trabaje adecuadamente con usted y su bicicleta.

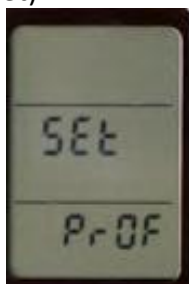
IMPORTANTE: PARA APRENDER COMO ALMACENAR UN PERFIL EN SU ORDENADOR Y LANZARLO AL PERFIL DE SU iBIKE, VERIFIQUE LAS "INSTRUCCIONES DEL PROGRAMA ISAAC"

De forma predeterminada, El Newton está establecido en el perfil 1. Por lo tanto, toda la información recopilada como parte de su configuración original de Newton se almacena en el perfil 1.

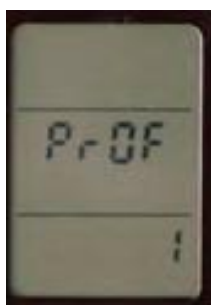
Usted puede crear por completo hasta cuatro perfiles diferentes y almacenarlos en la memoria del Newton. Esto es útil si usted es dueño de dos bicicletas o tienen dos posiciones de conducción diferentes (por ejemplo, capuchas y TT).

Aquí se indica cómo seleccionar un perfil diferente:

Acceda a la configuración y pulse en la flecha hacia abajo varias veces para encontrar la pantalla de Establecer Perfil (Perfil Set):



Pulse el boton central, la configuración predeterminada es Perfil 1.



Todos los datos de configuración que ha introducido y las calibraciones que ha realizado, ninguna se almacenan en "Perfil 1".

Para seleccionar un perfil diferente, pulse en la flecha hacia arriba y utilice la flecha hacia arriba para cambiar la configuración para el número de perfil que desea seleccionar. Para aceptar su elección, pulse en el botón central.

USO DE PERFILES

Si dispone de dos perfiles distintos guardados en su Newton, por ejemplo para tres bicicletas diferentes, para utilizar el perfil de su Newton 3 con bicicleta # 3, entrar en la configuración, desplácese hasta Configuración de Perfil, seleccione "Prof 3", luego haga clic en el botón central para aceptar. Salga de la configuración. Su Newton cargará ahora todos los valores de Perfil 3 en la memoria y ya está listo para montar su bicicleta.

USO DE LOS BOTONES DE NEWTON Y FUNCIONES

En esta sección se describen las funciones y características de los cinco botones de control en su iBike Newton (botón central, arriba, abajo, izquierda, flecha derecha).

Botón Central: ORDENADOR DE LA BICICLETA Y ENERGIA DE LA PANTALLA

El Newton tiene dos *pantallas principales*:

- o Pantalla del ordenador de la bicicleta
- o Energía de la pantalla

La pantalla del ordenador muestra el tiempo de velocidad de bicicleta, distancia del viaje y viaje. La pantalla de encendido muestra la velocidad, potencia, ritmo y frecuencia cardíaca (anclaje inalámbrico).



ORDENADOR
DE LA BICICLETA



ENERGIA

Pulse el botón central para alternar entre cada pantalla principal.

AVISO: EN LA PANTALLA DEL ORDENADOR DE LA BICICLETA, LA VENTANA CENTRAL SE ALTERNA AUTOMATICAMENTE ENTRE LA ENERGIA Y LA DISTANCIA.

FLECHA ARRIBA: PROMEDIO (AVG) Y MAXIMA (MAX) PANTALLAS

Al pulsar en las flechas arriba se alterna entre los valores medios y máximos en su pantalla actual:

- o Pulse la flecha hacia arriba una vez para ver valores medios (la figura muestra los valores medios de pantalla Ordenador de la Bicicleta).



- Pulse la flecha arriba para ver los valores máximos.



IMPORTANTE: Para regresar al menú principal, pulse el botón central

Flecha Inferior: PANTALLA DE COLINA PENDIENTE Y VELOCIDAD DE VIENTO

Sin importar cual menú principal esté usando, en cualquier punto de su recorrido puede encontrar la pendiente de la colina que está ascendiendo, o la cantidad de viento de cara o viento de cola.

o Pulse una vez la flecha hacia abajo para ver cuesta de la colina en la ventana superior.



o Pulse en la flecha hacia abajo de nuevo para la velocidad opuesta del viento en la ventana superior.



Para volver a la pantalla inicial, pulse el botón central.

SUGERENCIA: PRESIONE Y MANTENGA PRESIONADA LA FLECHA ABAJO POR DOS SEGUNDOS PARA APAGAR O ENCENDER "AUTO-HILL DISPLAY SLOPE" . Ver abajo para más detalles sobre la función AUTO-HILL.

Flecha derecha: ENVIRO (Medio Ambiente) PANTALLAS / AJUSTE DE MODO DE ENTRENAMIENTO

Usted puede obtener información útil acerca de su recorrido pulsando en el botón Enviro (flecha derecha).

o Pulse la flecha hacia la derecha: para mostrar la temperatura y la hora actual.



o Pulse la flecha hacia la derecha otra vez (pantalla enviro 2): para mostrar cuesta de la colina actual, velocidad del viento y la altura actual.

O Pulse la flecha hacia la derecha otra vez (enviro pantalla 3): para mostrar la fecha y la hora.



Para volver a la pantalla principal, haga clic en el botón central.

NOTA: PRESIONE Y SOSTENGA LA FLECHA DE LA DERECHA POR 2 SEGUNDOS PARA ENTRAR A LAS PANTALLAS DE MODO DE ENTRENAMIENTO "FIT TRAIN". VER MAS DETALLES DE ESTAS PANTALLAS MAS ABAJO.

FLECHA IZQUIERDA: PANTALLA TOTALIZADORA/PANTALLA POR VUELTA

Se puede obtener un resumen estadístico de todo el recorrido con las "pantallas totalizadoras". Estas pantallas son mostradas pulsando la flecha de la izquierda.

- Pulse la flecha de la izquierda una vez: Toda la energía utilizada (en kilojulios o KJ) y kilocalorías (Kcal) son mostradas.
- Pulse la flecha de nuevo, la distancia recorrida y la elevación ganada son mostradas.

OPCIONAL: SI SE HA SELECCIONADO EL TSS ENCENDIDO “TSS ON” EN LA SECUENCIA DE CORREDOR, LAS PROXIMAS 3 PANTALLAS MOSTRADAS SON POTENCIA NORMALIZADA (NP), FACTOR DE INTENSIDAD (IF) Y PUNTUACION DE ESFUERZO EN EL ENTRENAMIENTO (TSS).

- Pulse la flecha izquierda de nuevo y “Log x % full” mostrado (X es un numero en 0 y 99). Esta pantalla indica la cantidad de memoria utilizada (logged) por los archivos de recorrido “ride files”. Cuando la pantalla dice 0% la memoria esta vacía, cuando dice 99% la memoria esta llena.

NOTA: EL IBIKE GRABA INTERVALOS DE 1 SEGUNDO (13 HORAS DE GRABACION DE DATOS) Ó INTERVALOS DE 5 SEGUNDOS (65 HORAS DE GRABACION DE DATOS) SELECCIONE EN LA PANTALLA DE CONFIGURACION EL INTERVALO DE GRABACION DESEADO.

NOTA: RECIBIRA MENSAJES DE ADVERTENCIA CUANDO LA MEMORIA ESTE AL 80% Y 90%, DESCARGUE LA MEMORIA LO ANTES POSIBLE O PERDERÁ LOS ARCHIVOS MAS RECIENTES.

NOTA: PUEDE BORRAR LA MEMORIA UTILIZADA EN SU IBIKE UTILIZANDO LA OPCION DE “ERAS DATA” EN EL MENU DE CONFIGURACION.

Para regresar a la pantalla principal pulse el botón central.

NOTA: PRESIONE Y SOSTENGA LA FLECHA DE LA IZQUIERDA POR 2 SEGUNDOS PARA ACCEDER A LAS PANTALLAS DE TIEMPO DE VUELTAS “LAP TIMER”. VEA MAS ABAJOPARA MAS DETALLES DEL TIEMPO DE VUELTAS “LAP TIMER”.

DATOS DE VIAJE Y ARCHIVOS DE RECORRIDO DEL NEWTON

iBike Newton "Viajes"

El Newton recoge, almacena, analiza y muestra los datos como "viajes". La información de cada viaje se registra en un "Archivos de Recorrido".

En general, cada vez que inicie un nuevo día de recorrido, querrá iniciar un nuevo viaje. Un simple y rápido Reinicio de Viaje "Trip-Reset" (descrito más adelante) cierra el archivo paseo anterior, crea un nuevo viaje Newton, y abre un archivo de recorrido.

Además, si su Newton esta apagado por más de 4 horas, se iniciará automáticamente un nuevo viaje y el archivo de paseo.

El Reinicio de Viaje "Trip Reset" comienza un nuevo Archivo de Recorrido y restablece las pantallas iBike en cero de:

- Odómetro de viaje
- Tiempo de disparo
- Contado de Vueltas y Estadísticas de Vuelta
- Instantáneo, promedio y máxima:

Poder
Kilojulios
Aceleración
Colina pendiente
Velocidad del viento
Ganancia de elevación

Iniciando un Nuevo Recorrido, (Trip-Reset):

Puede iniciar un nuevo recorrido y un archivo nuevo paseo en cualquier momento. He aquí cómo:

1. Pulse y mantenga presionado el botón central durante dos segundos.
2. La pantalla dice " Reinicio del Viaje". La palabra "viaje" no parpadeará y se enciende la palabra reinicio "reset".



3. Para confirmar el Reinicio de Viaje, pulse el botón central nuevamente. Ambas palabras “Viaje” y “Reinicio” parpadearán, luego regresara automáticamente a la pantalla inicial.

4. Si decide que no quiere completar el Reinicio de “Trip-Reset”, cancele el restablecimiento viaje esperando cuatro segundos, o pulsando cualquier botón excepto el botón central.

El mensaje No Reiniciar "No RESET" aparecerá y permanecerá en la pantalla hasta que pulse el botón central.

IMPORTANTE: A MENOS QUE USTED EL VIAJE, PULSANDO EL BOTON CENTRAL UNA SEGUNDA VEZ, NO COMPLETARA EL REINICIO DE VIAJE Y NO INICIARA UN NUEVO ARCHIVO DE RECORRIDO.

NOTA: Puede hacer un Reinicio de viaje en cualquier tiempo, aun cuando este montando bicicleta.

COMO INICIAR SU iBIKE ANTES DE UN VIAJE

Cada vez que viaje con el iBike, siga estos sencillos pasos:

1) Coloque el Newton para su anclaje

2) Pulse el botón central de su Newton para encenderlo. Si está utilizando una correa de frecuencia cardíaca, asegúrese de estar al lado de su Newton, hasta el Newton complete el proceso de inicio.

Al final del proceso de inicio de los sensores inalámbricos será detectado automáticamente por El Newton.

Una vez que la pantalla principal de Newton aparezca, usted listo para montar en bicicleta!

NOTA: SI SU MEMORIA DE VIAJE ESTA LLENA EN UN 80% O MAS, APARECERA UN MENSAJE DE ADVERTENCIA. PUEDE BORRAR LA MEMORIA DESDE LA PANTALLA DE CONFIGURACION CON BORRAR DATOS " ERAS DATA"

SEGUNDA PARTE

FUNCIONES AVANZADAS

COMO OBTENER MAS DEL NEWTON: SECUENCIAS DE “USUARIO” Y “CORREDOR”

Para la mayoría de los ciclistas no es necesario utilizar Las Secuencias de “Usuario” y “Corredor”; sin embargo aquí tiene unas funciones extras disponibles con las que puede acceder desde estas frecuencias.

Las Secuencias de USUARIO contienen funciones y configuraciones de valor para muchos usuarios del iBike Newton.

Las Secuencias de Corredor (RACR) contienen funciones y configuraciones de interés para usuarios avanzados y corredores.

SECUENCIA DE USUARIO

Para acceder a la secuencia de USUARIO, entre en Configuración y luego pulse en la flecha hacia arriba para encontrar la pantalla del usuario.

Si la pantalla dice SI USUARIO "USER YES", luego pulse en la flecha hacia arriba para introducir la secuencia de USUARIO, si la pantalla dice USUARIO NO "USER NO", PULSE el botón central, seleccione SI (YES) con la flecha hacia arriba y, a continuación, PULSE el botón central para aceptar USUARIO SI. A continuación, haga clic en la flecha hacia arriba para entrar en la secuencia USUARIO.

Estos son los pasos incluidos en la secuencia USUARIO:

"USUARIO SI", pulse la flecha hacia arriba sucesivamente para realizar:

- Ajuste el modo de entrenador (de serie con iAero, opcional con iPro): "TRNR": Consulte la página 43 para más detalles
- Establecer Año: "AÑO"
- Ajuste de la fecha: "FECHA"
- Establecer hora: Reloj "CLOC"

NOTA: AÑO, FECHA Y HORA PUEDEN SER INTRODUCIDOS INSTANTANEAMENTE USANDO EL PROGRAMA ISAAC.

- Ajuste del contraste de pantalla: "LCD"

Además, hay cuatro selecciones que usted puede hacer en la Secuencia de Usuario:

- Realizar Cuesta Abajo de calibración: "CUESTA" (instrucciones especiales a continuación)
- Visualización de la velocidad del viento ambiental: "ABS VIENTO"
- Realizar prueba de condición física: "prueba de ajuste" (instrucciones especiales a continuación)

PROCESO DE “CUESTA ABAJO”

Cuando esta montando en bicicleta a una alta velocidad el efecto del viento, la aerodinámica de la bicicleta, y la posición del cuerpo se vuelven muy significativas. Estos efectos son medidos por resistencia aerodinámica comúnmente llamada Cda.

En la secuencia de Inicio Rápido se estima su Cda. Las estimaciones del CdA hecha por el iBike, son el resultado de pruebas y experiencia considerables. Para el 99% de los pilotos, que estima el CdA y Crr proporcionan resultados consistentes y de gran precisión en una amplia variedad de condiciones en bicicleta.

Si lo hace en paseos en solitario en terrenos planos a velocidades consistentemente por encima de 35, 2 kms por hora, o usted quiere medir su CdA (y, opcionalmente Crr), entonces el Procedimiento de Cuesta abajo, es una función avanzada que está disponible.

La Calibración de la Cuesta Abajo que se encuentra en la secuencia usuario, mide los coeficientes de resistencias aerodinámicas (y, opcionalmente, fricción) que son particulares de cada ciclista, posición de conducción, el tipo de bicicleta, los neumáticos y el tipo de carretera. Estos coeficientes de arrastre se almacenan en la memoria del iBike (en un perfil) y se utilizan en los cálculos de potencia.

El procedimiento de Cuesta Abajo es de la siguiente manera: acelerar hasta 20 mph (32 kph), entonces deje de pedalear. Su bicicleta se desacelerará debido a la resistencia aerodinámica y de fricción (la bicicleta también puede disminuir por el efecto de la pendiente, pero los factores efecto cuesta arriba de iBike, afecta en sus cálculos). Una vez que se desacelerará a 8 mph (13 kph) la cuesta abajo esta completada. Para una mejor precisión, repetir la cuesta hasta 5-8 veces, y luego analizar los resultados en el Programa iBike para conseguir las mejores mediciones compuestas.

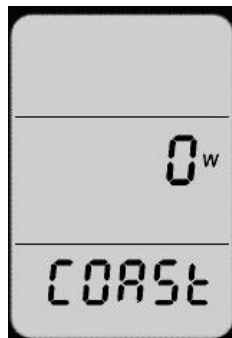
La medición Cuesta Abajo funciona muy bien cuando sus pasos se siguen cuidadosamente. Sin embargo, si el procedimiento no se sigue con exactitud, entonces es probable que su iBike este peor calibrado de lo que estuvo anteriormente con las Cuestas Abajo! Por lo tanto, si usted decide hacer Cuestas Abajo, por favor, lea atentamente las instrucciones y sígala con exactitud.

Aquí está el procedimiento Cuesta Abajo:

1. **Antes de hacer Cuestas Abajo DEBE completar la secuencia de arranque rápido y el recorrido de calibrado.**
2. Use la ropa, casco de bicicleta, y zapatillas que va a usar durante sus recorridos.
3. ***Encuentre un camino bastante llano hacia arriba***, con pocos coches, en el que pueda recorrer la carretera durante aproximadamente 400 mts , sin parar, llegando a grandes baches en el camino, haciendo giros cerrados, en la que pueda estar sometido a ráfagas de viento causadas por el tráfico u otros ciclistas.

NOTA: EL CAMINO DEBERA SER MAYORMENTE A NIVEL UN POCO CUESTA ARRIBA. SI EL CAMNIO ES DEMASIADO CUESTA ABAJO NO SE DESCENDERA A 8 MPH!

4. Justo antes de comenzar el camino Cuesta Abajo, entre en el menú de Configuración, luego desplácese a USUARIO (USER). Si USUARIO SI "USER YES" aparece, pulse la flecha hacia arriba para entrar en la secuencia usuario. Si "EL USUARIO NO" aparece, pulse el botón central (para hacer que la palabra "NO" parpadee), a continuación, seleccione SI (YES) con la flecha hacia arriba, y luego pulse en el botón central para aceptar USUARIO SI "USER YES". A continuación, pulse la flecha hacia arriba para entrar en la secuencia de Usuario.
5. En la secuencia de usuario, pulse el botón de flecha hacia arriba hasta que encuentre la "Cuesta" (Coast) del menú. Verá la palabra Cuesta "Coast" en la ventana inferior.



6. Para comenzar el Procedimiento Cuesta Abajo, pulse el botón central.
7. Antes de ir a la pantalla de Cuesta Abajo, el iBike examinará cómo se ha realizado recientemente los pasos de "Inclinación" ("Tilt") y "Calibración de Viento" ("Wind Cal"). Si estos pasos se realizaron más de 30 minutos antes del inicio de su Cuesta Abajo, necesitará hacerlos nuevamente. Esto asegura la máxima exactitud de sus Cuestas Abajo. La palabra "Inicio" parpadeará después de realizar calibraciones de viento y de inclinación. Pulse clic el botón central.

8. La Pantalla Cuesta Abajo mostrará la palabra "rápido", y la velocidad actual de su bicicleta aparecerá en la pantalla



9. Cuando aparezca esta pantalla, pedalee la bicicleta rápidamente, PERO AUMENTE LA VELOCIDAD DE UNA MANERA PAUSADA, asegurándose de permanecer su posición habitual.

10. A medida que vas más rápido, la barra horizontal en la pantalla comenzará a llenarse. Su meta es llegar a 20 mph (32KPH).

11. Una vez que haya alcanzado la velocidad máxima, la palabra "costa" aparecerá. Deje de pedalear INMEDIATAMENTE, usted comenzará a disminuir debido a la resistencia aerodinámica y de fricción.



12. Asegúrese de mantenerse en su posición corporal habitual durante la costa abajo.

13. A medida que realice el recorrido la bicicleta disminuirá a velocidad y el iBike medirá sus coeficientes de resistencia (aerodinámica y de fricción).

NOTA: LA INFORMACION CUESTA ABAJO ES REOGIDA ENTRE LAS VELOCIDADES DE 18 MPH Y 8 MPH.

14. No pedalear la bicicleta, no aplicar los frenos, o haga movimientos bruscos con la rueda delantera durante va cuesta abajo.

15. A medida que la bicicleta se desacelera la barra horizontal se vaciará y la velocidad de su bicicleta descenderá.



16. Una vez que se llega a una velocidad de unos 10 kilómetros por hora, las palabras "done coast" parpadeará durante unos segundos, luego la pantalla "CALC COSTA" (cálculo de cuesta) aparecerán, entonces la pantalla principal de cuesta abajo aparecerá, indicando que la medición es completa.

MUY IMPORTANTE: PARA OBTENER LOS MEJORES RESULTADOS DE 5 A 8 CUESTA ABAJO O REPETICION VUELVA AL LUGAR DONDE EMPEZÓ SU COSTA ABAJO Y HACER MÁS CUESTA ABAJO REPITIENDO LOS PASOS 6-15.

NOTA: SI ACCIDENTALMENTE INICIA EL PROCESO DE CALIBRACIÓN DE CUESTA ABAJO PUEDE DETENER PULSANDO EL BOTÓN DE CENTRO. LA PANTALLA PUEDE DECIR "ABRT CUESTA" (ABORTAR CUESTA). LAS LECTURAS DE LA CUESTA ABAJO ALMACENADOS ACTUALMENTE NO SE CONSERVARAN.

CONSEJO AL CORREDOR: POR DEFECTO, LA CUESTA ABAJO USA UN VALOR FIJO DE RESISTENCIA AL RODAJE ($CRR = 0,0055$) EN LA MEDIDA DE LA CUESTA ABAJO

IMPORTANTE: SUS DATOS DE CUESTA ABAJO Y DE QUEMA DE CALORIAS **DEBEN** SER ANALIZADOS Y DESCARGADOS EN EL PROGRAMA DEL IBIKE PARA PROPORCIONAR LOS MEJORES RESULTADOS. VER EL "VER LAS INSTRUCCIONES DEL PROGRAMA ISAAC" PARA MAS DETALLES.

CONFIGURACION DE LA PANTALLA DE LA VELOCIDAD DEL VIENTO ("ABS VIENTO SI/NO")

El NEWTON mide la resistencia al viento. La resistencia al viento incluye tanto el viento absoluto que viene de la naturaleza, y el viento causado por el corredor montado en su bicicleta. Se puede visualizar la resistencia al viento en una de dos maneras:

- 1) ABS WIND NO muestra la cantidad total de resistencia al viento. Por lo tanto, si usted está montando 25 km/h y hay un viento de frente de 5 kilómetros por hora, el Newton mostrará la resistencia al viento hasta 30 km/h. ABS VIENTO NO es el valor por defecto de la Newton.
- 2) "ABS WIND SI" sólo muestra la resistencia al viento desde la tierra. En el mismo ejemplo anterior, el Newton mostraría una velocidad del viento de 8 km/h. NOTA: si usted tiene un viento de cola de Newton mostrará la magnitud del viento de cola.

La selección de "ABS wind no/yes" esta en la secuencia del usuario. Haga su selección en el botón central y la flecha hacia arriba, y luego pulse el botón central para aceptar.

PRUEBA DEL MEDIDOR DE LIMITE DE ESFUERZO D (FTP TEST)

Su Newton incluye una prueba integrada, basada en la potencia de su entrenamiento. Es una prueba muy simple: utiliza la bicicleta tan fuerte como pueda durante 20 minutos. Entonces, el Newton calcula los vatios de media que han mantenido en la prueba, dividido por el peso del cuerpo en KG. Este ratio "vatios por kilogramo" es una medida sencilla y crítica del entrenamiento del ciclista. En pocas palabras, cuanto mayor sean los vatios por kilogramo más en forma está y cuanto más rápido irá el ciclista.

También los vatios promedio mantenidos durante el Examen programan el multiplicador a 0,95, la cual es una excelente medida prueba de entrenamiento (FTP). FTP es utilizado por la mayoría de los expertos como una medida clave de su límite general total y entrenamiento de ciclismo.

El programa de su Newton incluye una tabla elaborada por corredor profesional y entrenador Boyd Johnson que interpreta su puntuación W/KG como un nivel de acondicionamiento físico en una escala de uno a diez. Su estado físico se basa en sus medidas W/KG y su sexo. Aquí está la tabla Incluida en su Newton:

Nivel de entrenamiento	w/wg masculino	w/wg femenino
1	0-2	0-1,5
2	2,01-2,45	1,51-2,08
3	2,46-2,8	2,09-2,4
4	2,81-3,46	2,41-2,94
5	3,47-3,8	2,95-3,23
6	3,81-4,25	3,24-3,62
7	4,26-4,82	3,63-4,1
8	4,83-5,27	4,11-4,48
9	5,28-5,75	4,49-4,86
10	5,75+	4,87+

Por ejemplo, si usted es hombre y su prueba de 20 minutos vuelve una medida W / kg de 2,48, su nivel de condición física es "3" (la mujer anotaría un mejor estado físico de "4" para el mismo resultado W / KG).

¿Qué se puede hacer con este test? Tres cosas:

- 1) Puede utilizar el resultado de la prueba para proporcionar una evaluación significativa y el objetivo de su nivel actual de entrenamiento en ciclismo.

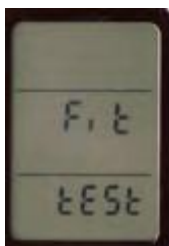
- 2) Puede utilizar el resultado de la prueba en relación con una función en la quema de grasa, cardio y entrenamientos de fuerza que se dirigen a su nivel específico de entrenamiento. Estos ejercicios le ayudarán a mejorar su condición física en bicicleta de forma rápida y eficiente. La función de entrenamiento se describe en la sección siguiente.
- 3) Se puede repetir el examen de aptitud que cae en la temporada, y cuantificar las mejoras conseguidas por sus esfuerzos en ciclismo.

Al final de la prueba de 20 minutos su Newton le mostrará el resultado de la prueba expresada tanto en su relación W / KG como de su estado físico.

Cómo hacer la prueba de entrenamiento:

Acceda a configuración y pulse la flecha hacia arriba para encontrar la secuencia de Usuario. Usando el botón central y flecha hacia arriba, ponga "USUARIO SI".

A continuación, pulse la flecha hacia arriba para encontrar la pantalla de prueba de ajuste en la secuencia de Usuario:



Haga clic en el botón central de su Newton para iniciar la secuencia de prueba.

La primera pantalla que verá es el resultado de su prueba de condición física anterior.



Su número de vatios por kilogramo (W / kg) se mostrará en la ventana central. Se leerá x_yz, donde x, y y z son números, y el guion bajo indica un punto decimal. Por ejemplo, 3_54 indica un resultado vatios / kg de 3,54. La ventana

inferior muestra su estado físico nivel asociado con el resultado de la prueba W/KG.

Pulse el botón central para continuar. Se le pedirá que introduzca su peso; NO INCLUYA EL PESO DE LA BICICLETA, EQUIPOS Y ROPA. Si usted esta seguro de su peso correcto actualizado introdúzcalo en caso contrario busque una balanza y verifíquelo para tener cálculos precisos.



Pulse el botón central para continuar, se le pedirá que introduzca en el Newton si eres hombre o mujer. Si usted es hombre seleccione la pantalla que dice "FE NO" (no mujeres), y si usted es mujer haga clic en la flecha hacia arriba para seleccionar "FE YES" (sí femenino). A continuación, haga clic en el botón central para continuar.

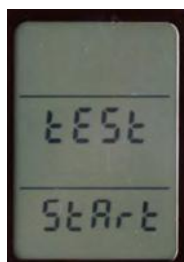


Ahora su Newton esta listo para el test.

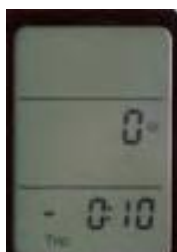
Encuentre un lugar donde se puede completar un ciclo a un ritmo muy agresivo durante 20 minutos. **Usted necesita pedalear durante toda la prueba**, por lo que un recorrido montañoso no es una buena idea (en las bajadas es probable que ralentice el pedaleo y esto reducirá su puntaje de entrenamiento).

Un recorrido llano sin semáforos y sin tráfico seria mejor; dependiendo de lo rápido que puede pedalear puede realizar un recorrido que tenga de 8 a 12,8 Kms de largo.

Antes de iniciar el recorrido de prueba de unas vueltas durante algunos minutos para calentar. Pulse el botón central para iniciar la prueba de aptitud. La pantalla debe tener este aspecto:



Pulse el botón central para iniciar la prueba. Vera esta pantalla, indicando queda la prueba iniciará después de un conteo regresivo de 10 segundos:



En el instante en que inicie a pedalear el reloj de la pantalla inferior comenzará una cuenta atrás al cero. Cuando el reloj alcance 0:00 la prueba iniciará y el cronometro reiniciará a los 20 minutos, cero segundos y hará una cuenta regresiva hasta cero.

Pedalee tan fuerte como pueda durante los 20 minutos del periodo de prueba. Cuando realice la prueba su cuerpo se ajustará naturalmente: si se empieza demasiado duro de su rendimiento caerá después de la prueba. Si se siente con energía en los últimos minutos, vuelva a encenderlo.

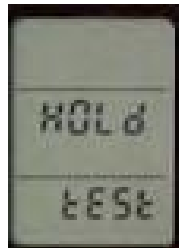
Durante la prueba, verá su promedio de vatios en la pantalla superior, los vatios instantáneos en la ventana central, y el tiempo transcurrido de la prueba en la ventana inferior. Aquí está un ejemplo de cómo la pantalla puede verse:



Esta pantalla muestra que el corredor tiene 18 minutos y 32 segundos restantes en la prueba (ventana inferior), y que, hasta el momento de la prueba, el corredor se ha mantenido con promedio de 218 vatios (ventana superior).

La pantalla central muestra la salida de vatios en el momento de la imagen: 191 vatios. Por lo tanto, la salida de potencia del ciclista en ese momento es por debajo de la media. La flecha hacia abajo a la izquierda de la salida 191 vatios lectura Indica potencia instantánea está por debajo del promedio de vatios de salida.

Durante la prueba de 20 minutos pedalee su bicicleta tan fuerte como sea posible y trate de mantener esos vatios.



Para resumir la prueba, pulse el botón central.

Finalmente, y si por alguna razón no esta satisfecho de como va su prueba puede interrumpirla en cualquier momento, pulsando y manteniendo presionado el botón central por algunos 5 segundos. La pantalla dirá “prueba interrumpida” “Test Abrt” y la prueba será finalizada. Los Kilo/Vatios y la puntuación de los resultados del entrenamiento mas recientes, se mantendrán en la memoria.

Al final del recorrido su Newton calculará sus vatios por kilogramo y mostrará su nivel de entrenamiento.

NOTA: EL NEWTON MEDIRA “MEDIDOR DEL LIMITE DE ESFUERZO (FTP) ” COMO UN MEDIO DE FORMACION. AL FINAL DE SU PRUEBA DE ENTRENAMIENTO EL NEWTON ACTUALIZARA AUTOMATICAMENTE EL VALOR NUMERICO DE SU FTP, LOCALIZADO EN LA PANTALLA “RACR7 FTP CFG”. O SI SABE INTRODUCIR EL NUMERO DE SU FTP EN LA PANTALLA DE FTP CFG, EL NEWTON AUTOMATICAMENTE CALCULARA SUS 2º MINUTES KILO/VATIOS Y ESCALA DE ENTRENAMIENTO.

SECUENCIA DEL CORREDOR

La secuencia del corredor, contiene configuraciones de interés para avanzar al medidor de energía del usuario y el corredor de la bicicleta.

Para acceder al RACR Secuencia del Corredor, entre en configuraciones luego desplácese hasta RACR. Si la pantalla indica Corredor Si (RACR YES), luego desplácese hasta el botón de la flecha arriba para introducir la secuencia; si la pantalla indica Corredor No (RACR NO) pulse aceptar. Luego pulse la flecha arriba para introducir la Secuencia del Corredor (RACR). Estos son algunos pasos incluidos en la Secuencia de Corredor (RACR):

“SECUENCIA DE CORREDOR SI” LUEGO PULSE LAS FLECHAS DE ARRIBA/IZQUIERDA SUCESIVAMENTE PARA REALIZARLO:

- Resistencia de Fricción Estimada: **“EST FRIC”**
- Pantalla de medidas TSS/IF/ NP en la pantalla completa: **“TSS”**
- Configuración de la prueba de entrenamiento: **“FTP CFG”**
- Pantalla de datos CDA (nota: solo para modelos IAERO): **“CDA”**
- Registro total de las horas configuradas: **“TOTAL HRS LOG”**
- Encender/Apagar pantalla de cadencia: **“CAD ON”**
- Registro total de distancia configurada: **“TOTAL ODO”**

Cada uno de estas configuraciones están explicadas mas abajo:

- **“Est fric”** (resistencia de fricción estimada)

Las bicicletas tiene un nivel intrínseco de resistencia al rodamiento (resistencia de fricción) esta fricción dependerá del tipo de neumático y presión del mismo así como de la superficie por la que se viaje. Este factor es llamado coeficiente de resistencia de fricción **“CRR”** , este numero es generalmente expresado en un numero entre 0,003 y 0,008 siendo el mas alto el de mayor resistencia.

Por ejemplo, con las ruedas de una bicicleta normal en un velódromo con una superficie muy suave el CRR será de 0,003, el asfalto tiene un CRR de aprox. 0,005 y caminos sucios y polvorientos tienen un CRR de 0,008 o mas.

El Newton puede medir el CRR aun cuesta abajo (en adición al CDA, resistencia aerodinámica) pero muchas veces es mas fácil y rápido asumir el valor de CRR. Asumiendo el valor de CRR se puede mejorar la precisión de la medida CDA.

La configuración por defecto para el EST FRIC es si "YES"; que es, en la configuración EST FRI YES,

El Newton asumirá un valor fijo de CRR por el usuario aun cuando esté rodando cuesta abajo

El valor por defecto de CRR se ha fijado en la fábrica a 0,0055, y es leído como "55" en la pantalla. El valor de CRR se puede ajustar por el usuario.

Para utilizar la función CRR lo siguiente:

- 1) Vaya a Configuración / RACR YES / EST FRIC.
- 2) pulse el botón central, la pantalla parpadeará en su parte inferior. Utilice la flecha hacia arriba para seleccionar YES, a continuación pulse el botón central para aceptar. Hecho "donde" parpadeará.
- 3) El FRIC aparece la pantalla y el número en la parte inferior es el valor de CRR actualmente almacenado en la Newton.
- 4) Para cambiar el valor de CRR , pulse el botón central. Ajuste los dígitos al valor que desee. Fric = 30 corresponde a un velódromo muy suave; 55 es un carretera de asfalto promedio, el 80 es de concreto áspero, 100 o más es caminos de tierra. Estos valores son aproximados, se puede obtener valores más exactos de la web.
- 5) Una vez que haya introducido el valor que desee, haga clic en el botón central para aceptar. Hecho "DONE" parpadeará y el producto de Newton pasará a la pantalla siguiente RACR, TSS.

RECUERDE: SI USTED CONFIGURA LA EST FRIC "YES" EL VALOR MOSTRADO SERA EL UTILIZADO TANTO EN EL COEFICIENTE DE RESISTENCIA COMO EN EL ASUMIDO EN LAS CUESTAS ABAJO.

Si no quiere utilizar el valor estimado en el CRR haga lo siguiente:

- 1) Vaya a configuración/ RACRYES/EST FRIC.
- 2) Haga clic en el botón central, la pantalla parpadeará en la parte inferior. Utilice la flecha hacia arriba para seleccionar NO, a continuación, haga clic en el botón central para aceptar. Hechos "done" parpadeará y su Newton Pasará a la pantalla RACR siguiente, TSS.

IMPORTANTE: CUANDO EST FRIC ESTE APAGADO "Off", EL CUESTA ABAJO ME DIRA EL AIRE Y LA RESISTENCIA DE FRICCION.

NOTA: CUANDO LA CUESTA ABAJO SE HACE CON EST FRIC "OFF", EL CRR CORRESPONDIENTE A LA RESISTENCIA DE FRICCION MEDIDO APARECERÁ EN LA VENTANA EST FRIC.

ENCENDIDO Y APAGADO DEL TSS

El Newton incorpora medidas especiales para ayudar a los ciclistas profesionales a mejorar su formación. Estas tres medidas, llamadas Medidor de Esfuerzo en Entrenamiento (TSS), Factor de Intensidad (IF) y Potencia Normalizada (NP) se describen en el Apéndice.

Normalmente, las mediciones del TSS, SI y el NP no son visibles en la pantalla de totales del Newton ("OFF TSS"). Si desea verificarlos, a continuación, realice lo siguiente:

- 1) Vaya a Configuración / RACR SÍ / TSS.
- 2) Pulse el botón central, la pantalla inferior parpadeará. Utilice la flecha hacia arriba para seleccionar SI (YES), a continuación, pulse el botón central para aceptar. La palabra "Hecho" parpadeará y el Newton pasará a la próxima pantalla RACR, "CFG FTP"

FTP CFG (Configuración de Medidor del Límite de Esfuerzo)

El Medidor del Límite de Esfuerzo es otra medida especializada de interés para ciclistas avanzados. FTP se describe en el Apéndice.

Hay dos maneras en las que se puede determinar su Límite de Esfuerzo:

- 1) Mediante la medición directa en un prueba de 1 hora
- 2) Mediante la estimación, basada en la Prueba de entrenamiento Newton de 20

Si realiza la prueba de aptitud del Newton se realiza y luego $FTP = \text{el promedio de vatios en una prueba de 20 minutos} \times 0,95$

IMPORTANTE: EN CUALQUIER MOMENTO QUE REALICE LA PRUEBA DE ENTRENAMIENTO DEL NEWTON, EL FTP ESTIMADO SERA AUTOMATICAMENTE CALCULADO Y ALMACENADO.

Si ha medido su FTP de alguna otra forma, puede anular los resultados de la prueba de condición física del Newton y escribir su FTP directamente.

IMPORTANTE: SI INTRODUCCE SU FTP DIRECTAMENTE, LA PRUEBA DE ENTRENAMIENTO DEL NEWTON SERA ACTUALIZADA. LOS RESULTADOS DE KILO/VATIOS Y SU NIVEL DE ENTRENAMIENTO CORRESPONDERAN A LOS RESULTADOS DE SU FTP.

Puede visualizar y cambiar, los valores de su FPT de la manera siguiente:

- 1) Vaya a configuración/CORREDOR SI (RACR YES)/FTP CFG
- 2) Pulse el botón central; la pantalla inferior parpadeará y mostrará los valores actuales de FTP. Si usted a realizado la prueba de entrenamiento, el FTP estará basado en la Prueba de Entrenamiento, se mostrará un valor por defecto de 0001 (1 voltio)
- 3) Si desea cambiar los valores del FTP puede hacerlo
- 4) Para aceptar su selección o salir de esta sección , pulse el botón central para aceptarlo, la palabra "hecho" parpadeará y el Newton pasará a la próxima pantalla de RACR , "CDA"

- **CDA (Resistencia Aerodinámica) ENCEDER/ APAGAR (NEWTON + SOLO)**

- 1) Vaya a configuración/CORREDOR SI (RACR YES) CDA ENCENDER- APAGAR
- 2) Pulse el botón central; la pantalla inferior parpadeará. Selecciones la flecha arriba para encender el CDA.
- 3) Si no desea ver las medidas de CdA en su Newton + pulse la flecha hacia arriba para seleccionar " APAGAR"
- 4) Para aceptar su selección o salir de esta sección , pulse el botón central para aceptarlo, la palabra "hecho" parpadeará y el Newton pasará a la próxima pantalla de RACR , "CDA" avanzará a la siguiente opción del menú ",TOTAL DE REGISTRO DE HORAS ("TOTAL HRS LOG")

- **TOTAL DEL REGISTRO DE HORAS**

Usted puede configurara el tiempo que dura en la bicicleta. Regístrese para iniciar con un número diferente al predeterminado, que es cero. Esta es una característica muy útil, si desea copiar este valor desde el ordenador de su antigua bicicleta. Pulse el botón central para establecer el registro, y cuando haya terminado, pulse el botón central para aceptar. La palabra "Hecho" parpadea y el Newton se moverá a la siguiente pantalla, TOTAL ODOMETRO "TOTAL ODO"

- **CAD ON / OFF (pantalla cadencia on / off)**

Para los Newtons con sensores de Ritmo, la pantalla de la medición de ritmo se encenderá o se apagará en esta configuración. El valor predeterminado es Activado, Alterne el Ritmo atrás y adelante (HR y si está disponible) en la pantalla de encendido. Si el Ritmo está en "APAGADO" "off", entonces no se mostrará en la parte inferior de la pantalla de encendido. Si usted está usando una correa de HR y el Ritmo esta "APAGADO" "Off", entonces HR se mostrará en forma continua.

- **TOTAL ODO (TOTAL ODOMETRO)**

Puede ajustar el Odómetro del Newton para comenzar en un número que no sea el número predeterminado que es cero. Esta es una característica muy útil si desea copiar la configuración del odómetro del ordenador de su antigua bicicleta. Pulse el botón central para establecer el registro, y cuando haya terminado, pulse el botón central para aceptar. La palabra "Hecho" parpadeará y el Newton se moverá a la siguiente pantalla, CORREDORES NO "RACR NO"

IMPORTANTE: AL FINALIZARLA CONFIGURACION DEL "TOTAL DEL ODOMENTRO" SALDRA DE LA SECUENCIA DEL CORREDOR (RACR) Y EL NEWTON CAMBIARA AUTOMATICAMENTE A LA CONFIGURACION CORREDOR NO (RARC NO)

PANTALLAS DEL DIA- A- DIA

La configuración del Newton está diseñada para configurar la secuencia una vez estas secuencias están desarrolladas, raramente necesitará acceder a ella para realizar cambios. Así que, a menos que usted elija visualizar los pasos de secuencia, van a permanecer ocultos a la vista.

En algunos Newton los pasos de configuración y calibración son muy utilizados, tanto así que querrá tener un acceso directo a estas funciones. Hemos reunido los elementos de configuración más comunes como "Del Día a Día" pantallas que encontrarás cada vez que entre en el Menú de configuración.

Todas las pantallas de configuración del "Día a Día" son las siguientes. Muchas de ellas han sido descritas, por lo que no repetiremos aquí su función. Las nuevas pantallas estarán en resaltadas en **NEGRITA**:

1) CALIBRACION DEL VIENTO

Esta calibración opcional es la primera pantalla que verá al entrar en Menú. Una vez pulse el botón central para realizar la calibración del viento, el Newton automáticamente saldrá del menú después de unos segundos, o puede pulsar la flecha hacia arriba para continuar a la siguiente pantalla:

2 INCLINACION

3) CALIBRACION DE PASEO

4) **BATT% (porcentaje voltaje de la batería)**. Utilice esta pantalla para verificar el porcentaje de energía de la batería que le resta a su Newton

5) **ALT (altitud)**. Utilice esta pantalla para introducir la elevación de partida para su recorrido.

NOTA: LA ELEVACION DE INICIO ES OPCIONAL Y NO SE REQUIERE PARA LOS CALCULOS DEL NEWTON.

IMPORTANTE: INCLUSO SI SU NEWTON SE MANTIENE INMOVIL, LA ALTITUD INICIAL CAMBIA CUANDO LAS CONDICIONES DEL TIEMPO CAMBIAN. ESTO ES NORMAL.

6) PESO TOTAL

7) BUSQUEDA (Configuración inalámbrica)

8) CONFIGURACION DEL PREFIL (SET PORF)

9) **REGISTRO DE INTERVALO (REC INT)**

La memoria del Newton se llenará de información a medida que realice su recorrido. Se puede seleccionar en esta pantalla con qué frecuencia debe registrar la información del recorrido:

Pulse el botón central y seleccione 1 seg (un segundo de intervalo de grabación) para grabar alrededor de 20-40 horas de información (Newton + tiene el doble de memoria de almacenamiento del Newton), pulse la flecha hacia arriba para seleccionar 5 seg (cinco segundos intervalo de grabación) para grabar sobre 100-200 horas de información.

NOTA: PUEDE TENER TANTOS ARCHIVO DE RECORRIDO COMO DESEE. LA LONGITUD TOTAL ESTARA DETERMINADA POR LOS INTERVALOS DE GRABACION QUE REALICE.

NOTA: RECIBIRA MENSAJES CUANDO LA MEMORIA DE RECORRIDO ESTE CERCA DE COMPLETAR SU CAPACIDAD. SI SU MEMORIA DE RECORRIDO SE LLENA 100% DURANTE EL RECORRIDO, EL NEWTON CONTINUARA FUNCIONANDO PERO PERDERA LA INFORMACION DE ESE RECORRIDO.

CONSEJO AL CORREDOR: CUANDO SELECCIONE EL INTERVALO DE GRABACION DE 5 SEGUNDOS, SU NEWTON VA A PROMEDIAR LA INFORMACION DE LOS VATIOS POR 5 SEGUNDOS, LUEGO GRABE LA INFORMACION ANTERIOR PROMEDIADA POR 5 SEGUNDOS.

10) BORRAS DATOS (DATA ERASE PASEO DE NEWTON)

Después de descargar los recorridos en su programa Isaac (ver las instrucciones del Programa Isaac), puede borrar los datos del recorrido con el Programa de Isaac.

Alternativamente, puede borrar los datos del recorrido directamente en su Newton:

- Pulse el botón central. La palabra "no" parpadeará. Si usted NO desea borrar los datos, pulse en el botón central.
- Si desea borrar los datos, pulse la flecha hacia arriba. La palabra "Si" parpadeará. Pulse el botón central para confirmar la selección y borrar los datos. La palabra "hecho" parpadeará durante unos segundos.

11) REL (número firmware release)

Esta pantalla muestra la versión del programa instalada en su unidad. Es posible actualizar el programa a la última versión usando el programa Isaac. Para mas detalles consulte las instrucciones del programa Isaac.

USO DE LA FUNCIÓN DE ENTRENAMIENTO EN INTERIORES

La función de entrenamiento en interior le permite medir la energía con el Newton cuando se utilizan varios modelos de entrenamiento de interior. Consultar el programa Isaac, "Dispositivo / Editar configuración entrenamiento..." para obtener una lista completa de los formadores.

Cuando utiliza la función de entrenamiento en interiores el Newton debe medir la velocidad de la parte trasera rueda. Por lo tanto, tendrá que utilizar un anclaje inalámbrico, con sensor de velocidad montado en la rueda trasera. El Newton utiliza el perfil de entrenador para estimar la potencia requerida para producir la velocidad medida de la rueda trasera.

La función de entrenamiento en interior entrenador viene de serie en el Newton + y es una actualización opcional para el Newton.

A continuación como activar la función de entrenamiento "encendido" "On":

- 1) Asegúrese de que el sensor de velocidad está instalado en la rueda trasera de la bicicleta.
- 2) Utilice el programa Newton para instalarlo y seleccione Instalar el Perfil, para el entrenamiento en interior, "Dispositivo / Editar configuración entrenamiento..."
- 3) Para activar la función de entrenamiento ENCENDIDO, entrar en la configuración pulse en la flecha abajo repetidamente para encontrar "Usuario". Si está "Usuario / No" en la pantalla, pulse el botón central para que "Sí" parpadee. A continuación, pulse el botón central para que aparezca "Usuario / Sí" en la pantalla sin parpadear.
- 4) Cuando de muestre "Usuario / Sí", pulse en la flecha hacia arriba una vez. Se mostrará la palabra "Entrenamiento" ("TrnR"). Si aparece "Entrenamiento Apagado" ("trnR / Off"), pulse el botón del centro para que parpadee Apagado. Pulse en la flecha hacia arriba para que "Entrenamiento Encendido" ("TrnR / On") parpadee. Pulse el botón central para aceptar "Entrenamiento Encendido" (" Tra"TrnR / On") aparecerá.
- 5) Salir de la configuración. Su Newton está listo para usarlo con la Función de Entrenamiento en Interior.
- 6) Cuando este descargando archivos de recorrido grabados con la Función de Entrenamiento de Interior encendida, la pantalla de estado del Programa del Newton dirá "Entrenamiento de Interior".

Cómo activar la función Entrenamiento de Interior "Apagado"("Off")

Cuando está montando en bicicleta en exterior, debe apagarse la Función de Entrenamiento en Interior, de manera que los Sensores de Medida de Potencia del Newton funcionen con normalidad:

- 1) Para "Apagar" la función de entrenamiento, entre en configuración y pulse en la flecha abajo repetidamente encontrará "Usuario". Si en la pantalla aparece "Usuario / No", pulse el botón central para que aparezca "Sí" y parpadee. A continuación, pulse en el botón central para que aparezca en la pantalla "Usuario / Sí" en la sin parpadear.
- 2) Cuando aparece "Usuario / Yes" , pulse en la flecha hacia arriba una vez. Aparecerá "Entrenamiento" ("TrnR"). Si aparece "Entrenamiento/ Encendido" ("trnR / On") pulse en el botón central para que parpadee "Encender" ("On"). Pulse hacia arriba para que parpadee "Entrenamiento/Apagado ("trnR / Off"). Pulse el botón central para aceptar. Aparecerá "Entrenamiento Apagado" "TrnR / Off".
- 3) Salir del Menú de configuración. Su Newton está listo para usarlo en sus paseos al aire libre.

NOTAS: PUEDE QUE SU NEWTON NO PROPORCIONE LAS LECTURAS DE VATIOS PRECISAS SI ESTA EN "ENTRENAMIENTO/ENCEDIDO" (TRNT/ON) SE ESTABLECERA DURANTE LOS PASEOS O RECORRIDOS AL AIRE LIBRE.

OTRAS FUNCIONES ESPECIALES

Aquí encontrará otras funciones frecuentemente utilizadas, disponibles en su Newton.

FUNCION ESPECIAL #1: "AUTOMATICO EN COLINAS O CUESTAS"

Usted está montando bicicleta a lo largo de un camino plano, pero ve una colina empinada hacia adelante. Una vez que empieza a subir usted querrá saber: Que tan difícil es la cuesta? Su Newton podrá indicárselo AUTOMÁTICAMENTE.

Cada vez que suba una cuesta de colina asciende más del 2%, la ventana superior de la pantalla principal, alternará de forma automática la velocidad entre de su bicicleta y la cuesta de colina.

Una vez que la cuesta de la colina desciende por debajo de 2%, la función de Auto en Colinas, se cancelará.

NOTA: POR DEFECTO EL AUTOMATICO "SE APAGARA". MANTENGA PRESIONADA LA FLECHA HACIA ABAJO POR DOS SEGUNDOS PARA ACCIONAR EL AUTOMATICO EN COLINA ("HILL AUTO")

FUNCION ESPECIAL #2: "CONTADOR DE VUELTAS"

La pantalla del Newton mostrará la información sobre cada recorrido del Newton, mientras que simultáneamente almacenará toda la información del recorrido en la memoria. Pero si esta corriendo en un camino o entrenando en una carretera, donde realice múltiples vueltas, usted probablemente querrá comparar su desarrollo de vuelta en vuelta.

El Newton tiene un contador de vueltas que le permite ver la información importante sobre el estado de las ultimas vueltas (numero de vueltas, promedio de velocidad, promedio de vatios, y hora de la vuelta) mientras que marcará esas vueltas en su archivo de recorridos para su análisis posterior.

Cada vez que presione la flecha izquierda durante dos segundos, sucederán cuatro cosas:

- 1) La vuelta anterior termina y la pantalla parpadea el número de vuelta que acaba de terminar
- 2) Las Estadísticas de la vuelta anterior aparecerá parpadeando en la pantalla durante unos 10 segundos (velocidad media, vatios promedio, tiempo de vuelta)
- 3) Se inicia una nueva vuelta y las estadísticas se recogen en los historiales de la nueva vuelta.
- 4) Su Newton regresará automáticamente a la pantalla inicial

El contador de vueltas o cronometro se reiniciará automáticamente en la 1era vuelta cada vez que seleccione "Reiniciar Recorrido". Así que, si estás de corriendo en bicicleta, realice un Reinicio de Viaje, mientras espera en la línea de salida o inicio, su primera vuelta iniciará grabación vuelta uno.

Cuando haya terminado su recorrido puede descargarlo, a continuación, realice un reinicio de recorrido para reiniciar el Cronómetro.

FUNCION ESPECIAL #3 "PRUEBA CRONOMETRADA CON INTERVALO DE ENTRENAMIENTOS "

Suponga que está realizando una Prueba Cronometrada; el tiempo de prueba puede ser pensado como un intervalo enorme. El Newton le permite administrar su tiempo de prueba para que pueda ver el promedio de vatios, vatios reales, y el tiempo transcurrido, todo en la misma pantalla.

Aquí le indicamos cómo:

- 1: Pulse y mantenga pulsado la flecha hacia la derecha para entrar TREN FIT.



Use la flecha izquierda / derecha para seleccionar "USUARIO" ("USER"):



2. Para Iniciar el Intervalo del primer usuario, pulse el botón central o simplemente empezar a pedalear, cuando se comience a mover el Intervalo de Usuario se iniciará automáticamente.
3. Verás el promedio de Vatios promedio en la pantalla, los vatios reales en la pantalla central, y el tiempo transcurrido en la pantalla inferior.

NOTA: En la ventana superior el dígito menos significativo del número promedio de vatios será suscrito. POR EJEMPLO, UN PROMEDIO DE POTENCIA DE UN VATIAJE DE 198W SE VERA EN LA PANTALLA SUPERIOR 19₈

4. Para finalizar un intervalo, pulse el botón central. El intervalo de Usuario antes se detendrá y un nuevo Intervalo de Usuario se iniciará inmediatamente.
5. Durante cualquier Intervalo de Usuario puede pausar el intervalo pulsando flecha izquierda.
Para reanudar el intervalo, pulse la flecha a la izquierda de nuevo.
6. En cualquier momento, puede revisar los resultados de todos los intervalos del usuario anterior, pulse en la flecha hacia arriba. Verá el número de intervalo en la pantalla superior, vatios promedio para el intervalo en la pantalla central, y el tiempo transcurrido para el intervalo en la pantalla inferior.
7. Para salir del intervalo de usuario, presione la flecha derecha. Aparecerá el mensaje " Finalizar Entrenamiento" ("Tren End"):



FUNCION ESPECIAL #4

Su Newton está equipado con entrenamientos pre-programado que están vinculados a su puntuación de Entrenamientos. Hay tres tipos de entrenamientos pre-programados: quema grasa, cardio y fuerza. Puede seleccionar cualquiera de estos diferentes ejercicios para ayudarle a mejorar su entrenamiento en bicicleta, de forma rápida y eficiente. Además, la intensidad del entrenamiento es controlado por su puntaje de resistencia, por lo que no funciona demasiado duro o demasiado suave.

He aquí un resumen de cómo utilizar el Newton para entrenamientos de Entrenamiento:

- 1) Realice la prueba de Entrenamiento
- 2) Decidir qué tipo de entrenamiento que usted quiere hacer. La quema de grasa, cardio y fuerza.
- 3) Presione la flecha derecha. Entrará "EJERCICIOS DE ENTRENAMIENTO"("TRAIN FIT").
- 4) Utilice la flecha izquierda o derecha para seleccionar el tipo de entrenamiento que usted desea.
- 5) Para el entrenamiento que ha seleccionado, puede elegir entre tres niveles de dificultad: 0, 1, (a veces 2 2 es la más difícil y está disponible sólo con un poco de entrenamiento). Utilice las flechas arriba / abajo para seleccionar la intensidad del entrenamiento.
- 6) Cuando esté listo para hacer ejercicio, pulse el botón central. Verá sus el objetivo de vatios pantalla superior, los vatios reales y el número de intervalos que quedan en el centro de la ventana, y el tiempo restante para el intervalo en la ventana inferior.
- 7) Por cada intervalo que termina, el contador de intervalos disminuirá en uno y aparecerán los vatios de destino y el tiempo para el intervalo siguiente. Continuar con el entrenamiento hasta que la sesión ha terminado.
- 8) Para salir de la rutina de intervalos, presione la flecha derecha.

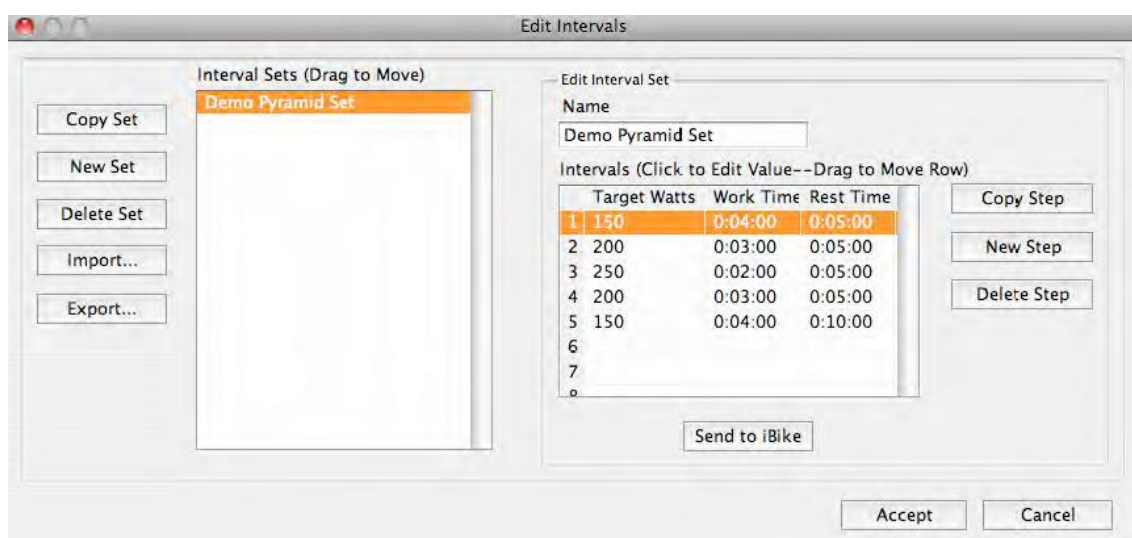
FUNCION ESPECIAL #5 "INTERVALOS PROGRAMADOS DE ENTRENAMIENTOS DEL USUARIO"

No sólo es posible utilizar el Newton con los ejercicios Entrenamientos pre-programados, descritos en la Función Especial #3, también es posible crear el su propio grupo de intervalos.

Cómo crear un intervalo personalizado

Los programas de Intervalo, son creados en el Isaac. Consulte las instrucciones del Programa Isaac para aprender a crear grupos de intervalos.

Aquí tiene ejemplo de un conjunto de intervalos, creado en el Programa de Isaac. En este ejemplo hay cinco intervalos: el primer intervalo es de 150W durante 4 minutos, seguido de 5 minutos de reposo, seguido de un segundo intervalo de 200 vatios durante 3 minutos, a partir de entonces con un descanso de 5 minutos, y un tercer intervalo de 250W durante 2 minutos, seguido de un período de descanso de 5 minutos, un cuarto intervalo de 200 vatios durante 3 minutos con un descanso de 5 minutos, y un intervalo final 150 vatios durante 4 minutos con un final de 10 minutos de descanso/ enfriamiento.



Cargando un grupo de intervalo personalizado en su Newton

Una vez que haya creado su grupo intervalo personalizado, simplemente pulse "Enviar a iBike", situado en la ventana de edición Intervalos. Su conjunto intervalo será transferido a su Newton.

NOTA: EL ENTRENADOR PUEDE CREARLE UN GRUPO DE INTERVALOS CON COPIA DEL PROGRAM DE ISAAC. LE ENVIARA SU ARCHIVO DE GRUPO DE INTERVALOS, EL CUAL ADJUNTARA IMPORTARA EN SU PANTALLA DE INTERVALOS VERIFICADOS CON EL BOTON "ADJUNTAR" ("IMPORT"). DESPUES DE ADJUNTAR EL GRUPO RESALTELO PARA SELECCIONARLO, LUEGO PULSE EL BOTON "ENVIAR AL NEWTON"

Selección y uso del intervalo de entrenamiento personalizado en su Newton

Una vez que haya subido su entrenamiento personalizado, tendrá que indicar a su Newton que desea llevar a cabo el entrenamiento personalizado (en lugar de la sesión de ejercicios pre-programados).

Esto es muy fácil de hacer:

- 1) Presione la flecha hacia la derecha para entrar EJERCICIOS DE ENTRENAMIENTO
- 2) Con la flecha izquierda / derecha, seleccione IB3 (software iBike).
- 3) Para iniciar la sesión, pulse en el botón central.
- 4) Para finalizar el entrenamiento, presiones la flecha derecha.

NOTA: INTERVALO DE PAUSA

Está en el medio de la sesión de entrenamiento por intervalos y tiene que parar debido a un semáforo. ¿Qué hacer? Pulse el botón central (por supuesto). El cronometro de intervalos de pausa. Cuando esté listo para reanudar el entrenamiento a intervalos, pulse el botón central. Su entrenamiento de intervalos continúa en el punto en que lo dejó.

NOTA: ESTABLECIENDO LOS INTERVALOS

Puede repetir series de intervalos tantas veces como quiera (o su cuerpo le permita). ¿Cómo? Al final de su primera sesión pulse el botón central (¿qué otra cosa?) Y manténgalo presionado durante 3 segundos. La palabra "Seleccionar" "Set" parpadeará en la pantalla central, y la palabra "no:" y un número parpadeará en la pantalla inferior. Por ejemplo, el segundo grupo "GRUPO NO: 2". Por supuesto, el grupo se incrementará cada vez que haga un nuevo conjunto.

NOTA: USO DE LOS INTERVALOS DE ENTRENAMIENTO CON SU ENTRENADOR INTERVALO BIKE

Su entrenador bicicleta puede crear y enviarle por correo electrónico, los archivos de Intervalos Entrenamiento de su Newton. Su Programa análisis de recorridos del Isaac se utiliza para subir los Intervalos de Entrenamiento en su Newton. Y, después de haber descargado los datos del recorrido a su PC / Mac, puede enviar a su entrenador los datos del recorrido actual de su sesión desde Intervalos de Entrenamiento. Estos datos incluirán cuesta de la colina, velocidad del viento, la altitud ganada, y la temperatura, además de hora habitual / distancia / velocidad de datos. Para conocer más detalles ver verificar instrucciones de recorrido del Isaac.

Asegúrese de decirle a su entrenador que el Ride Isaac software de análisis es gratuito y está disponible en nuestro sitio web www.Nsports.com/downloads/html.

Este software puede ser utilizado tanto para ver sus archivos de recorrido y crear Intervalos.

SOLUCIÓN DE PROBLEMAS

Problema: La pantalla del Newton está en blanco incluso cuando pulso los botones

Posibles causas:

- 1) La pila Newton está muerta. Recargue la batería
- 5) Una actualización de programa ha sido interrumpida durante la carga y se ha "bloqueado" el Newton. Contacte con nosotros en Technicalsupport@velocomp.com para diagnosticarle sobre esta incidencia.

Problema: La pantalla de Newton no muestra la velocidad en bicicleta

Posibles causas:

- 1) El imán del radio no está colocado adecuadamente. El imán del radio debe pasar por el agujero vertical del sensor, no más de 1-2 anchuras de vueltas desde el sensor.
- 2) La batería del sensor inalámbrico de velocidad está muerta o no está instalada. Vuelva a colocar la batería en el sensor.
- 3) El sensor está defectuoso. Para obtener ayuda envíe un correo electrónico o llame iBike
- 4) La Circunferencia del Neumático se ha ajustado a cero en la pantalla de configuración. Establezca circunferencia del neumático correctamente.

Problema: Las lecturas de energía parecen estar "apagado" para todo el viaje

Posibles causas:

- 1) La Información básica no se ha especificado. Para corregirlo vea las instrucciones para corregir.
- 2) La Calibración del Recorrido no se realizó.
- 3) El manillar del anclaje del Newton gira en el manillar. Apriete el anclaje: consulte las instrucciones para corregir, y luego vuelva a calibrarlo. Asegúrese de utilizar las dos caras pegadizas!
- 4) El Sensor de viento ha impedido el acceso a la eólica (manos, cables, etc.) Vea las instrucciones para corregir.
- 5) La Cuesta Abajo se hace incorrectamente. Ir a la secuencia de USUARIO y realizar el procedimiento "EST AERO"

Problema: Las lecturas de energía parecen estar "apagadas" en los cinco primeros, luego se convierten en "normal"

Posibles causas:

- 1) La Calibración de inclinación no se realizó. Vea las instrucciones para corregir.
- 2) El Recorrido de Calibración no se realizó. Vea las instrucciones para corregir

Problema: Obtengo lecturas de vatios muy bajos o en valor.

Posibles causas:

- 1) El sensor de ritmo ha sido golpeado lejos del imán de ritmo. Cuando esto sucede, los vatios son forzados a quedar en cero. Asegúrese de que el imán de ritmo pasa dentro de dos caudales de espesor del sensor de ritmo
- 2) EL PASEO DE CALIBRACION no se ha hecho. Realice un recorrido de Calibración.
- 3) Los Coeficientes de resistencia se han puesto a cero. Puede comprobarlo pulsando la flecha hacia la izquierda 6 veces para leer el coeficiente aerodinámico. Pulse de nuevo para leer el coeficiente de fricción. Si aun está en cero, realice un nuevo EST CDA.
- 4) La Circunferencia del neumático ha sido accidentalmente a cero. Para comprobarlo, vaya a Configuración / neumático Circ (circunferencia de la rueda). Si es cero, ajuste al valor correcto.

Problema: La unidad se bloquea y (vistas de pantalla números pero los botones no funcionan)

Para corregir esta situación, realice un "Reinicio Forzado" presionando los botones Superior, inferior, izquierdo, derecho, y del centro al mismo tiempo. Suelte los botones cuando la pantalla se queda en blanco.

Problema: No puedo descargar los datos al ordenador y / o cargar datos a mi Newton

Posibles causas:

- 1) Newton está paralizado (no se ve nada en la pantalla). Pulse en el botón central para encender la unidad y hacer que la pantalla sea visible.
- 2) El cable USB no está conectado al ordenador.
- 4) Isaac software y / o los controladores USB se instalan incorrectamente. Para Asistencia contacte a Servicio Técnico.

ANEXO 1

NP, TSS, Y SI: ¿QUÉ SON Y CÓMO PUEDO BENEFICIARME DE ELLOS?

El Newton incluye medidores de Potencia Normalizada (NP), Medidor de Esfuerzo en Entrenamiento (TSS), y Factor de Intensidad (IF). Si es experimentado en Entrenamientos de fuerza, se dará cuenta de lo importante que puede ser esta información, y lo extraordinario que será que el Newton pueda mostrarle esta información en el camino.

TSS, IF, y NP fueron desarrollados por el conocido fisiólogo Dr. Andrew R.Coggan. Estas tres medidas utilizan los datos "brutos" de energía a partir de su Newton, junto con sofisticadas fórmulas matemáticas, para proporcionar información más detallada acerca de la intensidad y la calidad de sus entrenamientos. Si usted nunca ha oído hablar de estos tres factores útiles, entonces siga leyendo para averiguar lo que son y como pueden ayudarle a obtener el máximo provecho de sus entrenamientos y la mejora de sus objetivos de entrenamiento.

Primeros pasos: Determinación del Medidor del Límite de Esfuerzo (FTP)

Antes de que pueda obtener las medidas del TSS, IF y NP es necesario tener una "línea de base" que caracterice a su nivel actual de entrenamiento. Este punto de referencia se denomina "Medida de Limite de Esfuerzo o", o FTP.

Una forma de determinar su FTP es hacer una Prueba Cronometrada; el promedio de los vatios obtenidos por ese período de tiempos es el FTP. Otra forma de determinar su FTP es mediante la Prueba Física de 20 minutos de Newton. Esta prueba física es similar a una Prueba Cronometrada, pero de menos tiempo. Para determinar el FTP de la Prueba física de Newton, siga los valores de los vatios/kilogramo que aparecen en la pantalla en su "prueba de entrenamiento", multiplique ese número por el peso (en kilogramos), luego multiplique ese número por 0,95. Por ejemplo, si las medida de su VW / KG es 3,02 y su peso es de 81kg, entonces su FTP estimado es de $3.02 * 81 * 0.95 = 233W$.

Una vez que haya determinado el valor de su FTP por cualquier método, debe introducir ese valor en el Newton. Vaya a Configuración / CFG FTP (Configuración FTP). Pulse el botón central, luego use las flechas para introducir el FTP en vatios. Pulse el botón central para aceptar.

Si usted está entrenando regularmente usted querrá comprobar su FTP al menos una vez al mes.

Potencia Normalizada (NP)

¿Ha participado alguna vez en un recorrido en grupo donde los vatios no son constantes?

Los Paseos en grupo pueden ser muy difíciles, pero después puede que sospeche que el consumo de tus vatios promedio no refleja con exactitud la dificultad real del viaje. La disparidad entre la medida y esfuerzo percibido se debe a la inercia, ir cuesta arriba, frenadas y suave pedaleo. De hecho, el consumo de sus vatios de potencia será menor que lo que sugiere el esfuerzo requerido. Aquí es donde la Potencia normalizada (NP) entra en juego

(NP) toma sus datos de energía “crudos” y les da el número de potencia de medición (reportado en vatios) que mejor representa el impuesto a su cuerpo durante el viaje, especialmente cuando usted está variando su potencia considerablemente de un momento a otro. Por ejemplo, en un criterio, el número NP será mucho mayor que la potencia media porque la medición NP hace un mejor trabajo de conteo para los efectos de la inercia y el poder de sobretensiones. El número NP será el más representativo de su esfuerzo para el paseo.

En eventos como una contrarreloj o en las subidas donde la potencia se mantiene muy estable, (NP) y la potencia media será muy cerca unos de otros porque se pedalea casi todo el tiempo.

USANDO FACTOR DE INTENSIDAD (IF) PARA MEDIR LA DIFICULTAD DE LOS EJERCICIOS

Si hace ejercicios en bicicleta regularmente sabrá que algunos de sus entrenamientos son más intensos que otros. La potencia media y NP por sí sola no va a cuantificar la intensidad de su entrenamiento, ya que la intensidad de un ejercicio no se basa en la potencia de salida solamente, sino también el tiempo de duración de su entrenamiento y lo duro que trabaja en cada momento de su entrenamiento.

La Potencia Normalizada (NP) y el medidor del límite de potencia (FTP) se puede utilizar para cuantificar la intensidad global de cada uno de sus entrenamientos. El Factor de Intensidad (IF) es muy sencillo de calcular: dividir el NP por su FTP. El número IF representa la intensidad de su entrenamiento en comparación con el esfuerzo que usa en una hora de la prueba cronometrada. Por lo tanto, un (IF) de 1,0 representa un esfuerzo contrarreloj que en teoría sólo puede ser mantenido durante una hora

Una de las grandes ventajas de una medida (IF) es que puede gestionar su Programa de entrenamiento para asegurarse de que está entrenando duro, pero no entrenar demasiado duro.

Aquí algunos de los valores de SI y el tipo de paseos que representen:

- Menos de 0.75 - paseos de recuperación
- 0.75-0.85 – Entrenamientos de paseo (ritmo de resistencia)
- 0.85-0.95 – Tiempo de recorrido, aeróbicos y anaeróbicos Ejercicios de Intervalo (trabajo y Períodos de descanso más largos, combinados) (> 2,5 h) carreras por carretera.
- 0.95-1.05 – Intervalos del Umbral de Lactato (Solo en periodo de entrenamiento) más corto (<2,5 h) carreras en ruta, criterios, carreras de circuito, más largos (por ejemplo, 40 km) Entrenamiento Cronometrado (Time Trial TTs)
- 1.05-1.15 - más cortos (por ejemplo, 15 km) TTs, 10 minutos subida de la colina
- Más de 1,15 - prólogo TT, persecución en pista, 5 minutos subida de la colina

Una forma más de evaluar sus entrenamientos: Medidor de Esfuerzo en Entrenamiento.

Ahora sabemos cual es la verdadera carga potencial de nuestro cuerpo (NP), y la intensidad de cada entrenamiento es (IF) en comparación con una Prueba o Entrenamiento Cronometrado con un tiempo de referencia de una hora, pero todavía hay una cosa más en que pensar. Por ejemplo, ¿qué es el estrés comparativo sobre el cuerpo en un recorrido con 50% de nuestro FTP durante dos horas, en comparación con un esfuerzo de un 100% de FTP por una hora? Un simple número llamado Nivel Medidas Esfuerzo en Entrenamiento (TSS) que le permite cuantificar y comparar diferentes entrenamientos, incluso cuando son considerablemente diferentes en el tiempo, La longitud y la intensidad de potencia.

El TSS está diseñado para darle un valor numérico para cada recorrido, que le indicará cuánta carga de potencia le ha aplicado a su cuerpo durante ese día de recorrido. Un TSS de 100 es igual a una hora en un IF de 1,0. Por lo tanto, si fuera a dar un paseo de cuatro horas bastante fácil, y acumuló 200 puntos de TSS, es la misma carga potencial que si estuviera haciendo 2 horas de un recorrido cronometrado.

Es importante destacar, que el TSS también cuantifica que tan cansado puede llegar a estar después de un entrenamiento y cuanto puede ser la duración de la fatiga residual.

- Menos de 150 - bajo (indica una recuperación completa generalmente el día siguiente)
- 150-300 - medio (indica algo de fatiga residual puede estar presente al día siguiente, que desaparece al día 2)
- 300-450 - alto (algo de fatiga residual puede estar presente incluso después de 2 días)
- Mayor que 450 - muy alta (fatiga residual que probablemente dure varios días)

Dónde encontrar los factores TSS, IF y NP en la pantalla Newton

Después de cada recorrido podrás encontrar el TSS, IF y las medidas de NP en las pantallas totales (flecha izquierda). Pulse la flecha hacia la izquierda para encontrar su puntuación.

Cada vez que realice un reinicio de desconexión (pulse y mantenga pulsado el botón central y, a continuación, pulse para confirmar) estas tres medidas lo restablecerán a cero.

Summary

Al observar las mediciones de su TSS, IF y NP después de cada recorrido, puede realizar un seguimiento de sus entrenamientos sobre la base de los datos de su propio número de FTP personal. Además, estos tres parámetros se pueden utilizar para diagnosticar entrenamientos e incluso prescribir días de descanso.

Si usted normalmente puede realizar un recorrido de dos horas con un Factor de Intensidad (IF) de 0.9, y ha tenido un fuerte entrenamiento, puede recuperarse con un par de recorridos suaves (con un IF debajo de 0,7). Con esta información puede hacer que sus datos de potencia en el Newton sean aún más personalizados para usted, y le ayuden a maximizar la efectividad de su entrenamiento.

Para más detalle del NP, IF , y Soporte Técnico, consulte el artículo Training Peaks en:

<http://home.trainingpeaks.com/articles/cycling/normalized-power-intensity-factortraining-estrés score.aspx>

TTS tm Es una marca registrada de Peakware, LLC

Training Stress Score es una marca registrada de Peakware, LLC

IF tm Es una marca registrada de Peakware, LLC

Intensity Factor es una marca registrada de Peakware, LLC

NP tm Es una marca registrada de Peakware, LLC

Normalized Power es una marca registrada de Peakware, LLC

ANEXO 2: PREGUNTAS FRECUENTES (FAQ'S)

DONDE ENCUENTRO EL NUMERO DE SERIE DE MI NEWTON?

El número de serie del Newton está almacenado en la memoria interna de su Newton. Puede descargarlo usando el Programa de Newton. Consulte el manual del Programa de Newton para descargar las instrucciones del número de serie.

¿CÓMO FUNCIONA EL NEWTON POWER® MEDIDOR DE TRABAJO?

El medidor de potencia iBike Newton usa un enfoque revolucionario para la medición de la potencia que se basa en la tercera ley de Newton:

"Por cada acción hay una reacción igual y opuesta"

En términos ciclistas, esto significa que los factores que causan que el ciclista gaste energía durante un paseo en bicicleta (escalando una colina; a contra-viento; con desgastes de ruedas, cojinetes y otros; en aceleración de la bicicleta) son igualados por la potencia aplicada a través de los pedales por el ciclista.

Con la excepción del Newton, todos los otros medidores de fuerza de alto rendimiento determinan la energía mediante el cálculo de las fuerzas aplicadas por el conductor sobre el pedal. El cálculo directo aplicado con la fuerza ejercida sobre el pedal, es una forma precisa para obtener energía o potencia, siempre y cuando el ciclista esté dispuesto a aceptar el peso, el coste, la instalación, la inflexibilidad y las sanciones operacionales que son característicos de un medidor de potencia de fuerza directa (DFPM).

En contraste radical, el Newton utiliza el estado de la técnica de sensores, junto con las nuevas tecnologías y patentado, para medir las fuerzas opuestas que hacen que el ciclista que gaste energía: en recorrido a contra-viento, en subidas de cuestas o colinas, en la aceleración bicicleta, y con la fricción de los cojinetes y los ruedas de la bicicleta.

Un potente microprocesador, programado con filtros DSP y soluciones en tiempo real a la ecuación dinámica de energía, procesa la salida de los sensores de Newton muchas veces por segundo, el calculando la potencia total de las demandas creadas por las subidas en cuesta de la colina, el viento, etc, y gracias a Newton la tercera ley, la medición de la potencia consumida por la escalada, la superación de la resistencia al viento, etc proporciona una medición completa y precisa de la potencia generada por el ciclista.

El Newton utiliza cuatro sensores:

- o Un acelerómetro para medir la cuesta de colina y las fuerzas de aceleración / deceleración de la bicicleta.
- o Un sensor de presión diferencial para medir la fuerza de la velocidad del viento.
- o Un sensor de presión absoluta para medir la ganancia de elevación, y
- o Un medidor de la rueda velocidad de la bicicleta.

Todos los sensores, excepto el medidor de la velocidad de la están situados dentro de la carcasa del Newton, por lo que es posible utilizar el Newton, rápida y fácilmente, con todas las bicicletas.

¿CÓMO SE CALCULA LA INCLINACION DE LAS COLINAS?

Cuando se sube una colina el movimiento de tu bicicleta tiene dos componentes: la distancia total recorrida hacia adelante en el camino, y la distancia vertical recorrida por la colina. La "Cuesta de Colina " es la relación de movimiento vertical con el movimiento hacia adelante, expresado como un porcentaje.

Ejemplo: Usted viaja 1000 pies hacia adelante y sube 100 pies verticalmente. Su inclinación de colina $100/1000 \times 100\% = 10\%$

El acelerómetro en la cuesta de la colina Newton mide instantáneamente, mucho más rápido y con mayor precisión que el GPS o los métodos de presión barométrica.

¿QUE TAN PRECISA ES LA MEDICION DE LA CUESTA DE COLINA?

Su Newton utiliza un acelerómetro que mide la cuesta de la colina y la aceleración bicicleta al mismo tiempo. Cuando la bicicleta está en reposo o utiliza la bicicleta a una velocidad constante (en ambos casos no hay aceleración) la pendiente de la colina se muestra en la pantalla es muy precisa (dentro del 0,1% de la pendiente actual). Cuando se están acelerando en su bicicleta (ir más rápido, navegando en una pendiente, o frenado) los valores de cuesta de la colina pueden saltar un poco, porque el acelerómetro no sólo detecta la cuesta de la colina, también la aceleración bicicleta. En esta circunstancia, la cuesta de la colina en la pantalla será mostrará un valor aproximadamente (generalmente dentro de 1% de la subida real). Sin embargo, observamos que los vatios se calculan con ALTA PRECISIÓN EN ESTAS CONDICIONES DE CONDUCCIÓN, *incluyendo aquellos en los que la cuesta de la colina se muestra "Apagado" ("off")*.

¿CUÁL ES LA RELACIÓN ENTRE LOS COEFICIENTES DE RESISTENCIA AERODINAMICA Y DE FRICCIÓN, LAS MEDIDAS DEL NEWTON y CDA y Crr?

El Newton mide coeficientes de resistencia aerodinámica y de fricción en la calibración de las cuestas abajo. Los números medidos y reportados en las pantallas de Newton ("aero" y "fricción") están relacionadas, pero no la misma que, CdA y Crr. El valor de "aero" puede variar de 0,2 a 1,5, dependiendo de la ubicación de la Newton en el manillar. El valor de la fricción puede variar desde 5,00 hasta 25,00, dependiendo del peso del ciclista.

NOTA: El programa de Isaac le informará los coeficientes de resistencia en formato CdA y Crr. Para obtener estos datos de su Newton, tendrás que hacer el recorrido de calibración múltiple de cuesta-arriba/ abajo (coast-down/calibration), que se describe en estas instrucciones. Asimismo, consulte las instrucciones del programa de Newton para más detalles.

¿CUÁLES SON LOS VALORES TÍPICOS DE CDA Y CRR?

El CdA (Coeficiente de Resistencia Aerodinámica) depende principalmente de la posición de conducción, altura y peso del ciclista. Cuanto menor sea el CdA, menos esfuerzo que se requiere para superar el contra-viento.

Los resultados del Entrenamiento o prueba cronometrada, resultan de los valores inferiores del CDA: los valores entre 0,22 y 0,28 son típicos. El valor específico dependerá mucho de los detalles del tipo de bicicleta, la posición y peso del ciclista

La posición "bajadas" no es tan eficiente aerodinámicamente. Los valores comprendidos entre 0,32 y 0,38 son típicos.

La posición "campana" posición (manos prensiles las manetas de freno) es la posición más común del ciclista. Los valores de CDA de 0,34 a 0,43 son normales.

El CdA de un ciclista en una posición cómoda en bicicleta comodidad puede ser 0.45 o superior.

Crr (Coeficiente de Resistencia del Rodamiento) mide la cantidad de la fricción opuesta causada por la superficie de la carretera, tipo de rueda, y la fricción del cojinete. Un valor bajo de Crr significa baja resistencia a la rodamientos.

En una superficie muy lisa, tal como las que se encuentran en una pista interior, el Crr puede ser 0,003. Las Carreteras de asfalto tienen una Crr común de 0,0055, y en caminos de tierra pueden tener valores Crr de 0,008 o más.

Los valores de CdA y Crr se pueden medir por el procedimiento de Cuesta Abajo, o se pueden determinar con precisión como parte de la secuencia de inicio rápido.

¿QUÉ SIGNIFICA "CONTRA-VIENTO?"

La velocidad del viento en contra que se muestra en el Newton, es la magnitud total de viento soplando directamente en la cara mientras pedalea. Algunos ejemplos de hacer esto fácil de entender:

- Utiliza la bicicleta a 15 mph directamente en un viento de frente mph 12. El Newton leerá viento en contra 27 mph.
- Usted va 18 mph y hay un viento cruzado de 10 mph. El Newton mostrará 18 mph como el viento en contra (recuerde que usted está montando perpendicular a la dirección del viento.)
- Usted va 20 mph y hay un viento de cola de 10 mph. Su Newton lee 10 mph con el viento en contra (se sabe que está realizando un paseo al aire libre recibiendo un poco con la madre naturaleza!)

NOTA: CON "ABS WIND / YES" (" ABS WIND/ SI) EN SU NEWTON OBTENDRA LA VELOCIDAD REAL DEL VIENTO.

¿BAJO QUE CONDICIONES EL NEWTON PUEDE SER MENOS PRECISO?

Hay dos situaciones extremas de conducción en las que es difícil que el Newton realice las medidas de los vatios con mayor precisión:

- 1) Curvas cerradas tales como giros de horquilla. En curvas cerradas cuando el manillar indica que la medida de los vatios puede leerse baja. Tan pronto como termine la sesión las medidas de los vatios volverán a la máxima precisión.
- 2) Cuando se pedalea a toda velocidad en posición encorvada. Mientras que pedalear en las bajadas, con cualquier variación menor en posición de viaje, desde su posición normal de circulación (en posición encorvada para alcanzar más velocidad), o cualquier error en la medida de su coeficiente de arrastre, puede causar una lectura falsa de vatios. La razón es simple: la resistencia del viento varía con el cubo de la velocidad, las velocidades tan altas "amplifican" enormemente los errores de vatios causado por los cambios de posición del recorrido. Como en la práctica, la mayoría de los ciclistas no pedalean en bajadas (con un bajo uso de la energía del ciclista) y cuando no pedalea, cualquier Newton con un ritmo de anclaje reportará cero vatios.

¿QUE PUEDO HACER PARA OBTENER LOS RESULTADOS MÁS PRECISOS DE MI NEWTON?

Su Newton funciona muy bien cuando está bien calibrado:

1) Realice la secuencia de inicio rápido y el Recorrido de Calibración. Para obtener el máximo nivel de precisión, es posible realizar múltiples Cuestas Abajo después de completar el Recorrido de Calibración. Asegúrese de utilizar el software de Newton para analizar los datos su Recorrido de Calibración / Cuesta Abajo.

2) Si no pedalea en cuesta abajo, el sensor de ritmo forzará a cero vatios cada vez que detecte el ritmo en cero.

¿CÓMO FUNCIONA EL MEDIDOR DE TEMPERATURA DEL NEWTON?

El Newton mide la temperatura en el curso que lleva el viento. Si ha estado a montando en bicicleta y el aire se mueve alrededor de su Newton, la temperatura será parecida a la temperatura exterior. Sin embargo, si el Newton se ha estado expuesto al sol caliente, sin flujo de aire sobre el, la pantalla puede mostrar una temperatura significativamente superior.

NOTA: SI SU NEWTON ES COLOR NEGRO, TENDRÁ A MARCAR UN INFORME DE TEMPERATURA EXCESIVA SOBRE 10F -, SOBRE TODO EN DÍAS SOLEADOS

ME HE COMPRADO UNA CLAVE DE PROGRAMA PARA MI NEWTON. ¿QUÉ PASA DESPUÉS?

Todas las claves del programa están personalizadas con el número de serie de su Newton, hasta que tengamos su número de serie correcto, no podemos crear las actualizaciones personalizadas del programa para su Newton. Una vez nos envíe su número de serie, le enviaremos por correo su clave del Programa.

¿QUÉ ES EL "TOTAL VERTICAL ELEVADO"?

Cada vez que se sube, el Newton acumulará la cantidad de ganancia de altitud.

Ejemplo: Se sube por una colina de 100 pies, para luego descender 50 metros cuesta abajo, y luego poco a poco subir otros 25 metros, y luego montar de nuevo a su punto de partida, descendiendo 75 pies a lo largo del camino. El Newton mostrará su total vertical como $100 + 25 = 125$ pies.

HACE "REINICIO DE RECORRIDO" CONFIGURAR A CERO, CALIBRACION Y DATOS DE ANTERIORES DE RECORRIDO?

¡No! Su cronometro total, calibraciones de inclinación y cuesta abajo, identificadores inalámbricos e información de perfil no se ven afectados por el reinicio de desconexión. Además, todos los archivos grabados de recorridos anteriores no se ven afectados.

NEWTON ES EL ADECUADO PARA PASEOS CON LLUVIA?

¡Sí! Su Newton fue diseñado con resistencia al agua, así que no se preocupe si usted se moja. Si el puerto frontal se llena de agua las lecturas de energía podrán ser equivocadas. Para corregir este problema, quite el Newton, sopla el agua fuera del puerto frontal, y seque el montaje y la parte inferior del Newton con un paño seco. Vuelva a colocar y seguir en el recorrido.

NOTA: SI A MENUDO UTILIZA LA BICICLETA EN CONDICIONES DE LLUVIA, CONSIDERE COMPRAR UN SENSOR DE VIENTO REMOTO OPCIONAL (RWS). MANTENDRÁ LA LLUVIA DE RWS OBTENIENDOLO DESDE EL PUERTO DE VIENTO DEL NEWTON Y MEJORARA LA PRECISION DE LOS VATIOS DURANTE LOS RECORRIDOS LLUVIOSOS.

¿COMO PUEDEO REALIZAR UN REINICIO FORZADO EN MI NEWTON?

Su Newton contiene un microprocesador. Es posible, aunque muy improbable, de que "el equipo Newton pueda experimentar una" congelación " por mal funcionamiento. Los síntomas de la congelación son: los botones no funcionan correctamente, la pantalla se congela, no se puede descargar recorridos. En este caso poco probable realice un "Reinicio Forzado" para corregir el problema. Para hacer un "Reinicio Forzado", presione el botón izquierdo, derecho, y botones del centro al mismo tiempo. La pantalla quedará en blanco. Suelte los botones para reiniciar.

AVISO: DESPUES DE HACER UN REESTABLECIMIENTO COMPLETO, NECESITARA REINICIAR LA FECHA Y HORA EN SU NEWTON. SIN EMBARGO, NO SE NECESITA PARA VOLVER A ENTRAR EL PESO, CIRCUNFERENCIA DE LA RUEDA Y LOS DATOS DE CALIBRACION. LOS DATOS QUE SE GUARDAN EN LA MEMORIA PERMANENTEMENTE Y EL NEWTON NO POSEE UNA MEMORIA VOLVATIL. ADEMÁS, TODOS SUS ARCHIVOS DE RECORRIDO PERMANECERÁN ALMACENADO DESPUES DEL REINICIO DEL NEWTON.

OTRAS PREGUNTAS?

Por favor, contáctenos en cualquier momento con las preguntas requeridas:

technicalsupport@velocomp.com