



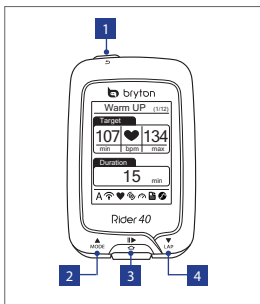
Rider
40

Quick Start Guide

Rider 40

Rider 40 has four keys that are used for multiple functions.

Key Functions



1 POWER/BACK (⏮/⏭)

- Press to return to the previous page or cancel an operation.
- Press and hold to turn the device on/off.

2 MODE/UP (▲)

- In meter view, press to switch meter screen page.
- In Menu, press to move up to scroll through menu options. Press and hold to fast scroll up through menu options.
- In altitude view, press and hold to see altitude whole view.

3 ENTER/RECORD (⏵/||▶)

- In Menu, press to enter or confirm a selection.
- In free cycling, press to start recording. Press it again to stop recording.

4 LAP/DOWN (▼)

- In Menu, press to move down to scroll through menu options. Press and hold to fast scroll down through menu options.
- When riding and recording, press to mark the lap.
- In Meter mode, press and hold to enter Shortcut page.

Accessories

The Rider 40 comes with the following accessories:


- mini USB cable
- Bike mount

Optional items:




- Heart rate belt
- Speed sensor
- Cadence sensor
- Combo sensor

Getting Started

Turn On/Off

Press and hold  to turn Rider 40 on or off.

Reset

To reset Rider 40, press and hold all three keys (, , ) at the same time.

Initial Setup

When turning Rider 40 on for the first time, the setup wizard appears on screen. Follow the instructions to complete setup.

1. Select the display language.
2. Select the daylight saving time.
3. Select the unit of measurement.
4. Enter your "user profile".

The "user profile" includes the following data settings:

- Gender
- Age
- Height
- Weight
- Max HR (Maximum HR)
- LTHR (Lactate threshold heart rate)

It is recommended to input the data. The data accuracy will highly affect your training analysis.

5. Select the exercise type.
6. Read and accept the Safety Agreement.

Note: If you want to change the language on the device, please connect your device to Brytonsport.com and change the setting via **My Device > Manage Device Data**.

Connect, Sync, and Charge

1. Connect Rider 40 to a PC using the supplied mini USB cable.
2. Download the *Bryton Bridge 2* application at bb.brytonsport.com and sync with Rider 40.



Keep Rider 40 connected to the PC to charge the battery. Use a mini USB cable to connect to a PC.

Note: For first time use, charge the battery for about 4 hours.

Icons

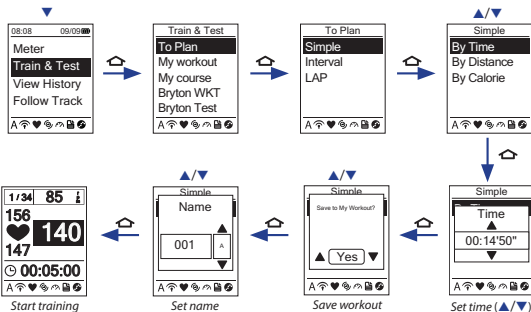
icon	Description
Bike in used	
A	Bike 1
B	Bike 2
GPS Signal Status	
	No signal (not fixed)
	Weak signal
	Strong signal
Power Status	
	Full battery
	Half battery
	Low battery

icon	Description
	Heart Rate Sensor Active
	Cadence Sensor Active
	Speed Sensor Active
	Power Meter Sensor Active
	Train & Test mode
	Meter mode
	Follow Track mode
	Log Record in Progress
	Combo Sensor Active

Note: Only the active icons are displayed on the screen.

Ready for Training

1. Turn on Rider 40.
2. Press ▼ to select **Train & Test** and press 🏠 to enter Training menu.
3. To set a simple workout, select **To Plan > Simple > By Time, By Distance, or By Calorie**.
4. Set the necessary exercise/training settings and go for a ride.



Note:

- **By Calorie** will only be displayed on the screen if HR sensor is linked to Rider 40.
- Displayed information and available option varies on exercise/training mode.
- To customize your other training settings, see User's Manual for further details.

Sharing and Managing Data

Manage Rider 40 Data via Your Computer

1. Connect your Rider 40 to your computer by using mini USB cable.
2. Install the *Bryton Bridge 2* application. You can download the application at <http://bb.brytonsport.com>.
3. Follow the on-screen instructions to transfer data to your computer.

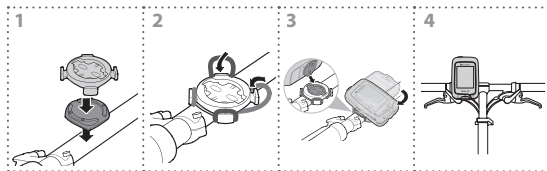
Share Your Experience With Other Bikers

To share your experiences and training result with other bikers around the world, visit <http://www.brytonsport.com>.

Note: To download the user's manual, please visit <http://corp.brytonsport.com>.

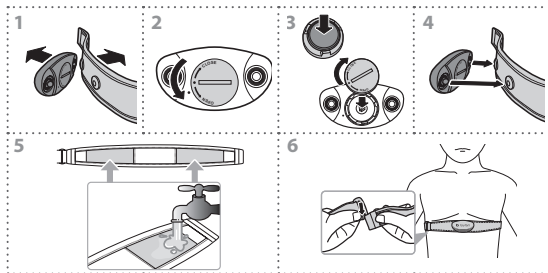
Bike Mount Installation

To mount Rider 40 onto your bike, do the following:

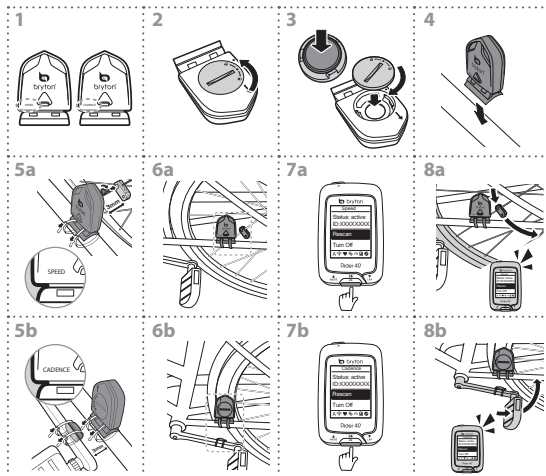


Accessories Installations (Optional)

Heart Rate Monitor



Speed/Cadence Sensor





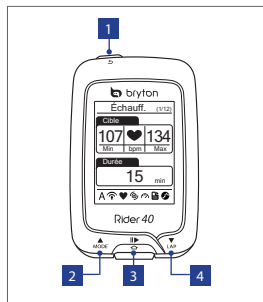
Rider
40

Guide de démarrage
rapide

Rider 40

Rider 40 a quatre boutons qui sont utilisés pour plusieurs fonctions.

Fonctions des boutons



1 MARCHE/RETOUR (↵/↶)

- Appuyez pour retourner à la page précédente ou pour annuler une opération.
- Appuyez pendant plusieurs secondes pour allumer/éteindre l'appareil.

2 MODE/HAUT (▲)

- Dans la vue de mesure, appuyez pour aller à la page de l'écran du compteur.
- Dans le Menu, appuyez pour aller vers le haut dans les options du menu. Appuyez sans arrêter pour aller rapidement vers le haut dans les options du menu.
- Dans la vue d'altitude, appuyez sans arrêter pour afficher l'altitude en plein écran.

3 ENTRER/ENREGISTRER (↵/▶▶)

- Dans le Menu, appuyez pour ouvrir ou confirmer une sélection.
- En mode cyclisme libre, appuyez pour commencer l'enregistrement. Appuyez à nouveau pour arrêter l'enregistrement.

4 TOUR/BAS (▼)

- Dans le Menu, appuyez pour aller vers le bas dans les options du menu. Appuyez sans arrêter pour aller rapidement vers le bas dans les options du menu.
- Lorsque vous roulez et enregistrez, appuyez pour marquer le tour.
- En mode Mesure, appuyez sans arrêter pour aller à la page Raccourci.

Accessoires

Le Rider 40 est livré avec les accessoires suivants :

- Câble mini USB
- Attache vélo

Éléments optionnels :

- Ceinture de fréquence cardiaque
- Capteur de vitesse
- Capteur de cadence
- Capteur Combo






Mise en route

Allumer/éteindre

Appuyez sans arrêter sur  pour allumer ou éteindre le Rider 40.

Réinitialiser

Pour réinitialiser le Rider 40, appuyez sans arrêter sur les trois boutons (, , ) en même temps.

Configuration initiale

A la première mise sous tension du Rider 40, l'assistant de configuration apparaît sur l'écran. Suivez les instructions pour effectuer la configuration.

1. Choisissez la langue de l'affichage.
2. Choisissez l'heure d'été.
3. Choisissez l'unité de mesure.
4. Entrez votre "profil d'utilisateur".

"Profil d'utilisateur" contient les réglages suivants :

- | | | |
|---------|-----------------------|---|
| • Sexe | • Âge | • Hauteur |
| • Poids | • FC Max (FC Maximum) | • LTHR (Fréquence cardiaque de seuil lactate) |

Il est conseillé de saisir les données. La précision des données va fortement affecter votre analyse de l'entraînement.

5. Sélectionnez un type d'exercice.
6. Lisez et acceptez l'accord relatif à la sécurité.

Remarque : Si vous voulez changer la langue de l'appareil, veuillez connecter votre appareil à [Brytonsport.com](https://brytonsport.com) et changer le réglage via **Mon appareil > Gérer les données de mon appareil**.

Connexion, synchro et chargement

1. Connectez le Rider 40 à un PC avec le câble mini USB fourni.
2. Téléchargez l'application *Bryton Bridge 2* sur bb.brytonsport.com et synchronisez avec le Rider 40.



Laissez le Rider 40 connecté au PC pour recharger la batterie. Utilisez un câble mini USB pour le connecter à un PC.

Remarque : La première fois, chargez la batterie pendant au moins 4 heures.

Icônes

icône	Description
Vélo en cours d'utilisation	
A	Vélo 1
B	Vélo 2
État du signal GPS	
	Pas de signal (pas de fix)
	Signal faible
	Signal fort
Etat d'alimentation	
	Batterie pleine
	Moitié de la batterie
	Batterie faible

icône	Description
	Capteur de fréquence cardiaque actif
	Capteur de cadence actif
	Capteur de vitesse actif
	Capteur de compteur d'énergie actif
	Mode Train & essai
	Mode de mesure
	Mode Suivre trace
	Enregistrement du journal en cours
	Capteur Combo actif

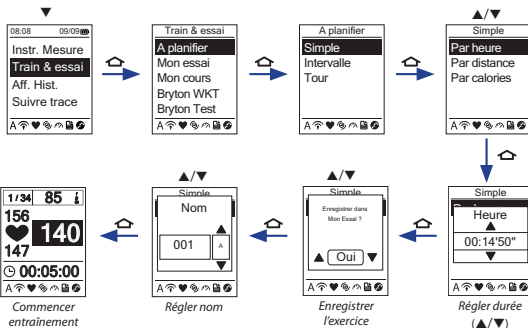
Remarque : Seulement les icônes actives sont affichées sur l'écran.



Prêt pour l'entraînement

FR

1. Allumez le Rider 40.
2. Appuyez sur ▼ pour sélectionner **Train & essai** et appuyez sur pour ouvrir le menu d'entraînement.
3. Pour faire un entraînement basique, sélectionnez **A planifier** > **Simple** > **Par heure**, **Par distance**, ou **Par calories**.
4. Réglez les réglages pour l'exercice et commencez l'exercice.



Remarque :

- **Par calories** ne s'affichera sur l'écran que si le capteur de FC est connecté au Rider 40.
- Les informations affichées et les options disponibles varient selon le mode d'exercice/ d'entraînement.
- Pour personnaliser les autres réglages d'entraînement, voir le Manuel de l'utilisateur pour plus de détails.



Partager et gérer les données

Gérer les données du Rider 40 avec votre ordinateur

1. Connectez votre Rider 40 à votre ordinateur avec le câble mini USB.
2. Installez l'application *Bryton Bridge 2*. Vous pouvez télécharger l'application sur <http://bb.brytonsport.com>.
3. Suivez les instructions à l'écran pour transférer les données sur votre ordinateur.

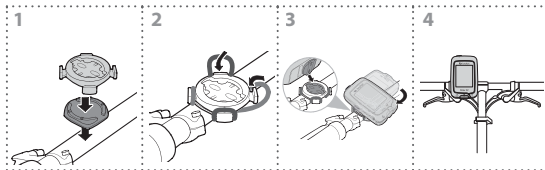
Partager votre expérience avec d'autres cyclistes

Pour partager vos expériences et vos résultats avec d'autres cyclistes dans le monde, veuillez visiter <http://www.brytonsport.com>.

Remarque : Pour télécharger le manuel de l'utilisateur, veuillez visiter <http://corp.brytonsport.com>.

Installation de l'attache vélo

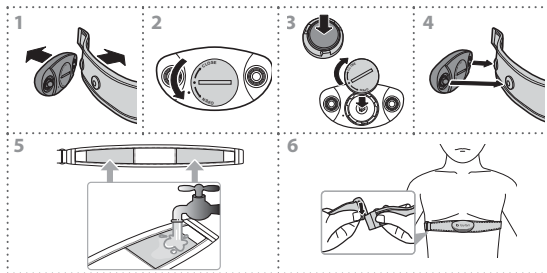
Pour installer le Rider 40 sur un vélo, faites ce qui suit :



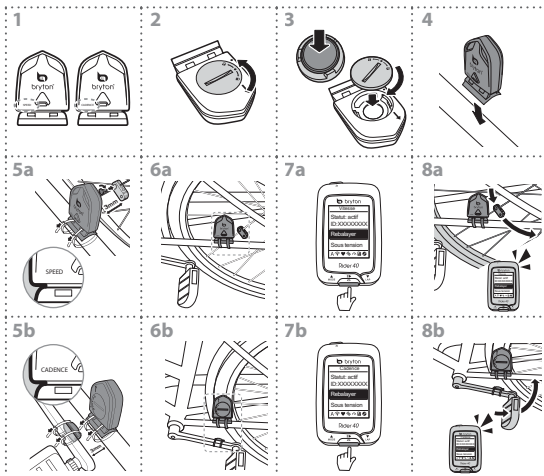
Installation des accessoires (optionnels)

FR

Moniteur de fréquence cardiaque



Capteur de vitesse/cadence





Rider
40

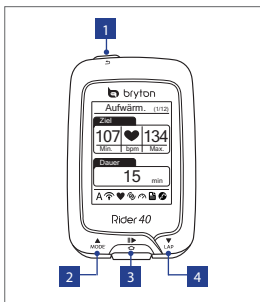
Schnellstartanleitung

Rider 40

Der Rider 40 verfügt über vier Tasten, die mehreren Funktionen dienen.

Tastenfunktionen

DE



Zubehör

Der Rider 40 wird mit folgendem Zubehör geliefert:

- Mini-USB-Kabel
- Fahrradhalterung
- Sonderzubehör:
 - Herzfrequenzgurt
 - Geschwindigkeitssensor
 - Kadenzsensor
 - Kombisensor

1 Ein/Aus/Zurück (⏏/↶)

- Durch Betätigung dieser Taste können Sie zur vorherigen Seite zurückkehren oder einen Vorgang abbrechen.
- Halten Sie die Taste zum Ein-/Ausschalten des Gerätes gedrückt.

2 Modus/Aufwärts (▲)

- Drücken Sie die Taste in der Messungsansicht zum Umschalten des Messungsbildschirms.
- Im Menü blättern Sie durch kurzes Drücken aufwärts durch die einzelnen Menüoptionen. Halten Sie die Taste zum schnellen Aufwärtsblättern durch die Menüoptionen gedrückt.
- Halten Sie die Taste in der Höhenansicht zum Betrachten der Gesamthöhenansicht gedrückt.

3 Enter/Aufzeichnung (⏏/||▶)

- Im Menü bestätigen Sie durch Drücken eine Eingabe oder Auswahl.
- Drücken Sie die Taste beim freien Radfahren zum Starten der Aufzeichnung. Durch erneutes Drücken beenden Sie die Aufzeichnung.

4 Zwischenzeit/Abwärts (▼)

- Im Menü blättern Sie durch kurzes Drücken abwärts durch die einzelnen Menüoptionen. Halten Sie die Taste zum schnellen Abwärtsblättern durch die Menüoptionen gedrückt.
- Bei der Fahrt und bei laufender Aufzeichnung markieren Sie durch Drücken eine Zwischenzeit.
- Halten Sie die Taste im Messungsmodus zum Aufrufen der Schnellzugriffseite gedrückt.






Erste Schritte

Ein- und ausschalten

Halten Sie die Taste  zum Ein-/Ausschalten des Rider 40 gedrückt.

DE

Rücksetzen

Zum Rücksetzen des Rider 40 halten Sie alle drei Tasten (//) gleichzeitig gedrückt.

Grundeinstellungen

Wenn Sie den Rider 40 zum ersten Mal einschalten, erscheint der Einrichtungsassistent auf dem Bildschirm. Schließen Sie die Einstellungen anhand der Anleitung ab.

1. Wählen Sie die Anzeigesprache.
2. Wählen Sie die Sommerzeit.
3. Wählen Sie die Maßeinheit.
4. Legen Sie Ihr „Nutzerprofil“ fest.

Das „Nutzerprofil“ beinhaltet folgende Dateneinstellungen:

- | | | |
|--------------|-----------------------------------|---|
| • Geschlecht | • Alter | • Körpergröße |
| • Gewicht | • Max. HF (maximale Herzfrequenz) | • LTHR (Herzfrequenz an der Laktatschwelle) |

Wir empfehlen, diese Daten einzugeben, da sich diese Daten auf die Genauigkeit Ihrer Trainingsanalyse auswirken.

5. Wählen Sie den Trainingstyp.
6. Lesen und akzeptieren Sie die Sicherheitsvereinbarung.

Hinweis: Wenn Sie die Sprache des Gerätes ändern möchten, verbinden Sie das Gerät mit [Brytonsport.com](https://brytonsport.com) und ändern die Einstellungen unter **Mein Gerät > Gerätedaten verwalten**.



Verbinden, synchronisieren und laden

1. Verbinden Sie den Rider 40 über das mitgelieferte Mini-USB-Kabel mit einem PC.
2. Laden Sie die *Bryton Bridge 2-Anwendung* über bb.brytonsport.com herunter, starten Sie die Synchronisierung mit dem Rider 40.



Zum Aufladen des Akkus lassen Sie den Rider 40 mit dem PC verbunden. Zur PC-Verbindung nutzen Sie bitte ein Mini-USB-Kabel.

Hinweis: Vor dem ersten Einsatz muss der Akku ca. 4 Stunden lang aufgeladen werden.


Symbole

Symbol	Beschreibung
Eingesetztes Fahrrad	
A	Fahrrad 1
B	Fahrrad 2
GPS-Signalstatus	
	Kein Signal (nicht fixiert)
	Schwaches Signal
	Starkes Signal
Betriebsstatus	
	Voller Akkustand
	Mittlerer Akkustand
	Geringer Akkustand

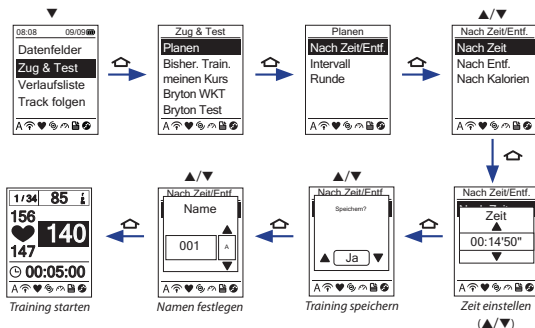
Symbol	Beschreibung
	Herzfrequenzsensor aktiv
	Kadenzsensor aktiv
	Geschwindigkeitssensor aktiv
	Leistungsmess-Sensor aktiv
	Zug & Test-Modus
	Messungsmodus
	Track folgen-Modus
	Protokollierung wird durchgeführt
	Kombisensor aktiv

Hinweis: Es werden nur die aktiven Symbole auf dem Bildschirm angezeigt.

Training starten

1. Schalten Sie den Rider 40 ein.
2. Wählen Sie mit ▼ die Option **Zug & Test** und drücken zum Aufrufen des Training-Menüs .
3. Wählen Sie zum Einstellen eines einfachen Trainings **Planen** > **Nach Zeit/Entf.** > **Nach Zeit**, **Nach Entf.** oder **Nach Kalorien**.
4. Legen Sie die erforderlichen Trainingseinstellungen fest, beginnen Sie Ihre Fahrt.

DE



Hinweis:

- **Nach Kalorien** wird nur angezeigt, wenn ein Herzfrequenzsensor mit dem Rider 40 gekoppelt ist.
- Angezeigte Informationen und verfügbare Optionen können je nach Trainingsmodus variieren.
- Weitere Einzelheiten zur Anpassung anderer Trainingseinstellungen entnehmen Sie bitte der Bedienungsanleitung.



Daten teilen und verwalten

Rider 40-Daten mit dem Computer verwalten

DE

1. Schließen Sie den Rider 40 per Mini-USB-Kabel an Ihren Computer an.
2. Installieren Sie die *Bryton Bridge 2-Anwendung*. Die Anwendung können Sie hier herunterladen: <http://bb.brytonsport.com>.
3. Lassen Sie sich durch die Hinweise auf dem Bildschirm durch die Datenübertragung zum Computer führen.

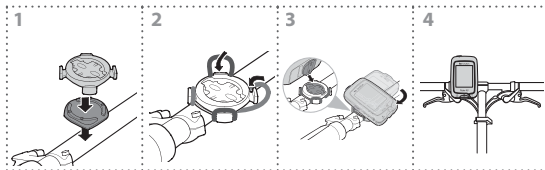
Teilen Sie Ihre Erfahrungen mit anderen Radfahrern

Wenn Sie Ihre Erfahrungen und Trainingsergebnisse mit anderen Radfahrern rund um die Welt teilen möchten, besuchen Sie:
<http://www.brytonsport.com>.

Hinweis: Die Bedienungsanleitung können Sie unter folgender Seite herunterladen:
<http://corp.brytonsport.com>.

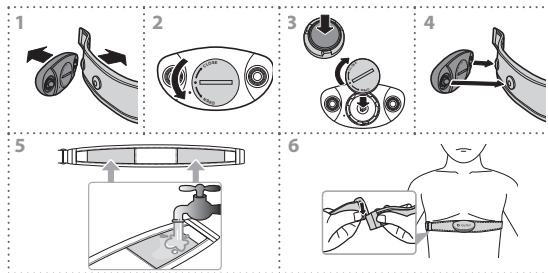
Fahrradhalterung montieren

Gehen Sie zum Montieren des Rider 40 an Ihrem Fahrrad wie folgt vor:



Zubehör installieren (optional)

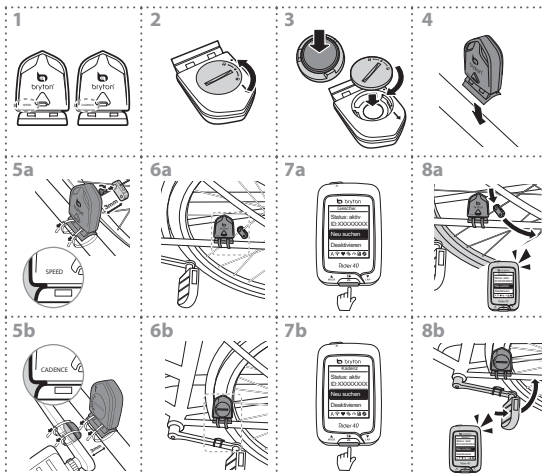
Herzfrequenzmonitor



DE

Geschwindigkeit/Kadenz-Sensor

DE





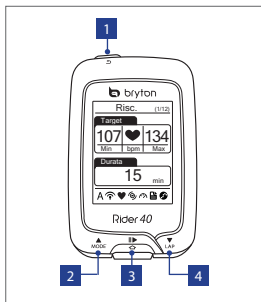
Rider
40

Guida introduttiva

Rider 40

Rider 40 è dotato di quattro tasti usati per diverse funzioni.

Funzione tasti



1 ACCENSIONE/INDIETRO (◀/▶)

- Premere per tornare alla pagina precedente o per annullare l'operazione.
- Tenere premuto per accendere/spegnere il dispositivo.

2 MODO/SU (▲)

- In visualizzazione misuratore, premere per passare alla schermata misuratore.
- In Menu, premere per spostarsi verso l'alto e scorrere tra le opzioni del menu. Tenere premuto per spostarsi rapidamente verso l'alto tra le opzioni di menu.
- In visualizzazione altitudine, tenere premuto per osservare l'intera visualizzazione dell'altitudine.

3 INVIO/REGISTRA (⏏/||▶)

- In Menu, premere per accedere o confermare una selezione.
- In pedalata libera, premere per avviare la registrazione. Premerlo di nuovo per arrestare la registrazione.

4 GIRO/GIÙ (▼)

- In Menu, premere per spostarsi verso il basso e scorrere tra le opzioni del menu. Tenere premuto per spostarsi rapidamente verso il basso tra le opzioni di menu.
- Durante il percorso e la registrazione, premere per segnare il giro.
- In modalità Regolazione, tenere premuto per accedere alla pagina Shortcut.

Accessori

Rider 40 dispone dei seguenti accessori:

- Cavo mini USB
- Supporto manubrio
- Componenti opzionali:
- Cintura frequenza cardiaca
- Sensore di velocità
- Sensore di cadenza
- Sensore comb.






Operazioni preliminari

Accensione/spegnimento

Tenere premuto  per accendere o spegnere Rider 40.

Ripristina

Per ripristinare Rider 40, premere contemporaneamente i tre tasti (//).

IT

Impostazione iniziale

Quando si accende Rider 40 per la prima volta, sullo schermo viene visualizzata l'installazione guidata. Seguire le istruzioni per completare l'installazione.

1. Selezionare la lingua da visualizzare.
2. Selezionare l'ora legale.
3. Selezionare l'unità di misura.
4. Accedere al "profilo utente".

Il "profilo utente" include le seguenti impostazioni dei dati:

- | | | |
|---------|-----------------------|--|
| • Sesso | • Età | • Altezza |
| • Peso | • FC max (FC massima) | • LTHR (frequenza cardiaca della soglia del lattato) |

Si consiglia di immettere i dati. La precisione dei dati influisce estremamente sull'analisi dell'allenamento.

5. Selezionare il tipo di esercizio.
6. Leggere e accettare l'Accordo sulla sicurezza.

Nota: Per modificare la lingua sul dispositivo, collegarlo a [Brytonsport.com](https://www.brytonsport.com) e modificare l'impostazione tramite **Dispositivo** > **Gestisci dati dispositivo**.



Collegamento, sincronizzazione e carica

1. Collegare Rider 40 a un PC con il cavo mini USB in dotazione.
2. Scaricare l'applicazione *Bryton Bridge 2* dal sito bb.brytonsport.com e sincronizzarla con Rider 40.



Mantenere Rider 40 collegato al PC per caricare la batteria. Usare il cavo mini USB per il collegamento ad un PC.

Nota: La prima volta, caricare la batteria per almeno 4 ore.

Icone

Icona	Descrizione
Bici in uso	
A	Bici 1
B	Bici 2
Stato segnale GPS	
	Nessun segnale (non fisso)
	Segnale debole
	Segnale intenso
Stato alimentazione	
	Batteria carica
	Batteria a metà
	Batteria scarica

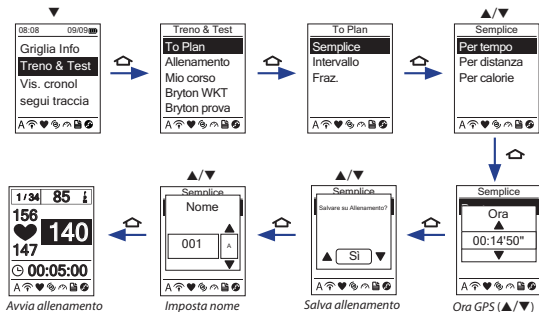
Icona	Descrizione
	Sensore frequenza cardiaca attivo
	Sensore di cadenza attivo
	Sensore di velocità attivo
	Sensore rilevatore di potenza attivo
	Modalità di Treno & Test
	Modalità Regolazione
	Modalità segui traccia
	Registrazione log in corso
	Sensore comb. attivo

Nota: Sullo schermo vengono visualizzate solo le icone attive.

Pronto per l'allenamento

1. Accendere Rider 40.
2. Premere ▼ per selezionare **Treno & Test** e premere ☰ per accedere al menu Allenamento.
3. Per impostare un allenamento semplice, selezionare **To Plan > Semplice > Per tempo, Per distanza o Per calorie**.
4. Eseguire le impostazioni necessarie per esercizio/allenamento ed effettuare un percorso.

IT



Nota:

- I dati **Per calorie** vengono visualizzati sulla schermata solo se il sensore FC è collegato a Rider 40.
- In modalità esercizio/allenamento, le informazioni visualizzate variano.
- Per ulteriori dettagli sulla personalizzazione di altre impostazioni di allenamento, consultare il manuale dell'utente.



Condivisione e gestione dei dati

Gestione dei dati di Rider 40 tramite computer

1. Collegare Rider 40 al computer con il cavo mini USB.
2. Installare l'applicazione *Bryton Bridge 2*. È possibile scaricare l'applicazione dal sito <http://bb.brytonsport.com>.
3. Seguire le istruzioni su schermo per trasferire i dati al computer.

IT

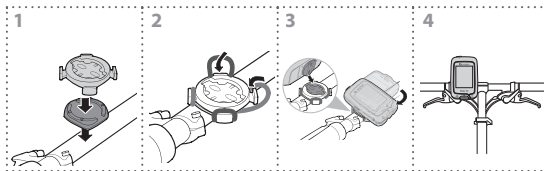
Condivisione della propria esperienza con altri ciclisti

Per condividere la propria esperienza e i risultati di allenamento con altri ciclisti in tutto il mondo, visitare il sito <http://www.brytonsport.com>.

Nota: Per scaricare il manuale dell'utente, visitare il sito <http://corp.brytonsport.com>.

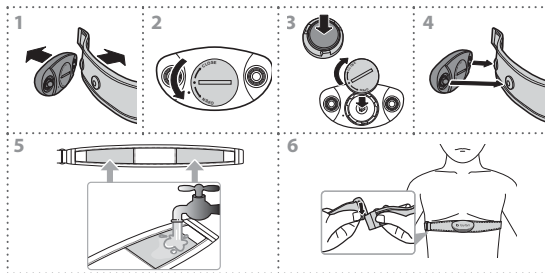
Installazione del supporto manubrio

Per montare Rider 40 sulla bici, agire come segue:



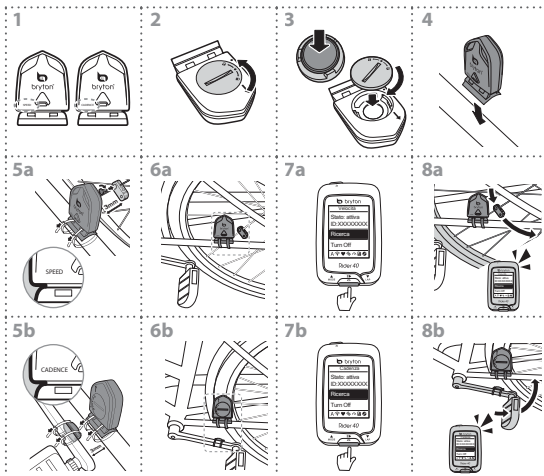
Installazione degli accessori (opzionali)

Cardiofrequenzimetro



IT

Sensore di velocità/cadenza





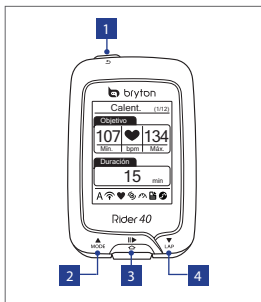
Rider
40

Guía de inicio rápido

Rider 40

Su Rider 40 tiene cuatro botones que se utilizan para varias funciones.

Funciones de los botones



Accesorios

El Rider 40 incluye los siguientes accesorios:

- Cable mini-USB
- Soporte para bicicleta

Elementos opcionales:

- Cinturón de ritmo cardíaco
- Sensor de velocidad
- Sensor de cadencia
- Sensor combinado

1 ALIMENTACIÓN/ATRÁS (⏻/⏮)

- Presione este botón para volver a la página anterior o cancelar una operación.
- Presiónelo sin soltarlo para apagar o encender el dispositivo.

2 MODO/ARRIBA (▲)

- En la vista de medidor, presione este botón para cambiar la página de pantalla del medidor.
- En el menú, presiónelo brevemente para desplazarse hacia arriba por las opciones de menú. Manténgalo presionado para desplazarse rápidamente hacia arriba por las opciones de menú.
- En la vista de altitud, manténgalo presionado para ver la vista completa de altitud.

3 ENTRAR/GRABAR (⏏/⏭)

- En el menú, presiónelo brevemente para entrar en una selección o confirmarla.
- En ciclismo libre, presiónelo para iniciar la grabación. Presiónelo de nuevo para detener la grabación.


4 VUELTA/ABAJO (▼)

- En el menú, presiónelo brevemente para desplazarse hacia abajo por las opciones de menú. Manténgalo presionado para desplazarse rápidamente hacia abajo por las opciones de menú.
- Cuando monte en bicicleta y grabe, presiónelo para marcar la vuelta.
- En el modo de medidor, manténgalo presionado para entrar en la página de accesos directos.




Procedimientos iniciales

Activar y desactivar el GPS

Mantenga presionado  para encender o apagar su Rider 40.

Restablecer

Para restablecer su Rider 40, presione prolongadamente todos los botones (//) al mismo tiempo.

Configuración inicial

Cuando se enciende el Rider 40 por primera vez, aparece el asistente de instalación en pantalla. Siga las instrucciones para completar la instalación.

1. Seleccione el idioma.
2. Seleccione el horario de verano.
3. Seleccione la unidad de medida.
4. Introduzca su "perfil de usuario".

El "perfil de usuario" incluye la siguiente configuración de datos:

- | | | |
|--------|-----------------------|---|
| • Sexo | • Edad | • Altura |
| • Peso | • RC máx. (RC máximo) | • LTHR (umbral anaeróbico de frecuencia cardíaca) |

Se recomienda introducir los datos. La precisión de los datos afecta de forma significativa el análisis de su entrenamiento.

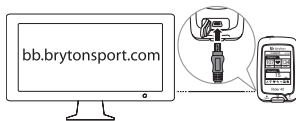
5. Seleccione el tipo de ejercicio.
6. Lea y acepte el Contrato de seguridad.

Nota: si desea cambiar el idioma del dispositivo, conéctelo a [Brytonsport.com](https://brytonsport.com) y cambie la configuración a través de **Mi dispositivo** > **Administrar datos del dispositivo**.

ES

Conectar, sincronizar y cargar

1. Conecte su Rider 40 a su PC mediante el cable mini-USB suministrado.
2. Descargue la aplicación *Bryton Bridge 2* del sitio bb.brytonsport.com y realice la sincronización con su Rider 40.



Mantenga su Rider 40 conectado a su PC para cargar la batería.

Utilice el cable mini-USB para realizar la conexión con su PC.

Nota: cuando utilice el dispositivo por primera vez, cargue la batería aproximadamente durante 4 horas.

ES

Iconos

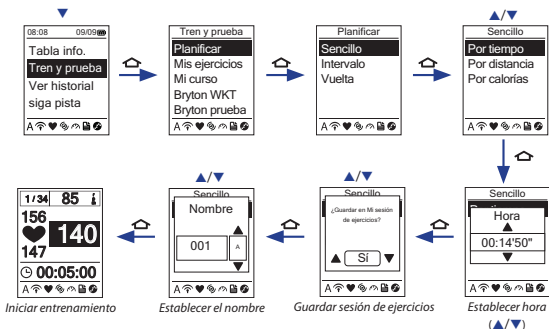
icono	Descripción
Bicicleta en uso	
A	Bicicleta 1
B	Bicicleta 2
Estado de señal de GPS	
	No hay señal (no hay un punto GPS)
	Señal débil
	Señal fuerte
Estado de alimentación	
	Batería completamente cargada
	Batería con carga media
	Batería con carga baja

icono	Descripción
	Sensor de ritmo cardíaco activo
	Sensor de cadencia activo
	Sensor de velocidad activo
	Sensor de medidor de potencia activo
	Modo Tren y prueba
	Modo Medidor
	Modo siga pista
	Grabación de sesión en progreso
	Sensor combinado activo

Nota: solamente se muestran en la pantalla los iconos activos.

Preparado para entrenamiento

1. Active su Rider 40.
2. Presione ▼ para seleccionar **Tren y prueba** y presione ⏠ para entrar en el menú Entrenamiento.
3. Para establecer una sesión de ejercicios sencilla, seleccione **Planificar > Sencillo > Por tiempo, Por distancia o Por calorías**.
4. Establezca la configuración del ejercicio o entrenamiento y salga a montar.



Nota:

- La opción **Por calorías** solamente se mostrará en la pantalla si el sensor de RC está asociado a su Rider 40.
- La información mostrada y las opciones disponibles varían en función del modo de ejercicio y entrenamiento.
- Para personalizar otras configuraciones de entrenamiento, consulte el manual del usuario para obtener más detalles.

Compartir y administrar datos

Administrar los datos de su Rider 40 a través de su ordenador

1. Conecte su Rider 40 al ordenador por medio del cable USB.
2. Instale la aplicación *Bryton Bridge 2*. Puede descargar la aplicación de <http://bb.brytonsport.com>.
3. Siga las instrucciones en pantalla para transferir información a su ordenador.

ES

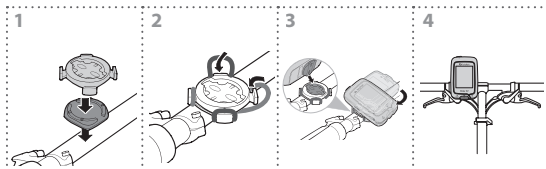
Compartir su experiencia con otros ciclistas

Para compartir sus experiencias y resultados de entrenamiento con otros ciclistas de cualquier parte del mundo, visite <http://www.brytonsport.com>.

Nota: para descargar el manual del usuario, visite el sitio Web <http://corp.brytonsport.com>.

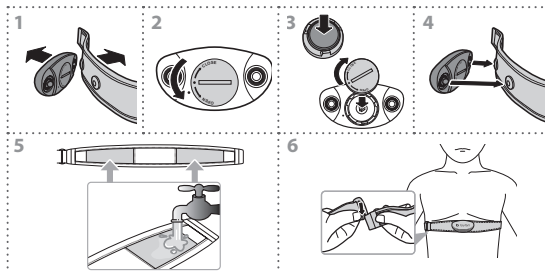
Instalación del soporte para bicicleta

Para instalar su Rider 40 en la bicicleta, realice el siguiente procedimiento:



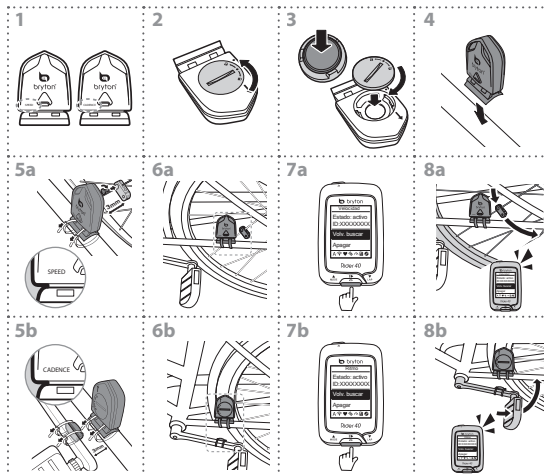
Instalación de accesorios (opcional)

Monitor de frecuencia cardíaca



ES

Sensor de velocidad y cadencia





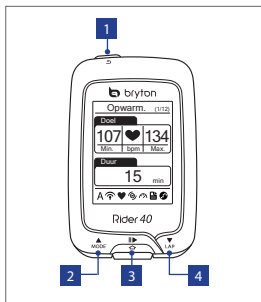
Rider
40

Aan de slag

Rider 40

De Rider 40 beschikt over vier knoppen voor meerdere functies.

Voornaamste functies



Toebehoren

De Rider 40 wordt met het volgende toebehoren geleverd:

- mini-USB-kabel
- Fietsbeugel

Optionele items:

- Hartslagriem
- Snelheidssensor
- Cadanssensor
- Combosensor

1 AAN-UIT/TERUG (⏏/↶)

- Indrukken om terug te keren naar de vorige pagina of om een handeling te annuleren.
- Ingedrukt houden om het toestel aan/uit te zetten.

2 MODE/OMHOOG (▲)

- In het meterscherm indrukken om het meterscherm te verwisselen.
- In Menu op drukken om de menuopties opwaarts te doorlopen. Ingedrukt houden om de menuopties snel opwaarts te doorlopen.
- In het hoogtescherm ingedrukt houden om het totale hoogtescherm te zien.

3 ENTER/OPNAME (⏏/▶▶)

- In Menu indrukken om een selectie te openen of te bevestigen.
- In vrij fietsen op drukken om de opname te beginnen. Nogmaals op drukken om de opname stop te zetten.

4 LAP/OMLAAG (▼)

- In Menu op drukken om de menuopties neerwaarts te doorlopen. Ingedrukt houden om de menuopties snel neerwaarts te doorlopen.
- Op drukken terwijl u rijdt en opneemt om de ronde te markeren.
- In de metermodus ingedrukt houden om de sneltoetspagina te openen.



Aan de slag

In/uitschakelen

⏻ ingedrukt houden om de Rider 40 aan of uit te zetten.

Reset

Om de Rider 40 te resetten houdt u alle drie de knoppen (▲/⏮/▼) tegelijk ingedrukt.

Initiële installatie

Als u de Rider 40 voor het eerst inschakelt, verschijnt de installatiewizard. Volg de aanwijzingen om de installatie te voltooien.

NL

1. Selecteer de schermtaal.
2. Selecteer de zomertijd.
3. Selecteer de maateenheid.
4. Voer uw "gebruikersprofiel" in.

Het "gebruikersprofiel" omvat de volgende gegevensinstellingen:

- Geslacht
- Leeftijd
- Hoogte
- Gewicht
- Max HR (Maximale "Heart rate" of hartslag)
- LTHR (Lactate threshold heart rate, d.i. hartslag voor verzuring)

Het is raadzaam de gegevens in te voeren. De nauwkeurigheid van de gegevens heeft een grote invloed op uw trainingsanalyse.

5. Selecteer het type oefening.
6. Lees en aanvaard de Veiligheidsovereenkomst.

Opmerking: Als u de taal van het apparaat wilt wijzigen, maakt u met het apparaat een verbinding met [Brytonsport.com](https://brytonsport.com) en wijzigt de instelling via **Mijn apparaat** > **Apparaatgegevens beheren**.





Aansluiten, synchroniseren en laden

1. Sluit de Rider 40 met de bijgeleverde mini-USB-kabel aan op een computer.
2. Download de toepassing *Bryton Bridge 2* op bb.brytonsport.com en synchroniseer met de Rider 40.



Houd de Rider 40 aangesloten op de pc om de batterij op te laden. Sluit hem met een mini-USB-kabel aan op een pc.

Opmerking: laad de batterij voor het eerste gebruik ongeveer 4 uur op.

NL

Pictogrammen

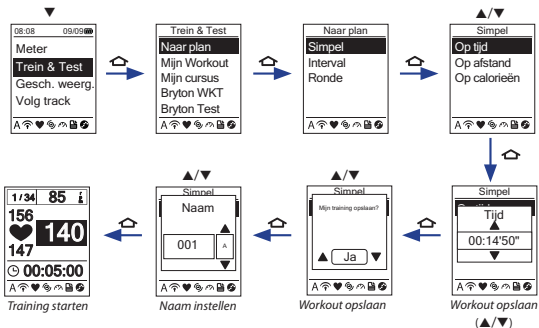
pictogram	Beschrijving
Fiets in gebruikte	
A	Fiets 1
B	Fiets 2
GPS-signaalstatus	
	Geen signaal (niet gefixeerd)
	Zwak signaal
	Krachtig signaal
Energiestatus	
	Volle batterij
	Halfvolle batterij
	Lege batterij

pictogram	Beschrijving
	Hartslagsensor actief
	Cadanssensor actief
	Snelheidssensor actief
	Krachtsensor actief
	Trein & Test-modus
	Metermodus
	Volg track-modus
	Logboekregistratie bezig
	Composensor actief

Opmerking: alleen de actieve pictogrammen worden weergegeven op het scherm.

Klaar voor training

1. Schakel de Rider 40 in.
2. Druk op ▼ om **Trein & Test** te selecteren en druk op 🏠 om het trainingmenu te openen.
3. Voor een eenvoudige workout selecteert u **Naar plan > Simpel, Op tijd, Op afstand of Op calorieën**.
4. Zet de nodige oefenings/trainingsinstellingen in en maak een rondje.



Opmerking:

- **Op calorieën** wordt enkel op het scherm weergegeven als de hartslagsensor is aangesloten op de Rider 40.
- De weergegeven informatie en beschikbare opties verschillen naargelang de oefen-/trainingmodus.
- Raadpleeg de handleiding om uw overige trainingsinstellingen aan te passen.



Gegevens delen en beheren

Gegevens van de Rider 40 beheren met uw computer

1. Sluit uw Rider 40 aan op uw computer met de mini-USB-kabel.
2. Installeer de toepassing *Bryton Bridge 2*. U kunt de toepassing downloaden van <http://bb.brytonsport.com>.
3. Volg de aanwijzingen op het scherm om de gegevens over te brengen naar uw computer.

NL

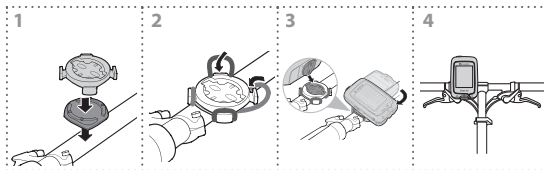
Uw ervaring delen met andere fietsers

Om uw ervaring en trainingresultaten met andere fietsers van over de hele wereld te delen, bezoekt u <http://www.brytonsport.com>.

Opmerking: surf naar <http://corp.brytonsport.com> om de handleiding te downloaden.

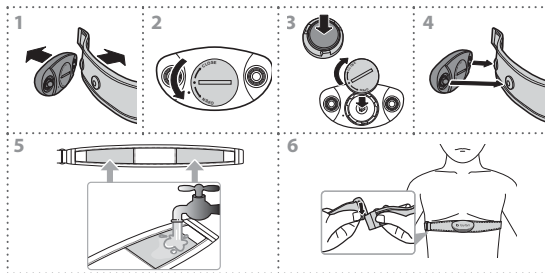
Fietsbeugel installeren

Om de Rider 40 op uw fiets te monteren, gaat u als volgt tewerk:



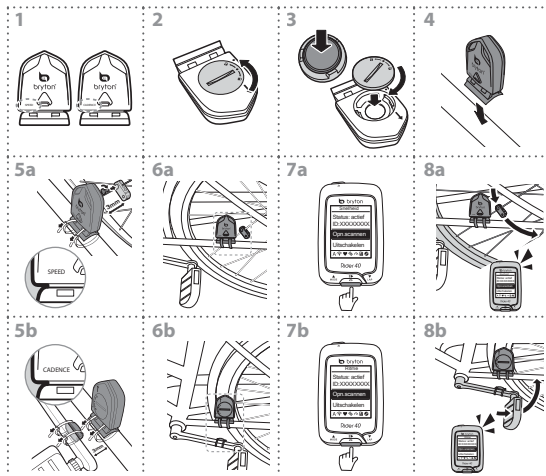
Toebehoren installeren (optioneel)

Hartslagmonitor



NL

Snelheids-/cadanssensor





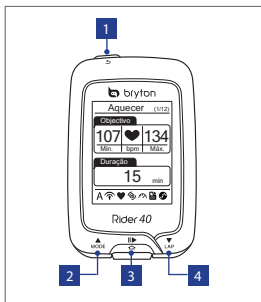
Rider
40

Guia de consulta
rápida

Rider 40

O Rider 40 inclui quatro teclas que são usadas para várias funções.

Funções das teclas



1 BOTÃO DE ALIMENTAÇÃO/ VOLTAR (⏻/↶)

- Prima este botão para voltar à página anterior ou para cancelar uma operação.
- Mantenha este botão premido para ligar/desligar o dispositivo.

2 BOTÃO MODE/PARA CIMA (▲)

- No ecrã de medição prima, para ver a página de medição.
- Em Menu, prima para se deslocar para cima pelas opções do menu. Mantenha este botão premido para se deslocar para cima rapidamente pelas opções do menu.
- No ecrã de altitude, mantenha o botão premido para ver toda a informação relativa à altitude.

3 BOTÃO CONFIRMAR/GRAVAR (⏵/▶)

- Em Menu, prima o botão confirmar a selecção.
- Ao andar de bicicleta, prima o botão para iniciar a gravação. Prima novamente para parar a gravação.

4 BOTÃO LAP/PARA BAIXO (▼)

- Em Menu, prima para se deslocar para baixo pelas opções do menu. Mantenha este botão premido para se deslocar para baixo rapidamente pelas opções do menu.
- Ao andar de bicicleta, prima este botão para registar a distância percorrida.
- No modo de medição, mantenha este botão premido para ver a página Atalho.

Acessórios

O Rider 40 vem acompanhado dos seguintes acessórios:

- mini cabo USB
- Suporte para bicicleta


Itens opcionais:

- Cinto para mediação do ritmo cardíaco
- Sensor de velocidade
- Sensor de cadência
- Sensor combinado






Como começar

Ligar/Desligar

Mantenha premido o botão  para ligar ou desligar o Rider 40.

Repôr

Para fazer a reposição do Rider 40, mantenha premidos os três botões (//) ao mesmo tempo.

Configuração inicial

Ao ligar o Rider 40 pela primeira vez, o assistente de configuração aparece no ecrã. Siga as instruções para concluir a configuração.

1. Seleccione o idioma.
2. Acerte a hora.
3. Seleccione a unidade de medida.
4. Especifique o seu "perfil de utilizador".

O "perfil de utilizador" inclui a informação seguinte:

- | | | |
|--------|--------------------------------|-------------------------|
| • Sexo | • Idade | • Altura |
| • Peso | • Max HR (Ritmo cardíaco máx.) | • LTHR (Limiar láctico) |

Recomendamos o preenchimento destes dados. A precisão dos dados introduzidos irá afectar a análise dos resultados.

5. Seleccione o tipo de exercício.
6. Leia e aceite o acordo de segurança.

Nota : Se quiser alterar o idioma no dispositivo, ligue o dispositivo ao Brytonsport. com e altere a opção em **O meu dispositivo > Gerir dados do dispositivo.**

PT



Ligar, sincronizar e carregar

1. Ligue o Rider 40 a um PC utilizando o mini cabo USB incluído.
2. Transfira a aplicação *Bryton Bridge 2* a partir do site bb.brytonsport.com com e faça a sincronização com o Rider 40.



Mantenha o Rider 40 ligado ao PC para carregar a bateria. Use o mini cabo USB para ligar a um PC.

Nota : Ao usar pela primeira vez, carregue a bateria durante cerca de 4 horas.

Ícones

ícone	Descrição
Bicicleta em uso	
A	Bicicleta 1
B	Bicicleta 2
Estado do sinal de GPS	
	Sem sinal (sinal não detectado)
	Sinal fraco
	Sinal forte
Estado da alimentação	
	Bateria cheia
	Bateria a meia carga
	Bateria fraca

ícone	Descrição
	Sensor do ritmo cardíaco activo
	Sensor de cadência activo
	Sensor de velocidade activo
	Sensor para medição da potência activo
	Modo de train & test
	Modo de medição
	Modo follow track
	Registo em curso
	Sensor combinado activo

Nota : Apenas os ícones activos são mostrados no ecrã.

- 



- A opção **Por calorías** apenas é mostrada no ecrã se o sensor de ritmo cardíaco estiver ligado ao Rider 40.
- A informação e as opções disponíveis variam conforme o modo de exercício/treino.
- Para personalizar as outras opções de treino, consulte o manual do utilizador para mais informação.

Partilhar e gerir dados

Gerir os dados do Rider 40 através do computador

1. Ligue o Rider 40 ao computador utilizando o mini cabo USB.
2. Instale a aplicação *Bryton Bridge 2*. Esta aplicação pode ser transferida a partir de <http://bb.brytonsport.com>.
3. Siga as instruções no ecrã para transferir os dados para o computador.

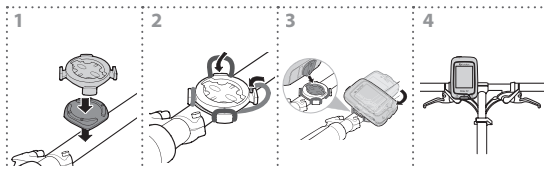
Partilhar a sua experiência com outros ciclistas

Para partilhar as suas experiências e os seus resultados de treino com outros ciclistas em todo o mundo, visite o site <http://www.brytonsport.com>.

Nota: Para transferir o manual do utilizador, visite o site <http://corp.brytonsport.com>.

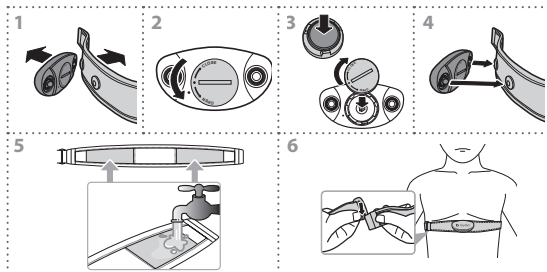
Instalação do suporte para bicicleta

Para montar o Rider 40 na bicicleta, faça o seguinte:



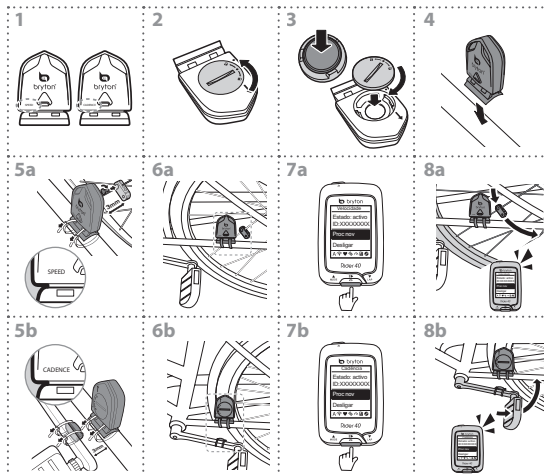
Instalação de acessórios (opcional)

Monitor de ritmo cardíaco



PT

Sensor de velocidade/cadência





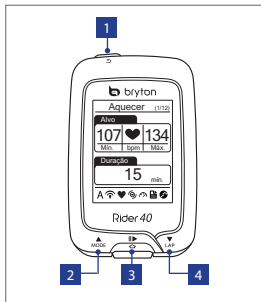
Rider
40

Guia de consulta
rápida

Rider 40

O Rider 40 tem quatro botões que são usados para múltiplas funções.

Funções da Tecla



PBR

Acessórios

O Rider 40 vem com os seguintes acessórios:

- Cabo mini USB
- Montagem de bicicleta

Itens opcionais:

- Cinto de frequência cardíaca
- Sensor de velocidade
- Sensor de cadência
- Sensor combo

1 LIGAR/RETORNAR (↶/↷)

- Pressione para retornar à página anterior ou cancelar uma operação.
- Pressione e segure para ligar/desligar o dispositivo.

2 MODO/CIMA (▲)

- Em visualização de medição, pressione para alternar a página da tela de medição.
- Em Menu, pressione para mover para cima para rolar pelas opções do menu. Pressione e segure para rolar rapidamente pelas opções do menu.
- Em visualização de altitude, pressione e segure para ver toda a visualização de altitude.

3 ENTER/GRAVAÇÃO (⏏/▶)

- Em Menu, pressione para entrar ou confirmar uma seleção.
- Em ciclismo livre, pressione para começar a gravar. Pressione-o novamente para parar a gravação.


4 VOLTA/BAIXO (▼)

- Em Menu, pressione para mover para baixo para rolar pelas opções do menu. Pressione e segure para rolar para baixo rapidamente pelas opções do menu.
- Ao pilotar e gravar, pressione para marcar a volta.
- Em modo de Medição, pressione e segure para entrar na página de Atalho.






Começando

Ligar/Desligar

Pressione e segure  para ligar ou desligar o Rider 40.

Reiniciar

Para reiniciar o Rider 40, pressione e segure todas as três teclas (//) ao mesmo tempo.

Configuração inicial

Ao ligar o Rider 40 pela primeira vez, o assistente de configuração aparece na tela. Siga as instruções para completar a configuração.

1. Selecione o idioma de exibição.
2. Selecione o horário de verão.
3. Selecione a unidade de medida.
4. Informe seu “perfil de usuário”.

O “perfil de usuário” inclui as seguintes configurações de dados:

- | | | |
|--------|----------------------|--|
| • Sexo | • Idade | • Altura |
| • Peso | • FC Máx (FC Máxima) | • FCLL (Frequência cardíaca e limite de lactato) |

Recomenda-se informar os dados. A precisão dos dados afetará muito sua análise de treinamento.

5. Selecione o tipo de exercício.
6. Leia e aceite o Acordo de Segurança.

Observação: Se você deseja mudar o idioma do dispositivo, conecte seu dispositivo a [Brytonsport.com](https://brytonsport.com) e altere a configuração em **Meu dispositivo > Gerenciar dados do dispositivo**.

PBR



Conectar, Sincronizar e Carregar

1. Conecte o Rider 40 a um PC usando o cabo mini USB fornecido.
2. Baixe o aplicativo *Bryton Bridge 2* no bb.brytonsport.com e sincronize com o Rider 40.



Mantenha o Rider 40 conectado ao PC para carregar a bateria. Use o cabo mini USB para conectar ao PC.

Observação: Para a primeira utilização, carregue a bateria por cerca de 4 horas.


Ícones

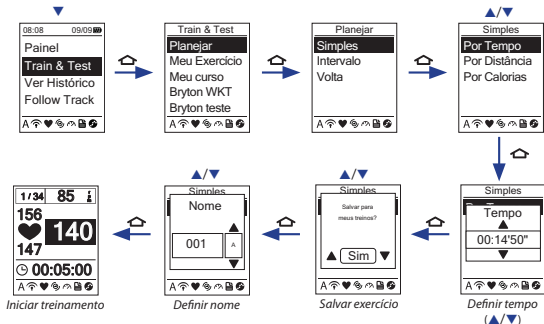
ícone	Descrição
Bicicleta em uso	
A	Bicicleta 1
B	Bicicleta 2
Status do Sinal do GPS	
	Sem sinal (não fixo)
	Sinal fraco
	Sinal forte
Status de Energia	
	Bateria cheia
	Meia bateria
	Bateria fraca

ícone	Descrição
	Sensor de Frequência Cardíaca Ativo
	Sensor Ativo de Cadência
	Sensor de Velocidade Ativo
	Sensor de Medição de Energia Ativo
	Modo de Train & Test
	Modo de medição
	Modo de Follow Track
	Registro em Andamento
	Sensor Combo Ativo

Observação: Apenas os ícones ativos são exibidos na tela.

Pronto para Treinamento

1. Ligue o Rider 40.
2. Pressione ▼ para to selecionar **Train & Test** e pressione  para entrar no menu de Treinamento.
3. Para definir um exercício simples, selecione **Planejar > Simples > Por Tempo, Por Distância, ou Por Calorias**.
4. Defina as configurações necessárias de exercício/treinamento e saia para uma volta.



Observação:

- *Por caloria* será apenas exibido na tela se o sensor FC for ligado ao Rider 40.
- As informações exibidas e disponíveis variam no modo exercício/treinamento.
- Para personalizar suas outras configurações de treinamento, veja o Manual do Usuário para mais detalhes.

Compartilhando e Gerenciando Dados

Gerencie os Dados do Rider 40 por Seu Computador

1. Conecte seu Rider 40 ao seu computador usando o cabo mini USB.
2. Instale o aplicativo *Bryton Bridge 2*. Você pode fazer download do aplicativo em <http://bb.brytonsport.com>.
3. Siga as instruções na tela para transferir dados para seu computador.

Compartilhe sua Experiência com Outros Ciclistas

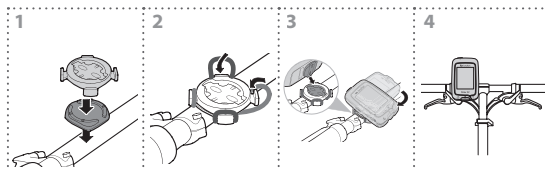
Para compartilhar suas experiências e resultados de treinamento com outros ciclistas ao redor do mundo, visite <http://www.brytonsport.com>.

Observação: Para baixar o manual do usuário, visite <http://corp.brytonsport.com>.

PBR

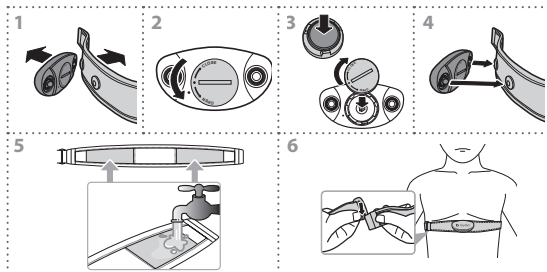
Instalação de Montagem na Bicicleta

Para montar o Rider 40 na sua bicicleta, aça o seguinte:



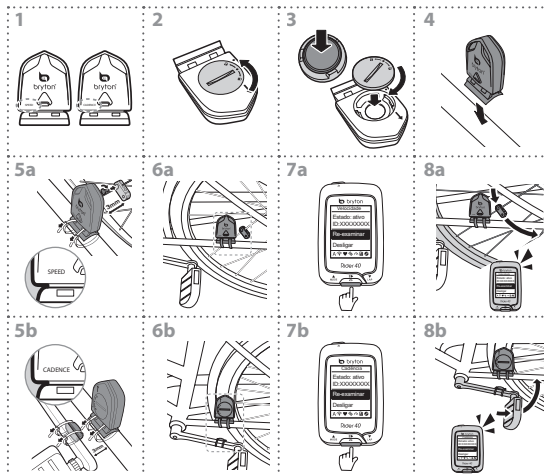
Instalações de Acessórios (opcionais)

Monitor de Frequência Cardíaca



PBR

Sensor de Velocidade/Cadência



PBR



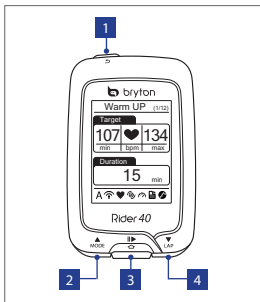
Rider
40

Instrukcja szybkiego
uruchomienia

Rider 40

Rider 40 ma cztery przyciski, które są używane do wielu funkcji.

Funkcje przycisków



1 ZASILANIE/POWRÓT (⏮/⏭)

- Naciśnij, aby powrócić do poprzedniej strony lub anulować operację.
- Naciśnij i przytrzymaj, aby włączyć/wyłączyć urządzenie.

2 TRYB/W GÓRĘ (▲)

- W widoku pomiaru, naciśnij, aby przełączyć stronę pomiaru ekranu.
- W Menu, naciśnij, aby przewinąć w górę opcje menu. Naciśnij i przytrzymaj w celu szybkiego przewinięcia opcji menu.
- W widoku wysokości, naciśnij i przytrzymaj, aby pokazać cały widok wysokości nad poziomem morza.

3 ENTER/NAGRAJ (⏮/⏭)

- W Menu, naciśnij, aby wprowadzić lub potwierdzić wybór.
- Podczas swobodnej jazdy rowerem, naciśnij, aby rozpocząć nagrywanie. Naciśnij ponownie, aby zatrzymać nagrywanie.

4 OKRĄŻENIE/W DÓŁ (▼)

- W Menu, naciśnij, aby przewinąć w dół opcje menu. Naciśnij i przytrzymaj w celu szybkiego przewinięcia w dół opcji menu.
- Podczas jazdy i nagrywania, naciśnij, aby zaznaczyć okrążenie.
- W trybie pomiaru, naciśnij i przytrzymaj, aby przejść na stronę Skrót.

PL

Akcesoria

Rider 40 jest dostarczany z następującymi akcesoriami:

- Kabel mini USB
- Zestaw do montażu na rowerze


Elementy opcjonalne:

- Pas pomiaru tętna
- Czujnik prędkości
- Czujnik kadencji
- Czujnik combo





Wprowadzenie

Włączanie/wyłączanie

Naciśnij i przytrzymaj , aby włączyć lub wyłączyć Rider 40.

Zerowanie

Aby wyzerować Rider 40, naciśnij i przytrzymaj w tym samym czasie wszystkie trzy przyciski (//).

Ustawienia początkowe

Po pierwszym włączeniu Rider 40, na ekranie pojawi się kreator instalacji. Wykonaj instrukcje w celu dokończenia instalacji.

1. Wybierz język wyświetlacza.
2. Wybierz czas letni.
3. Wybierz jednostkę pomiaru.
4. Wprowadź "profil użytkownika".

"Profil użytkownika" obejmuje następujące ustawienia danych:

- | | | |
|--------|-------------------------------|--|
| • Płeć | • Wiek | • Wzrost |
| • Waga | • Maks. HR (Maksymalne tętno) | • LTHR (Tętno wartości progowej zakwaszenia) |

Zaleca się wprowadzenie danych. Dokładność danych znacząco wpływa na analizę treningu.

5. Wybierz typ ćwiczenia.
6. Przeczytaj i zaakceptuj Umowę licencyjną.

Uwaga: Aby zmienić język urządzenia, połącz urządzenie ze stroną [Brytonsport.com](https://brytonsport.com) i zmień ustawienie przez **Moje urządzenie > Zarządzaj danymi urządzenia**.

PL

Łączenie, synchronizacja i ładowanie

1. Podłącz Rider 40 do komputera PC dostarczonym kablem mini USB.
2. Pobierz aplikację *Bryton Bridge 2* pod adresem bb.brytonsport.com i zsynchronizuj z Rider 40.



Pozostaw Rider 40 podłączony do komputera PC w celu naładowania baterii. Podłącz do komputera PC kablem mini USB.

Uwaga: Podczas pierwszego użycia baterię należy ładować przez około 4 godziny.

Ikony

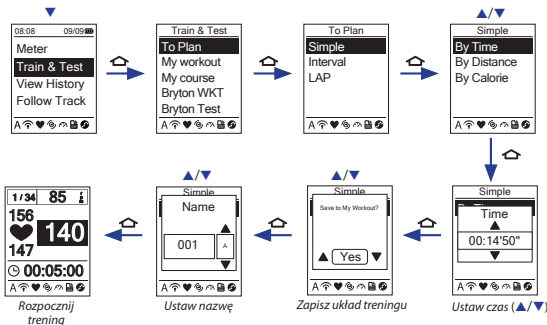
ikona	Opis
Używany rower	
A	Rower 1
B	Rower 2
Stan sygnału GPS	
	Brak sygnału (nie ustalony)
	Słaby sygnał
	Silny sygnał
Stan zasilania	
	Pełna bateria
	Bateria naładowana do połowy
	Słaba bateria

ikona	Opis
	Aktywny sensor pomiaru tętna
	Aktywny czujnik kadencji
	Aktywny czujnik prędkości
	Aktywny czujnik pomiaru energii
	Tryb Trening i test
	Tryb pomiaru
	Tryb Podążaj za drogą
	Nagrywanie dziennika
	Aktywny czujnik combo

Uwaga: Na ekranie wyświetlane są wyłącznie aktywne ikony.

Gotowość do treningu

1. Włącz Rider 40.
2. Naciśnij ▼, aby wybrać **Train & Test (Trening i test)** i naciśnij ⏠, aby przejść do menu Trening.
3. Aby ustawić prosty układ treningu, wybierz **To Plan (Zaplanuj) > Simpl (Prosty) > By Time (Według czasu), By Distance (Według odległości)** lub **By Calorie (Według kalorii)**.
4. Wykonaj niezbędne ustawienia ćwiczenia/treningu i wykonaj przejażdżkę.



Uwaga:

- Opcja **By Calorie (Według kalorii)** będzie wyświetlana na ekranie, wyłącznie po podłączeniu do Rider 40 czujnika tętna.
- Wyświetlane informacje i dostępne opcje zależą od trybu ćwiczenia/treningu.
- W celu dostosowania innych ustawień treningu, sprawdź dalsze szczegółowe informacje w podręczniku użytkownika.

Udostępnianie i zarządzanie danymi

Zarządzaj danymi Rider 40 przez komputer

1. Podłącz Rider 40 do komputera kablem mini USB.
2. Zainstaluj aplikację *Bryton Bridge 2*. Aplikację można pobrać pod adresem <http://bb.brytonsport.com>.
3. Wykonaj instrukcje ekranowe w celu transferu danych do komputera.

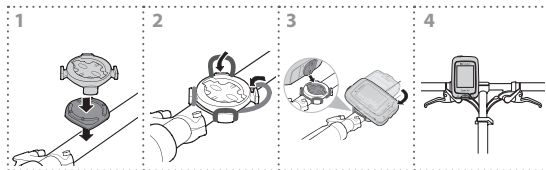
Dzielenie się doświadczeniami z innymi rowerzystami

Aby podzielić się swoimi doświadczeniami i wynikami treningów z innymi rowerzystami na całym świecie, odwiedź stronę sieci web <http://www.brytonsport.com>.

Uwaga: Aby pobrać podręcznik użytkownika, odwiedź stronę sieci web <http://corp.brytonsport.com>.

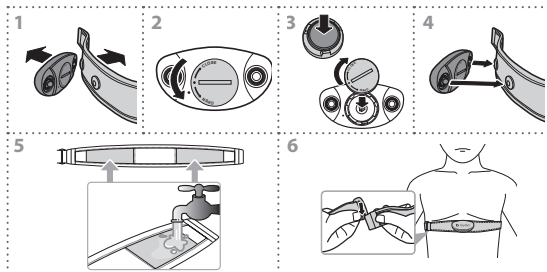
Instalacja zestawu do montażu na rowerze

Aby zamontować Rider 40 na rowerze należy wykonać następujące czynności:



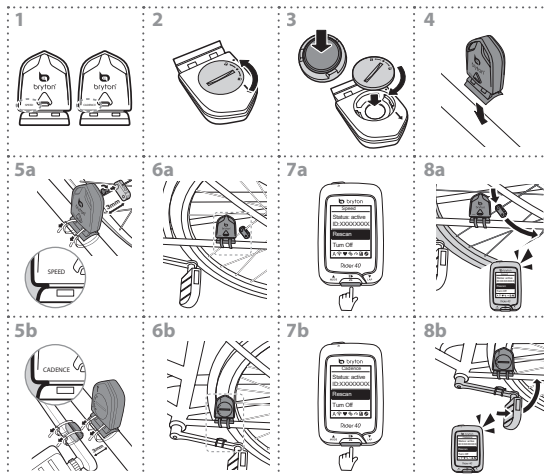
Instalacja akcesoriów (Opcjonalne)

Monitor tętna



PL

Czujnik prędkości/kadencji





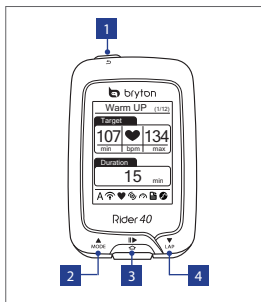
Rider
40

Stručná příručka

Rider 40

Rider 40 má čtyři tlačítka k ovládání různých funkcí.

Hlavní funkce



Příslušenství

Přístroj Rider 40 je dodáván s následujícím příslušenstvím:

- Mini USB kabel
- Držák na kolo
- Volitelné položky:
- Pás se snímačem srdeční činnosti
- Snímač rychlosti
- Snímač kadence
- Kombinovaný snímač

1 VYPÍNAČ/ZPĚT (⏏/↶)

- Stisknutím se vrátíte na předchozí stránku nebo zrušíte operaci.
- Stisknutím a podržením zapnete nebo vypnete přístroj.

2 REŽIM/NAHORU (▲)

- V režimu měření přepnete stránku obrazovky měření.
- V nabídce stisknutím procházíte směrem nahoru. Stisknutím a podržením rychle procházíte nabídku směrem nahoru.
- V režimu zobrazení nadmořské výšky stisknutím a podržením zobrazíte celkový pohled na nadmořskou výšku.

3 POTVDIT/ZÁZNAM (⏏/▶)

- V nabídce otvíráte a potvrzujete možnosti.
- Při volné jízdě stisknutím spustíte záznam. Dalším stisknutím zastavíte záznam.

4 KOLO/DOLŮ (▼)

- V nabídce stisknutím procházíte směrem dolů. Stisknutím a podržením rychle procházíte nabídku směrem dolů.
- Při jízdě a záznamu stisknutím označte kolo.
- V režimu měření stisknutím a podržením otevřete stránku Zástupce.






Začínáme

Zapnutí/vypnutí

Stisknutím a podržením  zapnete nebo vypnete přístroj Rider 40.

Reset

Přístroj Rider 40 resetujete stisknutím a podržením všech tří tlačítek (//) najednou.

Výchozí konfigurace

Při prvním zapnutí přístroje Rider 40 se na displeji zobrazí průvodce nastavením. Dokončete nastavení podle pokynů.

1. Vyberte jazyk displeje.
2. Vyberte letní čas.
3. Vyberte měrnou jednotku.
4. Zadejte váš „uživatelský profil“.

„Uživatelský profil“ obsahuje následující nastavení dat.

- | | | |
|------------|-------------------------|--------------------------------|
| • Pohlaví | • Věk | • Výška |
| • Hmotnost | • Max HR (nejvyšší tep) | • LTHR (tep laktózového prahu) |

Doporučujeme zadat data. Přesnost dat bude mít velký vliv na analýzu vašeho tréninku.

5. Vyberte typ cvičení.
6. Přečtete si a přijmete dohodu o bezpečnosti.

Poznámka: Pokud chcete změnit jazyk přístroje, připojte přístroj k [Brytonsport.com](https://www.brytonsport.com) a změňte nastavení pomocí **Mé zařízení > Správa dat zařízení**.

Připojení, synchronizace a nabíjení

1. Připojte Rider 40 k PC pomocí dodávaného mini USB kabelu.
2. Stáhněte si aplikaci *Bryton Bridge 2* z bb.brytonsport.com a synchronizujte přístroj Rider 40.



Nechte Rider 40 připojený k PC, aby se nabíla baterie. K připojení k PC použijte mini USB kabel.

Poznámka: Při prvním použití nabíjete baterii přibližně 4 hodiny.

Ikony

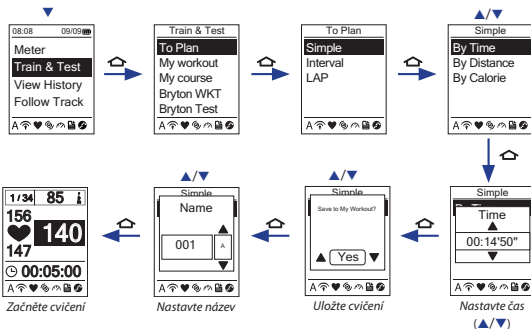
ikona	Popis
Používané kolo	
A	Kolo 1
B	Kolo 2
Stav signálu GPS	
	Žádný signál (nezaměřeno)
	Slabý signál
	Silný signál
Stav napájení	
	Nabitá baterie
	Poloviční baterie
	Vybitá baterie

ikona	Popis
	Snímač srdeční činnosti je aktivní
	Snímač kadence je aktivní
	Snímač rychlosti je aktivní
	Snímač výkonu je aktivní
	Režim Trénink a test
	Režim měření
	Režim Najít a jít
	Probíhající záznam protokolu
	Kombinovaný snímač je aktivní

Poznámka: displej zobrazuje pouze aktivní ikony.

Připraven ke cvičení

1. Zapněte Rider 40.
2. Stiskem ▼ vyberte **Train & Test (Trénink a test)** a stiskem 🏠 otevřete nabídku cvičení.
3. Jednoduché cvičení nastavte volbou **To Plan (Plánovat)** > **Simple (Jednoduché)** > **By Time (Dle času)**, **By Distance (Dle vzdálenosti)** nebo **By Calorie (Dle kalorií)**.
4. Nastavte potřebná nastavení cvičení a vyjedte.



Poznámka:

- **By Calorie (Dle kalorií)** se zobrazí pouze pokud je k Rider 40 připojen snímač tepu.
- Zobrazené informace a nabídka možností se liší podle režimu cvičení.
- Přípůsobení jiných nastavení cvičení proveďte podle kompletní příručky.

Sdílení a správa dat

Správa dat přístroje Rider 40 prostřednictvím počítače

1. Připojte Rider 40 k počítači mini USB kabelem.
2. Nainstalujte aplikaci *Bryton Bridge 2*. Aplikaci můžete stáhnout z <http://bb.brytonsport.com>.
3. Podle zobrazených pokynů přeneste data do vašeho počítače.

Podělte se o vaše zkušenosti s ostatními cyklisty

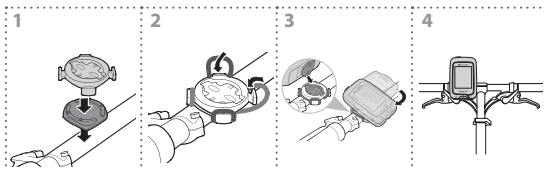
Chcete-li se podělit o vaše zkušenosti a výsledky cvičení s ostatními cyklisty, navštivte <http://www.brytonsport.com>.

Poznámka: Uživatelskou příručku stáhnete z <http://corp.brytonsport.com>.

Instalace držáku na kolo

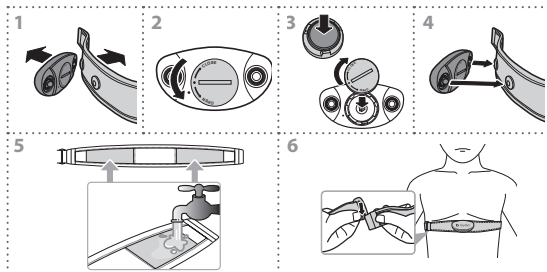
Postup upevnění Rider 40 na kolo:

CZ

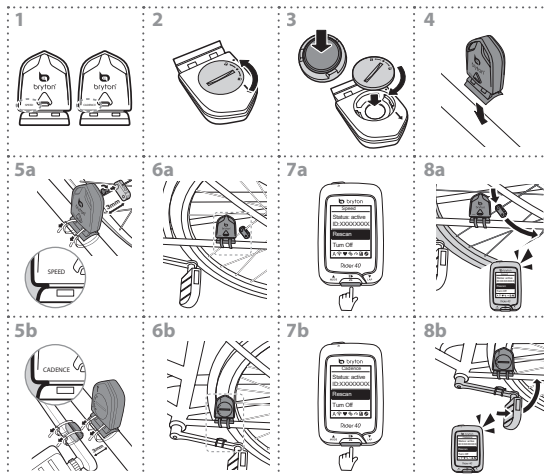


Instalace příslušenství (volitelné)

Snímač teploty



Snímač rychlosti/kadence



CZ



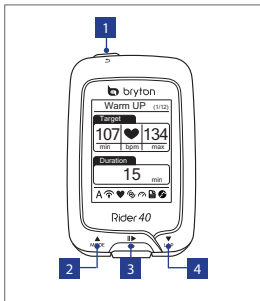
Rider
40

**Gyors
üzembehelyezési
útműtató**

Rider 40

A Rider 40 négy gombbal rendelkezik, amelyeknek többféle funkciója van.

Gombfunkciók



Tartozékok

A Rider 40-hez az alábbi tartozékok járnak:

- mini USB kábel
- Rögzítő kerékpárra

Opcionális tételek:

- Pulzusmérő óv
- Sebesség érzékelő
- Lejtés érzékelő
- Combo érzékelő

1 TÁP/VISSZA (⏮/⏭)

- Nyomja meg, hogy visszatérjen az előző oldalra, vagy visszavonjon egy műveletet.
- Nyomja meg a gombot és tartsa lenyomva a készülék be-, illetve kikapcsolásához.

2 MÓD/FEL (▲)

- Mérőnézetben nyomja meg, hogy mérőképernyőre váltson.
- A Menüben nyomja meg, hogy felfele lépjen, vagy a menüopciók között lépkedjen. Nyomja meg és tartsa nyomva, hogy gyorsan lépkedjen felfele a menüopciók között.
- Magasság nézetben nyomja meg és tartsa nyomva a magasságnézethez.

3 ENTER/RÖGZÍTÉS (⏏/||▶)

- A Menüben nyomja meg belépéshez vagy választás jóváhagyásához.
- Szabad kerékpározás közben nyomja meg a gombot a rögzítés indításához. Nyomja meg újra a rögzítés megállításához.


4 KÖR/LE (▼)

- A Menüben nyomja meg, hogy lefele lépjen, vagy a menüopciók között lépkedjen. Nyomja meg és tartsa nyomva, hogy gyorsan lépkedjen lefele a menüopciók között.
- Kerékpározás és rögzítés közben nyomja meg a kör megjelöléséhez.
- Mérő módban nyomja meg és tartsa lenyomva a Rövidítések oldala való belépéshez.



Kezdő lépések

Ki/Bekapcsolás

Nyomja meg a  gombot és tartsa lenyomva a Rider 40 be-, illetve kikapcsolásához.

Visszaállítás

A Rider 40 visszaállításához nyomjameg és tartsa lenyomva mindhárom gombot (//) egyidőben.

Kezdeti beállítás

Amikor első alkalommal kapcsolja be a Rider 40 eszközt, megjelenik a beállító varázsló a kijelzőn. Kövesse az útmutatást a beállítás elvégzéséhez.

1. Válasza ki a menü nyelvét.
2. Válassza ki a nyári időszámítást.
3. Válasszon mértékegységet.
4. Adja meg "felhasználói profil".

A "felhasználói profil" a következő adatbeállításokat tartalmazza:

- | | | |
|--------|-----------------------------|---------------------------------|
| • Nem | • Év | • Magasság |
| • Súly | • Max HR (Maximális pulzus) | • LTHR (Laktóz terhelős pulzus) |

Javasoljuk az adatok megadását. Az adatok pontossága erősen befolyásolja az edzés elemzését.

5. Válasszon edzéstípust.
6. Olvassa el és fogadja el a Biztonsági Megállapodást.

Megjegyzés: Ha meg akarja változtatni a készülék nyelvét, csatlakozzon a készülékkel a Brytonsport.com oldalra és változtassa meg a beállítást a **Saját eszközőm** > **Eszközadatok kezelése** pontokon keresztül.





Csatlakozás, szinkronizálás és töltés

1. Csatlakoztassa a Rider 40 eszközt a számítógéphez a mellékelt USB kábellel.
2. Töltse le a *Bryton Bridge 2* alkalmazást a bb.brytonsport.com oldalról és szinkronizálja a Rider 40 eszközzel.



Hagyja a Rider 40 készüléket a számítógéphez csatlakoztatva, hogy töltsen az akkumulátort.

A számítógéphez való csatlakozáshoz használja a mini USB kábelt.

Megjegyzés: Az első használat előtt töltsen az akkumulátort 4 órán át.

Ikonok

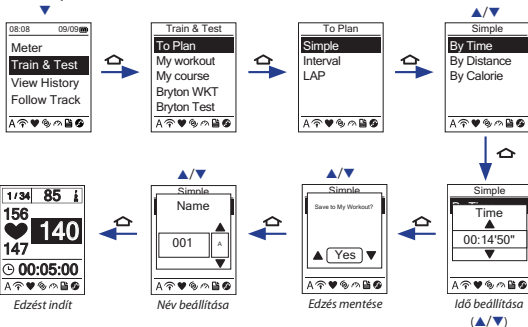
ikon	Leírás
Kerékpár használatban	
A	1 kerékpár
B	2 kerékpár
GPS jel állapota	
	Nincs jel (nincs rögzítve)
	Gyenge jel
	Erős jel
Tápfeszültség állapota	
	Teljesen feltöltött akkumulátor
	Félig töltött akkumulátor
	Alacsony töltésszint

ikon	Leírás
	Aktív pulzus-érzékelő
	Aktív időjel-érzékelő
	Aktív sebesség érzékelő
	Aktív erőmérő érzékelő
	Edzés és teszt mód
	Mérés mód
	Kövess az ösvényt mód
	Naplózás folyamatban
	Aktív combo érzékelő

Megjegyzés: Csak az aktív ikonok jelennek meg a képernyőn.

Edzésre kész

1. Kapcsolja be a Rider 40 készüléket.
2. Nyomja meg a ▼ gombot az **Train & Test (Edzés és teszt)** kiválasztásához és nyomja meg a 🏠 gombot az Edzés menübe való belépéshez.
3. Egyszerű edzés beállításához válassza a **To Plan (Terv) > Simple (Egyszerű) > By Time (Idő), By Distance (Távolság), vagy By Calorie (Kalória)** lehetőséget.
4. Állítsa be a szükséges gyakorlat/edzés beállításokat és menjen kerékpározni.



Megjegyzés:

- **By Calorie (Kalória)** csak akkor jelenik meg a képernyőn, ha a HR érzékelő a Rider 40-hoz van kapcsolva.
- A kijelzett információ és az elérhető opciók változnak a gyakorlat/edzés mód szerint.
- A más edzésbeállítások testreszabásához lásd a Felhasználói kézikönyvet.



Adatok kezelése és megosztása

A Rider 40 adatainak kezelése számítógépe segítségével

1. Csatlakoztassa a Rider 40 készüléket a számítógéphez a mini USB kábel segítségével.
2. Telepítse a *Bryton Bridge 2* alkalmazást. Az alkalmazás letölthető a <http://bb.brytonsport.com> címről.
3. Az adatok számítógépre töltéséhez kövesse a képernyőn megjelenő utasításokat.

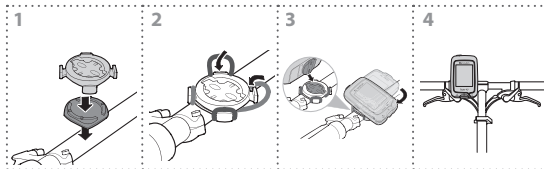
Ossza meg tapasztalatait más kerékpárosokkal!

Hogy megoszthassa tapasztalatait más kerékpárosokkal a világ minden részén, látogassa meg a <http://www.Brytonsport.com> weboldalt.

Megjegyzés: A felhasználói kézikönyv letöltéséhez látogasson el a <http://corp.brytonsport.com> oldalra.

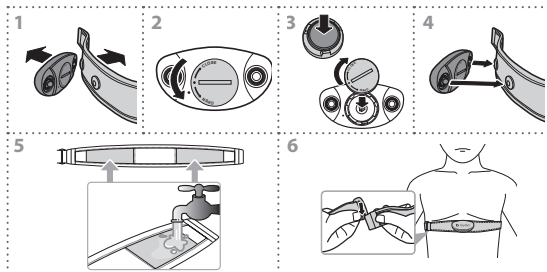
Kerékpárra szerelés

A Rider 40 kerékpárra való szereléséhez tegye a következőket:

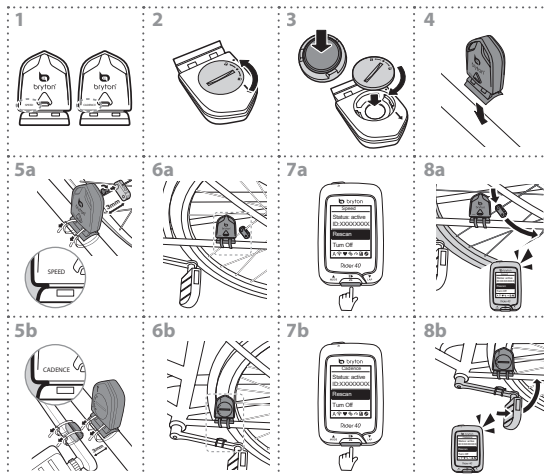


Kellékek szerelése (opcionális)

Pulzusmérő



Sebesség-/Időjel-érzékelő





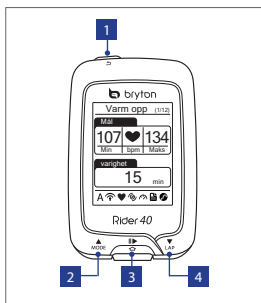
Rider
40

Hurtigstartguide

Rider 40

Rider 40 har fire taster som har flere funksjoner.

Viktige funksjoner



Tilbehør

Rider 40 kommer med følgende tilbehør:

- mini-USB-kabel
- Sykkelmontasje

Valgfrie elementer:

- Pulsbelte
- Fartssensor
- Frekvenssensor
- Kombisensor

1 PÅ/AV/TILBAKE (⏻/⏮)

- Trykk for å gå tilbake til den forrige siden eller avbryte en handling.
- Trykk og hold for å slå enheten på/av.

2 MODE/OPP (▲)

- I målevisning: Trykk for å bytte måleside.
- I menyen: Trykk for å flytte opp og bla i menyalternativene. Trykk og hold for å rulle fort opp gjennom menyalternativene.
- I høydevisning: Trykk og hold for å se hele høydevisningen.

3 ENTER/OPPTAK (⏻/▶)


- I menyen: Trykk for å gå inn eller bekrefte et valg.
- Under fri sykling: Trykk for å starte et opptak. Trykk igjen for å avslutte opptaket.

4 LAP/NED (▼)




- I menyen: Trykk for å flytte ned og bla i menyalternativene. Trykk og hold for å rulle fort ned gjennom menyalternativene.
- Mens du sykler og tar opp: Trykk for å markere etappen.
- I målemodus: Trykk og hold for å gå til snarveisiden.

Komme i gang

Skru på/av

Trykk og hold  for å slå Rider 40 på/av.

Tilbakestill

Rider 40 tilbakestilles ved å trykke og holde alle de tre knappene (//) samtidig.

Første oppsett

Når du skurrer på Rider 40 for første gang, vil en oppsettveiviser dukke opp på skjermen. Følg instruksjonen for å fullføre oppsettet.

1. Velg skjermsspråk.
2. Velg sommertid.
3. Velg måleenhet.
4. Skriv inn "brukerprofilen" din.

"Brukerprofilen" omfatter følgende opplysninger:

- Kjønn
- Alder
- Høyde
- Vekt
- Maks. pulsfrekvens (HR)
- Puls ved melkesyreterskel (LTHR)

Det anbefales å skrive inn disse opplysningene.

Datanøyaktigheten påvirker treningsanalysen i høy grad.

5. Velg treningstype.
6. Les og godta sikkerhetsavtalen.

Merk: Hvis du ønsker å endre språket i enheten, kobler du den til Brytonssport.com og endrer innstillingen via **Min enhet** > **Endre data på enheten**.

NO

Koble til, synkronisere og lade

1. Koble Rider 40 til datamaskinen ved hjelp av den vedlagte mini-USB-kabelen.
2. Last ned *Bryton Bridge 2*-programmet fra bb.brytonsport.com og synkroniser med Rider 40.



Hold Rider 40 tilkoblet datamaskinen for å lade batteriet. Bruk en mini-USB-kabel for å koble til en datamaskin.

Merk: Ved første gangs bruk tar det omtrent 4 timer å lade batteriet.

Ikoner

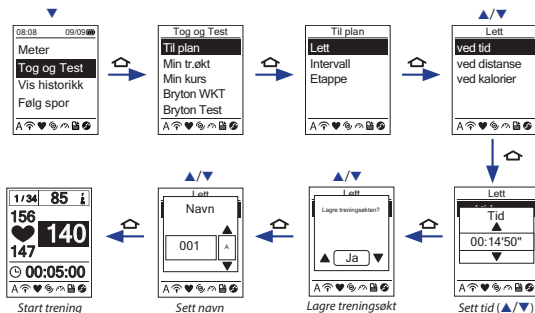
ikon	Beskrivelse
Sykkelbruk	
A	Sykel 1
B	Sykel 2
GPS-signalstatus	
	Intet signal (ikke fiksert)
	Svakt signal
	Sterkt signal
Strømstatus	
	Fullt batteri
	Halvfullt batteri
	Lavt batterinivå

ikon	Beskrivelse
	Pulssensor aktiv
	Frekvenssensor aktiv
	Fartssensor aktiv
	Effektmålesensor aktiv
	Tog og Test-modus
	Målemodus
	Følg spor-modus
	Loggopptak pågår
	Kombisensor aktiv

Merk: Kun de aktive ikonene vises på skjermen.

Klar til å trene

1. Skru på Rider 40.
2. Trykk på ▼ for å velge **Tog og Test** og trykk på ⏠ for å gå inn i treningsmenyen.
3. Slik setter du opp en enkel treningsøkt: Velg **Til plan** > **Lett** > **ved tid**, **ved distanse** eller **ved kalorier**.
4. Still inn de nødvendige parametrene og legg i vei på trening.



Merk:

- Ved kalorier vises kun på skjermen hvis pulssensoren er koblet til Rider 40.
- Informasjonen som vises og tilgjengelige alternativer varierer med treningsmodusen.
- Nærmere informasjon om å tilpasse andre treningsinnstillinger finner du i brukerhåndboken.

NO

Dele og administrere data

Administrere data fra Rider 40 på datamaskinen

1. Koble Rider 40 til datamaskinen ved hjelp av den vedlagte mini-USB-kabelen.
2. Installer *Bryton Bridge 2*-programmet. Du kan laste ned programmet fra <http://bb.brytonsport.com>.
3. Følg instruksjonene på skjermen for å overføre data til datamaskinen.

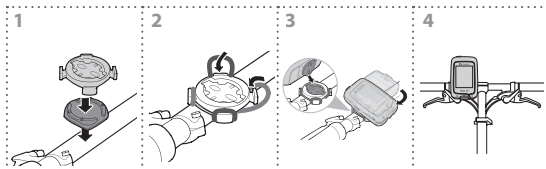
Del dine opplevelser med andre syklist

Besøk <http://www.brytonsport.com> for å dele dine opplevelser og treningsresultater med andre syklist rundt om i verden.

Merk: Brukerhåndboken laster du ned fra <http://corp.brytonsport.com>.

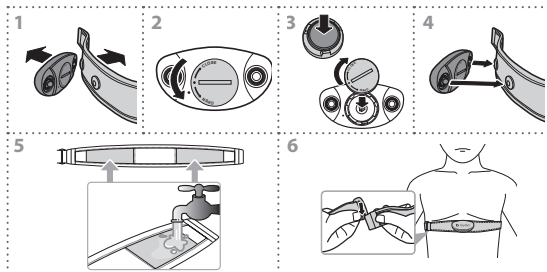
Terrengsykkelmontering

Slik monteres Rider 40 på sykkel:

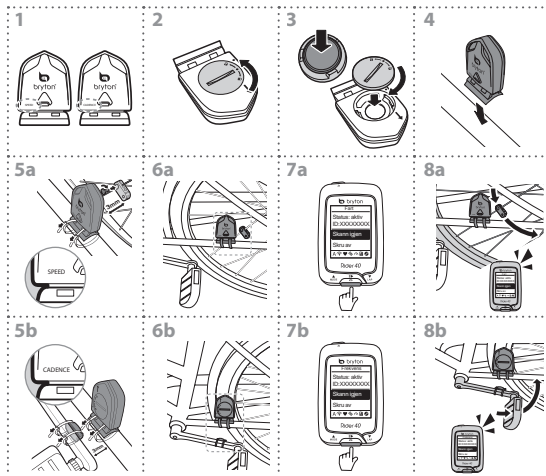


Installasjon av tilbehør (valgfritt)

Pulsmåler



Fart/frekvenssensor





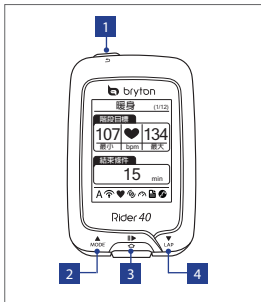
Rider
40

快速使用指南

Rider 40

Rider 40 有四個功能按鍵。

按鍵功能



1 電源/返回鍵 (⏻/↶)

- 短按返回上一個畫面或取消選項。
- 長按開啟/關閉機器。

2 模式/向上鍵 (▲)

- 在碼表資訊畫面時，短按更換頁面。
- 在選單中，短按選取選項。長按快速選取選項。
- 在高度檢視中，切換全頁面高度檢視。

3 確認/記錄鍵 (⏻/▶)

- 在選單中，短按確認選項。
- 在自由騎乘時，短按開始記錄。再短按停止記錄。

4 計圈/向下鍵 (▼)

- 在選單中，短按選取選項。長按快速選取選項。
- 當騎乘並記錄時，短按記錄計圈資料。
- 在碼表資訊畫面時，長按進入捷徑頁面。

配件

Rider 40 隨附以下配件：


- mini USB線
- 單車固定架

可選購的配件包含：

- 心率帶
- 速度感測器
- 踏頻感測器
- 兩合一感測器

開始使用

開啟/關閉

長按電源鍵  以開啟/關閉 Rider 40。

重設

同時長按三個按鍵 (//)，重設 Rider 40。

初次安裝

初次安裝 Rider 40，畫面上會顯示安裝步驟。請依下列順序來安裝：

1. 選擇顯示語言。
 2. 選擇日光節約時間。
 3. 選擇量測單位。
 4. 輸入您的“使用者資訊”。
- “使用者資訊”包括以下數據設置：

- 性別
- 年齡
- 身高
- 體重
- Max HR (最大心跳)
- LTHR (乳酸閾心率)

建議您輸入各項資訊。您輸入的資訊將會影響訓練分析的正確性。

5. 選擇訓練項目。
6. 閱讀並接受安全條款。

注意: 如果您需要更改裝置上的語言設定，請將 Rider 40 連結至 brytonsport.com，進入 **我的裝置** > **管理裝置資料**，即可更改語言設定。

連結、同步、充電

1. 使用隨附的 USB 連結線將 Rider 40 連結至電腦。
2. 從 bb.brytonsport.com 下載 *Bryton Bridge 2* 應用程式，再將 Rider 40 同步。



繼續將 Rider 40 連結於電腦上，為 Rider 40 充電。

注意：第一次使用時，電池應充電約 4 小時。


圖示

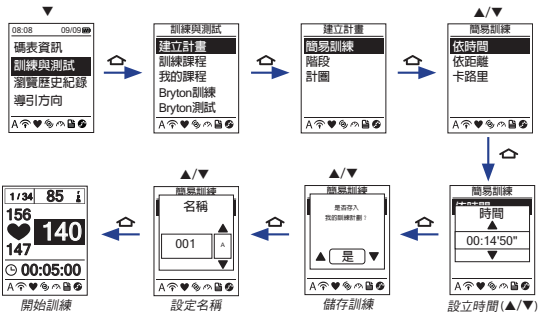
圖示	項目
自行車使用中	
A	自行車1
B	自行車2
GPS訊號狀態	
	無訊號
	訊號微弱
	訊號良好
電池圖示	
	電力充滿
	電力尚可
	電力不足

圖示	項目
	心率感測器使用中
	踏頻感測器使用中
	速度感測器使用中
	功率計感測器使用中
	訓練與測試模式
	碼表模式
	導引方向模式
	騎乘資料記錄中
	二合一感測器

注意：畫面上只會出現正在使用的圖示。

開始訓練

1. 開啟 Rider 40。
2. 短按向下鍵 ▼ 選擇**訓練與測試**，短按  鍵進入訓練選單。
3. 設立簡易訓練: 選擇見**建立計畫** > **簡易訓練** > **依時間**、**依距離**、**卡路里**。
4. 設立其他運動/訓練內容，您即可開始騎乘。



注意:

- 當 Rider 40 連結至心率感測器時，才會顯示**卡路里**的選項。
- 畫面顯示的資訊，會根據您的設定不同而有所變化。
- 請參閱使用手冊，進一步了解各項設定流程與內容。

分享與管理資料

透過電腦管理您的 Rider 40

1. 使用 mini USB 線將 Rider 40 連接至電腦。
2. 安裝 *Bryton Bridge 2* 應用程式。您可以至 <http://bb.brytonsport.com> 下載應用程式。
3. 依照畫面指示，將資料傳送至電腦中。

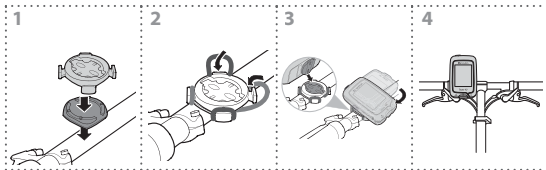
與其他單車騎士分享經驗

請至 <http://www.brytonsport.com>，與全球各地的單車騎士分享您的經驗與訓練成果。

注意：請至 <http://corp.brytonsport.com> 下載使用手冊。

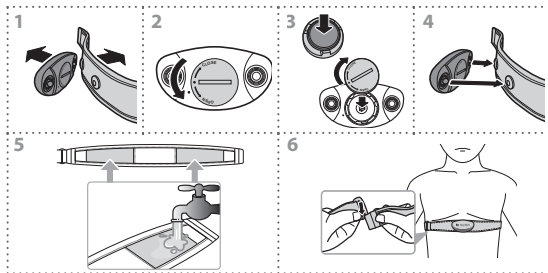
將 Rider 40 安裝於自行車上

請依照下列指示將 Rider 40 安裝於自行車上。

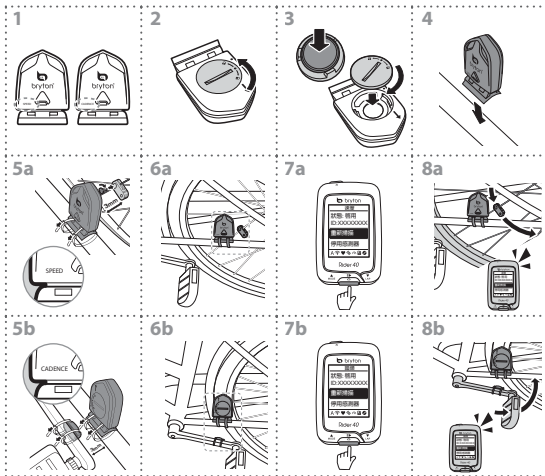


(選購) 配件安裝方式

心率感測器



速度/踏頻感測器





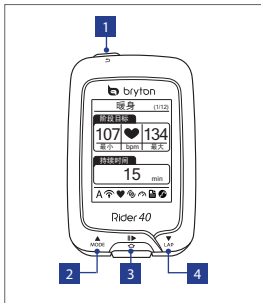
Rider
40

快速使用指南

Rider 40

有 4 个功能按键。

按键功能



1 电源/返回按键 (⏻/↶)

- 短按按键可返回上一个页面或取消选项。
- 长按按键可开启/关闭电源。

2 模式/向上按键 (▲)

- 码表模式下，短按可切换检视模式。
- 菜单模式下，短按可向上选择选项。长按可快速向上选择。
- 高度检视模式下，短按按键可切换全屏高度检视图。

3 确认/记录按键 (⏵/▶▶)

- 菜单模式下，短按可确认选项。
- 骑行模式下，短按可开始记录运动数据。再短按可停止。

4 绕圈/向下按键 (▼)

- 菜单模式下，短按可向下选择选项。长按可快速向下选择。
- 开始记录运动数据时，短按可记录绕圈数据。
- 码表模式下，长按可进入“快速菜单”设置页面。

配件

包含以下配件：

- mini USB 线
- 自行车固定支架

可选购的配件包含：

- 心跳带
- 速度感应器
- 踏频感应器
- 2合1感应器

开始使用

开启/关闭

长按电源按钮  可开启/关闭 Rider 40 主机电源。

主机重起

同时长按三个按键 (//) 可重新启动 Rider 40。

首次启动，设置信息

首次启动 Rider 40，主机页面会显示设置步骤。

请依下列顺序设置：

1. 设置显示语言。
2. 设置日光节约时间。
3. 设置公制单位。
4. “设置用户信息”：
“设置用户信息”包括以下数据设置：
 - 性别
 - 年龄
 - 身高
 - 体重
 - Max HR (最大心跳)
 - LTHR (乳酸阈值心率)您输入的信息越准确，您的运动数据分析也越准确。
5. 设置训练类型。
6. 阅读并接受安全条款。

注意：如您需要再次更改主机的显示语言，请将 Rider 40 连接电脑，并登入 brytonsport.com，进入“**我的设备** > **管理设备数据**”，可以轻松更改。

连接，同步，充电

1. 请使用包装盒内的 USB 线，连接 Rider 40 主机与电脑。
2. 请从 bb.brytonsport.com 下载 *BrytonBridge2* 驱动。安装完成后，同步 Rider 40。



您可继续连接 Rider 40 在电脑上充电。

注意：第一次使用时，电池应至少充电 4 小时。

图标

图标	项目
自行车状态	
A	自行车1启用中
B	自行车2启用中
GPS信号状态	
	无信号
	信号微弱
	信号良好
电池状态	
	电力饱满
	电力尚可
	电力不足

图标	项目
	心跳带启用中
	踏频器启用中
	速度感应器启用中
	功率感应器启用中
	骑行训练测试模式
	码表模式
	计划骑行模式
	开始记录运动数据
	2合1感应器启用中

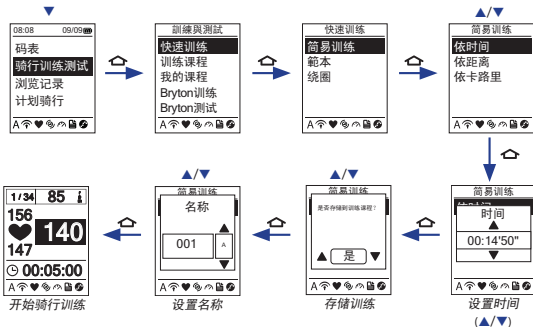
注意：主机页面上只会出现正在使用的图标。



开始训练

1. 打开 Rider 40 电源。
2. 短按向下 ▼ 按键，选择菜单中的**骑行训练测试**后，短按 ⏠ 键来确认进入训练模式。
3. 设置快速训练模式: 选择**快速训练** > **简易训练** > **依时间、依距离、依卡路里**。
4. 设置运动/训练设定参数后，即可开始骑行训练。

简体中文



注意:

- 当 Rider 40 与心跳带完成配对后，才能显示**依卡路里的选项**。
- 主机页面显示信息，会根据您设置内容来显示。
- 请参考使用手册，进一步了解各种设定流程与内容。



分享与管理数据

透过电脑管理您的 Rider 40

1. 使用 mini USB 线连接 Rider 40 主机与电脑。
2. 安装 *Bryton Bridge 2* 驱动。您可以到 <http://bb.brytonsport.com> 下载驱动。
3. 按照页面指示，同步运动数据到电脑做分析。

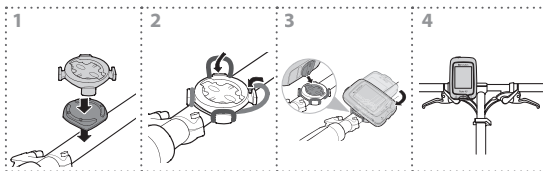
分享运动数据

请登录入 <http://www.brytonsport.com>，您可以查看或分享您的运动数据。

注意：请至 <http://corp.brytonsport.com> 下载相关使用手册。

安装到自行车上

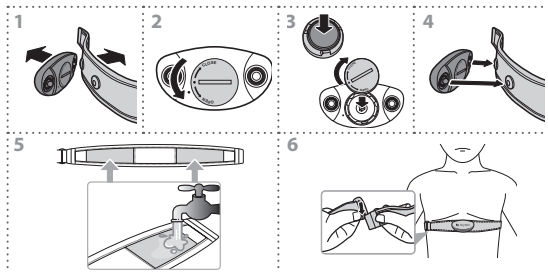
请按照下列指示将 Rider 40 安装到自行车上。



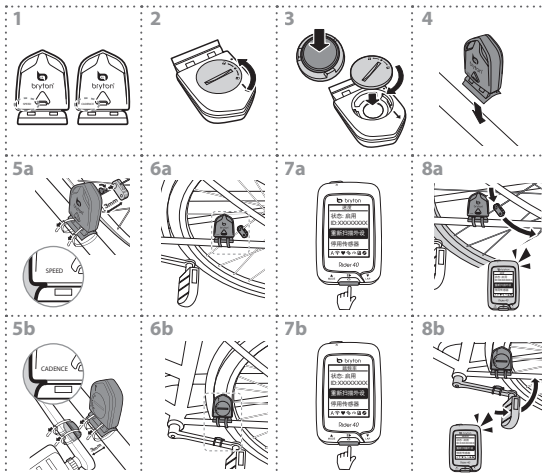
(选购) 配件安装方式

心跳带

简体中文



速度/踏频感应器





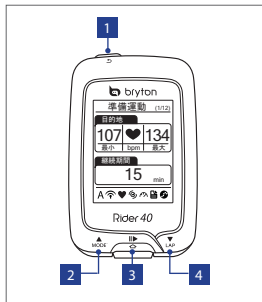
Rider
40

クイックスタートガイド

Rider 40

Rider 40 には、複数の機能で使用される4つのキーがあります。

キーの機能



アクセサリ

Rider 40 には、次の付属品が同梱されています。

- ・ミニUSBケーブル
 - ・自転車マウント
- 次の製品は別売り（オプション）です。
- ・心拍計
 - ・速度センサー
 - ・ケイデンスセンサー
 - ・コンボセンサー

1 電源/戻る (⏻/⏮)

- ・このボタンを押すと、前に表示したページへ戻るか、操作を取り消します。
- ・押し続けるとデバイスの電源のオン/オフが切り替わります。

2 モード/上 (▲)

- ・メーター表示で、このキーを押すとメータースクリーンページに切り替わります。
- ・メニューモードで、このボタンを押すとメニューオプションが上にスクロールします。押し続けると、メニューオプションを上にスクロールします。
- ・高度表示で、このキーを押し続けると高度全体が表示されます。

3 決定/記録 (⏻/⏭)

- ・メニューで、このボタンを押して選択を表示するかまたは選択を確認します。
- ・フリーサイクリングでは、を押して記録を開始します。再び押すと、記録を中断します。

4 ラップ/下 (▼)

- ・メニューモードで、このボタンを押すとメニューオプションが下にスクロールします。押し続けると、メニューオプションを下にスクロールします。
- ・サイクリングまたは記録中、押してラップをマークします。
- ・メーターモードで、押し続けるとショートカットページに入ります。



使用の手引き

オン/オフを切り替える

⬆ の長押しで Rider 40 の電源のオン/オフを切り替えます。

リセット

Rider 40 をリセットするには、3つのキー (▲/△/▼) をすべて同時に押します。

JP

最初のセットアップ

Rider 40 の電源をはじめてオンにしたときは、セットアップ ウィザードが起動します。手順に従って、セットアップを完成させてください。

1. 表示言語を選択します。
2. 夏時間を選択します。
3. 測定に使用する単位を選択します。
4. 「ユーザー プロファイル」を入力します。

「ユーザープロフィール」には、次のデータ設定が含まれます。

- 性別
- 年齢
- 身長
- 体重
- Max HR (最大心拍数)
- LTHR (Lactate しきい値心拍数)

ユーザー データはなるべく入力しましょう。データの正確性が高いとトレーニング分析結果の精度が向上します。

5. 運動のタイプを選択します。
6. 安全に関する同意書をよく読み、よろしければ同意してください。

注: デバイスの言語を変更したい場合、デバイスを [Brytonsport.com](https://brytonsport.com) に接続し、**マイデバイス > デバイス データの管理** 経由で設定を変更してください。



接続、同期、および充電

1. 付属のミニ USB ケーブルを使用して、Rider 40 を PC に接続します。
2. bb.brytonsport.com で *Bryton Bridge 2* アプリケーションをダウンロードし、Rider 40 と同期します。



Rider 40 を PC に接続したままにして、バッテリーを充電します。ミニ USB ケーブルを使用して PC に接続します。

注：初めて使用する場合、バッテリーを 4 時間ほど充電してください。

JP

アイコン

アイコン	説明
使用自転車	
A	自転車1
B	自転車2
GPS 信号ステータス	
📶 (no signal)	信号なし(受信なし)
📶 (weak)	弱い
📶 (strong)	良好
バッテリー残量	
🔋 (full)	残量 高
🔋 (50%)	残量 50%
🔋 (low)	残量 低

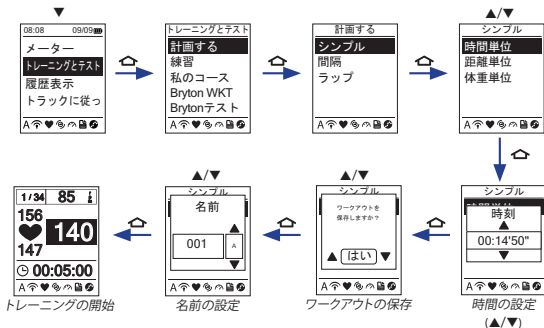
アイコン	説明
❤️	心拍センサー 有効
🌀	ケイデンス センサー 有効
🏍️	速度センサー有効
⚡ watt	電源メーターセンサー有効
📄	トレーニングとテストモード
👁️	メーターモード
🏍️	トラックに従っモード
📄	ログ記録実行中
🌀	コンボセンサー有効

注：アクティブなアイコンのみが画面に表示されます。

トレーニングの準備完了

1. Rider 40 の電源をオンにします。
2. ▼を押して**トレーニングとテスト**を選択し、⌂トレーニングメニューに入ります。
3. 単純なワークアウトを選択するには、**計画する>シンプル>時間単位、距離単位、体重単位**。
4. 必要なエクササイズ/トレーニング設定を行って、サイクリングに出かけます。

JP



ご注意:

- **体重単位**がRider 40 にリンクされている場合、HR データのみが画面に表示されます。
- 表示された情報と利用可能なオプションは、エクササイズ/トレーニングモードによって異なります。
- 他のトレーニング設定をカスタマイズするには、ユーザーズマニュアルで詳細を確認してください。



データの共有と管理

コンピュータ経由での Rider 40 データの管理

1. ミニ USB ケーブルを使用して、コンピュータに Rider 40 を接続します。
2. *Bryton Bridge 2* アプリケーションをインストールします。アプリケーションは <http://bb.brytonsport.com> からダウンロードできます。
3. 画面に表示される指示に従って、データをコンピュータに転送します。

JP

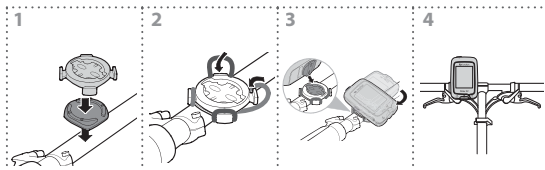
ほかの自転車仲間と情報交換をしましょう

世界中の他の自転車仲間と経験やトレーニング結果を共有するには、<http://www.brytonsport.com> にアクセスしてください。

ご注意： ユーザーズマニュアルをダウンロードするには、<http://corp.brytonsport.com> にアクセスしてください。

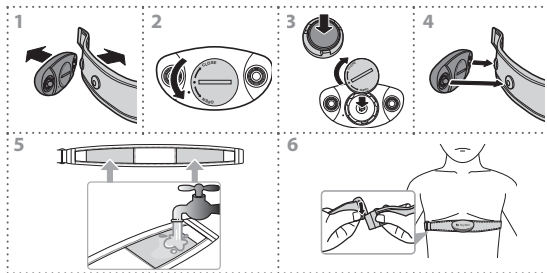
自転車マウントの取り付け

自転車に Rider 40 をマウントするには、次を実行します。



アクセサリの取り付け(オプション)

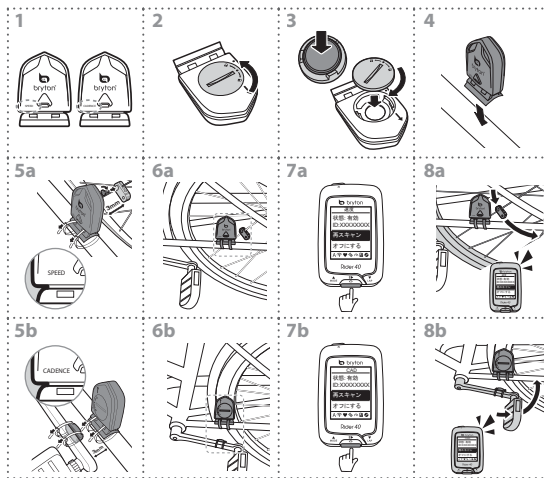
心拍数モニタ



JP

速度/ケイデンスセンサー

JP





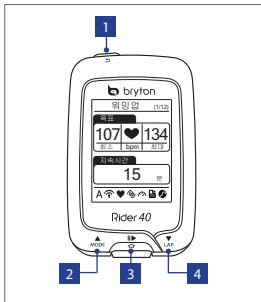
Rider
40

빠른 시작 설명서

Rider 40

Rider 40 은 멀티 기능이 있는 4개의 키가 있습니다.

주요 기능



보조 부품

Rider 40 은 다음과 같은 부품이 있습니다:

- 미니 USB 케이블
- 자전거 장착 선택 품목:
- 심장 박동 벨트
- 속도 센서
- 카덴스 센서
- 콤보 센서

1 전원/뒤로 (⏮/⏪)

- 이전 페이지로 가거나 작동을 취소합니다.
- 길게 누르면 장치를 켜거나 끕니다.

2 모드/위로 (▲)

- 미터 보기에서 누르면 미터 화면 페이지로 전환합니다.
- 메뉴에서 누르면 메뉴 옵션에서 위로 스크롤합니다. 길게 누르면 메뉴 옵션에서 위로 빠르게 스크롤합니다.
- 고도 보기에서 길게 누르면 고도 전체 보기를 합니다.

3 입력/기록 (↵/⏻)

- 메뉴에서 누르면 입력 또는 선택을 확인합니다.
- 자유 사이클링에서 를 누르면 기록이 시작됩니다. 다시 누르면 기록이 중단됩니다.

4 랩/아래로 (▼)

- 메뉴에서 누르면 메뉴 옵션에서 아래로 스크롤합니다. 길게 누르면 메뉴 옵션에서 아래로 빠르게 스크롤합니다.
- 사용 중 기록할 때 누르면 랩을 표시합니다.
- 미터 모드에서 길게 누르면 단축 페이지로 갑니다.



시작하기

켜기/끄기

⏻를 길게 누르면 Rider 40을 켜거나 끕니다.

재설정

Rider 40를 재설정하려면 3개의 키(▲/⏻/▼)를 동시에 길게 누릅니다.

초기 설정

Rider 40을 최초로 켜면 설정 마법사가 화면에 나타납니다. 다음 지시대로 설정을 완료하십시오.

1. 사용할 언어를 선택합니다.
2. 일광 절약 시간제를 선택합니다.
3. 측정 단위를 선택합니다.
4. "사용자 프로필"을 입력합니다.

"사용자 프로필"에는 다음과 같은 데이터 설정을 포함합니다:

- 성별 • 나이 • 키
- 몸무게 • Max HR (최대 심장박동) • LTHR

데이터를 입력하십시오. 정확한 데이터는 훈련 분석에 중요한 영향을 줍니다.

5. 훈련 유형을 선택합니다.
6. 안전 동의서를 읽고 동의하십시오.

참고: 장치 사용 언어를 변경하려면 장치를 Brytonsport.com에 연결하여 **내 장치** > **장치 데이터 관리**에서 설정을 변경하십시오.

KO



연결, 동기화, 및 충전

1. 제공되는 미니 USB를 사용하여 Rider 40을 컴퓨터에 연결합니다.
2. bb.brytonsport.com에서 *Bryton Bridge 2* 응용프로그램을 다운로드하여 Rider 40과 동기화합니다.



배터리를 충전하는 동안 Rider 40과 컴퓨터를 연결한 채로 두십시오.
미니 USB 케이블을 사용하여 컴퓨터와 연결합니다.
참고: 최초 사용시 약 4시간 동안 배터리를 충전하십시오.

KO

아이콘

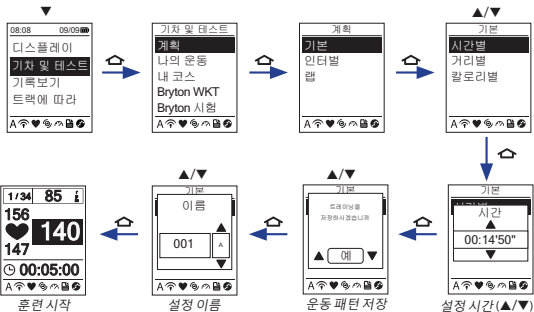
아이콘 설명	
사용 중인 자전거	
A	자전거 1
B	자전거 2
GPS 신호 상태	
	신호 없음(비고정)
	신호가 약함
	신호가 강함
전원 상태	
	배터리 충전
	배터리 용량 50%
	배터리 용량 부족

아이콘 설명	
	심장 박동 센서 사용
	카덴스 센서 사용
	속도 센서 사용
	전원 미터 센서 사용
	기차 및 테스트 모드
	미터 모드
	트랙에 따라 모드
	로그 기록 사용중
	콤보 센서 사용

참고: 사용 중인 아이콘만 화면에 표시됩니다.

훈련 준비

1. Rider 40을 켭니다.
2. ▼를 눌러 **기차 및 테스트** 선택하고 ≡를 눌러 훈련 메뉴로 갑니다.
3. 간단한 운동을 설정하려면 **계획 > 기본 > 시간별, 거리별 또는 칼로리별**을 선택합니다.
4. 필요한 운동/훈련 설정을 설정하고 운동을 시작합니다.



참고:

- **칼로리별**은 심박 센서가 Rider 40과 연결된 경우에만 표시됩니다.
- 표시된 정보 및 사용 가능한 옵션은 운동/훈련 모드에 따라 다릅니다.



- 기타 훈련 설정을 사용자 지정하려면 설명서를 참조하십시오.

데이터 공유 및 관리

컴퓨터로 Rider 40 데이터 관리하기

1. 미니 USB 케이블로 컴퓨터와 Rider 40을 연결합니다.
2. *Bryton Bridge 2* 응용프로그램을 설치합니다. 응용프로그램은 <http://bb.brytonsport.com>에서 다운로드 받을 수 있습니다.
3. 화면에 나오는 지침에 따라 데이터를 컴퓨터로 전송합니다.

KO

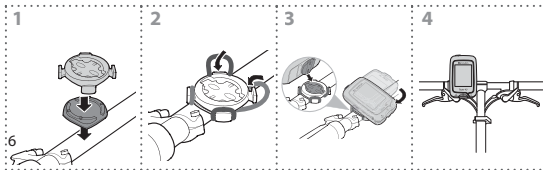
여러분의 경험을 다른 동호인과 함께 나누십시오

여러분의 경험을 전 세계에 있는 자전거 동호인과 공유하려면 <http://www.brytonsport.com>을 방문하십시오.

참고: 사용 설명서를 다운로드 받으려면 <http://corp.brytonsport.com>을 방문하십시오.

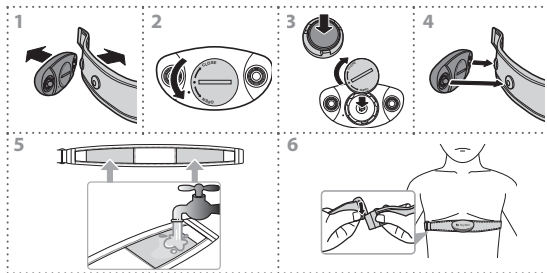
자전거에 장착하기

아래와 같이 Rider 40을 자전거에 장착하십시오:



액세서리 설치(선택)

심박 모니터



KO



KCC-CRM-BYN-Rider40
Applicant name: Bryton Inc.
Model number: Rider 40
Manufactured date: 02, 2012
Manufacturer: Bryton Inc.
Manufacturer, Country of origin: China

속도/카덴스 센서

