

TYPE-S

Istruzioni per l'uso e la sicurezza



VERSIONE 1.0

Panoramica

Introduzione	4
Funzioni	4
Parti e accessori opzionali	5
Parti e controlli del TYPE-S	8

Guida introduttiva

. 9
12
13
14
16
17
20

Operazioni di base

Accensione dei sensori di movimento LEOMO	24
Associazione dei sensori di movimento LEOMO	25
Attivazione/disattivazione dei sensori di movimento LEOMO	27
Assegnazione delle posizioni dei Sensore di movimento LEOMO	28
Associazione dei sensori ANT+	29
Come indossare i sensori di movimento LEOMO	30
Controlli hardware per la LEOMO App	32
Registrazione di un'attività	33
Personalizzazione della LEOMO App	35

Schermate della LEOMO App

Schermata principale (Home) della LEOMO App	. 36
Schermate delle attività	. 38

LEOMO web app

leader	40
DASHBOARD	41
ACTIVITIES	. 42
COMPARE	44
CALENDAB	46
	40

Movimento e allenamento

Perché il movimento?	. 47
Indicatori delle prestazioni dei movimenti	. 48
Dead Spot Score (DSS)	49
Leg Angular Range (LEG AR)	51
Foot Angular Range (FOOT AR)	53
Foot Angular Range (Q1) Foot AR (Q1)	55
Pelvic Angle	57
Pelvic Rock (oscillazione pelvica)	59
Pelvic Rotation (rotazione del bacino)	61
Torso Angle (angolo del busto)	63
Torso Rock (oscillazione del busto)	65
Torso Rotation (rotazione del busto)	67

Informazioni tecniche

Caratteristiche tecniche del TYPE-S	69
Caratteristiche tecniche dei sensori di movimento opzionali LEOMO	72
Caratteristiche tecniche della Batteria esterna integrata opzionale	73
Limitazione di responsabilità	74
Informazioni sulla certificazione	75

Introduzione

Movimento quantificato in tempo reale con estrema precisione per il ciclismo

Per gli allenatori che vogliono aggiungere precisione e controllo efficace alle proprie osservazioni, o per i ciclisti che desiderano un feedback obiettivo sui propri movimenti in tempo reale, le funzionalità di rilevamento del movimento con precisione da laboratorio del TYPE-S rappresentano la soluzione ideale. Il TYPE-S coniuga le più recenti innovazioni nella tecnologia, nella biomeccanica e nell'analisi della postura ciclistica, e porta la preparazione, l'allenamento e la prevenzione degli infortuni a un livello del tutto nuovo, in laboratorio e al di fuori.

Funzioni

- È possibile quantificare i movimenti in 3D del corpo durante gli allenamenti nel mondo reale e negli ambienti di corsa.
- Comprende un display transflettivo, chiaramente visibile sotto la luce solare diretta, e accetta cinque sensori di movimento opzionali senza fili LEOMO.
- Sono disponibili potenti funzionalità di creazione di grafici in tempo reale per valutazioni degli andamenti per movimento, potenza, cadenza, velocità, frequenza cardiaca e dati GPS.
- È disponibile anche la funzionalità di smartphone, che consente chiamate vocali, ripresa di foto e filmati, nonché l'utilizzo di svariate applicazioni Android[™].
- È possibile analizzare i dati della propria attività ovunque, utilizzando lo strumento di analisi basato su browser di LEOMO.

Parti e accessori opzionali

TYPE-S



Kit sensori TYPE-S



Accessori opzionali



- Unità principale del TYPE-S
- 2 Adattatore multisport con Targa bicicletta per il montaggio su un attacco per bici

Kit sensori di movimento LEOMO Pro / Kit sensori di movimento LEOMO (opzionale)

- 3 Caricatore per sensore per caricare i sensori di movimento LEOMO
- Sensori di movimento LEOMO (serie di 5 nel caso del Kit sensori di movimento LEOMO Pro)/(serie di 2 nel caso del Kit sensori di movimento LEOMO) per la raccolta di dati sul movimento
- G Contenitore per sensori per mantenere i sensori di movimento LEOMO spenti durante gli spostamenti
- 6 Cavo USB per caricare i sensori di movimento LEOMO inseriti nel Caricatore per sensore
- Agganci per sensori, per utilizzare i sensori di movimento LEOMO sulle scarpe
- (3) Adesivo per sensore 2 (serie di 50, 25 fogli) per indossare i sensori di movimento LEOMO. Questi adesivi per sensori offrono una forza adesiva superiore, rispetto a quelli precedenti.
- Batteria esterna integrata con Targa bicicletta (opzionale) per il montaggio su un attacco per bici durante la carica del TYPE-S
- Supporto fotocamera (opzionale) per il montaggio del TYPE-S su un attacco generico per fotocamera per la ripresa di foto o filmati

Panoramica

- Targa bicicletta (opzionale) per l'inserimento su un attacco generico per bici
- Pracciale (opzionale) per indossare il TYPE-S su un braccio
- B Cintura addominale (opzionale) per indossare il TYPE-S intorno alla vita
- Cavo USB Tipo C (opzionale) per il caricamento del TYPE-S o per la comunicazione con dispositivi quali personal computer
- Alimentatore (opzionale, non visualizzato nella figura)
- O Adattatore multisport (opzionale, identico al 2 ma senza la Targa bicicletta)
- Paraurti morbido (opzionale, non mostrato nella figura) Per i dettagli, vedere "Uso degli accessori opzionali" (pag. 20).
- Paraurti in metallo (opzionale, non mostrato nella figura) Per i dettagli, vedere "Uso degli accessori opzionali" (pag. 20).

Parti e controlli del TYPE-S



- LED flash
- Potocamera principale
- Secondo microfono
- 4 NFC

Compatibile con lo standard NFC tipo A/B

- Tasto di accensione Accende/spegne il TYPE-S. Per spegnere il TYPE-S, tenere premuto il tasto per due secondi.
- Contatti per la batteria esterna integrata Collega il TYPE-S e la Batteria esterna integrata.
 Alloggiamento per scheda
- nano SIM / scheda di memori Accetta una scheda nano SIM e una scheda microSD.
- 6 Fotocamera anteriore
- Sensore di luce / distanza
- Ricevitore/Altoparlante
- Tasto del volume (su) Aumenta il volume del TYPE-S. Quando si sta utilizzando la LEOMO App, il tasto avvia o mette in pausa un'attività.
- Tasto del volume (giù) Riduce il volume del TYPE-S. Quando si sta utilizzando la LEOMO App, il tasto segna i giri.
- Microfono principale
- Porta USB-C
 - Collegare un cavo USB Tipo C (opzionale) a questa porta per caricare il TYPE-S.

Caricamento dei dispositivi

Caricare il TYPE-S e i sensori di movimento LEOMO (opzionali), se si intende utilizzarli.



1 cavo USB tipo C (opzionale)

2 Cavo USB (opzionale)

NOTA : -

Per caricare il TYPE-S e i sensori di movimento LEOMO, è necessario utilizzare un alimentatore CA con tensione di uscita di 5 V CC e amperaggio pari o superiore a 1,5 A.

Indicazioni di carica dei sensori di movimento LEOMO



- In carica (dallo 0 al 20%): LED rosso
- In carica (dal 20% al 100%): LED verde
- Carica terminata: LED verde lampeggiante

NOTA : -

Quando i sensori di movimento LEOMO sono collegati al TYPE-S, il colore assegnato alla loro posizione avrà la priorità rispetto al loro colore di carica.

Uso di una Batteria esterna integrata opzionale

Caricare la Batteria esterna integrata utilizzando un cavo USB tipo C (opzionale). Per caricare il TYPE-S e la Batteria esterna integrata contemporaneamente, montare il TYPE-S sulla Batteria esterna integrata e collegare il cavo USB tipo C al connettore sulla Batteria esterna integrata.



Uso del pulsante sulla Batteria esterna integrata

Se si preme il pulsante sul lato destro della Porta USB-C, viene mostrato il livello di carica della Batteria esterna integrata.

Se si preme e si tiene premuto questo pulsante durante la carica del TYPE-S, quest'ultima viene arrestata. Premere di nuovo il pulsante per riprendere la carica.



Accensione del TYPE-S

1 Accendere il TYPE-S tenendo premuto il tasto di accensione sul lato sinistro del TYPE-S fino alla sua accensione.



2 Quando si utilizza il TYPE-S per la prima volta dopo l'acquisto, seguire le istruzioni visualizzate sullo schermo per effettuare le impostazioni iniziali.

Per i dettagli, vedere "Come effettuare le impostazioni iniziali" di seguito.

Quando le impostazioni iniziali sono già state effettuate, scorrere velocemente verso l'alto con un dito dal lato inferiore della schermata per l'immissione del PIN, immettere il PIN che è stato registrato durante l'impostazione iniziale, quindi toccare il segno di spunta. Viene visualizzata la schermata principale.

Come effettuare le impostazioni iniziali

Quando il TYPE-S viene acceso per la prima volta dopo l'acquisto, viene visualizzato un messaggio che chiede se si intenda utilizzare una SIM.

1 Inserire una SIM.

Per utilizzare le funzioni di comunicazione del TYPE-S al di fuori delle aree di copertura del Wi-Fi, ottenere una nano SIM e inserirla nel TYPE-S Alloggiamento per scheda nano SIM/scheda di memoria.



Se non si intende utilizzare una SIM, saltare questo passo.

2 Eseguire le configurazioni di Android.

Seguire le istruzioni visualizzate sullo schermo per effettuare le configurazioni di Android richieste relative alla connessione Wi-Fi, al sistema operativo Android, e all'account GoogleTM da utilizzare. Viene visualizzata la schermata principale.

Schermata principale (Home) del TYPE-S



Pulsante Home

II TYPE-S è un apparecchio che ha la LEOMO App preinstallata. Può venire utilizzato anche come uno smartphone Android.

In genere, è presente un pulsante Home a forma di pillola nella parte inferiore dello schermo, e, se necessario, viene mostrato anche il pulsante Indietro.

Il pulsante Indietro consente di tornare indietro di un passo o di una schermata, mentre il pulsante Home mostra sempre la schermata principale del TYPE-S. Scorrere velocemente con un dito verso destra sul pulsante Home e tenere premuto per visualizzare tutte le app correntemente in esecuzione. Scorrere tra le app scorrendo lentamente con un dito verso destra o sinistra, quindi rilasciare per aprire l'app centrale. L'icona della LEOMO App viene utilizzata per avviare la LEOMO App. Toccare l'icona per avviare la LEOMO App.

Uso dei tre pulsanti di navigazione di Android 9

Il TYPE-S utilizza Android 9, ed è possibile selezionare il sistema di navigazione a tre pulsanti, anziché il sistema di navigazione gestuale, nel modo seguente.

- 1 Scorrere velocemente con un dito verso l'alto dal lato inferiore della schermata principale.
- 2 Scorrere verso il basso per trovare e toccare l'icona Impostazioni.
- 3 Passare a System > Gestures > pulsante Swipe up on Home.
- 4 Disattivare la funzione.

I tre pulsanti di navigazione vengono visualizzati nella parte inferiore dello schermo.

Utilizzo della funzione Ingrandimento

Android 9 offre una funzione di ingrandimento dello schermo. È possibile attivarla nel modo seguente.

- 1 Scorrere velocemente con un dito verso l'alto dal lato inferiore della schermata principale.
- 2 Scorrere verso il basso per trovare e toccare l'icona Impostazioni.
- 3 Passare a Accessibilità > Ingrandimento > Ingrandisci con triplo tocco.
- 4 Attivare l'impostazione.

Ora, toccando tre volte la schermata, viene ingrandito il contenuto visualizzato. Utilizzare il trascinamento con due dita per panoramicare lungo la schermata. Per ridurre l'ingrandimento, toccare di nuovo tre volte lo schermo.

Avvio della LEOMO App

Toccare l'icona LEOMO App.



La LEOMO App si avvia.

Chiusura della LEOMO App

- 1 Scorrere velocemente con un dito verso sinistra dal bordo destro dello schermo. Il pulsante Home a forma di pillola viene visualizzato sul lato destro dello schermo.
- 2 Puntare sul pulsante Home e scorrervi sopra velocemente con un dito verso sinistra. Tutte le app correntemente in esecuzione vengono mostrate.
- **3** Puntare sulla LEOMO App e farla scorrere velocemente con un dito verso l'alto. La LEOMO App interrompe l'esecuzione in background e scompare dalla schermata.

Guida introduttiva

Installazione del TYPE-S su una bicicletta

 Montare un attacco per bici standard da un quarto di giro sul piantone o sul manubrio della propria bicicletta. Montare il TYPE-S sull'Adattatore multisport, e montare la Targa bicicletta sul retro dell'Adattatore multisport, se necessario.

Quindi, applicarli sull'attacco per bici e ruotarli di 90 gradi per fissarli alla bicicletta.



Montaggio del TYPE-S sull'Adattatore multisport o sulla Batteria esterna integrata opzionale

Posizionare la parte inferiore del TYPE-S sull'Adattatore multisport o sulla Batteria esterna integrata (①), quindi premerne il lato superiore finché si innesta in sede con uno scatto. (②) Accertarsi che la manopola sul retro si trovi nella posizione corretta e che il TYPE-S sia bloccato. (③)



NOTA : -

- Si consiglia di utilizzare un cavo di sicurezza che leghi l'Adattatore multisport al piantone o al manubrio della bicicletta, in caso di rottura della Targa bicicletta o dell'attacco per bici.
- Utilizzare un attacco per bici standard da un quarto di giro per ciclocomputer con schermo da 3 pollici o più ampio. Le figure seguenti mostrano le distanze richieste.



AVVERTENZA

Al fine di preservare le caratteristiche di impermeabilità del prodotto, attenersi a tutte le istruzioni nel presente manuale e ai termini di utilizzo LEOMO elencati di seguito. Eventuali danni derivanti da negligenza dell'utente invalidano la garanzia del prodotto.

- Accertarsi che il vassoio per scheda SIM/scheda di memoria del TYPE-S sia inserito completamente.
- Al momento della carica, accertarsi che le porte USB Tipo C e il cavo cavo USB tipo C siano completamente asciutti.

Per ulteriori informazioni, visitare il sito https://leomo.io/warranty e https://leomo.io/terms

Smontaggio del TYPE-S dall'Adattatore multisport o dalla Batteria esterna integrata

Sbloccare la manopola sul retro dell'Adattatore multisport o della Batteria esterna integrata ((1)), quindi sganciare il TYPE-S da questi ultimi ((2), (3)).

Adattatore multisport

Uso degli accessori opzionali

Uso di un Paraurti morbido opzionale

Montaggio del TYPE-S su un Paraurti morbido

Far scorrere il bordo superiore del TYPE-S sotto il gancio del Paraurti morbido ((1)), quindi premerne il lato inferiore fino a farlo entrare nel Paraurti morbido. ((2))



Smontaggio del TYPE-S dal Paraurti morbido

Premere il lato inferiore del TYPE-S per farlo uscire dal Paraurti morbido, come indicato nella figura.



Uso di un Paraurti in metallo opzionale

Montaggio del TYPE-S su un Paraurti in metallo

Posizionare il TYPE-S sul telaio anteriore ((1)), quindi inserire i due tasti laterali ((2)). Dopodiché, applicare il telaio posteriore e fissare tutti i componenti con le quattro viti M2-6 ((3)).



Montaggio del TYPE-S sull'Adattatore multisport

Fissare il Fermo A (1) sul gancio del Paraurti in metallo utilizzando una vite M2-4 (2), quindi montarlo sull'Adattatore multisport.



Montaggio del TYPE-S su una Batteria esterna integrata opzionale

Fissare il Fermo P (1) sul gancio del Paraurti in metallo utilizzando una vite M2-4 (2), quindi montarlo sulla Batteria esterna integrata.



Uso di un Bracciale o di una Cintura addominale opzionali

Montare un Bracciale o una Cintura addominale opzionali come indicato nelle figure seguenti.



Accensione dei sensori di movimento LEOMO

Per utilizzare i sensori di movimento LEOMO opzionali, accenderli tutti e cinque.

Per attivare i sensori di movimento LEOMO, inserirli in un Caricatore per sensore collegato all'alimentazione, oppure rimuovere i sensori di movimento LEOMO dal Caricatore per sensore dopo che sono stati caricati a sufficienza. Se i sensori di movimento LEOMO vengono inseriti in un Caricatore per sensore o in un Contenitore per sensori scollegati dall'alimentazione, vengono spenti.



NOTA : -

Per caricare i sensori di movimento LEOMO, è necessario utilizzare un alimentatore CA con tensione di uscita di 5 V CC e amperaggio pari o superiore a 1,5 A.

Associazione dei sensori di movimento LEOMO

Accertarsi che i sensori di movimento LEOMO utilizzati siano associati e connessi al TYPE-S controllando lo stato di connessione dei sensori.

Associazione manuale

Qualora si disponga di un sensore di movimento LEOMO che non sia stato ancora associato al TYPE-S, è possibile associarlo manualmente da Impostazioni rapide (scorrere velocemente con un dito verso l'alto dal lato inferiore della schermata) > Menu > Sensori di movimento.

Per associare un sensore, toccare l'icona con il segno "+" per accedere alla schermata Aggiungi nuovo sensore.



2 Toccare ASSOCIA per il Sensore di movimento LEOMO da associare.



La schermata Aggiungi nuovo sensore consente anche di rimuovere (disassociare) un Sensore di movimento LEOMO dal TYPE-S.

Una volta aggiunti i sensori di movimento LEOMO, la schermata Sensori di movimento viene visualizzata nel modo seguente.

	11:54 E E E 42 0 - 7 10%	0
	# Motion Sensors	
	ASSIGN SENSOR LOCATIONS	
	Lefect R, Feet Terrs L, They Second	
0		\circ

Stato dei Sensore di movimento LEOMO



NOTA : -

- È anche possibile accedere alla schermata Sensori di movimento toccando il riquadro centrale superiore delle Impostazioni rapide, in cui sono mostrate le icone dei sensori di movimento LEOMO.
- Qualora la connessione manuale di un Sensore di movimento LEOMO non funzioni, riavviare il sensore inserendolo e rimuovendolo dal caricatore per sensore.
- Se si dispone di più di cinque sensori di movimento LEOMO nell'ambiente circostante, eseguire l'associazione al sensore corretto controllando il numero identificativo (ID) stampato sul lato inferiore del sensore.

		1
11:54 ■ @ 1 C > Add New Sensor	× ■ © ·O · ▼ ■ 100%	Ŋ
Make sure sensors are on (plug in or remove fr	rom charger)	
LEOMO-980A95	PAIR	
LEOMC-980733	PAIR	
EOMC-9914F5	PAIR	
L FOMCORDSSD	PAIR	
99		
and the second s		
		1
		1

Attivazione/disattivazione dei sensori di movimento LEOMO

È possibile attivare/disattivare ciascun Sensore di movimento LEOMO dalle Impostazioni rapide (scorrere velocemente con un dito verso l'alto dal lato inferiore della schermata) > Menu > Sensori di Movimento.



1 Toccare l'interruttore per attivare o disattivare tutti i sensori di movimento LEOMO.

È anche possibile accedere alla schermata Sensori di Movimento toccando il riquadro centrale superiore delle Impostazioni rapide, in cui sono mostrate le icone dei sensori di movimento LEOMO.

Per rimuovere un Sensore di movimento LEOMO dal TYPE-S

1 Toccare l'icona corrispondente al Sensore di movimento LEOMO da rimuovere.



1 Sensori di movimento associati che sono connessi.

- Toccare l'icona corrispondente per vedere le informazioni dettagliate o per rimuovere un Sensore di movimento LEOMO.
- 2 Toccare il pulsante RIMUOVI in basso per rimuovere il Sensore di movimento LEOMO corrispondente.

	1154 ■ # I C > A # 0 0 • ▼ 1 1000	°
0	Status Disconnected CONNECT	7
	Battery · O Firmware 1.3.20-PR3	
	REMOVE	
	1 (2

- 1 Toccare per rimuovere il sensore dal TYPE-S.
- Questo pulsante consente di connettere il sensore al TYPE-S o disconnetterlo da quest'ultimo manualmente. Viene visualizzato un messaggio di conferma.
- 3 Toccare OK per rimuovere il Sensore di movimento LEOMO.

Assegnazione delle posizioni dei Sensore di movimento LEOMO

Assegnare le posizioni dei Sensore di movimento LEOMO.

È necessario assegnare i sensori di movimento LEOMO a posizioni specifiche sul corpo. Quando viene richiesto, impostare le posizioni dei sensori di movimento LEOMO utilizzati (è anche possibile accedere manualmente alla pagina di assegnazione delle posizioni da Impostazioni rapide > Menu > Sensori di Movimento > Assegna posizioni sensore).



Associazione dei sensori ANT+

È possibile associare sensori ANT+, ad esempio sensori della frequenza cardiaca e della cadenza prodotti da altre aziende, quando vengono utilizzati.

Opzionale: Pair ANT+ sensors da Quick Menu > Menu > ANT+ Sensors > Add New Sensor

Power Meter

- Heart Rate Monitor
- Speed Sensor
- Cadence Sensor
- Speed and Cadence Sensor

Quando le connessioni con sensori ANT+ sono instabili, la riduzione del livello di uscita del segnale Bluetooth potrebbe migliorare lo stato della connessione.

Dalla schermata principale del TYPE-S, trovare e toccare l'icona Settings, passare a Dispositivi connessi > Preferenze di connessione > Bluetooth > Livello di potenza in uscita, quindi selezionare Potenza in uscita ridotta al posto di Standard.

Come indossare i sensori di movimento LEOMO

Far coincidere il colore del Sensore di movimento LEOMO utilizzato con la posizione assegnata sul proprio corpo. Ad esempio, se si è assegnato il sensore arancione come sensore CD (coscia destra), posizionare il sensore arancione sulla propria coscia destra.

La schermata principale della LEOMO App mostra quale colore sia assegnato a quale posizione.

Per i dettagli, vedere "Schermata principale (Home) della LEOMO App" .

Per modificare l'assegnazione, accedere a Impostazioni rapide > Menu > Sensori di Movimento > Assegna posizioni sensore.

. Per i dettagli, vedere "Assegnazione delle posizioni dei Sensore di movimento LEOMO" .



AVVERTENZA

Gli adesivi vanno sempre utilizzati con tutti i sensori per il busto, l'osso sacro e le cosce. Il mancato utilizzo degli adesivi potrebbe causare gravi lesioni personali.





NOTA : ---

Le figure seguenti mostrano gli assi dei sensori di movimento LEOMO.



Controlli hardware per la LEOMO App



Pulsante Inizia/Pausa

Premere per avviare/mettere in pausa/riprendere l'attività.

- 2 Pulsante Giro/Blocco schermo
 - Pulsante Giro

Premere e rilasciare per segnare un giro (è possibile premere una sola volta in un'attività messa in pausa).

Blocco schermo

Tenere premuto per 2 secondi per bloccare lo schermo.

Tenere premuto di nuovo per 2 secondi per sbloccare lo schermo.

3 Tasto di accensione

Tenere premuto per 2 secondi per accendere il TYPE-S.

Registrazione di un'attività

1 Registrare un'attività. Avvio di un'attività



Durante un'attività



Conclusione di un'attività



2 Caricare un'attività.

È possibile caricare le proprie attività mediante Wi-Fi direttamente dal TYPE-S su cloud da Impostazioni rapide > Registro attività.

Tenere presente che il TYPE-S non carica le attività mediante Bluetooth o USB.



3 Analizzare i dati sulla web app.





Personalizzazione della LEOMO App

La LEOMO App ha un pulsante MENU per le configurazioni e la personalizzazione della LEOMO App stessa.

Il pulsante MENU viene mostrato nella schermata Quick Menu. Scorrere velocemente con un dito dal lato inferiore dello schermo per visualizzare il Quick Menu.



Le configurazioni e la personalizzazione correlate alle voci seguenti vengono attivate.

- Sensori di movimento LEOMO
- Sensori ANT+
- Disposizioni delle pagine dei dati
- FTP e zone di potenza
- Formati delle unità
- Informazioni sull'account*
- * Quando si intende caricare le proprie attività, è necessario disporre di un proprio account LEOMO. Quest'ultimo può venire creato anticipatamente toccando MENU > Account > Crea account LEOMO.

Schermata principale (Home) della LEOMO App



Pagine dei dati

È possibile personalizzare le pagine dei dati attraverso la LEOMO App. Scorrere velocemente con un dito verso sinistra o destra per cambiare le pagine.

2 Stato di connessione dei sensori associati

I sensori di movimento LEOMO e i sensori ANT+ associati (misuratori di potenza, sensori della frequenza cardiaca, sensori di velocità e sensori della cadenza) vengono mostrati qui. I sensori disconnessi vengono mostrati con un'icona in grigio scuro.

I sensori ANT+ connessi sono bianchi. Ai sensori di movimento LEOMO connessi vengono assegnati un colore e una posizione:

- LF = piede sinistro
- RF = piede destro
- LT = coscia sinistra
- RT = coscia destra
- S = osso sacro
- T = busto
- Empty = connesso ma non assegnato (non registra dati)
Schermata Impostazioni Rapide

(Scorrere velocemente con un dito verso l'alto dal lato inferiore della schermata per accedere alle Impostazioni Rapide)



- Sensori ANT+
- 2 Sensori di movimento LEOMO
- Uuminosità del display
- 4 Registrare le attività
- Chiude il Impostazioni rapide
- 6 MENU

Schermate delle attività

Pagine dei dati



 Intervallo del grafico Toccare il grafico in un punto qualsiasi per modificare l'intervallo.

- 2 Linea del giro
- 3 Elevazione
- Punto massimo (in scala)
- 6 0 per valori "bilanciati"
- Ø/punto minimo (in scala)
- Riquadro dei dati
 Pressione breve: attiva/disattiva il grafico
 Pressione lunga: apre la pagina dei dati dettagliati
- Icona del grafico

Tipo di grafico (standard o bilanciato), colore del grafico, stato di attivazione/disattivazione del grafico.

Pagina dettagli dati (solo per gli MPI)



- Valore corrente
- 2 Media su 5 min
- Chiudi

Header



CRUSCOTTO

Visualizza un riepilogo dei dati dell'atleta. Per i dettagli, vedere "DASHBOARD" sotto.

2 ELENCO ATTIVITÀ

Mostra un elenco delle attività dell'atleta. Per i dettagli, vedere "ACTIVITIES" sotto.

3 CONFRONTA

Confronta i dati delle attività dell'atleta. Per i dettagli, vedere "COMPARE" sotto.

4 CALENDARIO

Visualizza le attività dell'atleta sotto forma di calendario. Per i dettagli, vedere "CALENDAR" sotto.

G ATLETA

Indica l'atleta corrente. Se l'utente è un allenatore, gli atleti registrati sotto il suo nome sono accessibili qui.

6 ACCOUNT

Richiama le informazioni sull'account dell'utente.

DASHBOARD

Visualizza un riepilogo dei dati dell'atleta.



Attività recenti

Elenca le attività dell'utente (se l'utente è un allenatore, quelle del suo atleta).

2 Distanza percorsa

Distanza percorsa alla settimana per un anno.

Piepiloghi degli MPI (Motion Performance Indicators - Indicatori sulle prestazioni dei movimenti) Riepiloghi di tutti i tipi di dati sui movimenti.

ACTIVITIES

Mostra un elenco delle attività dell'atleta.

Activity List

Elenco di tutte le attività



- 1 Impostazioni relative alle attività
- Riepilogo dell'attività
 - Riepilogo di questa attività

Tutti i proprietari possono modificare la sezione del "titolo" e delle "note" facendovi clic sopra. Accertarsi di salvare le note alla fine. È anche possibile condividere/esportare/eliminare i dati delle attività dalle Impostazioni dell'attività.

- 3 Titolo dell'attività
- 4 Note sull'attività
- 6 Mappa
 - Dati GPS dell'attività.
- Dati dei sensori ANT+ e del grafico del GPS Dati raccolti dai sensori ANT+ connessi e dal GPS.
- Dati dei grafici dei Sensore di movimento Dati raccolti dai sensori di movimento connessi a sinistra e a destra.
- PSI (Pedal Stroke Intelligence analisi delle informazioni sulla pedalata) Analisi incrociata di potenza, cadenza e Dead Spot Score (valore dei punti morti delle pedalate).
- Mappa PCD

Mappa le combinazioni di potenza/cadenza che hanno i valori con il maggior numero di punti morti delle pedalate. Un'opacità più elevata indica un maggior numero di pedalate nella combinazione in questione. Far passare il mouse su ciascuna cella per mostrare il conteggio delle pedalate con DSS o il conteggio totale delle pedalate.

Dettagli dei campi

Dettagli relativi a giri/campi nell'attività.

- Toccare un campo per ingrandire quello selezionato nei grafici che appaiono sopra.
- Selezionare un campo nei grafici che appaiono sopra e toccare "+" sul "campo selezionato" per salvare il campo.

COMPARE

Confronta i dati delle attività dell'atleta.

Search Box

Consente di restringere il campo dell'attività.

Compare Area

ī

Questa è la sezione in cui si esegue il confronto effettivo dei dati.

R. Search > entrem - initiations of the search of the s	Please search y Planges Addvity Name Time Distance Total Ascent DSS Poot AR (21)	Arg Min Arg Min Arg	from the search men	u on the left side, then se	elect one or more of them.	-	
Image: Section 1000 X * Image: Section 10000 X	Press setterny Ranges Activity Name Time Distance Total Ascent DSS Poot AR (01)	Ang Man Man Ang Man Man	irom use seech men	u on the eff skoe, then set	auct drai of more of them.	-	
x ada mana) x + - m 5014 63-30 - 5014 63-30 m 5014 63-30 - 5014 63-30 Protes associ to - more - to - more - bi bi common - common - - - - - - - - - - - - -	Parges Activity Name Distance Total Ascent DSS Poot AR (01)	Ang Maa Min Ang Ma					
The second	Planges Activity Name Time Distance Total Ascent DSS	Ang Ang Mas Man Ang					
In Finge 21 2018-03-20 - 2019-03-20 pr Parate telefolt 00:07/20 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0	Activity Name Time Distance Total Accent DSS Foot AR (21)	Ang Max Min Ang Mar					
12 2016-03-20 - 2016-03-20 24 Parates astact 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10	Time Distance Total Ascent DSS Foot AR (21)	Arg Mas Min Arg					
Image: Second and a contract of the con	Distance Total Ascent DSS Poot AR (Q1)	Ang Max Min Ang					
94 Passa solect • • 76 76 76 76 77 70 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7	DSS Poot AR (Q1)	Ang Max Min Ang					
Pease solect	DSS Foot AR (Q1)	Ang Mas Min Ang					
	DSS Foot AR (Q1)	Ang Mas Min Ang					
re 00:07:00 × - 00:07:30 × www a conca	Foot AR (Q1)	Ang Max Min Ang					
a a a a a a a a a a a a a a a a a a a	Foot AR (Q1)	Min Arg					
a	Poot AR (Q1)	Arg					
wer 3 – – skence –	Foot AR (Q1)	10.00					
a		No.					
a -		Min					
dinos		Arg					
• <u>•</u>	Poot All	Max					
		Arg					
	Leg AR	Max					
		Min					
		Arg					
Petric Angle	Pelvic Angle	Max					
		Min					
	Max						
		Min					
		Arg					
	Pelvic Rock	Max					
	Min						
	Tomo Ande	Aug					
Totso Arge	Min						
		Arg					
	Torso Rotation	Max					
Search		Min					
		Aug					

Pulsante Search

Fare clic qui per vedere i risultati.

Result List

Quando si preme il pulsante Cerca, i risultati vengono mostrati qui. Selezionare l'Activity Range da confrontare.



Activity Range selezionato Selezionare l'Activity Range che si desidera confrontare, verrà mostrato sul riquadro principale.

2 I dati di riepilogo appaiono in una finestra a comparsa quando si passa sopra con il mouse

3 Trascinare

Selezionare l'Activity Range e spostare l'ordinamento.

CALENDAR

Visualizza le attività dell'atleta sotto forma di calendario.

Selezionare mese/anno

ī

	per said	are a og	gi				
_ерм	O DASHBOA	ARD ACTIVITIES	COMPARE	CALENDAR		saita r	↓ @
Today 🗘 F	ebruary 2018						0 - 100 km 101 - 200 km 201 - 200 km
Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun	Summary
2.9 2:45:37 Nee Commuting 86.6 km 84.3 km	30 1:58:52 Bike Commuting, C 42.9 km	3 3 3:58:49 Nalsima Wednesda	2:34:58 Bike Commuting 30.6 km 30.3 km	02	3 5:38:10 Aqua Tama Teem Tr 191.4 km	4 5:30:4 Aqua Tama Team Tr. 153.0 km	Distance 591.0 km Moving Time 222308 Total Ascent. 3273 m TSS 0
54.9 km	42.9 km	107.9 km	60.9 km		151.4 km	153.0 km	
05	Bike Commuting 33.1 km	6:22.08 Nalsima Wednesda	08	335.26 Morning Ride with 34.5 km 44.7 km	2.39:58 Photo Shooting of 20.5 km 13 km 44.0 km	Aqua Tama Team Tr. 73.6 km	Distance 433.0 km Moving Time 17:58635 Total Ascent 2825 m TISI 0
	33.1 km	169.4 km		79.2 km	75.8 km	75.6 km	
12 6:24:42 Holday Ride	13 2:33:43 Bike Commuting 30.6 km 30.4 km	14 5:28:25 Nalsima Wednesda 146.1 km	15 3:15 1 1 Dike Commuting 30.7 km 4.1 km	30.7 km 1:18:04 Elevation Gain 283 m TSS - NP - W	Cycling 544:13 Journ Tr 1910 Jun	18 6:48:2 Aqua Tama Team Tr.	Distance 842.3 km Moving Time 32:57:23 Total Access 6274 m TSS 0
170.8 km	61.0 km	146.1 km	72.1 km	AP 125 W		179.3 km	
2:29:54 Bike Commuting 30.7 km 30.4 km	4:04:08 4 x 10 minutes L4 32.0 km 75.0 km	21 6:43:28 Natsima Wednesda	22 1:26 6 Bike Commuting 31.6 km	Bevation Gain 14 m TSS - NP - W	Cycling 224;45 - the R Bulker	25 2:18:3 Winter Road Rece 34 km	Distance 543.8 km Moving Time 20.5156 Total Ascent 4766 m
61.1 km	107.0 km	183.9 km	31.5 km	0.4 km 0.01:36	Outling	65.9 km	
26 2:37:54 BIG GEAR WIND u	27 1:22:58 Bike Commuting 30.0 km	28 6:47:04 Natelma Wednesda	Bike Commuting	and Community 13 km	e 47:09	3:48:4 Fish Man Race in Y 138.4 km	Distance 696.7 km Moving Time 20:54:54 Total Ascent 4020 m TSS 0
67.4 June	20.0 1	105.0 1	e o 1	20.0 1	404.0 1	400 E 1	



Giorno corrente (oggi)

Il giorno corrente, a cui si può tornare direttamente con il pulsante Oggi nell'angolo superiore sinistro, viene mostrato in nero.

- Riepilogo settimanale
- 2 Distanza dell'attività in sovrapposizione
- Oistanza per attività
- Finestra a comparsa quando si passa sopra con il mouse Visualizza il riepilogo dell'attività del giorno in sintesi. Facendo clic su una voce, è possibile saltare al collegamento e vedere i dettagli.

Perché il movimento?

Resistenza. Potenza. Tecnica.

Quando queste tre abilità di base si fondono, i ciclisti dispongono degli ingredienti essenziali per realizzare il loro massimo potenziale in termini di prestazioni. Anche se la resistenza e la potenza vengono utilizzate universalmente come basi per l'allenamento ciclistico, la tecnica è sempre stata un elemento difficoltoso da quantificare. Abilità quali pedalata, posizionamento, respirazione, distensione dei muscoli, modo in cui si affrontano le curve e sprint sono tutti elementi qualitativi del ciclismo.

Per fortuna, gli allenatori sanno riconoscere con i loro occhi abilità e postura ottimali della pedalata. Con gli MPI, o Motion Performance Indicators (indicatori sulle prestazioni dei movimenti) del TYPE-S, ora gli allenatori hanno a disposizione valori effettivi per convalidare le loro osservazioni. Gli MPI forniscono un margine competitivo alle valutazioni, incrementandone la precisione, la comunicabilità e il controllo. Gli MPI misurano svariati movimenti relativi al ciclismo, e utilizzandoli gli allenatori e gli atleti possono:

- Eseguire un'analisi approfondita del movimento rispetto a potenza, cadenza e affaticamento.
- Stabilire delle linee di base per svariate condizioni fisiche e situazioni.
- Scoprire indizi per migliorare sia la forma fisica che la tecnica.

Poiché i corpi delle persone e gli ambienti in cui si pedala sono diversi, ogni persona ha i propri valori di linea di base, simili alla FTP. LEOMO sta lavorando con allenatori e centri di ricerca di livello mondiale per continuare a migliorare ed espandere gli MPI, per aiutare gli allenatori a puntare sull'analisi della tecnica.

Indicatori delle prestazioni dei movimenti

II TYPE-S è dotato di cinque sensori di movimento LEOMO, e registra svariati tipi di indicatori sulle prestazioni dei movimenti (MPI - Motion Performance Indicators).



Dead Spot Score (DSS)

Riepilogo

I Dead Spot Scores (DSS) definiscono con precisione l'ampiezza e i punti in cui le velocità di pedalata mancano di uniformità nel corso del ciclo di pedalata sinistra e destra.

- La mancanza di uniformità è un sintomo secondario di movimenti di pedalata non ottimali.
- L'osservazione dei valori destro e sinistro di DSS aiuta a comprendere gli sbilanciamenti tra i movimenti del lato sinistro e del lato destro.

Dettagli

Un "dead spot" (punto morto) è un punto in cui la potenza della pedalata viene meno quando si passa in modo non ottimale da uno schema di movimento a un altro durante una pedalata (ad esempio, nel passaggio tra fase di spinta e di ripresa).

I movimenti di pedalata ottimali sono uniformi, e richiedono uno sforzo minore al corpo rispetto a movimenti di pedalata non ottimali. Il DSS viene misurato a partire dalla velocità angolare del piede, considerando come un punto morto qualsiasi deviazione da una curva sinusoidale uniforme della velocità angolare. Ciascun punto morto è rappresentato nel corso del ciclo di pedalata da un cerchio pieno, e la dimensione di un cerchio indica l'ampiezza di tale deviazione.

Poiché i punti morti possono essere causati da molti fattori, un allenatore esperto deve trovare la causa principale di un DSS elevato. Una causa nota di un DSS elevato è l'utilizzo eccessivo di muscoli secondari meno potenti (ad esempio i muscoli posteriori della coscia) a discapito dei più ampi muscoli primari (ad esempio i glutei).

Risultato

Il valore centrale mostra la somma complessiva delle ampiezze (misurate in gradi/sec.) dei punti morti che si sono verificati in un singolo ciclo di pedalata. Ciascun punto morto è rappresentato sull'andamento della pedalata, e la sua dimensione mostra l'ampiezza della deviazione da una velocità angolare uniforme.



- DSS sinistro (totale per un singolo ciclo)
- **2** DSS destro (totale per un singolo ciclo)
- Posizione e ampiezza del punto morto (Cerchio scuro = ultimo ciclo, cerchio chiaro = cicli precedenti)





Leg Angular Range (LEG AR)

Riepilogo

Il Leg Angular Range misura l'entità del movimento delle cosce verso l'alto e verso il basso durante la pedalata.

• L'osservazione dei valori destro e sinistro di Leg AR aiuta a comprendere gli sbilanciamenti tra i movimenti del lato sinistro e del lato destro.

Dettagli

Il Leg Angular Range viene calcolato sottraendo l'angolo della coscia nel suo punto più basso da quello nel suo punto più elevato. Gli atleti dovrebbero riuscire a incrementare al massimo il loro Leg Angular Range senza sacrificare un angolo pelvico stabile o un angolo del torso aggressivo. Il Leg Angular Range non va aumentato utilizzando posture scorrette o cattive impostazioni della bici, ad esempio l'iperestensione del ginocchio o un'altezza del sellino bassa, incrementando il Foot Angular Range o allungando la pedivella, e così via.

Risultato

L'escursione angolare dall'alto verso il basso delle cosce sinistra e destra (con il bacino come vertice) nel corso di una pedalata, espressa in gradi.



Visualizzazione

Escursione angolare gamba sinistra

2 Escursione angolare gamba destra





Foot Angular Range (FOOT AR)

Riepilogo

Il Foot Angular Range misura di quanto il tallone si muova verso l'alto e verso il basso durante la pedalata.

 L'osservazione dei valori destro e sinistro di Foot AR aiuta a comprendere gli sbilanciamenti tra i movimenti del lato sinistro e del lato destro.

Dettagli

Il Foot Angular Range viene calcolato sottraendo l'angolo del piede nel suo punto più basso da quello nel suo punto più elevato. Questo valore viene utilizzato principalmente per caratterizzare la pedalata di un atleta. Maggiore è il Foot Angular Range, più in alto sale il tallone durante la fase tra ore 9 e ore 12, e maggiore è il "lavoro di caviglia" (ankling) tra ore 0 e ore 6.

Risultato

Escursione angolare dall'alto verso il basso del piede (con il pedale come vertice) nel corso di una pedalata, espressa in gradi. Minore è l'escursione, più facile è per la gamba trasferire potenza al pedale.



Escursione angolare piede sinistro

2 Escursione angolare piede destro





Foot Angular Range (Q1) Foot AR (Q1)

Riepilogo

Il Foot Angular Range (Q1) mostra l'escursione angolare del piede nel primo quadrante del ciclo di pedalata (posizione dalle ore 12 alle ore 3).

• L'osservazione dei valori destro e sinistro di Foot AR (Q1) aiuta a comprendere gli sbilanciamenti tra i movimenti del lato sinistro e del lato destro.

Dettagli

Un ampio Foot AR (Q1) indica che il ciclista preme con forza verso il basso dopo la posizione a ore 12, creando una spinta in prossimità delle posizioni a ore 1 e 2. Spingendo verso il basso prima, in prossimità della posizione a ore 12, il ciclista riduce al minimo l'angolo complessivo di spostamento del piede tra la posizione a ore 12 e quella a ore 3.

Risultato

Il Foot Angular Range (Q1) misura l'escursione del movimento angolare che si verifica fra le posizioni a ore 12 e a ore 3. Maggiore è l'escursione, più lungo è il ritardo dell'inizio del movimento di "spinta verso il basso" per la fase di spinta.





- AR (escursione angolare) piede sinistro (Q1)
- AR (escursione angolare) piede destro (Q1)





Pelvic Angle

Riepilogo

Il Pelvic Angle indica di quanti gradi è inclinato il bacino verso l'alto. Il sensore va fissato con dell'adesivo alla parte bassa della schiena nell'area dell'osso sacro.

Dettagli

Ogni ciclista ha un diverso allineamento pelvico neutro. Trovare una posizione naturale del bacino consente di attivare i muscoli centrali e ridurre lo sforzo lombare della colonna vertebrale. Gli allenatori hanno osservato che ciclisti con un Pelvic Angle verticale hanno maggiori probabilità di incorrere in lesioni alla schiena.

Se il bacino è inclinato troppo all'indietro, si rischiano strappi alla zona lombare, mentre se il bacino è inclinato eccessivamente in avanti, non si può ottenere il massimo Leg Angular Range. Inoltre, la rotazione posteriore del bacino riduce la capacità di generare potenza.

Risultato

L'angolo del bacino dalla parte anteriore a quella posteriore (asse z) viene espresso in relazione alla gravità. In verticale è di 90 gradi, mentre a 0 gradi è parallelo al suolo*.

* Presumendo che il ciclista si trovi su un terreno piano.

NOTA : -

• Per salite, discese e ciclismo in velodromo: ricordarsi che il risultato Pelvic Angle non rappresenta l'angolo in relazione alla bicicletta o al suolo, ma in relazione alla direzione della gravità. Pertanto, è necessaria cautela quando si verificano i dati da sezioni sopraelevate o in pendenza, ad esempio quelle che si incontrano durante salite, discese e ciclismo in velodromo.



Movimento



Valutazione



Parallelo al suolo* Presumendo che il ciclista si trovi su un terreno piano.

Verticale

Pelvic Rock (oscillazione pelvica)

Riepilogo

Il Pelvic Rock misura il movimento angolare medio verso l'alto e verso il basso del bacino.

Dettagli

Il Pelvic Rock rappresenta l'escursione rotazionale angolare media lungo l'asse sagittale locale del bacino (l'asse che interseca il bacino dal lato anteriore a quello posteriore). Quando si è seduti su un suolo piatto, questo asse che va dalla parte anteriore a quella posteriore del corpo è parallelo al suolo; quando si assume la posizione in cui si pedala, questo asse si inclina verso la base della ruota anteriore.

Risultato

Ciascuna rotazione in senso orario e antiorario che si verifica ogni secondo viene registrata, quindi ne viene calcolata la media. Questo movimento è comunemente conosciuto come "dondolio sulla sella".



Movimento





Rotazione eccessiva

Pelvic Rotation (rotazione del bacino)

Riepilogo

Il Pelvic Rotation misura l'escursione rotazionale angolare media del bacino.

Dettagli

Il Pelvic Rotation è l'escursione rotazionale angolare media del bacino, misurata al livello dell'osso sacro una volta al secondo. Questa misurazione dipende dall'asse verticale locale dell'osso sacro, che è perpendicolare al suolo quando si siede in posizione eretta, e che può inclinarsi verso il manubrio quando si assume la posizione in cui si pedala.

Questo movimento può anche essere descritto come la rotazione dal davanti all'indietro del bacino lungo il piano trasversale.

Un valore più grande di Pelvic Rotation indica una maggiore rotazione media del bacino, mentre un valore più basso indica una rotazione media più limitata.

Risultato

Ciascuna rotazione in senso orario e antiorario che si verifica ogni secondo viene registrata, quindi ne viene calcolata la media.







Nessuna rotazione

Rotazione eccessiva

Torso Angle (angolo del busto)

Riepilogo

Il Torso Angle indica, in gradi, di quanto il torace (il busto) sia inclinato verso l'alto in relazione alla gravità. Il sensore dovrebbe essere applicato lungo lo sterno con un adesivo.

Dettagli

Torso Angle indica l'angolo dello sterno in relazione alla gravità. In generale, il Torso Angle diminuisce quando si pedala in una posizione aerodinamica (con la parte superiore del corpo angolata verso il suolo), e aumenta quando si pedala in una posizione più verticale.

Un cambio di postura intenzionale non è l'unico fattore che influisce sul Torso Angle; piccole variazioni dovute all'influenza di potenza, affaticamento e altri fattori influenzano il Torso Angle. Ad esempio, quando si compiono intervalli da due minuti, è probabile che il Torso Angle cambi, poiché è difficile mantenere una posizione del torace stabile all'insorgere dell'affaticamento.

Risultato

Torso Angle viene espresso come l'angolo del torace in relazione alla gravità. Una posizione seduta con il torace perpendicolare alla gravità produce un valore di 90°, e un valore di 0° indica che il torace è parallelo alla gravità.

NOTA : -

• Per salite, discese e ciclismo in velodromo: ricordarsi che il risultato Torso Angle non rappresenta l'angolo in relazione alla bicicletta o al suolo, ma in relazione alla direzione della gravità. Pertanto, è necessaria cautela quando si verificano i dati da sezioni sopraelevate o in pendenza, ad esempio quelle che si incontrano durante salite, discese e ciclismo in velodromo.



Movimento



Valutazione



Parallelo alla gravità

In verticale, perpendicolare alla gravità

Torso Rock (oscillazione del busto)

Riepilogo

Il Torso Rock misura l'escursione rotazionale angolare media del torace verso sinistra e destra.

Dettagli

Il Torso Rock rappresenta l'escursione rotazionale angolare media del busto, misurata al livello dello sterno una volta al secondo lungo l'asse sagittale locale (l'asse sagittale interseca la parte bassa della schiena e l'area dell'addome al di sopra del bacino).

Un valore più grande di Torso Rock indica una rotazione media del busto più elevata, mentre un valore più basso indica una rotazione più limitata. Anche se il movimento del busto da un lato all'altro può venire chiamato in genere "oscillazione", è importante notare che la quantità di oscillazioni osservata dipende sia dal Torso Rock che dal Pelvic Rock.

Risultato

Ciascuna rotazione in senso orario e antiorario che si verifica ogni secondo viene registrata e ne viene calcolata la media, che dà come risultato una grandezza angolare.



Movimento





Torso Rotation (rotazione del busto)

Riepilogo

Il Torso Rotation misura l'escursione rotazionale angolare media del torace.

Dettagli

Il Torso Rotation è l'escursione rotazionale angolare media del torace, misurata al livello dello sterno una volta al secondo. Questa misura dipende dall'asse rotazionale del busto, che è strettamente parallelo alla colonna vertebrale: quando si sta seduti dritti, la colonna vertebrale e l'asse rotazionale sono verticali (perpendicolari al terreno); quando si assume la posizione in cui si pedala, la colonna vertebrale e l'asse rotazionale si inclinano verso il manubrio.

Un valore più grande di Torso Rotation indica una maggiore rotazione media del busto, mentre un valore più basso indica una rotazione media più limitata. Anche se si potrebbe pensare che questo movimento sia simile a una torsione del busto, è importante notare che la quantità di "torsioni" dipende sia dall'effettiva rotazione del busto che dalla rotazione pelvica al momento della misurazione.

Risultato

Ciascuna rotazione in senso orario e antiorario che si verifica ogni secondo viene registrata e ne viene calcolata la media, che dà come risultato una grandezza angolare.



Rotazione busto





Caratteristiche tecniche del TYPE-S

so

Android 9

Applicazioni disponibili

LEOMO App e altre app per Android che possono essere scaricate da Google Play

SoC

SoC: Snapdragon 439 Velocità di clock della CPU: fino a 2,0 GHz Core della CPU: 8 core ARM Cortex A53, 4 a 2,0 GHz + 4 a 1,4 GHz Architettura CPU: a 64 bit

Dimensioni

L 98,0 mm x P 51,6 mm x A 15,8 mm

Peso

- Unità principale: 110 g
- Con Adattatore multisport: +27 g
- Con Batteria esterna integrata: +73 g

Classificazione IPX (impermeabilità)

IPX7

Schermo

- Da 3,0", WQVGA (400 x 240), a colori (65k), di tipo transflettivo
- · Pannello sensibile al tocco (capacitivo, multi-touch)

GNSS (Global Navigation Satellite System)

GPS/GLONASS/BDS/Galileo

Tecnologie di trasmissione senza fili

Bande supportate	 GSM: 850, 900, 1800, 1900 WCDMA: B1, B2, B5, B8 FDD-LTE: B1, B2, B3, B4, B5, B7, B8, B12, B17, B20, B28 TDD-LTE: B38, B41
Altre tecnologie di trasmissione senza fili	 ANT+ Bluetooth 4.1 É fornito un chip Bluetooth separato per una connessione stabile con cinque sensori di movimento LEOMO. Bluetooth Low Energy Wi-Fi (802.11 a (5 GHz)/b/g/n (2,4 GHz))

Sensori incorporati

Accelerometro/bussola/giroscopio/barometro/altimetro/sensore di prossimità/sensore luce ambientale

NFC

NFC tipo A/B (Felica non supportato)

Altre parti

- Vibratore
- 2 microfoni
- Altoparlante (ricevitore)

Batteria

Incorporata nell'unità principale: 1900 mAh (min)

Durata massima della batteria quando si utilizza la LEOMO App

Quando la rete mobile LTE è attivata

Con 5 sensori di movimento	Connessi	Spenti
Solo batteria incorporata	8 h 30 m	9 h 30 m
Con Batteria esterna integrata	14 h	15 h 40 m

Quando la rete mobile LTE è disattivata

Con 5 sensori di movimento	Connessi	Spenti
Solo batteria incorporata	9 h 50 m	11 h
Con Batteria esterna integrata	16 h 10 m	18 h

NOTA : -

Tutte le misurazioni sono state eseguite alle condizioni seguenti: luminosità dello schermo: min; temperatura: 23 °C; GPS: attivato; 3 sensori ANT+ connessi.

L'autonomia della batteria potrebbe ridursi a seconda delle situazioni, ad esempio quando la temperatura è bassa.

Condizioni di bassa o alta temperatura potrebbero ridurre temporaneamente l'autonomia della batteria, possono interrompere la carica dal Batteria esterna integrata e possono causare lo spegnimento dell'apparecchio.

Il comportamento torna alla normalità quando si riporta l'apparecchio nella gamma di temperature ambienti di esercizio.

Evitare di lasciare l'apparecchio in ambienti dalla temperatura elevata, ad esempio sotto un sole rovente.

Durate

Durata in standby (LTE): circa 285 ore Durata in conversazione: circa 990 min.

Tempo di carica

Unità principale: 2,5 ore Mediante Batteria esterna integrata opzionale collegata (carica simultanea): 3,0 ore Sono richiesti il cavo USB Tipo C e l'alimentatore CA USB

Fotocamera principale

Foto	 Dimensioni sensore: sensore da 13 MP con ottica da 1/3" Risoluzione: 4208 x 3120 Angolo di campo: 78,4° Numero F: 2 Sensibilità ISO: ISO da 100 a 1600 HDR: Morpho HDR
Filmati	 Risoluzione e fotogrammi al secondo (fps): 1080p/720p/ 480p, tutti a 30 fps Sensibilità ISO: ISO 4800 HDR: n/d

Fotocamera anteriore

Foto	 Dimensioni sensore: sensore da 5 MP con ottica da 1/5" Risoluzione: 2592 x 1944 Angolo di campo: 76,8° Numero F: 2,2 Sensibilità ISO: ISO da 100 a 800 HDR: Morpho HDR
Filmati	 Risoluzione e fotogrammi al secondo (fps): 1080p/720p/ 480p, tutti a 30 fps Sensibilità ISO: ISO 3200 HDR: n/d

Memoria

RAM: 3 GB/ROM: 32 GB

SIM e scheda SD

Alloggiamento per nano SIM x1 con microSD (fino a 512 GB)

Terminale USB

Tipo C (connettore impermeabile)

Formato di esportazione dei dati (tipi di file)

FIT (mediante LEOMO Cloud)

Gamma di temperature di esercizio e di carica

Di esercizio normali: da -10 °C a 55 °C Di carica: da 0 °C a 55 °C

App preinstallate

LEOMO App, App Updater, Google Play, Google Maps, Google, YouTube, Google Drive, Gmail, Google Calendar, Google Play Film & TV, Google Play Musica, Fotocamera, Google Keep, File, Google Duo, Messaggi, News, Telefono, Impostazioni Google Foto, Sfondi, Calcolatrice

Google, Android, Google Play, YouTube e altri marchi sono marchi di Google LLC.

Lingue (UI)

Inglese, spagnolo, tedesco, francese, italiano e giapponese

Caratteristiche tecniche dei sensori di movimento opzionali LEOMO

Dimensioni

L 37,0 mm x P 37,0 mm x A 7,8 mm

Peso

12 g

Classificazione IPX (impermeabilità)

IPX7

Batterie

- · Batteria ricaricabile incorporata a polimeri di litio
- Durata massima di 7 h 50 min
Caratteristiche tecniche della Batteria esterna integrata opzionale

Capacità della batteria

1900 mAh (min)

Dimensioni

L 98,1 mm x P 51,6 mm x A 15,8 mm

Peso

73 g

Classificazione IPX (impermeabilità)

IPX7

Tempo di carica della batteria

2 ore e 40 min. 3 ore (quando si utilizza la carica simultanea con il TYPE-S)

Gamma di temperature di condivisione dell'alimentazione e di carica

- Condivisione dell'alimentazione con il TYPE-S: da -15 °C a 55 °C
- Carica: da 0 °C a 60 °C

Limitazione di responsabilità

IL PRODOTTO TYPE-S E TUTTI GLI ACCESSORI VENGONO FORNITI "COSÌ COME SONO", SENZA GARANZIE DI ALCUN GENERE. LEOMO DECLINA QUALSIASI GARANZIA, INCLUSE, SENZA ALCUNA LIMITAZIONE, LE GARANZIE DI COMMERCIABILITÀ, DI NON VIOLAZIONE DI DIRITTI PROPRIETARI O DI TERZI, NONCHÉ LA GARANZIA DI IDONEITÀ AD UNO SCOPO PARTICOLARE.

Informazioni sulla certificazione

DICHIARAZIONE DI CONFORMITÀ FCC

Questo apparecchio è conforme alla Parte 15 delle Normative FCC. Il funzionamento è soggetto alle due condizioni seguenti: (1) Questo apparecchio non può causare interferenze dannose, e (2) questo apparecchio deve accettare qualsiasi interferenza ricevuta, incluse le interferenze che potrebbero causare un funzionamento indesiderato.

Alterazioni o modifiche non approvate esplicitamente dalla parte responsabile per la conformità potrebbero invalidare l'autorizzazione dell'utente all'utilizzo dell'apparecchio.

Questo apparecchio è stato collaudato ed è risultato conforme ai limiti per un apparecchio digitale di Classe B, in conformità alla Parte 15 delle Normative FCC.

Tali limiti sono progettati per fornire una protezione ragionevole dalle interferenze dannose in un'installazione residenziale. Questo apparecchio genera, utilizza e può irradiare energia in radiofrequenza e, se non installato e utilizzato in conformità alle istruzioni, potrebbe causare interferenze dannose alle comunicazioni radio. Tuttavia, non vi è alcuna garanzia che un'interferenza non si verifichi in un'installazione particolare. Qualora questo apparecchio causi interferenze dannose alla ricezione radiotelevisiva, il che può essere stabilito accendendo e spegnendo l'apparecchio stesso, l'utente è incoraggiato a tentare di correggere l'interferenza adottando una o più misure correttive tra le seguenti: Riorientare o riposizionare l'antenna ricevente.

Aumentare la separazione tra l'apparecchio e l'apparecchio ricevente.

Collegare l'apparecchio a una presa elettrica su un circuito diverso da quello a cui è collegato l'apparecchio ricevente.

Consultare il rivenditore o un tecnico radiotelevisivo esperto per assistenza.

• Informazioni sull'esposizione alle radiofrequenze (SAR)

Questo apparecchio è stato collaudato ed è conforme ai limiti applicabili per l'esposizione alle radiofrequenze (RF). Il termine SAR (Specific Absorption Rate) si riferisce all'indice di assorbimento di energia RF da parte del corpo umano. I limiti SAR sono pari a 1,6 Watt per chilogrammo (su un volume contenente una massa di 1 grammo di tessuto) nelle nazioni che si conformano ai limiti FCC degli Stati Uniti, e a 2,0 W/kg (in media su 10 grammi di tessuto) nelle nazioni che si conformano ai limiti del Consiglio dell'Unione Europea. I test del SAR vengono eseguiti utilizzando posizioni operative standard, con l'apparecchio che trasmette al proprio massimo livello di potenza nominale in tutte le bande di frequenza sottoposte a test. Per ridurre l'esposizione all'energia RF, utilizzare un accessorio vivavoce o un'altra opzione simile per tenere l'apparecchio lontano dalla testa e dal corpo. Trasportare questo apparecchio ad almeno 10 mm di distanza dal proprio corpo, per assicurare che i livelli di esposizione restino equivalenti o inferiori a quelli definiti dai test. Scegliere ganci da cintura, fondine o altri accessori da indossare sul corpo che non contengano componenti metallici, per supportare il funzionamento in questo modo. Le custodie con parti in metallo potrebbero modificare le prestazioni RF dell'apparecchio, inclusa la sua conformità alle linee guida sull'esposizione RF, in un modo che non è stato sottoposto a test o certificato, e l'utilizzo di tali accessori va evitato.

I valori più elevati di SAR FCC per l'apparecchio sono i seguenti:

- 1,38 W/kg@1g (testa)
- 1,20 W/kg@1g (corpo)

DICHIARAZIONE DI CONFORMITÀ INDUSTRY CANADA

Questo apparecchio è conforme agli standard RSS esenti da licenza di Industry Canada.

Il funzionamento è soggetto alle due condizioni seguenti:

(1) Questo apparecchio non può causare interferenze; e

(2) Questo apparecchio deve accettare qualsiasi interferenza, incluse le interferenze che potrebbero causare un funzionamento indesiderato dell'apparecchio stesso.

Le present appareil est conforme aux CNR d'Industrie Canada applicables aux appareils radio exempts de licence. L'exploitation est autorisee aux deux conditions suivantes:

(1) l'appareil ne doit pas produire de brouillage, et

(2) l'utilisateur de l'appareil doit accepter tout brouillage radioelectrique subi, meme si le brouillage est susceptible d'en compromettre le fonctionnement."

L'apparecchio potrebbe interrompere automaticamente la trasmissione in caso di assenza di informazioni da trasmettere, o di guasto operativo. Tenere presente che questo comportamento non è inteso a vietare la trasmissione di informazioni di controllo o di segnalazione, né l'utilizzo di codici ripetitivi, laddove richiesto dalla tecnologia.

L'apparecchio per l'utilizzo nella banda da 5150 a 5250 MHz è destinato solo all'utilizzo in interni, per ridurre la possibilità di interferenze dannose ai sistemi satellitari mobili su canali condivisi;

L'appareil peut interrompre automatiquement la transmission en cas d'absence d'informations a transmettre ou de panne operationnelle.

Notez que ceci n'est pas destine a interdire la transmission d'informations de controle ou de signalisation ou l'utilisation de codes repetitifs lorsque cela est requis par la technologie.

Le dispositif utilise dans la bande 5150 - 5250 MHz reserve a une utilisation en interieur afin de reduire le risque de brouillage prejudiciable aux systemes mobiles par satellite dans le meme canal;

Informazioni sull'esposizione alle radiofrequenze (SAR)

Questo apparecchio è stato collaudato ed è conforme ai limiti applicabili per l'esposizione alle radiofrequenze (RF). Il termine SAR (Specific Absorption Rate) si riferisce all'indice di assorbimento di energia RF da parte del corpo umano. I limiti SAR sono pari a 1,6 Watt per chilogrammo (su un volume contenente una massa di 1 grammo di tessuto) nelle nazioni che si conformano ai limiti FCC degli Stati Uniti, e a 2,0 W/kg (in media su 10 grammi di tessuto) nelle nazioni che si conformano al limite del Consiglio dell'Unione Europea. I test del SAR vengono eseguiti utilizzando posizioni operative standard, con l'apparecchio che trasmette al proprio massimo livello di potenza nominale in tutte le bande di frequenza sottoposte a test. Per ridurre l'esposizione all'energia RF, utilizzare un accessorio vivavoce o un'altra opzione simile per tenere l'apparecchio lontano dalla testa e dal corpo.

Trasportare questo apparecchio ad almeno 10 mm di distanza dal proprio corpo, per assicurare che i livelli di esposizione restino equivalenti o inferiori a quelli definiti dai test. Scegliere ganci da cintura, fondine o altri accessori da indossare sul corpo che non contengano componenti metallici, per supportare il funzionamento in questo modo. Le custodie con parti in metallo potrebbero modificare le prestazioni RF dell'apparecchio, inclusa la sua conformità alle linee guida sull'esposizione RF, in un modo che non è stato sottoposto a test o certificato, e l'utilizzo di tali accessori va evitato.

Informations sur l'exposition RF (SAR)

Cet appareil a ete teste et repond aux limites applicables en matiere d'exposition aux radiofrequences (RF). Le debit d'absorption specifique (DAS) designe la vitesse a laquelle le corps absorbe l'energie RF. Les limites SAR sont de 1,6 Watts par kilogramme (sur un volume contenant 1 gramme de tissu) dans les pays qui suivent la limite FCC des Etats-Unis et 2,0 W / kg (moyenne sur 10 grammes de tissu) dans les pays qui suivent le Conseil des Limite de l'Union Europeenne. Les tests de DAS sont effectues en utilisant des positions de fonctionnement standard, l'appareil transmettant a son niveau de puissance certifie le plus eleve dans toutes les bandes de frequences testees. Pour reduire l'exposition a l'energie RF, utilisez un accessoire mains libres ou toute autre option similaire pour eloigner cet appareil de votre tete et de votre corps. Transportez cet appareil a au moins 10 mm de votre corps pour vous assurer que les niveaux d'exposition restent au niveau ou au-dessous des niveaux testes. Choisissez les agrafes de ceinture, les etuis, ou d'autres accessoires similaires portes au corps qui ne contiennent pas de composants metalliques pour supporter le fonctionnement de cette maniere. Les boitiers avec des pieces metalliques peuvent modifier les performances RF de l'appareil, y compris sa conformite aux directives d'exposition aux RF, d'une maniere qui n'a pas ete testee ou certifiee, et l'utilisation de ces accessoires doit etre evitee.

DICHIARAZIONE DI CONFORMITÀ CON LA DIRETTIVA UE

Con il presente documento, LEOMO, Inc. dichiara che questo telefono LEOMO TYPE-S è conforme ai requisiti essenziali e alle altre disposizioni rilevanti della Direttiva 2014/53/UE.

Il testo completo della dichiarazione di conformità UE è disponibile all'indirizzo Internet seguente: https:// www.leomo.io/legal

DECLARATION DE CONFORMITE AVEC LES DIRECTIVES DE L'UNION EUROPEENNE

Par la presente LEOMO, Inc. declare que l'appareil LEOMO TYPE-S Phone est conforme aux exigences essentielles et aux autres dispositions pertinentes de la directive 2014/53/EU. Azienda: LEOMO, Inc.

Indirizzo: 2000 Central Avenue, Suite 150, Boulder CO 80301, Stati Uniti E-mail: certification@leomo.io

• Informazioni sull'esposizione alle radiofrequenze (SAR)

Questo apparecchio è stato collaudato ed è conforme ai límiti applicabili per l'esposizione alle radiofrequenze (RF). Il termine SAR (Specific Absorption Rate) si riferisce all'indice di assorbimento di energia RF da parte del corpo umano. I limiti SAR sono pari a 1,6 Watt per chilogrammo (su un volume contenente una massa di 1 grammo di tessuto) nelle nazioni che si conformano ai limiti FCC degli Stati Uniti, e a 2,0 W/kg (in media su 10 grammi di tessuto) nelle nazioni che si conformano al limite del Consiglio dell'Unione Europea. I test del SAR vengono eseguiti utilizzando posizioni operative standard, con l'apparecchio che trasmette al proprio massimo livello di potenza nominale in tutte le bande di frequenza sottoposte a test. Per

ridurre l'esposizione all'energia RF, utilizzare un accessorio vivavoce o un'altra opzione simile per tenere l'apparecchio lontano dalla testa e dal corpo.

Trasportare questo apparecchio ad almeno 5 mm di distanza dal proprio corpo, per assicurare che i livelli di esposizione restino equivalenti o inferiori a quelli definiti dai test. Scegliere ganci da cintura, fondine o altri accessori da indossare sul corpo che non contengano componenti metallici, per supportare il funzionamento in questo modo. Le custodie con parti in metallo potrebbero modificare le prestazioni RF dell'apparecchio, inclusa la sua conformità alle linee guida sull'esposizione RF, in un modo che non è stato sottoposto a test o certificato, e l'utilizzo di tali accessori va evitato.

I valori più elevati di SAR CE per l'apparecchio sono i seguenti:

1,369 W/kg@10g (testa)

• 1,653 W/kg@10g (corpo)

• Limitazione sulla banda da 5 GHz

Questo apparecchio è limitato all'utilizzo esclusivamente in interni, quando funziona nella gamma di frequenze da 5150 a 5350 MHz.

	AT	BE	BG	HR	CY	CZ	DK
	EE	FI	FR	DE	EL	HU	IE
	IT	LV	CS	LU	MT	NL	PL
	PT	RO	SK	SI	ES	SE	UK

• Potenza massima di trasmissione

GSM 850, 1900 MHz	35 dBm
GSM 900, 1800 MHz	32 dBm
WCDMA 1, 2, 5, 8	25 dBm
LTE 1, 2, 3, 4, 5, 7, 8, 12, 17, 20, 28, 38, 41	32 dBm
Bluetooth® 5.0	20 dBm
WLAN 2.4 G	20 dBm
WLAN 5 G	23 dBm
NFC 13,56 MHz	42 dBuA/m @ 10m

Informazioni tecniche



To prevent possible hearing damage, do not listen at high volume levels for long periods.

Nota di avvertenza sulle batterie

Attenzione: rischio di esplosione, qualora la batteria venga sostituita con un tipo errato. Smaltire le batterie esauste attenendosi alle istruzioni

INFORMAZIONI SULLA CONFORMITÀ E SULLO SMALTIMENTO DI RAEE

Smaltimento corretto di questo prodotto (RAEE, rifiuti di apparecchiature elettriche ed elettroniche) (Applicabile nell'Unione Europea e in altre nazioni europee con sistemi di raccolta differenziata)



Questo simbolo, riportato sul prodotto o sulla relativa documentazione, indica che il prodotto non va smaltito insieme ad altri rifiuti domestici, alla fine del suo ciclo di vita. Per evitare possibili danni all'ambiente o alla salute umana dovuti allo smaltimento incontrollato dei rifiuti, separare questo rifiuto da altri tipi di rifiuti, e riciclarlo in modo responsabile per promuovere il riutilizzo sostenibile delle risorse materiali. Gli utenti domestici dovrebbero contattare il rivenditore da cui hanno acquistato questo prodotto, o la propria sede amministrativa locale, per i dettagli sull'ubicazione e le modalità di conferimento di questo articolo per un riciclaggio sicuro in termini ambientali. Gli utenti aziendali dovrebbero contattare il proprio fornitore e controllare i termini e le condizioni del contratto di acquisto. Questo prodotto non va mescolato con altri rifiuti commerciali per lo smaltimento.

DICHIARAZIONE DI CONFORMITÀ CON la normativa Japan Radio

• Informazioni sull'esposizione alle radiofrequenze (SAR)

Per ridurre l'esposizione all'energia RF, utilizzare un accessorio vivavoce o un'altra opzione simile per tenere l'apparecchio lontano dalla testa e dal corpo. Trasportare questo apparecchio ad almeno 5 mm di distanza dal proprio corpo, per assicurare che i livelli di esposizione restino equivalenti o inferiori a quelli definiti dai test. Scegliere ganci da cintura, fondine o altri accessori da indossare sul corpo che non contengano componenti metallici, per supportare il funzionamento in questo modo. Le custodie con parti in metallo potrebbero modificare le prestazioni RF dell'apparecchio, inclusa la sua conformità alle linee guida sull'esposizione RF, in un modo che non è stato sottoposto a test o certificato, e l'utilizzo di tali accessori va evitato.

I valori più elevati di SAR in Giappone per l'apparecchio sono i seguenti:

- 0,945 W/kg@10g (testa)
- 1,100 W/kg@10g (corpo)
- Limitazione sulla banda da 5 GHz

Banda di frequenza da 5 GHz (W52, W53): solo per uso in interni (tranne che per comunicare con radio ad alta potenza)

Etichette elettronica (e-Label) delle informazioni normative:

Per le informazioni normative e il simbolo di conformità (E.label).

Fare riferimento al proprio apparecchio attraverso la procedura seguente: Impostazioni > Sistema > Certificazione

Ulteriori informazioni sono disponibili all'indirizzo:

HTTPS://LEOMO.ZENDESK.COM

Inviare e-mail di richieste di supporto all'indirizzo: SUPPORT@LEOMO.IO ULTERIORI INFORMAZIONI SONO DISPONIBILI ALL'INDIRIZZO:HTTPS:// LEOMO.ZENDESK.COMINVIARE E-MAIL DI RICHIESTE DI SUPPORTO ALL'INDIRIZZO:SUPPORT@LEOMO.IO