

GARMIN®

TACX® ALPINE

РЪКОВОДСТВО

© 2025 Garmin Ltd. или нейните дъщерни дружества

Всички права запазени. Съгласно законите за авторското право, това ръководство не може да бъде копирано, изцяло или частично, без писменото съгласие на Garmin. Garmin си запазва правото да променя или подобрява своите продукти и да прави промени в съдържанието на това ръководство, без задължение да уведомява което и да е лице или организация за такива промени или подобрения. Отидете на www.garmin.com за актуални актуализации и допълнителна информация относно употребата на този продукт.

Garmin®, логото на Garmin и Tascx® са търговски марки на Garmin Ltd. или нейните дъщерни дружества, регистрирани в САЩ и други страни. Тези търговски марки не могат да се използват без изричното разрешение на Garmin.

BLUETOOTH® Словесните марки и логата са собственост на Bluetooth SIG, Inc. и всяко използване на тези марки от Garmin е по лиценз. Други търговски марки и търговски наименования са собственост на съответните им собственици.

Този продукт е ANT+® сертифициран. Посетете www.thisisant.com/directory за списък със съвместими продукти и приложения.

M/N: A04820

智慧互動式坡度模擬器

爬坡模擬器

ИК: 1792A-04820

Стартиране

⚠ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ

Вижте ръководството „Важна информация за безопасността и продукта“ в кутията на продукта за предупреждения относно продукта и друга важна информация.

ЗАБЕЛЕЖКА

Симулаторът Tacx Alpine е съвместим с тренажорите Tacx NEO 3M и Tacx NEO 2T, след като актуализирате тренажора до най-новия софтуер.

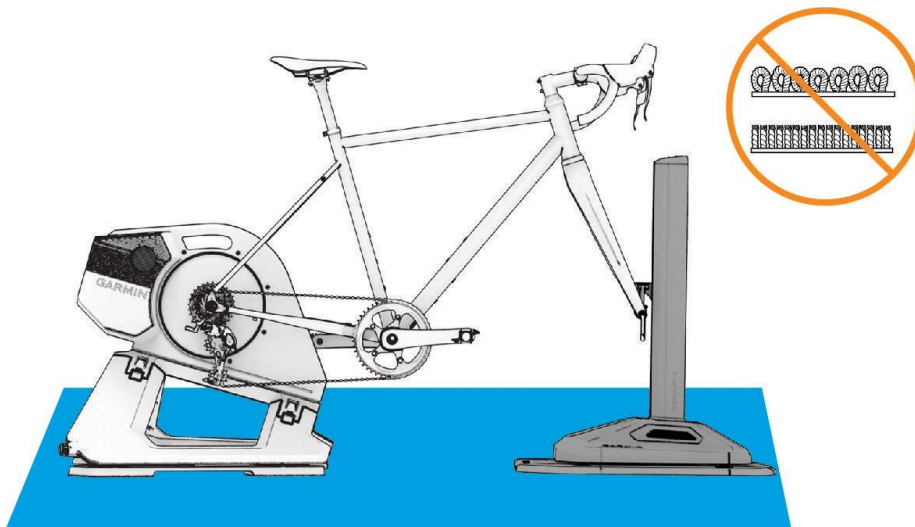
- Прочетете инструкциите, преди да прикрепите велосипеда си към Tacx Alpine.
- Сканирайте QR кода с камерата на телефона си и следвайте инструкциите на приложението Tacx Training.



СЪВЕТ: Приложението Tacx Training включва настройка на устройството, видеоклипове и актуализации на софтуера .

Трябва да поддържате софтуера на вашето устройство Tacx актуален. Актуализациите на софтуера предоставят промени и подобрения в поверителността, сигурността и функциите.

- За най-добро изживяване, използвайте Tacx Alpine само докато е включен в контакта.
- За най-добри резултати използвайте Tacx Alpine с твърда постелка или килим с нисък косъм. Избягвайте меки и килими с висок косъм.



ЗАБЕЛЕЖКА: Велосипед с междуосие от 1165 мм или повече може да не се побере на стандартна тренировъчна постелка Tacx.

- Отидете на support.garmin.com за помощ и информация, като например ръководства за продукти, често задавани въпроси, видеоклипове и поддръжка на клиенти.

Тасх Alpine инструкции

Инсталация

Тасх Alpine включва два отделни монтажни комплекта, обозначени **A** и **B**.

Вашият тренажор	Комплект за монтаж	Размер оси	Размери на бързоосвобождаващи се оси
Тасх NEO 3М	A Комплект за монтаж на Тасх Alpine	142 или 148 мм проходна ос	130 или 135 мм бързоосвобождаваща се ос
Тасх NEO 2Т Необходими са и двата монтажни комплекта.	A Комплект за монтаж на Тасх Alpine B Комплект за монтаж на Тасх NEO 2Т	142 или 148 мм проходна ос	130 или 135 мм бързоосвобождаваща се ос

Монтиране на въртящите се крайни капачки за Тасх NEO 2Т Trainer

ЗАБЕЛЕЖКА

Тасх Alpine е съвместим с велотренажора Тасх NEO 2Т, но трябва да монтирате новите, въртящи се капачки от двете страни на велотренажора. Старите капачки и дистанционният елемент (за дискови спирачки) не са съвместими. Използването на старите части може да доведе до материални щети.

Ако имате тренажор Тасх NEO 3М, вижте *Инсталиране на Тасх Alpine*, страница 4.

- 1 Свалете велосипеда си от тренажора Тасх NEO 2Т.
- 2 Изберете опция:
 - Ако имате ос за бързо освобождаване, използвайте 5 мм шестостенен ключ, за да свалите и двете крайни капачки.
 - Ако имате проходна ос, използвайте 17 мм гаечен ключ, за да свалите и двете крайни капачки.

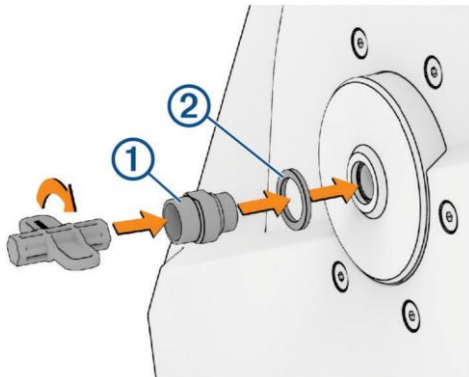
ЗАБЕЛЕЖКА: Някои гаечни ключове може да не паснат и може да се наложи да извадите касетата.

- 3 Отворен монтажен комплект **B** и извадете синия инструмент, дистанционния елемент и Driveside 5-6Nm.
- 4 Използвайте таблицата, за да изберете части за вашата ос t

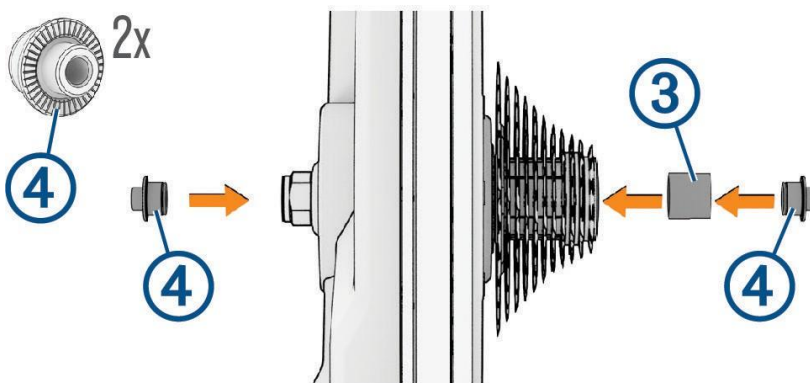
Ос	Поддръжка	Крайни капачки (2)	
130 мм бързо освобождаваща се ос			
135 мм бързо освобождаваща се ос			
142 мм проходна ос			12 мм
148 мм проходна ос			12 мм

- 5 От страната, която не е задвижваща, използвайте синия инструмент, за да монтирате опората на крайната капачка ①.

ЗАБЕЛЕЖКА: Ако имате дискови спирачки, трябва да монтирате новия дистанционер ② за да се осигури хлабина между тренажора и спирачния апарат.



- 6 От страната на задвижването на тренажора, използвайте синия инструмент, за да монтирате Driveside 5-6Nm ③.



Можете да затегнете контрагайката на ръка, като използвате синия инструмент. Когато използвате динамометричен ключ, Garmin® препоръчва максимален въртящ момент от 6 Nm (4,4 lbf-ft.) за контрагайката.

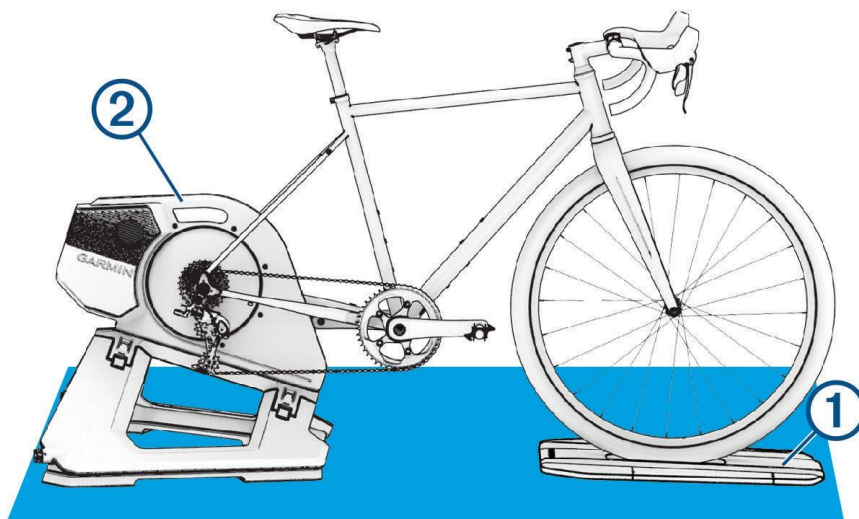
- 7 Монтирайте и двете въртящи се крайни капачки ④.
- 8 Монтирайте велосипеда си на тренажора Tacx NEO 2T съгласно ръководството за употреба.
- 9 Седнете на тренажора и завъртете педалите няколко пъти.

СЪВЕТ: Новите въртящи се крайни капачки могат да останат на тренажора Tacx NEO 2T, дори когато карате без Tacx Alpine.

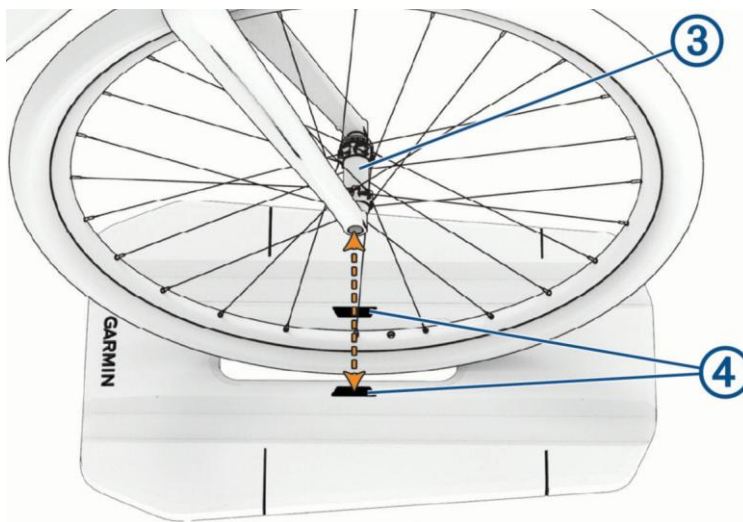
Инсталиране на Tacx Alpine

Позициониране на Motion Base

Преди да можете да позиционирате основата за движение¹, трябва да имате монтиран велосипед на съвместим тренажор, като например Tacx NEO 3M².




- 1 Свалете опората на предното колело.
- 2 Поставете основата за движение под предното колело.
- 3 Доближете Tacx Alpine близо до предната част на велосипеда си, за да можете лесно да го преместите върху подвижната основа.
- 4 Подравнете основата за движение с главината на предното колело³ над зоната за подравняване⁴, в идеалния случай близо до центъра.









- 5 Ако използвате тренировъчна постелка, регулирайте велоергометъра и тренажора така, че предната част на подвижната основа да се подравни с предната част на тренировъчната ви постелка (по избор).

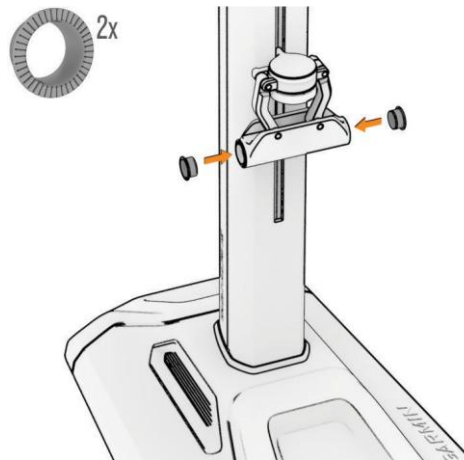
Закрепване на Thru Axle Bike

Тасх Alpine е съвместим с велосипед, който използва 12 или 15 мм ос (*Какъв е размерът на моята проходна ос?*, страница 15). Ако имате ос за бързо освобождаване, отидете на *Закрепване на велосипед с бързо освобождаваща се ос*, страница 6.

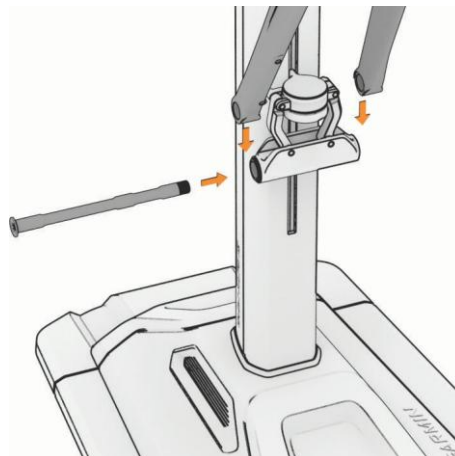
- 1 Отворете монтажен  комплект

Ос	Крайни капачки (2)
Проходна ос 12x100	 
Проходна ос 15x100	 
Проходна ос 15x110	 

- 2 Щракнете въртящите се крайни капачки в Тасх Alpine.



- 3 Свалете предното колело от велосипеда си и хванете рамката.
4 Поставете Тасх Alpine върху подвижната основа и подравнете вилката на велосипеда с въртящите се крайни капачки.
5 Поставете оста и затегнете на ръка.



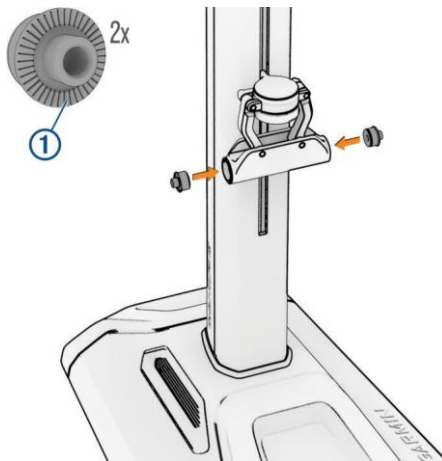
- 6 Затегнете оста до посочения на оста въртящ момент или в ръководството за употреба на вашия велосипед.

Прикрепване Вашият велосипед с бързо-освобождаваща се ос

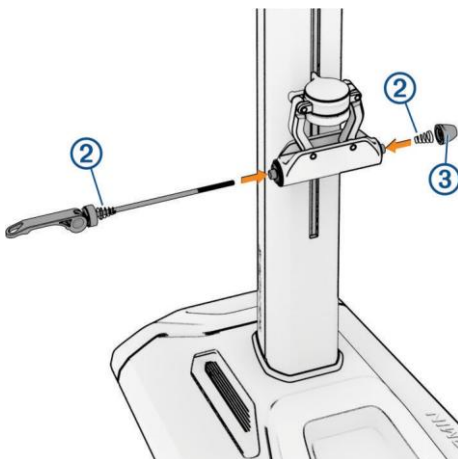
⚠ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ

Незатягането и неплътното затваряне на дръжката за бързо освобождаване може да доведе до нараняване или материални щети.

- 1 Отворен монтажен комплект **A** и изберете въртящите се крайни капачки QR и ос за бързо освобождаване.
- 2 Щракнете въртящите се крайни капачки **1** в Тасх Alpine.



- 3 Монтирайте бързоосвобождаващия се шиш, конусните пружини от всяка страна **2** и капачка **3**.



- 4 Затегнете капачката на ръка, оставяйки достатъчно място за вилката на велосипеда.
- 5 Свалете предното колело от велосипеда си и хванете рамката.
- 6 Преместете Тасх Alpine върху подвижната основа и поставете вилката на велосипеда върху оста.
- 7 Затегнете капачката и затворете дръжката за бързо освобождаване.

Свързване на захранващия кабел и калибриране на Tasc Alpine

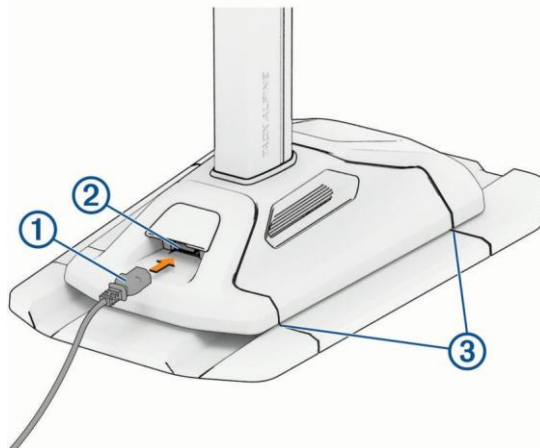
⚠ ВНИМАНИЕ

Захранващият кабел е в кутията на продукта. Не се опитвайте да използвате захранващ кабел или адаптер от друг производител с Tasc Alpine, тъй като това може да доведе до нараняване или повреда на тренажора.

ЗАБЕЛЕЖКА

Не се опитвайте да седите на велосипеда по време на калибриране, тъй като това може да доведе до евентуални материални щети. Първия път, когато включите Tasc Alpine, светодиодът AUTO мига бавно и е необходимо калибриране.

I Включете захранващия кабел ① в порта ②.

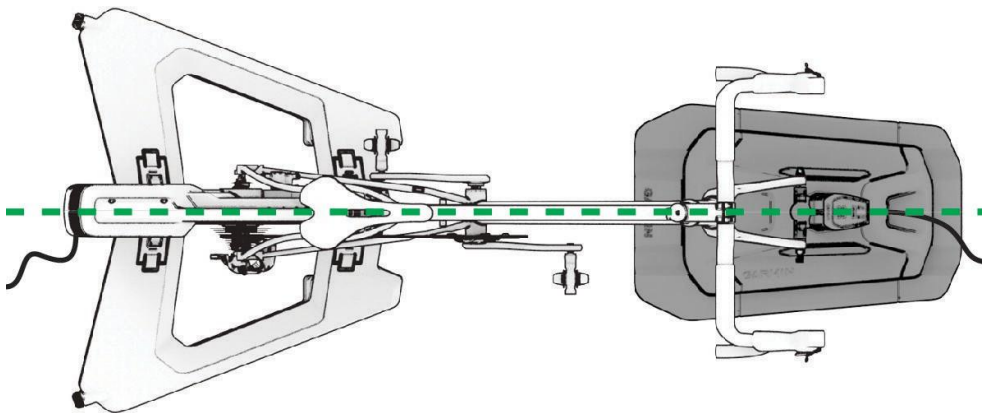


2 Включете захранващия кабел в стандартен стенов контакт.

Захранващият кабел трябва да е достатъчно хлабав, за да се движи свободно с Tasc Alpine.

3 Подравнете линиите на Tasc Alpine с линиите ③ върху основата на движението.

4 Подравнете тренажора, рамката на велосипеда, кормилото и Tasc Alpine.



5 Задръжте ▲ и ▼ едновременно, в продължение на 6 секунди.

6 Когато и трите светодиода мигат, отпуснете бутоните, за да започнете калибрирането.

Всички светодиоди мигат бавно по време на калибрирането. Tasc Alpine се издига и връща в нивелиране. Когато светодиодите спрат да мигат, калибрирането е завършено.

Проверка

ЗАБЕЛЕЖКА

Неизпълнението на едно или повече от следните действия може да доведе до евентуални материални щети.

- Уверете се, че никакви предмети не пречат на захранващите кабели.
- Прокарайте захранващите кабели така, че да не пречат на тренажора или Tascx Alpine по време на употреба.
- Проверете за хлабина около веригата на велосипеда и вилката на велосипеда във всички позиции на височина и докато завъртате кормилото.
- Качете се на колелото и карайте в ръчен режим.
- Уверете се, че има достатъчна височина на тавана по време на каране.
- Ако е необходимо, отидете в приложението Tascx Training и задайте ограничения за наклон.

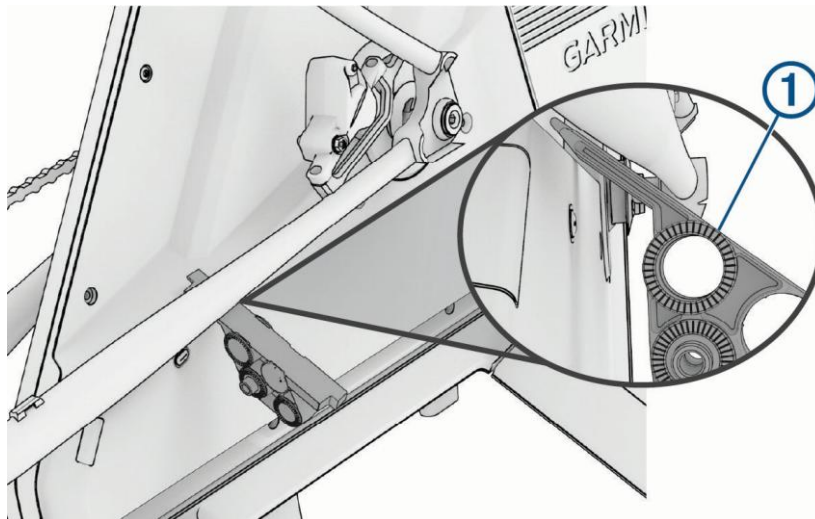
Проверка на веригата

Преди да извършите тази проверка на хлабината, трябва да зададете правилната междуосие на велосипеда и тренажора в приложението Tascx Training.

СЪВЕТ: Можете да използвате измервателната лента, включена в комплекта за монтаж **A**.

- 1 Натиснете **▲▼** едновременно, за да върнете Tascx Alpine на 0% наклон.
- 2 Спазвайте най-малкото разстояние между тренажора и верижната стойка.
- 3 Отворете монтажен комплект **A** и извадете измервателя **1**.

Трябва да можете да поставите измервателя между тренажора и верижната стойка.



- 4 Натиснете **▼**, като проверявате хлабината всеки път, когато натиснете бутона. Можете също да контролирате наклона ръчно, като използвате приложението Tascx Training в настройките на устройството.
- 5 Повторете стъпка 4, като същевременно наблюдавате разстоянието между тренажора и веригата:
 - Ако по някое време измервателя не може да се побере между двете части, преминете към стъпка 6.
 - Ако двете части са чисти от 0% до -10% наклон, преминете към следващата задача за .
- 6 Натиснете **▲** и обърнете внимание на оценката.
СЪВЕТ: Приложението Tascx Training показва степента.
- 7 В приложението Tascx Training отидете в настройките на Tascx Alpine.
- 8 Изберете Grade > Grade Range..
- 9 Използвайте плъзгача, за да зададете минималната оценка.

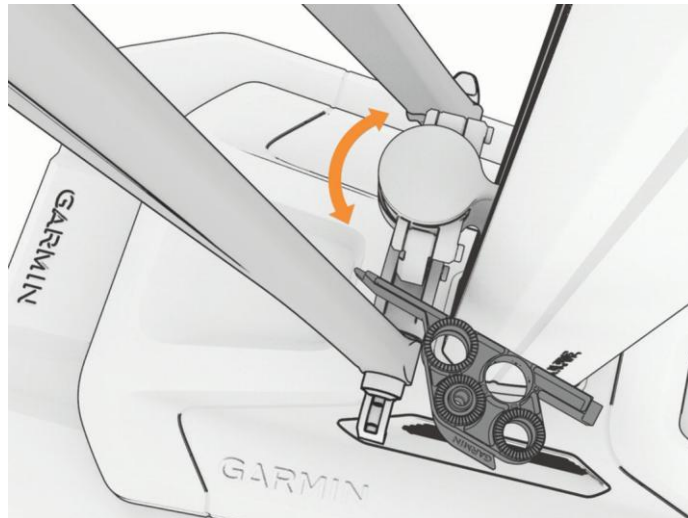
Проверка на хлабината на вилката на велосипеда

Ще ви е необходим измервателя от монтажния комплект **A**.

1 Натиснете  докато Tasc Alpine застане в най-ниската позиция.

ЗАБЕЛЕЖКА: Минималната оценка е или -10%, или персонализирана стойност .

2 Завъртете кормилото докрай (в двете посоки и от двете страни) и поставете измервателя между вилката и Tasc Alpine.

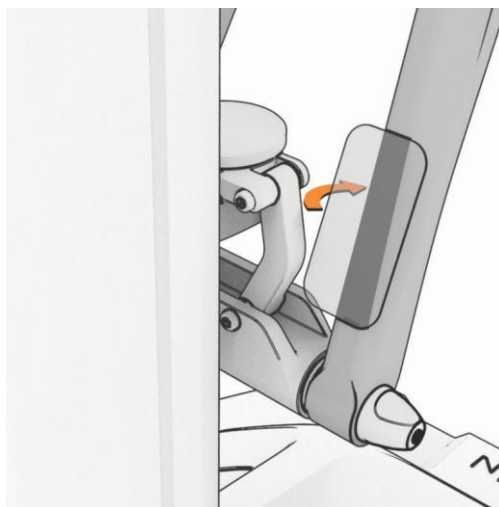


Ако измервателя пасва между двете части и в двете посоки, не са необходими допълнителни действия. Ако проверката за хлабина е неуспешна, продължете към стъпка 3.

3 Отворете монтажния комплект **A** и изберете защитните ленти.

СЪВЕТ: Garmin препоръчва да почистите вилката на велосипеда си, преди да поставите защитните ленти.

4 Поставете защитните ленти на вилката на велосипеда си там, където тя е най-близо до Tasc Alpine.



Тренировка

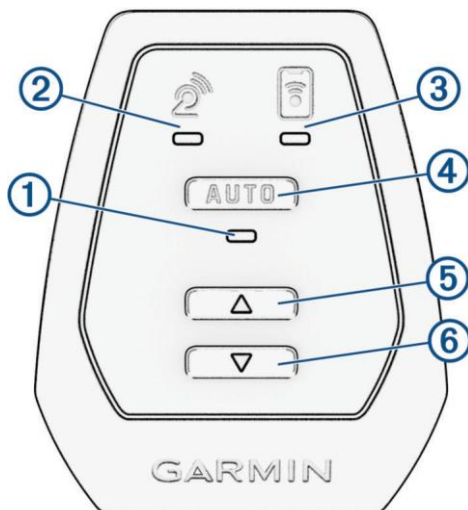
Tacx Training App






Можете да изтеглите приложението Tacx Training на вашия съвместим телефон, таблет или компютър.



- Карайте вълнуващи трасета, без да напускате дома си.
- Създайте свои собствени разходки, тренировки и други.
- Управлявайте обучението си, персонализирайте настройките по подразбиране и диагностицирайте проблеми.
- Синхронизирайте данните си за тренировки на закрито с вашия Garmin Connect™ сметка.
- Актуализирайте софтуера на устройството си ([Актуализиране на софтуера Tacx Alpine, страница 14](#)).

Статус на бутоните



<p>① LED за режим на тренировка</p>	<p>Автоматичният режим на тренировка (LED свети) означава, че Tactx Alpine автоматично следва наклона на трасето.</p> <p>Ръчен режим (LED изключен) означава, че използвате  и  да контролирате наклона.</p> <p>Бавно мигащият светодиод означава, че Tactx Alpine изисква калибриране.</p>
<p>② LED за връзка с тренажора</p>	<p>Непрекъснато светещ светодиод означава, че Tactx Alpine е свързан с тренажора. Мигащ светодиод означава, че Tactx Alpine търси тренажора.</p>
<p>③ LED за връзка с мобилно устройство</p>	<p>Непрекъснато светещ светодиод означава, че Tactx Alpine е свързан с приложението. Мигащ светодиод означава, че Tactx Alpine търси приложението.</p>
<p>④ AUTO</p>	<p>Натиснете, за да превключвате между автоматичен и ръчен режим на тренировка. Задръжте за 3 секунди, за да превключите устройството в режим на сдвояване. Задръжте за 10 до 15 секунди, за да извършите фабрично нулиране (<i>Tactx Alpine не е отговарящ, страница 15</i>).</p>
<p>⑤ </p>	<p>Натиснете, за да увеличите ръчно наклона.</p>
<p>⑥ </p>	<p>Натиснете, за да намалите ръчно наклона.</p> <p>СЪВЕТ: За да върнете Tactx Alpine на 0% наклон, натиснете   едновременно.</p>
<p>Отстраняване на неизправности</p>	<p>За повече информация вижте <i>Отстраняване на неизправности, страница 14</i>.</p>

Каране

Първото ви каране с Tascx Alpine трябва да е кратко, тренировъчно каране с ръчно управление. Трябва да свикнете с работата с контролите и позициите за каране.

1 Ако имате велотенажор Tascx NEO 3M, отключете движещите се плочи.

СЪВЕТ:Трябва да завъртите всяко копче към , докато щракне.

2 На Tascx Alpine натиснете AUTO, за да изключите светодиода и да активирате ръчния режим на тренировка.

3 Започнете бавно да въртите педалите.

4 Натиснете  или  за повдигане и спускане на предната част на велосипеда.

СЪВЕТ:За да върнете Tascx Alpine на 0% наклон, можете да натиснете   едновременно.

5 Завъртете кормилото надясно и наляво.

Съвети за каране

- За най-добро изживяване, използвайте Tascx Alpine само докато е включен в контакта.
- Използвайте приложението Tascx Training, за да зададете правилната си междуосие, вида на тренажора и други предпочитания за тренировка.

СЪВЕТ:Можете да използвате измервателната лента, включена в комплекта за монтаж .

- Избягвайте спринтиране, когато движещите се плочи са активирани. Можете да спринтирате, когато движещите се плочи са заключени.

- Ако използвате тренажора Tascx NEO 2T без подвижни плочи, ще забележите леко положително отместване на наклона.

Можете да промените това в настройките на устройството на приложението Tascx Training.

- Ако усещате прилошаване по време на каране, опитайте тези опции:

- Фокусирайте погледа си върху точка пред велосипеда си.
- Гледайте тренировъчно видео, докато карате.
- Пийте много вода преди и по време на карането.
- Спрете да карате, докато не се почувствате по-добре, и опитайте отново.

Сдвояване с Вашият тренажор и приложение

За оптимална производителност и функции за тренировка, Garmin препоръчва да сдвоите Tascx Alpine със съвместимия си тренажор и приложението Tascx Training.

1 Свържете вашия съвместим тренажор Tascx към външно захранване.





2 Свържете вашия съвместим тренажор Tascx с приложението Tascx Training.

3 Актуализирайте софтуера на тренъора, ако има налична актуализация.

4 От приложението Tascx Training изберете Настройки > Диспечер на устройства.

5 Събудете тренажора и го поставете в режим на сдвояване.

6 На Tascx Alpine, задръжте AUTO за 3 секунди.

След като отпуснете бутона, всички светодиоди мигат бързо и след това  и  светодиоди мигат, докато Tascx Alpine търси тренажора и приложението. Когато е свързан,  и  светодиоди са солидни.

7 В приложението Tascx Training докоснете Tascx Alpine, за да го сдвоите, и изчакайте свързаното устройство да светне в зелено.

8 На Tascx Alpine натиснете AUTO, така че светодиодът да свети постоянно.

Автоматичният режим на тренировка означава, че Tascx Alpine автоматично следва наклона на трасето.

9 Изберете трасе.

10 Започнете да въртите педалите.

Информация за устройството

Standby режим

След 10 минути неактивност, Tasc Alpine преминава в режим на готовност и Bluetooth® връзките се спират. Можете да събудите устройството, като натиснете бутон или завъртите кормилото (*Светодиоди и бутони за състояние, страница 11*).

Грижа и съхранение на устройството

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ

Вижте ръководството „Важна информация за безопасността и продукта“ в кутията на продукта за предупреждения относно продукта и друга важна информация.

- Изключвайте устройството от контакта, когато не го използвате.
- Ако вашият тренажор има подвижни плочи, проверете подравняването им и ги заключете, когато тренажорът не се използва.
- Избърсвайте устройството след всяка употреба.
- Почистете устройството, преди да го съхранявате.

Спецификации

Захранване	Използвайте включения захранващ кабел. От 100 до 240 V, 50/60 Hz
Консумация на енергия в режим на готовност	<0,5 Вт След 10 минути неактивност устройството преминава в режим на готовност.
Работен температурен диапазон	От -10° до 40°C (от 14° до 104°F)
Температурен диапазон на съхранение	От -20° до 60°C (от -4° до 140°F)
Безжична честота и предавателна мощност	2,4 GHz при 8,32 dBm
Максимално тегло на ездача	120 кг (264 фунта)

物質宣言

部件名称	有毒有害物质或元素									
	铅	汞	镉	六价铬	多溴联苯	多溴二苯醚	邻苯二甲酸二(2-乙基己)酯	邻苯二甲酸丁苯酯	邻苯二甲酸二丁酯	邻苯二甲酸二异丁酯
印刷电路板组件	×	○	○	○	○	○	○	○	○	○
金属零件	×	○	○	○	○	○	○	○	○	○
电缆 电缆组件连接器	×	○	○	○	○	○	○	○	○	○
塑料和橡胶零件	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

本表格依据 SJ/T11364 的规定编制。

○:代表此种部件的所有均质材料中所含的该种有害物质均低于 (GB/T26572) 规定的限量

×:代表此种部件所用的均质材料中,至少有一类材料其所含的有害物质高于 (GB/T26572) 规定的限量

* 该产品说明书应提供在环保使用期限和特殊标记的部分详细讲解产品的担保使用条件。



Отстраняване на неизправности

Актуализиране на софтуера Tasc Alpine

Преди да можете да актуализирате софтуера на устройството, трябва да сдвоите вашия Tasc Alpine с най-новата версия на приложението Tasc Training .

- 1 Включете захранващия кабел в стандартен стенен контакт.
- 2 Отворете приложението Tasc Training на телефона или таблета си.
СЪВЕТ:Трябва да проверите нивото на батерията на телефона или таблета си.

3 Изберете Настройки > Диспечер на устройства.

4 Изберете вашия Tasc Alpine.

5 Изберете Актуализация на фърмуера > Актуализация.

На Tasc Alpine всички светодиоди светят последователно, по посока на часовниковата стрелка, по време на актуализация на софтуера.

6 Изчакайте, докато актуализацията на софтуера приключи.

СЪВЕТ:Не изключвайте устройството от контакта и не превключвайте между приложения, докато софтуерът се актуализира. Това може да отнеме няколко минути.

Кога трябва калибрирам?

Ако устройството е било съхранявано в продължение на няколко месеца или ако инсталирате нов велосипед или тренажор, трябва да калибрирате Tasc Alpine .

Преди да карате, изпълнете следните действия:

- На Tasc Alpine проверете светодиода AUTO. Бавно мигащ светодиод означава, че устройството се нуждае от калибриране.
- В приложението Tasc Training проверете за съобщение за калибриране.

Тасх Alpine не реагира

Ако Тасх Alpine спре да реагира, можете да нулирате устройството до фабричните настройки.

- 1 Задръжте AUTO за 15 секунди.
- 2 Когато всички светодиоди мигат бързо, отпуснете бутона.
- 3 Изчакайте устройството да се рестартира.
Всички светодиоди светят последователно, обратно на часовниковата стрелка, по време на фабрично нулиране.

След като фабричното нулиране приключи, трябва да калибрирате Тасх Alpine.

Трябва също да сдвоите Тасх Alpine със съвместимия си тренажор и приложението Тасх Training.

Защо всички светодиоди мигат?

Когато всички светодиоди на Тасх Alpine мигат бавно едновременно, е налице хардуерна грешка.

- 1 Спри да караш и слез от колелото.
- 2 Отворете приложението Тасх Training за подробности.

Как да монтирам таблета си?

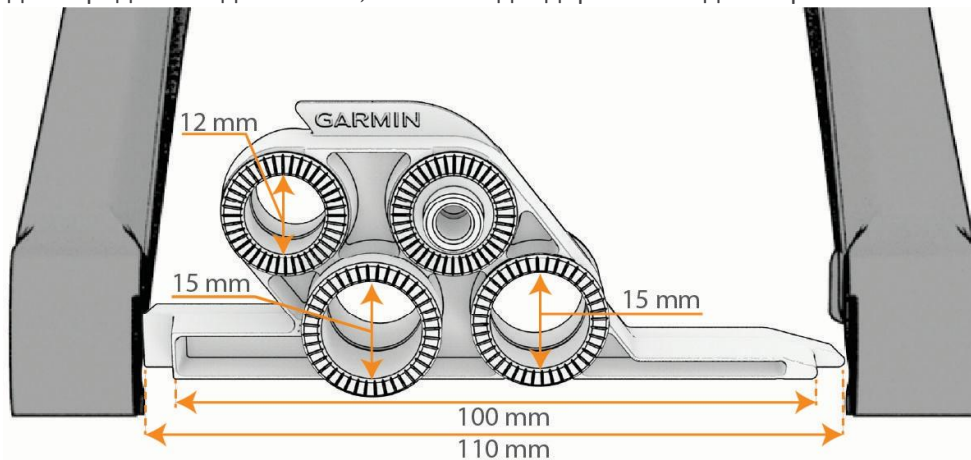
ЗАБЕЛЕЖКА

Стойката за таблет Тасх (Т2098) може да пречи на Тасх Alpine, което може да доведе до повреда на продукта.

- Ако имате стойката за таблет Тасх (Т2098), преместете стойката далеч от всички части на Тасх Alpine и проверете за хлабина.
- Използвайте скобата Тасх за таблети (Т2092).
- Отидете на buy.garmin.com за съвместими аксесоари.

Какъв е размерът на моята проходна ос?

Повечето оси имат отпечатан или гравирани размер върху оста. Най-често срещаните размери са 12 x 100 мм, 15 x 100 мм и 15 x 110 мм. За да определите диаметъра, можете да поставите оста в крайните капачки. За да определите дължината, можете да държите индикатора за съвместимост между



вилката на велосипеда.

