



用戶指南（適用於WEB）

GPS自行車表

SGX-CA600

簡介

初始設置

基本操作

訓練

使用警報通知功能

使用Strava現場區間功能

使用現場夥伴功能

分析記錄資料

導航

踩踏監視器

自行車和傳感器設定

進階設定

與外部服務連結

經常問到的問題

附錄

中文

目錄

簡介.....	5	– 自行車設定.....	39
• 檢查附件.....	5	– 傳感器設定.....	39
• 部件名稱和功能.....	6	– Wi-Fi設定.....	39
– 正面.....	6	– 頁面設定.....	39
– 後面.....	7	– 地圖下載.....	39
• 各畫面的名稱.....	8	基本操作.....	40
– 儀表畫面.....	8	• 操作儀表畫面.....	40
– 主選單畫面.....	9	– 查看頁面.....	40
• 各畫面的按鈕操作和畫面構成 ..	9	– 變更頁面.....	41
– [←]/[→] 按鈕, [確認] 按鈕,	9	– 放大資料欄位的顯示.....	42
[選單] 按鈕.....	9	– 變更資料欄位的顯示類型... ..	44
– [計時圈] 按鈕和 [電源]/[記	12	– 顯示狀態.....	46
錄] 按鈕.....	12	• 操作主選單畫面	47
– 畫面構成.....	12	– 查看狀態欄.....	49
• 檢視儀表畫面.....	13	• 在旋轉畫面中操作.....	50
– 頁面組.....	13	• 在文字輸入畫面中操作.....	51
• 安裝.....	14	• 執行記錄.....	52
– 安裝裝置.....	14	– 設定記錄間隔.....	54
– 卸下裝置.....	19	– 自動暫停和恢復記錄.....	57
– 安裝傳感器.....	20	– 忘記開始記錄時通知.....	60
• 充電.....	20	• 自動圈設定.....	64
– 給裝置充電.....	20	• 上傳記錄資料.....	68
– 檢視電池電量.....	22	– 關於Cyclo-Sphere	68
• 開啟/關閉電源.....	24	– 透過Wi-Fi上傳.....	68
– 開啟電源.....	24	– 使用PC上傳.....	80
– 關閉電源.....	25	– 透過Cyclo-Sphere Control	
– 如果在設定時間內未執行任何操	25	App上傳	81
作, 則自動關閉電源.....	25	訓練.....	83
– 切換到睡眠模式.....	29	• 訓練概述.....	83
– 如果在設定時間內未執行任何操	30	– 認清您希望加強的方面.....	83
作, 則自動切換到睡眠狀態... ..	30	– 訓練選單的類型.....	84
初始設置.....	35	– 圈.....	86
• 透過操作裝置進行初始設置 ..	35	– 為一圈佈置適當的顯示.....	86
• 在應用程式中配置設定.....	39	– 自動圈功能.....	86
• 在裝置上配置設定.....	39	• 使用訓練輔助.....	87
– 用戶設定.....	39		

– 建立訓練輔助訓練選單.....	87	– 教練和夥伴通訊距離.....	155
– 下載訓練輔助訓練選單.....	87	– 添加夥伴.....	156
– 建立訓練選單.....	87	– 添加教練.....	160
– 透過Wi-Fi連接裝置.....	88	– 刪除夥伴或教練.....	166
– 匯入訓練選單.....	88	– 檢視夥伴畫面.....	169
– 選擇導入的訓練選單.....	90	– 現場夥伴功能的選項設定...	173
• 開始/結束訓練選單.....	94	分析記錄資料.....	175
– 中途強制結束訓練選單.....	96	• 顯示記錄資料.....	175
– 刪除訓練選單.....	97	• 編輯記錄資料.....	178
• 使用連結選單.....	100	– 編輯記錄資料的日期和時間	178
• 使用原始選單.....	104	– 刪除記錄資料.....	181
– 選擇原始選單.....	104	• 使用Cyclo-Sphere執行分析...	182
– 編輯原始選單.....	107	– Cyclo-Sphere Analysis App	
– 建立原始選單.....	109	（用於iPhone）.....	182
• 測量您的FTP.....	112	– Cyclo-Sphere網站的智能手機	
• 基於MMP資料進行訓練.....	118	版.....	182
– MMP 挑戰的類型.....	118	– Cyclo-Sphere網站的PC版.	182
– 設置MMP.....	118	• 使用Strava執行分析.....	182
• 自動切換到與訓練選單匹配的畫		• 使用TrainingPeaks執行分析....	183
面.....	130	導航.....	185
• 設定倒計時器.....	132	• 傳輸路線.....	185
使用警報通知功能.....	134	– Ride with GPS 設置.....	185
• 配置警報的基本設定.....	134	– Strava 設置.....	185
– 設定訊息和聲音.....	134	– 從智能手機應用程式傳輸...	185
– 功率、心率和踏頻.....	135	– 使用PC傳輸路線檔案.....	186
• 使用自動目標警報功能.....	138	• 選擇路線.....	186
• 使用強度警報功能.....	141	– 從傳輸資料夾中選擇.....	186
使用Strava現場區間功能 . 145		– 從過去的記錄資料中選擇...	189
• 關於Strava現場區間.....	145	– 檢查路線.....	192
• 傳輸Strava現場區間.....	145	• 導航設定.....	196
• 騎行中使用Strava現場區間 ..	145	• 開始和停止導航.....	197
– 騎到其中一個區間的起點..	147	• 模擬.....	199
– 騎到區間的終點.....	148	– 智能訓練器設定.....	199
• 停用現場區間功能.....	148	– 開始和停止.....	200
• 自動切換到與區間匹配的畫面	150	– 模擬播放器.....	201
• 使用區間警報功能.....	152	• 地圖下載.....	203
使用現場夥伴功能.....	155	– 檢視地圖資訊.....	206
• 教練和夥伴配置方式.....	155	踩踏監視器.....	210

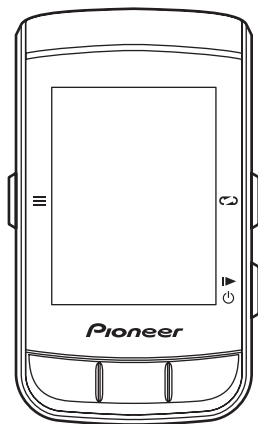
• 初始設置.....	210	• Strava.....	320
– 連線.....	210	• Ride with GPS.....	320
– 使用Cyclo-Sphere Control App配置設定.....	213	• TrainingPeaks.....	320
– 在裝置上配置設定.....	213	• ZWIFT.....	320
– 自動零點校準.....	229	• 智能手機通知功能.....	320
– 扭力輔助.....	231	• A-GPS功能.....	321
– 衝刺檢測.....	234		
• 零點校準.....	237	經常問到的問題.....	322
自行車和傳感器設定.....	242	• 問：如何將語言設定恢復為繁體中文？.....	322
• 變更自行車.....	242	• 問：踩踏圖的矢量不顯示。是顯示有問題嗎？.....	322
• 連接傳感器.....	244	• 問：零校準期間發生錯誤13。此錯誤是什麼意思？.....	322
– 添加傳感器.....	244	• 問：操作按鈕變得完全無法操作。是什麼原因？.....	322
– 檢視添加的傳感器的設定.....	248	• 問：如何上傳記錄資料？.....	322
• ANT+功率傳輸功能設定.....	251	• 問：能告訴我如何設定時間嗎？.....	323
• 藍牙功率傳輸功能設定.....	254	• 問：為什麼我無法透過藍牙與智能手機連接？.....	323
• Di2遙控開關設定.....	256	附錄.....	324
• 速度優先級設定.....	259	• 關於保養、儲存和處置的注意事項.....	324
• GPS 設置.....	262	– 關於保養和儲存.....	324
• 顯示設定.....	264	– 關於處置裝置.....	324
• 擴音器設定.....	266	– 更換鋰離子電池.....	324
• 齒輪設定.....	268	– 回收時的注意事項.....	324
• 自行車距離和時間設定.....	270	• 保固和售後服務.....	326
進階設定.....	273		
• 設定資料欄位.....	273		
– 佈局樣式清單.....	275		
– 資料欄位設定細節.....	278		
• 用戶設定.....	303		
• 平均值設定.....	305		
• 系統設定.....	307		
– 執行初始化.....	309		
– 備份.....	310		
– 執行恢復.....	310		
– 更新韌體.....	311		
• 裝置設定.....	311		
• Wi-Fi設定.....	314		
• 藍牙設定.....	317		
與外部服務連結.....	320		

簡介

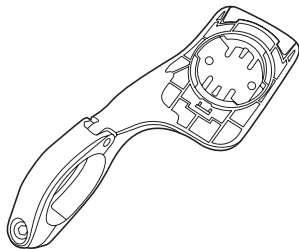
檢查附件

本產品包含以下部件。

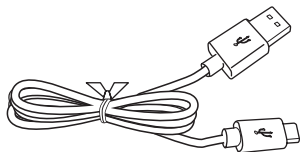
- 主機



- 托架



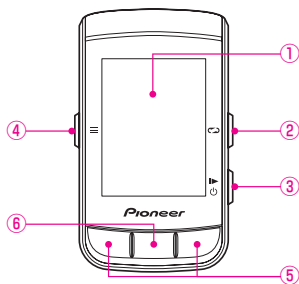
- USB 纜線



- 帶子
- 安全須知
- 保固卡

部件名稱和功能

■ 正面



① 顯示

② [計時圈] 按鈕

在記錄期間按此按鈕可記錄一圈。

在記錄停止時按住此按鈕2秒或更長時間可切換到儲存記錄資料畫面。

執行記錄

③ [電源]/[記錄] 按鈕

當裝置電源關閉時，按住此按鈕2秒鐘或更長時間可開啟電源。

當裝置運行時，按住此按鈕2秒鐘或更長時間可顯示關閉電源/睡眠確認畫面。

按此按鈕可開始或停止記錄。

④ **[選單]** 按鈕

按此按鈕顯示主選單畫面。

- 顯示主選單畫面時按此按鈕可返回上一畫面。
- 當資料欄位放大顯示時，按此按鈕返回儀表畫面。
- 顯示主選單畫面時，按住此按鈕2秒鐘或更長時間可關閉主選單。

⑤ **[←]/[→]** 按鈕

用於執行變更頁面和選擇項目等操作。

⑥ **[確認]/[放大]** 按鈕

顯示主選單畫面時按此按鈕可確認項目。

顯示儀表畫面時按此按鈕可在左上顯示放大的資料欄位。

但路線顯示等大資料欄位有優先，會首先被放大。

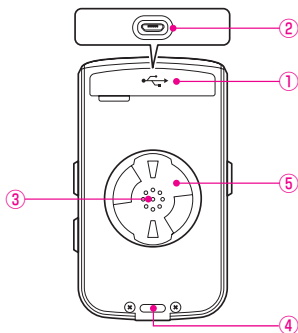
在放大顯示中按下此按鈕時，下一個資料欄位將被放大顯示。

放大顯示5秒後，顯示屏自動返回儀表畫面。

警告

- 啟用擷取功能時，在停止記錄時按住 **[計時圈]** 按鈕儲存記錄資料的功能將不起作用。

後面



① USB連接器蓋

不給裝置充電或連接到PC時，請關閉USB連接器蓋。

② USB連接器

連接USB纜線為裝置充電或將資料傳輸到PC。

③ 喇叭

當有警報或按鈕操作時輸出蜂鳴器聲音。

④ 氣壓傳感器

請勿阻擋此傳感器，否則裝置將無法正常運行。

⑤ 托架安裝槽

使用托架安裝槽將裝置安裝到固定在自行車上的托架上。

各畫面的名稱

■ 儀表畫面

這是用於顯示自行車行程資料的裝置主畫面。

當您開啟裝置時，首先顯示儀表畫面。

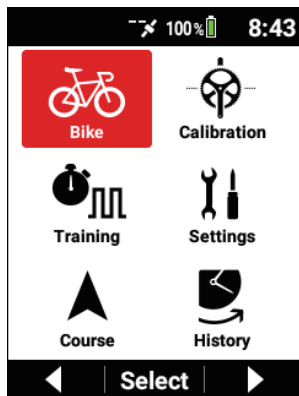
[操作儀表畫面](#)



■主選單畫面

這是用於顯示各種選單的裝置主畫面。

[操作主選單畫面](#)

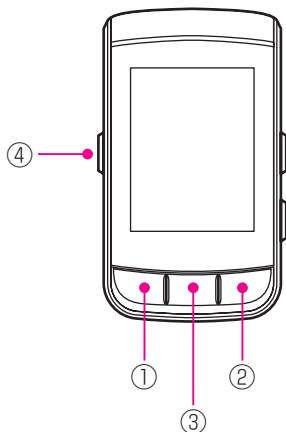


各畫面的按鈕操作和畫面構成

■ [←]/[→] 按鈕, [確認] 按鈕, [選單] 按鈕

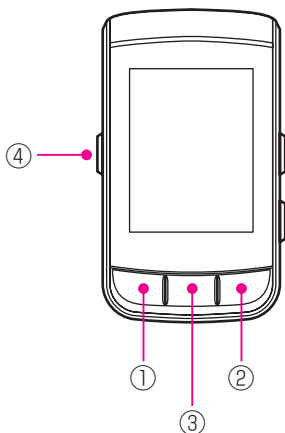
主機按鈕的功能因顯示的畫面而異

在選單畫面中操作



① [←] 按鈕	選擇項目或值。
② [→] 按鈕	
③ [確認] 按鈕	確認項目或值。
④ [選單] 按鈕	返回上一個畫面。 按住此按鈕可返回儀表畫面。

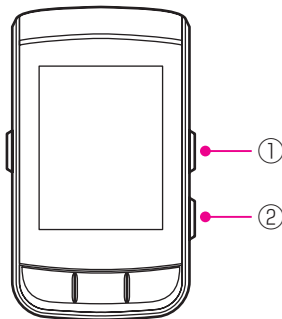
在儀表畫面中操作



① [←] 按鈕	變更頁面。
② [→] 按鈕	
③ [確認] 按鈕	放大或切換資料欄位。 按住可顯示狀態畫面。 在放大顯示中按住可顯示設定畫面的資料欄位。
④ [選單] 按鈕	在放大顯示中按此按鈕可返回儀表畫面。

■ [計時圈] 按鈕和 [電源]/[記錄] 按鈕

[計時圈] 按鈕和 [電源]/[記錄] 按鈕可以在任何畫面中操作。



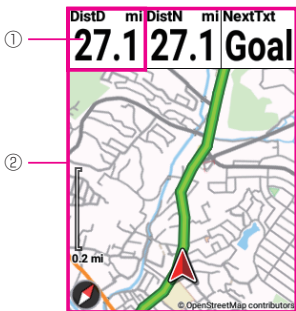
① [計時圈] 按鈕	當記錄時：記錄圈。 當記錄停止時：按住可儲存記錄資料。
② [電源]/[記錄] 按鈕	當電源關閉時：按住開啟電源。 當電源開啟時：開始/停止/恢復記錄。 按住可關閉電源或切換到睡眠狀態。

■ 畫面構成



檢視儀表畫面

儀表畫面由用於顯示各種測量資料的資料欄位和用於配置和顯示資料欄位的頁面組成。



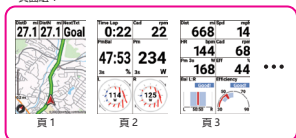
① 資料欄位	要顯示的資料可以自訂。 變更資料欄位的顯示類型
② 頁	頁面上顯示的資料欄位數和配置可以自訂。 設定資料欄位

■ 頁面組

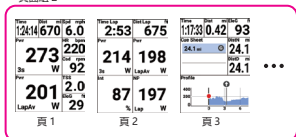
多個頁面的組合稱為頁面組。
可以註冊和訪問多個頁面組。

[設定資料欄位](#)

頁面組 1



頁面組 2



注意

- 有關儀表畫面的詳細資訊，請參閱以下。

[操作儀表畫面](#)

安裝

Pioneer 對使用其他公司的支架/ 支座不予以保證。請諮詢支架或支座的製造商。

■ 安裝裝置

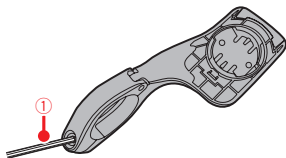
將裝置安裝到自行車上。

警告

- 安裝裝置時，請確保您的自行車處於穩定位置以防止其掉落。

1 從托架卸下螺栓。

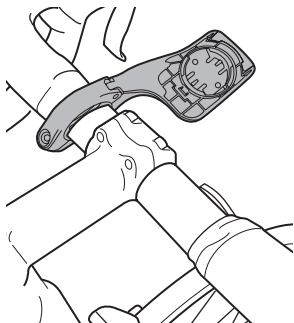
使用3 mm六角扳手從托架卸下螺栓。



① 六角扳手

小心不要丟失拆下的螺栓。

2 將托架安裝在自行車的車把上。



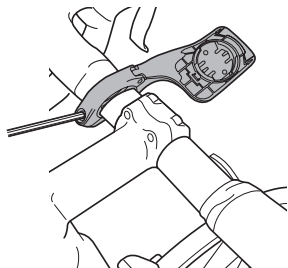
警告

- 將托架安裝在自行車上時，請注意不要夾到手指。

3 用螺栓固定托架。

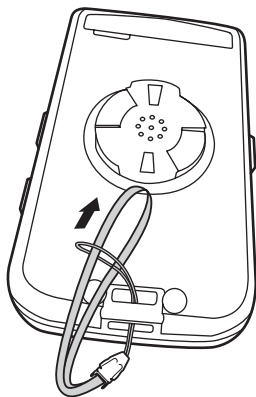
在螺栓上塗抹油脂等抗扯裂劑。

從桿水平調整托架，將螺栓插入孔中並輕輕擰緊。



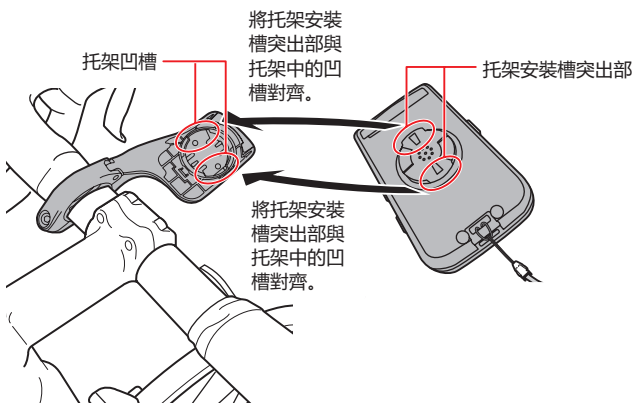
4 將帶子接到裝置上。

將帶子系到裝置的帶孔上。

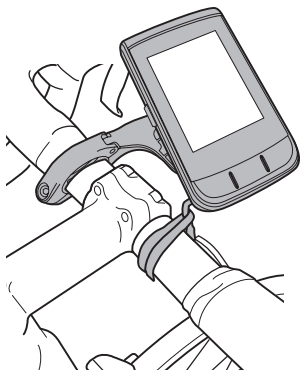


5 將裝置安裝到托架。

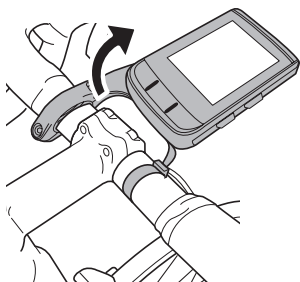
將帶子系到車把上，裝置朝向如圖所示，並將裝置背面的兩個托架安裝槽突出部與托架中的凹槽對齊。



當突出部與凹槽對齊時，裝置將處於下圖所示的角度。將兩個突出部牢固地裝配到凹槽中。



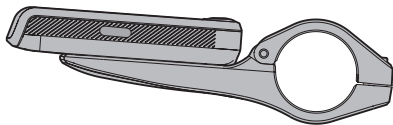
順時針轉動裝置，直到發出咔嗒聲，表明裝置和托架已固定在一起。



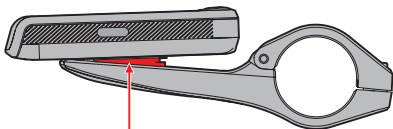
警告

- 檢查前後突出部是否正確插入。
偶爾只能插入其中一個。
如果僅插入其中一個，主機將不能固定到位，可能會導致突出部損壞或主機脫落。

正確的狀態



狀態不正確



因沒有插入突出部，主機被抬起

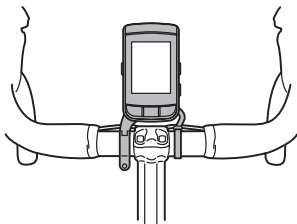
6 調整裝置的角度，然後固定托架。

如果裝置不在車把的中心或與桿水平，請鬆開托架螺栓並進行調整。調整角度後，擰緊您輕擰的螺栓以固定托架。

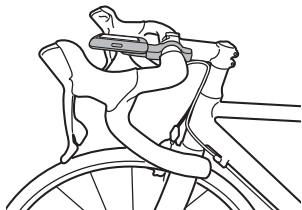
使用可以測量扭力的工具來擰緊螺栓。

擰緊扭力：0.6 N·m

正面

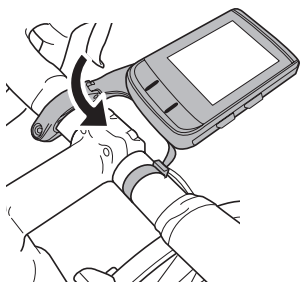


側面

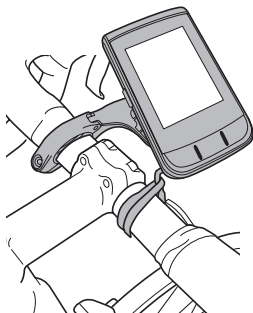


■卸下裝置

逆時針轉動裝置，直到裝置停止轉動。



將裝置旋到底，直至如下圖所示，然後慢慢抬起。



· 逆時針轉動裝置直到裝置停止轉動，在裝置背面的托架安裝槽突出部與托架中的凹槽對齊的狀態下取下裝置。如果在轉動中途嘗試卸下裝置，則可能會損壞裝置托架安裝槽突出部或托架。

（有關背面安裝槽突出部和托架凹槽的詳細資訊，請參閱「安裝裝置」的「5. 將裝置安裝到托架」。）

■安裝傳感器

此裝置與安裝在自行車上的ANT + 傳感器相容。

有關安裝說明，請參閱ANT +傳感器的用戶手冊。

安裝傳感器後，執行與裝置的配對。

有關詳細資訊，請參閱「[連接傳感器](#)」。

此產品通過ANT + 認證。

請訪問<http://www.thisisant.com/directory/>以獲取相容產品和應用程式清單。



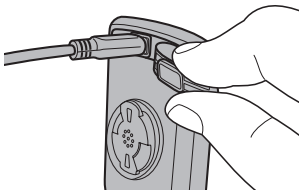
充電

購買時，裝置內部電池未充電。

使用前請用隨附的USB連接線給裝置充電。

■給裝置充電

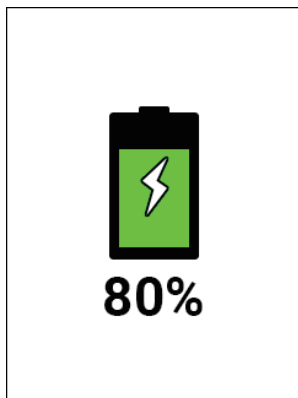
- 1 開啟USB連接器蓋。
- 2 將提供的USB纜線連接到裝置的USB接口。



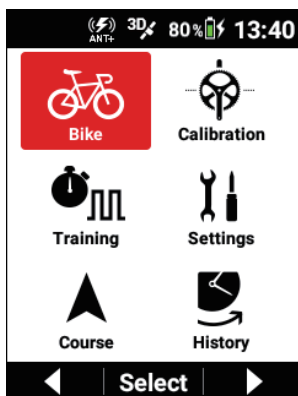
3 開啟電腦並將USB纜線連接到電腦的開放USB連接埠。

裝置開始充電。

- 當裝置關閉時



- 當裝置開啟時



按住 [電源] 按鈕2秒鐘或更長時間可在充電過程中開啟或關閉電源。

如果關閉電源，充電時間會縮短。
充電圖示



充電中



充滿電

注意

- 裝置需要大約4小時才能充滿電（當電源關閉或正常充電時）。
- 當裝置關閉時，畫面在5秒後變暗。要檢視充電狀態和電池電量，請按[電源]按鈕。
- 出於安全原因，在充電溫度範圍（0° C至45° C）以外的環境中裝置不會充電。
此外，如果裝置的內部溫度太高，即使環境溫度在範圍內，也可能無法充電。
在這種情況下，請關閉裝置，留出時間冷卻並重新充電。
- 將提供的USB纜線直接連接到電腦的USB連接埠。
如果裝置透過USB集線器連接，則可能由於電量不足而無法充電。
請確保電腦的USB輸出與5 V/500 mA相容。
- 在裝置和電腦之間訪問中，請勿拔下USB纜線、關閉電腦或將其置於睡眠狀態、斷開USB的電源等。
否則可能破壞裝置中資料。

4 從USB連接埠拔下USB纜線。

資料傳輸或充電完成後，首先斷開USB纜線與電腦的連接，然後與裝置斷開。

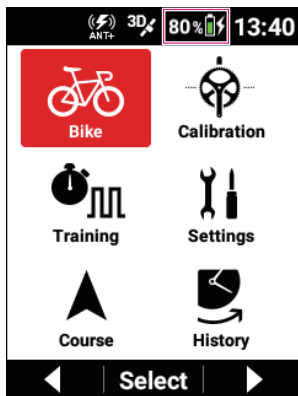
5 關閉USB連接器蓋。

請關好USB連接器蓋。

如果蓋子未關好，防水性能可能會削弱。

■檢視電池電量

您可以從主選單畫面狀態欄上顯示的電池電量圖示檢視電池電量。



注意

- 當電池電量變低時，會出現「**電量減少**」訊息。
如果讓電池電量變更低，裝置將自動關閉。
- 透過結合省電模式、自動關機和自動睡眠，可以降低電池電量消耗。
[低功耗模式](#)
[自動關機](#)
[自動睡眠](#)
- 您還可以在裝置設定畫面上檢視電池電量。
[裝置設定](#)

估計可能的運行時間

從電池充滿電的狀態開始，該裝置可以使用大約12小時。
(如果是屏幕亮度3)

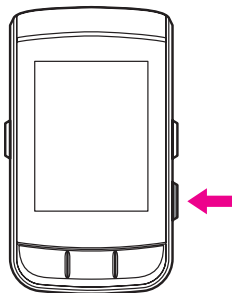
注意

- 取決於操作條件，可操作時間可能會變短。
- 如果充電後可操作時間異常短，則可能需要更換電池。
有關詳細資訊，請訪問我們的網站。
<http://www.pioneerelectronics.com>
<http://www.pioneerelectronics.ca>
www.pioneer-car.eu

開啟/關閉電源

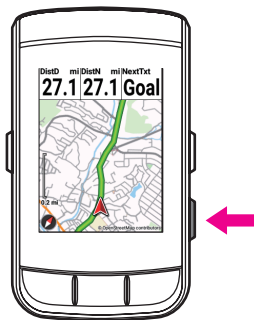
■ 開啟電源

- 1 按住【電源】按鈕2秒鐘或更長時間。
出現一條開啟資訊，然後自動顯示儀表畫面。

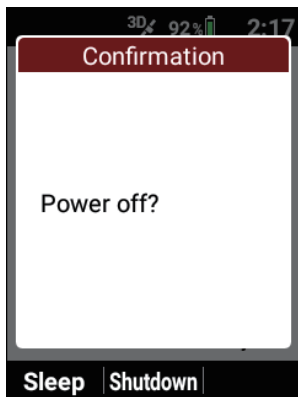


■關閉電源

- 1 按住【電源】按鈕2秒鐘或更長時間。

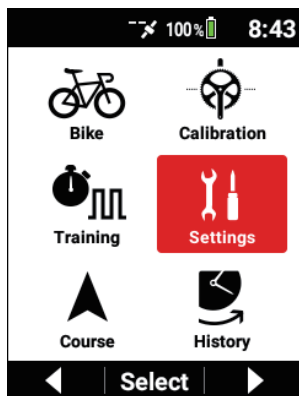


- 2 按【確認】按鈕。
將出現關機訊息，電源關閉。

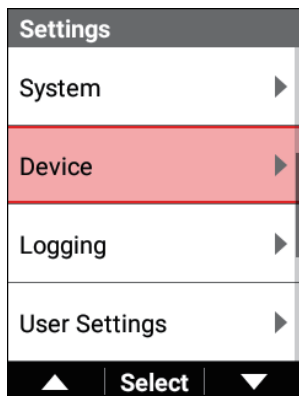


■如果在設定時間內未執行任何操作，則自動關閉電源
如果在設定的時間內未執行任何操作，您可以將裝置設定為自動關閉。

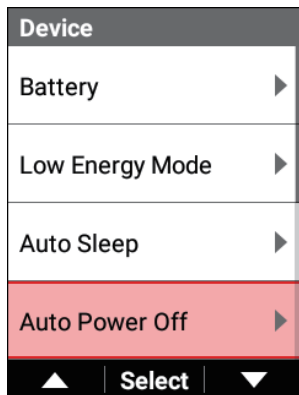
- 1 按 [選單] 按鈕。
- 2 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [設定]，然後按 [確認] 按鈕。



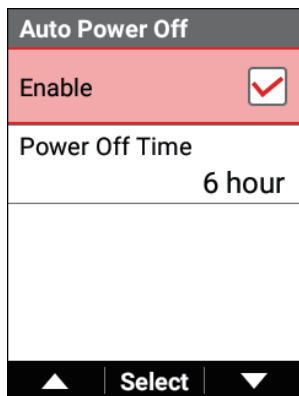
- 3 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [裝置]，然後按 [確認] 按鈕。



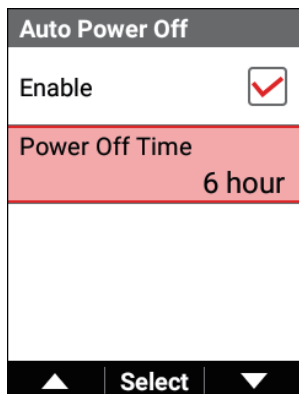
- 4 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [自動關機]，然後按 [確認] 按鈕。



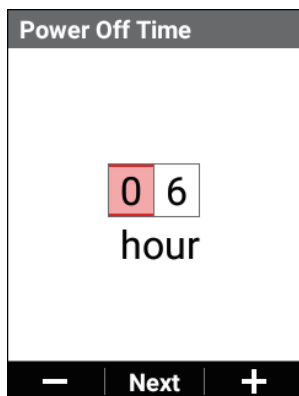
- 5 按 [確認] 按鈕選擇 [啟用] 核取方塊。



- 6 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [關機時間]，然後按 [確認] 按鈕。



- 7 按 [←]/[→] 按鈕和 [確認] 按鈕設定等待關閉電源的時間。



8 按 [確認] 按鈕。

■ 切換到睡眠模式

當裝置切換到睡眠狀態時，畫面關閉以最小化電池消耗。

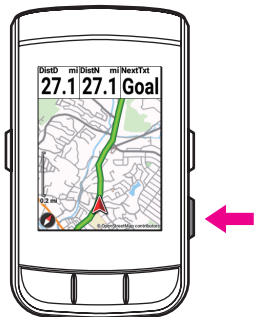
您可以透過按 [←]/[→] 按鈕以外的任何按鈕立即返回開機狀態。

例如，當您參加午餐或其他休息時，或者當您的自行車在三項全能運動期間從游泳到騎車過渡時，請使用此功能。

注意

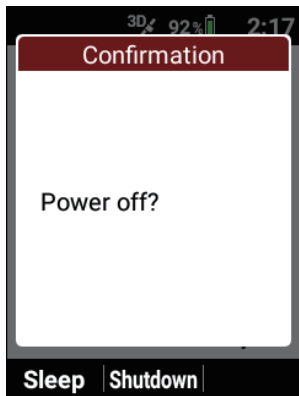
- 如果啟用了目前所選自行車的傳感器清單中的踩踏監視器、功率計或智能訓練器，請施加5W以上功率或產生30rpm以上踏頻值以自動從睡眠模式恢復。

1 按住 [電源] 按鈕2秒鐘或更長時間。



2 按 [←] 按鈕。

顯示一條訊息，裝置切換到睡眠狀態。

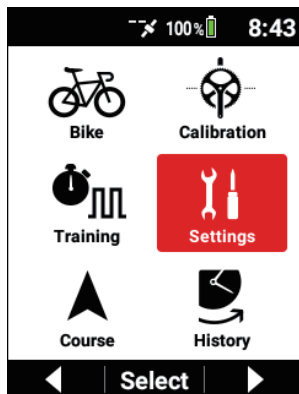


■如果在設定時間內未執行任何操作，則自動切換到睡眠狀態

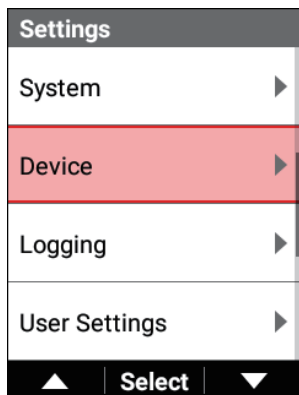
如果在設定的時間內未執行任何操作，您可以將裝置設定為自動切換到睡眠狀態。預設設定為 [30分鐘]。

- 1** 按 [選單] 按鈕。

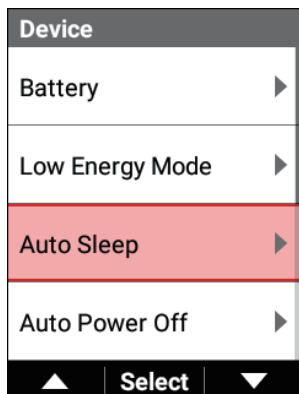
- 2 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [設定]，然後按 [確認] 按鈕。



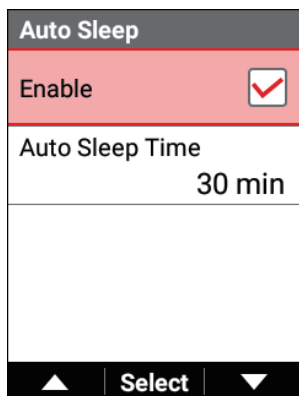
- 3 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [裝置]，然後按 [確認] 按鈕。



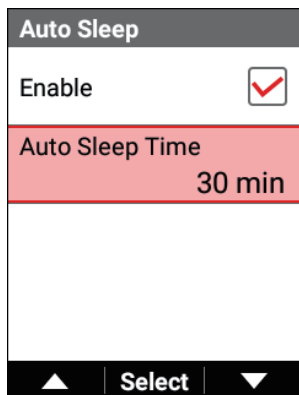
- 4 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [自動睡眠]，然後按 [確認] 按鈕。



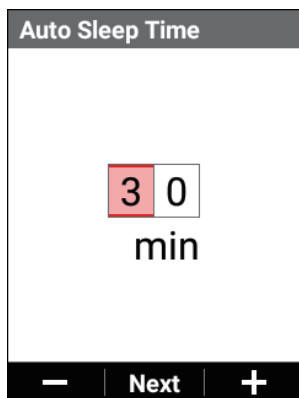
- 5 按 [確認] 按鈕選擇 [啟用] 核取方塊。



- 6 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [自動睡眠時間]，然後按 [確認] 按鈕。



- 7 按 [←]/[→] 按鈕和 [確認] 按鈕設定等待切換到睡眠狀態的時間。



8 按【確認】按鈕。

注意

- 在記錄中，即使沒有操作也不會切換到睡眠狀態。

初始設置

購買後第一次開啟裝置時，會顯示初始設置畫面。

首先會顯示一個QR碼，提示您轉到下載Cyclo-Sphere Control App（一個智慧手機應用程式）的網站。



也可以透過在iPhone或Android裝置上安裝Cyclo-Sphere Control App，然後在應用程式中進行初始設置。

在這種情況下不需要進行此裝置上的初始設置，因為在確認與裝置同步時將顯示儀表畫面。

要透過操作裝置進行初始設置，請按 [→] 按鈕轉到下一個畫面。

初始設置共有三個頁面（語言設定→日期和時間設定→單位製設定）。

注意

- 要變更顯示QR碼的畫面語言，請按 [←] 按鈕並選擇語言。

透過操作裝置進行初始設置

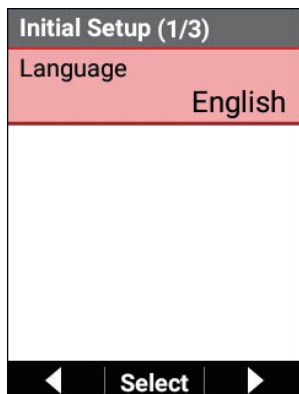
設定裝置的顯示語言。

可以選擇以下語言。

English/日本語/Français/Español/繁體中文/Nederlands/Deutsch/Italiano

預設語言設定為 [繁體中文]。

- 1 按 [確認] 按鈕。

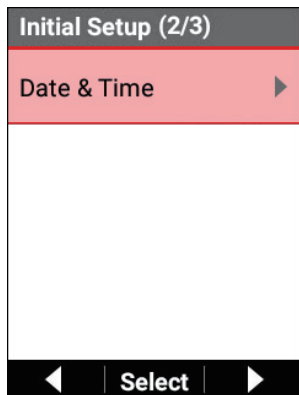


- 2 使用 [←]/[→] 按鈕選擇語言，然後按 [確認] 按鈕。



所選語言被確認。
按 [→] 按鈕轉到下一個畫面。

3 按 [確認] 按鈕。



可以設定以下項目。

設定項目	描述
時區	選擇一個時區。
Date	輸入日期。
時間	輸入時間。無論是否勾選 [24時格式] 核取方塊，時間設定都以24小時格式輸入時間。
24時格式	勾選此框以24小時格式顯示時間。
日期格式	選擇日期格式。

注意

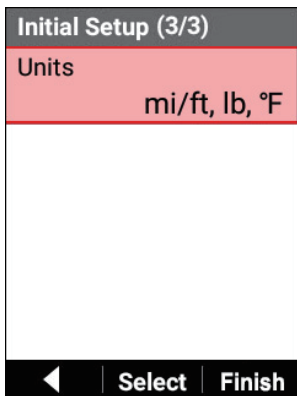
- 在記錄開始之前和儲存記錄資料之後收到GPS信號時，會自動更新日期和時間設定。
- 如果時區設定不正確，即使設定了時間，在GPS自動更新後時間也可能偏移時區量。
- 如果在出廠預設狀態下開始記錄，將顯示「日期和時間不正確。」訊息。如果在日期不正確時開始記錄，您可以在儲存記錄資料後變更歷史中的日期和時間。

- 為日期格式選擇的格式反映在資料欄位的日期指示和出生日期的設定中。它不會反映在記錄資料的檔案名稱中。

4 按 [選單] 按鈕。

初始設置 (2/3) 畫面重新出現。
按 [→] 按鈕轉到下一個畫面。

5 按 [確認] 按鈕。



可以設定以下項目。

設定項目	描述
km, kg, °C	將單位製指示設定為公里、千克和攝氏度。
mi/ft, lb, °F	將單位製指示設定為英里/英尺、磅和華氏度。

預設設定為 [mi/ft, lb, °F]。

6 按 [→] 按鈕。

出現初始設置完成訊息。要完成初始設置，按 [確認] 按鈕。裝置啟動並出現儀表畫面。
要重複初始設置，按 [←] 按鈕。

在應用程式中配置設定

如果您使用Cyclo-Sphere Control App（一個智能手機應用程式），則配置設定會更簡單。

設定可以自動與裝置同步。

有關詳細資訊，請參閱以下網站。

<https://cyclo-sphere.com/app/>

在裝置上配置設定

設定也可以從裝置的主選單配置，而無需使用Cyclo-Sphere Control App（一個智能手機的應用程式）。

我們建議您在使用裝置之前配置以下設定。

■用戶設定

註冊基本資訊，例如您的用戶名和性別、與您的功率水平和心率相關的資訊，以及其他資訊。

[用戶設定](#)

■自行車設定

註冊與您的每輛自行車相關的資訊。

[自行車和傳感器設定](#)

■傳感器設定

配置與傳感器相關的各種設定。

[自行車和傳感器設定](#)

■Wi-Fi設定

配置與Wi-Fi相關的設定，例如切換Wi-Fi連接和添加存取點。

[Wi-Fi設定](#)

■頁面設定

頁面佈局和顯示項目可以自訂，以符合您的偏好。

[設定資料欄位](#)

■地圖下載

將地圖資料下載到裝置。

[將地圖資料下載到裝置。](#)

基本操作

本節說明如何檢視和使用儀表畫面（裝置主畫面）以及如何執行記錄以記錄經過時間、各種傳感器資訊和GPS位置資訊等資訊。

操作儀表畫面

儀表畫面是用於顯示行程資料的裝置的主畫面。
當您開啟裝置時，首先顯示儀表畫面。



注意

- 要從主選單畫面顯示儀表畫面，請按 [選單] 按鈕。

■查看頁面

儀表畫面由多個頁面和資料欄位組成。
在頁面上基於資料欄位顯示各種資訊。

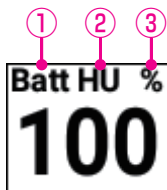
- 資料欄位

資料欄位顯示所示資訊的標籤、子標籤、單元和其他詳細資訊。

取決於資料欄位的大小，可以從資料類別的圖形部分和數值部分中選擇要在資料欄位中顯示的內容。

此外，依資料類型和顯示類型可以自訂。

例：數字類型



① 標籤

② 子標籤

③ 單位

• 頁面

一個置有資料欄位的畫面。

要顯示的資料欄位數和每個頁面上的佈局可以根據需要編輯以匹配用途。

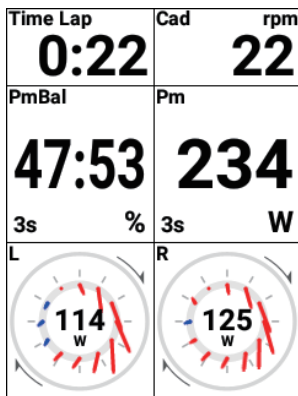
[設定資料欄位](#)

■ 變更頁面

變更要顯示的頁面。

1 按 [←]/[→] 按鈕。

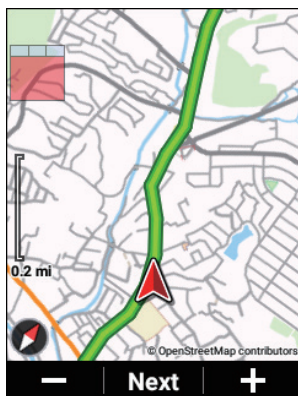
每次按下都會變更頁面。



■ 放大資料欄位的顯示

放大顯示頁面上顯示的資料欄位。

- 1 按 **【確認】** 按鈕。
資料欄位被放大顯示。



當您顯示放大的資料欄位時，將在前2秒在左上角顯示佈局的縮略圖。紅色聚焦的位置是目前放大顯示的資料欄位。

放大顯示時的操作如下。

在按下頁面底部「下一個」時顯示的資料欄位中按下 [確認]/[放大] 按鈕會繼續放大顯示並顯示下一個資料欄位。

在按下頁面底部的「-」/「+」或「▲」/「▼」時顯示的資料欄位中按下 [←]/[→] 按鈕，可依顯示的資料欄位進行下一操作。

圖形部分的路線：變更顯示的地圖比例尺的詳細/寬域

圖形部分的提示表：返回/發送提示表

圖形部分的配置變更配置距離

在按下頁面底部的「關閉」時顯示的資料欄位中按下 [確認]/[放大] 按鈕將結束放大顯示並返回正常顯示。

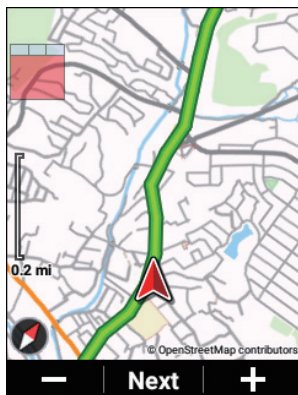
■變更資料欄位的顯示類型

您可以變更資料欄位中顯示的資料的類別、單位、類型和其他設定。

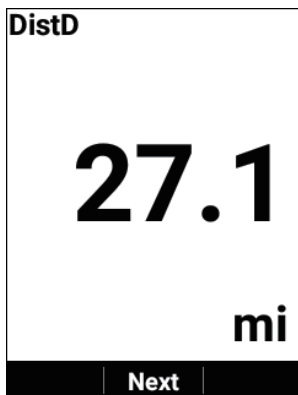
1 按 [確認] 按鈕。

資料欄位被放大顯示。





- 2** 按 [確認] 按鈕，直到出現要變更顯示類型的資料欄位，然後按住 [確認] 按鈕。



#2
Data Field Type Numerical
Data Category Course
Data Type Distance Destination
Display Type mile

使用 [←]/[→] 按鈕選擇所需的顯示類型，然後按 [確認] 按鈕。
設定完成時，按 [選單] 按鈕返回儀表畫面。

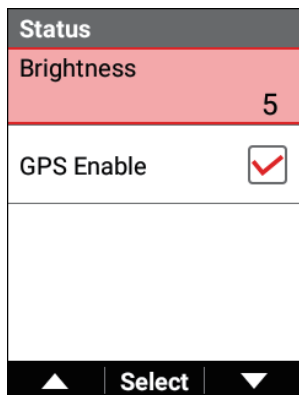
■ 顯示狀態

在狀態顯示中，您可以設定畫面亮度和GPS設定。
傳感器連接狀態顯示在這些設定下方。

- 1 按住 [確認] 按鈕2秒鐘或更長時間。



出現狀態畫面。

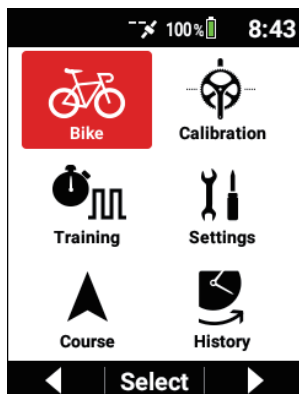


操作主選單畫面

您可以在主選單畫面中配置裝置的各種設定。

- 1 按【選單】按鈕。

2 使用 [←]/[→] 按鈕選擇主選單項，然後按 [確認] 按鈕。



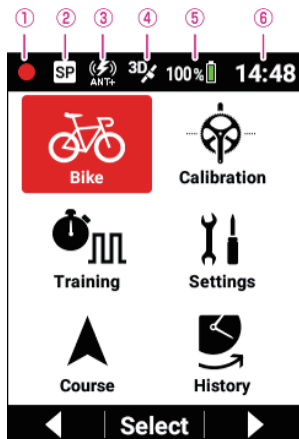
出現所選主選單項的設定畫面。

 Bike	選擇要使用的自行車並配置自行車的各種設定。有關詳細資訊，請參閱「 自行車和傳感器設定 」。
 Calibration	執行踩踏監視傳感器或ANT+功率計零點校準。有關詳細資訊，請參閱「 零點校準 」。
 Training	配置設定並執行與訓練相關的操作，例如建立訓練選單和開始訓練。有關詳細資訊，請參閱「 訓練 」。

 Settings	配置與Wi-Fi、Cyclo-Sphere和裝置相關的各種設定。有關詳細資訊，請參閱「進階設定」。
 Course	配置設定並執行與路線相關的動作，例如選擇路線和下載地圖。有關詳細資訊，請參閱「傳輸路線」和「選擇路線」。
 History	分析和編輯過去的記錄資料。有關詳細資訊，請參閱「分析記錄資料」。

■查看狀態欄

您可以從主選單畫面頂部狀態欄上顯示的圖示查看裝置的狀態。



① 記錄狀態

沒有圖示：在開始記錄之前或儲存記錄資料之後

●：記錄

▨：記錄暫停

■：記錄停止

② 衝刺檢測狀態

③ ANT+/藍牙 功率傳輸狀態

啟用ANT+功率傳輸時顯示「ANT+」，啟用藍牙功率傳輸時顯示「BT」，兩者都啟用時顯示「ANT+BT」。

④ GPS接收狀態

⑤ 電池狀態

⑥ 目前時間

在旋轉畫面中操作

用於從日期等預定項目中選擇目前值的畫面稱為旋轉畫面。



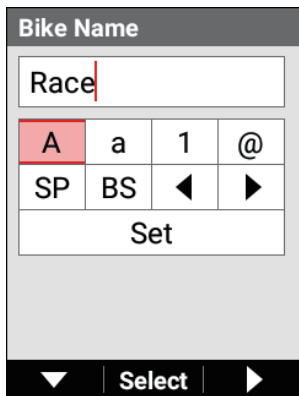
（例：日期設定畫面）

每次按 [←]/[→] 按鈕都會變更所選項目的值，每次按 [確認] 按鈕都會變更所選項目。

在文字輸入畫面中操作

裝置上的文字輸入操作透過先在類型選擇畫面中選擇字元類型，然後在顯示的文字輸入畫面中選擇所需文字以輸入文字來進行。

1 使用 [←]/[→] 按鈕選擇字元類型，然後按 [確認] 按鈕。



（例：自行車名稱輸入界面）

A：顯示字母字元清單畫面（大寫）。

a：顯示字母字元清單畫面（小寫）。

1：顯示數字清單畫面。

@：顯示符號和其他字元清單畫面。

SP：進入一個空格。

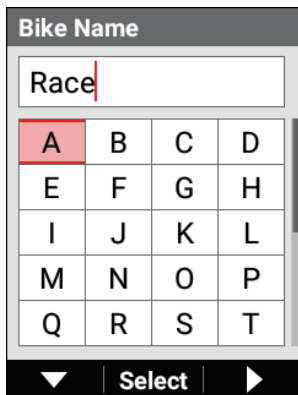
BS：一次刪除一個字元。

<：向左移動文字輸入游標位置。

>：向右移動文字輸入游標位置。

[設定]：儲存輸入的文字並結束文字輸入。

2 使用 [←]/[→] 按鈕選擇文字，然後按 [確認] 按鈕。



（例：選擇字元類型「A」時）

Aa1@：儲存輸入的文字並返回類型選擇畫面。

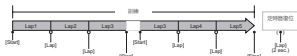
[設定]：儲存輸入的文字並結束文字輸入。

注意

- 如果在類型選擇畫面中按 [選單] 按鈕，將 棄輸入的文字（返回到輸入前的狀態），文字輸入結束。
- 如果在文字輸入畫面中按 [選單] 按鈕，將儲存輸入的文字並重新顯示類型選擇畫面。

執行記錄

記錄經過時間、各種傳感器資訊和GPS位置資訊等資訊稱為「記錄」。

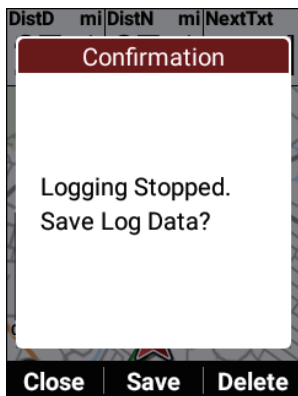


1 按 [記錄] 按鈕。

將顯示 [計時器啟動] 並開始記錄。



- 2** 在記錄中按【記錄】按鈕。
記錄停止並顯示儲存確認訊息。



如果按【確認】按鈕，將儲存記錄資料並重新顯示儀表畫面。

如果按【←】按鈕，訊息將關閉，儀表畫面重新出現，同時記錄留於停止狀態。

當您要開始記錄時，請再次按【記錄】按鈕。

如果按【→】按鈕，將顯示記錄資料刪除確認訊息。

如果按 [確認] 按鈕，將刪除記錄資料並重新顯示儀表畫面。

注意

- 您也可以在此記錄停止狀態下透過按住 [計時圈] 按鈕2秒或更長時間來儲存記錄資料。
- 啟用擷取功能時，在停止記錄時按住 [計時圈] 按鈕儲存記錄資料的功能將不起作用。

■ 設定記錄間隔

記錄中，裝置在設定的時間間隔儲存各種資料。

從 [自動]、[1秒]*、[3秒]、[5秒] 和 [10秒] 中選擇設定。

如果間隔設定為 [自動]，則當自行車的騎行速度增加時，記錄間隔變短，而當騎行速度減小時，記錄間隔變長。

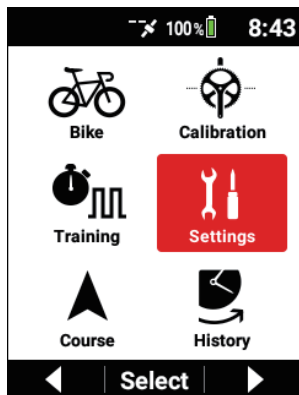
*: 出廠預設設定

注意

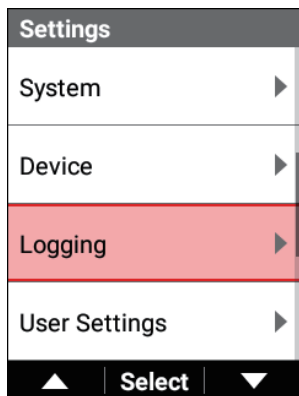
- Cyclo-Sphere中可分析的記錄資料的最大檔案大小為16 MB。
一小時記錄資料的檔案大小約為1 MB。
大小因連接的傳感器和設定而異。
- 長時間執行記錄時，例如長時間騎行或長途騎乘，我們建議將其設定為 [3秒] 或 [自動]。

1 按 [選單] 按鈕。

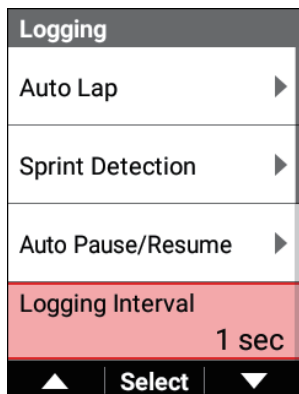
- 2 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [設定]，然後按 [確認] 按鈕。



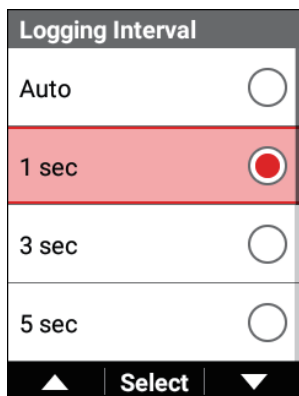
- 3 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [記錄]，然後按 [確認] 按鈕。



- 4 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [記錄間隔]，然後按 [確認] 按鈕。



- 5 使用 [←]/[→] 按鈕選擇所需的設定，然後按 [確認] 按鈕。



- 6 按 [選單] 按鈕。
設定完成。

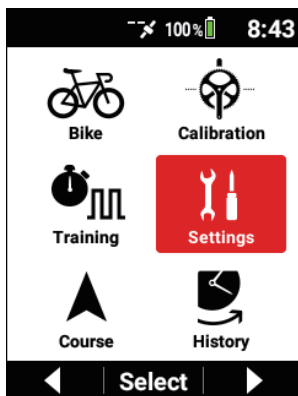
■自動暫停和恢復記錄

您可以使用 自動暫停/恢復 功能在記錄中達到特定速度時自動暫停/恢復記錄。例如，如果您希望在行駛速度降至3 km/h *或更慢時自動暫停記錄，並在行駛速度超過3 km/h時恢復記錄，請啟用 [自動暫停/恢復] 並將 [啟動閾] 設定為3.0。

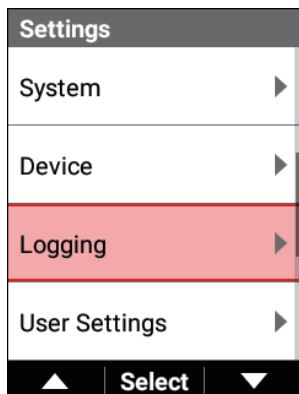
*: 出廠預設設定

設定自動暫停功能

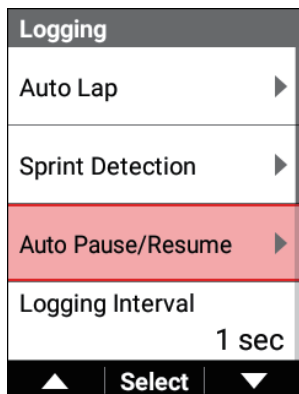
- 1 按 [選單] 按鈕。
- 2 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [設定]，然後按 [確認] 按鈕。



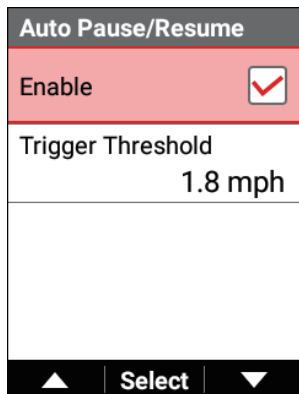
- 3 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [記錄]，然後按 [確認] 按鈕。



- 4 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [自動暫停/恢復]，然後按 [確認] 按鈕。

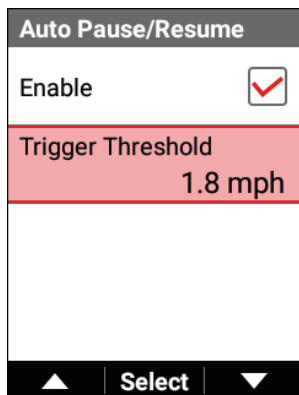


- 5** 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [啟用]，然後按 [確認] 按鈕。

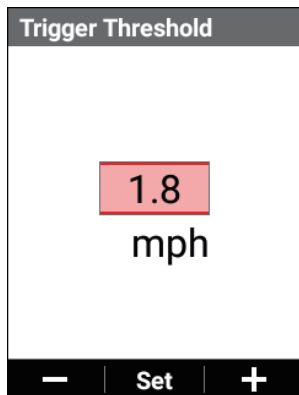


「啟用」核取方塊被勾選，自動暫停/恢復功能開啟。
要關閉它，再次按 [確認] 按鈕清除核取方塊。

- 6** 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [啟動閘]，然後按 [確認] 按鈕。



- 7** 使用 [←]/[→] 按鈕設定自動暫停功能起作用的速度，然後按 [確認] 按鈕。



- 8** 按 [選單] 按鈕。
設定完成。

注意

- 在使用滾輪或沒有速度傳感器而使用GPS速度時，自動暫停功能可能無法正常工作。

■忘記開始記錄時通知

您可以使用提醒功能在沒有開始記錄就開始騎行的情況下顯示訊息。
根據需要設定提醒功能的作動間隔。

從 [10秒]、[30秒] 和 [1分鐘]*中選擇設定。

*: 出廠預設設定

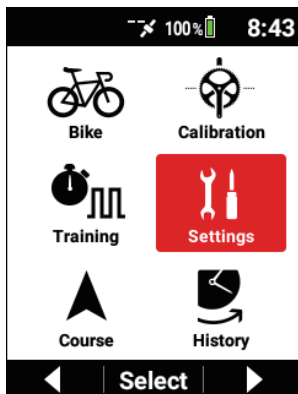
注意

- 提醒功能不僅會在記錄開始之前提醒您，也會在您從記錄停止狀態恢復騎行時提醒您。

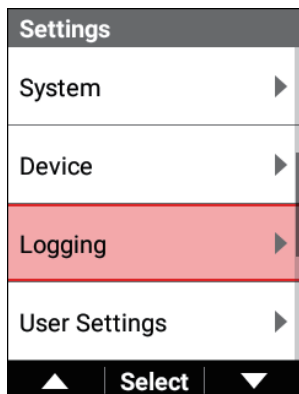
- 提醒功能會透過速度、踏頻或功率值之一來確定您是否在騎行。取決於GPS速度設定或傳感器連接或GPS接收的情況，提醒可能不工作。
- 如果您要在提醒功能顯示「按開始記錄」訊息時執行記錄，請按 [記錄] 按鈕開始或恢復記錄。

1 按 [選單] 按鈕。

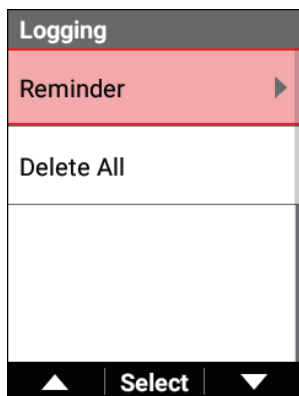
2 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [設定]，然後按 [確認] 按鈕。



- 3 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [記錄]，然後按 [確認] 按鈕。



- 4 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [提醒]，然後按 [確認] 按鈕。



- 5** 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [啟用]，然後按 [確認] 按鈕。

Reminder	
Enable	☒
Reminder Interval	
	1 min
▲	Select ▼

「啟用」核取方塊被勾選，提醒功能開啟。
要關閉它，再次按 [確認] 按鈕清除核取方塊。

- 6** 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [提醒間隔]，然後按 [確認] 按鈕。

Reminder	
Enable	☒
Reminder Interval	
	1 min
▲	Select ▼

- 7** 使用 [←]/[→] 按鈕選擇提醒功能的操作間隔，然後按 [確認] 按鈕。

Reminder Interval	
10 sec	☐
30 sec	☐
1 min	☒
▲ Select ▼	

- 8** 按 [選單] 按鈕。
設定完成。

自動圈設定

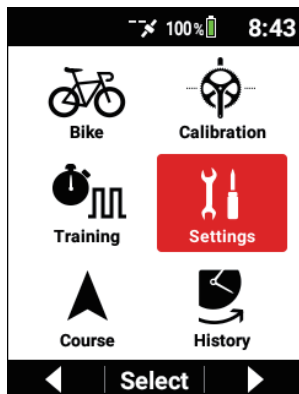
自動圈數功能無需按下 [計時圈] 按鈕，只要達到預設時間、距離或點就能自動記錄一圈。

注意

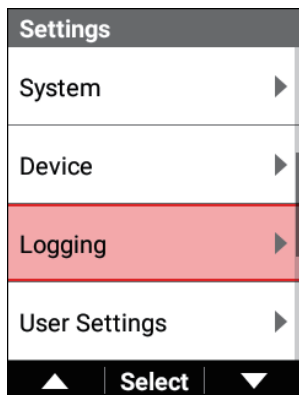
- 自動圈功能僅在記錄過程中運行。如果記錄停止或自動暫停，它將無法運行。

- 1** 按 [選單] 按鈕。

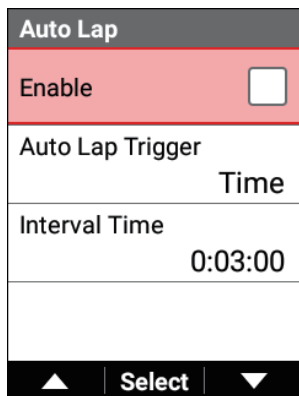
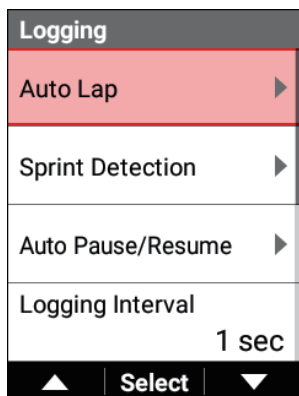
- 2 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [設定]，然後按 [確認] 按鈕。



- 3 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [記錄]，然後按 [確認] 按鈕。



- 4 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [自動計圈]，然後按 [確認] 按鈕。



設定項目	描述
啟用	啟用或禁用* 自動計圈.

自動計圈觸發	請使用以下方法指定自動圈功能記錄一圈所依的條件（自動計圈觸發）。 您可以選擇 [地點]、[距離] 或 [時]* 作為自動計圈觸發。
--------	--

*: 出廠預設設定

可以根據所自動計圈觸發指定下面的設定項目。

自動計圈觸發	設定項目	描述
[地點]	計圈位置	將一個點註冊為記錄過程中按下 [計時圈] 按鈕的自動圈位置，從下次經過自動圈位置附近時，自動記錄一圈。
	起始位置	將一個點註冊為開始記錄的自動圈位置，從下次經過自動圈位置附近時，自動記錄一圈。
	已註冊位置	在使用 [已註冊位置] 按鈕註冊的自動圈位置記錄一圈。
	觸發區大小	指定與系統記錄一圈的自動圈位置的距離。 例如，設定 [50 m] 可在接近該位置的半徑50米內時記錄一圈。
	註冊位置	按下將實際點註冊為自動圈位置。
[距離]	計圈距離	在達到預設的圈距離時記錄一圈。
[時間]	計圈間隔	在達到預設的圈時間時記錄一圈。

注意

- 您可以使用 [記錄] 或 [計時圈] 按鈕註冊最多10個自動圈位置。
- 您只能使用 [註冊位置] 註冊1個位置。
- 計時器重設時，自動圈位置將被清除。
- 即使啟用了自動裝配，您也可以手動按 [計時圈] 按鈕錄製一圈。當圈速類型的自動圈數為 [地點] 並且啟用了圈點時，同時執行自動圈點和圈數記錄的登記。
- 如果沒能接收到GPS，則無法使用 [記錄] 或 [計時圈] 按鈕註冊自動圈位置，或使用 [計圈位置] 註冊使用者位置。

上傳記錄資料

您可以將儲存在裝置內建快閃記憶體中的記錄資料上傳到Cyclo-Sphere分析服務進行分析。

上傳記錄資料有以下三種方法。

- 透過Wi-Fi從裝置上傳
■ [透過Wi-Fi上傳](#)
- 使用PC上傳
■ [使用PC上傳](#)
- 透過Cyclo-Sphere Control App上傳
■ [透過Cyclo-Sphere Control App上傳](#)

■關於Cyclo-Sphere

它是一項免費的Web服務，用於上傳裝置的記錄資料，然後執行詳細的資料分析。可以使用Web瀏覽器或專用應用程式訪問該服務。

推薦的Web瀏覽器

Windows

- Google Chrome
- Mozilla Firefox

Macintosh

- Google Chrome
- Mozilla Firefox
- Apple Safari

推薦用於智能手機頁面的Web瀏覽器

iPhone 7/iPhone 7 Plus

- Safari

iPhone應用程式

Cyclo-Sphere Analysis App

■透過Wi-Fi上傳

建立Cyclo-Sphere帳戶

從以下URL註冊。

cyclo-sphere.com

設定您的Cyclo-Sphere帳戶

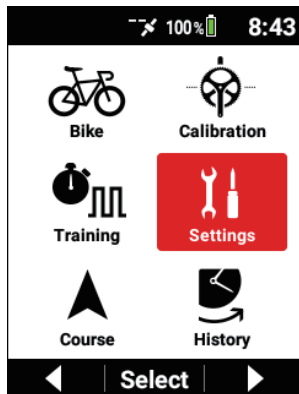
設定Cyclo-Sphere的用戶帳戶，用以透過Wi-Fi上傳記錄資料。

如果您使用Google等帳戶，請在iPhone或Android裝置上從Cyclo-Sphere Control App中配置帳戶設定。

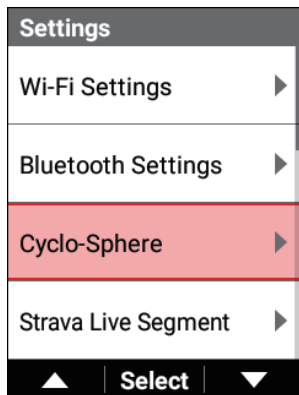
裝置上只能設定使用電子郵件位址的帳戶設定。

1 按 **[選單]** 按鈕。

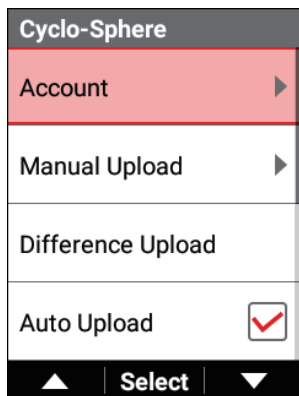
2 使用 **[←]/[→]** 按鈕選擇 **[設定]**，然後按 **[確認]** 按鈕。



- 3 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [Cyclo-Sphere]，然後按 [確認] 按鈕。



- 4 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [帳戶]，然後按 [確認] 按鈕。



- 5 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [電子郵件位址]，然後按 [確認] 按鈕。

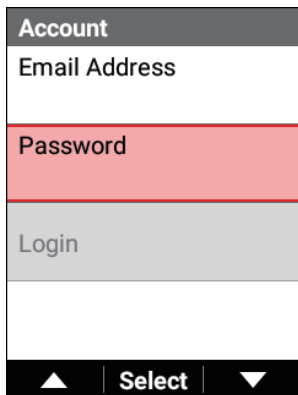
Account
Email Address
Password
Login
▲ Select ▼

- 6 使用 [←]/[→]/[確認] 按鈕輸入電子郵件位址。

Email Address			
neer@pioneer.co.jp			
A	a	1	@
SP	BS	◀	▶
Set			
▼ Select ▶			

在鍵盤上選擇「設定」鍵，然後按 [確認] 按鈕返回上一畫面。
[在文字輸入畫面中操作](#)

- 7 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [密碼]，然後按 [確認] 按鈕。**



- 8 使用 [←]/[→]/[確認] 按鈕輸入密碼。**

在鍵盤上選擇「設定」鍵，然後按 [確認] 按鈕返回上一畫面。

[在文字輸入畫面中操作](#)

- 9 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [登入]，然後按 [確認] 按鈕。**

如果登入成功，將顯示您的用戶名並顯示登出按鈕。

若要變更用戶，請按登出按鈕。

如果未執行Wi-Fi設定，則在按下登入按鈕後畫面將切換到Wi-Fi設定畫面。

設定完成後，登入。

- 10 按 [選單] 按鈕。**

設定完成。

上傳

上傳記錄資料有三種方法。

- 資料選擇（手動上傳）
- 差異上傳（上傳所有與已上傳的記錄資料不同的記錄資料）
- 自動上傳（自動上傳）

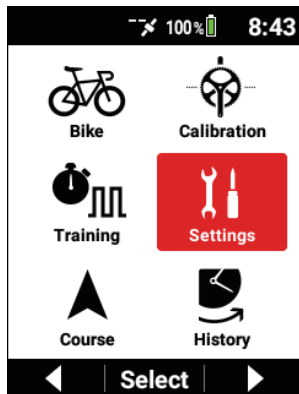
設定Wi-Fi後，執行「[手動上傳記錄資料](#)」或「[自動上傳記錄資料](#)」。

[Wi-Fi設定](#)

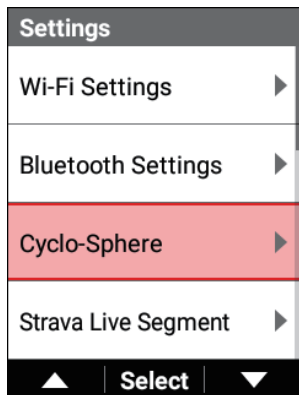
手動上傳記錄資料

從記錄資料清單中選擇要上傳到Cyclo-Sphere的記錄資料，然後上傳記錄資料。

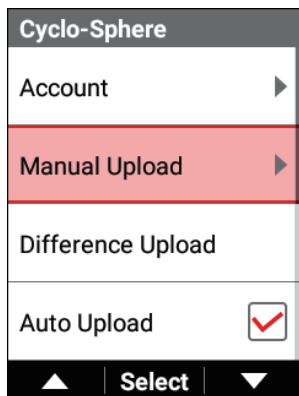
- 1 按 [選單] 按鈕。
- 2 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [設定]，然後按 [確認] 按鈕。



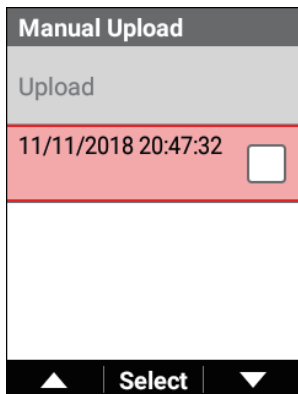
- 3** 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [Cyclo-Sphere]，然後按 [確認] 按鈕。



- 4** 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [手動上傳]，然後按 [確認] 按鈕。

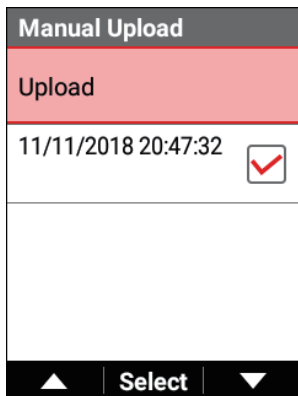


- 5** 使用 [←]/[→] 按鈕選擇要上傳的記錄資料，然後按 [確認] 按鈕。



重複步驟5勾選所有要上傳的記錄資料。

- 6** 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [上傳]，然後按 [確認] 按鈕。



將自動透過Wi-Fi建立連接並開始上傳。上傳完成時，Wi-Fi連接將斷開。

對於已上傳的記錄資料，將顯示「Wi-Fi」。

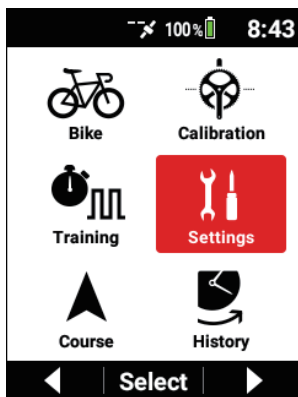
注意

- 如果您在透過Cyclo-Sphere Control App上傳記錄資料時將記錄資料傳輸到iPhone或Android裝置，則會顯示「Bluetooth」。
- 「Wi-Fi」和「藍牙」可能會同時顯示。

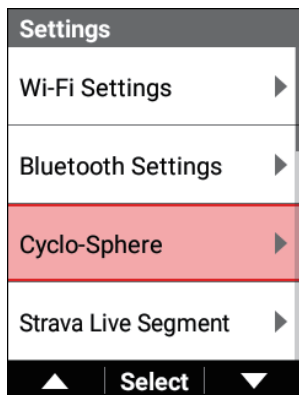
僅上傳與已上傳的記錄資料不同的記錄資料

上傳所有未上傳到Cyclo-Sphere的記錄資料。

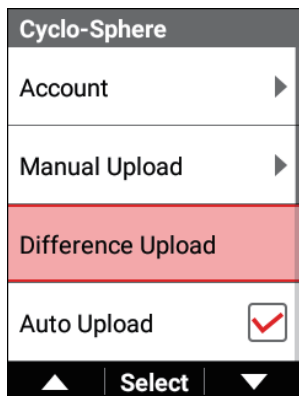
- 1 按 [選單] 按鈕。
- 2 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [設定]，然後按 [確認] 按鈕。



- 3 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [Cyclo-Sphere]，然後按 [確認] 按鈕。



- 4 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [差異上傳]，然後按 [確認] 按鈕。



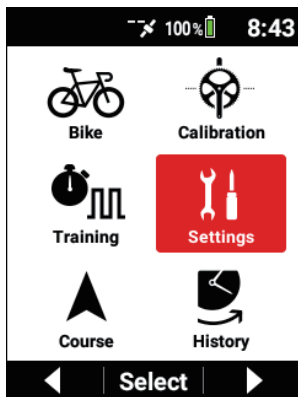
將自動透過Wi-Fi建立連接並開始上傳。上傳完成時，Wi-Fi連接將斷開。

自動上傳記錄資料

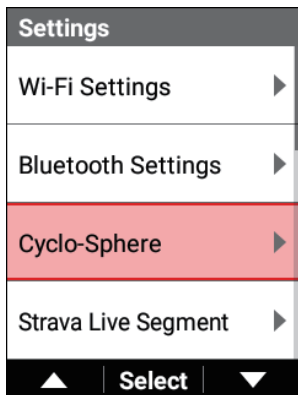
當記錄停止並儲存記錄資料時，裝置可以自動建立Wi-Fi連接並將記錄資料上傳到Cyclo-Sphere。

如果在開始記錄之前或儲存記錄資料之後有未上傳到Cyclo-Sphere的記錄資料，則裝置會定期檢查Wi-Fi連接，如果可以建立連接，則會幕後將記錄資料上傳到Cyclo-Sphere。

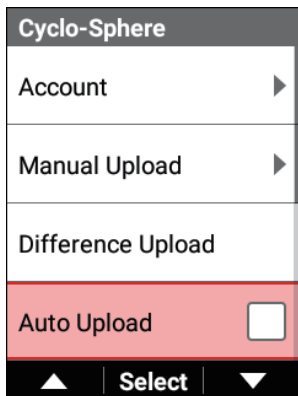
- 1 按 [選單] 按鈕。
- 2 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [設定]，然後按 [確認] 按鈕。



- 3 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [Cyclo-Sphere]，然後按 [確認] 按鈕。



- 4 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [自動上傳]，然後按 [確認] 按鈕。



勾選核取方塊並啟用自動上傳。

■使用PC上傳

建立Cyclo-Sphere帳戶

從以下URL註冊。

cyclo-sphere.com

上傳

使用PC上傳記錄資料有以下方法。

注意

- 使用Cyclo-Sphere上傳按鈕上傳時，建議您將記錄資料備份到PC。
執行「將記錄資料備份到PC」中描述的操作後執行上傳。

將記錄資料備份到PC

將裝置內建快閃記憶體中的記錄資料傳輸到PC。

- 1 在裝置完全啟動後，開啟裝置並使用隨附的USB纜線將裝置連接到PC。**

裝置在PC上被識別為MTP裝置。

如果在裝置電源關閉時連接USB纜線，模式將為充電模式。

有關連接裝置和PC的詳細資訊，請參閱「[給裝置充電](#)」。

注意

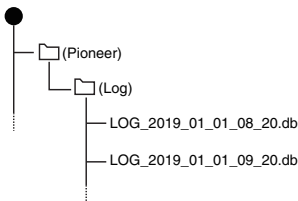
- 有關與Macintosh的MTP連接，請參閱以下URL
<https://www.android.com/filetransfer/>

- 2 選擇要備份的記錄資料並將其儲存在PC上的任何位置。**

記錄資料儲存在「/CA600/內部儲存空間/Pioneer/Log」資料夾中。

記錄資料的檔案名稱是記錄開始的日期和小時。

例：LOG_2019_01_01_08_20.db



使用Cyclo-Sphere上傳按鈕上傳

- 1 登入Cyclo-Sphere，然後按下鍛煉畫面頂部的「上傳」按鈕。**
將出現上傳彈出窗口。
- 2 按彈出窗口中的【ファイル選択】按鈕，然後選擇要上傳的檔案名稱。**
彈出窗口中將顯示所選檔案名稱。
- 3 按【上傳】按鈕。**
將開始分析記錄資料。（分析可能因伺服器擁塞而需要點時間。）
如果讓彈出窗口顯示，則可以檢視分析狀態。如果您關閉了彈出窗口，則分析狀態將顯示在鍛煉清單窗口的右上角。
您可以將滑鼠放在上面來檢視進度。
當右上角的指示消失時，分析完成，資料添加到鍛煉清單中。
有關詳細資訊，請參閱以下網站。
→ https://cyclo-sphere.com/help/howtouse/help_howtouse_menubar_upload

■透過Cyclo-Sphere Control App上傳

建立Cyclo-Sphere帳戶

從以下URL註冊。
cyclo-sphere.com

上傳

- 1 在iPhone或Android裝置上安裝Cyclo-Sphere Control App。**
<https://cyclo-sphere.com/app/>
- 2 連結Cyclo-Sphere Control App與您的裝置。**
從【添加新裝置】操作Cyclo-Sphere Control App以顯示您的裝置，然後配置連結設定。
- 3 在Cyclo-Sphere Control App中依序選擇以下。**
[SGX-CA600] > [記錄資料上傳設定]
- 4 在Cyclo-Sphere Control App中點按【透過智能手機上傳】。**
- 5 在Cyclo-Sphere Control App中檢查【Cyclo-Sphere帳戶設定】驗證是否完成。**
如果驗證未完成，請配置帳戶設定。

注意

- 如果在裝置與Cyclo-Sphere Control App連結中，在開始記錄之前或在儲存記錄資料之後存在未透過Wi-Fi傳輸的記錄資料，則將自動透過藍牙傳輸記錄資料到Cyclo-Sphere Control App。
- 傳輸的記錄資料會被自動使用電話線或Wi-Fi連接從Cyclo-Sphere Control App傳輸到Cyclo-Sphere。
- 要關閉有Wi-Fi連接時使用電話線從Cyclo-Sphere Control App自動傳輸以限制傳輸，請開啟以下設定。
[其他] > [Cyclo-Sphere Control設定] > [檔案傳送等資料通訊限於透過Wi-Fi。]
- 取決於智能手機的連線狀況，可能無法自動傳輸到Cyclo-Sphere。
- 從裝置傳輸到Cyclo-Sphere Control App時，每MB大約需要3分鐘。
當有大約5小時的記錄資料時，傳輸完成大約需要15分鐘。
- 如果在從裝置傳輸記錄資料到Cyclo-Sphere Control App中裝置建立Wi-Fi連接，則如果啟用了自動上傳功能，將開始透過Wi-Fi傳輸記錄資料。
- 如果透過Cyclo-Sphere Control App上傳記錄資料，在記錄資料選擇畫面上的記錄資料名稱下方將顯示「藍牙」。
- 如果透過Wi-Fi上傳記錄資料，在記錄資料選擇畫面上的記錄資料名稱下方將顯示「Wi-Fi」。
- 「Wi-Fi」和「藍牙」可能會同時顯示。

訓練

訓練概述

公路自行車訓練的目標因人而異。

如果使用自行車電腦進行常規訓練，您可以更客觀地監視和分析您的騎行，因為自行車電腦是一種有效的訓練輔助工具。



■認清您希望加強的方面

希望享受騎車和長途騎行的騎手

對於剛開始騎公路自行車的人來說，最重要的目標是先以恆定速度騎行，這樣可以習慣騎公路自行車。

在常規騎行中您有沒有想過以下？

- 獨自騎車和與其他人一起騎行都很有趣，但與其他人一起騎行比我想像的更累，我不想成為別人的累贅。
- 我通常很努力騎車，但有些情況下我無法跟上其他人。我想加快速度。

最好的辦法是計劃訓練，以幫助您克服這些問題。

希望在公路賽中表現出色的騎手

關鍵是要考量您參加的比賽，認清您希望加強的方面，確定目標，然後建立訓練選單。

只是懲罰身體的訓練不會使您變快。

如果還有其他的話，過於艱苦的訓練可能會產生相反的效果。

當您選擇適合您希望加強的方面的訓練方法時，客觀地監視和分析您的騎行很重要。

您在常規訓練中是否想過以下？

- 我按照為達成目標而製定的計劃進行訓練，但我似乎無法達到目標定位。
- 我經常感到失望，由於準備不充分，我在比賽中無法獲得想要的成績和展示我的能力。

最好的辦法是計劃訓練，以幫助您克服這些問題。

■訓練選單的類型

基本上，您可以使用以下五種方法來在裝置上使用訓練選單。

連結選單

使用iPhone或Android裝置上的Cyclo-Sphere Control App發送TrainingPeaks服務中建立的訓練選單（鍛煉），然後在您的裝置上匯入並連結它。

TRAININGPEAKS™



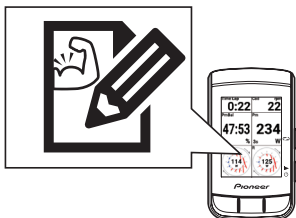
訓練輔助

您可以使用裝置的Wi-Fi功能下載使用Cyclo-Sphere Analysis App或智能手機版Cyclo-Sphere網站建立的訓練選單。



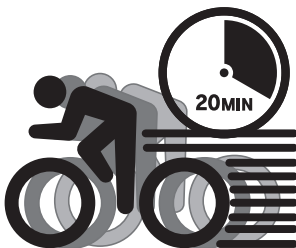
原始選單

這是一個簡單的訓練選單，可以在裝置上建立和編輯。



FTP 20分鐘測試

這是一個訓練選單，您騎20分鐘並測量功能性閾值功率（FTP）。



MMP挑戰

這是一個基於您的平均最大功率（MMP）資料的訓練選單。



您可以為FTP 20分鐘測試和MMP挑戰訓練選單自訂目標FTP和目標功率。

■ 圈

訓練以平均速度騎行和訓練獲得爆發衝刺動力作用在不同方面，因此需要不同的訓練方法。

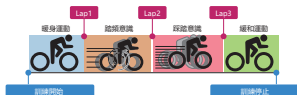
即使在一個訓練選單中，每次花費時間都有分隔，例如，預熱、專注於踏頻騎車、專注於踩踏騎車和放慢騎車，這些分隔稱為「圈」。

此外，一個分隔和另一個分隔之間的區間稱為「間隔」。

一圈用於訓練之間的分隔，以及用於訓練中間隔的分隔。

一圈是前一個間隔的終點，也是下一個間隔的起點。

正確地按圈分開收集的資料，可在以後對每個間隔區間進行精確分析。



如果不按圈分開.....

收集的資料是整體平均的，因此以後無法正確進行分析。

在訓練中很難知道需要改變騎乘方法的位置。

■ 為一圈佈置適當的顯示

本裝置允許您選擇要在顯示屏上顯示的數值。這樣可以任意設定您要在訓練中監視的值，以及您認為重要的其他值。

有關詳細資訊，請參閱「[設定資料欄位](#)」。

■ 自動圈功能

自動圈功能僅在記錄期間起作用。在停止記錄、自動暫停期間以及正在進行訓練選單時，它不起作用。

有關詳細資訊，請參閱「[自動圈設定](#)」。

使用訓練輔助

使用Cyclo-Sphere Analysis App（用於iPhone）的訓練輔助建立的訓練選單可以匯入裝置。

您還可以使用iPhone或Android裝置從智能手機版的Cyclo-Sphere網站來使用訓練輔助。

方法大致如下。

■ 建立訓練輔助訓練選單

- 在Cyclo-Sphere Analysis App中建立訓練選單。
- 使用智能手機版Cyclo-Sphere網站建立訓練選單。

■ 下載訓練輔助訓練選單

- 使用裝置透過Wi-Fi下載訓練選單。

■ 建立訓練選單

本節說明如何使用Cyclo-Sphere Analysis App（用於iPhone）的訓練輔助建立訓練選單。

對於使用訓練輔助建立的訓練選單，會自動添加圈到適當的位置，並且頁面設定自動切換到訓練詳細推薦的佈局。

這樣可以省去您手動按圈和選擇頁面的麻煩。

（您也可以手動操作圈和變更頁面。）

Cyclo-Sphere Analysis App提供28種訓練選單。以下描述了建立「B7：間歇功率訓練」的例子。

1 安裝Cyclo-Sphere Analysis App（用於iPhone）。

如果這是您第一次使用Cyclo-Sphere，請註冊為用戶並建立一個帳戶。

2 登入Cyclo-Sphere Analysis App（用於iPhone）。

3 點按【更多】>【訓練輔助】。

過一會兒會出現訓練輔助訓練選單清單。

4 點按【功率訓練】>【B7：間歇功率訓練】。

過一會兒，就會出現此訓練的詳細說明。

5 請仔細閱讀，然後點按【訓練內容】。

將顯示訓練選單的說明，並顯示建立訓練選單時所需的參數。

6 請設定必要的參數，然後點按【建立訓練目標】。

將顯示訊息通知您已建立訓練選單。

7 點按 [OK]。

■ 透過Wi-Fi連接裝置

有關如何透過Wi-Fi連接裝置，請參閱以下。

[Wi-Fi設定](#)

■ 匯入訓練選單

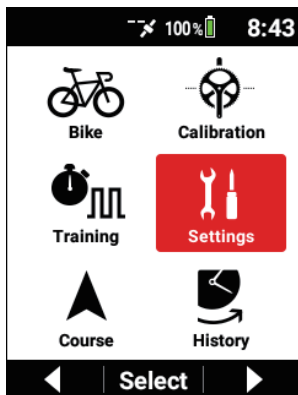
本節說明如何將Cyclo-Sphere Analysis App中建立的訓練選單匯入裝置，以將其顯示為裝置上的訓練選單。

注意

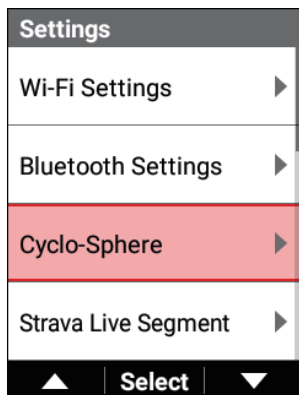
- 請先配置帳戶設定。
[建立Cyclo-Sphere帳戶](#)

1 按 [選單] 按鈕。

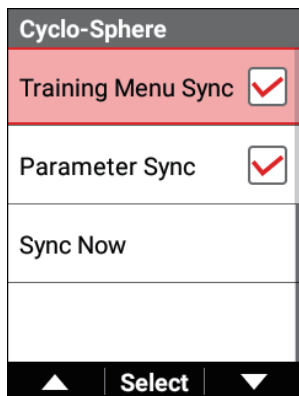
2 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [設定]，然後按 [確認] 按鈕。



- 3 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [Cyclo-Sphere]，然後按 [確認] 按鈕。

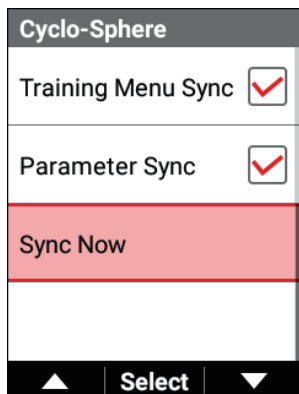


- 4 檢查是否勾選了 [訓練選單同步]。



如果未勾選，請使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [訓練選單同步]，然後按 [確認] 按鈕。

- 5** 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [立即同步]，然後按 [確認] 按鈕。



等到同步完成。

- 6** 同步完成後，按 [選單] 按鈕返回主選單畫面。

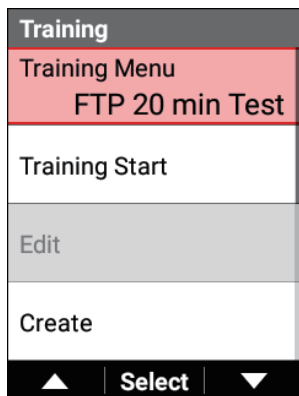
■選擇導入的訓練選單

- 1** 按 [選單] 按鈕。

- 2 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [訓練]，然後按 [確認] 按鈕。

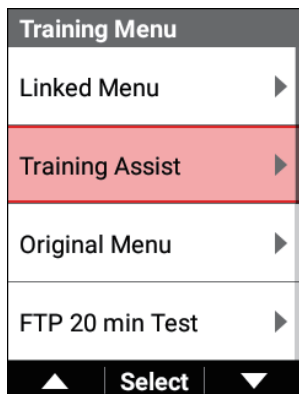


- 3 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [訓練內容]，然後按 [確認] 按鈕。

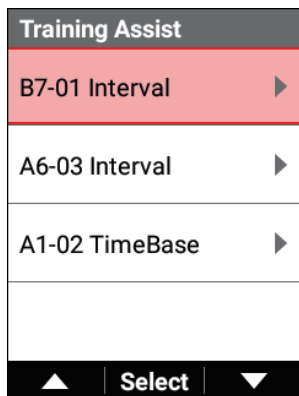


目前所選訓練選單的名稱顯示在 [訓練內容] 項目中。

- 4 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [訓練輔助]，然後按 [確認] 按鈕。



- 5 使用 [←]/[→] 按鈕選擇您要使用的訓練項目，然後按 [確認] 按鈕。



6 檢查訓練詳細資訊，然後按 [確認] 按鈕。

B7-01 Interval	
Duration	00:14:30
Ride at a targeted power output for interval training. 30s - 30s ...	
	
Cancel	OK Delete

Training
Training Menu B7-01 Interval
Training Start
Edit
Create
▲ Select ▼

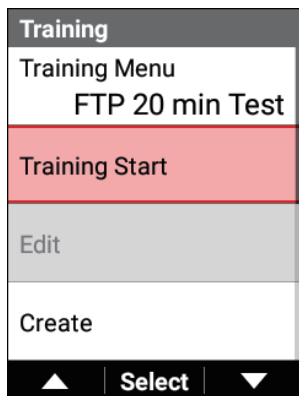
所選訓練選單的名稱顯示在 [訓練內容] 項目中。

開始/結束訓練選單

- 1 按 [選單] 按鈕。
- 2 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [訓練]，然後按 [確認] 按鈕。



- 3 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [訓練開始]，然後按 [確認] 按鈕。



出現訓練選單開始訊息。

如果按〔確認〕按鈕，儀表畫面會再次出現並開始訓練選單。
請按照畫面上的指示開始訓練。

注意

- 如果已經開始記錄，則訓練選單將按圈分隔，並且將開始第一個間隔區間。
如果未開始記錄，則記錄將與開始訓練選單同時開始。
- 如果按〔記錄〕按鈕，訓練選單會暫停。
再次按〔記錄〕按鈕可恢復訓練選單。

4 按照畫面上的指示開始訓練。

將顯示第一個間隔區間的指示。當下一個間隔區間的時間到來時，將顯示該區間的指示。

此過程會重複。當所有間隔區間完成時，訓練選單自動結束，畫面上出現完成訊息。

注意

- 按〔計時圈〕按鈕跳到下一個訓練選單。
如果訓練選單按圈分隔，則下一個間隔區間將開始。

5 按〔記錄〕按鈕。

記錄停止並顯示儲存確認訊息。

如果按〔確認〕按鈕，將儲存記錄資料，並重新顯示開始記錄之前顯示的畫面。

如果按〔←〕按鈕，訊息將關閉，前一個畫面重新出現，同時記錄留於停止狀態。當您要重新開始記錄時，請再次按〔記錄〕按鈕。

如果按〔→〕按鈕，將顯示記錄資料刪除確認訊息。

如果按〔確認〕按鈕，將刪除記錄資料，並重新顯示開始記錄之前顯示的畫面。

注意

- 您也可以在此記錄停止狀態下透過按住〔計時圈〕按鈕2秒或更長時間來儲存記錄資料。
- 啟用擷取功能時，在停止記錄時按住〔計時圈〕按鈕儲存記錄資料的功能將不起作用。
- 當訓練選單進行中時，自動圈不工作。

- 如果在一個訓練選單進行中選擇了不同的訓練選單，則在選擇之前設定的訓練選單結束並選擇新設定的訓練選單。

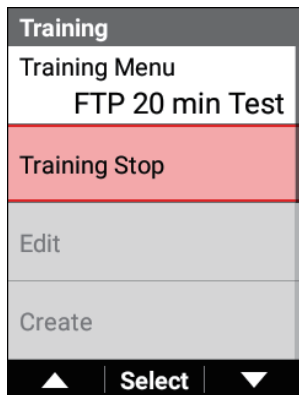
■中途強制結束訓練選單

您可以中途強制結束訓練選單。

- 1 按 [選單] 按鈕。
- 2 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [訓練]，然後按 [確認] 按鈕。



- 3 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [培訓結束]，然後按 [確認] 按鈕。



注意

- 因即使在訓練選單結束後仍將繼續獲取記錄資料，請按 [記錄] 按鈕停止記錄，然後檢視儲存確認訊息並儲存記錄資料。

■ 刪除訓練選單

您可以刪除匯入裝置的訓練選單或在裝置上建立的訓練選單。

注意

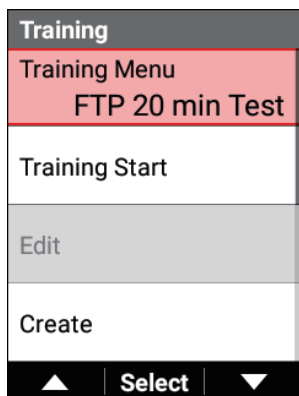
- 您只能刪除從 [關聯選單]、[訓練輔助] 和 [原始選單] 建立的訓練選單。

- 1 按 [選單] 按鈕。

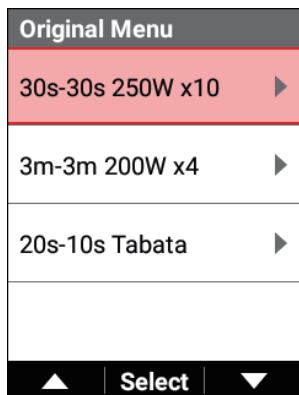
- 2 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [訓練]，然後按 [確認] 按鈕。



- 3 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [訓練內容]，然後按 [確認] 按鈕。

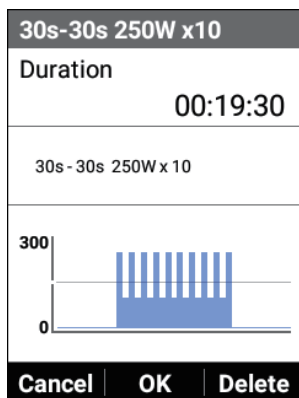


- 4** 使用 [←]/[→] 按鈕選擇您要刪除的訓練項目，然後按 [確認] 按鈕。

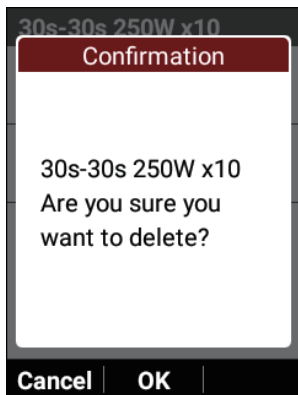


請參閱「[選擇導入的訓練選單](#)」，然後選擇您要刪除的訓練選單。

- 5** 檢查是否顯示了要刪除的訓練選單，然後按 [→] 按鈕。



6 按 [確認] 按鈕。



訓練選單被刪除。

使用連結選單

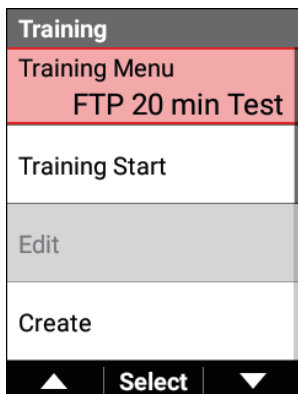
您可以透過Cyclo-Sphere Control App將使用TrainingPeaks建立的訓練選單（鍛煉）傳輸到裝置。

- 1 建立一個TrainingPeaks帳戶，然後建立一個訓練選單。**
需要在TrainingPeaks網站或TrainingPeaks應用程式中進行建立帳戶等準備工作。
有關詳細資訊，請參閱TrainingPeaks網站。
<https://www.trainingpeaks.com/>
- 2 在iPhone或Android裝置上安裝Cyclo-Sphere Control App。**
- 3 連結Cyclo-Sphere Control App與您的裝置。**
從 [添加新裝置] 操作Cyclo-Sphere Control App以顯示您的裝置，然後配置連結設定。
- 4 在Cyclo-Sphere Control App中依序選擇以下。**
[其他] > [與其他服務協作]
- 5 在Cyclo-Sphere Control App中點按 [Training Peaks驗證]。**
出現TrainingPeaks的驗證畫面。

- 6 在Cyclo-Sphere Control App中按照畫面上的指示進行驗證。
在Cyclo-Sphere Control App中TrainingPeaks驗證完成時，[獲取訓練選單] 選項變為可選。
- 7 檢查Cyclo-Sphere Control App中的[獲取訓練選單] 選項是否已開啟。
- 8 按[選單] 按鈕。
- 9 使用[←]/[→] 按鈕選擇[訓練]，然後按[確認] 按鈕。

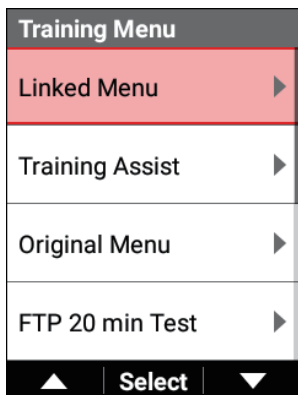


- 10** 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [訓練內容]，然後按 [確認] 按鈕。



目前所選訓練選單的名稱顯示在 [訓練內容] 項目中。

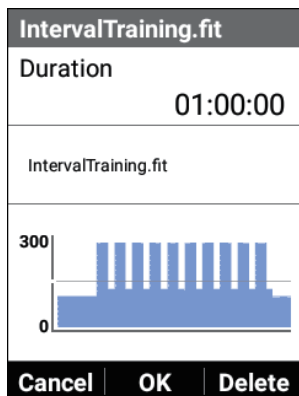
- 11** 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [關聯選單]，然後按 [確認] 按鈕。

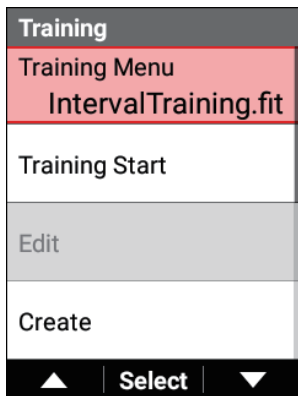


- 12** 使用 [←]/[→] 按鈕選擇您要使用的訓練項目，然後按 [確認] 按鈕。



- 13** 檢查訓練詳細資訊，然後按 [確認] 按鈕。





所選訓練選單的名稱顯示在〔訓練內容〕項目中。

注意

- 如果按 [←] 按鈕，操作將被取消，之前的畫面會再次出現，但不選定顯示的訓練選單。

使用原始選單

您可以僅在裝置上進行操作建立訓練選單，然後將其用於訓練。
有從預先在裝置上提供的三個原始選單中選擇的方法、編輯所選原始選單以符合您的偏好的方法，以及建立新原始選單的方法。

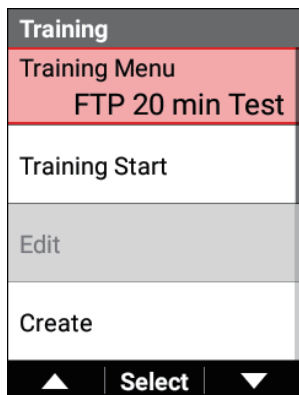
■ 選擇原始選單

- 1 按 [選單] 按鈕。

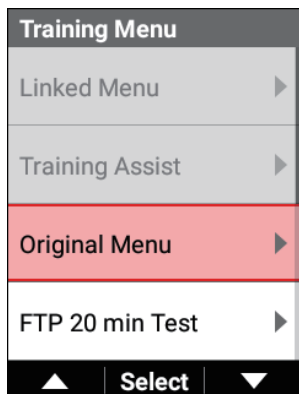
- 2 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [訓練]，然後按 [確認] 按鈕。



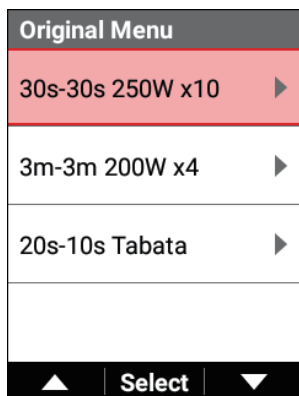
- 3 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [訓練內容]，然後按 [確認] 按鈕。



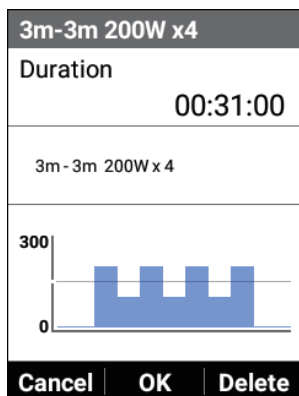
- 4 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [原始選單]，然後按 [確認] 按鈕。



- 5 使用 [←]/[→] 按鈕選擇選單，然後按 [確認] 按鈕。



6 按 [確認] 按鈕。



選擇的原始選單被設定為訓練選單，步驟3的畫面重新顯示。

■編輯原始選單

1 按 [選單] 按鈕。

2 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [訓練]，然後按 [確認] 按鈕。



- 3 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [編輯]，然後按 [確認] 按鈕。

Training
Training Menu 3m-3m 200W x4
Training Start
Edit
Create
▲ Select ▼

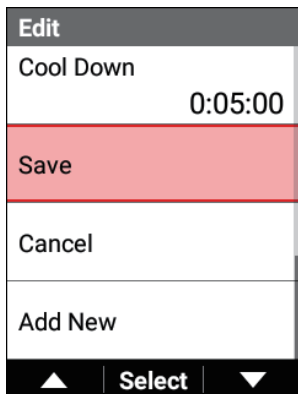
確認在 [訓練內容] 中顯示原始選單的名稱。

- 4 使用 [←]/[→] 按鈕選擇各項目，然後按 [確認] 按鈕。

Edit
Training Name 3m-3m 200W x4
Warm Up 0:05:00
Interval Time 0:03:00
Interval Target 200 W
▲ Select ▼

設定項目詳細

- 5** 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [存檔] 或 [複製]，然後按 [確認] 按鈕。



編輯的訓練選單被儲存或複製到自行車電腦並設定為要使用的訓練選單。

注意

- 如果選擇 [複製]，則會在選單名稱的末尾自動加「_copy」。

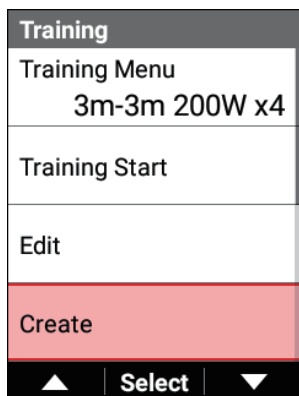
■ 建立原始選單

- 1** 按 [選單] 按鈕。

- 2 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [訓練]，然後按 [確認] 按鈕。



- 3 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [創建]，然後按 [確認] 按鈕。



- 4 使用 [←]/[→] 按鈕選擇各項目，然後按 [確認] 按鈕。

Create	
Training Name	Interval_1
Warm Up	0:05:00
Interval Time	0:00:30
Interval Target	200 W
▲ Select ▼	

[設定項目詳細](#)

- 5 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [存檔]，然後按 [確認] 按鈕。

Create	
Cool Down	0:05:00
Save	
Cancel	
▲ Select ▼	

建立的訓練選單被儲存到裝置並設定為要使用的訓練選單。

設定項目詳細

設定項目	描述
訓練名稱	輸入此訓練選單的名稱。
暖身運動	設定預熱時間。
間歇訓練時間	設定預熱後執行間隔的時間。
間歇訓練目標	設定執行間隔的目標功率值（目標輸出值）。
逐步增加	如果需要下一個間隔的目標功率值高於上一個間隔的訓練選單，請設定升級值。 （例如，如果您希望間隔區間1中的間隔功率為200 W，然後在此之後每隔一個間隔區間增加5 W，則將其設定為5 W。）
休息時間	設定前一個間隔和下一個間隔之間休息的時間。
休息目標	設定休息的目標功率值（目標輸出值）。
間歇訓練次數	設定要包括的間隔區間數。 如果間隔數僅設定為1，則[休息時間]和[休息目標]的設定將停用，因為不再有休息。
緩和運動	設定放慢騎車時間。

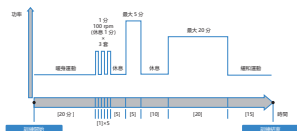
測量您的FTP

騎20分鐘以測量您可以保持一小時的輸出（FTP <功能性閾值功率>）。此裝置設定測量結果95%的功率值作為目前FTP。

注意

- 在[設定] > [使用者設定] > [FTP] 中設定的值或Cyclo-Sphere的分析結果的值設定為FTP的初始值。

FTP 20分鐘測試訓練選單圖
FTP（20分鐘）

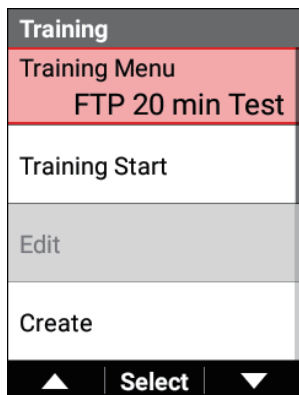


1 按[選單]按鈕。

- 2 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [訓練]，然後按 [確認] 按鈕。

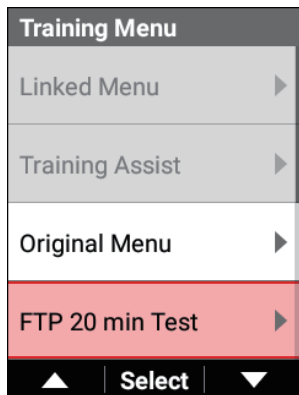


- 3 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [訓練內容]，然後按 [確認] 按鈕。

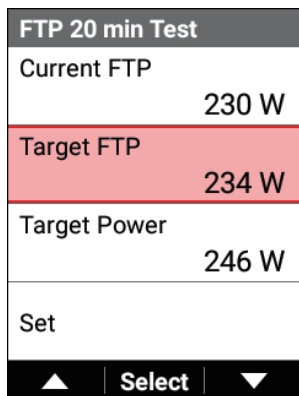


目前所選訓練選單的名稱顯示在 [訓練內容] 項目中。

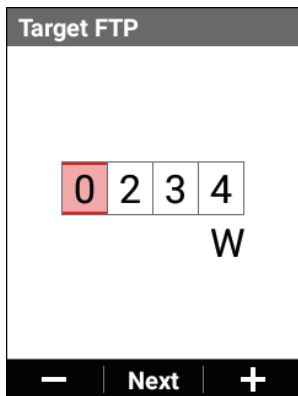
- 4 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [FTP 20分鐘測試]，然後按 [確認] 按鈕。



- 5 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [目標FTP]，然後按 [確認] 按鈕。



- 6 使用 [←]/[→] 按鈕輸入目標FTP值，然後按 [確認] 按鈕。
根據需要調整目標FTP值。



- 7 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [設定]，然後按 [確認] 按鈕。

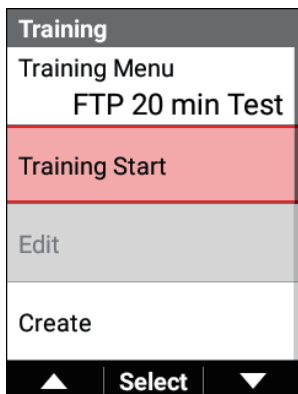
FTP 20 min Test	
Current FTP	230 W
Target FTP	234 W
Target Power	246 W
Set	
▲	Select ▼

[訓練內容] 項目顯示「FTP 20分鐘測試」。

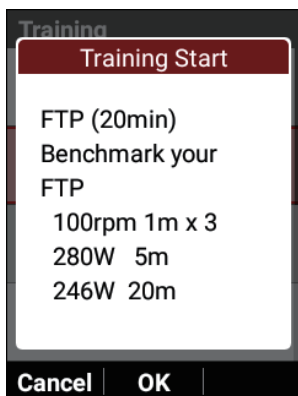
注意

- 比目標FTP高約5%的數值成為目標功率。

- 8 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [訓練開始]，然後按 [確認] 按鈕。



- 9 按 [確認] 按鈕。



熱身開始。

將顯示第一個間隔區間的指示。當下一個間隔區間的時間到來時，將顯示該區間的指示。

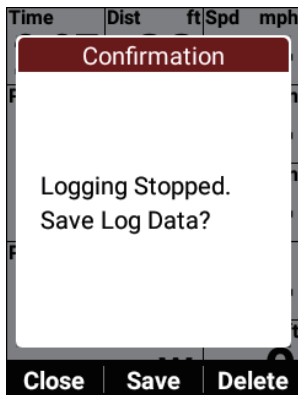
此過程會重複。當所有間隔區間完成時，訓練選單自動結束，畫面上出現完成訊息。

注意

- 如果按 [計時圈] 按鈕，將開始下一個間隔區間。

10 按 [記錄] 按鈕。

記錄停止並顯示儲存確認訊息。



如果按 [確認] 按鈕，將儲存記錄資料並顯示「是否更新FTP?」訊息。

如果按 [確認] 按鈕，將使用新的FTP測量結果更新用戶設定中的FTP值。

如果記錄資料中記錄了多個FTP測量結果，您可以透過按 [→] 按鈕選擇測量結果。

如果按 [←] 按鈕，訊息將關閉，前一個畫面重新出現，同時記錄留於停止狀態。

在用戶設定中更新FTP測量結果將導致在儲存記錄資料時顯示訊息。

當您要重新開始記錄時，請再次按 [記錄] 按鈕。

如果按 [→] 按鈕，將顯示記錄資料刪除確認訊息。

如果按 [確認] 按鈕，將刪除記錄資料並重新顯示開始記錄之前顯示的畫面（FTP值不更新）。

注意

- 您也可以在此記錄停止狀態時透過按住 [計時圈] 按鈕2秒或更長時間來儲存記錄資料。
- 啟用擷取功能時，在停止記錄時按住 [計時圈] 按鈕儲存記錄資料的功能將不起作用。
- 啟用 [參數同步] 和 [自動上傳] 時，或按下 [立即同步] 按鈕時，測量結果將上傳到Cyclo-Sphere並更新測量日期。

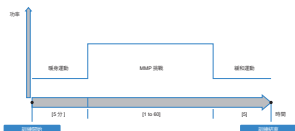
基於MMP資料進行訓練

平均最大功率 (MMP) 是您在給定時間段內平均可以輸出的最大功率。例如，MMP包含諸如5分鐘平均280W的資料，這意味著它是該資料在任意時段（最近一個月或一年）內的最大值。基於此MMP資料進行訓練，可以將刷新平均最大功率作為目標進行訓練。將裝置與Cyclo-Sphere同步時，最近三個月的MMP資料將下載到裝置。

■MMP 挑戰的類型

時間有1分鐘、3分鐘、5分鐘、10分鐘、20分鐘和60分鐘，您可以使用所選時間MMP功率值的102%作為目標進行訓練。60分鐘的MMP訓練與測量您的FTP值相同，因此測量結果可以反映為FTP的測量結果。

MMP挑戰訓練選單圖



■設置MMP

設置MMP資料有兩種方法。

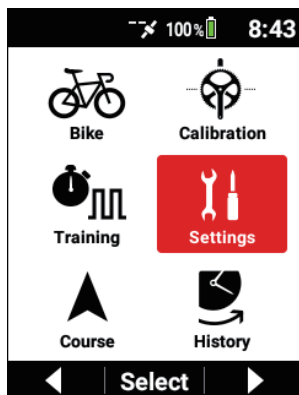
- 與Cyclo-Sphere同步MMP
- 手動輸入MMP

注意

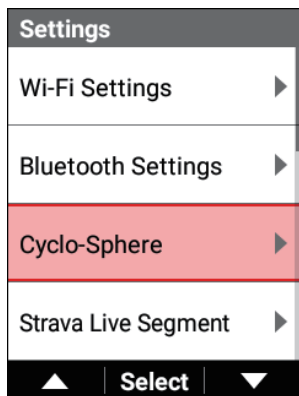
- 當與Cyclo-Sphere同步MMP時，Cyclo-Sphere中需要有一定數量的騎行資料，並且它必須包含MMP值。

與Cyclo-Sphere同步MMP

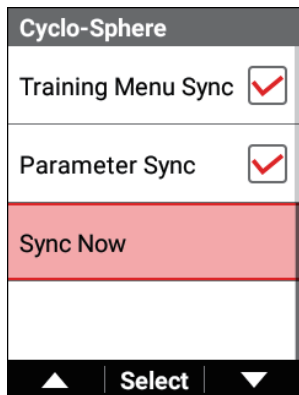
- 1 按 [選單] 按鈕。
- 2 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [設定]，然後按 [確認] 按鈕。



- 3 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [Cyclo-Sphere]，然後按 [確認] 按鈕。



- 4** 確認勾選 [參數同步]，使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [立即同步]，然後按 [確認] 按鈕。



等到同步完成。

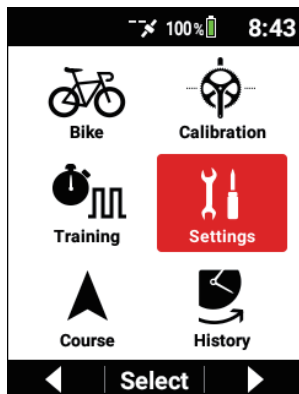
同步完成時，Cyclo-Sphere中最近三個月的MMP資料將反映在裝置上。

手動輸入MMP

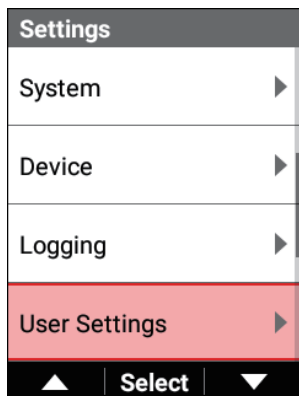
手動設置MMP 挑戰中所需的MMP值。

- 1** 按 [選單] 按鈕。

- 2 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [設定]，然後按 [確認] 按鈕。



- 3 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [使用者設定]，然後按 [確認] 按鈕。



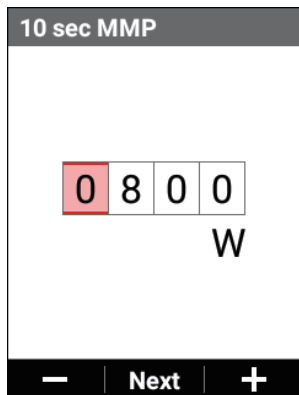
- 4 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [MMP]，然後按 [確認] 按鈕。

User Edit	
User Name	Rider
Weight	154.3 lb
FTP	230.0 W
MMP	▶
▲ Select ▼	

- 5 使用 [←]/[→] 按鈕選擇要用於訓練的項目，然後按 [確認] 按鈕。

MMP	
10 sec MMP	800 W
30 sec MMP	560 W
1 min MMP	430 W
3 min MMP	300 W
▲ Select ▼	

- 6** 使用 [←]/[→] 按鈕選擇要設定的數值，然後按 [確認] 按鈕。



每按一次 [確認] 按鈕，游標就會移動到下一個數字位置。
如果在游標移動到第一個位置後按 [確認] 按鈕，則數值被確認並重新顯示上一個畫面。

- 7** 根據需要以相同的方式輸入其他項目。

您也可以在僅輸入MMP 挑戰中要使用的項目後結束輸入。

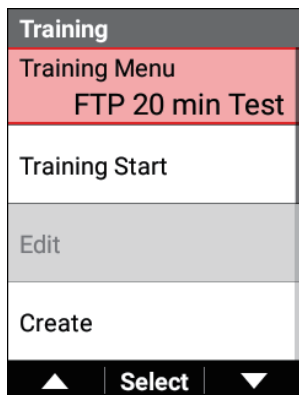
開始MMP 挑戰

- 1** 按 [選單] 按鈕。

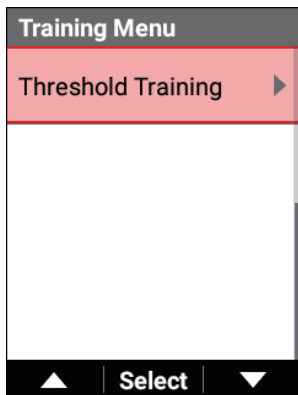
- 2 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [訓練]，然後按 [確認] 按鈕。



- 3 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [訓練內容]，然後按 [確認] 按鈕。
目前所選訓練選單的名稱顯示在 [訓練內容] 項目中。



- 4 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [MMP 挑戰]，然後按 [確認] 按鈕。



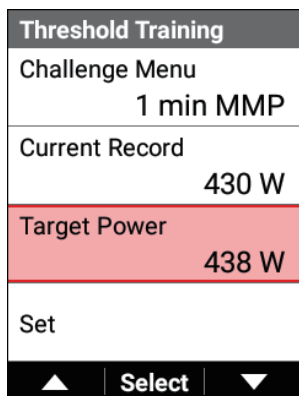
- 5 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [挑戰清單]，然後按 [確認] 按鈕。



- 6 使用 [←]/[→] 按鈕選擇要設定的項目，然後按 [確認] 按鈕。



- 7 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [目標功率]，然後按 [確認] 按鈕。



- 8** 使用 [←]/[→] 按鈕輸入您要設定為目標的目標功率，然後按 [確認] 按鈕。

Target Power

0

4

3

8

W

—

Next

+

每按一次 [確認] 按鈕，游標就會移動到下一個數字位置。
如果在游標移動到第一個位置後按 [確認] 按鈕，則數值被確認並重新顯示上一個畫面。
根據需要調整目標功率。

注意

- 比 [當前最佳] 欄位中顯示的MMP值高約2%的數值將成為目標功率。

- 9 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [設定]，然後按 [確認] 按鈕。

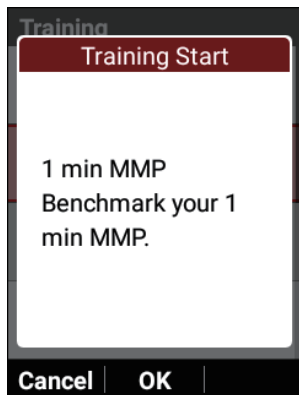
Threshold Training	
Challenge Menu	1 min MMP
Current Record	430 W
Target Power	438 W
Set	
▲	Select ▼

[訓練內容] 項目顯示步驟6中選擇的值。

- 10 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [訓練開始]，然後按 [確認] 按鈕。

Training	
Training Menu	1 min MMP
Training Start	
Edit	
Create	
▲	Select ▼

11 按 [確認] 按鈕。



熱身開始。

將顯示第一個間隔區間的騎乘指示。當到了下一個間隔區間的時間時，將顯示該區間的騎乘指示。

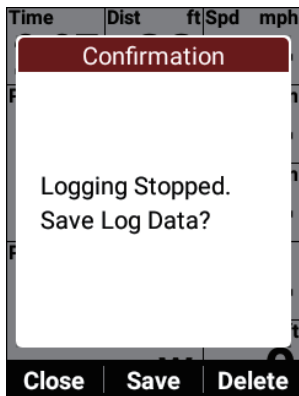
此過程會重複。當所有間隔區間完成時，訓練選單自動結束，畫面上出現完成訊息。

注意

- 如果按 [計時圈] 按鈕，將開始下一個間隔區間。

12 按 [記錄] 按鈕。

記錄停止並顯示儲存確認訊息。



如果按 [確認] 按鈕，將儲存記錄資料。

如果按 [←] 按鈕，訊息將關閉，前一個畫面重新出現，同時記錄留於停止狀態。

當您要重新開始記錄時，請再次按 [記錄] 按鈕。

如果按 [→] 按鈕，將顯示記錄資料刪除確認訊息。

如果按 [確認] 按鈕，將刪除記錄資料，並重新顯示開始記錄之前顯示的畫面。

注意

- 您也可以在此記錄停止狀態時透過按住 [計時圈] 按鈕2秒或更長時間來儲存記錄資料。
- 啟用擷取功能時，在停止記錄時按住 [計時圈] 按鈕儲存記錄資料的功能將不起作用。

自動切換到與訓練選單匹配的畫面

如果勾選 [頁面自動變更] 核取方塊，則在開始訓練選單時，資料欄位顯示將自動切換到訓練選單推薦的佈局。

注意

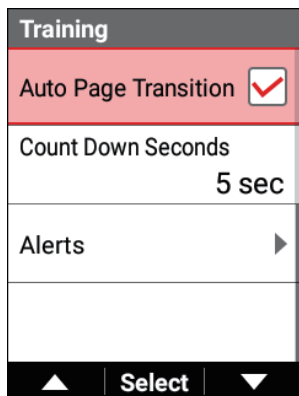
- 即使佈局是推薦的佈局，您也可以編輯資料欄位。

1 按 [選單] 按鈕。

- 2 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [訓練]，然後按 [確認] 按鈕。



- 3 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [頁面自動變更]，然後按 [確認] 按鈕。



勾選該核取方塊後，將啟用自動頁面轉換功能。

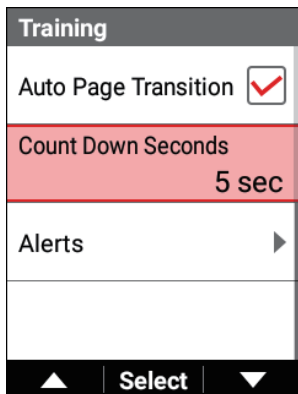
設定倒計時器

在訓練選單進行中，會顯示到下一個間隔的倒計時，以促使您準備下一個間隔。您可以設定倒計時的秒數。

- 1 按 [選單] 按鈕。
- 2 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [訓練]，然後按 [確認] 按鈕。



- 3 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [倒計時秒數]，然後按 [確認] 按鈕。



倒計時以選定的秒數執行。

從 [3秒]、[5秒]* 和 [10秒] 中選擇倒計時時間。

*: 出廠預設設定

注意

- 如果選擇 [10秒] 並且目前間隔時間小於10秒，則倒計時將來自小於10秒的間隔時間執行。

使用警報通知功能

這是在記錄期間值高於或低於設定值時進行通知的功能。

注意

- 警報功能僅在記錄期間工作。停止記錄時，它不能工作。

配置警報的基本設定

■設定訊息和聲音

設定是否顯示訊息以及是否為各種警報輸出聲音。

- 1 按 [選單] 按鈕。
- 2 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [訓練]，然後按 [確認] 按鈕。



- 3** 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [警示]，然後按 [確認] 按鈕。

The image shows a vertical menu titled "Training". It has three main sections: "Auto Page Transition" with a checked checkbox, "Count Down Seconds" set to "5 sec", and "Alerts" which is highlighted with a red background and a right-pointing arrow. At the bottom is a black bar with a white triangle pointing up, the word "Select", and a white triangle pointing down.

設定項目	描述
訊息	勾選此核取方塊可在有通知時顯示訊息。 清除此核取方塊不顯示訊息。
聲音	勾選此核取方塊可在有通知時輸出聲音。 清除此核取方塊不輸出聲音。

■ 功率、心率和踏頻

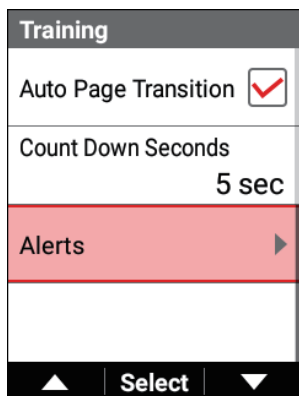
設定功率、心率和踏頻的上限和下限。
以下說明如何設定「功率值警示」作為示例。

- 1** 按 [選單] 按鈕。

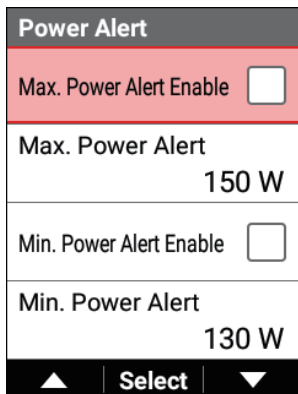
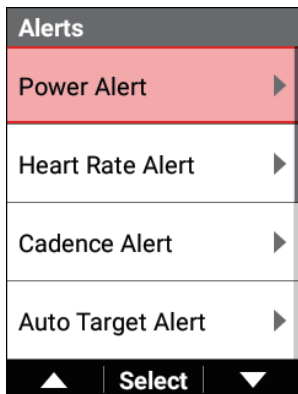
- 2 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [訓練]，然後按 [確認] 按鈕。



- 3 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [警示]，然後按 [確認] 按鈕。



- 4 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [功率值警示]，然後按 [確認] 按鈕。



設定項目	描述
功率值上限 啟用	勾選此核取方塊可在功率超過上限時收到通知。清除此核取方塊不通知。

功率值上限	當功率超過此處設定的值時，將以功率警報通知您。
功率值下限 啟用	勾選此核取方塊可在功率低於下限時收到通知。清除此核取方塊不通知。
功率值下限	當功率低於此處設定的值時，將以功率警報通知您。

注意

- 如果兩種或更多類型同時超出範圍，您只會收到一種類型的警報，優先順序為功率、心率和踏頻。

5 按 [選單] 按鈕。

6 設定 [心跳數警示] 和 [迴轉數警示] 的各項目。

使用自動目標警報功能

當訓練選單進行中時，當功率、心率或踏頻超出為該訓練選單的目標功率、目標心率或目標踏頻指定的範圍時，此功能會提醒您。

注意

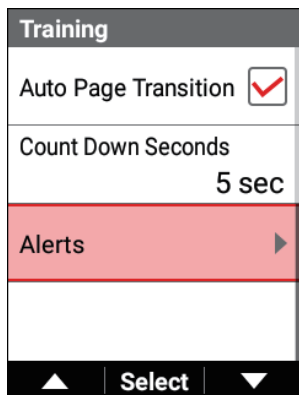
- 取決於訓練選單，會自動設定提醒的項目。

1 按 [選單] 按鈕。

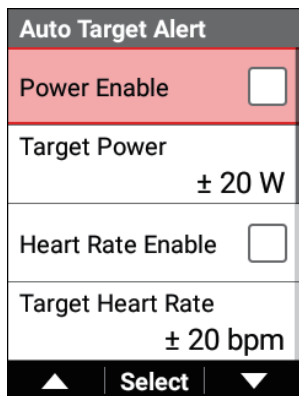
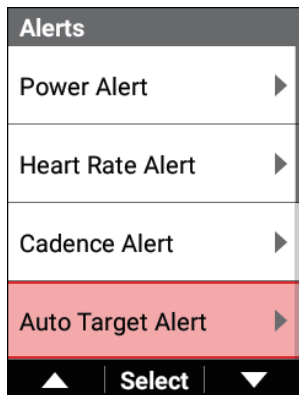
- 2 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [訓練]，然後按 [確認] 按鈕。



- 3 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [警示]，然後按 [確認] 按鈕。



- 4 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [目標自動警報]，然後按 [確認] 按鈕。



設定項目	描述
功率	勾選此核取方塊可啟用警報。 清除此核取方塊不通知。

目標功率	當功率高於或低於此處設定的相對於相應訓練選單的目標功率設定的值時，您將得到通知。
心率	勾選此核取方塊可啟用警報。 清除此核取方塊不通知。
目標心跳數	當心率超過或低於此處設定的相對於相應訓練選單的目標心率設定的值時，您將收到通知。
踏頻	勾選此核取方塊可啟用警報。 清除此核取方塊不通知。
目標迴轉數	當踏頻高於或低於此處設定的相對於相應訓練選單的目標踏頻設定的值時，您將收到通知。

注意

- 如果兩種或更多類型恰好同時超出範圍，您只會收到一種類型的警報，優先順序為功率、心率和踏頻。

使用強度警報功能

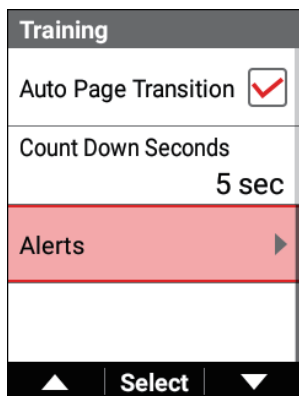
此功能可實時計算您的強度，並在超過指定的閾值時發出警報。它實時計算多個平均功率值與MMP曲線的比率，並將最高值確定為目前的訓練強度。

1 按 [選單] 按鈕。

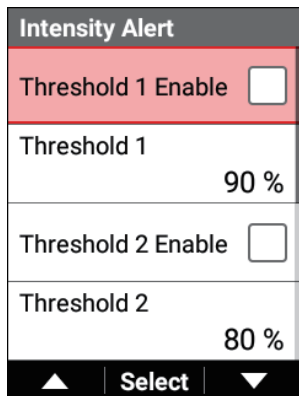
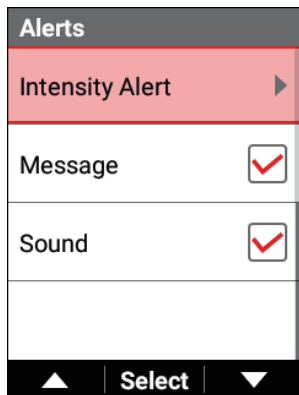
- 2 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [訓練]，然後按 [確認] 按鈕。



- 3 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [警示]，然後按 [確認] 按鈕。



- 4 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [強度警示]，然後按 [確認] 按鈕。



設定項目	描述
閾值1 啟用，閾值2 啟用，閾值3 啟用	勾選一個核取方塊以啟用相應的閾值。 清除此核取方塊不通知。
閾值1，閾值2，閾值3	當強度超過此處設定的值時通知。

使用Strava現場區間功能

關於Strava現場區間

現場區間功能可以使用Cyclo-Sphere Control App自動將Strava中他人或您建立的區間傳輸到裝置，這樣可以讓您比較您或他人過去的結果與您目前的騎行，記錄在您進入傳輸的區間時開始。透過查看速度和時間差異，Strava現場區間可以改善您的騎行技巧和區間定位。

此外，您此時的運動也會反映為Strava資料，這樣您也可在以後查看您的騎行。有關Strava的詳細資訊，請參閱以下URL。

<https://www.strava.com/features>

傳輸Strava現場區間

注意

- 要使用Strava現場區間功能，您需要在Strava中註冊付費帳戶（Summit）。
- 您需要在Strava中註冊要作為收藏區間傳輸的區間。

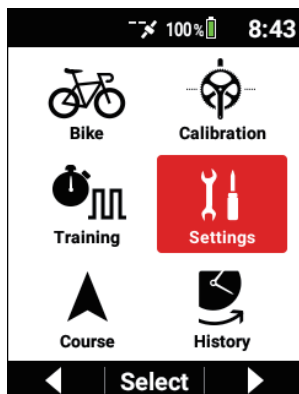
- 1** 在iPhone或Android裝置上安裝Cyclo-Sphere Control App。
- 2** 在Cyclo-Sphere Control App中依序選擇以下。
[其他] > [與其他服務協作]
- 3** 在Cyclo-Sphere Control App中點按 [Strava驗證]。
出現Strava的驗證畫面。
- 4** 在Cyclo-Sphere Control App中按照畫面上的指示進行驗證。
在「Cyclo-Sphere Control App」中完成Strava驗證時，Strava中註冊為收藏的區間自動傳輸到裝置。
已自動傳輸的區間可以在 [Menu] - [設定] - [Strava 現場區間] - [區間清單] 中檢視。

騎行中使用Strava現場區間

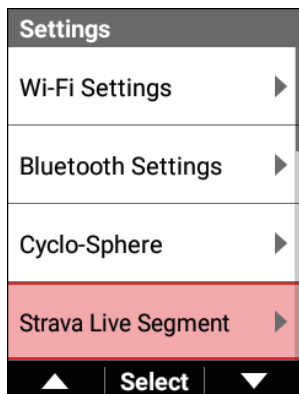
當Strava現場區間已傳輸到裝置時，在裝置上配置設定，然後騎到區間的起點。

- 1** 按 [選單] 按鈕。

- 2 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [設定]，然後按 [確認] 按鈕。



- 3 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [Strava 現場區間]，然後按 [確認] 按鈕。



- 4 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [啟用]，然後按 [確認] 按鈕勾選核取方塊。

Strava Live Segment

Segment List ▶

Enable ☐

Auto Page Transition ☒

Segment Alert ☒

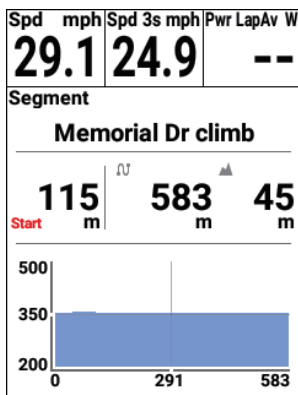
▲ | **Select** | ▼

- 5 按 [選單] 按鈕返回儀表畫面頁面。

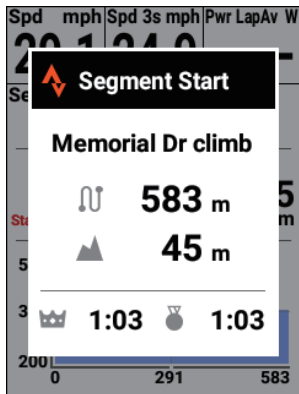
■ 騎到其中一個區間的起點

顯示會隨着您接近區間而逐步變化。

例如，當您距離區間1公里範圍內且遠於200米時，顯示將變為如下。



當您到達區間的起點時，顯示變為如下，並且現場區間自動開始。



注意

- 在區間中騎行時，也可以實時顯示表明您領先或落後於King of the Mountains (KOM) 或您的個人記錄 (PR) 的時間。
[變更資料欄位的顯示類型](#)
您可以在騎行中使用此作為自己的速度目標。
- 即使您在一個區間中騎行時過了另一個區間的起點，目前區間也不會結束。

■ 騎到區間的終點

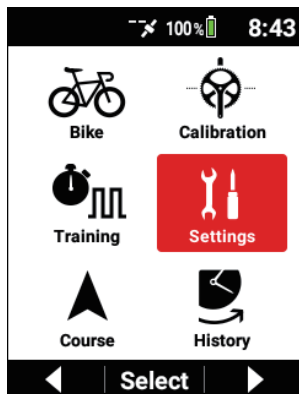
當您到達終點時，將顯示與KOM或PR的時差以及到達目標所經過的時間。
當您騎行偏離區間的路線超過200米時，會通知您已離開區間並且現場區間將停止。

停用現場區間功能

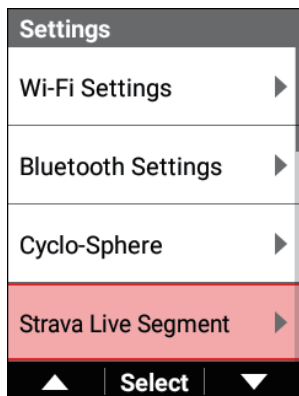
如果您不想使用現場區間功能，可以停用它。

- 1 按【選單】按鈕。

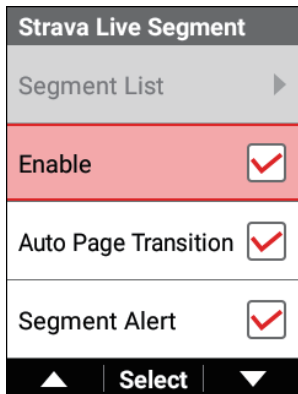
- 2 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [設定]，然後按 [確認] 按鈕。



- 3 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [Strava 現場區間]，然後按 [確認] 按鈕。



- 4** 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [啟用]，然後按 [確認] 按鈕清除核取方塊。



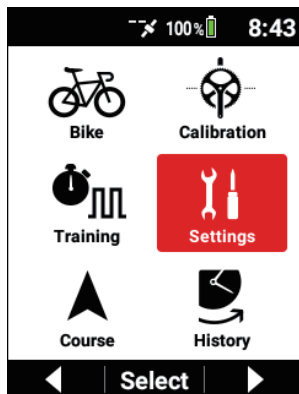
清除該核取方塊時，現場區間功能將停用。

自動切換到與區間匹配的畫面

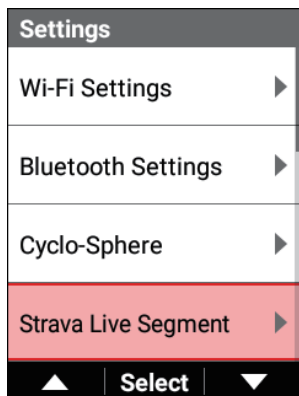
如果勾選 [頁面自動變更] 核取方塊，則當您接近區間200米範圍內時，頁面將自動切換到包含區間資料欄位的頁面。

- 1** 按 [選單] 按鈕。

- 2 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [設定]，然後按 [確認] 按鈕。



- 3 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [Strava 現場區間]，然後按 [確認] 按鈕。



- 4** 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [頁面自動變更]，然後按 [確認] 按鈕勾選核取方塊。

Strava Live Segment	
Segment List	▶
Enable	☐
Auto Page Transition	☐
Segment Alert	☒
▲ Select ▼	

勾選該核取方塊後，將啟用自動頁面轉換功能。

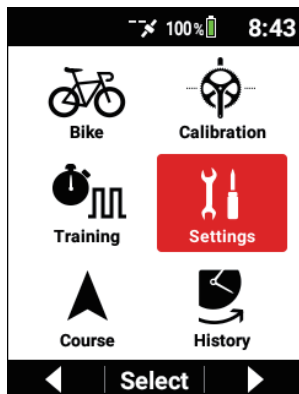
使用區間警報功能

如果勾選 [區間提醒] 核取方塊，則會在以下時間通知您到區間的距離或區間的起點和終點的距離。

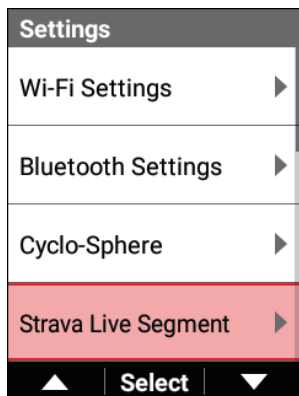
- 當在1公里範圍內發現區間時
- 將顯示200m、656mile或以下數字的距離。
- 當您到達區間起點時（顯示「區間開始」。）
- 當您到達區間終點時（顯示「區間結束」。）

- 1** 按 [選單] 按鈕。

- 2 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [設定]，然後按 [確認] 按鈕。



- 3 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [Strava 現場區間]，然後按 [確認] 按鈕。



- 4 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [區間提醒]，然後按 [確認] 按鈕勾選核取方塊。

Strava Live Segment	
Segment List	▶
Enable	☐
Auto Page Transition	☒
Segment Alert	☐
▲ Select ▼	

勾選該核取方塊後，將啟用區間警報功能。

使用現場夥伴功能

此功能可以無線連接兩部支持現場夥伴功能的自行車電腦，然後將其中一部設為教練（從另一方接收測量值），另一部設為夥伴（將測量值發送給另一方），以實時接收和發送測量資料。

這允許教練設定適合於條件的速度，因為教練可以邊騎邊看夥伴的功率、踏頻和其他測量值。

要使用現場夥伴功能，需要在裝置上配置藍牙設定。

教練和夥伴配置方式

在接收側和發送側最多都可以連接三個裝置（頻道1至頻道3）。

當您是教練並想要選擇三個夥伴時，將〔頻道1〕設定為夥伴1，將〔頻道2〕設定為夥伴2，將〔頻道3〕設定為夥伴3。

然後讓夥伴將您設定為〔頻道1〕到〔頻道3〕之一的教練。

例：一個教練和多個夥伴

教練可以邊騎邊看夥伴1、2和3的騎行狀況。



例：多個教練和一個夥伴

教練1、2和3可以邊騎邊看夥伴1的騎行狀況。



例：既是教練又是夥伴的兩位騎手

騎手可以邊騎邊看彼此騎行狀況。



■教練和夥伴通訊距離

最大通信距離約為30米。

如果一方超出通訊範圍，則會顯示訊息通知車手已超出範圍。

如果騎手在此之後靠近，則會顯示訊息通知騎手已進入範圍。

■現場夥伴功能的選項設定

■ 添加夥伴

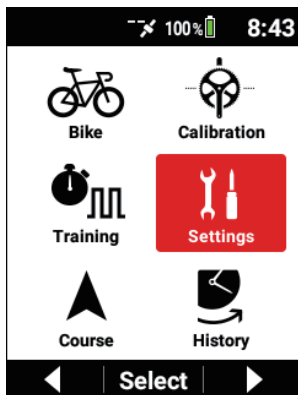
夥伴可以由教練添加。

註冊夥伴需要在夥伴的自行車電腦上同時設定添加教練。

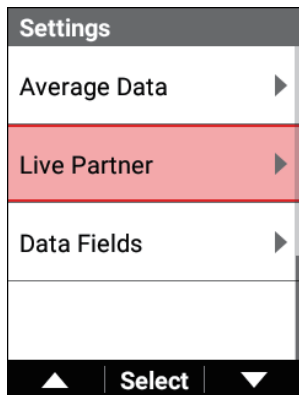
有關詳細資訊，請參閱以下。

■ 添加教練

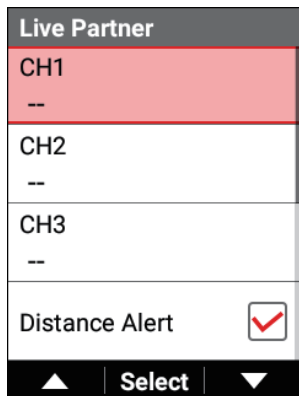
- 1 按 [選單] 按鈕。
- 2 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [設定]，然後按 [確認] 按鈕。



- 3 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [現場夥伴]，然後按 [確認] 按鈕。



- 4 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [頻道1]/[頻道2]/[頻道3] 之一，然後按 [確認] 按鈕。



注意

- 在 [藍牙設定] 中，啟用要使用的頻道。
[藍牙設定](#)
- 如果沒有可用頻道，請參閱以下內容，然後刪除已註冊的夥伴或教練。
[■ 刪除夥伴或教練](#)

5 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [添加夥伴]，然後按 [確認] 按鈕。



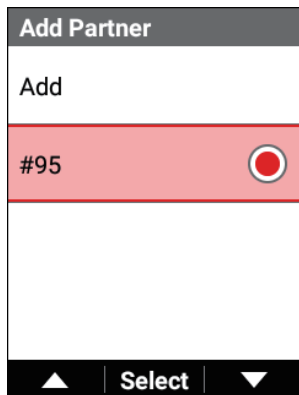
出現「添加夥伴，搜尋中」訊息，並開始在周圍區域搜尋可連接的夥伴。

將顯示發現的夥伴的裝置編號清單作為連接候選。
搜尋可能需要超過1分鐘。

注意

- 需要在夥伴的自行車電腦上執行「添加教練」過程。
有關詳細資訊，請參閱以下。
[■ 添加教練](#)

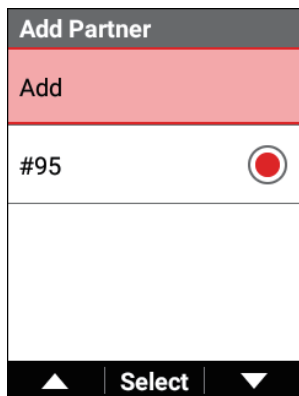
- 6** 使用 [←]/[→] 按鈕選擇要註冊的夥伴，然後按 [確認] 按鈕。



注意

- 如果要添加的夥伴未顯示在清單中，請返回上一畫面並再次選擇 [添加夥伴]。

- 7** 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [添加]，然後按 [確認] 按鈕。



將發送連接認可請求給夥伴，並出現「添加夥伴 確認允許添加夥伴。」訊息。

如果夥伴給予了認可，會出現「裝置編號:名稱 已添加到夥伴」訊息。

注意

- 當夥伴添加教練時，會出現「添加教練 您的裝置號是 ***。」訊息。
- 當教練發出添加認可請求時，夥伴側會出現「添加教練 裝置編號:名稱 加入教練？」訊息。
如果按〔確認〕按鈕，將發送添加認可。
- 教練側將處於等待狀態，直到收到連接認可請求的回應。
如果按裝置上的〔選單〕按鈕或〔確認〕按鈕，則會取消等待狀態。
- 如果夥伴取消了連接認可，則不允許連接。

8 按〔確認〕按鈕，然後檢視添加到指定頻道編號的夥伴顯示的狀態。

■ 添加教練

夥伴可以添加教練。

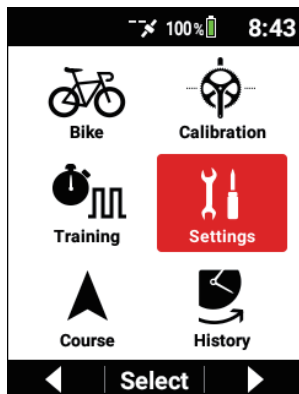
註冊教練需要在教練的自行車電腦上同時設定添加夥伴。

有關詳細資訊，請參閱以下。

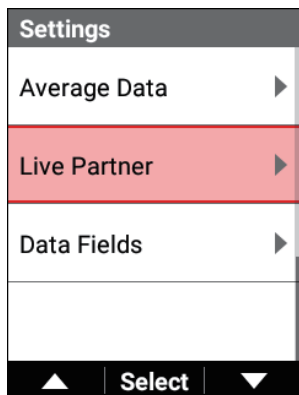
■ 添加夥伴

1 按〔選單〕按鈕。

- 2 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [設定]，然後按 [確認] 按鈕。



- 3 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [現場夥伴]，然後按 [確認] 按鈕。



- 4 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [頻道1]/[頻道2]/[頻道3] 之一，然後按 [確認] 按鈕。



注意

- 在 [藍牙設定] 中，啟用要使用的頻道。
[藍牙設定](#)
- 如果沒有可用頻道，請參閱以下內容，然後刪除已註冊的夥伴或教練。

- 5** 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [添加教練]，然後按 [確認] 按鈕。

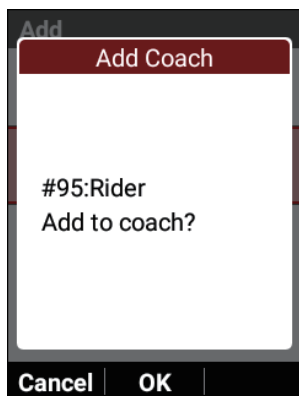


將開始在周圍區域搜尋可以連接的自行車電腦。

搜尋可能需要超過1分鐘。

當教練發送夥伴添加認可請求時，會自動顯示一個候選並出現「加入教練？」訊息。

- 6** 按 [確認] 按鈕。



如果夥伴允許了添加認可請求，則教練的自行車電腦上會顯示「已添加到夥伴」訊息以及夥伴的裝置資訊，並且連接被允許。

並且，在夥伴側會顯示「已加入教練。」訊息以及教練的裝置資訊，以通知已建立連接。

注意

- 要不添加教練，請按 [←] 按鈕。
- 如果要添加的自行車電腦未顯示在清單中，請返回上一畫面並再次選擇 [添加教練]。

7 檢查添加到指定頻道編號的教練顯示的狀態。

注意

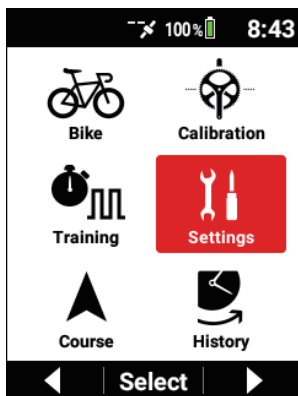
- 夥伴側將處於等待狀態，直到收到發送的連接許可的回應。如果在等待狀態下過了一分鐘或按下 [選單] 按鈕，則取消連接過程。
- 如果教練取消了連接過程，則不允許連接。

檢視夥伴資訊畫面

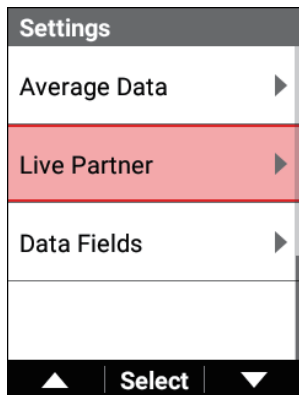
本節說明如何檢視註冊為夥伴一方的資訊畫面。

1 按 [選單] 按鈕。

2 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [設定]，然後按 [確認] 按鈕。

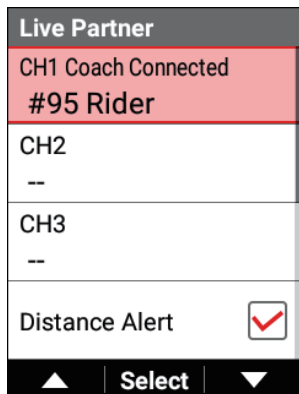


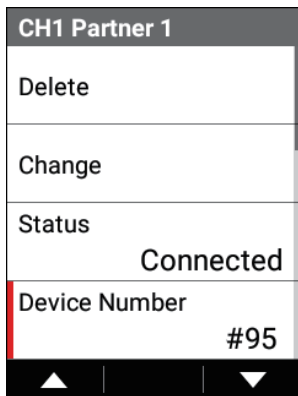
- 3 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [現場夥伴]，然後按 [確認] 按鈕。



- 4 使用 [←]/[→] 按鈕選擇要 資訊畫面的註冊夥伴的頻道編號，然後按 [確認] 按鈕。

將顯示相應 道的夥伴編號、連接狀態、裝置編號和用戶名。
如果連接了教練，則不顯示教練號碼。





您可以透過使用 [←]/[→] 按鈕切換項目來檢視以下項目。

- 狀態
- 裝置編號
- 用戶名
- 3秒平均功率
- 圈平均功率
- TSS
- 強度
- 心率
- 消耗的卡路里

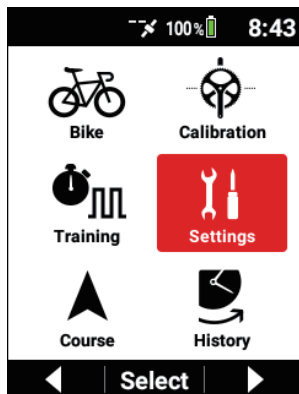
如因夥伴側的功率計和踩踏監視器連接未啟用等或因您超出範圍等導致裝置搜尋夥伴而無法顯示數值，則顯示「--」。

■ 刪除夥伴或教練

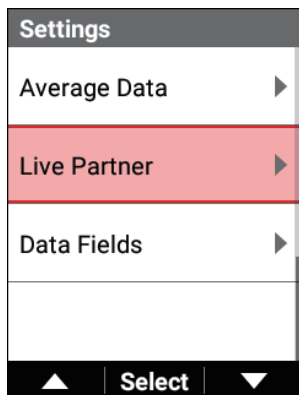
刪除已註冊的夥伴或教練。

- 1 按 [選單] 按鈕。

- 2 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [設定]，然後按 [確認] 按鈕。



- 3 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [現場夥伴]，然後按 [確認] 按鈕。



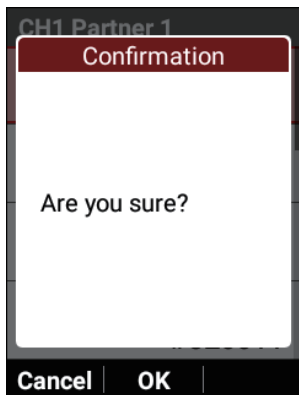
- 4 使用 [←]/[→] 按鈕選擇夥伴或教練註冊的頻道編號，然後按 [確認] 按鈕。

Live Partner	
CH1 Coach Connected	
#95 Rider	
CH2	
--	
CH3	
--	
Distance Alert	☒
▲	Select ▼

- 5 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [刪除]，然後按 [確認] 按鈕。

CH1 Partner 1	
Delete	
Change	
Status	
	Connected
Device Number	
	#95
▲	▼

6 按 [確認] 按鈕。



教練或夥伴被刪除。如果您刪除連接的教練或夥伴，則會在另一方顯示通知刪除的訊息。

如果您刪除未連接的教練或夥伴，則此裝置上會顯示刪除訊息，但對方不會顯示，因此請小心，因為對方會繼續搜尋此裝置。

■檢視夥伴畫面

本節說明如何檢視教練側顯示的夥伴畫面。

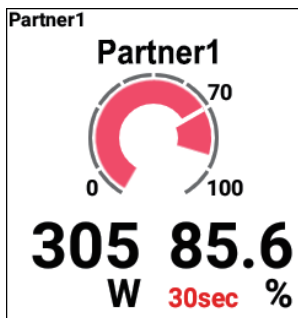
切換到包含您要顯示的夥伴資訊的頁面。

夥伴資訊有兩種：圖表類型和數值類型。

圖表類型一起顯示多個資訊，例如夥伴的用戶名和強度圖。

顯示的資訊根據資料欄位的大小而不同。

夥伴的數值類型可以單獨顯示平均功率、強度或心率等資訊。



夥伴的圖形部分顯示以下資訊。

- 夥伴編號
- 夥伴的用戶名
- 強度圖
- 3秒平均功率
- 強度

注意

- 按 [確認] 按鈕顯示要放大顯示的夥伴資料欄位，然後按住 [確認] 按鈕。
選擇圖表資料欄位類型，然後選擇夥伴資料類別。
選擇夥伴的夥伴編號。
- 如果使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [變更] 然後按 [確認] 按鈕，您可以更改夥伴編號。
- 如果夥伴側的功率計和踩踏監視器連接未啟用或因您超出範圍等導致裝置搜尋夥伴，則3秒平均功率和強度顯示「--」。
- 如果夥伴在未連接功率計和踩踏監視器時連接了心率傳感器，則將在3秒平均功率的位置顯示心率，並在強度圖的位置顯示最大心率百分比。

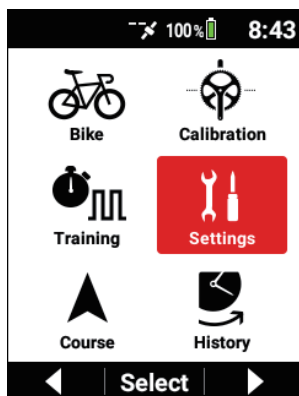
變更夥伴編號

您可以變更夥伴畫面中顯示的夥伴編號。

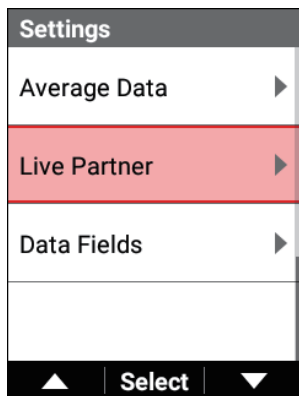
例如，當夥伴1註冊到 [頻道1] 而夥伴2註冊到 [頻道2] 時，添加到 [頻道3] 的夥伴3可以顯示為夥伴1。

在這種情況下，最初為夥伴1的夥伴會自動變更為夥伴3。

- 1 按 [選單] 按鈕。
- 2 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [設定]，然後按 [確認] 按鈕。



- 3 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [現場夥伴]，然後按 [確認] 按鈕。



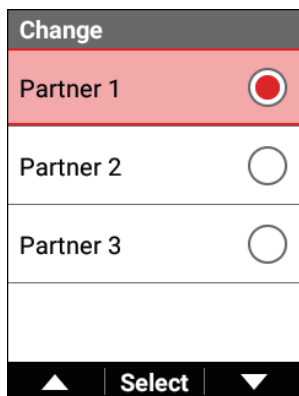
- 4 使用 [←]/[→] 按鈕選擇夥伴或教練註冊的頻道編號，然後按 [確認] 按鈕。

Live Partner	
CH1 Coach Connected #95 Rider	
CH2 --	
CH3 --	
Distance Alert	☒
▲ Select ▼	

- 5 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [變更]，然後按 [確認] 按鈕。

CH1 Partner 1	
Delete	
Change	
Status	Connected
Device Number	#320011
▲ Select ▼	

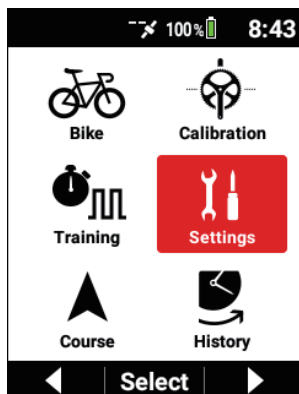
- 6 使用 [←]/[→] 按鈕選擇夥伴編號，然後按 [確認] 按鈕。



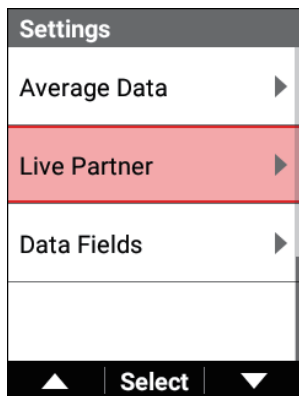
夥伴編號被變更。

■現場夥伴功能的選項設定

- 1 按 [選單] 按鈕。
- 2 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [設定]，然後按 [確認] 按鈕。



3 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [現場夥伴]，然後按 [確認] 按鈕。



設定項目	描述
距離提醒	勾選此核取方塊可在另一方與您的自行車之間的距離拉開，另一方超出通訊範圍時收到通知。 清除此核取方塊不通知。 當您的自行車靠近另一方並重新建立連接時，您也會收到通知。
強度提醒90%，強度提醒80%，強度提醒70%	勾選此核取方塊可在騎行期間夥伴的強度超過設定的百分比時收到通知。 清除此核取方塊不通知。

此功能僅在以下情況時工作。

- 當連接的伙伴連接了任何功率計、踩踏監視器或智能訓練器時
- 當在夥伴側啟用MMP設定時
- 當正常接收到夥伴側的強度值時

分析記錄資料

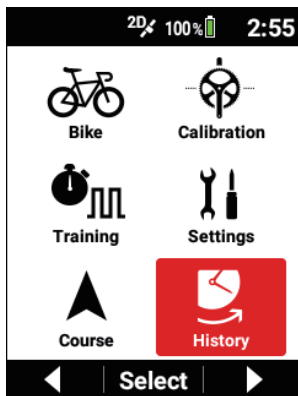
顯示記錄資料

可以在裝置上分析過去的記錄資料或過去的圈記錄資料。

注意

- 記錄資料在儲存後會自動顯示。

- 1 按 [選單] 按鈕。
- 2 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [歷史]，然後按 [確認] 按鈕。



- 3 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [紀錄資料]，然後按 [確認] 按鈕。
在記錄中資料分隔一個或多個圈時，將選擇目前記錄資料。
在記錄開始之前或儲存記錄之後，將選擇最新的記錄資料。

History	
Log Data	
LOG_2018_11_11_20_49_32	
Lap	All
Riding Time	21 min 27 sec
Distance	1000 ft
▲ Select ▼	

- 4 使用 [←]/[→] 按鈕選擇要顯示的記錄資料，然後按 [確認] 按鈕。

Log Data	
Current	☐
LOG_2018_11_12_14_55_19	☒
LOG_2018_11_11_20_49_32	☐
LOG_2018_11_11_20_47_32	☐
▲ Select ▼	

- 5 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [計時圈]，然後按 [確認] 按鈕。

History	
Log Data	LOG_2018_11_12_14_55_19
Lap	All
Riding Time	21 min 27 sec
Distance	1000 ft

▲ | Select | ▼

- 6 使用 [←]/[→] 按鈕選擇要顯示的圈間間隔，然後按 [確認] 按鈕。

Lap	
All	☒
Lap 1	☐
Lap 2	☐
Lap 3	☐

▲ | Select | ▼

將選擇圈間選定間隔的記錄資料。
選擇 [All] 時，將顯示所有間隔的記錄資料。

- 7** 使用 [←]/[→] 按鈕選擇要檢視的項目。

編輯記錄資料

您可以在裝置上編輯一些記錄資料。

■ 編輯記錄資料的日期和時間

- 1** 顯示您要編輯的記錄資料。

[顯示記錄資料](#)

- 2** 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [編輯日期和時間]，然後按 [確認] 按鈕。

History	
Speed Avg	2.4 mph
Speed Max	4.8 mph
Elevation Gain	25.5 ft
Edit Date & Time ▶	
▲ Select ▼	

- 3 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [Date]，然後按 [確認] 按鈕。

Edit Date & Time	
Date	11/12/2018
Time	2:55:19 PM
Save	
▲ Select ▼	

- 4 使用 [←]/[→] 按鈕輸入要設定的日期，然後按 [確認] 按鈕。

Date
11 / 12 / 2018
— Next +

每次按 [確認] 按鈕都會按年、月和日的順序移動游標。
如果在游標移動到日期后按 [確認] 按鈕，則將確認日期並重新顯示上一個畫面。

- 5** 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [時間]，然後按 [確認] 按鈕。

Edit Date & Time	
Date	11/12/2018
Time	2:55:19 PM
Save	
▲	Select ▼

- 6** 使用 [←]/[→] 按鈕輸入要設定的時間，然後按 [確認] 按鈕。
每按一次 [確認] 按鈕，都會按時、分和秒的順序移動游標。
如果在游標移動到秒後按 [確認] 按鈕，則將確認時間並重新顯示上一個畫面。

- 7** 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [存檔]，然後按 [確認] 按鈕。

Edit Date & Time	
Date	11/12/2018
Time	2:55:19 PM
Save	
▲	Select ▼

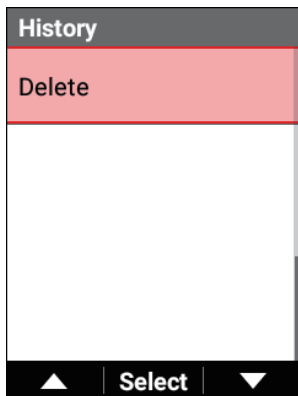
將確認對日期和時間的變更，並重新顯示上一個畫面。

■ 刪除記錄資料

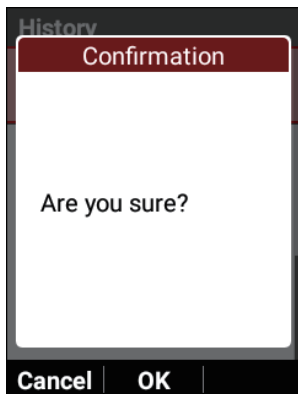
- 1 顯示您要編輯的記錄資料。

[顯示記錄資料](#)

- 2 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [刪除]，然後按 [確認] 按鈕。



- 3 按 [確認] 按鈕。



選定的記錄資料被刪除。
如果按 [←] 按鈕，將取消刪除。

使用Cyclo-Sphere執行分析

可以使用Cyclo-Sphere分析的內容、可以設定的資料等因存取方式而異。

■Cyclo-Sphere Analysis App（用於iPhone）

Cyclo-Sphere Analysis App可以從以下URL下載。

<https://cyclo-sphere.com/app/>

訓練結束後，即使您外出，也可以使用iPhone查看分析的騎行結果。

它也支持訓練輔助功能，並且還可以顯示排名。

還支持區間功能，您可以同時使用段區間和智能區間。

■Cyclo-Sphere網站的智能手機版

<https://cyclo-sphere.com/>

（智能手機版可以從iPhone或Android裝置開啟。）

此網站允許您使用除Cyclo-Sphere Analysis App的區間功能之外的所有內容。

■Cyclo-Sphere網站的PC版

<https://cyclo-sphere.com/>

此網站允許您在大窗口中查看詳細的分析結果。

窗口也可以自訂，您可以將要分析的項目安排為易於查看的佈局。

從以下URL訪問Cyclo-Sphere網站。

有關如何查看以及如何使用畫面的資訊，請參閱Cyclo-Sphere的說明頁面。

<https://cyclo-sphere.com/help>

除上面之外，Pioneer cyclesports網站還提供各種使用和技能改進的提示，包括分析和檢視頂級運動員的視頻。

<http://pioneer-cyclesports.com/jp/>

使用Strava執行分析

Strava是個用於記錄跑步、騎車和其他運動的網路服務/應用程式。

有關Strava的詳細資訊，請參閱以下URL。

<https://www.strava.com/features>

注意

- 您需要註冊Strava帳戶。

1 在Cyclo-Sphere Analysis App中按順序選擇以下。

[更多] > [帳戶管理] > [網站連結]

在PC版Cyclo-Sphere網站上配置設定時，請參閱Cyclo-Sphere的說明頁面。

<https://cyclo-sphere.com/help>

2 點按 [Strava]。

3 點按 [連結]。

出現Strava的登入畫面。登入。

4 當出現許可Cyclo-Sphere的畫面時，請給予許可。

將許可Cyclo-Sphere訪問Strava並重新顯示上一個畫面。

如果 [連結] 不活動，則Cyclo-Sphere和Strava連結。

注意

- 如果勾選 [上傳後自動傳送騎乘記錄資料至STRAVA] 核取方塊，則從裝置上傳的記錄資料也將自動傳輸到Strava。
- 如果您要在Strava中公開Cyclo-Sphere的記錄資料，請勾選「傳送至STRAVA」的記錄檔案，將在STRAVA「公開」核取方塊。
- 因分析是在Cyclo-Sphere中進行的，可能需要一些時間才能在Strava中顯示資料。

使用TrainingPeaks執行分析

您可以使用TrainingPeaks分析您的活動。

您需要在TrainingPeaks網站或TrainingPeaks應用程式中進行建立帳戶等準備工作。

有關詳細資訊，請參閱TrainingPeaks網站。

<https://www.trainingpeaks.com/>

1 在Cyclo-Sphere Analysis App中按順序選擇以下。

[更多] > [帳戶管理] > [網站連結]

在PC版Cyclo-Sphere網站上配置設定時，請參閱Cyclo-Sphere的說明頁面。

<https://cyclo-sphere.com/help>

2 點按 [TrainingPeaks]。

3 點按 [連結]。

出現TrainingPeaks的登入畫面。登入。

4 當出現許可的畫面時，請確認許可。

將許可Cyclo-Sphere訪問TrainingPeaks並重新顯示上一個畫面。
如果「連結」不活動，則Cyclo-Sphere和TrainingPeaks連結。

注意

- 如果勾選「上傳後自動傳送騎乘記錄資料至TrainingPeaks」核取方塊，則從裝置上傳的記錄資料也將自動傳輸到Strava。
- 如果您要公開Cyclo-Sphere的記錄資料，請勾選「傳送至TrainingPeaks」的記錄檔將在TrainingPeaks公開」核取方塊。
- 因分析是在Cyclo-Sphere中進行的，可能需要一些時間才能在TrainingPeaks中顯示資料。

傳輸路線

您可以將您在Ride with GPS和Strava等服務中建立的路線傳輸到裝置。
有關如何建立路線的詳細資訊，請查看相應服務的說明和其他資訊。

■ Ride with GPS 設置

請訪問「<https://ridewithgps.com/>」專門站點並註冊帳戶。

■ Strava 設置

請訪問「<https://www.strava.com/>」專門站點並註冊帳戶。

■ 從智能手機應用程式傳輸

將Ride with GPS或Strava服務的路線從iPhone或Android裝置傳輸到此裝置。

1 儲存Ride with GPS或Strava中的路線。

將路線傳到裝置（同步）。

與TrainingPeaks訓練選單同步相同的方式，在Cyclo-Sphere Control App中執行Ride with GPS或Strava的同步。

在Ride with GPS中建立路徑，然後將它們儲存到MyRoutes。

在Strava中儲存路線到MyRoutes，然後加星到您想要傳輸的路線。

當裝置和Cyclo-Sphere Control App連接時，將自動從各Web服務同步路線檔案，然後傳輸到裝置的路線資料夾。

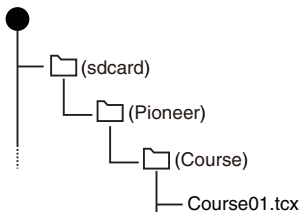
注意

- 也可以透過按下從其他路線建立和郵件應用程式共享TCX或FIT檔案按鈕，並選擇Cyclo-Sphere Control App，將檔案傳輸到裝置的路線資料夾。
- 如果勾選Cyclo-Sphere Control App的[其他] - [Cyclo-Sphere Control 設定] 中的[檔案傳送等資料通訊限於透過Wi-Fi] 核取方塊，則在沒有Wi-Fi連接時路線檔案不會下載到Cyclo-Sphere Control應用程式。
- 需要勾選[其他] - [與其他服務協作] 畫面中的[從Ride with GPS獲取路線] 核取方塊。
- 添加了星號的Strava服務路線是作為路線檔案傳輸到裝置的目標。
- 取決於路線的長短和數量以及智能手機的通訊狀況，將路線檔案下載到Cyclo-Sphere Control App可能需要一些時間。
- 取決於路線的長短和數量，將路線檔案傳送到裝置可能需要一些時間。

■使用PC傳輸路線檔案

您可以將Ride with GPS和Strava等服務中建立的路線檔案從PC傳輸到裝置。

- 1 開啟裝置的電源。**
- 2 啟動完成後，使用提供的USB纜線將裝置連接到PC。**
裝置在PC上被識別為MTP裝置。
- 3 將您在Ride with GPS和Strava等服務中建立的路線檔案下載到PC。**
從每個站點導出活動時，請以TCX或FIT格式儲存它們。
- 4 將下載到PC的路線檔案儲存到裝置中。**
請將路線檔案直接儲存在「/CA600/內部儲存空間/Pioneer/ Course」下。



注意

- 有關與Macintosh的MTP連接，請參閱以下URL
<https://www.android.com/filetransfer/>

選擇路線

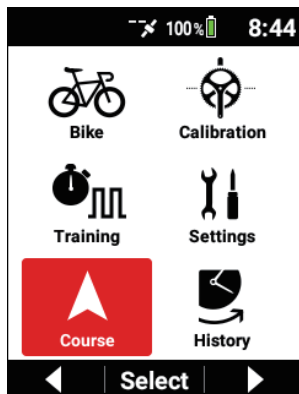
選擇從PC、iPhone或Android裝置傳輸到此裝置的路線檔案作為路線。

■從傳輸資料夾中選擇

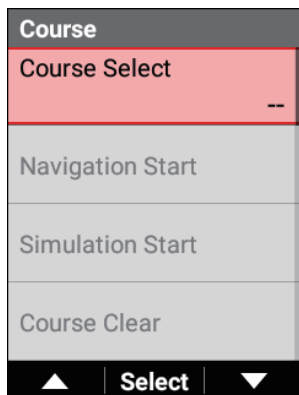
選擇透過PC或Cyclo-Sphere Control App傳輸到裝置的路線檔案作為路線。

- 1 按 [選單] 按鈕。**

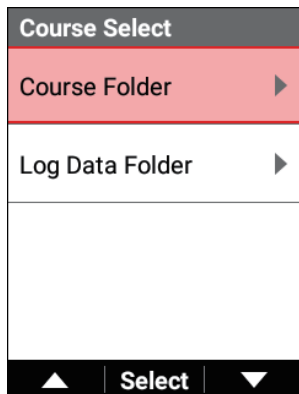
- 2 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [路線]，然後按 [確認] 按鈕。



- 3 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [路線選擇]，然後按 [確認] 按鈕。

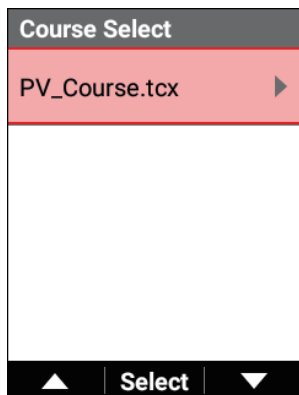


- 4** 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [路線資料夾]，然後按 [確認] 按鈕。

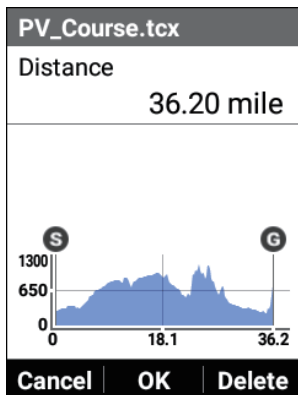


將顯示已傳輸到裝置的路線清單。

- 5** 使用 [←]/[→] 按鈕選擇要設定的路線名稱，然後按 [確認] 按鈕。



6 查看路線詳情。



[距離]：顯示路線的距離。

[路線圖]：顯示路線的海拔高度資訊。

7 按【確認】按鈕。

路線被設定。

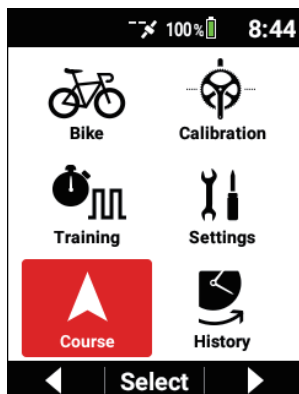
如果按 [←] 按鈕，將取消設定並重新顯示路線清單畫面。

■從過去的記錄資料中選擇

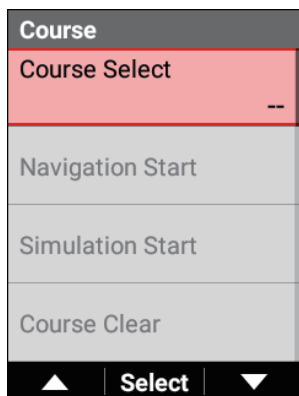
選擇過去作為路線儲存到裝置的記錄資料。

1 按【選單】按鈕。

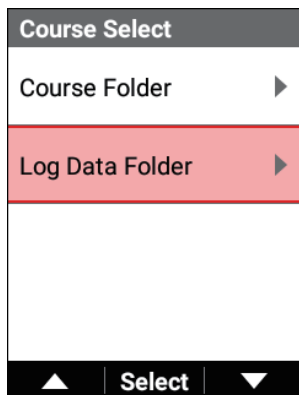
- 2 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [路線]，然後按 [確認] 按鈕。



- 3 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [路線選擇]，然後按 [確認] 按鈕。



- 4** 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [記錄資料資料夾]，然後按 [確認] 按鈕。

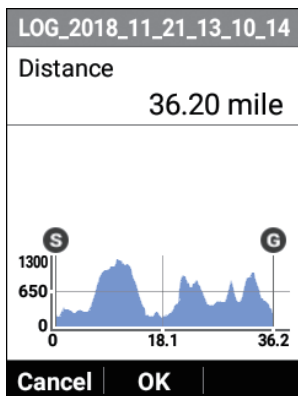


將顯示已儲存到裝置的記錄資料路線清單。

- 5** 使用 [←]/[→] 按鈕選擇要設定的記錄資料，然後按 [確認] 按鈕。



6 查看路線詳情。



[距離]：顯示路線的距離。

[路線圖]：顯示路線的海拔高度資訊。

7 按 [確認] 按鈕。

路線被設定。

如果按 [←] 按鈕，將取消設定並重新顯示路線清單畫面。

■ 檢查路線

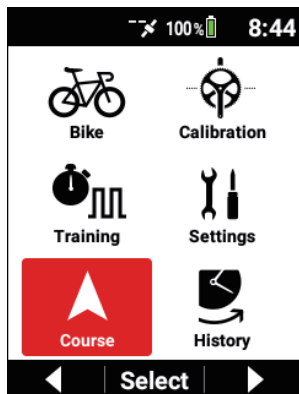
您可以查看所選路線的資訊。

提示表

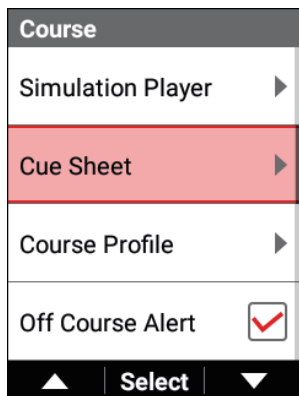
顯示所選路線的提示表。

1 按 [選單] 按鈕。

- 2 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [路線]，然後按 [確認] 按鈕。



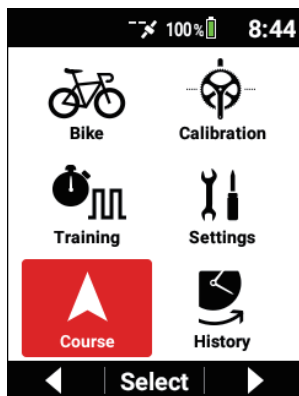
- 3 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [提示表]，然後按 [確認] 按鈕。



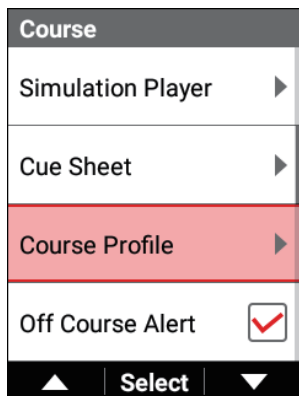
路線圖

顯示所選路線的高程圖。

- 1 按 [選單] 按鈕。
- 2 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [路線]，然後按 [確認] 按鈕。



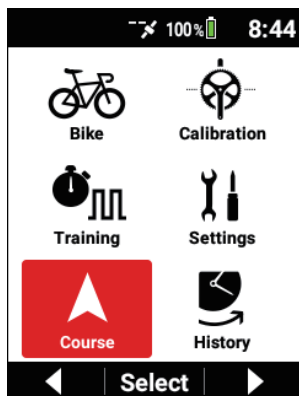
- 3 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [路線圖]，然後按 [確認] 按鈕。



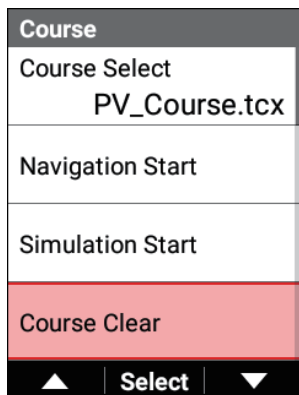
取消路線

清除設定的路線。

- 1 按 [選單] 按鈕。
- 2 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [路線]，然後按 [確認] 按鈕。



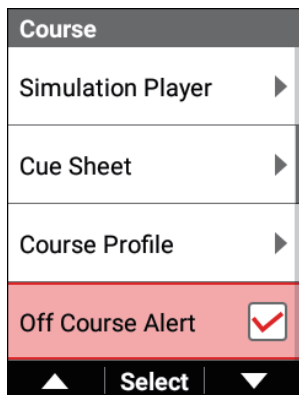
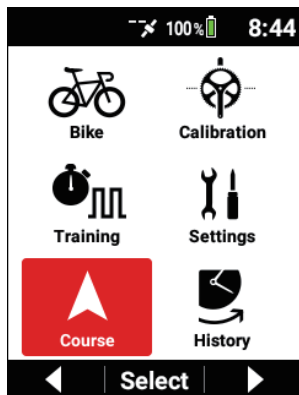
- 3 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [路線走完]，然後按 [確認] 按鈕。



導航設定

您可以設定路線導航資訊。

- 1 按 [選單] 按鈕。
- 2 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [路線]，然後按 [確認] 按鈕。



設定項目	描述
偏離路線提醒	勾選此核取方塊可在您偏離路線時透過訊息和聲音提醒。 清除此核取方塊不顯示訊息。
轉彎指向	勾選此核取方塊可在您接近左轉彎點或右轉彎點時透過訊息和聲音提醒。 清除此核取方塊不顯示訊息。
提示點指向	勾選此核取方塊可在您接近提示點時透過訊息和聲音提醒。 清除此核取方塊不顯示訊息。
自動指南縮放	勾選此核取方塊可在接近左轉彎或右轉彎點或提示點時從圖形部分路線設定的比例放大比例。 清除此核取方塊不放大比例。
北朝上	勾選此核取方塊可將路線的地圖方向設定為始終北朝上。北朝上顯示時，地圖上會顯示地名和圖示，並且您的自行車位置會根據騎行方向而變化。 如果清除此核取方塊以設定前頭朝上，則地圖上將隱藏地名，並且您的自行車位置將固定顯示。

注意

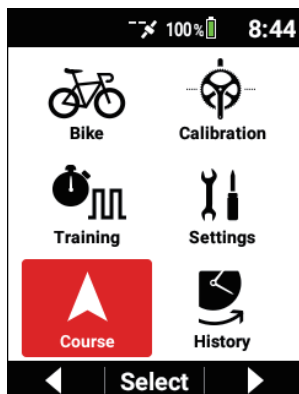
- 在記錄期間，您無法切換北朝上顯示。
- 當您切換北朝上顯示（勾選或清除核取方塊）時，裝置將重新啟動系統。

開始和停止導航

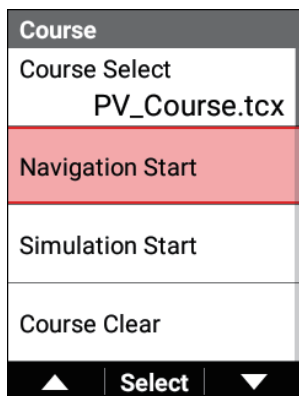
您可以開始和停止設定路線的導航。

1 按 [選單] 按鈕。

- 2 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [路線]，然後按 [確認] 按鈕。



- 3 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [導航開始]，然後按 [確認] 按鈕。



儀表畫面重新出現並開始導航。

注意

- 導航期間顯示 [導航停止]。
使用 [←]/[→] 按鈕選擇它，然後按 [確認] 按鈕停止導航。
- 模擬期間無法使用導航。

模擬

使用ANT+智能教練（ANT+FE-C）模擬路線。

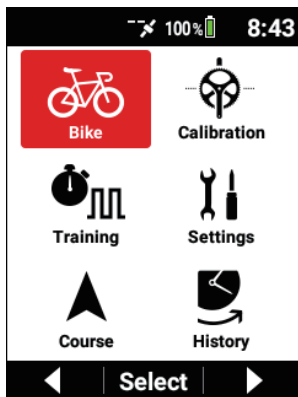
路線可以使用路線檔案或過去的記錄資料來模擬。

當您使用智能訓練器時，可以模擬負荷自動變化以匹配路線梯度。

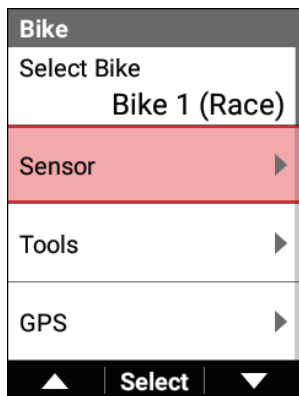
■ 智能訓練器設定

在裝置上啟用智能訓練器設定。

- 1 按 [選單] 按鈕。
- 2 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [自行車]，然後按 [確認] 按鈕。



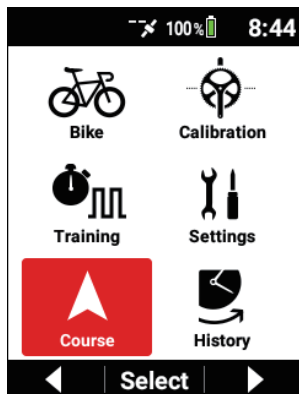
- 3 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [感應器]，然後按 [確認] 按鈕。
在智能訓練器的傳感器資訊中啟用 [路線連結]。



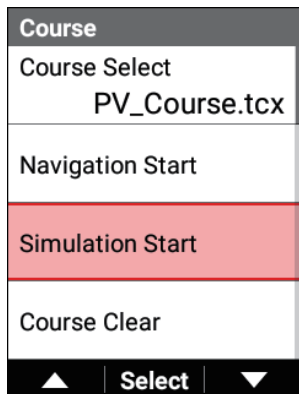
■ 開始和停止

您可以開始和停止設定路線的模擬。

- 1 按 [選單] 按鈕。
- 2 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [路線]，然後按 [確認] 按鈕。



- 3** 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [模擬開始]，然後按 [確認] 按鈕。



儀表畫面重新出現並開始模擬。

注意

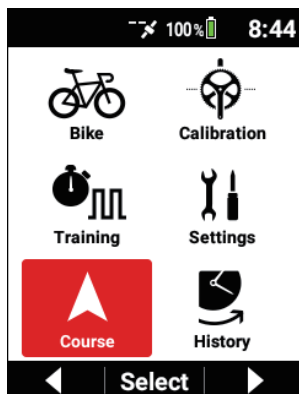
- 模擬期間顯示 [模擬停止]。
使用 [←]/[→] 按鈕選擇它，然後按 [確認] 按鈕停止模擬。
- 導航期間無法使用模擬。

■ 模擬播放器

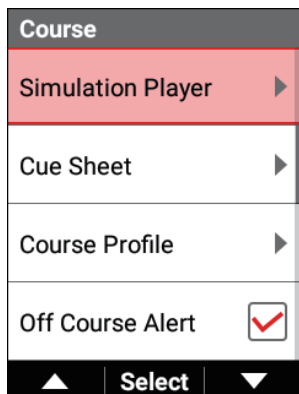
在模擬中檢視目前位置資訊和變更位置。

- 1** 按 [選單] 按鈕。

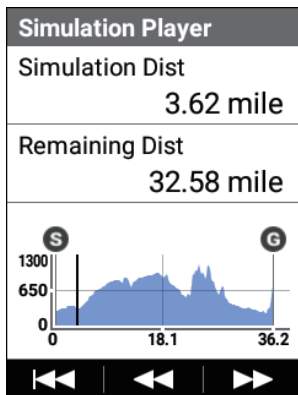
- 2 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [路線]，然後按 [確認] 按鈕。



- 3 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [模擬播放機]，然後按 [確認] 按鈕。



4 檢視模擬情況。



每次按下 [→] 按鈕向前移動10%的距離，每次按下 [確認] 按鈕向後移動5%的距離。

要回到起點，按 [←] 按鈕。

地圖下載

透過Wi-Fi從地圖資料伺服器下載地圖資料。

注意

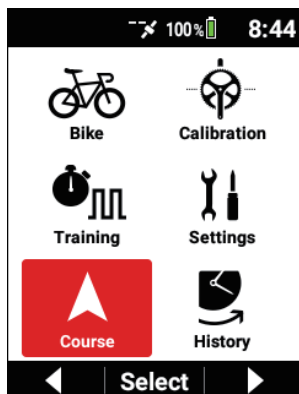
- 預設情況下，裝置中儲存一些地區的地圖。
- 初始化此裝置時，將刪除預設地圖。

1 啟用Wi-Fi。

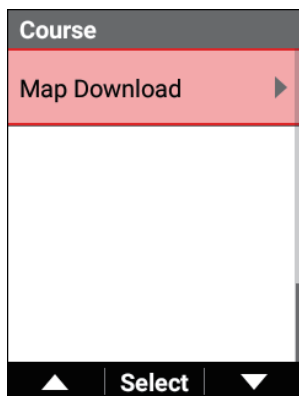
Wi-Fi設定

2 按 [選單] 按鈕。

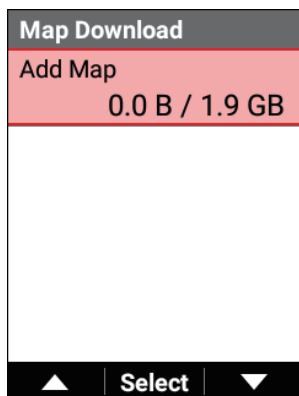
- 3 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [路線]，然後按 [確認] 按鈕。



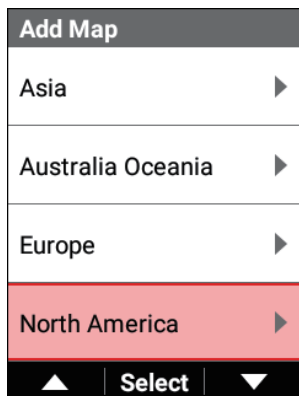
- 4 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [地圖下載]，然後按 [確認] 按鈕。



- 5 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [添加地圖]，然後按 [確認] 按鈕。



- 6 使用 [←]/[→] 按鈕選擇要添加的地圖地區，然後按 [確認] 按鈕。



- 7** 使用 [←]/[→] 按鈕選擇要添加的地圖區域，然後按 [確認] 按鈕。

North America	
Alabama	1.00 / 46.9 MB
Alaska	1.00 / 403.7 MB
Alberta	1.00 / 131.4 MB
Arizona	1.00 / 88.0 MB
▲ Select ▼	

當所選地圖大小超過裝置上的可用空間時，將顯示「快閃記憶體已滿。」。

- 8** 按 [確認] 按鈕。

將開始添加地圖。添加完地圖後，裝置將自動重啟系統。
如果按 [←] 按鈕，則會取消添加地圖。

注意

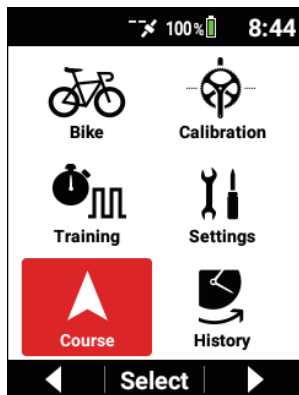
- 如果在下載地圖中開始記錄，則會取消添加地圖。

■檢視地圖資訊

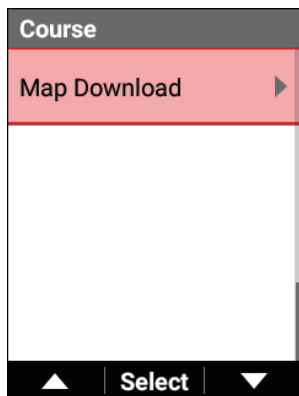
您可以檢視透過Wi-Fi下載的地圖資訊。

- 1** 按 [選單] 按鈕。

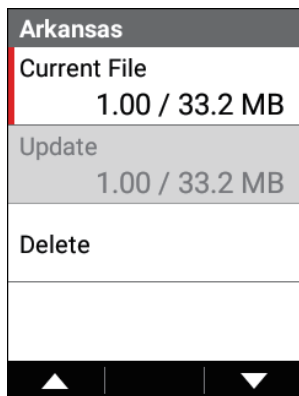
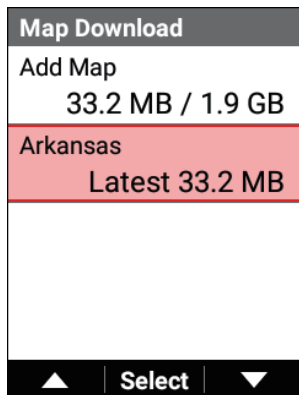
- 2 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [路線]，然後按 [確認] 按鈕。



- 3 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [地圖下載]，然後按 [確認] 按鈕。



- 4 使用 [←]/[→] 按鈕選擇儲存的地圖的名稱，然後按 [確認] 按鈕。



顯示地圖的版本和檔案大小。
[更新]：開始更新地圖檔案。
如果沒有要更新的資訊則不能選擇。

[刪除]：顯示刪除確認畫面。如果在刪除確認畫面中按 [確認] 按鈕，將刪除所選地圖並重啟裝置。

更新完成後，裝置將重新啟動系統。

更新開始時，將刪除目前地圖資料。

如果更新失敗，裝置將自動重新啟動，請重新添加地圖資料。

要添加新地圖，選擇 [添加地圖]，選擇一個地區，選擇一個區域，然後下載地圖。

踩踏監視器

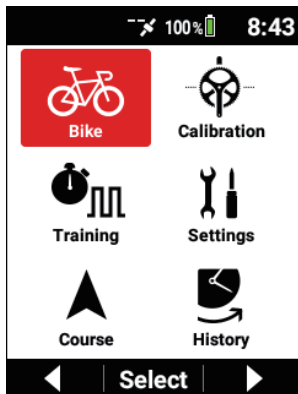
初始設置

本節說明如何連接踩踏監視器、配置各種設定以及執行零點校準。

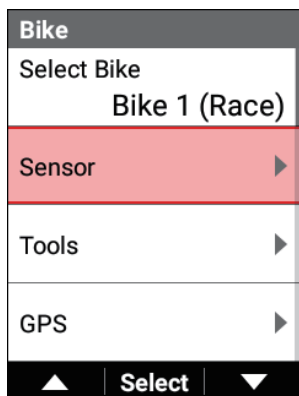
■ 連線

將踩踏監視傳感器連接到裝置。

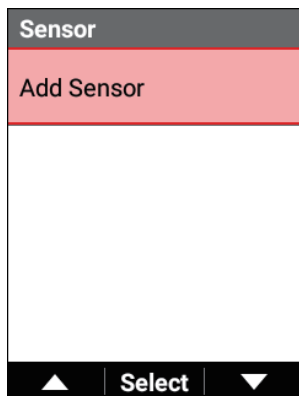
- 1 轉動自行車的曲柄至少三次以啟動左右發射器。**
有關安裝說明，請參閱傳感器的用戶指南。
- 2 按 [選單] 按鈕。**
- 3 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [自行車]，然後按 [確認] 按鈕。**



- 4 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [感應器]，然後按 [確認] 按鈕。



- 5 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [添加感測器]，然後按 [確認] 按鈕。



將搜尋附近的可連接傳感器並列出找到的傳感器。

6 使用 [←]/[→] 按鈕選擇要添加的傳感器，然後按 [確認] 按鈕。

勾選左側踩踏監視器和右側踩踏監視器的核取方塊。

Add Sensor	
Add	
Pedaling Monitor L #18	☒
Pedaling Monitor R #18	☒
▲	Select ▼

7 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [添加]，然後按 [確認] 按鈕。

Add Sensor	
Add	
Pedaling Monitor L #18	☒
Pedaling Monitor R #18	☒
▲	Select ▼

勾選的左側踩踏監視器和右側踩踏監視器將添加到傳感器清單中。

■使用Cyclo-Sphere Control App配置設定

您可以使用Cyclo-Sphere Control App配置踩踏監視傳感器的設定。
踩踏監視傳感器的所有設定可在Cyclo-Sphere Control App中配置。
有關詳細資訊，請參閱以下網站。

<https://cyclo-sphere.com/app/>

■在裝置上配置設定

您可以在裝置上配置踩踏監視傳感器的設定。

變更模式

將踩踏監視傳感器的模式設定為以下三種模式中的任一種。

① 踩踏監視模式

此模式可以測量踩踏效率和踏頻等，使您可以最大化利用本產品的功能。

② 雙功率計模式

連接為ANT+功率計雙模型時使用此模式。

將傳輸左右傳感器的總功率值、左右平衡、扭力效果、踩踏平滑度、踏頻值和其他值。

③ 單功率計模式

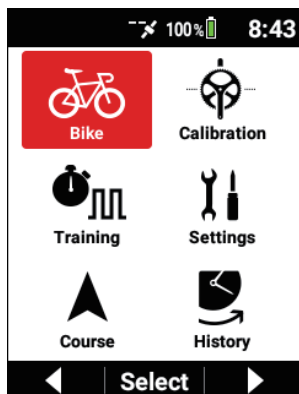
連接為ANT+功率計單模型時使用此模式。

左或右傳感器的功率值將倍增然後傳輸。

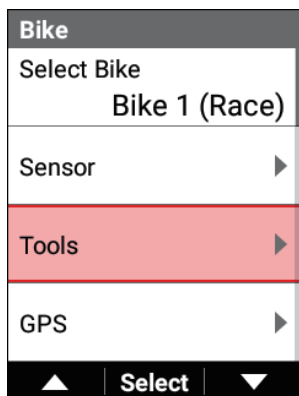
還傳輸扭力效果、踩踏平滑度、踏頻值和其他值。

1 按 [選單] 按鈕。

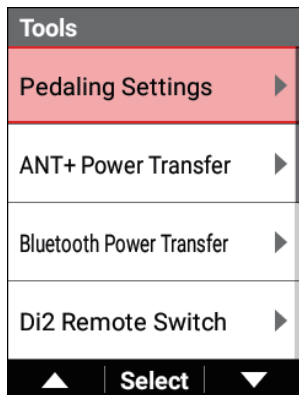
- 2 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [自行車]，然後按 [確認] 按鈕。



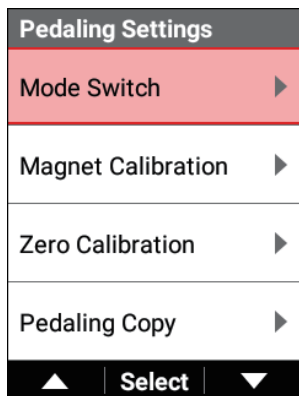
- 3 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [工具]，然後按 [確認] 按鈕。

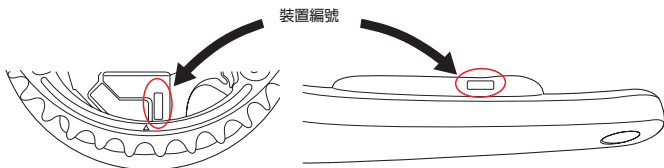


- 4 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [踩踏設定]，然後按 [確認] 按鈕。



- 5 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [模式選擇]，然後按 [確認] 按鈕。



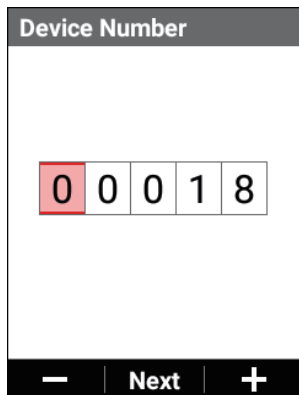


檢查裝置編號是否為使用的踩踏監視傳感器的那些編號。
 如果它們不同，請重新輸入。
 清除任何不要變更模式的傳感器。
 改為雙功率時，請同時勾選左側和右側傳感器。

6 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [裝置編號]，然後按 [確認] 按鈕。

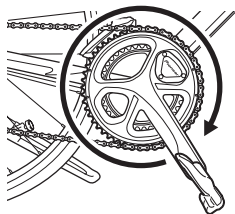
Mode Switch	
Left	☒
Device Number	18
Right	☒
Device Number	18
▲ Select ▼	

- 7** 使用 [←]/[→] 按鈕輸入裝置編號，然後按 [確認] 按鈕。



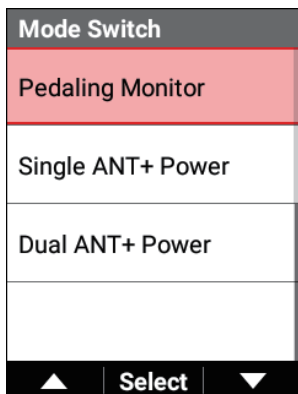
每按一次 [確認] 按鈕，游標就會移動到下一個數字位置。
如果在游標移動到第一個位置後按 [確認] 按鈕，則數值被確認並重新顯示上一個畫面。

- 8** 轉動自行車的曲柄至少三次以啟動左右發射器。



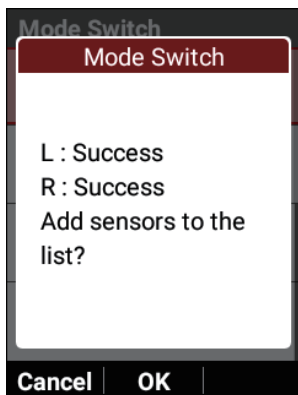
開啟發射器後，請在5分鐘內將其與裝置連接。

- 9** 使用 [←]/[→] 按鈕選擇要變更的模式，然後按 [確認] 按鈕。



將開始搜尋傳感器。搜尋可能需要超過一分鐘。

- 10** 確認裝置畫面上顯示「成功」，然後按 [確認] 按鈕。



如果您將模式更改為踩踏監視模式，則傳感器將添加到傳感器清單並開始建立連接。

11 檢查傳感器的LED。

模式更改成功時，傳感器的LED將亮起。

- 踩踏監視器：亮綠色10秒
- 雙功率：亮橙色10秒
- 單功率：閃爍橙色10秒

如果未顯示[成功]

- 超時：通訊條件差。
檢查要連接的傳感器是否正在運行，然後將裝置靠近傳感器並再次進行連接操作。
如果問題仍未解決，請遠離Wi-Fi或其他無線LAN裝置或微波爐等裝置，然後再次嘗試連接操作。
- 電池沒電了：電池電量耗盡。
取出電池並更換新電池。

磁校準

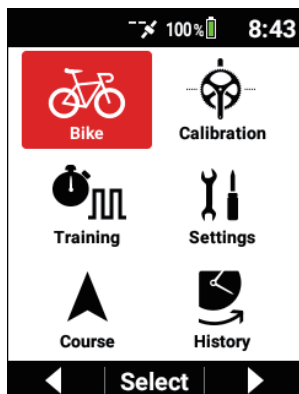
磁校準是一項確保踩踏監視傳感器能夠偵測並準確測量磁位置的重要任務。
在安裝踩踏監視傳感器時和更換磁鐵後，請務必執行此任務。

注意

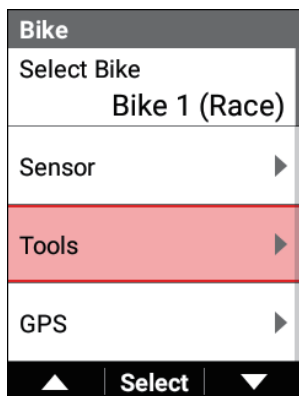
- 我們建議讓購買店進行磁校準。

- 1 透過使用滾輪等確保自行車水平，使前輪和後輪的高度相同。
- 2 按 [選單] 按鈕。

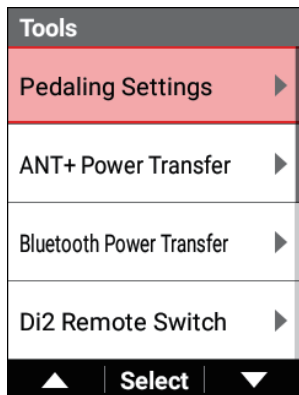
- 3 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [自行車]，然後按 [確認] 按鈕。



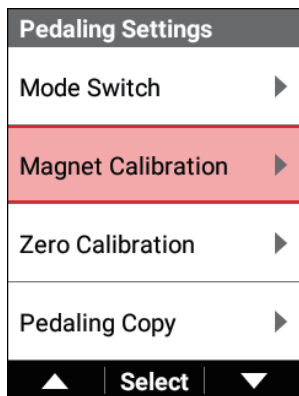
- 4 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [工具]，然後按 [確認] 按鈕。



- 5 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [踩踏設定]，然後按 [確認] 按鈕。



- 6 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [磁鐵校正]，然後按 [確認] 按鈕。



- 7** 按正常方向緩慢轉動曲柄，檢查計數器每轉一周都會遞增，每次增加一。

Magnet Calibration	
L 18	2
R 18	1
Start Calibration	
Save	

▲

|

|

▼

如果計數器不遞增，請重新調整磁鐵位置。

- 8** 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [零點校正]，然後按 [確認] 按鈕。

Magnet Calibration	
L 18	2
R 18	1
Start Calibration	
Save	

▲

Select

▼

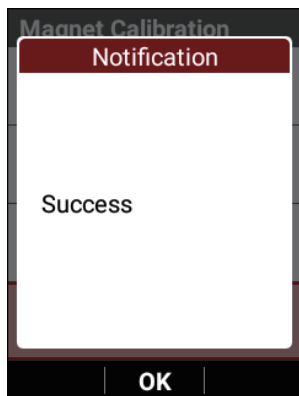
- 9** 以大約30 rpm的速度按正常方向緩慢轉動曲柄，直到計數器達到5/5。

Magnet Calibration	
L 18	5 / 5
R 18	5 / 5
Start Calibration	
Save	
▲	Select ▼

- 10** 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [存檔]，然後按 [確認] 按鈕。

Magnet Calibration	
L 18	5 / 5
R 18	5 / 5
Start Calibration	
Save	
▲	Select ▼

- 11** 確認顯示「成功」，然後按 [確認] 按鈕。



踩踏複製

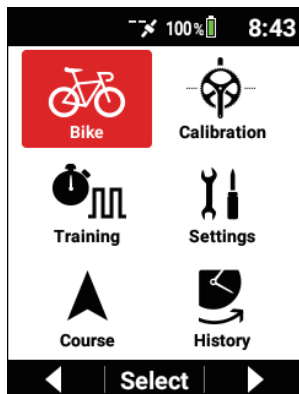
它僅在踩踏監視模式下啟用。

例如，如果其中一個傳感器發生故障或電池電量耗盡，則可以透過複製另一側踩踏監視器的值來在裝置上顯示數值並記錄為記錄資料。

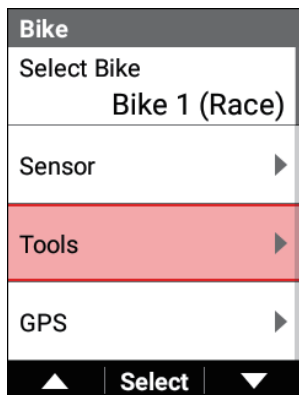
這樣即使在緊急情況下也可以記錄您的訓練。

- 1** 按 [選單] 按鈕。

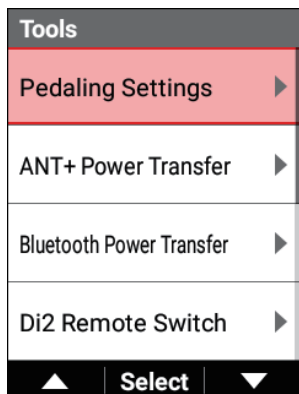
- 2 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [自行車]，然後按 [確認] 按鈕。



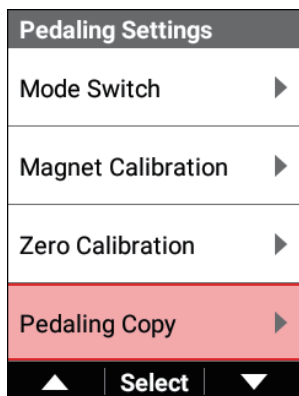
- 3 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [工具]，然後按 [確認] 按鈕。



- 4 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [踩踏設定]，然後按 [確認] 按鈕。



- 5 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [Pedal複製]，然後按 [確認] 按鈕。



6 使用 [←]/[→] 按鈕選擇複製方法，然後按 [確認] 按鈕。

Copy Method	
Auto	☒
Copy L to R	☐
Copy R to L	☐
Disable	☐

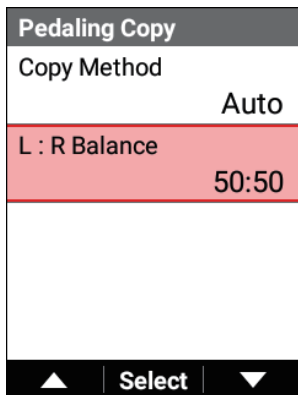
▲ | Select | ▼

從 [自動]*、[從左至右複製]、[從右至左複製] 和 [不要複製] 中選擇。

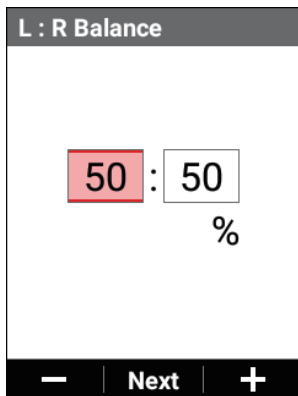
如果選擇 [自動]，則啟用了連接的一側的功率值將自動反映為斷開連接一側的功率值。

*: 出廠預設設定

- 7 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [L : R 功率平衡]，然後按 [確認] 按鈕。



- 8 使用 [←]/[→] 按鈕輸入左/右平衡（%），然後按 [確認] 按鈕。



注意，如果在設定時混淆左右，則無法正確顯示功率。

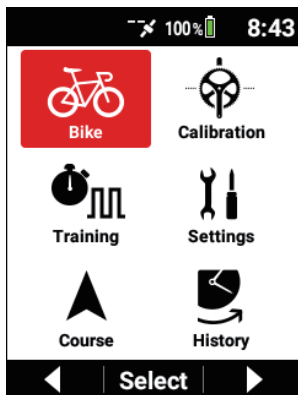
■自動零點校準

您可以設定在溫度穩定的環境中騎行至少20分鐘後，自行車停止前當曲柄臂垂直於地面時，在裝置進入睡眠模式之前自動執行零點校準。

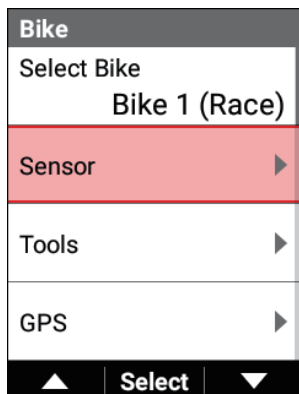
這使您可以顯著降低訓練前執行零點校準的頻率。

1 按 **[選單]** 按鈕。

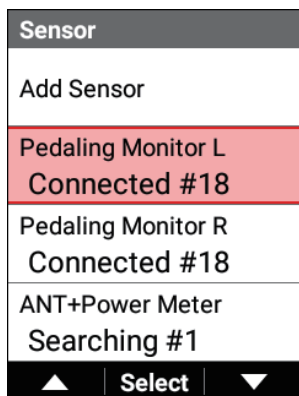
2 使用 **[←]/[→]** 按鈕選擇 **[自行車]**，然後按 **[確認]** 按鈕。



- 3 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [感應器]，然後按 [確認] 按鈕。

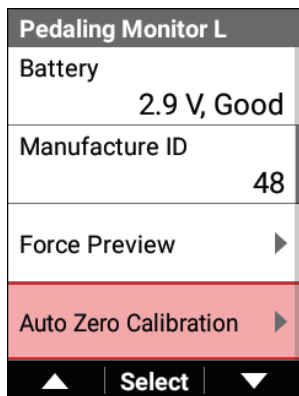


- 4 使用 [←]/[→] 按鈕選擇傳感器名稱，然後按 [確認] 按鈕。



- 5 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [自動零點校正]，然後按 [確認] 按鈕。

如果勾選核取方塊，則啟用自動零點校準功能。

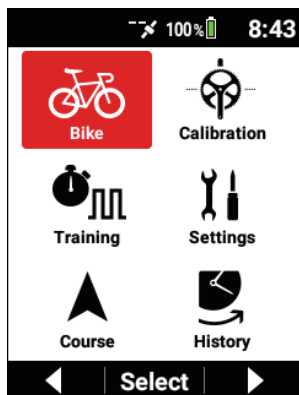


■ 扭力輔助

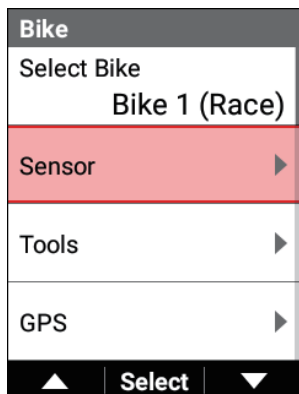
您可以微調踩踏監視傳感器測量的扭力值。

1 按 [選單] 按鈕。

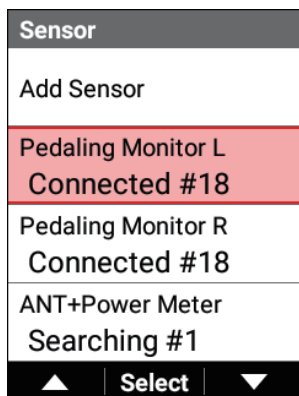
2 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [自行車]，然後按 [確認] 按鈕。



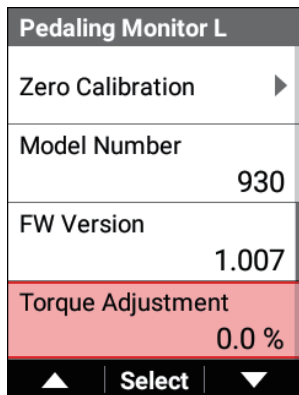
- 3 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [感應器]，然後按 [確認] 按鈕。



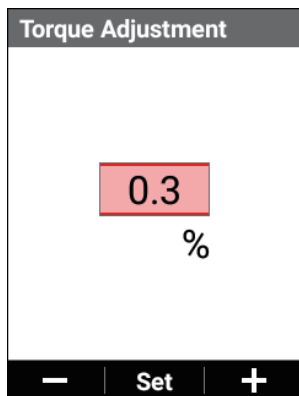
- 4 使用 [←]/[→] 按鈕選擇傳感器名稱，然後按 [確認] 按鈕。



- 5 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [力矩調整]，然後按 [確認] 按鈕。



- 6 使用 [←]/[→] 按鈕設定扭力調整值，然後按 [確認] 按鈕。



可以在-10%至+ 10%的範圍內進行調節。

7 確認扭力調整值。

■衝刺檢測

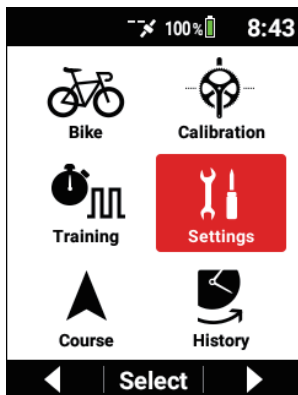
如果啟用衝刺檢測，當MMP 10秒或MMP 30秒的強度超過90%時，將檢測到衝刺，並且裝置將在此前後以0.5秒的間隔開始記錄騎行資料1分鐘，此間隔是正常頻率兩倍。

檢測到衝刺時，將顯示10秒或30秒的平均最大功率。

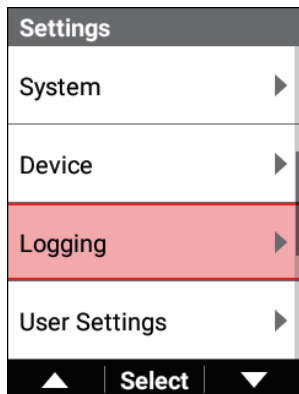
儲存的資料可以在PC版的Cyclo-Sphere中檢視。

1 按 [選單] 按鈕。

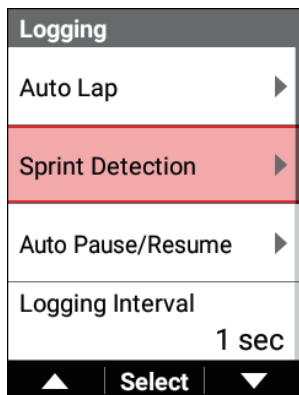
2 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [設定]，然後按 [確認] 按鈕。



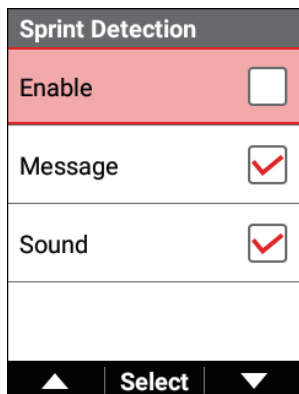
- 3 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [記錄]，然後按 [確認] 按鈕。



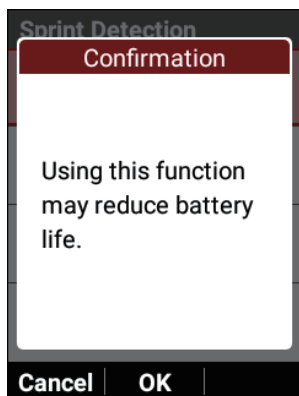
- 4 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [衝刺檢測]，然後按 [確認] 按鈕。



- 5 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [啟用]，然後按 [確認] 按鈕。



- 6 檢視訊息，然後按 [確認] 按鈕。



Sprint Detection	
Enable	☒
Message	☒
Sound	☒
▲ Select ▼	

衝刺檢測被啟用。

要在檢測到衝刺時收到通知，請勾選 [聲音] 核取方塊和/或 [訊息] 核取方塊。

如果SGY-PM910系列踩踏監視傳感器的韌體不是最新版本，則會出現「軟件不支持此功能。請更新傳感器。」訊息。

SGY-PM910系列踩踏監視傳感器的韌體更新無法在裝置上執行。
需要自行車電腦SGX-CA500。

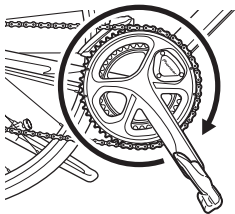
零點校準

執行踩踏監視傳感器的零點校準。

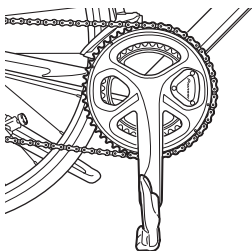
目標是每個月執行一次，以及在空氣溫度變化至少4°C時執行。

- 1 使用滾輪等將自行車固定到位。**

- 2** 轉動自行車的曲柄至少三次以啟動左右發射器。

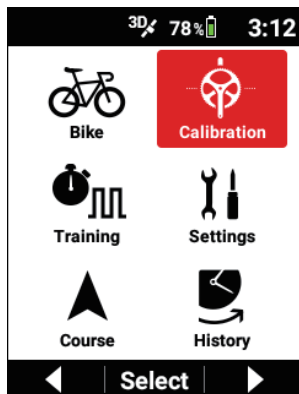


- 3** 將曲柄臂停在垂直位置。



- 4** 按 [選單] 按鈕。

- 5 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [校正]，然後按 [確認] 按鈕。



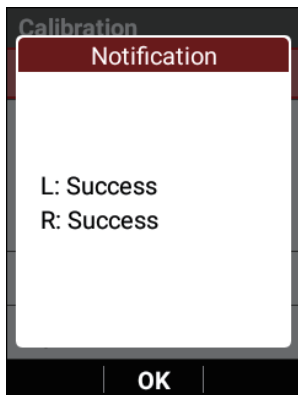
- 6 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [LR校正]、[左零點校正] 或 [右零點校正]，然後按 [確認] 按鈕。

Calibration			
LR Zero Calibration			
L		R	
Tan	-4 N	Tan	5 N
Rad	2 N	Rad	-1 N
Batt	Good	Batt	Good
Left Zero Calibration			
Right Zero Calibration			
▲		Select	▼

校準開始。

如果選擇 [LR校正]，則會同時對左右踩踏監視傳感器執行校準。即使僅連接左側和右側中的一個，也會執行校準。

- 7** 確認顯示「成功」，然後按 [確認] 按鈕。



如果顯示「失敗」，則可能是在曲柄處於不穩定狀態時（例如移動中）執行了校準。

請在曲柄靜止時再次執行零點校準。

- 8** 檢查校準結果。

Calibration			
LR Zero Calibration			
L		R	
Tan	-4 N	Tan	5 N
Rad	2 N	Rad	-1 N
Batt	Good	Batt	Good
Left Zero Calibration			
Right Zero Calibration			
▲		Select	▼

切向力：檢查力度是否在 0 ± 3 N 的範圍內。

徑向力：檢查是否在 $0 \pm 3 \text{ N}$ 的範圍內。

電池：檢查電池電量和狀態。

新：新電池

好：狀態良好

OK：正常

低：低

危急：不能使用

注意

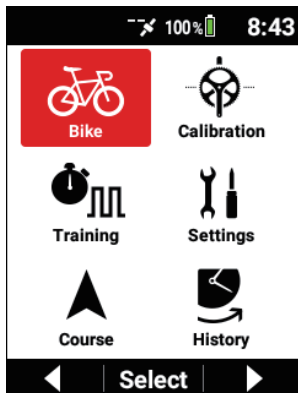
- 如果值超出範圍，則可能是在曲柄處於不穩定狀態時（例如移動時）執行了零點校準。
請在曲柄靜止時再次執行零點校準。
- 如果電池狀態為低或危急，請同時更換左右傳感器的電池。

自行車和傳感器設定

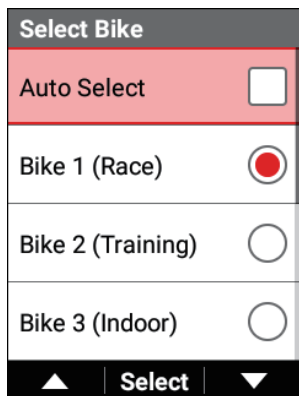
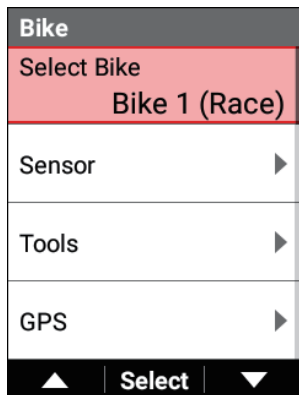
變更自行車

變更要使用的自行車。

- 1 按 [選單] 按鈕。
- 2 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [自行車]，然後按 [確認] 按鈕。



- 3 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [自行車選擇]，然後按 [確認] 按鈕。



設定項目	描述
自動選擇	啟用或停用*此功能以自動變更自行車選擇。
自行車 1 至 自行車 6	選擇要使用的自行車。最多可注 六輛自行車。

注意

- 如果啟用自動選擇，裝置將搜尋註冊到多輛自行車的踩踏監視傳感器、功率計和智能訓練器，並將自行車自動變更為包含最多可連接傳感器的自行車。
更改完成時，將透過訊息和聲音通知您。
- 變更自行車後，裝置將自動切換到註冊的傳感器設定、GPS設定、顯示設定、聲音設定和其他設定，無論自行車是自動變更還是手動變更。
變更自行車時，請確認傳感器正確連接到裝置。

連接傳感器

您可以將市售的ANT+傳感器和藍牙心率傳感器連接到此裝置。
請將傳感器安裝到自行車上，然後在開始連接之前確認它們能工作。
有關安裝說明，請參閱傳感器的用戶指南。
可以添加以下傳感器。

- ANT+速度傳感器
- ANT+踏頻傳感器
- ANT+速度和踏頻傳感器
- ANT+/藍牙心率傳感器
- ANT+功率計
- 左踩踏監視器
- 右踩踏監視器
- Shimano Di2
- ANT+換檔器
- ANT+智能訓練器 (ANT+FE-C)

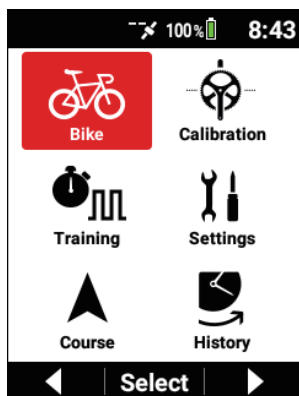
注意

- 使用選購的ANT+速度傳感器或ANT+速度和踏頻傳感器時，請設置輪胎周長。
輪胎周長可在 [選單] - [自行車] - [輪周長] 中變更。
預設設定為2,096 mm。
- 要連接藍牙心率傳感器，需要在裝置上配置藍牙設定。

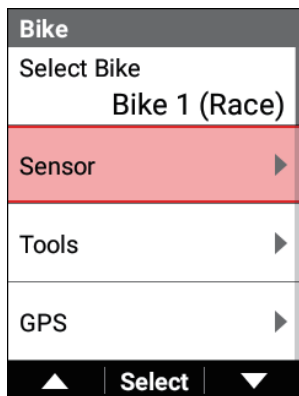
■ 添加傳感器

搜尋所有附近可連接的傳感器，並將找到的傳感器列為連接候選。

- 1 按 [選單] 按鈕。
- 2 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [自行車]，然後按 [確認] 按鈕。

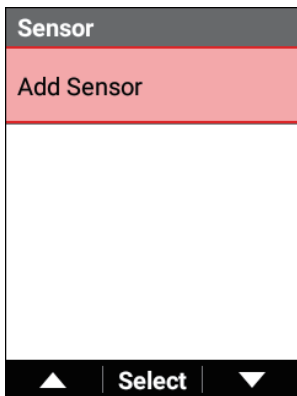


- 3 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [感應器]，然後按 [確認] 按鈕。



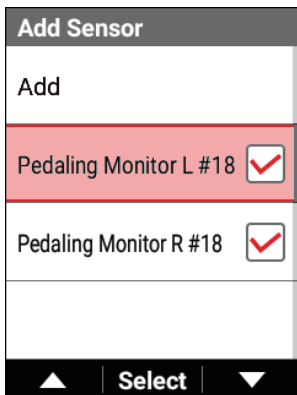
4 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [添加感測器]，然後按 [確認] 按鈕。

將出現「搜尋中」訊息，然後顯示可以連接的傳感器清單。



連接藍牙心跳傳感器時，將暫時斷開藍牙心跳傳感器的連接。

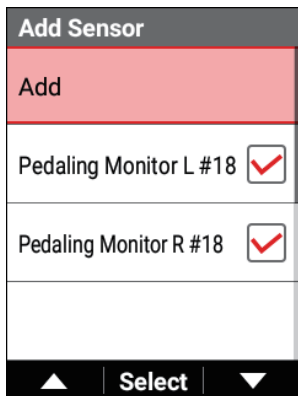
5 使用 [←]/[→] 按鈕勾選要連接的傳感器。



勾選的傳感器將添加到傳感器清單中。

事先取消勾選任何不需要添加到傳感器清單的傳感器。

6 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [添加]，然後按 [確認] 按鈕。



注意

- 每種類型的傳感器只能添加一個。
- 連接ANT+速度傳感器或ANT+踏頻傳感器時，無法連接ANT+S&C（速度和踏頻）傳感器。
- 如果連接了藍牙心率傳感器，則無法連接ANT+心率傳感器。
- 藍牙心率傳感器需要配對。與ZWIFT等配對時，無法與此裝置建立連接。與此裝置連接時，無法與ZWIFT建立連接。如果您要顯示和記錄兩者心率傳感器，請使用其中一個連接的ANT+心率傳感器。
- 踏頻值的優先順序設置：踩踏監視傳感器、ANT+踏頻傳感器、ANT+ S&C（速度和踏頻）傳感器、ANT+功率計。
- 如果已連接相同類型的傳感器，它將被自動從傳感器清單中刪除，新添加的傳感器將添加到傳感器清單中。
- 執行傳感器搜尋可能需要超過一分鐘。
- 如果在啟用了ANT+功率傳輸功能時添加或啟用ANT+功率計，則會出現「啟用此功能時，將停用ANT + 電力傳輸。OK？」訊息，並停用ANT+功率傳輸功能。

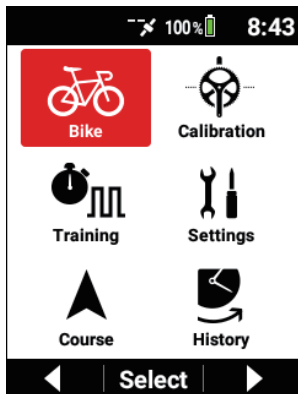
■檢視添加的傳感器的設定

您可以檢視各添加的傳感器的設定。

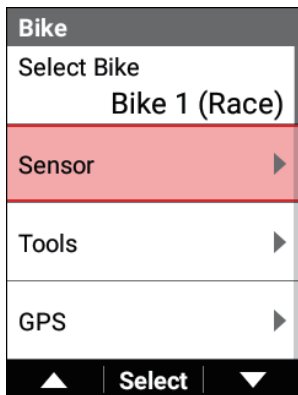
傳感器也可以刪除。

1 按 [選單] 按鈕。

2 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [自行車]，然後按 [確認] 按鈕。



3 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [感應器]，然後按 [確認] 按鈕。



- 4** 使用 [←]/[→] 按鈕選擇要檢視設定或要刪除的傳感器名稱，然後按 [確認] 按鈕。

Sensor
Add Sensor
Pedaling Monitor L Connected #18
Pedaling Monitor R Connected #18
ANT+Power Meter Searching #1
▲ Select ▼

設定項目	描述
啟用	啟用或停用傳感器。
感測器名稱	輸入傳感器名稱。
狀態	顯示搜尋中、已連接和已停用的狀態。
裝置編號	顯示傳感器的裝置編號。
電池	顯示電壓值或電池狀態。 • 新：新電池 • 好：狀態良好 • OK：正常 • 低：低 • 危急：不能使用 當傳感器不被支持時或在接收到狀態測量資料之前，將顯示「--」。 對於不支持顯示的傳感器，此項目不顯示。
製造編號	顯示傳感器的製造商ID或名稱。 對於不支持顯示的傳感器，此項目不顯示。
刪除	從傳感器清單中刪除此傳感器。

當連接ANT+功率計時

設定項目	描述
零點校正	執行零點校準。 將顯示狀態、結果和資料。 連接了支持自動零點校準的ANT+功率計時，可以勾選自動零點核取方塊。 支持扭力值顯示的ANT+功率計將顯示扭力值。
平衡設定	勾選此核取方塊以啟用平衡設定。 輸入左/右平衡。對傳感器類型選擇左傳感器或右傳感器。 傳感器側倍增的功率值從輸入的左/右平衡和傳感器類型校正。
坡度	連接CTF型ANT+功率計時設定此項。 將顯示從ANT+功率計接收的值或將設定值發送到ANT+功率計。

ANT+換檔器

顯示與SRAM eTap 相容的電動組件和其他ANT+換檔器的電池狀態。它們在收到支援項目的資訊時顯示。
在搜尋中和收到資料前，項目顯示「--」。

設定項目	描述
前撥	顯示前撥的電池電量和狀態。
後撥	顯示後撥的電池電量和狀態。
左變速器	顯示左換檔器的電池電量和狀態。
右變速器	顯示右換檔器的電池電量和狀態。
系統變速器	顯示系統變速器的電池電量和狀態。

ANT+智能訓練器

如果連接支持負荷控制的ANT+智能訓練器，則可以將負荷與訓練和模擬功能連結起來。

設定項目	描述
訓練連結	勾選此核取方塊可將訓練中的目標功率值連結到ANT+智能訓練器的負荷。
模擬鏈接	勾選此核取方塊可將路線模擬中的目前梯度連結到ANT+智能訓練器的負荷。

負載設定	從 [功率]、[Grade] 和 [不要複製] 中選擇負荷類型。您可以將設定的功率值或梯度值發送給ANT+智能訓練器，以手動調整負荷。
------	---

各設定值都會發送給ANT+智能訓練器。

Shimano Di2 D-FLY

設定項目	描述
Di2 前調節	顯示前撥的調整值。
Di2 後調節	顯示後撥的調整值。

當前撥處於內部位置時將後撥換到最低檔位時，您將收到「Di2換檔結束」訊息和聲音提醒。

當為連接的Shimano Di2選擇同步換檔時，在切換後撥之後切換前撥時，您將收到「Di2 Synchronized Shift」訊息和聲音提醒。

ANT+功率傳輸功能設定

啟用此功能可將接收的踩踏監視傳感器功率值作為ANT+功率計的功率值傳輸。這使得功率值或踏頻值能夠傳輸到ZWIFT PC應用程式或其他製造商的自行車電腦。

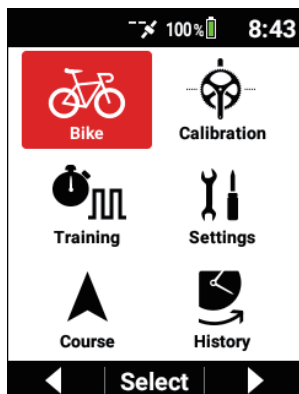
如果啟用此功能，將停用AN+功率計連接。

使用ANT+功率傳輸將此裝置與ZWIFT連接時，請在ZWIFT的傳感器連接畫面中將此裝置的裝置編號連接為ANT+功率計。

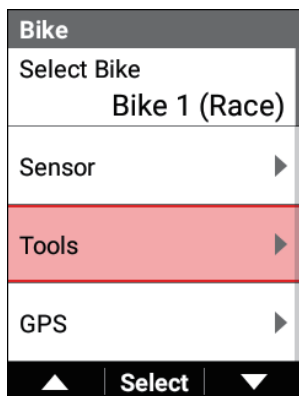
然後，在ZWIFT畫面中將此裝置的裝置編號連接為踏頻。

1 按 [選單] 按鈕。

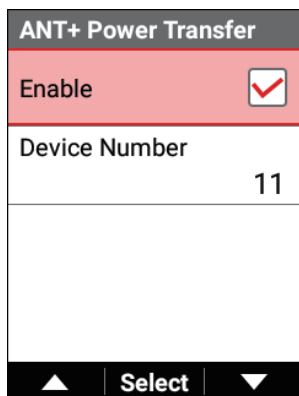
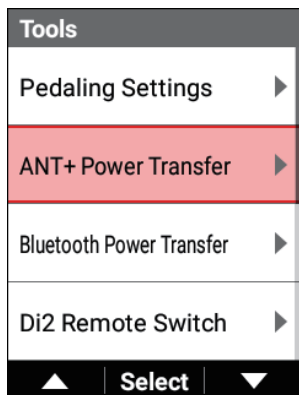
- 2 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [自行車]，然後按 [確認] 按鈕。



- 3 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [工具]，然後按 [確認] 按鈕。



- 4 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [ANT+ Power Transfer]，然後按 [確認] 按鈕。



設定項目	描述
啟用	啟用或停用ANT+功率傳輸功能。
裝置編號	從此裝置的序列號生成要傳輸ANT+功率計的裝置編號。

藍牙功率傳輸功能設定

啟用此功能可將接收的踩踏監視傳感器的功率值或ANT+功率計的功率值作為藍牙功率計的功率值傳輸。

這使得能夠將功率值傳輸到ZWIFT應用程式等。

如果踩踏監視傳感器和ANT+功率計都已連接，則給予踩踏監視傳感器優先。

需要在裝置上配置藍牙設定。

使用藍牙功率傳輸功能將此裝置與ZWIFT連接時，在ZWIFT的裝置連接畫面中選擇功率計，然後從搜尋時顯示的裝置清單中選擇以「P-」開頭的裝置的裝置名稱。

然後，以相同的方式選擇此裝置的裝置名稱作為踏頻源。

在搜尋時顯示的裝置清單中以Pioneer-R***** ***或Pioneer-L***** ***開頭的裝置是踩踏監視傳感器的藍牙功率計。

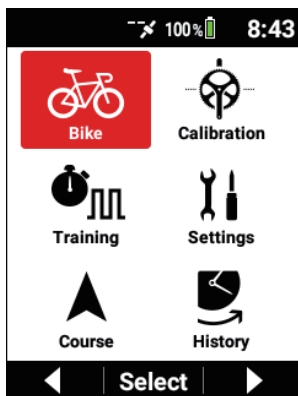
工作在踩踏監視模式下時，功率值為0 W。

使用裝置的藍牙功率傳輸功能連接時，請勿選擇它。

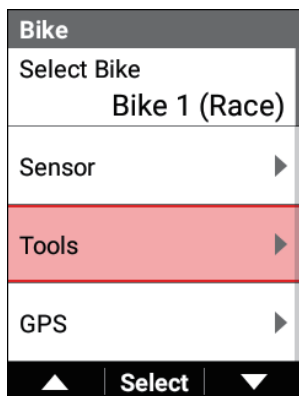
如果沒有顯示ZWIFT的功率值，則會頻繁開始搜尋，裝置上會出現「在連接Bluetooth Power Transfer之前啟動Cyclo-Sphere Control應用程式。」訊息，請啟動Cyclo-Sphere Control App，顯示裝置清單，並將裝置狀態設為「已連接」。如果無法設定「已連接」，請檢視以下。

[藍牙設定](#)

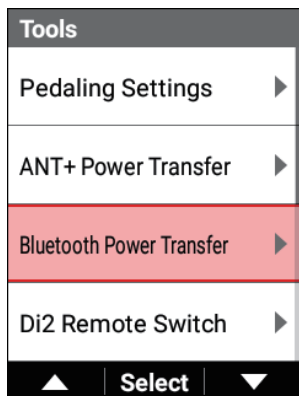
- 1 按 [選單] 按鈕。
- 2 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [自行車]，然後按 [確認] 按鈕。



- 3 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [工具]，然後按 [確認] 按鈕。



- 4 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [Bluetooth Power Transfer]，然後按 [確認] 按鈕。



Bluetooth Power Transfer

Enable

☐

Device Name

P-000113

▲

Select

▼

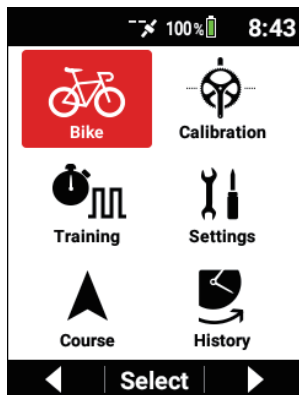
設定項目	描述
啟用	啟用或停用藍牙功率傳輸功能。
裝置名稱	從此裝置的序列號生成要傳輸藍牙功率的裝置名稱。

Di2遙控開關設定

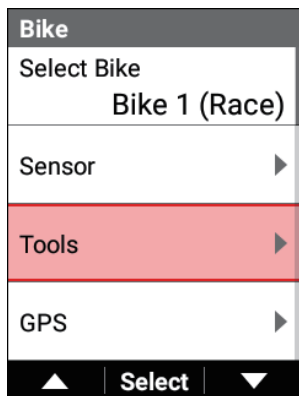
當連接支援Shimano Di2 D-FLY遙控開關的組件時，將左右遙控開關的操作指定到此裝置的功能或外部傳感器控制。

- 1 按 **[選單]** 按鈕。

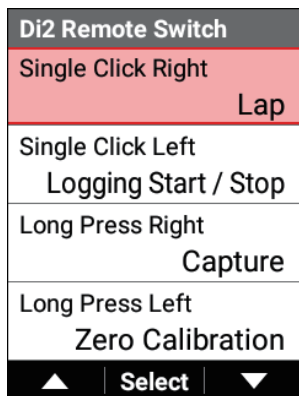
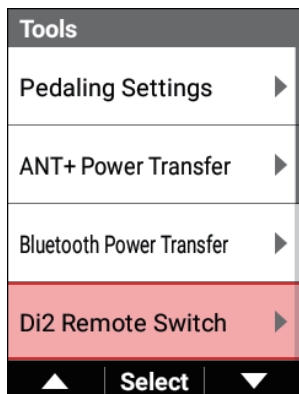
- 2 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [自行車]，然後按 [確認] 按鈕。



- 3 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [工具]，然後按 [確認] 按鈕。



4 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [Di2 轉換]，然後按 [確認] 按鈕。



設定項目	描述
短按R/短按L/長按 R/ 長按 L	選擇 [開始/停止 記錄]、[計時圈]、[滾動至右頁]、[滾動至左頁]、[停用 選單按鈕]、[長按 選單按鈕]、[零點校正]、[獲取] 或 [不要複製]。

注意

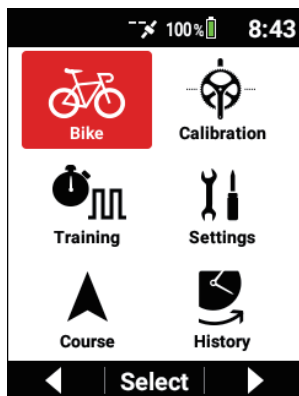
- 將對連接的踩踏監視傳感器或ANT+功率計執行零點校準。
如果踩踏監視傳感器和ANT+功率計都已連接，則給予踩踏監視傳感器優先。

速度優先級設定

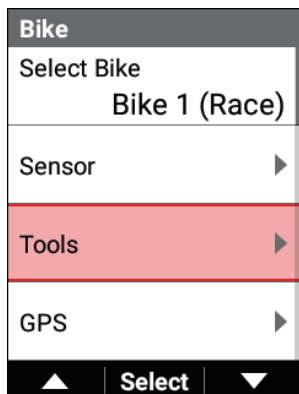
設定用於顯示和記錄速度值的傳感器的優先級。

從ANT+速度傳感器、ANT+ S&C傳感器、ANT+功率計、ANT+智能訓練器和GPS速度中選擇優先級1到4。

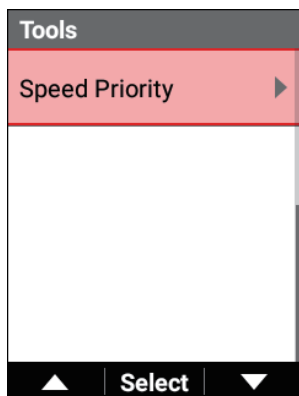
- 1 按 **[選單]** 按鈕。
- 2 使用 **[←]/[→]** 按鈕選擇 **[自行車]**，然後按 **[確認]** 按鈕。



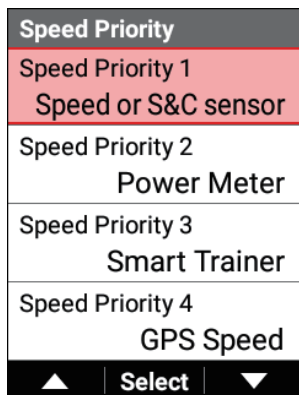
- 3 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [工具]，然後按 [確認] 按鈕。



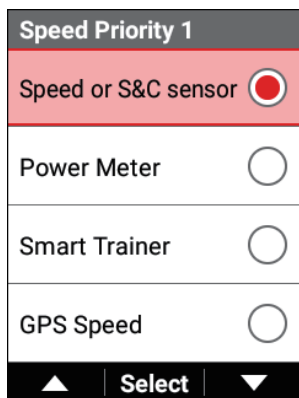
- 4 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [速度優先]，然後按 [確認] 按鈕。



- 5 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [速度優先1] 至 [速度優先4] 中之一，然後按 [確認] 按鈕。



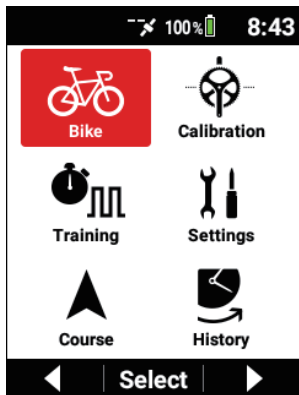
- 6 使用 [←]/[→] 按鈕選擇要為速度優先級設定的項目，然後按 [確認] 按鈕。



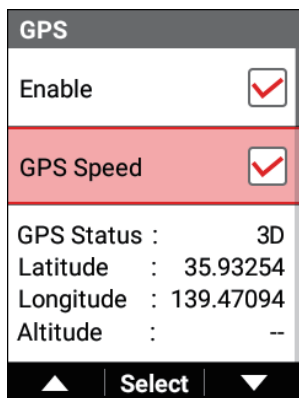
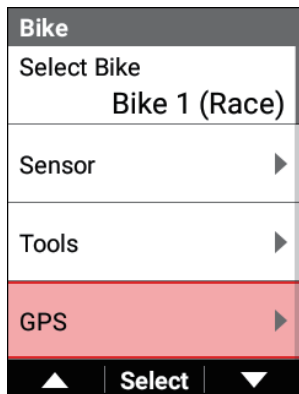
GPS 設置

配置與GPS功能相關的設定。
設定儲存到選定的自行車。

- 1 按 [選單] 按鈕。
- 2 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [自行車]，然後按 [確認] 按鈕。



- 3 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [GPS]，然後按 [確認] 按鈕。



設定項目	描述
啟用	啟用*或停用GPS功能。 您也可以透過在儀表畫面上按住 [確認] 按鈕2秒或更長時間來在狀態顯示中啟用GPS。

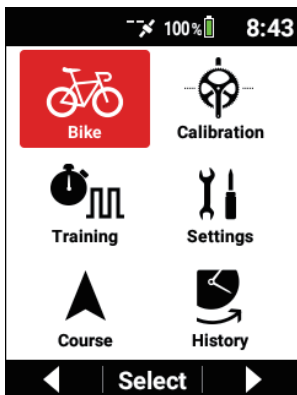
GPS 速度	啟用*或停用GPS速度功能。 勾選此核取方塊可顯示獲取GPS資訊的速度。 此核取方塊僅在啟用GPS時才能勾選。 根據信號條件，顯示值和實際位置之間可能產生誤差。
GPS狀態	顯示GPS定位狀態（關/2D/3D）。 另外，獲取了信號的衛星用數字(#)指示，帶+標記的衛星數字用於GPS定位。

*: 出廠預設設定

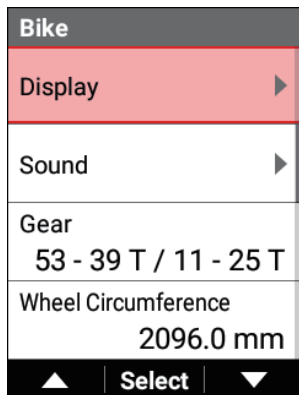
顯示設定

配置與顯示相關的設定。
設定儲存到選定的自行車。

- 1 按 [選單] 按鈕。
- 2 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [自行車]，然後按 [確認] 按鈕。



- 3 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [螢幕]，然後按 [確認] 按鈕。



設定項目	描述
亮度	將背光開啟時的亮度調整為11級（3 *）中的任一級。您也可以透過從儀表畫面中按住 [確認] 按鈕2秒或更長時間來設定狀態顯示中畫面亮度。

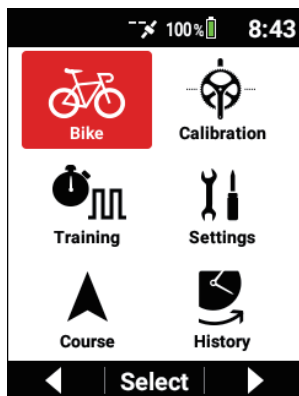
將背光持續時間切換為 [始終開啟] *、[15秒]、[30秒] 或 [1分鐘]。
當選擇 [始終開啟] 以外時，在裝置上執行完最後一次操作後經過選定的時間後，背光將關閉。

*: 出廠預設設定

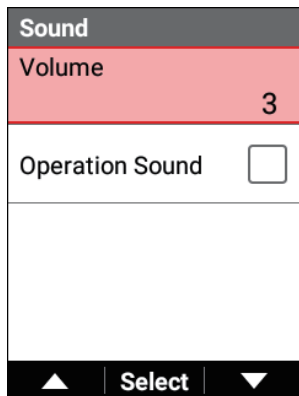
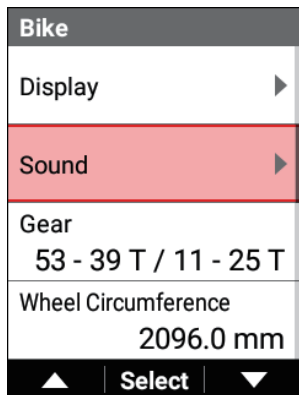
擴音器設定

配置與聲音相關的設定。
設定儲存到選定的自行車。

- 1 按 [選單] 按鈕。
- 2 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [自行車]，然後按 [確認] 按鈕。



- 3 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [聲音]，然後按 [確認] 按鈕。



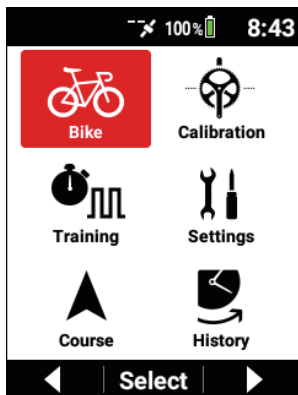
設定項目	描述
音量	將擴音器的音量調整為6級（3 *）中的任一級。
按鍵聲	啟用或停用*按下按鈕時輸出聲音。

*: 出廠預設設定

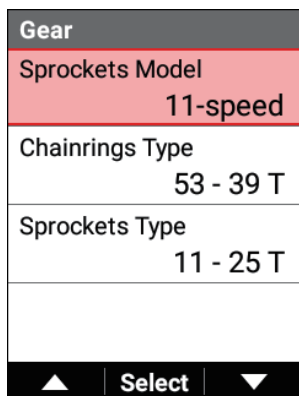
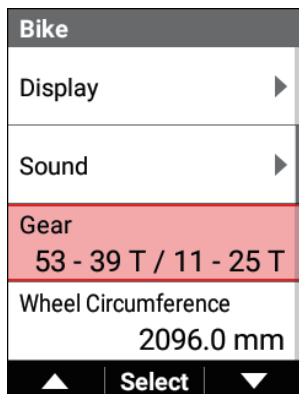
齒輪設定

配置與齒輪相關的設定。

- 1 按 [選單] 按鈕。
- 2 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [自行車]，然後按 [確認] 按鈕。



- 3** 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [齒輪]，然後按 [確認] 按鈕。

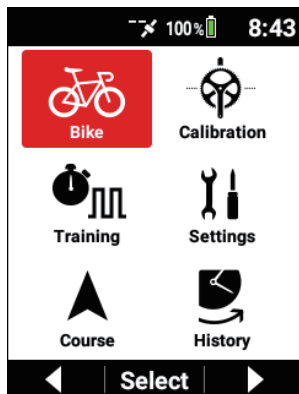


設定項目	描述
飛輪型號	選擇飛輪型號。
齒片類型	選擇齒片類型的外側時，將自動選擇內側。要變更此設定，請從齒輪組合調整每個檔位的齒數。

自行車距離和時間設定

設定自行車總距離和自行車總時間。

- 1 按 [選單] 按鈕。
- 2 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [自行車]，然後按 [確認] 按鈕。



- 3 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [騎乘總距離]，然後按 [確認] 按鈕。

Bike	
Bike Name	Race
Bike Distance	0 mile
Bike Time	0 hour
Total Distance	0 mile
▲ Select ▼	

- 4 使用 [←]/[→] 按鈕輸入自行車總距離，然後按 [確認] 按鈕。

Bike Distance						
0	0	0	0	0	0	
						mile
— Next +						

每按一次 [確認] 按鈕，游標就會移動到下一個數字位置。
如果在游標移動到第一個位置後按 [確認] 按鈕，則數值被確認並重新顯示上一個畫面。

- 5 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [騎乘總時間]，然後按 [確認] 按鈕。

Bike	
Bike Name	Race
Bike Distance	0 mile
Bike Time	0 hour
Total Distance	0 mile
▲ Select ▼	

- 6 使用 [←]/[→] 按鈕輸入自行車總時間，然後按 [確認] 按鈕。

Bike Time					
0	0	0	0	0	0
hour					
- Next +					

每按一次 [確認] 按鈕，游標就會移動到下一個數字位置。
如果在游標移動到第一個位置後按 [確認] 按鈕，則數值被確認並重新顯示上一個畫面。

進階設定

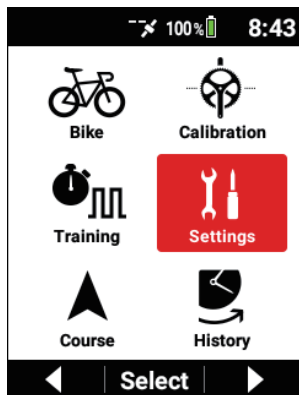
注意

- 如果您使用Cyclo-Sphere Control App（一個智能手機應用程式），則配置設定會更簡單。
設定可以自動與裝置同步。
有關詳細資訊，請參閱以下網站。
<https://cyclo-sphere.com/app/>

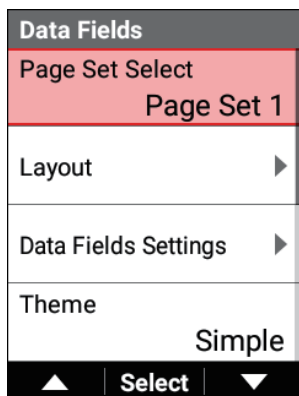
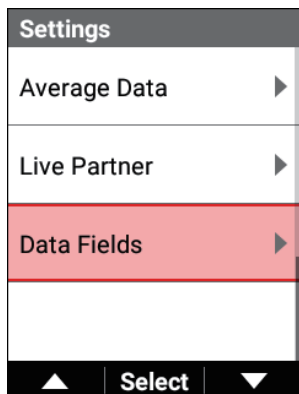
設定資料欄位

設定各頁上顯示的資料欄位的顯示內容。

- 1 按 [選單] 按鈕。
- 2 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [設定]，然後按 [確認] 按鈕。



3 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [資料欄]，然後按 [確認] 按鈕。



設定項目	描述
設定頁選擇	從頁面組清單中選擇要切換到的頁面組。

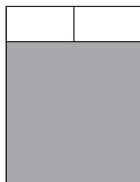
版面設計	從第1頁到第10頁選擇要變更佈局的頁面，然後從17種佈局類型中進行選擇。 要隱藏頁面，請選擇 [關]。 目前選擇的佈局周圍有紅色邊框。為該佈局選擇 [關] 時，會在周圍顯示藍色邊框。
數據區域設定	先從頁碼1到10中選擇要設定的頁面，然後根據相應的佈局為各資料欄位編號設定任何顯示內容。 設定每個資料欄位類型、資料類別、資料類型和顯示類型。如果有一個設定值，則無法變更設定。
主題	切換資料欄位設計。選擇[簡單]*時，將顯示沒有標籤背景的資料欄位。選擇 [傳統] 時，資料欄位將顯示標籤背景為灰色且子標籤帶紅色文字。
頁面組初始化	將頁面組初始化為出廠預設設定。

*: 出廠預設設定

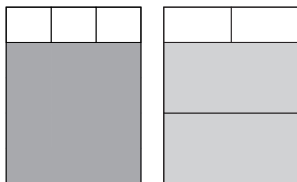
■ 佈局樣式清單

您可以在白色資料欄位中設定「數值」類型，在淺灰色資料欄位中設定「數值」和「圖形」類型，在深灰色資料欄位中設定「數值」、「圖形」和「路線」類型。

① 資料欄位數：3



② 資料欄位數：4

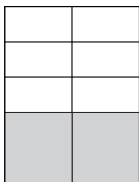
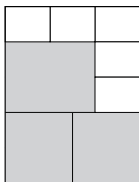


③ 資料欄位數：5

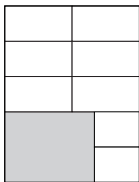
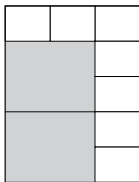
④ 資料欄位數：6

⑤ 資料欄位數：7

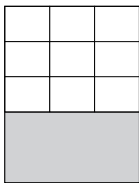
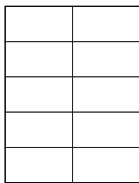
⑥ 資料欄位數：8



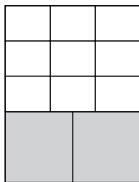
⑦資料欄位數：9



⑧資料欄位數：10



⑨資料欄位數：11



⑩資料欄位數：15

■資料欄位設定細節

數字類型

可以為數字類型資料欄位設定以下項目。

- 資料類別
指定顯示資料的類別。
- 資料類型
指定資料類型，例如平均值或最大值等。
- 顯示類型
指定時間顯示格式、平均值計算範圍等。

資料類別	資料類型	顯示類型	標籤	子標籤	資料類型描述
Date	Date	• yyyy/ MM/ dd • yyyy MMM dd • MM/ dd • MMM dd	Date	—	目前日期
Clock Time	Clock Time	• hh:mm:ss • hh:mm	Clock	—	目前時間
Timer	Time	• hh:mm:ss	Time	—	目前騎行時間
	Time Lap	• hh:mm • Auto		Lap	每圈騎行時間
	Last Lap Time	hh:mm:ss		Lst	最後一圈的騎行時間
	Fastest Lap		BestLap	—	單圈騎行時間中最快的騎行時間
	Elapsed Time	• hh:mm:ss • hh:mm • Auto	Elapsed	—	從開始記錄資料到現在所用的時間，包括自動暫停期間或停止記錄期間。
	Total Time Bike	• d h • h m	Time	Bike	每輛自行車的總騎行時間
	Total Time	User		所有自行車的總騎行時間	

Distance	Distance	公里或英里 (*)	Dist	—	目前騎行距離
	Distance Lap			Lap	每圈騎行距離
	Distance Last Lap			Lst	最後一圈的距離
	Total Distance Bike		Dist	B	每輛自行車的總騎行距離
	Total Distance			U	所有自行車的總騎行距離
Speed	Speed	km/ h或mph (*)	Spd	—	目前速度
	Speed Avg			Av	目前的平均速度
	Speed Lap Avg			LapAv	每圈平均速度
	Speed n sec Avg	• 3 s. Avg • 5 s. Avg • 10 s. Avg • 30 s. Avg • 60 s. Avg		Ns	固定期間的平均速度
	Speed Max	km/ h或mph (*)		Mx	最快速度
	Speed Lap Max			LapMx	每圈最快的速度
	Speed Last Lap Avg			LstAv	最後一圈的平均速度
	Speed Last Lap Max			LstMx	最後一圈最快速度
Cadence	Cadence	rpm	Cad	—	每分鐘曲柄的轉數
	Cadence Avg			Av	曲柄的平均轉數
	Cadence Lap Avg			LapAv	每圈曲柄的平均轉數
	Cadence n sec Avg			Ns	固定時間段內曲柄的平均轉數
	Cadence Max	rpm		Mx	曲柄的最大轉數
	Cadence Lap Max			LapMx	每圈曲柄的最大轉數
	Cadence Last Lap Avg			LstAv	最後一圈曲柄的平均轉數
	Cadence Last Lap Max			LstMx	最後一圈曲柄的最大轉數

Heart Rate	Heart Rate	• bpm • %HRR • %MAX • ZONE	HR	—	目前心率
	Heart Rate Avg			Av	平均心率
	Heart Rate Lap Avg			LapAv	每圈平均心率
	Heart Rate n sec Avg	• 3 s. Avg • 5 s. Avg • 10 s. Avg • 30 s. Avg • 60 s. Avg		Ns	固定期間的平均心率
	Heart Rate Max	• bpm • %HRR • %MAX • ZONE		Mx	心率最大值
	Heart Rate Lap Max			LapMx	每圈最大心率
	Heart Rate Last Lap Avg			LstAv	最後一圈平均心率
	Heart Rate Last Lap Max			LstMx	最後一圈最大心率
Calories	Calories	kcal	Cal	—	目前消耗的卡路里
	Calories Lap			Lap	每圈消耗的卡路里
Training Timer	Number of Intervals	—	Count	—	間隔數
	Remaining Time		Remain	—	剩餘時間
	Target	Watt	Target	—	訓練的目標功率
	Next Target		NextTgt	—	訓練的下一個目標功率

Power Training	TSS	—	TSS	—	基於訓練的強度和時間以數值指示對身體的負荷。
	IF		IF	—	強度因子。基於NP 和FTP作為因子指示訓練強度。
	NP	Watt	NP	—	規範化功率。訓練中考慮入負荷波動規範化的值。
	Lap NP			Lap	每圈NP
	Last Lap NP			Lst	最後一圈NP
	Intensity	• Auto • 3 min • 5 min • 10 min • 20 min	Int	Ns, Nmin	固定期間運動強度。固定期間MMP與平均功率之比。「自動」顯示比率最高的時間段。
- 如果在SGX-CA600上未正確輸入 [FTP]，則不能正確顯示IF 和TSS。 - 每個SGX-CA600和Cyclo-Sphere都需要設定FTP值。 - 在 [設定] > [使用者設定] > [FTP] 中設定FTP值。 - 強度是個實時顯示訓練強度的指標。					
當以高功率值進行短時間訓練或者以低功率值進行長時間訓練時，您可以透過將此功能的數值設定為要達到的目標來輕鬆完成。					
訓練強度目標和持續時間使用70%至90%作為指南。					
平均功率相對於在 [使用者設定] 中設定的MMP參數的每個時間實時計算，以顯示與MMP的比率。選擇「自動」時，將顯示最高比率和時間。					
資料欄位左下角的持續時間會自動更新為強度最高的時間。					
數值會根據持續時間變高，當MMP更新時變為100%。					
- 要使用此功能，您需要Pioneer踩踏監視傳感器或ANT+功率計。設定 [設定] > [使用者設定] > [MMP] 的各時間。 - 您可以透過在 [設定] > [Cyclo-Sphere] 中與Cyclo-Sphere同步，從累積的記錄資料中下載過去三個月的MMP參數。 60分鐘強度指示與FTP值的比率。因此，即使您在過去三個月內沒有60分鐘的最佳資料，也可以正確顯示訓練強度。從 [設定] > [使用者設定] > [FTP] 設定。					

Power	Power	• Watt • %FTP • %CP • LEVEL • W/ kg	Pwr	—	目前輸出。它指示ANT+功率計或ANT+智能訓練器的功率值。如果在連接踩踏監視傳感器時未連接ANT+功率計或智能訓練器，它指示踩踏監視傳感器的功率值。
	Power Avg			Av	平均輸出
	Power Lap Avg			LapAv	每圈輸出
	Power n sec Avg	• 3 s. Avg • 5 s. Avg • 10 s. Avg • 30 s. Avg • 60 s. Avg		Ns	固定期間的平均輸出
	Power Max	• Watt • %FTP • %CP • LEVEL • W/ kg		Mx	最大輸出
	Power Lap Max			LapMx	每圈最大輸出
	Power Last Lap Avg			LstAv	最後一圈平均輸出
	Power Last Lap Max			LstMx	最後一圈最大輸出
	Total Work Amount	kJ	Work	—	總作功量
	Total Work Amount Lap			Lap	每圈總作功量
Power Balance	Power Balance	%	Bal/ BalLR	—	目前功率左/ 右比率。它指示ANT+功率計或智能訓練器的左 / 右比率。如果連接踩踏監視傳感器時未連接ANT+功率計或智能訓練器或不支持平衡顯示，它指示踩踏監視傳感器的左/ 右比率。
	Power Bal Avg			Av	平均左/ 右比率
	Power Bal Step Avg			LapAv	每圈平均左/ 右比率
	Power Bal n sec Avg	• 3 s. Avg • 5 s. Avg • 10 s. Avg • 30 s. Avg • 60 s. Avg		Ns	固定期間的平均左/ 右比率

Torque L	Torque L	N · m	TrqL	—	左側的目前扭力。它指示ANT+功率計或智能訓練器左側的目前扭力。如果連接腳踏監視傳感器時未連接ANT+功率計或智能訓練器或不支持扭力顯示，它指示腳踏監視傳感器左側的扭力。
	Torque L Avg			Av	左側的平均扭力
	Torque L Lap Avg			LapAv	左側平均每圈扭力
	Torque L n sec Avg	• 3 s. Avg • 5 s. Avg • 10 s. Avg • 30 s. Avg • 60 s. Avg		Ns	左側固定期間的平均扭力
	Torque L Max	N · m		Mx	左側最大扭力
	Torque L Lap Max			LapMx	左側每圈最大扭力
	Torque L Last Lap Avg			LstAv	左側最後一圈的平均扭力
	Torque L Last Lap Max			LstMx	左側最後一圈的最大扭力
Torque R	Torque R	N · m	TrqR	—	右側的目前扭力。它指示ANT+功率計或智能訓練器右側的目前扭力。如果連接腳踏監視傳感器時未連接ANT+功率計或智能訓練器或不支持扭力顯示，它指示腳踏監視傳感器右側的扭力。
	Torque R Avg			Av	右側平均扭力
	Torque R Lap Avg			LapAv	右側平均每圈扭力
	Torque R n sec Avg	• 3 s. Avg • 5 s. Avg • 10 s. Avg • 30 s. Avg • 60 s. Avg		Ns	右側固定期間的平均扭力
	Torque R Max	N · m		Mx	右側最大扭力
	Torque R Lap Max			LapMx	右側每圈最大扭力

	Torque R Last Lap Avg			LstAv	右側最後一圈的平均扭力
	Torque R Last Lap Max			LstMx	右側最後一圈的最大扭力
Torque LR	Torque LR	N·m	Trq	—	左右兩側的目前扭力。它指示ANT+功率計或智能訓練器左右兩側的目前扭力。如果連接踩踏監視傳感器時未連接ANT+功率計或智能訓練器或不支持扭力顯示，它指示踩踏監視傳感器左右兩側的扭力。
	Torque LR Avg			Av	左右兩側的平均扭力
	Torque LR Lap Avg			LapAv	左右兩側平均每圈扭力
	Torque LR n sec Avg			Ns	左右兩側固定期間的平均扭力
	Torque LR Max	N·m		Mx	左右兩側的最大扭力
	Torque LR Lap Max			LapMx	左右兩側每圈最大扭力
	Torque LR Last Lap Avg			LstAv	左右兩側最後一圈的平均扭力
	Torque LR Last Lap Max			LstMx	左右兩側最後一圈的最大扭力
Torque Effect	Torque Effect	%	TE	—	旋轉方向（切線方向）上正扭力相對於正扭力和負扭力總和的比率
	Pedal Smoothness		PS	—	旋轉方向（切線方向）上相對於平均扭力的最大扭力
	GPR	Watt	GPR	—	Gross Power Released的縮寫，它是從旋轉方向（切線方向）正扭力和踏頻計算出的正功率值。
	GPA		GPA	—	Gross Power Absorbed的縮寫，它是從旋轉方向（切線方向）負扭力和踏頻計算出的負功率值。從目前功率值中減去GPR得到的值。
	KI	—	KI	—	Kurtotic Index的縮寫，它是踩踏順暢度的倒數。用於表示踩踏順暢度的指數。

	Torque Effect L	%	TE L	—	左側正扭力相對於總扭力的比率
	Pedal Smoothness L		PS L	—	左側最大扭力相對於平均扭力的比率
	GPR L	Watt	GPR L	—	左側的正功率值
	GPA L		GPA L	—	左側的負功率值
	KI L	—	KI L	—	左側踩踏順暢度的倒數
	Torque Effect R	%	TE R	—	右側正扭力相對於總扭力的比率
	Pedal Smoothness R		PS R	—	右側最大扭力相對於平均扭力的比率
	GPR R	Watt	GPR R	—	右側的正功率值
	GPA R		GPA R	—	右側的負功率值
	KI R	—	KI R	—	右側踩踏順暢度的倒數
Pedaling L	Power L	Watt	PmL	—	左側踩踏監視器輸出
	Power L Avg			Av	左側踩踏監視器平均輸出
	Power L Lap Avg			LapAv	左側踩踏監視器每圈平均輸出
	Power L n sec Avg			Ns	左側踩踏監視器固定時間段平均輸出
	Power L Max	Watt		Mx	左側踩踏監視器最大輸出
	Power L Lap Max			LapMx	左側踩踏監視器每圈最大輸出
	Power L Last Lap Avg			LstAv	左側踩踏監視器最後一圈平均輸出
	Power L Last Lap Max			LstMx	左側踩踏監視器最後一圈最大輸出

Pedaling Efficiency L	Pedaling Efficiency L	%	EffL	—	左側踩踏監視器的曲柄旋轉一圈在旋轉方向上的總力相對於旋轉方向上的力（切線方向）和旋轉方向上的垂直方向上的力（法線方向）得到的合力的比率。旋轉方向上的力在旋轉方向上加算，在反方向上減算。
	Efficiency L Avg			Av	左側踩踏監視器的平均踩踏效率
	Efficiency L Lap Avg			LapAv	左側踩踏監視器每圈平均踩踏效率
	Pedaling Efficiency L n sec Avg	• 3 s. Avg • 5 s. Avg • 10 s. Avg • 30 s. Avg • 60 s. Avg		Ns	左側踩踏監視器固定時段平均踩踏效率
Pedaling Loss L	Pedaling Loss L	%	LossL	—	左側踩踏監視器的曲柄旋轉一圈在旋轉方向和垂直方向上的總力相對於旋轉方向上的力（切線方向）和旋轉方向上的垂直方向上的力（法線方向）得到的合力的比率。
	Loss L Avg			Av	左側踩踏監視器平均損失率
	Loss L Lap Avg			LapAv	左側踩踏監視器每圈平均損失率
	Loss L n sec Avg	• 3 s. Avg • 5 s. Avg • 10 s. Avg • 30 s. Avg • 60 s. Avg		Ns	左側踩踏監視器固定時段平均損失率

Pedaling R	Power R	Watt	PmR	—	右側踩踏監視器輸出	
	Power R Avg			Av	右側踩踏監視器平均輸出	
	Power R Lap Avg			LapAv	右側踩踏監視器每圈平均輸出	
	Power R n sec Avg			Ns	右側踩踏監視器固定時間段平均輸出	
	Power R Max	Watt		Mx	右側踩踏監視器最大輸出	
	Power R Lap Max			LapMx	右側踩踏監視器每圈最大輸出	
	Power R Last Lap Avg			LstAv	右側踩踏監視器最後一圈平均輸出	
	Power R Last Lap Max			LstMx	右側踩踏監視器最後一圈最大輸出	
Pedaling Efficiency R	Pedaling Efficiency R	%	EffR	—	右側踩踏監視器的曲柄旋轉一圈在旋轉方向上的總力相對於旋轉方向上的力（切線方向）和旋轉方向上的垂直方向上的力（法線方向）得到的合力的比率。旋轉方向上的力在旋轉方向上加算，在反方向上減算。	

	Efficiency R Avg			Av	右側踩踏監視器的平均踩踏效率
	Efficiency R Lap Avg			LapAv	右側踩踏監視器每圈平均踩踏效率
	Pedaling Efficiency R n sec Avg	• 3 s. Avg • 5 s. Avg • 10 s. Avg • 30 s. Avg • 60 s. Avg		Ns	右側踩踏監視器固定時段平均踩踏效率
	Pedaling Loss R	%	LossR	—	右側踩踏監視器的曲柄旋轉一圈在旋轉方向和垂直方向上的總力相對於旋轉方向上的力（切線方向）和旋轉方向上的垂直方向上的力（法線方向）得到的合力的比率。
	Loss R Avg			Av	右側踩踏監視器平均損失率
	Loss R Lap Avg			LapAv	右側踩踏監視器每圈平均損失率
	Loss R n sec Avg	• 3 s. Avg • 5 s. Avg • 10 s. Avg • 30 s. Avg • 60 s. Avg		Ns	右側踩踏監視器固定時段平均損失率
Pedaling LR	Power LR	• Watt	Pm	—	左右兩側踩踏監視器輸出
	Power LR Avg	• %FTP • %CP		Av	左右兩側踩踏監視器平均輸出
	Power LR Lap Avg	• LEVEL • W/ kg		LapAv	左右兩側踩踏監視器每圈平均輸出
	Power LR n sec Avg	• 3 s. Avg • 5 s. Avg • 10 s. Avg • 30 s. Avg • 60 s. Avg		Ns	左右兩側踩踏監視器固定時段平均輸出
	Power LR Max	• Watt • %FTP		Mx	左右兩側踩踏監視器最大輸出
	Power LR Lap Max	• %CP • LEVEL		LapMx	左右兩側踩踏監視器每圈最大輸出
	Power LR Last Lap Avg	• W/ kg		LstAv	左右兩側踩踏監視器最後一圈平均輸出
	Power LR Last Lap Max			LstMx	左右兩側踩踏監視器最後一圈最大輸出

	Power Max n sec Avg	• 3 s. Avg • 5 s. Avg	Pm	NsMx	左右兩側踩踏監視器固定時段最大輸出
	Power LR Lap Max n sec Avg	• 10 s. Avg • 30 s. Avg • 60 s. Avg		NsLMx	左右兩側踩踏監視器每圈固定時段最大輸出
	Power LR Last Lap Max n sec Avg			NsLLMx	左右兩側踩踏監視器最後一圈固定時段最大輸出
	Total Work Amount LR	kJ	PmWork	—	左右兩側踩踏監視器的總作功量
	Total Work Amount LR Lap			Lap	左右兩側踩踏監視器每圈總作功量
Pedaling Balance LR	Power Balance	%	PmBal	—	左右兩側踩踏監視器的左/ 右比率
	Power Bal Avg			Av	左右兩側踩踏監視器的平均左/ 右比率
	Power Bal Step Avg			LapAv	左右兩側踩踏監視器每圈平均左 / 右比率
	Power Bal n sec Avg	• 3 s. Avg • 5 s. Avg • 10 s. Avg • 30 s. Avg • 60 s. Avg		Ns	左右兩側踩踏監視器固定期的平均左/ 右比率
	Power Bal Last Lap Avg	%		LstAv	左右兩側踩踏監視器最後一圈的平均左/ 右比率
Pedaling Efficiency LR	Pedaling Efficiency LR	%	Eff	—	左右兩側踩踏監視器的曲柄旋轉一圈在旋轉方向上的總力相對於旋轉方向上的力（切線方向）和旋轉方向上的垂直方向上的力（法線方向）得到的合力的比率。旋轉方向上的力在旋轉方向上加算，在反方向上減算。
	Efficiency LR Avg			Av	左右兩側踩踏監視器平均踩踏效率
	Efficiency LR Lap Avg			LapAv	左右兩側踩踏監視器每圈平均踩踏效率
	Pedaling Efficiency LR n sec Avg	• 3 s. Avg • 5 s. Avg • 10 s. Avg • 30 s. Avg • 60 s. Avg		Ns	左右兩側踩踏監視器固定時段的平均踩踏效率

	Efficiency LR Last Lap Avg	%		LstAv	左右兩側踩踏監視器最後一圈平均踩踏效率		
	Pedaling Efficiency LR			—	分別顯示左右兩側踩踏監視器的左右踩踏效率		
	Pedaling Efficiency LR Avg			Av	分別顯示左右兩側踩踏監視器的左右平均踩踏效率		
	Pedaling Efficiency LR Lap Avg			LapAv	分別顯示左右兩側踩踏監視器的每圈左右平均踩踏效率		
	Pedaling Efficiency LR n sec Avg	• 3 s. Avg • 5 s. Avg • 10 s. Avg • 30 s. Avg • 60 s. Avg		Ns	分別顯示左右兩側踩踏監視器固定期左右平均踩踏效率		
	Pedaling Efficiency LR Last Lap Avg			%	LstAv	分別顯示左右兩側踩踏監視器的最後一圈左右平均踩踏效率	
	Pedaling Loss LR				Loss	—	左右兩側踩踏監視器的曲柄旋轉一圈在旋轉方向和垂直方向上的總力相對於旋轉方向上的力（切線方向）和旋轉方向上的垂直方向上的力（法線方向）得到的合力的比率。
	Loss LR Avg					Av	左右兩側踩踏監視器的平均損失率
	Loss LR Lap Avg	LapAv				左右兩側踩踏監視器的每圈平均損失率	
Loss LR n sec Avg	• 3 s. Avg • 5 s. Avg • 10 s. Avg • 30 s. Avg • 60 s. Avg	Ns	左右兩側踩踏監視器固定期的平均損失率				
Temperature		° C	Temp	—	目前溫度		
Temperature Avg			Av	平均溫度			
Temperature Max			Mx	最高溫度			
Temperature Min	Min		最低氣溫				
Air Pressure	Air Pressure	hPa	Atm	—	目前氣壓		

Altitude	Altitude	m或ft (*)	Alt	—	目前海拔高度
	Elevation Gain		EleG	—	升高的海拔高度差總值
	Elevation Gain Lap			Lap	每圈升高的海拔高度差總值
	Elevation Loss		EleL	—	降低的海拔高度差總值
	Elevation Loss Lap			Lap	每圈降低的海拔高度差總值
	Elevation Gain Last Lap		EleG	Lst	最後一圈升高的海拔高度差總值
Gradient	Gradient	%	Grade	—	梯度
Lap Count	Lap Count	Count	Lap	—	圈數
GPS	Latitude	Lat	Lat	—	目前位置的緯度
	Longitude	Lon	Lon	—	目前位置的經度
Gear	Front/Rear	• Gear Position • Teeth	Gear	FR	顯示前後齒輪位置和齒數
	Front	• Gear Position • Position/ Max • Teeth		F	顯示前部的齒輪位置和齒數
	Rear	• Gear Position • Position/ Max • Teeth		R	顯示後部的齒輪位置和齒數
	Gear Ratio	Ratio		Ratio	顯示前後齒輪比

Battery	Main Unit	%	Batt	HU	裝置剩餘電池電量
	Left Pedaling Monitor	• Level • Volt		PmL	左踩踏監視器剩餘電池電量
	Right Pedaling Monitor	• Level • Volt		PmR	右踩踏監視器剩餘電池電量
	Power Meter	Level		Pwr	功率計剩餘電池電量
	Di2	%		Di2	Di2剩餘電池電量
	Front Deraillieur	Level		FD	前撥剩餘電池電量
	Rear Deraillieur			RD	後撥剩餘電池電量
	Left Shifter			ShiftL	左換檔器的剩餘電池電量
	Right Shifter			ShiftR	右換檔器的剩餘電池電量
	System Deraillieur			DL	系統變速器的剩餘電池電量
Road Surface information	Vibration	G	Road	—	目前振動量
	Vibration Avg			Av	平均振動量
	Vibration Lap Avg			LapAv	每圈平均振動量
	Vibration n sec Avg			Ns	固定期平均振動量
	Vibration Max	G		Mx	最大振動量
	Vibration Lap Max			LapMx	每圈最大振動量
	Vibration Last Lap Avg			LstAv	最後一圈平均振動量
Vibration Last Lap Max	LstMx		最後一圈最大振動量		

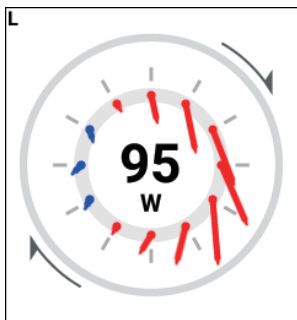
Live Partner	User Name	Partner 1	Pt#	—	現場夥伴的用戶名
	3-second Average Power	Partner 2		3s	現場夥伴的3秒平均輸出
	3-second Average Power Body-Weight Ratio	Partner 3		3s	現場夥伴的3秒平均輸出（體重比）
	Power Avg			Av	現場夥伴的平均輸出
	Power Lap Avg			LapAv	現場夥伴每圈平均輸出
	Pedaling Efficiency LR			Eff	現場夥伴左右踩踏效率
	TSS			TSS	現場夥伴的TSS
	Intensity			IntNs	現場夥伴的強度
	Cadence			Cad	現場夥伴的踏頻
	Heart Rate			HR	現場夥伴的心率
	Calories			Cal	現場夥伴消耗的卡路里
	%MAX Heart Rate			HR	現場夥伴心率與最大心率的比率
Course	Distance to Destination	公里或英里（*）	Course	DistD	到目的地的距離
	Direction to Destination	—		DirecD	到目的地的方向
	Distance to Guidance Point	公里或英里（*）		DistN	到指引點的距離
	Guidance Point Message	—		NextTxt	指引點的文字資訊顯示

Strava Live Segment	Distance to Start Point	公里或英里 (*)	DistS	—	到區間的起點的距離
	Elevation Gain	m或ft	SegEleG	—	區間的高程
	KOM	Auto	KOM	—	區間KOM時間
	Personal Record		PR	—	區間的個人記錄
	Remaining Distance	公里或英里 (*)	SegRem	—	區間的剩餘距離
	Time Ahead/ behind KOM	Auto	KOM Diff	—	選擇 [設定]> [使用者設定]> [性別]> [女] 時，將顯示QOM。
	Time Ahead/ behind PR		PR Diff	—	區間前/ 後於個人記錄時間比率
	Elapsed Time		SegElap	—	從區間開始到現在經過的時間

*請修改以便用戶可以選擇w/kg作為單位，即使其他顯示使用miles/ft/lbs。有關單位制的詳細資訊，請參閱「[系統設定](#)」。

圖表類型

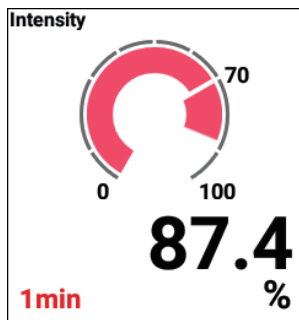
踩踏圖



繪圖模式	繪圖面	資料類型	顯示類型
------	-----	------	------

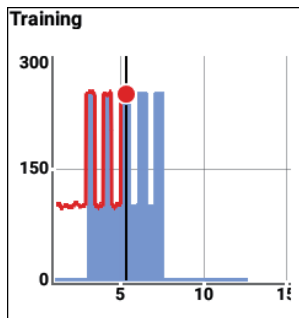
Vector display Torque display	Left Right Left and right	Power	Watt
		Power n sec Avg	3 s. Avg 5 s. Avg 10 s. Avg
		Pedaling Efficiency	%
		Pedaling Efficiency n sec Avg	3 s. Avg 5 s. Avg 10 s. Avg

齒輪圖



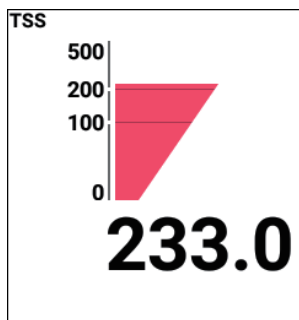
繪圖模式	顯示類型
Gear position	Front Rear Front/rear

訓練



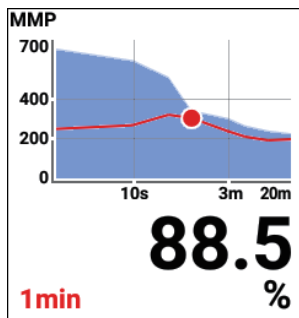
繪圖模式	顯示類型
訓練定時	5 min
	10 min
	20 min
	60 min

TSS



繪圖模式	顯示類型
—	—

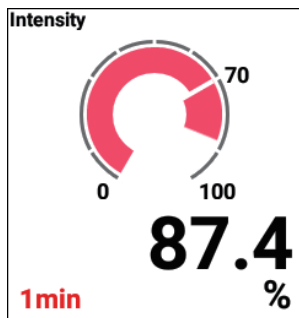
MMP



繪圖模式

顯示類型

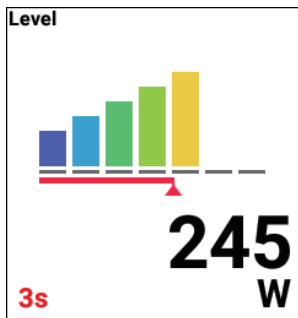
強度



繪圖模式

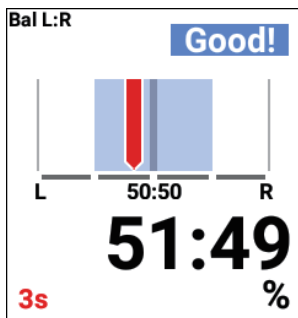
顯示類型

水平



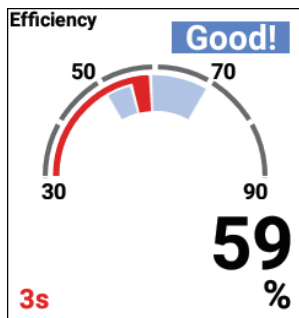
繪圖模式	顯示類型
—	—

平衡



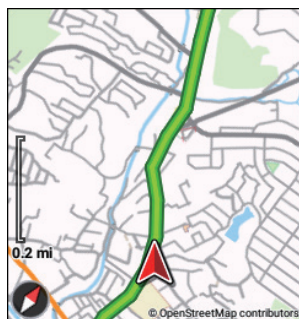
繪圖模式	顯示類型
—	—

踩踏效率

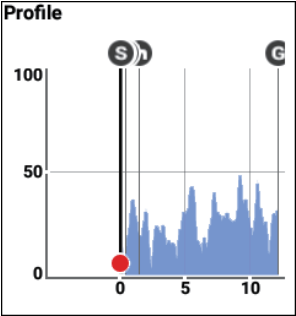


繪圖模式	顯示類型
—	—

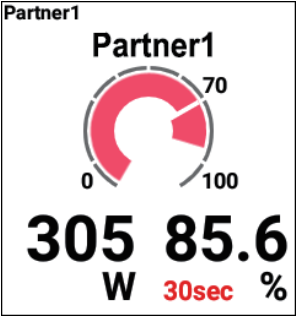
路線



繪圖模式	顯示類型
Course	Enable Disable
騎行曆史	Enable Disable



繪圖模式	顯示類型
Distance	1.0 km
	5 km
	10 km
	50 km
	100 km
	200 km
	500 km
	或
	0.6 mi
	3 mi
	6 mi
	30 mi
	60 mi
	120 mi
	300 mi



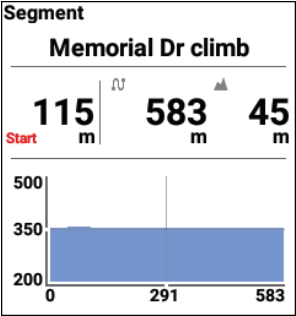
繪圖模式	顯示類型
Partner	Partner 1 Partner 2 Partner 3

提示表



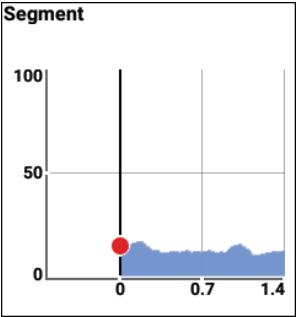
繪圖模式	顯示類型
—	—

Strava Live Segment



繪圖模式	顯示類型
目標	KOM PR

區間配置

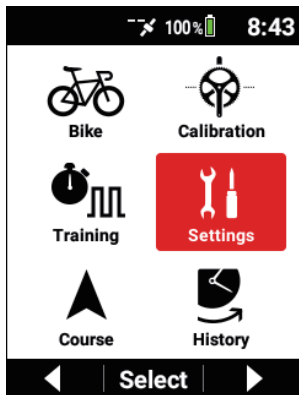


繪圖模式	顯示類型
—	—

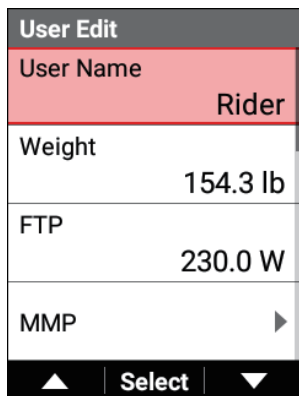
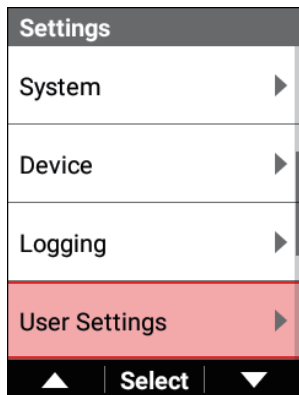
用戶設定

註冊和設定用戶資訊。
請正確設定用戶資訊以確保獲取準確的資料。

- 1 按 [選單] 按鈕。
- 2 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [設定]，然後按 [確認] 按鈕。



- 3 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [使用者設定]，然後按 [確認] 按鈕。



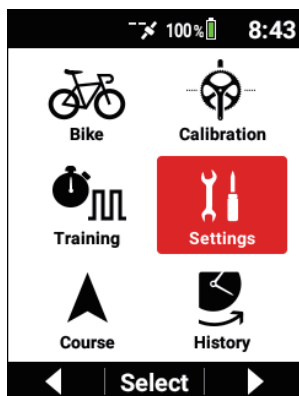
設定項目	描述
名稱	輸入用戶名。
重量	輸入你的體重。

FTP	輸入您的FTP值。
MMP	輸入10秒，30秒，1分鐘，3分鐘，5分鐘，10分鐘和20分鐘的MMP資料。
電量	根據FTP值檢查功率級別（L1至L7）。
心率 Max	輸入您的最大心率。
心率 Min	輸入您的靜息心率。
心率區	根據您的最大心率和靜息心率檢查您的心率區（Z1至Z5）。
最大攝氧量	輸入您的最大氧氣攝入量。 使用此值和心率計算卡路里。
性別	設定 [男]、[女] 和 [N/A] 中的任何一個。
生日	設定出生日期。 年月日的順序取決於系統設定中的 [日期 & 時間] - [日期格式] 設定。

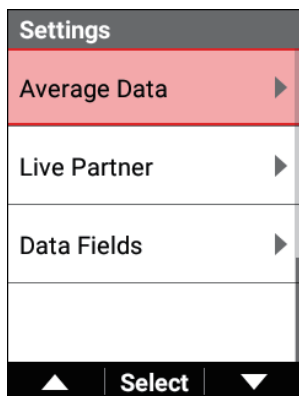
平均值設定

對於功率、踏頻和速度的平均值計算，可以設定去除零值資料。
可以設定使曲柄旋轉停止時平均功率和平均踏頻不減小，例如在騎下坡時。

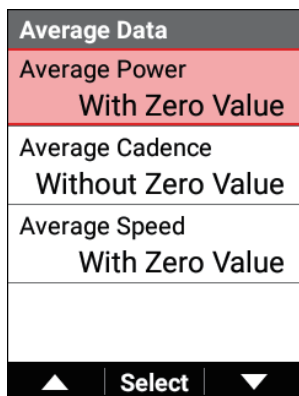
- 1 按 [選單] 按鈕。
- 2 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [設定]，然後按 [確認] 按鈕。



- 3 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [平均數據]，然後按 [確認] 按鈕。



- 4 設定各項目。



出廠預設設定如下。

平均功率：含零值

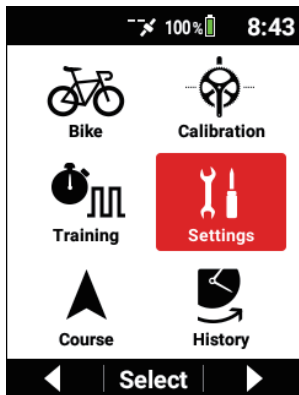
平均踏頻：不含零值

平均速度：含零值

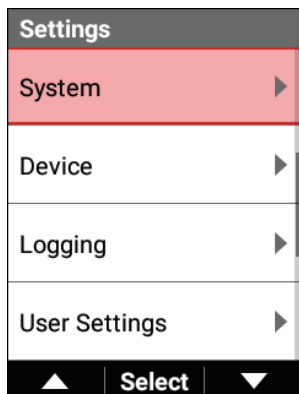
系統設定

配置與裝置的常規系統相關的設定。

- 1 按 [選單] 按鈕。
- 2 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [設定]，然後按 [確認] 按鈕。



- 3 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [系統]，然後按 [確認] 按鈕。



設定項目	描述
語言	設定裝置的顯示語言（English*/日本語/Francais/Espariol/繁體中文/Nederlands/Deutsch/Italiano）。*

日期 & 時間	設定時區和目前日期和時間。 如果勾選 [24時格式] 核取方塊，則時間將以24小時格式顯示。您還可以設定日期的顯示順序。
單位	設定距離、高度、氣溫和重量的顯示單位（mi/ft, lb, °F*/km, kg, °C）。
訊息時間	設定顯示屏上顯示的各種訊息的顯示時間（1秒、3秒*或5秒）。
初始化/備份	初始化和備份裝置。 您還可以使用備份的系統資料恢復裝置的狀態。 ■執行初始化 ■備份 ■執行恢復
韌體更新	更新裝置的韌體。
韌體版本	檢視裝置的系統版本。
序號	檢視裝置的序列號。
Wi-Fi MAC 地址	檢視裝置的Wi-Fi MAC位址。
憑證	顯示裝置上安裝的軟件的開源許可，以及裝置的商標資訊和驗證資訊。
Service Code	輸入裝置的服務代碼。
獲取	啟用或禁用*擷取。 如果啟用此功能，按住 [計時圈] 按鈕將擷取畫面並將資料儲存到裝置內部記憶體（/CA600/Pioneer/Capture/）中的PNG檔案。檔案名稱將為「CAPTURE_YYYY_MM_DD_hh_mm_ss.png」。 儲存完成時，將出現「螢幕截圖已保存。」訊息。 如果由於空間不足而導致儲存失敗，則會出現「螢幕截圖失敗。」訊息。

*: 出廠預設設定

注意

- 啟用擷取功能時，在停止記錄時按住 [計時圈] 按鈕儲存記錄資料的功能將不起作用。

■執行初始化

透過在上一節中描述的系統設定中選擇 [初始化/備份] → [初始化]，您可以將裝置系統和應用程式設定恢復為預設狀態。

初始化完成時將顯示訊息，裝置將自動重新啟動系統。
重新啟動後，將顯示初始設定畫面。執行初始設定。

初始設置

注意

- 如果裝置透過USB纜線連接到PC，請在執行初始化之前將其斷開。
- 當裝置與PC連接時，可能無法顯示或更新記憶體的內容。
若您斷開然後重新連接USB纜線，則將進行更新。
- 如果此裝置正在執行記錄，請停止記錄並儲存記錄資料。
- 執行初始化時，系統資料將丟失。
初始化之前請將備份資料儲存到PC或其他裝置的存儲介質中。

■ 備份

初始化的資料

初始化的設定目標是系統設定，[日期 & 時間] 以及儀表畫面的設定和記錄資料除外。

所有地圖資料都將被刪除，並且不會回到預設狀態。請重新下載最新的地圖。

地圖下載

■ 備份

您可以透過在上一節中描述的系統設定中選擇 [初始化/備份] → [備份] 來建立裝置系統和應用程式設定的備份資料。

例如，如果您意外初始化系統，可以使用備份資料還原系統。

注意

- 如果裝置透過USB纜線連接到PC，請在備份前將其斷開。
- 當裝置與PC連接時，備份檔案的日期可能不會更新。
若您斷開然後重新連接USB纜線，則將進行更新。
- 如果此裝置正在執行記錄，請停止記錄並儲存記錄資料。

備份資料

備份的設定目標是系統設定，[日期 & 時間] 以及儀表畫面的設定除外。

記錄資料不包含在備份資料中。

請將記錄資料儲存到單獨的PC或其他裝置的存儲介質中。

■ 執行恢復

您可以透過在上一節中描述的系統設定中選擇 [初始化/備份] → [恢復] 來執行備份資料 (/CA600/Pioneer/Setting/Backup.zip) 恢復。

恢復完成時將顯示訊息，裝置將自動重啟。

注意

- 如果此裝置正在執行記錄，請在執行還原之前停止記錄並儲存記錄資料。

恢復的資料

恢復的設定目標是系統設定，[日期 & 時間] 以及儀表畫面的設定除外。

■ 更新韌體

您可以透過在上一節中描述的系統設定中選擇 [韌體更新] → [更新] 來更新裝置的韌體。

最新韌體從伺服器獲取並透過Wi-Fi下載到裝置。

注意

- 請在裝置充滿電時更新韌體。
- 如果下載的韌體資料損壞或發生網絡錯誤，則會顯示訊息。
- 如果韌體更新失敗，畫面上會顯示訊息。
按住 [電源] 按鈕2秒或更長時間關閉電源。

透過Wi-Fi更新時

需要先啟用裝置的Wi-Fi功能。

即使您已經設定了Wi-Fi，如果無法透過Wi-Fi進行連接，請按 [確認] 按鈕進入Wi-Fi設定畫面。

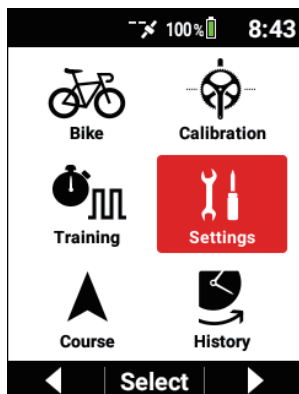
[Wi-Fi設定](#)

裝置設定

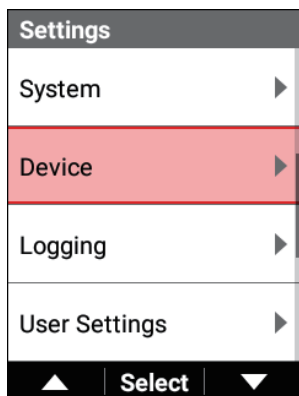
檢查電池狀態並配置裝置的設定。

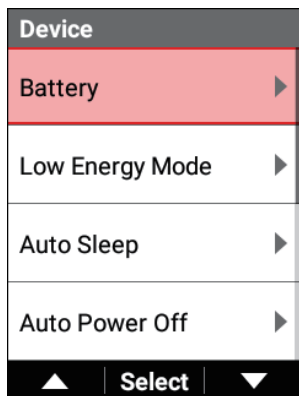
- 1** 按 [選單] 按鈕。

- 2 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [設定]，然後按 [確認] 按鈕。



- 3 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [裝置]，然後按 [確認] 按鈕。





設定項目	描述
Battery	您可以檢查電池電量。
低功耗模式	啟用*或禁用省電模式和設定電池閾值。 啟用省電模式後，如果剩餘電池電量降到低於閾值，則會顯示訊息，然後裝置會在大約10秒鐘後切換到省電模式。設定會自動調整，以使可能的運行時間變長。 在省電模式下，藍牙連接不起作用，LCD不顯示資訊。 按 [←] 和 [→] 以外的任何按鈕開啟LCD顯示屏。 出廠設定是 [10%]。
自動睡眠	啟用*或禁用自動睡眠和設定自動睡眠之前的時間。 啟用自動睡眠時，如果在開始記錄之前或自動暫停期間在設定時間內沒有按鈕操作或騎行，則會顯示訊息，然後裝置會在大約10秒後休眠。 當啟用自動關機設定時，如果睡眠狀態在設定時間內繼續，則電源將自動從睡眠狀態關閉。 當踩踏監視器、ANT+功率計或ANT+智能訓練器的功率值或踏頻值變為有效時，裝置將自動喚醒。 當變為有效時，如果裝置已經睡眠一分鐘或更長時間，則可能需要一段時間才能喚醒。
自動關機	啟用*或禁用自動關機並設定自動關機前的時間。 啟用自動關機功能時，如果在設定時間內沒有按鈕操作或騎行，則會顯示訊息，然後裝置會在大約1分鐘後關閉電源。

海拔校正

啟用*或禁用自動GPS海拔高度校準和設定校準方法（目前海拔高度*/海平面氣壓/GPS）。
您還可以檢查目前的海拔高度。
校準也可以手動進行。

注意

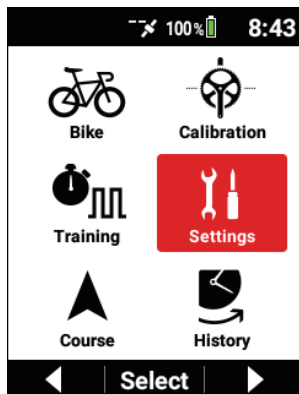
- 如果在啟用省電模式的狀態下裝置剛啟動後剩餘電池電量就在閾值或更低，則會出現訊息，然後裝置在大約10秒後切換到省電模式。
- 如果在省電模式下給電池充電，省電模式將取消。
- 如果在省電模式下液晶顯示屏開啟後10秒內按 [選單] 按鈕，則會顯示「禁用低功耗模式？」訊息。
如果選擇 [OK] 然後按 [確認] 按鈕，將取消省電模式，暫時禁用省電模式設定，並顯示主選單。如果關閉裝置電源，將再次啟用省電模式。
- 自動暫停、自動睡眠和自動關機在省電模式下也能工作。
- 即使啟用了自動關閉電源，裝置也不會在上傳記錄資料時關閉電源。
上傳結束後裝置將關閉。
- 當GPS在記錄開始之前、自動暫停期間以及儲存記錄資料之後接收到3D定位資訊時，自動GPS高度校正功能自動將從GPS獲得的高度值與目前高度進行比較，如果差異很大則校正高度。
它能夠自動校正因氣候變化等引起的高度誤差。

Wi-Fi設定

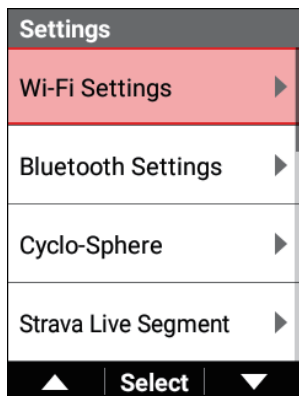
配置與Wi-Fi相關的設定，例如切換Wi-Fi連接和添加存取點。

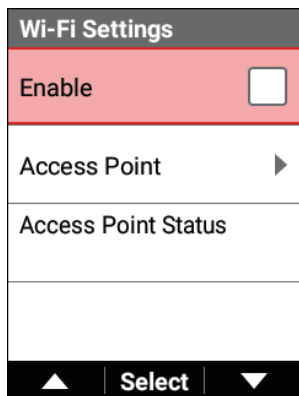
- 1** 按 [選單] 按鈕。

- 2 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [設定]，然後按 [確認] 按鈕。



- 3 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [Wi-Fi 設定]，然後按 [確認] 按鈕。





設定項目	描述
啟用	啟用或禁用* W-Fi連接。
接入點	顯示裝置可以檢測到的存取點清單。 使用 [←]/[→] 按鈕選擇連接目的地，然後按 [確認] 按鈕。 出現「選擇操作。」的訊息。 要進行連接，請按 [確認] 按鈕。 裝置首次嘗試連接時，畫面切換到密碼輸入畫面。 如果有連接歷史，則裝置將連接。 要刪除存取點資訊，請按 [→] 按鈕。 存取點的密碼和其他資訊將被刪除。
接入點狀態	顯示連接的存取點的狀態。

注意

- 裝置支持「WEP」和「WPA/WPA2 PSK」標準。
- 裝置不支持無線LAN路由器和無線LAN存取點的隱藏功能。
啟用了隱藏功能的路由器和存取點不會顯示在裝置的連接清單中。
- 裝置無法連接到需要使用Web瀏覽器輸入帳戶資訊的存取點。

藍牙設定

設定要使用藍牙的項目（功能）。

藍牙連接最多可以有4個，並且可以根據使用目的啟用或禁用頻道。

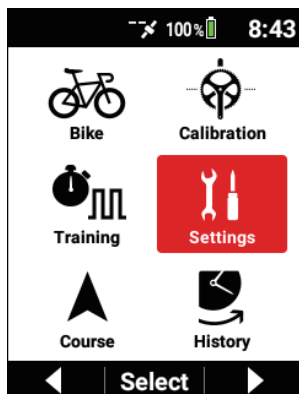
目前的藍牙連接狀態也會顯示。

注意

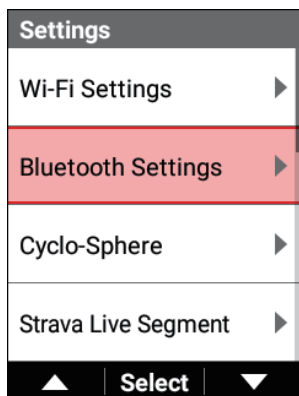
- 如果無法與智能手機建立連接或不穩定，請檢視以下。
 - 將裝置韌體更新到最新版本，並將Cyclo-Sphere Control App更新到最新版本。
 - 在裝置運行時在前台顯示Cyclo-Sphere Control App並檢查裝置是否已連接。
 - 退出Cyclo-Sphere Control應用程式，然後重新啟動它。退出程序因使用的作業系統而異。
例：如果是運行iOS 12的iPhone 8，請點按主畫面按鈕兩次，然後向上滑動Cyclo-Sphere Control App。
- 關閉作業系統設定的藍牙畫面中的藍牙功能，然後重新開啟。
- 如果Cyclo-Sphere Control App中顯示「可能存在藍牙錯誤。請在設定中關閉藍牙，然後重新開啟以重新啟動。」訊息，請關閉作業系統設定的藍牙畫面中的藍牙功能，然後重新開啟。
- 從作業系統設定的藍牙畫面中顯示的裝置中刪除此裝置的裝置名稱（P-*****，其中星號是裝置背面序列號的最後六位數字）。（僅限iOS）
- 如果從作業系統設定的藍牙畫面中顯示的裝置中減少註冊的藍牙裝置的數量，連接可能會變得穩定。
- 要在Android裝置上使用藍牙功能，您需要開啟定位資訊。
- 如果附近有微波爐或Wi-Fi或其他裝置發出的2.4 GHz頻段電波干擾，則可能無法穩定運行，因此請在信號良好的環境中檢查連接。
- 從Cyclo-Sphere Control App的裝置清單中刪除此裝置，然後再次透過「添加新裝置」進行添加。
- 重新安裝Cyclo-Sphere Control App。

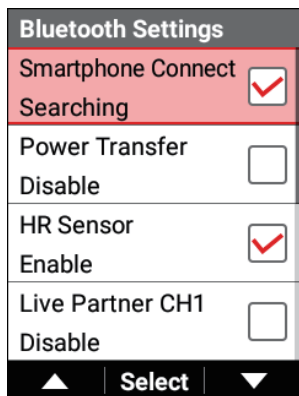
1 按「選單」按鈕。

- 2 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [設定]，然後按 [確認] 按鈕。



- 3 使用 [←]/[→] 按鈕選擇 [藍牙設定]，然後按 [確認] 按鈕。





設定項目	描述
智能手機連接/功率傳輸/HR感應器/現場夥伴CH1/現場夥伴CH2/現場夥伴CH3	啟用或禁用要使用的項目（功能）。最多可以啟用四個項目。 [智能手機連接]、[HR感應器] 預設為啟用。[智能手機連接] 的設定始終有效且無法變更。

注意

- 如果停用 [HR Sensor]，添加傳感器時藍牙心率傳感器將不會出現在清單中。

與外部服務連結

Strava

您可以使用iPhone或Android裝置上的Cyclo-Sphere Control App同步在Strava中建立的路線和區間，然後導入它們以便在裝置上使用。

您可以透過使用Cyclo-Sphere Analysis App或Cyclo-Sphere Web服務的來使用記錄資料自動傳輸功能。

Ride with GPS

您可以使用iPhone或Android裝置上的Cyclo-Sphere Control App同步您在Ride with GPS中建立的路線，然後導入它們以便在裝置上使用。

沒有傳輸記錄資料到Ride with GPS的功能。

請將記錄資料上傳到Cyclo-Sphere，然後將其下載為FIT檔案，並將檔案上傳到Ride with GPS。

TrainingPeaks

您可以使用iPhone或Android裝置上的Cyclo-Sphere Control App發送您在TrainingPeaks服務中建立的訓練選單（鍛煉），然後導入它們以便在裝置上使用。您可以透過使用Cyclo-Sphere Analysis App或Cyclo-Sphere Web服務的來使用記錄資料自動傳輸功能。

ZWIFT

透過將功率計或速度傳感器連接到PC ZWIFT應用程式或iPhone或Android裝置ZWIFT應用程式，您可以在ZWIFT的虛擬空間中玩騎車。

此裝置透過使用ANT +功率傳輸功能或藍牙功率傳輸功能，能夠將踩踏監視傳感器的功率值傳輸到ZWIFT應用程式。要使用藍牙功率傳輸功能，需要在裝置上配置藍牙設定。

智能手機通知功能

本裝置與iPhone或Android裝置上的Cyclo-Sphere Control App通信，然後顯示從智能手機收到的通知資訊。

這使您可以查看收到的iMessage和其他訊息、來電、收到的社交媒體相關訊息、日程安排事件和收到的電子郵件的通知。

各種通知類型的接收可以從Cyclo-Sphere Control App啟用或禁用。

A-GPS功能

本裝置支持A-GPS（輔助GPS），用於獲取GPS、GLONASS和Michibiki衛星信號。

透過Cyclo-Sphere Control App傳輸衛星資訊高速獲取衛星定位位置，可以顯著改善啟動後立即確定自行車位置所需的時間。

A-GPS功能可以從Cyclo-Sphere Control App啟用或禁用。

經常問到的問題

下面提供了用戶常問問題的回答。

問：如何將語言設定恢復為繁體中文？

答：您可以在系統設定的「語言」中變更語言。

[系統設定](#)

問：踩踏圖的矢量不顯示。是顯示有問題嗎？

答：試試進行磁校準。

[磁校準](#)

問：零校準期間發生錯誤13。此錯誤是什麼意思？

答：是溫度突然發生了變化。

請等一會以使溫度變穩定，然後再次進行零點校準。

問：操作按鈕變得完全無法操作。是什麼原因？

答：可能是某種原因使操作變得不可能。

試試同時按住「電源/記錄」按鈕和「計時圈」按鈕10秒或更長時間，執行強制重置。

若裝置沒有問題，請勿執行強制重置。否則可能會導致失敗

問：如何上傳記錄資料？

答：上傳記錄資料有三種方法。

- ① 透過Wi-Fi從裝置的「Cyclo-Sphere」選單項上傳。
- ② 將裝置連接到PC，然後從Cyclo-Sphere的上傳按鈕上傳。
- ③ 用iPhone或Android裝置上的Cyclo-Sphere Control App使用藍牙從裝置傳輸記錄資料，然後使用電話線或Wi-Fi上傳記錄資料。

[上傳記錄資料](#)

問：能告訴我如何設定時間嗎？

答：當在記錄開始之前或儲存記錄資料之後接收到GPS信號時，將自動更新裝置的時鐘。

但如果時區設定不正確，則可能無法顯示正確的時間。

時區和時間可以在系統設定的 [日期 & 時間] 中設定。

[系統設定](#)

問：為什麼我無法透過藍牙與智能手機連接？

答：檢查藍牙設定。

[藍牙設定](#)

關於保養、儲存和處置的注意事項

■關於保養和儲存

清潔前，請確保關閉裝置的電源。

- 擦拭顯示屏上的污垢時，請使用市售清潔布輕輕擦拭顯示屏。
 - 請使用柔軟的干布或已經蘸濕並擰乾的布擦拭裝置或托架。
 - 請勿使揮發油、稀釋劑或其他揮發性化學物質、清潔劑或化學處理過的布。
- 否則可能會損壞產品或導致油漆剝落。
- 長時間存放裝置時，請將電池放電並將裝置存放在陰涼處。

■關於處置裝置

處置裝置時，請取出鋰離子電池，然後按您居住地政府的規定和規章處置裝置。請勿丟棄拆下的鋰離子電池，而應將其帶到可充電電池回收處進行回收。

■更換鋰離子電池

請勿自行更換鋰離子電池。

請諮詢維修中心。（更換電池是一項收費服務。）

■回收時的注意事項

本裝置使用鋰離子電池。

鋰離子電池含有可回收的貴重資源。

請勿丟棄鋰離子電池，而應將其帶到可充電電池回收處進行回收。

為了安全，請先用玻璃膠帶等粘好電池引線端子。



Li-ion

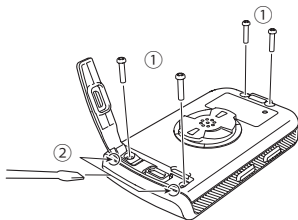
按照以下步驟取出鋰離子電池。

警告

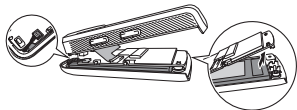
- 從裝置中取出電池時，請注意不要使工具等傷到自己。
除了處置電池外，請勿嘗試拆解裝置。

1 用十字螺絲起子卸下四個螺絲，然後從前面的凹槽中插入平口螺絲起子，用它來抬起後蓋。

卸下USB連接器蓋的螺釘時，請注意不要使螺釘起子變形。



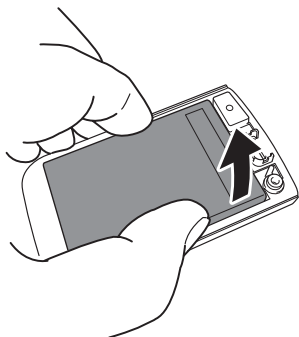
2 從電路板斷開鋰離子電池的電線，並從前面拆下整個電路板。



斷開鋰離子電池電線時，請握住並拉動連接器，不要拉動電線部分。
拉動電纜部分可能會導致斷開連接。

3 從鋰離子電池的側面插入手指並剝離膠帶。

剝掉固定鋰離子電池的膠帶以取出電池。
小心不要損壞鋰離子電池。



4 從後蓋上取下鋰離子電池。

請按您居住地政府的規定和規章，處置拆下電池的裝置。

保固和售後服務

保固卡

購買時，如果從商店收到保固卡，請檢查購買日期、商店名稱和其他資訊是否已填寫。

即使在保固期內，如果保固卡上沒有填寫任何資訊或者您丟失了保固卡，保固也將無效。

請仔細閱讀保固卡的詳細資訊，然後將其存放在安全的地方。

保固期

本產品的保固期為自購買之日起一年。

關於保固期內的維修

如果發生故障，Pioneer將依保固卡中說明的Pioneer保固條款對產品進行維修。

請諮詢您購買產品的商店。

如果向商店要求有困難，請諮詢維修中心。

關於保固期到期後的維修

請諮詢您購買產品的商店。如果向商店要求有困難，請諮詢維修中心。

如果產品維修後有用，將按要求收費維修。

維修用性能部件的最短保留期

在停產後，Pioneer保留維修裝置的性能部件至少六年。

（性能部件是維持產品功能所需的部件。）

有關裝置的問題或諮詢，請聯絡Pioneer維修中心或購買地點。