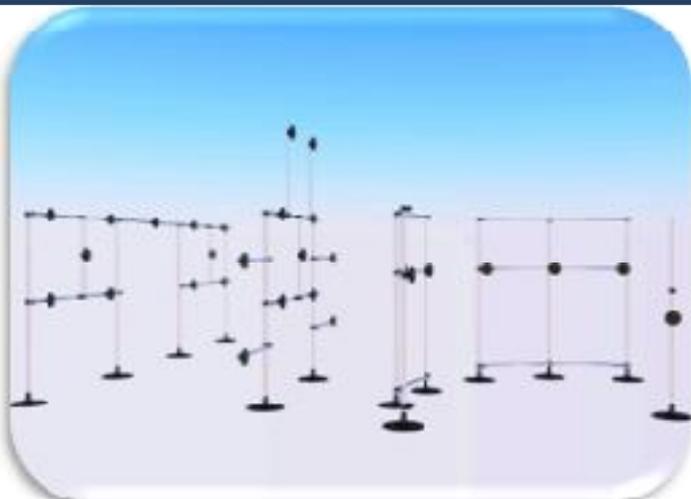




Medical Graphics Italia Srl – Via Simone d’Orsenigo, 21 – 20135 Milano – Italia
Tel. 02 54120343 – Fax 02 54120233 – info@fitlightitalia.it – www.fitlightitalia.it



Manuale d’uso fitLight TrainerTM



Fitlight Sports Corp.
14845-6 Yonge Street, Suite 376, Aurora, Ontario, Canada, L4G 6H8
Tel# 905-713-3330, Fax# 905-713-2572 Web Site: www.fitlighttraining.com

Rev 1.3 2012 ©

DICHIARAZIONI DI CONFORMITA' ALLA NORMATIVA FCC

Lo strumento è stato testato ed è risultato conforme con i limiti per una Classe B dispositivi Digitali, Parte 15 del FCC Rules. Questi limiti sono riferiti alla protezione contro interferenze da installazioni locali. Questo strumento genera/utilizza e può radiare energia radio frequenza e, se non installato ed utilizzato secondo le istruzioni del produttore, può causare interferenze con onde radio locali. Comunque, non ci sono garanzie che tali interferenze non siano presenti in particolari installazioni.

Se questo strumento causa interferenze con radio o trasmissioni televisive, quando attivato, l'operatore è autorizzato a provare ad eliminare tale interferenza mediante una o alcune delle seguenti azioni:

- Orientare o Riposizionare l'antenna ricevente.
- Allontanare l'antenna dal dispositivo / ricevitore.
- Collegare lo strumento ad un circuito diverso .
- Consultare l'assistenza o un esperto antennista per suggerimenti

Richieste marcatura - US FCC (FCC Part 15.19)

Compatibile con Part 15 delle normative FCC.

Operazione soggetta alle 2 condizioni seguenti : (1) questo dispositivo potrebbe non causare interferenze, e (2) questo dispositivo potrebbe ricevere qualsiasi tipo di interferenza, incluso interferenze che potrebbero causare problemi indesiderati.

US FCC Avvertenze sulle Modifiche (FCC Part 15.21)

Avvertenza : Ogni modifica non espressamente approvata da FITLIGHT SPORTS CORP. potrebbe causare l'annullamento d'autorità dell'operatore all'utilizzo di questo strumento.

Contains FCC ID: OA3MRF24J40MB

Contains IC: 7693A-24J40MB

Fitlight Sports Corp.

14845-6 Yonge Street, Suite 376, Aurora, Ontario, Canada, L4G 6H8

Tel# 905-713-3330, Fax# 905-713-2572 Web Site: www.fitlighttraining.com

Rev 1.3 2012 ©

FITLIGHT Sports Corp.



REGISTRA il tuo fitLight Trainer™ per attivare la garanzia.

Indica il S.N. , data e nome del distributore da cui hai comprato il sistema a info@fitlighttraining.com . La mancata registrazione potrebbe annullare la garanzia.

La registrazione ti consente di ricevere inoltre informazioni su nuovi protocolli e l'abilitazione a scaricare aggiornamenti software.

SUPPORTO

Un'ampia gamma di applicazione, esempi e filmati sono disponibili collegandosi al sito web www.fitlighttraining.com

Per ulteriori informazioni si prega di contattare: info@fitlighttraining.com oppure info@fitlightitalia.it

Fitlight Sports Corp.

14845-6 Yonge Street, Suite 376, Aurora, Ontario, Canada, L4G 6H8

Tel# 905-713-3330, Fax# 905-713-2572 Web Site: www.fitlighttraining.com

Rev 1.3 2012 ©

Indice

Informazioni Generali

Dichiarazioni di conformità alla normativa FCC	1
Registrazione e Supporto	2
Introduzione	5
Istruzioni d'uso	6
Avvertenze	7

Informazioni del Sistema

Componenti del Sistema	8
------------------------	---

Ricarica

Istruzioni di ricarica	9
------------------------	---

Guida Operativa

Guida Rapida	12
--------------	----

Operazioni del Controller

Programmazione	13
----------------	----

Applicazioni

Metodi di applicazione	43
------------------------	----

Struttura

Montaggio e Struttura	45
-----------------------	----

Specifiche del Sistema

Dati Tecnici	62
--------------	----

FITLIGHT Sports Corp.

Indice

Garanzia

Garanzia	63
----------	----

Ricerca Guasti

Manutenzione e Soluzioni	66
--------------------------	----

Batterie

Installazione Batterie	69
Precauzioni e Sicurezza	71

Sicurezza

INFORMAZIONI SULLA SICUREZZA	73
-------------------------------------	----



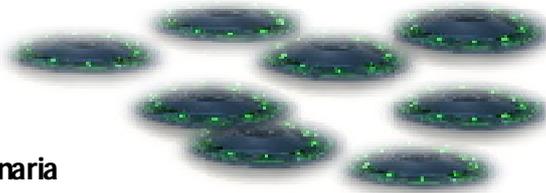
Le informazioni contenute in questo manuale sono da considerarsi accurate al momento della pubblicazione; Fitlight Sports Corp. si riserva il diritto di apportare modifiche senza preavviso. Il presente manuale non può essere riprodotto senza l'autorizzazione scritta di Fitlight Sports Corp.

Fitlight Sports Corp.

14845-6 Yonge Street, Suite 376, Aurora, Ontario, Canada, L4G 6H8
Tel# 905-713-3330, Fax# 905-713-2572 Web Site: www.fitlighttraining.com

Rev 1.3 2012 ©

Introduzione



FITLIGHT TRAINER™ – Un'invenzione rivoluzionaria

Erik Veje Rasmussen, l'ex giocatore olimpico della nazionale danese di pallamano ha sviluppato nel 2007 un sistema di allenamento rivoluzionario e brevettato, chiamato Octopus Trainer. Dopo l'introduzione nel mercato del sistema, le principali squadre sportive e università di tutto il mondo hanno adottato il sistema di formazione Octopus Training System. Erik continua ad essere in prima linea nello sport agonistico ed è attualmente il Manager/Allenatore di una squadra danese professionista di Pallamano ad Aarhus in Danimarca. Erik continua ad esplorare varie alternative e mode me per migliorare le capacità della sua squadra ed ha introdotto una serie di rivoluzionari nuovi prodotti in grado di soddisfare le esigenze di tutti gli sport e portare l'allenamento ad un nuovo livello.

Erik ha migliorato ulteriormente il sistema e ora siamo orgogliosi di presentare il sistema brevettato fitLight Trainer™, una versione wireless e flessibile, con la possibilità di essere adattato e configurato per tutti gli sport, per l'allenamento della coordinazione mano/occhio, per la forza e la riabilitazione dagli infortuni, **IL TUTTO INTEGRATO IN UN UNICO SISTEMA.** Con il fitlight Trainer™ è possibile progettare qualsiasi profilo di allenamento/routine desiderato, indipendentemente dal fatto che l'obiettivo sia la velocità, la forza, l'abilità di concentrazione o la reazione visiva.

Fitlight Sports Corp. ha lanciato sul mercato fitLight Trainer™ progettato da un atleta per gli atleti e per tutti coloro che si dedicano ad un allenamento migliore.

Persapeme di più su Erik:

<http://www.sports-reference.com/olympics/athletes/ra/erik-veje-rasmussen-1.html>

Erik Veje Rasmussen (nato il 9 aprile 1959) è un ex giocatore [Danese](#) di [pallamano](#) che ha gareggiato nelle [Olimpiadi Estive del 1984](#). Ha giocato con il club di pallamano [Helsingør IF](#), ed è stato capocannoniere nel 1983 della [Danish Handball League](#) season.^[1] Nel 1984 è arrivato quarto con la [squadra danese di pallamano](#) nel [Torneo Olimpico](#). Ha giocato tutte e sei le partite e segnato 25 goal.^[2] Rasmussen ha giocato 233 partite per la squadra nazionale. Ha continuato ad allenare [SG Flensburg-Handewitt](#) e [Aarhus GF](#).

Fitlight Sports Corp.

14845-6 Yonge Street, Suite 376, Aurora, Ontario, Canada, L4G 6H8

Tel# 905-713-3330, Fax# 905-713-2572 Web Site: www.fitlighttraining.com

Rev 1.3 2012 ©

FitLight Trainer™ Istruzioni d'uso

- Si prega di leggere attentamente le seguenti istruzioni.
- Queste istruzioni vi guideranno durante l'installazione, il funzionamento e la programmazione del fitLight Trainer™ per sperimentare i vantaggi della macchina, in modo sicuro, durante lo svolgimento della routine di esercizi, senza problemi.
- Si consiglia di conservare queste informazioni vicine al fitLight Trainer™ in un luogo sicuro, in caso di necessità. Se si perdono, è possibile richiederne una copia a [**info@fitlightitalia.it**](mailto:info@fitlightitalia.it)
- Se avete domande circa uso / funzionamento del prodotto fitLight Trainer™, potete contattare: [**info@fitlightitalia.it**](mailto:info@fitlightitalia.it)



Fitlight Sports Corp.

14845-6 Yonge Street, Suite 376, Aurora, Ontario, Canada, L4G 6H8
Tel# 905-713-3330, Fax# 905-713-2572 Web Site: www.fitlighttraining.com

Rev 1.3 2012 ©

Avvertenze

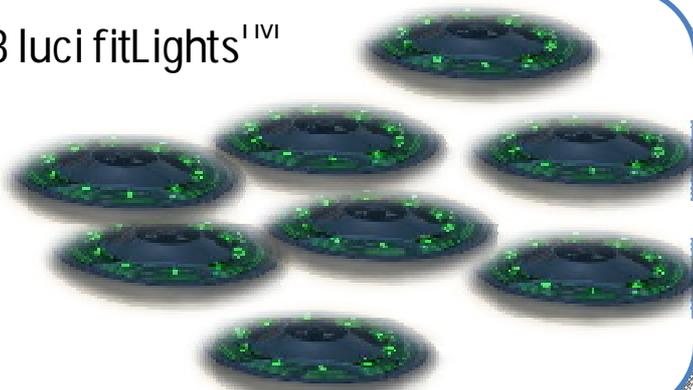
Nota Bene:

- Il fitLight Trainer™ è progettato per essere usato come aiuto nella formazione ed il condizionamento degli atleti e non deve essere utilizzato per altri scopi per i quali non è stato previsto.
- Si prega di utilizzare le necessarie precauzioni nell'uso del fitLight Trainer™ e seguire le istruzioni per evitare lesioni accidentali.
- Il fitLight Trainer™ deve essere ricaricato solo con dispositivi omologati e approvati, l'utilizzo di accessori non approvati può danneggiare il fitLight Trainer™ o causare lesioni personali.
- Il fitLight Trainer™ non può essere ricaricato in ambienti esposti a pioggia o a acqua. La ricarica del fitLight Trainer™ può essere fatta all'esterno ma solo in condizioni di asciutto.
- Non tentare di modificare le caratteristiche del fitLight Trainer™ in alcun modo, al fine di evitare danneggiamento del fitLight Trainer™ o lesioni personali.
- Il fitLight Trainer™ è stato progettato per resistere ad un alto grado di forza, ma non deve essere sottoposto a possibili penetrazioni di oggetti appuntiti che possono potenzialmente danneggiarlo.
- Il fitLight Trainer™ è stato progettato per essere resistente all'acqua e può funzionare in condizioni molto umide e pozze d'acqua. Tuttavia il fitLight Trainer™ non è stato progettato per essere immerso sul fondo della piscina.

Step#1 APERTURA CONFEZIONE

Verificare tutti i componenti del sistema

8 luci fitLightsTM



1 fitControllerTM



8 Attacchi in Velcro



1 Alimentatore



1 carica batterie fitChargerTM



Fitlight Sports Corp.

14845-6 Yonge Street, Suite 376, Aurora, Ontario, Canada, L4G 6H8
Tel# 905-713-3330, Fax# 905-713-2572 Web Site: www.fitlighttraining.com

Rev 1.3 2012 ©

FITLIGHT Sports Corp.

Step#2 Caricare il Sistema

Caricare le luci fitLights prima dell'uso

Si raccomanda di ricaricare le luci FITLIGHTS ed il Controller per almeno 7-8 ore per avere una carica completa ed assicurare un'attività ininterrotta del sistema. Per caricare le luci fitLights ed il Controller, posizionarli nella valigetta da ricambio batterie e collegarla all'alimentatore da 220volt.



Caricare il CONTROLLER prima dell'uso



Fitlight Sports Corp.

14845-6 Yonge Street, Suite 376, Aurora, Ontario, Canada, L4G 6H8
Tel# 905-713-3330, Fax# 905-713-2572 Web Site: www.fitlighttraining.com

Rev 1.3 2012 ©

Step#2 Caricare il Sistema

1. Il sistema viene fornito con il Controller già collegato al carica batterie, con le luci già in posizione per essere caricate. Si prega di prendere nota di questi collegamenti per le ricariche successive.

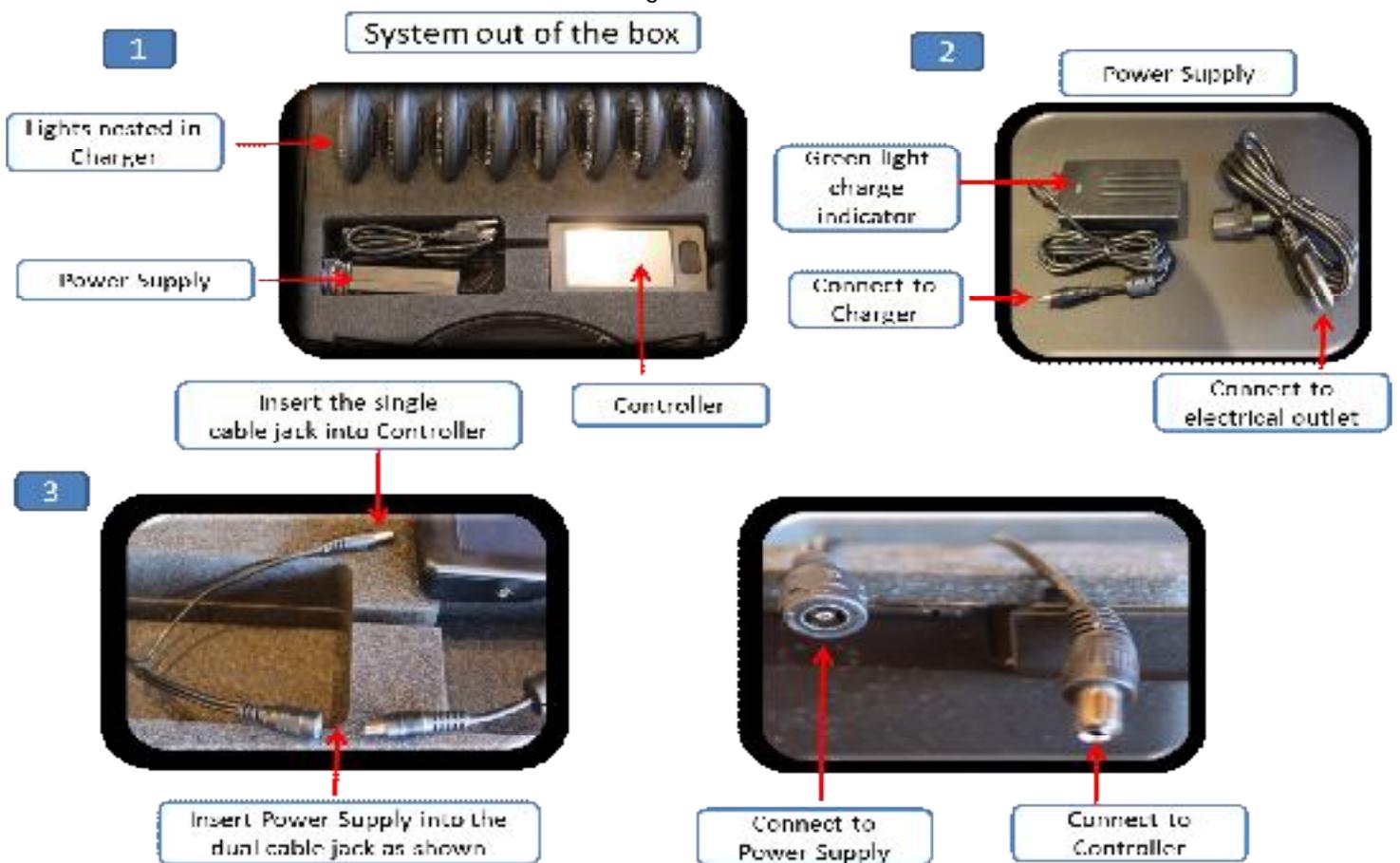
2. Inserire il jack di alimentazione nell'estremità libera della presa jack di ingresso del caricatore. La presa jack di ingresso del caricatore può essere facilmente identificata in quanto è il jack femmina del doppio cavo, il jack maschio del caricatore è per il Controller. Vedere illustrazioni sotto.

3. Le luci devono essere inserite nel caricatore con i due punti di contatto rivolti verso il basso in modo che corrispondano ai punti di contatto del carica batterie. **Assicurarsi che i contatti delle luci siano allineati ai contatti del Case caricabatterie.**

Nota bene: Se le luci non sono inserite correttamente nel case caricabatterie, l'alimentatore si spegne e non alimenterà fino a che le luci non saranno inserite correttamente.

La continuità di alimentazione al carica batterie è facilmente individuabile dalla **spia verde** sull'alimentatore. Se questa luce non è illuminata significa che le luci non sono state posizionate correttamente. Riposizionare le luci fino a quando la **spia verde** sull'alimentatore si illumina.

Figure 1



Fitlight Sports Corp.

14845-6 Yonge Street, Suite 376, Aurora, Ontario, Canada, L4G 6H8
Tel# 905-713-3330, Fax# 905-713-2572 Web Site: www.fitlighttraining.com

Rev 1.3 2012 ©

Step#2 Caricare il Sistema

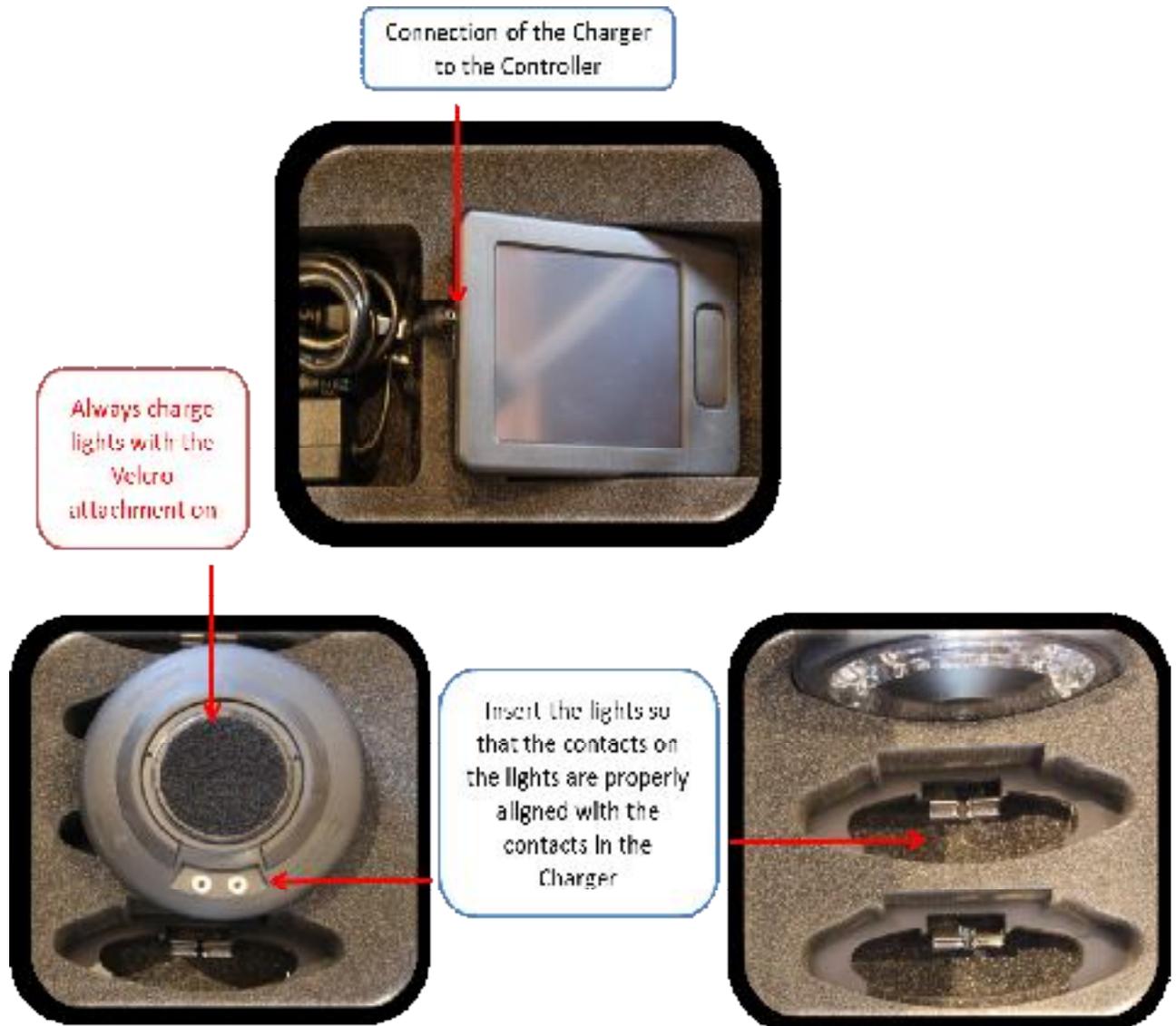


Figura 2

1. Assicurarsi che le luci siano centrate sui contatti del caricabatterie.
2. Qualora la luce non si illumina, assicurarsi che la luce sia posizionata correttamente.
3. Poiché il sistema viene utilizzato in continuo, i contatti possono essere spinti fuori dalla sede, in questo caso possono essere facilmente regolati tirandoli in avanti finché non avviene il contatto con le luci.
4. Caricare sempre le luci con il velcro attaccato perché allinea le luci nello slot del caricatore.

Fitlight Sports Corp.

14845-6 Yonge Street, Suite 376, Aurora, Ontario, Canada, L4G 6H8
Tel# 905-713-3330, Fax# 905-713-2572 Web Site: www.fitlighttraining.com

Rev 1.3 2012 ©

CONSIGLI OPERATIVI

1. E' importante che le luci siano posizionate correttamente nel case del carica batterie e siano inserite nella sede. Posizionare sempre le luci nel carica batterie con l'attacco velcro.
2. Quando le luci sono inserite correttamente ed il sistema è acceso, le luci sono di colore **giallo**.
3. Quando le luci sono in carica, passano continuamente da **giallo** a **verde**.
4. Quando il sistema è completamente carico, le luci diventeranno **verdi**.
5. Se le luci non sono accese, controllare che tutte le luci siano inserite correttamente nella sede del case. La spia di alimentazione **verde** deve essere accesa e se non è **verde**, è un'indicazione del fatto che le luci non sono inserite correttamente.
6. La prima volta il sistema deve rimanere in carica per 6-7 ore prima dell'uso.
7. Le luci lampeggiano in **rosso** quando sono quasi scariche.
8. Lasciare al Controller il tempo sufficiente per individuare tutte le luci. Le luci devono essere individuate in 90 secondi, in caso contrario riavviare il sistema.
9. Per riavviare il sistema tenere premuto il tasto "On" per 5 secondi.

Step# 3 Funzionamento Controller

1. Il Controller consente di azionare le luci fitLights™. E' possibile programmare routine, raccogliere e memorizzare dati / risultati, modificare gli esercizi e creare programmi di allenamento diversi. Il controller può anche essere usato per scaricare dati su un computer, con Excel, per ulteriori analisi.



Figura 3

1. Accendere il Controller premendo il pulsante di accensione per 2 secondi.
2. Dopo che il Controller è acceso, viene visualizzato un messaggio durante l'avvio del sistema con il **Numero di Serie** e la **Versione del Software**.
3. Dopo l'avvio, il menu principale viene visualizzato come illustrato nella figura 4.

MENU PRINCIPALE

Step # 3



Figura 4

1. Le funzioni sullo schermo possono essere attivate toccando il menu.

Vedere i passaggi successivi indicati in figura 5.

Fitlight Sports Corp.

14845-6 Yonge Street, Suite 376, Aurora, Ontario, Canada, L4G 6H8
Tel# 905-713-3330, Fax# 905-713-2572 Web Site: www.fitlighttraining.com

Rev 1.3 2012 ©

MENU PRINCIPALE

Step # 4



Figura 5

1. Premere **“Wireless”** per sincronizzare le luci e fare il collegamento con il Controller.
2. Viene visualizzato il seguente messaggio **“The Controller is searching for fitLights. The number of lights discovered is: 8”** (Il Controller sta cercando le luci fitLights. Il numero di luci rilevate è: 8)
3. In base al numero di luci in uso, il sistema indicherà quante ne sono state rilevate e deve corrispondere al numero di luci in uso, in questo caso 8. **Vedere la figura 6 alla pagina successiva.**
4. Se il numero di luci non corrisponde, spegnere il sistema e riavviarlo. Le luci mancanti indicano che le batterie devono essere ricaricate oppure che si è verificata un'interferenza nella trasmissione wireless.

Nota bene: Le luci impiegano circa 90 secondi per registrarsi con il Controller. Il Controller troverà la prima serie di luci molto velocemente mentre per l'ultima ci vorranno altri 30 secondi.

Fitlight Sports Corp.

14845-6 Yonge Street, Suite 376, Aurora, Ontario, Canada, L4G 6H8
Tel# 905-713-3330, Fax# 905-713-2572 Web Site: www.fitlighttraining.com

Rev 1.3 2012 ©

IMPOSTAZIONE WIRELESS

Step # 5

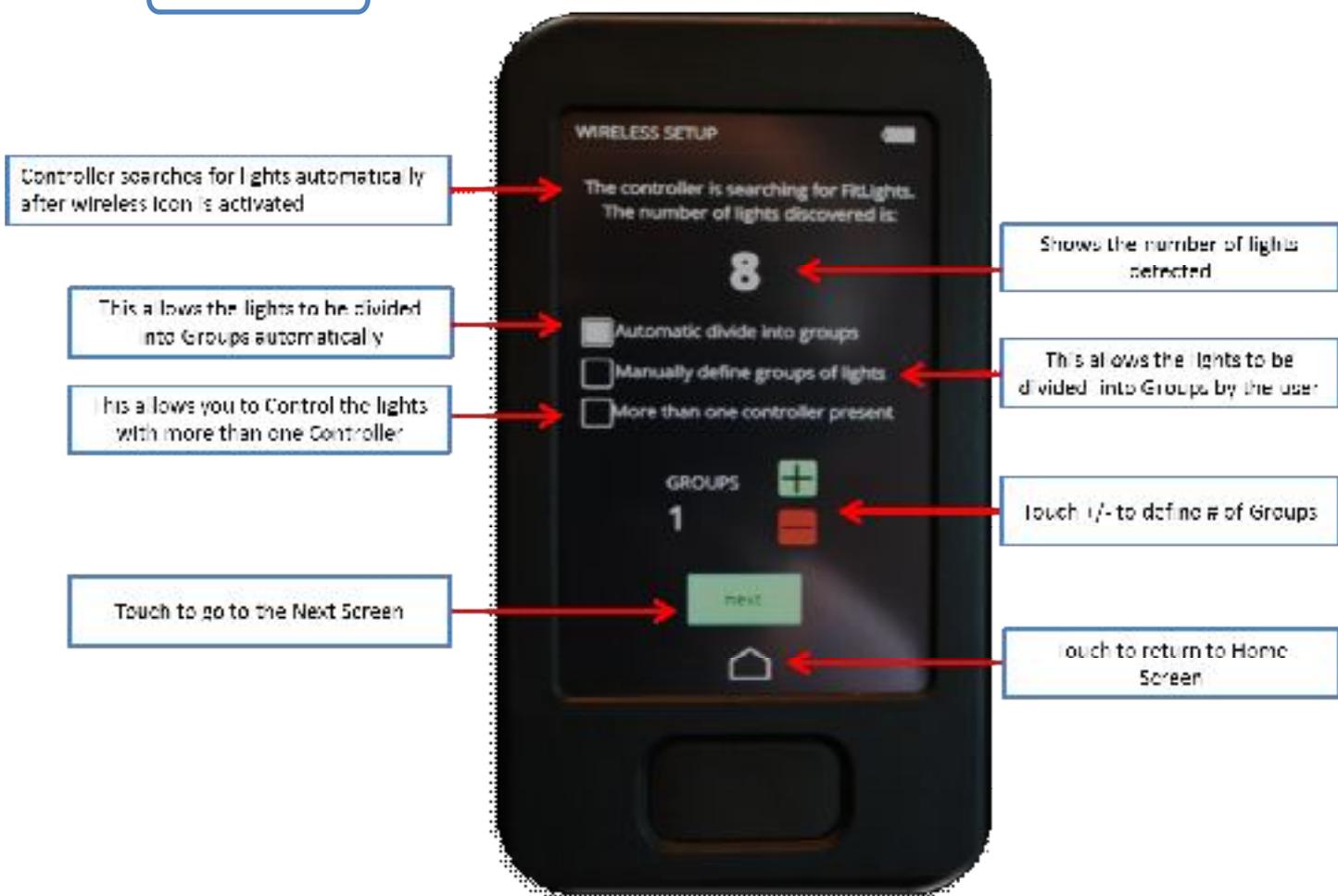


Figura 6

1. Una volta che le luci sono state registrate correttamente, premere "Next".
2. Si apre una nuova schermata che mostra il seguente messaggio: **"Set up Complete"** (installazione completa), in questo caso **Gruppo "A"** e il numero di luci **8**. Vedere figura 7. **Gruppo "A"** rappresenta un singolo utente.
3. Se avete necessità di creare due o più gruppi, fare riferimento allo Step 8.
4. L'uso di più di 1 Controller verrà spiegato in un'altra sezione di questo manuale.

Fitlight Sports Corp.

14845-6 Yonge Street, Suite 376, Aurora, Ontario, Canada, L4G 6H8
Tel# 905-713-3330, Fax# 905-713-2572 Web Site: www.fitlighttraining.com

Rev 1.3 2012 ©

IMPOSTAZIONE WIRELESS

Step # 6

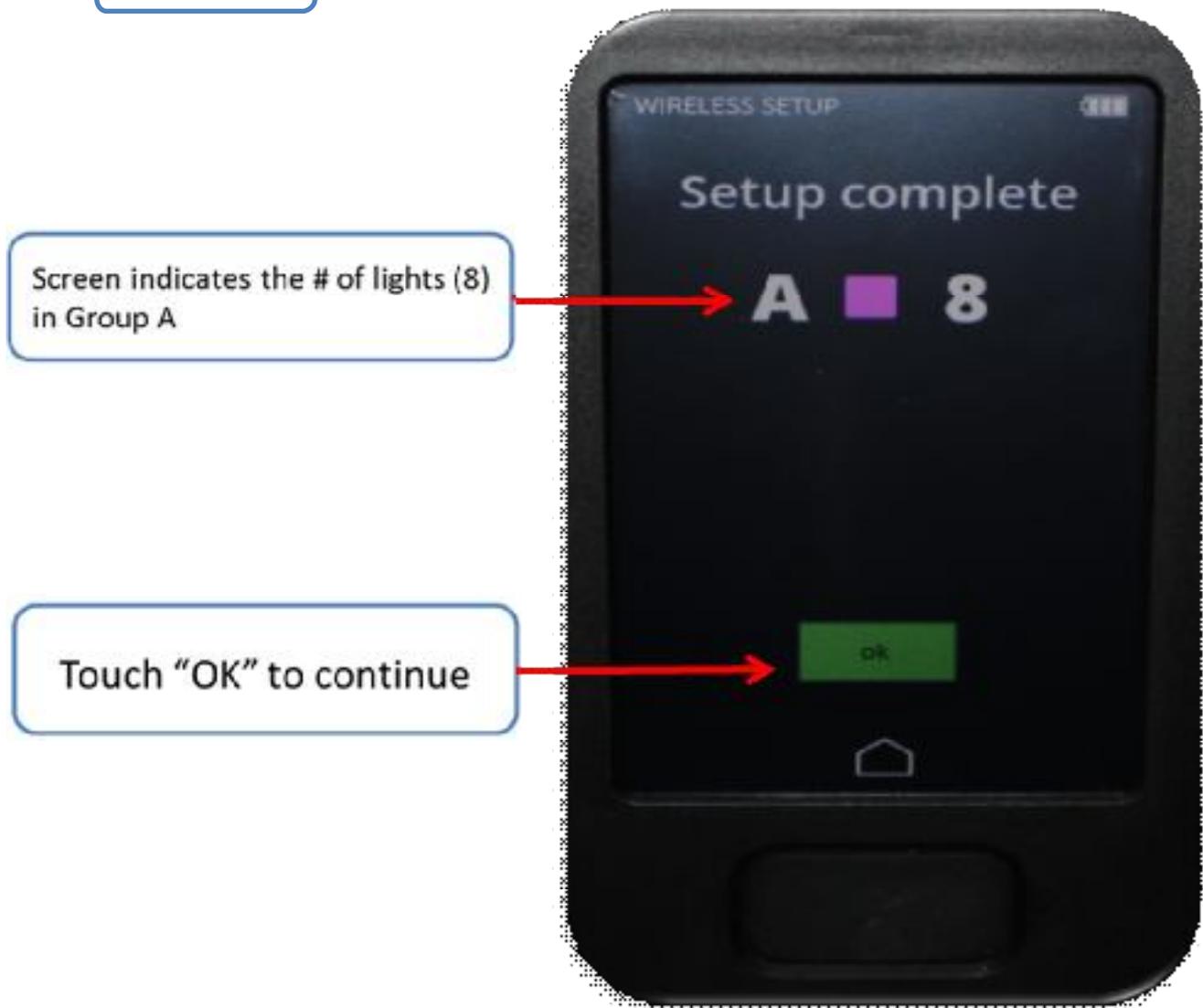


Figura 7

1. Premendo "OK" si ritorna al menu principale. Fare riferimento alla figura 5.
2. Nel menu principale premere "**Settings**" per impostare "**Brightness**" la luminosità delle luci. Fare riferimento allo Step 4.

Fitlight Sports Corp.

14845-6 Yonge Street, Suite 376, Aurora, Ontario, Canada, L4G 6H8
Tel# 905-713-3330, Fax# 905-713-2572 Web Site: www.fitlighttraining.com

Rev 1.3 2012 ©

IMPOSTAZIONE AUTOMATICA GRUPPI LUCI

Step # 7



Figura 8

1. Il sistema divide automaticamente le luci in gruppi uguali, questa funzione viene generalmente utilizzata quando si dispone di più giocatori e più di 8 luci.
2. Inoltre, questo programma può essere utilizzato per un singolo giocatore per creare una routine molto dinamica, per cui l'utente è costretto ad essere molto reattivo dovendo allenarsi con 4 gruppi di luci.
3. L'illustrazione qui sopra mostra le luci equamente divise in 4 gruppi di luci per gruppo.
4. Premere "OK" per tornare al menu principale.
5. Nel menu principale premere "**Settings**" per impostare "**Brightness**" la luminosità delle luci. Fare riferimento allo Step 9
6. PER LA PROGRAMMAZIONE AVANZATA ANDARE ALLA FIGURA 23.

Fitlight Sports Corp.

14845-6 Yonge Street, Suite 376, Aurora, Ontario, Canada, L4G 6H8
Tel# 905-713-3330, Fax# 905-713-2572 Web Site: www.fitlighttraining.com

Rev 1.3 2012 ©

IMPOSTAZIONE MANUALE GRUPPI LUCI

Step # 8



Figura 9

1. Selezione manuale per definire i gruppi.
2. Selezionare il numero di gruppi. In questo esempio sono stati selezionati 2 gruppi. Vedere la figura 9 sopra.
3. Premere "Next" per passare alla schermata successiva, come mostrato nella figura sopra, tutte le luci si **"ILLUMINANO DI ROSSO"**
4. Selezionare le luci passando sopra la mano e disattivando le manovre. Registrare queste luci in modo da ricordare il numero e posizionarle correttamente per la routine. Queste luci fanno ora parte del gruppo "A".
5. Una volta completato il primo passo, selezionare il gruppo successivo, che nella figura sopra sarebbe "B". Ripetere la sequenza eseguita prima per assegnare le luci al gruppo "A".
6. Premere DONE per tornare alla schermata del menu principale o ricominciare per modificare i gruppi.

IMPOSTAZIONE INTENSITA' LUCI

Step # 9



Figura 10

1. La luminosità della luce dipende dall'utilizzo che ne dovete fare . Seguire le istruzioni allo Step 10. Vedere figura 11.
2. Questo menu consente anche di resettare il sistema e tornare alle impostazioni predefinite. Fare attenzione quando si ri torna alle impostazioni predefinite poiché questa operazione cancella tutti i dati memorizzati nel Controller. Vedere figura 11.

Fitlight Sports Corp.

14845-6 Yonge Street, Suite 376, Aurora, Ontario, Canada, L4G 6H8
Tel# 905-713-3330, Fax# 905-713-2572 Web Site: www.fitlighttraining.com

Rev 1.3 2012 ©

Step # 10

INTENSITA' LUCE/ IMPOSTAZIONE PER USO ALL' ESTERNO

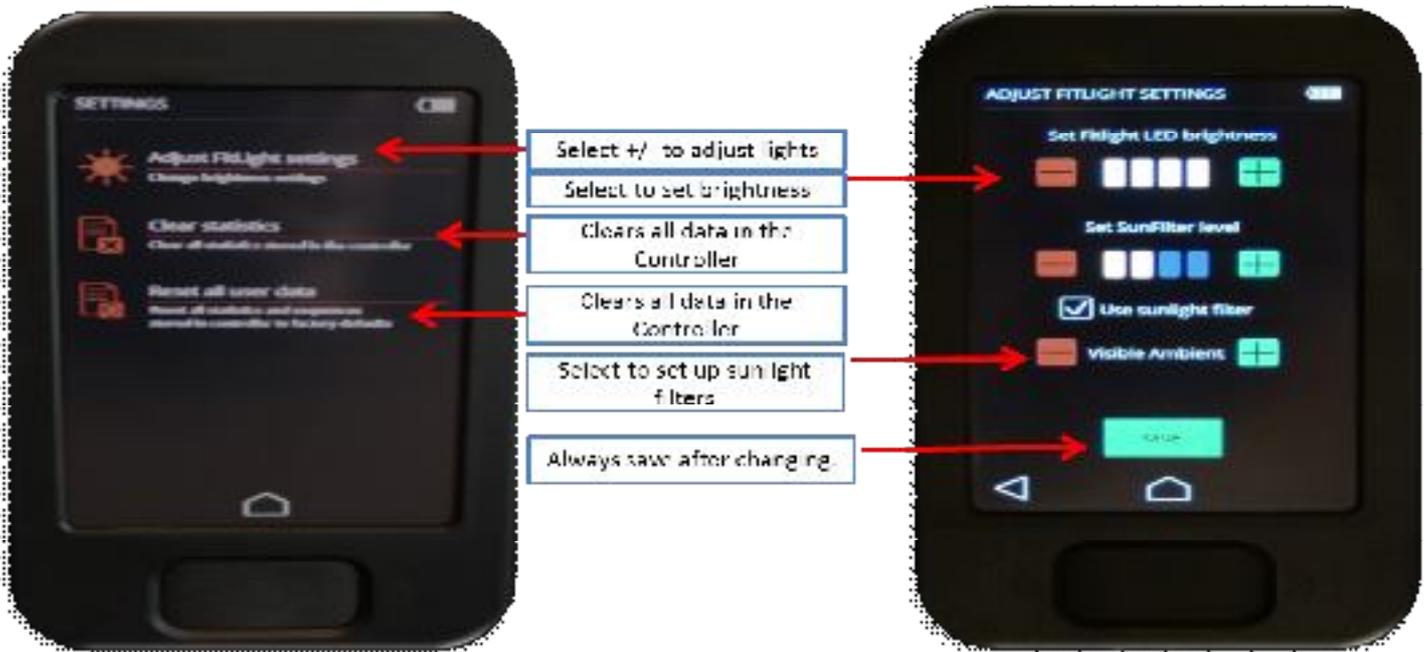


Figura 11

1. La luminosità della luce dipende dall'utilizzo che ne dovete fare.
2. L'illuminazione massima viene utilizzata per l'uso all'esterno con la luce del sole. Le impostazioni sono Very Low/ Low/Medium/High (molto bassa/bassa/media/massima).
3. Impostazione consigliata alla luce del sole:
 - a) Sunlight Filter (filtro solare): due barre come mostrato nella figura 11
 - b) Visible ambient (ambiente visibile).
 - c) Barrare la casella: Use Sunlight Filter (uso filtro solare).
4. Salvare le impostazioni dopo le regolazioni. Dopo il salvataggio il programma torna automaticamente al menu principale.

Nota Bene: Queste impostazioni saranno predefinite per tutte le routine a meno che non vengano modificate.

Fitlight Sports Corp.

14845-6 Yonge Street, Suite 376, Aurora, Ontario, Canada, L4G 6H8
Tel# 905-713-3330, Fax# 905-713-2572 Web Site: www.fitlighttraining.com

Rev 1.3 2012 ©

IMPOSTAZIONE ROUTINE DI ALLENAMENTO

Step # 11

Select Training to start programming your routines



Figura 12

1. Selezionare Training premendo sull'icona.
2. Si apre un nuovo menu con una serie di programmi di routine. Vedere la figura 13.

Fitlight Sports Corp.

14845-6 Yonge Street, Suite 376, Aurora, Ontario, Canada, L4G 6H8
Tel# 905-713-3330, Fax# 905-713-2572 Web Site: www.fitlighttraining.com

Rev 1.3 2012 ©

Step # 12



Figura 13

1. Premere sull'icona Random Training per iniziare la programmazione di una routine casuale.
2. La sequenza di luci, in una programmazione casuale, viene generata automaticamente. È necessario programmare solo i tempi di ritardo, il colore delle luci, ecc. Per la procedura di programmazione vedere figura 14.

CONFIGURAZIONE ROUTINE CASUALE

Step # 13



Figura 14

1. La distanza di disattivazione può essere impostata da 10 a 60 cm.
2. Il timeout può essere impostato da 0.25 a 10 secondi.
3. Ci sono 6 opzioni di colore per selezionare le luci.
4. Selezionare se devono essere utilizzati colori diversi con i gruppi.
5. Selezionare il numero di luci che devono essere colpite nella routine.
6. Selezionare per programmare un ritardo tra le attivazioni delle luci, da 0.1 a 2 secondi.
7. Selezionare per penalizzare in caso di una luce persa nella routine, tempo di penalità da 0a 10 secondi.
8. Premere next per continuare con l'impostazione del programma.

Fitlight Sports Corp.

14845-6 Yonge Street, Suite 376, Aurora, Ontario, Canada, L4G 6H8
Tel# 905-713-3330, Fax# 905-713-2572 Web Site: www.fitlighttraining.com

Rev 1.3 2012 ©

CONFIGURAZIONE ROUTINE CASUALE

Step # 14



Figura 15

1. Questa funzione attiva il "Beep" per le luci quando sono illuminate.
2. Questa funzione registra i risultati della routine per il download. Visualizza anche la quantità di memoria libera.
3. Flash è il tipo di lampeggio impostato di default.
4. Permanent: illuminazione costante delle luci.
5. Slow blink: lampeggio intermittente lento delle luci.
6. Fast blink: lampeggio veloce delle luci.

Fitlight Sports Corp.

14845-6 Yonge Street, Suite 376, Aurora, Ontario, Canada, L4G 6H8
Tel# 905-713-3330, Fax# 905-713-2572 Web Site: www.fitlighttraining.com

Rev 1.3 2012 ©

CONFIGURAZIONE ROUTINE CASUALE

7. Distance : in questo modo le luci possono essere disattivate solo dalla vicinanza.
8. Dist & impact: questa funzione consente di disattivare le luci in prossimità e al contatto
9. Impact: questa funzione permette di disattivare le luci solo al contatto.
10. Consente all'utente di avviare la routine toccando una luce che viene automaticamente designata come luce di partenza.
11. Full light: questa funzione illumina completamente tutti gli anelli delle luci.
12. Ring only: questa funzione illumina solo l'anello esterno delle luci.
13. Center only: questa funzione illumina solo l'anello centrale delle luci.
14. Premendo "Next" viene visualizzata un'altra schermata che permette all'utente di eseguire la routine. Vedere la figura 16 nella pagina seguente.

ESECUZIONE ROUTINE CASUALE

Step # 15



Figura 16

1. Gruppo "A" indica che c'è un singolo utente.
2. La visualizzazione dei risultati in questo campo mostra il tempo medio necessario per disattivare la luce.
3. Questo campo mostra il tempo totale che l'atleta ha impiegato per colpire tutti i bersagli.
4. Premendo "Start" inizia la routine programmata.
5. Premere la freccia per tornare alla pagina di creazione del programma per la modifica.
6. Visualizza la quantità di luci spente e sotto in rosso il numero di luci non spente.

Fitlight Sports Corp.

14845-6 Yonge Street, Suite 376, Aurora, Ontario, Canada, L4G 6H8
Tel# 905-713-3330, Fax# 905-713-2572 Web Site: www.fitlighttraining.com

Rev 1.3 2012 ©

Step # 16

CONFIGURAZIONE SEQUENZA ROUTINE



Figura 17

1. Selezionare un numero da assegnare alla sequenza.
2. Selezionare "Next" per proseguire alla videata successiva per inserire i parametri successivi. Vedere la Figura 18 per la videata di programmazione.

Fitlight Sports Corp.

14845-6 Yonge Street, Suite 376, Aurora, Ontario, Canada, L4G 6H8
Tel# 905-713-3330, Fax# 905-713-2572 Web Site: www.fitlighttraining.com

Rev 1.3 2012 ©

CONFIGURAZIONE SEQUENZA ROUTINE

Step # 17



Figura 18

1. Selezionare **Setting 1** per impostare i parametri della luce. Tutte le luci programmate sotto Setting#1 saranno associate alla sequenza della pagina successiva del menu.
2. Selezionare la distanza di disattivazione da 10 a 60cm.
3. Selezionare il ritardo tra le attivazioni da 0.1 a 2 secondi.
4. Selezionare il colore delle luci.
5. Selezionare il time out da 0.5 a 10 secondi.
6. Selezionare **Setting 2** per un set di parametri di verso da **Setting#1**
7. Una volta completata l'impostazione, premere next per associare una sequenza a Setting #1 e Setting #2. Vedere Fig. 19

Fitlight Sports Corp.

14845-6 Yonge Street, Suite 376, Aurora, Ontario, Canada, L4G 6H8
Tel# 905-713-3330, Fax# 905-713-2572 Web Site: www.fitlighttraining.com

Rev 1.3 2012 ©

CONFIGURAZIONE SEQUENZA ROUTINE

Step # 18



Figura 19

1. La figura sopra mostra le luci #1, #3, #5 e #8 associate alle impostazioni Setting1. E le luci #2, #4, #6 e #7 associate alle impostazioni Setting 2.
2. Dopo che le luci sono state associate, premere "Next" per continuare la programmazione e si aprirà la videata con la sequenza di programmazione. Vedere figura 20.

CONFIGURAZIONE SEQUENZA ROUTINE

Step # 19

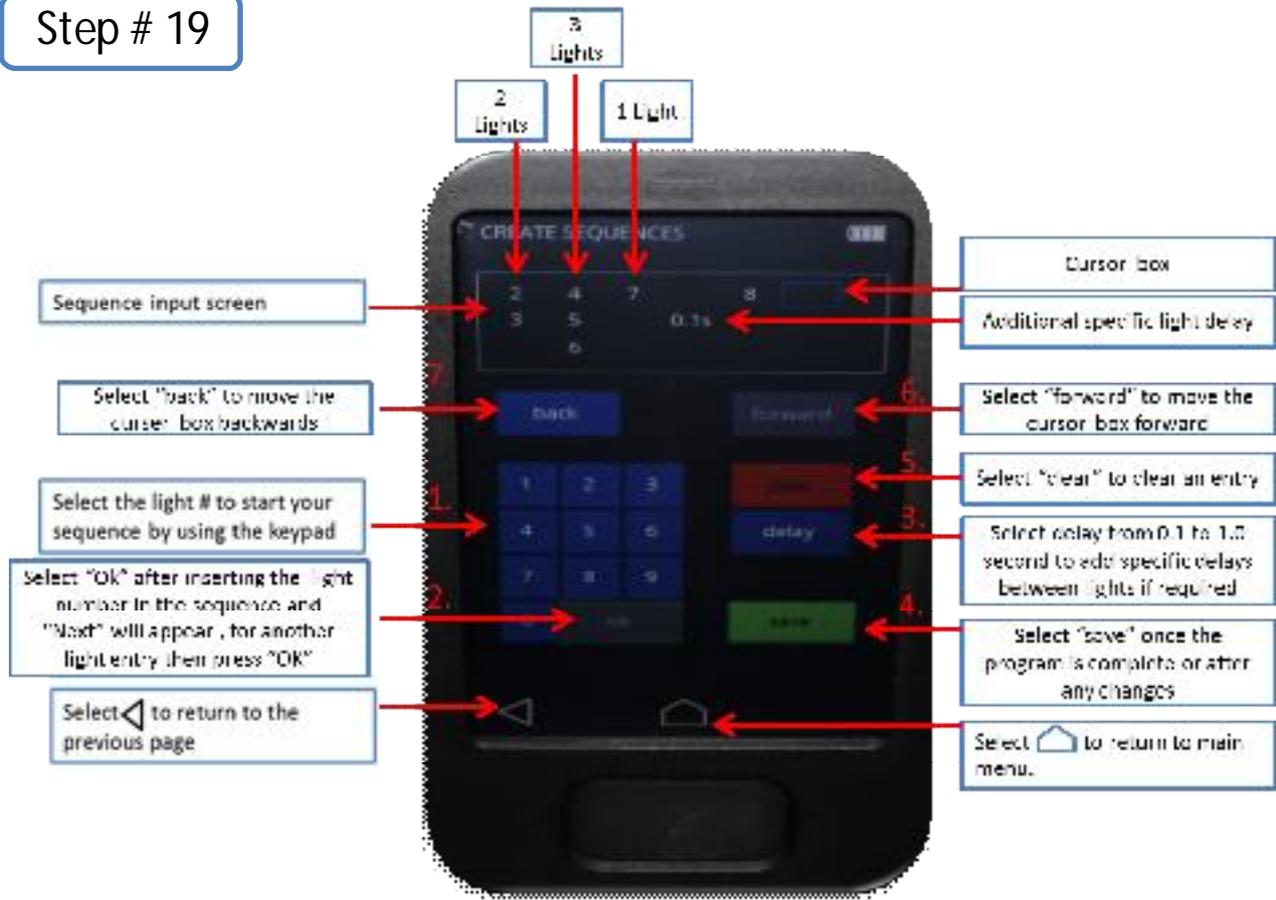


Figura 20

1. Selezionare il numero della luce che da' inizio alla sequenza. Si possono avere fino a tre luci che iniziano con contemporaneamente.
 2. Dopo ogni inserimento, premere "OK" per confermare il numero della luce e "Next" per inserire la successiva. Se si vuole inserire solo una luce, premere "Next" per lasciare il campo vuoto.
 3. Nel caso in cui sia necessario ulteriore delay, premere delay per immettere il tempo di delay desiderato che si aggiungerà a quello immesso in precedenza.
 4. Premere "save" per registrare il programma nella memoria del Controller.
 5. "Clear" viene utilizzato per cancellare l'inserimento in caso di un errore o per cambiare la posizione della luce nella sequenza.
 6. "Forward" sposta il cursore alla posizione successiva per l'inserimento dei dati.
 7. "Back" sposta il cursore alla posizione precedente per l'inserimento dei dati.
 8. Una volta completato l'inserimento, premere  per tornare al menu principale ed avviare l'esecuzione della sequenza. Vedere figura 21.
- Nell'esempio di sono 2 luci che si illuminano all'inizio della sequenza, seguite da 3 luci, seguite da 1 luce e di un ulteriore delay di 0.1s. Il delay è seguito da 1 luce. Il delay può essere inserito in qualsiasi momento.

Fitlight Sports Corp.

14845-6 Yonge Street, Suite 376, Aurora, Ontario, Canada, L4G 6H8
 Tel# 905-713-3330, Fax# 905-713-2572 Web Site: www.fitlighttraining.com

Rev 1.3 2012 ©

Step # 20

SELEZIONARE SEQUENZA ROUTINE



Figura 21

1. Premere "Run programmed sequence" per avviare l'esecuzione programmata.
2. Si apre un menu come illustrato nella figura 22 per i parametri aggiuntivi.

Fitlight Sports Corp.

14845-6 Yonge Street, Suite 376, Aurora, Ontario, Canada, L4G 6H8
Tel# 905-713-3330, Fax# 905-713-2572 Web Site: www.fitlighttraining.com

Rev 1.3 2012 ©

SELEZIONARE SEQUENZA ROUTINE

Step # 21



Figura 22

1. Selezionare la sequenza da eseguire.
2. Selezionare il numero di volte che la sequenza deve essere ripetuta.
3. Premere "NEXT" per programmare le caratteristiche delle luci e registrare i dati, se necessario, vedere Figura 23.

* Nota Bene: Registrare i risultati è utile solo se l'utilizzatore può essere associato utilizzando l'opzione RFID.

* Se non c'è alcun programma, verrà visualizzato un messaggio di errore che dice che non è presente alcun programma.

Fitlight Sports Corp.

14845-6 Yonge Street, Suite 376, Aurora, Ontario, Canada, L4G 6H8

Tel# 905-713-3330, Fax# 905-713-2572 Web Site: www.fitlighttraining.com

Rev 1.3 2012 ©

SELEZIONARE CARATTERISTICHE SEQUENZA

Step # 22

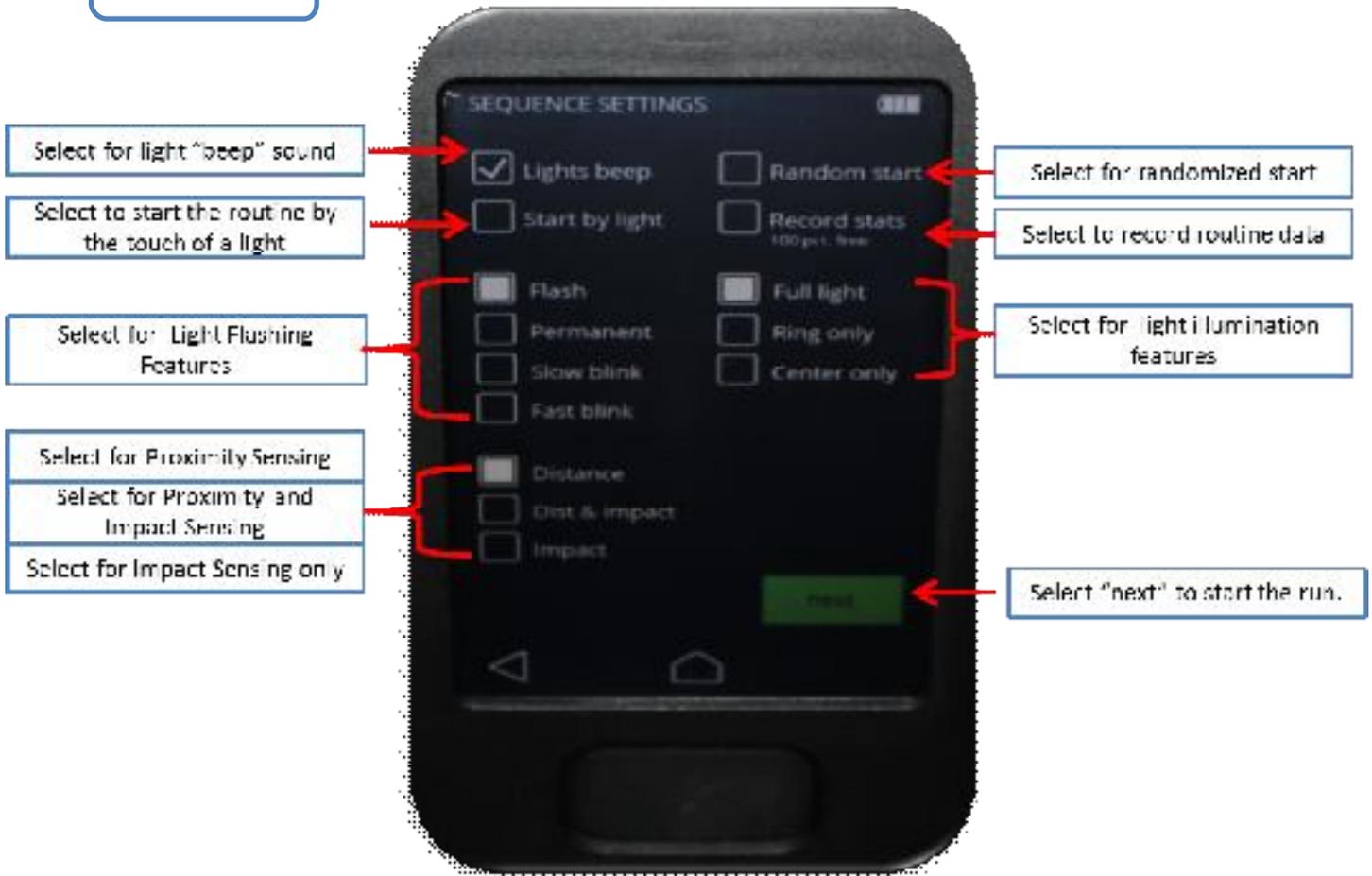


Figura 23

1. Selezionare "light beep" se le luci devono suonare prima di illuminarsi.
2. Selezionare "Start by Light" per consentire all'utente di avviare la routine al proprio ritmo. Il Controller non è necessario per questa funzione.
3. Selezionare la modalità di illuminazione della luce Flash / Permanente / Lampeggio lento / Lampeggio veloce.
4. Selezionare la modalità di disattivazione: Prossimità / Prossimità e Contatto / Solo Contatto.
5. Selezionare Random start (a via casuale) in modo che la luce iniziale non sia sempre la stessa e l'utente non possa memorizzare la posizione di avvio.
6. Selezionare "Record" per memorizzare i risultati della routine.
7. Selezionare il tipo di illuminazione delle luci: completa / solo cerchio esterno / solo al centro.
8. Selezionare "Next" per passare alla schermata di esecuzione della routine.

Fitlight Sports Corp.

14845-6 Yonge Street, Suite 376, Aurora, Ontario, Canada, L4G 6H8
Tel# 905-713-3330, Fax# 905-713-2572 Web Site: www.fitlighttraining.com

Rev 1.3 2012 ©

ESECUZIONE ROUTINE

Step # 23



Figura 24

1. Selezionare "Start" per iniziare la routine programmata.
2. Gruppo "A" indica che c'è un singolo utente o un singolo gruppo.
3. Questo campo mostra il tempo medio di disattivazione delle luci.
4. Questo campo mostra il tempo totale che l'atleta ha impiegato per colpire tutti i bersagli del programma.
5. Premere la freccia per tornare alla pagina di creazione del programma per le modifiche.

Fitlight Sports Corp.

14845-6 Yonge Street, Suite 376, Aurora, Ontario, Canada, L4G 6H8
Tel# 905-713-3330, Fax# 905-713-2572 Web Site: www.fitlighttraining.com

Rev 1.3 2012 ©

SUDDIVISIONE MANUALE LUCI IN GRUPPI

Step # 24

- Shows the # of lights detected
- This allows the user to assign the of lights sequentially
- Touch to go to next screen to select the lights for the grouping.

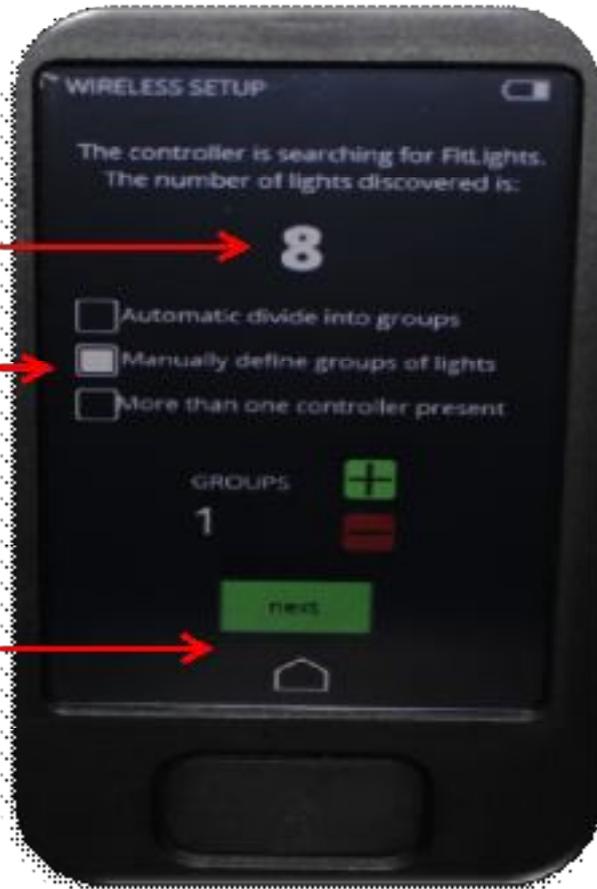


Figura 25

1. Selezionare "manually define groups of lights" per suddividere manualmente le luci per gruppi.
2. Premere next, le luci diventeranno ROSSE.
3. Passare la mano su ogni luce in ordine sequenziale da 1 a 8. **QUESTA OPERAZIONE STABILISCE L'ORDINE DI SPEGNIMENTO.** La prima luce toccata diventa luce light #1, la seconda luce toccata è light #2, ecc.
4. Alle luci vengono ora assegnati i numeri da 1 a 8 e può essere impostato il tempo parziale (split timing) posizionando le luci n. 1, continuando con la n. 2. ecc. Le luci si accenderanno lentamente in ordine di attivazione.
5. La stessa procedura vale per l'esecuzione dei programmi Sequenziali, in quanto le luci corrispondono al programma che è stato realizzato assegnando light #1, #2 ecc.
6. Le luci possono essere facilmente individuate dal "Flash" in sequenza e quindi non c'è alcun bisogno di contrassegnarle da 1 a 8.
7. Dopo aver impostato le luci, continuare premendo "Split Timing Test" per accedere alla videata di impostazione dei tempi parziali. Vedi figura 26.

QUESTA E' UNA SEZIONE AVANZATA. ASSICURARSI DI AVER FAMILIARIZZATO CON LE ROUTINE AUTOMATICHE PRIMA DI UTILIZZARE QUESTE FUNZIONALITA'.

Fitlight Sports Corp.

14845-6 Yonge Street, Suite 376, Aurora, Ontario, Canada, L4G 6H8
Tel# 905-713-3330, Fax# 905-713-2572 Web Site: www.fitlighttraining.com

Rev 1.3 2012 ©

SELEZIONARE LE CARATTERISTICHE DELLE LUCI PER SPLIT TIMING

Step # 25



Figura 26

1. Selezionare la distanza per l'attivazione delle luci. Per lo Split Time Testing è preferibile utilizzare una distanza massima di 60cm.
2. Selezionare start by light per iniziare il cronometraggio da quando l'utilizzatore spegne la prima luce.
3. Selezionare record stats se è necessario salvare i dati per la revisione successiva.
4. Selezionare il colore delle luci.
5. Selezionare "Next" per avviare l'esecuzione del test.

Fitlight Sports Corp.

14845-6 Yonge Street, Suite 376, Aurora, Ontario, Canada, L4G 6H8
Tel# 905-713-3330, Fax# 905-713-2572 Web Site: www.fitlighttraining.com

Rev 1.3 2012 ©

SELEZIONARE LE CARATTERISTICHE DELLE LUCI PER SPLIT TIMING

Step #26



Figura 27

1. Le luci lampeggiano in sequenza. In questo modo possono essere collocate nell'ordine in cui sono state impostate nello Step 24.
2. Start bylight è la modalità migliore per eseguire Split Time test.
3. L'utente deve avvicinarsi alle luci entro i 60cm per disattivarle.
4. Per consentire un ampio range di disattivazione, le luci possono essere posizionate una di fronte all'altra ad una distanza superiore a 120 cm.

Fitlight Sports Corp.

14845-6 Yonge Street, Suite 376, Aurora, Ontario, Canada, L4G 6H8
Tel# 905-713-3330, Fax# 905-713-2572 Web Site: www.fitlighttraining.com

Rev 1.3 2012 ©

TEST COORDINAZIONE MANO OCCHIO

Step # 27



Figura 28

1. Dal menu principale, selezionare Hand/Eye.
2. Selezionare i parametri di routine e premere next. Tutti i parametri sono simili alle modalità di impostazioni precedenti.
3. L'oggetto della prova è colpire più luci possibili nel tempo selezionato.
4. Dynamic delay consente al sistema di seguire la velocità dell'utente, come l'utente aumenta la velocità anche la velocità di attivazione delle luci aumenta. Le luci si accendono al ritmo al quale vengono colpite.

* Fare riferimento alla sezione routine di esercizi specifici mano/occhio.

Fitlight Sports Corp.

14845-6 Yonge Street, Suite 376, Aurora, Ontario, Canada, L4G 6H8
Tel# 905-713-3330, Fax# 905-713-2572 Web Site: www.fitlighttraining.com

Rev 1.3 2012 ©

FITGAME

Step # 28



Figura 29

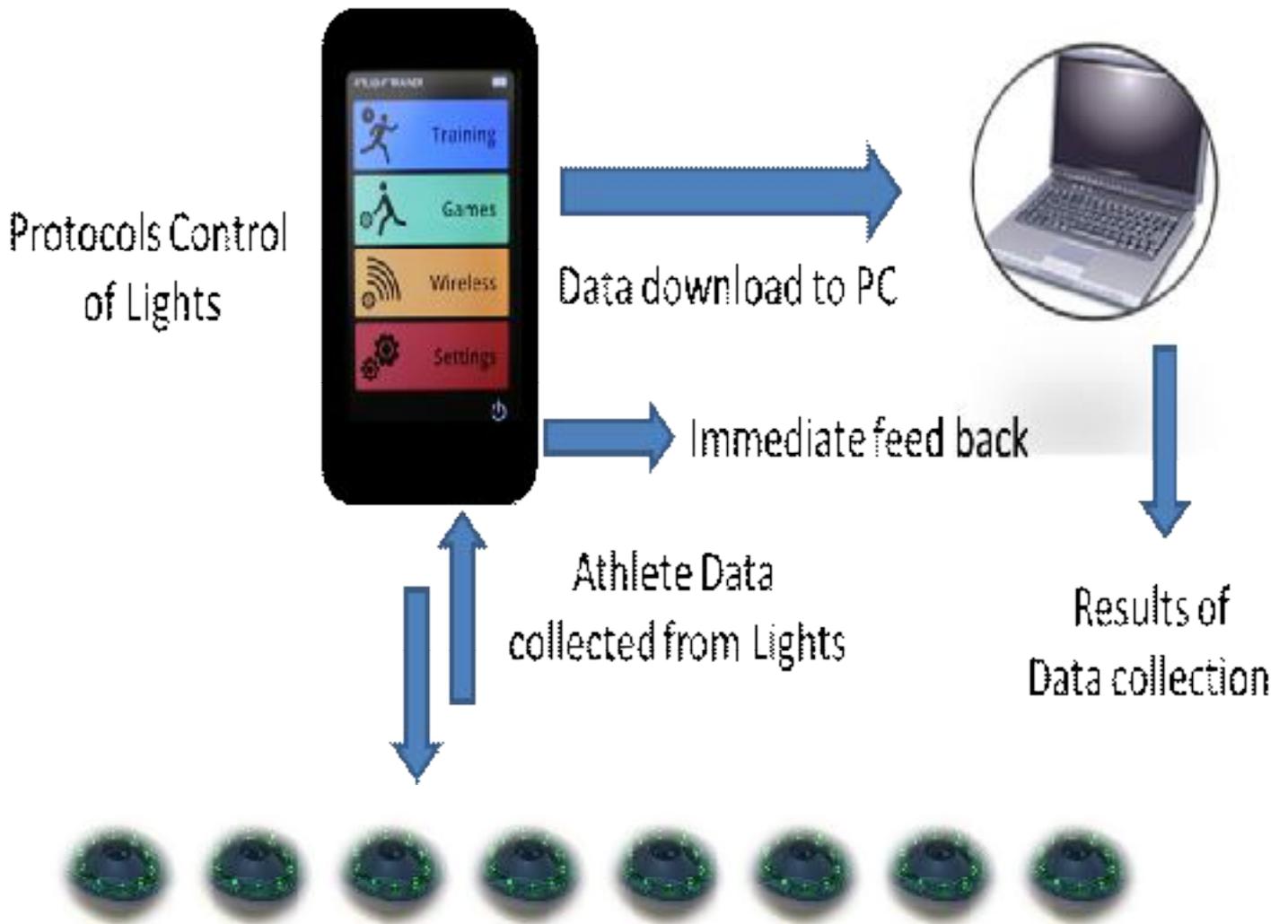
1. L'obiettivo del gioco è competere 1V1 o 2V2 in base al numero di luci. Ogni giocatore ha un proprio colore e quando un giocatore spegne una luce, una luce rossa si attiva dalla parte avversaria.
2. L'avversario deve disattivare la luce rossa ed allo stesso tempo deve cercare di far attivare la luce rossa sul lato avversario.
3. Se i rossi vengono mancati, ai giocatori vengono assegnati punti in base a chi ha mancato le luci rosse.
4. Il primo che segna 25 punti vince, il gioco si ferma e le luci del vincitore si accendono per indicare il vincitore.
6. A seconda del numero di luci assegnate, il sistema le divide automaticamente ed equamente.

Fitlight Sports Corp.

14845-6 Yonge Street, Suite 376, Aurora, Ontario, Canada, L4G 6H8
Tel# 905-713-3330, Fax# 905-713-2572 Web Site: www.fitlighttraining.com

Rev 1.3 2012 ©

fitLight Trainer™ e flusso dei dati



OPERAZIONI RFID E DOWNLOAD DATI

Step # 29

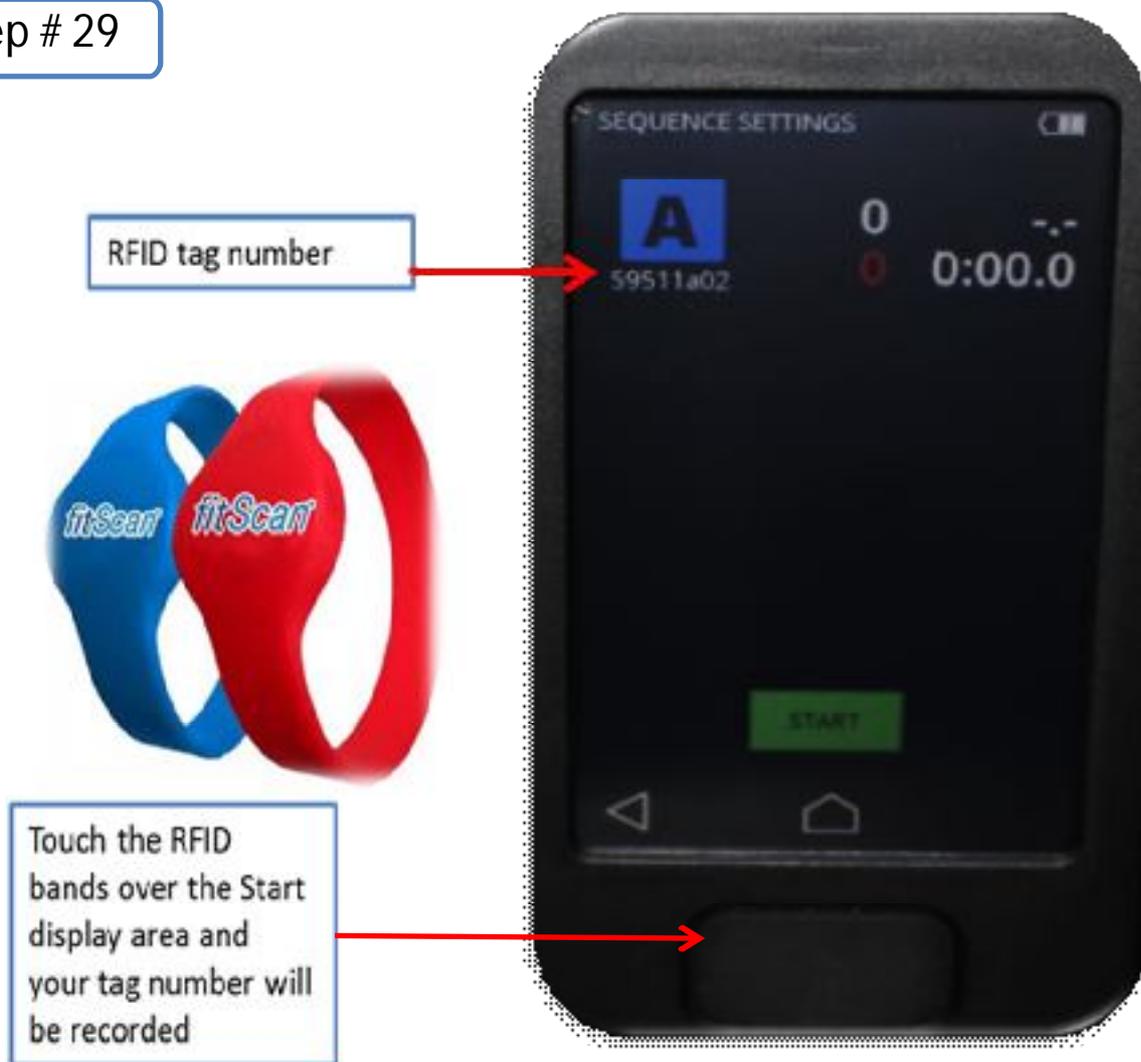


Figura 30

1. Far passare il bracciale RFID sul pulsante del Controller.
2. Dopo che il bracciale è stato registrato, verrà visualizzato il numero come mostrato nella figura 30.
3. Per scaricare i dati registrati dal braccialeto RFID, deve essere attivata la casella data record.
4. Una volta che i dati sono stati acquisiti, possono essere scaricati su un computer utilizzando il software di acquisizione fitLight.

Fitlight Sports Corp.

14845-6 Yonge Street, Suite 376, Aurora, Ontario, Canada, L4G 6H8
Tel# 905-713-3330, Fax# 905-713-2572 Web Site: www.fitlighttraining.com

Rev 1.3 2012 ©

fitLight Trainer™ – Modalità Operative

Routine 1

RANDOM REACTION: TEST DI 60 SECONDI:

Questo programma è progettato per far accendere le luci in sequenza casuale e l'utente deve disattivarle il più velocemente possibile. Quando una luce viene disattivata un'altra luce si illumina rapidamente e l'azione viene ripetuta per 60 secondi.

Routine 2

50 LIGHT TARGET ROUTINE:

In questo test l'utente deve spegnere 50 luci il più velocemente possibile.

Routine 3

REACTIVE MODE:

Questa routine dipende dal ritmo con cui le luci vengono attivate dal programma di generazione o impostate dall'allenatore. Le luci possono essere programmate per accendersi ad ogni intervallo di tempo con incrementi di 10 millisecondi e l'utente deve disattivare la luce il più velocemente possibile prima che si accenda la luce successiva. Ad esempio l'allenatore può impostare il programma per far accendere le luci ogni 0,5 secondi e l'utente deve disattivare la luce entro 0,5 secondi prima che si attivi la luce successiva. Se l'utente non disattiva una luce, la sequenza prosegue e l'utente tenta di disattivare più luci possibili fino alla fine della routine. Viene registrato il numero di luci perse e colpite nel tempo programmato. Questo test è tipico per aumentare le capacità motorie all'aperto. Questo test può essere eseguito con le routine pre-impostate abilitando benchmarking / baseline. Può anche essere impostato per replicare specifici sport e può essere eseguito in modo casuale attraverso il software. Se si raggiunge un tasso di successo dell'80% o superiore, la velocità di attivazione delle luci può essere adeguatamente ridotta per aumentare la velocità dell'esercizio.

Routine 4

RANDOM PACE CONTROLLED REACTION :

E' uguale alla routine n. 3 Reactive Mode con la sola differenza che il tempo in cui le luci rimangono accese varia in modo casuale. Questo si ottiene dai parametri impostati dal programma di generazione.

Routine 5

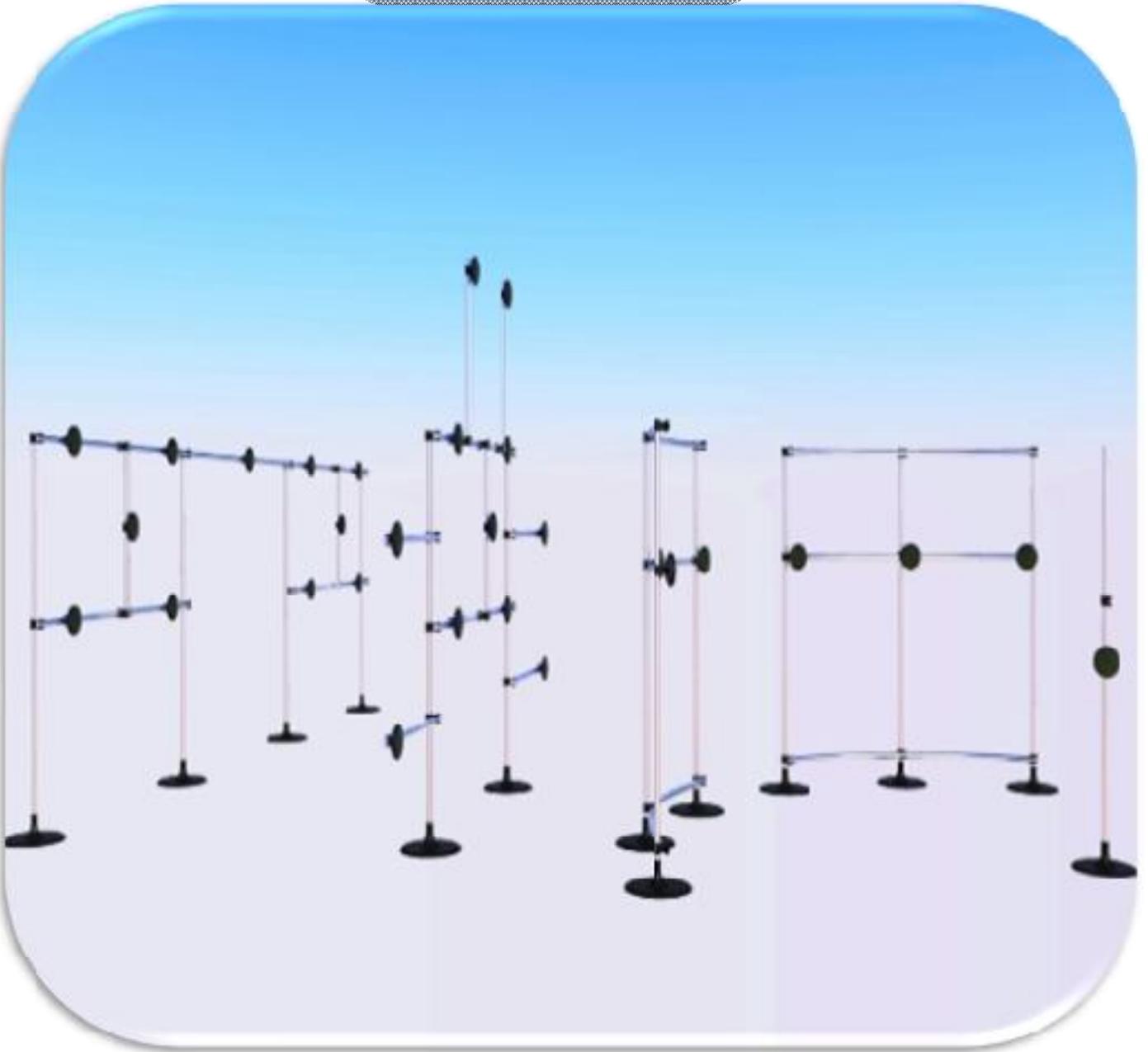
PROACTIVE MODE EXERCISE:

Questo programma dipende dalla velocità di risposta dell'utente. Quando una luce si accende, l'utente la deve colpire / disattivare il più velocemente possibile, immediatamente un'altra luce si illumina e l'azione si ripete. Più velocemente una luce viene disattivata e più velocemente un'altra luce si accende. Le luci si accendono in sequenza casuale. E' possibile programmare la routine per 30 secondi, 60 secondi o più a lungo per un esercizio più aerobico. Questo esercizio è tipico per sviluppare le capacità motorie in un ambiente chiuso. Vengono registrati il tempo necessario per disattivare le luci ed il numero di luci disattivate. Questi dati vengono memorizzati e possono essere utilizzati come punto di riferimento per ulteriori sviluppi.

FITLIGHT Sports Corp.

fitLight Trainer™ Accessori

Frames - Telai

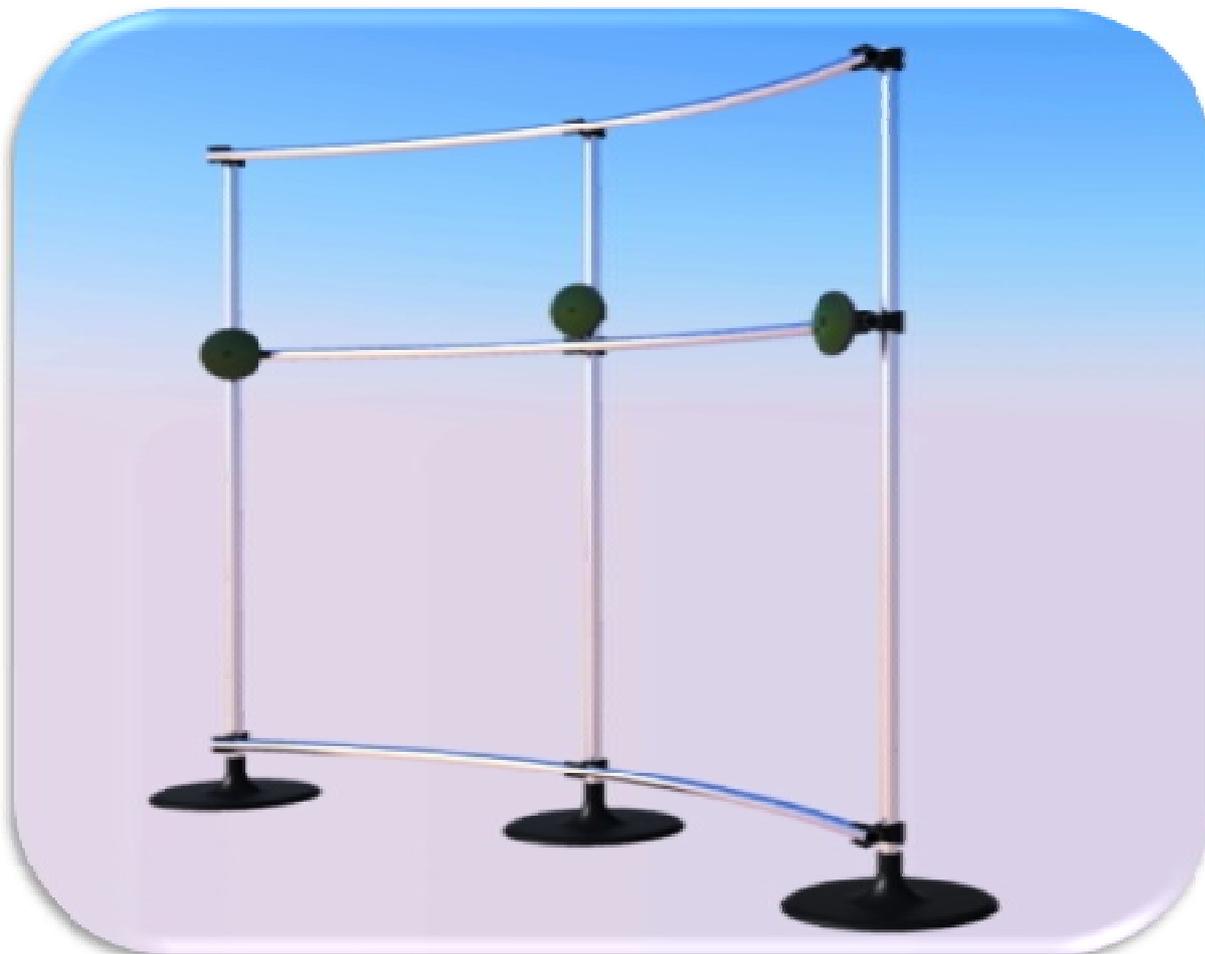


Fitlight Sports Corp.

14845-6 Yonge Street, Suite 376, Aurora, Ontario, Canada, L4G 6H8
Tel# 905-713-3330, Fax# 905-713-2572 Web Site: www.fitlighttraining.com

Rev 1.3 2012 ©

fitLight Trainer™ Installazione telaio singolo curvo



Telaio 243 x 243 cm

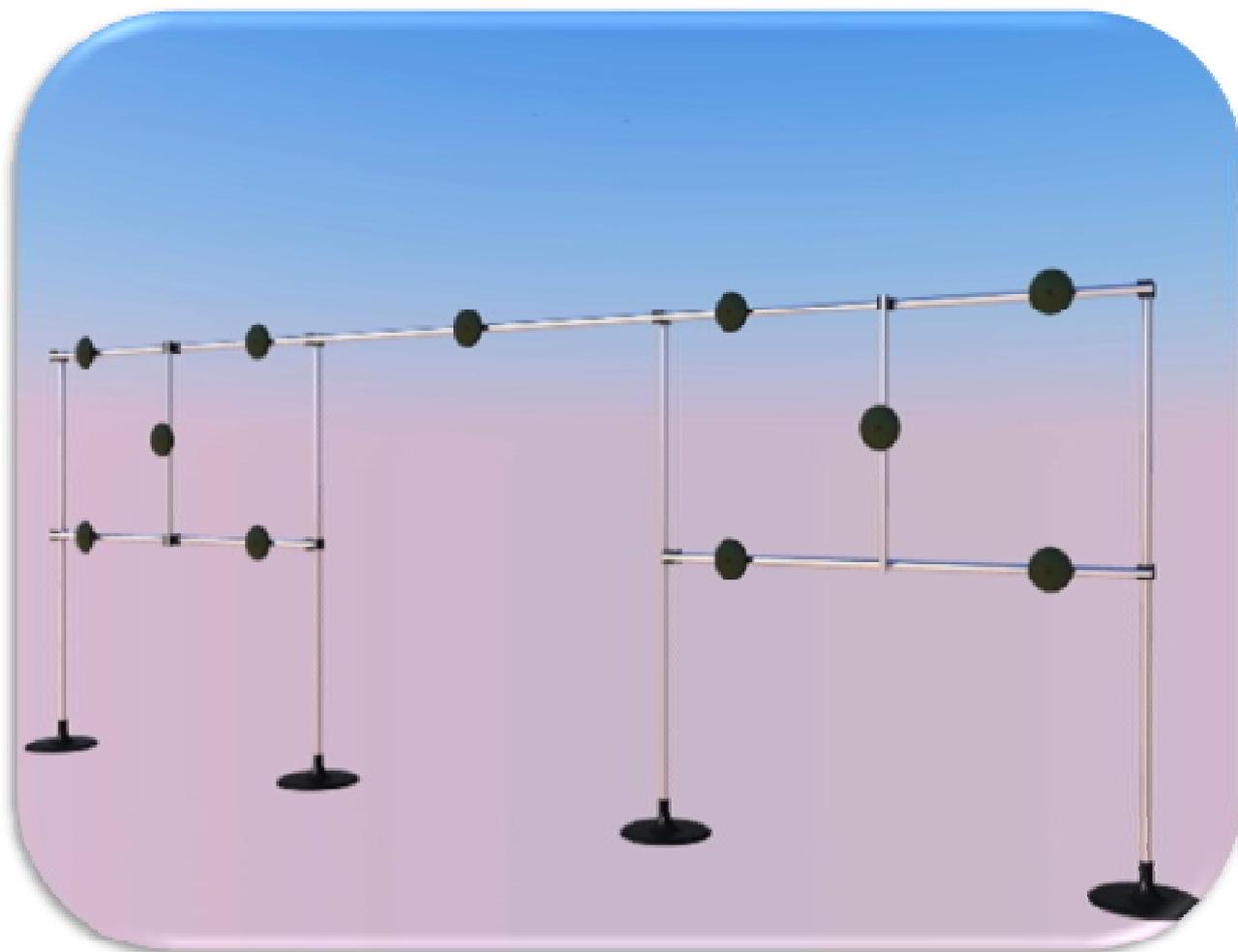
1. Tubi dritti - 6 pezzi
2. Tubi curvi - 3 pezzi
3. Morsetti per tubi - 9 pezzi
4. Basi - 3 pezzi
5. fitLight™ Clips - 8 pezzi
6. Connettori tubi - 3 pezzi

Fitlight Sports Corp.

14845-6 Yonge Street, Suite 376, Aurora, Ontario, Canada, L4G 6H8
Tel# 905-713-3330, Fax# 905-713-2572 Web Site: www.fitlightraining.com

Rev 1.3 2012 ©

fitLight Trainer™ Installazione telaio doppio



Telaio 243 x 731 cm

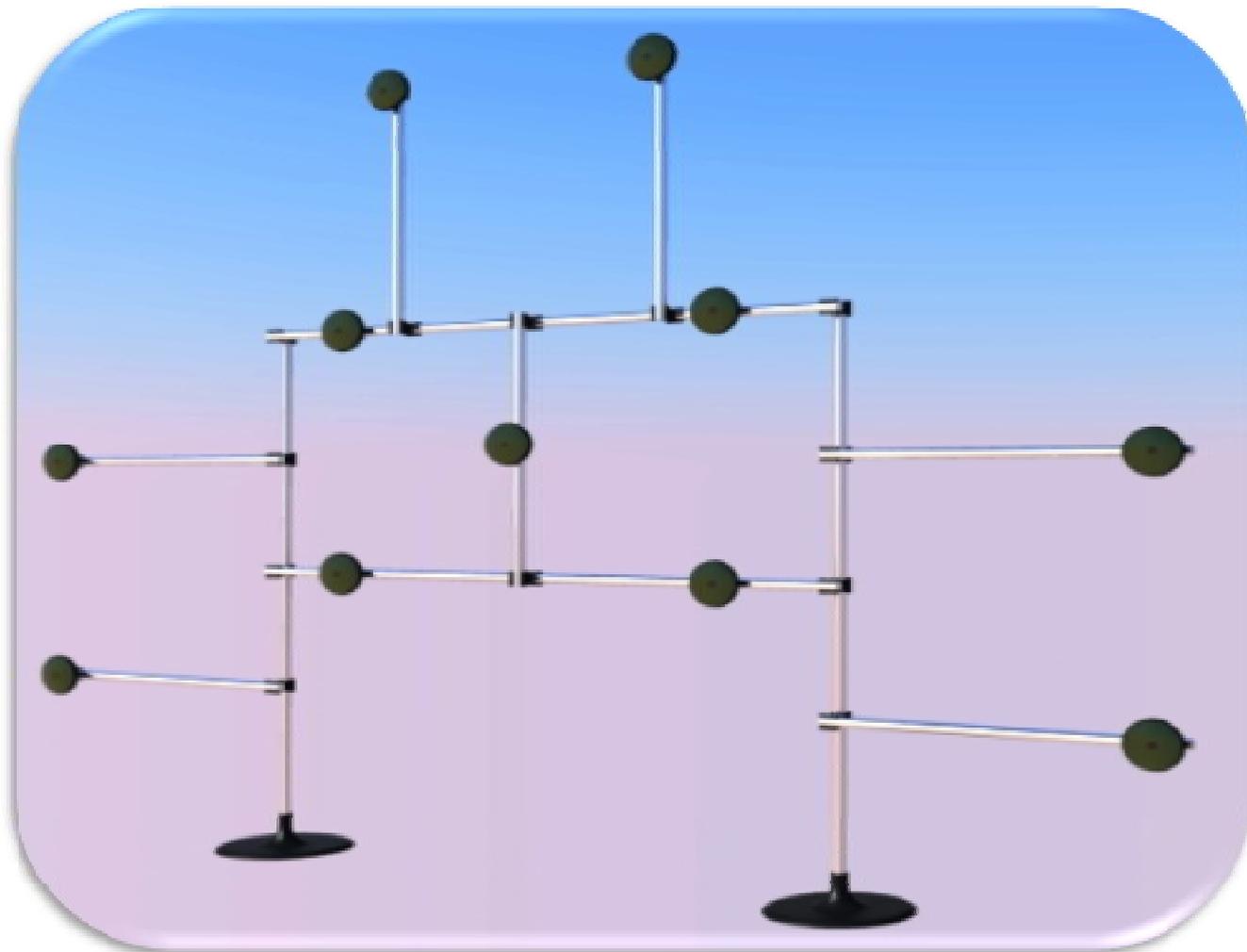
1. Tubi dritti - 20 pezzi
2. Morsetti per tubi - 12 pezzi
3. Basi - 4 pezzi
4. fitLight™ Clips - 11 pezzi
5. Connettori tubi - 9 pezzi

Fitlight Sports Corp.

14845-6 Yonge Street, Suite 376, Aurora, Ontario, Canada, L4G 6H8
Tel# 905-713-3330, Fax# 905-713-2572 Web Site: www.fitlighttraining.com

Rev 1.3 2012 ©

fitLight Trainer™ Installazione telaio per visione periferica



Telaio 243 x 731 cm

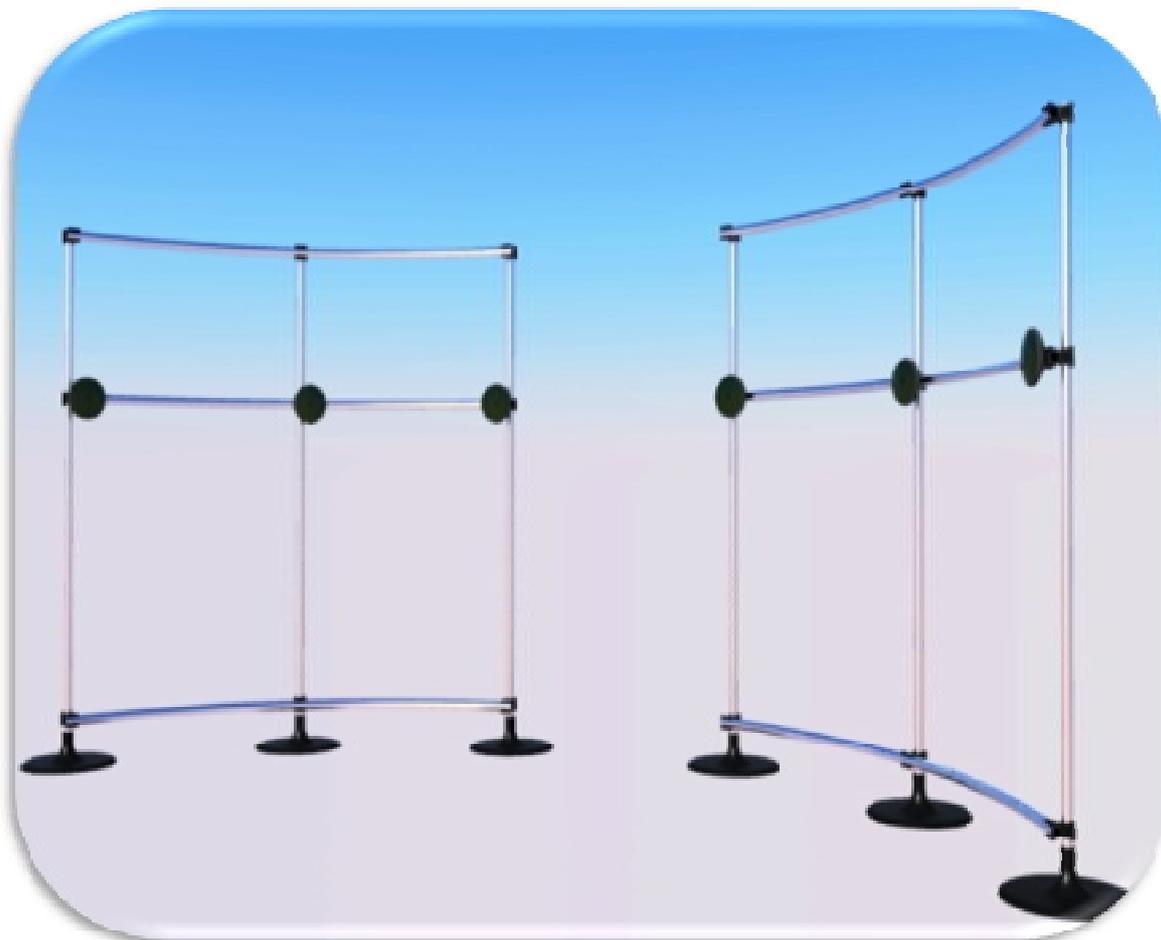
1. Tubi dritti - 15 pezzi
2. Morsetti per tubi - 12 pezzi
3. Basi - 2 pezzi
4. fitLight™ Clips - 11 pezzi
5. Connettori tubi - 4 pezzi

Fitlight Sports Corp.

14845-6 Yonge Street, Suite 376, Aurora, Ontario, Canada, L4G 6H8
Tel# 905-713-3330, Fax# 905-713-2572 Web Site: www.fitlighttraining.com

Rev 1.3 2012 ©

fitLight Trainer™ Installazione telaio curvo doppio



Telaio 243 x 487 cm

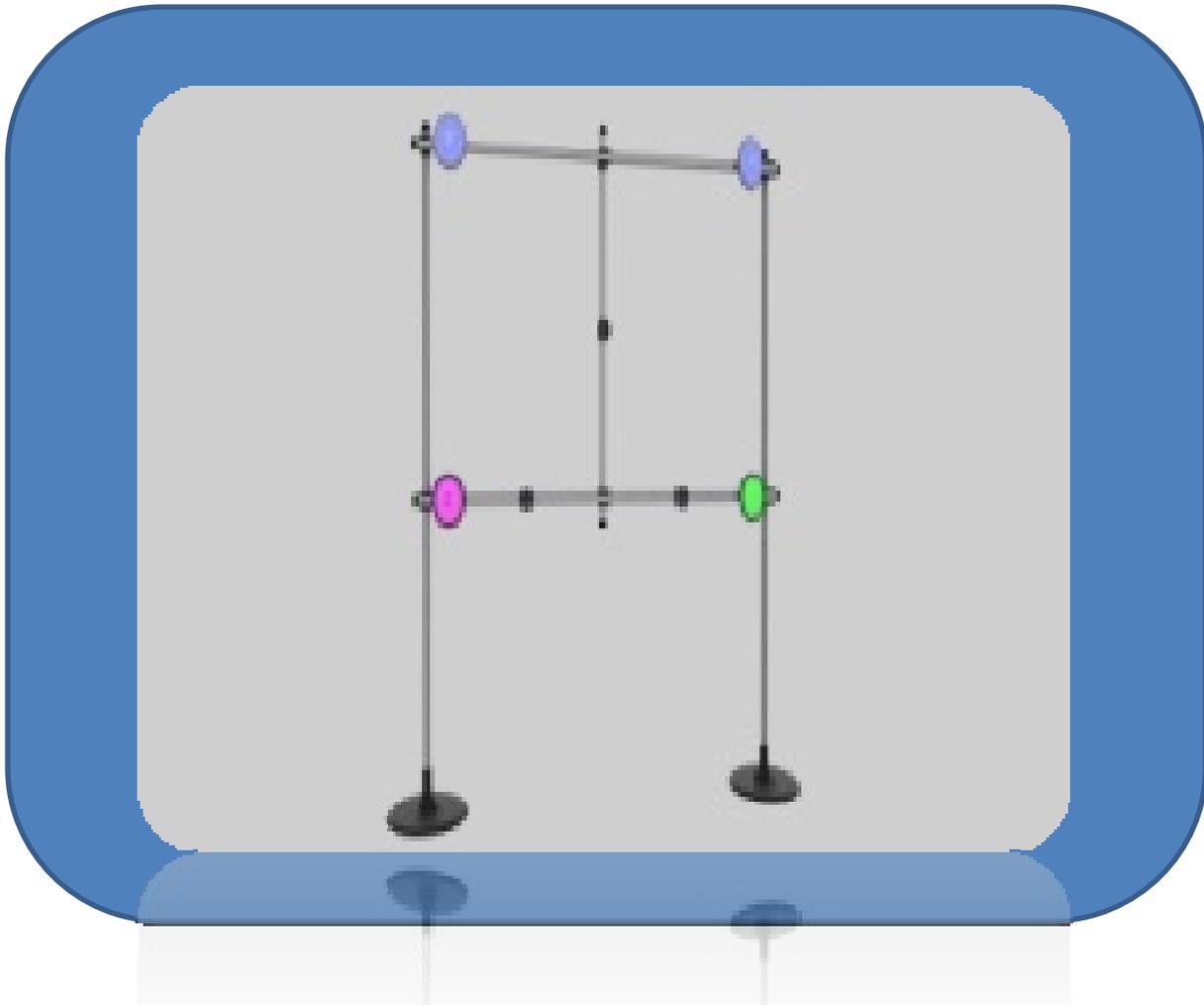
1. Tubi dritti - 12 pezzi
2. Tubi curvi - 6 pezzi
3. Morsetti per tubi - 18 pezzi
4. Basi - 6 pezzi
5. fitLight™ Clips - 8 pezzi
6. Connettori tubi - 6 pezzi

Fitlight Sports Corp.

14845-6 Yonge Street, Suite 376, Aurora, Ontario, Canada, L4G 6H8
Tel# 905-713-3330, Fax# 905-713-2572 Web Site: www.fitlightraining.com

Rev 1.3 2012 ©

fitLight Trainer™ Installazione telaio base



Telaio 243 x 243 cm

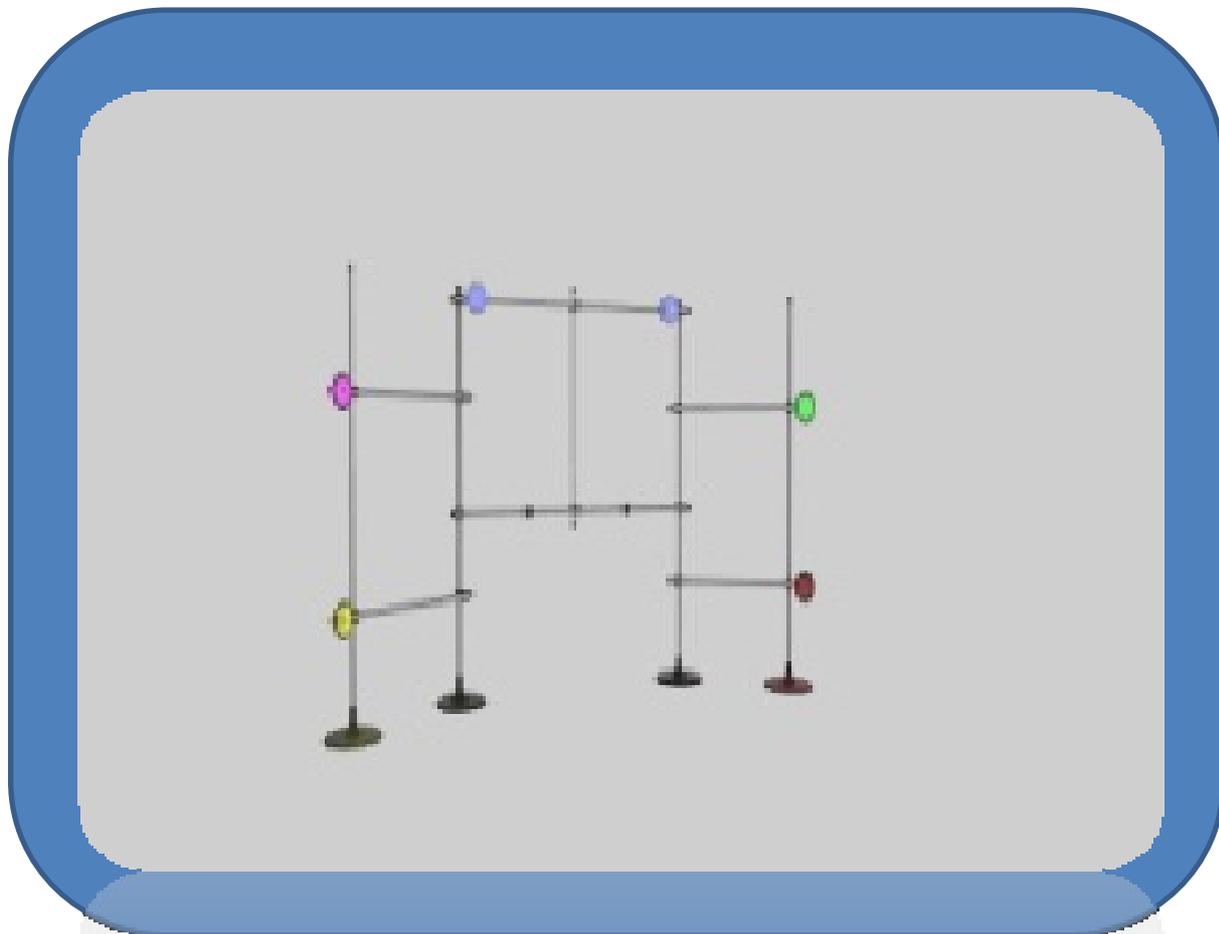
1. Tubi dritti - 9 pezzi
2. Morsetti per tubi - 6 pezzi
3. Basi - 2 pezzi
4. fitLight™ Clips - 8 pezzi
5. Connettori tubi - 4 pezzi

Fitlight Sports Corp.

14845-6 Yonge Street, Suite 376, Aurora, Ontario, Canada, L4G 6H8
Tel# 905-713-3330, Fax# 905-713-2572 Web Site: www.fitlighttraining.com

Rev 1.3 2012 ©

fitLight Trainer™ Installazione telaio base periferico



Telaio 243 x 437cm

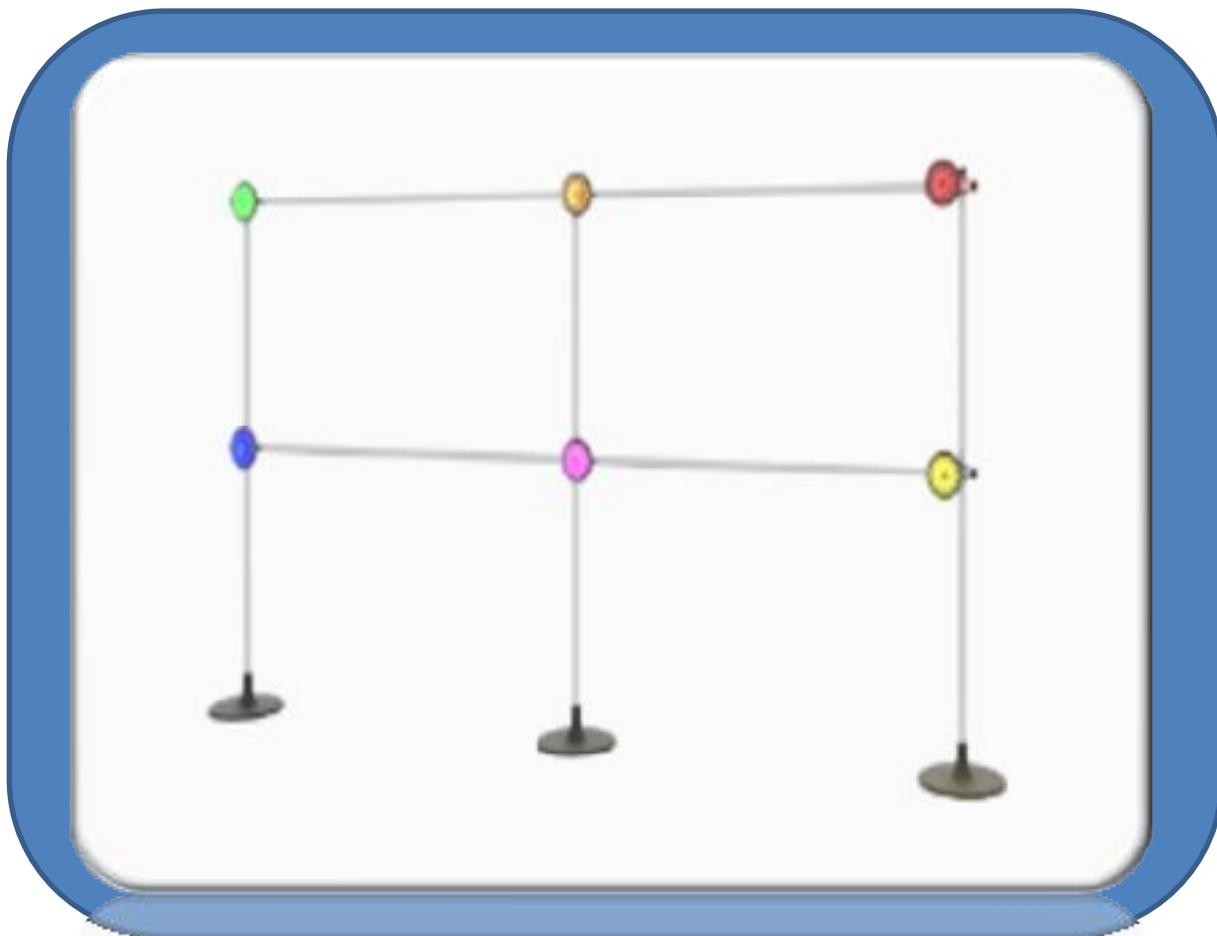
1. Tubi dritti - 17 pezzi
2. Morsetti per tubi - 13 pezzi
3. Basi - 4 pezzi
4. fitLight™ Clips - 8 pezzi
5. Connettori tubi - 6 pezzi

Fitlight Sports Corp.

14845-6 Yonge Street, Suite 376, Aurora, Ontario, Canada, L4G 6H8
Tel# 905-713-3330, Fax# 905-713-2572 Web Site: www.fitlighttraining.com

Rev 1.3 2012 ©

fitLight Trainer™ Telaio Galleria



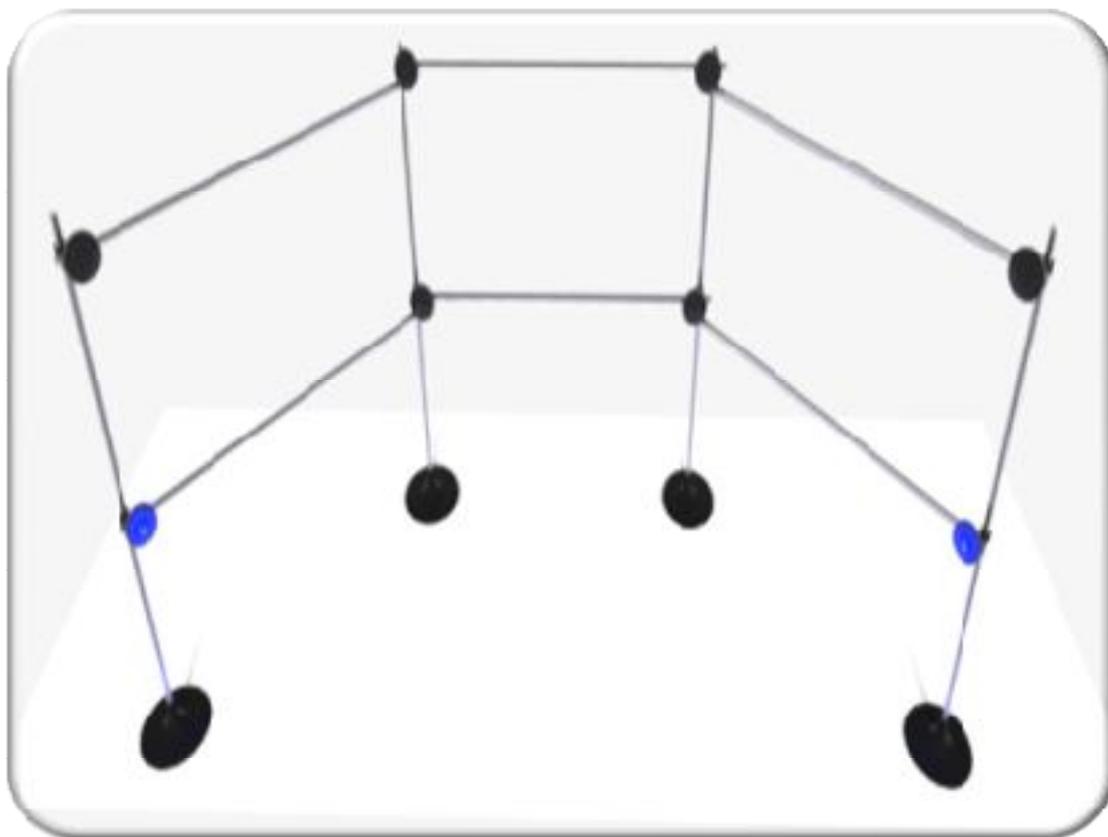
Telaio 243 x 487 cm

1. Tubi dritti - 14 pezzi
2. Morsetti per tubi - 6 pezzi
3. Basi - 3 pezzi
4. fitLight™ Clips - 8 pezzi
5. Connettori tubi - 7 pezzi

Fitlight Sports Corp.

14845-6 Yonge Street, Suite 376, Aurora, Ontario, Canada, L4G 6H8
Tel# 905-713-3330, Fax# 905-713-2572 Web Site: www.fitlighttraining.com

Rev 1.3 2012 ©



Telaio 243 x 609 cm

1. Tubi dritti - 18 pezzi
2. Morsetti per tubi - 12 pezzi
3. Basi - 4 pezzi
4. fitLight™ Clips - 8 pezzi
5. Connettori tubi - 8 pezzi

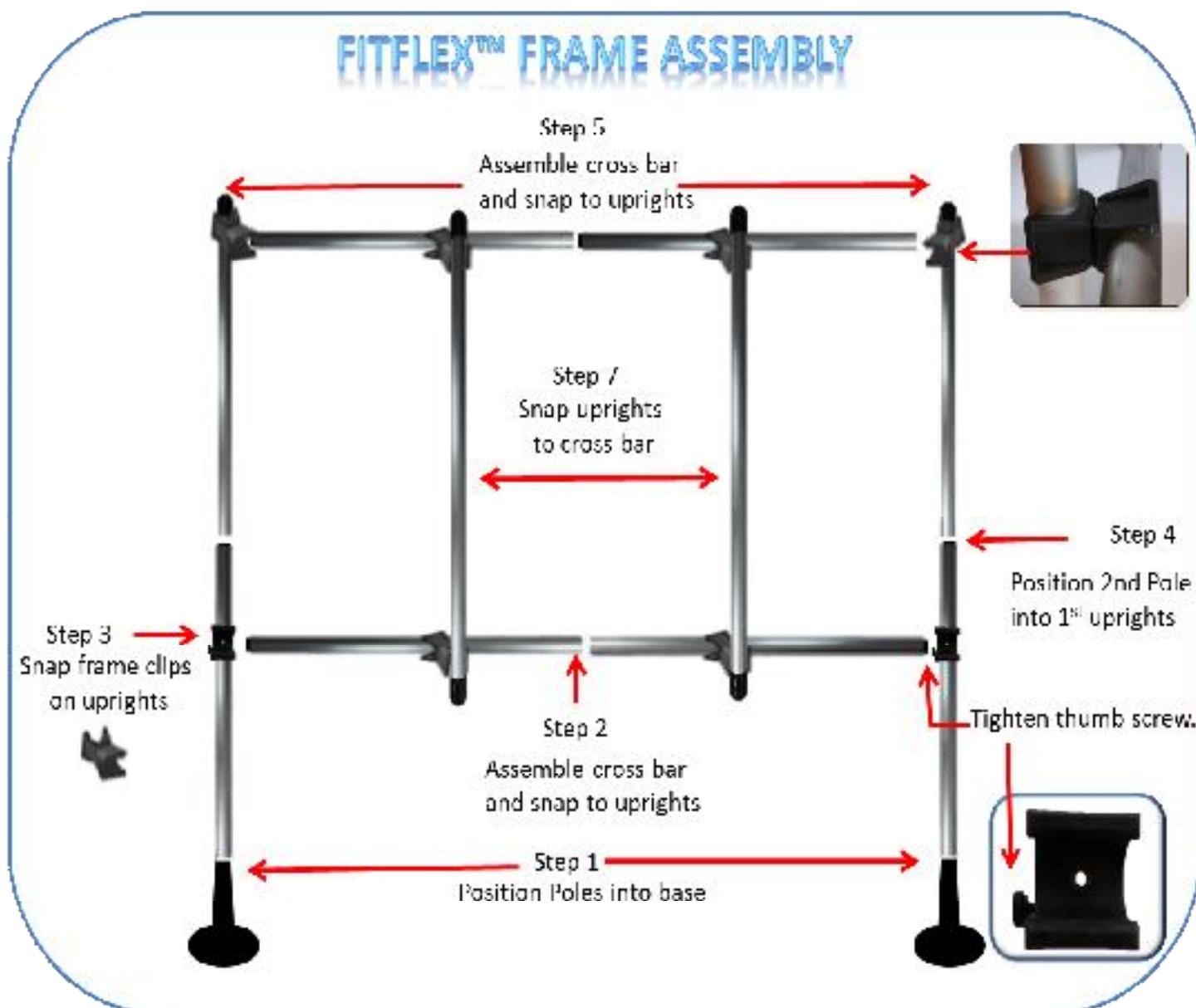
Fitlight Sports Corp.

14845-6 Yonge Street, Suite 376, Aurora, Ontario, Canada, L4G 6H8
Tel# 905-713-3330, Fax# 905-713-2572 Web Site: www.fitlighttraining.com

Rev 1.3 2012 ©

FITLIGHT Sports Corp.

Installazione telaio



Sono necessariae due persone per l'installazione.

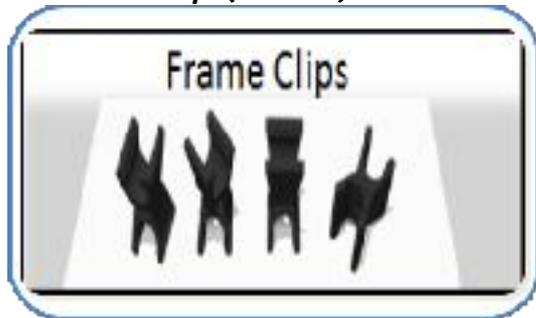
Fitlight Sports Corp.

14845-6 Yonge Street, Suite 376, Aurora, Ontario, Canada, L4G 6H8
Tel# 905-713-3330, Fax# 905-713-2572 Web Site: www.fitlighttraining.com

Rev 1.3 2012 ©

FITLIGHT Sports Corp.

flexFrame™ Clips (morsetti):

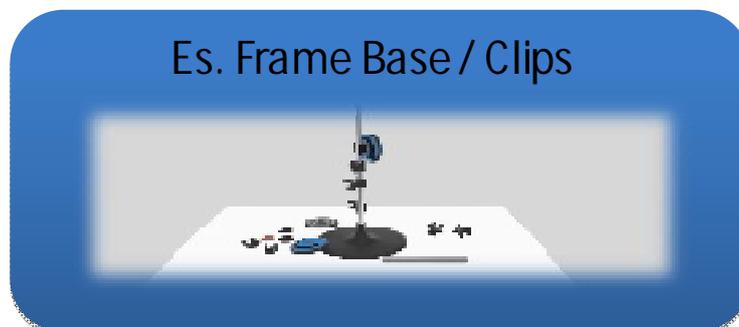


flexFrame™ clips vengono utilizzati per collegare i tubi del telaio. E' importante notare che la "Thumb Screw" (vite) deve essere stretta dopo che la clip è stata agganciata al tubo del telaio. Dovete stringere solo le "Thumb Screws" sulle dip che si trovano sui Tubi Verticali (Montanti). Le clip utilizzate sui tubi verticali devono avere la "Thumb Screw" posizionata in basso come mostrato in figura.



Thumb Screws positioned at the bottom

Es. Frame Base / Clips



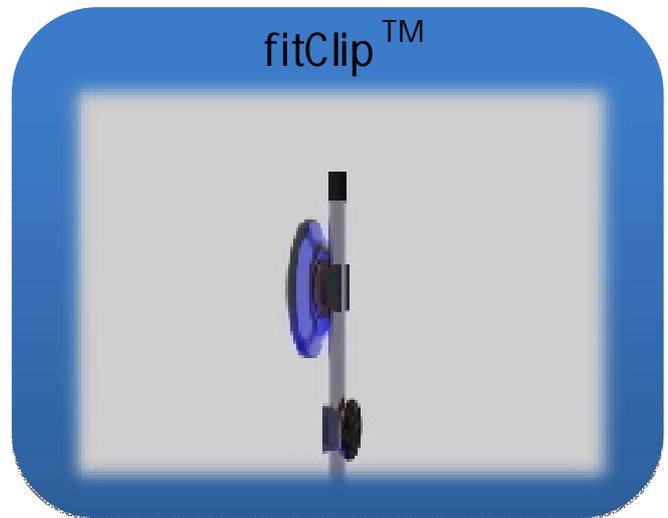
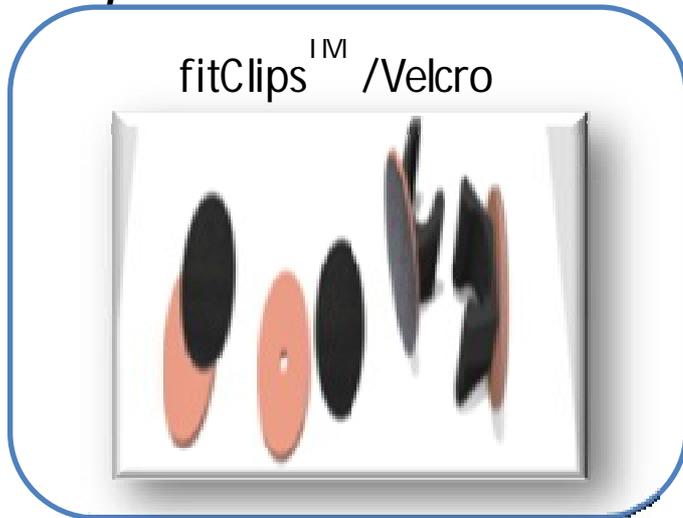
Fitlight Sports Corp.

14845-6 Yonge Street, Suite 376, Aurora, Ontario, Canada, L4G 6H8
Tel# 905-713-3330, Fax# 905-713-2572 Web Site: www.fitlighttraining.com

Rev 1.3 2012 ©

FITLIGHT Sports Corp.

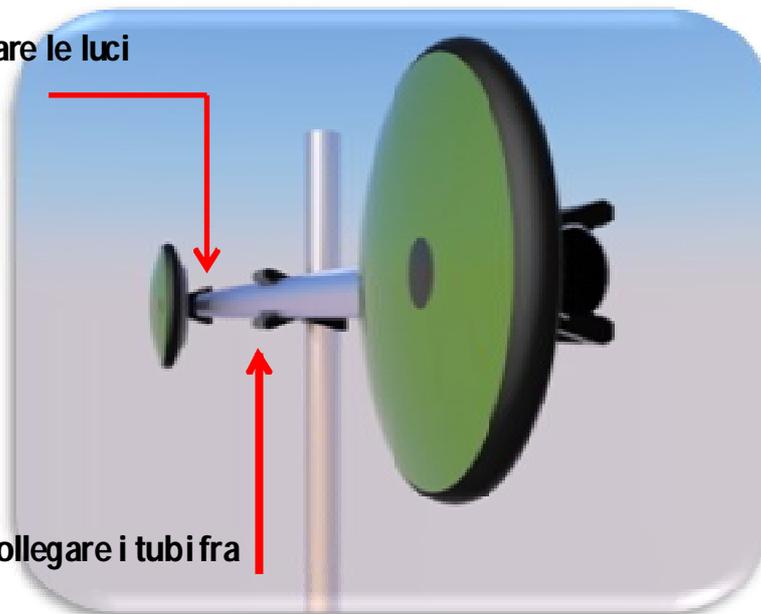
fitClips™



I fitClips™ vengono utilizzati per posizionare le luci sul telaio. I fitClips™ hanno una superficie in velcro sulla parte anteriore che permette di applicare e rimuovere facilmente le luci. I fitClip™ permettono di posizionare le luci in qualsiasi punto dell'asta. Le luci possono essere posizionate sul telaio verticalmente o orizzontalmente ruotandole nella posizione desiderata.

fitLight Trainer™ Installazione Clip/Clamp

fitClip™ per attaccare le luci al telaio



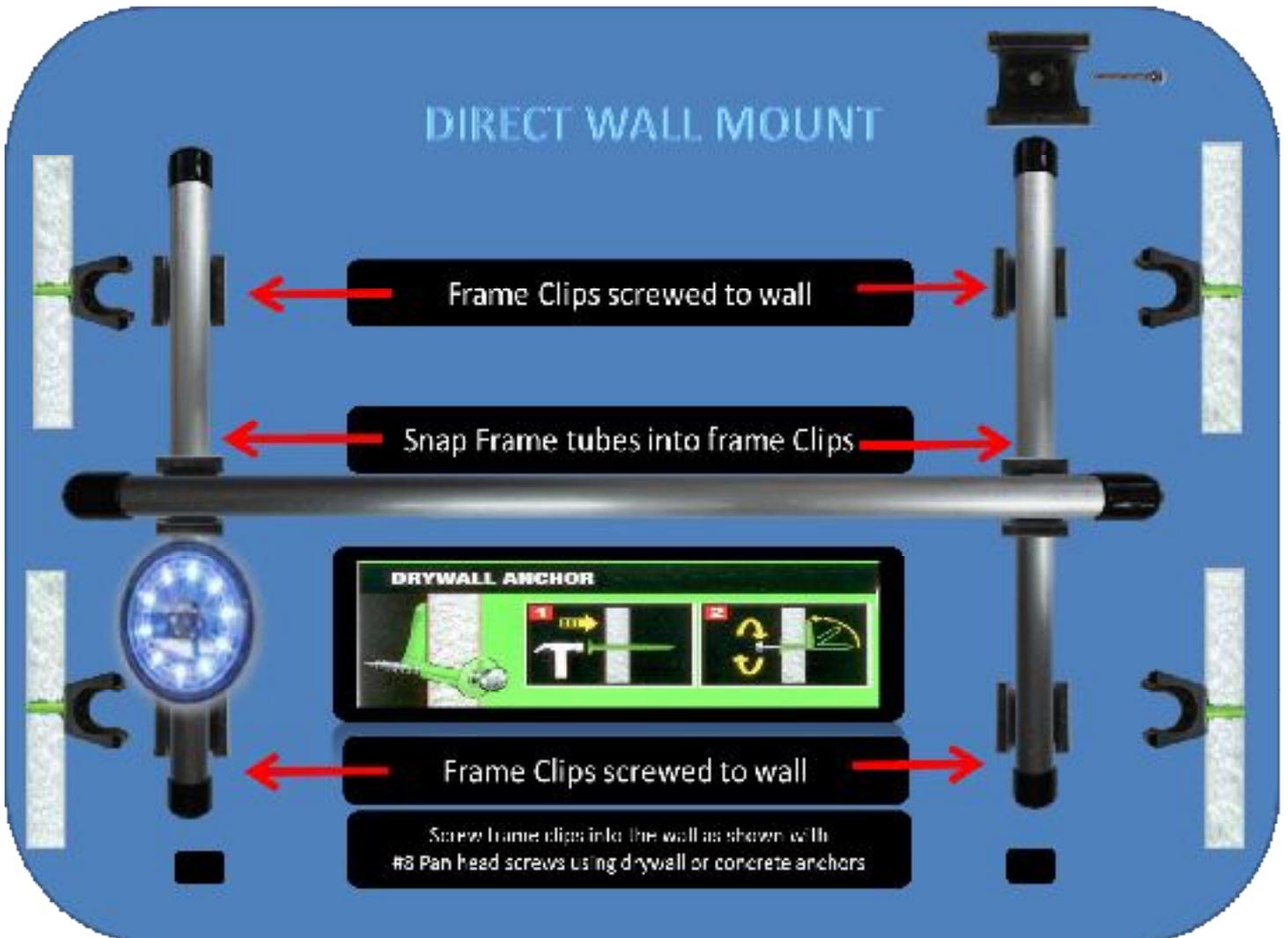
Fitlight Sports Corp.

14845-6 Yonge Street, Suite 376, Aurora, Ontario, Canada, L4G 6H8
Tel# 905-713-3330, Fax# 905-713-2572 Web Site: www.fitlighttraining.com

Rev 1.3 2012 ©

FITLIGHT Sports Corp.

Montaggio a muro



Fitlight Sports Corp.

14845-6 Yonge Street, Suite 376, Aurora, Ontario, Canada, L4G 6H8
Tel# 905-713-3330, Fax# 905-713-2572 Web Site: www.fitlighttraining.com

Rev 1.3 2012 ©

Expandable with all standard
frame components



4 feet

8 feet

12 feet

16 feet



Fitlight Sports Corp.

14845-6 Yonge Street, Suite 376, Aurora, Ontario, Canada, L4G 6H8

Tel# 905-713-3330, Fax# 905-713-2572 Web Site: www.fitlighttraining.com

Rev 1.3 2012 ©

Esempio di fitLight su asta singola

fitLight Single Stands



Fitlight Sports Corp.

14845-6 Yonge Street, Suite 376, Aurora, Ontario, Canada, L4G 6H8
Tel# 905-713-3330, Fax# 905-713-2572 Web Site: www.fitlighttraining.com

Rev 1.3 2012 ©

fitWaist™ - cintura



1. Infilare la cintura nell'adattatore di plastica.



2. Regolare la cintura alla vita e fissarla con la chiusura.



3. Attaccare la luce alla cintura facendole fare mezzo giro



Utilizzo della cintura fitWaist™:

1. Applicazione su manichini.
2. Applicazione su sacchi da boxe.
3. Applicazione intorno alla vita dell'atleta per esercizi specifici.

Fitlight Sports Corp.

14845-6 Yonge Street, Suite 376, Aurora, Ontario, Canada, L4G 6H8
Tel# 905-713-3330, Fax# 905-713-2572 Web Site: www.fitlighttraining.com

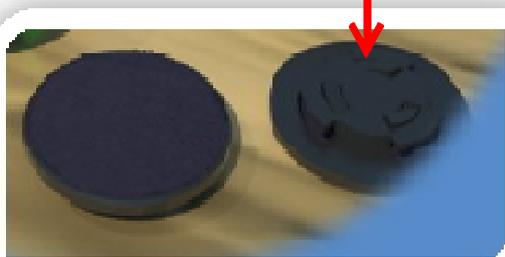
Rev 1.3 2012 ©

fitPad™ con Velcro



I fitPads™ con velcro vengono utilizzati per posizionare le luci su qualsiasi superficie utilizzando il velcro. I fitPads™ hanno una superficie in velcro sulla parte anteriore che permette di applicare e rimuovere facilmente le luci.

1. Attaccare il Velcro sulla parte bassa del fitPad™.



2. Attaccare il fitPad™ alla luce fitLight™ facendo mezzogiro.



Fitlight Sports Corp.

14845-6 Yonge Street, Suite 376, Aurora, Ontario, Canada, L4G 6H8
Tel# 905-713-3330, Fax# 905-713-2572 Web Site: www.fitlighttraining.com

Rev 1.3 2012 ©

Specifiche di sistema

Dati tecnici:

Luci

- Resistente all'Impatto
- Dimensioni: 10 cm Ø - Peso: 0,3 kg
- Impermeabile
- Utilizzo esterno/Interno
- Filtro raggi UVA
- Sensore di prossimità
- Sensibile al Contatto (multidirezionale)
- Accelerometro sensibilità 2g, 4g, 8g
- Suono, suoneria Multi Tono
- Attivazione a distanza (60 cm)
- Luce costante o lampeggiante, multicolore
- Intensità luce programmabile

DOTAZIONE

- Valigetta, 8 luci + software + 2 bracciali
- 1 controller + carica batterie

Controller

- Bluetooth
- Wireless 50 metri
- Porta USB
- Dimensioni Schermo: 5"
- Touch Screen
- Massimo Luci per Controller: 32
- Memorizzazione e Download Dati
- Capacità RFID

Valigetta

- Peso: 3,4 kg (8 luci + valigetta)

Alimentazione:

- Alimentatore Universale 230VAC - AC to DC
- Frequenza 50/60Hz - 30 Watts.

Batterie:



- Ricaricabili - Non proprietarie
- Caricabatterie Universale per 8 Luci + 1 Controller.
- Tipo Batterie Luci: NiMH
- Tipo Batterie Controller: Li-ion
- Ricarica Batteria Luci: 4 ore
- Ricarica Batteria Controller: 4 ore
- Consumo Caribatterie: 30W
- NiMH 1.2V TYP. 820mAh
- Li-ion 3.7V, 1180mAh

Compliance Rating

Il fitLight Trainer™ rispetta gli standard industriali ed è stato approvato da:

FCC : OA3MRF24J40MB
IC 7693A-24J40MB CE 681

Fitlight Sports Corp.

14845-6 Yonge Street, Suite 376, Aurora, Ontario, Canada, L4G 6H8
Tel# 905-713-3330, Fax# 905-713-2572 Web Site: www.fitlighttraining.com

Rev 1.3 2012 ©

fitLight Trainer™ garanzia limitata:

Fa tte salve le esclusioni, limitazioni e condizioni specificate, Fitlight Sports Corp. garantisce all'acquirente che i prodotti Fitlight sono esenti da difetti di materiale e di fabbricazione per il periodo di un anno di uso normale, se non diversamente specificato sulla confezione del prodotto e/o contenute nella documentazione per l'utilizzatore, a partire dalla data di acquisto. E' inoltre possibile trovare queste informazioni selezionando il prodotto nella sezione Online Support del sito web www.fitlighttraining.com. Eccetto dove proibito dalla legge in vigore, la presente garanzia non è trasferibile ed è limitata all'acquirente originale. Questa garanzia fornisce specifici diritti legali, è possibile godere di ulteriori diritti che variano in base alle leggi locali.

Limitazioni di responsabilità e clausole di esclusione:

Fitlight Sports Corp. NON SARA' RESPONSABILE PER DANNI SPECIALI, INDIRETTI, ACCIDENTALI O CONSEGUENZIALI, INCLUSI, MA NON SOLO, PERDITA DI PROFITTI, REDDITO O PERDITA DI DATI (DIRETTI O INDIRETTI) O PERDITE COMMERCIALI PER VIOLAZIONE DI QUALSIASI GARANZIA ESPLICITA O IMPLICITA SUL PRODOTTO, ANCHE NEL CASO IN CUI Fitlight Sports Corp. SIA STATA INFORMATA SULLA POSSIBILITA' DI TALI DANNI, LA RESPONSABILITA' DI Fitlight Sports Corp. E' LIMITATA AI COSTI DI SOSTITUZIONE, RIPARAZIONE, O RIMBORSO DEL PREZZO PAGATO, A DISCREZIONE DELL'AZIENDA. LE SUDETTE GARANZIE SONO ESCLUSIVE E SOSTITUISCONO TUTTE LE ALTRE GARANZIE, ESPLICITE O IMPLICITE, INCLUSE LE GARANZIE DI COMMERCIALIZZABILITA', IDONEITA' PER UN PARTICOLARE SCOPO, PRESTAZIONI, ACCURATEZZA, CORRISPONDENZA ALLA DESCRIZIONE E NON VIOLAZIONE, RISPETTO ALLE QUALI SONO ESPRESSAMENTE ESCLUSE. IN NESSUN CASO Fitlight Sports Corp. E' RESPONSABILE, IN CONTRATTO O ILLECITO (INCLUSA LA NEGLIGENZA) PER DANNI SUPERIORI AL PREZZO DI ACQUISTO DEL PRODOTTO, ACCESSORIO, O SOFTWARE, O PER DANNI INDIRETTI, ACCIDENTALI, SPECIALI, CONSEGUENTI O PUNITIVI DI QUALSIASI TIPO O PERDITA DI INFORMAZIONI O DATI, SOFTWARE O APPLICAZIONI O ALTRE PERDITE FINANZIARIE DERIVANTI DA O IN CONNESSIONE CON LA CAPACITA' O INCAPACITA' DI UTILIZZARE I PRODOTTI, ACCESSORI O SOFTWARE NELLA MISURA IN CUI TALI DANNI POSSONO ESSERE RICONOSCIUTI DALLA LEGGE.

Alcune giurisdizioni non consentono l'esclusione o la limitazione di danni speciali, indiretti, incidentali o consequenziali, pertanto la suddetta limitazione o esclusione potrebbe non applicarsi. Questa garanzia esclude (1) danni estetici o fisici alla superficie del prodotto, comprese le crepe o graffi sullo schermo LCD o involucro esterno; (2) danni causati da uso improprio, negligenza, installazione o test impropri, tentativi non autorizzati di modificare il prodotto, tentativi di manutenzione fatta eccezione per la sostituzione delle batterie, da personale di un centro di assistenza non autorizzato da Fitlight Sports Corp. o qualsiasi altra causa al di là della gamma di destinazione d'uso; (3) danni causati da incidenti, fuoco, acqua o liquidi, alimentatori, pericoli o cause di forza maggiore; (4) l'utilizzo del prodotto con qualsiasi dispositivo o componente non-fitLight™, come cariche batterie o cavi di collegamento, o di un servizio, se tale dispositivo, componente o servizio causa il problema; (5) non si tratta di un prodotto di consumo, commerciale; (6) mancato adempimento richiesto per la manutenzione preventiva; (7) normale usura e rottura o fine noleggio.

Fitlight Sports Corp.

14845-6 Yonge Street, Suite 376, Aurora, Ontario, Canada, L4G 6H8

Tel# 905-713-3330, Fax# 905-713-2572 Web Site: www.fitlighttraining.com

Rev 1.3 2012 ©

Procedura per la garanzia: Fitlight Sports Corp. potrà, a discrezione, (1) riparare o sostituire l'hardware, oppure (2) rimborsare il pezzo pagato, a condizione che l'hardware venga restituito al punto vendita o a Fitlight Sports Corp. con una copia della ricevuta di acquisto dettagliata e datata. I costi di spedizione sono a carico del cliente tranne dove proibito dalla legge in vigore. Fitlight Sports Corp. può, a sua discrezione, utilizzare parti nuove, riparate o usate e in buone condizioni per riparare o sostituire il prodotto. Qualsiasi prodotto hardware sostituito sarà garantito per il rimanente periodo di garanzia o per trenta (30) giorni, se il periodo di garanzia rimanente è inferiore, o per il periodo di tempo aggiuntivo in base alla propria giurisdizione. Questa garanzia non copre problemi o danni derivanti da (1) incidente, abuso, errata applicazione, o di qualsiasi riparazione non autorizzata, modifica o disassemblaggio; (2) operazione impropria di manutenzione, utilizzo non conforme alle istruzioni del prodotto o collegamento ad una tensione di alimentazione impropria; oppure (3) utilizzo di materiali di consumo, come batterie di ricambio, non forniti da Fitlight Sports Corp. a meno che tali restrizioni siano proibite dalla legge in vigore.

Prima di presentare una richiesta di garanzia, si consiglia di visitare la sezione di supporto su www.fitlight.ca, per l'assistenza tecnica in caso di difetto coperto durante il periodo di garanzia, Fitlight Sports Corp., a sua esclusiva discrezione, può riparare o sostituire il prodotto senza alcun costo per il cliente per componenti o manodopera. Per ottenere il servizio di garanzia per i prodotti fitLight Training™, il cliente deve contattare il centro di assistenza clienti Fitlight Sports Corp. all'indirizzo email info@fitlighttraining.com o al numero +1-905-713-3330 per un codice di autorizzazione al reso e restituire l'unità con spedizione prepagata, con la prova di acquisto datata, codice di autorizzazione di ritorno, al seguente indirizzo: Warranty Returns, Fitlight Sports Corp. 14845-6 Yonge Street, Suite 376, Aurora, Ontario, Canada, L4G 6H8. L'etichetta deve indicare il codice di autorizzazione al reso. QUALSIASI spedizione inviata per il servizio di garanzia, SENZA il relativo codice di autorizzazione al reso, sarà rifiutata e restituita al cliente a spese del cliente. Fitlight Sports Corp. non sarà responsabile per eventuali perdite o danni avvenuti mentre il prodotto è in transito dal cliente per le riparazioni. Il cliente dovrebbe, per precauzione, acquistare un'adeguata copertura assicurativa per l'unità mentre è in transito. Gli obblighi di Fitlight Sports Corp. durante il periodo di garanzia sono, a discrezione di Fitlight Sports Corp., riparare o sostituire il prodotto o parte del prodotto con equivalente, o se né la riparazione né la sostituzione sono possibili, Fitlight Sports Corp. può rimborsare al cliente il prezzo di acquisto pagato per il prodotto o parte di esso. I componenti rimossi da Fitlight Sports Corp. diventeranno di proprietà esclusiva di Fitlight Sports Corp.

Durata della garanzia: SALVO NEI CASI PREVISTI DALLA LEGGE, TUTTE LE GARANZIE IMPLICITE O CONDIZIONI DI COMMERCIALITÀ O IDONEITÀ PER UNO SCOPO PRATICO RELATIVO A QUESTO PRODOTTO, SONO LIMITATE ALLA DURATA DEL PERIODO DI GARANZIA. Alcune giurisdizioni non ammettono limitazioni sulla durata di una garanzia implicita, in tal caso la limitazione di cui sopra non viene applicata.

Diritti legali nazionali: I consumatori hanno diritti legali sanciti da leggi nazionali relativi alla vendita di beni di consumo. Tali diritti non sono influenzati dalle garanzie contenute nella presente garanzia limitata.

Fitlight Sports Corp.

14845-6 Yonge Street, Suite 376, Aurora, Ontario, Canada, L4G 6H8

Tel# 905-713-3330, Fax# 905-713-2572 Web Site: www.fitlighttraining.com

Rev 1.3 2012 ©

FITLIGHT Sports Corp.

Nessuna ulteriore garanzia: Nessun rivenditore, distributore, agente, o dipendente è autorizzato ad apportare qualsiasi modifica, estensione o aggiunta a questa garanzia limitata, orale o scritta.

Periodo di garanzia: Si prega di notare che all'interno dell'unione europea, Fitlight Sports Corp. garantisce i propri prodotti in conformità con il periodo richiesto dall'unione europea.

Disposizioni di legge: La presente garanzia limitata è disciplinata dalle leggi della provincia dell'Ontario, Canada, e dalle leggi del Canada, escludendo i conflitti con i principi di legge. La convenzione delle Nazioni Unite sui contratti per la vendita internazionale di beni è integralmente applicabile alla presente garanzia limitata.

Registrazione del sistema fitLight Trainer™: Si prega di notare che il sistema deve essere registrato entro 1 settimana dall'acquisto. La registrazione è necessaria per partecipare al programma di garanzia. La registrazione può essere effettuata inviando un'e-mail a info@fitlightraining.com indicando data di acquisto, nome del distributore, nome del cliente, indirizzo email, numero di telefono e numero di serie del sistema. Il numero di serie del sistema si trova nella schermata del menu dopo l'accensione del Controller.

Indirizzo:

**Fitlight Sports Corp.
14845-6 Yonge Street
Suite 376
Aurora, On. Canada
L4G 6H8**

Fitlight Sports Corp.

14845-6 Yonge Street, Suite 376, Aurora, Ontario, Canada, L4G 6H8
Tel# 905-713-3330, Fax# 905-713-2572 Web Site: www.fitlightraining.com

Rev 1.3 2012 ©

PROBLEMI / SOLUZIONI

Problemi Controller

X Il Controller non si accende:

- 1. Assicurarsi che la batteria sia completamente carica. Se non si è sicuri ricicarla ancora fino a che l'indicatore di carica completa sia visibile.
- 2. La batteria non è più ricaricabile. Richiedere la sostituzione della batteria.
- 3. Ricaricare il Firmware.
- 4. Nel caso in cui non si utilizzi il Controller da più di una settimana, il Controller si spegne completamente e va in sicurezza. In tal caso è necessario aprire e richiudere la cover del Controller e ricaricarlo.

Problemi col Display

X Il Display non si accende:

- 1. Assicurarsi che il Controller sia completamente carico. Se non si è sicuri ricaricarlo nuovamente.
- 2. Spegner il Controller e riavviare.
- 3. Ricaricare il Firmware.

Problemi col Display

X Il Touch Screen non funziona:

- 1. Spegner il Controller e riavviare.
- 2. Ricaricare il Firmware.

Problemi con le luci fitLight™

X fitLight(s)™ non si accende / non si accendono

- ☑ 1. Verificare che le batterie sia state installate con la polarità corretta, positivo (+) con positivo (+) / negativo (-) con negativo (-).
- ☑ 2. Assicurarsi che le batterie siano completamente cariche, se non si è sicuri ricaricarle di nuovo fino a quando la luce è verde.
- ☑ 3. Provare un diverso set di batterie completamente cariche. Se la luce funziona significa che le batterie sono esaurite e devono essere smaltite secondo le normative locali.
- ☑ 4. Assicurarsi che la tensione delle batterie inserita sia corretta ossia 1.2 volts DC.
- ☑ 5. **Assicurarsi che le batterie che si stanno utilizzando siano ricaricabili.**
- ☑ 6. Assicurarsi che tutte le batterie siano completamente cariche e che non ci sia una batteria meno carica delle altre all'interno del gruppo.

X Le luci fitLights™ non si colorano:

- ☑ Verificare che il programma sia impostato in modo che le luci cambino colore.
- ☑ Riavviare il Controller.

X Le luci fitLights™ non si collegano al Controller:

- ☑ Verificare che le luci siano completamente cariche.
- ☑ Riavviare il Controller.
- ☑ Verificare che il Controller sia completamente carico.

Problemi di ricarica:

X Il caricabatterie non si accende

- 1. Verificare che il caricabatterie sia alimentato; assicurarsi che la presa di corrente alla quale è collegato sia funzionante.
- 2. Verificare che l'alimentatore ed il caricatore sia collegati alla presa.

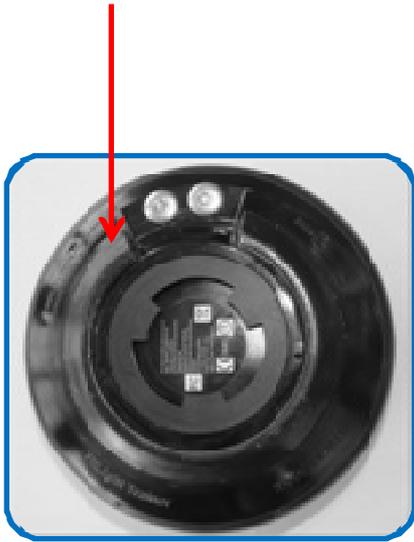
X Le luci fitLights non si ricaricano:

- 1. Verificare che le luci siano correttamente inserite nella valigetta caricabatterie (la luce si deve accendere).
- 2. Assicurarsi che ci siano le batterie nelle luci.
- 3. Verificare che la polarità delle batterie nelle luci sia corretta, positivo(+) con positivo(+) / negativo(-) con negativo(-).
- 4. Provare un diverso set di batterie. Se la luce si carica significa che le batterie sono esaurite e devono essere smaltite secondo le normative locali.
- 5. Assicurarsi che la tensione delle batterie inserite sia corretta ossia 1.2 volts DC.
- 6. **Assicurarsi che le batterie che si stanno utilizzando siano ricaricabili.**
- 7. Assicurarsi che non ci siano batterie esaurite all'interno del gruppo sostituendone una alla volta.
- 8. Assicurarsi che le luci facciano contatto con i terminali della valigetta caricabatterie.

FITLIGHT Sports Corp.

Step 1. Installazione delle batterie ricaricabili nelle luci

Rimuovere la protezione in gomma



Protezione in gomma rimossa, le 4 viti sono esposte



Svitare la cover



Attenzione: ci sono 4 "O" Rings (guarnizioni), assicurarsi che non si spostino. Questi "O" Rings rendono impermeabile la luce.



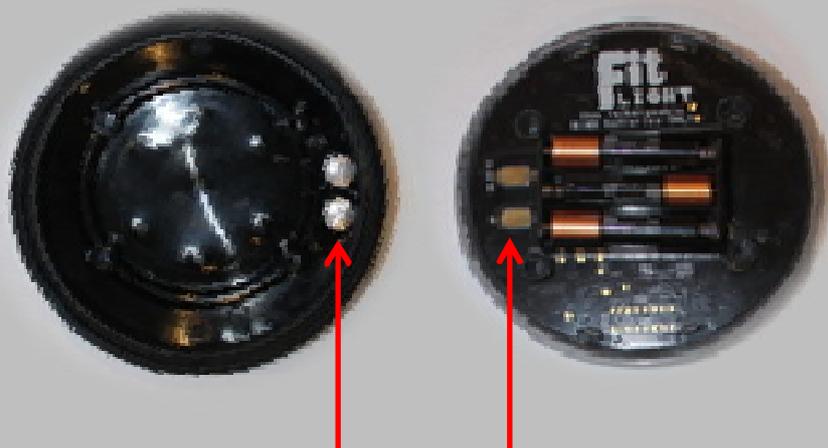
Fitlight Sports Corp.

14845-6 Yonge Street, Suite 376, Aurora, Ontario, Canada, L4G 6H8
Tel# 905-713-3330, Fax# 905-713-2572 Web Site: www.fitlighttraining.com

Rev 1.3 2012 ©

Step 2. Installazione delle batterie ricaricabili nelle luci Lights

1. Assicurarsi che la polarità sia corretta (Positivo+ / Negativo-)



Prima di chiudere le luci assicurarsi che i contatti dei due coperchi siano allineati.

Fitlight Sports Corp.

14845-6 Yonge Street, Suite 376, Aurora, Ontario, Canada, L4G 6H8
Tel# 905-713-3330, Fax# 905-713-2572 Web Site: www.fitlightraining.com

Rev 1.3 2012 ©

Manutenzione e ricarica del fitLight System™

NON FARE

- Non conservare il fitLight Training™ in ambienti particolarmente caldi. Temperature estremamente elevate possono danneggiare le batterie.
- Non usare solventi per pulire le luci fitLights, il Controller o gli accessori.
- **Non lasciare che il sistema si scarichi completamente.**
- **Non sovraccaricare il sistema. Una ricarica superiore a 36 ore riduce la vita delle batterie.**
- Non utilizzare il caricabatterie o le batterie se sono danneggiati.
- Non utilizzare batterie o caricabatterie che non sono specifici per il sistema.

FARE

- Pulire il fitLight Training™ con un panno umido.
- Mantenere il sistema carico in ogni momento.
- Caricare il sistema per massimo 12 ore.
- Caricare il sistema dopo ogni sessione di allenamento.
- Mantenere i contatti delle luci fitLights puliti per una ricarica ottimale.
- Spegnerlo il sistema se non utilizzato.
- Rimuovere le batterie se non si utilizza il sistema per più di 1 mese.
- Ricaricare le batterie a temperatura ambiente per una migliore ricarica.
- Smaltire le batterie secondo le normative locali.

Informazioni sulle batterie e requisiti di sicurezza

- Le batterie si scaricano nel tempo se lasciate inutilizzate.
- Le batterie in genere possono essere ricaricate 600 volte.
- Tenere le batterie lontane da fonti di calore eccessivo, quali fuoco o luce solare diretta.
- Tenere le batterie lontane da fonti di alta tensione o scariche elettrostatiche.
- Non utilizzare o conservare le batterie con altre batterie o a contatto col metallo.
- Non mettere le batterie in un forno a microonde.
- Non schiacciare le batterie.
- Tenere le batterie fuori dalla portata dei bambini.
- Non smontare, distruggere o tentare di rimontare una batteria.
- Non lasciare le batterie in ambienti umidi o bagnati.
- Evitare che le batterie entrino in contatto con l'acqua.
- Non avvolgere le batterie con materiali conduttori.
- Non bruciare le batterie.
- Non lasciare e non gettare le batterie in luoghi che potrebbero bagnarsi o che potrebbero essere sommersi dall'acqua.
- Non saldare nulla batteria, ai fili o al connettore.
- Smaltire le batterie in base ai regolamenti locali.



Alimentatore Attenzione Shock Elettrico

Solo per uso interno, non esporre ad umidità, liquidi o calore. Non utilizzare alcun altro tipo di alimentazione per il sistema fitLight Training™.

Fitlight Sports Corp.

14845-6 Yonge Street, Suite 376, Aurora, Ontario, Canada, L4G 6H8
Tel# 905-713-3330, Fax# 905-713-2572 Web Site: www.fitlighttraining.com

Rev 1.3 2012 ©

Informazioni di sicurezza

Attenzione: l'uso dell'opzione lampeggio può provocare reazioni in persone Epilettiche. Si prega di prestare attenzione quando si utilizza questa opzione.

Informazioni sulla sicurezza del sistema

Il sistema è stato testato ed è conforme ai seguenti standard:

EN 60950-1:2006

EN 62471:2008

EN 62311:2008

FCC CFR 47 Part 15 Subpart C

FCC CFR 47 Part 15 Subpart B

EN 300328V1.7.1:2006

EN 301489-1V1.8.1:2008

RSS-210

RSS102

Direttiva Europea sulle batterie

Fitlight Sports Corp. dichiara che i prodotti e le batterie sono conformi alla direttiva europa 2006/66/EC

RIVENDITORE PER L'ITALIA:

Medical Graphics Italia Srl

Via Simone d'Orsenigo, 21

20135 MILANO

Tel. 02 54120343

Fax 02 54120233

info@fitlightitalia.it

Fitlight Sports Corp.

14845-6 Yonge Street, Suite 376, Aurora, Ontario, Canada, L4G 6H8

Tel# 905-713-3330, Fax# 905-713-2572 Web Site: www.fitlighttraining.com

Rev 1.3 2012 ©