

藍牙 4.0 自行車錶

使用說明書

Cyclaid 10

 **Bluetooth**
SMART



ALATECH
www.alatech.com





感謝您的惠購

感謝您惠購 **ALATECH** 藍牙自行車錶 Cyclaid 10 ！

本錶具備低功耗藍牙 4.0 技術，能搭配行動裝置進行同步騎乘，也能獨立與運動感測配件應用，是您日常運動訓練的好幫手。

有關本說明書

- 為能正確及有效使用所有功能操作，使用前，請先詳細閱讀本說明書。
- 請先熟悉本說明書中的圖示：

	注意事項
	提示和註解
附錄	其他資訊和電池更換

- 本說明書最新版請於 www.alatech.com 下載參閱。

包裝內容物

- Cyclaid 10 藍牙 4.0 自行車錶
- 安裝配件：固定墊、固定座、束帶、CR2032 鈕扣電池
- 快速指南
- 產品保固卡

商標

- Bluetooth® 是 Bluetooth SIG, Inc. 的註冊商標。
- Apple, Mac OS, iPhone, iPad, Multi-Touch 是 Apple Inc. 的商標。
- HTC ONE 是 HTC Corporation 的註冊商標。
- Android 是 Google Inc. 的商標。

1 認識 Cyclaid 10	4
1-1 應用與用途	4
1-2 按鍵介紹	6
1-3 畫面介紹	7
1-4 切換功能模式	8
功能模式簡介	9
2 配對感測器	10
2-1 與心率感測器配對	10
2-2 與速度踏頻器配對	11
3 基本設定	12
3-1 車錶設定	12
輪胎尺寸參考表	13
3-2 用戶設置	14
3-3 快速鍵設定	15
3-4 感測器設定	15
4 安裝車錶	16
5 騎乘訓練	17
訓練程式對照表	18
騎乘即時資訊	19
6 記錄功能	20
6-1 瀏覽和刪除檔案	20
6-2 上傳檔案	21
7 查看運動總量	22
8 連接手機或行動裝置	23
8-1 安裝 App 與開啟藍牙	23
8-2 車錶與行動裝置配對	24
8-3 Smartphone 同步騎乘	25
8-4 手機同步	26
S 規格	28
A 附錄	29

請參照下方應用介紹和操作索引，了解如何使用 Cyclaid 10。

■ 單獨與感測器應用：

一次可同時與兩個具備低功耗藍牙 4.0 技術的感測器^{註一}應用。



■ 連手機同步騎乘：

透過低功耗藍牙 4.0 技術能連手機或智慧型行動裝置^{註二}進行同步騎乘。



- 註一 兼容感測器：ALATECH 心率帶 (型號 CS009/CS010/CS011/CS012)
ALATECH 速度踏頻器 (型號 SC001BLE/SC002)
- 註二 相容於 iOS 5.0 以上系統版本並內建藍牙 4.0 的行動裝置 (須安裝 App : ALA COACH+)。
- 有關相容的行動裝置與支援配件請參見第 23 頁說明或 www.alatech.com。

應用方式對照表：

	應用方式	運動讀數					記錄方式			
		心跳	卡路里	距離	時速	踏頻	坡度高度	軌跡	圖表	摘要
連接手機同步騎乘		●	●	● 手機 GPS	● 手機 GPS		● 手機 GPS	● 手機 GPS	●	●
				●	●	●	● 手機 GPS	● 手機 GPS	●	●
		●	●	●	●	●	● 手機 GPS	● 手機 GPS	●	●
單獨與感測器應用		●	●							● 車錶
				●	●	●				● 車錶
		●	●	●	●	●				● 車錶

操作索引：

與感測器應用

快速鍵設定

第 15 頁

感測器設定

第 15 頁

配對感測器

第 10 至 11 頁

基本設定

第 12 至 15 頁

安裝車錶

第 16 頁

開始騎乘訓練

第 17 至 19 頁

瀏覽記錄

第 20 至 22 頁

連接手機同步騎乘

安裝 APP

第 23 頁

快速鍵設定

第 15 頁

配對行動裝置

第 24 頁

配對感測器

請另外參閱感測器
隨附說明書說明

同步設定

第 26 至 27 頁

安裝車錶

第 16 頁

同步騎乘

第 25 頁



- 第一次與感測器應用前，請先將選購的感測器與本錶完成配對。(參見第 10 至 11 頁)
- 第一次連接手機應用前，請先完成以下配對：
 1. 將本錶與您的手機或行動裝置配對。(參見第 24 頁)
 2. 將所選購的感測器與您的手機或行動裝置配對。

1-2 按鍵介紹



- 確認鍵
- 待機時，按下為：運動快速鍵，或 iPhone 快速鍵
- 開始騎乘
- 點亮背光



• 右鍵 / 向下鍵



- 退出 / 返回鍵
- 停止騎乘



• 同時按住三個按鍵 (←/↻/—) 至螢幕全顯，放開後即可重設車錶。
 • 車錶重設後，需請重作第 12 至 15 頁基本設定，若您過去已經在 ALA COACH+ App 完成過車錶使用者設定，請直接參閱第 26 至 27 頁「手機同步」說明，將設定資料再次同步到本錶。



符號	名稱	符號	名稱
	連接手機		達成目標獎盃
	連接感測器	SPD	速度
	100%-70% 電力指示		心跳
	70%-40% 電力指示		踏頻
	請更換電池指示	AVG	平均
	上傳檔案	MAX	最高
PM	上午	MPH	英制時速
PM	下午	KPH	公制時速



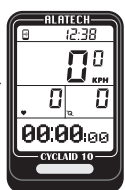
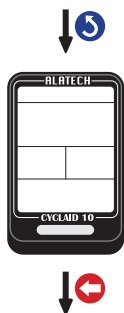
• 車錶待機時，螢幕為休眠狀態。

• 螢幕通常只會出現正在運作或您所切入功能模式的符號。

1-4 切換功能模式

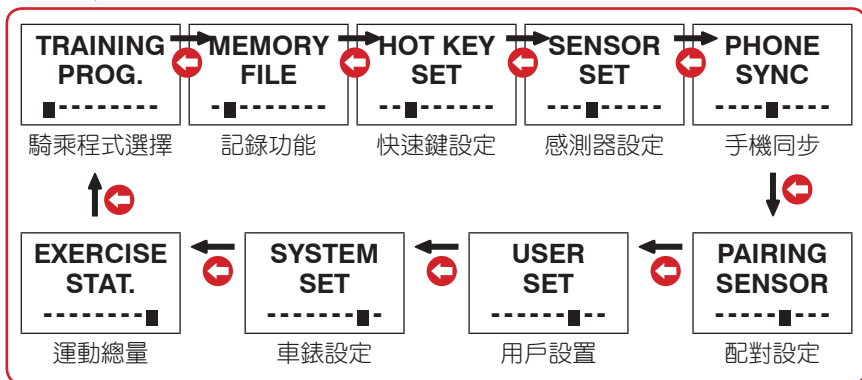


首次使用，按 **←** 開啟 Cyclaid 10，開機後即進入系統語言設定^{註一}（六種語言選擇），請按 **←** 選至 ENGLISH(英語)，設定完成按 **↻** 退出。




騎乘模式

1. 待機時，按 **⏻** 可直接切進騎乘模式^{註二}。
2. 待機時，按 **←** 可將螢幕切至各設定視窗^{註三}。
3. 在所選的設定視窗下，按 **⏻** 切進。
4. 切入後，以 **⏻** 切換閃爍的設置項目或設置頁面→再以 **←** 調整設定值。
5. 任一視窗下，按 **↻** 2~3 次即可將螢幕返回至待機狀態。



待機狀態

 註一 如要再重新設置語言，請至 SYSTEM SET > LANGUAGE 下變更。
 (參見第 12 頁車錶設定)

註二 待機時，按下 **⏻** 可將螢幕切進騎乘模式 (參見第 15 頁快速鍵設定)，當 **⌘** 感測器 和 / 或 **📱** 手機連接就緒並恆顯在螢幕狀態列時，車錶即自動開始計時。

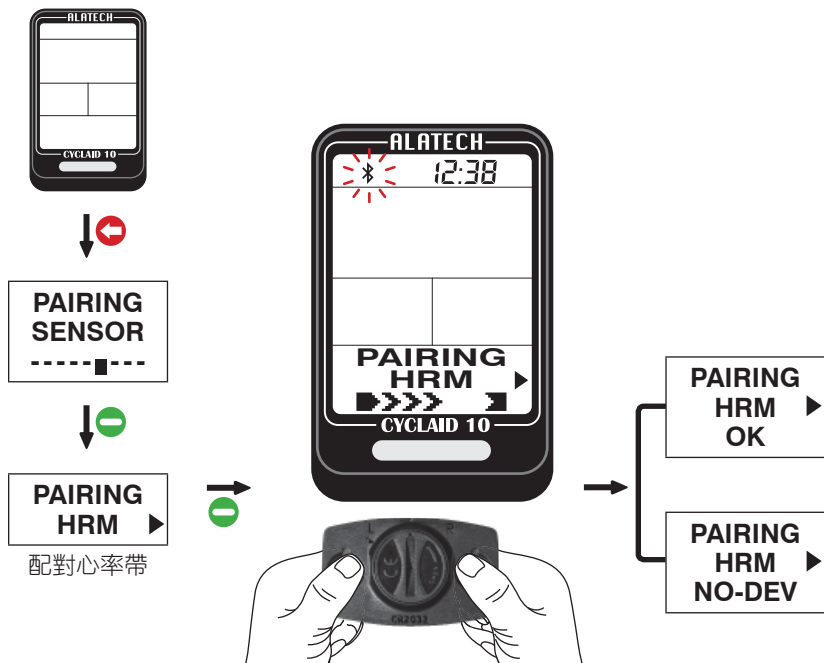
註三 待機時，按下 **←** 可將螢幕切至各個設定視窗。

功能模式簡介：

畫面指示	名稱	說明
TRAINING PROG. ■-----	騎乘模式	<ol style="list-style-type: none"> 內建低、中、高強度心率訓練程式，以及可自訂的訓練程式：目標心率區間、目標時間、目標距離、目標卡路里。(第 17 至 18 頁) 執行騎乘訓練、監看騎乘即時資訊。(第 17 和 19 頁)
MEMORY FILE -■-----	記錄功能	<ol style="list-style-type: none"> 最多可記錄 7 筆檔案。 瀏覽和刪除檔案。(第 20 頁) 上傳檔案。(第 21 頁)
HOT KEY SET --■-----	快速鍵設定	切換快速鍵。(第 15 頁)
SENSOR SET ---■-----	感測器設定	設定感測器。(第 15 頁)
PHONE SYNC ----■-----	手機同步	執行手機同步。(第 26 至 27 頁)
PAIRING SENSOR -----■-----	配對設定	<ol style="list-style-type: none"> 配對心率感測器。(第 10 頁) 配對速度踏頻器。(第 11 頁)
USER SET -----■-----	用戶設置	設置個人資料。(第 14 頁)
SYSTEM SET -----■-	車錶設定	設置輪胎尺寸、開啟自動計圈與設定單圈距離、開啟背光、設定日期時間、切換系統語言。(第 12 至 13 頁)
EXERCISE STAT. -----■	運動總量	查看運動總量記錄，包含：累積騎乘時間、總里程和卡路里消耗總量。(第 22 頁)

2-1 與心率感測器配對

1. 待機下，按 **←** 切至 **PAIRING SENSOR** → 按 **—** 切進。
2. **PAIRING HRM** 視窗下，按 **—** 建立藍牙連線並啟動配對。
3. 配對成功，顯示 **OK** → 按 **↵** 退出。
配對失敗，顯示 **NO-DEV** → 按 **↵** 退至 **PAIRING HRM** → 再次執行 STEP 2。



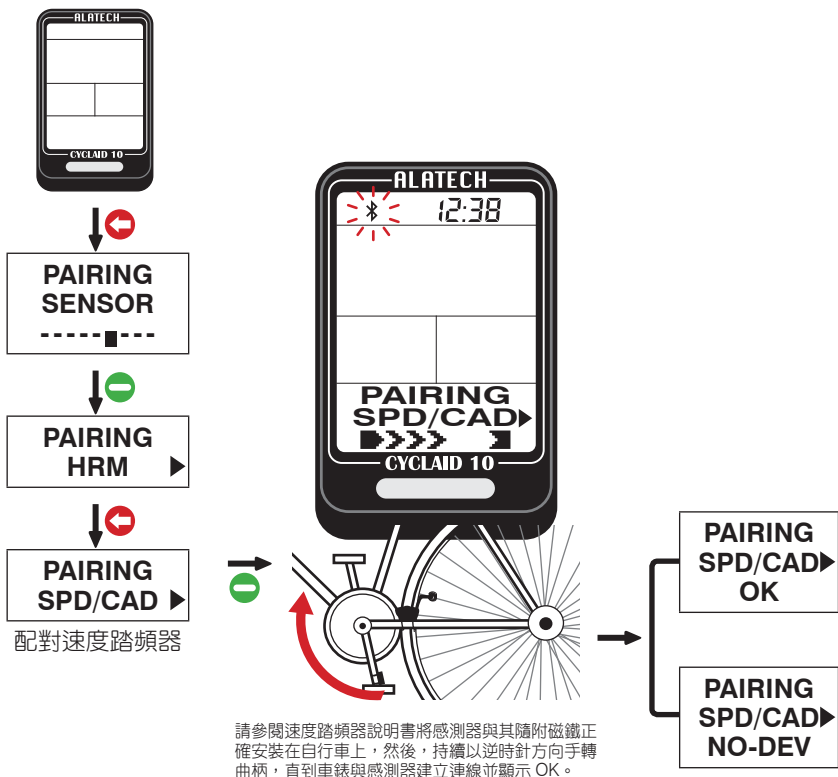
請參閱心率帶說明書正確戴在身上，或以雙手持續按住心率感測器背面金屬釦，直到手錶顯示 OK。



- 請先確認感測器設定中的 HRM 已經切至 ON。(參見第 15 頁感測器設定)
- 配對時，請確認心率感測器和手錶距離 10 公分以內，並遠離其它藍牙感測器以免誤配對。

2-2 與速度踏頻器配對

1. 待機下，按 **←** 切至 **PAIRING SENSOR** → 按 **—** 切進。
2. 按 **←** 切至 **PAIRING SPD/CAD** → 按 **—** 建立藍牙連線並啟動配對。
3. 配對成功，顯示 **OK** → 按 **↵** 退出。
配對失敗，顯示 **NO-DEV** → 按 **↵** 退至 **PAIRING SPD/CAD** → 再次執行 STEP 2。



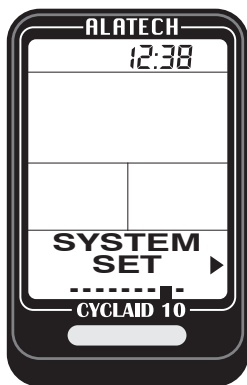
- 請先確認感測器設定中的 SPD/CAD 已經切至 ON。(參見第 15 頁感測器設定)
- 配對前，請先作動速度踏頻器 (每次使用前先轉動曲柄以啟動感測器與建立連線)。速度踏頻器被喚醒後會持續一分鐘，期間若沒有進行藍牙連線，會再進入休眠模式。
- 配對時，請將車錶靠近速度踏頻器，並遠離其它藍牙感測器以免誤配對。

3-1 車錶設定

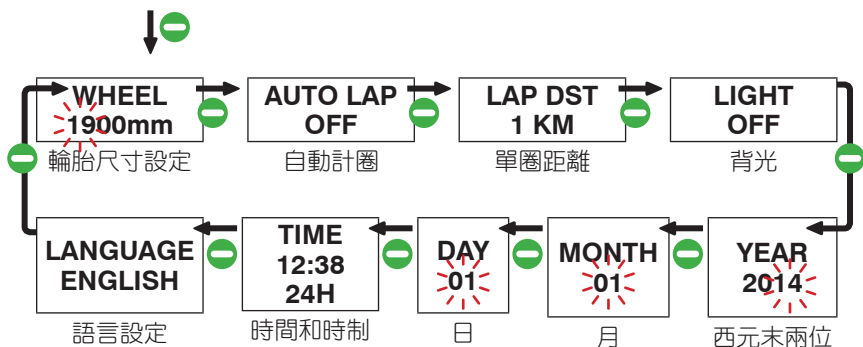
開始使用之前，先請完成基本設定。

您也可在手機或行動裝置上的 ALA COAH+ App 完成基本設定後再同步到車錶上，操作方式請直接參見第 26 至 27 頁。

3-1 車錶設定



1. 待機下，按 **←** 切至 **SYSTEM SET** → 按 **—** 切進。
2. 按 **—** 移至下一個設置項目 (頁面)。
3. 按 **←** 調整設定值。
4. 設置完成，按 **↵** 退出。



輪胎尺寸參考表：



標示在輪胎兩側上

ETRTO	輪胎尺寸	L(mm)	ETRTO	輪胎尺寸	L(mm)	ETRTO	輪胎尺寸	L(mm)
	12×1.75	935	23-571	26×1(59)	1913		650×20C	1938
	14×1.50	1020		26×1(65)	1952		650×23C	1944
	14×1.75	1055		26×1.25	1953		650×35A	2090
	16×1.50	1185		26×1-1/8	1970		650×38A	2125
47-305	16×1.75	1195	37-590	26×1-3/8	2068	18-622	650×38B	2105
	18×1.50	1340		26×1-1/2	2100		700×18C	2070
	18×1.75	1350		26×1.40	2005		700×19C	2080
47-406	20×1.75	1515	40-559	26×1.50	2010	20-622	700×20C	2086
	20×1-3/8	1615	47-559	26×1.75	2023	23-622	700×23C	2096
	22×1-3/8	1770	50-559	26×1.95	2050	25-622	700×25C	2105
	22×1-1/2	1785	54-559	26×2.00	2055	28-622	700×28C	2136
	24×1	1753		26×2.10	2068		700×30C	2146
	24×3.4 Tubular	1785	57-559	26×2.125	2070	32-622	700×32C	2155
	24×1-1/8	1795		26×2.35	2083		700C Tubular	2130
	24×1-1/4	1905	57-559	26×3.00	2170		700×35C	2168
47-507	24×1.75	1890		27×1	2145		700×38C	2180
	24×2.00	1925		27×1-1/8	2155	40-522	700×40C	2200
	24×2.125	1965	32-630	27×1-1/4	2161		29×2.1	2288
	26×7/8	1920		27×1-3/8	2169		29×2.3	2326

語言設置參考表：

選項	語系	選項	語系
English	英語	Español	西班牙語
Deutsch	德語	Italiano	義大利語
Français	法語	Português	(歐) 葡萄牙語



• 輪胎尺寸設置範圍：

1900mm

10 至 25

1900mm

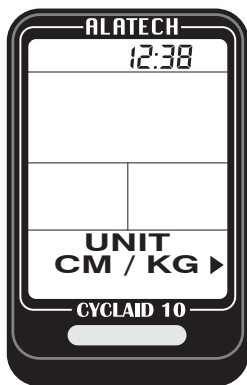
00 至 99

• 單圈距離設置範圍：公制 1 至 5 公里。
英制 1 至 5 英哩。

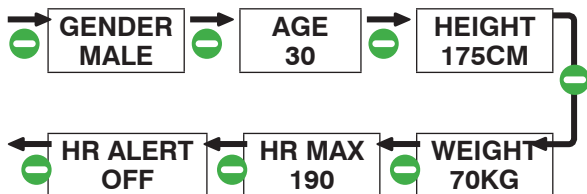
• 一旦開啟背光，於任一視窗下按  可點亮背光，背光點亮約持續 5 秒鐘。

• 陽光直射下背光照明會較難以看出點亮效果。

3-2 用戶設置



1. 待機下，按 **←** 切至 **USER SET** → 按 **—** 切進。
2. 按 **—** 切換設置頁面。
3. 按 **←** 調整設定值。
4. 設置完成，按 **↻** 退出。



設置範圍對照表：

設置項目	中文名稱	說明
UNIT	單位	•設置選項：公制 CM / KG 或 英制 FT / LB
GENDER	性別	•設置選項：男性 MALE 或 女性 FEMALE
AGE	年齡	•設置範圍：10 至 99 歲
HEIGHT	身高	•設置範圍：120 至 230 公分 (3 英尺 11 英寸至 7 英尺 5 英寸)
WEIGHT	體重	•設置範圍：30 至 150 公斤 (67 至 330 英磅)
HR MAX	最高心率	•設置範圍：130 至 220 bpm (次 / 分鐘)
HR ALERT	心率警示 ^{註一}	•設置選項：開啟 ON 或 關閉 OFF

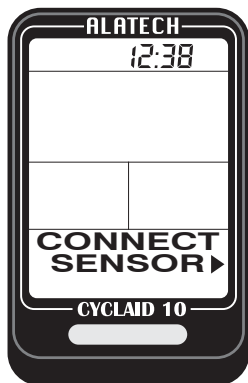


•請正確輸入您的年齡、性別、身高、體重...等，因這些數據將影響系統為您個人計算的訓練心率區間以及消耗卡路里的精確性。

•最高心率是利用「年齡公式：220 - 年齡」自動算出。建議您，只有在經過醫師和專業實驗室監測下得到更準確的數值，才做更改。

•註一 當運動心跳超過目標心率區時，心跳讀數會以閃爍警示。

3-3 快速鍵設定



運動快速鍵

1. 待機下，按 **←** 切至 **HOT KEY SET** → 按 **→** 切進。
2. 按 **←** 切換快速鍵作用：
CONNECT PHONE (iPhone 快速鍵) 或
CONNECT SENSOR (運動快速鍵)
3. 設置完成，按 **↵** 退出。

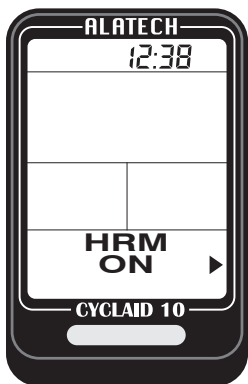


Smartphone 快速鍵



- 當設為 **CONNECT PHONE** 時，待機下，按 **→** 直接切進「iPhone 同步騎乘」。(參見第 25 頁)
- 當設為 **CONNECT SENSOR** 時，待機下，按 **→** 直接切進「騎乘訓練」。(參見第 17 至 19 頁)

3-4 感測器設定



心率帶設定

1. 待機下，按 **←** 切至 **SENSOR SET** → 按 **→** 切進。
2. 按 **→** 切換 **HRM** 或 **SPD/CAD** 設置視窗。
3. 按 **←** 設置 **ON**(連接) 或 **OFF**(不連接)。
4. 設置完成，按 **↵** 退出。



速度踏頻器設定



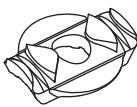
- 本錶一次可同時與兩個藍牙 4.0 感測器 (心率帶 + 速度踏頻器) 作連接。
- 請視每次運動使用狀況，將沒有使用的感測器取消連接，以節省藍牙連線搜尋時間。

4 安裝車錶

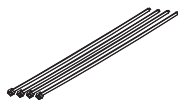
■ 包裝隨附配件：



固定座



固定墊



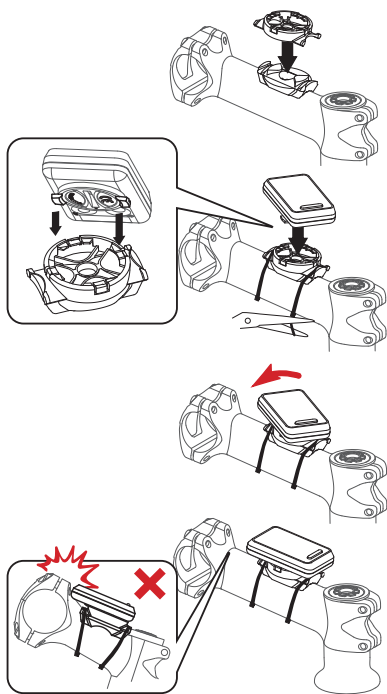
束帶

CR2032

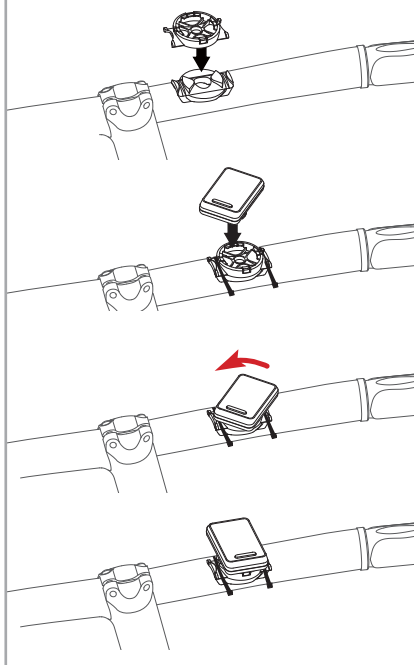
CR2032 鈕扣電池
(電池安裝請參見
第 30 頁說明)

■ 安裝方式：

立管

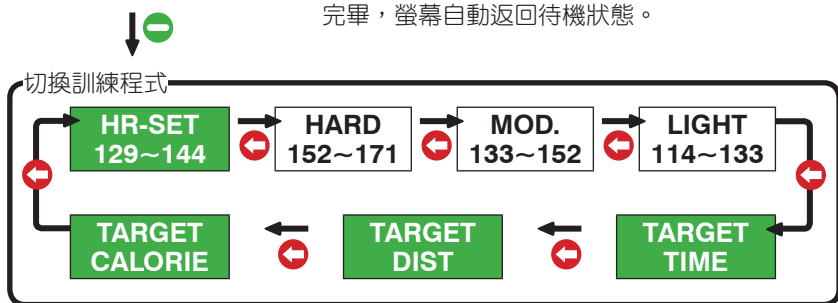


手把





1. 待機下，按 **←** 切至 **TRAINING PROG.** → 按 **—** 切進。
2. 按 **←** 切換訓練程式。
3. 切到可手動設定的訓練目標時 (如綠標區)，按 **—** 切至閃爍的設置項目 → 再以 **←** 調整設定值。
(參見第 18 頁對照表)
4. 設置完成 → **—** 開始騎乘。
5. 騎乘期間，按 **—** 可切看當前即時資訊。
(參見第 19 頁對照表)
6. 停止騎乘：**⏹** 結束 → **←** 切選離開 **YES/NO** → **—** 確認 → 再按 **—** 可瀏覽當次騎乘成果 → 再次按 **⏹** 退出 → **←** 切選儲存 **YES/NO** → **—** 確認 → 儲存完畢，螢幕自動返回待機狀態。





騎乘即時畫面



訓練程式對照表：

訓練程式	中文名稱	說明
LIGHT* 114~133	低強度 *	<ul style="list-style-type: none"> 強度：最高心率的 60~70%。 適用：健康促進和體重控制。
MOD.* 133~152	中強度 *	<ul style="list-style-type: none"> 強度：最高心率的 70~80%。 適用：有氧運動和進階健身訓練。
HARD* 152~171	高強度 *	<ul style="list-style-type: none"> 強度：最高心率的 80~90%。 適用：運動競賽、車手訓練。
HR-SET 129~144	手動自訂目標 訓練心率區間	<ul style="list-style-type: none"> 設置範圍： 心跳下限：70 至 144 bpm 心跳上限：129~144 144 至 220 bpm
TARGET TIME	目標訓練時間	<ul style="list-style-type: none"> 設置範圍： 0 至 99 小時 0 : 30 5 至 55 分鐘
TARGET DIST	目標距離	<ul style="list-style-type: none"> 公制設置範圍：0.5 至 999.9 公里 英制設置範圍：0.5 至 619.5 英哩
TARGET CALORIE	目標消耗 卡路里量	<ul style="list-style-type: none"> 設置範圍：50 至 10,000 大卡



- 標記 * 號的訓練程式由車錶系統根據年齡公式自動換算而來，若想自訂目標心率區間，請選擇 HR-SET 程式。
- 心跳的上限和下限會隨年紀級距不同，每次運動前，請評估自我體能狀況，選擇和設定適當的訓練目標。
- 當達成自訂的訓練目標時，一個冠軍獎盃  會出現在螢幕上。
- 騎乘前請先注意以下事項：
 - 確認所選購的感測器與本錶已有配對過。(參見第 10 至 11 頁配對說明)
 - 檢查車錶快速鍵已經切至 CONNECT SENSOR。當設為 CONNECT SENSOR，待機下，按  可跳過訓練程式選擇視窗，直接開始騎乘和計時。(參見第 15 頁快速鍵設定)
 - 請視每次騎乘使用狀況，將沒有使用的感測器取消連接，以節省藍牙連線搜尋的時間。(參見第 15 頁感測器設定)
 - 每次使用前，請先作動速度踏頻器 (每次使用前先轉動曲柄以啟動感測器與建立連線)。速度踏頻器被喚醒後會持續一分鐘，期間若沒有進行藍牙連線，會再進入休眠模式。
 - 騎乘期間，當車錶與感測器失去連線，螢幕會出現連線詢問視窗 (LINK HR 或 LINK SC) → 以  切選 YES 或 NO → 按  確認。若選 YES，車錶將重新搜尋感測器 → 搜尋就緒 → 繼續計時。若選 NO，車錶直接繼續計時並停止搜尋感測器。
 - 若超過 4 小時未接收到任何騎乘信號，車錶將自動結束計時並退出至待機模式。

騎乘即時資訊：

連接感測器^{註一}



現在時刻

時速^{註三}

心跳^{註二}

踏頻^{註三}

其它資訊顯示^{註四}

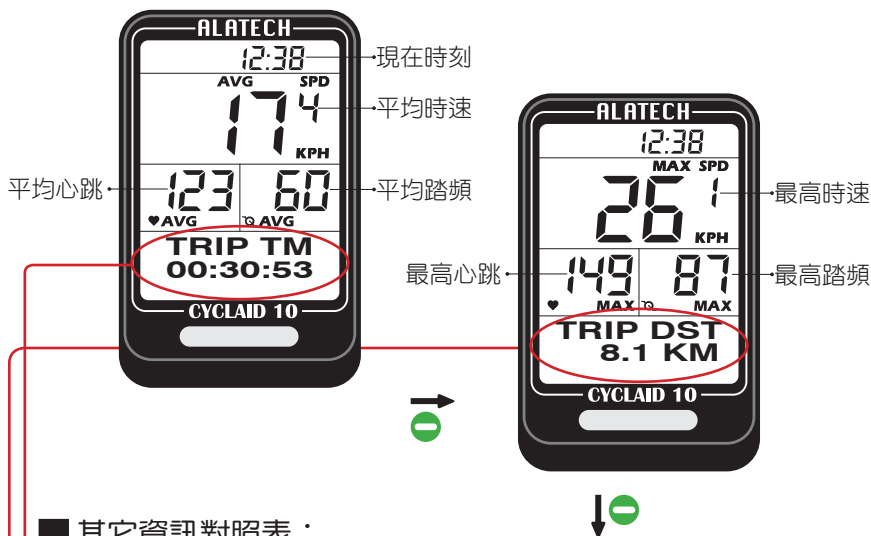
指示符號	中文名稱	說明
SPD	時速 ^{註三}	<ul style="list-style-type: none"> • 一小時騎幾公里 (英哩) • 公制顯示單位：KPH，KM per Hour • 英制顯示單位：MPH，Mile per Hour
♥	心跳 ^{註二}	<ul style="list-style-type: none"> • 每分鐘心跳數 • 顯示單位：BPM，Heartbeat per Minute (次 / 分鐘)
🚲	踏頻 ^{註三}	<ul style="list-style-type: none"> • 每分鐘踩踏頻率 • 顯示單位：RPM，Rate per Minute(次 / 分鐘)
TRIP TIME	運動計時	<ul style="list-style-type: none"> • 顯示方式：時 - 分 - 秒 00:00:00
TRIP DST	行進距離	<ul style="list-style-type: none"> • 公制最小顯示單位：0.1 KM(公里) • 英制最小顯示單位：0.1 ML(英哩)
CALORIE	卡路里 ^{註二}	<ul style="list-style-type: none"> • 以大卡 Cal 顯示
GRADIENT	坡度 ^{註五}	<ul style="list-style-type: none"> • 以百分比 % 顯示
ALTITUDE	高度 ^{註五}	<ul style="list-style-type: none"> • 公制顯示單位：1 M(公尺) • 英制顯示單位：1 FT(英呎)



- 註一 當與感測器藍牙連接時，📶 符號會顯示在螢幕上方，與手機連接時則會顯示📱符號。
- 註二 心跳和卡路里需搭配心率帶方能顯示。當運動心跳超過目標心率區，心跳讀數會以閃爍警示。
- 註三 時速、踏頻以及行進距離需搭配速度踏頻器方能顯示。
- 註四 瀏覽當前其它資訊時，螢幕會先顯示讀數的名稱→約 1 秒後顯示其數值。
- 註五 坡度和高度讀數擷取自手機 GPS，需在連接手機或行動裝置時方能顯示。

6-1 瀏覽和刪除檔案

1. 待機下，按 **←** 切至 **MEMORY FILE** → 按 **—** 切進。
2. 按 **←** 切選檔案 → **—** 切進 → 再按 **—** 翻頁切看。
3. 查看單圈資料^{註一}：**VIEW LAPS** 視窗下，**←** 選 **YES** → **—** 確認 → **←** 依序切看單圈資料 → 查看完畢，按 **↵** 回上層。
4. 刪除檔案：**DELETE FILE** 視窗下 → **←** 選 **YES** → **—** 確認執行。
5. 操作完成，按 **↵** 退出。



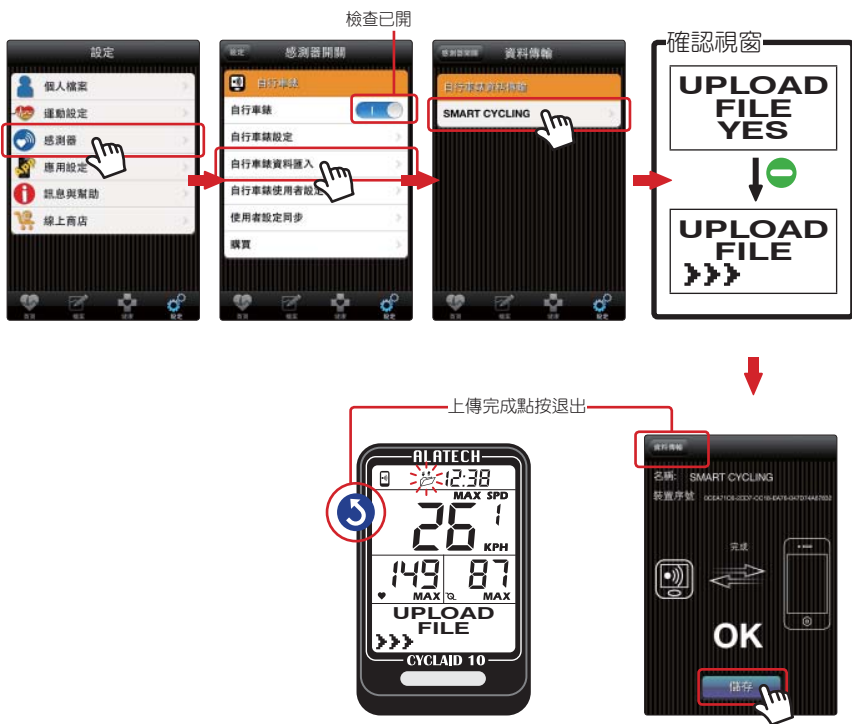
其它資訊對照表：

檔案資訊	中文名稱	檔案資訊	中文名稱
TRIP TM 00:30:53	騎乘時間	VIEW LAPS	切看單圈資料 ^{註一} (參見 STEP 4)
TRIP DST 8.1 KM	距離	UPLOAD FILE	上傳檔案 (參見第 21 頁)
CALORIE 174 Cal	卡路里	DELETE FILE	刪除檔案 (參見 STEP 5)
LAPS 08	圈數		



- 註一 可進一步查看單圈平均時速 / 心跳 / 踏頻和時間等數據。
- 最大計圈數：50 圈，計圈方式：
公制：一公里計為一圈。
英制：一英哩計為一圈。

1. 開啟 **ALA COACH+ App** > 設定 > 感測器 > 自行車錶 > 自行車錶資料匯入 > SMART CYCLING。
2. 車錶切至 **MEMORY FILE** > 檔名 > **UPLOAD FILE** 視窗下，← 選 YES → 確認並建立藍牙連線 → 鏈接就緒 → App 開始鈕。
3. 上傳完成，App 顯示 **OK** → 儲存鈕 → 左上方按鈕退出，車錶按 **5** 退出。



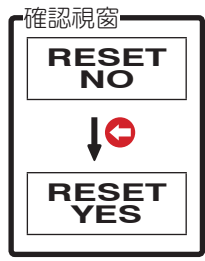
• 上傳前請注意以下事項：


1. 確認行動裝置與本錶已有配對過。(參見第 24 頁配對說明)
2. 檢查行動裝置 > 設定 > Bluetooth® 系統和 ALA COACH+ App > 設定 > 感測器 > 自行車錶已經開啟。

7 查看運動總量



1. 待機下，按 ← 切至 **EXERCISE STAT.** → 按 ⏏ 切進。
2. 按 ← 翻頁切看累積總量資料。
3. 再按 ⏏ 可切入重置 (**RESET**) 確認視窗，若要重置運動總量註⁻，← 選 **YES** → ⏏ 確認執行。
4. 操作完成，按 ⏏ 退出。



 •RESET 後，運動總量數據隨即歸零。
•RESET 運動總量不會一併清除運動檔案，刪除檔案請到 MEMORY FILE> 個別檔案下執行。

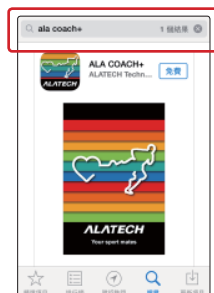
8-1 安裝 App 與開啟藍牙

連接手機或行動裝置之前，請先將 ALA COACH+ App 安裝在您的行動裝置上，並打開裝置上的 Bluetooth® 系統，以便執行配對、同步騎乘以及檔案上傳…等功能。

▶ 搜尋與安裝：ALA COACH+



請掃描以立即下載



▶ 支援的作業系統：Apple iOS 5.0 以上
Android 4.3 以上

▶ 相容的行動裝置：

- iPhone 4S 以上
- iPod Touch 5 以上
- iPad 3 以上
- iPad mini 以上
- HTC One Max
- HTC One (M8)

 請隨時造訪 www.alatech.com 官網以進一步了解最新相容的行動裝置與支援配件。

▶ 每次使用之前，請先確認已打開行動裝置 > 設定 > **Bluetooth®** 系統。



設定



▶ 請將所選購的感測器與行動裝置完成配對。(配對程序請另外參閱感測器隨附說明書)

8-2 車錶與行動裝置配對

STEP1 檢查行動裝置 > 設定 > Bluetooth® 系統已開 (參見第 23 頁)。

STEP2 將車錶快速鍵設置為 **CONNECT PHONE**(參見第 15 頁)。

STEP3 開啟 **ALA COACH+ App** > 設定 > 感測器 > 自行車錶 > 自行車錶設定 > 新增感測器。



STEP4 配對程序：1. 車錶待機下→按 **🔌** 建立藍牙連線。

- 當 App 搜尋到車錶→按一下 **SMART CYCLING** 以啟動配對。
- 配對完成，App 顯示 **OK** → 左上方按鈕退出，車錶按 **5** 退出。



• 配對時，請確認車錶位於行動裝置 10 公分以內，並遠離其它藍牙感測器以免誤配對。

8-3 Smartphone 同步騎乘

STEP 1 打開 ALA COACH+ App > 首頁→滑動卷軸至單車→開始鈕。



STEP 2 操作程序：1. 車錶待機下→按 建立藍牙連線。

2. 當 App 畫面顯示所有裝置搜尋就緒→自動倒數後，App 與車錶同步開始計時。
3. 騎乘期間，按 可切看當前即時資訊。
4. 結束騎乘，按車錶 鍵並確認離開→車錶退至待機休眠，App 自動退至首頁並儲存當次成果。。



騎乘即時畫面



• 連接手機同步騎乘前請先注意以下事項：

1. 確認行動裝置與本錶已有配對過。(參見第 24 頁配對說明)
2. 確認所選購的感測器與行動裝置已有配對過。(配對程序請另外參閱感測器隨附說明書)
3. 檢查車錶快速鍵已經切至 CONNECT PHONE。(參見第 15 頁快速鍵設定)
4. 檢查行動裝置 > 設定 > Bluetooth® 系統和 ALA COACH+ App > 設定 > 感測器 > 自行車錶已經開啟。
5. 當連接手機同步騎乘時，單位等基本設定會沿用行動裝置 > ALA COACH+ App 上的設定。
6. 騎乘同步期間，請維持行動裝置與車錶的視距範圍在 10 公尺內。
7. 該筆騎乘成果於結束騎乘時自動記錄到 ALA COACH+ App > 檔案，而不會被儲存到車錶上，但仍會累加到車錶上的運動總量 EXERCISE STAT. 內記錄。

8-4 手機同步

STEP1 檢查行動裝置 > 設定 > Bluetooth® 系統已開 (參見第 23 頁)。

STEP2 確認您的手機或行動裝置與本錶已有配對過，若不曾配對，請先完成配對 (參見第 24 頁)。

STEP3 開啟 **ALA COACH+ App** > 設定 > 感測器 > 自行車錶 > 自行車錶使用者設定。



STEP4 依序完成設置。

同步到用戶設置
USER SET



同步到訓練目標
TARGET SET



同步到車錶設定
SYSTEM SET



同步到感測器設定
SENSOR SET

STEP5

開啟 **ALA COACH+ App** > 設定 > 感測器 > 自行車錶 > 使用者設定同步 > SMART CYCLING。



STEP6

- 同步程序：1. 車錶待機下，按 ← 切至 **PHONE SYNC** → 按 **開始** 切進並建立藍牙連線 → 鏈接就緒 → App 開始鈕。
2. 同步完成，App 顯示 **OK** → 左上方按鈕退出，車錶按 **5** 退出。



- 請檢查行動裝置 > 設定 > Bluetooth® 系統和 ALA COACH+ App > 設定 > 感測器 > 自行車錶已經開啟。
- 同步時，請確認車錶位於行動裝置 10 公分以內，並遠離其它藍牙感測器。

規格

- 品名：Cyclaid 10 藍牙自行車錶
- 型號：CB300
- 操作溫度：-10°C至 60°C (14 °F至 140 °F)
- 防水等級：IPX7
- 電池型號：CR2032
- 電池壽命：平均約一年 (以每周七天，每天鍛鍊一小時估算)
- 電池餘量不足指示
- 背光照明：EL

- 傳輸技術：藍牙 4.0 (Bluetooth® Smart)
- 接收傳輸距離：視距範圍 (line of sight) 約 10 公尺
- 兼容配件：ALATECH 藍牙 4.0 心率帶 (選購)
ALATECH 藍牙 4.0 速度踏頻器 (選購)
- 相容裝置：
iOS 5.0 以上系統版本行動裝置 (iPhone 4S 以上)
Android 4.3 以上系統版本行動裝置

- 尺寸：L60.5×W37.5×D13.5mm
- 重量：27.8g
- 材質：ABS 錶殼

■ 使用注意事項

- 您可另外選購感測器以搭配 Cyclaid 10 一同使用。由於無法保證其他製造商的感測器可否與 Cyclaid 10 相容，我們建議您使用：
 - ALATECH 藍牙心跳帶 (型號：CS009、CS010、CS011、CS012)
 - ALATECH 藍牙速度踏頻器 (型號：SC001BLE、SC002)
- 當使用心跳帶連接手機同步騎乘時，請保持您的手機或行動裝置在您面前。為了確保心跳帶和手機間有足夠的傳輸接收範圍，我們建議您不要將手機或行動裝置放在您背後的口袋或背包。

■ 維護 Cyclaid 10

- 請勿摔落車錶，或使其遭受重擊。
- 請勿使車錶暴露在極冷、極熱或高濕度環境下。
- 請使用非黏貼式通用螢幕保護貼，防止螢幕受到刮傷。
- 請勿嘗試拆解、修理或改造車錶，否則會導致保固失效。

■ 無法與藍牙裝置進行鏈接

- 如果 Cyclaid 10 與行動裝置無法藍牙鏈接時，請：
 1. 檢查車錶電池和行動裝置電量是否不足。
 2. 檢查車錶快速鍵已有切至 CONNECT PHONE(參見第 15 頁快速鍵設定)。
 3. 檢查 ALA COACH+ App> 設定> 感測器> 自行車錶已經開啟。
 4. 維持行動裝置與車錶的視距範圍在 10 公尺內。
 5. 檢查裝置狀態列上的藍牙訊號是否由白轉為半透明 ，如是，重新啟動行動裝置與 Bluetooth® 系統、ALA COACH+ App。
 6. 重新啟動行動裝置與 Bluetooth® 系統、ALA COACH+ App。
 7. 若以上仍無法排除，請嘗試將行動裝置與不同的藍牙裝置配對，查看問題是由於車錶、行動裝置或 Bluetooth® 系統所造成。
- 如果 Cyclaid 10 與感測器無法藍牙鏈接時，請：
 1. 檢查車錶和感測器電池電量是否不足。
 2. 檢查車錶快速鍵已有切至 CONNECT SENSOR(參見第 15 頁快速鍵設定)。

■ 健康警告


- 開始或改變您的運動計畫前請務必先諮詢您的醫生。

請更換電池指示



當電池電力下降到一定水平以下時，下列功能將受到影響或限制：

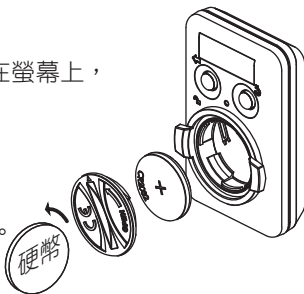
- 藍牙連接解除，與感測器或行動裝置鏈接失效。
- 照明不能點亮。
- 騎乘模式 **TRAINING PROG.** 無法執行。
- 當電力耗盡時 Cycloid 10 會自行關機。



若有以上任何一種情況或是更換電池符號  顯示在螢幕上，請立即更換電池。

安裝電池

1. 使用硬幣以逆時針旋轉電池蓋至  打開。
2. 將新電池以正極朝上裝入 (電池型號：CR2032)。
3. 蓋上電池蓋 (▶ 指向  處)，用硬幣以順時針方向旋緊背蓋至 ▶ 對齊 ●，確實鎖緊背蓋。



• 電池更換後需請重作第 12 至 15 頁基本設定，若您過去已經在 ALA COACH+ App 完成過自行車錶使用者設定，請直接參閱第 26 至 27 頁「手機同步」說明，將設定資料再次同步到車錶。

電池警告

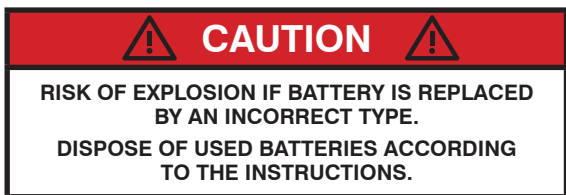
若未遵照下列準則，則裝置內的鈕扣電池壽命可能會縮短或有損壞車錶機芯、發生火災、化學品灼傷、電解液洩漏及／或受傷的風險。

- 請勿將裝置暴露於熱源或處於高溫地點。
- 請勿將裝置或電池擊孔或焚化。
- 若需長時間存放，請存放在 -10°C 至 60°C (14°F 至 140°F) 溫度範圍內。
- 請勿在 -10°C 至 60°C (14°F 至 140°F) 以外溫度下操作。
- 處置您的裝置／電池時請依照當地適用法規，洽詢當地廢棄物處置部門。

其他可替換電池之警告：

- 請勿使用尖銳物品取出電池。
- 請勿將電池放置在兒童可取得處。
- 請勿將電池拆解、擊孔或予以損壞。
- 請使用正確的替換電池進行更換，若另行使用其他電池可能會發生火災或爆炸的風險。

- 替換的鈕扣電池可能含有高氯酸鹽物質，可能需使用特殊處理方式。其他非替換電池之警告：請勿拆下或試圖拆下非替換電池。



請依當地的廢棄物處理辦法適當地處置廢電池。

■ 低功率電波宣告

本公司產品 Cyclaid 10，僅遵循中華民國國家通訊傳播委員會所頒佈低功率電波輻射性電機管理辦法規範，並經驗證通過合格，請使用者遵循相關電信法規以避免違反規定受罰。

若使用者欲攜帶本機至其它國家應用，也請遵循該地區或國家之相關法令限制。根據國家通訊傳播委員會低功率電波輻射性電機管理辦法規定：

1. 第十二條

經型式認證合格之低功率射頻電機，非經許可，公司、商號或使用者均不得擅自變更頻 2 率、加大功率或變更原設計之特性及功能。

2. 第十四條

低功率射頻電機之使用不得影響飛航安全及干擾合法通信；經發現有干擾現象時，應立即停用，並改善至無干擾時方得繼續使用。前項合法通信，指依電信法規定作業之無線電通信。低功率射頻電機須忍受合法通信或工業、科學及醫療用電波輻射性電機設備之干擾。



台中市南區 40255 忠明南路 758 號 39 樓

電話：+886-4-2260 8341 傳真：+886-4-2260 8346

© 2014 ALATECH Technology Limited. All rights reserved.

2PF182128100005 (1/2016, Rev.F)