

**TRENDX**

Manual do Usuário

**ÍNDICE**

<b>1.</b>	<b>MyBeat .....</b>	<b>3</b>
<b>1.1.</b>	<b>Introdução .....</b>	<b>3</b>
<b>1.2.</b>	<b>Primeiros passos.....</b>	<b>3</b>
<b>1.3.</b>	<b>Utilizando seu MyBeat.....</b>	<b>4</b>
<b>1.4.</b>	<b>Carregando seu MyBeat.....</b>	<b>5</b>
<b>2.</b>	<b>Aplicativo MyBeat 2 .....</b>	<b>6</b>
<b>2.1.</b>	<b>Configurando seu Mybeat .....</b>	<b>6</b>
<b>2.2.</b>	<b>Monitorando sua sessão de treino com MyBeat.....</b>	<b>9</b>
<b>3.</b>	<b>Aplicativo MyBeat Group 2 .....</b>	<b>14</b>
<b>3.1.</b>	<b>Utilizando MyBeat Group 2.....</b>	<b>15</b>
<b>4.</b>	<b>Especificações técnicas .....</b>	<b>20</b>

## 1. MyBeat

Este manual do usuário ajuda-o a começar a utilizar o seu novo MyBeat.

### 1.1. Introdução

O MyBeat é um sensor ótico de frequência cardíaca compacto que mede a frequência cardíaca no antebraço. O MyBeat pode transmitir a sua frequência cardíaca em tempo real para o seu relógio desportivo, smartwatch ou outra aplicação de fitness via Bluetooth e, simultaneamente, para dispositivos ANT+™. É fornecido com uma confortável braçadeira que pode ser lavada na máquina.

Também pode ser usado com as aplicações MyBeat 2 (disponíveis na PlayStore e na AppleStore), MyBeat Group 2 (contatar equipe comercial Trendx).

### 1.2. Primeiros passos

O sensor ótico de frequência cardíaca MyBeat é compatível com dispositivos Bluetooth® e ANT+™ que oferecem suporte ao serviço de frequência cardíaca. É necessária uma outra aplicação para visualizar os dados de frequência cardíaca no dispositivo receptor (por exemplo, um smartphone). Recomenda-se a utilização da aplicação MyBeat Group 2, mas também é possível usar outras aplicações.

**Ao usar o MyBeat pela primeira vez, é necessário emparelhar o sensor de frequência cardíaca com o dispositivo receptor. Para obter mais informações sobre emparelhamento, consulte as instruções do fabricante da aplicação móvel.**

### 1.3. Utilizando seu MyBeat

Para utilizar o seu MyBeat, posicione o MyBeat no antebraço de forma que consiga visualizar os LEDs facilmente e pressione o botão lateral.



Figura 1- MyBeat.

Quatro LEDs azuis se acenderão por 1 segundo, demonstrando a inicialização do seu MyBeat.

A frequência cardíaca máxima é um valor calculado para cada usuário a partir das informações fisiológicas individuais. Assim é necessário inserir a Idade, peso e o sexo do usuário no MyBeat, para realizar esse procedimento basta baixar o aplicativo MyBeat 2 na *PlayStore* ou na *AppStore*. O procedimento detalhado está disponível na sessão **Aplicativo MyBeat 2** desse manual.

Além de transmitir os parâmetros via Bluetooth® e ANT+™, o MyBeat também demonstra o percentual da frequência cardíaca máxima instantânea através de quatro LEDs coloridos.

Os LEDs representam a zona de intensidade atual baseada nas 6 zonas de treinamento abaixo.

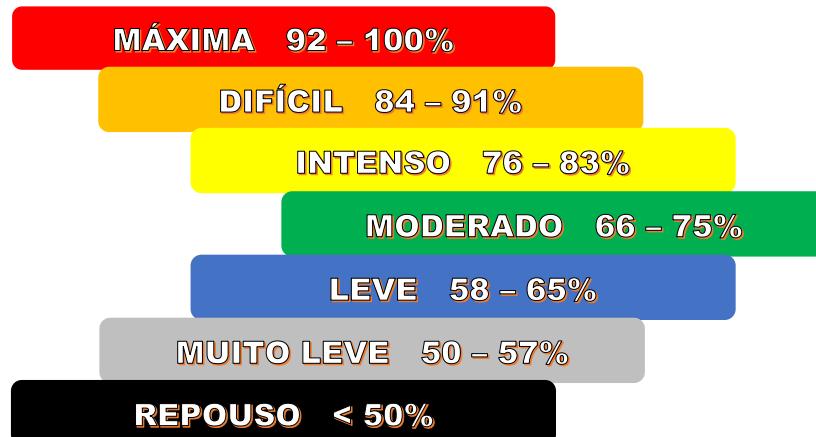


Figura 2- Zonas de Intensidade.

Abaixo de 50% da frequência cardíaca máxima, o usuário está numa frequência de repouso, nessa faixa de frequência o MyBeat apresentará um LED verde intermitente.

#### 1.4. Carregando seu MyBeat

Para carregar o seu MyBeat é necessário utilizar o cabo (presente na embalagem), e uma porta USB genérica.

Primeiro se deve conectar o conector na porta USB (Computador, notebook ou carregador com portas USB), e conectar a outra extremidade no MyBeat, os imãs presentes no conector impossibilitarão a conexão ser realizada de forma equivocada.

Durante o carregamento da bateria o MyBeat acenderá seus LEDs demonstrando o percentual da bateria atual.

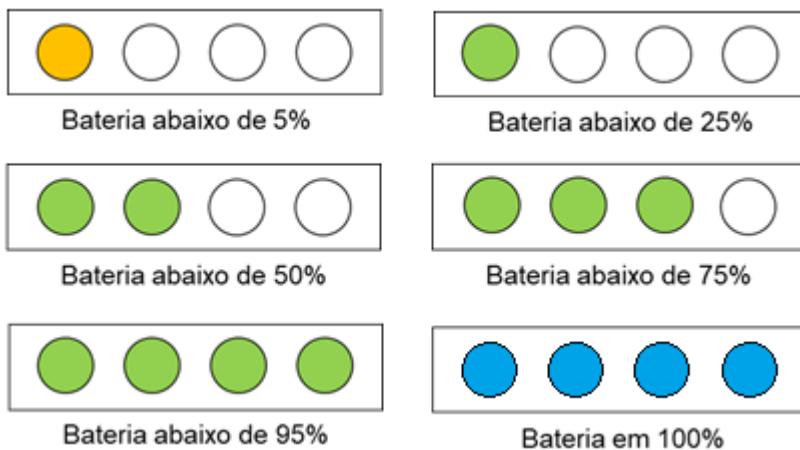


Figura 3- LEDs durante a carga da bateria.

O MyBeat demora cerca de 60 minutos para carregar completamente sua bateria que tem autonomia de aproximadamente 12 horas.

**Caso o esqueça carregando por mais de 60 minutos, não há problema, o MyBeat possui um circuito de proteção interno para proteger e prolongar a vida útil da bateria.**

Quando a bateria do MyBeat estiver acabando durante sua utilização, ele piscará um LED vermelho para avisar que a bateria está abaixo de 10% e que possui apenas mais uma hora de autonomia.

## 2. Aplicativo MyBeat 2

O aplicativo MyBeat 2 está disponível na PlayStore e na AppStore gratuitamente, aplicativo MyBeat 2 é utilizado para configurar a Idade, nome, alterar o ID de seu dispositivo, monitorar a frequência cardíaca e o gasto de calorias.

### 2.1. Configurando seu Mybeat

Ligue seu MyBeat e abra o aplicativo MyBeat 2, o aplicativo irá solicitar a ativação do Bluetooth, basta permitir.

Avance para iniciar a busca dos MyBeats ligados no ambiente. Selecione o ID do seu Dispositivo, por padrão todo MyBeat sai com ID 90 de fábrica.

Insira seus dados dos pessoais para o calcula da frequência cardíca máxima (necessário para estipulação dos limites das suas zonas de intensidade).

Após o preenchimento do nome, idade, peso e sexo, já é possível estimar a frequência cardíca máxima e seguir para a tela de treino. Para isso pressione o botão *PRÓXIMO*.

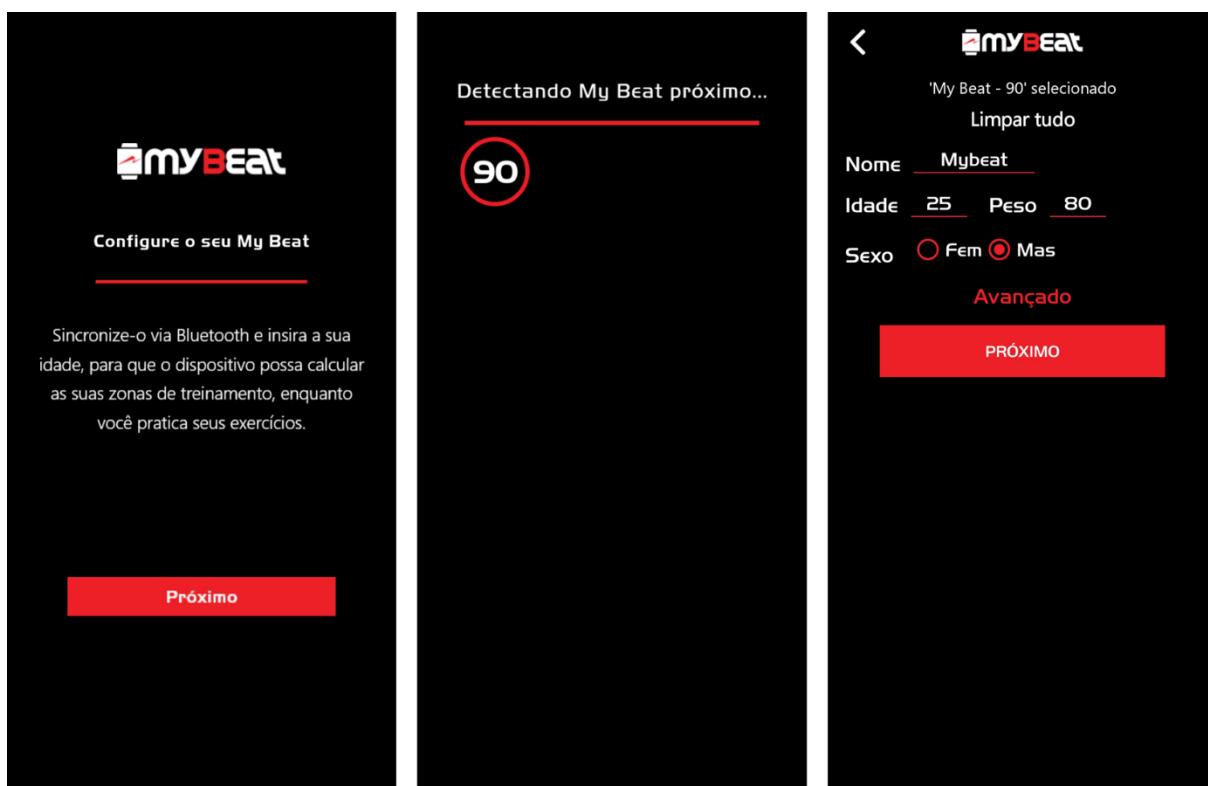


Figura 4 - Tela aplicativo MyBeat 2.

Ainda existe a possibilidade de ajustar as zonas de intensidade baseado na frequência cardíaca de repouso, limiar aeróbico, limiar anaeróbico e nível de condicionamento para a atividade que será realizada.

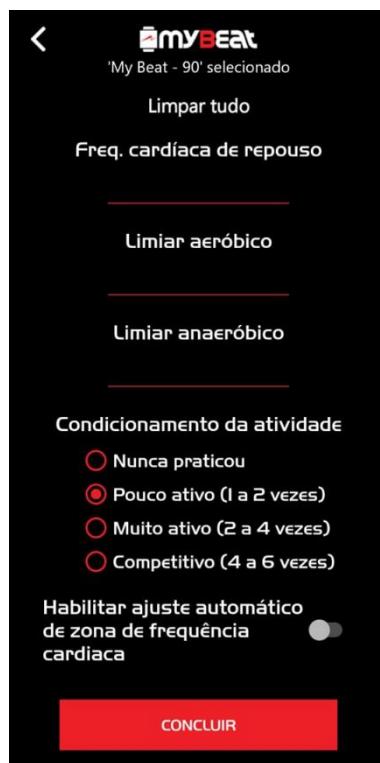


Figura 5 - Configuração Avançada

Basta selecionar o botão *Avançado* e preencher as informações presentes na Figura 5 - Configuração Avançada.

Para alterar o ID é preciso clicar na engrenagem no canto superior direito, inserir a senha padrão “7248” e avançar, a tela seguinte é onde se deve inserir o ID desejado.



Figura 6 - Alterando o ID.

## 2.2. Monitorando sua sessão de treino com MyBeat

Após cadastrar com seus dados e alterar o ID, você retornara para a tela de iniciar o treino, note que aparecerá suas informações (ID, nome, idade, peso, sexo e o nível da bateria do Mybeat).

Para Iniciar o treino basta clicar no Play.



Figura 7 - Iniciar Treino.

A Figura 8 - Tela de treino mostra a tela principal da sessão de treino com seu Mybeat.

No canto superior esquerdo temos o tempo da sessão de treino realizada até o momento, e no canto superior direito um crônometro auxiliar que pode ser utilizado livremente sem interferencia no monitoramento da sessão de treino.

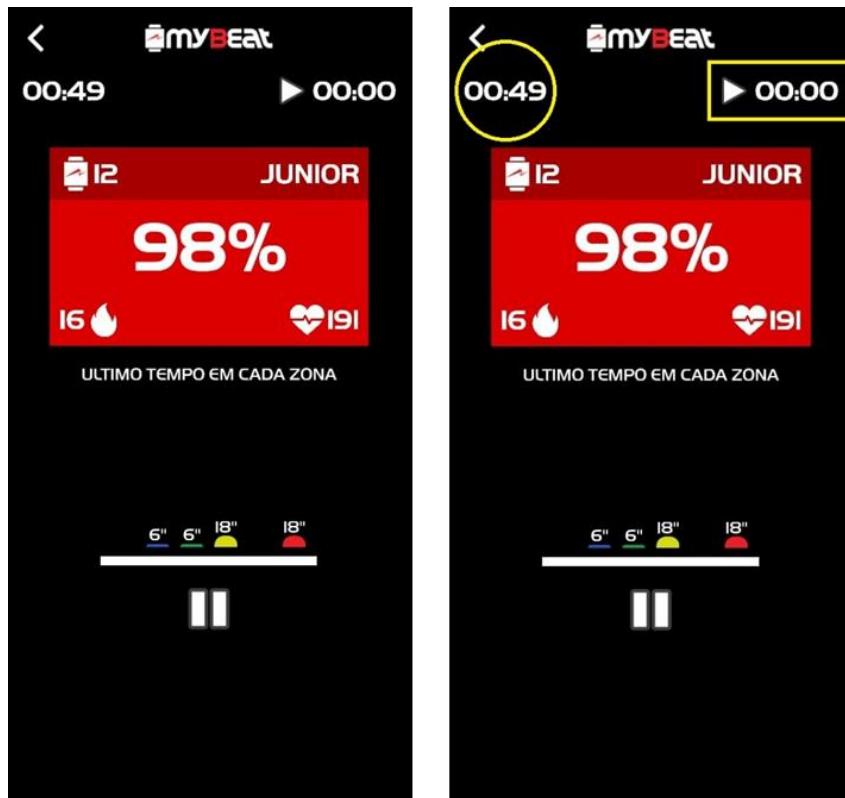


Figura 8 - Tela de treino.

## Descrição dos componentes presentes na tela de treino principal.

A cor de fundo do quadro de treino indica a zona de treino atual.

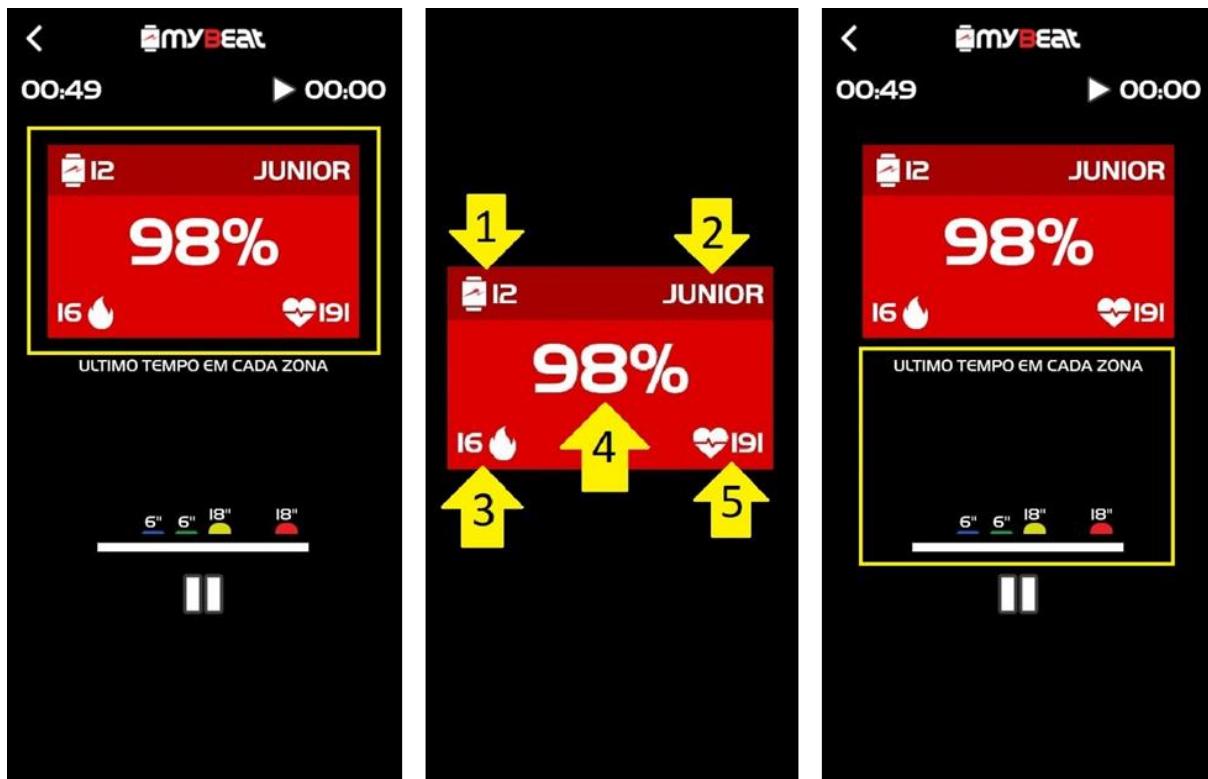


Figura 9 - Componentes tela de treino.

Abaixo legenda para os elemertos destacados na Figura 9 - Componentes tela de treino.

1. ID do Mybeat;
2. Nome;
3. Gasto calorico;
4. Percentual da frequênciá máxima;
5. Frequênciá cardiaca instantanea.

Abaixo do quadro de treino, temos o grafico que mostra o ultimo tempo em que o usuario permaneceu em cada zona.

Para finalizar o treino, aperte o botão *Pause*, em seguida *Stop*. Confirme seu desejo em finalizar o treino.

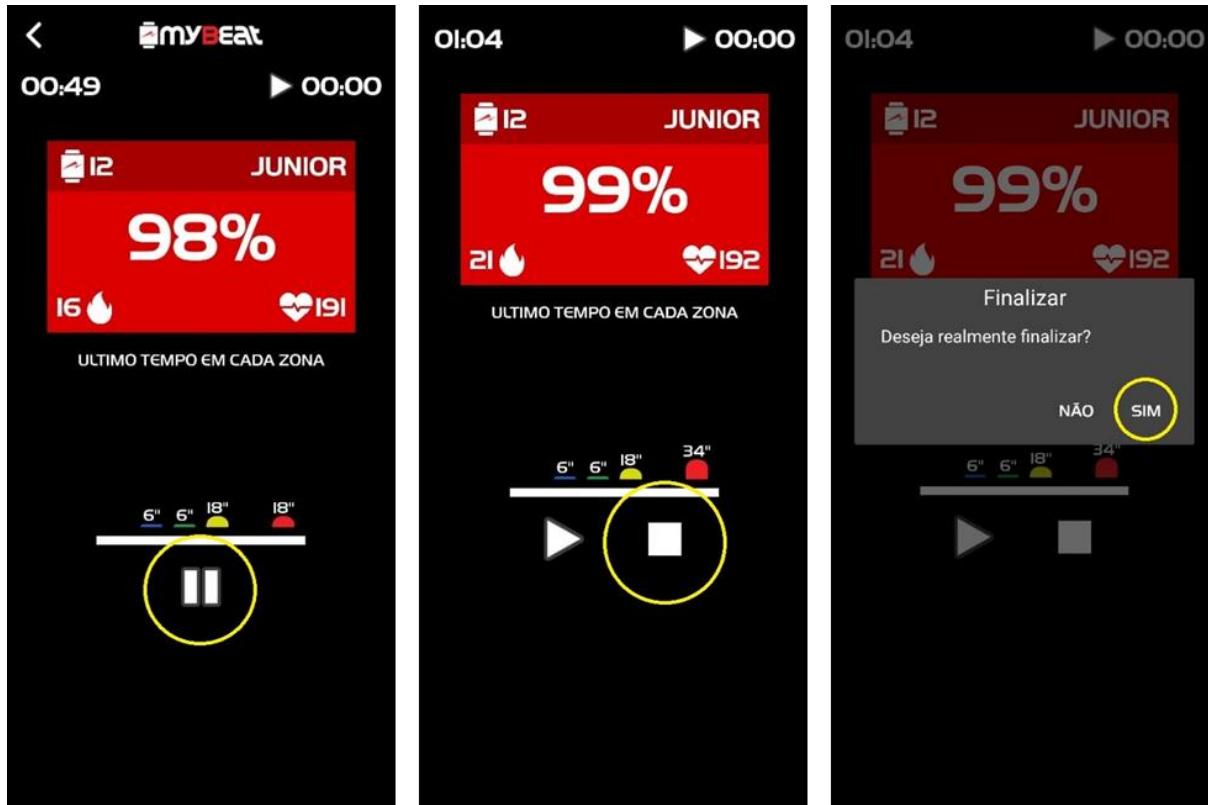
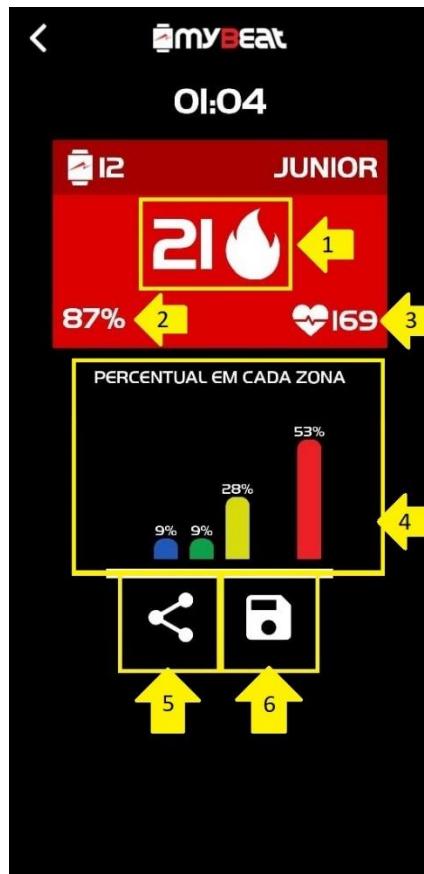


Figura 10 - Finalizando o treino.

Após o encerramento do treino, um resumo do treino ficará disponível para compartilhar ou salvá-lo em um histórico para acompanhamento da evolução do desempenho:



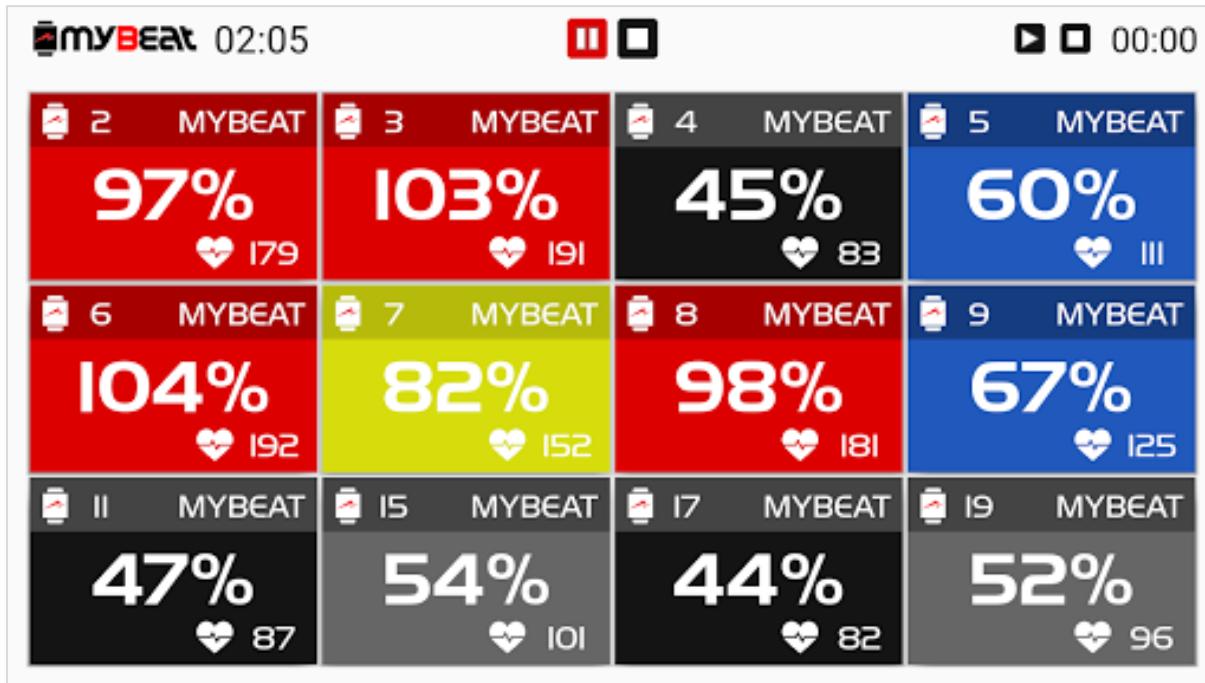
*Figura 11 - Resumo da sessão de treino.*

Abaixo legenda para os elemertos destacados na *Figura 11 - Resumo da sessão de treino*.

1. Gasto calorico total da sessão realizada;
2. Media do percentual da frequencia cardiaca maxima da sessão realizada;
3. Frequênciia cardiaca média da sessão realizada;
4. Gráfico com percentual do tempo em que o usuario ficou em cada zona durante a sessão de treino;
5. Botão para compartilhar sessão de treino;
6. Botão para salvar a sessão de treino.

### 3. Aplicativo MyBeat Group 2

O sistema MyBeat Group 2 consiste num sistema de monitoramento de grupos para sessões de treino funcional com utilização do MyBeat.



O aplicativo MyBeat Group 2 estará disponível na PlayStore ao usuário que contatar o serviço junto a equipe comercial. O sistema é compatível com dispositivos android (smartphones e tablets) e Android TV, e consiste num sistema para o monitoramento de aulas funcionais.

**Para utilizar o sistema em uma TV, projetor ou telão, existem duas possibilidades:**

A primeira é espelhar a tela do *smartphone / tablet* que possua o sistema instalado para a tela do televisor. Para isso a TV precisa ser compatível com espelhamento de tela (recurso disponível na maioria das *Smart TVs*, para mais informações consulte o manual de seu aparelho). Caso a TV disponível não possua suporte para espelhamento de tela, é possível utilizar o *Google Chromecast*, um dispositivo que transforma qualquer aparelho com uma entrada HDMI em uma *Smart TV*. Alguns smartphone e tablet possuem suporte HDMI de fábrica e com o auxílio do cabo USB-HDMI, pode-se obter o mesmo resultado sem a necessidade de qualquer outro equipamento.

A segunda opção e recomendada pela Trendx, é adquirir junto com o sistema, o MiBox4 com o MyBeat Group 2 já instalado. Nessa opção não é necessário qualquer outro dispositivo, apenas uma TV ou Projetos com entrada HDMI para exibição das informações.

### 3.1. Utilizando MyBeat Group 2

Para utilizar o MyBeat Goup 2 não é preciso parear nenhum dispositivo, é necessário apenas ligar os MyBeat's e abrir o aplicativo, se atentar que todos os MyBeat's devem possuir ID's diferentes.

A *Figura 12 - MyBeat Group 2 em espera* exemplifica a disposição dos quadros com 12 dispositivos ligados.

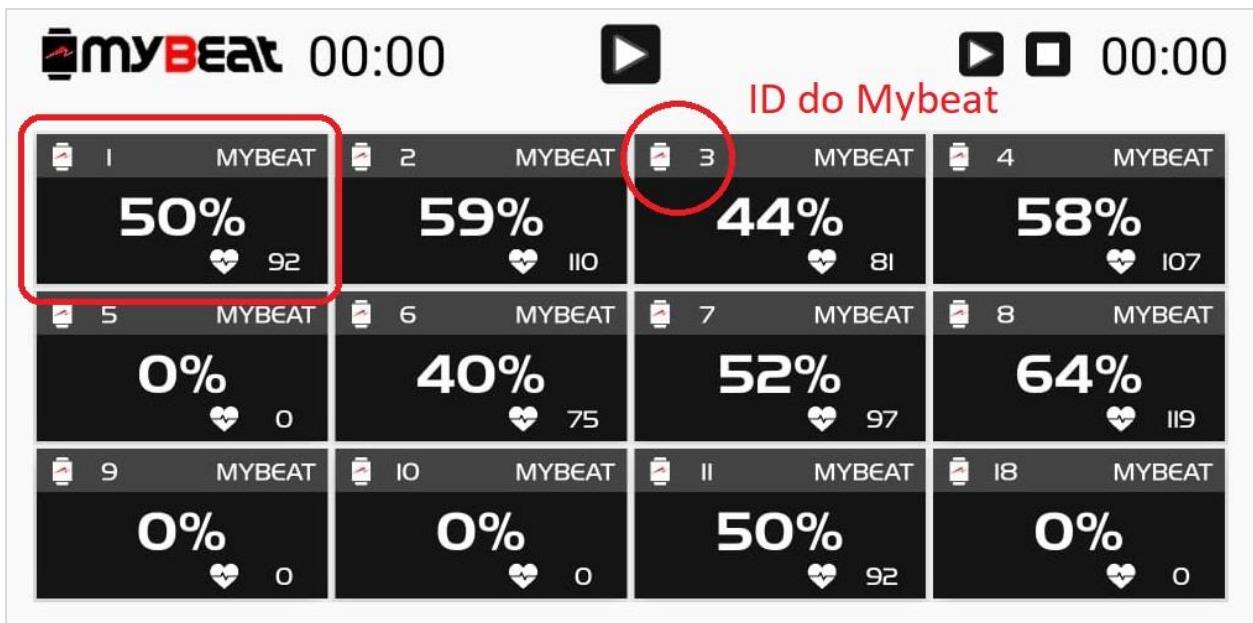
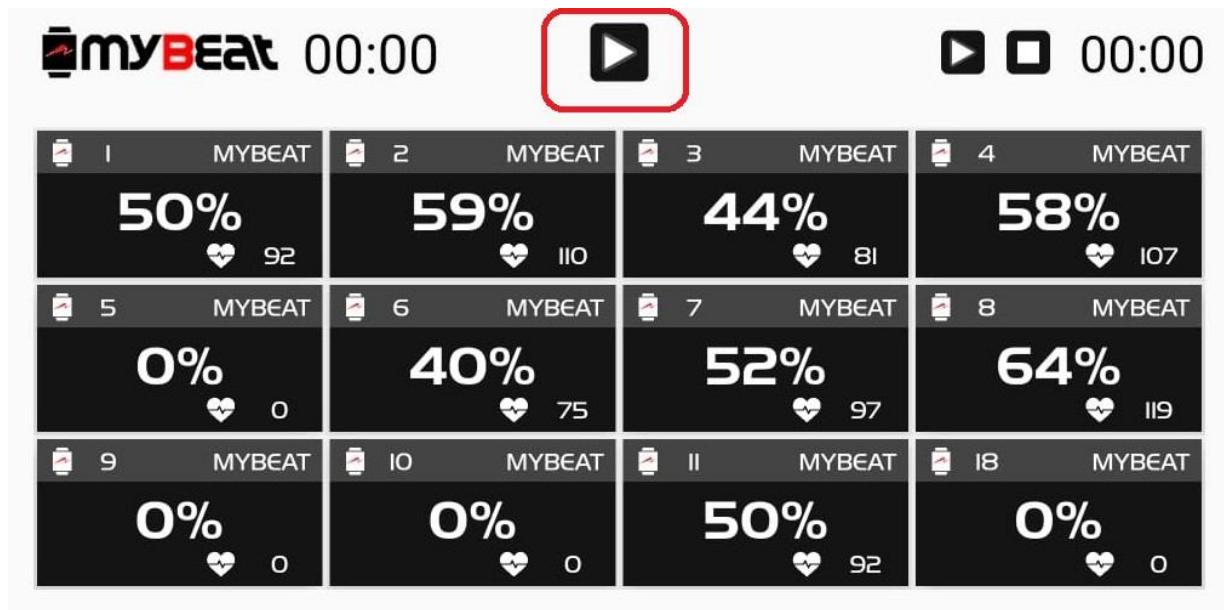


Figura 12 - MyBeat Group 2 em espera

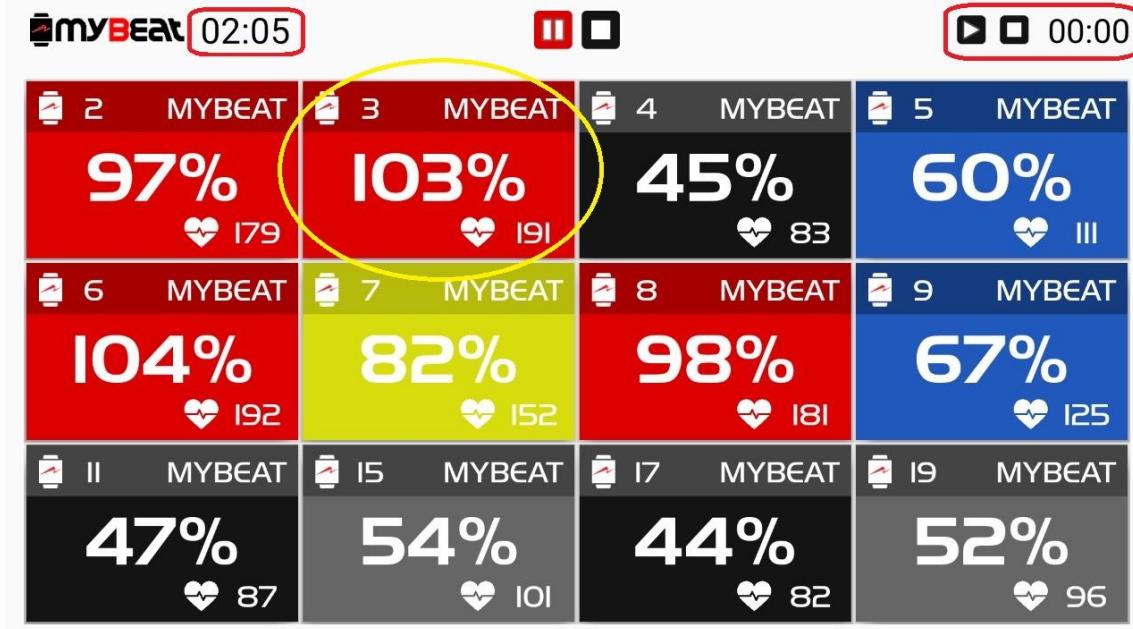
Para alterar o ID, nome ou outras informações de um de seus MyBeat, deve-se utilizar o aplicativo MyBeat 2 (Consulte a sessão *Aplicativo MyBeat 2*).

Após todos os alunos configurarem seus MyBeat's (ver Configurando seu Mybeat). Aperte o Play destacado na *Figura 13- Iniciando a sessão* para iniciar a sessão de treino.



*Figura 13- Iniciando a sessão.*

No canto superior esquerdo (destacado em vermelho na *Figura 14 - Tela principal*) temos o tempo total da sessão de treino, no canto superior direito (também destacado) um cronometro auxiliar que pode ser utilizado livremente pelo professor da aula sem interferência no andamento da sessão.



*Figura 14 - Tela principal*

Cada quadro (destacado em amarelo na *Figura 14 - Tela principal*) representa um mybeat que está sendo utilizado por um aluno.

A cor do Mybeat mostra zona de intensidade (Página 5).

A cor de fundo do quadro de treino indica a zona de treino atual (ver **Zonas de Intensidade**).



*Figura 15- Componentes tela principal.*

Abaixo legenda para os elemetos destacados na *Figura 15- Componentes tela principal*.

1. ID do Mybeat;
2. Nome;
3. Percentual da frequênciá máxima;
4. Frequênciá cardiaca instantanea.

Durante a sessão, o sistema contabiliza o tempo que a maioria do grupo está em determinada zona de intensidade (*Figura 16 - Ultimo tempo em cada zona do Grupo*).



*Figura 16 - Ultimo tempo em cada zona do Grupo.*

Para encerrar a sessão de treino click em no botão Stop, e confirme a intensão de finalizar a sessão.

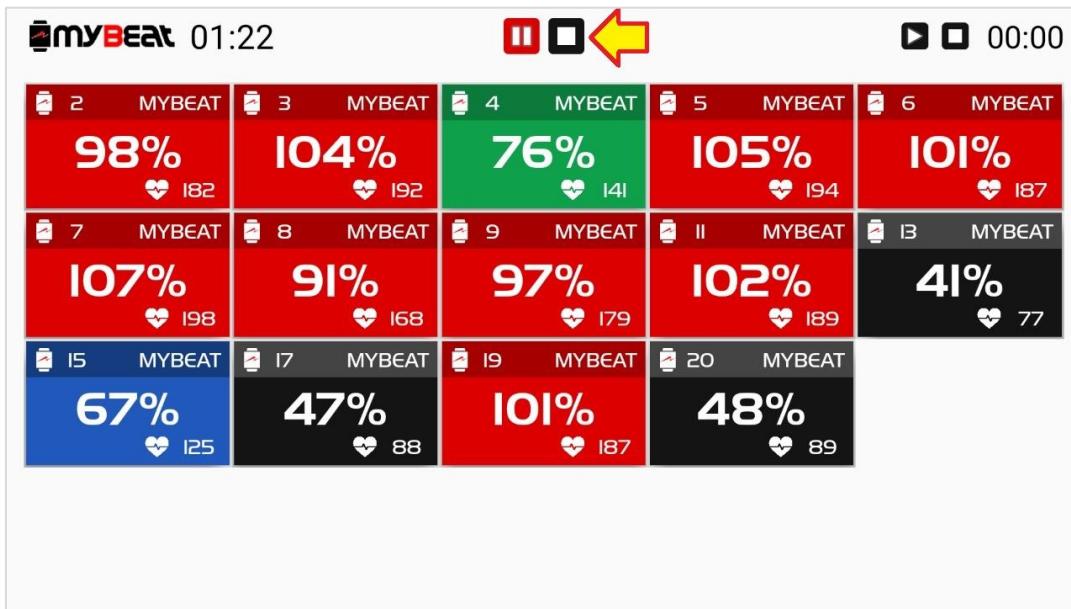


Figura 17- Botão Stop tela principal.

Ao final da sessão, o sistema premia o usuário que mais gastou calorias e o usuário que mais tempo permaneceu na Zona Amarela.

No MiBox4 para sair dessa tela é preciso apertar o botão voltar no controle remoto. Em smartphone e tablet basta clicar em qualquer local da tela.

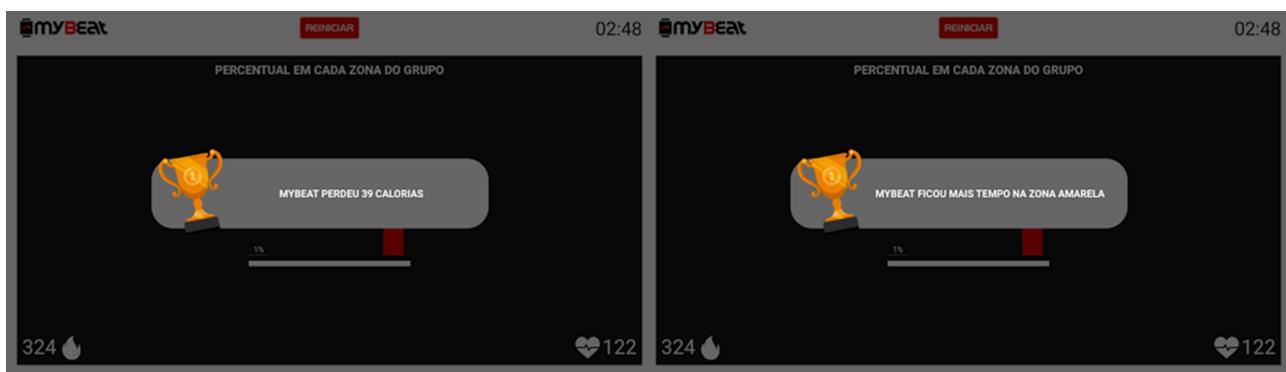


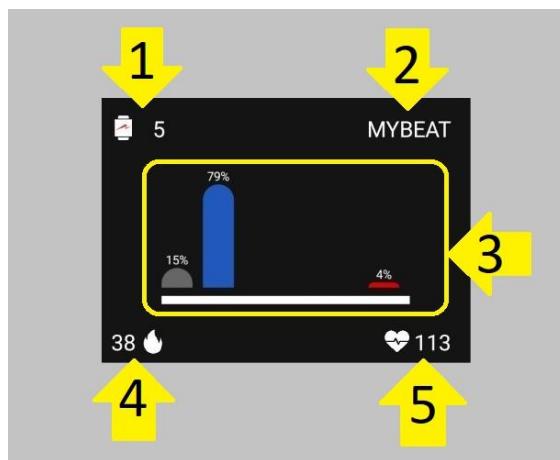
Figura 18- Premiações.

Após as premiações é exibido o percentual do tempo da sessão que o grupo permaneceu em cada zona.

Passando para o lado é possível ver o resumo individual de cada aluno (*Figura 19- Resumo individual*).



*Figura 19- Resumo individual.*



*Figura 20 - Componentes resumo individual.*

Abaixo legenda para os elemetos destacados na *Figura 20 - Componentes resumo individual*.

1. ID do Mybeat;
2. Nome;
3. Gráfico com percentual do tempo em que o usuário ficou em cada zona durante a sessão de treino;
4. Gasto calórico total da sessão realizada;
5. Frequência cardíaca média da sessão realizada.

#### 4. Especificações técnicas

Cada MyBeat é acompanhado por um cabo USB para carga da bateria, uma pulseira de Neoprene de 40 cm (Grande) e uma pulseira de Neoprene de 30 Cm (Pequena). É possível adquirir pulseiras extras, basta contatar a equipe comercial Trendx.

<b>Peso:</b>	MyBeat	22g
	Pulseira Pequena	5,6g
	Pulseira Grande	7g
<b>Dimensões:</b>	MyBeat	H: 14,5mm, C: 52mm, L: 46,5mm
	Pulseira Pequena	C: 30cm, L: 3cm
	Pulseira Grande	C: 40cm, L: 3cm
<b>Bateria</b>	Bateria recarregável de polímero de lítio de 200 mAh	
<b>Duração da bateria</b>	12 horas de treino	
<b>Conectividade</b>	ANT+™, Bluetooth	
<b>Resistente à água</b>		