

# KAYAK ERGÓMETRO

## INTRODUCCIÓN

---



La compañía WEBA ha desarrollado un nuevo producto que ofrece a los atletas recreacionales y top la oportunidad de simular el estereotipo del movimiento del deporte del piragüismo. La complejidad de los movimientos suaves y moderados incrementa la fuerza de los músculos y la flexibilidad de la mitad superior del cuerpo.

También ofrece un entrenamiento cardiovascular óptimo. La ilimitada escala de resistencias viene dada a través de una turbina de desplazamiento de aire que simula las dinámicas del agua líquida. Este sistema de freno permite el uso del ergómetro Kayak independientemente de la edad o el nivel de forma. La carga se regula por el esfuerzo al tirar. Hay un mecanismo adicional para la regulación del factor de resistencia del ventilador. La posición de trabajo es ajustable a la altura.

El ergómetro Kayak está construido con calidad utilizando componentes robustos. Este ergómetro es fácilmente desmontable en dos partes para su conveniente transporte y almacenaje.

La máquina ERGÓMETRO KAYAK de entrenamiento óptimo y rentable se proporciona con la unidad electrónica MONITOR DE RENDIMIENTO para la monitorización del tiempo, ritmo de palada, fuerza y potencia. El monitor de rendimiento recibe las señales de los sensores para una exacta medición de la fuerza y la potencia.



## MONITOR DE RENDIMIENTO

El monitor está diseñado para manejarse mediante menú y con auto-explicaciones. Considerando el sistema menú es posible ajustar todos los parámetros, anotar los datos, seleccionar el display deseado durante el trabajo y transferir los datos almacenados a PC para posteriores análisis de forma fácil y simple.

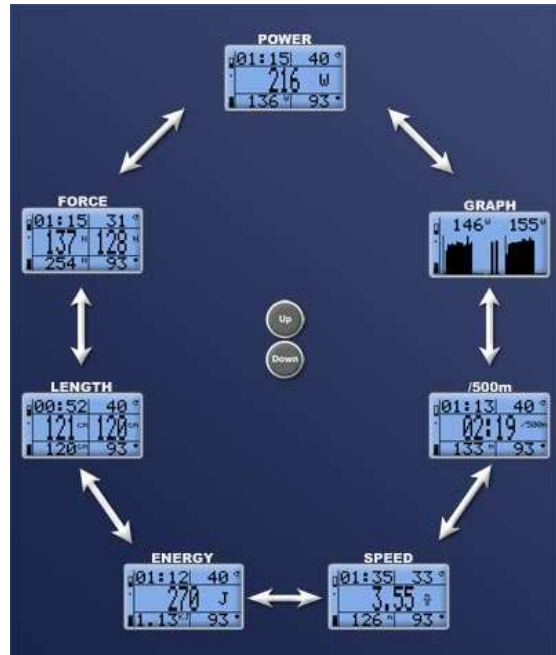
Utilizando sólo 4 botones (ENTER, ESCAPE, UP, DOWN) es posible desarrollar todas las funciones del monitor. El trabajo con el dispositivo se hace fácil y simple.

Si queremos utilizar el monitor sólo para entrenar (sin almacenar las sesiones) es posible apagar la opción de grabación de datos.

Este monitor es un producto de la compañía WEBA y se puede encontrar en todos los dispositivos, tanto indoor como outdoor. En este sentido, se obtiene la compatibilidad de todos los dispositivos así como la posibilidad de comparar los parámetros almacenados sin importar en qué dispositivo se ha grabado la sesión.

Características principales del monitor:

- Luz
- Despliegue gráfico
- Batería recargable con aproximadamente 10 horas de vida
- Después de encenderlo, aparecen las determinaciones del último pantallazo
- Navega las funciones utilizando menús
- Opciones de despliegue incluyendo datos gráficos o numéricos
- Tiempo
- Ritmo de palada
- Potencia
- Trabajo
- Fuerza
- Ritmo cardíaco
- Elige entre una variedad de unidades – Potencia (W), Energía (J) o Fuerza (N) – para su despliegue con fuentes más grandes en el display central. Durante un entrenamiento cambia entre unidades utilizando flechas
- Ritmo cardíaco con cinturón y transmisor Polar
- Pre-programación de los entrenamientos con tiempo o distancia, tiempo de descanso y número de intervalos
- Almacena los datos de entrenamiento en la memoria de a bordo o simplemente entrena sin grabar
- Funciones recall
- Estado de memoria
- Estado de batería
- Puerto interfaz PC COM (Puerto serie)
- Monitorización en tiempo real en el monitor de rendimiento o PC
- Exactitud de +/-1% independiente de la altitud, temperatura (0-50°C) o humedad
- El control o calibración de la exactitud es posible en cualquier momento



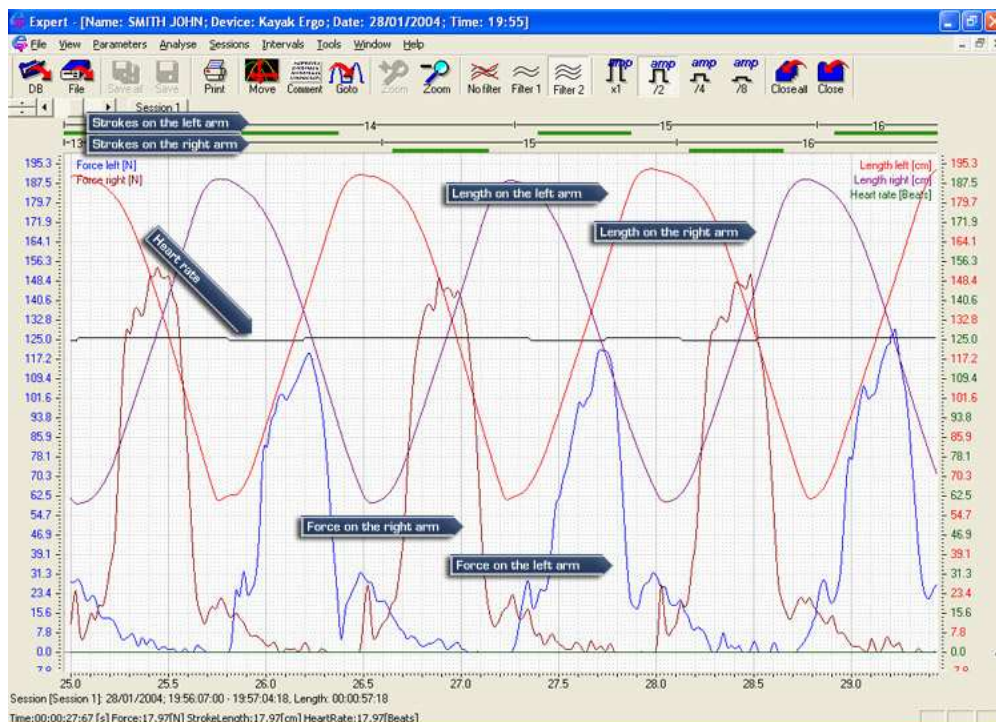
## PC SOFTWARE – “EXPERT”

EXPERT es un nuevo y único software diseñado para todo el mundo, tanto atleta competitivo como entrenador, preparador o fisioterapeuta, quien quiera tener control sobre las mediciones y los análisis de los varios datos detallados de rendimiento de deportes, todo contenido en un solo paquete de software.

EXPERT permite la visualización, almacenaje y análisis de las señales obtenidas de los sensores en tiempo real en un ordenador personal.

EXPERT no sólo te da las mediciones exactas de un periodo de tiempo deseado, visible en un simple diagrama, sino que también da al usuario la oportunidad de comparar los datos medidos recogidos en varios periodos de tiempo. El gran aspecto del EXPERT es el banco de datos personalmente organizado, en el que son almacenadas todas las sesiones de entrenamiento, los resultados de test y los datos personales del atleta!! No se necesitan gruesos archivadores o varios programas de ordenador que necesitan búsquedas largas. Con EXPERT todo está combinado en un solo programa.

EI



aspecto más importante de este programa es que es compatible para todas las máquinas de fitness, tanto indoor como outdoor. Sólo necesitas un solo paquete de software, pero puedes, por ejemplo, ver y trabajar con datos de todos los productos WEBA (rower expert, rower ergo, bike expert, bike ergo, kayak expert, kayak ergo, swim ergo, cross country ergo, RowEx indoor y RowEx outdoor).

Dos características principales del software son el monitorizamiento en tiempo real y la función Recall. La monitorización en tiempo real da la oportunidad de seguir el rendimiento del deportista durante la sesión utilizando tres modos:

- Modo señal
- Modo analizar módulos gráficos
- Modo gráfico XY

Todas las sesiones almacenadas pueden analizarse en el modo Recall utilizando uno de los siguientes tipos de modos:

- Modo señal
- Modo informe
- Modo analizar módulos gráficos
- Modo analizar módulos estadísticos
- Modo gráfico XY

El software ofrece una amplia gama de análisis para variables fisiológicas y biomecánicas:

- Ritmo de palada
- Longitud de la palada (cm)
- Tiempo de pase (ms) Tiempo de recuperación (ms)
- Paladas por minuto (1/min)
- Tiempo por palada (ms)
- Tiempo total (s)
- Fuerza media (N)
- Pico de fuerza (N)
- Tiempo a pico de fuerza (ms)
- Potencia por palada (W)
- Potencia media (W)
- Trabajo (J)
- Trabajo total (KJ)
- Ritmo cardíaco (pulsaciones/min)
- Posibilidad de comparar dos o más parámetros simultáneamente
- Definición de zonas de valores para cada uno de los parámetros (rojo mal, verde en la zona)
- Revisión de datos en 3D
- Potente base de datos
- Comparación de datos de entrenamiento para una persona
- Comparación de datos de entrenamiento dentro de un grupo
- Análisis estadístico
- Impresión de los resultados almacenados y analizados

EXPERT ofrece varios tipos de posibilidades de organización de datos, desde producir archivos hasta crear bancos de datos para un solo atleta, tareas que son muy ventajosas en los deportes de equipo. La fecha y la hora son guardadas y tus datos se organizarán en orden alfabético.

EXPERT es muy fácil de manejar ya que todo funciona bajo el mismo principio. Las instrucciones de funcionamiento básicas pueden encontrarse con la ayuda de nuestros HELPFILES, y después de iniciar el programa la barra de tareas te ofrece una forma fácil de navegar.