



Trip Tracker

Schnellstart Anleitung für
Läufer



Kurze Einführung

Der Trip Tracker (TT) ist ein universeller GPS-Logger, der für viele Freizeitaktivitäten geeignet ist (laufen, wandern, Zweiradfahren).

Wollen Sie den TT ausschließlich zum Laufen benutzen werden Ihnen am Anfang die vielen Möglichkeiten etwas verwirrend erscheinen, doch nach der Lektüre dieser kurzen Anleitung werden Sie das Gerät schnell und einfach bedienen können.

Für das Laufen kommen verschiedene Szenarien in Betracht:

1. Laufen und dabei einfach die Strecke aufzeichnen (meist genutzte Funktion)
2. Während des Laufens Wegpunkte/markante Punkte speichern
3. Upload der Route auf die Seite: DerLauftipp.de

Die folgende Anleitung geht auf die 3 Möglichkeiten ein und bietet Ihnen einen schnellen Einstieg in die Nutzung des TT für Ihre Bedürfnisse.

Bitte beachten Sie:

Diese Kurzanleitung geht speziell auf die Einstellungen zur Nutzung des Trip Trackers für Läufer/Jogger ein und setzt voraus, dass Sie sich mit der grundsätzlichen Bedienung des Gerätes (Bedienung mit dem Navistick) vertraut gemacht haben. Falls Sie sich nicht sicher sind, wie das Gerät grundsätzlich bedient wird, lesen Sie bitte zunächst das Handbuch. Diese Anleitung geht auch nicht auf die Grundsätzlichen Einstellungen, wie Sprache, Datum, Zeit usw. ein.

Bitte beachten Sie:

Vor jedem neuen Lauf sollten die Daten aus dem Trip Tracker gelöscht werden (sie können auch dort verbleiben, es erschwert allerdings die weitere Verarbeitung). Es empfiehlt sich also, alle Daten nach jeder Trainingseinheit mit Hilfe der NaviLink Software auf Ihren Rechner zu übertragen. Wie Sie das machen ist auch hinreichend in der generellen Bedienungsanleitung beschrieben.

Bitte beachten Sie UNBEDINGT:

Lassen Sie sich nicht durch die Nutzung des Trip Trackers ablenken und nehmen Sie nur dann Änderungen und Einstellungen vor, wenn Sie absolut sicher sind, dass Sie weder sich selbst noch andere gefährden. Auch als Läufer sind Sie Teilnehmer am Straßenverkehr. Bitte achten Sie auch auf diesen.

Sollten Sie den TT im Auto oder auf dem Fahrrad verwenden, müssen Sie sich an die StVO halten. Halten Sie, steigen Sie ab, bitten Sie einen Mitfahrer um Hilfe. Bringen Sie den TT niemals



dort an, wo er bei einem Zusammenstoß Menschen verletzen oder das Auslösen eines Airbags verhindern könnte.

Hinweis zu Genauigkeit von GPS-Geräten:

Das GPS-System wird von der US-Regierung betrieben, verwaltet und gewartet. Die Genauigkeit hängt also sehr stark von der Präzision der Satelliten ab. In bestimmten Fällen wird von der US-Regierung bewusst die Genauigkeit des Satellitensignals verschlechtert. Dies hat Auswirkungen auf die Genauigkeit aller GPS-Geräte, somit auch auf den TT.



Inhaltsverzeichnis

Kurze Einführung.....	2
Inhaltsverzeichnis	4
Voreinstellungen	5
Einfache Trackaufzeichnung während des Laufens.....	6
Markierung von Wegpunkten und markanten Punkten	8
Daten vom Trip Tracker herunterladen... ..	9
... und bei DerLauftipp.de hochladen.....	10
Abschlussbemerkung	11



Voreinstellungen

Bevor Sie den TripTracker für das Laufen nutzen, sollten Sie gewisse Grundeinstellungen an dem Gerät vornehmen.

- Schalten Sie den TripTracker ein
- Rufen Sie den Menüpunkt „Einstellungen“ auf (falls Sie sich noch nicht mit der grundsätzlichen Bedienung des Gerätes vertraut gemacht haben, lesen Sie bitte das Handbuch)



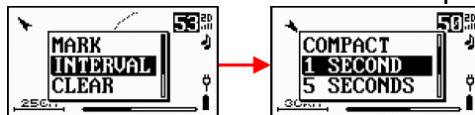
- Einstellungen vornehmen:
 - In den Einstellungen sollten Sie den Punkt „Sporten“ wählen
- Beenden Sie das Menü durch drücken der I/O Taste

- Markieren Sie auf die gleiche Weise den Menüpunkt „Track“ und rufen die Funktion durch drücken des Navisticks auf



Sie können für die Tracks verschiedene Einstellungen vornehmen. Wichtig für das Laufen ist das Einstellen des Aufzeichnungsintervalls.

- Drücken Sie erneut auf den Navistick, um das Kontextmenü aufzurufen
- Markieren Sie den Menüpunkt „Interval“



Mit diesem Menüpunkt stellen Sie ein, in welchem Intervall die GPS-Position bei Ihrem Training gespeichert werden soll. Sie können wählen aus:

- 1, 5, 10, 30 Sekunden und 1 Minute (falls Sie mehr über die verschiedenen Menüpunkte erfahren möchten, ziehen Sie bitte das Handbuch zu Rate)
- Wählen Sie idealerweise 1 oder 5 Sekunden aus, wobei sich 5 Sekunden in der Praxis als ausreichend herausgestellt hat.
- Kehren Sie durch Drücken der I/O-Taste ins Hauptmenü zurück

Alle notwendigen Grundeinstellungen sind nun vorgenommen. Sobald Ihr TripTracker nun ausreichend Satelliten empfängt wird die Aufzeichnung eines Tracks automatisch begonnen.



Einfache Trackaufzeichnung während des Laufens

Nachdem Sie die Voreinstellungen wie im vorhergehenden Kapitel beschrieben vorgenommen haben, können Sie nun mit ein paar wenigen Schritten die Laufstrecke aufzeichnen.

1. Schalten Sie den TripTracker ein
2. Zunächst sollten alle im TripTracker vorhandenen Tracks und Zeiten gelöscht werden. Stellen Sie also sicher, dass Sie die Daten vorher auf Ihren PC übertragen haben.
3. Gehen Sie zunächst zum Menü „Tracks“ und aktivieren Sie die Funktion durch drücken des Navisticks.



4. Drücken Sie erneut auf den Navystick, um das Kontextmenü aufzurufen und markieren Sie den Menüpunkt „Clear“. Bestätigen Sie den Löschvorgang mit „Yes“.



Durch drücken der I/O-Taste kehren Sie ins Hauptmenü zurück

5. Rufen Sie nun das „Trip-Meter“-Menü auf



In diesem Menü erhalten Sie aktuelle Werte zu Ihrem aktuellen Status, wie Geschwindigkeit und Uhrzeit:



6. Durch bewegen des Navisticks nach oben oder unten können Sie nun weitere Informationen aufrufen, wie z.B. die Stoppuhr, Durchschnittsgeschwindigkeit, die verstrichene Zeit, die zurückgelegte Distanz nach dem letzten Reset, die insgesamt zurückgelegte Entfernung.
7. Am Besten ist es, alle diese Werte und Durchschnittswerte vor der Trainingseinheit zu reseten um die bestmöglichen Informationen aus dem TripTracker zu erhalten. Drücken Sie dazu auf dem jeweiligen Menü auf den Navystick.



Sie bekommen eine Auswahl angezeigt, ob Sie den



entsprechenden Wert auf „Zero“ (Null) setzen möchten. Bestätigen Sie mit „Yes“ (Ja).

8. Drücken Sie nun den Navistick so lange nach oben oder unten, bis Sie zur Stopuhr gelangen. Läuft diese noch, stellen

Sie diese zunächst auf „Pause“:



und dann ebenfalls auf Null, durch erneutes drücken des Navisticks und dann auf „Zero“ (Null).

9. Bevor Sie loslaufen, warten Sie, bis Sie Satellitenempfang haben (angezeigt 2D/3D in der rechten oberen Ecke des Displays).
10. Starten Sie die Stopuhr.

Sobald die Stopuhr läuft und Sie Satellitenempfang haben, beginnt der TT mit der Aufzeichnung der GPS-Positionen in dem in dem von Ihnen voreingestellten Zeitintervall. Sie brauchen sich also darum gar nicht zu kümmern.

Sie können die sich den Track jederzeit ansehen, indem Sie auf den „I/O“ (Ein/Aus/Zurück-Knopf) drücken und das „Track“-Menü aufrufen.

Nachdem Sie Ihren Lauf beendet haben und Sie am Ziel angekommen sind, tun Sie folgendes:

1. Rufen Sie das „Track“-Menü auf, wenn es nicht sowieso aktiviert ist.
2. Beenden Sie die Stopuhr, indem Sie einmal auf den Navistick drücken und aus dem Menü „Stop“ wählen
3. Sie können sich dann alle gewünschten Daten, wie Gesamtstrecke, Durchschnittsgeschwindigkeit, etc. ansehen.
4. Schalten Sie das Gerät ab, um die Aufzeichnung zu beenden

Laden Sie zu Hause die Daten aus dem Speicher des Trip Trackers mit Hilfe der Software „NaviLink“ auf Ihren PC und löschen Sie danach den Speicher des Trip Trackers, wie in den vorangegangenen Kapiteln beschrieben. Dies ist zwar nicht unbedingt erforderlich, erleichtert aber das Arbeiten mit den Daten.



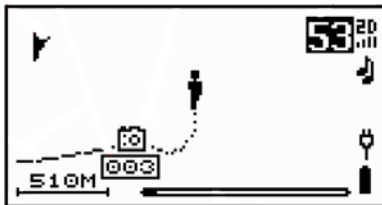
Markierung von Wegpunkten und markanten Punkten

Während Sie unterwegs sind und Ihre Strecke aufzeichnen können Sie zusätzlich markante/bestimmte Punkte, wie z.B. Parkplätze, Weggabelungen, Start- und Endpunkt Ihres Laufes oder Sehenswürdigkeiten speichern.

Wählen sie dazu das „Track“-Menü:



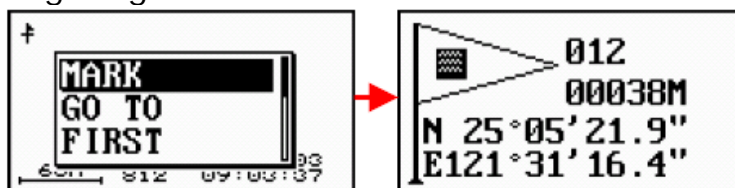
Sie sehen nun den Bildschirm und die darauf von Ihnen gelegte „GPS-Spur“, also die im spezifischen Intervall abgespeicherte GPS-Position:



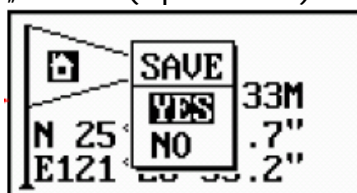
(Hinweis: Die Bedeutungen der einzelnen angezeigten Symbole ist in der Bedienungsanleitung erklärt)

Drücken Sie in dieser Darstellung auf den Navistick. Ihnen wird ein Auswahlménü angezeigt. Navigieren Sie mit dem Navistick auf die Funktion „Mark“ (Markieren) und drücken sie erneut auf den Navistick.

Sofort wird der Bildschirm zum Speichern des Wegpunktes angezeigt:



Der Name des Wegpunktes wird automatisch in numerischer Reihenfolge generiert, er kann aber auch manuell (auch im Nachhinein) geändert werden. Auch das Symbol ist änderbar. Drücken Sie danach wieder auf den Navistick und bestätigen Sie „Save“ (Speichern) mit „Yes“ (Ja).





Um sich später die von Ihnen erstellten Wegpunkte anzusehen, gehen Sie im Hauptmenü des Trip Trackers auf den Menüpunkt „Waypoints“ (Wegpunkte):



In diesem Menü können Sie auch die einzelnen Punkte verwalten, also Namen ändern, löschen etc.

Wie das genau geht, lesen Sie bitte im Handbuch des Trip Trackers nach.

Daten vom Trip Tracker herunterladen...

Die Daten Ihres Laufes sind im Trip Tracker gespeichert und müssen auf den PC übertragen werden, um sie weiter zu verarbeiten.

Stellen Sie zunächst sicher, dass der Treiber für den Trip Tracker auf Ihrem PC installiert ist.

- Schließen Sie den Trip Tracker mit Hilfe des USB-Kables an Ihren PC an.
- Schalten Sie den Trip Tracker ein und navigieren Sie zu dem Menüpunkt „Navilink“:

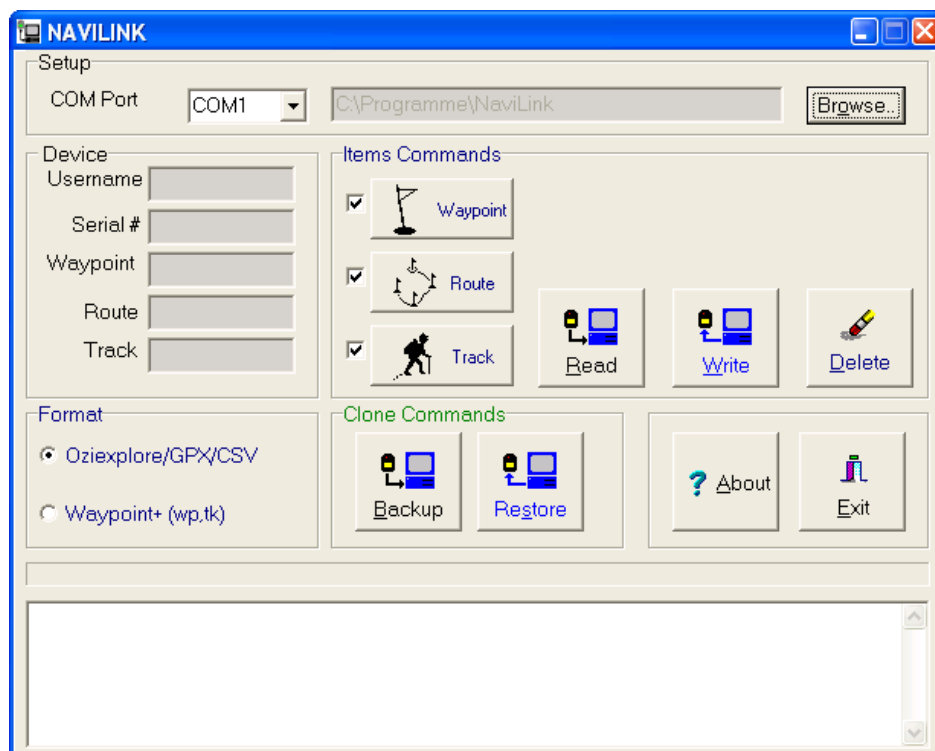


und drücken Sie auf den Navistick:



- Öffnen Sie nun das Programm an Ihrem PC und wählen Sie das zum Trip Tracker passende COM-Port aus.

Hinweis: Auskunft über das COM Port erhalten Sie, wenn Sie die Systemsteuerung Ihres PCs aufrufen und unter System/Hardware/Gerätmanager die COM-Ports erweitern.



- Wählen Sie falls gewünscht unter „Browse“ noch einen Ordner aus, in den Sie grundsätzlich die Daten Ihres Trip Trackers herunter-/heraufladen möchten.
- Wählen Sie an, welche Daten Sie herunterladen möchten (Waypoints, Routen und Tracks)
- Wählen Sie unter „Format“: Oziexplore/GPX/CSV (auch eine Google-Earth-Datei wird erzeugt)
- Drücken sie nun auf „Read“ (Lesen)

In dem von Ihnen bestimmten Ordner wird ein weiterer Unterordner erzeugt, in den die Daten aus dem Trip Tracker gespeichert werden.

... und bei DerLauftipp.de hochladen

Gehen Sie auf die Homepage www.derLauftipp.de und melden Sie sich dort an.

Gehen Sie auf die Seite „Upload“ und klicken Sie danach auf „Durchsuchen“.



Suchen Sie auf der Festplatte Ihres PCs das Verzeichnis mit den heruntergeladenen Daten aus dem Trip Tracker.

Wählen Sie dann die GPX Datei Ihres Laufes aus und klicken Sie „Ok“.

Danach erscheint der vollständige Pfad in dem Eingabefeld neben „Durchsuchen“ auf der Upload-Seite von DerLauftipp.de.



Klicken Sie nun auf der Seite den Button „Upload“. Nun sollten Ihre Daten auf die Seite hochgeladen werden.
Hat der Upload geklappt, werden Sie automatisch auf die Seite geleitet, um die Daten zum Lauf (Namen, Stadt, etc ...) einzugeben. Fertig.

Abschlussbemerkung

Diese Anleitung wurde nach bestem Wissen erstellt und größtenteils auch Schritt für Schritt ausprobiert. Dennoch kann DerLauftipp.de nicht dafür garantieren, dass sie fehlerfrei ist. DerLauftipp.de übernimmt keinerlei Verantwortung für Schäden oder Datenverlust durch die Nutzung der Soft- und Hardware an Ihrem PC. DerLauftipp.de leistet auch keinen Support bei der Nutzung des Gerätes oder der Software.

Des weiteren übernimmt DerLauftipp.de auch keinerlei Haftung für Schäden jeglicher Art, bei der Nutzung des Trip Trackers.