

Firstbeat Uploader

Käyttöohje -versio 1.0.0.0

Sisällysluettelo:

1	KÄYTTÖOHJE	3
1.1	OHJELMISTON OMINAISUUDET	3
1.2	MINIMUM SYSTEM REQUIREMENTS	ERROR! BOOKMARK NOT DEFINED.
1.3	FIRSTBEAT UPLOADERIN KÄYTTÖ	3
1.3.1	Sisäänkirjautuminen	3
1.3.2	Tiedon lähetys Suunto Muistipannasta	5
1.3.3	Tiedon lähettäminen Omron askelmittarista HJ-720	8
1.3.4	Asetukset dialogi	10
1.3.5	Suunto Muistipannan asetustyökalu	12

1 KÄYTTÖOHJE

1.1 Ohjelmiston ominaisuudet

Firstbeat Uploader on PC-tietokoneille Firstbeat Technologies Oy:n kehittämä ohjelmisto. Sitä käytetään kehontoimintoihin liittyvien tietojen lukemiseen ulkopuolisista laitteista, jotka lähetetään palvelimelle.

1.2 Järjestelmävaatimukset

- Yhteensopivisuus Windows 2000, Windows XP ja Windows Vista.
- (Windows ME ja 98 ei ole testattu)
- 512MB of RAM.
- 1GHz prosessori
- Näytön resoluutio 1024x768 ja 16-bit värit.
- Kiintolevytilaa vähintään 50MB.
- Adobe Acrobat Reader 5.0 tai uudempi.
- Yhteensopivat mittalaitteet:
 - Suunto Memory Belt
 - Suunto Smart Belt
 - Omron askelmittari HJ-720

1.3 Firstbeat Uploaderin käyttö

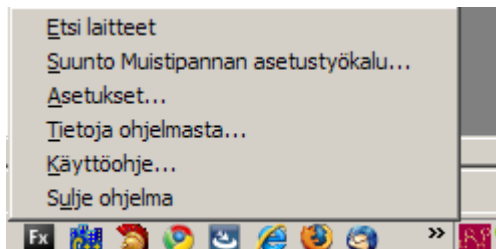
1.3.1 Sisäänkirjautuminen

Kun Firstbeat Uploader käynnistetään, se näyttää ikonin Windowsin tehtäväpalkissa, mikä nähdään kuvassa Kuva 1.



Kuva 1, Firstbeat Uploader tehtäväpalkissa.

Ohjelman toiminnot käynnistetään valikosta, joka avautuu painamalla hiiren oikealla napilla ohjelman ikonia. Valikko nähdään kuvassa Kuva 2.



Kuva 2, Ohjelman valikko.

Valikko sisältää seuraavat toiminnot:

Toiminto	Kuvaus
Etsi laitteet	Käynnistää tietokoneeseen kytkettyjen tuettujen laitteiden etsinnän.
Suunto Muistipannan asetustyökalu	Avaa Suunto Muistipannan asetustyökalun.
Asetukset	Avaa asetukset dialogin.
Tietoja	Avaa tietoja dialogin versio-tietoineen.
Sulje ohjelma	Sulkee ohjelman.

Valittaessa "Etsi laitteet" tai tuplaklikattaessa ohjelman ikonia, ohjelma etsii tietokoneeseen liitettyjä tuettuja laitteita. Kun tuettu laite löydetään, ohjelmaa kysyy käyttäjätunnusta ja salasanaa, jotta tietojen lähetys palvelimelle voidaan aloittaa. Sisäänkirjautumisdialogi nähdään kuvassa Kuva 3.



Kuva 3, Sisäänkirjautuminen

Validit käyttäjätunnus ja salasana syötetään niille varattuun kenttiin. Tietoja voidaan lähettää vain kun validit tiedot on annettu, sillä niillä tunnistetaan käyttäjätili, jolle tiedot lähetetään.

Sisäänkirjautumisen epäonnistuessa dialogi näyttää viestin virheen syystä:

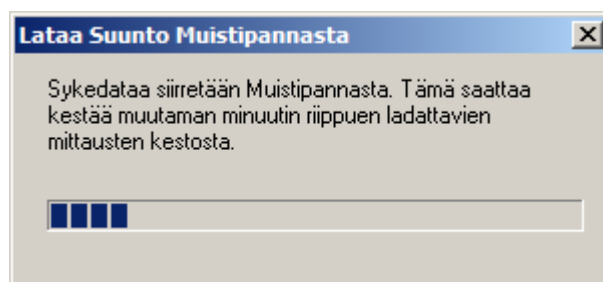
Viesti	Kuvaus

Väärä käyttäjätunnus ja/tai salasana!	Käyttäjätunnuksessa tai salasanassa on kirjoitusvirhe.
Käyttäjätilisi ei ole voimassa. Ota yhteys tuotetukeen.	Järjestelmän valvoja on jostain syystä sulkenut käyttäjätilin. Ota yhteys tuotetukeen.
Asiakastili ei ole voimassa. Ota yhteys tuotetukeen.	Aiakastili, jonka alle käyttäjätili kuuluu, on suljettu. Ota yhteys tuotetukeen.
Käyttäjätillilläsi ei ole annettu käyttäjän tietoja.	Käyttäjätilille ei ole syötetty tarvittavia taustatietoja, jotta Firstbeat Uploaderia voitaisiin käyttää. Kirjaudu sisään web-palveluun ja syötä puuttuvat tiedot.

Kun validit tiedot on syötetty, alkaa tietojen lataus laitteesta. Katso myöhemmistä luvuista miten prosessi etenee kunkin laitteen kanssa.

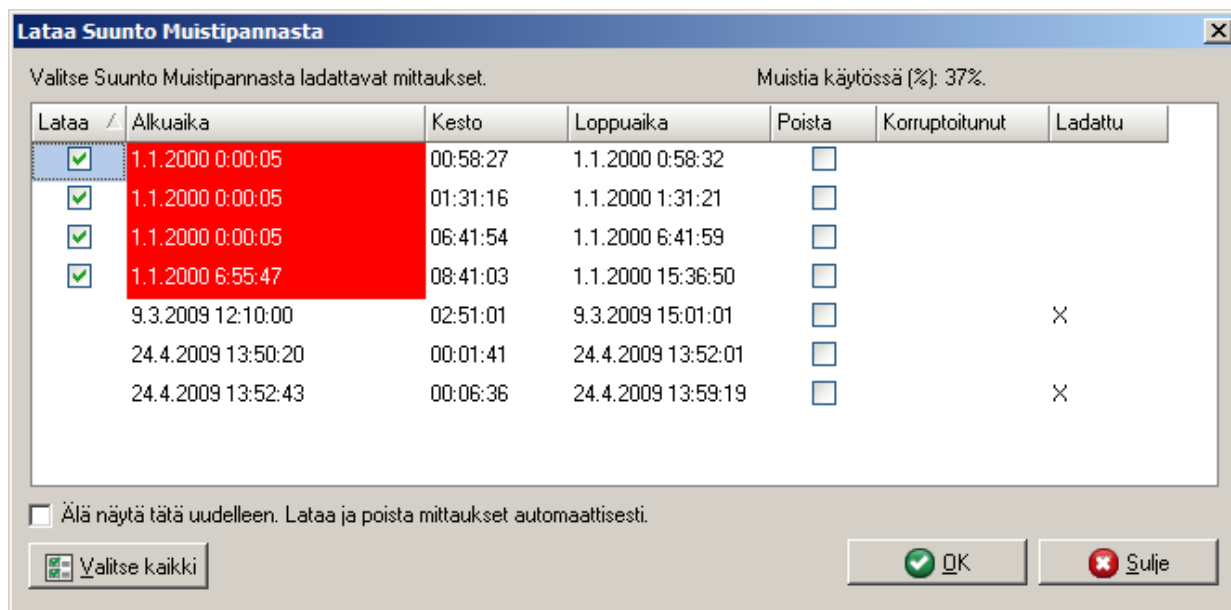
1.3.2 Tiedon lähetyks Suunto Muistipannasta

Ladattaessa tietoja Suunto Muistipannasta, näytetään dialogi, joka on nähtävissä kuvassa Kuva 4.



Kuva 4, tietojen lataus Suunto muistipannasta.

Kun tiedonlataus on valmis, aukeaa dialogi, jolla valitaan palvelimelle lähetettävät tiedot. Dialogi näkyy kuvassa Kuva 5.



Kuva 5, Mittausten valinta Suunto Muistipannasta.

Tässä dialogissa valitaan, mitkä mittaukset lähetään palvelimella ja mitkä poistetaan laitteesta. Myös mittausten alkuaikoja voidaan muokata jos mittauksia tehdessä laitteen kello on ollut virheellinen.

Dialogin taulukossa on seuraavat sarakkeet:

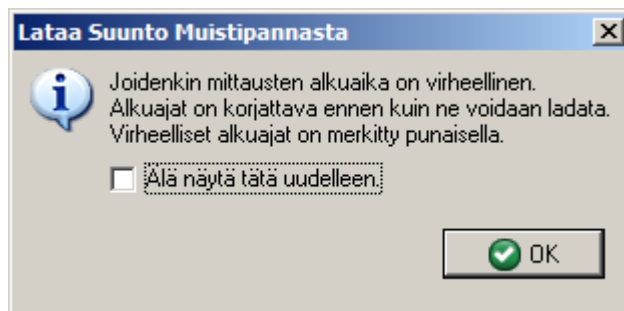
Sarake	Kuvaus
Lataa	Valitse ruutu jos haluat tämän mittauksen lähettäväksi palvelimelle.
Alkuaika	Aika, jolloin mittaus alkoi
Kesto	Mittauksen kesto
Loppuaika	Aika, jolloin mittaus päättyi
Poista	Valitse ruutu jos haluat tämän mittauksen poistettavaksi laitteesta.
Korruptoitunut	X tässä sarakeessa merkitsee sitä, että mittauksia ei voitu ladata kokonaan laitteesta. Joko mittaus on korruptoitunut laitteessa tai telakan ja pannan välillä on huono kontakti.
Ladattu	X tässä sarakkeessa tarkoittaa, että mittaus on jo aiemmin ladattu palvelimelle.

Mittaustenvalinta dialogin yhteydessä saattaa esiintyä muutama varoitusdialogi. Ne ovat nähtävissä kuvissa Kuva 7 ja Kuva 8.



Kuva 6, varoitus lyhyistä mittauksista.

Mittaukset, jotka ovat kestoiltaan alle kaksi minuuttia ovat liian lyhyitä sisältääkseen hyödyllistä tietoa, joten niiden lataaminen ei ole mahdollista.



Kuva 7, varoitus mittausten alkuajoista.

Mittaukset, joiden alkuaika on tulevaisuudessa tai ovat yli vuoden vanhoja, on todennäköisesti tallennettu laitteella, jonka kello on virheellinen. Sellaisia mittauksia ei voi valita ladattavaksi ennen kuin niiden alkuajat on korjattu. Tällaiset mittaukset on merkitty taulukkoon punaisella taustavärillä.

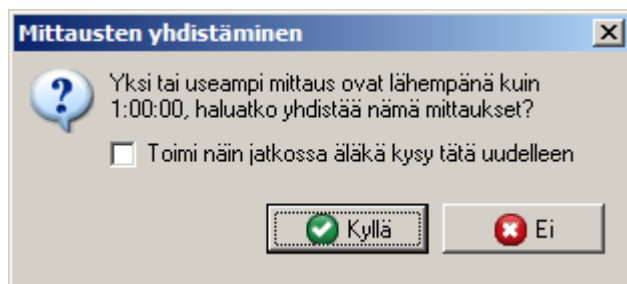
Mittauksen alkuaikaa muokataan tuplaklikkaamalla halutun mittauksen alkuaikaa taulukossa. Tämä avaa alkuajan editorin kuten nähdään kuvassa Kuva 8.



Kuva 8, mittauksen alkuajan muokkaus.

Dialogissa olevalla valintaruudulla voidaan automatisoida mittausten valinta siten, että seuraavalla kerralla tätä dialogia ei näytetä vaan palvelimelle lähetetään automaattisesti kaikki ladattavissa olevat mittaukset. Tällöin myös kaikki mittaukset poistetaan laitteesta automaattisesti.

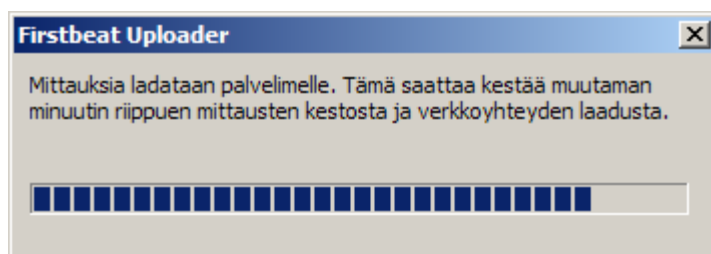
Kun ladattaviksi haluttavat mittaukset on valittu, aloitetaan mittausten lataus OK painikkeella. Tällöin saattaa ilmestyä kysymysdialogi mittausten yhdistämisestä. Jotkut mittauksista ovat saattaneet fragmentoitua useammiksi pätkiksi mittauksen aikana. Mittausten yhdistäminen liittyy tällaiset mittaukset kokonaisiksi. Kysymysdialogi nähdään kuvassa



Kuva 9, mittausten yhdistämisdialogi.

Dialogissa olevalla valintaruudulla voidaan valita mittausten yhdistäminen tehtäväksi automaattisesti tulevaisuudessa tai ei ollenkaan.

Lopulta esiin tulee dialogi, joka näyttää tietoa tiedon lataamisen edistymisestä. Se nähdään kuvassa Kuva 10.

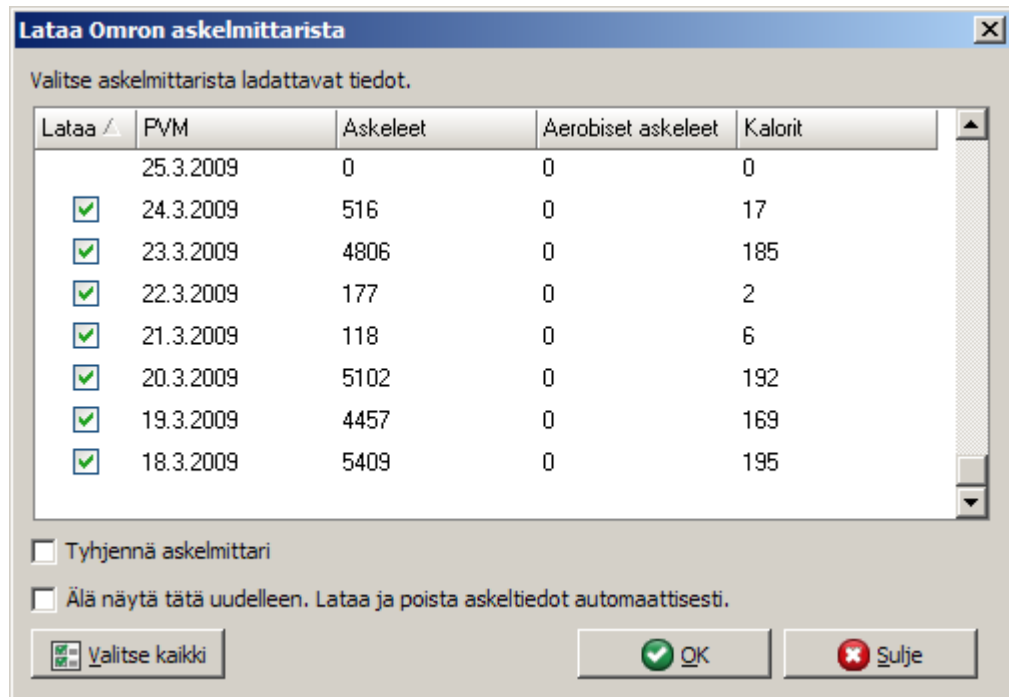


Kuva 10, dialogi, joka näkyy mittausten lataamisen aikana.

Kun lähetys on onnistuneesti saatu päätökseen, poistetaan valitut mittaukset laitteesta ja ohjelma palaa alkutilaan.

1.3.3 Tiedon lähettäminen Omron askelmittarista HJ-720

Kun Omronin laite on havaittu ja tiedonsiirto siitä on valmis, aukeaa dialogi ladattavien tietojen valitsemiseksi. Se esitetään kuvassa Kuva 11.



Kuva 11, tietojen valinta Omronin laitteesta.

Tässä dialogissa valitaan päivät, joiden tiedot halutaan lähettää palvelimelle.

Jos laitteen muisti halutaan tyhjentää, valitaan optio "Tyhjennä askelmittari". Sen alla olevalla valinnalla voidaan lähetyso prosessi automatisoida tulevaisuudessa, jolloin tätä dialogia ei näytetä ja kaikki tiedot lähetään ja laite tyhjennetään automaattisesti.

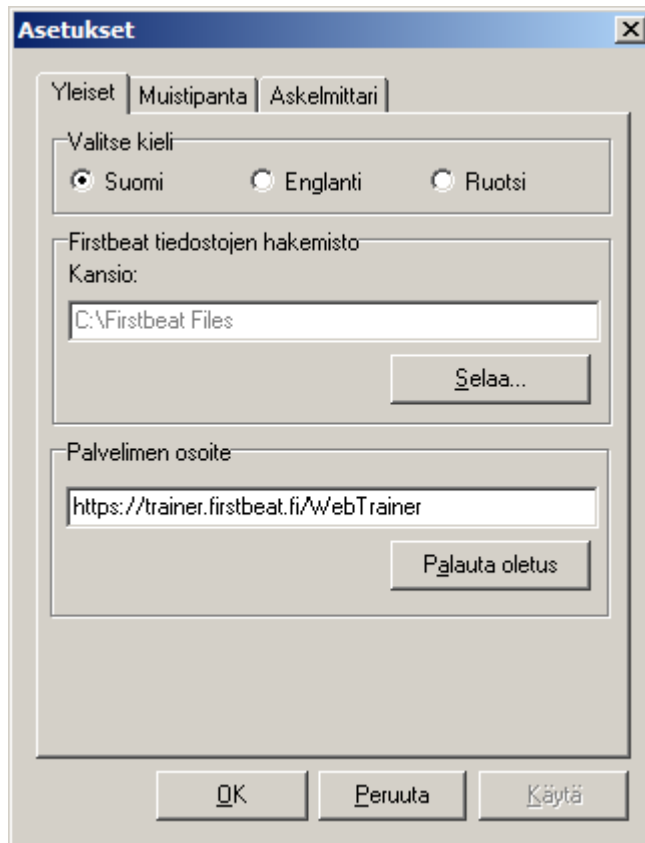
Dialogin taulukussa on seuraavat sarakkeet:

Sarake	Kuvaus
Lataa	Valintaruutu valitsee kyseisen päivän askeltiedot lähetettäväksi palvelimelle.
PVM	Päivämäärä.
Askeleet	Päivänä otettujen askeleiden lukumäärä
Aerobiset askeleet	Päivänä otettujen aerobisten askeleiden lukumäärä
Kalorit	Askeleiden kautta kulutetun energian määrä kilokaloreina.

Kun halutut päivät on valittu, OK painike käynnistää askeltietojen lähettämisen palvelimelle. Kun lähettäminen on valmis, näkyy siitä viesti ohjelman ikonin vieressä.

1.3.4 Asetukset dialogi

Asetukset dialogi sisältää ohjelman toimintoja koskevia asetuksia. Ensimmäinen välilehti nimeltään "Yleiset" koskee ohjelman yleisiä asetuksia. Se nähdään kuvassa Kuva 12.

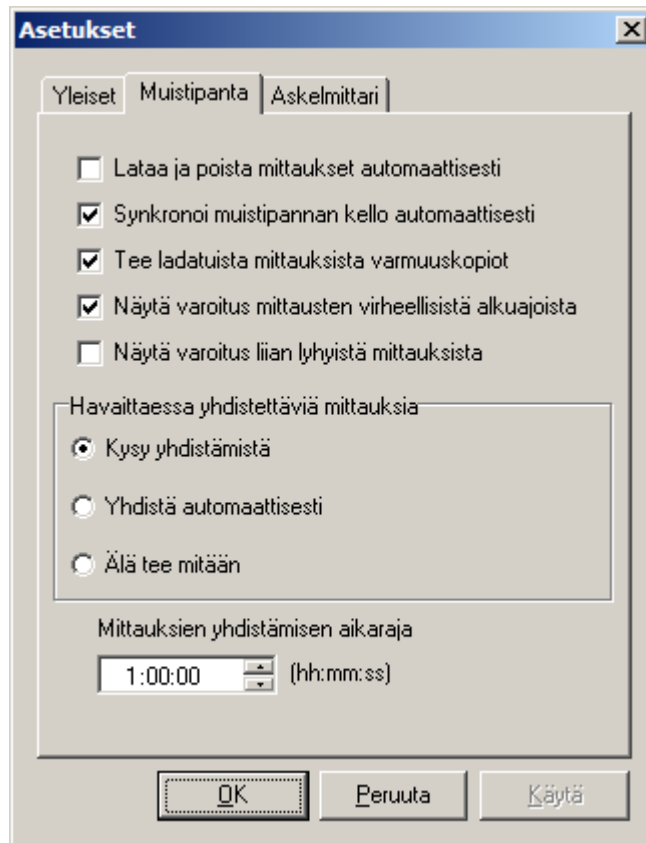


Kuva 12, asetusten yleiset valinnat.

Välilehti sisältää seuraavat valinnat:

Valinta	Kuvaus
Kieli	Vaihtaa ohjelman käyttöliittymän kieltä.
Firstbeat tiedostojen hakemisto	Vaihtaa paikkaa mihin lähetettyjen mittausten varmuuskopiot sijoitetaan.
Palvelimen osoite	Vaihtaa osoitetta mihin ohjelma ottaa yhteyttä.

Seuraava välilehti sisältää Suunto Muistipantaan liittyviä valintoja. Se nähdään kuvassa Kuva 13.



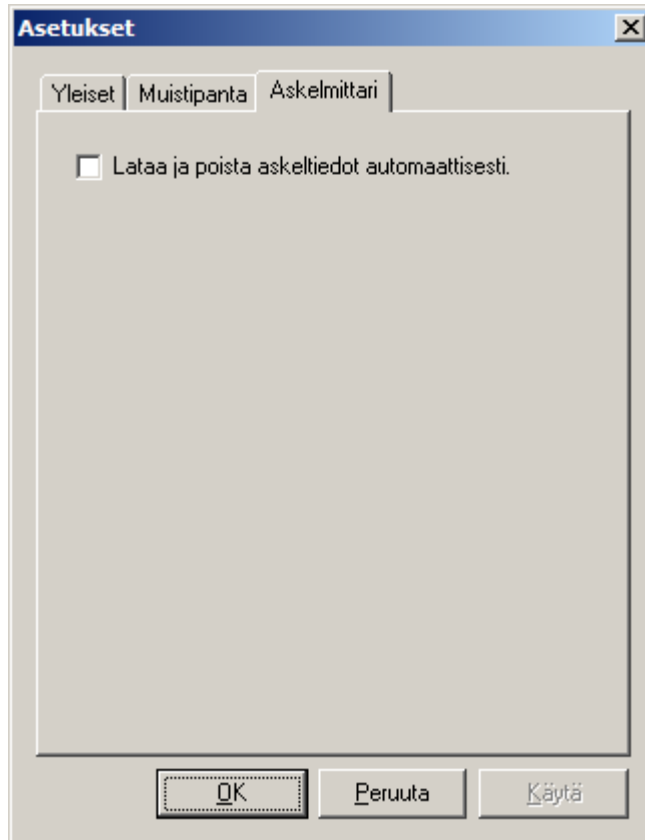
Kuva 13, Suunto Muistipantaan liittyvät asetukset.

Välilehti sisältää seuraavat valinnat:

Valinta	Kuvaus
Lataa ja poista mittaukset automaattisesti	Valitsee tehdäänkö mittausten lähetyksen ja poisto automaattisesti.
Synkronoi muistipannan kello automaattisesti	Valitsee asetetaanko muistipannan kello oikeaan aikaan ohjelman kommunikoidessa sen kanssa.
Tee ladatuista mittauksista varmuuskopiot.	Valitsee luodaanko lähetetyistä mittauksista varmuuskopiot SDF tiedostoina Firstbeat Files hakemiston alle.
Näytä varoitus mittausten virheellisistä alkuajoista	Valitsee näytetäänkö varoitus mittausten virheellisistä alkuajoista.
Näytä varoitus liian lyhyistä mittauksista	Valitsee näytetäänkö varoitus liian lyhyistä mittauksista, joita ei voida lähettää palvelimelle.
Mittausten yhdistäminen	Kontrolloi miten toimitaan havaittaessa fragmentoituneita mittauksia.

Mittausten aikaraja yhdistämisen	Mittaukset joiden alku- ja loppuajat ovat tämän aikarajan sisällä, tulkitaan yhdistettäväksi.
----------------------------------	---

Seuraava välilehti sisältää Omron askelmittariin liittyviä valintoja.



Kuva 14, Omron askelmittariin liittyvät valinnat.

Välilehti sisältää seuraavat valinnat:

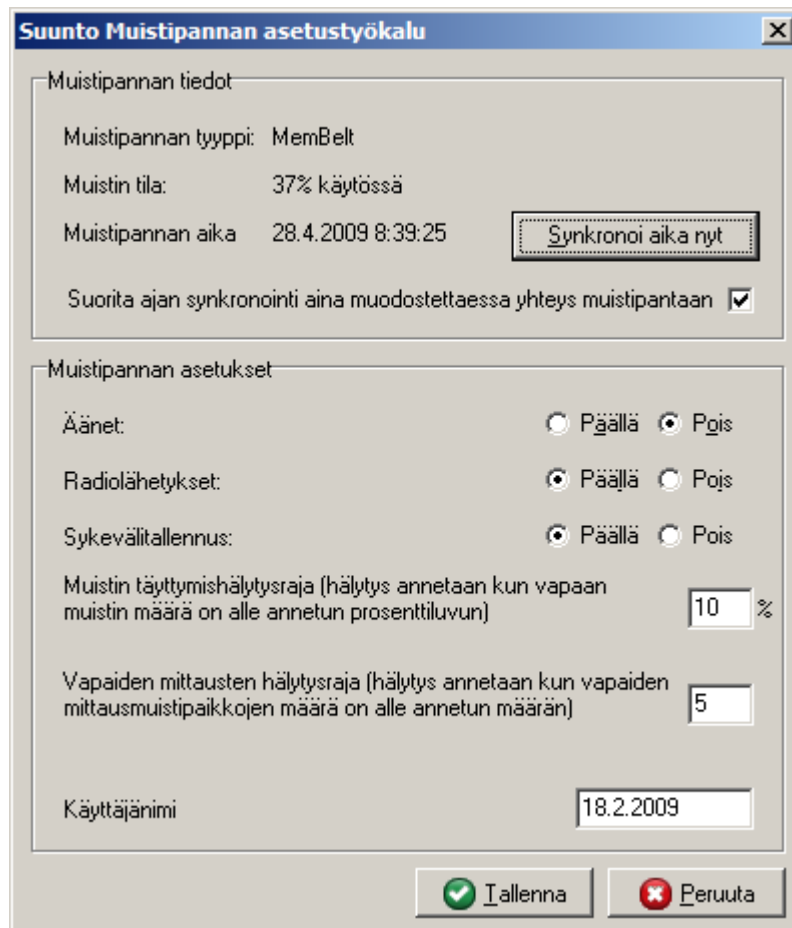
Valinta	Kuvaus
Lataa ja poista askeltiedot automaattisesti	Valitsee ladataanko ja poistetaanko askeltiedot automaattisesti askelmittarista ilman, että näytetään askeltietojen valintadialogia.

1.3.5 Suunto Muistipannan asetustyökalu

Suunto Muistipannan asetustyökalu mahdollistaa pannan asetusten määrittämisen. Seuraavia ominaisuuksia voidaan muokata:

- Vyön kellonajan synkronointi PC:n kellon kanssa
- Äänet päälle/pois
- Radiolähetys päälle/pois (radiolähetysten kytkeminen pois päältä säästää paristoja)

- Muistin täyttymishälytysraja (hälytys annetaan kun vapaan muistin määrä on alle annetun prosenttiluvun)
- Vapaiden mittausten hälytysraja (hälytys annetaan kun vapaiden mittausmuistipaikkonen määrä on alle annetun määrän)
- Vyön tunniste



Kuva 15, Suunto muistipannan asetustyökalu.

Synkronoi vyön sisäinen kello oikeaan aikaan painamalla painiketta "Synkronoi aika". Tallenna tekemäsi asetukset painamalla painiketta "Tallenna" tai peruuta painikkeella "Peruuta".