

Art. 01847

ISTRUZIONI / MANUALE

GymTop[®]
USB



6ª Edizione, Novembre 2006

Questo manuale d'istruzioni contiene informazioni protette da copyright, riservate alla società Haynl-Elektronik GmbH. Ogni interpretazione o utilizzo al di fuori dei limiti consentiti dal diritto d'autore è inammissibile, senza precedente autorizzazione scritta da parte della Haynl-Elektronik GmbH.

La società Haynl-Elektronik GmbH si riserva il diritto di fare in qualsiasi momento e senza preavviso, migliorie e cambiamenti. Tutti i dati contenuti in questo manuale sono stati regolarmente esaminati. Le correzioni verranno fatte nelle successive versioni.

Achtung!!!

Zuerst die GymTop Software installieren und den Anweisungen folgen. Auf keinen Fall den GymTop an den PC anschließen bevor Sie dazu aufgefordert werden!

Attention!!!

Install the GymTop software first and follow the instructions. Under no circumstances should you connect the GymTop to the PC before you are requested to do so!

Attention !!!

Installer tout d'abord le logiciel GymTop et suivre les instructions. Ne connecter en aucun cas le GymTop au PC avant d'en être sollicité!

Attenzione!!!

Installare per prima cosa il software di GymTop e seguire le istruzioni. Non collegare GymTop al PC prima della relativa richiesta!

SOMMARIO

Introduzione	5
Requisiti di sistema	6
Fornitura	6
Connessione del GymTop USB al PC	6
Installazione del programma	7
L'allenamento con il GymTop	7
L'unità di controllo	8
Gli esercizi	13
Valutazione degli esercizi	15
Lista dei risultati	
Dati tecnici	
Garanzia	

Introduzione

Il GymTop USB rende possibile sviluppare le capacità motorie non direzionali del paziente, il quale impara anche a seguire le impostazioni predefinite del movimento traslatorio e rotatorio.

E' possibile misurare la qualità e la quantità della risoluzione dell'esercizio di movimento scelto e rendere visibile la misurazione.

Il paziente non reagisce a cambi di posizione. Deve causarli **attivamente e pianificarli**.

Questa apparecchiatura terapeutica ha raggiunto una nuova qualità di terapia. Si rivolge ai propriocettori (analizzatori cinestetici per il controllo del movimento, importanti per l'alta velocità nel processare dati e nell'azione di guida) e agli analizzatori ottici, acustici e tattili.

E' quindi eccezionale per l'utilizzo nello sport/tempo libero e nella scuola di tutti i gradi. Il GymTop USB trova applicazione anche nei campi dell'ortopedia, della traumatologia, della neurologia, del psicosomatico e della fisioterapia.

Requisiti di sistema

- Processore: Pentium II 500 o più veloce
- RAM: 128 MB
- Hard disk: 100 MB disponibili + 1 MB per esercizio
- Sistema operativo: Windows 2000, Windows XP
- Direct X8 o più alto
- Lettore CD-ROM
- Una porta USB libera
- Un account di utente con diritti di accesso (utente principale o utilizzatore)

Fornitura

- GymTop USB Professional
- CD di installazione del GymTop USB
- Manuale d'istruzioni

Opzionali

- 4 porte USB (4/1)
- Una prolunga USB lungo 2,5 m
- Tappetino in gomma per una maggiore aderenza su superfici lisce 30x40cm
- Disinfettante


Connessione del GymTop USB al PC

Prima di connettere la spina USB del GymTop USB con la porta USB del computer, bisogna installare il driver (vedere *Installazione del programma*). Se il driver è stato installato, connettere la spina USB al computer. Dopo alcuni secondi l'attrezzatura è pronta per l'uso. Se tutte le porte USB del proprio computer sono occupate, usare la presa 4 Porte USB dai nostri accessori opzionali.

Attenzione: Collegare il GymTop al PC per eseguire il software!

Installazione del programma

Se siete sicuri che il computer soddisfi i requisiti minimi, seguite i seguenti passi per l'installazione del software.

1. Mettere il CD-ROM nel lettore CD.
2. Dopo aver inserito il CD, l'assistenza per l'installazione comincia automaticamente. Se la funzione di autostart del computer è stata disattivata, aprire il Windows Explorer es. attraverso la combinazioni di "tasto Windows +E" ( + E). Selezionare il comando CD-ROM e lanciare il programma SETUP.EXE
3. Scegliere la lingua con il rispettivo flag
4. Connettere il GymTop al PC. Se si utilizza WinXP comparirà una finestra di messaggio. Prima scegliere "No, non ora" e cliccare su *next*.
5. Se il programma era già stato installato, il setup rimuoverà la vecchia versione.
6. Selezionare la cartella di destinazione per l'installazione.
7. Dopo l'installazione dei file premere su *finish*.

L'allenamento con Gympop

Il GymTop USB sopporta un peso massimo di 120 kg. Girare il GymTop per un utilizzo su una superficie piana. Fare attenzione che la superficie non sia troppo liscia (sulle piastrelle c'è il pericolo di scivolare). Impostare il giroscopio in modo tale che si possiate appoggiarvi a un tavolo, al muro, o ad una porta. Fare attenzione che non ci siano oggetti nelle vicinanze da poter urtare. Praticare a piedi nudi o con antisdrucciolo, scarpe chiuse. Il GymTop può essere disinfettato senza problemi data il tipo di materiale.

Cominciare l'allenamento con dei semplici esercizi di coordinamento senza il GymTop. Mettersi in piedi e rimanere in posizione per un minuto. Chiudere gli occhi e rimanere così per un minuto. Se vengono completati questi due esercizi senza cadere, sollevare la gamba sinistra e rimanere in posizione per 20 secondi, cambiare poi la gamba e rimanere per altri 20 secondi. Se vengono completati tutti questi esercizi senza esitazioni, si può usare il GymTop, altrimenti riprovare questi esercizi. Il rischio di perdere l'equilibrio e di farsi male è ancora troppo alto.

Fare attenzione anche alle indicazioni di sovrasforzo muscolare. Cominciare l'allenamento lentamente (20 minuti al giorno). Si noterà che l'intera muscolatura delle gambe sarà sotto sforzo.

Posizionarsi con entrambe le gambe sul GymTop nella direzione indicata. Più vicine saranno le proprie gambe, più difficili saranno gli esercizi. Alcuni esercizi possono essere completati su una gamba. Posizionarsi perfettamente al centro del GymTop. Come riscaldamento si può anche fare dei piegamenti sulle ginocchia sopra il GymTop o muovere il giroscopio diverse volte dalla parte anteriore verso la parte posteriore, da sinistra a destra o girando.

Inoltre il GymTop è ideale per l'allenamento della muscolatura del tronco. Posizionare il giroscopio su una piano rigido (una panca, uno sgabello, ecc.) sul quale sedersi. Appoggiarsi sul giroscopio e provare prima a mantenere l'equilibrio. Poi cominciare con gli esercizi individuali.

L'unità di controllo

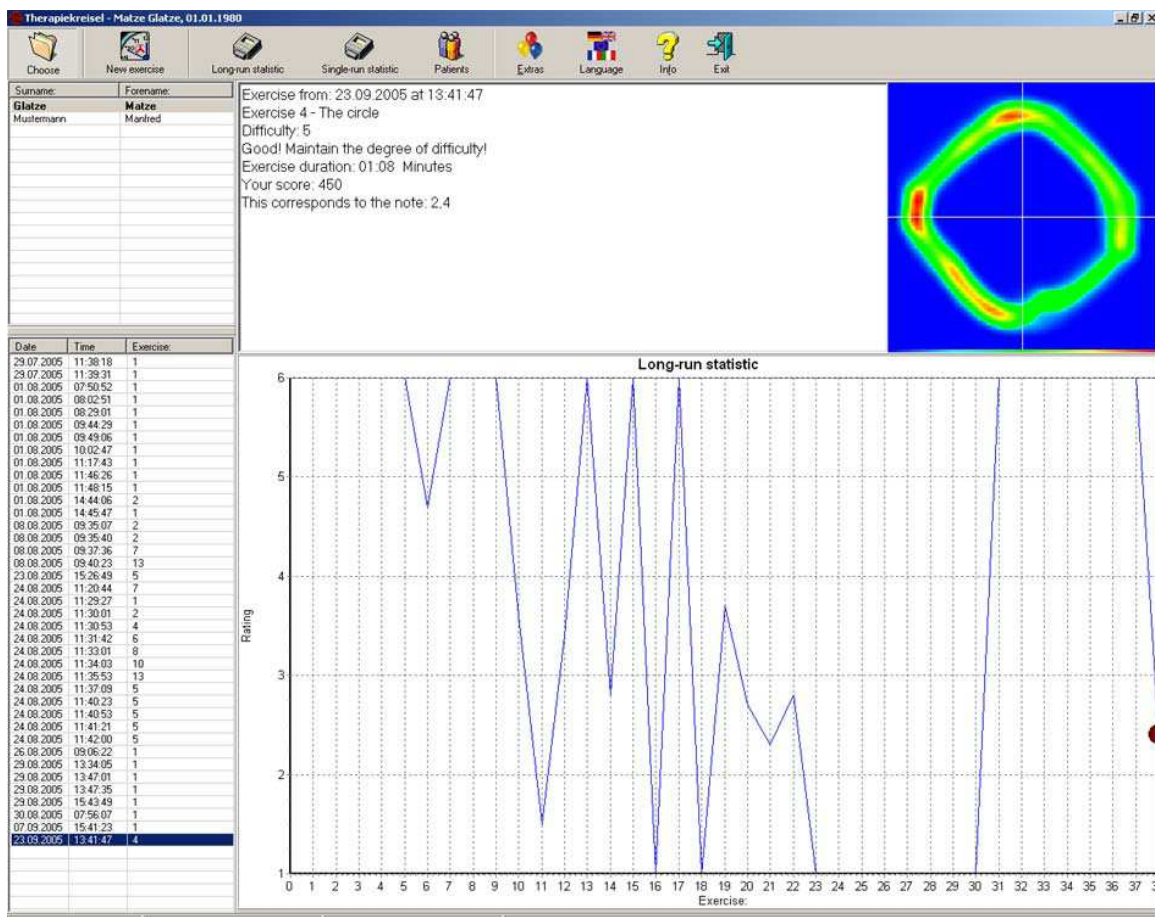
La finestra principale è il centro di controllo generale per la terapia.


Dopo l'installazione il simbolo qui a destra verrà visualizzato sul desktop.



GymTop USB
Professional

Cliccarci sopra due volte. La finestra principale si aprirà. E' diviso in barra di QuickLaunch, selezione dei pazienti, selezione degli esercizi, le statistiche dell'esercizio e le statistiche a lungo termine.



La barra di QuickLaunch offre tutte le funzioni più importanti. L'elemento *Scelta* abilita/disabilita la selezione del paziente e dell'esercizio. *Nuovo esercizio* mostra la finestra *Selezioni dell'esercizio*. La *Long-run statistic* mostra tutti i dati dell'esercizio attuale. *Patients* offre l'intera amministrazione dei pazienti. *Extras* contiene due giochi. *Exit* chiude la finestra principale. *Lingue* mostra tutte le differenti lingue. 



Il *Training* offre in tutto 13 differenti esercizi. Visto che l'allenamento è strutturato metodicamente, bisogna cominciare con l'esercizio 1, e proseguire fino all'esercizio 12. Nella progressione dell'allenamento vengono esercitate le proprie abilità di coordinazione e perfezionate fino alla idoneità fisiologica.

Esercizio 13 – la modalità diagnosi non usa la palla in contrasto con gli esercizi 1-12, ma indica direttamente la deviazione del GymTop.

La difficoltà è regolabile da 1 (facile) a 10 (difficile) e determina l'accelerazione e la velocità della palla. Si suggerisce di cominciare l'allenamento dal livello 5.

La *Durata dell'esercizio* specifica quanto tempo dura un esercizio. Se si vuole terminare l'esercizio, premere il tasto *q* o *Esc*.

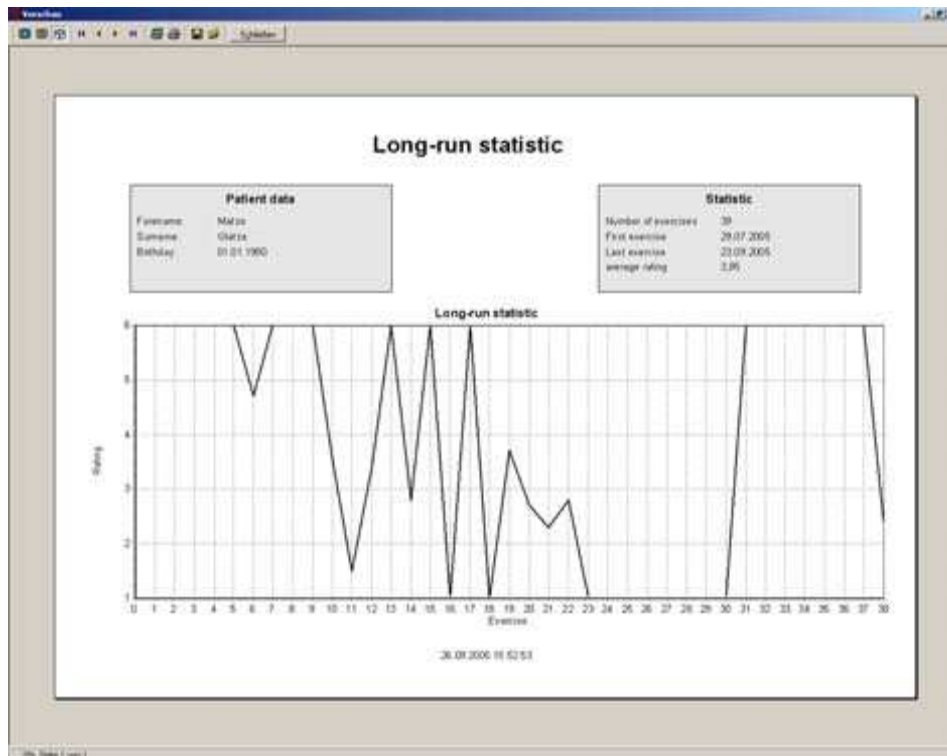
Se si imposta il segno di spunta su statistiche, a ogni esercizio segue una breve valutazione dello stesso. Se il segno di spunta non è impostato, apparirà una lista dei risultati dopo la fine di ogni esercizio.

Il tasto *Comincia l'esercizio!* inizia l'esercizio indicato con la rispettiva difficoltà e durata.

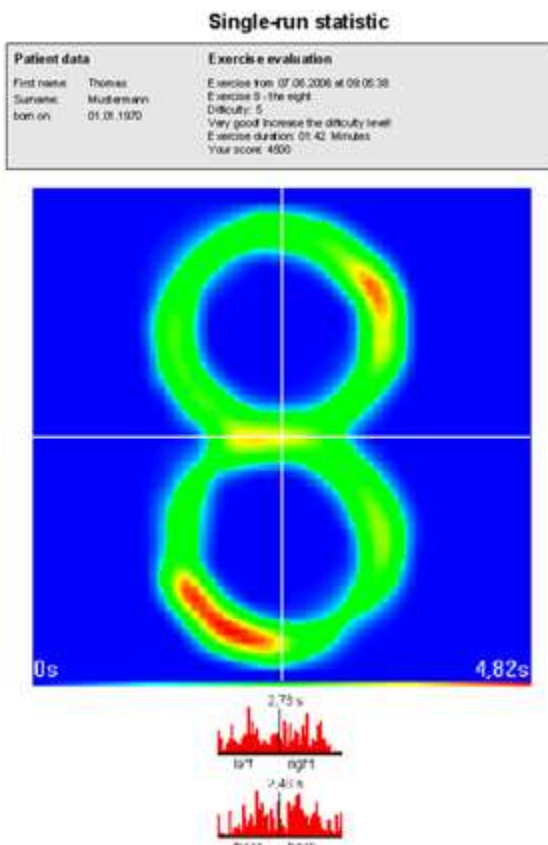


La sezione *Extras* rende disponibili 2 giochi. A differenza dell'allenamento con la palla, il calabrone o il mirino devono essere guidati direttamente. La *Difficoltà* ha effetti sulla velocità dei palloni e degli uccelli, così come sulla durata dell'obiettivo (il tempo per posizionarsi con il calabrone o il mirino sopra al bersaglio).

La *Long-run statistic* raggruppa tutte le valutazioni del paziente in un diagramma.



Inoltre contiene il nome, il cognome e la data di nascita del paziente così come una breve statistica sul numero di esercizi, la data del primo e dell'ultimo esercizio e la valutazione media.



La *Single-run statistic* contiene i dati del paziente (nome, cognome, data di nascita) e i parametri statistici dell'esercizio attualmente selezionato (data e tempo, tipo di esercizio, stima, durata, risultati, note). Il grafico rappresenta la distribuzione temporale e spaziale della palla durante l'esercizio. Il rosso segna le zone in cui la palla è rimasta più a lungo, il blu invece le zone in cui la palla è rimasta di meno.

Se si clicca sul simbolo *Pazienti* si aprirà la seguente finestra.

Primo paziente

Paziente precedente

Paziente successivo

Ultimo paziente

Obbligatorio

Obbligatorio

Obbligatorio

Formato:
GG.MM.AAAA

New patient

Delete patient

Delete exercise

Search

Print

Crea un nuovo paziente

Cancella tutti i dati del paziente selezionato

Cancella tutti gli esercizi del paziente selezionato

Funzione di ricerca veloce per nome

Stampa tutti i dati del paziente

Bisogna compilare per ogni paziente nome, cognome e data di nascita. Ulteriori informazioni sono disponibili nella seconda pagina.

Neuer Patient

Patient löschen

Übungen löschen

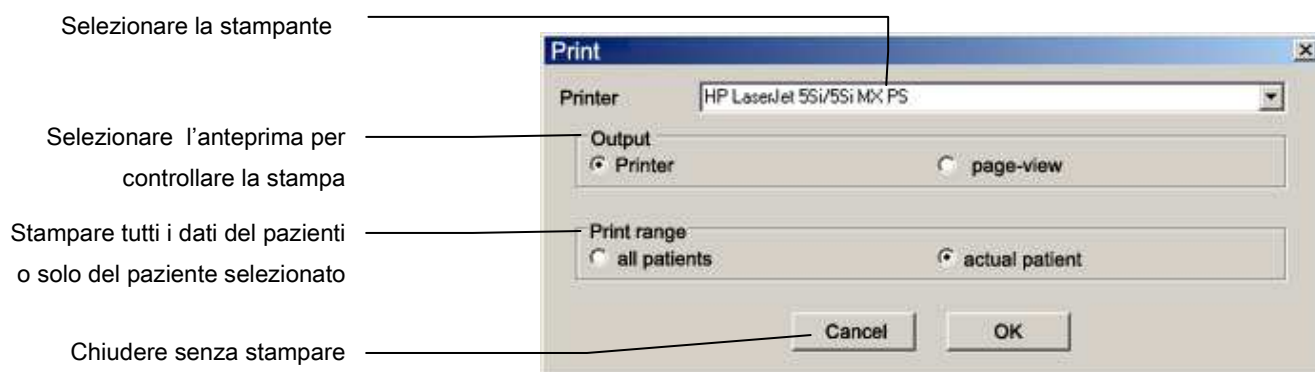
Suchen

Drucken

Abbrechen

OK

Cliccando sul simbolo *Stampa* si aprirà la seguente finestra:



Dopo la *gamma di stampa* si può selezionare se i dati di tutti i pazienti o solo i dati del paziente selezionato vengono stampati.

Surname:	Forename:	
Mustermann	Manfred	
Smith	Tom	
Date	Time	Esercizio:
29.07.2005	11:38:18	1
29.07.2005	11:39:31	1
01.08.2005	07:50:52	1
01.08.2005	08:02:51	1
01.08.2005	08:29:01	1
01.08.2005	09:44:29	1
01.08.2005	09:49:06	1
01.08.2005	10:02:47	1
01.08.2005	11:17:43	1
01.08.2005	11:46:26	1
01.08.2005	11:48:15	1
01.08.2005	14:44:06	2
01.08.2005	14:45:47	1
08.08.2005	09:35:07	2
08.08.2005	09:35:40	2
08.08.2005	09:37:36	7
08.08.2005	09:40:23	13
23.08.2005	15:26:49	5
24.08.2005	11:20:44	7
24.08.2005	11:29:27	1
24.08.2005	11:30:01	2
24.08.2005	11:30:53	4
24.08.2005	11:31:42	6
24.08.2005	11:33:01	8

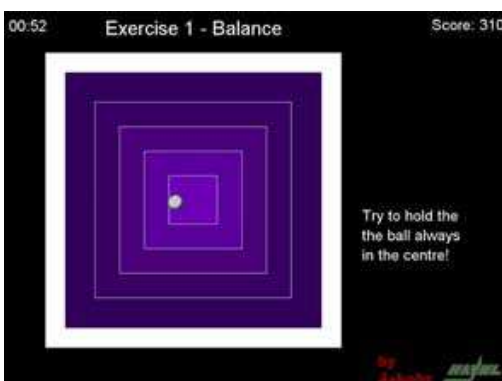
Il tasto *Scegli* passa da dentro a fuori la *Selezione del paziente* e se necessario dall'esercizio relativo. In questo modo si può visualizzare la valutazione degli esercizi sul monitor intero. Si può selezionare i pazienti o gli esercizi con un semplice click del mouse. Nella valutazione, l'esercizio appropriato viene poi segnato con un punto rosso. Il diagramma mostra gli esercizi cronologicamente (sulla sinistra il primo, sulla destra l'ultimo esercizio). Per ogni esercizio la valutazione viene sommata. Durante l'esercizio vengono aggiunte più valutazioni, così che è possibile individuare una tendenza. La valutazione è fatta con il sistema dei voti scolastici (da 1 al 6). In aggiunta si può cancellare l'esercizio selezionato premendo il tasti

cancella.

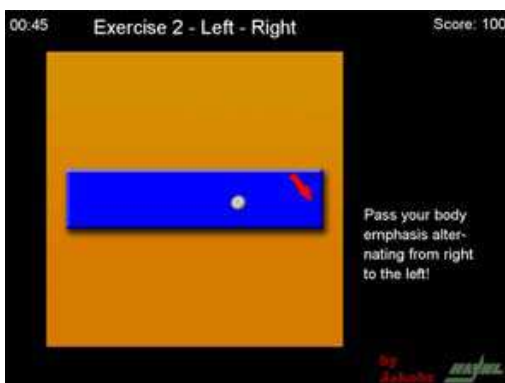
Le statistiche degli esercizi contengono da un lato tutti i parametri statistici importanti, come il tipo di esercizio, la durata dell'esercizio, la valutazione, ecc., dall'altro lato una visione in miniatura della distribuzione temporale e spaziale della palla durante l'esercizio. La statistica dell'esercizio 13 contiene la durata della sosta nelle rispettive zone (0 – centro, 4 all'esterno).

Gli esercizi

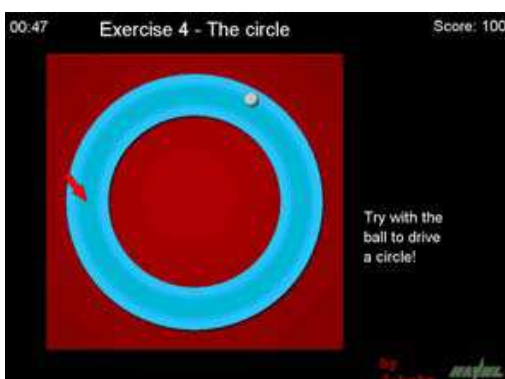
Qualsiasi esercizio venga selezionato, bisogna raggiungere l'obiettivo. La freccia rosso segnala dove deve essere diretta la palla. In alto a sinistra si può visualizzare il tempo rimanente dell'esercizio, accanto la descrizione dell'esercizio selezionato e in alto a destra il punteggio attuale. Per ottenere una buona valutazione, bisogna cercare di spingere il meno possibile la palla sui bordi, visto che la palla, in quella zona, viene frenata. L'allenamento termina quando finisce la durata dell'esercizio, o premendo *Esc* o il tasto *q*. La musica può essere accesa o spenta con il tasto *m*.



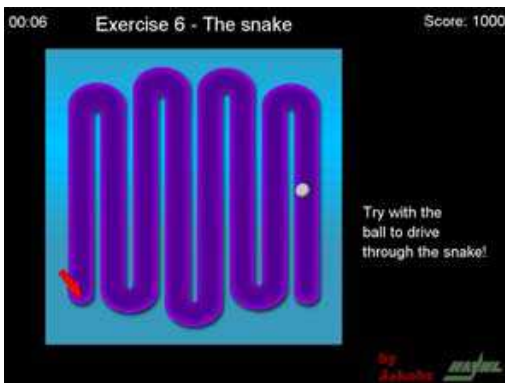
Siccome gli esercizi sono strutturati in maniera metodica progressiva, bisogna cominciare con l'Esercizio 1 – Equilibrio. Provare a ruotare la palla il più velocemente possibile verso il centro del display. In base alla zona in cui la palla si trova il punteggio viene aumentato o ridotto.



L'Esercizio 2 e l'Esercizio 3 allenano l'inclinazione destra-sinistra e/o avanti-indietro. Ruotare la palla verso la freccia. Quando viene raggiunta, la freccia si sposta sull'altro lato. Si può usare la quantità di moto della palla, quando la palla rimbalza sul muro. Questo richiede una buona sincronizzazione e consente di guadagnare molti punti.

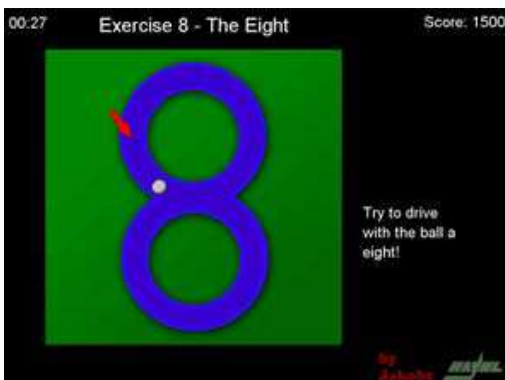


L'Esercizio 4 e 5 allenano i movimenti circolari. Per ottenere una buona valutazione, bisogna cercare di spingere il meno possibile la palla sui lati. In aggiunta si deve far rotolare la palla o lentamente o in maniera molto mirata. L'Esercizio 5 allena di più l'inclinazione destra-sinistra rispetto all'Esercizio 4.

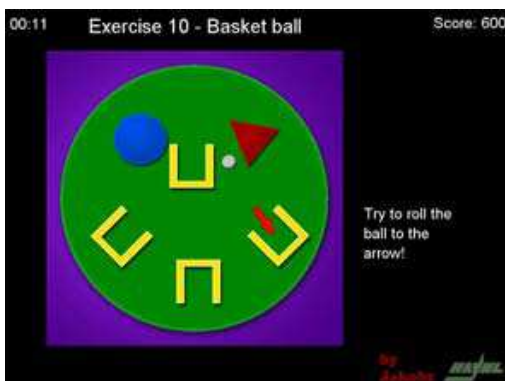


Al fine di completare il serpente in modo ottimale, si dovrebbe cercare sia di frenare prima di una curva sia di lasciar andare la palla al momento giusto.

L'Esercizio 7 – L'elica necessita un lavoro preciso, visto che il percorso è molto stretto. Quanto più si arriva al centro, tanto più velocemente è necessario modificare la direzione.

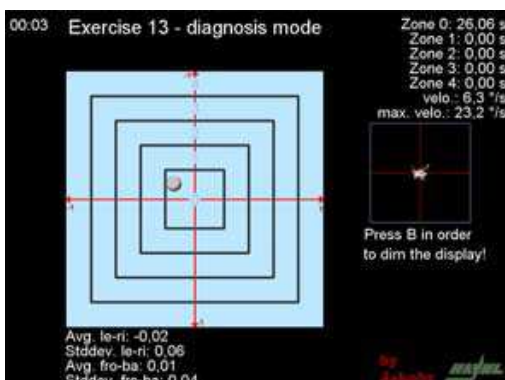


L'Esercizio 8 e l'Esercizio 9 contengono curve abbastanza limitate e un cambio di direzione. Seguire le frecce ed evitare il contatto con i bordi. Gli otto esercizi allenano in primo luogo l'inclinazione della parte anteriore e posteriore, l'esercizio 9 l'inclinazione verso i lati.



L'obiettivo della palla a canestro è quello di far rotolare la palla più volte possibile nelle scatole indicate con la freccia rossa. La scelta della modalità è libera.

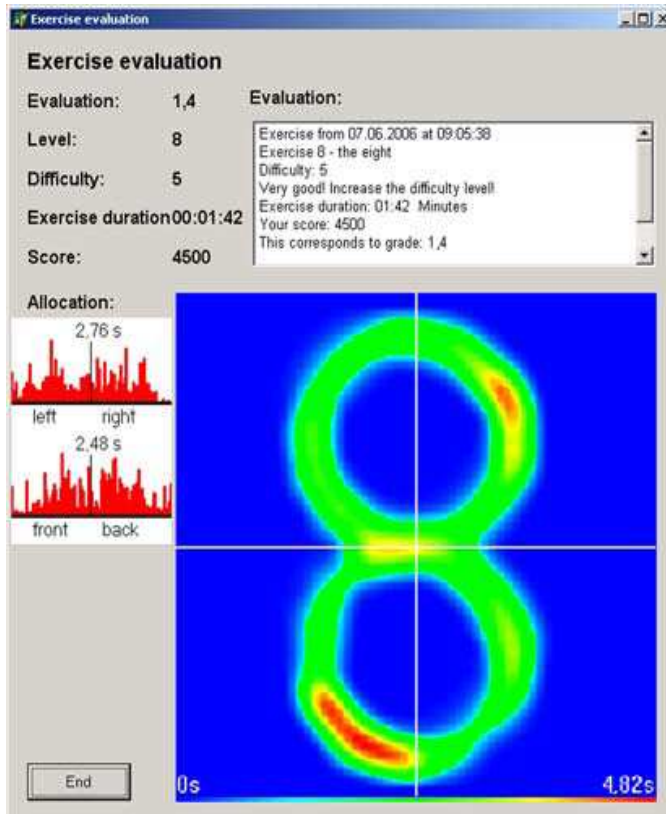
I due labirinti degli esercizi 11 e 12 richiedono una buona coordinazione.



L'Esercizio 13 si differenzia sostanzialmente dagli altri esercizi. Il cerchio indica direttamente la pendenza attuale del GymTop USB. Il grafico della distribuzione indica direttamente l'area di maggiore enfasi dell'esercizio. È possibile nascondere il display, premendo il tasto *b*.

Valutazione degli esercizi

Dopo l'allenamento viene visualizzato una breve valutazione degli esercizi. La valutazione viene fornita con il sistema dei voti scolastici. Non lasciate che un 6 vi scoraggi. Riducete il grado di difficoltà o scegliete un altro esercizio. L'obiettivo dell'allenamento non è quello di raggiungere in ogni esercizio il voto 1.0 con difficoltà 10!



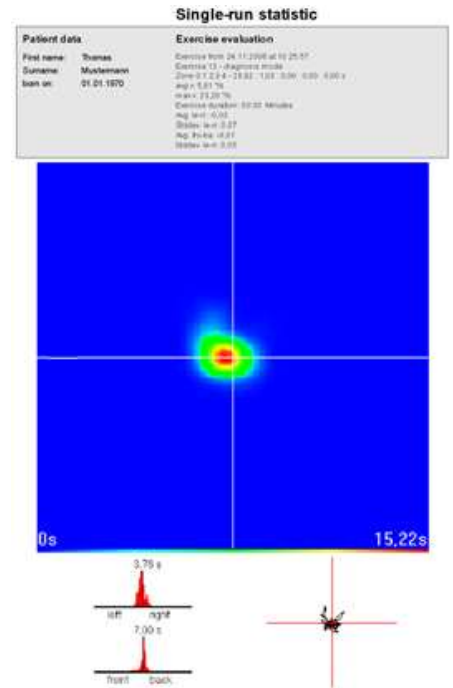
Il livello e la difficoltà, corrispondono all'assetto dell'esercizio. La durata degli esercizi indica il tempo di allenamento (HH:MM:SS). Il risultato è specifico dell'esercizio, ovvero dipende dall'esercizio stesso e dalla difficoltà. La valutazione ricapitola ancora una volta tutte le informazioni utili in forma di testo. La distribuzione indica quanto tempo la palla è rimasta in una certa zona. In rosso vengono rappresentate le zone in cui la palla è rimasta più a lungo. In blu le superfici dove la palla è rimasta per minor tempo. Il risultato ideale dovrebbe avere l'intero percorso al centro in colore

rosso e verso l'esterno blu. Più ristretto è il percorso (o con l'esercizio 1 il punto), migliore è l'abilità di coordinamento.

Il diagramma destra/sinistra e avanti/indietro mostra la deviazione del GymTop durante l'esercizio. Il GymTop utilizza una campionatura di frequenza di 10 Hz. Differenziano tra 150 posizioni e sono sempre graduate per il tempo massimo di stazionamento.

Inoltre la modalità di diagnosi mostra il movimento tramite uno speciale diagramma in linea.

Sono sempre incluse la zona di deviazione, la velocità media (avg. V) e massima (max. v), la deviazione standard (std. dev) e la media. Le velocità sono indicate in gradi per secondo.



Lista dei risultati

Place	Name	Score
1	Tom	300
2	free	
3	free	
4	free	
5	free	
6	free	
7	free	
8	free	
9	free	
10	free	

OK Delete list

La lista dei risultati mostra i 10 punteggi più alti. Per ogni esercizio esiste una lista di risultati. Per cancellare la lista dei risultati, premere il tasto *Cancellare la lista*.



Confermare con OK per cancellare la lista. Solo la lista dei risultati del tipo di esercizio selezionato viene cancellato.

Dati tecnici

Prese: Spina USB di tipo A

Alimentazione: Spina USB del PC 90mA e 5V

Opzioni di sicurezza: Protezione classe II; IP 20

Compatibilità EMV

Emissioni : EN 55011 classe A; EN 55014 per il rumore del click

Immunità: ESD (IEC61000-4-2); 2+4+6kV Contakt, 2+4+8kV Air

Campo di radiazione (IEC 61000-4-3); 3V/m, 80.2500 MHz, AM: 80%, 1kHz o 2Hz, Modulazione di frequenza; 10V/m da 80-2500MHz

BURST (IEC 61000-4-4-2) 2 kV

SURGE (IEC 61000-4-5)

0.5kV, 1kV modalità differenziale

0.5kV, 1kV, 2Kv modalità comune

Immunità del condotto RF (IEC 61000-4-6)

3V, 80% AM, 0.15-80 MHz, 1kHz o 2Hz Modulazione di frequenza;

startfreq diversi per sistemi alimentati a batteria

Campi magnetici (IEC 61000-4-8) 50Hz, 10A/m

Variazioni AC (IEC 61000-4-11)

Test di livello di tensione 0%, 40 e 70%

Durata (Periodi) 0.5 , 5 , 25; Interruzione di tensione 5 sec

Condizioni ambientali

Per il trasporto e lo stoccaggio dell'attrezzo è richiesta una temperatura tra -10°C e +50°C.

Condizioni di utilizzo

Mantenere i seguenti valori:

temperatura: +10°C ÷ +40°C

umidità relativa: 30-75%

pressione atmosferica: 700-1060 hPa

Dimensioni e peso

LxLxA: 400x400x80 mm

Peso: 1370 g

Conservazione dei dati degli esercizi

I dati degli esercizi posso essere conservati in un database sul PC. Vengono documentati data, tempo, tipo di esercizio e riassunto statistico di ogni esercizio. In questo modo è possibile controllare la formazione di default e di controllare il progresso dell'allenamento.

Protezione ambientale

L'attrezzatura contiene parti riutilizzabili. Per cortesia riciclare!

Classificazione secondo la legge dei prodotti medicali

Prodotto medicale classe I



Garanzia

Per l'attrezzatura terapeutica il produttore ha una garanzia di 6 mesi.

La richiesta di garanzia non si applica ai danni causati trascurando le istruzioni operative presenti. Non viene riconosciuta garanzia per gli accessori.

In caso di problemi con l'attrezzatura, contattare il l'assistenza CHINESPORT telefonicamente al numero 0432.621699 oppure via mail a assistenza@chinesport.it .

Produttore del GymTop USB:

Haynl-Elektronik GmbH

Magdeburger Str. 117a

D-39218 Schönebeck

Germania

Produttore della tavola oscillante Therapy top:

Jakobs GmbH

52388 Noervenich

Germany

RIVENDITORE AUTORIZZATO:



CHINESPORT spa

Via Croazia, 2 – 33100 Udine – Italy

Tel. +39 0432 621 621 – Fax +39 0432 621 620

chinesport@chinesport.it

www.chinesport.it