

# Monitoring a diagnostika kvantity a kvality pohybové aktivity

Oleksandr Denysiuk

465276

GPS sledovací jednotka je zařízení, obvykle provádí prostřednictvím jedoucího vozidla nebo osoba, která používá Global Positioning System určit a sledovat jeho přesné umístění, a tudíž, že jeho nosiče, v pravidelných intervalech. Zaznamenaná data polohu je možné uložit do měřicí jednotky, nebo může být přenášeny do centrální databáze data o poloze, nebo Internet -souvislý počítač, pomocí celulární ( GPRS nebo SMS), rádio nebo satelitní modem vložené v jednotce. To umožňuje umístění aktiva se bude zobrazovat na mapovém pozadí a to buď v reálném čase nebo při analýze trať později, pomocí GPS sledovací software . Sledování dat software je k dispozici pro chytré telefony s GPS schopností.

# GPS tracking VX 90

- ▶ Představují inovativní a lehký VX90.
- ▶ VX90 kombinuje klíčové technologie v Monitorovací systémy VX Sport je individuální sportovec. Dává vám výkonné školení a údaje o výkonu herní čas na dosah ruky.
- ▶ Jednoduchý na používání a snadno pochopitelné. Ideální províkendové bojovník , uni a stipendium PE programy a elitní týmy , které nevyžadují plný biometrické zpětné vazby (VX90 nezahrnuje akcelerometrů / magnetometr).



- ▶ **Speed** - maximální a průměrná rychlost sportovce včetně mapování rychlostí v až pěti uživatelem definovaných zón
- ▶ **Distance** - záznamy celková vzdálenost ujetá v relacích včetně rychlosti vs analýze na délku a mapování umístění trati ve vzdálenosti až pěti uživatelem definovaných zón
- ▶ **Sprint Tables** - detailní hlášení všech sprintech například počet sprintů a maximální zrychlení sprintů v rámci zasedání
- ▶ **Heart Rate** - údaje tepové frekvence včetně maximální a průměrná tepová sazba spolu s mapováním osobních nákladů v rámci až pěti uživatelem definovaných zón
- ▶ **Energy Consumption** - údaje o spotřebě energie poskytnuté ve zprávách a souhrny na obrazovce, včetně spálených kalorií
- ▶ **Work Recovery Ratio** - údaje poměr mezi prací a obnovy stanovený v souhrnu po stažení
- ▶ **Tailored to you** - vytvořte si svůj vlastní profil sportovce
- ▶ **Analysys** - porovnat své hry a tréninky na VX View Software

# GPSports Evo

## ► ŘEŠENÍ ŘÍZENÍ ZÁTĚŽE

GPSports Evo je plug-and-play monitorovací řešení sportovec pro trenéra, který chce přesné a spolehlivé údaje o výkonu, aniž by se museli obtěžovat s vyšetřovací analýzy post-relace.

Snadno ovladatelný a vědecky ověřené technologie umožňuje rychlé podávání zpráv o objemu sportovec a intenzitě s využitím obrázky grafů a tabulek porovnat sportovců přes mikro a makro cyklů.

GPSports Evo je nejmenší GPS sledovací zařízení v kolektivní sport, což znamená rychlejší buy-in interně z hráčů a trenérů a méně rušivého řešení na poli. Díky rozsáhlé testování v nejvíce fyzicky náročných sportů na světě, GPSports Evo je navržena tak, aby se bít.



## ▶ MALE A PEVNE

GPSports Evo je nejmenší GPS sledovací zařízení v kolektivní sport, což znamená rychlejší buy-in interně a méně dotěrný řešení na poli.

## ▶ RYCHLOST K PRONIKNUTÍ DO PODSTATY

S nejrychlejší rychlost stahování z přístroje do softwaru, budete trávit více času analyzovat vaše informace a méně času čekáním na vaše data synchronizovat.

## ▶ COACH PŘÁTELSKÝ

GPSports je určen pro trenéra, který chce přijímat informovaná rozhodnutí, ale nemá čas na hlubokém ponoru do komplexních dat.

# Garmin Vivoactive HR

Garmin Vivoactive HR je druhý stábní společnost u jeho velký všestranný člověk - její všechno sledovat. Přes obrovské množství garmin specializovaných sportovních wearables je Vivoactive HR je jediný hodinky navržen tak, aby dělat všechno, a přinést všechny ty různorodé druhy společně v jednom fitness hodinek.

Běh, cyklistika, golf, plavání, fitness sledování, SmartWatch upozornění a tepovou frekvenci: všichni jsou tady. Nemluvě o tom, běžky, indoor cycling, běh, krytý veslování a další.



# Garmin Vivoactive HR: Sportovní tracking

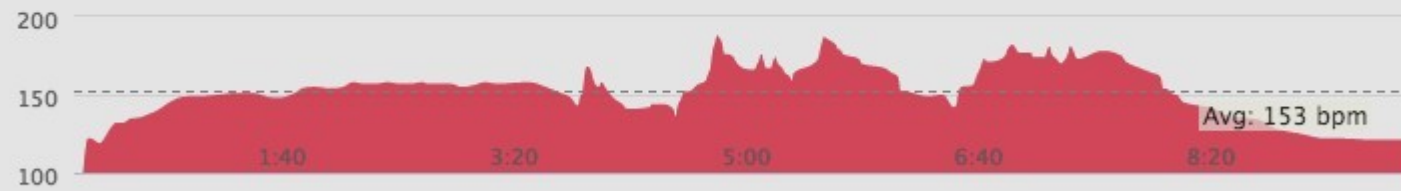
- ▶ Dostaneme se přes testování jako mnoho různých způsobů jak je to možné v řádném termínu, ale pro účely tohoto přezkumu, budeme držet běhání, plavání a golf. Většina ostatních režimů má tyto funkce, a tyto režimy jsou nejdůležitější z hlediska srovnávání a testování přesnosti.
- ▶ Při spuštění, sledování je poměrně standardní záležitost: dostanete rychlost, kadenci, tepovou frekvenci a zjevné data tempo / vzdálenost. To nedosahuje vyhrazené Forerunner zanedbáním přidávat pokročilejší detaily, jako VO2 max nebo detaily obnovy, ale pro většinu běžců, je to slušné sadu metrik.
- ▶ Samozřejmě, že velký přídavek je zde srdeční frekvence, bylo dosaženo díky Elevate (Garmin vlastní tech) snímačem pod dozorem. Je to standardní optický senzor, který hledá krve pulzující pod kůží, a stejně jako desítky zařízení tam, že slibují stejné, to dělá docela slušnou práci.
- ▶ Venku na delší spustí jej udržovaly v 2bpm z hrudní pás, což je naprosto přijatelné ukazatelem toho, jak tvrdě jsme pracovali. Skrz stabilním běhu, který dělal zahrnovat značné množství kopce práce, Garmin laserem vytvořené na hrudní popruh s působivou přesností. Používáme Strava sledovat naše běhy, které Garmin synchronizuje s, a údaje srdeční frekvence odemkne všechny druhy nových funkcí, které prostě dělá celý zážitek podrobnější. Stručně řečeno, tepová frekvence je skvělý.
- ▶ Ale jak jsme se ukázalo, optický je dlouhá cesta od bytí EKG na zápěstí. Tech je náchylný k naprosto poškodí při vysoké intenzitě a Vivoactive HR se v ničem neliší. Stačí porovnat dva grafy níže krátkého intervalu relace oproti hrudní pás, které ukazují hladké křivky popruhu versus vyšilovat optický.



● Heart Rate



● Heart Rate



- ▶ I když to bylo bezchybné během ustáleného cvičení, protože jsme přidali výbuchy aktivity na náš trénink a naše srdeční frekvence vyšplhaly na 190 Vivoactive zastavil na zhruba 165. Zdálo se, že tam paralyzované a když jsme se vrátili k odpočinku a zjištěná hrudní popruh srdeční frekvence klesá zpět na 150, Vivoactive stále zaostávají.
- ▶ Stručně řečeno: je to skvělé pro všeobecné chodu, ale pokud chcete začít sledovat intervaly, budete muset investovat do hrudního pásu pro spárování s Vivoactive.
- ▶ Garmin hodinky byly vyčištěny v našich bazénech testech příliš, a Vivoactive HR obsahuje všechny stejné režimy, které zajistil původní Vivoactive jedničky našem bazénu recenzi pouhými dvěma měsíci. Bude sledovat délku, vzdálenost, rychlost, mrtvice počet / frekvence, kalorie - a to je jeden z nejspolehlivějších přístrojů venku.
- ▶ Pro cyklisty, dostanete standardní GPS data o rychlosti a vzdálenosti, ale Vivoactive bude párovat s rozsahem Garmin snímačů na kole, takže vážné cyklisté jsou zajišťovány.

Děkuji za pozornost