



ENCODER / APP

MANUAL DE USUARIO / USER MANUAL



Español

English

SMART COACH



CONTENIDO

ES

INTRODUCCIÓN Y PRESENTACIÓN

Introducción	3
Indicaciones importantes	3

INSTRUCCIONES DE MONTAJE

Instrucciones	5
Descripción del aparato	6

INSTALACIÓN Y MEDICIÓN CON RSP APP

Instalación y arranque de la APP	7
Acceso y modos.....	8
Planificación de una sesión.....	9
Ejecución de una sesión	10
Revisión de las sesiones realizadas	12
Mi perfil	13

ESPECIFICACIONES Y SOLUCIÓN DE PROBLEMAS

Especificaciones	13
Solución de problemas	14

EN

INTRODUCTION

Introduction	18
Important information	18

ASSEMBLY INSTRUCTIONS

Instructions	20
Description of the equipment	22

INSTALLATION AND MEASUREMENT WITH RSP APP

Instalación y arranque de la APP	22
Acceso y modos.....	23
Planificación de una sesión.....	24
Ejecución de una sesión	25
Revisión de las sesiones realizadas	27
Mi perfil	28

SPECIFICATIONS

Specifications	28
Troubleshooting	29

1. INTRODUCCIÓN

RSP Encoder + APP multiplataforma

RSP es un fabricante de máquinas isoinerciales, tecnología aplicada al deporte de alto rendimiento que aumenta las demandas en la acción excéntrica posterior a una acción concéntrica debido a las cargas inerciales. RSP-e (Encoder rotativo) y RSP APP son la extensión digital de nuestras máquinas inerciales.

RSP APP mide el rendimiento del entrenamiento en tiempo real a través de una conexión de datos en streaming por Bluetooth.

El rendimiento se mide en vatios de potencia así como en ciclos de trabajo. A través de estos dos indicadores la APP ofrece a los usuarios información sobre el uso que están haciendo de la máquina y su rendimiento. Los usuarios pueden guardar los históricos de sus entrenamientos, consultarlos. La APP incluye presets para cada una de las 3 máquinas que incluyen el terminal hardware de conexión.

2. INDICACIONES IMPORTANTES

⚠ Explicación de los símbolos

En las presentes instrucciones de uso, en el embalaje y en la placa de características del aparato y de los accesorios se utilizan los siguientes símbolos:

Icono	Descripción
	¡Atención!
	Indicación de información importante
	Tenga en cuenta las instrucciones de uso
	Corriente continua
	Eliminación de residuos según la Directiva europea sobre residuos de aparatos eléctricos y electrónicos (RAEE)
	Fabricante
	El mercado CE certifica que este aparato cumple con los requisitos establecidos en las directivas de productos electrónicos de consumo.
	Número de serie

Indicaciones de conservación y cuidado

- El aparato de medición está compuesto por elementos electrónicos y de precisión. Tanto la exactitud de los valores de medición como la vida útil del aparato dependen de la correcta utilización del mismo:
 - Proteja el aparato de impactos, humedad, suciedad, grandes oscilaciones térmicas y exposición directa a la luz solar.
 - Evite que el aparato se caiga.
 - No utilice el aparato en las inmediaciones de campos eletromagnéticos de gran intensidad y manténgalo alejado de instalaciones de radio y de teléfonos móviles.
- No encienda el encoder si no va a utilizarlo.
- Espere a que las baterías estén totalmente descargadas para volver a cargarlas.

Indicaciones acerca de reparaciones y eliminación de residuos

- No abra el aparato. El incumplimiento de esta norma anula la garantía.
- No repare ni ajuste el aparato usted mismo. Si lo hace, no se garantiza un funcionamiento correcto.
- Las reparaciones solo deben dejarse en manos del servicio al cliente o de distribuidores autorizados. Antes de realizar cualquier reclamación, lea las preguntas frecuentes y soluciones habituales al final de este manual.
- Deseche el aparato según la Directiva europea sobre residuos de aparatos eléctricos y electrónicos (RAEE).

Para más información, póngase en contacto con la autoridad municipal competente en materia de eliminación de residuos.

Indicaciones para la aplicación

- Para garantizar que los valores sean comparables, haga los ejercicios siempre a la misma hora del día.
- Repose unos 5 minutos antes de cada medición
- Repita la medición en caso de desconfiar de los valores medidos.
- Las mediciones realizadas por usted solo tienen carácter informativo. Hable de los valores que obtenga con su preparador físico.
- El encoder no debe utilizarse conjuntamente con equipos de alta frecuencia.
- Este aparato solo está diseñado para el fin descrito en estas instrucciones de uso. Por lo tanto, el fabricante declinará toda responsabilidad por los daños y perjuicios debidos a un uso inadecuado o incorrecto.

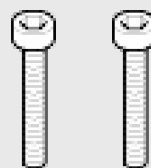
INSTRUCCIONES DE MONTAJE: RSP CONIC

ES

Para realizar el montaje del aparato en la máquina es necesario un encoder, un total de 2 tornillos y una llave Allen de 3mm. El encoder y los tornillos son suministrados por RSP.



x1



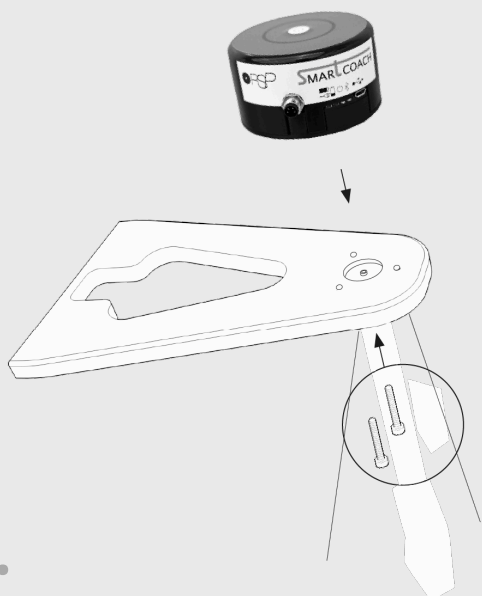
x2



Llave Allen 3mm

(no suministrada)

RSP CONIC / RSP CONIC PRO. POLEA CÓNICA



1.

Acercar el encoder a la máquina, asegurándose de que los huecos de los tornillos y el saliente que tiene el encoder coinciden con los de la máquina RSP Conic, una vez esté acoplado y estable, introducir y atornillar los tornillos con una llave Allen.

Los tornillos solamente sujetan, no apretar demasiado.



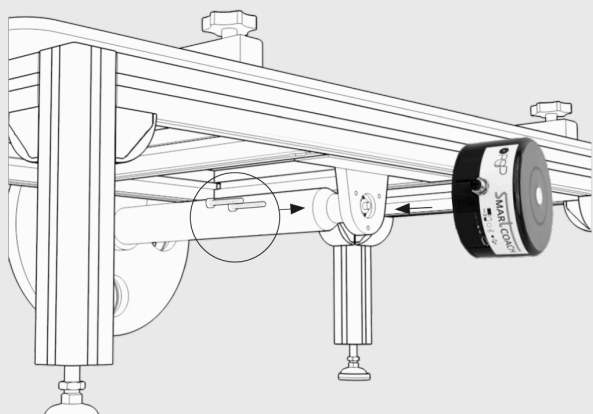
2.

Vista final del encoder acoplado a la máquina RSP CONIC. Polea Cónica

INSTRUCCIONES DE MONTAJE: RSP SQUAT

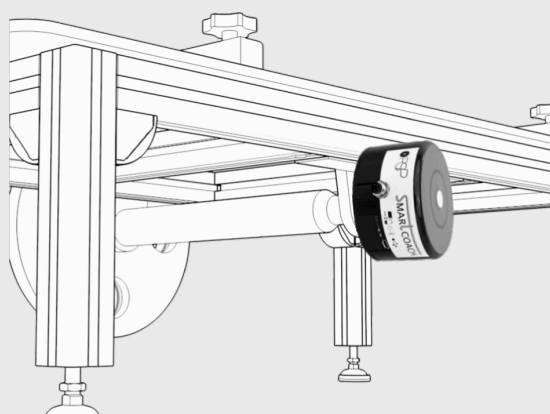
Para realizar el montaje del encoder en la máquina squat es necesario posicionar el encoder en la parte trasera de la RSP Squat.

RSP SQUAT. YOYÓ SQUAT



1.

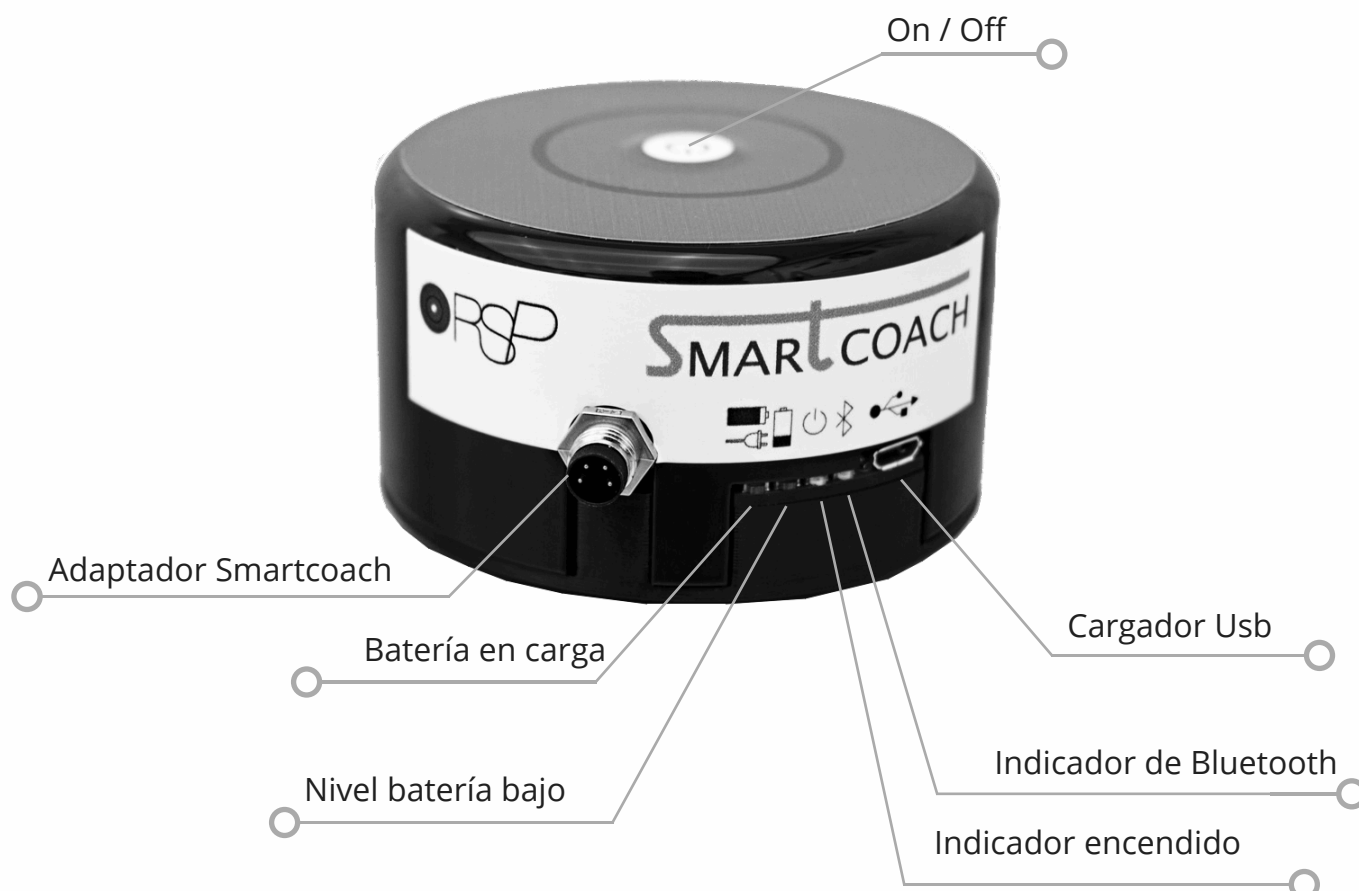
Acercar y apoyar la base del encoder asegurándose de que el acoplamiento es estable. Una vez hecho el acoplamiento introducir y atornillar los tornillos con una llave Allen. *No apretar demasiado los tornillos.*



2.

Vista final del encoder acoplado a la máquina RSP SQUAT.

DESCRIPCIÓN DEL APARATO

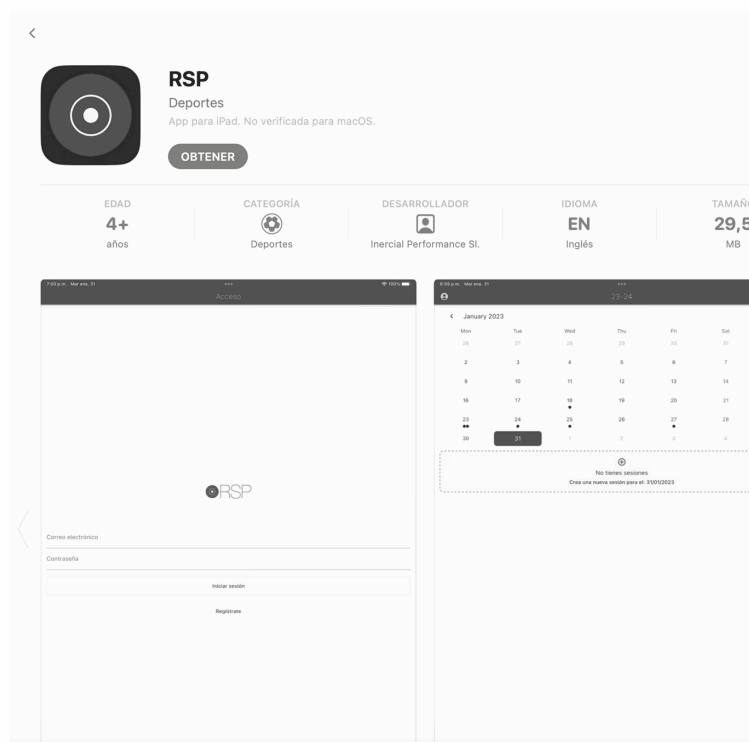


INSTALACIÓN Y MEDICIÓN CON RSP APP

RSP APP, conectada al Encoder, mide el rendimiento del entrenamiento en tiempo real a través de una conexión de datos en streaming por Bluetooth.

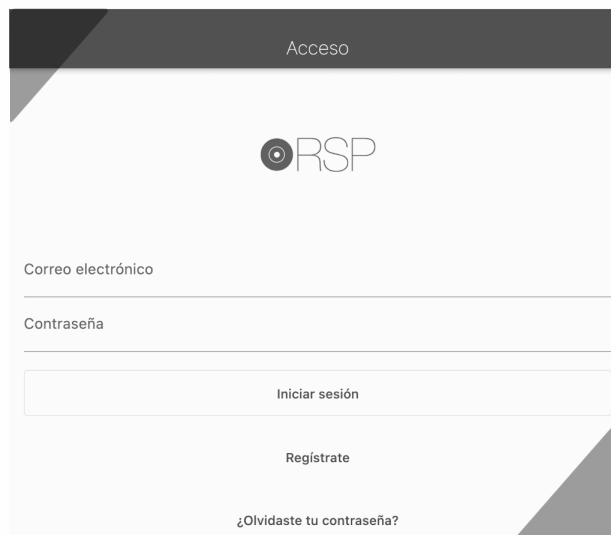
RSP APP. Instalación y arranque de la APP

1. Instalación. Descarga la app para hacer las mediciones del aparato. Puede encontrarla tanto en la **App Store** de Apple como en **Google Play** para Android bajo el nombre RSP APP.



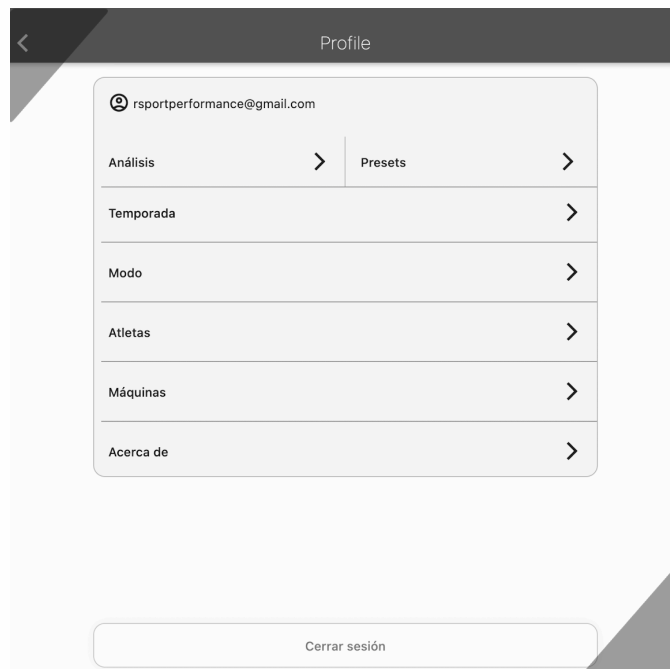
RSP APP. Acceso y modos

1. Registro y acceso. RSP APP necesita crear una cuenta de usuario para hacer un seguimiento personalizado de sus ejercicios.



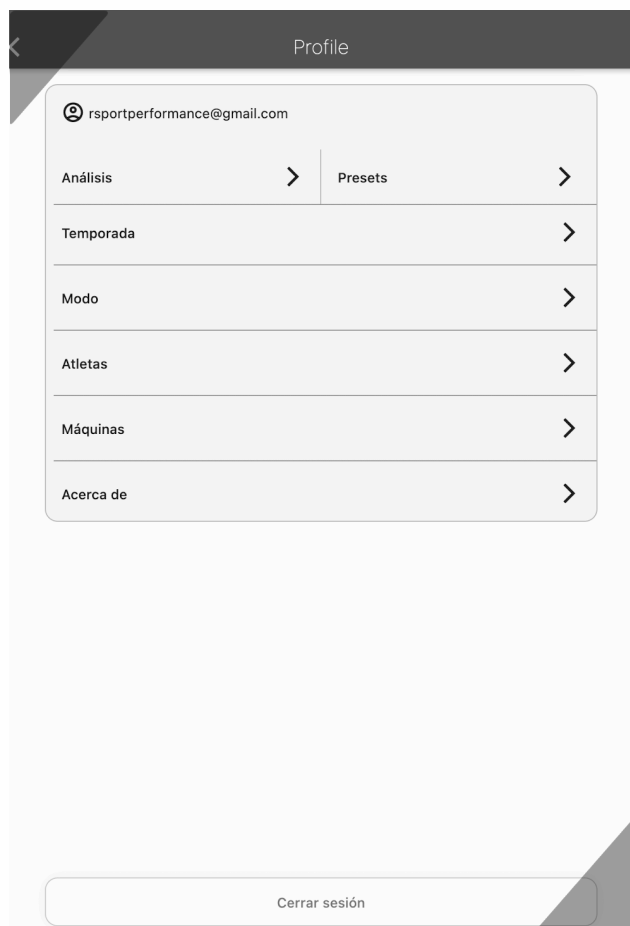
The screenshot shows the 'Acceso' (Access) screen of the RSP APP. At the top, there's a dark header with the word 'Acceso'. Below it, the RSP logo is centered. There are two input fields: 'Correo electrónico' (Email) and 'Contraseña' (Password). Below these fields are two buttons: 'Iniciar sesión' (Log in) and 'Regístrate' (Sign up). At the bottom, there's a link that says '¿Olvidaste tu contraseña?' (Forgot your password?).

Elije el modo de trabajo. Puedes utilizar la app en modo simple o modo programado. El modo programado es el recomendado.



The screenshot shows the 'Profile' screen of the RSP APP. At the top, there's a dark header with the word 'Profile'. Below it, there's a list of menu items: 'Análisis' (Analysis), 'Presets', 'Temporada' (Season), 'Modo' (Mode), 'Atletas' (Athletes), 'Máquinas' (Machines), and 'Acerca de' (About). Each item has a right arrow. At the bottom, there's a button that says 'Cerrar sesión' (Log out).

Tu perfil. Revisa el análisis de tus sesiones o crea nuevos presets desde tu perfil.



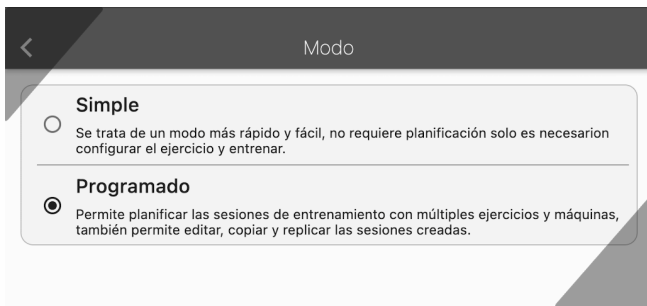
This is a repeated screenshot of the 'Profile' screen of the RSP APP, showing the same menu items and layout as the previous screenshot.

Modo simple

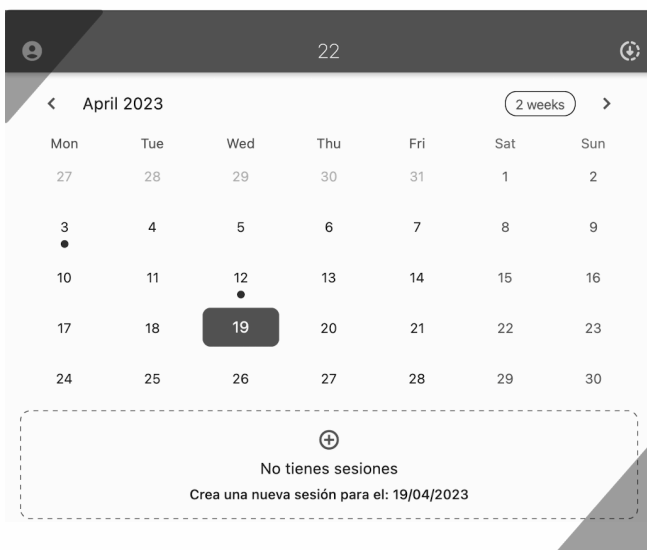


The screenshot shows the 'Modo simple' (Simple Mode) screen of the RSP APP. At the top, there's a dark header with the word 'Modo'. Below it, there are two options: 'Simple' and 'Programado' (Programmed). The 'Simple' option is selected with a radio button. Below each option is a description. At the bottom, there are two buttons: 'Entrenar' (Train) and 'Historial' (History).

RSP APP. Planificación de sesión



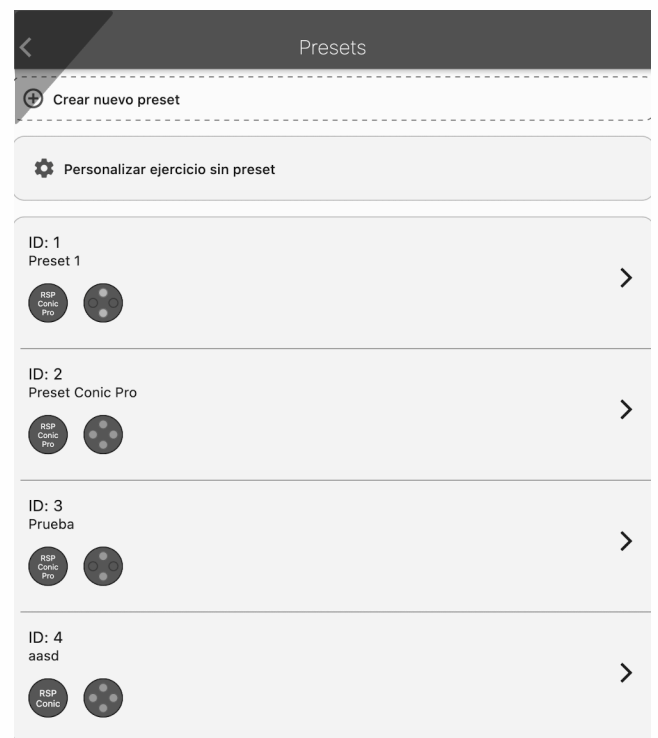
2. Planificador. En esta pantalla puedes crear nuevas sesiones y repasar las pasadas.



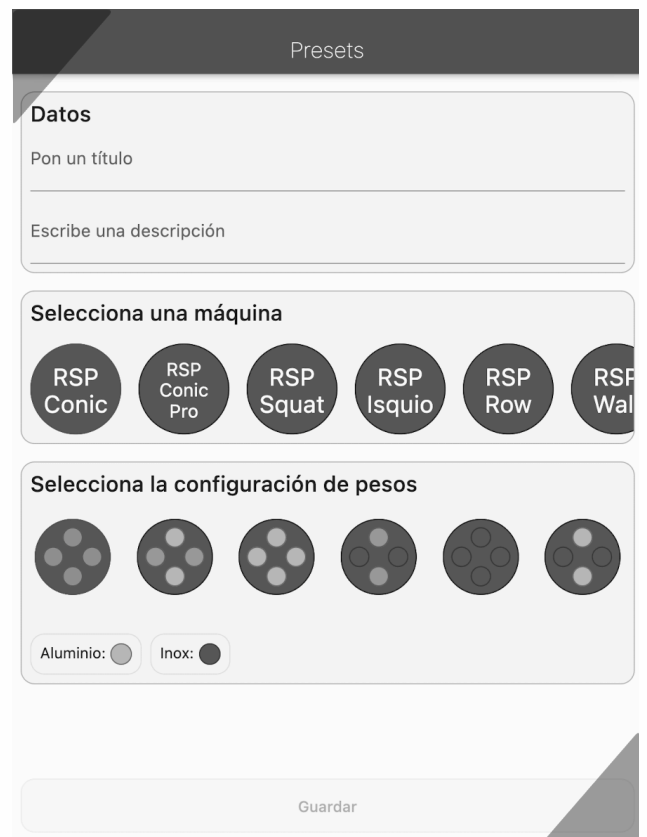
Nueva sesión. Escoge uno o varios atletas y crea los ejercicios para la nueva sesión.



Tipo de ejercicio. Puedes crear tus propios presets con la configuración más idónea para las sesiones.



Crea un nuevo preset. Selecciona la máquina y la configuración de peso que quieras pre setear.



RSP APP. Planificación de la sesión

Configuración del entrenamiento. Elige el número de series y el número de repeticiones de tu entrenamiento.

The screen is titled 'Configura el entrenamiento'. It has a dark header with a back arrow and the title. Below the header, there are three main sections:

- Datos:** A section with a title 'Ponle un título' and a text input field containing 'Preset 1'. Below this are two input fields: 'Nº Series' and 'Nº Repeticiones'. At the bottom of this section are three radio buttons: 'Primero derecha' (selected), 'Primero izquierda', and 'Simétrico'.
- Selecciona una máquina:** A section with six circular buttons labeled 'RSP Conic', 'RSP Conic Pro', 'RSP Squat', 'RSP Isquio', 'RSP Row', and 'RSP Wal'.
- Selecciona la configuración de pesos:** A section with six circular buttons showing different weight configurations. Below these are two radio buttons: 'Aluminio' and 'Inox' (selected).

At the bottom of the screen is a 'Guardar' button.

Tu sesión. Ya está creada la sesión.

The screen shows a calendar for April 2023. The date '21' is highlighted, indicating the session date. Below the calendar, there is a section titled 'Nueva sesión para el: 21/04/2023'. Below this, there is a section titled 'Sesión viernes 21' with a play button, a pencil icon, and a refresh icon.

RSP APP. Ejecución de una sesión

Realiza un ejercicio. El día de la sesión programada dale al play y elige el ejercicio que quieres realizar.

The screen is titled 'Ejercicios'. It has a dark header with a back arrow and the title. Below the header, there is a section titled 'Selecciona el ejercicio que quieres realizar'. Below this, there are two main sections:

- Prueba:** A section with two circular buttons labeled 'RSP Conic Pro' and 'RSP Conic'. Below these are two radio buttons: 'Primero derecha' (selected) and 'Primero izquierda'.
- Encoders:** A section with a title 'Encoders' and a subtitle 'Selecciona el encoder que corresponda'. Below this is a large area with a circular button labeled 'RSP0265' and a pencil icon.

Elige un encoder. Elige el encoder al que estás conectado por bluetooth

The screen is titled 'Encoder'. It has a dark header with a back arrow and the title. Below the header, there are two main sections:

- Prueba:** A section with two circular buttons labeled 'RSP Conic Pro' and 'RSP Conic'. Below these are two radio buttons: 'Primero derecha' (selected) and 'Primero izquierda'.
- Encoders:** A section with a title 'Encoders' and a subtitle 'Selecciona el encoder que corresponda'. Below this is a large area with a circular button labeled 'RSP0265' and a pencil icon.

RSP APP. Ejecución de una sesión

Puedes editar el nombre de tu encoder



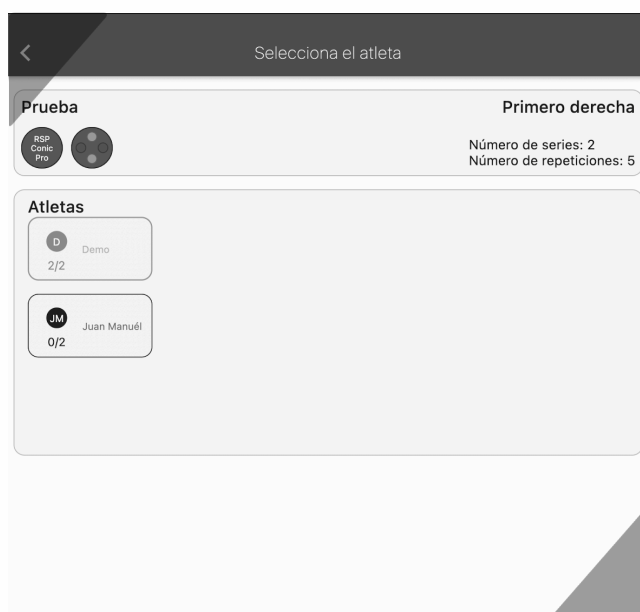
Selecciona un atleta. Selecciona uno de los atletas asociados al ejercicio para empezar a trabajar



Resultados entrenamiento. Podrás visualizar tu entrenamiento según se va completando.

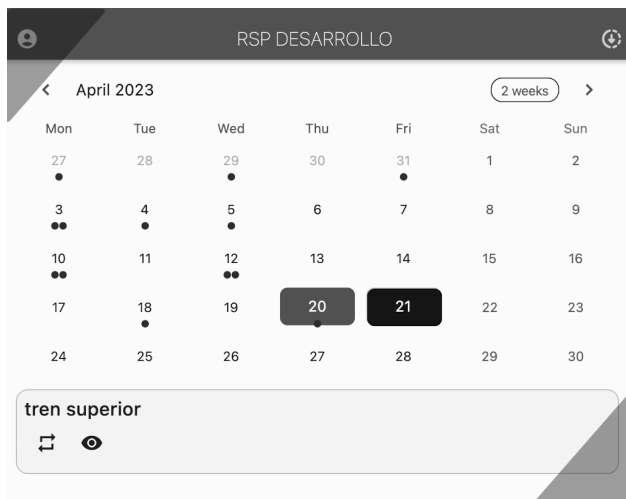


Entrenamientos completados. Al terminar un entrenamiento vuelves a la pantalla principal donde verás los atletas que han completado el ejercicio

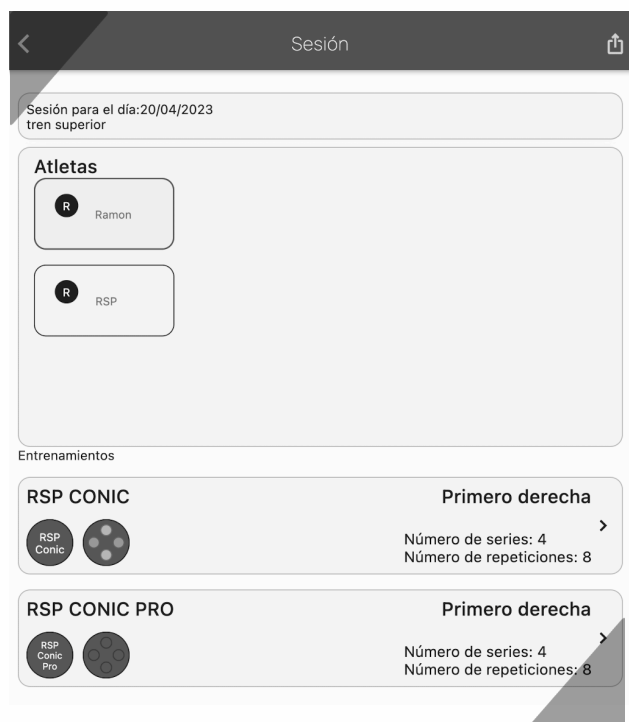


RSP APP. Revisión de las sesiones realizadas

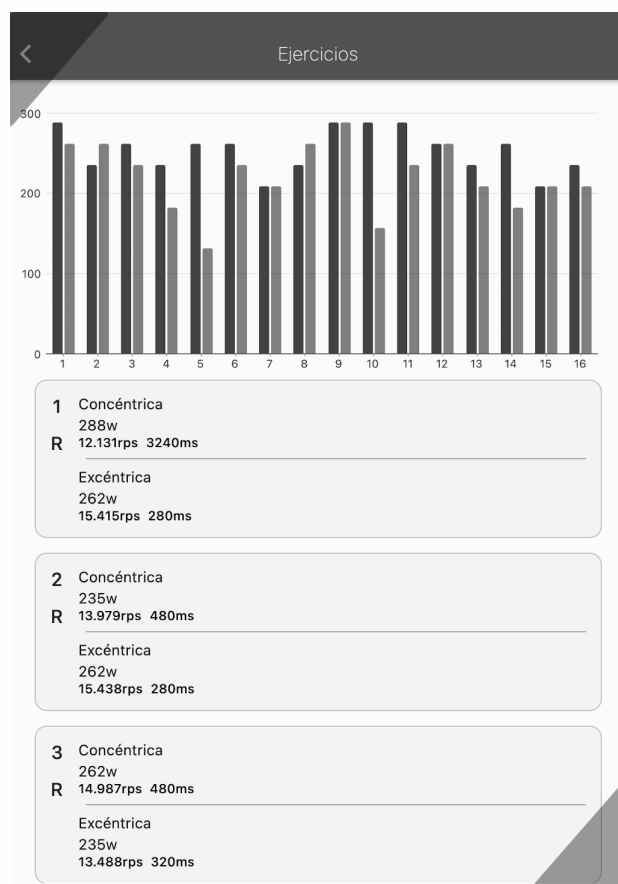
Revisa una sesión terminada. Elige el día que quieres revisar. Elige el atleta y la sesión.



Detalles del ejercicio. Pincha en una de las series para verla con más detalle.

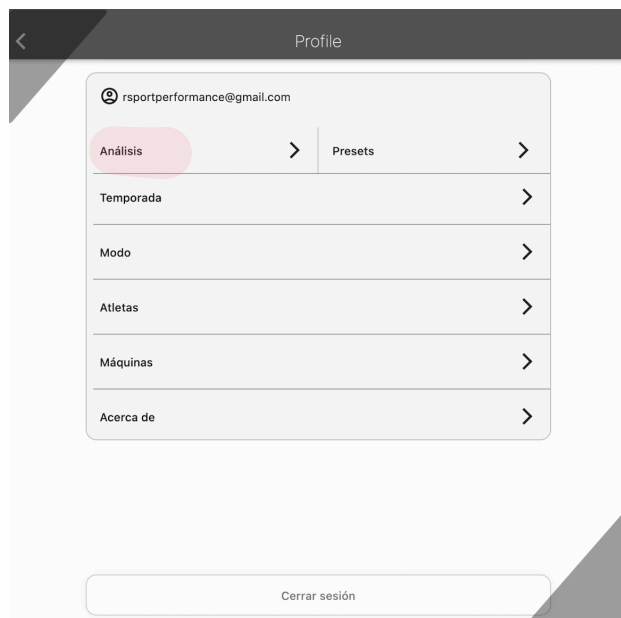


Detalles de la serie. Revisa la potencia, tiempo de cada repetición de tu serie.

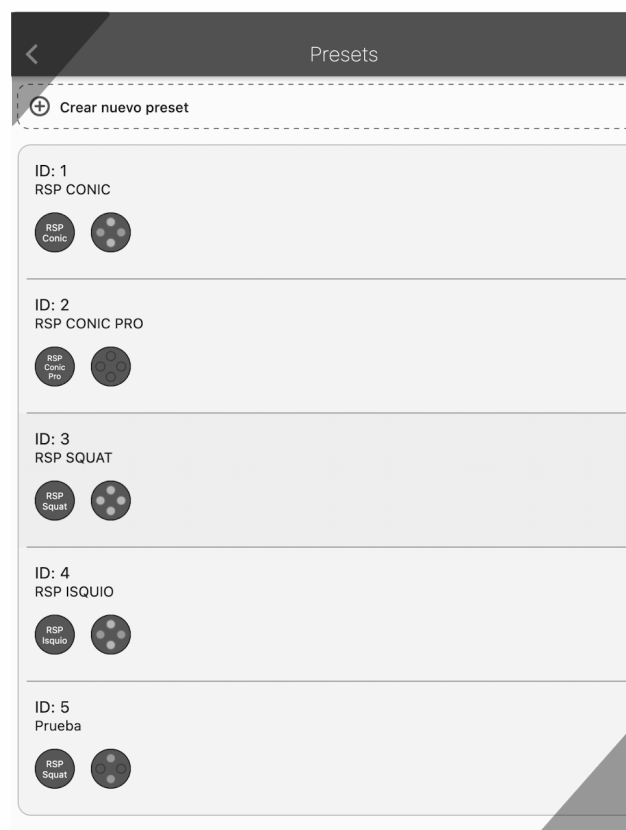
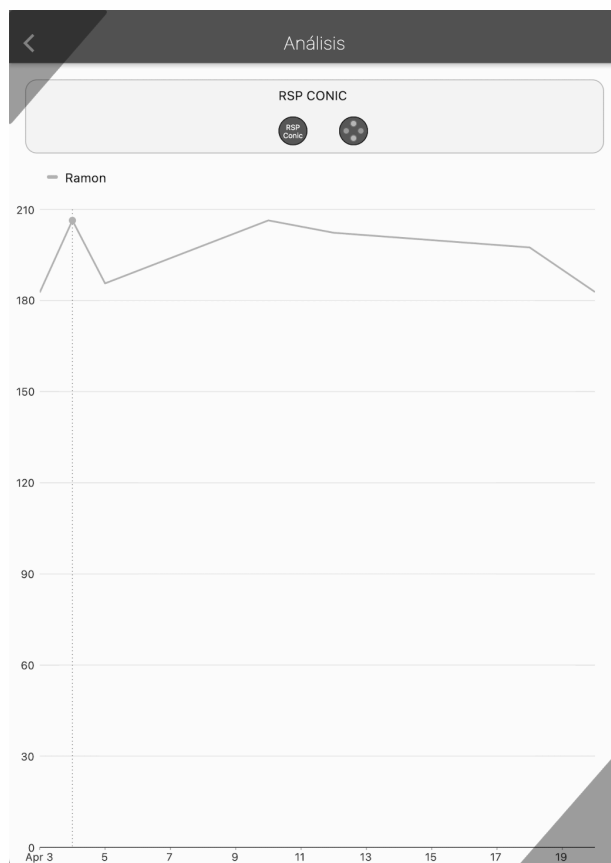
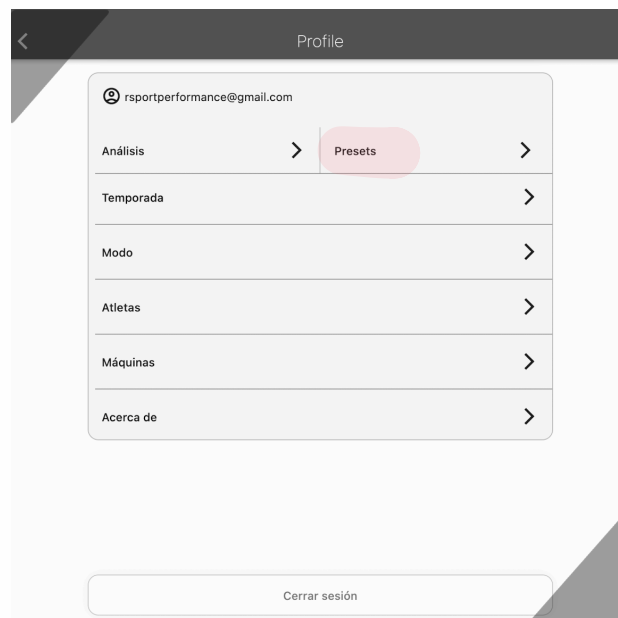


RSP APP. Mi Perfil

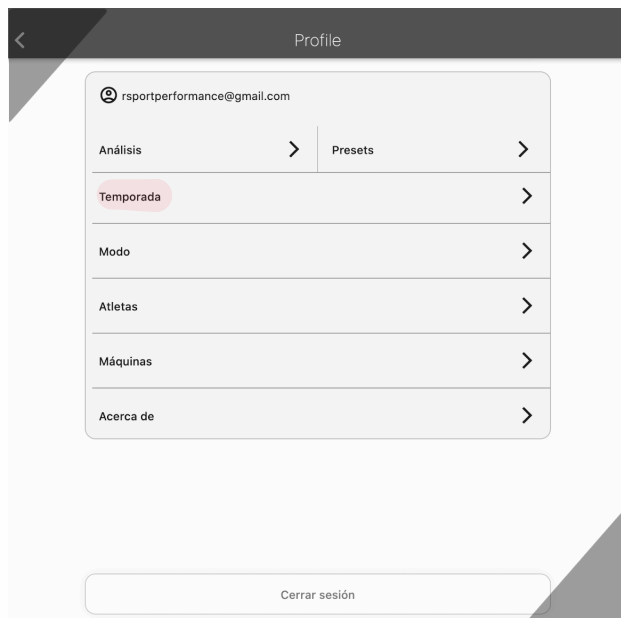
Análisis. En esta pantalla puedes visualizar la trayectoria temporal de tus atletas.



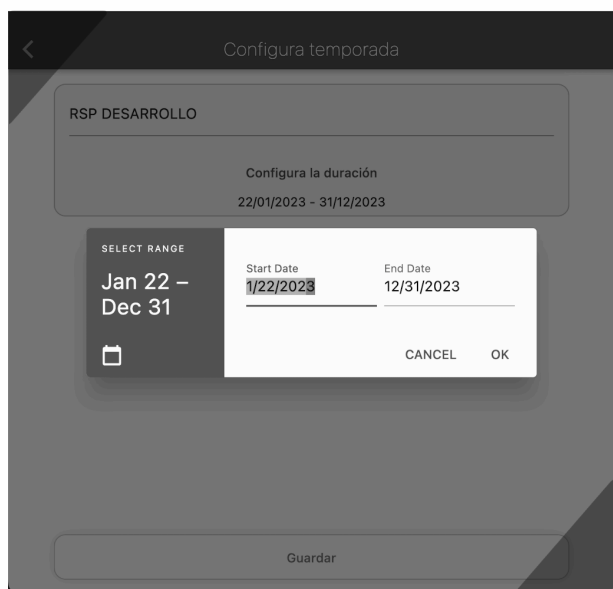
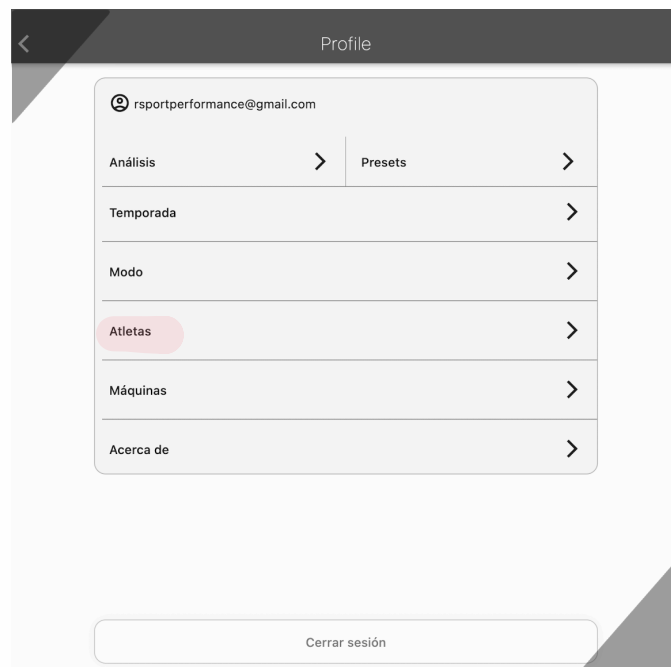
Presets. En esta pantalla puedes visualizar, crear y editar los presets para usarlos posteriormente.



Temporada. Crea una temporada nueva.



Tus atletas. Desde tu perfil puedes añadir o eliminar atletas.



ENCODER RSP

Número de modelo	RSP-e
Voltage de funcionamiento	5 VDC
encoder Batería	Lipo (Polymer Lithium) 2000mAh
Tiempo de carga	> de 5 horas
Circuitos de protección	Tanto en encoder rotativo como en batería Lipo
Peso	540 gr aprox.
Medidas	8x8x8cm
Condiciones de funcionamiento	desde +10°C hasta +50°C, <86% humedad relativa (sin condensación)
Accesorios	Tornillos para fijación a la máquina (3mm allen)
Cargador	Cargador universal Mini USB 5v (no incluido)

APP RSP

Nombre de la APP	RSP APP
Versiones	Android e IOS
Compatibilidad	Android 4.4.x o mayor / IOS 10 o
Versión Bluetooth	mayor Bluetooth 4 LTE 4.0 o mayor

PROBLEMAS COMUNES

PROBLEMA	SUGERENCIA
Al pulsar el interruptor el led no se enciende. (Encoder)	El led de encendido emite una pulsación cada 3 segundos. Si no se enciende cargue la batería del encoder al menos 5 horas. Utilice un cargador estándar Mini USB (el de un teléfono)
He cargado la batería pero sigue sin encenderse. (Encoder)	Asegúrese de que la ha cargado correctamente. Debe introducir el extremo del cargador en la ranura mini usb del encoder, introdúzcala firmemente hasta que llegue a su tope. Pruebe de nuevo después de dos horas de carga.
El encoder no se conecta a la APP RSP. (Encoder)	• Asegúrese de que el Encoder está encendido y con un nivel de batería mayor del 40% (el estado de la batería se lo indicará la APP cuando baje de ese porcentaje). • Asegúrese también que está utilizando un terminal compatible (Android 4.4.x o superior e IOS 8.x o superior). Su terminal debe tener Bluetooth 4.0 LTE o superior, la mayoría de los móviles tienen esta versión. • Escanee de nuevo las máquinas cercanas pulsando sobre el menú contextual (⋮ Volver a escanear), lo encontrará en la parte superior derecha de la APP, en la ventana "Buscando máquinas". • Por la naturaleza de la transmisión inalámbrica a través de Bluetooth, es posible que el transmisor del Encoder necesite un reinicio. Simplemente apague el encoder y vuélvalo a encender pasados 5 segundos. • Sabrá que el encoder se ha conectado a la APP porque el led del interruptor parpadeará continuamente.
No consigo instalarla desde Google Play o desde Apple Store. Los stores me devuelven lo siguiente (esta app no es compatible con su dispositivo). (APP)	Es posible que su terminal no sea compatible con las APPs. Asegúrese que tiene un terminal compatible.
He descargado la APP pero no puede acceder a la conexión con el Encoder. (APP)	Debe registrarse en la APP para poder personalizar sus entrenamientos. Se trata de un proceso requerido que debe hacer para activar esta parte de la APP. Puede acceder con su Facebook, aunque le recomendamos que registre una cuenta con Usuario e Email.
No recuerdo mi contraseña de acceso. (APP)	Puede recuperar su contraseña. Observe que debajo de los formularios de acceso o registro encontrará un link para recuperar su contraseña. Siga las instrucciones y resetee su contraseña para poder acceder.

PROBLEMA	SUGERENCIA
He dejado de ver la introducción de la APP, en la que se presentan las tres máquinas. (APP)	La introducción se muestra sólo una vez a cada usuario. Si quiere volver a verla, desinstale y vuelva a instalarla APP. No perderá los datos de sus entrenamientos, ya que dicha información se almacena en la nube. No debe preocuparse. Al instalarla de nuevo deberá acceder con sus datos de acceso. Guárdelos en lugar seguro.
No puedo ver mis entrenamientos, aunque en algún momento los he visto. (APP)	RSP APP necesita conexión a internet para mostrarle sus datos e historial de entrenamientos. Estos datos están almacenados en la nube y la APP necesita acceso a internet para consultarlos y mostrárselos. Asegúrese que tiene una conexión a internet y que esta funciona correctamente.
He eliminado por accidente un día de entrenamientos, ¿puedo recuperarlos? (APP)	RSP APP le ofrece un intervalo de tres segundos antes de eliminar los datos que usted le ha indicado (eliminación mediante deslizamiento lateral). Si después de hacer dicha acción pasan más de tres segundos, los datos serán eliminados definitivamente.
No consigo abrir la APP. (APP)	• Es posible que la APP no sea compatible con su terminal o no tenga en hardware adecuado (Bluetooth LTE). • Reinicie su teléfono y vuelva a probar.
Quiero crear más cuentas de usuario. (APP)	Puede crear las cuentas que desee sin límite. La APP sólo podrá estar conectada a una cuenta al mismo tiempo, así que debe salir para acceder con otra cuenta. Abra el menú de la app y verá su nombre abajo a la izquierda, pulse sobre él y verá un botón para hacer LOG OUT.
No recuerdo mi contraseña de acceso. (APP)	Puede recuperar su contraseña. Observe que debajo de los formularios de acceso o registro encontrará un link para recuperar su contraseña. Siga las instrucciones y resetee su contraseña para poder acceder.

1. INTRODUCTION

Inertial Technology applied to high performance sports

We manufacture isoinertial machines, technology applied to high performance sports, increasing demands in eccentric action after a concentric action, due to inertial weights. One of the leading trends in strength training.

The digital extension of our inertial machines.

RSP APP is designed to measure the performance of training in real time via a data connection (Bluetooth technology).

Performance is measured in watts and in cycles. With these two indicators APP is able to provide users with information about the use being made of the machine and its performance.

Users can save their workouts historical and consult at any time. The APP includes presets for each of the 3 machines including connecting hardware terminal.

2. IMPORTANT INFORMATION

Explanation of symbols

In the present instructions of use, in the packing and in the rating plate of the device and of the accessories, the following symbols are in use:

Icon	Description
	Attention!
	Indication of important information
	Note the instructions
	DC (Direct current)
	Disposal according to the European Directive on Waste Electrical and Electronic Equipment (WEEE)
	Manufacturer
	The market is to certify that this device complies with the requirements of the directives of consumer electronics.
SN	Serial number

Conservation and care instructions

- The measuring device comprises electronic and precision elements. Both the accuracy of the measurement values as the life of the appliance depend on the correct use of it:
 - Protect the device from impact, moisture, dirt, major temperature fluctuations and direct exposure to sunlight.
 - Protect the device from falling.
 - Do not use in the vicinity of electromagnetic intensive fields and facilities away from radio and mobile phones hold.
- Do not switch the encoder if you will not use it.
- Wait until the batteries are fully discharged to charging again.

Notes on repairs and disposal

- Do not open the device. Failure to comply with this rule will void the warranty.
- Do not repair or adjust the appliance yourself. If you do, operation is not guaranteed.
- Repairs should only be left to the customer service or authorized dealers. Before making any claim, read the FAQ and common solutions at the end of this manual.
- Dispose of the device according to European directive on waste electrical Electrical and Electronic (WEEE).
For more information, contact the competent local authority waste disposal.

Application notes

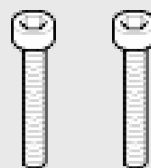
- To ensure that values are comparable, do the exercises always at the same time of day.
- Rest for 5 minutes before each measurement.
- Repeat the measurement should be wary of the measured values.
- Measurements by you informational purposes only. Talk of the values obtained with his trainer.
- The encoder must not be used in conjunction with high frequency equipment.
- This appliance is designed only for the purposes described in these instructions. Therefore, the manufacturer declines all responsibility for any damages caused by improper or incorrect use.

ASSEMBLY INSTRUCTIONS: RSP CONIC

To mount the device on the machine you need an encoder, a total of 2 screws and an Allen wrench of 3mm. The encoder and screws are supplied by RSP.



x1

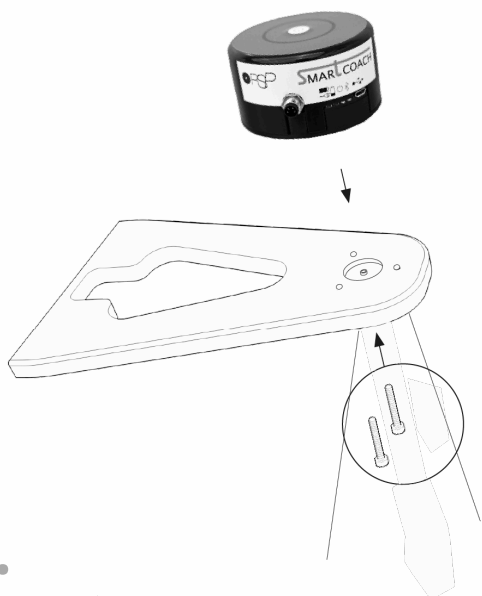


x2



Allen wrench 3mm
(no supplied)

RSP CONIC / RSP CONIC PRO. CONIC PULLEY



1.

Approach the encoder to the machine, making sure that the screw holes and the projection of the encoder coincide with those of the RSP Conic machine, once it is coupled and stable, insert and screw the screws with an Allen wrench.



2.

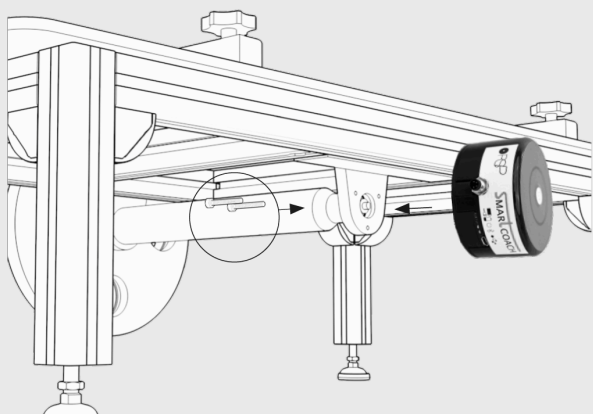
End view of the encoder coupled to the machine RSP CONIC. Conic Pulley

Screws only secure, do not over tighten.

ASSEMBLY INSTRUCTIONS: RSP SQUAT

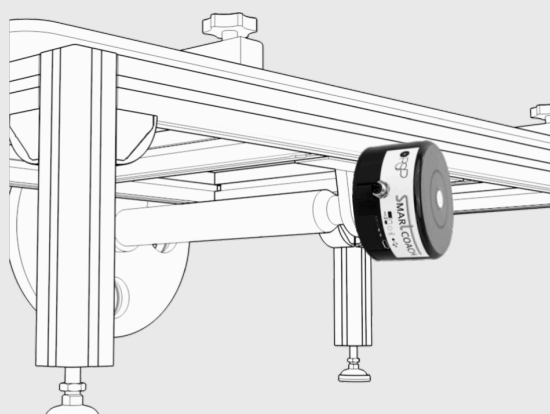
To mount the encoder in the squat machine it is necessary to position the encoder in the back of the RSP Squat.

RSP SQUAT. SQUAT YOYO



1.

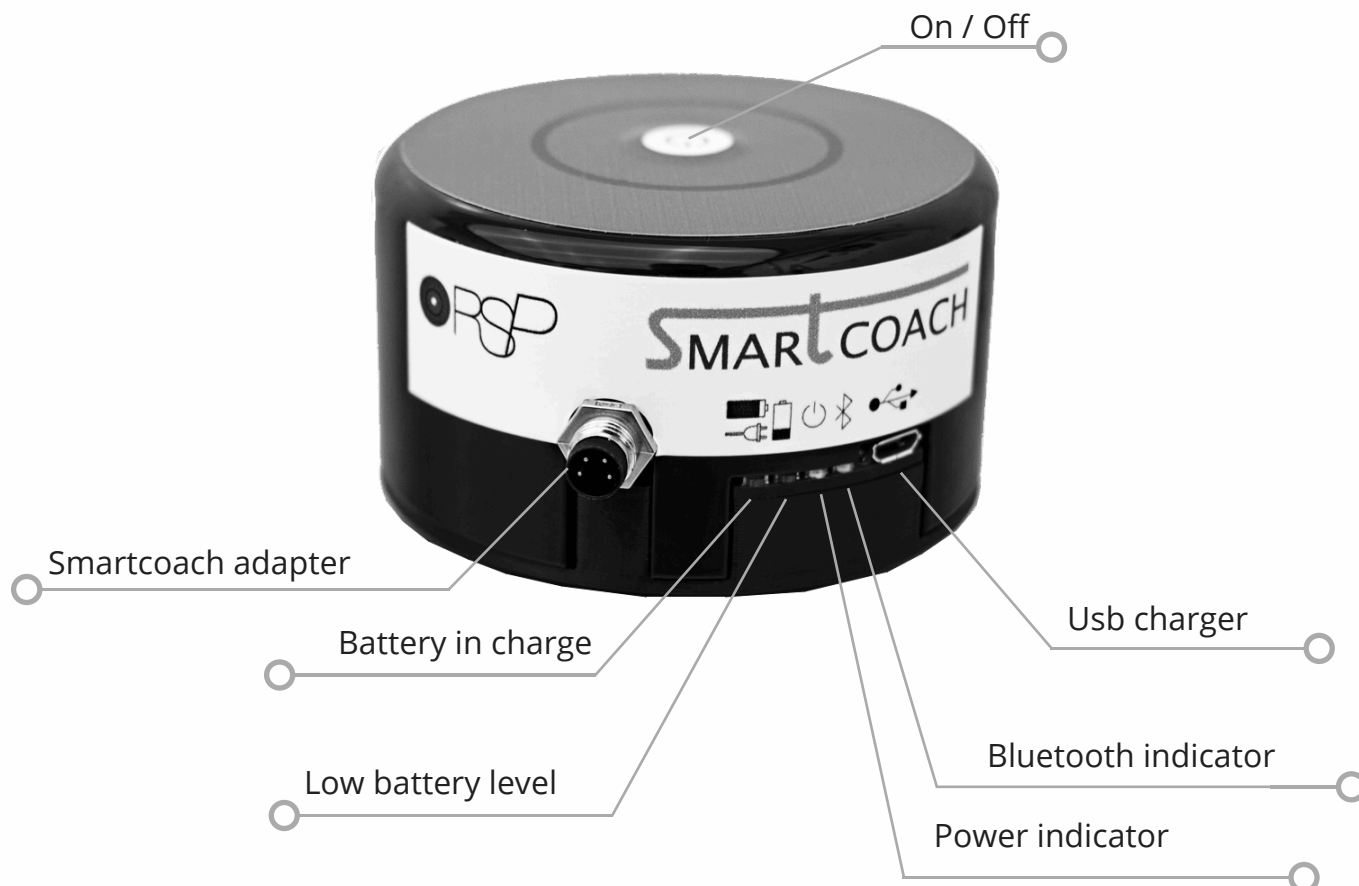
Approach in and sustain the encoder base ensuring that the coupling is stable. Once the coupling has been made, insert and screw the screws with an Allen wrench. *Do not over tighten the screws.*



2.

End view of the encoder coupled to the machine RSP SQUAT. Squat Yoyo

DESCRIPTION OF THE EQUIPMENT



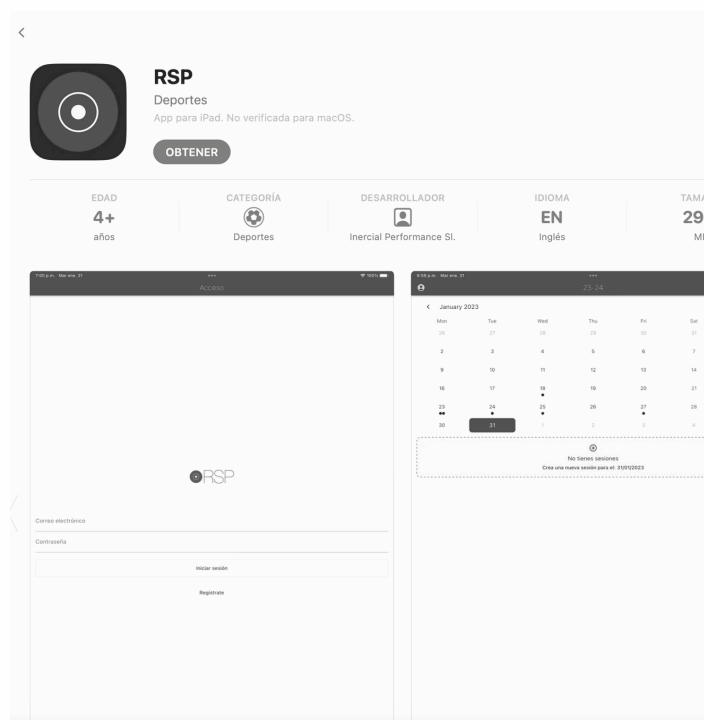
INSTALLATION AND MEASUREMENT WITH RSP

APP

Connected to the encoder, RSP APP, measures training performance in real time through a streaming data connection via Bluetooth.

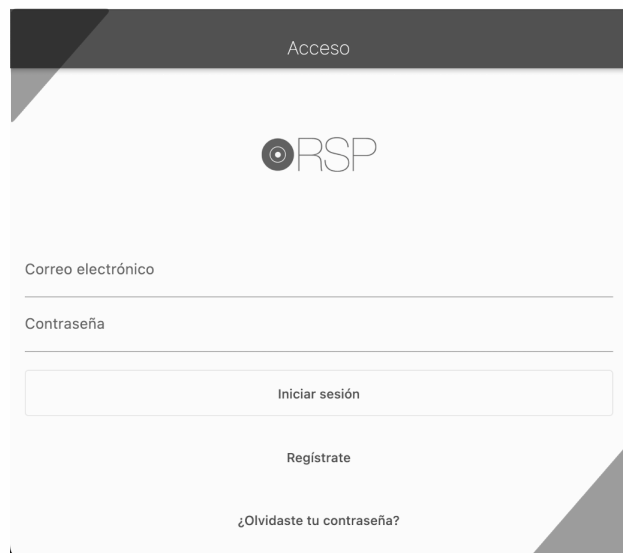
RSP APP. Installation and start of the APP

1 Instalation. Download the app to take the measurements of the device. You can find it in both the Apple App Store and Google Play for Android under the name RSP APP.

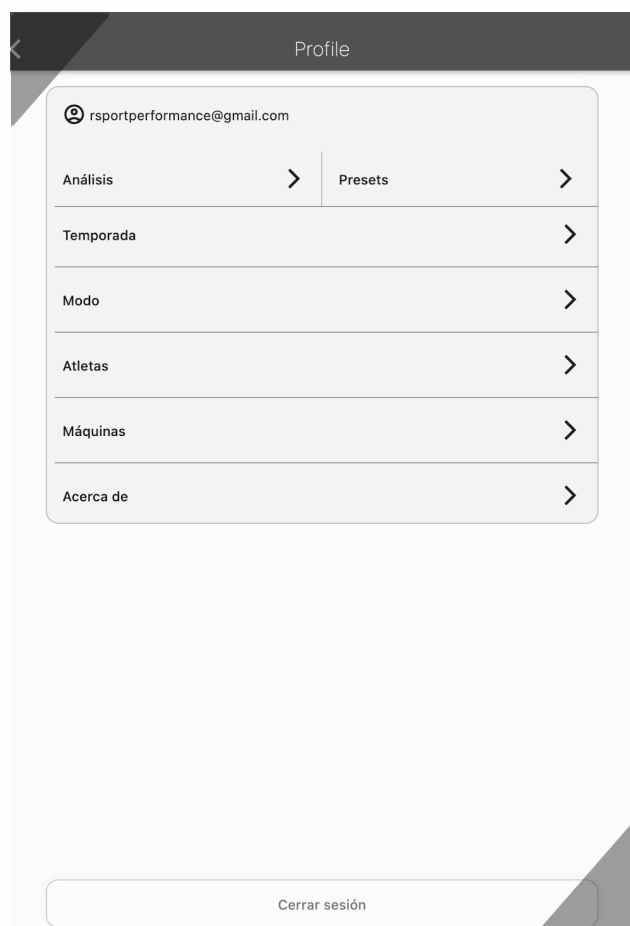


RSP APP. access and modes

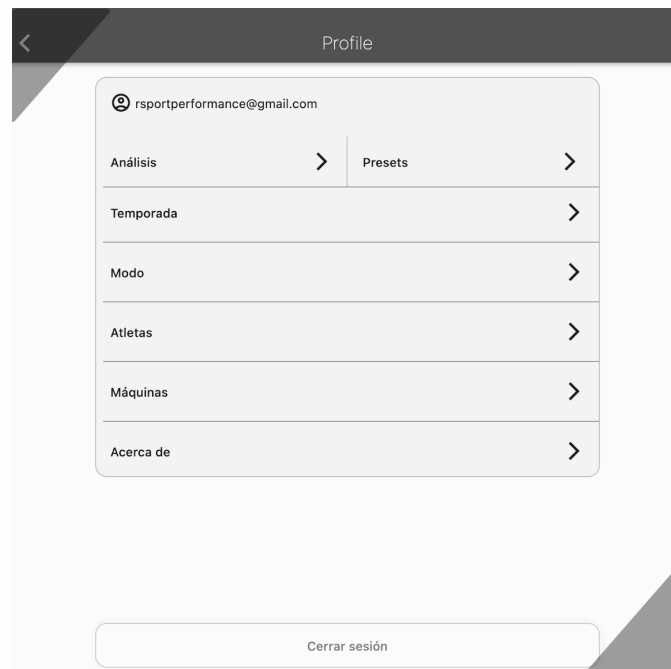
Registration and access. RSP APP needs to create a user account to make a personalized follow-up of your exercises.



Your profile. Review the analysis of your sessions or create new presets from your profile.



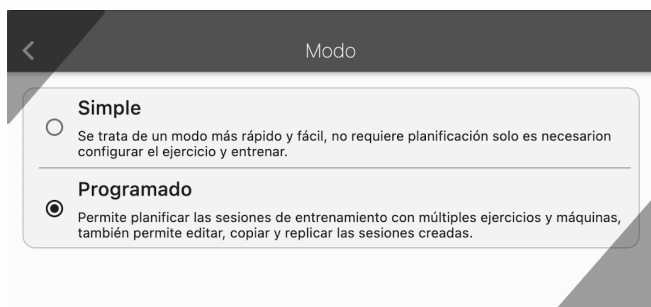
Choose work mode. You can use the app in simple mode or scheduled mode. Scheduled mode is recommended.



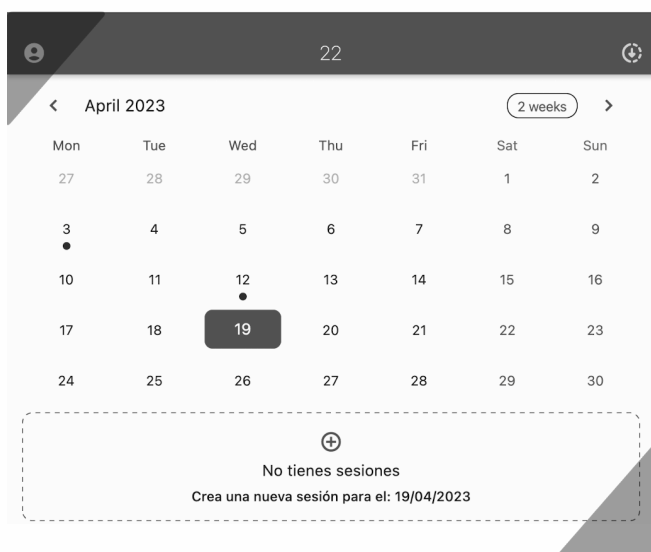
Simple mode



RSP APP. Planificación de sesión



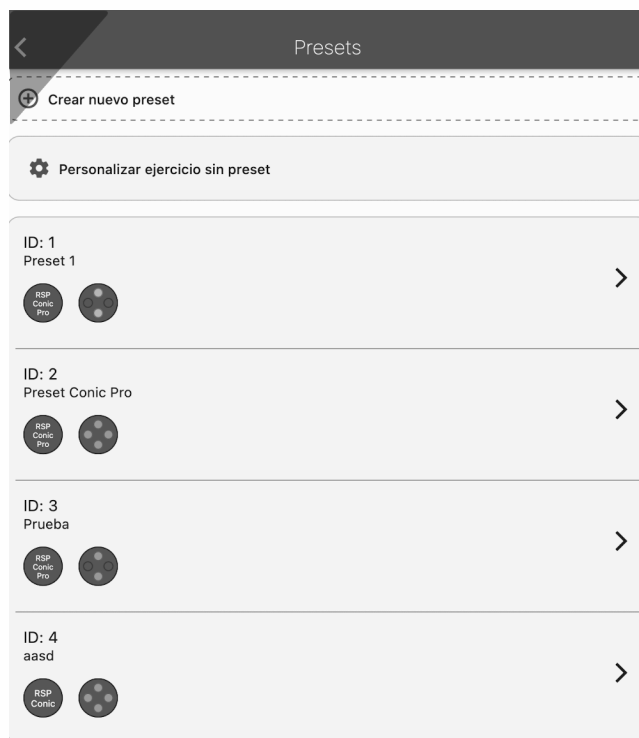
Planner. On this screen you can create new sessions and review past ones.



New Session. Choose one or several athletes and create the exercises for the new session.



Exercise type. You can create your own presets with the most suitable configuration for the sessions.



Create a new preset. Select the machine and weight settings you want to preset.



RSP APP. session planning

Training setup. Choose the number of sets and the number of repetitions for your workout.

The screen is titled 'Configura el entrenamiento'. It has a dark header with a back arrow and the title. Below the header, there's a 'Datos' section with a subtitle 'Ponle un título' and a text input field containing 'Preset 1'. Below this are two input fields: 'Nº Series' and 'Nº Repeticiones'. There are three radio buttons for 'Primero derecha', 'Primero izquierda', and 'Simétrico', with 'Primero derecha' selected. Below this is a 'Selecciona una máquina' section with six circular buttons: 'RSP Conic', 'RSP Conic Pro', 'RSP Squat', 'RSP Isquio', 'RSP Row', and 'RSP Wal'. Below that is a 'Selecciona la configuración de pesos' section with six circular buttons representing different weight configurations. At the bottom, there are two radio buttons for 'Aluminio' and 'Inox', with 'Inox' selected. A 'Guardar' button is at the very bottom.

Your session. The session is already created.

The screen shows a calendar for April 2023. The date '21' is selected, highlighted in a dark box. Below the calendar, there's a dashed box containing a '+' icon and the text 'Nueva sesión para el: 21/04/2023'. Below this is a section titled 'Sesión viernes 21' with three icons: a play button, a pencil, and a refresh icon.

RSP APP. Running a session

Making an exercise. On the day of the scheduled session, press play and choose the exercise you want to do.

The screen is titled 'Ejercicios'. It has a dark header with a back arrow and the title. Below the header, there's a section titled 'Selecciona el ejercicio que quieres realizar'. Below this is a 'Prueba' section with two circular buttons: 'RSP Conic Pro' and 'RSP Conic'. To the right of these buttons, it says 'Primero derecha', 'Número de series: 2', and 'Número de repeticiones: 5'. A right arrow is next to this text.

Choose an encoder. Select the encoder to which you are connected via bluetooth

The screen is titled 'Encoder'. It has a dark header with a back arrow and the title. Below the header, there's a 'Prueba' section with two circular buttons: 'RSP Conic Pro' and 'RSP Conic'. To the right of these buttons, it says 'Primero derecha', 'Número de series: 2', and 'Número de repeticiones: 5'. Below this is an 'Encoders' section with the subtitle 'Selecciona el encoder que corresponda'. There is one circular button labeled 'RSP0265' with a right arrow next to it.

RSP APP. Running a session

You can edit the name of your encoder



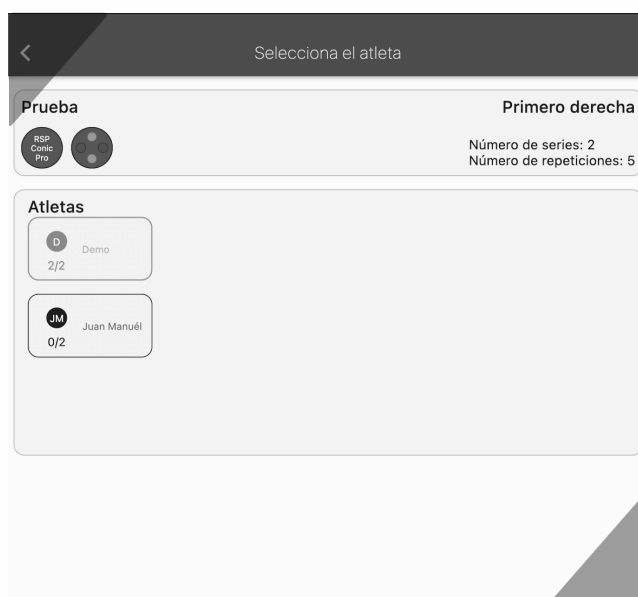
Select an athlete. Select one of the athletes associated with the exercise to start working



Training results. You will be able to visualize your training as it is being completed.

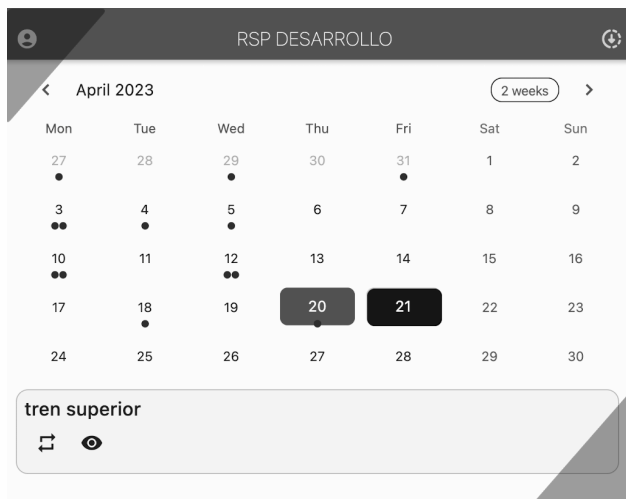


Completed workouts. At the end of a training you return to the main screen where you will see the athletes who have completed the exercise



RSP APP. Review your completed sessions

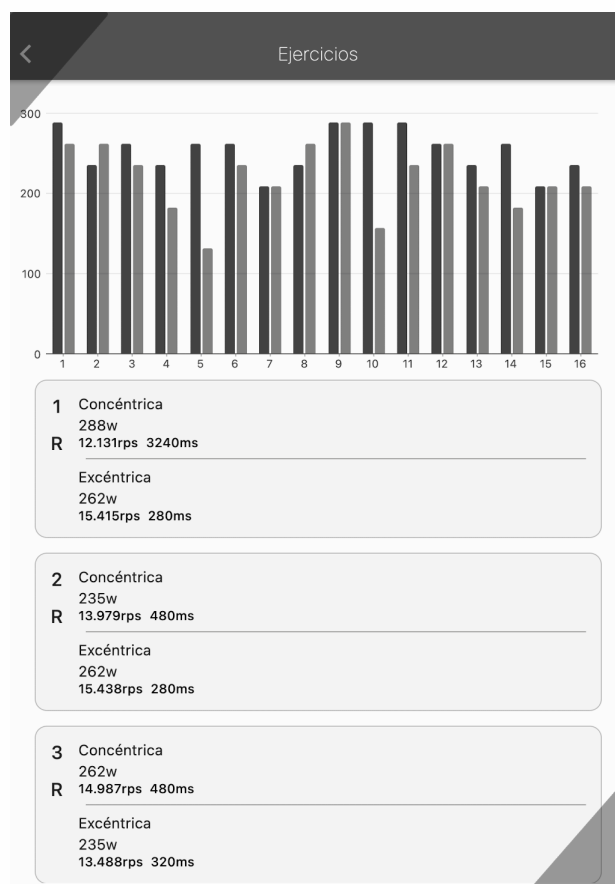
Review a finished session. Choose the day you want to review. Choose the athlete and the session.



Exercise details. Click on one of the series to see it in more detail.

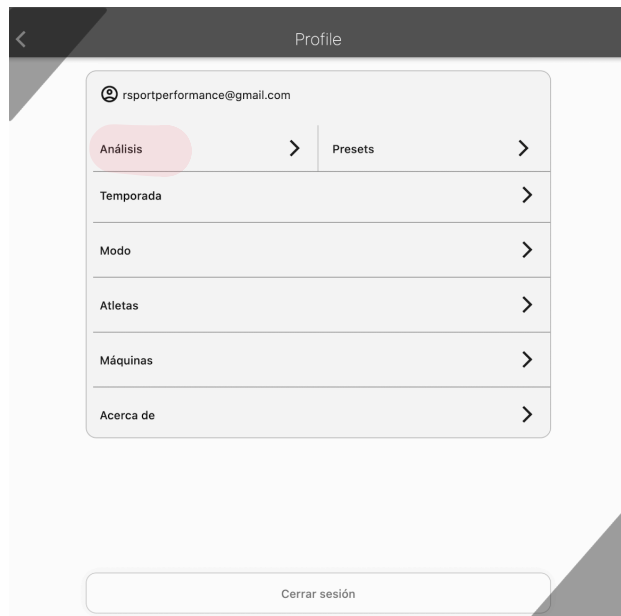


Series details. Check the power, time of each repetition of your series.

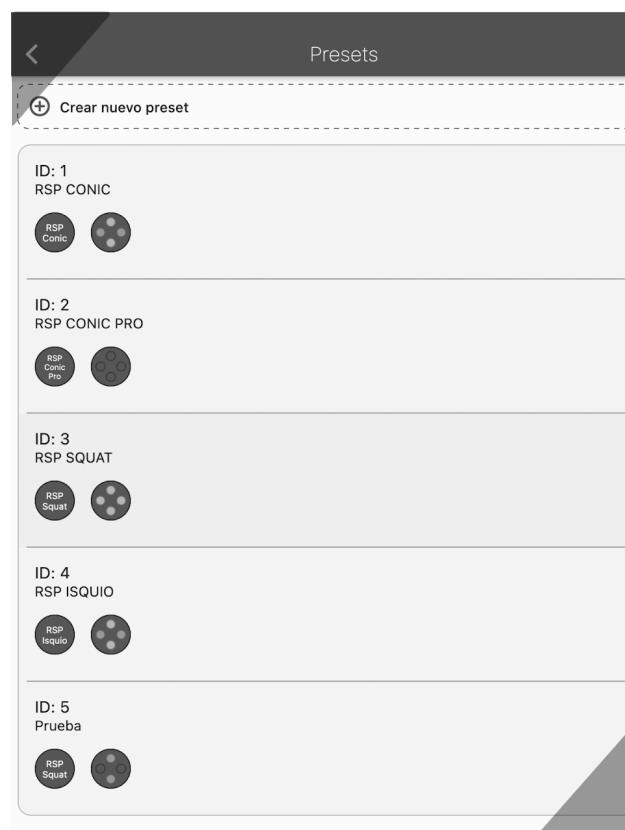
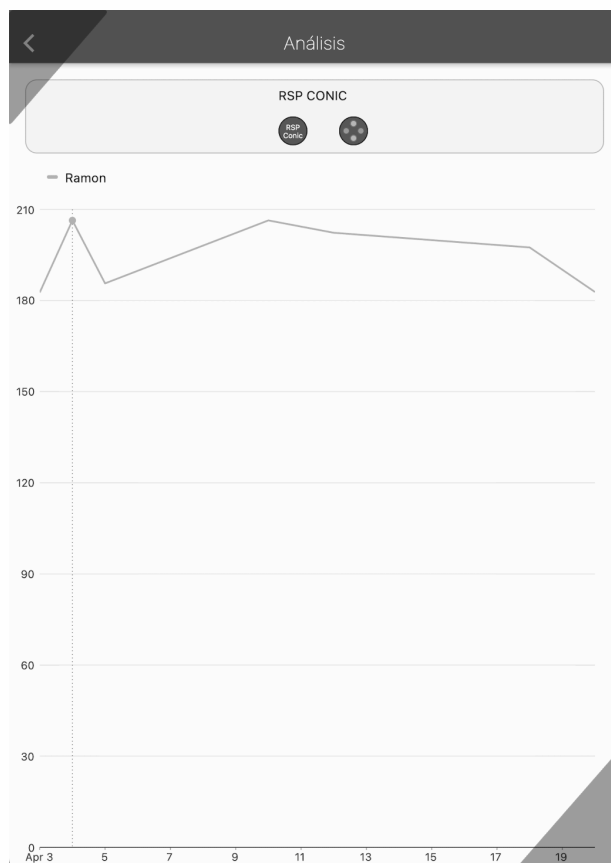
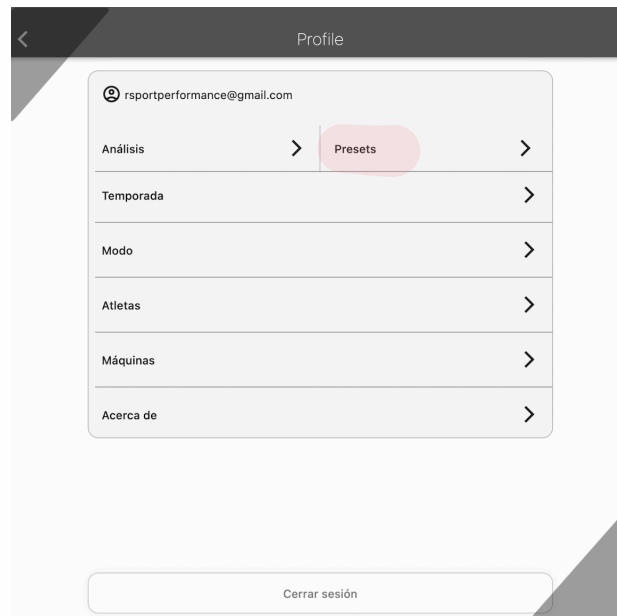


RSP APP. My profile

Analysis. On this screen you can view the time trajectory of your athletes.



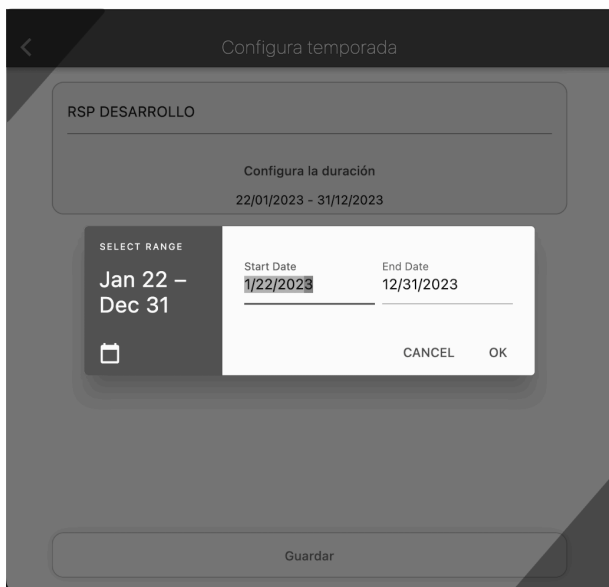
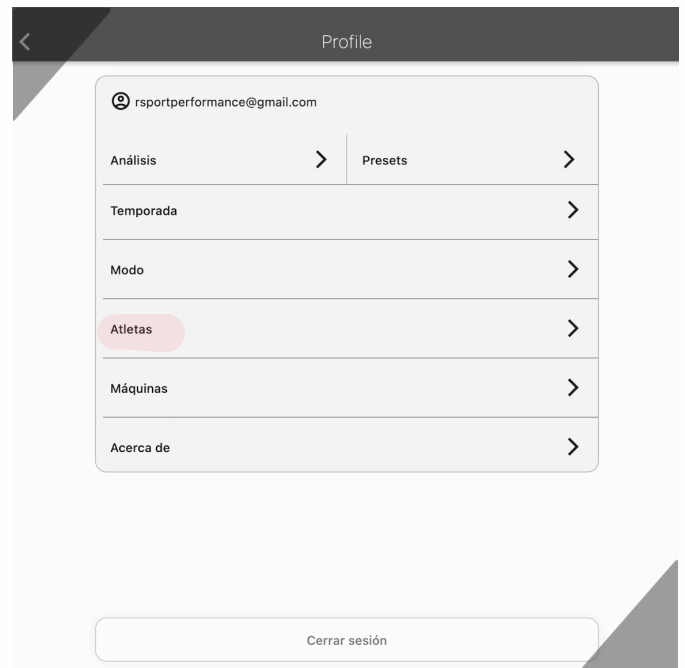
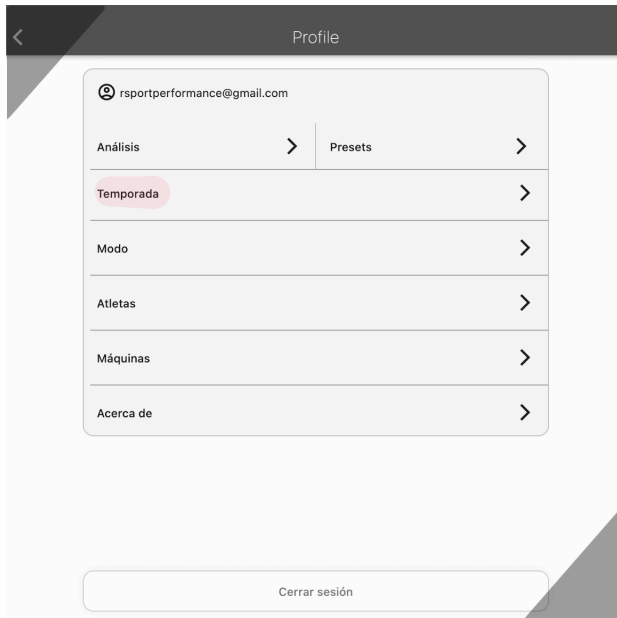
Presets. On this screen you can view, create and edit presets for later use.



RSP APP. My profile

Season. Create a new season.

Your athletes. From your profile you can add or remove athletes.



ROTARY ENCODER RSP

Model number:	RSP-e
Voltage	encoder 5 VDC
operation: Battery:	Lipo (Polymer Lithium) 2000mAh
Charging time:	> 5 hours
Protection circuits:	Both rotary encoder and Lipo battery
Weight:	540 gr aprox.
Measures:	8x8x8cm
Operating conditions:	From +10°C to +50°C, < 86% relative humidity (without condensation)
Accessories:	Screws for attachment to the machine (3mm Allen)
Charger:	Universal charger Mini USB 5v (not included)

APP RSP

APP name	RSP APP
Versions:	Android and IOS
Compatibility:	Android 4.4.x or higher / IOS 10 or
Bluetooth version:	higher Bluetooth 4 LTE 4.0 or higher

TROUBLESHOOTING

PROBLEM	TIP / SOLUTION
Pressing the switch the LED does not light. (Encoder)	The power LED emits a pulse every 3 seconds. If it does not light, please charge the encoder battery at least 5 hours. Use a standard Mini USB Charger (a phone charger).
I charged the battery but still does not start. (Encoder)	Make sure the battery is charged correctly. You must enter the end of the charger into the Encoder mini usb slot, insert it firmly. Try again after two hours of charging.
The encoder is not connected to the RSP APP. (Encoder)	• Make sure the encoder is on and with a battery level of 40% or more (the battery status will indicate the APP when a new battery charging is needed). • Also make sure that you are using a compatible terminal (IOS 8.x or higher and Android 4.4.x or higher). Your terminal must have Bluetooth 4.0 LTE or higher, most phones have this version. • Scanner nearby machines again by clicking on the context menu (⋮ Rescan machines), available on the top right of the APP. • Due to the nature of wireless transmission via Bluetooth, it is very possible that the Bluetooth transmitter Encoder need a reboot. Simply turn off the Encoder and turn it on again after 5 seconds. • You know that the encoder is connected to APP because the switch LED will flash continuously.
APP can not be installed from Google Play or from Apple Store. The stores return me the following information (this app is not compatible with your device). (APP)	Your terminal may not be compatible with the APP. Make sure you have a compatible terminal.
I downloaded the APP but can not access the connection with Encoder. (APP)	You must register at the APP to customize your workouts. This is a required process, you must do once to activate this part of the APP. If you want, you can log in using your Facebook, but we recommend you have a account registration with User and Email.
I don't remember my pass- word. (APP)	You can retrieve your password. Notes that under the access or registration forms you will see a link to recover your password. Follow the instructions and reset your password for access.

PROBLEM	TIP / SOLUTION
I stopped seeing the introduction of the APP, in which the three machines are presented. (APP)	The introduction is shown only once to each user. If you want to see it again, uninstall and reinstall APP. You will not lose data from your workouts, because such information is stored in the cloud. You do not worry. When reinstalling you must login again with your personal data. <u>Keep passwords in a safe place.</u>
I cannot see my trainings, but I remember seeing them. (APP)	RSP APP need internet connection to show its data and workout history. These data are stored in the cloud and the APP need Internet access to consult and show them. Make sure you have an internet connection and that this works correctly.
I deleted by accident one day of practice, ¿I can recover them? (APP)	RSP APP gives you three seconds before removing the data you have been told. Once you have removed that day or training, the data will be permanently deleted.
Unable to open the app on my phone. (APP)	• APP may not be compatible with your terminal or does not take appropriate hardware (Bluetooth LTE). • Reboot your phone and try again.
I want to create more user accounts. (APP)	You can create the accounts you want without limit. The APP can only be connected to an account at the same time, you should logout to access with another account. Open the app menu and you'll see your name down on the left, click on it and you'll see a button to LOG OUT.



Inercial Performance S.L.

Val Miñor 46 1c

36350 Nigrán. Pontevedra. Spain

Tel.: +34/659910685

info@inercial.com ● www.inercial.com