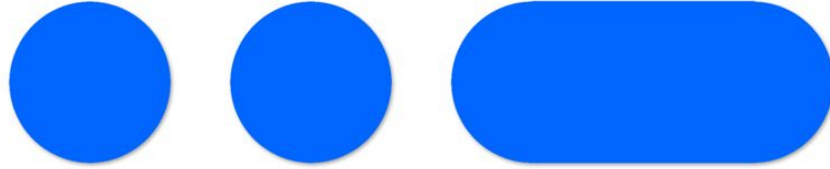


MultimediaForSports.com



Multimedia producties voor conditietests, conditietraining en sporteducatie

# Circuit Training Muziek Timer

**Voor XP en Vista PC**

**Nederlands**

[www.MultimediaForSports.com](http://www.MultimediaForSports.com)

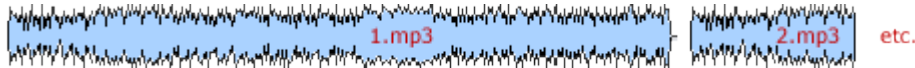
© 2010 PMMP  
v2.01 augustus 2010

## 2. Eigenschappen en functies van de Circuit Training Muziek Timer

### 2.1 Eigenschappen van de Circuit Training Muziek Timer

Met de Circuit Training Muziek Timer kunnen trainingsschema's naar wens door een gebruiker (trainer/zelfstandige sporter) worden ingevoerd en afgespeeld. Dit geldt voor de Circuit Training zelf maar ook voor het periodiek uitvoeren hiervan met een opbouw (bijvoorbeeld wekelijks). De Circuit Training Muziek Timer biedt de mogelijkheid EIGEN muziek (zie figuur 2.) af te spelen.

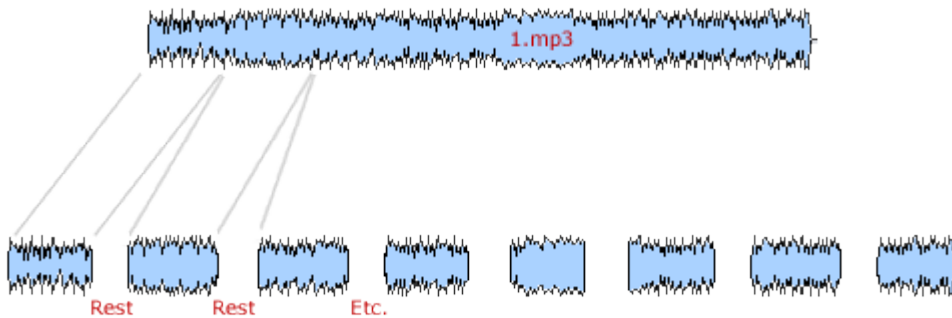
Figuur 2. De Circuit Training Muziek Timer kan een reeks, eigen MP3's afspelen.



De muziek kan tijdens de rusttijd gepauzeerd worden (zie figuur 3.) maar kan ook continu worden afgespeeld. Dit met een instelbare crossfade (overlap) bij elke overgang naar de volgende mp3.

Het trainingsschema wordt met behulp van aankondigingen en signalen hoorbaar gemaakt.

Figuur 3. Tijdens de rusten kan de actuele MP3 gepauzeerd worden.



Beschikbare audiosignalen en aankondigingen:

- Startsignaal van een oefening (piepjes of fluit).
- Stopsignaal van een oefening (korte piep of fluit)
- Startsignaal van een rusttijd (korte piep of korte fluit).
- Rust audio signaal (tikjes en piepjes).
- Aankondiging "Nog tien seconden". Is hoorbaar tijdens de oefening en rust (wanneer de tijdsduur dit toelaat).
- Aftellen naar de rust ("drie, twee, één").

De Timer kan ook met alleen met de aankondigingen en signalen worden gebruikt, zonder muziek. Stel het volume van de muziek en rust audio in op 0 (zie figuur 4.).

## 2.2 De basisfuncties van de Circuit Training Muziek Timer

In figuur 4 zijn de functies van de de Timer weergegeven. Een aantal functies wordt in dit figuur nader toegelicht.

**Figuur 4.** Het bedieningspaneel van de Circuit Training Muziek Timer

 Nieuw schema

Opent een nieuw schema. Standaard instellingen worden ingevoerd en de mp3 lijst wordt leeg gemaakt.

 Open schema

Opent een 'open bestand' dialoog box om een eerder opgeslagen schema te openen (\*.xml).

 Schema opslaan

Opent een 'opslaan' dialoog box om het actuele schema op te slaan. Vergeet niet op te slaan met de extensie '.xml'. Wanneer 'Schema opslaan' rood is, is het actuele schema gewijzigd maar nog niet opgeslagen.

 Afsluiten

Sluit de Circuit Training Timer af.



Als dit icoon geselecteerd is, zal een pieptoon klinken wanneer een oefening start of stopt.



Als dit icoon geselecteerd is, zal een fluittoon klinken wanneer een oefening start of stopt.

[ INTRO ]

Als dit icoon geselecteerd is, wordt een introductie geluid worden gebruikt.



Als dit icoon geselecteerd is, zal de muziek gepauzeerd worden in de rusttijd.