

CHALLENGE DISC 2.0 – Readme

MFT - Bodyteamwork®

INDEX

1. OVER DE CHALLENGE DISC.....	1
2. SYSTEEMEISEN.....	1
3. INSTALLATIE.....	3
3.1. WINDOWS	3
3.2. MAC OS X.....	5
4. GEBRUIKSAANWIJZING.....	5
5. PROGRAMMA VERWIJDEREN	6
6. PROBLEMEN OPLOSSEN.....	7
6.1. ALGEMENE PROBLEMEN.....	7
6.2. WINDOWS	8
6.3. MAC OS X.....	13

1. OVER DE CHALLENGE DISC

Je hebt er op verschillende manieren baat bij als je regelmatig met de Challenge Disc traint. De toepassing of app bij de Challenge Disc kan je daarbij helpen!

Word efficiënter op je werk of tijdens het sporten

Goed gecoördineerde spieren bewegen nauwkeuriger en gebruiken minder energie. Daardoor kun je je kracht, uithoudingsvermogen, behendigheid en snelheid beter trainen en toepassen. Door Body Teamwork® word je fitter en zal je beter presteren bij verschillende sporten zoals balsport, golf, hardlopen, nordic walking, wandelen, langlaufen en skiën.

Het versterkt je rug en houdt je gewrichten gezond

Bij standaard trainingen bereik je je diepe spieren niet, maar hiermee kun je ze versterken en je wervelkolom beschermen. Je gaat met een betere houding door het leven. Body Teamwork® versterkt ook de spiertjes rondom je gewrichten en houdt ze stevig. Dit voorkomt overbelasting en gewrichtsproblemen. Doordat ze sneller kunnen reageren, loop je minder risico op sportblessures en om op oudere leeftijd te vallen.

Verhoogt de concentratie en creativiteit

Door Body Teamwork® kun je je beter ontspannen en concentreren het verhoogt je creativiteit. Dit helpt je tijdens het studeren of op je werk. Gebruik de MFT Disc voor korte studie- en werkpauses (in werkkleding).

2. SYSTEEMEISEN

De **Challenge Disc 2.0** (art. nr. 9005) maakt via Bluetooth Low Energy verbinding met je computer, tablet of smartphone.

LET OP!

Controleer of je apparaat **Bluetooth Low Energy** ondersteunt. Raadpleeg de hardwarespecificatie. Het wordt soms ook Bluetooth LE of Bluetooth 4.0 genoemd De oudere versie- **Bluetooth 2.0** - wordt **niet** door de Challenge Disc **ondersteund!**

De ondersteunde besturingssystemen moeten minimaal aan de volgende eisen voldoen:

Challenge Disc 2.0

	Microsoft Windows	Mac OS X	Android	iOS
besturingssysteem	Windows 10 Windows 8.1	macOS 10.12 OS X 10.11 OS X 10.10 OS X 10.9 OS X 10.8	minimaal Android 4.3 (Jelly Bean MR2)	iOS 9 iOS 8 iOS 7 iOS 6
processor	Intel Pentium III 1GHz aanbevolen: Pentium 4 2GHz (of sneller)	alle Intell Processors (Core Duo 1.83GHz, of sneller)	alle	
geheugen	512 MB aanbevolen: 1 GB			
bluetooth	ondersteund door Bluetooth Low Energy (wordt ook wel Bluetooth LE of Bluetooth 4.0 genoemd)			
overige	internetaansluiting om de laatste versie te downloaden (CD-ROM / DVD-station)		internetaansluiting Google- account om te installeren	internet Apple-ID om te installeren

3. INSTALLATIE

3.1. Windows

Onder Windows start de software-installatie automatisch zodra je de installatie-cd plaatst. Volg enkel de aanwijzingen van het installatieprogramma. Je moet eerst een taal selecteren. Deze taal is alleen voor de installatie, de software zelf is altijd in meerdere talen.

Je kunt de installatie ook handmatig starten door "**challengeDiscSetup_<x>.exe**" op de installatie-cd te openen.

<x> staat voor versienummer.

3.1.1. Bluetooth-apparaten verbinden met apparaten die op Windows 8.1 draaien

Tip: deze handleiding is bedoeld voor Windows 8.1 en oudere versies van Windows 10. Vanaf Windows 10 "Creators Update", die medio 2017 is uitgebracht, hoef je niet meer vooraf verbinding te maken met de sensor!

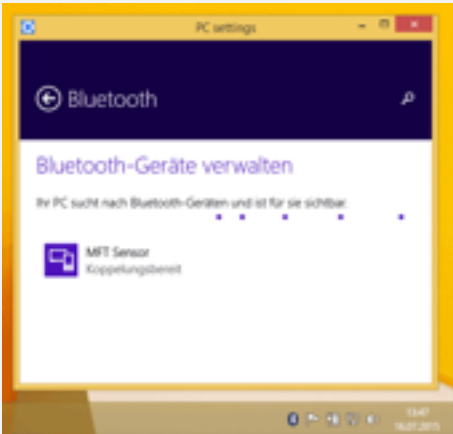

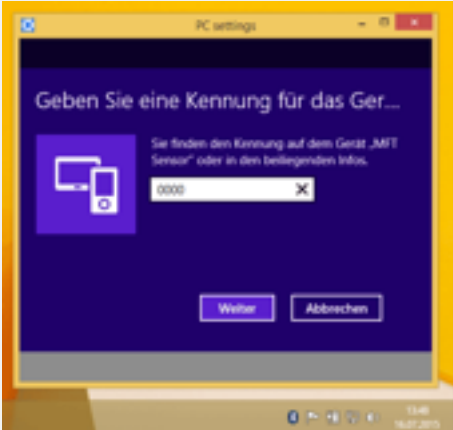
Voordat een programma onder Windows 8.1 gebruik kan maken van een Bluetooth-LE-sensor, moet deze met het besturingssysteem verbonden zijn. Door de sensor "te verbinden" koppel je het apparaat met het besturingssysteem, zodat het vervolgens door apps gevonden en gebruikt kan worden.

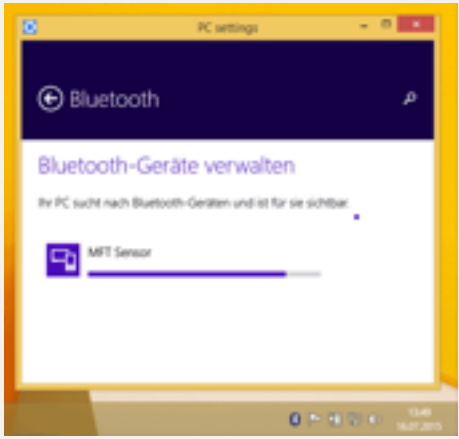
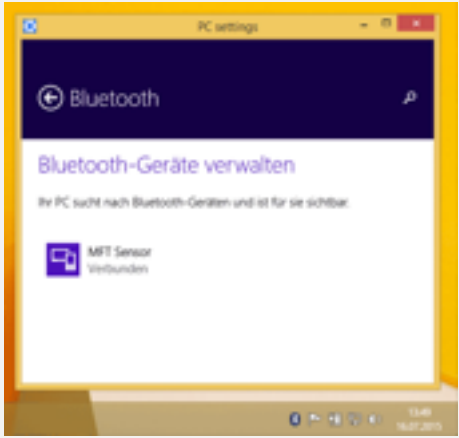
Daarom moet je de Bluetoothsensor van de Challenge Disc eerst verbinden voordat je de app kunt gebruiken. Dit hoef je maar één keer te doen als je het programma voor het eerst gebruikt. Zodra de verbinding tot stand is gebracht, onthoudt het besturingssysteem het apparaat en is dus onmiddellijk klaar voor verdere toepassingen.

In de volgende instructies leggen we uit hoe je de Challenge Disc met het systeem kunt verbinden.

<p>Stap 1</p>	 <p>Controleer of Bluetooth is ingeschakeld en klik vervolgens met de rechtermuisknop op het Bluetoothpictogram in de taakbalk.</p> <p>Klik anders op "Een apparaat toevoegen" in het gedeelte "Hardware en geluiden" van het configuratiescherm (ga dan verder met stap 3).</p>
<p>Stap 2</p>	 <p>Selecteer in het contextmenu "Bluetooth-netwerkkapartaten weergeven".</p>

CHALLENGE DISC 2.0 – Readme

Stap 3	 <p>Beweeg je Challenge Disc om de Bluetoothsensor te activeren. De sensor verschijnt dan met de naam "MFT-sensor" in de lijst met gevonden apparaten. Klik op deze regel.</p>
Stap 4	 <p>Selecteer nu "Verbinden".</p>
Stap 5	 <p>Windows vraagt nu om een identificatie. Voer 0000 in en klik dan op "Volgende".</p>

<p>Stap 6</p>	 <p>Windows maakt nu verbinding met de Bluetoothsensor. Beweeg je Challenge Disc weer zodat de sensor niet terugschakelt naar de spaarstand.</p>
<p>Stap 7</p>	 <p>Als de status van de sensor nu zoals afgebeeld op "Verbonden" staat, is de verbinding tot stand gebracht en kun je de app met je Challenge Disc gebruiken! Voer de bovengenoemde stappen in geval van een fout nog een keer uit.</p>

3.2. Mac OS X

Onder Mac OS X hoef je alleen de image **.dmg** te openen en het programma "**Challenge Disc**" naar de map Applications te slepen.

Je hoeft geen verbinding tot stand te brengen zoals hierboven onder Windows 8.1.

4. GEBRUIKSAANWIJZING

De app bestaat uit vier onderdelen:

<p>1. Warming-up</p>	<p>Hier kun je een warming-up doen voordat je met de training begint en meteen meer te weten komen over de functies en voordelen van de Challenge Disc.</p>
<p>2. Test</p>	<p>Voor het trainen moet je eerst een toelatingstest doen. Dan weet je welk trainingsniveau het beste bij je past.</p>

3. Training	Tijdens de training stuur je een groene bal. Je moet proberen de Challenge Disc door de juiste druk in het rood gemarkeerde gebied te houden. Dit klinkt makkelijker dan het is ... Je kunt uit vijf verschillende moeilijkheidsgraden kiezen.
4. Spelletjes	Je kunt uit zes verschillende spelletjes kiezen. Net als in de trainingsmodus kun je je resultaten in een lijst met topscores invoeren.

In het hoofdmenu vindt je in het menu-item "informatie" (kleine "i") wat de voordelen van de Challenge Disc zijn.

En hier kun je ook de taal selecteren. De app spreekt verschillende talen. Op dit moment zijn er 10 Europese talen beschikbaar! Bij het opstarten van de software wordt standaard de taal gebruikt die je als standaardtaal in je besturingssysteem hebt ingesteld.

Om de software te verlaten, drukt u op de knop <ESC>.

5. PROGRAMMA VERWIJDEREN

Windows

Klik in het submenu "Challenge Disc" op "Uninstall" in het startmenu.

Mac OS X

Verwijder de app "Challenge Disc" uit de map Applications.

6. PROBLEMEN OPLOSSEN

Download en installeer de nieuwste versie voordat je een probleem probeert op te lossen. Mogelijk wordt het probleem al verholpen:

<http://www.mft-company.com/mft/download-support>

Als je een probleem niet met de volgende instructies kunt oplossen, neem dan contact met ons op:

TST

Trend Sport Trading GmbH

Steinbruchweg 4
A-7051 Großhöflein

Tel: +43-2682-61090

E-Mail: office@tst-trendsport.at

<http://www.mft-company.com/>

6.1. Algemene problemen

```
>> De sensor is gevonden (Bluetoothsymbool is blauw met een groen vinkje)
>> De software blijft hangen, de rode voortgangsbalk loopt niet van links naar rechts
>> Er is alleen een veld met een groene rand met het woord "starting ..." te zien.
```

Oorzaken van problemen/Diagnose

De Challenge Disc is uitgerust met een bewegingssensor en een Bluetooth Low Energy-sensor. De bewegingssensor meet de helling van de Disc - de Bluetoothsensor stuurt deze gegevens naar uw PC, Mac of mobiele apparaat.

Als er bij het opstarten van de software een blauw Bluetoothsymbool met een groen vinkje verschijnt, is de Bluetoothsensor gevonden. Als de toepassing in deze weergave blijft hangen en de voortgangsbalk niet doorloopt, is de bewegingssensor waarschijnlijk defect.

(1)	Neem contact op met uw verkoper
(2)	<p>Neem contact met ons op!</p> <ul style="list-style-type: none"> • Maak een screenshot van de app • Noteer de exacte naam van uw PC of tablet (model, installatie, aankoopdatum) en die van uw besturingssysteem • Neem contact met ons op met de beschrijving van het probleem (contactgegevens zie hierboven) <p>Een defecte sensor wordt gratis door ons vervangen of gerepareerd.</p>

6.2. Windows

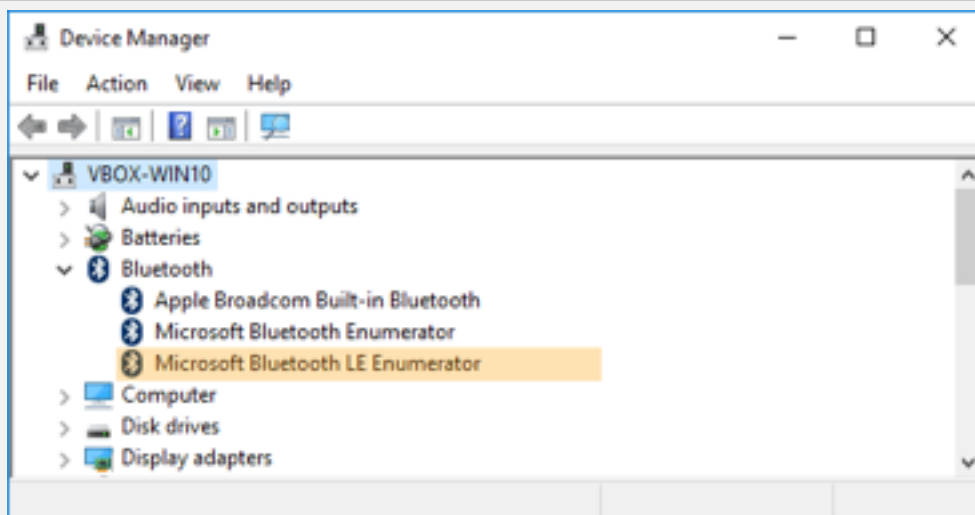
>> De software van Challenge Disc kan de sensor niet vinden.
>> Tijdens het verbinden verschijnt er een foutmelding.

Oorzaken van problemen/Diagnose

Controleer eerst of uw PC Bluetooth Low Energy ondersteunt. Er worden nog steeds apparaten met oudere hardware verkocht die alleen de oudere versie Bluetooth 2.0 ondersteunen. **Voor deze app moet je echt Bluetooth Low Energy hebben!**

Zo kun je controleren of je Windows-PC Bluetooth Low Energy ondersteunt:

- (1) Controleer of je **Windows 10 of Windows 8.1** hebt. Oudere versies van Windows worden niet ondersteund!
- (2) Raadpleeg de productbeschrijving en zoek naar "Bluetooth Low Energy", "Bluetooth LE" of "Bluetooth 4.0".
- (3) Open "Apparaatbeheer" ("Device Manager" in het Engels) en open de optie "Bluetooth". Als er "Microsoft Bluetooth LE Enumerator" staat, ondersteunt uw apparaat Bluetooth Low Energy.



>> Bij de eerste keer opstarten werkt de software zonder problemen
>> Zodra je COODI afsluit en opnieuw opstart, blijft de software in het startscherm hangen
>> Er verschijnt een grijs Bluetoothsymbool met een "X"
>> Er verschijnt een foutmelding "Error! BLTE: the device is not ready!"

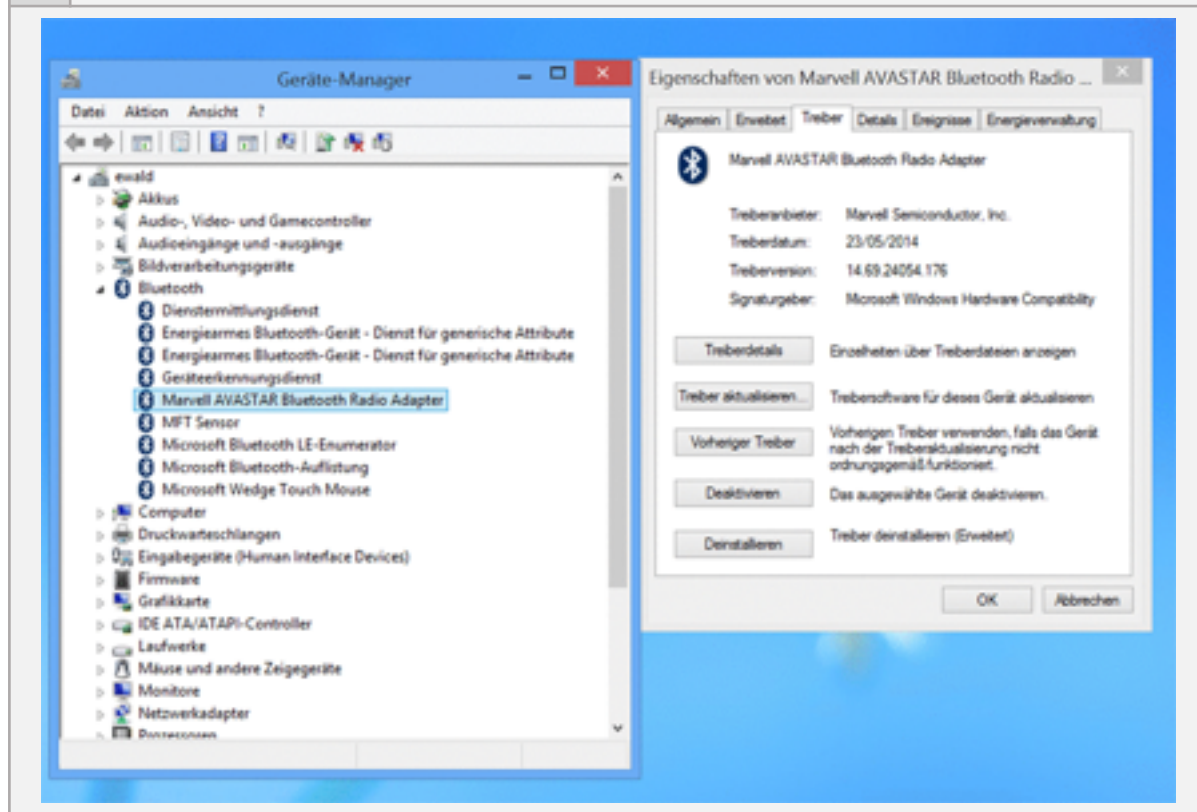
Oorzaken van problemen/Voorgestelde oplossingen

Helaas is dit een bekend probleem van Windows 10 in het stuurprogramma van Bluetooth Low Energy, die maar op enkele apparaten optreedt. Volgens onze informatie komt dit probleem door de fabrikant van Windows. Elke keer dat je de software gebruikt, moet je de verbinding met de sensor verbreken en daarna weer tot stand brengen - of je moet de computer opnieuw opstarten.

CHALLENGE DISC 2.0 – Readme

Probeer eerst het Bluetoothstuurprogramma te updaten:

- (1) Je kunt het stuurprogramma van de Bluetooth als volgt updaten:
 - Open **Apparaatbeheer**
 - typ in de zoekfunctie (de loop in Windows 10) **Apparaatbeheer**
 - open apparaatbeheer en klap het Bluetoothsymbool uit
 - klik vervolgens met de rechtermuisknop op de adapter (niet: stuurprogramma bijwerken, apparaat uitschakelen of verwijderen) en selecteer "**Eigenschappen**"
 - klik op het tabblad "**Stuurprogramma**"
 - klik op "**Stuurprogramma bijwerken**"
 - start de computer opnieuw op
- (2) Controleer ook of er in dit vensters een tabblad "**Energiebeheer**" staat. De **sparstand** moet **uitgeschakeld** zijn (d.w.z. dit mag niet aangevinkt zijn).



Als dit geen resultaat oplevert, probeer dan het volgende:

- (1) Start je computer na gebruik van de app opnieuw op. Als het probleem hierdoor niet is opgelost, ga dan door naar punt (2):
- (2) Verbreek de verbinding met de sensor:
 - klik met de rechtermuisknop op het Bluetoothsymbool in de taakbalk
 - Selecteer in het contextmenu "**Bluetooth-netwerkapparaten weergeven**"
 - klik op het item "**MFT-sensor**" en vervolgens op "**Apparaat verwijderen**"

Maak opnieuw verbinding (zie instructies in hoofdstuk 3.1.1, bladzijde 3)

Helaas moet je deze stap telkens als je de app wilt opstarten steeds herhalen. Microsoft werkt al aan een oplossing voor het probleem!

CHALLENGE DISC 2.0 – Readme

```
>> Na het opstarten verschijnt er niets op het scherm.
>> Het scherm blijft wit of grijs.
```

Oorzaken van problemen/Voorgestelde oplossingen

Dit is een bekend probleem met Adobe Flash in de modus Volledig scherm, dat gelukkig zeer zelden voorkomt. Doordat de app deels in Flash is ontwikkeld en heeft het ook met dit probleem te maken.

Dit komt door een incompatibiliteit met de het stuurprogramma van de Windows-videokaart. Als je dit probleem hebt, heeft het ook gevolgen voor andere toepassingen. Probeer eens op [YouTube](#) een video op volledig scherm te bekijken.

(1)	Het stuurprogramma van de videokaart updaten. Probeer Windows te updaten. Misschien is er een nieuwe versie van het stuurprogramma voor de videokaart waarin dit probleem is oplost.
(2)	Adobe Flash Players kun je update via http://get.adobe.com/flashplayer
(3)	<p>Je kunt het probleem ook verhelpen door de hardware-acceleratie van de videokaart voor Adobe Flash uit te schakelen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • start het programma "ScreenFix" (dit kun je vinden het Windows Start-menu in de subdirectory "Challenge Disc") • klik op "HW-acceleratie" • er verschijnt een nieuw venster • klink het vinkje voor "Hardwareacceleratie inschaken" uit • klik op "sluiten" om te bevestigen
(4)	<p>Als laatste optie kun je de app ook in venster uitvoeren. De modus Volledig scherm wordt dan niet gebruikt waardoor er geen problemen kunnen optreden.</p> <ul style="list-style-type: none"> • start het programma "ScreenFix" (dit kun je vinden het Windows Start-menu in de subdirectory "Challenge Disc") • er wordt weergegeven in welke de modus de app wordt uitgevoerd • controleer of de app in de modus Volledig scherm wordt gestart • klik op "Venstermodus"

```
>> De app werkt – maar delen van de interface vallen buiten beeld.
```

Oorzaken van problemen/Voorgestelde oplossingen

We hebben ontdekt dat dit probleem soms op de huidige tablets en notebooks met Windows 8 (of 8.1) optreedt. Dit komt doordat er een hogere schermresolutie is geselecteerd dan de fysieke resolutie van de monitor. Daardoor valt de interface buiten beeld.

(1)	Pas de schermresolutie aan: Klik met de rechtermuisknop op het bureaublad >> Menu-item "Schermresolutie"
------------	---

CHALLENGE DISC 2.0 – Readme

- | | |
|------------|--|
| (2) | <p>Voer de app anders in een Windows-venster uit (dit venster kan naar believen verplaatst, vergroot of verkleind worden):</p> <ul style="list-style-type: none"> • start het programma “ScreenFix”
(dit kun je vinden het Windows Start-menu in de subdirectory "Challenge Disc") • er wordt weergegeven in welke de modus de app wordt uitgevoerd • controleer of de app in de modus Volledig scherm wordt gestart • klik op “Venstermodus” |
|------------|--|

>> Foutmelding bij het opstarten: voor dit programma is het onderdeel "flash.ocx" vereist

Oorzaken van problemen/Voorgestelde oplossingen

Sommige Windows-versies (bijv. Windows 7 Home Premium 64 bit) beschikken niet over alle onderdelen die voor deze app nodig zijn (**flash.ocx**). Je kunt ze als volgt installeren:

- | | |
|------------|--|
| (1) | <p>Installeer de nieuwste versie van Flash voor Internet Explorer.
Ga hiervoor via Internet Explorer naar de webpagina http://get.adobe.com/flashplayer/ en selecteer "Nu installeren".</p> |
| (2) | <p>Als punt (1) niet werkt, kopieer dan het ontbrekende bestand (flash.ocx) handmatig:</p> <ul style="list-style-type: none"> • open met Windows-Explorer de map waar Flash is opgeslagen. Bij Windows 7 is dit: C:\Windows\System32\WindowsCommon\Flash\ • daar vind je (na het installeren van Adobe-Flash) een bestand met de naam Flash##.ocx, waar ## een versienummer is (Het bestand kan bijv. ook Flash32_11_9_900_117.ocx heten). • hoe het bestand ook wordt genoemd, kopieer en plak het in dezelfde map (hiervoor moet je de beheerdersrechten hebben). • dit bestand heeft dan dezelfde naam aangevuld met vermelding Kopie. • wijzig de naam van het bestand vervolgens in flash.ocx. • probeer de app opnieuw op te starten. |

Dit proces wordt ook hier beschreven:

<http://lasthussar.wordpress.com/2011/07/11/how-to-solve-missing-flash-ocx-the-simple-way/>

>> Software start in eerste instantie normaal op
>> Na een tijdje blijft het balletje tijdens de training hangen en reageert niet meer.

Oorzaken van problemen/Voorgestelde oplossingen

Dit probleem ontstaat soms op sommige PC's en laptops en wordt voornamelijk waargenomen bij apparaten die op Windows 10 draaien. Waarschijnlijk ligt dit aan de spaarstand, die de Bluetoothadapter in de PC ten onrechte uitschakelt!

(1)	Help ons eventuele bugs te repareren door ons de fabrikant en de versie van het stuurprogramma van uw Bluetoothadapter toe te sturen: <ul style="list-style-type: none">• deze informatie is het best te vinden via het Apparaatbeheer• typ in de zoekfunctie (de loep in Windows 10) Apparaatbeheer• open apparaatbeheer en klap het Bluetoothsymbool uit• klik vervolgens met de rechtermuisknop op de adapter (niet: stuurprogramma bijwerken, apparaat uitschakelen of verwijderen) en selecteer "Eigenschappen"• stuur deze informatie door middel van een screenshot van het tabblad "Stuurprogramma" naar ons toe
(2)	Controleer nu of er in dit vensters een tabblad " Energiebeheer " staat. De spaarstand moet uitgeschakeld zijn (d.w.z. dit mag niet aangevinkt zijn). Volgens meldingen op Internet konden dit soort problemen met Bluetooth zo worden opgelost!

6.3. Mac OS X

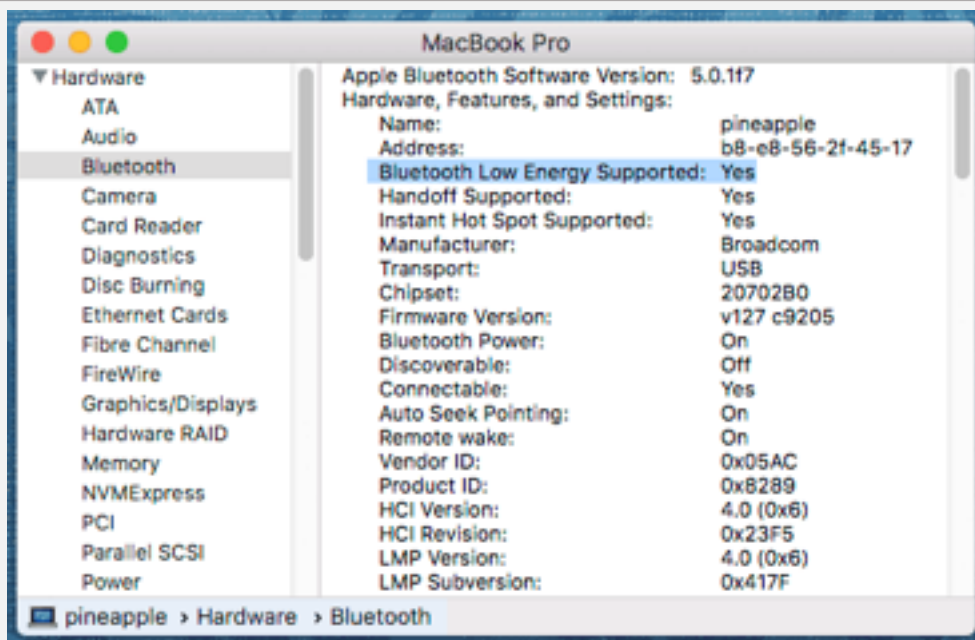
>> De software van Challenge Disc kan de sensor niet vinden.
>> Tijdens het verbinden verschijnt er een foutmelding.

Oorzaken van problemen/Diagnose

Controleer eerst of uw Mac Bluetooth Low Energy ondersteunt. Apple maakt bij sommige apparaten al sinds 2005 gebruik van draadloze technologie, maar in 2009 bestonden er nog iMacs zonder deze versie. **Voor deze app moet je echt Bluetooth Low Energy hebben!**

Zo kun je controleren of je Mac Bluetooth Low Energy ondersteunt:

(1)	Controleer of je minstens Mac OS X 10.7 hebt. Oudere versies van Mac OS worden niet ondersteund!
(2)	Raadpleeg de productbeschrijving en zoek naar “Bluetooth Low Energy”, “Bluetooth LE” of “Bluetooth 4.0”.
(3)	<p>Open Systeeminformatie</p> <ul style="list-style-type: none"> • klik op het Apple-logo in de linkerbovenhoek van de menubalk • selecteer “Over deze Mac” • klik op “Systeeminformatie” • selecteer “Bluetooth” in de linkerkolom • controleer of er het volgende item wordt vermeld: <p>“Bluetooth Low Energy wordt ondersteund: Ja” (in het Engels: “Bluetooth Low Energy Supported: Yes”)</p>



>> "ChallengeDisc" kan niet worden geopend omdat het afkomstig is van een onbekende ontwikkelaar.

Oorzaken van problemen/Voorgestelde oplossingen

CHALLENGE DISC 2.0 – Readme

Laat je niet afschrikken door deze melding: om veiligheidsredenen wordt het steeds moeilijker om onder OS X software te installeren die niet van Apples App Store afkomstig is. Wij garanderen dat de app geen veiligheidsrisico vormt voor je computer!

Om de app toch op te kunnen starten:

- houd de <ctrl>-toets ingedrukt en dubbelklik op de app
- het besturingssysteem vraagt nogmaals of je het zeker weet. Beantwoord de vraag bevestigend
- OS X onthoudt je invoer. De volgende keer start de app gewoon op

```
>> Ongeveer 2 minuten na het opstarten van de app wordt het scherm donker.  
>> Na ongeveer 10 minuten wordt de app volledig uitgeschakeld.
```

Oorzaken van problemen/Voorgestelde oplossingen

Dit wordt niet door een probleem veroorzaakt, maar door de schermbeveiliging. Als je de muis niet beweegt (en dat doe je meestal ook als je met de Disc Challenge traint), begint de tijd te lopen. Bovendien kan het scherm worden gedimd voordat het volledig wordt uitgeschakeld.

Onder **Energiestand** bij **Systeemvoorkeuren** kun instellen wanneer het scherm wordt uitgeschakeld. Schuif de knop naar "**Schakel beeldscherm uit na**" het gewenste aantal minuten.

Schakel het selectievakje "**Helderheid bij het inschakelen van de sluimerstand automatisch verlagen**" uit zodat je beeldscherm niet per ongeluk in de sluimerstand wordt gezet.