

COROS DURA

Felhasználói kézikönyv



Térképek letöltése a DURA-ra.....	4
Térképek letöltése – lépések	4
Térképek megjelenítése a DURA-n	4
Útvonalak letöltése és szinkronizálása a DURA-val	5
Útvonalak letöltése.....	5
Útvonal létrehozása.....	5
Útvonalak szinkronizálása más appokból.....	5
Útvonal importálása	5
Útvonal szinkronizálása a DURA-ra	5
Mászás funkciók használata a DURA-n	6
Auto Climb Detection	6
Manual Climb Segments.....	6
Navigáció használata a DURA-n	7
Útvonal szinkronizálása a DURA-ra	7
Útvonal követése.....	7
Navigációs beállítások	7
Split Screen mód használata	8
Automatikus körszámlálás	8
Position Mode	8
Distance Mode	9
Strava Live Segments használata a DURA-n	9
Strava Live Segments beállítása	9
Szegmensbeállítások a DURA-n.....	9
Versenyzőválasztási lehetőségek	10
Strava Live Segments használata.....	10
Edzések létrehozása és követése a DURA-n	11
Edzés létrehozása	11
Edzésszakasz-típusok.....	11
Edzés követése a DURA-n.....	12
Edzések törlése.....	13
Csoportkövetés (Group Tracking) a DURA-n.....	13
Eszközkompatibilitás	13
Group Tracking beállítása.....	13
A Group Activity elindítása	14

A Group Tracking használata	14
Follow Team Members (Csapattagok követése).....	14
Update the Route (Útvonal módosítása)	14
Add a Meeting Point (Találkozóhely hozzáadása)	15
Leave the Group (Csoport elhagyása).....	15
DURA akkumulátor specifikációk.....	15
All Systems GPS mode – akkumulátor üzemidők.....	15
Dual Frequency GPS Mode – akkumulátor üzemidők	15
Az állapotsáv (Status Bar) áttekintése	16
Status Bar ikonok.....	16
Bike Alarm funkció használata.....	17
Hogyan működik a Bike Alarm?	17
A Bike Alarm bekapcsolása.....	17
A Bike Alarm kikapcsolása	17
Biztonsági riasztások és ütközésérzékelés (Crash Detection) a DURA-n	18
A funkciók működésének feltételei	18
Setting Up Safety Alerts (Biztonsági riasztások beállítása)	18
Using Safety Alerts (SOS jelzés küldése).....	18
A Safety Alert befejezése.....	19
Using Crash Detection (Balesetészlelési funkció használata)	19
DURA párosítása okosedzőkkel	19
ERG mód támogatás	19
DURA párosítása teljesítménymérőkkel.....	19
Teljesítménymérő kalibrálása	20
DURA párosítása elektronikus váltókkal.....	20
Gombvezérlés beállítása SRAM-mal.....	20
DURA párosítása Garmin Varia radarral.....	20
Támogatott radaros lámpák.....	20
DURA párosítása sebesség- és pedálfordulat-szenzorokkal.....	20
Szenzorok akkumulátorszintjének megtekintése	21
DURA használata COROS órával	21
Felszereléskövetés (Gear Tracking).....	21
Garancia és támogatás.....	21

Térképek letöltése a DURA-ra

A DURA eszközre közvetlenül a COROS appon keresztül tudsz térképeket letölteni és törölni. A DURA támogatja a globális domborzati (topographical) és tájkép (landscape) térképeket. Fontos tudnod, hogy a térképeken utcanevek nem látszanak, viszont navigáció közben a kanyarjelzéseknél megjelennek.

Térképek letöltése – lépések

Így tudsz térképeket letölteni vagy törölni a DURA-ra a COROS app segítségével:

- Nyisd meg a COROS appot, majd menj a **Profile** oldalra, és válaszd ki a DURA eszközt.
- Koppints a **Map Manager** menüpontra.

Itt egy világméretű rácsot látsz – ezen jelölve van minden olyan térképterület, amit már letöltöttél, illetve amit letölthetsz.

- Válaszd ki azokat a térképcsempéket, amelyeket le szeretnél tölteni.
- Amikor kész vagy, nyomd meg a piros **Download** gombot.
- A DURA ekkor felajánlja, hogy csatlakozz Wi-Fi-re.
- Válassz egy hálózatot, és írd be a jelszót a COROS appban.

Megjegyzés: A DURA csak 2.4 GHz-es Wi-Fi hálózatokra tud csatlakozni (az 5 GHz nem támogatott).

- A térképek letöltése megkezdődik, és amikor elkészül, a **Maps** widgetből tudod megnyitni őket a DURA-n.

Ha térképet szeretnél törölni:

Nyisd meg újra a **Map Manager** menüt, majd fent kapcsold át a nézetet **Download** → **Delete** módra.

Térképek megjelenítése a DURA-n

Amint egy térkép már le van töltve, a DURA automatikusan megjelenít egy alapértelmezett térképoldalt, amikor kültéri tevékenységet indítasz.

Emellett személyre is szabhatod a térkép nézetét:

a DURA-n menj a **System** → **More Settings** → **Map Direction** menübe, és ott állítsd be, hogyan legyen tájolva a térkép (például **North Up** vagy **Heading Up**).

Útvonalak letöltése és szinkronizálása a DURA-val

Útvonalak letöltése

Mielőtt egy útvonalat követni tudnál a DURA eszközön, először fel kell töltened azt a COROS appba. Ez a kiindulópont minden útvonal szinkronizálásához.

Útvonal létrehozása

Útvonalat kétféleképpen tudsz létrehozni:

- Közvetlenül a COROS appban, az **Explore** oldalon. Itt rajzolhatsz útvonalat, megadhatasz pontokat, és az alkalmazás automatikusan kiszámítja az útvonal hosszát, szintemelkedést stb.
- Egyéb alkalmazásokból importálva (pl. Strava, Komoot). A COROS automatikusan felismeri a kompatibilis GPX útvonalakat.

Útvonalak szinkronizálása más appokból

Ha a COROS fiókodat összekötötted más alkalmazásokkal – például:

- Strava
- Komoot
- Ride with GPS

— akkor az ott elmentett útvonalak automatikusan szinkronizálódnak a COROS appal. Ez azért kényelmes, mert nem kell manuálisan tölteni a GPX fájlokat.

Útvonal importálása

Ha az útvonalad nem automatikusan szinkronizálódik, kézzel is be tudod tölteni GPX fájlként:

- Töltsd le a kívánt útvonalat GPX formátumban.
- Koppints a GPX fájlra a telefonodon.
- Amikor a telefon rákérdez, hogy mivel nyisd meg, válaszd a COROS appot.
- A megnyitott oldalon nyomd meg a **Save** gombot.

Ajánlás: A COROS azt javasolja, hogy az útvonal legyen 2000 km-nél rövidebb, 100 MB-nál kisebb, és kevesebb mint 200 route point legyen benne.

Útvonal szinkronizálása a DURA-ra

Ha már elmentetted az útvonalat a COROS appban, ezután így tudod elküldeni a DURA eszközre:

- Nyisd meg a COROS appot, és menj az **Explore** oldalra.
- Koppints a jobb felső sarokban a **Route Library** ikonra.
- Nyisd meg azt az útvonalat, amit szinkronizálni szeretnél.
- Görgess le, és válaszd a **Sync with Your Device** opciót.

- Nyomd meg a **Send** gombot.

A DURA ezután megkapja az útvonalat, és már használhatod is navigációhoz.

Mászás funkciók használata a DURA-n

A DURA automatikusan felismeri, amikor emelkedőn haladsz, és ehhez igazítva jelenít meg olyan adatokat, amelyek segítenek követni a mászás aktuális szakaszát. A mászás funkciókat kétféleképpen használhatod:

- **Auto Climb Detection** – automatikus mászásérzékelés
- **Manual Climb Segments** – kézi mászás szakaszok indítása/leállítása

Auto Climb Detection

Ha bekapcsolod az Auto Climb Detection funkciót, a DURA automatikusan felismeri, amikor felfelé haladsz, és megjeleníti az adott emelkedőhöz kapcsolódó adatokat.

A bekapcsolás lépései:

- Nyisd meg a COROS appot.
- Menj a **Profile** oldalra, és válaszd ki a DURA eszközt.
- Lépj be az **Activity Settings** menübe.
- Válaszd ki azt a **bike** módot, amelyben szeretnéd használni a funkciót.
- Kapcsold be vagy ki az **Auto Climb Detection – ON/OFF** kapcsolót.

Manual Climb Segments

A mászás szakaszokat manuálisan is vezérelheted. Ez akkor hasznos, ha:

- pontosan szeretnéd jelölni egy adott mászás kezdetét,
- vagy ha olyan terepen bringázol, ahol az automatikus érzékelés nem működik elég pontosan.

Használat:

A mászás szakaszt a DURA Back/Lap gombjának megnyomásával tudodv elindítani, majd később ugyanígy leállítani.

Navigáció használata a DURA-n

Útvonal szinkronizálása a DURA-ra

Ahhoz, hogy navigációt használj a DURA eszközön, először szinkronizálnod kell az útvonalat a készülékre. Ezt a lépést a COROS appban tudod elvégezni.

Útvonal követése

Ha készen állsz az útvonal követésére:

- A DURA menüben görgess a **Navigation** menüpontra.
- Válaszd ki a kívánt útvonalat a listából.
- Ezután válaszd ki a megfelelő activity mode-ot:
 - Road
 - Gravel
 - MTB
 - E-Bike
 - E-MTB
- Indíthatod is az aktivitást – a DURA megjeleníti az útvonalat, és követi a helyzeted.

Navigációs beállítások

Mielőtt elkezdted a navigációt, többféle beállítást tudsz személyre szabni:

Climb

Megnézheted a teljes mászási profilt, illetve az útvonalon található emelkedő szakaszokat.

Route Details

Itt láthatod az útvonal hosszát, a teljes szintemelkedést és szintvesztést.

Direction

Kiválaszthatod, hogy az útvonalat Positive (normál) vagy Reverse (fordított) irányban szeretnéd követni.

Off Route Settings

Három opció:

Auto Reroute – automatikusan újratervezi az útvonalat

Manual Reroute – te döntöd el, mikor legyen újratervezés

No Reroute – nincs újratervezés

Split Screen

Lehetővé teszi, hogy egyszerre lásd a térképet és adatmezőket.

Turn by Turn

Bekapcsolhatod a kanyarokra figyelmeztető utasításokat.

Split Screen mód használata

A Split Screen mód nagyon hasznos, ha egyszerre szeretnéd figyelni:

- a térképet,
- és három adatmezőt (például sebesség, táv, idő).

Használata:

- Válaszd ki bármelyik kültéri kerékpáros módot a DURA-n.
- Mielőtt az aktivitást elindítod, görgess le a **Split Screen** opcióig.
- Itt be tudod kapcsolni a funkciót.

A Split Screen három adatmezőjét a COROS appban tudod testre szabni:
Profile → DURA → Activity Settings → (választott bike mód) → Split Screen Mode

Automatikus körszámlálás

Az **Automatic Lap Counting** funkció segítségével a DURA automatikusan köröket (lapeket) tud jelölni a kerékpáros edzéseid során.

Ez különösen hasznos:

- ismétlődő körök edzésénél (pl. hegyi résztávok),
- versenypályákon,
- vagy olyan útvonalakon, ahol ugyanarra a pontra többször visszatérsz.

A funkció minden kerékpáros módhoz elérhető, beleértve az indoor módot is.

Position Mode

A Position Mode akkor hasznos, ha egy konkrét fizikai helyhez szeretnéd kötni a körszámlálást.

Három opció közül választhatsz:

1. Start Only

A DURA akkor jelöl új kört, amikor visszatérsz a kiindulási pontra. Ideális: körpályákhoz, park körökhöz, körgyorsulás edzésekhez.

2. Lap Press Only

Itt neked kell kijelölni a referenciapontot:

egyszer megnyomod a **Lap** gombot → a DURA megjegyzi a helyet

minden alkalommal, amikor visszatérsz erre a pontra, új kört generál. Akkor jó választás, ha nem a startpontodhoz szeretnél kötni a köröket.

3. Start + Lap Press Combined

Mindkét pont érvényes körjelölő lesz.

Distance Mode

Ebben az üzemmódban nem pozíció alapján, hanem megtett távolság szerint jelöl új kört a DURA.

Hogyan működik?

Te megadsz egy körhosszt (pl. 1 km, 5 km, 10 km).

A DURA automatikusan jelöl egy új kört minden alkalommal, amikor eléred ezt a távot.

Ez a mód ideális: résztávedzésekhez, ütemezett teljesítményfokozáshoz, hosszabb egyenes szakaszú edzésekhez.

Strava Live Segments használata a DURA-n

Strava Live Segments beállítása

A Strava Live Segments használatához két feltételnek kell teljesülnie:

Strava Premium előfizetés szükséges.

Kültéri kerékpáros aktivitást kell rögzítened a DURA-val (e-bike mód nem támogatott ehhez a funkcióhoz).

Ha a COROS fiókodat még nem kötötted össze a Stravával:

- Nyisd meg a COROS appot.
- Menj a Profile → Settings → 3rd Party Apps menübe.
- Válaszd ki a **Strava** lehetőséget.
- Jelentkezz be a Strava fiókoddal, és erősítsd meg az összekapcsolást.
- Ezután a COROS automatikusan: lekéri a Strava fiókodban „starred”, vagyis kedvencként megjelölt Live Segmentjeidet, maximum 30 legutóbb megjelölt szegmenst tölti le.

Megjegyzés: A Strava a lejtős (downhill) szegmenseket biztonsági okokból nem szinkronizálja.

Szegmensbeállítások a DURA-n

A Strava Live Segments a következő bike módokban használható:

- Road Bike
- Gravel Bike
- MTB

Ha kiválasztottad a tekerési módot, indulás előtt görgess le a Strava Segments opcióhoz. Itt megnyithatod a Segment List-et, kiválaszthatod, melyik szegmens legyen aktív, módosíthatod, hogy ki ellen szeretnél versenyezni.

A DURA minden szegmensnél megmutatja a jelenlegi „versenyzőt”, azaz a teljesítmény-összehasonlítás alapját.

Versenyzőválasztási lehetőségek

Minden szegmenshez négyféle „ellenfelet” választhatsz:

• Carrot

A Straván követett ismerőseid közül az a személy, aki épp előtted van a ranglistán (a következő gyorsabb).

• PR (Personal Record)

A saját legjobb időd azon a szegmensen.

• KOM/QOM

A szegmens abszolút leggyorsabb ideje (férfiaknál KOM, nőknél QOM).

• Wolf

A Straván követett ismerőseid közül az, aki közvetlenül mögötted van a szegmens ranglistáján.

A DURA a te választásod alapján mutatja majd, hogy éppen előnyben vagy, hátrányban vagy, vagy pont tartod a tempót.

Strava Live Segments használata

Menet közben a DURA többféle értesítést is ad:

1. „**Approaching**” – közeledés egy szegmenshez: A DURA jelzi, ha egy Strava szegmens felé közeledsz.

2. „**Start**” – a szegmens kezdete

Itt megmutatja a szegmens hosszát, a sikeres teljesítéshez szükséges tempót, a kiválasztott ellenfelet.

3. Szegmens közben

A kijelzőn láthatod: hány másodperccel vagy előrébb vagy hátrébb, az aktuális sebességedet, mennyi van még hátra, az eltelt időt, a térképes nézetet.

4. Jelzések

A DURA hangot és vizuális visszajelzést ad, hogy pontosan lásd, hogyan teljesítesz.

Edzések létrehozása és követése a DURA-n

A DURA képes végigvezetni téged komplett, strukturált edzéseken.

Az edzéseket létrehozhatod közvetlenül a COROS appban, letöltheted a **Workout Library**-ből, vagy szinkronizálhatod külső platformokról, például TrainingPeaks.

Miután az edzés szinkronban van a DURA-val, a készülék lépésről lépésre végigvezet a teljes edzésprogramon.

Edzés létrehozása

Az edzés létrehozása a COROS appban történik. Így csináld:

- Nyisd meg a COROS appot, és menj a **Profile** oldalra.
- Koppints a **Workout Library** menüpontra.
- A jobb felső sarokban válaszd a **Create** gombot.
- Válaszd ki az edzés típusát: **Bike mode**.
- Koppints az **Add Exercise** gombra, és válaszd ki a szakasz típusát:
 - warm up
 - cool down
 - rest
 - interval
 - other training

Minden edzésszakaszt személyre tudsz szabni:

milyen céllal (Time, Distance, Training Load, Open, HR Recovery) és milyen intenzitással (% Max HR, % HR Reserve, % Threshold HR, Heart Rate, Speed, Power, Cadence).

Az edzésszakaszok sorrendjét egyszerűen átrendezheted: húzd és ejtsd át egy másik helyre.

Ha szeretnél egy set-et (ismétlődő blokkot) létrehozni:

- Tartsd lenyomva az egyik szakaszt, húzd rá egy másikra, így a kettőből automatikusan ismétlődő szett lesz.
- Balra húzva törölhetsz vagy duplikálhatod a szakaszokat.
- Ha kész vagy, nyomd meg a **Save** gombot.
- Ekkor megjelenik egy menü: a hárompontos ikonra koppintva választhatod a **Sync to DURA** opciót.

A DURA maximum 20 edzést képes lokálisan tárolni.

Edzésszakasz-típusok

A következő szakasz típusok állnak rendelkezésedre:

- **Warm up** – bemelegítés

- **Cool down** – levezetés
- **Rest** – pihenő
- **Interval** – ismétlődő edzésblokkok
- **Other training** – egyéb szabadon definiálható edzésrész

Elérhető célértékek:

- Time
- Distance
- Training Load
- Open
- HR Recovery (csak rest esetén)

Elérhető intenzitási zónák:

- % Max HR
- % HR Reserve
- % Threshold HR
- Heart Rate
- Speed
- Power
- Cadence
- Not set

Edzés követése a DURA-n

Miután az edzést a DURA-ra szinkronizáltad:

- Nyisd meg a megfelelő **bike mode**-ot a DURA-n.
- Mielőtt elindítod az aktivitást, görgess le a **Workouts** pontra.
- Válaszd ki a listából a kívánt edzést.
- Nyomd meg a **Start** gombot – az edzés elindul.

Menet közben:

a dial gombot megnyomva bármikor szüneteltetheted az edzést, a szünet menüben a Next opcióval továbbléphetsz a következő szakaszra.

A DURA edzésnézetében látod a jelenlegi szakaszodat, a közelgő következő szakaszt, a teljes blokk struktúráját (grafikonos nézetben).

Beállíthatod az Auto Start funkciót is, ami automatikusan továbbvisz a következő intervallumra, így nem kell manuálisan nyomnod semmit.

Edzések törlése

Edzést a következő helyeken törölhetsz:

A COROS appban:

- Nyisd meg a **Workout Library**-t.
- Válaszd ki a törölni kívánt edzést.
- Nyomd meg a jobb felső sarokban a hárompontos ikont.
- Válaszd a **Remove from Device** opciót.
- Ez törli a DURA memóriájából, de a könyvtárban továbbra is megmarad.

Csoportkövetés (Group Tracking) a DURA-n

A **Group Tracking** funkcióval létrehozatsz egy csapatot, és valós időben követheted a többi bringás helyzetét, sebességét, tempóját és más aktivitási adatait. Ez különösen hasznos közös edzéseken, versenyekre való felkészülésnél, hosszú MTB vagy gravel túrákon, amikor fontos, hogy a csapat együtt maradjon.

Minden csapattag láthatja a többiek a COROS appban, és szükség esetén vészjelzést (SOS alert) is küldhet a többieknek.

Eszközkompatibilitás

A Group Tracking funkció a következő eszközökkel használható:

DURA, PACE 2, PACE 3, PACE 4, PACE Pro, COROS NOMAD, APEX Pro 1, APEX 2, APEX 2 Pro, APEX 4, VERTIX, VERTIX 2, VERTIX 2S

Fontos feltételek a a Group Tracking működéséhez:

- a telefonodnak Bluetooth-on keresztül kapcsolódnia kell a DURA-hoz,
- a COROS appnak futnia kell a háttérben,
- és a telefonodnak mobilinternet- vagy Wi-Fi-kapcsolat kell (ahhoz, hogy a többiek adatai frissüljenek).

Group Tracking beállítása

Így tudsz új csoportot létrehozni:

- Nyisd meg a COROS appot.
- Menj a **Profile** oldalra.
- Válaszd ki a **Group Tracking** menüpontot.
- Adj meg egy **team name**-et (csapatnév),
- válassz **bike mode**-ot,
- opcionálisan adj hozzá egy **route**-ot, amit együtt követtek majd.
- A jobb felső sarokban koppints a + ikonra.

- A rendszer generál egy meghívó linket, amit elküldhetsz a csapattagoknak üzenetben.
- A meghívott bringásoknak a COROS appot kell használniuk, rendelkezniük kell kompatibilis COROS eszközzel, és a DURA-hoz vagy más COROS órához csatlakozva kell elindítaniuk a bike aktivitást.

A Group Activity elindítása

Miután mindenki csatlakozott:

- A csapatoldalon nyomd meg a Start gombot.
- Válaszd ki, melyik eszközzel szeretnéd rögzíteni az aktivitást (pl. DURA).
- A rendszer megmutatja, mely csapattagok állnak készen.
- Indítsd el a felvételt a DURA-n.
- Innentől minden csapattag pozíciója és adatai valós időben frissülnek a többiekénél.

A Group Tracking használata

A közös tekerés során az appban egy térképen látod a csapat összes tagját, mindenkihez tartozó adatokat is kiír (sebesség, táv, idő), könnyen ellenőrizheted, mennyire vagytok egymáshoz képest közel vagy távol.

Follow Team Members (Csapattagok követése)

A Group Tracking képernyő alján mindig láthatod a saját távolságodat, sebességedet, az aktivitásidőt.

Ha rákoppintasz egy csapattagra az app térképén, választhatod a Follow opciót, innentől az ő adatai és pozíciója látszik a képernyőn, a DURA kijelzőjén is megjelenhetnek a valós idejű adatai.

A DURA-n a térképoldalon felül egy kis ikon jelzi a csapatot, erre koppintva kiválaszthatsz egy bringást, a képernyő alján pedig megjelennek az ő éppen aktuális adatai.

Update the Route (Útvonal módosítása)

Ha te vagy a csapatvezető, menet közben is módosíthatod a közösen követett útvonalat.

- Koppints a Group Tracking oldalon a jobb oldali több ember ikonjára.
- Válaszd a Route and Checkpoint menüpontot.
- A jelenlegi útvonal mellett nyomd meg a Replace gombot.
- Válassz ki egy új útvonalat.

Amint elküldöd, a többi csapattag DURA készüléke értesítést kap, hogy jóváhagyják az új útvonal követését.

Add a Meeting Point (Találkozóhely hozzáadása)

Bármikor létrehozhat új találkozási pontot (checkpoint):

- Nyisd meg a Route and Checkpoint menüt.
- Válaszd az **Add Checkpoint** opciót.
- A pont automatikusan elküldésre kerül minden csapattag eszközére.

Ez segít új gyülekezőpont megadásában, eltévedt tagok visszaterelésében, a csapatlogisztika támogatásában.

Leave the Group (Csoport elhagyása)

Ha el szeretnéd hagyni a csoportot, de tovább szeretnéd rögzíteni a saját edzésed:

- Nyisd meg a **Group Tracking** oldalt.
- Válaszd az Exit Location Sharing opciót.

DURA akkumulátor specifikációk

A DURA akkumulátora kiemelkedően hosszú üzemidőt biztosít különböző használati módokban, de a tényleges érték sok tényezőtől függ (pl. hőmérséklet, csatlakoztatott kiegészítők, kijelző fényereje, GPS mód, használati körülmények).

Az alábbi üzemidők a gyártó által megadott becsült értékek. Fontos: ezek nem tartalmazzák a solar charging hatását.

All Systems GPS mode – akkumulátor üzemidők

Ez a mód kiegyensúlyozott pontosságot és energiafogyasztást ad.

Becsült üzemidő:

- Standard daytime ride: 120 óra
- **Nighttime ride** (csatlakoztatott kiegészítővel + magas kijelző fényerővel): 96 óra
- Daytime ride with navigation + accessories: 67 óra
- Nighttime ride with navigation + accessories: 55 óra

Dual Frequency GPS Mode – akkumulátor üzemidők

Ez a mód maximális GPS-pontosságot ad (hegyvidék, szűk völgyek, erdős részek, városi kanyonok), de több energiát használ.

Becsült üzemidő:

- Standard daytime ride: 70 óra
- **Nighttime ride** (kiegészítővel + magas fényerő): 53 óra
- Daytime ride navigációval és kiegészítővel: 49 óra
- Nighttime ride navigációval és kiegészítővel: 42 óra

Az állapotsáv (Status Bar) áttekintése

A **Status Bar** (állapotsáv) egy gyorsan elérhető információs felület, amelyet aktivitás közben tudsz előhívni a DURA-n.

A DURA-n aktivitás közben a kijelzőre koppintva húzhatod le az állapotsávot.

Itt láthatod a csatlakoztatott eszközöket, érzékelőket, az akkumulátor állapotát és más fontos információkat egy pillantással.

Megjegyzés: A Status Bar nem érhető el a map/navigation oldalakon, vagyis amikor a térképet nézed, nem az állapotsáv jelenik meg.

Status Bar ikonok

Az állapotsávban nagyon sokféle ikon jelenhet meg – ezek mind azt mutatják, milyen eszközök vagy funkciók aktívak a DURA-n vagy csatlakoznak hozzá. A dokumentum az alábbi ikonokat sorolja fel:

- External heart rate sensor – külső pulzusmérő
- Front light – első lámpa
- Tail light – hátsó lámpa
- Cadence sensor – pedálfordulat-szenzor
- eBike – e-bike kapcsolat
- Front derailleur – első váltó (elektronikus rendszer esetén)
- Auto GPS mode – automatikus GPS mód
- All Systems On GPS mode – All Systems On (minden rendszer) GPS mód
- Dual Frequency GPS mode – Dual Frequency GPS mód
- Left shifter – bal váltókar (kompatibilis elektronikus rendszer esetén)
- Right shifter – jobb váltókar
- Radar device – radarral ellátott hátsó lámpa / radar egység
- Radar tail light – radaros hátsó lámpa
- Rear derailleur – hátsó váltó
- Power meter – wattmérő
- Electronic shifting – általános elektronikus váltórendszer ikon
- Speed sensor – sebességszenzor
- Temperature – hőmérséklet
- Indoor trainer (turbo) – okosedző (turbo trainer)
- Watch – csatlakoztatott COROS óra
- Solar charging – napelemes töltés
- DURA transfer – adatátvitel / szinkronizálás folyamatban
- Phone – telefonkapcsolat
- Workout time – edzés időtartama
- Distance – megtett táv
- Downloading – letöltés folyamatban
- Downloading paused – letöltés szünetel

Mindezek megjelenése attól függ, milyen eszközöket csatlakoztattál, milyen aktivitást rögzítesz, és milyen funkciók aktívak.

Bike Alarm funkció használata

A **Bike Alarm** funkció egy beépített riasztási rendszer, amely megvédheti a kerékpárodát, amikor felügyelet nélkül hagyod.

Amikor a Bike Alarm aktív, a DURA hangos riasztást ad, ha mozgást érzékel — így azonnal értesülsz róla a telefonodon is. Ez a funkció kizárólag a COROS DURA eszközön érhető el.

Hogyan működik a Bike Alarm?

Miután aktiválod, a DURA 3 másodperc múlva lezár. Ha ezután valaki megmozdítja a bringát, a DURA hangos riasztást ad, és értesítést küld a telefonodra a COROS appon keresztül, feltéve, hogy a telefonod kapcsolatban van a DURA-val.

Ez különösen hasznos kávészünetnél, boltba ugrásnál, bringatárolóban, ha a kerékpárt rövid időre felügyelet nélkül hagyod.

A Bike Alarm bekapcsolása

- A DURA menüjében menj a **System** → **Bike Alarm** pontra.
- Itt be tudod állítani a saját 4 jegyű PIN kódodat.
- A DURA ezután elindítja a visszaszámlálást, majd lezárja a készüléket.

A Bike Alarm kikapcsolása

Amikor visszatérsz a bringához, két lehetőség van:

1. A DURA-n kikapcsolod manuálisan:
 - Nyomj meg bármilyen gombot,
 - Írd be a korábban beállított 4 számjegyű kódodat,
 - A riasztás leáll, és a készülék újra használható.

2. Közel viszed a telefonodat a DURA-hoz:

Ha a telefonodon fut a COROS app, és Bluetooth-on csatlakozik a DURA-hoz, a riasztás automatikusan kikapcsol.

Biztonsági riasztások és ütközésérzékelés (Crash Detection) a DURA-n

A Safety Alerts és Crash Detection funkciók arra szolgálnak, hogy vészhelyzet esetén gyorsan értesíthesd az általad megadott személyeket.

Fontos azonban megjegyezni:

A DURA és a COROS app nem lép kapcsolatba hivatalos segélyhívó szolgálatokkal. Csak az általad beállított emergency contact (vészhelyzeti kontakt) személy(eke)t értesíti.

A funkciók működésének feltételei

A Safety Alerts és Crash Detection működéséhez az alábbiak szükségesek:

- a telefonodnak kapcsolatban kell lennie a DURA-val Bluetooth-on,
- a telefonodon futnia kell a COROS appnak a háttérben,
- a telefonodnak kell rendelkeznie mobiladat- vagy Wi-Fi-kapcsolattal, hogy az értesítést elküldje,
- legalább egy emergency contact személyt hozzá kell adnod a COROS appban.

Setting Up Safety Alerts (Biztonsági riasztások beállítása)

Az emergency contact beállításának lépései:

- Nyisd meg a COROS appot.
- Menj a **Profile** oldalra.
- Válaszd ki a **Safety Alerts** menüpontot
- Adj hozzá egy emergency contactot, amit választhatsz a telefonos névjegyeid közül, vagy manuálisan is megadhatsz nevet és telefonszámot.

Amikor ezt elmented minden outdoor aktivitás indításakor az emergency contact e-mailben kap egy live tracking linket (élő követési linket), így valós időben követheti a helyzedet, amíg a tekerés tart.

Using Safety Alerts (SOS jelzés küldése)

- Ha olyan helyzetbe kerülsz, ahol segítségre van szükséged, tartsd lenyomva a DURA dial gombját 7 másodpercig.
- A kijelző rákérdez a megerősítésre.
- A dial újbóli megnyomásával megerősítheted a **SOS Alert** küldését.
- Ekkor az emergency contact SMS-t és/vagy e-mailt kap, benne egy linket, ahol látja a pontos aktuális helyzedet, koordinátákat, és opcionálisan odavezető útvonalat.

A DURA a háttérben továbbra is GPS-szel követi a mozgásodat, amíg a riasztás aktív.

A Safety Alert befejezése

Ha a vészhelyzet elmúlt:

- Nyomd meg egyszer a dial gombot.
- Görgess le a **Confirm** opcióhoz.
- A rendszer automatikusan e-mailt küld kontaktnak, hogy biztonságban vagy.

Using Crash Detection (Balesetészlelési funkció használata)

A Crash Detection külön funkció, de a Safety Alerts rendszerére épül. Először mindenképp be kell állítanod legalább egy emergency contactot (lásd fent). Ezután a Safety Alerts oldalon külön kapcsolóval tudod bekapcsolni a DURA crash detection funkciót.

Amikor a DURA hirtelen, erős lassulást érzékel, a készülék 10 másodperces visszaszámlálást indít, ezalatt lehetőség van megszakítani a riasztást, ha valójában nincs baj, ha nem szakítod meg, automatikusan elküldi az emergency contactnak a vészértesítést, SMS vagy e-mail formájában.

DURA párosítása okosedzőkkel

A DURA támogatja a legtöbb smart indoor trainer csatlakoztatását Bluetoothon és ANT+-on keresztül.

Hogyan párosítsd?

- A DURA főmenüjében görgess a System → Accessories → Add Accessories pontra.
- Győződj meg róla, hogy a smart trainer bekapcsolt állapotban van és párosítási módban működik.
- A DURA ekkor elkezd kutatni a közeli Bluetooth / ANT+ eszközök után.
- Amikor a trainer megjelenik a listában, válaszd ki, és a párosítás kész is.

ERG mód támogatás

A DURA támogatja az ERG módot is, amely automatikusan beállítja a trainer ellenállását, így te pontosan a megadott teljesítményt (watt) tudod tartani az edzés során.

Példa: Ha az edzés 250 wattot ír elő, a trainer automatikusan állítja az ellenállást, hogy ezt az értéket fenntartsd – függetlenül attól, milyen sebességgel vagy kadenciával tekorsz.

DURA párosítása teljesítménymérőkkel

A DURA kompatibilis a legtöbb power meter eszközzel, mind Bluetoothon, mind ANT+-on keresztül. Akár 12 különböző szenzort is párosíthatsz egyszerre.

A párosítás lépései:

- A DURA-n menj a System → Accessories → Add Accessories pontra.
- Győződj meg róla, hogy a wattmérő aktív és párosítási módban van.
- Amikor a készülék megjelenik a listában, válaszd ki.

Teljesítménymérő kalibrálása

A power meter kalibrálása fontos, különösen hőmérséklet változás után, kerékpárcsere vagy pedálcseré után, ha a wattadatok furcsának tűnnek. Ezt a párosított wattmérő menüjében tudod elindítani.

DURA párosítása elektronikus váltókkal

A DURA kompatibilis az alábbi elektronikus váltórendszerekkel:

- SRAM AXS
- SHIMANO Di2 RD-R8150 (jelenleg csak BLE kapcsolaton keresztül)

Gombvezérlés beállítása SRAM-mal

Ha SRAM AXS rendszered van, a SRAM AXS appban tudod a bónusz gombokat (bonus buttons) úgy beállítani, hogy a DURA adatoldalai között lapozz velük.

Ehhez állítsd az egyik gombot Function Set 1-re (bal oldal), a másikat Function Set 2-re (jobb oldal).

DURA párosítása Garmin Varia radarral

A DURA ANT+ protokollon keresztül tud csatlakozni a Garmin Varia radarokhoz, hogy figyelmeztesse téged a hátulról érkező autókra.

Varia Settings (értesítések hangjai):

- Három csipogás: gyorsan közeledő jármű
- Két csipogás: normál sebességgel közeledő jármű
- Egy csipogás: a jármű elhaladt

Támogatott radaros lámpák

A DURA kompatibilis több gyártó radaros hátsó lámpájával:

- Garmin Varia RTL 515, RCT 715
- TREK CarBack
- Bryton R300L
- Majin L508
- IGPS SR30

DURA párosítása sebesség- és pedálfordulat-szenzorokkal

A DURA támogatja a legtöbb sebesség- és pedálfordulat-mérő eszközt Bluetoothon és ANT+-on keresztül. Egyszerre akár 12 különböző szenzor is párosítható. Ha a szenzor igényli, a DURA bekéri a kerék kerületének megadását. Újracsatlakoztatás menet közben: **Back (lap) hosszú nyomása** → **Activity Settings** → **Accessories**

Szenzorok akkumulátorszintjének megtekintése

A szenzorok akkumulátor-szintjét két helyen láthatod: aktivitás közben: a kijelzőre koppintva, a **Status Barban**, a menüben: **System → Accessories → (válaszd ki a szenzort)**.

DURA használata COROS órával

A DURA automatikusan felismeri a hozzád tartozó COROS órát, ha a közelben van.

Előnyök:

- az óra automatikusan broadcastolja a pulzust a DURA-ra (ha nincs külső HR szenzor csatlakoztatva),
- edzés után, ha a DURA nem tud azonnal szinkronizálni az appal, az óra továbbítja az aktivitást a telefonra, így semmi sem vesz el.

Felszereléskövetés (Gear Tracking)

A COROS appban beállíthatod, hogy milyen felszereléssel tekorsz (pl. MTB, országúti, gravel, különböző bringák).

Mire jó ez? Nyomon követheted, melyik bringában mennyi kilométer van, mikor lesz esedékes a karbantartás, és akár 100 különböző bringát is tudsz rögzíteni.

Az aktivitás után a DURA megkérdezi, melyik bike-ot használtad, ha több is szerepel a listában.

Garancia és támogatás

Tekintsd meg a **COROS Warranty Policyt** (Garanciát).

A támogatással való kapcsolatfelvételhez:

1. Nyisd meg a **COROS app > Profile page**-t (alsó sáv 4. ikon).
2. Válaszd a **Customer Support > Contact Support** lehetőséget.
3. Válaszd ki az eszközmodellt és a téma okát, írd le az problémát, és szükség esetén tölts fel képet vagy videót.
4. Fogadd el a **COROS Privacy Policy**-t, majd nyomd meg a **Submit**-ot.
5. Ellenőrizd az email-fiókot a visszaigazolásért. Ha 24 órán belül nem kapsz emailt, ismételd meg a lépéseket.

A legfrissebb információkért és frissítésekért látogass el a következő weboldalra:
<https://support.coros.com>

© 2026 COROS Wearables, Inc.