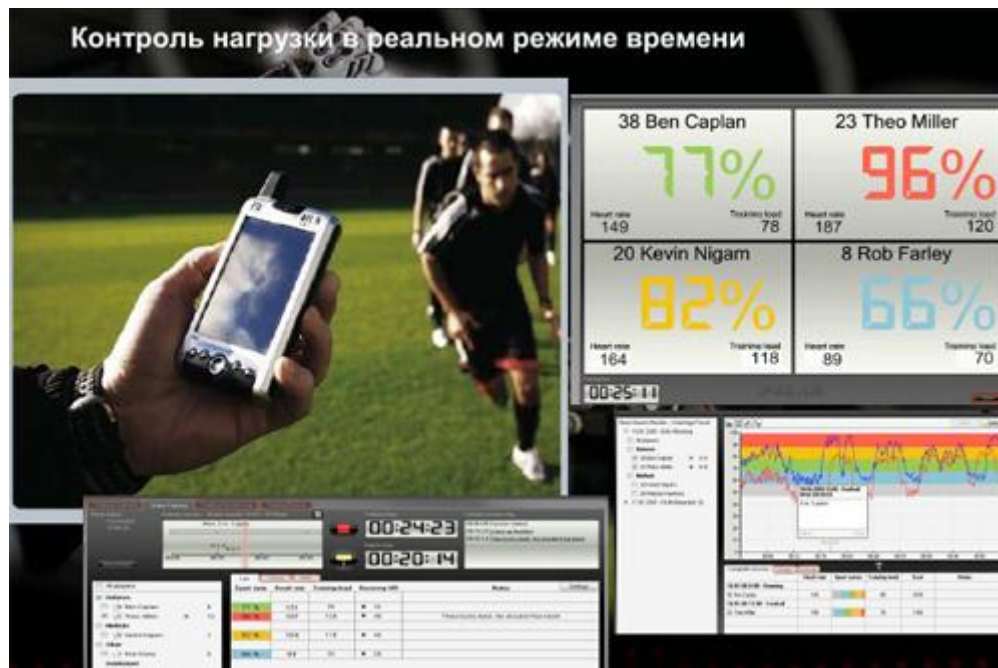


Командная система второго поколения Polar Team 2



В разработке системы второго поколения для командных тренировок [Polar Team 2](#) применялись технологии с успехом использованные ранее для on-line трансляций мировых велогонок Tour De France и зимних олимпийских игр в Ванкувере. Polar Team 2 создана, чтобы подарить тренеру полный контроль за тренировочной деятельностью его команды. Систему второго поколения уже применяют известные мировые футбольные клубы Real Madrid и Manchester United! В данной статье мы рассмотрим основные функции и отличительные особенности Polar Team 2, а также сравним её с похожими предложениями конкурентов.



Одно из важнейших преимуществ системы второго поколения, это возможность записи и контроля параметров тренировки в режиме реального времени для 28 спортсменов одновременно. Перед занятием тренер записывает информацию о будущей тренировке каждому игроку в его личный передатчик, причём это происходит с помощью беспроводной связи и до 10-ти передатчиков одновременно, что позволяет это сделать очень быстро и удобно. Далее во время тренировки, где бы не находился игрок, хоть на краю поля, тренер видит на экране своего карманного компьютера или ноутбука онлайн детальную информацию о нагрузке каждого спортсмена в виде значений его ЧСС, % от максимума, нахождении его в пределах установленных тренировочных зон или даже в виде специально разработанного показателя тренировочной нагрузки "Training load". Это даёт возможность тренеру постоянно контролировать нагрузку каждого спортсмена, сравнивать её с данными и графиками предыдущих тренировок прямо во время занятия и тут же видеть прогресс! Это позволит оптимизировать тренировочный процесс, внося во время занятия необходимые поправки в параметры нагрузки каждого игрока, делая выгодные замены и перестановки. А встроенная функция определения индивидуального времени восстановления после нагрузок поможет избежать травм и перетренированности!

Определение времени восстановления после нагрузок

Том

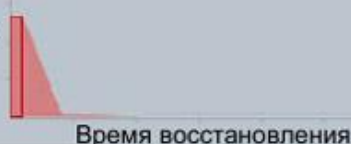


защитник

возраст: 23
вес: 70 кг
ЧССмакс: 207
ЧССсредн: 148

Тренировка 90 мин.

Тренировочная нагрузка 174



Время восстановления

Paul



нападающий

возраст: 26
вес: 75 кг
ЧССмакс: 198
ЧССсредн: 159

Тренировка 90 мин.

Тренировочная нагрузка 256



Время восстановления

Игроки испытывают различные нагрузки и имеют разное время восстановления даже на однотипных тренировках.

Время восстановления зависит от:

- возраста
- веса
- VO2max
- величины аэробного и анаэробного порога
- ЧСС во время тренировки

Постоянный мониторинг тренировочной нагрузки и времени восстановления помогает:

- определить персональные возможности
- Подобрать интенсивность и продолжительность соответственно целям текущей тренировки и недельным целям .

Данные постоянно передаются по беспроводной связи Bluetooth с передатчиков, надетых на каждого игрока на базовую станцию в радиусе 100м (при применении нескольких базовых станций - до 300м), а со станции опять же по беспроводной связи на экран к тренеру. Это очень удобно, позволяя тренеру находиться непосредственно на поле рядом с игроками. Даже если игрок покинет радиус в 100м, данные никуда не пропадут благодаря внутренней памяти передатчика и функции буферизации данных в режиме онлайн.

В периоды между тренировками идущее в комплекте программное обеспечение предоставляет тренеру широчайшие возможности для анализа и планирования результатов занятий. Полностью настраиваемая функция тренировочных отчётов с наглядными графиками и таблицами придёт по душе даже самым амбициозным и требовательным спортсменам и тренерам!

Широкие возможности для планирования и анализа результатов



Комплект системы Polar Team2 состоит из:



- 10ти специальных передатчиков Polar wearlink со встроенной памятью для хранения значений пульса, как в off-line, так и on-line режиме, которой хватает до 360 часов тренировок в 5сек интервале записи и 48 часов в режиме R-R интервалов. Важное преимущество передатчиков наличие заряжаемой батареи, ёмкости которой хватает на 30 часов онлайн записи и 400 часов в режиме оффлайн.



- Беспроводного зарядного устройства, позволяющего заряжать до 10ти датчиков одновременно. Время зарядки 12 часов.



- Базовой станции, позволяющей наблюдать за 84 игроками, 28 из них одновременно. Связь Bluetooth класс 1 с передатчиками в радиусе 100м и WiFi связь с компьютером. Батарея в станции является также заряжаемой со сроком использования 12 часов и временем зарядки 4 часа.



- Программного обеспечения для работы с компьютером и диска с обучающим курсом.
- USB dongle и сумка для переноски.

Справедливости ради, стоит упомянуть, что кроме командной системы Polar Team 2 в мире существует и другие тренировочные системы для командных видов спорта. Но по функциональным показателям и качеству приема сигнала тренировочная система второго поколения Polar заметно опережает их.

Ноу-хау Polar Team2:

- Кодированная беспроводная передача данных с датчиков спортсменов. Так что их может увидеть только тренер и сам спортсмен при наличии у него монитора Polar.

- Беспроводное подключение базовой станции с компьютером тренера, благодаря чему тренер не обязан находиться рядом со станцией. Что ещё больше увеличивает радиус действия системы и улучшает её мобильность.

- Возможность использовать карманный компьютер, позволяя тренеру находиться непосредственно рядом со спортсменами и даже перемещаться по полю, при этом контролируя все параметры на экране КПК.

- Буферизация данных, позволяющая не бояться игрокам покинуть радиус действия системы и исключающая пробелы в графиках и потерю данных.

- Отображение данных на экране тренера в онлайн режиме не только в виде значений ЧСС и % от максимума, а в виде любых настраиваемых параметров и графиков, а также возможность моментально сравнить их с данными предыдущих тренировок, наблюдая их динамику.

- Наличие заряжаемой батареи в передатчиках и большая ёмкость памяти.

Компания Polar рада стараться, постоянно улучшая качество своих продуктов, являясь мировым лидером в области контроля и обработки значений пульса во время занятий спортом.