

## Fietslabyrint



### **Wat is het?**

Fietslabyrint is een systeem waarmee mensen interactieve fietstochten maken door steden en natuurgebieden. Het beeldscherm waarop de fietsroutes worden getoond, is aangesloten op een hometrainer of andere bewegingstrainer. Stopt de fietser met trappen, dan stopt ook de fietsroute op het scherm. De beelden zijn levensecht en op kruispunten kiest de fietser zelf welke kant hij op wil. Meer dan 310 fietsroutes in binnen- en buitenland zorgen voor grenzeloos fietsplezier! Ook is het mogelijk om muziek en concertne af te spelen tijdens het fietsen.

### **Wat is het doel van het product?**

Dit product is bedoeld om cliënten meer te activeren om te bewegen.

### **Voor wie is het product geschikt?**

Dit product is geschikt voor mensen die kunnen bewegen, eventueel met een visuele of auditieve beperking. Zowel doof als blind, maakt het slechts een hometrainer. Doordat het fietslabyrint gekoppeld kan worden aan elk andere hometrainer en/of bewegingsapparaat kunnen veel cliënten hier gebruik van maken. Doormiddel van het scherm kun je filmpjes kijken en fietsen tegelijkertijd waardoor het fietsen een stuk leuker wordt.

### **Voor wie is het product niet geschikt?**

De beschikbare fietsroutes zijn nog niet geschikt voor mensen met een visuele beperking, omdat er geen geluiden gebruikt worden. Wanneer er uitleg zou zijn over de fietsroute, kunnen ook bewoners met een visuele beperking gebruik maken van het product. Het is wel mogelijk om uitleg in te spreken omtrent de gekozen richting. Het product is niet geschikt voor doofblinde mensen.

### **Gebruiksgemak**

Dit product is redelijk gebruiksvriendelijk. Je hoeft niet veel handelingen te doen om met het fietslabyrint te beginnen. Ook is het voor de cliënten redelijk makkelijk om op het fietslabyrint te stappen, je kan het fietslabyrint namelijk ook koppelen aan elke andere hometrainer of andere bewegingstrainer. Voor cliënten met een iets hoger niveau is het mogelijk dat zij bepaalde steden of omgevingen herkennen. Je kunt vervolgens met bewoners hierover in gesprek gaan en motiveer je de bewoners om actief bezig te zijn.

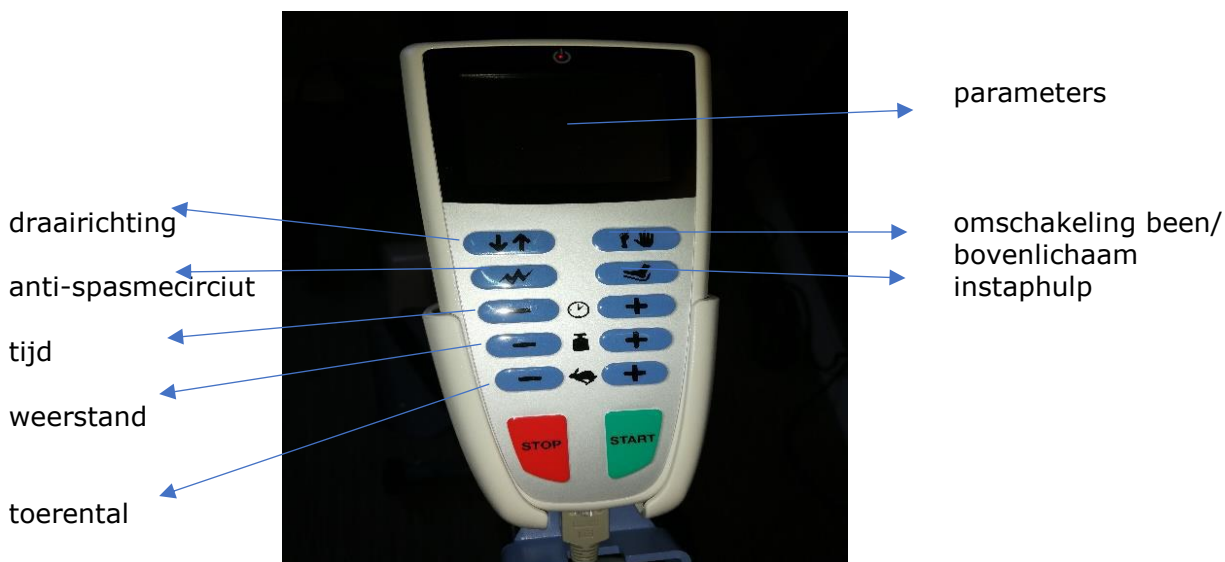
### **Klaarmaken voor gebruik**

- 1) Druk de tv aan
- 2) Zet de tv op het juiste kanaal (source)
- 3) Ga op de fiets zitten
- 4) Ga met behulp van de blauwe en gele knop door het hoofdmenu heen om zo een fietsroute te kiezen. Druk op de blauwe voor rechts, druk op de gele voor links

- 5) Begin met fietsen om je fietsroute te staren
- 6) Terug naar het hoofdmenu? Druk allebei de knoppen tegelijk in om terug te gaan

### Klaarmaken voor gebruik met de Theratrainer tigo

De trainer werkt over het algemeen hetzelfde als het fietslabyrint. De trainer is bedoeld voor het trainen van zowel de benen als het bovenlichaam. Hiermee kun je bepaalde functies bedienen:



Voor je begint met fietsen is het belangrijk om de trainer eerst aan te zetten (**start**). Na het fietsen gaat de trainer over het algemeen vanzelf uit, als dit niet van toepassing is kan je deze zelf uit zetten (**stop**).

### Aan de slag

#### Opdracht 1

Probeer zelf te fietsen met je ogen dicht, ervaar hoe het fietslabyrint overkomt bij cliënten met een visuele beperking. Schrijf daarna een klein stukje feedback over het fietslabyrint zodat wij dit eventueel kunnen aanpassen.

#### Opdracht 2

Klik met behulp van de muis op het tandwiel rechtsboven in het hoofdmenu. Pas hierin de functie fiets-snelheid aan. Probeer dit uit en ervaar wat het verschil is.



### Instructiefilm

Officiële handleiding: [https://www.thera-trainer.de/uploads/downloads/User\\_manual\\_THERA-Trainer\\_tigo\\_veho\\_Dutch.pdf](https://www.thera-trainer.de/uploads/downloads/User_manual_THERA-Trainer_tigo_veho_Dutch.pdf)

Film: [https://www.youtube.com/watch?v=AMQEvRKpuhk&list=PLKs\\_0puQ3l1bEAAo3gR6T-fuvuYg9rYK&index=13](https://www.youtube.com/watch?v=AMQEvRKpuhk&list=PLKs_0puQ3l1bEAAo3gR6T-fuvuYg9rYK&index=13)