BHT GOFIT 系统使用操作简要说明

2019.7

北京博浩通科技发展有限责任公司

—`	使用说明	2
<u> </u>	云端网址及 APP 下载	3
三、	云端登录	4
	1、云端登录	4
	2、云端添加传感器	5
	3、云端添加学生信息	5
	4、云端创建课程	6
	5、云端创建课表	7
	6、云端报告	8
四、	APP 打开及登录	10
	1、APP 下载及登录	10
	2、APP 课表建立	11
	3、APP 运动课选择及修改	11
	4、APP 运动课实时监控	13
	5、APP 数据保存及报告查看	16
五、	故障排查及解决	18

# 一、使用说明

欢迎使用 BHT GOFIT 系统

- 1. 设备首次使用需要在云端平台添加设备 ID、添加人员、 创建课程、创建课表等操作。
- 平板 APP,首次登录必须连接互联网,联网登录成功之 后自动同步云端数据到本地。
- 为了数据安全性,请在测试完毕后及时在安全网络下同步 及加载数据。
- BHT GOFIT 可用于游泳训练监控,但平板不防水,请注 意保护。心率传感器可用于水下使用,充电及 USB 数据 同步时请勿接触水。

# 二、云端网址及 APP 下载

## 1、云端登录登录网址:<u>www.bhtgofit.com</u>

## www.bhtgofit.cn



### 2、APP 可以在华为应用市场及苹果应用商店下载

# APP 应用, 名称 "BHT GOFIT"





#### 华为 Android

# 三、云端登录

## 1、云端登录

1.1、输入账号和密码,可以选择记住密码,同一个浏览器下一次可以





# 1.2、进入主界面,

≡ 🏀 傅浩通	月~		今天	<b>〈</b> 2019年6月	>		+ 4 🛛 🗗
Ё 课表	周天	周一	周二	周三	周四	周五	周六
@ 课件	26		28	29	30		1
印课程			<ul> <li>bbf</li> <li>一大队跳试</li> <li>二大队测试</li> </ul>	● baidu ● 一大队测试	<ul> <li>baidu</li> <li>一大队测试</li> </ul>	🔴 baidu	🔴 baldu
		3	4	5	6	7	8
<b>只 教师</b>	baldu	🔵 baldu	<ul> <li>baldu</li> <li>分发给</li> <li>哈哈哈</li> </ul>	🔵 baldu	🖶 baldu	🛑 baldu	🔵 baldu
AY 学生	-	10	41	12	12	10	16
合 传感器	• baldu	e baidu	baidu	<ul> <li>baidu</li> </ul>	<ul> <li>baidu</li> </ul>	<ul> <li>baidu</li> </ul>	e baidu
	16 baidu	17 🕒 baidu	e baidu	<ul> <li>baidu</li> </ul>	20 🕒 baidu	<ul> <li>baidu</li> </ul>	22 • baidu
	23 🔴 baidu	e baidu 24	25 • baidu	26 • baidu	27 🕒 baidu	28 • baidu	29 • baidu
	90 baidu	1 🕒 baidu	e baidu	e baidu 3	4 🌢 baidu	5 🌢 baidu	6 • baidu
北京博浩遷科技发展有限责任公司 督室号:京ICP留05012692号-3							

# 2、云端添加传感器

2.1、点	<b>、</b> 击左面的作	专感器	跳入传感	認界面
≡ 🏀 傳浩遙		设新ID 總号	1↓	· •
□ 课表	S 李继伟	设备ID 0A40982F	设备ID A1111111	
□ 课件	<b>0</b> ₅	设备ID 25718D2C	设备ID S05	
	84	设备ID 341EA224	设备ID S04	_
<u>只</u> 数师	8	设备ID 3425C426	设备ID S06	
R 7±	0.	设备ID 36FC3128	设备ID S09	_
☆ 传藤器	<b>8</b> <sup>12</sup>	设备ID 36FC5320	设备ID S12	
	87	设备ID 36FC5D2A	设备ID S07	_
	0°	设备ID 36FCB827	设备ID S08	

☆ 传感器

2.2、点击右上角"+"图标可单独添加传感器,也可以批量导入,点

# 击"0""图标进行删除传感器操作。

同初		R         I         U         II         I	12 · A*		□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□	%
	E22	- ®, fx				
1	A	В	C	D	E	
1	传感器名称	传感器ID	传感器编号	设备级别		
2	Polar OH1	SP17384763C	01	默认为2	该行为样例,不必删除	
3	OH1	12365478	A01	2		
4	OH1	12365479	A02	2		
5	OH1	12365477	A03	2		
6	H10	22365478	A04	2		
7						

备注:设备基本请填写数字2,不要填写"默认为2"文字;请勿改 变单元格格式&文件格式,否则系统难以检测导致录入失败

## 3、云端添加学生信息



≡ 🏀 🦛 🐮 🛎	後週件 く	76	(注形) 1L	፲ ☆ + ☆ ୍ ⊗ ⊡
@ ##	杨庆	林森	夏思远	朱佳倪
(j) ##				1. 1. 1. 1. 1. 1. 1. 1. 1. 1. 1. 1. 1. 1
(意) 报告				
只 <del>我</del> 师	朱恬	乔庆宇	蔡易	屠笑天
R 7#±				-
a 1686	徐诸炎	张伊凡	<b>曲</b> )孫 周	
15時時低週1925日間前日前日本日公司 動産日 1月0日1月10日2002日3				

3.2、点击右上角"+"图标可单独学生,也可以批量导入,点击



备注:红色标题列为必填指标,其它指标请尽量补充完整;请勿改变 单元格格式&文件格式,否则系统难以检测导致录入失败

4、创建课程,

4.1、点击左面的课程 建课程,可以给课程分类

≡ 🏀 傳譜通	<b>新活派 ~</b>			+	t < & C
i #*		2010 05 20 75 2010 05 20		-	
	Ceste	2018-05-25 # 2018-05-30	0	(PARTS	0.95%
印 课程	ceshi	2019-05-28 ± 2019-06-30	•	李健伟	0本王
(意) 报告					
<b>只 教师</b>					
R ≄±					
6 传感器					
北京地清道科技发展有限更任公司 會監号: 京ICP集05012692号-3					

4.2、点击界面右上交的图标 + ,进入添加课程界面,按要求填写

课程信息		添加授课对象
课程名	体育课运动负荷监控	遺活種
课程标签	• •	
课程日期	2019-05-28 - 2019-08-31	
持续时长	45	
课程类型	体育课 >	
类型评估	合格/不合格 >	

之后点击确定,课程创建成功,跳转到课程列表界面。

## 5.创建课表



時:舌通	Я	Ý		今天		く 2019年6月	>				+ 4 0	Ŀ
ε.	周天		周一	周二		周三	周四		周五		周六	
ŧ £		26		<ul> <li>bbf</li> <li>一大队演试</li> <li>二大队测试</li> </ul>	28	● baidu ● 一大队测试	● baidu ● 一大队测试	30	🔵 baldu		🔵 baidu	
5 15	🔶 baldu	2	🔵 baldu	baidu     Syllige     néméné	4	e baidu 5	🔵 baidu	6	🔵 baidu	7	🛑 baldu	
-	🔵 baidu	9	• baidu	e baidu	11	<ul> <li>baidu</li> </ul>	😑 baidu	13	😑 baidu	14	🔸 baidu	
	🔴 baldu	16	<ul> <li>baidu</li> </ul>	e baidu	18	<ul> <li>baidu</li> </ul>	🔵 baidu	20	🛑 baldu	21	🔵 baidu	6
	🔴 baidu	23	<ul> <li>baidu</li> </ul>	e baidu	25	<ul> <li>baidu</li> </ul>	🔵 baidu	27	🔵 baldu	28	🔵 baidu	
	🔴 baldu	30	🔵 baldu	🔶 baldu		e baldu 3	🔵 baidu	4	🔴 baldu	5	🔴 baldu	

5.2、点击右上角 图标,添加教学安排,

备注:添加教学安排(课堂)前,请务必先添加课程、人员&传感器

李述伟 × × ×
×

5.3、可设置重复周期,如不设置重复课堂只在选择日期当天显示。

5.4、可以划分阶段,如不划分在 app 里也可以再次划分阶段

5.5、添加授课班级及提前分配传感器,节省课前准备时间

5.6、点击保存之后,回到课表主界面,这个时候可以到 ipad 上课 表界面下拉界面刷新,可以看到新建立的课程。

### 6.训练后查看报告

6.1、点击左边报告图标

最新した

进入报告界面

≡ 🎯 傅浩通					ଦ୍ର 8 🗗
□ · 课表	目体育课	E bbf	(5) 2019-05-28 02:00:00 ~ 04:00:00	<b>西</b> 李继伟	AR 11学生
@ 课件	🖾 体育课	□ 二大队测试	© 2019-05-28 13:00:00 ~ 13:50:00		
印 课程	🗄 体育课	■ 哈哈哈	③ 2019-06-04 09:38:05 ~ 10:34:06	<b>苔</b> 暂无班级	les 11学生
(≜) 报告					
<b>只 教师</b>					
♀ 学生					
☆ 传感器					
北京國活通科技发展有限责任公司 餐堂号:京ICP留05012892号-3					

# 6.2、进入之后可以选择班级报告及个人报告数据,可以截图也可以

下载导出原始数据

# 四、APP

# 1、APP 下载及登录

1.1、华为应用市场和苹果应用市场搜索 BHT GOFIT 点击下载安装.

筛选 🗸	Q bht gofit		٥	取消
	HT GOFIT 队心率训练系统 打开			
1.2、打开	Ŧ平板桌面图标	进	∖ APP主	₹ 30% €
<b>WELC</b> 欢迎) 博浩词	OME TO BHT GOFIT 加入! <sup>通心率系统</sup>		R/TEMES R/TEMES RETURN	
健康快乐 从 北京博志通州战发展明	◆ <b>日記</b> REALEAN BURSH → LAR RTANN BUCFBOSO12024	14		

1.3、点击账号密码登录,首次登录必须连接互联网,可以选择记住

密码 ,下一次就	可以直接选择	账号登录	,如果在从新输入账号和密码。
上年11:02 6月5日 周三 〈			◆ aox. ■⊃ 注册
	密码登录	验证码登录	
	手机号或者邮箱 13264575289	0	
	密码	0	
	忘记密码		
	<sup>登录</sup> 其它登录方式		

1.4 登录进入之后, 主界面是课表界面, 登录时候会默认刷新, 如果 没加载在云端创建的课程, 请向下滑动屏幕刷新课表界面。

#### 2、APP 课表建立

2.1、在课表界面,可以修改删除创建的课堂,也可以点击右上角+ 号创建课堂

8	今天月	~	<	2019-06	>		Q +
	星期天	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
20 8 - 80	26	27	28 上午02点bbf 下午12点一大队测试 下午01点二大队测试	29	30 • 上午03系baidu • 下午12点一大队测试	31 ● 上午03点baidu	● 上年03点baidu
	● 上年03点baidu	3 上年03乘baidu	4 上午03点baidu 上午09点分发给 上午09点贴给咱	5 • 上年02点初一体育课题 • 上年03点baidu	6 上午03点baidu	7 ● 上年03点baidu	● 上年03点baidu
()	9 上午03武baidu	10 上午o3点baidu	11 上午03点baidu	12 • 上年03点baidu	13 ● 上午o3試baidu	14 ● 上年03点baidu	15 • 上午03点baidu
-8	● 上午03点baidu	17 上午03点baidu	18 上午03点baidu	19 • 上年03点baldu	20 ● 上年03点baidu	21 ● 上午03点baidu	22 ● 上午03点baidu
69 6 88	23 ● 上午03点baidu	24 上午03点baidu	25 上午03点baidu	26 • 上午03点baidu	27 ● 上年03歳baidu	28 ● 上午03点baidu	29 • 上午03歳baidu
G	30 ● 上午03版baidu	1 _上≑03,/libaidu	2 上年03週baidu	3 ● 上平03点baidu	4 ±≄03∰baidu	5 上午03.dibaidu	€ £¶=03,∰baidu

### 3、APP 运动课选择及修改

3.1、点击"运动课",可以选择要监控课堂信息,也可以临时新建 一个课堂监控,长按一个课堂可复制一个一样的课堂信息,只需要修 改名字就可以直接监控。若多次重复测试同一课堂,请在运动课内多

## 次复制创建课堂,当天复制创建的课堂,当天有效。

上年11:03	6月5日 周三	今日教学计划	♥ 30% ■
() 建 () () () () () () () () () () () () ()	上年3:00-上年6:00 baidu 11学生	上年2:00-上年4:00 初一体育课测试 11学生	
<del>்</del> க <b>ை</b> இ			
28 72 72			
(日 作用器			
G			
_	100		
C C	8 8	今日教学计划	(2) ¥95% <b>—</b> ≥ 109:45 (2) <b>(2)</b>
ta ana	上午 03:00 - 上午 06:00		
1	函 R件 baidu 11学生		
and the second s		确定复制该堂课?	
3		取消 确认	
個			

3.2、点击已经创建的课堂之后,会提示课堂信息,可以修改信息,

### 也可以直接"下一步"

上午11:0	94 6月5日 周三	教学3	2排	₹ 29% ■
88	ceshi 11:03 至 11:5	3		至 100%
提高 90 80 70 60 50	5 量高表現和速度 % - 500% % - 20% % - 20% % - 60%		自定义 90%-100% 80%80% 20%80% 80%80% 50%80%	
提高 90 80 70 60 50	4有氧适应和表现的能力 1%-100% %00% %00% %00%		提高基础能力和肌肉张力 90%-100% 80%-90% 70%-80% 90%-20% 50%-80%	$\sim$
		(1) 30分钟	<sup>徽章间隔</sup> 🕝 🔕 😪 5分钟	909

3.3、如果有提前分配好传感器的人员直接在人员信息下有绑定传感器编号和 ID 信息,如果没有提前分配,可以按住左侧传感器把它拖到指定的人员上,传感器就会和人员绑定,

全部人员绑定之后,可以点击"获取心率",获取一下课前心率, 3.4、点击开始上课,如果有没分配传感器人员,会提示没有分配传 感器人员是否缺席,点击"确定"之后只监控分配传感器人员。



### 4、APP 运动课实时监控

4.1、概览监控全部人员信息

在概览界面点击个人模块,提示"对比-备注-个人详情"

上年9:41 1月9日周二 ③ 33:55   6   2	图 概览	目标 列表	关注	100% 1L 区面 50%-100%
田佳 18	陈怡 17	袁秋 27	王莉虹 19	胡熊 06
♥ 167 80%	♥189 90%	♥135 64%	♥148 71%	♥ 163 78%
♠ 137 💿 2.0	約162 ፼ 2.2	♠108 憂 1.1	か193 Ø 1.7	☆ 130 ☑ 1.4
符镖 23	鲁安会 16	任鹏 13	周亚 20	刘虹村 39
♥ 136 65%	● 129 62%	● 175 84%	● 160 76%	♥ 145 69%
♠ 159 圖 1.6	☆ 132 ⑳ 1.5	み 91 ⊙ 1.5	み 95 ⊗ 1.3	♠ 214 ᡂ 1.7
罗瑞 07	张维源 04	戴薇 25	陈瑞宇 03	何迅 10
● 165 79%	● 162 78%	● 152 73%	♥ 157 75%	♥ 166 79%
☆ 122 図 1.9	☆ 97 丞 1.9	み 163 圆 1.8	み 122 ∞ 1.4	冷 196 逐 1.5
曹正坤 24	文活 29	何欣月 26	曾思雨 40	江函驰 37
● 185 88%	● 170 81%	● 181 87%	♥ 175 84%	♥ 172 82%
♠ 288 ◎ 2.2	∧ 188 図 2.0	☆ 154 ◎ 2.1	み 210 ∞ 2.1	冷 116
蒋运超 01	刘瑞茜 15	史佳曦 22	肖涵 28	刘俊杰 12
♥ 180 86%	♥ 144 69%	♥ 170 81%	♥ 165 79%	♥ 163 78%
☆ 200 ֎ 2.1	♠ 197 ☎ 1.7	☆ 150 ⓒ 2.0	☆ 181 ⊗ 1.9	み 291 逐 1.9

4.2、目标区-可以看到每个人的心率区件指向及目标区内时间



#### 4.3、列表-可以看到班级平均心率及平均目标区内时间



## 4.5、关注&对比



#### 4.6、个人详情界面,点击头像上图标可以随意切换人员。



# 5、APP 数据保存及报告查看

0 17:53
 5.1 点击左上角
 图标,点击结束课堂,数据自动保存,
 如果联网,数据自动同步到云,

### 5.2 可以在 ipad 本地查看报告,也可以在云端平台查看报告。

HD 46.all	🗟 104 🛄				🕅 ≵95% 📖 09:53
8			课堂 时间 班级		Q
(課表	🔁 体育课	■ 重庆演示	2019.06.21 22:40-22:40	西 李继伟	<b>8</b> 11学生
@ 课件	🛱 体育课	目 重庆测试	2019.06.21 13:28-13:30	<b>芒</b> 李继伟	🕾 11学生
ごう	🛱 体育课	■ 游泳	2019.06.18 16:54-17:01	Ξ.	<b>8</b> 10学生
短告	🛱 体育课	🗐 baidu	2019.06.18 14:48-15:18	書 李继伟	<b>8</b> 11学生
学生	🔁 体育课	囯 u 恶化素	2019.06.17 17:49-17:53	H	❷ 12学生
传感器	一体育课		3 2019.06.17 17:38-17:38	問	❷ 12学生

#### 5.3 报告-课堂总结,可以看到班级的平均卡路里,平均心率,课堂评

<sup>46</sup> l									2 \$95% 🔳	09:5
		课程信息	课堂	总结	心率区间	运动心率	卡路里消耗	ŧ		
卡路里【	kcal】: 419					效果。				
最大心率	[bpm] : 12	25		29%						
平均心率	[bpm] : 91			■ 目标	达成率					
课堂评价	:合格			■ 未达	目标率					
用品品合合										
味堂总结 班级总数	⊘ x 4	🕝 x 4	🕝 x 4	<b>O</b> x 4	<b>(</b> ) x 4	💿 x 3	<b>3</b> x 3	🔇 x 3	<b>()</b> x 3	
学生13	-									9
学生14	_									9
学生15										9
204 H- 1 C	_			_	_					-

#### 估,徽章奖励总结。

🖿 🍕 🔝 🔝 € \$95% 09:54 课程信息 < 课堂总结 运动心率 卡路里消耗 目标心率区间 目标区 50%-60% 70%-80% 80%-9% 90%-100% 60%-70% 时间长度 .... -1 班级平均 35:30 学生13 57:00 学生14 57:59 学生15 49:39 学生16 27:02

5.4 报告-心率区间,可以看各心率区分布及目标心率区时间

5.5 报告-运动心率,可以选择人员查看运动心率曲线,也可多人对比。 在各心率区内的时间,个人的最低,平均,最高心率、消耗的卡路里



### 5.6 报告-卡路里消耗,多人卡路里消耗及班级平均



# 五、故障排查及解决

序号	故障	解决方案
1	提示无访问权	请确定账号是否在有效期内,完全
		退出 app , 连接网络从新登录
2	实时监控无心率数据	1. 请确认平板是否打开蓝牙,
		2. 核对传感器 ID 是够一致
3	切换语言无反应	Ios 切换后请关闭 app ,从新登录
4	传感器及学生导入失败	字体要求:宋体,12号

售后电话:010-51668148

单位:北京博浩通科技发展有限责任公司

地址:北京市丰台区汽车博物馆东路诺德中心11号楼1007