

## Vježbanje

Uređaj A360 mjeri vašu brzinu otkucaja srca na ručnom zglobu. Za precizno mjerenje brzine otkucaja srca potrebno je udobno postaviti narukvicu na gornji dio ručnog zgloba, odmah iza kosti ručnog zgloba. Senzor mora biti postavljen blizu kože, ali narukvica ne smije biti previše stegnuta.



Ugodan i čvrst

Previše labav

- Vježbanje započnite prijelazom prsta gore ili dolje na dodirnom zaslonu i zatim odaberite **Training** (Vježbanje) i željeni sport. Sportove možete dodavati i uklanjati u sklopu usluge Flow. Vježbanje započinja kada dotaknete ikonu sporta.
- Ako želite pauzirati vježbanje, pritisnite gumb. Ako želite zaustaviti vježbanje, pritisnite i zadržite gumb ili dotaknite i zadržite ikonu za zaustavljanje.

Prebacite podatke o vježbanju na uslugu Flow pomoću računala ili mobilnog uređaja. Tamo ćete vidjeti vaša prethodna vježbanja.

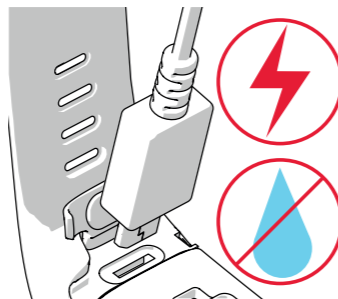
Uređaj A360 kompatibilan je i sa senzorom brzine otkucaja srca Polar H7 Bluetooth Smart s prsnim remenom.

## Nakon vježbanja

USB priključak držite čistim kako bi uređaj A360 bio učinkovito zaštićen od oksidacije i ostalih oštećenja koje stvaraju slana voda (npr. znoj ili morska voda) i prljavština. Tako se osigurava nesmetano punjenje i sinkronizacija.

Nakon plivanja u morskoj vodi ili u slučaju obilnog znojenja, isperite USB priključak pod mlazom vode i pričekajte da se USB priključak osuši tako da poklopac ostavite otvorenim dok priključak ne bude potpuno suh.

Ne priključujte A360 (zbog punjenja ili sinkronizacije) ako je USB priključak mokar ili znojan. Punjenjem uređaja koji je mokar možete oštetiti USB priključak, stoga ga ne priključujte čak ni u računalo zbog sinkronizacije ako se još nije osušio.



## Tehnički podaci

A360  
VRSTA BATERIJE  
SENZOR BRZINE OTKUCAJA SRCA  
VRIJEME RADA

OTPORNOST NA VODU DO  
MATERIJALI

100 MAH LITIJ-POLIMERNA BATERIJA  
UNUTARNJI OPTIČKI  
DO 12 DANA UZ PRAĆENJE AKTIVNOSTI  
24/7 I 1 H/ DNEVNO VJEŽBANJA BEZ  
UKLJUČENIH PAMETNIH OBAVIJESTI

30 M  
NARUKVICA: SILIKON, NEHRĐAJUĆI  
ČELIK, POLIBUTILEN TEREPTAELAT,  
STAKLENA VLAKNA; UREĐAJ:  
TERMOPLASTIČNI POLIURETAN,  
AKRILONITRIL BUTADIEN STIREN,  
STAKLENA VLAKNA, POLIKARBONAT,  
NEHRĐAJUĆI ČELIK, STAKLO

## Nadite podršku za proizvod



[polar.com/support/A360](https://polar.com/support/A360)

## Saznajte više o A360

Cijeli korisnički priručnik i najnoviju verziju ovog vodiča možete preuzeti na adresi [polar.com/support/A360](https://polar.com/support/A360). Tu ćete također naći i neke odlične video vodiče.

## Ostanite u toku uz Polar



APP STORE JE ZNAK ZA USLUGU TVRTKE APPLE INC.

GOOGLE PLAY JE TRGOVAČKI ZNAK TVRTKE GOOGLE INC.

PROIZVOĐAČ

POLAR ELECTRO OY  
PROFESSORINTIE 5  
FI-90440 KEMPELE  
TEL. +358 8 5202 100  
FAKS +358 8 5202 300  
WWW.POLAR.COM

KOMPATIBILAN S



17957766.00 HR 9/2015.



**POLAR A360**  
UREĐAJ ZA PRAĆENJE KONDICIJE  
S BRZINOM OTKUCAJA SRCA  
MJERENOM NA RUČNOM ZGLOBU

Vodič za početak rada

Hrvatski

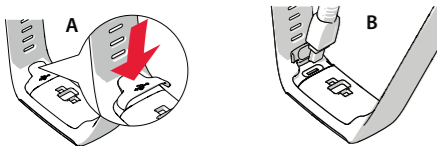
## Pripremite i napunite A360

Vaš novi A360 je u načinu rada za pohranu i aktivirat će se kada ga priključite u računalo ili USB punjač. Ako je baterija potpuno prazna, trebat će nekoliko minuta da se A360 pokrene.

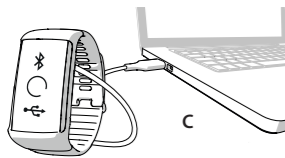
ODABERITE JEDNU MOGUĆNOST ZA POSTAVLJANJE: RAČUNALO ILI KOMPATIBILNI MOBILNI UREĐAJ.

### MOGUĆNOST A: POSTAVLJANJE POMOĆU RAČUNALA

1. Idite na [flow.polar.com/start](http://flow.polar.com/start) i instalirajte softver FlowSync na računalo. Gurnite prema dolje gornji dio (A) poklopca USB priključka unutar narukvice kako biste pristupili mikro USB priključku i priključite isporučeni USB kabel (B).



2. Drugi kraj kabla priključite u USB priključak na računalo kako bi započelo postavljanje i punjenje baterije (C).



3. Zatim ćemo vas provesti kroz postupak prijave na internetsku

uslugu Polar Flow i kroz osobnu prilagodbu uređaja A360.

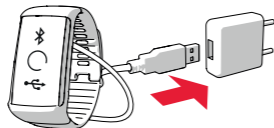
Ako želite primati najtočnije i vama prilagođene podatke o aktivnostima i vježbanju, važno je da budete precizni prilikom podešavanja postavki za vrijeme registracije na internetsku uslugu. Tijekom registracije možete odabrati jezik i dohvatiti najnoviji firmver za A360.

Nakon dovršetka postavljanja, spremni ste za pokret. Zabavite se!

### MOGUĆNOST B: POSTAVLJANJE POMOĆU APLIKACIJE POLAR FLOW UZ POMOĆ MOBILNOG UREĐAJA

Polar A360 bežično se povezuje s mobilnom aplikacijom Polar Flow putem funkcije Bluetooth, nemojte je zaboraviti uključiti na vašem mobilnog uređaju.

1. Ako prije započinjanja postavljanja mobilnog uređaja želite provjeriti je li A360 dovoljno napunjen, spojite USB kabel u USB priključak pod naponom ili USB punjač.



2. Na mobilnom uređaju uđite u App Store<sup>SM</sup> ili Google Play<sup>TM</sup> i potražite te preuzmite aplikaciju Polar Flow. Mobilnu

kompatibilnost možete provjeriti na [polar.com/support](http://polar.com/support).

3. Nakon otvaranje aplikacije Flow, ona će prepoznati vaš novi A360 u blizini i prikazati zahtjev za njegovim uparivanjem. Prihvatite zahtjev za uparivanjem i unesite kod za Bluetooth uparivanje s uređaja A360 u aplikaciju Flow.

4. Zatim izradite račun ili se prijavite ako već imate Polar račun. U sklopu aplikacije, provest ćemo vas kroz postupak prijave i postavljanja. Dotaknite **Save and sync** (Spremi i sinkroniziraj) ako ste zadali sve postavke. Vaše prilagođene postavke sada će se prebaciti na narukvicu.

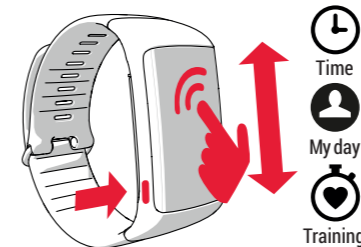
Ako želite najtočnije i vama prilagođene podatke o aktivnostima i vježbanju, važno je da budete precizni pri namještanju postavki.

Imajte na umu da vaš A360 može dohvatiti najnovije ažuriranje firmvera tijekom bežičnog postavljanja, a ovisno o vašoj vezi, to može potrajati 10 minuta.


5. Po završetku sinkronizacije, zaslon uređaja A360 će se otvoriti u vremenskom prikazu. Spremni ste za pokret, zabavite se!

## Upoznajte svoj uređaj A360

- Zaslon možete uključiti jednostavnom gestom ručnog zgloba ili pritiskom bočnog guma.
- Izbornike možete pregledavati prijelazom prsta gore i dolje preko dodirnog zaslona.
- Odaberite stavke izbornika tako da ih dotaknete.
- Pritisnite gumb za vraćanje kroz izbornike.
- Promjena izgleda sata: kucnite i zadržite zaslon u vremenskom prikazu pa prijedite prstom gore ili dolje.
- Pritisnite i zadržite gumb u vremenskom prikazu ako želite pokrenuti sinkroniziranje i uparivanje aplikacije Polar Flow i ako želite upariti dodatni uređaj
- Pritisnite i zadržite gumb malo duže ako želite prijeći u zrakoplovni način rada ili ako želite isključiti uređaj.





## Značajke


 Odmah nakon postavljanja uređaja A360, on će automatski početi pratiti vaše aktivnosti 24/7.


Dobit ćete osobni cilj za dnevne aktivnosti, a u vremenskom prikazu moći ćete vidjeti i vaš napredak prema tom cilju.


U izborniku **My day** (Moj dan) možete detaljnije vidjeti koliko ste bili aktivni u trenutnom danu zajedno s vježbanjima koje ste odradili.

 A360 broji korake koje ste napravili i prikazuje ih u obliku prijedene udaljenosti.

 On prikazuje i količinu utrošenih kalorija.

 Ako ga nosite za vrijeme spavanja, uređaj će izračunati vaše vrijeme i kvalitetu spavanja. Podatke o spavanju pronaći ćete u aplikaciji Flow ili na istoimenoj internetskoj usluzi.

 Upozorenja o neaktivnosti vas podsjećaju ako ste predugo bili mirni i kada je vrijeme da se pokrenete.

 Podatke o aktivnostima možete vidjeti vizualno predstavljene u aplikaciji Flow ili na istoimenoj internetskoj usluzi Flow. Tamo ćete saznati pojedinosti o vašim tjelesnim aktivnostima i pripadajućim koristima za zdravlje.

Primajte obavijesti o dolaznim pozivima, porukama i događajima iz kalendara s telefona na uređaju A360. Značajku Pametne obavijesti možete aktivirati u mobilnoj aplikaciji Polar Flow.