

Allenamento

L'A360 calcola la frequenza cardiaca dal polso. Per ottenere valori di frequenza cardiaca precisi, è necessario indossare il braccialetto in modo aderente sul polso, dietro l'osso del polso. Il sensore deve essere vicino alla pelle, ma il cinturino non deve essere troppo stretto.



Ben stretto

Toppo lento

- Per iniziare una sessione di allenamento, scorri il dito verso l'alto o il basso sul touch screen e selezionare **Allenamento** e lo sport da praticare. Puoi aggiungere e rimuovere sport nel servizio Flow. La sessione inizia quando tocchi l'icona dello sport.
- Per interrompere una sessione, premi il pulsante. Per arrestare una sessione, tieni premuto il pulsante o tocca e tieni premuta l'icona di arresto.

Trasferisci i dati di allenamento al servizio Flow con il computer o il dispositivo mobile. Quindi vengono visualizzate le sessioni di allenamento precedenti.

L'A360 è inoltre compatibile con il sensore di frequenza cardiaca Polar H7 Bluetooth Smart dotate di fascia toracica.

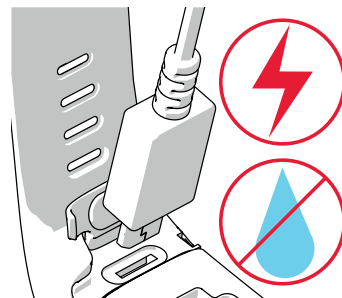
Dopo l'allenamento

Mantieni a porta USB pulita per proteggere efficacemente l'A360 dall'ossidazione e altri possibili danni causati dall'acqua salata (ad esempio, sudore o acqua di mare) e dalla sporcizia. In tal modo si garantisce una corretta carica e sincronizzazione.

Dopo aver nuotato in acqua di mare o forte sudorazione, sciacqua la porta USB sotto acqua corrente e lascia che la porta USB si asciughi, tenendo aperto il coperchio finché non è adeguatamente asciutto.

Non collegare A360 (per la carica o la sincronizzazione) se la porta USB è umida o piena di sudore.

La carica di un dispositivo bagnato danneggia la porta USB, quindi non collegarlo anche al computer per la sincronizzazione se non è ancora asciugato.



Informazioni tecniche

A360

TIPO BATTERIA

SENSORE DI FREQUENZA CARDIACA

DURATA

IMPERMEABILITÀ

MATERIALI

BATTERIA LI-POL A 100 MAH

OTTICA INTERNA

FINO A 12 GIORNI CON RILEVAMENTO DELL'ATTIVITÀ 24/7 E 1 ORA AL GIORNO DI ALLENAMENTO SENZA AVVISI ATTIVO

30 M

CINTURINO: SILICONE, ACCIAIO INOX;

DISPOSITIVO: POLIBUTILENE

TEREFTALATO, FIBRA DI VETRO;

DISPOSITIVO: POLIURETANO

TERMOPLASTICO ACRILONITRILE

BUTADIENE STIRENE, FIBRA DI

VETRO, POLICARBONATO, ACCIAIO INOX,

VETRO

Trova assistenza del prodotto



polar.com/it/assistenza/A360

Ulteriori informazioni sull'A360

Puoi scaricare il manuale d'uso completo e la versione più recente di questa guida dal sito polar.com/it/assistenza/A360. Qui puoi trovare anche alcuni ottimi tutorial video.

Continua a seguire Polar



APP STORE È UN MARCHIO DI SERVIZIO DI APPLE INC.

GOOGLE PLAY È UN MARCHIO DI FABBRICA DI GOOGLE INC.

PRODOTTO DA

COMPATIBILE CON

POLAR ELECTRO OY

PROFESSORINTIE 5

FI-90440 KEMPELE

TEL +358 8 5202 100

FAX +358 8 5202 300

WWW.POLAR.COM



17957769.00 ITA 9/2015 10011



POLAR A360
FITNESS TRACKER
CON RILEVAMENTO
DELLA FREQUENZA CARDIACA DAL POLSO

Guida introduttiva

Italiano

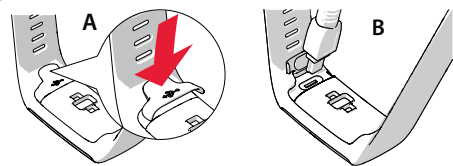
Configurazione e carica dell'A360

Il nuovo A360 è in modalità standby e si riattiva quando lo si collega ad un computer o ad un caricatore USB. Se la batteria è completamente scarica, occorrono vari minuti per la riattivazione dell'A360.

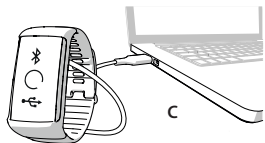
SCEGLI UN'OPZIONE DI CONFIGURAZIONE: COMPUTER O DISPOSITIVO MOBILE COMPATIBILE.

OPZIONE A: CONFIGURAZIONE CON IL COMPUTER

1. Vai al sito flow.polar.com/start e installa il software FlowSync sul computer.
2. Spingi la parte superiore [A] del coperchio USB all'interno del bracciale per accedere alla porta micro USB e collega il cavo USB [B].



3. Collega l'altra estremità del cavo nella porta USB del computer per la configurazione e la carica della batteria [C].



4. Quindi ti guideremo all'iscrizione al servizio web Flow e alla personalizzazione dell'A360.

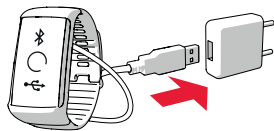
Per ottenere dati di attività e allenamento più precisi e personalizzati, è importante inserire impostazioni utente precise al momento dell'iscrizione al servizio web. Al momento dell'iscrizione, puoi selezionare una lingua e ottenere il firmware più recente dell'A360.

Al termine della configurazione, sei pronto per utilizzarlo. Buon divertimento!

OPZIONE B: CONFIGURAZIONE CON LA MOBILE APP POLAR FLOW UTILIZZANDO IL DISPOSITIVO MOBILE

Polar A360 si connette alla mobile app Polar Flow in modo wireless tramite Bluetooth; ricordati di attivarlo nel dispositivo mobile.

1. Per assicurarsi che vi sia una carica sufficiente nell'A360 prima di avviare la configurazione della mobile app, collega il cavo USB ad una porta USB alimentata o ad un caricatore USB.



2. Vai all'App StoreSM o Google PlayTM sul dispositivo mobile, quindi

cerca e scarica l'app Polar Flow. Controlla la compatibilità del dispositivo mobile sul sito polar.com/it/assistenza.

3. Quando apri l'app Flow, viene riconosciuto il nuovo A360 nelle vicinanze e viene richiesto all'utente di avviare l'associazione. Accetta la richiesta di associazione e immetti il codice di associazione Bluetooth dall'A360 sull'app Flow.
4. Quindi, crea un account o accedi, se disponi già di un account Polar. Ti guideremo all'iscrizione e alla configurazione nell'app. Tocca **Salva e sincronizza** una volta definite tutte le impostazioni. Le impostazioni personali vengono trasferite al bracciale.

Per ottenere dati di attività e allenamento più precisi e personalizzati, è importante inserire impostazioni precise.

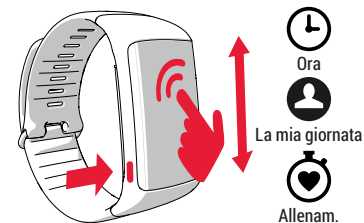
L'A360 potrebbe scaricare l'aggiornamento firmware più recente durante la configurazione wireless e, a seconda della connessione, potrebbe richiedere fino a 10 minuti per il completamento.

5. Il display dell'A360 si apre in modalità Ora al termine della sincronizzazione.


Sei pronto. Divertiti!

Per conoscere l'A360


- Puoi attivare il display scorrendo verso il touch screen verso l'alto e il basso.
- Sfoglia i menu scorrendo il touch screen verso l'alto o il basso.
- Seleziona le voci del menu toccandole.
- Premi il pulsante per tornare indietro nei menu.
- Per cambiare i quadranti, tocca e tieni premuto il display in modalità Ora e scorri verso l'alto o il basso.
- Tieni premuto il pulsante in modalità Ora per avviare la sincronizzazione dell'app Polar Flow e associare un dispositivo accessorio
- Tieni premuto il pulsante più a lungo per attivare la modalità aereo o spegnere il dispositivo.




Caratteristiche


 Dopo averlo configurato, A360 inizia a rilevare automaticamente l'attività 24/7.


Otterrai un obiettivo di attività quotidiana personalizzato e potrai vedere i tuoi progressi verso il raggiungimento dell'obiettivo in modalità Ora. Nel menu **La mia giornata** puoi osservare dettagliatamente l'attività svolta durante la giornata insieme alle sessioni di allenamento svolte.

 L'A360 conta i passi effettuati e indica la distanza percorsa.

 Mostra le calorie bruciate.

 Indossalo mentre dormi per rilevare il tempo e la qualità del sonno. Controlla le informazioni sul sonno nell'app Flow o nel servizio web Flow.

 Gli avvisi di inattività ti ricordano quando sei rimasto inattivo troppo a lungo ed è ora di muoverti.

 Puoi osservare i dati di attività visualizzati nell'app Flow o nel servizio web Flow. Da qui puoi osservare i dettagli sull'attività fisica e i conseguenti benefici sulla salute.

Ricevi notifiche sulle chiamate in arrivo, i messaggi e gli eventi del calendario dal telefono sull'A360. Puoi attivare la funzione Avvisi nella mobile app Polar Flow.