

Edzés

Az A360 készülék a csuklón keresztül méri le a pulzust. A pulzus pontos mérése érdekében a karkötőnek szorosan kell illeszkednie a csuklóra, közvetlenül a csont mögött. Az érzékelőnek érintkeznie kell a bőrrel, azonban a csuklópántot nem szabad túl szorosra húzni.



Megfelelően szoros

Túl laza

- Az edzés megkezdéséhez pöccintsen fel- vagy lefelé az érintőképernyőn, majd válassza ki a **Training** (edzés) lehetősége, és a kívánt sportot. Sportokat a Flow szolgáltatás segítségével adhat hozzá vagy távolíthat el. Az edzést a sport ikonra koppintva indíthatja el.
- Az edzés szüneteltetéséhez nyomja meg a gombot. Az edzés leállításához tartsa nyomva a gombot, vagy koppintson a leállítás ikonjára, és tartsa nyomva azt.

Edzési adatait a számítógépén vagy mobil eszközein keresztül viheti át a Flow szolgáltatásba. Itt láthatja korábbi edzéseit is.

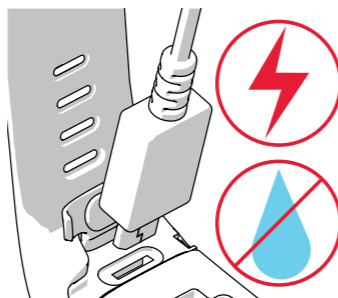
A Polar A360 készülék a Polar H7 Bluetooth Smart pántos pulzuszámolóval is kompatibilis.

Edzés után

Tartsa az USB portot tisztán, hogy megvédje A360 készülékét a rozsdától és egyéb, a sós víz (pl. izzadság vagy tengervíz) okozta károsodástól és más szennyeződésektől. Ezzel biztosítja az egyenletes töltést és szinkronizálást.

Tengervízben való úszás vagy erős izzadással járó edzést követően mossa le az USB portot folyó víz alatt, majd a fedelet nyitva tartva hagyja megszáradni azt.

Ne csatlakoztassa az A360 készüléket (töltéshez vagy szinkronizáláshoz), ha az USB port víztől vagy izzadságtól nedves. A készülék nedvesen való töltése kárt tehet az USB portban, ezért még a számítógépéhez se csatlakoztassa a készüléket, amíg nem száradt ki.



Műszaki specifikáció

A360	100 MAH LI-POL ÚJRATÖLTETHETŐ ELEM
ELEMTÍPUS	BELSŐ OPTIKAI
PULZUSÉRZÉKELŐ	24/7 AKTIVITÁS-KÖVETÉssel ÉS 1 ÓRA/NAPOS EDZÉSSEL, SMART ÉRTESÍTÉSEK NÉLKÜL LEGFELJEBB 12 NAP.
ÜZEMIDŐ	30 M
VÍZÁLLÓSÁG	CSUKLÓPÁNT: SZILIKON, ROZSDAMENTES ACÉL, POLIBUTILÉN TEREFTALÁT, ÜVEGSZÁL; KÉSZÜLÉK: TERMOPLASZTIKUS POLIURETÁN, AKRILONITRIL BUTADIÉN SZTIRÉN, ÜVEGSZÁL, POLIKARBONÁT, ROZSDAMENTES ACÉL, ÜVEG
ANYAGOK	

Terméktámogatás



polar.com/support/A360

Tudjon meg többet az A360 készülékről

A teljes használati útmutatót és a jelen kézikönyv teljes változatát letöltheti a polar.com/support/A360 oldalon. Az oldalon számos hasznos útmutató videót is talál.

Kövesse a legújabb Polar fejleményeket



AZ APP STORE AZ APPLE INC. VÉDJEJE.
A GOOGLE PLAY A GOOGLE INC. VÉDJEJE.

GYÁRTÓ:

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

KOMPATIBILITÁS:



17957766.00 HU 9/2015



POLAR A360
FITNESS KÖVETŐKÉSZÜLÉK
CSUKLÓRA RÖGZÍTHETŐ
PULZUSMÉRŐVEL

Beindítási útmutató

Magyar

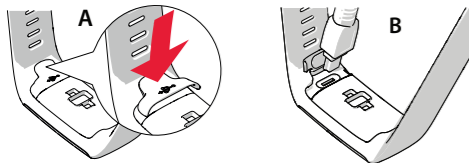
Az A360 beállítása és feltöltése

Az új A360 készülékek tárolási módban vannak; a készüléket úgy ébresztheti fel, hogy csatlakoztatja a számítógépéhez, vagy egy USB töltőhöz. Ha az elem teljesen lemerült, az A360 felébresztése néhány percet vesz igénybe.

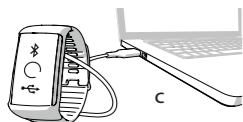
VÁLASSZON BEÁLLÍTÁSI LEHETŐSÉGET: SZÁMÍTÓGÉPPEL VAGY KOMPATIBILIS MOBIL ESZKÖZZEL.

A LEHETŐSÉG: BEÁLLÍTÁS SZÁMÍTÓGÉPEN

1. Menjen a flow.polar.com/start oldalra, és telepítse a FlowSync szoftvert a számítógépre.
2. Nyomja le a karkötő belső oldalán található USBfedél felső részét (A), hogy hozzáférjen a mikro USB porthoz, majd csatlakoztassa a mellékelt USB kábelt (B).



3. Csatlakoztassa a kábel másik végét a számítógép USB portjához a készülék beállításához és az akkumulátor feltöltéséhez (C).



4. Ezután a készülék végigvezeti a Polar Flow web szolgáltatásra való feliratkozás, illetve az A360 készülék testreszabásának műveletén.

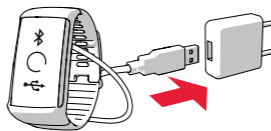
Hogy a kapott aktivitási és edzési adatok a lehető legpontosabbak és személyre szabottabbak legyenek, lényeges, hogy a webes szolgáltatásra való feliratkozás során pontos adatokat adjon meg. A feliratkozásakor kiválaszthatja a nyelvet, és letöltheti az A360 firmware legfrissebb verzióját.

Miután a beállítás elkészült, a készülék készen áll a használatra. Jó szórakozást!

B LEHETŐSÉG: A POLAR FLOW ALKALMAZÁS BEÁLLÍTÁSA MOBIL ESZKÖZ SEGÍTSÉGÉVEL

A Polar A360 vezeték nélkül, a Bluetooth funkció segítségével csatlakozik a Polar Flow mobil alkalmazáshoz, ezért ne feledje bekapcsolni ezt a funkciót a mobil eszközön.

1. Hogy az A360 elegendő energiával rendelkezzen a mobil beállítási művelethez, csatlakoztassa azt egy áram alatt lévő USB porthoz, vagy egy USB töltőhöz.



2. Menjen az App StoreSM vagy Google PlayTM webáruházba a mobil eszközön, keresse ki, és töltsse le a Polar Flow alkalmazást. Ellenőrizze a mobil eszközök kompatibilitását a polar.com/support oldalon.

3. Amikor megnyitja a Flow alkalmazást, az automatikusan észleli a közelben lévő A360 készüléket, és felkínálja a párosítás lehetőségét. Hagyja jóvá a felkínált műveletet, és írja be az A360 készülék párosító kódját a Flow alkalmazásba.

4. Hozzon létre egy új felhasználói fiókot, vagy lépjen be a meglévővel, ha már van Polar fiókja. A készülék végigvezeti a feliratkozás és beállítás műveletein. Koppintson a **Save and sync** (mentés és szinkronizálás) lehetőségre, miután minden beállítást megadott. A személyre szabott beállítások ekkor átkerülnek a karkötőre.

Hogy a kapott aktivitási és edzési adatok a lehető legpontosabbak és személyre szabottabbak legyenek, lényeges, hogy a webes szolgáltatásra való feliratkozás során pontos adatokat adjon meg.

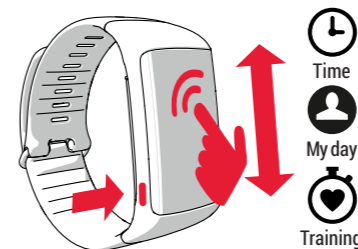
Kérjük, ne feledje, hogy a vezeték nélküli beállítás során az A360 készülék letölti a firmware legfrissebb verzióját, ami a kapcsolat minőségétől függően 10 percet vehet igénybe.

5. A szinkronizáció végén az A360 kijelzője megjeleníti az idő nézetet.


A készülék ekkor készen áll a használatra, jó szórakozást!

Ismerje meg A360 készülékét

- A kijelzőt egy egyszerű csuklómozdulattal, vagy az oldalgomb megnyomásával aktiválhatja.
- A menükben az érintőképernyő fel- és lefelé pöccintésével navigálhat.
- A menük elemeit koppintással választhatja ki.
- A menükben való visszalépéshez nyomja meg a gombot.
- Az időkijelző átállításához: az idő nézetben koppintson a kijelzőre, és tartsa nyomva, majd pöccintsen fel- vagy lefelé.
- Nyomja meg, és tartsa lenyomva a gombot az idő nézetben a Polar Flow alkalmazás szinkronizálásának megkezdéséhez, és a tartozékok párosításához
- Tartsa nyomva a gombot hosszabb ideig a repülési módba váltáshoz, illetve a készülék kikapcsolásához.





Jellemzők


-  Amint beállította az A360 készüléket, az automatikusan megkezdí a 24/7 aktivitás-követést.


A készülék ad egy napi aktivitási célt, melynek teljesítését az idő nézetben követheti nyomon.


A **My day** (mai nap) menüben részletesebben láthatja, milyen aktív volt a napja eddig, illetve az aznap elvégzett edzéseket.

-  Az A360 számlálja a megtett lépéseket, és megmutatja a megtett távolságot is.

-  A készüléken láthatja az elégetett kalóriák számát is.

-  Ha a készüléket alvás közben is viseli, az érzékeli az alvás idejét és minőségét. Az alvási információkat a Flow alkalmazásban, vagy a Flow web szolgáltatásban ellenőrizheti.

-  Az inaktivitási riasztások jelzik, ha túl sokáig maradt mozdulatlan, és itt az ideje egy kis mozgásnak.

-  Az aktivitási adatokat a Flow alkalmazásban, vagy a Flow web szolgáltatásban tekintheti meg. Itt részletes adatokat láthat a fizikai tevékenységeiről, és azok egészségügyi hatásairól.

A360 eszközén értesítéseket kaphat telefonjáról a bejövő hívásokról, üzenetekről, és naptári eseményekről. A Smart értesítéseket a Polar Flow mobil alkalmazásban aktiválhatja.