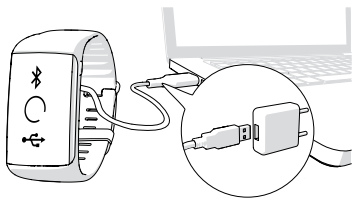


Erste Schritte

Du kannst deinen neuen Polar A370 wahlweise über **(A)** ein Mobilgerät oder **(B)** auf deinem Computer einrichten, je nachdem, was dir lieber ist. Dein A370 befindet sich im Aufbewahrungsmodus und schaltet sich während der Einrichtung ein. Um so präzise und individuelle Trainings- und Aktivitätsdaten wie möglich zu erhalten, musst du die Einstellungen während der Einrichtung exakt vornehmen.

Verbinde deinen A370 über ein Standard-Micro-USB-Kabel mit einem aktiven USB-Anschluss oder einem USB-Ladegerät. Es kann einige Minuten dauern, bis sich der A370 einschaltet. Lasse deinen A370 während der Einrichtung aufladen.

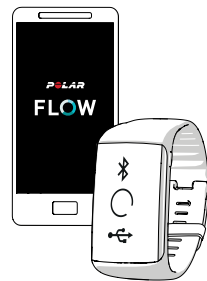


Wenn ein Firmware-Update für deinen A370 verfügbar ist, empfehlen wir, es während der Einrichtung zu installieren. Dies kann bis zu zehn Minuten dauern.

A

EINRICHTUNG MIT EINEM MOBILGERÄT UND DER POLAR FLOW APP

Bitte beachte, dass du die Kopplung in der Flow App und NICHT in den Bluetooth-Einstellungen deines Mobilgerätes vornehmen musst.

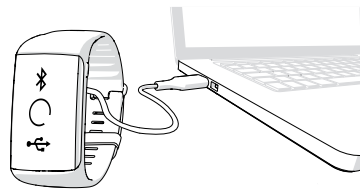


1. Stelle sicher, dass dein **Mobilgerät** mit dem **Internet** verbunden ist und schalte **Bluetooth®** ein.
2. Lade die **Polar Flow App** aus dem App Store oder von Google Play auf dein Mobilgerät herunter.
3. Öffne die Flow App auf deinem Mobilgerät.
4. Die Polar Flow App erkennt deinen in der Nähe befindlichen A370 und fordert dich auf, ihn zu koppeln. Akzeptiere die Kopplungsanfrage und **gib den Bluetooth-Kopplungscode, der in der Anzeige deines A370 erscheint, in der Polar Flow App ein.**
5. **Melde dich** bei deinem **Polar Account an** oder erstelle einen neuen Account. Du wirst durch die Anmeldung und die Einrichtung innerhalb der App geführt.
6. Wenn du mit den Einstellungen fertig bist, tippe auf **Speichern und Synchronisieren** und deine Einstellungen werden mit deinem A370 synchronisiert.

B

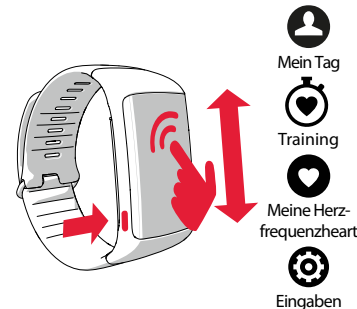
EINRICHTUNG MIT EINEM COMPUTER

1. Gehe zu **flow.polar.com/start** und installiere die **Polar FlowSync** Datenübertragungssoftware auf deinem Computer.
2. Melde dich bei deinem Polar Account an oder erstelle einen neuen Account. Du wirst durch die Anmeldung und die Einrichtung innerhalb des Webservice geführt.



Lerne deinen A370 kennen

- Du kannst die Anzeige einschalten, indem du dein Handgelenk drehst oder die seitliche Taste drückst.
- Um durch die Menüs zu blättern, wische auf dem Touchscreen nach oben oder nach unten.
- Tippe auf ein Menü, um es auszuwählen.
- Drücke die seitliche Taste, um zum vorherigen Menüeintrag zu wechseln.
- Tippe auf die Uhrzeitanzeige, halte sie gedrückt und wische nach oben oder unten, um zwischen Zifferblättern zu wechseln.
- Halte die Taste in der Uhrzeitanzeige gedrückt, bis **Suche** angezeigt wird, um die Synchronisierung mit der mobilen App Polar Flow zu starten und ein Zubehörgerät zu koppeln.

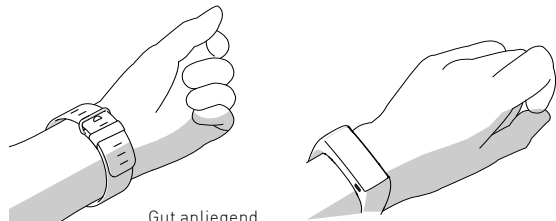


So trägst du deinen A370

Dein A370 misst im Alltag und während des Trainings regelmäßig den Puls an deinem Handgelenk. Um präzise Pulsmessungen zu erhalten, finde eine angenehme Trageposition an deinem Handgelenk, indem du die folgenden Tipps befolgst.

Ziehe beim täglichen Tragen das Armband **hinter dem Handgelenkknochen** am Handgelenk fest. Platziere den Fitness Tracker NICHT oberhalb des Handgelenkknochens. Das Band kann etwas lose sein, solange der Sensor an der Rückseite deine Haut berührt und bei Bewegungen an Ort und Stelle bleibt.

Ziehe das Band ein wenig fester, wenn du eine Trainingseinheit startest, damit der Sensor sich während des Trainings nicht verschiebt. Das Armband sollte jedoch nicht unangenehm eng sitzen. Denke daran, das Armband nach dem Training zu lockern, damit es bequemer sitzt.



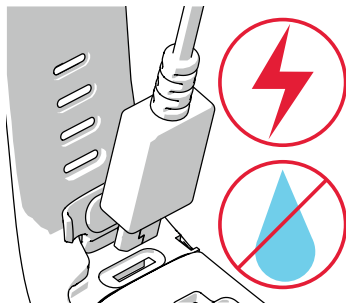
Pflege deines A370

Wasche den A370 und dein Handgelenk täglich ab, um Hautreizungen zu vermeiden. Trockne dein Handgelenk und das Armband ab, bevor du den A370 wieder anlegst. Nimm den Tracker von Zeit zu Zeit ab und lasse deine Haut atmen.

Spüle nach dem Schwimmen in Meerwasser oder starkem Schwitzen den USB-Anschluss unter fließendem Wasser und lasse dann die Abdeckung des USB-Anschlusses geöffnet, bis der Anschluss vollkommen trocken ist.

Schließe den A370 nicht an (zum Laden oder Synchronisieren), wenn der USB-Anschluss nass oder feucht ist.

Durch das Laden eines nassen Produktes wird der USB-Anschluss beschädigt. Schließe den A370 also auch nicht zum Synchronisieren an deinen Computer an, wenn der Anschluss noch nicht trocken ist.



Technische Daten

BATTERIETYP	LITHIUM-POLYMER-BATTERIE, 100 MAH
HERZFREQUENZ-SENSOR	INTERN OPTISCH
WASSERBESTÄNDIGKEIT	30 M
MATERIALIEN	ARM BAND: SILIKON, EDELSTAHL POLYBUTYLENTEREPHTHALAT, GLASFASER; GERÄT: THERMOPLASTISCHES POLYURETHAN, ACRYLNITRIL-BUTADIEN-STYROL, GLASFASER, POLYCARBONAT, EDELSTAHL, GLAS

APP STORE IST EINE SERVICEMARKE VON APPLE INC.

ANDROID UND GOOGLE PLAY SIND MARKEN VON GOOGLE INC.

IOS IST EINE MARKE ODER EINGETRAGENE MARKE VON CISCO IN DEN USA UND ANDEREN LÄNDERN UND WIRD UNTER LIZENZ VERWENDET.

HERSTELLER:

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

KOMPATIBEL MIT
 Bluetooth



17966492.00 DEU 04/2017 10011

POLAR®

POLAR A370
FITNESS TRACKER
MIT HERZFREQUENZ-MESSUNG
AM HANDGELENK

Kurzanleitung

Erfahre mehr auf support.polar.com/de/A370.

Deutsch