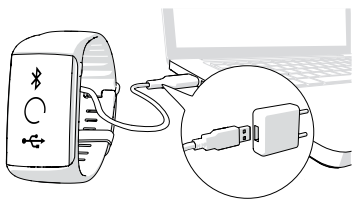


Primeros pasos

Puedes elegir realizar la configuración de tu nuevo Polar A370 con **(A)** un dispositivo móvil o con **(B)** un ordenador, lo que te resulte más cómodo. El A370 está en modo de almacenamiento y se activa durante la configuración. Para obtener los datos de entrenamiento y actividad más exactos y personalizados, es importante que indiques los ajustes con precisión en la configuración.

Conecta el A370 al puerto USB de tu ordenador o a un cargador USB con el cable USB micro estándar. Es posible que se necesiten varios minutos para que tu A370 se active. Deja que tu A370 se cargue durante la configuración.



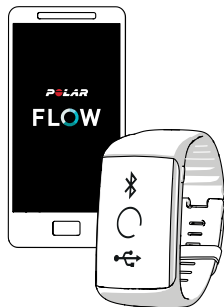
Si hay disponible una actualización de firmware para tu A370, te recomendamos que la instales durante la configuración. Esto puede requerir hasta 10 minutos.

A

CONFIGURAR CON UN DISPOSITIVO MÓVIL Y LA APP POLAR FLOW

Recuerda que tienes que vincular en la app Flow y NO en los ajustes Bluetooth de tu dispositivo móvil.

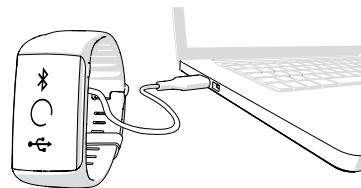
1. Asegúrate de que tu **dispositivo móvil** esté conectado a **Internet** y activa **Bluetooth®**.
2. Descarga la **app Polar Flow** desde App Store o Google Play en tu dispositivo móvil.
3. En tu dispositivo móvil, abre la app Flow.
4. La app Polar Flow, reconoce tu A370 si está cerca y te indica que inicies la vinculación. Acepta la solicitud de vinculación e **introduce el código de vinculación de Bluetooth que se muestra en la pantalla del A370 para la app Flow**.
5. **Inicia una sesión** con tu **cuenta Polar** o crea una nueva. Te mostraremos cómo registrarte y cómo realizar la configuración dentro de la app.
6. Cuando hayas terminado con los ajustes, pulsa **Guardar y sincronizar** y tus ajustes se sincronizarán con tu A370.



B

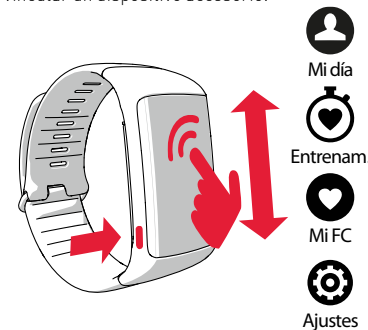
CONFIGURAR CON UN ORDENADOR

1. Ve a **flow.polar.com/start** e instala el software de transferencia de datos **Polar FlowSync** en tu ordenador.
2. Inicia una sesión con tu cuenta Polar o crea una nueva. Te mostraremos cómo registrarte y cómo realizar la configuración dentro del servicio web.



Presentación de tu A370

- Puedes encender la pantalla con un simple movimiento de muñeca o pulsando el botón del lateral.
- Desplázate por los menús deslizando la pantalla táctil arriba o abajo.
- Selecciona los elementos del menú tocándolos.
- Pulsa el botón del lateral para retroceder en los menús.
- Para cambiar la apariencia del reloj, toca y mantén pulsada la pantalla en la vista de hora y deslízate hacia arriba o hacia abajo.
- Pulsa y mantén pulsado el botón en la vista de hora hasta que veas **Sincronización** para iniciar la sincronización de la app Polar Flow y vincular un dispositivo accesorio.

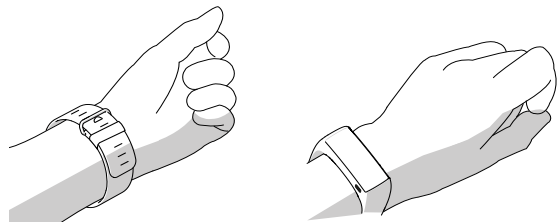


Cómo colocarlo

El A370 mide la frecuencia cardíaca en la muñeca, en el uso cotidiano y durante el ejercicio. Para obtener lecturas de frecuencia cardíaca más exactas, busca un ajuste cómodo del dispositivo en la muñeca siguiendo estas recomendaciones.

En el uso cotidiano, coloca la correa en la parte superior de la muñeca, **detrás del hueso de la muñeca**. NO laves el dispositivo sobre el hueso de la muñeca. La correa puede estar ligeramente suelta siempre y cuando el sensor de la parte posterior esté en contacto con la piel y se quede en su lugar cuando te muevas.

Aprieta la correa un poco cuando inicies una sesión de ejercicio, de forma que el sensor no se mueva. La correa tampoco tiene que estar tan apretada que resulte incómoda. Recuerda aflojar la correa tras el entrenamiento para que sea más cómodo llevarla.



Perfectamente ajustado

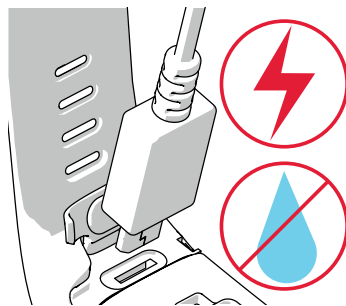
Cuidado de tu A370

Lava el A370 y tu muñeca todos los días para evitar irritaciones en la piel. Seca la muñeca y la correa antes de volver a ponértelo. De vez en cuando, quítate el dispositivo de seguimiento y deja que respire la piel.

Después de nadar en el mar o sudar mucho, enjuaga el puerto USB con agua corriente y deja que se seque. Para ello, deja la tapa abierta del puerto USB hasta que esté completamente seco.

No conectes el A370 (para cargar o sincronizar) si el puerto USB está húmedo o con sudor.

Cargar un dispositivo húmedo daña el puerto USB, por tanto no lo conectes ni siquiera para sincronizarlo a tu ordenador hasta que no esté seco.



Especificaciones técnicas

TIPO DE BATERÍA

BATERÍA DE POLÍMERO DE LITIO DE 100 MAH

SENSOR DE FRECUENCIA CARDÍACA

ÓPTICO INTERNO

RESISTENCIA AL AGUA

30 M

MATERIALES

CORREA: SILICONA, ACERO INOXIDABLE, TEREFALATO DE POLIBUTILENO, FIBRA DE VIDRIO; DISPOSITIVO: IURETANO TERMOPLÁSTICO ACRILONITRILO BUTADIENO ESTIRENO, FIBRA DE VIDRIO, POLICARBONATO, ACERO INOXIDABLE, VIDRIO

APP STORE ES UNA MARCA DE SERVICIO DE APPLE INC.

ANDROID Y GOOGLE PLAY SON MARCAS REGISTRADAS DE GOOGLE INC.

IOS ES UNA MARCA O MARCA REGISTRADA DE CISCO EN LOS EE.UU. Y EN OTROS PAÍSES Y SE UTILIZA CON LICENCIA.

FABRICADO POR

COMPATIBLE CON
 Bluetooth®

POLAR ELECTRO OY

PROFESSORINTIE 5

FI-90440 KEMPELE

TFNO. +358 8 5202 100

FAX +358 8 5202 300

WWW.POLAR.COM



/polarglobal

POLAR®

POLAR A370 PULSÓMETRO DE ENTRENAMIENTO CON REGISTRO DE PULSACIONES EN LA MUÑECA

Guía de primeros pasos
Más información en support.polar.com/es/A370