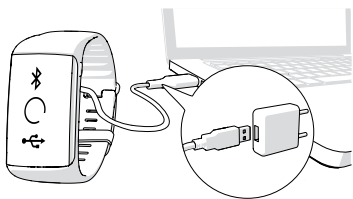


Pour commencer

Vous pouvez choisir de configurer votre nouveau Polar A370 avec **(A)** un dispositif mobile ou avec **(B)** un ordinateur, selon ce qui est le plus pratique pour vous. L'A370 se trouve en mode stockage et s'allume lors de la configuration. Pour obtenir les données d'activité et d'entraînement les plus précises et personnelles, il est important que vous soyez précis concernant les réglages lors de la configuration.

Branchez votre A370 sur un port USB alimenté ou un chargeur USB avec un câble micro USB standard. L'A370 peut s'allumer au bout de quelques minutes. Laissez votre A370 en charge pendant la configuration.



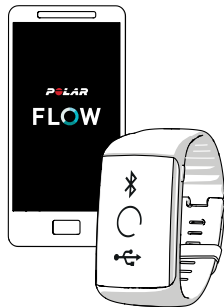
Si une mise à jour du firmware est disponible pour votre A370, il est recommandé de l'installer pendant la configuration. L'opération peut prendre jusqu'à 10 minutes.

A

CONFIGURATION AVEC UN DISPOSITIF MOBILE ET L'APPLICATION POLAR FLOW

Veillez noter que vous devez procéder à l'association dans l'application Flow et PAS dans les réglages Bluetooth de votre dispositif mobile.

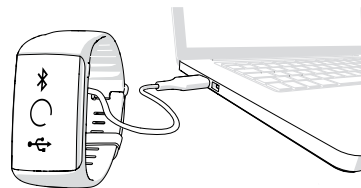
1. Vérifiez que votre **appareil mobile** est connecté à **Internet** et activez le **Bluetooth**.
2. Téléchargez l'**application Polar Flow** depuis l'App Store ou Google Play sur votre appareil mobile.
3. Ouvrez l'application Flow sur votre appareil mobile.
4. L'application Flow détecte votre A370 à proximité et vous invite à commencer l'association. Acceptez la demande d'association et **saisissez dans l'application Flow le code d'association Bluetooth affiché sur l'écran de l'A370**.
5. **Connectez-vous** avec votre **compte Polar** ou créez-en un. Nous vous guiderons tout au long de la connexion et de la configuration au sein de l'application.
6. Une fois les réglages effectués, appuyez sur **Enregistrer et synchroniser**. Vos réglages sont synchronisés vers votre A370.



B

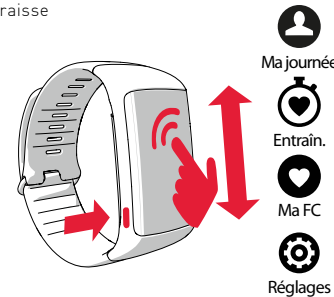
CONFIGURATION AVEC UN ORDINATEUR

1. Allez sur le site **flow.polar.com/start** et installez le logiciel de transfert de données **Polar FlowSync** sur votre ordinateur.
2. Connectez-vous avec votre compte Polar ou créez-en un. Nous vous guiderons tout au long de la connexion et de la configuration au sein du service Web.



Faites connaissance avec votre A370

- Vous pouvez allumer l'écran en tournant votre poignet ou en appuyant sur le bouton latéral.
- Pour parcourir les menus, balayez l'écran tactile vers le haut ou le bas.
- Pour choisir des options de menu, appuyez dessus.
- Pour revenir en arrière dans les menus, appuyez sur le bouton latéral.
- Pour modifier les faces de l'horloge, maintenez enfoncé l'affichage en vue horaire et balayez l'écran tactile vers le haut ou vers le bas.
- Pour lancer la synchronisation de l'application Polar Flow et associer un dispositif accessoire, appuyez longuement sur le bouton en vue horaire jusqu'à ce que le message **Recherche** apparaisse

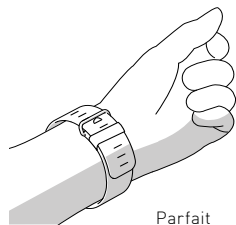


Mise en place

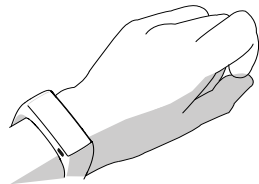
L'A370 mesure en continu la fréquence cardiaque à partir du poignet, au quotidien et pendant l'exercice. Pour obtenir des valeurs de fréquence cardiaque précises, trouvez un ajustement confortable pour votre poignet en suivant ces conseils.

Au quotidien, fixez le bracelet sur le dessus de votre poignet, **derrière l'os**. Ne placez PAS le bracelet sur l'os du poignet. Le bracelet peut être légèrement desserré à condition que l'émetteur situé au dos touche votre peau et reste en place quand vous bougez.

Serrez un peu le bracelet lorsque vous démarrez une séance d'entraînement. Ainsi, l'émetteur ne bougera pas pendant l'exercice. Le bracelet ne doit pas non plus être serré de façon inconfortable. Pensez à desserrer le bracelet après l'entraînement pour plus de confort.



Parfait



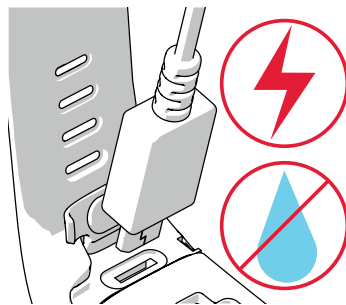
Entretien de votre A370

Lavez l'A370 et votre poignet tous les jours afin d'éviter toute irritation cutanée. Séchez votre poignet et le bracelet avant de le remettre en place. De temps en temps, retirez le bracelet et laissez votre peau respirer.

Après avoir nagé dans l'eau de mer ou fortement sué, rincez le port USB sous l'eau courante et faites sécher le port USB en laissant le couvercle ouvert jusqu'à ce qu'il soit bien sec.

Ne branchez pas l'A370 (pour chargement ou synchronisation) lorsque le port USB est humide ou maculé de sueur.

Charger un dispositif humide endommage le port USB. Par conséquent, ne le branchez pas, même à un ordinateur pour une synchronisation, s'il n'est pas encore sec.



Caractéristiques techniques

TYPE DE BATTERIE	BATTERIE LI-POL 100 MAH
ÉMETTEUR DE FRÉQUENCE CARDIAQUE	OPTIQUE INTERNE
ÉTANCHÉITÉ	30 M
MATÉRIAUX	BRACELET : SILICONE, ACIER OXYDABLE, POLYTÉRÉPHTALATE DE BUTYLÈNE, FIBRE DE VERRE ; DISPOSITIF : POLYURÉTHANE THERMOPLASTIQUE ACRYLONITRILE-BUTADIÈNE-STYRÈNE, FIBRE DE VERRE, POLYCARBONATE, ACIER INOXYDABLE, VERRE

APP STORE EST UNE MARQUE DE SERVICE D'APPLE INC.

ANDROID ET GOOGLE PLAY SONT DES MARQUES DE COMMERCE DE GOOGLE INC.

IOS EST UNE MARQUE DE COMMERCE OU UNE MARQUE DÉPOSÉE DE CISCO AUX ÉTATS-UNIS ET DANS D'AUTRES PAYS ET EST UTILISÉE SOUS LICENCE.

FABRIQUÉ PAR

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

COMPATIBLE AVEC
 **Bluetooth**



/polarglobal

POLAR®

POLAR A370
TRACKER D'ACTIVITÉ
AVEC ÉMETTEUR DE FRÉQUENCE
CARDIAQUE À BRACELET

Guide de démarrage

Plus d'information sur support.polar.com/fr/A370