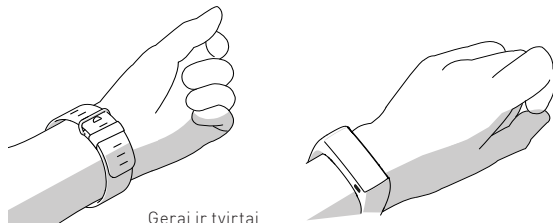


Kaip dėvėti

Jūsų A370 nuolat matuoja širdies ritmą nuo riešo tiek kasdieniame veiksmė, tiek treniruočių metu. Tam, kad širdies ritmo matavimas būtų tikslus raskite patogią padėtį ant riešo vadovaujantis šiais patarimais.

Kasdieniniam nešiojimui užsisekite apyrankę ant riešo, **iš karto už riešikaulio link alkūnės**. Nesidėkite apyrankės ant pačio riešikaulio. Apyrankė gali būti truputį laisva, svarbu, kad sensoriai nugarėlėje liestų odą ir pasilikytų toje pačioje padėtyje kai judate.

Prieš pradedami treniruotę truputėlį priveržkite apyrankę, kad sensorius nejudėtų sportuojant. Apyrankė neturi veržti ir kelti nepatogumo. Po treniruotės nepamirškite atlaisvinti apyrankės, kad būtų patogiau.



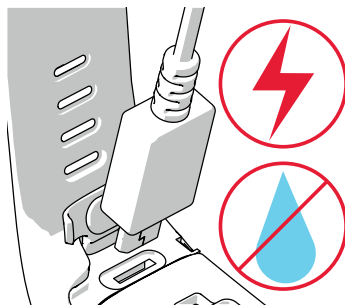
Jūsų A370 priežiūra

Kiekvieną dieną plaukite A370 ir savo riešus, kad išvengtumėte odos sudirginimų. Prieš užsidedami laikrodį atgal nusauskite savo riešus bei apyrankę. Kartas nuo karto nusiimkite apyrankę ir leiskite savo odai pakvėpuoti.

Po plaukimo jūroje/baseine arba po smarkaus prakaitavimo, praskalaukite USB lizdą po tekančiu vandeniu ir palikę dangtelį atvirą leiskite jam išdžiūti.

Nekiškite A370 (pakrovimui ar nuskaitymui) laido kol USB lizdas yra drėgnas nuo prakaito ar vandens

Kai prietaisas kraunamas esant drėgnam USB lizdai, jis gadinasi, todėl negalima net sinchronizuoti per laidą, kol pilnai neišdžiūvo.



Techniniai parametrai

BATERIJOS TIPAS	100 MAH LI-POL BATERIJA
ŠIRDIES RITMO SENSORIUS	VIDINIS OPTINIS
ATSPARUMAS VANDENIUI	30 M
MEDŽIAGOS	APYRANKĖ: SILIKONAS, NERŪDYJANTIS PLIENAS, POLIBUTILENO TEREPTALATAS, STIKLO PLUOŠTAS; PRIETAISAS: TERMOPLASTIKO POLIURETANAS AKRILONITRILLO BUTIDINO STIRENAS, STIKLO PLUOŠTAS, POLIKARBONATAS, NERŪDYJANTIS PLIENAS, STIKLAS

APP STORE YRA APPLE INC. PASLAUGŲ ŽENKLAS
ANDROID IR GOOGLE PLAY YRA GOOGLE INC. PREKINIAI ŽENKLAI
IOS YRA PREKINIS ŽENKLAS AR REGISTRUOTAS PREKINIS ŽENKLAS CISCO JAV IR KITOSE ŠALYSE IR NAUDOJAMAS PAGAL LICENZIJĄ.

GAMINTOJAS

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

SUDERINAMAS SU



POLAR®

POLAR A370 FITNESO APYRANKĖ SU ŠIRDIES RITMO MATAVIMU NUO RIEŠO

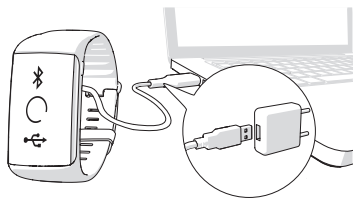
Trumpas įvadas

Sužinokite daugiau support.polar.com/en/A370

Nuo ko pradėti

Galite pasirinkti patogiausia būdą kaip paruošti naująjį Polar A370 ar **(A)** su mobiliuoju telefonu ar su **(B)** kompiuteriu. A370 yra išjungtas, kol nepradėsite pildyti nustatymų. Tam, kad treniruočių ir aktyvumo rezultatai būtų tikslūs, reikia, kad savo duomeni suvestumėte teisingai ir kaip įmanoma tiksliau.

Prijunkite A370 prie USB lizdo ar USB pakrovėjo su standartiniu micro USB kabeliu. Gali užtrukti keletą minučių, kol įsijungs A370. Palikite krautis A370, kol suvesite nustatymus.



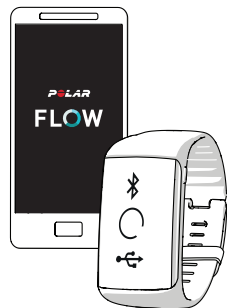
Jei yra programinės įrangos atnaujinimas A370, rekomenduojama jį įsirašyti suvedinėjant nustatymus. Tai gali užtrukti iki 10-ies minučių.

A

NUSTATYMAI FLOW PROGRAMĖLEI PER IŠMANŲJĮ TELEFONĄ

Atkreipkite dėmesį, jog turite suporuoti įrenginius per Flow programėlę, o ne per savo telefono Bluetooth nustatymus.

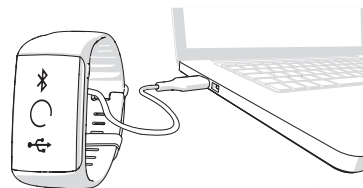
1. Įsitinkite, kad **mobiliajame telefone** yra įjungtas **internetas** ir įjunkite **Bluetooth**.
2. Atsisiųskite **Polar Flow programėlę** iš the App Store ar Google Play į savo telefoną.
3. Atsidarykite Flow programėlę savo telefone.
4. Flow programėlė atpažįsta netoliese esantį A370 ir pasiūlo jį suporuoti. Pradėkite poruoti ir **įveskite Bluetooth kodą nurodytą A370 ekrane į programėlę**.
5. **Prisijunkite** su savo **Polar prisijungimu** arba susikurkite naują. Programėlė nurodys kaip viską atlikti žingsnis po žingsnio.
6. Kai atliksite visus nustatymus spustelkite **Save and sync** ir jūsų duomenys bus perkelti į A370.



B

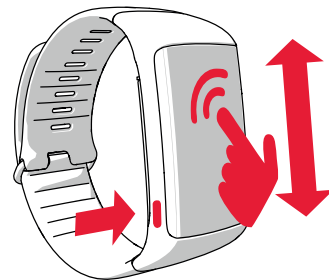
NUSTATYMAI KOMPIUTERIUI

1. Eikite į **flow.polar.com/start** ir atsisiųskite **Polar FlowSync** programinę įrangą savo kompiuteriui.
2. Prisijunkite su savo Polar prisijungimu arba susikurkite naują. Programėlė nurodys kaip viską atlikti žingsnis po žingsnio.



Susipažinkite su savo A370

- Ekranas būna išjungtas baterijos taupymui, o jį įjungti galima pasukus riešą ar paspaudus šoninį mygtuką.
- Naršykite po meniu braukdami per ekraną.
- Pasirinkite paspaudę ekrane norimą meniu punktą.
- Atgal grįšite paspaudę šoninį mygtuką.
- Norėdami pasikeisti laikrodžio išvaizdą, palaikykite nuspaustą ekraną, o tada braukite kol pasirinksite patikusį.
- Palaikę nuspaustą šoninį mygtuką Dienos laiko režime iki kol pasirodys **Searching F**, pradėsite sinchronizavimą su Flow programėle ar naujo priedo prijungimą.



My day



Training



My heart rate



Settings