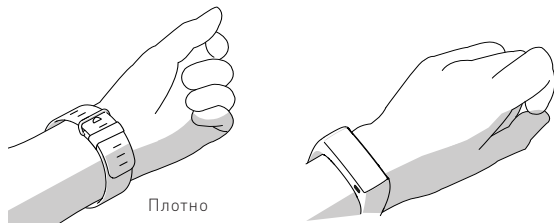


## Как носить?

A370 постоянно измеряет частоту сердечных сокращений на запястье: как во время повседневной активности, так и во время тренировок. Для получения точных данных частоты пульса найдите удобное место на запястье, следуя советам ниже.

Для повседневной носки закрепите браслет сверху запястья, **за косточкой**. НЕ надевайте фитнес-трекер прямо на косточку запястья. Ремень может прилегать не совсем плотно, однако датчик должен все время касаться кожи, даже когда вы двигаетесь.

Немного затяните браслет перед началом тренировки таким образом, чтобы датчик не соскальзывал во время движения. В то же время браслет не должен давить. Не забывайте ослаблять браслет после тренировки, чтоб вам было комфортнее.



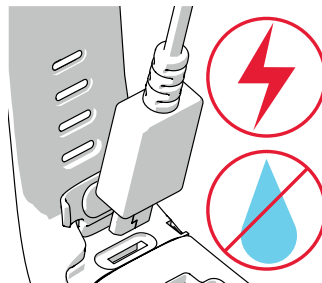
## Уход за A370

Во избежание раздражений на коже ежедневно мойте запястье и фитнес-трекер A370. Перед тем, как снова надеть браслет на запястье, насухо оботрите запястье и браслет. Периодически снимайте устройство с запястья, чтобы дать коже подышать.

Если вы плавали в морской воде или вспотели, сполосните USB-порт под проточной водой и дайте ему высохнуть, оставив крышку открытой до полного высыхания порта.

**Если USB-порт намок или на него попал пот, не подключайте A370 к источнику питания (для зарядки или синхронизации), пока USB-порт не высохнет.**

При зарядке влажного устройства USB-порт может быть поврежден, поэтому пока устройство не высохнет, не подключайте его даже к компьютеру для синхронизации.



## Техническая спецификация

ТИП АККУМУЛЯТОРА

ЛИТИЙ-ПОЛИМЕРНЫЙ АККУМУЛЯТОР

100 МАЧ

ДАТЧИК ЧСС

ВНУТРЕННЯЯ ОПТИКА

ВОДОНЕПРОНИЦАЕМОСТЬ

30 М

МАТЕРИАЛЫ

БРАСЛЕТ: СИЛИКОН,  
НЕРЖАВЕЮЩАЯ СТАЛЬ;  
ПОЛИБУТИЛЕНТЕРЕФТАЛАТ,  
СТЕКЛОВОЛОКНО; УСТРОЙСТВО  
ТЕРМОПЛАСТИЧНЫЙ ПОЛИУРЕТАН,  
АКРИЛОНИТРИЛ-БУТАДИЕН-  
СТИРОЛ, СТЕКЛОВОЛОКНО,  
ПОЛИКАРБОНАТ, НЕРЖАВЕЮЩАЯ  
СТАЛЬ

APP STORE ЯВЛЯЕТСЯ СЕРВИСНОЙ МАРКОЙ APPLE INC.

ANDROID И GOOGLE PLAY ЯВЛЯЮТСЯ ТОРГОВЫМИ МАРКАМИ GOOGLE INC.

IOS ЯВЛЯЕТСЯ ТОРГОВОЙ МАРКОЙ ИЛИ ЗАРЕГИСТРИРОВАННОЙ ТОРГОВОЙ МАРКОЙ CISCO В США И ДРУГИХ СТРАНАХ, И ИСПОЛЬЗУЕТСЯ ПО ЛИЦЕНЗИИ.

ПРОИЗВОДИТЕЛЬ:

СОВМЕСТИМ С



POLAR ELECTRO OY

PROFESSORINTIE 5

FI-90440 KEMPELE

ТЕЛ.: +358 8 5202 100

ФАКС: +358 8 5202 300

[WWW.POLAR.COM](http://WWW.POLAR.COM)



[/polarglobal](https://www.instagram.com/polarglobal)

17966506.00\_RUS\_04/2017\_10011

**POLAR®**

## **POLAR A370** **ФИТНЕС ТРЕКЕР** **С ФУНКЦИЕЙ ИЗМЕРЕНИЯ** **ЧАСТОТЫ ПУЛЬСА НА ЗАПЯСТЬЕ**

### **Руководство по началу работы**

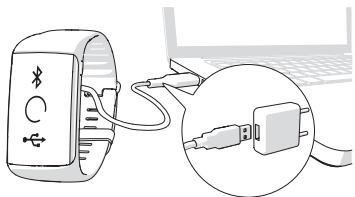
Узнайте больше на [support.polar.com/en/A370](http://support.polar.com/en/A370)

Русский

## Начало работы

Настройку нового устройства Polar A370 можно выполнить с помощью **(А)** мобильного устройства или **(В)** компьютера, в зависимости от того, какой вариант для вас удобней. Когда вы впервые берете в руки устройство A370, оно находится в режиме хранения, из которого выходит во время настройки. Для получения наиболее точных и персонализированных сведений по активности и тренировкам важно правильно указать необходимые данные во время настройки.

Подключите A370 к питаемому USB-порту или к зарядному блоку USB с помощью стандартного кабеля микро-USB. Выход A370 из спящего режима может занять несколько минут. Оставьте устройство A370 заряжаться во время настройки.



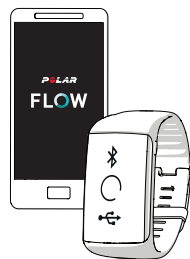
Если для устройства A370 доступно обновление программного обеспечения, рекомендуется установить его во время настройки. Установка может занять до 10 минут.

**А**

### НАСТРОЙКА ЧЕРЕЗ МОБИЛЬНОЕ УСТРОЙСТВО И ПРИЛОЖЕНИЕ POLAR FLOW

Обратите внимание, что сопряжение необходимо выполнять в приложении Flow, а НЕ в настройках Bluetooth на вашем мобильном устройстве.

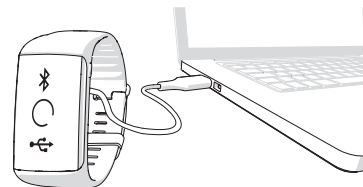
1. Убедитесь, что мобильное устройство подключено к Интернету и на нем включен **Bluetooth®**.
2. Перейдите в App Store или Google Play на мобильном устройстве и загрузите оттуда **приложение Polar Flow**.
3. Откройте приложение Flow на мобильном устройстве.
4. Приложение Flow распознает находящееся неподалеку устройство A370 и предложит вам выполнить сопряжение. Подтвердите запрос о сопряжении **через Bluetooth и введите в приложении Flow код, который появится на A370**.
5. **Войдите** под своей **учетной записью Polar** или создайте новую учетную запись. Следуйте инструкциям приложения по выполнению входа и настройки.
6. По завершении всех настроек коснитесь кнопки **Сохранить и синхронизировать**. Ваши настройки будут переданы на устройство A370.



**В**

### НАСТРОЙКА ЧЕРЕЗ КОМПЬЮТЕР

1. Перейдите на страницу [flow.polar.com/start](http://flow.polar.com/start) и установите программу для передачи данных **Polar FlowSync** на компьютер.
2. Войдите под своей учетной записью Polar или создайте новую учетную запись. Следуйте инструкциям онлайн-сервиса по выполнению входа и настройки.



## Знакомство с устройством A370

- Чтобы включить дисплей, подвигайте запястьем или нажмите кнопку сбоку.
- Перемещайтесь по меню, проводя по экрану вверх или вниз.
- Для перехода к пунктам меню касайтесь их.
- Чтобы вернуться к меню, коснитесь боковой кнопки.
- Чтобы изменить вид циферблата, коснитесь дисплея в режиме отображения времени и удерживайте на нем палец, а затем проведите вверх или вниз.
- Чтобы начать синхронизацию приложения Polar Flow и подключить вспомогательное устройство, нажмите и удерживайте кнопку в режиме отображения времени, пока на экране не появится текст **Поиск**.

