

# POLAR EQUINE CS600X TROTTING

Démarrage rapide

**POLAR**<sup>®</sup>  
LISTENS TO YOUR BODY

# TABLE DES MATIÈRES

1. INTRODUCTION .....	4	6. METTRE EN PLACE LE CS600X SUR LE SULKY .....	12
2. CONTENU DU KIT .....	5	7. METTRE LA CEINTURE EN PLACE .....	13
3. FONCTIONS DES BOUTONS ....	7	8. ASSOCIER DES CAPTEURS AU CARDIOFRÉQUENCEMÈTRE ....	15
4. DÉMARRER LE CS600X .....	8	9. DÉMARRER L'ENREGISTREMENT DE L'ENTRAÎNEMENT .....	16
Réglages de sulky .....	8	10. INFORMATIONS IMPORTANTES .....	18
Déterminer la circonférence de la roue .....	9	Entretien et maintenance.....	18
Réglages de base .....	9	Service après-vente.....	18
5. METTRE EN PLACE LE CAPTEUR DE VITESSE .....	11		

Garantie .....	19
Décharge de responsabilité .....	20

# 1. INTRODUCTION

Le Polar Equine CS600X Trotting est le système d'entraînement au trot pour chevaux le plus complet du marché. Il a été développé à partir du système d'entraînement CS600X pour humains. Lisez attentivement le manuel d'utilisation afin d'utiliser pleinement toutes les fonctions du système.

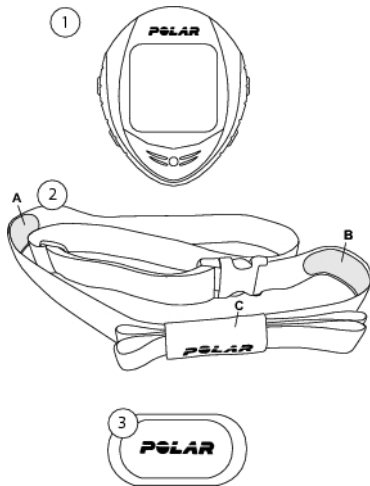


*Téléchargez le manuel d'utilisation complet et ce guide de démarrage rapide dans d'autres langues à partir du CD (disponibles en anglais, en allemand, en français, en italien, en espagnol, en finnois et en suédois). La dernière version du manuel d'utilisation complet et de ce guide de démarrage rapide sont téléchargeables sur [www.polar.com/support](http://www.polar.com/support).*

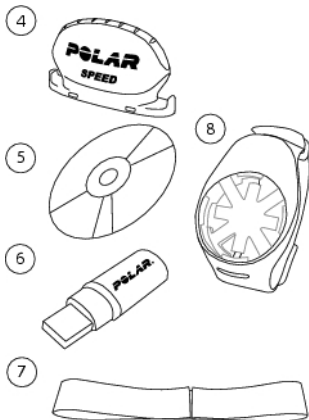
*Des didacticiels vidéo sont disponibles sur [http://www.polar.com/en/polar\\_community/videos](http://www.polar.com/en/polar_community/videos).*

## 2. CONTENU DU KIT

1. **Cardiofréquencemètre CS600X** : reçoit, affiche et enregistre toutes les données mesurées par l'émetteur de fréquence cardiaque H3 et le capteur de vitesse.
2. **Ceinture** : les électrodes en plastique (A, B) situées au dos de la ceinture détectent la fréquence cardiaque. La poche (C) protège l'émetteur de fréquence cardiaque des chocs et des rayures, et l'empêche de tomber de la ceinture.
3. **Émetteur de fréquence cardiaque H3** : l'émetteur de fréquence cardiaque H3 envoie le signal de fréquence cardiaque au cardio.



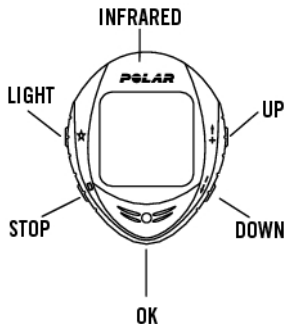
4. **Capteur de vitesse** : mesure la vitesse et la distance en temps réel.
5. Logiciel **ProTrainer 5 Equine Edition** : affiche un journal d'entraînement, des graphiques, des tableaux et des rapports sur votre PC pour une analyse plus en détail des données enregistrées pendant l'entraînement.
6. **Adaptateur USB IrDA** : utilise une connexion infrarouge pour transférer les données enregistrées du cardio vers le PC.
7. **Sangle** : si nécessaire, utilisez la sangle pour maintenir la ceinture devant le harnais.
8. **Bracelet** : grâce au bracelet, vous pouvez porter le cardio au poignet au lieu de le fixer sur le sulky.



### 3. FONCTIONS DES BOUTONS

Le cardiofréquencemètre CS600X comporte cinq boutons de navigation et une interface infrarouge permettant une communication avec le PC via l'adaptateur IRDA.

- **HAUT/BAS** : Parcourir les menus et régler les valeurs.
- **OK** : Accéder à un menu, confirmer une sélection et démarrer un exercice.
- **STOP** : Quitter un menu, revenir à l'écran précédent, laisser les réglages inchangés, annuler les sélections, interrompre et arrêter l'exercice.
- **LIGHT** : Une pression et le rétroéclairage est activé pendant 5 secondes lorsque vous appuyez sur n'importe quel autre bouton. Vous pouvez aussi verrouiller les boutons par une pression longue du bouton LIGHT pendant deux secondes.



## 4. DÉMARRER LE CS600X

1. Par défaut, le cardiofréquencemètre CS600X est éteint afin d'économiser la pile. Appuyez deux fois sur OK pour l'activer.
2. Appuyez sur HAUT ou BAS pour sélectionner la langue. Appuyez sur OK pour confirmer.

### Réglages de sulky

Entrez les réglages de sulky afin de garantir la précision des mesures de vitesse. Si vous ne le faites pas, le cardio CS600X vous invitera à le faire avant chaque exercice.

Utilisez les boutons HAUT et BAS pour personnaliser les réglages de sulky suivants. Appuyez sur OK pour confirmer vos réglages.

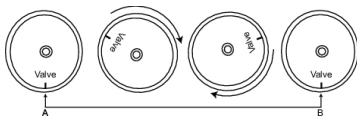
- **Nombre de sulkies (1, 2 ou 3)**
- **Circonférence de roue pour Sulky 1** (en mm)
- **Circonférence de roue pour Sulky 2** (en mm) si vous utilisez un deuxième sulky.
- **Circonférence de roue pour Sulky 3** (en mm) si vous utilisez un troisième sulky.

Si vous souhaitez modifier les réglages, appuyez sur STOP pour revenir au réglage précédent.



## Déterminer la circonférence de la roue

Utilisez la méthode suivante pour déterminer précisément la circonférence de la roue : faites tourner la roue avant de façon à ce que la valve soit placée en bas, perpendiculaire au sol. Tracez une marque sur le sol à cet endroit.



Faites avancer votre sulky suivant une trajectoire bien droite sur un plan plat, de façon à effectuer une révolution complète. Lorsque la valve a retrouvé sa place initiale, en bas et perpendiculaire au sol, tracez une seconde marque en face de celle-ci. Mesurez la distance

entre les deux marques, et soustrayez 4 mm de cette valeur pour tenir compte du poids de votre sulky. Entrez cette valeur dans le cardio CS600X.



*Les réglages de circonférence de la roue sont indispensables pour obtenir des données de vitesse correctes !*

## Réglages de base

Vous devez entrer les réglages de base, même s'ils ne concernent pas le cheval. Si vous ne le faites pas, le cardio CS600X vous invitera à le faire avant chaque exercice.

Utilisez les boutons HAUT et BAS pour personnaliser les réglages de base suivants. Appuyez sur OK pour confirmer vos réglages.

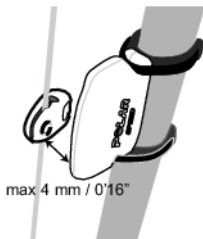
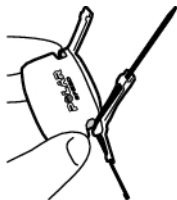
- **Affichage de l'heure (24h/12h)**
- **Heure**
- **Date** (jour/mois/année ou mois/jour/année)
- **Unités** (kg/cm/km ou lb/ft/mi)

Sélectionnez **Oui** : les réglages sont validés et sauvegardés. Le cardio CS600X affiche l'heure. Sélectionnez **Non** si vous souhaitez modifier les réglages. Appuyez sur STOP pour revenir aux données que vous souhaitez modifier.

Une fois les réglages effectués, le cardio CS600X revient automatiquement à l'affichage de l'heure.

## 5. METTRE EN PLACE LE CAPTEUR DE VITESSE

1. Fixez la partie en caoutchouc sur le capteur.
2. Faites passer les attache-câbles par les orifices du capteur de vitesse et de la partie en caoutchouc. Ajustez le capteur sur la barre de sulky, logo POLAR dirigé vers l'extérieur.
3. Ajustez les attache-câbles sans les serrer.
4. Fixez l'aimant sur un rayon au même niveau que le capteur et serrez-le avec un tournevis.
5. Affinez le positionnement de l'aimant et du capteur de vitesse de sorte que l'aimant passe près du capteur mais sans le toucher.




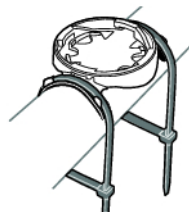
## 6. METTRE EN PLACE LE CS600X SUR LE SULKY

Le support a été conçu de sorte que le cardiofréquencemètre CS600X soit toujours face à vous (non perpendiculaire), où que vous l'installiez sur le sulky.

1. Placez la partie en caoutchouc sur la barre du sulky, et insérez le support au-dessus.
2. Faites passer les attache-câbles au niveau du support et ajustez-les autour de la barre du sulky.
3. Fixez solidement le support vélo et coupez tous les bouts d'attache-câbles superflus.
4. Placez le cardio CS600X sur le support. Tournez le cardio CS600X dans le sens des aiguilles d'une montre jusqu'à ce que vous entendiez un clic. Il est maintenant prêt à l'emploi !

Pour retirer le cardio CS600X, appuyez dessus tout en le tournant dans le sens inverse des aiguilles d'une montre.

 *Vous pouvez aussi utiliser le bracelet pour porter le cardio au poignet.*




## 7. METTRE LA CEINTURE EN PLACE

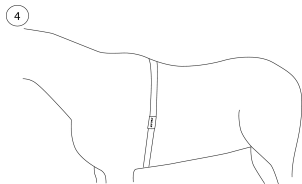
1. Pour que l'émetteur puisse lire correctement la fréquence cardiaque, assurez un bon contact entre les électrodes en plastique et la peau du cheval. Mouillez correctement la ceinture, par exemple dans un seau d'eau (1).
2. Mouillez également le crin du cheval à l'endroit où les électrodes viennent se positionner (2). Si votre cheval présente un crin long ou épais, vous pouvez le couper sur la zone concernée. Cela améliore grandement la qualité du signal de fréquence cardiaque.
3. Fixez l'émetteur de fréquence cardiaque dans la poche (3). Refermez soigneusement la poche.



- Placez la ceinture comme indiqué (4), la poche contenant l'émetteur de fréquence cardiaque sur le flanc gauche du cheval. Ceci garantit le bon positionnement des électrodes de la ceinture.

La portée de l'émetteur de fréquence cardiaque est supérieure à 10 m. Vous pouvez donc surveiller la fréquence cardiaque de votre cheval même lorsque vous le longez.

 Une vidéo est disponible sur [http://www.polar.com/en/polar\\_community/videos](http://www.polar.com/en/polar_community/videos). Pour découvrir comment afficher la fréquence cardiaque des chevaux et enregistrer une séance d'entraînement, consultez le manuel d'utilisation du cardiofréquencemètre. Le manuel d'utilisation est disponible en téléchargement sur [www.polar.com/support](http://www.polar.com/support).



## 8. ASSOCIER DES CAPTEURS AU CARDIOFRÉQUENCEMÈTRE

Si vous achetez un nouvel émetteur de fréquence cardiaque ou que vous souhaitez utiliser le capteur compris dans le kit vitesse Equine, vous devez l'associer à votre cardiofréquencemètre. Pour obtenir des instructions concernant l'association de l'émetteur de fréquence cardiaque, reportez-vous au chapitre *Utiliser un nouvel émetteur de fréquence cardiaque*. Pour obtenir des instructions concernant l'association du capteur de vitesse W.I.N.D., reportez-vous au chapitre *Utiliser un nouvel accessoire* dans le manuel d'utilisation complet du cardio. Veuillez noter que l'association peut aussi être appelée détection dans le manuel d'utilisation.

Si vous avez acheté le capteur et le cardio ensemble, sous forme de kit, ils sont déjà associés. Dans ce cas, il ne vous reste qu'à activer le capteur dans votre cardio. Pour plus d'informations, reportez-vous au chapitre *Réglages des fonctions* du manuel d'utilisation.

## 9. DÉMARRER L'ENREGISTREMENT DE L'ENTRAÎNEMENT

1. Démarrez la mesure de la fréquence cardiaque en appuyant sur OK. La fréquence cardiaque du cheval apparaît à l'écran dans les 5 à 10 secondes.
2. Appuyez sur OK pour démarrer l'enregistrement de l'exercice.
3. Le cardiofréquencemètre CS600X vous permet de voir simultanément trois lignes d'informations sur votre exercice. Appuyez sur HAUT ou BAS pour changer de vue. Le nom de la vue apparaît pendant quelques secondes. Il indique le type d'informations affichées sur la ligne inférieure.

Vous pouvez personnaliser l'affichage du CS600X pour afficher les informations dont vous avez le plus besoin pendant l'entraînement, à l'aide du cardio ou du logiciel ProTrainer 5. Les informations disponibles dépendent des fonctions activées. Pour obtenir des instructions, reportez-vous au manuel d'utilisation complet sur [www.polar.com/support](http://www.polar.com/support). Vous pouvez aussi agrandir une ligne d'affichage. Appuyez longuement sur le bouton HAUT pour agrandir l'affichage de la ligne supérieure, et sur le bouton BAS pour agrandir l'affichage de la ligne médiane. Pour revenir à l'affichage normal, appuyez longuement sur les mêmes boutons.



4. Pour arrêter l'exercice, appuyez deux fois sur STOP. Le CS600X revient à l'affichage de l'heure.

Pour consulter des informations détaillées sur la séance, sélectionnez

**Fichier.**

- **Fichiers exe.** peut contenir jusqu'à 99 fichiers d'exercice.
- **Hebdo.** affiche les résumés des 16 dernières semaines.
- Dans **Cumuls**, les données enregistrées au cours de toutes vos séances d'exercice sont cumulées.
- Dans le menu **Effacer**, vous pouvez supprimer des fichiers d'exercice.

Pour une analyse approfondie, transférez les données vers Polar ProTrainer 5. Le logiciel vous permet d'analyser les données de différentes façons. Pour obtenir des instructions, téléchargez le manuel d'utilisation complet à partir du CD ou sur [www.polar.com/support](http://www.polar.com/support).

Vous pouvez aussi transférer les données vers le service Web [polarpersonaltrainer.com](http://polarpersonaltrainer.com) à l'aide du logiciel WebLink. Ce logiciel est disponible en téléchargement sous Downloads sur [www.polar.com/support](http://www.polar.com/support).



*Pour obtenir des informations plus détaillées sur l'utilisation du cardio CS600X, téléchargez le manuel d'utilisation complet à partir du CD ou sur [www.polar.com/support](http://www.polar.com/support).*

# 10. INFORMATIONS IMPORTANTES

## Entretien et maintenance

Suivez les instructions d'entretien afin de garantir des mesures fiables et d'optimiser la durée de vie de la ceinture et de l'émetteur de fréquence cardiaque. Les instructions suivantes vous aideront à vous acquitter des engagements au titre de la garantie.

**Émetteur de fréquence cardiaque :** Détachez l'émetteur de fréquence cardiaque de la ceinture après chaque utilisation et essuyez-le avec un chiffon doux. Au besoin, nettoyez l'émetteur de fréquence cardiaque avec une solution d'eau et de savon doux. N'utilisez jamais d'alcool ni de matériaux abrasifs (tels que de la laine d'acier ou des produits chimiques de nettoyage).

**Ceinture :** rincez la ceinture à l'eau courante après chaque utilisation, puis suspendez-la pour la faire sécher. Au besoin, nettoyez délicatement la ceinture avec une solution d'eau et de savon doux. N'utilisez pas de savons hydratants, car ils peuvent laisser des résidus sur la ceinture. Vous ne devez pas faire tremper, repasser, nettoyer à sec ou javelliser la ceinture.

N'étirez pas la ceinture et ne courbez pas fortement les électrodes.

Laissez sécher et entreposez la ceinture et l'émetteur de fréquence cardiaque séparément afin d'optimiser la durée de vie de la pile de l'émetteur. Conservez l'émetteur de fréquence cardiaque dans un endroit frais et sec. Pour empêcher l'oxydation des contacts, n'entreposez pas l'émetteur de fréquence cardiaque mouillé dans un matériau non imperméable, tel qu'un sac de sport. N'exposez pas l'émetteur de fréquence cardiaque à la lumière directe du soleil pendant de longues périodes.

## Service après-vente

Pendant les 12 mois de garantie, nous vous recommandons de vous adresser à un Centre de service après-vente agréé Polar pour toute réparation éventuelle (autre que le remplacement de la pile). La garantie ne couvre pas les dommages directs ou consécutifs causés par un service après-vente non agréé par Polar Electro. Pour obtenir les coordonnées et l'adresse de tous les Centres de service après-vente agréés Polar, visitez la page

[www.polar.com/support](http://www.polar.com/support) et le site Web propre à chaque pays.

## **Garantie**

### **Garantie internationale Polar pour les produits Equine**

- Les produits Polar Equine sont conçus et fabriqués pour les sports équestres. Chaque produit est soumis à des tests rigoureux avant de quitter l'usine.
- Cette garantie n'affecte pas les droits légaux des consommateurs applicables dans le cadre des législations nationales ou fédérales en vigueur, ni les droits des consommateurs à l'encontre du revendeur concernant les litiges liés aux contrats d'achat et de vente.
- La présente garantie internationale Polar est émise par Polar Electro Inc. pour les clients ayant fait l'acquisition de ce produit aux États-Unis ou au Canada. La présente garantie internationale Polar est émise par Polar Electro Oy pour les clients ayant fait l'acquisition de ce produit dans d'autres pays.
- Polar Electro Oy/Polar Electro Inc. garantissent à l'acheteur initial que ce produit est exempt de défauts liés aux matières premières ou à la fabrication, et ce, pendant un délai de douze (12) mois à partir de la

date d'achat.

- Le reçu de l'achat initial constitue votre preuve d'achat !
- La garantie ne couvre pas la pile, l'usure normale, les dégâts liés à une mauvaise utilisation, à une utilisation abusive, aux accidents ou au non-respect des précautions d'emploi, à un mauvais entretien, les boîtiers/écrans cassés ou rayés, les produits ou pièces modifiés ou transformés, la ceinture à électrodes et la sangle pour émetteurs.
- La garantie ne couvre pas les dommages, pertes, dépenses ou frais, directs ou indirects, de portée générale, consécutive ou particulière, causés par ou liés au produit.
- Les produits achetés d'occasion ne sont pas couverts par la garantie, sauf stipulation contraire de la législation locale.
- Pendant la période de garantie, l'appareil est soit réparé, soit remplacé par un Centre de service après-vente agréé Polar, quel que soit le pays d'achat.

La garantie couvrant tout produit est limitée aux pays dans lesquels ce produit est commercialisé.

Informations réglementaires disponibles à l'adresse [www.polar.com/support](http://www.polar.com/support).



Le symbole représentant une poubelle sur roues barrée d'une croix indique que les produits Polar sont des instruments électroniques, soumis à la directive 2002/96/CE de l'Union européenne et du Conseil sur le tri sélectif des déchets électriques et électroniques (WEEE) ; les piles et les accumulateurs utilisés dans ces produits entrent dans le cadre de la Directive 2006/66/CE du 6 septembre 2006 de l'Union européenne et du Conseil relative aux piles et accumulateurs et aux déchets de piles et d'accumulateurs. Ces produits et ces piles/accumulateurs contenus dans les produits Polar doivent donc être éliminés séparément dans les pays de l'Union européenne.



Ce marquage indique que le produit est protégé contre les chocs électriques.

Copyright © 2012 Polar Electro Oy, FI-90440 KEMPELE.

Polar Electro Oy est une entreprise certifiée ISO 9001:2008.

Tous droits réservés. Aucune partie de ce manuel ne peut être utilisée ou reproduite sous quelque forme ou par quelque moyen que ce soit sans l'autorisation écrite préalable de Polar Electro Oy. Les noms et logos accompagnés du symbole ® dans ce manuel d'utilisation ou sur l'emballage de ce produit sont des marques commerciales de Polar Electro Oy.

### **Décharge de responsabilité**

Veuillez noter que les présentes conditions de garantie s'appliquent aux produits Polar Equine au lieu de toute autre garantie Polar Electro, même si d'autres conditions peuvent figurer dans certaines documentations produit.

Manufactured by

Polar Electro Oy  
Professorintie 5  
FIN-90440 KEMPELE  
Tel +358 8 5202 100  
Fax +358 8 5202 300  
[www.polar.com](http://www.polar.com)

**POLAR**®  
LISTENS TO YOUR BODY