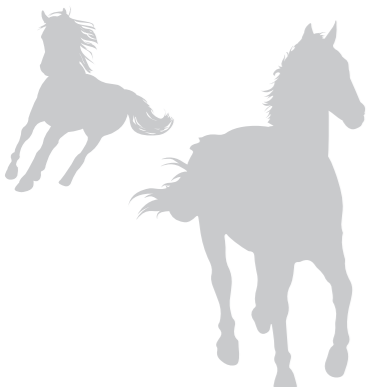


Polar Equine

Manuel d'utilisation



Compatible avec



Fabriqué par

Polar Electro Oy
Professorintie 5
FI-90440 KEMPELE
Tél +358 8 5202 100
Fax +358 8 5202 300
www.polar.com

BIENVENUE

Merci d'avoir choisi Polar ! Dans ce manuel, nous allons aborder la configuration de votre produit Polar Equine et les rudiments de l'entretien du produit.

COMPOSANTS DU PRODUIT POLAR EQUINE

Dispositif d'entraînement Polar

Le dispositif d'entraînement offre de nombreuses fonctions uniques pour vous aider à mieux vous entraîner avec votre cheval. Consultez le guide de démarrage du dispositif (fourni dans l'emballage) et le manuel d'utilisation complet sur polar.com/support pour vous familiariser avec toutes les fonctions exceptionnelles de votre dispositif d'entraînement Polar.

Câble USB

Utilisez le câble USB pour charger la batterie, mais aussi synchroniser les données entre votre dispositif d'entraînement Polar et le service Web Polar Flow via le logiciel FlowSync.

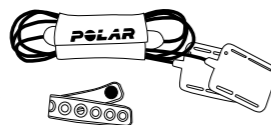
Émetteur de fréquence cardiaque

L'émetteur de fréquence cardiaque mesure la fréquence cardiaque de votre cheval en temps réel et envoie ces informations en continu et sans fil à votre dispositif d'entraînement Polar.



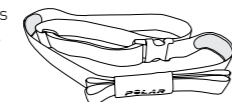
Base d'électrode Equine

La base d'électrode est incluse dans le kit Polar Equine, qui comprend aussi deux sangles en plastique pour fixer la base d'électrode.



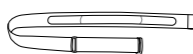
Ceinture Equine

La ceinture est incluse dans le kit Polar Equine Trotting.



Ceinture souple Polar

Avec votre dispositif d'entraînement Polar, vous recevez une ceinture souple Polar. Les électrodes en plastique situées au dos de la ceinture détectent votre fréquence cardiaque.



i Vous pouvez télécharger ce manuel en allemand, français, italien, espagnol, finnois et suédois sur www.polar.com/support. Pour obtenir davantage d'aide, vous pouvez visionner d'excellents didacticiels vidéo sur polar.com/support.

CONFIGURER VOTRE DISPOSITIF D'ENTRAÎNEMENT POLAR

Votre nouveau dispositif d'entraînement se trouve en mode rangement et se réveille lorsque vous le branchez sur un ordinateur pour configuration. Si la batterie est entièrement vide, le réveil de votre dispositif d'entraînement peut prendre quelques minutes.

1. Pour configurer votre dispositif d'entraînement pour l'entraînement équin, accédez à flow.polar.com/start.
2. Téléchargez le logiciel Polar FlowSync, nécessaire pour connecter votre dispositif d'entraînement au service Web Flow. Ouvrez le pack d'installation et suivez les instructions à l'écran pour installer le logiciel. Une fois l'installation terminée, FlowSync s'ouvre automatiquement et vous demande de connecter votre produit Polar.
3. Branchez votre dispositif d'entraînement sur le port USB de votre ordinateur avec le câble USB. Le dispositif d'entraînement se réveillera alors et commencera à charger. Laissez votre ordinateur installer tout pilote USB suggéré.
4. Le service Web Flow s'ouvrira automatiquement dans votre navigateur Internet. Créez un compte Polar pour votre cheval. Définissez les réglages de votre dispositif d'entraînement et renseignez les détails physiques, même s'ils ne concernent pas le cheval.
5. Cliquez sur **Enregistrer** pour synchroniser vos réglages entre le dispositif d'entraînement et le service Web Polar Flow. Si une mise à jour du firmware est disponible pour votre dispositif d'entraînement, vous êtes en mesure de l'installer à ce stade. Une fois la synchronisation terminée, le statut de FlowSync indique Terminé.

Paramétrer une fréquence cardiaque maximale pour votre cheval dans Polar Flow

Sur le service Web Flow : Cliquez sur le nom du compte/la photo de profil dans l'angle supérieur droit et choisissez Réglages > FC maximum. Paramétrez la fréquence cardiaque maximale sur 220.

Ajouter des profils sportifs équins

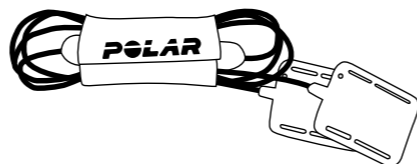
Vous pouvez ajouter de nouveaux profils sportifs (tels qu'Entraînement et Séance de trot) à votre liste de sports, mais aussi les modifier eux ainsi que les profils existants. Vous pouvez aussi choisir ce qui apparaît à l'écran pendant les séances d'entraînement. Sur le service Web Flow : Cliquez sur le nom du compte/la photo de profil dans l'angle supérieur droit et choisissez Profils sportifs > Ajouter un profil sportif.

Pensez à synchroniser les réglages vers votre dispositif d'entraînement depuis le service Web Flow via FlowSync.

i Veuillez noter que les analyses d'entraînement proposées par le service Web Flow sont essentiellement optimisées pour les athlètes humains. Bien que l'équipement puisse être utilisé à la fois par des humains et des chevaux, notez que le dispositif d'entraînement ne peut être configuré que pour un utilisateur à la fois. Si vous voulez l'utiliser vous-même, restaurez les réglages d'usine dans FlowSync et créez votre propre compte.

BASE D'ÉLECTRODE

La base d'électrode Equine détecte le signal électrique de chaque battement de cœur. Elle comporte une poche destinée à l'émetteur de fréquence cardiaque et deux électrodes fabriquées à partir d'un matériau conducteur. Les électrodes s'adaptent parfaitement aux mouvements d'un cheval au galop. L'électrode positive est marquée d'un signe plus et l'électrode négative, d'un signe moins.

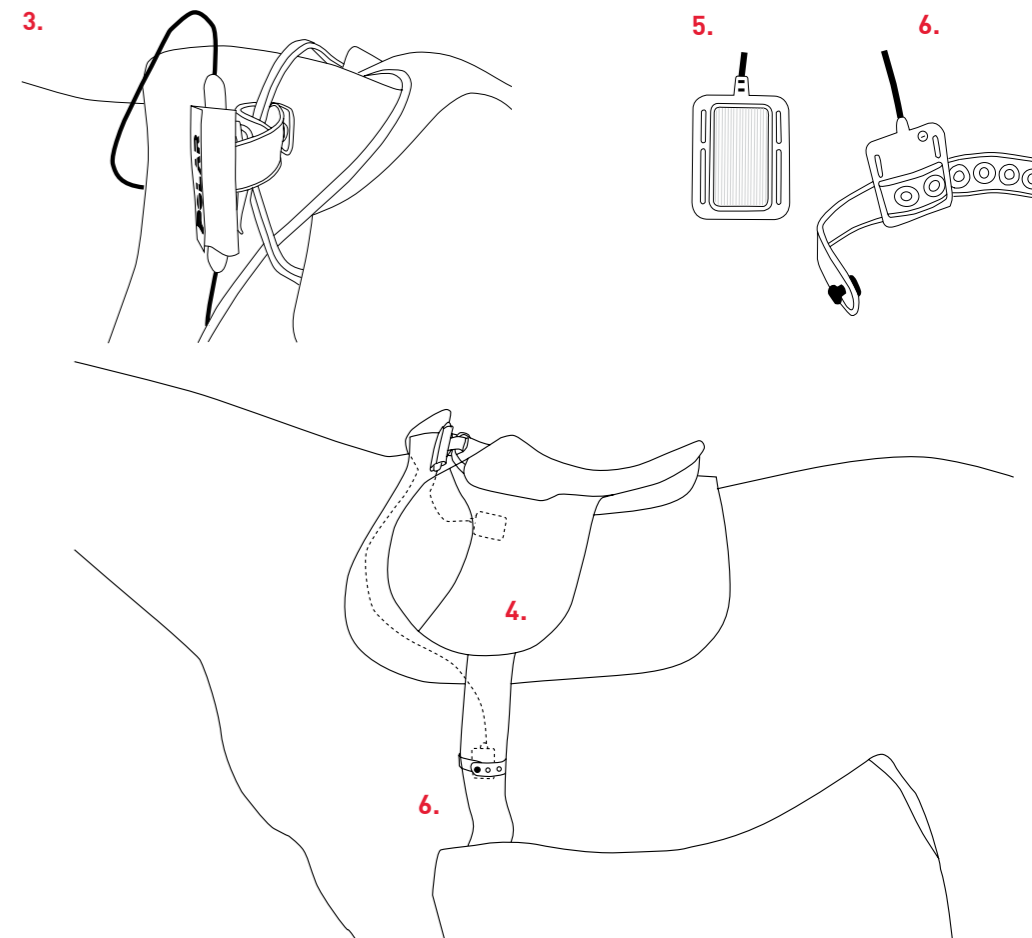
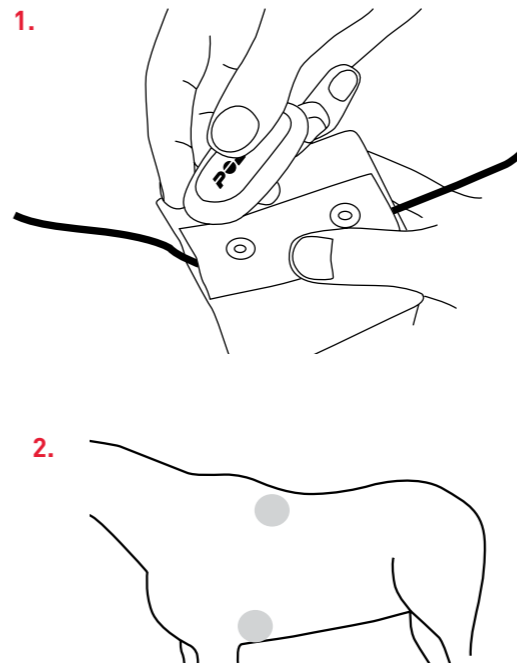


FIXER LA BASE D'ÉLECTRODE

1. Fixez l'émetteur de fréquence cardiaque dans la poche de la base d'électrode. Refermez soigneusement la poche.
2. L'émetteur de fréquence cardiaque capte les minuscules impulsions électriques émises par le cœur. Pour que l'émetteur de fréquence cardiaque puisse lire correctement la fréquence cardiaque, assurez un bon contact entre les électrodes et la peau du cheval. Mouillez bien les électrodes et le crin du cheval aux endroits où les électrodes viennent se positionner [voir l'illustration]. Si votre cheval présente un crin long ou épais, vous pouvez le couper sur les zones concernées. Cela améliore grandement la qualité du signal de fréquence cardiaque.
3. Fixez la poche à la selle avec l'une des sangles en plastique.
4. Placez l'électrode positive (câble court) sous la selle (4), sur le flanc gauche du cheval. Assurez-vous que la partie conductrice de l'électrode soit plaquée contre la peau du cheval (5). Le poids du cavalier maintiendra l'électrode en place.

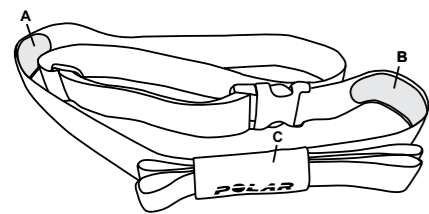
5. Fixez l'électrode négative (câble long) sous la sangle de selle à l'aide d'une sangle en plastique (6), puis serrez la sangle de selle. Si nécessaire, vous pouvez placer une éponge mouillée entre l'électrode négative et la sangle de selle afin d'assurer un bon contact avec la peau.

i Afin d'optimiser le contact entre la peau du cheval et les électrodes, vous pouvez appliquer du gel de contact sur ces dernières. Ceci assure une meilleure détection de la fréquence cardiaque du cheval.



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. L'émetteur de fréquence cardiaque envoie le signal de fréquence cardiaque au dispositif d'entraînement.



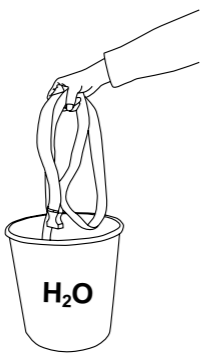
FIXER LA CEINTURE

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 bien 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.
4. Placez la ceinture comme indiqué (4), la poche contenant l'émetteur de fréquence cardiaque sur le flanc gauche du cheval. De cette manière, les électrodes de la ceinture sont convenablement positionnées.

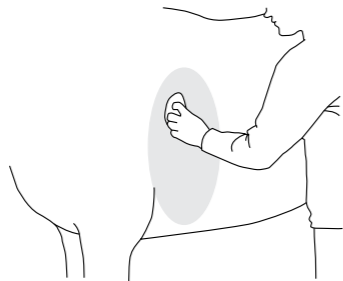
L'émetteur de fréquence cardiaque présente une portée de plus de 10 m. Vous pouvez ainsi surveiller la fréquence cardiaque de votre cheval même lors du travail à la longe.

i Afin d'optimiser le contact entre la peau du cheval et les électrodes, il est possible d'appliquer du gel de contact sur ces dernières. Ceci assure une meilleure détection de la fréquence cardiaque du cheval. Appliquez le gel sur les électrodes situées au dos de la ceinture.

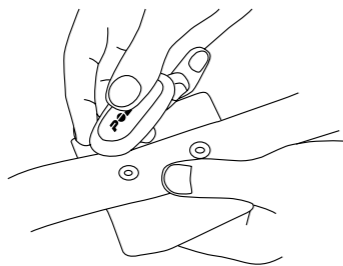
1.



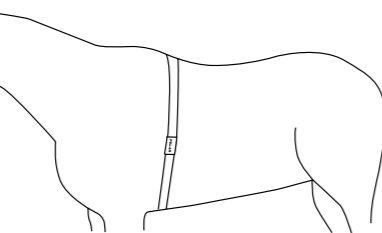
2.



3.



4.



ENTRETIEN ET MAINTENANCE

Les instructions suivantes vous aideront à vous acquitter des engagements au titre de la garantie, à maintenir le dispositif en parfait état, à assurer des mesures fiables et à optimiser la durée de vie de la base d'électrode/ceinture et de l'émetteur de fréquence cardiaque.

Dispositif d'entraînement Polar

Ne chargez pas votre dispositif d'entraînement lorsque le port USB est mouillé ou couvert de sueur. Maintenez le port USB du dispositif propre pour garantir un chargement et une synchronisation parfaits. **Pour obtenir des instructions d'entretien complètes de votre dispositif d'entraînement, consultez le manuel d'utilisation complet sur polar.com/support.**

Émetteur de fréquence cardiaque

Détachez l'émetteur de fréquence cardiaque de la poche après chaque utilisation et séchez-le avec un linge doux. Si nécessaire, nettoyez l'émetteur de fréquence cardiaque avec de l'eau et du savon doux. N'utilisez jamais d'alcool, ni de matériaux abrasifs tels que de la laine d'acier ou des détergents chimiques. Ceinture souple : Après chaque utilisation, rincez la ceinture à l'eau. Lavez-la régulièrement. Consultez les instructions de lavage figurant sur l'étiquette de la ceinture.

Base d'électrode

Après chaque utilisation, rincez la base d'électrode à l'eau et pendez-la pour qu'elle sèche. Si nécessaire, nettoyez délicatement les électrodes avec de l'eau et du savon doux. N'utilisez pas de savon hydratant sous peine de laisser des résidus sur les électrodes. Ne faites pas tremper la base d'électrode, ne la repassez pas, ne la nettoyez pas à sec ou à la javel. N'étirez pas et ne pliez pas trop les électrodes.

Ceinture

Après chaque utilisation, rincez la ceinture à l'eau et pendez-la pour qu'elle sèche. Si nécessaire, nettoyez délicatement la ceinture avec de l'eau et du savon doux. N'utilisez pas de savon hydratant sous peine de laisser des résidus sur la ceinture. Ne faites pas tremper la ceinture, ne la repassez pas, ne la nettoyez pas à sec ou à la javel. N'étirez pas la ceinture et ne pliez pas trop les électrodes.

Rangement

Rangez votre dispositif d'entraînement dans un endroit sec et à l'abri de la chaleur. N'exposez pas directement le dispositif aux rayons du soleil pendant une période prolongée, en le laissant par exemple monté sur le sulky. Séchez et rangez la base d'électrode/ceinture et l'émetteur de fréquence cardiaque séparément afin d'optimiser la durée de vie de la pile de l'émetteur. Rangez l'émetteur de fréquence cardiaque dans un endroit sec et à l'abri de la chaleur. Afin d'empêcher l'oxydation du mousqueton, ne rangez pas l'émetteur de

fréquence cardiaque humide dans un matériau imperméable à l'air tel qu'un sac de sport. N'exposez pas directement l'émetteur de fréquence cardiaque aux rayons du soleil pendant une période prolongée.

Service après-vente

Durant les 12 mois de garantie, nous vous recommandons de vous adresser uniquement 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 et le site Web propre à chaque pays.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI

Les produits Polar (dispositifs d'entraînement, suiveurs d'activité et accessoires) sont conçus pour indiquer le niveau de contrainte physiologique et la récupération pendant et après une séance d'exercice. Les dispositifs d'entraînement et les suiveurs d'activité Polar mesurent la fréquence cardiaque et/ou indiquent votre activité. Les dispositifs d'entraînement Polar dotés d'un GPS intégré indiquent la vitesse, la distance et la localisation. Avec un accessoire Polar compatible, les dispositifs d'entraînement Polar indiquent la vitesse et la distance, la cadence, la localisation et la puissance délivrée. Vous trouverez la liste complète des accessoires compatibles sur www.polar.com/en/products/accessories. Les dispositifs d'entraînement Polar dotés d'un capteur de pression barométrique mesurent l'altitude et d'autres variables. Aucun autre usage n'est sous-entendu ou induit. Le dispositif d'entraînement Polar ne doit pas être utilisé pour obtenir des mesures environnementales nécessitant une précision professionnelle ou industrielle.

Minimiser les risques lors de l'entraînement : L'exercice peut présenter certains risques. Avant de commencer un programme d'exercice régulier, il est recommandé de prendre le temps de répondre aux quelques questions suivantes concernant votre santé. Si vous répondez oui à une de ces questions, nous vous recommandons de consulter un médecin avant d'entamer tout programme d'entraînement.

- » Avez-vous cessé toute pratique d'une activité physique depuis plus de 5 ans ?
- » Avez-vous de l'hypertension ou un taux de cholestérol élevé ?
- » Prenez-vous des médicaments pour la pression artérielle ou pour le cœur ?
- » Avez-vous (ou avez-vous eu) des problèmes respiratoires ?
- » Présentez-vous des symptômes d'une pathologie quelconque ?
- » Êtes-vous en période de convalescence ou suivez-vous actuellement un traitement médical ?
- » Êtes-vous porteur d'un stimulateur cardiaque ou d'un autre appareil électronique implanté ?
- » Est-ce que vous fumez ?
- » Êtes-vous enceinte ?

Outre l'intensité de l'exercice, la fréquence cardiaque peut aussi être affectée par divers facteurs comme les médicaments pour le cœur, la circulation sanguine, le psychisme et l'asthme, les aérosols pour les voies respiratoires, ainsi que par certaines boissons énergétiques, les drogues, l'alcool et la nicotine. Il est essentiel que vous restiez attentif aux réactions de votre organisme pendant l'exercice. Si, lors de l'exercice, vous ressentez une douleur inattendue ou une fatigue excessive, il est recommandé d'arrêter l'exercice ou de continuer à moindre intensité.

Remarque ! Vous pouvez utiliser les produits Polar même si vous utilisez un stimulateur cardiaque ou tout autre dispositif électronique implanté. En théorie, les produits Polar ne doivent pas pouvoir causer d'interférences avec le stimulateur cardiaque. Dans la pratique, il n'existe aucun rapport laissant penser que quiconque ait expérimenté des interférences. Nous ne pouvons toutefois pas émettre de garantie officielle concernant l'adéquation de nos produits avec tous les stimulateurs cardiaques ou autres dispositifs implantés compte tenu de leur variété. En cas de doute ou si vous ressentez des sensations inhabituelles lors de l'utilisation de produits Polar, consultez votre médecin ou contactez le fabricant du dispositif électronique implanté afin de vous assurer de votre sécurité.

Si vous êtes allergique à toute substance qui entre en contact avec la peau ou si vous soupçonnez une réaction allergique provoquée par ce produit, vérifiez les matériaux de fabrication répertoriés dans Caractéristiques techniques. En cas de réaction cutanée, cessez d'utiliser le produit et consultez votre médecin.

i L'humidité et l'abrasion combinées peuvent faire en sorte que du noir se forme à la surface de l'émetteur de fréquence cardiaque, maculant ainsi les vêtements clairs. Les vêtements de couleur sombre peuvent aussi maculer les dispositifs d'entraînement plus clairs. Pour conserver pendant plusieurs années l'éclat d'un dispositif d'entraînement clair, veillez à porter pendant l'entraînement un vêtement dont les couleurs ne dédorcent pas. Si vous appliquez sur votre peau une crème ou un spray insecticide, assurez-vous que le produit n'entre pas en contact avec le dispositif d'entraînement ou l'émetteur de fréquence cardiaque.

Si vous vous entraînez par temps froid (de -20 °C à -10 °C), il est recommandé de porter le dispositif d'entraînement sous la manche de votre veste, directement sur votre peau.

Des interférences sont possibles à proximité d'appareils électriques et de stations de base WLAN. Pour éviter toute lecture erronée ou tout dysfonctionnement, éloignez-vous des sources possibles d'interférence. Pour plus d'informations, consultez la page www.polar.com/support.

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 clients applicables dans le cadre des législations nationales ou fédérales en vigueur, ni les droits des clients 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 au client/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 compter de la date d'achat.
- Le reçu de l'achat initial constitue votre preuve d'achat !
- La garantie ne couvre pas les pièces d'usure telles que les piles, la base d'électrode Equine, la ceinture Equine et la ceinture souple, l'usure normale du produit, les dégâts liés à une mauvaise utilisation, à une utilisation abusive, aux accidents, au non-respect des précautions d'emploi ou à un mauvais entretien, les boîtiers/écrans fissurés, cassés ou rayés, les produits ou leurs composants modifiés ou altérés.

- La garantie ne couvre pas les dommages, pertes, dépenses ou frais, directs ou indirects, de portée générale, consécutifs ou particuliers, 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.
- Durant la période de garantie, l'appareil est soit réparé, soit remplacé par le 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 sur www.polar.com/support.

Déclaration de conformité

CANADA

Polar Electro Oy has not approved any changes or modifications to this device by the user. Any changes or modifications could void the user's authority to operate the equipment.

Polar Electro Oy n'a approuvé aucune modification apportée à l'appareil par l'utilisateur, quelle qu'en soit la nature. Tout changement ou toute modification peut annuler le droit d'utilisation de l'appareil par l'utilisateur.

Industry Canada (IC) regulatory information

This device complies with Industry Canada licence-exempt RSS standard(s). Operation is subject to the following two conditions: (1) this device may not cause interference, and (2) this device must accept any interference, including interference that may cause undesired operation of the device.

Avis de conformité à la réglementation d'Industrie Canada

Le présent appareil est conforme aux CNR d'Industrie Canada applicables aux appareils radio exempts de licence. L'exploitation est autorisée aux deux conditions suivantes : (1) l'appareil ne doit pas produire de brouillage, et (2) l'utilisateur de l'appareil doit accepter tout brouillage radioélectrique subi, même si le brouillage est susceptible d'en compromettre le fonctionnement.

ÉTATS-UNIS

Polar Electro Oy has not approved any changes or modifications to this device by the user. Any changes or modifications could void the user's authority to operate the equipment.

Informations réglementaires FCC

Cet appareil est conforme à la partie 15 du règlement de la FCC. Son fonctionnement est soumis aux deux conditions suivantes : (1) cet appareil ne doit pas causer d'interférences nuisibles, et (2) cet appareil doit accepter toute autre interférence reçue, y compris les interférences pouvant entraîner un fonctionnement non désiré.

Remarque : Cet appareil a été testé et respecte les limitations d'un appareil numérique de classe B, conformément au point 15 du règlement FCC. Ces limites sont destinées à assurer une protection raisonnable contre les interférences nuisibles dans une installation résidentielle. Cet équipement produit, utilise et peut émettre de l'énergie radio électrique et, s'il n'est pas installé et utilisé conformément aux présentes instructions, peut causer des interférences nuisibles aux communications radio. Toutefois, rien ne garantit l'absence d'interférences dans une installation particulière.

Ce produit émet une énergie de radiofréquence, mais la puissance rayonnée de sortie de cet équipement est très inférieure aux limites d'exposition aux ondes radio définies par la FCC.

Cet équipement est conforme aux limitations prévues par la FCC pour l'exposition aux irradiations RF dans le cadre d'un environnement d'accès libre.



Ce produit est conforme aux Directives 1999/5/CE et 2011/65/UE. La Déclaration de Conformité correspondante est disponible sur www.polar.com/en/regulatory_information.



Ce produit est conforme aux Directives 2006/66/CE et 2012/19/UE. Élimination séparée pour la pile et l'électronique.



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

Copyright © 2016 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 une autorisation écrite préalable de Polar Electro Oy. Les noms et logos indiqués par un symbole © contenus dans ce manuel d'utilisation ou sur l'emballage de ce produit sont des marques commerciales de Polar Electro Oy.

Décharge de responsabilité

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