

Polar H1 Polar H2

入门指南



Find product support



http://www.polar.com/en/support/H1_heart_rate_sensor



http://www.polar.com/en/support/H2_heart_rate_sensor

Polar H1 is compatible with



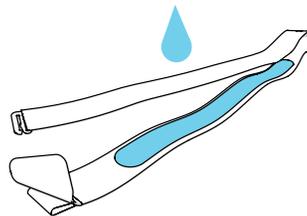
Manufactured by

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

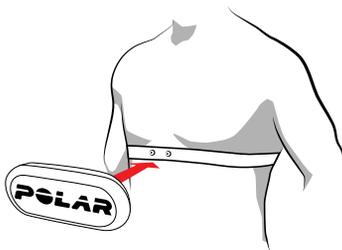
Polar H2 is compatible with



1.



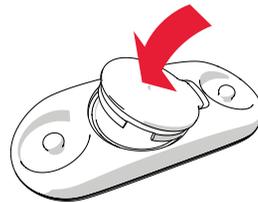
2.



3.



4.



简体中文

感谢您选择 Polar！在本指南中，我们会带您了解这全新的心率传感器的基本使用方式，它是您的 Polar 训练设备的完美搭档。

您可以访问 polar.com/support 下载完整的用户手册和本指南的最新版本。如需更多帮助，请访问 polar.com/en/polar_community/videos，这里有您可能想看的许多很棒的视频教程。

戴上心率传感器

1. 湿润胸带的电极区域（图 1）。
2. 将胸带缠绕在胸部周围并夹紧，调整胸带使其紧密贴合。
3. 接上传感器（图 2）。

 训练结束后，断开传感器并使用自来水冲洗胸带以保持清洁。

使用心率传感器

您可结合许多 Polar 训练设备使用 H1 和 H2。请在以下网址查看兼容的设备：polar.com/support。在健身房佩戴您的心率传感器便可在兼容的健身房设备进行训练时，看到实时心率。下次去时请寻找 Polar 标志！

如果您的训练设备使用 W. I. N. D. 技术，请在首次训练之前将您的新 H2 与其配对。若需详细说明，请参阅设备的用户指南。

维护您的心率传感器

接头：每次使用后请将传感器从胸带上取下，并用软毛巾擦干。如有需要，请使用温和的肥皂和水进行清洗。

胸带：每次使用后，用自来水进行清洗。请定期清洗。仔细阅读胸带标签上的详细清洗说明。

更多详细的维护说明，请访问 polar.com/support 查看完整的用户手册。

更换电池非常容易

1. 使用胸带上的夹片撬开电池盖（图 3）。
2. 将旧电池从电池盖拆下。
3. 将新电池（CR2025）负极（-）侧朝外插入其中。
4. 将电池盖上的突出部与传感器上的槽对准，然后将电池盖按回固定到位（图 4）。您会听到咔嚓一声。

更多详细说明，请访问 polar.com/support 查看完整的用户手册。

 为安全起见，请确保您使用正确的电池。

材料

传感器	ABS
胸带	38% 聚酯胶、29% 聚氨酯、20% 氨纶、13% 聚酯纤维