

Polar H1 Polar H2

Guida introduttiva



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



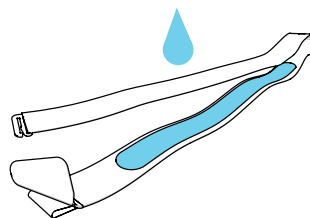
Manufactured by

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

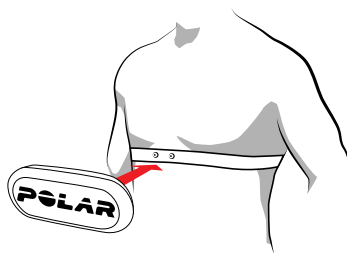
Polar H2 is compatible with



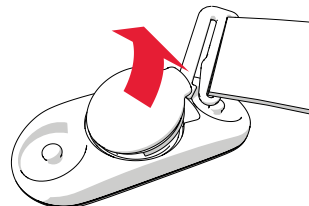
1.



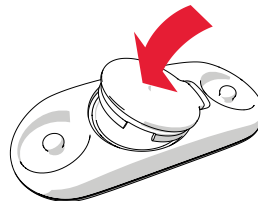
2.



3.



4.



ITALIANO

Grazie per aver scelto Polar! In questa introduzione ti guideremo attraverso le informazioni di base per utilizzare il nuovissimo sensore di frequenza cardiaca, la combinazione ideale per il dispositivo di allenamento Polar.

È possibile scaricare il manuale d'uso completo e la versione più recente di questa guida sul sito polar.com/it/assistenza. Per ulteriore assistenza, puoi trovare alcuni ottimi tutorial video sul sito polar.com/it/polar_community/videos.

INDOSSARE IL SENSORE DI FREQUENZA CARDIACA

1. Inumidisci gli elettrodi presenti sull'elastico (figura 1).
2. Assicura l'elastico attorno al torace e regola l'elastico in modo che sia sufficientemente aderente ma risulti comodo.
3. Aggancia il trasmettitore (figura 2).

! Alla fine di ogni allenamento, stacca il trasmettitore e risciacqua l'elastico per mantenerlo pulito.

USO DEL SENSORE DI FREQUENZA CARDIACA

È possibile utilizzare H1 e H2 con vari dispositivi di allenamento Polar. Controlla i dispositivi compatibili sul sito polar.com/it/assistenza. Indossa il sensore di frequenza cardiaca in palestra per osservare la frequenza cardiaca in tempo reale durante l'allenamento con attrezzature da palestra compatibili. Controlla il logo Polar la prossima volta!

Se il dispositivo di allenamento utilizza tecnologia W.I.N.D., associalo al nuovo H2 prima di effettuare la prima sessione di allenamento. Per istruzioni dettagliate, consulta il manuale d'uso del dispositivo.

CURA DEL SENSORE DI FREQUENZA CARDIACA

Trasmettitore: Alla fine di ogni allenamento, stacca il trasmettitore dall'elastico e asciugalo con un panno morbido. Se necessario, puliscilo con una soluzione di sapone neutro e acqua.

Elastico: Alla fine di ogni allenamento, risciacqualo. Lavalo periodicamente. Per istruzioni dettagliate sul lavaggio, controlla l'etichetta sull'elastico.

Per istruzioni più dettagliate sulla cura, consulta il manuale d'uso completo sul sito polar.com/it/assistenza.

SOSTITUIRE LA BATTERIA È SEMPLICE

1. Tieni il coperchio della batteria aperto tramite la clip sull'elastico (figura 3).
2. Rimuovi la vecchia batteria dal coperchio della batteria.
3. Inserisci la nuova batteria (CR2025) all'interno del coperchio con il lato negativo (-) rivolto verso l'esterno.
4. Allinea la sporgenza sul coperchio della batteria con la fessura sul trasmettitore e premi il coperchio della batteria in posizione (figura 4). Si deve sentire uno scatto.

Per istruzioni più dettagliate, consulta il manuale d'uso completo sul sito polar.com/it/assistenza.

! Per motivi di sicurezza, assicurati di utilizzare la batteria corretta.

MATERIALI

Trasmettitore	ABS
Elastico	38% poliammide, 29% poliuretano, 20% elasthan, 13% poliestere