

Polar H1 Polar H2

Pikaopas



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



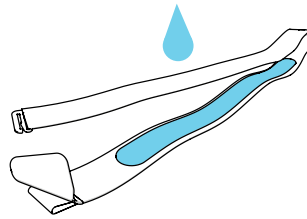
Manufactured by

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

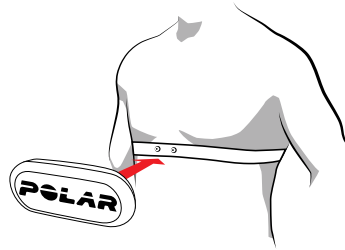
Polar H2 is compatible with



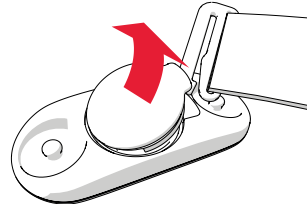
1.



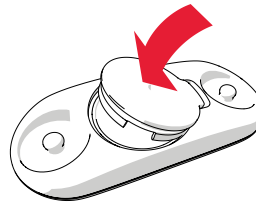
2.



3.



4.




--- SUOMI

Kiitos, että valitsit Polarin! Uusi sykesensorisi on täydellinen pari Polar-harjoituslaitteellesi ja tässä oppaassa käydään läpi sensorin käyttö.

Voit ladata täysimittaisen käyttöohjeen ja tämän oppaan viimeisimmän version osoitteesta polar.com/fi/tuki. Osoitteesta polar.com/fi/polar_yhteiso/videot löydät myös mielenkiintoisia ohjevideoita.

--- SYKESENSORIN PUKEMINEN

1. Kostuta kiinnitysvyön elektrodipinnat (kuva 1).
2. Kiinnitä vyö rintakehäsi ympärille ja säädä vyön pituus niin, että se istuu napakasti.
3. Kiinnitä lähetinyksikkö (kuva 2).

 *Irrota lähetinyksikkö kiinnitysvyöstä ja huuhtele vyö juoksevilla vedellä jokaisen harjoituksen jälkeen.*

--- SYKESENSORIN KÄYTTÄMINEN

Voit käyttää H1- ja H2-sykesensoreita useiden Polar-harjoituslaitteiden kanssa. Tarkista yhteensopivat harjoituslaitteet osoitteesta polar.com/fi/tuki. Kun käytät sykesensoria kuntosalilla, näet reaaliaikaisen sykkeesin yhteensopivissa kuntosalilaitteissa. Etsi seuraavalla kerralla Polar-logoja!

Jos harjoituslaitteesi käyttää W.I.N.D.-teknologiaa, yhdistä uusi H2 siihen ennen ensimmäistä harjoitustasi. Katso tarkemmat ohjeet laitteen käyttöohjeesta.

--- SYKESENSORIN HOITAMINEN

Lähetinyksikkö: Irrota lähetinyksikkö kiinnitysvyöstä ja kuivaa se pehmeällä pyyhkeellä jokaisen käyttökerran jälkeen. Puhdista tarvittaessa miedolla saippuavesiliuoksella.

Kiinnitysvyö: Huuhtele juoksevilla vedellä jokaisen harjoituksen jälkeen. Pese säännöllisesti. Pesuohjeet löytyvät kiinnitysvyön lapusta.

Lue tarkemmat ohjeet täysimittaisesta käyttöohjeesta, joka löytyy osoitteesta polar.com/fi/tuki.

--- PARISTONVAIHTO ON HELPPOA

1. Avaa paristotilan kansi kiinnitysvyössä olevan soljen avulla (kuva 3).
2. Poista vanha paristo paristotilan kannesta.
3. Aseta uusi paristo (CR2025) kanteen negatiivinen (-) puoli ulospäin.
4. Kohdista paristotilan kannessa oleva uloke lähetinyksikössä olevaan uraan ja paina kansi takaisin paikalleen (kuva 4). Kansi napsahtaa kiinni.

Lue tarkemmat tiedot täysimittaisesta käyttöohjeesta, joka löytyy osoitteesta polar.com/fi/tuki.

 *Turvallisuussyistä käytä aina oikeanlaista paristoa.*

--- MATERIAALIT

Lähetinyksikkö ABS
Kiinnitysvyö 38 % polyamidia, 29 % polyuretaania, 20 % elastaania, 13 % polyesteria