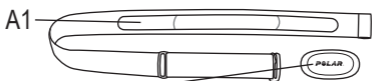


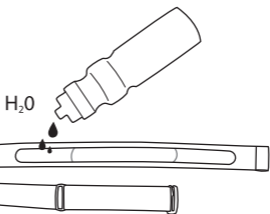
**Polar Soft Strap
Polar H1 Heart Rate Sensor
Polar H2 Heart Rate Sensor**

Brugervejledning

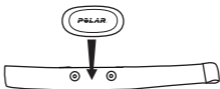


A2

B1



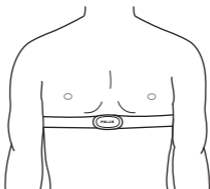
B2



B3



B4



Denne brugervejledning indeholder anvisninger til Polar bløde strop og Polar H1 og H2 pulsmålere. Din pulsmålermodel er trykt på pulssensoren.

Den nyeste udgave af denne brugervejledning kan downloades på www.polar.com/support. Klik ind på www.polar.com/en/support/video_tutorials for at se videovejledninger.

Følg venligst billederne på for- og bagsiden.

Pulsmålerdele

1. **Elektrodeområderne** af plastik på indersiden af bæltet måler pulsen. Billede A1.
2. **Sensoren** sender pulssignalet til træningscomputeren. Billede A2.

Polar pulsmålere gør det muligt at træne i en gruppe uden forstyrrelser fra andre pulsmålere.



Pulsmålere med Polar-specifik magnetisk dataoverførelsteknologi, f.eks. Polar H1 og H2, kan bruges med kompatibelt træningsudstyr.

Tag pulsmåleren på

1. Fugt bæltets elektrodeområder. Billede B1.
2. Fastgør sendermodulet til bæltet. Billede B2.
3. Fastgør bæltet omkring brystet, lige under brystmusklerne, og forbind låsekrogen med den anden ende af bæltet. Billede B3.
4. Juster stroppens længde, så den sidder stramt, men behageligt.
5. Kontroller, at de fugtige elektrodeområder har god kontakt med huden, og at Polar-logoet på sendermodulet sidder på midten af brystkassen og vender opad.



Fjern sendermodulet fra stroppen, og skyl stroppen under rindende vand, hver gang du har brugt det. Sved og fugt kan holde elektroderne våde og pulsmåleren aktiveret. Dette mindsker batteriets levetid.

Se detaljerede vaskeanvisninger i afsnittet Pleje af din pulsmåler.

Brug af en ny pulsmåler

Når du køber en ny Polar H2 pulsmåler, skal den parres med træningscomputeren for at måle din puls. Se brugervejledningen til din Polar træningscomputer for anvisninger til, hvordan du tager pulsmåleren i brug.

Brug af din pulsmåler i vand

Polar H1 og Polar H2 pulsmålere kan bruges under aktiviteter i vandet med træningscomputere, der bruger magnetisk dataoverførsel. Bemærk venligst, at hav- og poolvand er meget ledende, og elektroder kan kortslutte og således forhindre EKG-signaler i at blive opfanget af pulsmåleren.

Når du har badedragt på, får du den bedste ydeevne ved at tage pulsmåleren på inden under badedragten.

Pleje af din pulsmåler

Pulsmåleren er et højteknologisk apparat, der skal behandles med forsigtighed. Følg plejeanvisningerne for at sikre en pålidelig måling og maksimere pulsmålerens levetid. Anvisningerne nedenunder vil hjælpe dig med at overholde garantiforpligtelserne.

Sensor: Afmonter sensoren fra bæltet hver gang efter brug, og tør sensoren med et blødt håndklæde. Rengør sensoren med en mild sæbeopløsning efter behov. Benyt aldrig sprit eller slibende materiale (f.eks. ståluld eller renskemikalier).

Bælte: Skyl bæltet under rindende vand hver gang efter brug, og hæng det til tørre. Rengør bæltet forsigtigt med en mild sæbeopløsning efter behov. Brug ikke fugtighedsgivende sæber, da de kan efterlade rester på bæltet. Bæltet må ikke lægges i blød, stryges, tørres i tørretumbler eller bleges. Elektrodeområderne må ikke strækkes eller bøjes kraftigt.

Tør og opbevar bæltet og sensoren separat for at maksimere levetiden på batteriet i sensoren. Opbevar pulsmåleren på et tørt og køligt sted. Opbevar ikke pulsmåleren vådt i et lufttæt materiale, som f.eks. en sportstaske, for at forhindre oksidering af spændet. Udsæt ikke pulsmåleren for direkte sollys i længere perioder.



Se efter på stroppens mærke, om den kan vaskes i vaskemaskine. Læg aldrig stroppen eller sendermodulet i en tørretumbler!

Service

I løbet af den toårige garantiperiode anbefaler vi, at du kun får foretaget service, bortset fra udskiftning af batteriet, hos et autoriseret Polar-servicecenter. Garantien dækker ikke skade eller deraf følgende skade, der er forårsaget af service, som ikke er autoriseret af Polar Electro. Klik ind på www.polar.com/support og landespecifikke websteder for at få kontaktinformation og adresser på alle Polar-servicecentre.

Udskiftning af batteri

Alle sendermoduler har batterier, der kan udskiftes af brugeren. For selv at udskifte batteriet skal du følge anvisningerne herunder og se mærkerne på sendermodulet og billederne på bagsiden af denne brugervejledning.

1. Åbn batteridækslet, ved hjælp af stroppens hægte. Billede C1.

2. Fjern det gamle batteri fra batteridækslet med en lille pind, som f.eks. en tandstik. Det er bedst at bruge et ikke-metallisk værktøj. Pas på ikke at beskadige batteridækslet. Billede C2.
3. Sæt et nyt batteri (CR 2025) ind i dækslet, så den negative (-) side vender opad. Billede C3.
4. Placer batteridækslet så det passer i hullet på sendermodulet, og tryk batteridækslet på plads igen. Du burde høre et klik. Billede C4.

Kontrollér, at tætningsringen ikke er beskadiget, når du udskifter batteriet. I så fald bør du udskifte den med en ny for at sikre, at sensoren er vandtæt.

Tætningsringe/batterisæt kan fås hos veludstyrede Polar-forhandlere og autoriserede Polar-servicecentre. I USA og Canada kan du få de ekstra tætningsringe hos autoriserede Polar-servicecentre. I USA kan man også få sæt med tætningsring/batteri hos www.shoppolar.com.



Hold batterier væk fra børn. Hvis de bliver slugt, skal man straks kontakte en læge. Batterier skal bortskaffes korrekt i henhold til lokale regler om affald.

Sikkerhedsforanstaltninger

Se listen over materialer under Tekniske specifikationer for oplysninger om allergi. Undgå hudreaktioner ved at bære pulsmåleren uden på en t-shirt, der er gjort fugtig under elektroderne.



Den kombinerede påvirkning af fugt og kraftig slid kan resultere i, at den sorte farve fra pulsmåleren smitter af og muligvis forårsager pletter på tøj i lyse farver. Hvis du bruger parfume eller insektmiddel på din hud, skal du sørge for, at det ikke kommer i kontakt med pulsmåleren.

Tekniske specifikationer

Batteritype	CR 2025
Tætningsring på batteri	O-ring 20,0 x 0,90 materiale silikone
Batterilevetid for Polar H1	1500 t
Batterilevetid for Polar H2	800 t
Driftstemperatur	14 °F til 122 °F/ -10 °C til +50 °C
Sensorens materiale	ABS
Bæltmateriale	38% Polyamid, 29% Polyuretan, 20% Elasthan, 13% Polyester

Polar pulsmålerne anvender bl.a. følgende patenterede teknologi:

- OwnCode®-kodet overførsel

Polars begrænsede internationale garanti

- Denne garanti påvirker hverken forbrugerens juridiske rettigheder under den gældende nationale eller regionale lovgivning eller forbrugerens rettigheder over for forhandleren, der er opstået fra deres salgs-/købskontrakt.
- Denne begrænsede internationale Polar-garanti er udstedt af Polar Electro Inc. til forbrugere, der har købt dette produkt i USA eller Canada. Denne begrænsede internationale Polar-garanti er udstedt af Polar Electro Oy til forbrugere, som har købt dette produkt i andre lande.
- Polar Electro Oy/Polar Electro Inc. giver den oprindelige forbruger/køber af denne enhed garanti for, at produktet vil være fri for fejl i materiale og fremstilling i to (2) år fra købsdatoen.
- **Kvitteringen for det originale køb er dit købsbevis!**
- Garantien dækker ikke batteriet, normalt slid, skader forårsaget af forkert brug, misbrug, ulykker eller manglende overensstemmelse med forholdsreglerne; forkert vedligeholdelse, kommerciel brug, revnede, ødelagte eller ridsede æsker/displays, armbind, elastisk rem og Polar-beklædning.
- Garantien dækker ikke eventuelle skade(r), tab, omkostninger eller udgifter, direkte, indirekte eller tilfældige, deraf følgende eller specielle, der er opstået fra eller er relateret til produktet.
- Produkter, der er købt brugte, er ikke dækket af den toårige (2) garanti, med mindre andet er påkrævet af den lokale lovgivning.
- Under garantiperioden vil produktet enten blive repareret eller udskiftet på hvilket som helst af de autoriserede Polar-serviceværksteder, uanset hvilket land det er købt i.

Garantien på ethvert produkt vil være begrænset til lande, hvor produktet oprindeligt blev markedsført.



Dette produkt er i overensstemmelse med direktiv 2014/53/EU og 2011/65/EU. Den relevante overensstemmelseserklæring og andre regulatoriske oplysninger om hvert produkt findes på www.polar.com/da/oplysninger_om_regulering.



Denne overstregede affaldsspand på hjul viser, at Polar-produkter er elektronisk udstyr, som er indeholdt i direktiv 2012/19/EU fra Europaparlamentet og Rådet om elektrisk og elektronisk affald (WEEE), og batterier og akkumulatører anvendt i produkter er indeholdt i direktiv 2006/66/EC fra Europaparlamentet og Rådet den 6. september 2006 om batterier og akkumulatører og batteri- og akkumulatoraffald. Disse produkter og batterier/akkumulatører inden i Polar-produkter bør kasseres separat i EU-landene.

Copyright © 2013 Polar Electro Oy, FI-90440
KEMPELE.

Polar Electro Oy er en ISO 9001:2008 certificeret virksomhed.

Alle rettigheder forbeholdes. Ingen dele af denne brugerhåndbog må anvendes eller gengives i nogen form eller på nogen måde uden forudgående skriftlig tilladelse fra Polar Electro Oy. Navne og logoer, der er markeret med symbolet ® i denne brugerhåndbog eller på produktemballagen, er registrerede varemærker tilhørende Polar Electro Oy.

Ansvarsfraskrivelse

Materialet i denne vejledning er kun til informationsbrug. De beskrevne produkter kan ændres uden varsel, i overensstemmelse med producentens fortsatte udviklingsprogram.

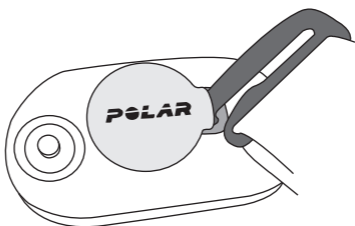
Polar Electro Inc. / Polar Electro Oy giver ingen garantier med hensyn til denne vejledning eller med hensyn til produkterne beskrevet heri.

Polar Electro Inc. / Polar Electro Oy kan ikke stilles til ansvar for nogen skade eller tab, udgift, direkte eller indirekte eller ved uheld som følge af eller specielt opstået af eller som kan relateres til brug af dette materiale eller produkter beskrevet heri.

Polar H1 og H2 pulsmålere er dækket af følgende patentlydokumenter: FI23471, US D492999SS, EU0046107-002, EU0046107-003. Polar H1 og H2 er også dækket af følgende patentlydokumenter: FI96380, EP0665947, US5611346, JP3568954, FI115084, EP1543769, US7418237. Andre patenter under behandling.

www.polar.com

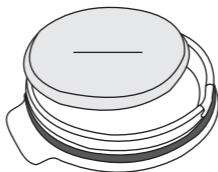
C1



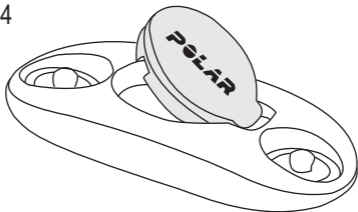
C2



C3



C4



Manufactured by

Polar Electro Oy

Professorintie 5

FIN-90440 KEMPELE

Tel +358 8 5202 100

Fax +358 8 5202 300

www.polar.com

POLAR®

LISTEN TO YOUR BODY