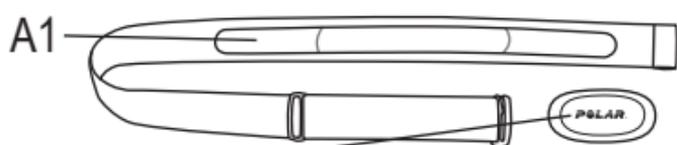


**Polar Soft Strap
Polar H1 Heart Rate Sensor
Polar H2 Heart Rate Sensor**

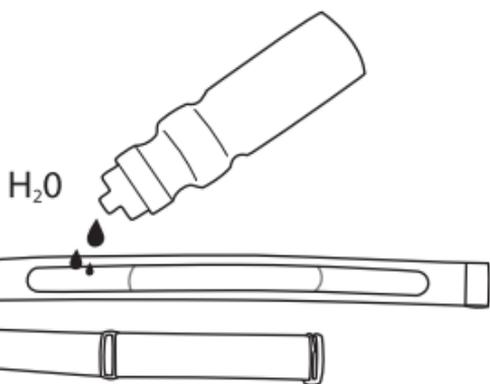
スタート・ガイド

POLAR.
LISTENS TO YOUR BODY

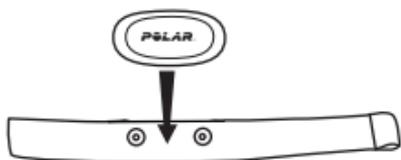


A2

B1



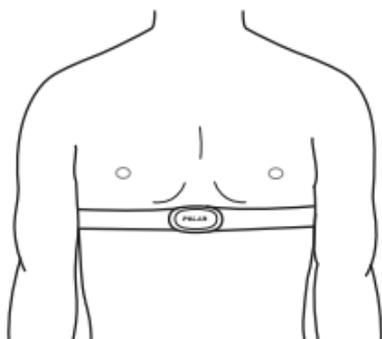
B2



B3



B4



日本語

本ユーザーマニュアルには、Polar Smart Strap、およびPolar H1、およびH2の心拍センサーの説明が記載されています。心拍数センサーのモデルは、コネクターに印字されています。

本ユーザーマニュアルの最新版は、www.polar.com/supportでダウンロードできます。ビデオチュートリアルは、www.polar.com/support/video_tutorialsにアクセスしてください。

表紙と裏表紙の図に従ってください。

心拍数センサー各部

1. ストラップの裏側にあるプラスチックの**電極部分**が心拍数を検知します。図A1.
2. **コネクター**がトレーニングコンピューターに心拍数信号を転送します。図A2

Polar心拍センサーにより、他の心拍センサーから干渉を受けることなく、グループでのトレーニングが可能になります。

 Polar特有の磁気データ伝送技術を採用したPolar H1やH2などの心拍センサーは、互換性のあるジム器具装置と共に使用できます。

心拍数センサーの装着

1. ストラップの電極部分を濡らします。
図B1
2. ストラップにコネクタを取り付けます。
図B2
3. ぴったりフィットして苦しくない程度に長さを調節します。 図B3
4. 心地よくしっかりと装着できるようにストラップの長さを調節します。
5. 濡れた電極部分が確実に肌に当たっていること、またコネクタのポラールのロゴが中央で真っすぐになっていることを確認します。
図B4

i 使用後は毎回、ストラップからコネクタを外し、流水ですすいで下さい。汗や湿気は電極の湿度を維持し、心拍センサーを有効に保つこと場合があります。この場合は電池寿命が短くなります。

「心拍数センサーのケア」セクションの詳細な洗浄手順を確認してください。

新しい心拍数センサーを使用するとき

新しいPolar H2心拍センサーを購入したら、心拍数を測定するために、トレーニングコンピューターと連動している必要があります。心拍数センサーの使用法に関する説明については、ご使用の

Polarトレーニングコンピューターのユーザーマニュアルを参照してください。

水中での心拍数センサーの使用

Polar H1 および Polar H2心拍センサーは、データ転送が実行可能なトレーニングコンピューターで、水中での活動に使用できます。海とプールの水は高い伝導性があるため、電極がショートすることで、ECG信号が心拍センサーにより検出されない場合があることに留意してください。

水着を着ているとき、その下に心拍センサーを装着すると最高のパフォーマンスを得られます。

心拍数センサーのお手入れ

心拍数センサーはハイテクノロジーを駆使した製品ですので取扱にはご注意ください。お手入れの手順に従い、信頼できる測定と心拍数センサーの寿命を最大化します。以下の手順により、保証義務を実行することができます。

コネクタ： 使用後はストラップからコネクタを外し、柔らかいタオルでコネクタを拭きます。必要に応じて、コネクタをマイルドな石鹼水で洗浄します。アルコールまたは研磨材（スチールウールや洗浄用化学薬品など）を使用しないでください。

ストラップ： 使用後流水でストラップをすすぎ、つるして乾かしてください。必要に応じて、ストラップをマイルドな石鹼水で優しく洗浄します。保湿石鹼を使用しないでください。ストラップに残存物が付く場合があります。ストラップを

水に浸したり、アイロンをかけたり、ドライクリーニングや塩素系洗剤を使用しないでください。ストラップを伸ばしたり、電極部分を激しく曲げないでください。

ストラップとコネクタを別々に乾かして保存して、心拍数センサーの電池寿命を最大化します。 心拍数センサーを涼しく乾燥した場所に保管します。スナップの酸化を防ぐために、スポーツバッグなどの通気性のない素材内に心拍数センサーを保管しないでください。心拍数センサーを長期間直射日光に晒さないでください。

 洗濯機で洗えるかどうかは、ストラップのラベルを確認してください。絶対に乾燥機にストラップまたはコネクタを入れないでください。

サービス

2年の保証期間中に、認定されたポラールサービスセンターにのみ、電池交換以外のサービスを依頼することを推奨します。Polar Electroにより認定されていない修理が原因の損害または結果的な損害には保証が適用されません。連絡先情報とすべてのPolarサービスセンターの住所については、www.polar.com/supportおよび国別のウェブサイトにアクセスしてください。

電池の交換

すべてのコネクタにはユーザーが自分で交換できる電池が内蔵されています。電池を自分で交換する場合、以下の手順に従ってください。また、コネクタにあるマークや本ユーザーマニュアルの裏表紙にある図を確認してください。

1. ストラップのクリップで電池カバーを開けます。図C1.
2. つまようじなど、小さな適当な大きさの固いスティックまたは棒（つまようじや小型のドライバー）で、電池カバーから消耗したバッテリーを出します。非金属の工具を用いることをお勧めします。電池カバーを傷つけないように注意してください。図C2.
3. (-)の面を上にし、新しい電池 (CR 2025) を入れてください。図C3.
4. 電池カバーを、コネクターのスロットと整列させ、電池カバーを閉めます。パチンと音がするはずです。図C4.

電池を交換する際、シールリングが破損しないようにしてください。破損した場合、コネクターの耐水性を確保するために新しいものに交換する必要があります。

たポラールサービスセンターでシールリング/電池キットを購入できます。アメリカ、カナダでは、認定されたポラールサービスセンターで追加のシールリングを購入することができます。またアメリカではwww.shoppolar.comでもシールリング/電池キットを購入することができます。

i 電池は、子供の手の届かないところに保管します。誤って電池を飲み込んでしまった場合は、ただちに医者に連絡してください。

電池は、自治体の規制に従い、処分してください。

注意

アレルギーに関する情報は、仕様に記載されている素材をご確認ください。心拍数センサーによる肌荒れを防ぐには下着の上から心拍数センサーを装着します。その際、電極部分が当たる部分を湿らせます。

i 湿気と激しい摩擦により心拍数センサーの表面の黒色が色落ちすることがあり、淡色の服にシミがつく可能性があります。香水または虫除けをつけている場合は、その部分が直接心拍数センサーに当たらないように注意します。

仕様

電池タイプ	CR 2025
電池シールリング	O-リング 20.0 x 0.90 素材 シリコン
Polar H1電池寿命	1500時間
Polar H2電池寿命	800時間
動作温度	14 °F から 122 °F/ -10 °C から +50 °C
コネクタの素材	ABS
ストラップの素材	ポリアミド38%、ポリ ウレタン29%、エラス タン20%、ポリエステル13%

Polar 心拍センサーには、

- OwnCode[®] コード化送信などの特許取得済みの技術が適用されています。

Limited International Polar Guarantee (Polar 国際保証)

- 本保証は、該当する国または州の法規が定める消費者の法的権利を侵害するものではありません。また、販売/購入契約から発生する販売者に対する消費者の権利を侵害するものでもありません。
- Limited Polar International Guaranteeは、アメリカまたはカナダで本社製品をお買い求めになられたお客様にPolar Electro Inc.が付与します。 Limited Polar International Guaranteeは、アメリカまたはカナダ以外で本社製品をお買い求めになられた方にPolar Electro Oy.が付与します。
- Polar Electro Inc. / Polar Electro Oyは、本社製品の使用者/購買者に対し、製品の破損および故障の修理などにかかる諸費用を購入日より2年間保証します。
- **領収書は製品の購入を証明します。**
- 電池、通常の摩滅、誤使用、不正使用、事故、または注意・警告の無視、不適切なメンテナンス、商業目的の使用、ケース/画面の破損/故障、およびゴムストラップ、Polarアパレルの破損は保証対象外です。
- 製品から発生するか、製品に関連する直接的/間接的または事故による、結果的または特別な行為による損害、損失、費用は保証対象外です。
- 製品を中古で購入した場合は、地域法に記載されていない限り、2年間の保証を受けることはできません。
- 保証期間中は、購入した国にかかわらず、認定されたポラールサービスセンターで修理または交換いたします。

製品の保証は、製品が最初に市販された国に限定されます。



本製品は指令2014/53/EU、2011/65/EUに準拠しています。各製品に関する適合宣言書およびその他の規制情報は、www.polar.com/ja/regulatory_informationでご確認いただけます。



タイヤつきゴミ箱にバツ印がされているマークが掲載してあるPolar製品は、European ParliamentのDirective 2012/19/EUおよびCouncilのWaste Electrical and Electronic Equipment (WEEE)が定める電気装置であることを示しています。Polar製品が使用する電池およびアキュムレータは、European ParliamentのDirective 2006/66/EC、またCouncil（2006年9月6日）に定めた「電池／アキュムレータと廃棄電池／廃棄アキュムレータ」に定められた規定内で製造された電池およびアキュムレータであることを示しています。これらの製品と電池／アキュムレータは、EU諸国では分けて廃棄する必要があります。

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

Polar Electro Oy は ISO 9001:2008
の承認会社です。

All rights reserved. Polar Electro Oyの許可なく本マニュアルの複写、転写は禁じられています。

本マニュアルあるいは本製品のパッケージに記載されている® マーク付きの名称およびロゴは、本製品がPolar Electro Oyの登録商標であることを意味します。

免責条項

本マニュアルの内容は情報目的で記載されています。顧客への通達なしで、製品を改良する可能性があります。また、各メーカーの商品開発が理由で、本マニュアルに記載されている製品と使用する製品が異なる場合があります。

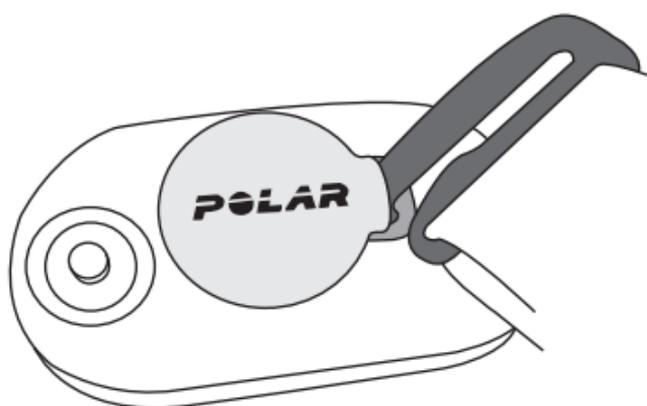
Polar Electro Inc. / Polar Electro Oyは、本マニュアルあるいは本書に記載されている製品の弁術あるいは保証をいたしません。

Polar Electro Inc. / Polar Electro Oyは、本マニュアルあるいは本書に記載されている製品の直接的/間接的あるいは事故による、結果的あるいは特別な行為による破損、故障は保証いたしません。

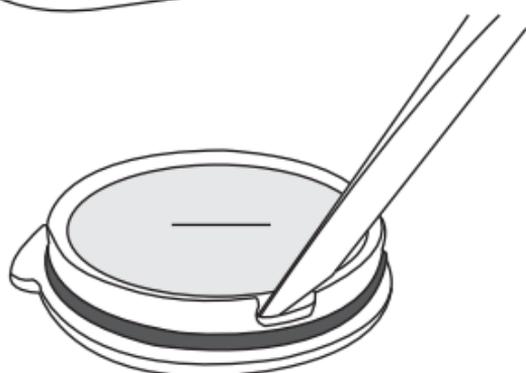
以下の特許書類は、Polar H1 および H2に関する特許書類です： FI23471、US D492999SS、EU0046107-002、EU0046107-003。さらに、以下の特許書類は、Polar H1 および H2に関する特許書類です： FI96380、EP0665947、US5611346、JP3568954、FI115084、EP1543769、US7418237。さらに、申請中の特許があります。

www.polar.com

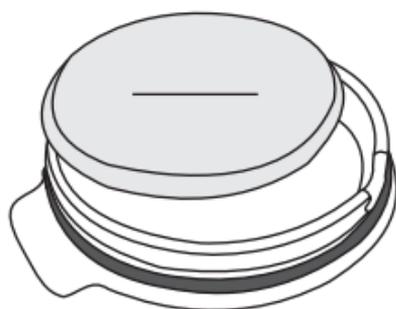
C1



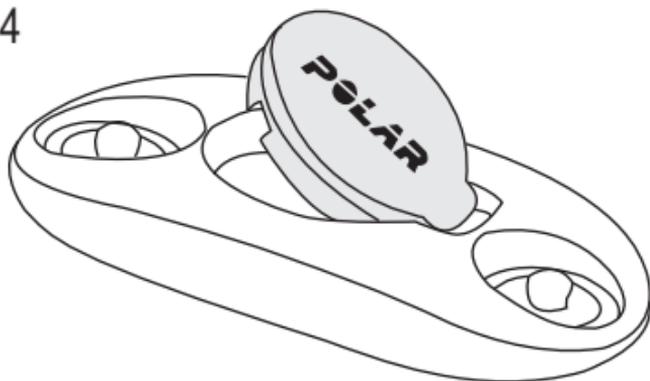
C2



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