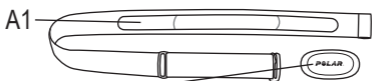


**Polar Soft Strap
Polar H1 Heart Rate Sensor
Polar H2 Heart Rate Sensor**

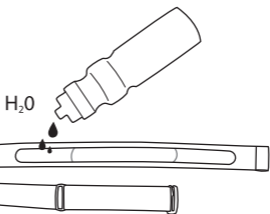
快捷使用指南

POLAR.
LISTENS TO YOUR BODY

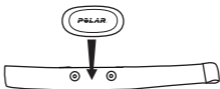


A2

B1



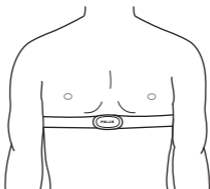
B2



B3



B4



中文

本用户手册包括 Polar Soft 胸带以及 Polar H1 和 H2 心律传感器的使用说明。心率传感器的型号印刷在连接器上。


本用户手册的最新版本可以在 www.polar.com/support 网站上下载。到 http://www.polar.com/en/support/video_tutorials 即可观看教学短片。

请遵照封面和封底的图片操作。

心率传感器零件

1. 胸带背面的塑料电极区域检测心率。图 A1.
2. 连接器发送心率信号至心率表。图 A2.

Polar 心率传感器可用于集体训练，之间没有相互干扰。

 采用 Polar 特定磁性数据传输技术的心率传感器（如 Polar H1 和 H2）可用于兼容的健身房设备。

佩戴心率传感器

1. 润湿胸带的电极区域。图 B1.
2. 将连接器连接到胸带上。图 B2.
3. 将胸带系到胸部略低于胸肌的位置，与另一端的挂钩扣在一起。图 B3.
4. 调整胸带长度至松紧适度。
5. 检查一下，湿润的电极区域是否紧贴着您的皮肤，连接器的 Polar 徽标竖直位于中间。图 B4.



每次用完，将连接器从胸带上拆下后都要用自来水清洗胸带。汗水和湿气会保持电极湿润并保持启动心率传感器。这会缩短电池寿命。

详细的清洗说明，请参见“心率传感器的维护”章节。

使用新的心率传感器

当您购买新的 Polar H2 心率传感器时，还需要配备心率表，才可以测试您的心率。有关如何使用心率传感器的说明，请参见《Polar 心率表用户手册》。

在水中使用心率传感器

Polar H1 及 Polar H2 心率传感器可以在水中配合心率表使用，这种情况下，心率表使用磁数据传输。请注意，海水和池水导电，电极可能会短路，阻碍心率传感器检测到 ECG 信号。

穿泳衣时将心率传感器粘附在泳衣里面，可获得最佳性能。

心率传感器的维护

心率传感器是一种高科技仪器，需要小心维护。遵照维护说明，可确保可靠的测量结果，还可以最大限度延长心率传感器的使用寿命。下列说明可以帮助您实施正确的操作。

连接器：每次用完，将连接器从胸带上拆下后，用柔软的毛巾擦干连接器。如果需要，使用温和的肥皂水清洗连接器。切勿使用酒精或者会磨损连接器的材料（例如，钢丝棉或者化学清洗剂）。

胸带：每次用完后，用自来水清洗，并且挂起来晾干。如果需要，使用温和的肥皂水轻柔地清洗胸带。不要使用被水浸泡过久的肥皂清洗，那样会在胸带上留有肥皂残屑。请勿浸泡、熨烫、干洗或漂白胸带。不要剧烈的拉伸或者弯曲胸带。

如果要尽可能延长心率传感器电池的使用寿命，请分开晾干并储存胸带和连接器。将心率传感器存放在干燥凉爽的地方。请勿将潮湿的心率传感器存放在不透气的物料中(例如，运动包)，以防止氧化。请勿将心率传感器长期直接暴露在太阳光线下面。



请检查胸带标签以查看是否可以机洗。切勿将胸带或连接器放在干衣机中！

维修

在两年保修期内，建议您仅从授权的 Polar 服务中心获得相应维修（更换电池除外）。对于并非 Polar Electro 授权的维修造成的损害或后果性损害，不在保修范围内。有关联系信息和所有 Polar 服务中心地址，请访问 www.polar.com/support 和国家/地区的指定网站。


更换电池

所有连接器都配备使用者可更换的电池。如要自行更换，请遵循下列指示，查看连接器上的标记以及用户手册封底的图片。

1. 可以使用胸带上的钩子撬开电池盖。图 C1.
2. 用一个适当大小的硬质短棒或小签（如牙签），打开电池盖，取出旧电池。最好使用非金属工具。小心不要损坏电池盖。图 C2.
3. 插入新电池（CR 2025），负极（-）朝上。图 C3.
4. 将电池盖凸出部分与连接器上的凹槽对齐，按下电池盖以复位。您会听到啪的一声。图 C4.

更换电池时，请确保密封环没有破损，如果破损，需要更换一个新才能确保连接器的防水性。

您可以从设备齐全的 Polar 零售商和授权的 Polar 服务中心购买密封环/电池元件。在美国和加拿大，授权的 Polar 服务中心还提供其他密封环。在美国，还可以从 www.shoppolar.com 上购买密封环/电池元件。

 避免儿童接触电池。如果误吞电池，请立即去医院治疗。应根据当地法规正确处置电池。

注意事项

有关过敏反应信息，请参见“技术规格”中所列的材料。将心率传感器佩戴在电极下潮湿衬衫的外面，可避免皮肤反应。



在潮湿和剧烈摩擦的共同作用下，可能导致心率传感器表面的黑颜色掉色，污染浅色衣服。如果您的皮肤上喷有香水或擦有驱虫药，必须确保这些物质不会接触到心率传感器。

技术规格

电池型号	CR 2025
电池密封环	O 型环，20.0 x 0.90，材料为硅树脂
Polar H1 电池寿命	1500 小时
Polar H2 电池寿命	800 小时
操作温度	14 °F 到 122 °F / -10 °C 到 +50 °C
连接器材料	ABS
胸带材料	38% 聚酰胺，29% 聚氨酯，20% 氨纶，13% 聚酯

Polar 心率感应器采用下列专利技术，其中包括：

- OwnCode®密码传输

Polar 全球有限保修

- 本保修并不影响国家或州现行适用法律赋予消费者的法定权利，也不影响消费者的销售/购买合同赋予其对经销商所拥有的权利。
- Polar 有限全球保修由 Polar Electro Inc. 发行，面向已在美国或加拿大购买本产品的消费者。Polar 有限全球保修由 Polar Electro Oy 发行，面向已在其他国家/地区购买本产品的消费者。
- Polar Electro Oy/Polar Electro Inc. 向本设备的最初消费者/购买者保证，自购买日起两（2）年内本产品在材料和工艺上无任何缺陷。
- 原始购买收据即是购买凭证！
- 本保修并不涵盖电池、正常磨损、由滥用、误用、事故或不遵守注意事项而造成的损害、不正确的维护、商业用途、破裂、损坏或刮伤的外箱/显示屏、袖标、弹性带和 Polar 服装。
- 本保修并不涵盖由本产品引起或与之相关的任何损害、损失、开支或费用，无论是直接的、间接的、附带的、后果性或特殊性的。
- 两（2）年保修并不适用于购买的二手物品，除非当地法律另有规定。
- 在保修期间，无论本产品是在哪个国家/地区购买的，均可在任何授权的 Polar 服务中心予以修理或更换。

任何产品的保修仅在最初销售该产品所处的国家/地区有效。



本产品符合 2014/53/EU 和 2011/65/EU 指令。相关的符合性声明和其他监管信息，可从以下网址找到：

www.polar.com/zh-hans/regulatory_information。



此打叉带轮垃圾桶标记表明 Polar 产品是电子设备，符合欧洲议会和欧盟理事会关于电子电气设备 (WEEE) 废弃物的指令 2012/19/EU，本产品使用的电池和蓄电池符合欧洲议会和欧盟理事会于 2006 年 9 月颁布的关于电池和蓄电池及废弃电池和蓄电池的指令 2006/66/EC。因此，Polar 产品中内含的这些产品及电池/蓄电池应在欧盟国家单独处理。

版权所有 © 2013 Polar Electro Oy, FI-90440
KEMPELE。

Polar Electro Oy 是经过 ISO 9001:2008 认证的公司。

保留所有权利。未经 Polar Electro Oy 的提前书面许可，不得以任何方式或任何手段使用或复制本手册的任何部分。本用户手册或本产品包装中带有 ® 符号的名称和标志是 Polar Electro Oy 的注册商标。

免责声明

本手册中的资料仅用于参考。由于生产商不断地研发，手册中描述的产品将有所变化，恕不另行通知。

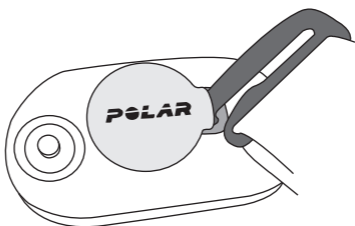
关于本手册或者此处描述的产品，Polar Electro Inc./Polar Electro Oy 不作任何陈述或保证。

对于由于使用本资料或此处描述的产品引起的，或与其相关的任何直接或间接、后果性或具体损坏、耗损、花费或开销，Polar Electro Inc./Polar Electro Oy 均不承担责任。

Polar H1 和 H2 心率传感器涵盖在以下专利文件内：
FI23471、US D492999SS、EU0046107-002、
EU0046107-003。同时 Polar H1 和 H2 还涵盖在以下专利文件内：
FI96380、EP0665947、US5611346、JP3568954、
FI115084、EP1543769、US7418237。其他专利待定。

www.polar.com。

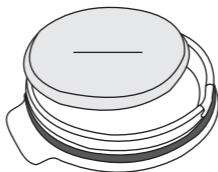
C1



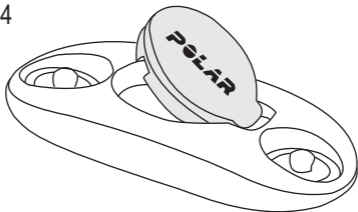
C2



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