

POLAR[®]
LISTENS TO YOUR BODY

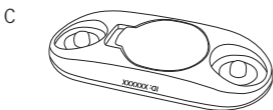
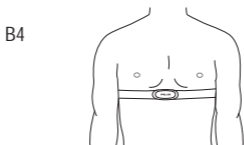
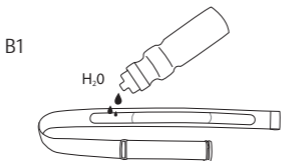
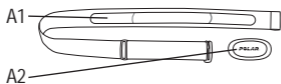
POLAR H6



User Manual
Gebrauchsanleitung
Manuel d'Utilisation
Manuale d'uso
Gebruiksaanwijzing
Manual del Usuario
Manual do utilizador
Brugervejledning
Käyttöohje
Brukerveiledning
Bruksanvisning
使用説明書
快捷使用指南
快捷使用指南

Model:X9

 **Bluetooth**[®]
SMART



ID:

.....

H6-sykesensori

Tämä käyttöohje sisältää Polar H6 -sykesensorin ohjeet.

Tämän käyttöohjeen uusin versio on ladattavissa osoitteesta www.polar.com/fi/tuki.

Rekisteröimällä Polar-tuotteesi osoitteessa <http://register.polar.fi> varmistat, että voimme kehittää tuotteitamme ja palvelujamme siten, että ne vastaavat paremmin tarpeitasi.

Noudata etukannesta löytyviä kuvallisia ohjeita.

Sykesensorin osat

1. Kiinnitysvyön kääntöpuolella olevat muoviset **elektrodipinnat** mittaavat sykettä. Kuva A1.
2. **Lähetinyksikkö** lähettää sykesignaalin vastaanottavalle laitteelle. Kuva A2.

Polar H6 -sykesensorin avulla ryhmäharjoittelu on mahdollista ilman muiden sykesensoreiden aiheuttamia häiriöitä.

Sykesensorin käyttö

1. Kostuta kiinnitysvyön elektrodipinnat. Kuva B1.
2. Kiinnitä lähetinyksikkö kiinnitysvyöhön. Kuva B2.
3. Kiedo kiinnitysvyö rintakehäsi ympärille rintalihasten alapuolelle ja kiinnitä koukku vyön toiseen päähän. Kuva B3.
4. Säädä kiinnitysvyön pituus niin, että vyö istuu napakasti, muttei tunnu ahdistavalta.
5. Tarkista, että kostutetut elektrodipinnat ovat tiiviisti ihoasi vasten ja että lähetinyksikön Polar-logo on rintakehäsi keskellä oikeinpäin. Kuva B4.

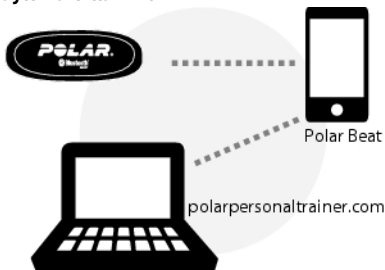


Irrota lähetinyksikkö kiinnitysvyöstä ja huuhtele kiinnitysvyö juoksevan veden alla jokaisen käyttökerran jälkeen. Lähettimen elektrodeissa oleva hiki ja kosteus saattavat pitää sykesensorin aktiivisena. Tämä lyhentää pariston käyttöikää.

Katso yksityiskohtaiset pesuohjeet osiosta Sykesensorista huolehtiminen tai osoitteesta www.polar.com/fi/tuki.

Kirjoita sykesensoriisi painettu laitteen tunnus etukannessa olevaan tilaan. Kuva C.

Käytön aloittaminen



Polar H6 -sykesensori on yhteensopiva *Bluetooth*® smart ready -laitteiden kanssa, jotka tukevat sykkeenmittausta. Syketietojen tarkastelu vastaanottavalla laitteella (esim. älypuhelimella) vaatii erillisen sovelluksen. Suosittelemme Polar Beat -sovelluksen käyttöä, mutta myös muiden sovellusten käyttö on mahdollista. Jos sinulla on polarpersonaltrainer.com-tili, Polar Beat synkronoi harjoitustiedostosi siihen automaattisesti. Kun käynnistät Polar Beat -sovelluksen, sinun on kirjaututtava polarpersonaltrainer.com-tilillesi, jotta automaattinen synkronointi toimii.

Kun käytät Polar H6 -sykesensoria ensimmäisen kerran, sinun on liitettävä sykesensori vastaanottavaan laitteeseen. Sykesensorin on oltava käytössä liitännän aikana. Katso liitääntä koskevat lisätiedot mobiilisovelluksen valmistajan ohjeista.

Jotta voit olla varma, että Polar H6 -sykesensorin kantama riittää saavuttamaan vastaanottavan laitteen, pidä laitetta etupuolellasi. Hyviä vaihtoehtoja ovat etutasku tai kiinnittäminen vyölle. Älä pidä vastaanottavaa laitetta selkäpuolellasi (esim. takataskussa tai repussa).

Sykesensorin käyttö vedessä

Polar H6 -sykesensori on vesitiivis, mutta langaton *Bluetooth*[®]-teknologia ei toimi vedessä.

Sykesensorista huolehtiminen

Sykesensori on korkean teknologian tuote, jonka käyttöikää voit pidentää huolellisella käsittelyllä. Hoito-ohjeiden noudattaminen takaa luotettavan mittauksen ja pidentää sykesensorin käyttöikää. Noudattamalla seuraavia ohjeita voit varmistaa, että tuotetta käsitellään takuehtojen mukaisesti.

Lähetinyksikkö: Irrota lähetinyksikkö kiinnitysvyöstä ja kuivaa lähetinyksikkö pehmeällä pyyhkeellä jokaisen käyttökerran jälkeen. Puhdista lähetinyksikkö tarvittaessa miedolla saippualliuoksella. Älä koskaan käytä alkoholia, puhdistuskemikaaleja tai hankaavaa materiaalia, kuten teräsvillaa.

Kiinnitysvyö: Huuhtelee kiinnitysvyö juoksevan veden alla jokaisen käyttökerran jälkeen ja ripusta se kuivumaan. Puhdista kiinnitysvyö varovasti miedolla saippualliuoksella tarvittaessa. Älä käytä kosteuttavaa saippuaa, sillä se voi jättää jäämiä kiinnitysvyöhön. Älä liota, silitä, kuivapese tai valkaise kiinnitysvyötä. Älä venytä tai taivuta elektrodipintoja jyrkästi.

Kuivaa ja säilytä kiinnitysvyö sekä lähetinyksikkö erillään, niin sykesensorin paristo kestää mahdollisimman pitkään.

Säilytä sykesensori kuivassa ja viileässä paikassa. Älä pakkaa sykesensoria märkänä tiiviiseen materiaaliin, kuten urheilukassiin, jotta kiinnitysnepparit eivät hapettuisi. Älä altista sykesensoria suoralle auringonpaisteelle pitkäksi aikaa.



Katso kiinnitysvyön pesumerkinnöistä, onko se konepestävä. Älä koskaan laita kiinnitysvyötä tai lähetinyksikköä kuivausrumpuun!

Paristot

Sykesensorin pariston varaustaso näkyy vastaanottavassa laitteessa, jos se tukee *Bluetooth*[®]-paristopalvelua.

Lähetinyksikössä on käyttäjän vaihdettavissa oleva paristo. Voit vaihtaa pariston itse alla olevien ohjeiden mukaisesti. Katso lähetinyksikön merkinnät ja kuvat tämän käyttöohjeen takakannesta.

1. Nosta paristokotelon kansi auki kiinnitysvyön kiinnittimellä. Kuva D1.
2. Irrota vanha paristo paristokotelosta käyttämällä sopivan pientä ja taipumatonta esinettä, esim. hammastikkua. Suosittelemme käyttämään ei-metallista esinettä. Ole varovainen, ettet vaurioita paristokotelon kantta. Kuva D2.
3. Aseta paristokoteloon uusi paristo (CR 2025) negatiivinen (-) puoli ylöspäin. Kuva D3.
4. Aseta paristokotelon kannen kieleke kohdakkain lähetinyksikön uran kanssa ja paina paristokotelon kansi takaisin paikalleen. Kuulet napsahduksen tämän merkiksi. Kuva D4.

Kun vaihdat paristoa, varmista, ettei tiivisterengas ole vahingoittunut. Jos tiivisterengas vahingoittuu, se on vaihdettava uuteen lähetinyksikön vesitiiviiden takaamiseksi. Ohjevideoita paristojen vaihtamisesta on osoitteessa www.polar.com/en/polar_community/videos.

Tiivisterenkaita ja paristoja voi ostaa hyvin varustelluilta Polar-jälleenmyyjiltä ja valtuutetuista Polar-huoltopisteistä. Yhdysvalloissa ja Kanadassa tiivisterenkaita on saatavissa Polarin valtuuttamissa huoltopisteissä. Yhdysvalloissa tiivisterenkaita/paristosarjoja voi hankkia myös osoitteesta www.shoppolar.com. Hae oman maasi shoppolar-verkkokauppa osoitteesta www.polar.com.



Pidä paristot poissa lasten ulottuvilta. Jos paristo niellään, ota välittömästi yhteyttä lääkäriin. Paristot tulee hävittää paikallisten säästöjen mukaisesti.



Varoitus: Pariston korvaaminen väärällä paristotyypillä voi aiheuttaa räjähdysvaaran. Hävitä paristot ohjeiden mukaan.

Huolto

Suosittelimme, että kahden vuoden takuuajana tuotteen huollot paristonvaihtoa lukuun ottamatta suoritetaan vain Polar Electro Oy:n omassa tai sen valtuuttamassa huollossa. Takuu ei kata sellaisen huollon aiheuttamia suoria tai välillisiä vahinkoja, jota Polar Electro ei ole valtuuttanut. Löydät yhteystiedot ja kaikkien Polar-huoltopisteiden osoitteet verkkosivustoltamme www.polar.com/fi/tuki ja maakohtaisilta verkkosivuilta.

Huomioitavaa

Jos epäilet allergista reaktiota tuotteen käytöstä johtuen, tarkista tuotteessa käytetyt materiaalit kappaleesta Tekniset tiedot. Voit välttää sykesensorin aiheuttamia ihoreaktioita käyttämällä sitä elektrodien alta kostutetun paidan päällä.



Kosteus ja voimakas hankaus saattavat irrottaa mustaa väriä sykesensorin pinnasta, mikä voi värjätä vaaleita vaatteita. Jos käytät hajuvettä tai hyttyskarkotetta, varmista, että aine ei pääse kosketukseen sykesensorin kanssa.

Tekniset tiedot

Paristotyyppi	CR 2025
Paristokannen tiivisterengas	O-rengas 20,0 x 0,90 Materiaali Silikoni
Pariston käyttöikä	300 h
Toimintalämpötila	-10 °C – +50 °C
Lähetinyksikön materiaali	ABS
Kiinnitysvyön materiaalit	38 % polyamidi, 29 % polyuretaani, 20 % elastaani, 13 % polyesteri

Kansainvälinen Polar-takuu

- Tämä takuu ei vaikuta kuluttajan voimassa olevien asianmukaisten kansallisten lakien mukaisiin oikeuksiin, eikä osto- tai kauppasopimukseen perustuviin kuluttajan oikeuksiin myyjään nähden.
- Tämä kansainvälinen Polar-takuu on Polar Electro Inc:n myöntämä kuluttajille, jotka ovat hankkineet tämän tuotteen USA:sta tai Kanadasta. Tämä kansainvälinen Polar-takuu on Polar Electro Oy:n myöntämä kuluttajille, jotka ovat hankkineet tämän tuotteen muista maista kuin USA:sta tai Kanadasta.
- Polar Electro Oy/Polar Electro Inc. myöntää tämän tuotteen alkuperäiselle kuluttajalle/ostajalle kahden (2) vuoden takuun ostopäivästä lukien.
- **Ostokuitti toimii tositteena tuotteen ostamisesta!**

- Takuu ei korvaa paristoa, elastista kiinnitysvyötä, käsivarsinauhaa, Polar-vaatetta, normaalia kulumista eikä vahinkoa, joka on aiheutunut tuotteen väärinkäytöstä, onnettomuuksista, valmistajan antamien ohjeiden laiminlyönnistä, sopimattomasta säilyttämisestä, kaupallisesta käytöstä tai haljenneesta, rikkoutuneesta tai naarmuuntuneesta pakkauksesta/näytöstä.
- Takuu ei kata mitään vahinkoja, menetyksiä, kuluja tai maksuja, suoria, epäsuoria tai satunnaisia, välillisiä tai erityisiä, jotka saavat alkunsa tuotteesta tai voidaan yhdistää tuotteeseen.
- Kahden (2) vuoden takuu ei koske käytettyinä ostettuja tuotteita, ellei paikallinen lainsäädäntö muuta määrää.
- Takuuajana viallinen tuote joko korjataan tai vaihdetaan uuteen valtuutetussa Polar-huoltopisteessä riippumatta siitä, mistä maasta tuote on ostettu.

Tuotteiden takuu on voimassa vain niissä maissa, joissa tuotetta on alunperin markkinoitu.



Tämä tuote on direktiivien 1999/5/EC ja 2011/65/EU mukainen. Asiaankuuluva

Vaatimustenmukaisuusvakuutus on luettavissa osoitteessa www.polar.fi/fi/tuki.



Tämä pyörillä varustetun jäteastian kuva, jonka yli on vedetty rasti, tarkoittaa, että Polar-tuotteet ovat elektronisia laitteita ja kuuluvat Euroopan parlamentin ja neuvoston sähkölaitteiden ja elektronisten laitteiden jätteidenkäsittelyä (WEEE) koskevan direktiivin 2002/96/EY piiriin. Tuotteissa käytetyt paristot ja akut kuuluvat Euroopan parlamentin ja neuvoston 6. syyskuuta 2006 antaman akkuja ja paristoja sekä käytettyjä akkuja ja paristoja koskevan direktiivin 2006/66/EY piiriin. Määräysten mukaan nämä Polar-tuotteet ja niissä olevat paristot/akut on EU-maissa hävitettävä erikseen.

Bluetooth QD ID: B020125

Copyright 2016 Polar Electro Oy, 90440 KEMPELE, Suomi.

Polar Electro Oy on ISO 9001:2008 -sertifioitu yritys.

Kaikki oikeudet pidätetään. Tämän käyttöohjeen mitään osaa ei saa käyttää tai jäljentää missään muodossa tai millään tavoin ilman Polar Electro Oy:n ennalta myöntämää kirjallista lupaa.

Tässä käyttöohjeessa tai tuotteen pakkauksessa ™-symbolilla merkityt nimet ja logot ovat Polar Electro Oy:n tavaramerkkejä. Tässä käyttöohjeessa tai tuotteen pakkauksessa ®-symbolilla merkityt nimet ja logot ovat Polar Electro Oy:n rekisteröityjä tavaramerkkejä. Bluetooth®-nimi ja logot ovat Bluetooth SIG, Inc.:n omistamia rekisteröityjä tavaramerkkejä, joita Polar Electro Oy käyttää vain käyttöoikeussopimusten mukaisesti.

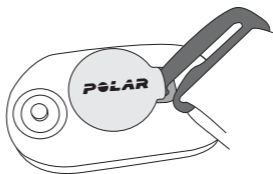
Vastuunrajoitus

Polar Electro Inc./Polar Electro Oy sanoutuu irti kaikesta vastuuvollisuudesta, joka liittyy Polar-tuotteiden luomaa tietoa käyttävien kolmansien osapuolten tuotteisiin tai palveluihin, tai saa alkunsa niistä. Polar Electro Inc./Polar Electro Oy sanoutuu irti kaikesta vastuuvollisuudesta, joka liittyy kolmansien osapuolten tuotteiden tai palveluiden toimintaan/toimimattomuuteen, niiden yhteentoimivuuteen Polar-tuotteiden kanssa, niiden turvallisuuteen, tai saa alkunsa niistä, sekä kaikesta muusta kolmansien osapuolten tuotteisiin tai palveluihin liittyvästä tai niistä alkunsa saavasta vastuuvollisuudesta. Polar Electro Inc./Polar Electro Oy ei ole velvollinen korvaamaan mitään tiedonsiirrosta aiheutuvia kuluja tai muita maksuja, jotka aiheutuvat tämän Polar-tuotteen käytöstä tai liittyvät siihen.

Tämä tuote on suojattu Polar Electro Oy:n seuraavissa asiakirjoissa määritetyillä immateriaalioikeuksilla: US6584344.

www.polar.com

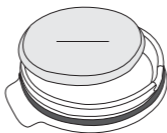
D1



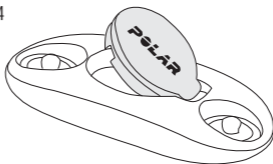
D2



D3



D4



Find product support



http://www.polar.com/en/support/H6_heart_rate_sensor



Manufactured by

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