

**POLAR**<sup>®</sup>  
LISTENS TO YOUR BODY

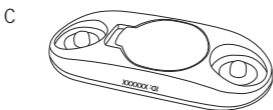
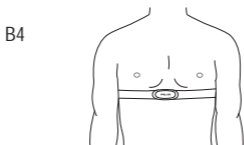
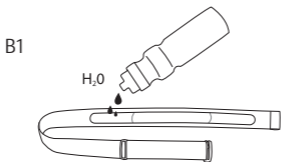
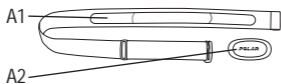
# POLAR H6



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**<sup>®</sup>  
SMART



**ID:**

.....

## H6 心率傳感器

本用戶手冊包含 Polar H6 心率傳感器說明。

本用戶手冊最新版本可從  
[www.polar.com/support](http://www.polar.com/support) 下載。

請在 <http://register.polar.fi> 上註冊您的 Polar 產品，協助我們持續提高產品和服務，有效滿足您的需求。

請參照封面圖片。


### 心率傳感器零件

1. 位於胸帶背面的塑膠電極區域會偵測心率。圖 A1.
2. 連接器傳送心率訊號到接收裝置。圖 A2.

即使在集體訓練時，Polar H6 心率傳感器亦不會受到其他心率傳感器的干擾。

## 佩戴心率傳感器

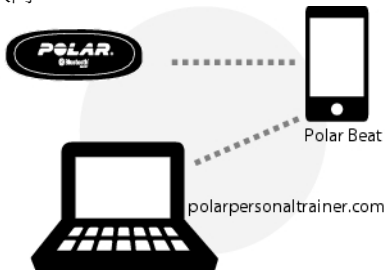
1. 弄濕胸帶的電極區。圖 B1.
2. 連接連接器到胸帶。圖 B2.
3. 將胸帶在胸肌的正下方繞胸一圈束上，然後將扣鈕扣到束帶的另一端。圖 B3.
4. 調節胸帶長度，使胸帶能夠舒服地繫緊。
5. 確保濕潤的電極區緊貼您的皮膚，讓連接器的 Polar 標誌位於中央，頂端朝上。圖 B4.

 每次使用後，從胸帶上解開連接器，並在每次使用後用清水沖洗。汗水和濕氣會保持電極濕潤和使心率傳感器維持著啟動狀態。這會縮短電池壽命。

請參閱〈心率傳感器保養〉一節或 [polar.com/support](http://polar.com/support)，瞭解清洗說明。

將印刷在心率傳感器上的設備 ID，寫入前蓋的空白里。圖 C.

## 入門



Polar H6 心率傳感器與支援心率服務的 Bluetooth® smart ready 裝置相容。需要獨立的應用程式以檢視接收裝置上的心率資料（如智慧型手機）。我們建議您使用 Polar Beat 應用程式，當然您還是可以使用其他應用程式。如果您擁有 polarpersonaltrainer.com 帳戶，Polar Beat 會自動將您的訓練檔案與帳戶同步。請注意，如果想要啟動 Polar Beat 進行自動同步工作，您必須登錄 polarpersonaltrainer.com 帳戶。

第一次使用 Polar H6 時，您需要配對心率傳感器與接收裝置。配對期間，您必須佩戴心率傳感器。有關配對的更多資訊，請參閱行動應用程式製造商的說明。

要確保從 Polar H6 心率傳感器至接收裝置間有足夠的傳輸範圍，請將裝置置於您的前面。最佳的位置是前口袋或固定在皮帶上。不要將接收裝置配戴在背後（如背袋或後背包）。

## 在水中使用心率傳感器

Polar H6 心率傳感器具有防水功能，但是 Bluetooth® 無線技術在水中無法作用。

## 心率傳感器保養

心率傳感器是高科技設備，應小心處理。 遵循保養說明，可確保穩定的測量並大幅延長心率傳感器的使用壽命。 遵循說明可確保您能充份達到保用要求的責任。

**連接器：** 每次使用後將連接器從胸帶卸下，並使用軟毛巾擦乾連接器。 需要時，使用溫和肥皂和水溶液清洗連接器。 請勿使用酒精或任何研磨材料（如鋼絲絨或化學清潔劑）。

**胸帶：** 每次使用後，請在水龍頭下清洗胸帶並晾乾。 需要時，使用溫和肥皂和水溶液輕輕清洗胸帶。 不要使用濕潤的肥皂，因為可能殘留在胸帶上。 請勿浸泡、熨燙、乾洗或漂白胸帶。 不要伸展胸帶或大幅彎折電極區。

晾乾並分開存放胸帶和連接器，可大幅延長心率傳感器電池壽命。 請將心率傳感器放置在陰涼乾燥的地方。 不要將心率傳感器存放在不透氣的材料中，如運動袋，以避免快速產生氧化。 不要長時間將心率傳感器直接暴露在陽光下。



檢查胸帶上的標籤，確認它是否可以機洗。 請勿將胸帶或連接器放入乾衣器中！

## 電池

如果接收裝置支援 Bluetooth® 電池服務，則接收裝置上會顯示心率傳感器電池電量。

另外，連接器的電池可以更換。要自行更換電池，請遵循以下說明，並參閱連接器和此使用者手冊封底圖。

1. 利用胸帶上的夾子撬開電池蓋。圖 D1。
2. 使用大小合適、質地堅硬的杆或棒，如牙籤，將舊電池從電池蓋中取出。較適合選用非金屬工具。請小心勿損壞電池蓋。圖 D2。
3. 將新電池 (CR 2025) 插入電池蓋中，並使負極 (-) 側面朝上。圖 D3。
4. 將電池蓋的凸緣與連接器的插槽對準，推按電池蓋安裝就位。您應該聽到喀擦一聲。圖 D4。

更換電池時，請確保密封環沒有破損，如果破損，應該更換一個新的，以確保連接器的防水功能。

有關如何更換電池的影片，請登錄

[www.polar.com/en/polar\\_community/videos](http://www.polar.com/en/polar_community/videos) 查看。

您可以從設備齊全的 Polar 零售商和授權的 Polar 服務中心，購買密封環/電池元件。在美國和加拿大，Polar 服務中心還提供其他密封環。在美國，還可以從 [www.shoppolar.com](http://www.shoppolar.com) 上購買密封環/電池套裝。請至 [www.polar.com](http://www.polar.com) 搜尋您所在國家/地區的 shoppolar 線上商店。



請將電池遠離孩童可及之處。如果誤吞電池，請盡速就醫。應遵照當地法規，棄置電池。



小心：如果更換的電池類型不正確，會存在爆炸的風險。請按照說明棄置電池。

## 維修

在兩年保修期內，建議您僅從授權的 Polar 服務中心，獲得相應服務（更換電池除外）。此保修對於非 Polar Electro 授權的維修造成的損害或後果性損害，概不負責。如需聯絡資訊和所有 Polar 維修中心地址，請前往 [www.polar.com/support](http://www.polar.com/support) 和各國網站。

## 注意事項

如需過敏資訊，請參閱〈技術規格〉所列的材料。可弄濕在電極下的汗衫並把心率傳感器佩帶在上面，避免皮膚產生過敏反應。



潮濕和強力摩擦的雙重影響可能會導致心率傳感器表面顏色脫落，可能會沾染淺色衣物。如果在皮膚上噴灑香水或驅蟲劑，您必須確保不會與心率傳感器接觸。



## 技術規格

電池型號	CR 2025
電池密封環	O 型環，20.0 x 0.90，材料為矽樹脂
電池壽命	300 h
操作溫度	-10 °C 到 +50 °C/ 14 °F 到 122 °F
連接器物料	ABS
胸帶材料	38% 聚醯胺纖維、29% 聚氨酯、20% 彈性纖維、13% 聚酯纖維

## Polar 全有限球保修

- 本保修並不影響國家或州現行適用法律賦予消費者的法定權利，也不影響消費者的銷售/購買合約賦予其對經銷商所擁有的權利。
- Polar 全球有限保修由 Polar Electro Inc. 發行，適用於在美國或加拿大購買本產品的消費者。Polar 全球有限保修由 Polar Electro Oy 發行，適用於在其他國家/地區購買本產品的消費者。
- Polar Electro Oy/Polar Electro Inc. 提供本設備的原始消費者/購買者保固，自購買日期起兩 (2) 年內本產品在材料和製作上無任何瑕疵。
- 購買收據正本即是購買憑證！
- 本保修並不包含電池、正常磨損、因為濫用、誤用、事故或不遵守注意事項而造成的損害、不正確的維護、商業用途、破裂、損壞或刮傷的外箱/顯示螢幕、袖帶、彈性帶和 Polar 服裝。
- 本保修不包含因本產品所導致或相關的任何損害、損失、開支或費用，無論是直接、間接、附帶、後果性或特殊性。

- 兩 (2) 年保固並不適用於購買的二手物品，除非當地法律另有規定。
- 在保固期間，無論本產品是在哪個國家/地區購買，均可在任何授權的 Polar 服務中心進行修理或更換。

任何產品的保固僅在最初銷售該產品的國家/地區有效。



本產品符合 1999/5/EC 和 2011/65/EU 法令。可在 [www.polar.com/support](http://www.polar.com/support) 上找到相關的符合性聲明。



此帶叉和輪的垃圾桶標示，代表 Polar 產品是電子設備，符合歐洲議會和歐盟理事會的電子電氣設備 (WEEE) 廢棄物的法令 2002/96/EC。本產品使用的電池和蓄電池符合歐洲議會和歐盟理事會於 2006 年 9 月 6 日頒佈的電池和蓄電池及廢棄電池和蓄電池的法令 2006/66/EC。因此，Polar 產品中內含的這些產品及電池/蓄電池應在歐盟國家單獨處理。

藍牙 QD ID：B020125

版權所有 2016 Polar Electro Oy, FI-90440 KEMPELE, Finland。

Polar Electro Oy 是經過 ISO 9001:2008 認證的公司。

保留所有權利。事先若未獲 Polar Electro Oy 書面許可，不得以任何形式或任何方式使用或複製本手冊任何部分。本使用者手冊或本產品包裝中帶有 ™ 符號的名稱和標誌是 Polar Electro Oy 的商標。在使用者手冊中或產品包裝中以 ® 符號標示的名稱和標誌是 Polar Electro Oy 的註冊商標。Bluetooth® 文字標示和標誌是 Bluetooth SIG, Inc. 所有的註冊商標，Polar Electro Oy 授權合法使用該商標。

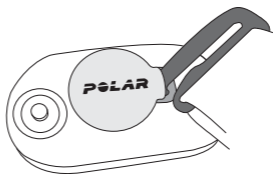
## 免責聲明

Polar Electro Inc./Polar Electro Oy 對於與使用 Polar 產品產生資料的第三方產品或服務相關或因其衍生的任何責任，概不負責。Polar Electro Inc./Polar Electro Oy 對於與協力廠商產品或服務的功能/製造、其與 Polar 產品的互通性、協力廠商產品或服務的安全性相關或因其衍生的任何責任，以及與協力廠商產品或服務相關或衍生的任何其他責任，概不負責。Polar Electro Inc./Polar Electro Oy 對任何資料傳輸費用或任何因使用 Polar 產品或與 Polar 產品相關的任何其他費用，概不負責。

此產品受到以下檔定義的 Polar Electro Oy 無形財產權的保障：US6584344。

[www.polar.com](http://www.polar.com)

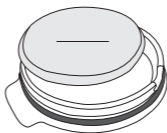
D1



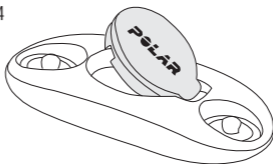
D2



D3



D4



Find product support



[http://www.polar.com/en/support/H6\\_heart\\_rate\\_sensor](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](http://www.polar.com)