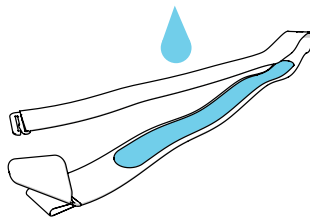


Polar H7

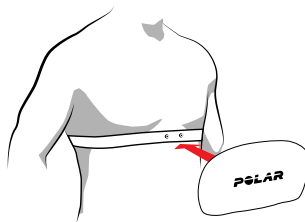
入门指南



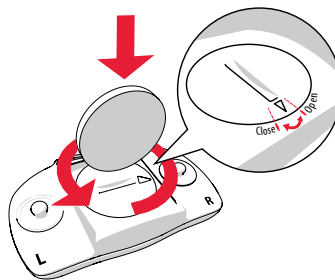
1.



2.



3.



Find product support



http://www.polar.com/en/support/H7_heart_rate_sensor

Compatible with



Manufactured by

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

简体中文

感谢您选择 Polar! 在本指南中, 我们会带您了解 H7 的基本使用方式, 您可以选择各式各样的训练, 甚至游泳。

您可以访问 polar.com/support 下载完整的用户手册和本指南的最新版本。如需更多帮助, 请访问 polar.com/en/polar_community/videos, 这里有您可能想看的许多很棒的视频教程。

戴上心率传感器

1. 湿润胸带的电极区域 (图 1)。
2. 将胸带缠绕在胸部周围并夹紧, 调整胸带使其紧密贴合。
3. 接上传感器 (图 2)。



训练结束后, 断开传感器并使用自来水冲洗胸带以保持清洁。

入门

您可将 Polar H7 与包括 Polar Beat 在内的众多领先的训练应用程序, 以及许多 Polar 产品和健身设备一起使用。Polar H7 兼容许多智能手机, 例如 iPhone 4S 及更高版本和选定的安卓设备。请访问 polar.com/support 查看所有兼容产品和设备。

要使用 H7 开始训练, 请先将其与应用程序或 Polar 产品配对。更多详细说明, 请参阅应用程序生产商手册或您的 Polar 产品用户指南。

请注意, H7 发送的心率信号不穿过人体。因此, 您不应将接收设备放在背包里, 而应放在其他地方, 例如放在您的前方。

维护您的心率传感器

传感器: 每次使用后请将传感器从胸带上取下, 并用软毛巾擦干。如有需要, 请使用温和的肥皂和水进行清洗。

胸带: 每次使用后, 用自来水进行清洗。请定期清洗。仔细阅读胸带标签上的详细清洗说明。

更多详细的维护说明, 请访问 polar.com/support 查看完整的用户手册。

更换电池非常容易

1. 使用硬币将电池盖逆时针旋转至开启位置即可打开 (图 3)。
2. 将电池 (CR2025) 正极 (+) 侧朝向电池槽插入其中。确保密封圈位于凹槽中以确保防水性。
3. 将电池盖压入至传感器中。
4. 使用硬币顺时针转动电池盖至关闭位置。

更多详细说明, 请访问 polar.com/support 查看完整的用户手册。



为安全起见, 请确保您使用正确的电池。

材料

传感器	聚酰胺
胸带	38% 聚酰胺, 29% 聚氨酯, 20% 氨纶, 13% 聚酯纤维