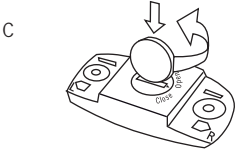
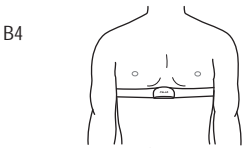
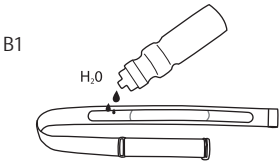
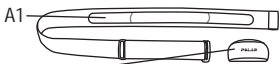


# Polar H7 Heart Rate Sensor



中文用户手册

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



## Polar H7 心率传感器

本用户手册包含 Polar H7 心率传感器说明。

本用户手册最新版本可从  
[www.polar.com/support](http://www.polar.com/support) 下载。到  
[www.polar.com/en/support/video\\_tutorials](http://www.polar.com/en/support/video_tutorials)  
即可观看教学短片。

请在 <http://register.polar.fi> 上注册您的  
Polar 产品，确保我们可以不断提高产品和服务，  
更好地满足您的需求。

请参照封面图片。


### 心率传感器部件

1. 胸带反面的塑料电极区监测心率。图 A1.
2. 连接器向接收设备发送心率信号。图 A2.

Polar H7 心率传感器允许团体训练，而不会受到  
其他心率传感器的干扰。

## 佩戴心率传感器

1. 弄湿胸带的电极区。图 B1.
2. 将连接器连接到胸带上。图 B2.
3. 调节胸带长度，使胸带能够舒服地系紧。
4. 将胸带绕过胸部，恰好位于胸部肌肉下方，将挂钩固定至胸带另一端。图 B3.
5. 确保湿润的电极区紧贴您的皮肤，让连接器的 Polar 图标位于中央，顶端朝上。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。

详细清洗说明见“心率传感器保养”章节或访问 [www.polar.com/support](http://www.polar.com/support)。

## 入门



Polar H7 心率传感器与支持心率服务的 Bluetooth® smart ready 设备兼容。但您需要单独的应用程序才能在接收设备（举例，智能手机）上查看心率数据。推荐使用 Polar Beat 应用程序，但也可使用其他应用程序。如果您有 [polarpersonaltrainer.com](http://polarpersonaltrainer.com) 账户，Polar Beat 可将您的训练文件自动同步至账户。请注意，当启动 Polar Beat 用于进行同步时您必须登录至您的 [polarpersonaltrainer.com](http://polarpersonaltrainer.com) 账户。

当首次使用 Polar H7 时，需将心率传感器与接收设备配对。有关配对的更多信息，请参阅移动应用程序制造商的说明。

Polar H7 心率传感器同时兼容采用 GymLink 技术的 Polar 心率表。有关更多信息，请访问 [www.polar.com/support](http://www.polar.com/support)。

为确保接收设备位于 Polar H7 心率传感器的传输范围内，请将该装置放于体前。放在前方口袋中或固定在腰带上都可以。请勿将接收设备放在背后（例如，背部口袋或背包中）。

## 在水中使用心率传感器

Polar H7 心率传感器防水。GymLink 技术可用于水中的活动，但 Bluetooth® 无线技术在水中则不能使用。请注意，海水和池水导电性非常好，电极可能出现短路，从而阻止心率表传感器检测到 ECG 信号。

穿着游泳衣时，将心率传感器置于游泳衣下能发挥最佳性能。

## 心率传感器保养

心率传感器是高科技仪器，应细心保养。遵守保养说明可以保证测量稳定，并可以尽量延长心率传感器寿命。以下说明将帮助您履行保修条款。

**连接器：** 每次使用后，从胸带上解下连接器，并使用软毛巾擦干连接器。根据需要，使用中性肥皂水溶液清洁连接器。请勿使用酒精或任何粗糙材料（例如，钢丝绒或化学清洗剂）。

**胸带：** 每次使用后，使用自来水冲洗，然后悬挂晾干。根据需要，使用中性肥皂水溶液轻轻地清洗胸带。请勿使用滋润肥皂，因为会残留在胸带上。请勿浸泡、熨烫、干洗或漂白胸带。请勿猛烈拉伸胸带或弯折电极区。

将胸带和连接器分别干燥、存放，以尽量延长心率传感器寿命。将心率传感器置于凉爽、干燥的地方。请勿将湿的心率传感器存放在不透气材料中，如运动包中，以防止快速氧化。请勿让心率表长时间暴露在阳光直射下。



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！

## 电池

接收设备上会显示心率传感器电池电量。

所有连接器都可以由用户更换电池。自行更换电池，请遵照以下说明，并参见连接器标记和本用户手册封面图 C。

1. 用一枚硬币将电池盖逆时针旋转到 OPEN，将其打开。
2. 在盖内插入电池 (CR 2025)，正极 (+) 朝向盖一侧。请确保密封环位于凹槽中以保证防水性。
3. 将电池盖重新按压到连接器上。
4. 用硬币将电池盖顺时针旋转到 CLOSE。

更换电池时，请确保密封环没有破损，如果破损，应该更换一个新的。

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。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](http://www.shoppolar.com) 上购买密封环/电池套装。



使电池远离儿童。如果误吞电池，请立即去医院治疗。废弃电池应根据当地法规处理。



小心：如果更换的电池类型不正确，可能发生爆炸。请按照说明处理电池。

### 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](http://www.polar.com/support) 和具体国家的网站。

### 注意事项

有关过敏信息，请参见“技术规格”中列出的材料。避免皮肤过敏可将心率传感器戴在衬衫外面，请弄湿电极下面的衬衫。



在湿润和强烈磨损的共同影响下，可能会导致心率传感器的表面掉落黑色物质，这可能会使浅色衣服染上颜色。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 1.0， 材料为 FPM
电池寿命	200 小时
操作温度	14 °F 至 122 °F/ -10 °C 至 +50 °C
连接器材料	聚酰胺
胸带材料	38% 聚酰胺、29% 聚氨酯、20% 氨纶、13% 聚酯

Polar H7 心率传感器应用以下专利技术：

- OwnCode® 密码传输等

## 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. 向本设备的原始消费者/购买者保证，自购买日期起两（2）年内本产品在材料和工艺上无任何缺陷。
- 购买收据正本即是购买凭证！
- 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、损坏或刮伤的外壳/显示屏、袖标、弹性带和 Polar 覆盖物。
- 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](http://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 2002/96/EC，本产品使用的电池和蓄能器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 © 2016 Polar Electro Oy, FI-90440  
KEMPELE, Finland。

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 TM 符号的名称和徽标是 Polar Electro Oy 的商标。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。

Bluetooth® 字样和标志是 Bluetooth SIG, Inc 注册商标。  
。使用这些标记须经 Polar Electro Oy 授权。

## 免责声明

Polar Electro Inc./Polar Electro Oy 拒绝承担任何及所有与第三方产品或服务使用 Polar 产品生成的数据相关或由此引发的责任。Polar Electro Inc./Polar Electro Oy 拒绝承担任何及所有与第三方产品或服务正常工作/不正常工作、第三方产品或服务与 Polar 产品配合使用、第三方产品或服务的安全性相关以及其他与第三方产品或服务相关或由此引发的责任。Polar Electro Inc./Polar Electro Oy 不承担因使用本 Polar 产品产生的或与之相关的任何数据传输费用或任何其他费用。

本产品受 Polar Electro Oy 在以下文件中定义的无形权利保护：FI96380、EP0665947、US5611346、JP3568954、EP1543769、US7418237。其他专利正在申请中。

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

Manufactured by

Polar Electro Oy  
Professorintie 5  
FIN-90440 KEMPELE  
Tel +358 8 5202 100  
Fax +358 8 5202 300  
[www.polar.fi](http://www.polar.fi)

**POLAR**®  
LISTENS TO YOUR BODY