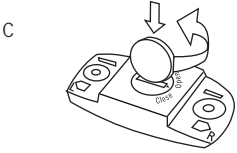
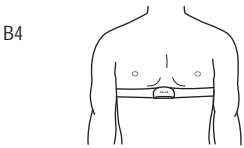
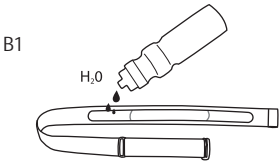
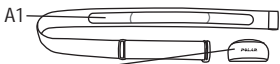


# Polar H7 Heart Rate Sensor



Kullanım Kılavuzu

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



# TÜRKÇE

## Polar H7 Kalp Atış Hızı Sensörü

Bu kılavuz Polar H7 kalp atış hızı sensörü için kullanım ve bakım talimatlarını içermektedir.

Bu kullanım kılavuzunun son sürümünü [www.polar.com/support](http://www.polar.com/support) adresinden indirebilirsiniz.

Lütfen Polar ürününüzü <http://register.polar.fi/> adresinde kaydettirerek ürünlerimizi ve hizmetlerimizi gereksinimlerinizi daha iyi karşılayacak şekilde geliştirebilmemize katkıda bulunun.

Lütfen ön kapaktaki resimlere başvurun.

### Kalp Atış Hızı Sensörünün Parçaları

1. Kayışın arka tarafındaki plastik **elektrot bölgeleri** kalp atış hızını belirler. Resim A1.
2. **Konnektör** kalp atış hızı sinyalini alıcı cihaza gönderir. Resim A2.

Polar H7 kalp atış hızı sensörü, bir gruptaki diğer kalp atış hızı sensörlerinin sinyalleri karışmaksızın egzersiz yapmanıza olanak sağlar.

## Kalp Atış Hızı Sensörünün Giyilmesi

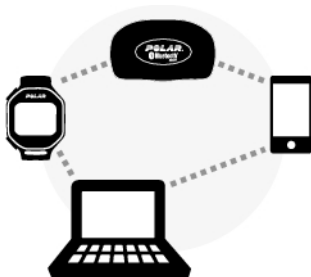
1. Kayışın elektrot bölgelerini ıslatın. Resim B1.
2. Konnektörü kayışa bağlayın. Resim B2.
3. Kayışın boyunu sıkı ancak rahat olacak şekilde ayarlayın.
4. Kayışı göğüs kaslarınızın hemen altında olacak şekilde göğüs bölgenizin çevresine bağlayın ve kancayı kayışın diğer ucuna takın. Resim B3.
5. Islak elektrot bölgelerinin cildinize tamamen temas ettiğinden ve konnektörün üzerindeki Polar logosunun ortada ve dik bir konumda olduğundan emin olun. Resim B4.



*Konnektörü kayıştan sökün ve her kullanımdan sonra kayışı suyla yıkayın. Ter ve nem, elektrotları ıslak tutarak vericinin etkin kalmasına neden olabilir. Bu durum vericinin pil ömrünü azaltacaktır.*

Ayrıntılı yıkama talimatları için Kalp Atış Hızı Sensörünün Bakımı bölümüne veya [polar.com/support](http://polar.com/support) adresine bakınız.

## Başlarken



Polar H7 kalp atış hızı sensörü, kalp atış hızı servisini destekleyen *Bluetooth*<sup>®</sup> smart ready özellikli cihazlar ile uyumludur. Alıcı cihazda (ör. bir akıllı telefon) kalp atış hızı verilerini görüntülemek için ayrı bir uygulama gereklidir. Polar Beat uygulamasının kullanılması öneriliyor olmasına karşın başka uygulamaların kullanılması da mümkündür. Eğer bir polarpersonaltrainer.com hesabınız varsa, Polar Beat egzersiz dosyalarınızı otomatik olarak bu hesapla eşitler. Polar Beat'in otomatik eşitlemesinin çalışması için polarpersonaltrainer.com hesabınızda oturum açmanız gerektiğini unutmayın.

**Polar H7'yi ilk defa kullanacağınızda, kalp atış hızı sensörünü alıcı cihazla eşleştirmeniz gerekir.**

Polar H7 kalp atış hızı sensörü, GymLink iletim teknolojisini kullanan Polar egzersiz bilgisayarları ile de uyumludur. Daha fazla bilgi için, lütfen [www.polar.com/support](http://www.polar.com/support) adresini ziyaret edin.

Polar H7 kalp atış hızı sensöründen yeterli iletim mesafesi sağlamak için cihazı önünüzde tutun. Ön cebinize koyun veya kemerinize takın. Alıcı cihazı sırtınızda taşımayın (örneğin sırt cebinde veya sırt çantasında).

## **Kalp Atış Hızı Sensörünün Suda Kullanımı**

Polar H7 kalp atış hızı sensörü su geçirmez özelliğindedir. GymLink iletimi su sporlarında kullanılabilir ancak *Bluetooth®* kablosuz teknolojisi suda çalışmayacaktır. Deniz veya havuz suyunun çok iletken olması nedeniyle elektrotlar kısa devre yapabilir ve kalp atış hızı sensörünün EKG sinyallerini saptamasını önleyebilir.

Mayo kullanırken en iyi performansı elde etmek için kalp atış hızı sensörünü mayonun altına giyinin.

## **Kalp Atış Hızı Sensörünün Bakımı**

Kalp atış hızı sensörü özenle kullanılması gereken yüksek teknoloji ürünü bir cihazdır. Kalp atış hızı sensörünüzün güvenilir ölçüm yapmasını sağlamak ve kullanım ömrünü en üst düzeye çıkarmak için bakım talimatlarını uygulayın. Aşağıdaki talimatlar garanti yükümlülüklerini yerine getirmenize yardımcı olacaktır.

**Konnektör:** Her kullanımdan sonra konnektörü kayıştan çıkarın ve yumuşak bir havluyla kurulaşın. Gerekirse konnektörü hafif sabunlu ılık su ile temizledikten sonra temiz suyla yıkayın. Kesinlikle alkol veya aşındırıcı temizlik maddeleri ve malzemeleri (ör. temizlik teli veya kimyasallar) kullanmayın.

**Kayış:** Her kullanımdan sonra kayışı suyla yıkayın ve asarak kurutun. Gerekirse kayışı hafif sabunlu ılık su ile temizledikten sonra temiz suyla yıkayın. Kayışın üzerinde kalıntı bırakabileceğinden nemlendirici sabun kullanmayın. Kayışı suda bekletmeyin, kurutma makinesinde kurutmayın, ütölemeyin, kuru temizlemeye vermeyin veya yıkarken beyazlatıcı kullanmayın. Kayışı germeyin veya elektrotun olduğı yerleri bükmeyin.

**Kalp atış hızı sensörünün pil ömrünü uzatmak için kayışı ve konnektörü kurutun ve ayrı olarak saklayın.** Kalp atış hızı sensörünü serin ve kuru bir yerde saklayın.

Metal kısımların paslanmasını önlemek için kalp atış hızı sensörünü nemli veya hava almayan bir yerde (plastik poşet veya spor çanta) saklamayın. Kalp atış hızı sensörünü uzun süre doğrudan güneş ışığına maruz bırakmayın.



*Çamaşır makinesinde yıkanabilir olup olmadığını kontrol etmek için kayıştaki etiketi kontrol edin. Asla kayışı ya da konektörü bir kurutucuya yerleştirmeyin!*

## **Piller**

Kalp atış hızı sensörünün pil düzeyi alıcı cihazda görüntülenir.

Tüm konnektörlerde kullanıcı tarafından değiştirilebilen piller vardır. Pili kendiniz değiştirmek için aşağıdaki talimatları izleyerek konnektörün üzerindeki işaretlere ve bu kullanım kılavuzunun ön kapağındaki Resim C'ye bakınız.

1. Bir bozuk parayla pil kapağını OPEN (Açık) yazısına doğru saat yönünün tersine çevirerek açın.
2. Pili (CR2025) artı (+) tarafı kapağa gelecek şekilde kapağın içine yerleştirin. Su geçirmezlik sağlamak için sızdırmazlık halkasının yuvada olduğundan emin.



3. Kapağı bastırarak yeniden konnektöre takın.
4. Bozuk parayı kullanarak kapağı CLOSE (Kapalı) yazısına doğru saat yönünde çevirin.

Pili değiştirirken sızdırmazlık halkasının zarar görmediğinden emin olun. Hasar görmesi durumunda bir yenisiyle değiştirin.

Sızdırmazlık halkası/pil setlerini iyi donanımlı Polar bayilerinden ve yetkili Polar Servisleri'nden satın alabilirsiniz. ABD ve Kanada'da yetkili Polar Servis Merkezleri'nden yedek sızdırmazlık halkaları temin edilebilir. ABD'de sızdırmazlık halkası/pil setleri ayrıca [www.shoppolar.com](http://www.shoppolar.com) adresinden de satın alınabilir.



*Pilleri çocukların erişemeyeceği bir yerde saklayın. Yutulması durumunda derhal bir doktora başvurun. Piller yerel yönetmeliklere uygun şekilde elden çıkarılmalıdır.*

## Servis

İki yıllık garanti süresi boyunca, pil değişimi dışında, yalnızca yetkili bir Polar Servis Merkezi'nde bakım ve onarım yaptırmanızı öneririz. Polar Electro tarafından yetkilendirilmemiş bir servisin neden olduğu hasarlar veya dolaylı hasarlar garanti kapsamına girmez. İletişim bilgileri ve tüm Polar Servis Merkezi adresleri için [www.polar.com/support](http://www.polar.com/support) adresini ve bulunduğunuz ülkeye uyarlanmış olan siteyi ziyaret ediniz.

## Önlemler

Alerji bilgileri için Teknik Özellikler'de listelenen malzemelere bakınız. Vericinin cildinize temasından kaynaklanan bir rahatsızlığı önlemek için vericiyi bir tişörtün üzerine giyin. Vericinin sorunsuz çalışmasını sağlamak için tişörtün elektrotların altında kalan bölümlerini ıslatın.



*Nemin aşınma ile birleşerek oluşturduğu etki, kalp atış hızı sensörünün yüzeyinden siyah bir renk çıkmasına yol açarak açık renkli tişörtleri lekeleyebilir. Cildinizde parfüm veya sinek kovucu varsa, bu maddeler kalp atış hızı sensörüne kesinlikle temas etmemelidir.*

## Teknik Özellikler

Pil tipi	CR 2025
Pil sızdırmazlık halkası	O-halka 20,0 x 1,0 Malzeme FPM
Pil ömrü	200 saat
Çalışma sıcaklığı	-10 °C ila +50 °C
Konnektör malzemesi	Polyamid
Kayış malzemesi	%38 Polyamid, %29 Poliüretan, %20 Elastan, %13 Polyester

Polar H7 kalp atış hızı sensörü aşağıdaki patentli teknolojileri içerir:

- OwnCode® kodlu sinyal iletimi

## Sınırlı Uluslararası Polar Garantisi

- Bu garanti, tüketicinin yürürlükteki ulusal kanunlar kapsamındaki yasal haklarını veya tüketicinin satıcıya karşı satış/satın alma sözleşmesinden doğan haklarını etkilemez.
- Bu sınırlı uluslararası Polar garantisi, bu ürünü ABD veya Kanada'da satın alan müşteriler için Polar Electro Inc. tarafından düzenlenir. Bu sınırlı uluslararası Polar garantisi bu ürünü diğer ülkelerde satın alan müşteriler için Polar Electro Oy tarafından düzenlenir.

- Polar Electro Oy/Polar Electro Inc., bu cihazın asıl tüketicisine/alıcısına üründeki malzeme veya işçilikten kaynaklanan kusurlara ve arızalara karşı satın alma tarihinden itibaren iki (2) yıllık garanti verir.
- **Satın alma belgesinin aslı, ürünü satın aldığınıza ilişkin kanıttır!**
- Garanti; pili, olağan aşınma ve yıpranmayı, yanlış kullanımdan kaynaklanan zararları, kötü kullanımı, önlemlere uyulmaması veya kaza sonucu oluşan zararları, uygun olmayan bakımı, ticari kullanımı, çatlak, kırık veya çizik kasaları/ekranları, elastik kayışı ve Polar giysilerini kapsamaz.
- Garanti, üründen kaynaklanan veya ürünle ilgili doğrudan, dolaylı, arızı, nihai veya özel zarar(lar)ı, kayıpları, masrafları veya harcamaları kapsamaz.
- İkinci el satın alınan ürünler, yerel kanunlarda belirtilmediği sürece iki (2) yıllık garantinin kapsamına girmez.
- Ürünün satın alındığı ülkeye bakılmaksızın, ürün garanti süresi boyunca yetkili bir Polar Servis Merkezi'nde onarılacak veya bir yenisiyle değiştirilecektir.

Bir ürünle ilgili garanti, ürünün ilk olarak piyasaya sürüldüğü ülkelerle sınırlanacaktır.



u ürün, 2014/53/EU ve 2011/65/EU Yönergeleri'ne uygundur. Her ürün için Uyumluluk Bildirimi'ne ve diğer yasal düzenleme bilgilerine [www.polar.com/tr/mevzuat\\_bilgileri](http://www.polar.com/tr/mevzuat_bilgileri) adresinden ulaşabilirsiniz.



Bu üzeri çarpı ile işaretli tekerlekli çöp kutusu işareti, Polar ürünlerinin elektronik cihazlar olduğunu ve Avrupa Parlamentosu'nun ve Konseyi'nin atık elektrikli ve elektronik ekipmanlar (AEEE) ile ilgili 2002/96/EC Yönergesi'nin kapsamında olduğunu ve ürünlerde kullanılan pil ve akümülatörlerin Avrupa Parlamentosu'nun ve Konseyi'nin piller ve akümülatörler ile atık piller ve akümülatörler hakkındaki 6 Eylül 2006 tarihli 2006/66/EC Yönergesi'nin kapsamında olduğunu belirtir. Bu ürünler ve Polar ürünlerinin içindeki piller/akümülatörler bu nedenle AB ülkelerinde ayrı olarak elden çıkarılmalıdır.

Telif Hakkı 2016 Polar Electro Oy, FI-90440  
KEMPELE, Finlandiya.

Polar Electro Oy ISO 9001:2008 sertifikalı bir şirkettir.

Tüm hakları saklıdır. Žádnoú část této příručky nelze použít či reprodukovat v jakékoliv formě či jakýmkoliv způsobem bez písemného souhlasu společnosti Polar Electro Oy. Bu kullanım kılavuzunda veya bu ürünün ambalajında ™ simgesi ile işaretli isimler ve logolar Polar Electro Oy'un ticari markalarıdır. Bu kullanım kılavuzunda veya bu ürünün ambalajında ® simgesi ile işaretli isimler ve logolar Polar Electro Oy'un tescilli ticari markalarıdır. Bluetooth® markası ve logoları Bluetooth SIG, Inc.'nin tescilli ticari markalarıdır ve Polar Electro Oy söz konusu markaların kullanım sertifikasına sahiptir.

## **Sorumluluk Reddi**

Polar Electro Inc./Polar Electro Oy, bir Polar ürünü tarafından üretilen verileri kullanan üçüncü taraf ürünleri veya hizmetleri ile ilişkili veya bu ürünlerden kaynaklanan tüm yükümlülükleri reddeder. Polar Electro Inc./Polar Electro Oy, üçüncü taraf ürünleri veya hizmetlerinin işleyişi / arızalanması, bunların bir Polar ürünü ile birlikte çalışabilirliği, bir üçüncü taraf ürünün veya hizmetinin güvenliği ile ilişkili veya bunlardan kaynaklanan tüm yükümlülükleri ve ayrıca bir üçüncü taraf ürünü veya hizmeti ile ilişkili veya bunlardan kaynaklanan diğer tüm yükümlülükleri reddeder. Polar Electro Inc./Polar Electro Oy, bu Polar ürününün kullanımından kaynaklanan veya kullanımı ile ilişkili tüm veri iletim ücretleri veya diğer ücretler için yükümlü olmayacaktır.

Bu ürün Polar Electro Oy'un aşağıdaki patentler ile belirlenmiş olan maddi olmayan hakları tarafından korunmaktadır: FI96380, EP0665947, US5611346, JP3568954, EP1543769, US7418237. Diğer patentler beklemededir.

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