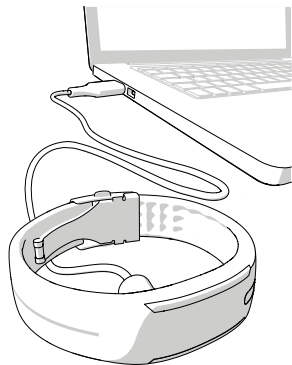


Configurar o Polar Loop Crystal

Para começar a utilizar o seu monitor de atividade Polar Loop Crystal, precisa de um **computador** com **ligação à Internet** para aceder ao serviço Web Polar Flow.

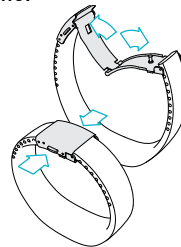
1. Abra o seu browser, **navegue para flow.polar.com/start** e transfira o software FlowSync. Precisa do FlowSync para configurar e sincronizar o seu monitor de atividade.
2. **Abra** o programa de instalação e siga as instruções no ecrã.
3. Concluída a instalação, o FlowSync **abre automaticamente** e pede-lhe para ligar o seu produto Polar ao computador.
4. **Ligue** o Polar Loop Crystal à porta USB do seu computador utilizando o cabo incluído na embalagem. Deixe o computador instalar os drivers USB que forem sugeridos.



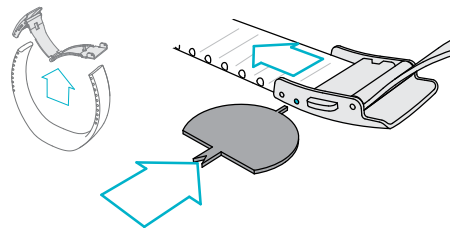
i Saiba mais acerca do seu Polar Loop Crystal consultando a versão integral do manual do utilizador, as FAQs e os tutoriais em vídeo disponíveis em polar.com/support/Loop_Crystal.

Personalizar o tamanho da bracelete

1. ABRA O FECHO.



2. RETIRE O FECHO DE AMBOS OS LADOS.



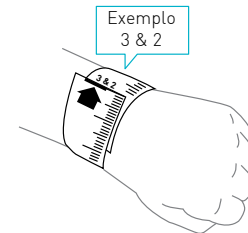
5. O serviço Web Polar Flow abre automaticamente no seu browser. **Crie** uma conta ou uma inicie sessão se já tiver uma conta Polar.
6. Para finalizar a configuração, clique em **Concluído**. Vai ter de esperar que a sincronização fique concluída para poder desligar o seu Polar Loop Crystal do computador.
7. Se estiver disponível uma atualização do firmware do Polar Loop Crystal, recomendamos que a **instale** nesta altura.

Está pronto para começar. Divirta-se!

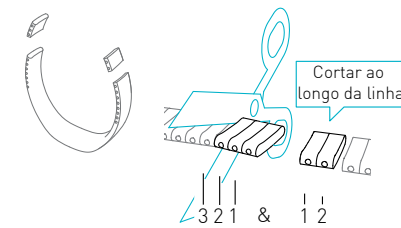
i Não carregue o dispositivo se o conector USB estiver molhado.

3. MEÇA O TAMANHO DO SEU PULSO.

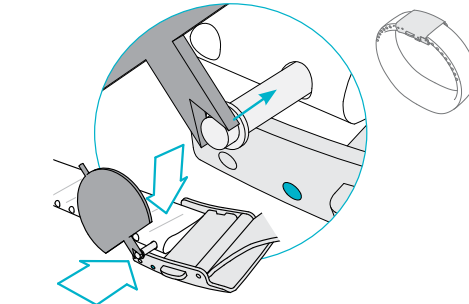
i A bracelete é mais confortável se estiver ligeiramente folgada.



4. CORTE AMBAS AS EXTREMIDADES DA BRACELETE.



5. VOLTE A FECHAR O FECHO.



i Para mais precisão, coloque a bracelete na sua mão não dominante.

Especificações técnicas

TIPO DE PILHA	PILHA DE LI-POL DE 38 MAH
DURAÇÃO	ATÉ 8 DIAS COM MONITORIZAÇÃO PERMANENTE DA ATIVIDADE E TREINO DE 1H/DIA
TEMPERATURA DE FUNCIONAMENTO	0 °C A +50 °C / 32 °F A 122 °F
RESISTÊNCIA À ÁGUA	IPX7
MATERIAIS	SILICONE, ACRILONITRILU BUTADIENO ESTIRENO, FIBRA DE VIDRO, POLICARBONATO, AÇO INOXIDÁVEL, CRISTAIS Swarovski®

Monitorize a sua atividade diária

Para percorrer as vistas do ecrã de LEDs do Polar Loop Crystal, toque repetidamente no botão. Se aguardar dois segundos e deixar o ecrã passar por si só, obtém mais informações acerca de cada título.

ACTV significa atividade diária. O objetivo de atividade diária é visualizado através de uma barra de atividade.

- **TO GO** diz-lhe o tempo necessário para atingir o seu objetivo de atividade diária.
- **JOG** significa atividade de intensidade elevada, como jogging, sessão de exercícios, basquetebol, futebol, ténis ou squash.
- **WALK** significa atividade de intensidade média, como caminhar, treino em circuito, bowling, skateboard, natação suave ou ténis de mesa.
- **UP** significa intensidade baixa em pé, como fazer limpezas, lavar a loiça, jardinagem, tocar viola, fazer bolos, caminhar lentamente ou praticar tai chi.

CALS significa calorias queimadas, medidas em quilocalorias.

STEP significa passos dados.

IT'S TIME TO MOVE indica que está na altura de se mexer sendo apresentada se estiver parado há 55 minutos. Levante-se e faça atividade física. Se não fizer nenhuma atividade nos cinco minutos seguintes, receberá um selo de inatividade.

É muito mais

O seu Polar Loop Crystal orienta-o para uma vida mais ativa e saudável. Em conjunto com o serviço Web Polar e/ou a aplicação móvel Polar Flow, vai ajudá-lo a entender como é que as suas opções e hábitos afetam o seu bem-estar.

POLAR LOOP CRYSTAL

O seu Polar Loop Crystal monitoriza toda a sua atividade e ajuda-o a atingir o seu objetivo de atividade diária.

APLICAÇÃO POLAR FLOW

Veja os seus dados de atividade, treino e sono num relance. A aplicação sincroniza, sem fios, os dados do seu Polar Loop Crystal e do serviço Web Polar Flow entre si. Obtenha-a no App StoreSM ou no Google PlayTM.

SERVIÇO WEB POLAR FLOW

Monitorize os seus sucessos, obtenha orientações e consulte análises detalhadas da sua atividade, sono e resultados de treino. Encontre isto e muito mais em flow.polar.com.

SENSOR DE FREQUÊNCIA CARDÍACA POLAR H7

Ligue o Polar Loop Crystal a um sensor de frequência cardíaca Polar H7 e tire melhor partido dos seus desportos diários. O sensor de frequência cardíaca pode ser adquirido separadamente.

NOTIFICAÇÕES INTELIGENTES

Receba avisos de chamadas recebidas, mensagens e eventos de calendário do seu telemóvel no Polar Loop Crystal. A funcionalidade Notificações Inteligentes pode ser ativada na aplicação móvel Polar Flow.



i Para uma análise mais detalhada, sincronize os seus dados com o serviço Web Polar Flow. Pode fazê-lo através da aplicação móvel Flow ou ligando o seu Polar Loop Crystal ao computador, com o cabo USB. Verifique se tem o software FlowSync instalado e a funcionar no computador.

Suporte do produto



polar.com/support/Loop_Crystal

Fique atento à Polar



APP STORE É UMA MARCA DE SERVIÇO DA APPLE INC.

GOOGLE PLAY É UMA MARCA REGISTRADA DA GOOGLE INC.

Swarovski® É UMA MARCA COMERCIAL REGISTRADA DA SWAROVSKI AG.

FABRICADO POR

POLAR ELECTRO OY

PROFESSORINTIE 5

FI-90440 KEMPELE

TEL +358 8 5202 100

FAX +358 8 5202 300

WWW.POLAR.COM

17958473.00 PRT 08/2015 WINLEE

COMPATÍVEL COM



POLAR LOOP CRYSTAL MONITOR DE ATIVIDADE

Guia Como Começar

Configuração em flow.polar.com/start

Português