



Setel Polar M600 Anda

Jam tangan olahraga M600 Polar kompatibel dengan ponsel pintar yang mengoperasikan Android™ 4.3+ atau iOS™ 9.0+. Kunjungi g.co/WearCheck pada ponsel Anda untuk melihat apakah ponsel Anda kompatibel dengan Android Wear™. Ikuti **tiga tahap penyetelan** ini untuk memulai menggunakan jam tangan pintar olahraga Anda yang dioptimalkan dan baru. Dekatkan M600 dan ponsel satu sama lain selama penyetelan. Harap perhatikan bahwa penyetelan pertama kali dapat berlangsung beberapa menit.

1 Bersiap

1. **Mulai isi daya** M600 Anda, dan biarkan terisi selama penyetelan.
2. **Nyalakan** M600 Anda dengan menekan dan menahan tombol daya samping sampai logo Polar muncul. Setelah itu, penyalakan awal sistem pengoperasian akan berlangsung selama beberapa menit.
3. Ketuk untuk memulai, dan pilih **bahasa** Anda. Jika Anda memilih bahasa yang salah, geser ke kanan untuk kembali ke menu bahasa.
4. Pastikan ponsel pintar Anda terhubung **Internet**, dan nyalakan **Bluetooth**.

2 Pasangkan ponsel Anda dengan M600



Anda perlu menginstal **aplikasi Android Wear** pada ponsel Anda untuk menghubungkan jam tangan pintar dan ponsel Anda.

1. Instal aplikasi Android Wear pada ponsel pintar Anda dari Google Play™ atau App Store.
2. Buka aplikasi Android Wear pada ponsel Anda.
3. Geser ke atas M600 sampai Anda melihat **kode jam tangan**, lalu ketuk kode yang sama pada ponsel Anda.
4. **Pengguna ponsel Android:** Anda akan mendapatkan permintaan pemasangan Bluetooth pada ponsel Anda. Pastikan kode pemasangan pada M600 Anda cocok dengan kode pemasangan yang ditampilkan pada ponsel. Ketuk **Pasangkan** atau **OK**.
Pengguna iPhone: Terima permintaan pemasangan Bluetooth pada ponsel Anda dengan mengetuk **Pasangkan** atau **OK**. Anda harus mengonfirmasi sambungan perangkat: Pastikan kode pemasangan pada M600 Anda cocok dengan kode pemasangan yang ditampilkan pada ponsel, lalu ketuk **KONFIRMASI**.
5. Anda akan melihat pesan konfirmasi cepat pada M600 dan ponsel Anda saat pemasangan selesai. Sinkronisasi dan pembaruan awal bisa berlangsung beberapa saat.
6. Ikuti petunjuk pada layar ponsel Anda untuk menyalin **Akun Google** Anda dari ponsel ke M600 dan untuk menyalakan **notifikasi jam tangan**.

3 Aktifkan aplikasi Polar pada M600 Anda



Untuk mendapatkan pelacakan aktivitas dan fitur latihan Polar yang beroperasi pada M600, Anda perlu mengaktifkan **aplikasi Polar** pada jam tangan pintar dengan menginstal **aplikasi Polar Flow** pada ponsel Anda.

1. Instal aplikasi Polar Flow pada ponsel pintar Anda dari Google Play atau App Store. Jika Anda sudah memiliki aplikasi Polar Flow pada ponsel Anda, pastikan versinya sudah terbaru.

2. Buka aplikasi Polar Flow pada ponsel Anda.

Pengguna iPhone: Untuk melanjutkan Anda perlu membuka aplikasi Polar pada M600 dengan menekan tombol depan. Kemudian ketuk **Mulai** pada ponsel Anda.

3. Pilih apakah Anda mengenakan M600 di **pergelangan kiri atau kanan** Anda, lalu ketuk **Lanjutkan**. Pengguna iPhone: ketuk **Simpan dan Sinkronkan**.

4. **Masuk** dengan akun Polar Anda atau buat akun baru.

5. Anda akan melihat teks "Penyetelan selesai" saat Anda berhasil mengaktifkan aplikasi Polar pada M600 Anda.



Pengguna iPhone: Anda perlu menghubungkan M600 Anda ke jaringan Wi-Fi secara manual.

1. Pastikan layar M600 Anda aktif, dan geser ke bawah dari atas layar.
2. Ketuk ikon pengaturan > **Konektivitas** > **Wi-Fi** > **+Tambah jaringan**.
3. Temukan dan ketuk jaringan yang ingin Anda hubungkan. Jika jaringan memerlukan kata sandi, ketuk **Masukkan pada ponsel**. Pada ponsel Anda, masukkan kata sandi dan ketuk **Hubungkan**.

Anda siap untuk beraktivitas, selamat bersenang-senang!

Latihan dengan M600

- Untuk mendapatkan pembacaan denyut jantung yang akurat selama latihan, Anda perlu menjaga agar gelang selalu berada di pergelangan Anda, **di belakang tulang pergelangan**. Gelang tidak harus terlalu ketat, yang penting sensornya harus menyentuh kulit Anda.
- Untuk memulai latihan, buka aplikasi Polar dengan menekan tombol depan, pilih **Latihan**, dan cari olahraga yang ingin Anda lakukan. Tunggu sampai M600 menemukan denyut jantung Anda (dan GPS), dan tekan tombol depan untuk mulai merekam sesi latihan.



Setelah latihan

- Tekan dan tahan tombol depan untuk menghentikan perekaman sesi latihan.
- M600 secara otomatis menyinkronkan data latihan Anda ke **aplikasi Polar Flow** di mana sekilas Anda dapat melihat data aktivitas, latihan dan tidur. Untuk analisis latihan yang lebih rinci, silakan masuk ke flow.polar.com.
- Saat Anda selesai latihan, longgarkan gelang dan kenakan seperti Anda mengenakan jam tangan biasa.
- Jaga M600 Anda agar tetap bersih dengan memisahkan gelang dari perangkat dan bilas keduanya dengan air yang mengalir setelah setiap sesi latihan.
- Jangan isi daya M600 saat basah atau terkena keringat.

Pelajari lebih lanjut mengenai M600 Anda

- Pelajari lebih lanjut mengenai Polar M600 di support.polar.com/en/M600.
- Lihat juga dokumentasi dukungan Android Wear di support.google.com/androidwear.

Spesifikasi teknis

M600

JENIS BATERAI	BATERAI 500 MAH LI-POL
SENSOR DENYUT JANTUNG	OPTIK INTERNAL
SUHU PENGOPERASIAN	-10 °C SAMPAI +50 °C/ 14 °F SAMPAI 122 °F
KETAHANAN AIR	COCOK UNTUK BERENANG (IPX8 10M)
MATERIAL GELANG	SILIKON POLIKARBONAT STAINLESS STEEL
MATERIAL PERANGKAT	CORNING® GORILLA® 3 GLASS POLIKARBONAT/AKRILONITRIL BUTADIENA STIRENA+SERAT KACA 30% STAINLESS STEEL POLIMETIL METAKRILAT POLIAMIDA

Tetap dengan Polar

    /polarglobal

ANDROID WEAR, GOOGLE PLAY DAN MEREK LAINNYA ADALAH MEREK DAGANG GOOGLE INC.

APP STORE ADALAH MEREK LAYANAN APPLE INC.

CORNING DAN GORILLA ADALAH MEREK DAGANG CORNING INCORPORATED YANG TERDAFTAR.

IOS ADALAH MEREK DAGANG ATAU MEREK DAGANG CISCO YANG TERDAFTAR DI A.S DAN NEGARA LAINNYA, DAN DIGUNAKAN DI BAWAH LISENSI.

DIPRODUKSI OLEH

POLAR ELECTRO OY
PROFESSORINTIE 5
FI-90440 KEMPELE
TEL +358 8 5202 100
FAX +358 8 5202 300

17960235.02 IND 2/2017

WWW.POLAR.COM

DIDUKUNG OLEH



KOMPATIBEL DENGAN



POLAR®

M600

POWERED BY ANDROID WEAR™

Panduan Memulai

Bahasa Indonesia