

POLAR OH1

新手指南

MANUFACTURED BY

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

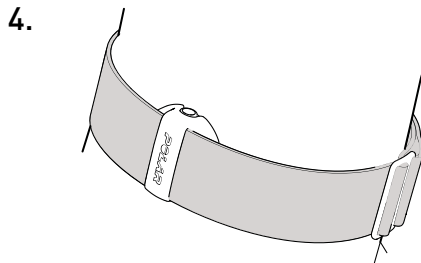
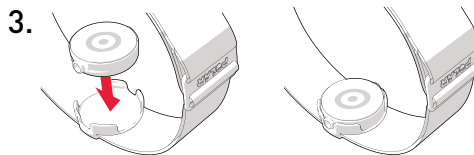
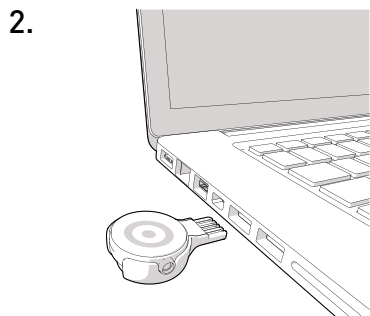
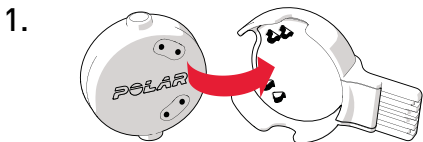
www.polar.com

COMPATIBLE WITH



Model: 2L

support.polar.com/en/OH1



简体中文

本指南将帮助您开始使用 Polar OH1。欲获取更多帮助、产品信息和资料，请参见 support.polar.com/zh-hans/OH1。Polar OH1 可用作记录和存储数据的训练装置或 Polar 腕表的心率传感器。

充电

把传感器放入 USB 适配器中，使镜头朝上，以便使传感器与 USB 适配器上的接触面互相贴合（图 1）。将 USB 适配器插入电脑的 USB 端口或 USB 电源壁式插座（图 2）。充电的接触面处于潮湿状态时，不要为设备充电。

搭配 Polar 腕表或 Polar Beat 一起使用

配对 Polar OH1 与 Polar 腕表或 Polar Beat，然后就可以开始使用。长按按钮直到灯变亮以启动 OH1，并请参考 support.polar.com 以了解具体的设备配对说明。

作为训练装置使用

首先，准备一台已安装 FlowSync 的电脑连接 OH1，或准备一部移动设备和 Flow 应用程序。

选项 1：通过 FlowSync 连接电脑：

1. 把传感器放入 USB 适配器中，使镜头朝上，以便使传感器与 USB 适配器上的接触面互相贴合（图 1）。
2. 将 USB 适配器插入电脑 USB 端口（图 2），访问 flow.polar.com/start 并将 Polar FlowSync 数据传输软件安装至您的电脑。
3. 用您的 Polar 账户登录或创建新的账户。我们将逐步引导您在网络服务内完成注册和设置。

选项 2：移动设备和 Flow 应用程序：

1. 下载 Polar Flow 应用程序到您的移动设备。
2. 开启 Bluetooth®，并在您的移动设备上，打开 Flow 应用程序。
3. 长按按钮直到灯变亮，开启 OH1，然后 Flow 应用程序会提示您开始进行配对。接受配对请求，然后按照屏幕指示操作。

佩戴和训练

将传感器放入臂带上的存放器，感应灯朝上（图 3）。佩戴臂带，这样臂带上的感应器就会牢牢贴在您的皮肤上（图 4）。把 OH1 戴在您的下臂或上臂，而非您的手腕（图 5）。

长按按钮直到灯变亮，开启 OH1。当您结束训练时，长按按钮直到灯灭掉。

保养

请参阅臂带护理标签上的洗涤指示。小心保养传感器。

材料

传感器：ABS、ABS+GF、PMMA、SUS 316（不锈钢）

⚠ 本产品并非玩具。不要让儿童或宠物玩弄本产品。本产品含有小部件，存在窒息危险。

无线电设备运行于 2.402 - 2.480 GHz ISM 频段和 2.0 mW 最大功率。