

POLAR

POLAR OH1

新手指南

Compatible with



Model: 2L

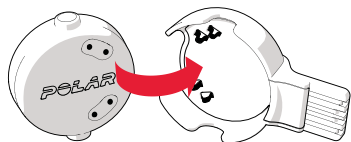
Manufactured by

Polar Electro Oy
customercare@polar.com
www.polar.com

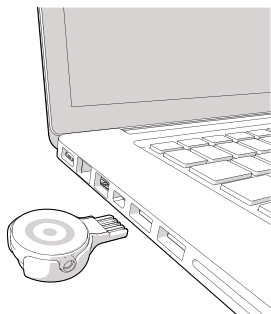
Find Product Support

support.polar.com/en/OH1

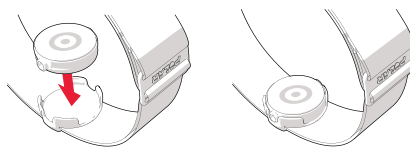
1.



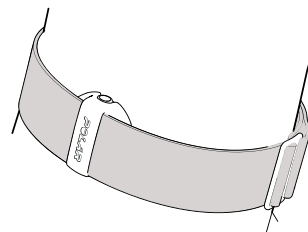
2.



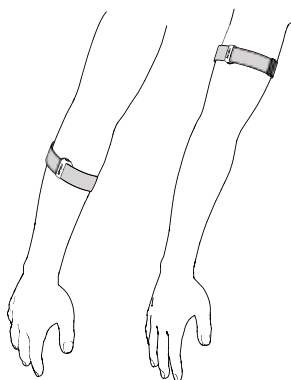
3.



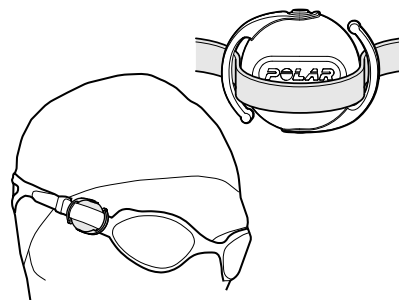
4.



5.



6.



繁体中文

本指南將幫助您開始 Polar OH1。欲獲取更多幫助、產品資訊和資料，請參見 support.polar.com/en/OH1。Polar OH1 可以用作記錄和存儲數據的訓練設備或 Polar 腕錶的心率傳感器。

充電

把傳感器放入 USB 適配器中，讓鏡頭朝上，以便使傳感器與 USB 適配器上的觸點互相接觸（圖 1）。將 USB 適配器插入電腦的 USB 埠或 USB 電源壁式插座（圖 2）。充電的接觸面處於潮濕狀態時，不要為設備充電。

與 Polar Beat 行動應用程式配合使用
將 Polar Beat 下載到行動裝置上。按下按鈕啟動 OH1。將傳感器與 Beat 設定配對並按照說明進行操作。

與 Polar 腕部裝置搭配使用
將 Polar Flow 應用程式下載到行動裝置上。按下按鈕啟動 OH1。Flow 應用程式會自動發現傳感器並引導您完成設定。如果要使用電腦，請從 flow.polar.com/start 安裝 Polar FlowSync，然後運行它，將傳感器插入 USB 埠並按照說明操作。切記將傳感器與腕部裝置配對。請瀏覽 support.polar.com 以獲取特定於裝置的配對說明。

佩戴和訓練

將傳感器放入臂帶上的存放器，感應燈朝上（圖 3）。佩戴臂帶，這樣臂帶上的感應器就會牢牢貼在您的皮膚上（圖 4）。把 OH1 戴在您的下臂或上臂，而非您的手腕處（圖 5）。

與游泳鏡搭配穿戴
將感應器放進游泳鏡帶扣中，然後將它扣在您的泳鏡帶上（圖 6）。錶面應直接接觸您的太陽穴皮膚。

開始訓練

您可使用腕部裝置、Polar Beat 應用程式或僅使用 OH1 傳感器來記錄您的訓練課。如果您想單獨使用傳感器，請按下按鈕打開 OH1 直到指示燈亮起，然後按兩次按鈕開始訓練課。完成訓練課後，按住按鈕直到指示燈熄滅。


 預設情況下，OH1 還可透過 ANT+發送您的 HR 訊號。如果需要，您可以從 Polar Beat 設定中將其關閉。

保養

請參閱臂帶護理標籤上的洗滌指示。小心保養傳感器。

材質

傳感器：ABS、ABS+GF、PMMA、SUS 316（不銹鋼）

 本產品並非玩具。不要讓兒童或寵物玩弄本產品。本產品含有小部件，存在窒息危險。

無線電設備運行於 2.402 - 2.480 GHz ISM 頻段和 2.0 mW 最大功率。