

**POLAR**

## POLAR OH1

### Guida introduttiva

Compatible with

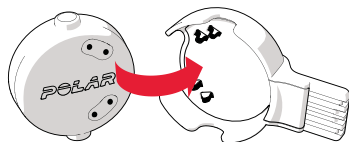


Model: 2L

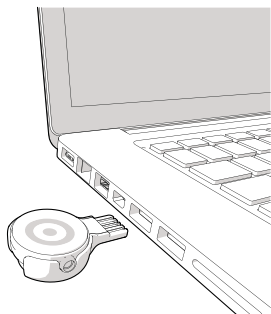
Manufactured by  
Polar Electro Oy  
customercare@polar.com  
www.polar.com

Find Product Support  
support.polar.com/en/OH1

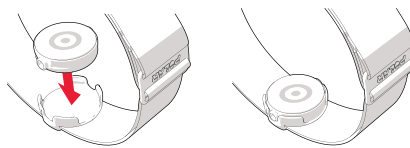
1.



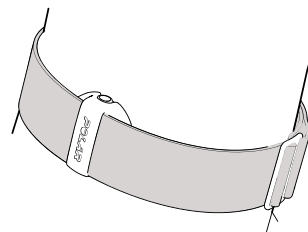
2.



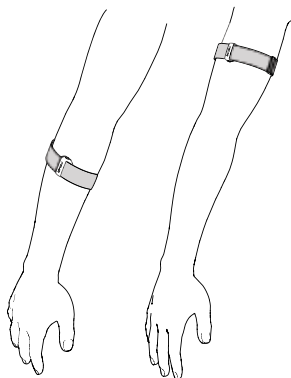
3.



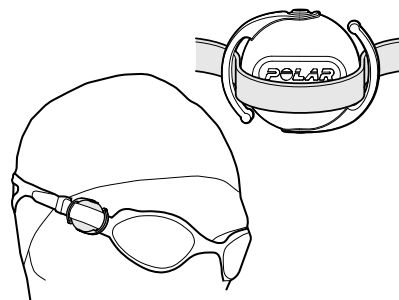
4.



5.



6.



### Italiano

Questa guida consente di iniziare ad utilizzare Polar OH1. Per ulteriore assistenza e informazioni sul prodotto, consultare [support.polar.com/it/OH1](http://support.polar.com/it/OH1). Polar OH1 può essere utilizzato come dispositivo di allenamento che registra e memorizza i dati o come sensore di frequenza cardiaca con un dispositivo Polar.

### Carica

Collocare il sensore nell'adattatore USB con la lente rivolta verso l'alto in modo che i contatti sul sensore e sull'adattatore USB combacino (figura 1). Inserire l'adattatore USB nella porta USB del computer o nella presa di alimentazione USB (figura 2). Non caricare il dispositivo se i contatti di carica sono bagnati.

### Uso con mobile app Polar Beat

Scaricare Polar Beat sul proprio dispositivo mobile. Attivare OH1 premendo il pulsante. Associare il sensore dalle impostazioni di Polar Beat e seguire le istruzioni.

### Uso con uno sportwatch Polar

Scaricare l'app Polar Flow sul proprio dispositivo mobile. Attivare OH1 premendo il pulsante. L'app Polar Flow rileva automaticamente il sensore e guida l'utente per tutta la configurazione. Se si desidera utilizzare un computer, installare Polar FlowSync dal sito [flow.polar.com/start](http://flow.polar.com/start), eseguirlo, inserire il sensore in una porta USB e seguire le istruzioni. Ricordarsi di associare il sensore allo sportwatch. Consultare il sito [support.polar.com](http://support.polar.com) per le istruzioni di associazione specifiche del dispositivo.

### Indossare


Collocare il sensore nel bracciale con la lente rivolta verso l'alto (figura 3). Indossare il bracciale in modo che il sensore si trovi sul lato inferiore della fascia saldamente sulla pelle (figura 4). Indossare l'OH1 intorno all'avambraccio o al braccio, non intorno al polso (figura 5).

### Posizionamento su occhialini da nuoto

Colloca il sensore nella clip per occhialini da nuoto e fissa la clip all'elastico degli occhialini (figura 6). La lente deve aderire alla pelle nuda della tempia.

### Avvio allenamento

È possibile registrare la sessione di allenamento con lo sportwatch, l'app Polar Beat o solo con il sensore OH1. Se si desidera utilizzare solo il sensore, attivare l'OH1 premendo il pulsante finché le spie non si accendono e premere due volte il pulsante per iniziare la sessione. Al termine dell'allenamento, tenere premuto il pulsante finché le spie non si spengono.


 Per impostazione predefinita, l'OH1 invia il segnale FC anche tramite ANT+. È possibile disattivarlo dalle impostazioni Polar Beat, se lo si desidera.

### Manutenzione

Per istruzioni sul lavaggio, consultare l'etichetta della fascia. Trattare il sensore con cura.

### Materiali

Sensore: ABS, ABS+GF, PMMA, SUS 316 (acciaio inox).

 Questo prodotto non è un giocattolo. Evitare che bambini o animali domestici giochino con il prodotto. Questo prodotto contiene piccoli componenti che possono causare pericolo di soffocamento.

L'apparecchiatura radio funziona con bande di frequenza ISM a 2,402 - 2,480 GHz e potenza massima di 2,0 mW.