

**POLAR
OH1**

시작 방법 안내서

MANUFACTURED BY

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

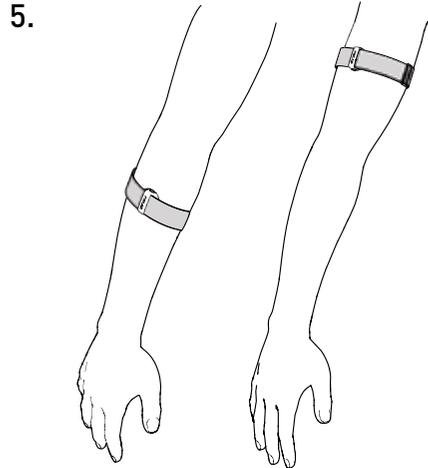
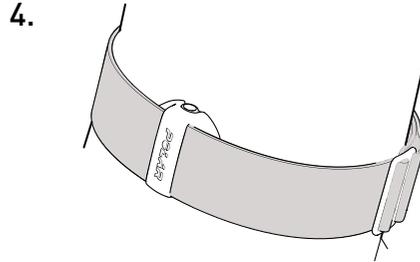
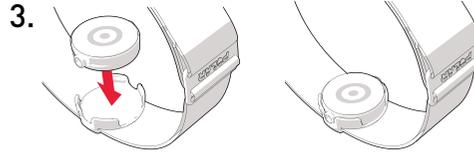
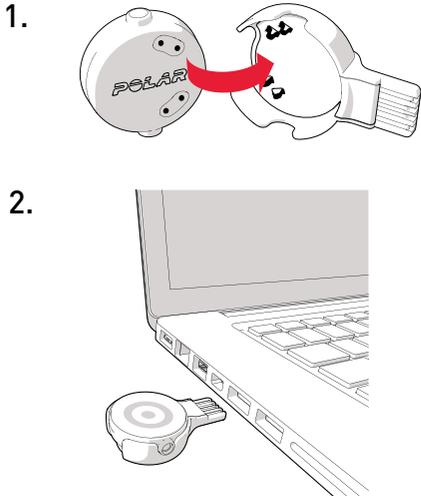
www.polar.com

COMPATIBLE WITH



Model: 2L

support.polar.com/en/OH1



한국어

본 가이드는 Polar OH1 시작할 때 도움이 될 것입니다. 추가 지원, 제품 정보 및 자료를 확인하려면 support.polar.com/en/OH1을 참조하세요. Polar OH1은 데이터를 기록하고 저장하는 훈련 장치로 사용하거나 Polar 손목 부목과 함께 심박수 센서로 사용할 수 있습니다.

충전

센서를 USB 어댑터에 꽂습니다. 이때 렌즈가 위를 향하고, 센서와 USB 어댑터의 접점이 서로 맞아야 합니다(그림 1). USB 어댑터를 컴퓨터 USB 포트나 USB 전원 벽 콘센트에 꽂습니다(그림 2). 충전 접점이 젖었을 때에는 장치를 충전하지 마세요.

Polar 손목 장치 또는 Polar Beat와 함께 사용

OH1을 Polar 손목 부목이나 Polar Beat에 페어링하면 바로 시작할 수 있습니다. 조명이 꺼질 때까지 버튼을 눌러 OH1을 켜고, 장치별 페어링 지침은 support.polar.com을 참조하세요.

훈련 장치로 사용

먼저, OH1을 FlowSync를 통해 컴퓨터와 함께 사용하거나 모바일 장치 및 Flow 앱과 함께 사용합니다.

옵션 1: FlowSync를 통해 컴퓨터와 함께 사용:

1. 센서를 USB 어댑터에 꽂습니다. 이때 렌즈가 위를 향하고, 센서와 USB 어댑터의 접점이 서로 맞아야 합니다(그림 1).
2. USB 어댑터를 컴퓨터 USB 포트에 꽂고(그림 2), flow.polar.com/start에 가서 Polar FlowSync 데이터 전송 소프트웨어를 컴퓨터에 설치합니다.
3. Polar 계정으로 로그인하거나 없으면 새 계정을 만듭니다. 웹 서비스에서 가입과 설정 방법을 안내해 드립니다.

옵션 2: Flow 앱을 통해 모바일 장치에서 사용:

1. 모바일 장치에 Polar Flow 앱을 다운로드합니다.
2. Bluetooth®를 켜고, 모바일 장치에서 Flow 앱을 엽니다.
3. 조명이 꺼질 때까지 버튼을 눌러 OH1을 켜고 나면 페어링을 시작하라는 메시지가 나타납니다. 페어링 요청을 수락하고 화면 안내에 따라 진행합니다.

착용 및 훈련

1. 렌즈가 위를 향하도록 센서를 암밴드 홀더에 놓습니다(그림 3).
2. 센서가 암밴드 밑면에서 피부와 잘 밀착되도록 착용합니다(그림 4).
3. 손목이 아닌 허벅지나 상완에 OH1을 착용합니다(그림 5).

조명이 꺼질 때까지 버튼을 눌러 OH1을 켭니다. 훈련이 끝나면 조명이 꺼질 때까지 버튼을 길게 누릅니다.

유지보수

암색적 지침은 암밴드 관리 라벨을 참조하십시오. 센서를 조심스럽게 취급하세요.

재질

센서: ABS, ABS+GF, PMMA, SUS 316(스테인리스).



본 제품은 장난감이 아닙니다. 아이들이나 애완동물이 본 제품을 갖고 놀게 하지 마세요. 본 제품에는 질식 위험이 있는 소형 부품이 포함되어 있습니다.

전파 장치는 2.402 - 2.480 GHz ISM 주파수 밴드와 2.0 mW 최대 출력률 발생시킵니다.