

POLAR

POLAR OH1

Guia Como Começar

MANUFACTURED BY

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

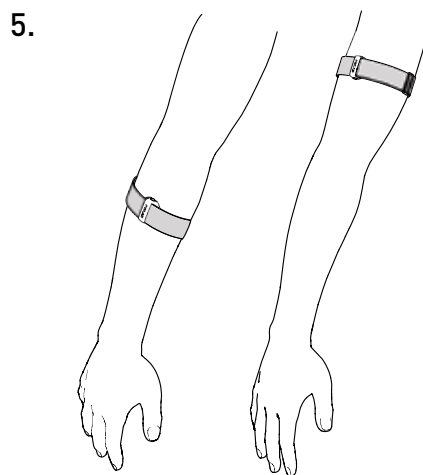
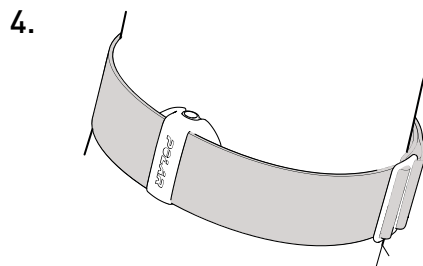
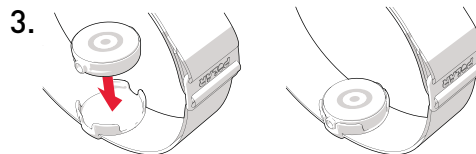
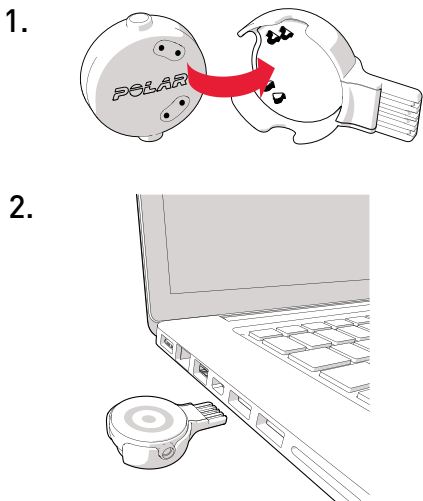
www.polar.com

COMPATIBLE WITH



Model: 2L

support.polar.com/en/OH1



PORTUGUÊS

Este guia vai ajudá-lo a começar a usar o Polar OH1. Para obter mais ajuda, informações sobre o produto e materiais, acesse support.polar.com/en/OH1. O Polar OH1 pode ser usado como um dispositivo de treino que grava e armazena dados ou como um sensor de frequência cardíaca com um monitor da Polar.

Carregar

Coloque o sensor no adaptador USB com a lente virada para cima para que os contatos do sensor e do adaptador USB se encontrem (imagem 1). Conecte o adaptador USB a uma porta USB ou tomada de parede USB (imagem 2). Não carregue o dispositivo se os contatos estiverem molhados.

Usar com um monitor Polar ou com o Polar Beat

Para começar, pareie o OH1 com o monitor Polar ou com o Polar Beat. Ligue o OH1 pressionando o botão até as luzes acenderem e acesse support.polar.com para obter instruções de pareamento específicas do dispositivo.

Usar como dispositivo de treino

Comece usando o OH1 com um **computador, via FlowSync**, ou com um **dispositivo móvel e o aplicativo Flow**.

Opção 1: Computador via FlowSync:

1. Coloque o sensor no adaptador USB com a lente virada para cima para que os contatos do sensor e do adaptador USB se encontrem (imagem 1).
2. Conecte o adaptador USB na porta USB do computador (imagem 2), acesse flow.polar.com/start e instale o software de transferência de dados Polar FlowSync no computador.
3. Entre na sua conta da Polar ou crie uma nova. Orientaremos você durante o cadastro e a configuração no serviço Web.

Opção 2: Dispositivo móvel com o aplicativo Flow:

1. Baixe o aplicativo Polar Flow em seu dispositivo móvel.
2. Ative o Bluetooth® e abra o aplicativo Flow no seu dispositivo móvel.
3. Ligue o OH1 pressionando o botão até as luzes acenderem e o aplicativo Flow pedir para iniciar o emparelhamento. Aceite o pedido de emparelhamento e siga as instruções na tela.

Colocar e treinar

Coloque o sensor no suporte da braçadeira com a lente virada para cima (figura 3). Coloque a braçadeira de modo a que o sensor fique debaixo dela e bem encostado à pele (figura 4). Coloque o OH1 no braço ou antebraço, mas não no pulso (figura 5).

Ligue o OH1 pressionando o botão até as luzes acenderem. Quando terminar o treino, pressione o botão, sem soltar, até as luzes apagarem.

Manutenção

Leia as instruções de lavagem na etiqueta de cuidados da braçadeira. Não lave a braçadeira na máquina. Trate o sensor com cuidado.

Materiais da OH1

Sensor: ABS, ABS+GF, PMMA, SUS 316 (Aço inoxidável).



Este produto não é um brinquedo. Não permita que crianças ou animais de estimação brinquem com este produto. Este produto contém componentes pequenos que podem apresentar perigo de asfixia.

O equipamento de rádio funciona nas faixas de frequência ISM de 2,402 a 2,480 GHz e na potência máxima de 2 mW.