

**POLAR**

# POLAR OH1

Ghid introductiv

PRODUS DE

POLAR ELECTRO OY  
PROFESSORINTIE 5  
90440 KEMPELE

FINLAND

CUSTOMERCARE@POLAR.COM

[www.polar.com](http://www.polar.com)

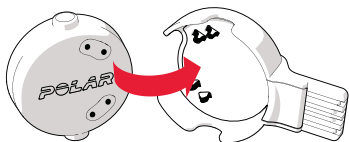
DISPOZITIV COMPATIBIL CU



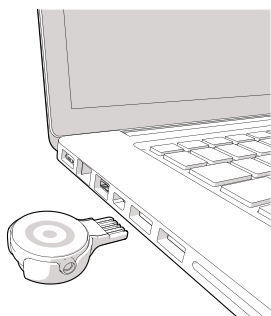
Model: 2L

[support.polar.com/en/OH1](http://support.polar.com/en/OH1)

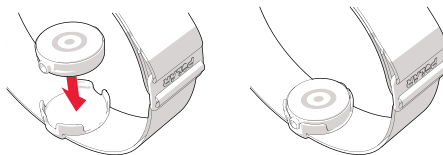
1.



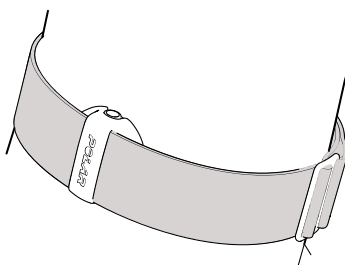
2.



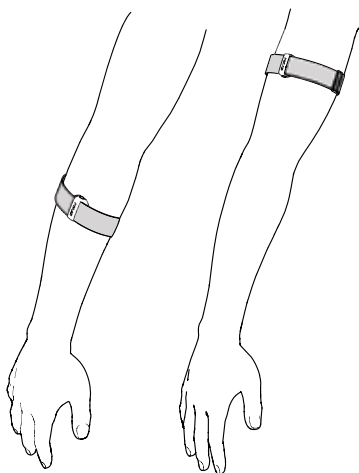
3.



4.



5.



## ROMÂNĂ

Acest ghid ajută să începi să-ți utilizezi dispozitivului Polar OH1. Pentru ajutor suplimentar și informații privind produsul și materialele accesează [support.polar.com/en/OH1](http://support.polar.com/en/OH1). Dispozitivul Polar OH1 poate fi utilizat ca dispozitiv de antrenament care înregistrează și stochează date sau ca senzor de ritm cardiac împreună cu o unitate Polar pentru încheietura mâinii.

### Încărcarea

Introdu senzorul în suport cu lentila orientată în sus, astfel încât contactele de pe senzor și adaptorul USB să se atingă (imaginea 1). Conectează adaptorul USB la un port USB al unui computer sau la o priză USB de perete (imaginea 2). Nu încarca dispozitivul când contactele de încărcare sunt ude.

### Utilizarea cu unitatea Polar pentru încheietura mâinii sau cu aplicația Polar Beat

Interconectează dispozitivul OH1 cu unitatea Polar pentru încheietura mâinii sau cu aplicația Polar Beat și ești gata să începi. Pornește dispozitivul OH1 apăsând butonul până când se aprind ledurile și accesează [support.polar.com](http://support.polar.com) pentru instrucțiunile privind interconectarea specifică dispozitivului.

### Utilizarea ca dispozitiv de antrenament

Întâi, pune în funcțiune dispozitivul OH1 cu ajutorul unui computer prin FlowSync sau al unui dispozitiv mobil prin aplicația Flow.

#### Opțiunea 1: configurarea prin FlowSync:

1. Introdu senzorul în adaptorul USB cu lentila orientată în sus, astfel încât contactele de pe senzor și adaptorul USB să se atingă (imaginea 1).
2. Introdu adaptorul USB în portul USB al computerului (imaginea 2), accesează [flow.polar.com/start](http://flow.polar.com/start) și instalează pe computer programul software pentru transfer de date Polar FlowSync.
3. Conectează-te cu contul tău Polar sau creează unul nou. Vei fi ghidat prin etapele de înregistrare și configurare în serviciul web.

#### Opțiunea 2: dispozitiv mobil cu aplicația Flow:

1. Descarcă aplicația Polar Flow pe dispozitivul mobil.
2. Pornește funcția Bluetooth® și aplicația Flow pe dispozitivul mobil.
3. Pornește dispozitivul OH1 apăsând butonul până când ledurile se aprind, după care aplicația Flow îți cere să începi interconectarea. Acceptă cererea de interconectare și urmează instrucțiunile afișate pe ecran.

### Purtarea dispozitivului și antrenamentul

Introdu senzorul în suportul din brățară cu lentila orientată în sus (imaginea 3). Poartă brățara în așa fel încât senzorul să fie în partea inferioară, în contact strâns cu pielea (imaginea 4). Poartă dispozitivul OH1 în jurul brațului sau antebrațului, nu în jurul încheieturii (imaginea 5).

Pornește dispozitivul OH1 apăsând butonul până când ledurile se aprind. Când ai terminat antrenamentul, apasă lung butonul până când ledurile se sting.

### Întreținerea

Nu spăla brățara în mașina de spălat. Manipulează senzorul cu atenție.



Acest produs nu este o jucărie. Nu lăsa copii sau animalele de companie să se joace cu acest produs. Produsul conține componente mici care pot prezenta pericol de sufocare.

Equipamentul radio funcționează în benzile de frecvență industriale, științifice și medicale (ISM) cuprinse între 2,402 GHz și 2,480 GHz și la puterea maximă de 2,0 mW.