

POLAR

POLAR OH1

Руководство по началу работы

MANUFACTURED BY

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

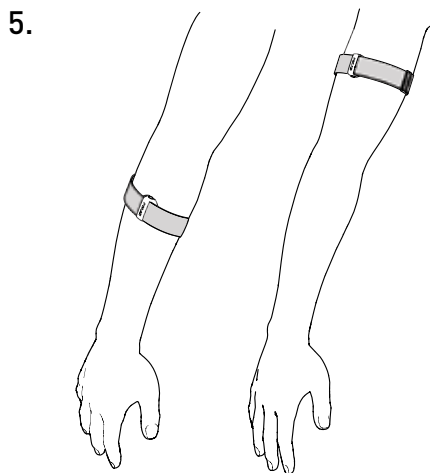
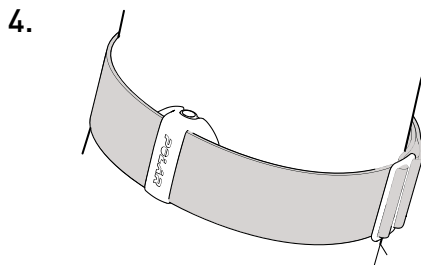
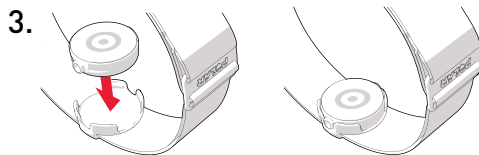
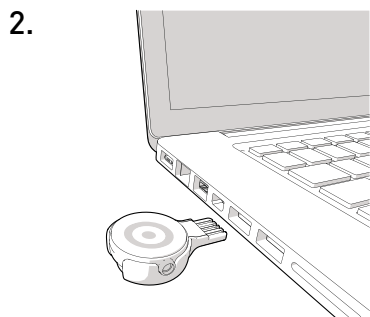
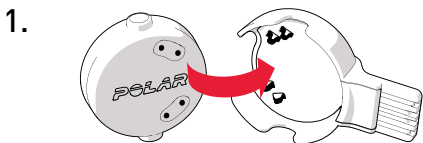
www.polar.com

COMPATIBLE WITH



Model: 2L

support.polar.com/en/OH1



РУССКИЙ

Данное руководство поможет вам начать работу с Polar OH1. Для получения помощи, дополнительных материалов и информации о продукте перейдите в раздел support.polar.com/en/OH1. Polar OH1 можно использовать в качестве устройства для тренировок, которое записывает и сохраняет данные, или в качестве датчика частоты сердечных сокращений с наручным устройством Polar.

Зарядка

Установите датчик в USB-адаптер так, чтобы линза была обращена вверх, а контакты на датчике и USB-адаптере совмещались (рисунок 1). Воткните USB-адаптер в компьютер через USB-порт или в розетку с помощью USB-коннектора (рисунок 2). Не заряжайте устройство, если контакты влажные.

Использование с браслетом Polar или приложением Polar Beat

Выполните сопряжение OH1 с наручным устройством Polar или с Polar Beat. Включите OH1, нажимая кнопку, пока не загорятся световые индикаторы, и перейдите на сайт support.polar.com для получения инструкций по синхронизации с конкретными устройствами.

Использование в качестве устройства для тренировок

Начните работу с OH1 на **компьютере с помощью программы FlowSync** или на **мобильном устройстве с помощью программы приложения Flow**.

Вариант 1: Компьютер и FlowSync:

1. Установите датчик в USB-адаптер так, чтобы линза была обращена вверх, а контакты на датчике и USB-адаптере совмещались (рисунок 1).
2. Воткните USB-адаптер в USB-порт компьютера (рисунок 2), перейдите на страницу flow.polar.com/start и установите программу Polar FlowSync на компьютер.
3. Войдите в свою учетную запись Polar или создайте новую. Следуйте инструкциям онлайн-сервиса по выполнению входа и настройки.

Вариант 2: Мобильное устройство и приложение Flow:

1. Загрузите приложение Polar Flow на мобильное устройство.
2. Включите Bluetooth® и откройте на мобильном устройстве приложение Flow.
3. Включите OH1, нажимая кнопку, пока не загорятся световые индикаторы; приложение Flow предложит вам начать сопряжение. Примите запрос на сопряжение и следуйте указаниям на экране.

Ношение датчика и тренировка

Установите датчик в держатель браслета так, чтобы линза была обращена вверх (рисунок 3). Носите браслет таким образом, чтобы датчик с обратной стороны браслета плотно прилегал к коже (рисунок 4). Носите OH1 на предплечье или на плече, не на запястье (рисунок 5).

Включите OH1, нажимая кнопку, пока не загорятся световые индикаторы. По завершении тренировки нажмите и удерживайте кнопку, пока световые индикаторы не погаснут.

Уход

Не стирайте браслет в стиральной машине. Обращайтесь с датчиком бережно.

Материалы

Датчик: АБС-пластик, АБС-пластик+стеклопластик, ПММА, нержавеющая сталь 316.



Этот продукт — не игрушка. Не позволяйте детям или домашним животным играть с ним. Этот продукт содержит мелкие детали, представляющие опасность душения.

Радио-оборудование работает в частотном диапазоне 2.402 - 2.480 GHz ISM и при максимальной мощности 2,0 мВт.