

**POLAR®**

**POLAR OH1**



**KORISNIČKI PRIRUČNIK**

# SADRŽAJ

<b>Sadržaj</b> .....	<b>2</b>
<b>Korisnički vodič za Polar OH1</b> .....	<b>9</b>
Uvod .....	9
Povežite se s Polar ekosustavom i izvucite najviše iz uređaja OH1 .....	10
Postavljanje uređaja OH1 .....	10
Odaberite jednu mogućnost za postavljanje .....	10
Mogućnost A: Postavljanje putem softvera FlowSync na računalu .....	11
Mogućnost B: Postavljanje pomoću aplikacije Flow na mobilnom uređaju .....	11
Funkcije gumba i LED indikatori .....	12
Funkcije gumba .....	12
LED vodič .....	12
Za vrijeme punjenja .....	12
Nakon uključivanja napajanja .....	12
Kada se koristi kao senzor .....	12
Kada ga koristite kao zasebni uređaj za vježbanje .....	13
Za vrijeme testa kondicije .....	13
Ostalo .....	13
Nošenje uređaja OH1 .....	13
Za vrijeme mjerenja brzine otkucaja srca na podlaktici ili nadlaktici .....	13
Uparivanje .....	14

Uparivanje mobilnog uređaja s uređajem OH1 .....	14
Uparite OH1 s Polar ručnim uređajem .....	14
Uparivanje uređaja OH1 s aplikacijom Polar Beat .....	15
Ažuriranje firmvera .....	15
Pomoću mobilnog uređaja ili tableta .....	15
Pomoću računala .....	15
<b>Vježbanje s mjerenjem brzine otkucaja srca .....</b>	<b>17</b>
Mjerenje brzine otkucaja srca uređajem OH1 .....	17
Početak vježbanja .....	17
Početak vježbanja s uređajem kao zasebnim uređajem za vježbanje .....	17
Započinjanje vježbanja s Polar ručnim uređajem .....	18
Početak vježbanja pomoću aplikacije Polar Beat .....	18
<b>Aplikacija Polar Flow .....</b>	<b>19</b>
Podaci o vježbanju .....	19
Dijeljenje slika .....	19
Početak korištenja aplikacije Flow .....	19
Internetska usluga Polar Flow .....	20
Feed (Praćenje) .....	20
Explore (Istraži) .....	20
Diary (Dnevnik) .....	21
Progress (Napredak) .....	21

Zajednica .....	21
Programi .....	21
Sinkronizacija .....	22
Sinkronizacija pomoću mobilne aplikacije Flow .....	22
Sinkronizacija s internetskom uslugom Flow uz pomoć softvera FlowSync .....	23
<b>Baterija .....</b>	<b>24</b>
Punjenje baterije OH1 .....	24
Briga o uređaju OH1 .....	25
Održavajte čistoću uređaja OH1 .....	25
Vodite dobru brigu o optičkom senzoru brzine otkucaja srca .....	25
Čuvanje .....	25
Servis .....	25
Mjere opreza .....	26
Smetnje tijekom vježbanja .....	26
Smanjite opasnosti tijekom vježbanja .....	26
Tehnički podaci .....	27
OH1 .....	27
Softver Polar FlowSync .....	28
Kompatibilnost mobilne aplikacije Polar Flow .....	28
Vodonepropusnost Polar proizvoda .....	29
Ograničeno Polar međunarodno jamstvo .....	30

Naputak o odricanju odgovornosti .....	31
<b>Sadržaj .....</b>	<b>2</b>
<b>Korisnički vodič za Polar OH1 .....</b>	<b>9</b>
Uvod .....	9
Povežite se s Polar ekosustavom i izvucite najviše iz uređaja OH1 .....	10
Postavljanje uređaja OH1 .....	10
Odaberite jednu mogućnost za postavljanje .....	10
Mogućnost A: Postavljanje putem softvera FlowSync na računalu .....	11
Mogućnost B: Postavljanje pomoću aplikacije Flow na mobilnom uređaju .....	11
Funkcije gumba i LED indikatori .....	12
Funkcije gumba .....	12
LED vodič .....	12
Za vrijeme punjenja .....	12
Nakon uključivanja napajanja .....	12
Kada se koristi kao senzor .....	12
Kada ga koristite kao zasebni uređaj za vježbanje .....	13
Za vrijeme testa kondicije .....	13
Ostalo .....	13
Nošenje uređaja OH1 .....	13
Za vrijeme mjerenja brzine otkucaja srca na podlaktici ili nadlaktici .....	13
Uparivanje .....	14

Uparivanje mobilnog uređaja s uređajem OH1 .....	14
Uparite OH1 s Polar ručnim uređajem .....	14
Uparivanje uređaja OH1 s aplikacijom Polar Beat .....	15
Ažuriranje firmvera .....	15
Pomoću mobilnog uređaja ili tableta .....	15
Pomoću računala .....	15
<b>Vježbanje s mjerenjem brzine otkucaja srca .....</b>	<b>17</b>
Mjerenje brzine otkucaja srca uređajem OH1 .....	17
Početak vježbanja .....	17
Početak vježbanja s uređajem kao zasebnim uređajem za vježbanje .....	17
Započinjanje vježbanja s Polar ručnim uređajem .....	18
Početak vježbanja pomoću aplikacije Polar Beat .....	18
<b>Aplikacija Polar Flow .....</b>	<b>19</b>
Podaci o vježbanju .....	19
Dijeljenje slika .....	19
Početak korištenja aplikacije Flow .....	19
Internetska usluga Polar Flow .....	20
Feed (Praćenje) .....	20
Explore (Istraži) .....	20
Diary (Dnevnik) .....	21
Progress (Napredak) .....	21

Zajednica .....	21
Programi .....	21
Sinkronizacija .....	22
Sinkronizacija pomoću mobilne aplikacije Flow .....	22
Sinkronizacija s internetskom uslugom Flow uz pomoć softvera FlowSync .....	23
<b>Baterija .....</b>	<b>24</b>
Punjenje baterije OH1 .....	24
Briga o uređaju OH1 .....	25
Održavajte čistoću uređaja OH1 .....	25
Vodite dobru brigu o optičkom senzoru brzine otkucaja srca .....	25
Čuvanje .....	25
Servis .....	25
Mjere opreza .....	26
Smetnje tijekom vježbanja .....	26
Smanjite opasnosti tijekom vježbanja .....	26
Tehnički podaci .....	27
OH1 .....	27
Softver Polar FlowSync .....	28
Kompatibilnost mobilne aplikacije Polar Flow .....	28
Vodonepropusnost Polar proizvoda .....	29
Ograničeno Polar međunarodno jamstvo .....	30

Naputak o odricanju odgovornosti .....31



# KORISNIČKI VODIČ ZA POLAR OH1

Ovaj korisnički vodič pomoći će da počnete koristiti vaš novi uređaj OH1. Video vodiče i česta pitanja za OH1 pronaći ćete na [support.polar.com/en/OH1](https://support.polar.com/en/OH1).

## UVOD

Čestitamo na novom uređaju Polar OH1! Polar OH1 je optički senzor brzine otkucaja srca koji se nosi oko podlaktice ili nadlaktice. Može se koristiti kao zasebni uređaj za vježbanje koji bilježi i pohranjuje podatke ili kao senzor brzine otkucaja srca zajedno s Polarovim ručnim uređajem. Kada se koristi kao senzor brzine otkucaja srca, OH1 šalje podatke o brzini otkucaja srca na Polarov ručni uređaj.

OH1 je kompatibilan s Polarovim ručnim uređajima koji koriste Bluetooth tehnologiju, ali i sa aplikacijom Polar Beat. Može se koristiti i sa aplikacijama Polar Club, Polar GoFit i Polar Team. Osim toga kompatibilan je s iOS i Android uređajima koji podržavaju standardni profil Bluetooth brzine otkucaja srca.




# POVEŽITE SE S POLAR EKOSUSTAVOM I IZVUCITE NAJVIŠE IZ UREĐAJA OH1

Aplikaciju [Polar Flow](#) nabavite na usluzi App Store® ili Google Play™. Sinkronizirajte OH1 s aplikacijom Flow nakon vježbanja i dobit ćete pristup brzom pregledu i povratnim informacijama o vašim rezultatima vježbanja i izvedbi.

Sinkronizirajte podatke o vježbanju s [internetskom uslugom Polar Flow](#) pomoću softvera FlowSync na računalu ili putem aplikacije Flow. Na internetskoj usluzi možete planirati vaše vježbanje, pratiti svoja dostignuća, dobiti smjernice i pogledati detaljnu analizu rezultata vježbanja. Neka svi vaši prijatelji budu upoznati s vašim dostignućima, upoznajte druge vježbače i pronađite dodatnu motivaciju u zajednicama vježbača. Sve to pronaći ćete na [flow.polar.com](http://flow.polar.com).

## POSTAVLJANJE UREĐAJA OH1


Preporučujemo da napunite bateriju prije nego počnete koristiti OH1. Ako je baterija potpuno prazna, proći će nekoliko trenutaka do početka punjenja. U odjeljku [Baterije](#) pronaći ćete detaljne informacije o punjenju baterije.

 *Napomena: kada je baterije uređaja OH1 dovoljno napunjena, bit će dostupan za sve kompatibilne prijemnike u blizini.*

### ODABERITE JEDNU MOGUĆNOST ZA POSTAVLJANJE

A. Kabelsko postavljanje putem računala je brže i omogućava istovremeno punjenje uređaja OH1, ali potrebno vam je slobodno računalo. Za ovaj način potrebna vam je veza s internetom.

B. Postavljanje putem mobilnog uređaja praktično je ako nije slobodan pristup USB priključku računala, ali ono traje dulje. Za ovaj način potrebna vam je veza s internetom.

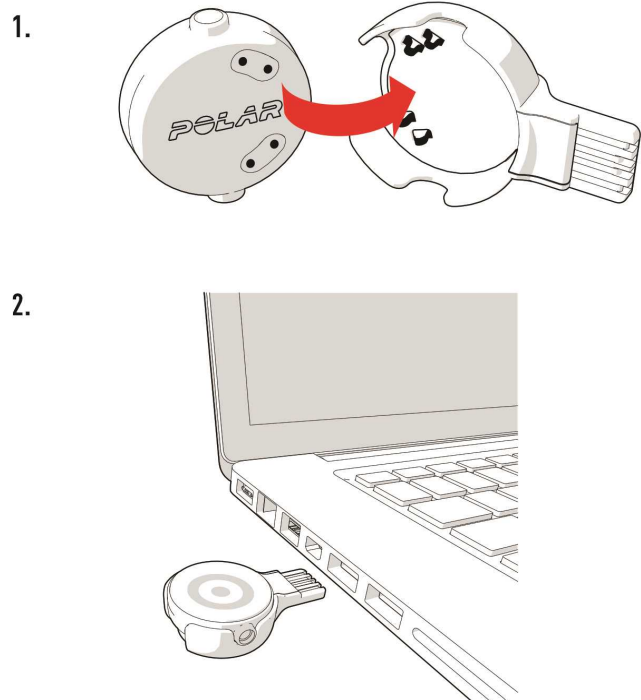
 *Odjednom unesite sve tjelesne podatke potrebne za precizne podatke o vježbanju i dohvatite najnoviji firmver za uređaj OH1.*

## MOGUĆNOST A: POSTAVLJANJE PUTEM SOFTVERA FLOWSYNC NA RAČUNALU

1. Stavite senzor u USB adapter s lećama okrenutima prema gore kako bi se kontakti senzora i USB adaptera mogli spojiti (slika 1).
2. Priključite USB adapter u USB priključak na računalo (slika 2), idite na stranicu [flow.polar.com/start](http://flow.polar.com/start) i na računalo instalirajte softver za prijenos podataka Polar FlowSync.
3. Prijavite se s vašim Polar računom ili izradite novi. Na internetskoj stranici ćemo vas voditi kroz postupak prijave i postavljanja.

Tijekom postavljanja morat ćete odabrati gdje nosite proizvodit i unijeti vaše tjelesne postavke. Važno je da ih pravilno postavite kako biste dobivali što preciznije podatke.

**Nakon dovršetka postavljanja, spremni ste za pokret. Zabavite se!**



## MOGUĆNOST B: POSTAVLJANJE POMOĆU APLIKACIJE FLOW NA MOBILNOM UREĐAJU

Polar OH1 bežično se bežično povezuje s mobilnom aplikacijom Polar Flow putem funkcije Bluetooth Smart, stoga je nemojte zaboraviti uključiti na mobilnom uređaju.

Na adresi [support.polar.com](http://support.polar.com) možete provjeriti kompatibilnost s aplikacijom Polar Flow.

1. Preuzmite aplikaciju Polar Flow na mobilni uređaj.
2. Na mobilnom uređaju uključite značajku Bluetooth® i otvorite aplikaciju Flow.
3. Uključite OH1 držeći pritisnutim gumb dok se ne uključi LED, aplikacija Flow će vas zatim upitati želite i započeti s uparivanjem. Odgovorite potvrdno na upit i pratite upute na zaslonu.

Tijekom postavljanja morat ćete odabrati gdje nosite proizvodit i unijeti vaše tjelesne postavke. Važno je da ih pravilno postavite kako biste dobivali što preciznije podatke.

**Nakon dovršetka postavljanja, spremni ste za pokret. Zabavite se!**

## FUNKCIJE GUMBA I LED INDIKATORI

OH1 ima jedan gumb s različitim funkcijama koje ovise o namjeni i duljini pritiska. LED na uređaju označava različite načine rada. U nastavku pogledajte koje funkcije gumb ima u različitim načinima rada i koja značenja imaju različite boje LED indikatora.

### Brze upute unutar držača narukvice

Sljedeće oznake vidljive se u držaču senzora u narukvici. Oznake objašnjavaju osnovne funkcije gumba uređaja OH1.

**1X = UKLJUČIVANJE** (uključivanje napajanja: Kratki pritisak gumba)

**2X = SNIMANJE** (uključivanje snimanja vježbanja – ako ga želite koristiti kao zasebni uređaj za vježbanje: Dvaput pritisnite gumb kad je OH1 uključen)

**1X DUGOTRAJNO - ISKLJUČENO** (isključivanje napajanja: Dugotrajan pritisak gumba)

### FUNKCIJE GUMBA

Uključivanje napajanja:	Kratki pritisak gumba
Uključivanje snimanja vježbanja (ako ga želite koristiti kao zasebni uređaj za vježbanje):	Dvaput pritisnite gumb kad je OH1 uključen
Isključivanje napajanja:	Dugotrajan pritisak gumba

### LED VODIČ

#### ZA VRIJEME PUNJENJA

Punjenje:	Žuti LED sporo trepće
Baterija puna:	Zeleni LED neprekidno svijetli

#### NAKON UKLJUČIVANJA NAPAJANJA

Status baterije normalan:	Zeleni LED zatreptat će pet puta
Status baterije slab:	Crveni LED zatreptat će pet puta

#### KADA SE KORISTI KAO SENZOR

Brzina otkucaja srca nije otkrivena:	Bijeli LED trepće jednom u dvije sekunde
Brzina otkucaja srca je otkrivena:	Zeleni LED trepće jednom u dvije sekunde

## KADA GA KORISTITE KAO ZASEBNI UREĐAJ ZA VJEŽBANJE

Snimanje vježbanja je uključeno, ali nije izvršena prva upotreba:	Crveni LED zatreptat će tri puta
Brzina otkucaja srca nije otkrivena:	Bijeli LED dvaput će brzo zatreptati
Brzina otkucaja srca je otkrivena:	Zeleni LED dvaput će brzo zatreptati
Slaba baterija:	Zeleni i crveni LED izmjenjuju iz sekunde u sekundu
Baterija kritična:	Crveni LED brzo trepće

## ZA VRIJEME TESTA KONDICIJE

Brzina otkucaja srca nije otkrivena:	Bijeli LED trepće jednom u dvije sekunde
Brzina otkucaja srca je otkrivena:	Ljubičasti LED trepće jednom u dvije sekunde

## OSTALO

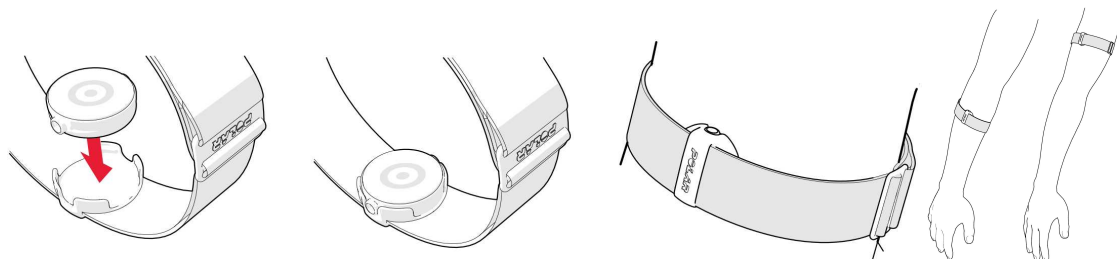
Povezivanje, sinkronizacije ili uparivanje:	Treptat će plavi LED
Traženje ili čekanje potvrde:	Plavi LED brzo trepće
Ažuriranje firmvera:	Plavi LED neprekidno svijetli
Greška:	Crveni LED neprekidno svijetli

## NOŠENJE UREĐAJA OH1

### ZA VRIJEME MJERENJA BRZINE OTKUCAJA SRCA NA PODLAKTICI ILI NADLAKTICI

Kako bi mjerenje brzine otkucaja srca bilo precizno, udobno postavite OH1 na podlakticu ili nadlakticu, ne i na ručni zglob.

1. Stavite senzor u držač narukvice s lećama okrenutima prema gore.
2. Nosite narukvicu tako da senzor bude na njenoj donjoj strani, čvrsto prislonjen uz kožu.
3. Nosite OH1 oko podlaktice ili nadlaktice.



Senzor mora stalno dodirivati kožu, ali ne prejako kako se ne bi zaustavio protok krvi. Kako bi mjerenje brzine otkucaja srca bilo što točnije, predlažemo da nosite OH1 nekoliko minuta prije nego započnete s mjerenjem brzine otkucaja srca.

## UPARIVANJE

### UPARIVANJE MOBILNOG UREĐAJA S UREĐAJEM OH1

Ako ste završili postavljanje uređaja OH1 pomoću mobilnog uređaja prema uputama u poglavlju "Postavljanje uređaja OH1" on page 10, OH1 je već uparen s vašim mobilnim uređajem.


Ako ste postavljanje izvršili pomoću računala i OH1 želite koristiti putem aplikacije Polar Flow, prije uparivanja s aplikacijom Flow trebate obaviti jednu sesiju vježbanja s OH1 kao neovisnim uređajem. Više pojedinosti potražite u nastavku.

Prije uparivanja pobrinite se da vrijedi sljedeće:

- Imate Polar račun i aplikaciju Flow.
- Na mobilnom uređaju mora je uključena značajka Bluetooth, a zrakoplovni način rada nije uključen.
- Proveli ste barem jedno vježbanje s uređajem OH1 kao zasebnim uređajem za vježbanje. Pojedinosti ćete pronaći u poglavlju "Početak vježbanja" on page 17

Ako su zadovoljeni svi gornji kriteriji:

1. Prijavite se u aplikaciju Flow s Polar računom.
2. Na uređaju OH1 držite pritisnutim gumb dok se ne uključi LED, zatim ga otpustite. OH1 će se uključiti.
3. Aplikacija Flow automatski će vas obavijestiti da uparite OH1 s njime ako se nalazi u dometu Bluetooth veze.

 *Uređaj OH1 sinkronizirat će se s aplikacijom Flow automatski ako je telefon u dometu Bluetooth veze. Kada sinkronizirate OH1 s aplikacijom Flow, podaci o vježbanju također će se sinkronizirati s internetskom uslugom Flow, putem internetske veze.*

### UPARITE OH1 S POLAR RUČNIM UREĐAJEM

Na uređaju OH1 držite pritisnutim gumb dok se ne uključi LED , zatim ga otpustite. OH1 će se uključiti.

Pogledajte korisnički priručnik Polar ručnog uređaja na [support.polar.com](https://support.polar.com) ako vam trebaju detaljne upute za uparivanje.

## UPARIVANJE UREĐAJA OH1 S APLIKACIJOM POLAR BEAT

1. Aplikaciju Polar Beat preuzmite na mobilni uređaj s usluge App Store® ili Google Play™.
2. Pobrinite se da je na vašem mobilnom uređaju uključena značajka Bluetooth te da je isključen zrakoplovni način rada.
3. Otvorite aplikaciju Polar Beat na mobilnom uređaju i prijavite se s vašim Polar računom koji ste izradili prilikom postavljanju uređaja OH1 ili izradite novi račun, ako ga nemate.
4. Na uređaju OH1 držite pritisnutim gumb dok se ne uključi LED, zatim ga otpustite. OH1 će se uključiti.
5. U aplikaciji Beat uđite u **Settings > HR sensor** (Postavke > Senzor brzine otkucaja srca) i dodirnite opciju **Pair** (Upari) pored uređaja OH1 u području **Found sensor** (Traženje senzora).


## AŽURIRANJE FIRMVERA

Firmver uređaja OH1 možete sami ažurirati. Putem usluge Flow dobit ćete obavijest o dostupnosti nove verzije. Ažuriranja firmvera se izvode kako bi se poboljšala funkcionalnost uređaja OH1. Ona mogu sadržati poboljšanja postojećih značajki, potpuno nove značajke ili rješenja za programske greške. Preporučujemo da ažurirate firmver uređaja OH1 svaki put kada je dostupna nova verzija.

 Tijekom ažuriranja firmvera nećete izgubiti podatke. Prije početka ažuriranja, podaci s uređaja OH1 sinkronizirat će se s internetskom uslugom Flow.

## POMOĆU MOBILNOG UREĐAJA ILI TABLETA

Firmver možete ažurirati i pomoću mobilnog uređaja, ako mobilnu aplikaciju Polar Flow koristite za sinkroniziranje podataka o vježbanju i aktivnostima. Aplikacija će vas obavijestiti ako je dostupno ažuriranje i vodit će vas kroz postupak. Preporučamo priključiti OH1 u izvor napajanja prije početka ažuriranja kako ne bi došlo do smetnji u postupku ažuriranja.

 Ažuriranje firmvera bežičnim putem može trajati do 20 minuta, ovisno o vezi.

## POMOĆU RAČUNALA

Uvijek kada je dostupna nova verzija firmvera, softver FlowSync će vas o tome obavijestiti nakon povezivanja uređaja OH1 s računalom. Ažuriranja firmvera preuzimaju se putem softvera FlowSync.

### Ažuriranje firmvera:

1. Stavite senzor u USB adapter s lećama okrenutima prema gore kako bi se kontakti senzora i USB adaptera mogli spojiti.
2. Priključite USB adapter u USB priključak na računalu.
3. FlowSync će započeti sinkronizaciju vaših podataka.

4. Nakon sinkronizacije, bit ćete upitani želite li ažurirati firmver.
5. Odaberite **Yes** (Da). Instalirat će se novi firmver (to može potrajati 10 minuta). Pričekajte završetak ažuriranja firmvera, tek tada odvojite OH1 od računala.



# VJEŽBANJE S MJERENJEM BRZINE OTKUCAJA SRCA

Iako postoje mnogi subjektivni znakovi o tome kako se ponaša vaše tijelo za vrijeme vježbanja (osjećaj naprezanja, brzina disanja, tjelesni osjeti), niti jedan nije pouzdan poput mjerenja brzine otkucaja srca. Ona je objektivna i na nju utječu i unutarnji i vanjski čimbenici – to znači da ćete imati pouzdan pokazatelj vašeg tjelesnog stanja.

## MJERENJE BRZINE OTKUCAJA SRCA UREĐAJEM OH1

Kako bi mjerenje brzine otkucaja srca bilo precizno, udobno postavite OH1 na podlakticu ili nadlakticu. Senzor stalno mora dodirivati kožu, ali narukvica ne smije biti previše stegnuta kako ne bi zaustavila protok krvi. Kako bi mjerenje brzine otkucaja srca bilo što točnije, predlažemo da nosite OH1 nekoliko minuta prije nego započnete s mjerenjem brzine otkucaja srca.

Ako imate tetovaže, ne postavljajte senzor izravno na iste, jer tako može doći do netočnih očitavanja.

Osim toga, dobro je zagrijati kožu ako vam se ruke i koža brzo pothlađuju. Potaknite cirkulaciju prije započinjanja vježbanja!

Detaljne upute za nošenje uređaja OH1 pronaći ćete u odjeljku "Nošenje uređaja OH1" on page 13

## POČETAK VJEŽBANJA

Nosite OH1 oko podlaktice ili nadlaktice, pojedinosti potražite u odjeljku "Nošenje uređaja OH1" on page 13


## POČETAK VJEŽBANJA S UREĐAJEM KAO ZASEBNIM UREĐAJEM ZA VJEŽBANJE

**Prije nego OH1 počnete koristiti kao neovisni uređaj za vježbanje, morate ga registrirati i povezati s Polar Flow računom.** Pojedinosti ćete pronaći u odjeljku "Postavljanje uređaja OH1" on page 10.

1. Uključite uređaj OH1 držeći pritisnutim gumb dok se ne uključi LED, zatim ga otpustite.
2. OH1 će se uključiti pa dvaput kratko pritisnite gumb kako biste uključili snimanje.
3. Kada se otkrije brzina otkucaja srca, zeleni LED će brzo treptati i moći ćete započeti s vježbanjem.

Po završetku vježbanja, snimanje ćete zaustaviti tako da zadržite gumb do isključivanja LED indikatora. Zatim sinkronizirajte svoja vježbanja s aplikacijom Flow i internetskom uslugom kako biste mogli

pregledati pojedinosti o vašem vježbanju. Više informacija potražite u odjeljku "Sinkronizacija" on page 22.


 Kada uređaj koristite kao zasebni uređaj za vježbanje, vježbanja će se pohranjivati u sportski profil **Other indoor** (Ostale aktivnosti u zatvorenom). U memoriju je moguće pohraniti do 200 sati vježbanja.


## **ZAPOČINJANJE VJEŽBANJA S POLAR RUČNIM UREĐAJEM**

Prije početka, provjerite je li OH1 uparen s Polar ručnim uređajem. Pojedinosti ćete pronaći u odjeljku "Uparivanje" on page 14.

1. Uključite uređaj OH1 držeći pritisnutim gumb dok se ne uključi LED, zatim ga otpustite.
2. OH1 će se uključiti i moći ćete ga koristiti kao senzor brzine otkucaja srca zajedno s Polar ručnim uređajem.
3. Nakon otkrivanja vaše brzine otkucaja srca, zeleni LED treptat će jednom u dvije sekunde.
4. Započnite vježbanje s Polar ručnim uređajem.

Po završetku vježbanja, snimanje ćete zaustaviti na Polar ručnom uređaju. Zatim sinkronizirajte svoja vježbanja s aplikacijom Flow i internetskom uslugom kako biste mogli pregledati pojedinosti o vašem vježbanju. Više informacija potražite u odjeljku "Sinkronizacija" on page 22.

 Napomena: Polar test kondicije i ortostatski test, koji su dostupni na određenim Polar ručnim uređajima i računalima za bicikl, ne mogu se izvršiti s uređajem Polar OH1.

 Kada koristite OH1 s Polar ručnim uređajem, vaše vježbanje u nekim slučajevima bit će dvaput prikazano na internetskoj usluzi Polar Flow i u istoimenoj aplikaciji. To se može dogoditi ako snimanje na uređaju OH1 nehotično uključite prilikom započinjanja vježbanja. Kopiju vježbanja možete izbrisati na internetskoj usluzi Flow i u istoimenoj aplikaciji.

## **POČETAK VJEŽBANJA POMOĆU APLIKACIJE POLAR BEAT**

Prije početka, provjerite je li OH1 uparen s aplikacijom Polar Beat. Pojedinosti ćete pronaći u odjeljku "Uparivanje" on page 14.

1. Uključite uređaj OH1 držeći pritisnutim gumb dok se ne uključi LED, zatim ga otpustite.
2. OH1 će se uključiti i moći ćete ga koristiti kao senzor brzine otkucaja srca zajedno s aplikacijom Polar Beat.
3. Nakon otkrivanja vaše brzine otkucaja srca, zeleni LED treptat će jednom u dvije sekunde.
4. Započnite vježbanje u aplikaciji Polar Beat.

Po završetku vježbanja, snimanje ćete zaustaviti dodiranjem gumba za zaustavljanje u aplikaciji Polar Beat.

# APLIKACIJA POLAR FLOW

U mobilnoj aplikaciji Polar Flow možete vidjeti brzo tumačenje vaših podataka o vježbanju.

## PODACI O VJEŽBANJU

Pomoću aplikacije Polar Flow možete jednostavno pristupiti podacima o vašim prošlim i planiranim vježbanjima.

Odmah ćete dobiti brzi pregled vašeg vježbanja i analizirati svaku pojedinost vaše izvedbe. U dnevniku vježbanja pogledajte tjedne preglede vaših vježbanja. Osim toga, najbitnije stavke vašeg vježbanja možete i podijeliti s vašim pratiteljima pomoću funkcije dijeljenja slika.

## DIJELJENJE SLIKA

Pomoću funkcije dijeljenja slika u sklopu aplikacije Flow možete dijeliti slike s integriranim podacima o vježbanju putem najpopularnijih društvenih medija kao što su Facebook i Instagram, s integriranim podacima o vježbanju. Možete podijeliti postojeću fotografiju ili napraviti novu te je prilagoditi koristeći podatke o vježbanju. Ako je tijekom vježbanja bilo uključeno GPS snimanje, moći ćete podijeliti i snimku zaslona rute vježbanja.

Za pregled videozapisa, kliknite sljedeću poveznicu:

[Aplikacija Polar Flow app | Dijeljenje rezultata vježbanja s fotografijom](#)

## POČETAK KORIŠTENJA APLIKACIJE FLOW

"Postavljanje uređaja OH1" on page 10 pomoću mobilnog uređaja i aplikacije Flow.

Za početak korištenja aplikacije Flow, preuzmite je s usluge App Store® ili Google Play™ na mobilni uređaj. Aplikacija Flow za iOS kompatibilna je sa uređajem iPhone 4S (i novijim), a za rad joj treba Appleov iOS 7.0 (ili noviji). Mobilna aplikacija Polar Flow za Android kompatibilna je s uređajima koji rade na sustavu Android 4.3 ili novijem. Podršku i dodatne informacije o korištenju aplikacije Polar Flow pronaći ćete na [support.polar.com/en/support/Flow\\_app](http://support.polar.com/en/support/Flow_app).

Prije početka korištenja novog mobilnog uređaja (pametnog telefona, tableta), potrebno je upariti ga sa uređajem OH1. Više informacija pronaći ćete u odjeljku "Uparivanje" on page 14.

Uređaj OH1 nakon vježbanja automatski će sinkronizirati vaše podatke o vježbanju s aplikacijom Flow. Ako je vaš telefon povezan s internetom, podaci o aktivnostima i vježbanju automatski će se

sinkronizirati i s internetskom uslugom Flow. Aplikacija Flow najlakši je način sinkronizacije podataka o vježbanju na uređaju OH1 s internetskom uslugom Flow. Upute o sinkronizaciji pronaći ćete u "Sinkronizacija" on page 22.

Za dodatne upute i informacije o značajkama aplikacije Flow posjetite [stranicu za podršku aplikacije Polar Flow](#).

## INTERNETSKA USLUGA POLAR FLOW

Na internetskoj usluzi Polar Flow možete planirati i detaljno analizirati vježbanje i tako saznati više o vašoj izvedbi. Osim toga, najbitnije stavke vježbanja možete i podijeliti s vašim pratiteljima u Flow zajednici, a možete se i prijaviti za satove u klubu gdje ćete dobiti osobno prilagođen program vježbanja za određenu utrku.

Internetska usluga Polar Flow prikazuje postotak ispunjenosti vašeg cilja za dnevne aktivnosti i pojedinosti o vašim aktivnostima te vam pomaže da shvatite kako vaše svakodnevne navike i odluke utječu na vaše opće stanje.

"Postavljanje uređaja OH1" on page 10 pomoću računala na stranici [flow.polar.com/start](http://flow.polar.com/start). Tamo ćete biti usmjereni na preuzimanje i instalaciju softvera FlowSync za sinkroniziranje podataka između uređaja OH1 i internetske usluge te na izradu korisničkog računa za internetsku uslugu. Ako se postavljanje izvršiti mobilnim uređajem i aplikacijom Flow, moći ćete se prijaviti na internetsku uslugu Flow s akreditivima koje ste izradili tijekom postavljanja.

### FEED (PRAĆENJE)

U stavci **Feed** (Praćenje) možete vidjeti što ste vi i vaši prijatelji radili u zadnje vrijeme. Pogledajte naše najnovije preglede vježbanja i aktivnosti, podijelite svoja najveća dostignuća, komentirajte i izrazite sviđanje za aktivnosti vaših prijatelja.

### EXPLORE (ISTRAŽI)

U **Explore** (Istraži) možete pregledati kartu i podijeljena vježbanja drugih korisnika uz podatke o ruti. Osim toga, možete i oživiti rute drugih osoba kako biste vidjeli na kojim mjestima su se dogodile najbitnije stavke.

Za pregled videozapisa, kliknite sljedeću poveznicu:

[Internetska usluga Polar Flow | Explore](#)

## DIARY (DNEVNIK)

U stavci **Diary** (Dnevnik) možete vidjeti vaše dnevne aktivnosti, spavanje, planirana vježbanja (ciljeve vježbanja) te pregledati prethodne rezultate vježbanja.

## PROGRESS (NAPREDAK)

U stavci **Progress** (Napredak) možete pratiti svoj razvoj prema izvještajima.

Izvještaji o vježbanju su praktičan način praćenja vašeg napretka u vježbanju tijekom dužeg vremenskog razdoblja. U tjednim, mjesečnim i godišnjim izvještajima možete odabrati sport o kojemu želite izvještaj. U prilagođenom razdoblju možete odabrati razdoblje i sport. S padajućih popisa odaberite vremensko razdoblje i sport pa pritisnite ikonu kotača kako biste odabrali podatke koje želite pregledati na grafu izvještaja.

Uz pomoć izvještaja o aktivnostima možete pratiti dugoročni trend vaših dnevnih aktivnosti. Odaberite pregled dnevnih, tjednih ili mjesečnih izvještaja. U izvještaju o aktivnosti možete vidjeti svoje najbolje dane u pogledu dnevnih aktivnosti, napravljenih koraka, utrošenih kalorija i spavanja tijekom odabranog razdoblja.

Izvještaj o indeksu trčanja je alat koji pomaže u dugoročnom praćenju napretka vašeg indeksa trčanja te u procjeni uspješnosti u utrci na 10K ili u polumaratonu.

## ZAJEDNICA

U **Flow Groups** (Flow grupe), **Clubs** (Klubovi) i **Events** (Događaji) možete pronaći ostale vježbače koji vježbaju za isti događaj ili u istom rekreacijskom klubu kao i vi. A možete i izraditi vlastitu grupu za osobe s kojima želite vježbati. Možete podijeliti svoja vježbanja i savjete o istom, komentirati rezultate vježbanja drugih članova i biti dijelom Polar zajednice. U Flow klubovima možete pregledavati raspored sati i prijaviti se za sate. Pridružite se i pronađite motivaciju u zajednicama vježbača!

Za pregled videozapisa, kliknite sljedeću poveznicu:

[Polar Flow događaji](#)

## PROGRAMI

Polarov Running Program (Program trčanja) je prilagođen vašem cilju prema Polarovih zonama brzine otkucaja srca, i uzima u obzir vaše osobine te učestalost vježbanja. Program je inteligentan, prilagođava se putem na temelju vašeg razvoja. Polarove programe trčanja možete koristiti za utrke na 5.000, 10.000 metara, polumaraton i maraton, a sastoji se od dva do pet vježbanja trčanja tjedno, ovisno o samom programu. Vrlo je jednostavan!

Za podršku i dodatne informacije o korištenju internetske usluge Flow idite na [support.polar.com/en/support/flow](https://support.polar.com/en/support/flow).

## SINKRONIZACIJA

Podatke s uređaja OH1 u aplikaciju Polar Flow možete prenositi bežično putem Bluetooth veze. Ili sinkronizirajte OH1 s internetskom uslugom Polar Flow putem USB priključka i softvera FlowSync. Da biste mogli sinkronizirati podatke između uređaja OH1 i aplikacije Flow, morate imati Polar račun. Ako želite izravno sinkronizirati podatke na uređaju OH1 s internetskom uslugom, osim Polar računa trebat će vam i softver FlowSync. Ako ste postavili uređaj OH1, izradili ste i Polar račun. Ako ste uređaj OH1 postavili putem računala, na istom već imate softver FlowSync.

Nemojte zaboraviti sinkronizirati i ažurirati podatke između uređaja OH1, internetske usluge i mobilne aplikacije, gdje god se nalazili.


### SINKRONIZACIJA POMOĆU MOBILNE APLIKACIJE FLOW

Prije sinkronizacije pobrinite se da vrijedi sljedeće:

- Imate Polar račun i aplikaciju Flow.
- Na mobilnom uređaju mora je uključena značajka Bluetooth, a zrakoplovni način rada nije uključen.
- Uparili ste OH1 s mobilnim telefonom. Više informacija pronaći ćete u "Uparivanje" on page 14.

Sinkronizacija podataka:

1. Prijavite se u aplikaciju Flow s Polar računom.
2. Na uređaju OH1 držite pritisnutim gumb dok se ne uključi LED, zatim ga otpustite. OH1 će se uključiti.
3. Uređaj OH1 sinkronizirat će se s aplikacijom Flow automatski ako je telefon u dometu Bluetooth veze.

 *Uređaj OH1 automatski će se sinkronizirati s aplikacijom Flow po završetku vježbanja, ako je telefon u dometu Bluetooth veze. Kada sinkronizirate OH1 s aplikacijom Flow, podaci o vježbanju također će se sinkronizirati s internetskom uslugom Flow, putem internetske veze.*


Podršku i dodatne informacije o korištenju aplikacije Polar Flow pronaći ćete na [support.polar.com/en/support/Flow\\_app](https://support.polar.com/en/support/Flow_app).

## SINKRONIZACIJA S INTERNETSKOM USLUGOM FLOW UZ POMOĆ SOFTVERA FLOWSYNC

Ako želite izvršiti sinkronizaciju s internetskom uslugom Flow, potreban vam je softver FlowSync. Idite na [flow.polar.com/start](http://flow.polar.com/start) pa ga preuzmite i instalirajte prije nego pokušate izvesti sinkronizaciju.

1. Stavite senzor u USB adapter s lećama okrenutima prema gore kako bi se kontakti na senzoru i USB adapteru mogli spojiti.
2. Priključite USB adapter u USB priključak na računalo. Pokrenite softver FlowSync.
3. Na računalo će se otvoriti prozor FlowSync, nakon čega će započeti sinkronizacija.
4. Po dovršetku će se prikazati Completed (Dovršeno).

Svaki put kada priključite uređaj OH1 u računalo, softver Polar FlowSync će prebaciti vaše podatke na internetsku uslugu Polar Flow i sinkronizirati sve postavke koje ste eventualno promijenili. Ako sinkronizacija ne započne automatski, pokrenite FlowSync pomoću ikone na radnoj površini (Windows) ili iz mape s aplikacijama (Mac OS X). Uvijek kada je dostupno ažuriranje firmvera, FlowSync će vas o tome obavijestiti i od vas zatražiti da instalirate to ažuriranje.

 *Ako promijenite postavke na internetskoj usluzi Flow kada je OH1 priključen u računalo, pritisnite gumb za sinkronizaciju u softveru FlowSync kako bi se te postavke prenijele na uređaj OH1.*

Za podršku i dodatne informacije o korištenju internetske usluge Flow, idite na [support.polar.com/en/support/flow](http://support.polar.com/en/support/flow).

Za podršku i dodatne informacije o korištenju softvera FlowSync, idite na [www.polar.com/en/support/FlowSync](http://www.polar.com/en/support/FlowSync)

# BATERIJA

Na kraju radnoga vijeka proizvoda, Polar vas potiče da svedete na minimum moguće utjecaje otpada na okoliš i ljudsko zdravlje prateći lokalne propise o zbrinjavanju otpada i, kada je moguće, zasebno sakupite elektroničke uređaje. Ne odlažite ovaj proizvod kao nerazvrstani komunalni otpad.

## PUNJENJE BATERIJE OH1

Uređaj OH1 ima unutarnju, akumulatorsku bateriju. Akumulatorske baterije imaju ograničen broj ciklusa punjenja. Možete napuniti i isprazniti bateriju preko 300 puta prije znatno smanjenja njenog kapaciteta. Broj ciklusa punjenja također varira ovisno o uporabi i radnim uvjetima.

**i** Nemojte puniti bateriju na temperaturama ispod 0 °C/+32 °F ili iznad +40 °C/+104 °F ili kada su kontakti za punjenje mokri.

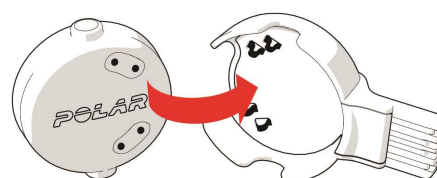
USB kabel koji je isporučen uz komplet proizvoda koristite za punjenje putem USB priključka na vašem računalu. Bateriju možete puniti i putem zidne utičnice. Prilikom punjenja putem zidne utičnice, koristite USB adapter napajanja (nije isporučen u kompletu proizvoda). Ako koristite USB adapter napajanja, provjerite nosi li on oznaku za "izlazno napajanje 5 V DC" i isporučuje li minimalno 500 mA. Koristite samo onaj USB adapter napajanja koji ima odgovarajuće sigurnosno odobrenje (oznaka "LPS", "Limited Power Supply" ili "UL listed").

**i** Prije punjenja, pazite da na uređaju OH1 ili priključcima USB adaptera uređaja OH1 nema vlage, dlačica, prašine ili prljavštine. Nježno prebrišite svu prljavštinu i ispušite prašinu. Ne koristite oštre alate pri čišćenju kako ne bi došlo do ogrebotina.

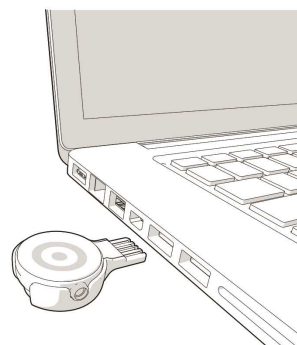
Ako uređaj OH1 želite napuniti pomoću računala, jednostavno ga priključite u računalo pri čemu ga možete i sinkronizirati pomoću softvera FlowSync.

1. Stavite senzor u USB adapter s lećama okrenutima prema gore kako bi se kontakti na senzoru i USB adapteru mogli spojiti (slika 1).
2. Priključite USB adapter u USB priključak na računalu ili USB zidnu utičnicu (slika 2).

1.



2.





## BRIGA O UREĐAJU OH1

Poput drugih elektroničkih uređaja, Polar OH1 treba čistiti i pažljivo koristiti. Sljedeće upute pomoći će vam da ispunite jamstvene obveze, održavate uređaj u vrhunskom stanju i izbjegnute probleme s punjenjem ili sinkronizacijom.

### ODRŽAVAJTE ČISTOĆU UREĐAJA OH1

Nakon svakog vježbanja mekim ručnikom prebrišite svu prljavštinu i blato s uređaja OH1.

**Uređaj OH1 i kontakte za punjenje na njegovom USB adapteru održavajte čistima kako bi punjenje i sinkroniziranje teklo nesmetano.**

Prije punjenja, pazite da na uređaju OH1 ili kontaktima za punjenje USB adaptera uređaja OH1 nema vlage, dlačica, prašine ili prljavštine. Nježno prebrišite prljavštinu i ispušite prašinu. Ne koristite oštre alate pri čišćenju kako ne bi došlo do ogrebotina.

Kontakte uređaja OH1 držite čistima kako biste ih zaštitili od oksidacije i ostalih mogućih oštećenja koja nastaju djelovanjem prljavštine i slane vode (npr. znoj ili morska voda). **Ne punite uređaj OH1 kada su kontakti za punjenje mokri ili znojni.**

### VODITE DOBRU BRIGU O OPTIČKOM SENZORU BRZINE OTKUČAJA SRCA

Na području optičkog senzora ne smije biti ogrebotina. Međutim, male ogrebotine ne mogu utjecati na optičko mjerenje brzine otkučaja srca.

### ČUVANJE

Uređaj za vježbanje čuvajte na hladnom i suhom mjestu. Ne držite ga u vlažnoj okolini, neprozračnom materijalu (plastičnoj vreći ili sportskoj torbi) niti s vodljivim materijalom (mokar ručnik). Uređaj ne ostavljajte dugo pod izravnim utjecajem sunčeve svjetlosti, npr. ne ostavljajte ga u automobilu. Preporučujemo da uređaj za vježbanje pohranite djelomično ili potpuno napunjen. Baterija se polako troši kada je pohranjena. Planirate li pohraniti uređaj za vježbanje na nekoliko mjeseci, preporučujemo vam da ga nadopunite nakon nekoliko mjeseci. Tako ćete produžiti radni vijek baterije.

**Uređaj ne ostavljajte na ekstremnoj hladnoći (ispod  $-10\text{ }^{\circ}\text{C}/14\text{ }^{\circ}\text{F}$ ) ili toplini (iznad  $50\text{ }^{\circ}\text{C}/120\text{ }^{\circ}\text{F}$ ) ili na izravnom sunčevom svjetlu.**

### SERVIS

Tijekom prve dvije godine jamstvenog razdoblja, preporučamo da servis obavite u ovlaštenom Polar servisnom centru. Jamstvo ne obuhvaća štetu ili posljedičnu štetu prouzročenu u servisu koji nije

ovlašten od tvrtke Polar Electro. Dodatne informacije pronaći ćete u Ograničeno međunarodno jamstvo Polar.

Podatke za kontakt i sve adrese servisnog centra Polar pronaći ćete na [support.polar.com](https://support.polar.com) i internetskoj stranici za vašu zemlju.

## MJERE OPREZA

Polar OH1 predviđen je za mjerenje brzine otkucaja srca. Nije namijenjen u druge svrhe.

Uređaj za vježbanje ne smije se koristiti za mjerenje podatka iz okoline koje zahtijeva profesionalnu ili industrijsku preciznost.

Preporučujemo da uređaj i narukvicu povremeno operete kako prljava narukvica ne bi izazvala probleme s kožom.

## SMETNJE TIJEKOM VJEŽBANJA

### Elektromagnetske smetnje i oprema za vježbanje

Smetnje se mogu javiti u blizini električnih uređaja. Osim toga, WLAN bazne jedinice mogu prouzročiti ometanje prilikom vježbanja s uređajem za vježbanje. Da izbjegnute pogrešno očitavanje ili neodgovarajuće ponašanje, udaljite se od mogućih izvora smetnji.

Oprema za vježbanje s elektroničkim ili električkim komponentama, kao što su LED zasloni, motori i električne kočnice, mogu ometati signale.

Ako uređaj za vježbanje i dalje ne radi s opremom za vježbanje, ona možda ima previše električkih smetnji za bežično mjerenje brzine otkucaja srca. Više informacija potražite na [www.polar.com/support](https://www.polar.com/support).

## SMANJITE OPASNOSTI TIJEKOM VJEŽBANJA

Vježbanje može uključivati neke rizike. Prije početka redovitog programa vježbanja odgovorite na sljedeća pitanja u vezi vašeg zdravstvenog stanja. Ako je vaš odgovor na neko od ovih pitanja potvrđan, preporučujemo vam da potražite liječnički savjet prije početka programa vježbanja.

- Jeste li bili tjelesno neaktivni tijekom proteklih pet godina?
- Imate li visok krvni tlak ili visok kolesterol u krvi?
- Pijete li lijekove za krvni tlak ili za srce?
- Jeste li nekada imali poteškoća s disanjem?


- Imate li simptome neke bolesti?
- Da li se oporavljate od ozbiljne bolesti ili medicinskog liječenja?
- Koristite li pejsmejker ili drugi implantirani elektronički uređaj?
- Jeste li pušač?
- Jeste li trudni?


Zapamtite da osim intenziteta vježbanja, na srčani ritam mogu utjecati i lijekovi za srce, krvni tlak, psihološka stanja, astma, disanje itd., kao i neka energetska pića, alkohol te nikotin.

Važno je da oslušujete svoje tijelo za vrijeme vježbanja. **Osjetite li iznenadnu bol ili pretjeran umor za vrijeme vježbanja, preporučujemo da prekinete s vježbanjem ili nastavite manjim intenzitetom.**

**Napomena!** Koristite li srčani stimulator, slobodno koristite Polar proizvode. U teoriji, ometanje pejsmejкера prouzročeno Polar proizvodima ne bi smjelo biti moguće. U praksi ne postoje izvješća koja upućuju na osobe koje su ikada doživjele ometanje. Ipak, ne možemo službeno jamčiti za usklađenost svojih proizvoda sa svim srčanim stimulatorima ili drugim implantiranim uređajima zbog mnoštva raspoloživih uređaja. Ako sumnjate ili ste doživjeli neobične pojave tijekom uporabe Polar proizvoda, obratite se vašem liječniku ili proizvođaču implantiranog elektroničkog uređaja kako biste odredili sigurnost u vašem slučaju.

Ako ste alergični na neku tvar koja dolazi u doticaj s vašom kožom ili sumnjate na alergijsku reakciju zbog uporabe proizvoda, pogledajte popis materijala u tehničkim specifikacijama.

 *Kombinirani utjecaj vlage i jake abrazije može prouzročiti skidanje boje s površine senzora brzine otkucaja srca i zamrljati odjeću. Ako upotrebljavate parfem, kremu za sunčanje ili sredstvo za zaštitu od insekata na koži, pobrinite se da ne dođe u kontakt s uređajem za vježbanje ili senzorom brzine otkucaja srca. Ne nosite odjeću u boji koja se može prenijeti na uređaj za vježbanje (to se posebno odnosi na uređaje za vježbanje svijetlih/jarkih boja), kada ih nosite zajedno.*

 Ovaj proizvod nije igračka. Nemojte dozvoliti djeci i kućnim ljubimcima da se igraju s proizvodom. Proizvod sadrži male dijelove koji mogu dovesti do gušenja.

## TEHNIČKI PODACI

### OH1

Vrijeme rada:	Do 12 sati neprekidnog vježbanja
Vrsta baterije:	45 mAh Li-pol akumulatorska baterija

Kapacitet memorije:	Do 200 sati vježbanja
Radna temperatura:	-10 °C do +50 °C / 14 °F do 122 °F
Materijali senzora uređaja OH1:	ABS, ABS+GF, PMMA, SUS 316 (nehrđajući čelik)
Materijali narukvice:	SUS 304 (nehrđajući čelik) PA premaz, poliesterski elasthan (iznutra: kloroprenska guma), poliester, PA
Materijali USB adaptera:	PC+ABS, SUS 301 (nehrđajući čelik) pozlaćeno
Vodonepropusnost:	30 m (prikladno za kupanje i plivanje)

Koristi bežičnu Bluetooth® tehnologiju.

## SOFTVER POLAR FLOWSYNC

Za korištenje softvera FlowSync potrebno vam je računalo sa sustavom Microsoft Windows ili Mac OS X i internetska veza te slobodan USB priključak.


FlowSync je kompatibilan sa sljedećim operativnim sustavima:

<b>Računalni operativni sustav</b>	<b>32-bitni</b>	<b>64-bitni</b>
Windows XP	X	
Windows 7	X	X
Windows 8	X	X
Windows 8.1	X	X
Windows 10	X	X
Mac OS X 10.9		X
Mac OS X 10.10		X
Mac OS X 10.11		X
Mac OS X 10.12		X

## KOMPATIBILNOST MOBILNE APLIKACIJE POLAR FLOW

Polar uređaji rade s većinom modernih pametnih telefona. Ovo su minimalni zahtjevi:

- iOS mobilni uređaji iPhone 4S i noviji
- Android mobilni uređaji s funkcijom Bluetooth 4.0 i Android 4.3 ili noviji (provjerite sve tehničke podatke telefona koje daje njegov proizvođač)

 Senzori brzine otkucaja srca Polar H10 i Polar OH1 kompatibilni su sa sustavom Android 4.4 ili novijim i iPhone 4S ili novijim.

Puno je razlika u tome na koji način različiti Android uređaji koriste tehnologiju koja se koristi u našim uređajima i uslugama kao što su Bluetooth Low Energy (BLE) te različiti standardi i protokoli. Zbog toga se kompatibilnost razlikuje među proizvođačima telefona i nažalost, Polar ne može jamčiti da će se sve funkcije moći koristiti na svim uređajima.

## VODONEPROPUSNOST POLAR PROIZVODA

U industriji satova, vodonepropusnost se uglavnom mjeri u metrima, što odgovara statičnom tlaku vode na toj dubini. Polar koristi isti sustav označavanja. Vodonepropusnost Polar proizvoda je testirana u skladu s međunarodnim standardom **ISO 22810** ili **IEC60529**. Prije isporuke testira se izdržljivost na tlak vode svakog Polarova uređaja s oznakom za vodonepropusnost.

Proizvodi su podijeljeni u četiri različite kategorije, ovisno o vodonepropusnosti. Na poleđini vašeg Polar proizvoda pronaći ćete oznaku kategorije vodonepropusnosti, usporedite ju s tablicom niže. Molimo, imajte na umu da se ove odredbe ne odnose nužno na proizvode drugih proizvođača.

Prilikom izvođenja aktivnosti pod vodom, dinamički tlak koji nastaje zbog kretanja u vodi veći je od statičkog tlaka. To znači da je proizvod – u slučaju pomicanja ispod vode – izložen većem tlaku nego kada se drži nepomično.

Oznaka na poleđini proizvoda	Prskanje vode, znoj, kapljice kiše itd.	Kupanje i plivanje	Ronjenje na dah s dihalicom (bez spremnika sa zrakom)	Ronjenje s opremom (sa spremnicima sa zrakom)	Svojstva vodonepropusnosti
Vodonepropusnost IPX7	U REDU	-	-	-	Ne perite uređajem za pranje pod tlakom. Zaštićeno od prskanja, kapljica kiše itd. Referentni standard: IEC60529.
Vodonepropusnost IPX8	U REDU	U REDU	-	-	Barem za kupanje i plivanje. Referentni standard: IEC60529.

Vodonepropusnost do 20/30/50 metara Prikladan za plivanje	U REDU	U REDU	-	-	Barem za kupanje i plivanje. Referentni standard: ISO22810.
Vodonepropusnost do 100 metara	U REDU	U REDU	U REDU	-	Za čestu upotrebu u vodi, ali ne prilikom ronjenja s OPREMOM. Referentni standard: ISO22810.

## OGRANIČENO POLAR MEĐUNARODNO JAMSTVO

- Ovo jamstvo ne utječe na zakonska prava potrošača po važećim nacionalnim ili državnim zakonima na snazi ili na prava potrošača protiv prodavača koja proizlaze iz ugovora o prodaji/kupnji.
- Ovo ograničeno Polar međunarodno jamstvo izdaje tvrtka Polar Electro Inc. potrošačima koji su kupili ovaj proizvod u SAD-u ili Kanadi Ovo ograničeno Polar međunarodno jamstvo izdaje tvrtka Polar Electro Oy potrošačima koji su kupili ovaj proizvod u drugim zemljama.
- Polar Electro Oy/Polar Electro Inc. jamči potrošaču/naručitelju ovog uređaja da proizvod nema oštećenja u materijalu ili izradi u trajanju od dvije (2) godine od datuma kupnje.
- Račun o originalnoj kupnji vaš je dokaz o kupnji!
- Jamstvo ne obuhvaća bateriju, normalno trošenje i habanje, oštećenja nastala zbog nepravilne upotrebe, zloupotrebe, nezgode ili nepridržavanje mjera opreza; nepravilno održavanje, komercijalnu upotrebu, napuknuta ili izgrebena kućišta/zaslone, narukvicu, elastični remen i Polarovu opremu.
- Jamstvo ne obuhvaća oštećenje/a, gubitke, naknade ili troškove, izravne, neizravne ili slučajne, posljedične ili posebne, koji nastaju zbog proizvoda ili su povezani s proizvodom.
- Neoriginalni kupljeni dijelovi nisu obuhvaćeni ovim dvogodišnjim (2) jamstvo osim ako drugačije ne nalaže lokalni zakon.
- Tijekom jamstvenog razdoblja proizvod se može popraviti ili zamijeniti u bilo kojem ovlaštenom servisnom centru tvrtke Polar, neovisno o zemlji kupnje.

Jamstvo u odnosu na bilo koji proizvod će biti ograničeno na države u kojima je proizvod početno oglašavan.



Ovaj proizvod zadovoljava Direktive 2014/53/EU i 2011/65/EU. Odgovarajuća izjava o sukladnosti i ostale regulatorne informacije pronaći ćete na [www.polar.com/hr/informacije\\_o\\_propisima](http://www.polar.com/hr/informacije_o_propisima).

Radijska oprema radi na frekvencijskim opsezima od 2,402 - 2,480 GHz ISM i s maksimalnom snagom od 2,0 mW.



Ovaj znak prekrižene kante za otpad označava da su Polar proizvodi elektronički uređaji i da spadaju pod direktivu 2012/19/EU Europskog parlamenta i Vijeća za električni i elektronički otpad (WEEE), a baterije i akumulatori korišteni u proizvodima obuhvaćeni su direktivom 2006/66/EZ Europskog parlamenta i Vijeća od 6. rujna 2006. o baterijama i akumulatorima, te otpadnim baterijama i akumulatorima. Ove proizvode i baterije/akumulatori unutar Polar proizvoda treba odložiti zasebno u EU zemljama. Polar vas potiče da moguće štetne učinke otpada svedete na minimum radi očuvanja okoliša i zdravlja ljudi i izvan Europske Unije prateći lokalne propise o odlaganju otpada i, gdje je to moguće, koristite zasebna mjesta za prikupljanje elektroničkih uređaja za proizvode i prikupljanje baterija i akumulatora za baterije i akumulatore.

Proizvodi Polar Electro Oy, Professorintie 5, FI-90440 KEMPELE, tel +358 8 5202 100, faks +358 8 5202 300, [www.polar.com](http://www.polar.com).

Polar Electro Oy je tvrtka s certifikatom ISO 9001:2008.

© 2017. Polar Electro Oy. FI-90440 KEMPELE, Finska. Sva prava pridržana. Zabranjena je uporaba ili umnožavanje ovog priručnika bez pisanog odobrenja tvrtke Polar Electro Oy.

Nazivi i logotipi u ovom korisničkom priručniku ili u pakiranju ovog proizvoda su trgovačke marke tvrtke Polar Electro Oy. Nazivi i logotipi sa simbolom ® u ovom korisničkom priručniku ili u pakiranju ovog proizvoda su registrirane trgovačke marke tvrtke Polar Electro Oy. Windows je registrirani trgovački znak tvrtke Microsoft Corporation, a Mac OS je registrirani trgovački znak tvrtke Apple Inc. Bluetooth® vodeni žig i logotipovi su registrirani trgovački znakovi u vlasništvu tvrtke Bluetooth SIG, Inc., a svako korištenje tih znakova od strane tvrtke Polar Electro Oy regulirano je licencom.

## **NAPUTAK O ODRICANJU ODGOVORNOSTI**

- Materijal u ovom priručniku služi samo za informativne svrhe. Opisani proizvodi podložni su promjenama bez prethodne najave zbog programa za stalni razvoj proizvođača.

- Polar Electro Inc./Polar Electro Oy ne daje nikakve izjave ili jamstva u vezi s ovim priručnikom ili s obzirom na ovdje opisane proizvode.
- Polar Electro Inc./Polar Electro Oy nije odgovoran za štetu, gubitak, troškove ili izdatke, proizašle na direktan, indirektan ili slučajan, posljedičan ili poseban način ili koji se odnose na ovaj materijal ili ovdje opisane proizvode.

1.3 HR 10/2017