

POLAR®

POLAR OH1



FELHASZNÁLÓI KÉZIKÖNYV

TARTALOMJEGYZÉK

Tartalomjegyzék	2
Polar OH1 használati útmutató	9
Bevezetés	9
Lépjen kapcsolatba a Polar ökoszisztémával és élvezze a legtöbbet az OH1-től	9
Az OH1 beállítása	10
Válasszon egy opciót a beállításhoz	10
A opció: Állítsa be a számítógépet a FlowSync segítségével	11
B opció: Állítsa be a mobileszközzel a Flow alkalmazást	11
Gomb funkciók és LED-ek	12
Gomb funkciók	12
LED vezető	12
Töltés közben	12
Bekapcsolás után	12
Ha érzékelőként használják	12
Ha önálló oktatóeszközként használják	13
Fitness teszt alatt	13
Egyéb:	13
Az OH1 hordása	13
A szívritmus mérése az alkar vagy a felkar között	13
Párosítás	14

Csatlakoztasson egy mobilkészüléket az OH1-hez	14
Párosítsa az OH1-et a Polar csukló egységgel.	15
Párosítsa az OH1-et a Polar Beat-el.	15
A firmware frissítése	15
Mobil eszközzel vagy tablettel	15
Számítógéppel	16
Pulzus edzés	17
A szívritmus mérése az OH1-gyel	17
Start a training session (edzés indítása)	17
Indítsa el a tréninget független oktatóeszközként	17
Kezdje el a tréninget Polar csuklóegységgel	18
Kezdje el az edzést a Polar Beat alkalmazással	18
Polar Flow alkalmazás	19
Edzési adatok	19
Képmegosztás	19
Kezde használni a Flow alkalmazást	19
Polar Flow Web Service	20
Hírcsatorna	20
Felfedezés	20
Napló	21
Előrehaladás	21

Közösség	21
Programok	21
Szinkronizálás	22
Szinkronizálás a Flow mobil alkalmazással	22
Szinkronizálás a Flow webws szolgáltatással a FlowSync-en keresztül	23
Akkumulátor	24
OH1 akkumulátor töltése	24
Az OH1 gondozása	25
Tartsa tisztán az OH1-et	25
Vigyázzon az optikai pulzusérzékelőre	25
Tárolás	26
Szervizelés	26
Óvintézkedések	26
Interferencia az edzés során.	26
Kockázatok minimalizálása edzéskor	27
Műszaki specifikáció	28
OH1	28
Polar FlowSync Szoftver	28
A Polar Flow mobil alkalmazás kompatibilitása	29
A Polar termékek vízállósága	29
Korlátozott nemzetközi Polar garancia	30

Felelősség kizárása	32
Tartalomjegyzék	2
Polar OH1 használati útmutató	9
Bevezetés	9
Lépjen kapcsolatba a Polar ökoszisztémával és élvezze a legtöbbet az OH1-től	9
Az OH1 beállítása	10
Válasszon egy opciót a beállításhoz	10
A opció: Állítsa be a számítógépet a FlowSync segítségével	11
B opció: Állítsa be a mobileszközzel a Flow alkalmazást	11
Gomb funkciók és LED-ek	12
Gomb funkciók	12
LED vezető	12
Töltés közben	12
Bekapcsolás után	12
Ha érzékelőként használják	12
Ha önálló oktatóeszközként használják	13
Fitness teszt alatt	13
Egyéb:	13
Az OH1 hordása	13
A szívritmus mérése az alkar vagy a felkar között	13
Párosítás	14

Csatlakoztasson egy mobilkészüléket az OH1-hez	14
Párosítsa az OH1-et a Polar csukló egységgel.	15
Párosítsa az OH1-et a Polar Beat-el.	15
A firmware frissítése	15
Mobil eszközzel vagy tablettel	15
Számítógéppel	16
Pulzus edzés	17
A szívritmus mérése az OH1-gyel	17
Start a training session (edzés indítása)	17
Indítsa el a tréninget független oktatóeszközként	17
Kezdje el a tréninget Polar csuklóegységgel	18
Kezdje el az edzést a Polar Beat alkalmazással	18
Polar Flow alkalmazás	19
Edzési adatok	19
Képmegosztás	19
Kezde használni a Flow alkalmazást	19
Polar Flow Web Service	20
Hírcsatorna	20
Felfedezés	20
Napló	21
Előrehaladás	21

Közösség	21
Programok	21
Szinkronizálás	22
Szinkronizálás a Flow mobil alkalmazással	22
Szinkronizálás a Flow webws szolgáltatással a FlowSync-en keresztül	23
Akkumulátor	24
OH1 akkumulátor töltése	24
Az OH1 gondozása	25
Tartsa tisztán az OH1-et	25
Vigyázzon az optikai pulzusérzékelőre	25
Tárolás	26
Szervizelés	26
Óvintézkedések	26
Interferencia az edzés során.	26
Kockázatok minimalizálása edzéskor	27
Műszaki specifikáció	28
OH1	28
Polar FlowSync Szoftver	28
A Polar Flow mobil alkalmazás kompatibilitása	29
A Polar termékek vízállósága	29
Korlátozott nemzetközi Polar garancia	30

Felelősség kizárása32

POLAR OH1 HASZNÁLATI ÚTMUTATÓ

Ez a felhasználói kézikönyv segíti a kezdeteket az új OH1 készülékkel. Az OH1 videó oktatóanyag és a GYIK megtekintéséhez látogasson el a support.polar.com/en/OH1 honlapra.

BEVEZETÉS

Gratulálunk az új Polar OH1 készülékéhez! A Polar OH1 egy optikai pulzusmérő, amelyet az alkar vagy a felkar körül kell viselni. Ez önálló oktatóeszközként, amely rögzíti és tárolja az adatokat, vagy egy Polar csuklóegységgel pulzusérzékelőként használható. Amikor pulzusérzékelőként használja, az OH1 a pulzusadatokat a Polar csuklóegységéhez továbbítja.

Az OH1 kompatibilis a Polar csuklóegységekkel a Bluetooth technológiával, valamint a Polar Beat alkalmazással. Használható a Polar Club, a Polar GoFit és a Polar Team alkalmazással is. Ezenkívül kompatibilis az iOS és Android készülékekkel, amelyek támogatják a szabványos Bluetooth pulzus profilt.



LÉPJEN KAPCSOLATBA A POLAR ÖKOSZISZTÉMÁVAL ÉS ÉLVEZZE A LEGTÖBBET AZ OH1-TŐL


Vegye fel a [Polar Flow alkalmazást](#) az App Store-ból[®] vagy Google Play-ből[™]. Szinkronizálja az OH1-et a Flow alkalmazással az edzés után, és kap egy azonnali áttekintést és visszajelzést az edzési eredményeiről

és teljesítményéről.

Szinkronizálja edzési adatait a [Polar Flow web service-ekhez](#) a FlowSync szoftverrel a számítógépen vagy a Flow alkalmazáson keresztül. A webszolgáltatásban megtervezheti az edzést, nyomon követheti az eredményeit, útmutatást kaphat és részletesen elemezheti edzési eredményeit. Hagyja, hogy ismerősei tudjanak a teljesítményéről, találjon gyakorlótársakat és szerezzen motivációt a szociális edzőközösségtől. Mindezt megtalálhatja a [polar.com](#) oldalon.

AZ OH1 BEÁLLÍTÁSA


Javasoljuk, hogy az OH1 használatba vétele előtt töltsse fel az akkumulátort. Ha az elem teljesen lemerült, a töltés megkezdése néhány percet vesz igénybe. Lásd az [Batteries \(Akkumulátorok\)](#) fejezetet részletes információkért az akkumulátor töltéséről.

 *Ne feledje, hogy ha az OH1 akkumulátorának elég energiája van, hirdetni fogja magát a közelben lévő összes kompatibilis vevőkészülék számára.*

VÁLASSZON EGY OPCióT A BEÁLLÍTÁSHOZ

A vezetékess számítógépes beállítás gyorsabb, és a művelet közben egyúttal tölti is az OH1 készüléket, azonban ehhez egy számítógép szükséges. Ez a módszer internetkapcsolatot igényel.

B. mobil eszközzel való beállítás kényelmesebb, ha jelenleg nem fér hozzá USB porttal rendelkező számítógéphez, azonban ez a módszer több időt vehet igénybe. Ez a módszer internetkapcsolatot igényel.

 *Töltsse ki a pontos képzési adatokhoz szükséges összes fizikai adatot egyszerre, és szerezzen be a legújabb firmware-t az OH1-hez.*

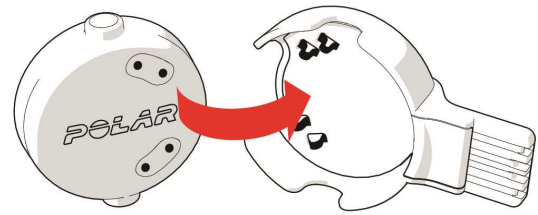
A OPCIÓ: ÁLLÍTSA BE A SZÁMÍTÓGÉPET A FLOWSYNC SEGÍTSÉGÉVEL

1. Helyezze az érzékelőt az USB adapterre úgy, hogy a lencsével felfelé nézzen, hogy az érintkezők az érzékelőn és az USB adapteren találkozzanak (1. kép).
2. Csatlakoztassa az USB adaptert a számítógép USB-portjához (2. kép), és menjen a [flow.polar.com /start](https://flow.polar.com/start) oldalra és telepítse a Polar FlowSync adatátviteli szoftvert a számítógépére.
3. Jelentkezzen be Polar-fiókjával vagy hozzon létre újat. Meglátogatjuk a feliratkozást és a webszolgáltatáson belüli beállításokat.

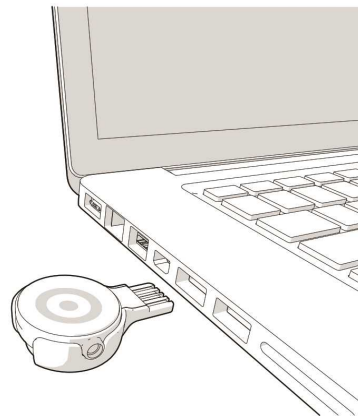
A telepítés során meg kell adnod, hogy hol viseled a terméket, és ki kell töltened a fizikai beállításokat. Fontos ezeket megfelelően beállítani, hogy megkapják a legpontosabb adatokat.

Miután a beállítás elkészült, a készülék készen áll a használatra. Jó szórakozást!

1.



2.



B OPCIÓ: ÁLLÍTSA BE A MOBILESZKÖZZEL A FLOW ALKALMAZÁST

A Polar OH1 vezeték nélkül csatlakozik a Polar Flow mobilalkalmazáshoz Bluetooth használatával, ezért ne felejtse el bekapcsolni a Bluetooth funkciót a mobilkészüléken.

Ellenőrizze a Polar Flow alkalmazások kompatibilitását a support.polar.com oldalon.

1. Töltse le a Polar Flow alkalmazást mobileszközére.
2. Kapcsolja be a Bluetooth® funkciót, és nyissa meg a Flow alkalmazást a mobileszközön.
3. Kapcsolja be az OH1-et a gomb megnyomásával, amíg a LED be nem kapcsolódik, majd a Flow app felkéri, hogy párosítsa eszközét. Fogadja el a párosítási kérelmet, és kövesse a képernyőn megjelenő utasításokat.

A telepítés során meg kell adnod, hogy hol viseled a terméket, és ki kell töltened a fizikai beállításokat. Fontos ezeket megfelelően beállítani, hogy megkapják a legpontosabb adatokat.

Miután a beállítás elkészült, a készülék készen áll a használatra. Jó szórakozást!

GOMB FUNKCIÓK ÉS LED-EK

Az OH1-nek van egy olyan gombja, amely a használat helyétől függően különböző funkciókat tartalmaz, és különböző ideig kell nyomni. A készülék LED-je különböző üzemmódokat jelez. Lásd alább, hogy milyen funkciókat tartalmaz a gomb különböző üzemmódokban, és mit jelentenek a különböző színű LED-ek.

Gyors utasítások a karkötő tartó belső oldalán

Az alábbi jelölések láthatók a karkötőben lévő érzékelőtartón belül. A jelölések magyarázzák az OH1 alapvető gomb funkcióit.

1X = ON (BE) (Kapcsolja BE a készüléket: Rövid gombnyomás)

2X = REC (felvétel) (Állítsa be a felvételkedészítési módot - Használja önálló oktatóeszközként: Nyomja meg a gombot kétszer, amikor az OH1 be van kapcsolva)

1X LONG - OFF (HOSSZAN-KI) (Kapcsolja KI a készüléket: Hosszú gombnyomás)

GOMB FUNKCIÓK

Kapcsolja BE a készüléket:	Rövid gombnyomás
Állítsa be a felvételkedészítési módot (Használja önálló oktatóeszközként):	Nyomja meg a gombot kétszer, amikor az OH1 be van kapcsolva
Kapcsolja KI a készüléket:	Hosszú gombnyomás

LED VEZETŐ

TÖLTÉS KÖZBEN

Töltés	Sárga LED lassan villog
Akkumulátor feltöltve:	Zöld LED folyamatosan

BEKAPCSOLÁS UTÁN

Akkumulátor státusz normál:	Zöld LED ötször villog
Akkumulátor státusz alacsony:	Piros LED ötször villog

HA ÉRZÉKELŐKÉNT HASZNÁLJÁK

A pulzusszám nem észlelhető:	Fehér LED két másodpercenként egyszer villog
------------------------------	--

A pulzusszám észlelhető:	Zöld LED két másodpercenként egyszer villog
--------------------------	---

HA ÖNÁLLÓ OKTATÓESZKÖZKÉNT HASZNÁLJÁK

Az edzés rögzítése beállítva, de az első használat során nem történt meg:	Piros LED háromszor villog
A pulzusszám nem észlelhető:	Fehér LED kétszer gyorsan villog
A pulzusszám észlelhető:	Zöld LED kétszer gyorsan villog
Akkumulátor alacsony:	A zöld és a piros LED minden második másodpercen átváltkozik
Akkumulátor válságos:	Piros LED gyorsan villog

FITNESS TESZT ALATT

A pulzusszám nem észlelhető:	Fehér LED két másodpercenként egyszer villog
A pulzusszám észlelhető:	Lila LED két másodpercenként egyszer villog

EGYÉB:

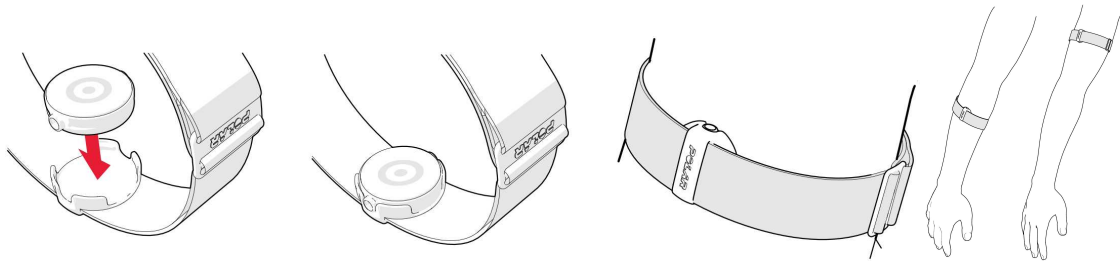
Kapcsolódás, Szinkronizálás vagy Párosítás	Kék LED villog
Keresés vagy várakozás a megerősítésre:	Kék LED gyorsan villog
Belső vezérlőprogram frissítése	Kék LED folyamatosan
Hiba:	Piros LED folyamatosan

AZ OH1 HORDÁSA

A SZÍVRITMUS MÉRÉSE AZ ALKAR VAGY A FELKAR KÖZÖTT

A szívritmus pontos méréséhez az OH1-et az alkarján vagy a felkarján kell hordani, nem a csuklóján.

1. Helyezze az érzékelőt a karszalag tartóba, a lencsével felfelé.
2. Hordja a karkötőt úgy, hogy az érzékelő a karkötő alján legyen, határozottan a bőrével szemben.
3. Viseljen az OH1-et az alkar vagy a felkar körül.



Az érzékelőnek szilárd bőrrel kell érintkeznie, de nem túl szorosan a véráramlás megelőzésére. A legpontosabb pulzsméréshez javasoljuk, hogy a pulzsmérés megkezdése előtt néhány percig viselje az OH1 készüléket.

PÁROSÍTÁS

CSATLAKOZTASSON EGY MOBILKÉSZÜLÉKET AZ OH1-HEZ

Ha elvégezte az OH1 beállítását egy mobilkészülékkel, ahogyan azt a "Az OH1 beállítása" on page 10 fejezet leírja, az OH1 már párosodott is a mobileszközével.


Ha a telepítést egy számítógéppel végezte el, és az OH1-et a Polar Flow alkalmazással szeretné használni, az OH1-t önálló oktatóeszközként kell elvégeznie, mielőtt a Flow alkalmazással párosítható. Lásd az alábbi részletes utasításokat.

A párosítás előtt ellenőrizze:

- Ön rendelkezik egy Polar fiókkal és a Flow alkalmazással
- A mobil eszközén be van kapcsolva a Bluetooth, és azon nincs bekapcsolva a repülőgépes üzemmód.
- Ön legalább egy edzést végzett az OH1-vel, mint önálló oktatóeszközzel. A részletekért, lásd "Start a training session (edzés indítása)" on page 17

Ha a fenti feltételek teljesülnek:

1. Jelentkezzen be a Flow alkalmazásba a Polar-fiókjával.
2. OH1-en nyomja meg a gombot, amíg a LED be nem kapcsol, majd engedje el. Az OH1 már be van kapcsolva.
3. A Flow alkalmazás automatikusan kéri, hogy párosítsa az OH1-t vele, ha a Bluetooth tartományban van.

 Az OH1 automatikusan szinkronizálódik a Flow alkalmazással, ha a telefon a Bluetooth tartományon belül van. Amikor az OH1 szinkronizálja a Flow alkalmazást, az edzésadatok az internetkapcsolaton keresztül is automatikusan szinkronizálódnak a Flow webszolgáltatással.

PÁROSÍTSA AZ OH1-ET A POLAR CSUKLÓ EGYSÉGGEL.

OH1-en nyomja meg a gombot, amíg a LED be nem kapcsol, majd engedje el. Az OH1 már be van kapcsolva.


Ellenőrizze a Polar csukló egységek használati útmutatóját a support.polar.com weboldalon a specifikus párosítási utasításokért.

PÁROSÍTSA AZ OH1-ET A POLAR BEAT-EL.

1. Töltse le a Polar Beat-et mobileszközére az App Store-ból[®] vagy a Google Play-ből[™].
2. Győződjön meg róla, hogy a mobil eszközén be van kapcsolva a Bluetooth, és azon nincs bekapcsolva a repülőgépes üzemmód.
3. A mobileszközön nyissa meg a Polar Beat alkalmazást, és jelentkezzen be a Polar-fiókjával, amelyet az OH1 beállításakor hozott létre, vagy hozzon létre új fiókot, ha nincs.
4. OH1-en nyomja meg a gombot, amíg a LED be nem kapcsol, majd engedje el. Az OH1 már be van kapcsolva.
5. A Beat alkalmazásban menjen a **Settings > HR sensor (Beállítások > HR érzékelő)** és kattintson a **Pair (Párosításra)** az OH1 mellett az **Found sensor (Talált érzékelő)** alatt.

A FIRMWARE FRISSÍTÉSE

Frissítheti az OH1 firmware-jét, hogy az naprakészen maradjon. A Flow-on értesítést kap, ha új verzió érhető el. A firmware frissítéseket az OH1 működésének fejlesztésére készítik. Tartalmazhatnak fejlesztéseket a meglévő funkciókhoz, teljesen új funkciókat, vagy javításokat. Javasoljuk, hogy frissítse az OH1 firmware-jét minden egyes alkalommal, amikor egy új verzió elérhető.

 A firmware frissítése miatt nem veszít adatokat: A firmware frissítése utáelött az OH1-en található legfontosabb adatai a Flow web szolgáltatásba szinkronizálódnak.

MOBIL ESZKÖZZEL VAGY TABLETTEL

A firmware frissítését mobil eszközzel is elvégezheti, ha a Polar Flow mobil alkalmazással szinkronizálja az edzési és aktivitási adatait. Az alkalmazás értesíti, ha van elérhető frissítés, és végigvezeti annak telepítésén. Javasoljuk, hogy csatlakoztassa az OH1-et tápforráshoz a frissítés megkezdése előtt a hibátlan frissítés biztosítása érdekében.

 A firmware frissítése a kapcsolat minőségétől függően körülbelül 20 percet vehet igénybe.

SZÁMÍTÓGÉPPEL

Akárhányszor egy új firmware verzió elérhetővé válik, a FlowSync értesíti Önt, ahogy az OH1-et a számítógépéhez csatlakoztatja. A firmware frissítések a FlowSync szoftveren keresztül töltődnek le.

A firmware frissítéséhez:

1. Helyezze az érzékelőt az USB adapterre úgy, hogy a lencsével felfelé nézzen, hogy az érintkezők az érzékelőn és az USB adapteren találkozzanak.
2. Csatlakoztassa az USB adaptert a számítógép USB portjához.
3. FlowSync megkezdi adatainak szinkronizálását.
4. A szinkronizálás után, megjelenik egy kérés, hogy frissítse a firmware-t.
5. Válasszon **Yes (igen)**. Új firmware telepítve van (ez akár 10 percet is igénybe vehet). Kérjük, várjon addig, amíg a firmware-frissítés véglegesítésre kerül, mielőtt eltávolítaná az OH1-et számítógépről.

PULZUS EDZÉS

Bár számos szubjektív érzés alapján értékelheti, hogyan reagál a teste az edzésre (érezhető erő kifejtés, légzés ritmusa, fizikai érzetek), egyik sem olyan megbízható, mint a pulzusmérés. Ez objektív, valamint külső és belső tényezők is hatással vannak rá — amit azt jelenti, hogy megbízható méréseket fog biztosítani a fizikai állapotáról.

A SZÍVRITMUS MÉRÉSE AZ OH1-GYEL

A szívritmus pontos méréséhez az OH1-et az alkar vagy a felkar körül kell viselnie. Az érzékelőnek folyamatosan érintkeznie kell a bőrrel, azonban a karkötőt nem szabad túl szorosra húzni, hogy ne akadályozza a vérkeringést. A legpontosabb pulzusméréshez javasoljuk, hogy a pulzusmérés megkezdése előtt néhány percig viselje az OH1 készüléket.

Ha van tetoválása, ne helyezze az érzékelőt rájuk, mivel azok megakadályozhatja a pontos méréseket.

Javasoljuk, ha a keze és bőre könnyen kihűlnek, tartsa őket melegen. Az edzés megkezdése előtt serkentse a vérkeringést!

Részletes útmutatás az OH1 viseléssel kapcsolatban, lásd "Az OH1 hordása" on page 13

START A TRAINING SESSION (EDZÉS INDÍTÁSA)


Viselje az OH1-et az alkar vagy a felkar körül, részletekért lásd "Az OH1 hordása" on page 13

INDÍTSA EL A TRÉNINGET FÜGGETLEN OKTATÓESZKÖZKÉNT

Mielőtt az OH1-et önálló oktatóeszközként használná, regisztrálni és kapcsolódnia kell egy Polar Flow fiókhhoz. A részletekért lásd "Az OH1 beállítása" on page 10.

1. Kapcsolja be az OH1-et a gomb megnyomásával, amíg a LED be nem kapcsol és ki nem old.
2. Az OH1 most be van kapcsolva, nyomja meg rövid ideig a gombot kétszer a felvétel bekapcsolásához.
3. Amikor a pulzusszámot észleli, a zöld LED gyorsan villog, és elindíthatja a munkamenetet.

Az edzés után leállíthatja a felvételt a gomb megnyomásával, amíg a LED ki nem kapcsol. Ezután szinkronizálhatja edzését a Flow alkalmazással és a webszolgáltatással a munkamenet részleteinek megtekintéséhez. További információkért, lásd: "Szinkronizálás" on page 22.


 Amikor önálló oktatóeszközként használják, az edzés az **Other indoor (Egyéb belső)** Sport Profile (sport profil) alatt található. A memória kapacitása legfeljebb 200 órányi edzés.


KEZDJE EL A TRÉNINGET POLAR CSUKLÓEGYSÉGGEL

Mielőtt elkezdené, győződjön meg arról, hogy az OH1 párosodott a Polar csuklóegységével. A részletekért lásd "Párosítás" on page 14.

1. Kapcsolja be az OH1-et a gomb megnyomásával, amíg a LED be nem kapcsol és ki nem old.
2. Az OH1 most be van kapcsolva, és szívritmus-érzékelőként használható Polar csuklóegységgel.
3. Amikor a pulzusszámot észleli, a zöld LED két másodpercenként villog.
4. Indítsa el az edzést a Polar csuklóegységéről.

Az edzés után leállíthatja a felvételt a gomb megnyomásával, amíg a LED ki nem kapcsol. Ezután szinkronizálhatja edzését a Flow alkalmazással és a webszolgáltatással a munkamenet részleteinek megtekintéséhez. További információkért, lásd: "Szinkronizálás" on page 22.

 Ne feledje, hogy az egyes Polar csuklóegységeken és kerékpáros számítógépeken elérhető Polar Fitness Test és Orthostatic Test nem végezhető el a Polar OH1 programmal.

 Ha az OH1-et Polar csuklóegységgel használja, néhány esetben kétszer jelenik meg a Polar Flow webszolgáltatásban, és kb. Ez akkor történhet meg, ha az OH1 felvétel véletlenül be van kapcsolva az edzés megkezdésekor. A másodlagos munkamenet törölhető a Flow webszolgáltatásban és az alkalmazásban.

KEZDJE EL AZ EDZÉST A POLAR BEAT ALKALMAZÁSSAL

Mielőtt elkezdené, ellenőrizze, hogy az OH1 párosul-e a Polar Beat-el. A részletekért lásd "Párosítás" on page 14.

1. Kapcsolja be az OH1-et a gomb megnyomásával, amíg a LED be nem kapcsol és ki nem old.
2. Az OH1 most be van kapcsolva, és szívritmus-érzékelőként használható Polar Beat-el.
3. Amikor a pulzusszámot észleli, a zöld LED két másodpercenként villog.
4. Indítsa el az edzést a Polar Beat-ből

A edzés után leállíthatja a felvételt a Polar Beat stop gombjának megérintésével.

POLAR FLOW ALKALMAZÁS

A Polar Flow mobil alkalmazásban azonnali vizuális betekintést nyerhet az edzési és edzési adataiba.

EDZÉSI ADATOK

A Polar Flow alkalmazással könnyedén hozzáférhet a múltbeli és a tervezett edzésekhez.

Gyors áttekintést kaphat edzéséről, és azonnal elemezheti teljesítményét minden részletében. Tekintse meg edzése heti összefoglalóját az edzési naplóban. A képmegosztási funkcióval megoszthatja az edzéseit a barátaival.

KÉPMEGOSZTÁS

A Flow alkalmazás képmegosztási funkciójával képeket oszthat meg az edzési adatokkal a leggyakoribb közösségi médiacsatornákon, például a Facebook és az Instagram segítségével. Megoszthat egy meglévő fényképet, vagy újat készíthet, és személyre szabhatja az edzési adatokkal. Ha edzés közben GPS-felvétellel rendelkezett, akkor is megoszthatja pillanatképét a képzési útvonalról.

A videó megtekintéséhez kattintson a következő linkre:

[Polar Flow alkalmazás | Edzési eredmények megosztása fényképekkel](#)

KEZDE HASZNÁLNI A FLOW ALKALMAZÁST

"Az OH1 beállítása" on page 10 mobileszközzel és Flow alkalmazása is használható.

A Flow alkalmazás használatának megkezdéséhez, töltsse azt le mobiljára az App Store-ból[®] vagy a Google Play-ről[™] a mobileszközön. Az iOS Polar Flow mobile app-hoz iPhone 4S (vagy újabb) és Apple iOS 7.0 szükséges. Az Android Polar Flow mobile app-hoz Android 4.3 vagy frissebb szükséges. Támogatásért és további információért a Polar Flow alkalmazás használatával kapcsolatban, látogassa meg a support.polar.com/en/support/Flow_app oldalt.

Egy új mobil eszköz használata (okostelefon, tablet) előtt, azt párosítani kell az OH1 készülékkel. További információkért lásd: "Párosítás" on page 14.

Az OH1 automatikusan szinkronizálja az edzési adatokat a Flow alkalmazáshoz a folyamat után. Ha telefonja internet-kapcsolattal rendelkezik, a tevékenység és az edzési adatok is automatikusan szinkronizálódnak a Flow webszolgáltatáshoz. A Flow alkalmazás a legegyszerűbb módja az edzési

adatainak szinkronizálására az OH1-ről a Flow web szolgáltatással. További információért a szinkronizálásáról, lásd: "Szinkronizálás" on page 22.

A Flow alkalmazás funkcióival kapcsolatos további információkért és útmutatásért látogasson el a [Polar Flow app terméktámogatás oldalra](#).

POLAR FLOW WEB SERVICE

A Polar Flow webes szolgáltatásban részletesen megtervezheti és kielemezheti az edzéseit, valamint többet tudhat meg a teljesítményéről is. Megoszthatja edzésének legfontosabb pontjait is a barátaival a Flow közösségben, feliratkozhat a klub osztályaira és személyre szabott tréningprogramot kaphat egy futó eseményhez.

A Polar Flow webes szolgáltatás is mutatja a napi tevékenységi cél teljesítésének százaléka és tevékenységének részleteit, és segít megérteni, hogy a mindennapi szokások és választások hogyan befolyásolják a jólétet.

"Az OH1 beállítása" on page 10 a számítógépével is a flow.polar.com/start oldalon. Az oldalon található utasításokat követve letöltheti és telepítheti a FlowSync szoftvert, mellyel szinkronizálhatja adatait az OH1 készülék és a webes szolgáltatás között, és létrehozhatja saját felhasználói fiókját. Ha a telepítést mobilkészítőn és Flow alkalmazáson keresztül végezte, akkor a beállításban létrehozott hitelesítő adatokkal jelentkezhet be a Flow webszolgáltatásba.

HÍRCSATORNA

A **Feed** (hírcsatornában) láthatja saját és barátai legfrissebb tevékenységeit. Tekintse meg a legfrissebb edzéseket és aktivitási összefoglalókat, ossza meg saját legjobb eredményeit, kommentálja és kedvelje barátai aktivitását.

FELFEDEZÉS

Az **Explore** (felfedezése) menüben megtekintheti a térképen más felhasználók által megosztott edzéseket, azok útvonal-információival együtt. Ezenkívül megnézehti a nyilvános edzéseket, melyeket más felhasználók osztottak meg, és ossza meg saját vagy mások útvonalait és nézze meg, hol történnek a fontos dolgok.

A videó megtekintéséhez kattintson a következő linkre:

[Polar Flow webes szolgáltatás | Fedezd fel](#)

NAPLÓ

A **Diary (napló)** részben megtekintheti a napi aktivitását és a tervezett edzéseket (edzési célokat), valamint a korábbi edzési eredményeket is.

ELŐREHALADÁS

A **Progress** (előrehaladás) részben követheti fejlődését a jelentésekkel.

A jelentések praktikus módjai az edzéseiben való előrehaladás követésének hosszú távon. A heti, havi és éves jelentésekben kiválaszthatja a sportot a jelentéshez. A szokásos időszakban, kiválaszthatja az időszakot és a sportot is. Válassza ki az időszakot és a sportot a legördülő listából, majd a kerék ikon megnyomásával válassza ki, mely adatokat szeretné megtekinteni a jelentési grafikonon.

A tevékenységi jelentések segítségével követheti napi tevékenységének hosszú távú tendenciáját. Választhatja a napi, heti vagy havi jelentések megtekintését. A tevékenységi jelentésben a napi tevékenységekről, lépésekről, kalóriákról és az Ön által választott időtartamban való alvásról is láthatja a legjobb napokat.

A Running Index jelentés egy olyan eszköz, amely segít a hosszú távú Running Indexek fejlesztésének figyelemmel kísérésében, és megbecsüli a sikerét 10 kilométer vagy fél maraton futásnál.

KÖZÖSSÉG

A **Flow Groups** (Flow csoportok), **Clubs** (klubok) és **Events** (események) részen olyan edzőtársakat találhat, akik azonos eseményre edzenek, vagy azonos egészségügyi csoportban vannak Önnel. Vagy akár létrehozhatja a saját csoportját is azon emberek számára, akikkel együtt szeretne edzeni. Megoszthatja velük az edzési feladatait, a tippjeit és hozzászólhat a további tagok edzési eredményeihez és részese lehet a Polar Közösségnek. A Flow klubokban megtekintheti az órarendeket és regisztrálhat az osztályokba. Csatlakozzon és kapjon motivációt a szociális edzési közösségektől!

A videó megtekintéséhez kattintson a következő linkre:

[Polar Flow Events \(Polar Flow Eseménye\)](#)

PROGRAMOK

A Polar Running Program a szívverés-zónákra épül, figyelembe véve a személyes tulajdonságait és a háttérképzést. A program intelligens, a fejlődésén alapulóan alkalmazkodik az út során. A Polar Running Programok 5000 méternél, 10000 méternél, félmaratonnál és maratoni rendezvényeken állnak rendelkezésre, és hetente 2-5 futó gyakorlatot tartalmaznak a programtól függően. Ez szuper egyszerű!

Támogatásért és további információért a Flow web szolgáltatás használatával kapcsolatban, látogassa meg a www.polar.com/en/support/flow oldalt.

SZINKRONIZÁLÁS

Az adatokat az OH1-től a Polar Flow alkalmazáshoz átviheti vezeték nélkül a Bluetooth-kapcsolaton keresztül. Vagy összehangolhatja az OH1-et a Polar Flow webszolgáltatással USB port és FlowSync szoftver segítségével. Ahhoz, hogy képes legyen szinkronizálni az adatokat az OH1 és a Flow alkalmazás között, rendelkeznie kell egy Polar fiókkal. Ha az OH1-től közvetlenül az internetes szolgáltatásra szinkronizálni szeretné az adatokat, a Polar fiók mellett szüksége lesz a FlowSync szoftverre. Ha beállította az OH1-et, létrehozott egy Polar fiókot. Ha az OH1-et számítógéppel állítja be, a számítógépén megtalálja a FlowSync szoftvert.

Ne feledje adatait szinkronizálni és naprakészen tartani az OH1-et a web szolgáltatással valamint a mobil alkalmazással, bárhol is járjon.


SZINKRONIZÁLÁS A FLOW MOBIL ALKALMAZÁSSAL

A szinkronizálás előtt, győződjön meg a következőkről:

- Ön rendelkezik egy Polar fiókkal és a Flow alkalmazással
- A mobil eszközén be van kapcsolva a Bluetooth, és azon nincs bekapcsolva a repülőgépes üzemmód.
- Párosította az OH1-et a mobil eszközével. További információkért lásd: "Párosítás" on page 14.

Az adatok szinkronizálása:

1. Jelentkezzen be a Flow alkalmazásba a Polar-fiókjával.
2. OH1-en nyomja meg a gombot, amíg a LED be nem kapcsol, majd engedje el. Az OH1 már be van kapcsolva.
3. Az OH1 automatikusan szinkronizálódik a Flow alkalmazással, ha a telefon a Bluetooth tartományon belül van.

 *Az OH1 automatikusan szinkronizálódik a Flow alkalmazással, miután befejezte az edzést, ha a telefon a Bluetooth tartományon belül van. Amikor az OH1 szinkronizálja a Flow alkalmazást, az edzésadatok az internetkapcsolaton keresztül is automatikusan szinkronizálódnak a Flow webszolgáltatással.*

Támogatásért és további információért a Polar Flow alkalmazás használatával kapcsolatban, látogassa meg a support.polar.com/en/support/Flow_app oldalt.


SZINKRONIZÁLÁS A FLOW WEBWS SZOLGÁLTATÁSSAL A FLOWSYNC-EN KERESZTÜL

Az adatok a Flow web szolgáltatással való szinkronizáláshoz, szüksége van a FlowSync szoftverre.

Látogassa meg a flow.polar.com/start oldalt, és töltsse le majd telepítse azt mielőtt szinkronizálni próbál.

1. Helyezze az érzékelőt az USB adapterre úgy, hogy a lencsével felfelé nézzen, hogy az érintkezők az érzékelőn és az USB adapteren találkozzanak.
2. Csatlakoztassa az USB adaptert a számítógép USB portjához. Győződjön meg arról, hogy a FlowSync szoftver fut.
3. A FlowSync ablak megnyílik a számítógépén, és megkezdődik a szinkronizálás.
4. Completed (befejeződött) üzenet jelenik meg amikor végzett.

Mindig, amikor az OH1-et a számítógéphez csatlakoztatja, a Polar FlowSync szoftver átküldi az adatait a Polar Flow web szolgáltatásba, és szinkronizál minden beállítást amit megváltoztatott. Ha a szinkronizálás nem indul meg automatikusan, indítsa el a FlowSync-et az asztali ikon segítségével (Windows) vagy az alkalmazások mappából (Mac OS X). Minden alkalommal ha elérhetővé válik egy firmware frissítés, a FlowSync értesíti Önt, és kérést küld, hogy töltsse le és telepítse azt.

 *Ha megváltoztatja a Flow web szolgáltatás beállításait mialatt az OH1 csatlakoztatva van a számítógéphez, nyomja meg a szinkronizálás gombot a FlowSync-ben a beállítások átviteléhez az OH1-re.*

Támogatásért és további információért a Flow web szolgáltatás használatával kapcsolatban, látogassa meg a www.polar.com/en/support/flow oldalt.


Támogatásért és további információért a FlowSync szoftver használatával kapcsolatban, látogassa meg a support.polar.com/en/support/FlowSync oldalt.

AKKUMULÁTOR


A Polar arra kéri, hogy csökkentse minimálisra a hulladékok környezetre és emberi egészségre gyakorolt hatását azzal, hogy követi a helyi hulladék-elhelyezési szabályokat, és ahol lehetséges, külön gyűjti be az elektronikus eszközöket a termék élettartama végén. Ne vegyes kommunális hulladékként selejtezze le a terméket.

OH1 AKKUMULÁTOR TÖLTÉSE

Az OH1 beépített, újratölthető akkumulátorral rendelkezik. Az újratölthető elemek véges számú töltési ciklussal rendelkeznek. Akár 300 alkalommal feltöltheti az elemet, mielőtt a teljesítménye érezhetően csökkenne. A töltési ciklusok száma a felhasználási és működtetési körülményektől is függ.

 *Ne töltse az elemet 0°C/+32 °F alatti, illetve +40 °C/+104 °F feletti hőmérsékleten, vagy ha töltő érintkezők nedvesek.*

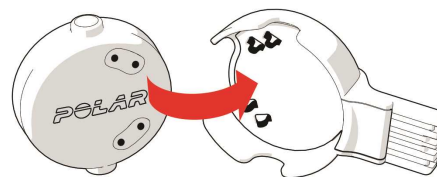
Használja a termékkészletben lévő USB adaptert a számítógép USB-portján keresztül történő töltéshez. Fali csatlakozón keresztül is feltöltheti az elemeket. Amikor fali csatlakozón keresztül végez töltést, használjon egy USB táp adaptert (nem tartozék). Ha USB adaptert használ, győződjön meg arról, hogy az adapter jelölése a következő: "output 5Vdc" mely minimum 500mA-t biztosít. Csak megfelelő engedéllyel rendelkező biztonságos USB adaptert használjon, (jelölések: "LPS", "Limited Power Supply" vagy "UL listed").

 *A töltés előtt győződjön meg arról, hogy nincs nedvesség, haj, por vagy szennyeződés az OH1 vagy az OH1 USB adapter csatlakozókon. Óvatosan törölje le a szennyeződéseket, és fújja le a port. A karcmentesség megőrzése érdekében ne használjon éles eszközöket a tisztításhoz.*

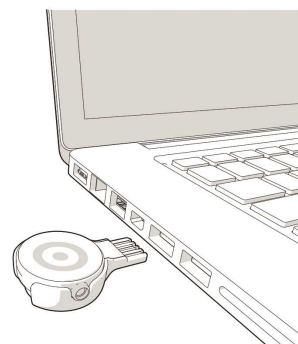
A számítógéppel való töltéshez egyszerűen csatlakoztassa az OH1-et a számítógéphez; eközben szinkronizálhatja is azt a FlowSync-el.

1. Helyezze az érzékelőt az USB adapterre úgy, hogy a lencsével felfelé nézzen, hogy az érintkezők az érzékelőn és az USB adapteren találkozzanak (1. kép).
2. Csatlakoztassa az USB adaptert a számítógép USB-portjához vagy az USB tápcsatlakozóaljzatba (2. kép).

1.



2.



AZ OH1 GONDOZÁSA

Akárcsak bármely elektronikus eszközt, az OH1-et is tisztán és gondosan karban kell tartani. Az alábbi utasítások segítséget nyújtanak a garanciális kötelezettségek teljesítésében, a készülék csúcsidőben történő megőrzésében és a töltés vagy a szinkronizálás során felmerülő problémák elkerülésében.

TARTSA TISZTÁN AZ OH1-ET

Töröljön le minden szennyeződést vagy sót az OH1-ről minden edzés után puha törülközővel.

Tartsa az OH1 és az OH1 USB adapter töltési érintkezőit tiszta állapotban a sima töltés és szinkronizálás érdekében.

A töltés előtt győződjön meg arról, hogy nincs nedvesség, haj, por vagy szennyeződés az OH1 vagy az OH1 USB adapter töltőkapcsolaton. Óvatosan törölje le a szennyeződéseket, és fújja le a port. A karcmentesség megőrzése érdekében ne használjon éles eszközöket a tisztításhoz.

Az OH1 érintkezőket tiszta állapotban kell tartani, hogy megvédjék az oxidációtól és az egyéb szennyeződésektől és a sós vizektől (például a verejték vagy a tengervíz) okozta esetleges károktól. **Ne töltsen fel az OH1-et, ha a töltő érintkezője nedves vagy izzadt.**

VIGYÁZZON AZ OPTIKAI PULZUSÉRZÉKELŐRE


Tartsa az optikai érzékelő területét tisztán és karcmentesen. A kis karcok azonban nem befolyásolják az optikai pulzuszórák teljesítményét.

TÁROLÁS

Az edző eszközt tárolja hűvös és száraz helyen. Ne tárolja őket nedves környezetben, nem szellőző anyagban (műanyagtasak, vagy sporttáska), vagy vezetőképes anyag mellett (pl.: nedves törülköző). Ne tegye ki huzamosabb ideig közvetlen napfénynek az edző eszközt, vagyis ne hagyja azt például az autóban. Javasolt az edző eszközt részben vagy teljesen feltöltött állapotban tárolni. Az akkumulátor tárolás során folyamatosan merül. Ha több hónapig nem használja az edző eszközt, javasolt azt néhány hónap elteltével újra feltölteni. Ez megnövelheti az elem élettartamát.

Ne hagyja a készüléket szélsőséges hidegben (-10 ° C / 14 ° F alatt) és melegben (50 ° C / 120 ° F fölött) vagy közvetlen napsugárzásnak kitéve.

SZERVIZELÉS

Javasoljuk, hogy a kétéves garancia ideje alatt csak hivatalos Polar szervizközpontban javítsa a készüléket. A Polar Electro által nem engedélyezett javítás által okozott kár, vagy következményes kár esetén a garancia nem érvényesíthető.  További információért lásd a Limited International Polar Garanciát.

Elérhetőségeinkről és a Polar szervizközpontok címeiről a support.polar.com webhelyen és az egyes országok weboldalain tájékozódhat.

ÓVINTÉZKEDÉSEK

A Polar OH1 a szívritmus mérésére szolgál. Más célokat nem szolgál.

A Polar edző eszköz nem használható professzionális, vagy ipari pontosságot igénylő környezeti mérésekhez.

Javasoljuk, hogy a koszos karkötő okozta bőrproblémák elkerülése érdekében időnként mossa meg a karkötőt.

INTERFERENCIA AZ EDZÉS SORÁN.

Az egységet érintő elektromágneses interferencia

Az elektromos eszközök közelében zavar jelentkezhet. Ezenkívül a WLAN bázisállomások közelében is jelentkezhet interferencia training device (az edző eszköznél). A hibás mérési eredmények és a nem megfelelő viselkedés elkerülése érdekében kerülje az ilyen zavarforrásokat.

Az edzőberendezés elektromos komponensei, például LED kijelzők, motorok, és elektromos fékek, a jelek interferenciáját okozhatják.

Ha a training device (edző eszköz) még mindig nem működik, a edzőberendezés valamelyik részegysége elektromos szempontból túl zajos lehet a vezeték nélküli pulzusszám méréshez. További információért lásd: www.polar.com/support oldalt.

KOCKÁZATOK MINIMALIZÁLÁSA EDZÉSKOR

Az edzés bizonyos kockázatokkal járhat. Egy rendszeres edzésprogram elkezdése előtt célszerű válaszolni az alábbi, egészségi állapotára vonatkozó kérdésekre. Ha ezen kérdések bármelyikére igennel válaszol, az edzésprogram elkezdése előtt kérjen tanácsot egy szakorvostól.


- Az elmúlt 5 évben fizikailag inaktív volt?
- Magas a vérnyomása, vagy a vérkoleszterin szintje?
- Szed valamilyen vérnyomás-, vagy szívgyógyszert?
- Voltak légzési problémái?
- Észlelt magán bármilyen betegsége utaló tünetet?
- Felépülőben van egy súlyos betegségből, vagy orvosi kezelés alatt áll?
- Pacemakere vagy más, beültetett elektronikus eszköze van?
- Dohányzik?
- Terhes?


Az edzés intenzitásán felül a pulzusszámra a szívbetegségekre felírt gyógyszerek, vérnyomás, egészségügyi problémák, asztma, légzés stb. valamint egyes energitalok, alkohol és nikotin is hatással lehet.

Fontos, hogy figyeljünk és megfelelően reagáljunk testünk által adott jelekre az edzés során. **Ha edzés közben váratlan fájdalmat, vagy túlzott fáradtságot érez, akkor ajánlott befejezni, vagy kisebb intenzitással folytatni az edzést.**

Megjegyzés! Ha szívritmusszabályzót használ, használhatja a Polar termékeket. Elméletben nem léphet fel interferencia a Polar termékek és a szívritmusszabályozó között. A gyakorlatban nincsenek arra vonatkozó jelentések, hogy valaki tapasztalt-e ilyen interferenciát. Nem tudunk azonban hivatalos garanciát vállalni termékeink alkalmazhatóságára az összes szívritmus-szabályozóval vagy más beültetett eszközzel kapcsolatban a rendelkezésre álló különféle eszközök miatt. Ha nem biztos abban, hogy biztonságosan használhatja-e a terméket, vagy ha a Polar termékek használata során szokatlan tüneteket észlel, forduljon orvoshoz, vagy lépjen kapcsolatba a beültetett elektromos eszköz gyártójával.

Amennyiben allergiás a bőrrel érintkező valamely összetevőre, vagy ha allergiás reakciókat vél felfedezni magán a termék használata közben, ellenőrizze a Műszaki specifikációban felsorolt anyagokat.

 A nedvesség és a nagyfokú kopás együttes hatására a pulzus érzékelő felületéről lepereghet a szín, amely megfoghatja a ruhákat is. Ha parfümöt, napolajat/naptejet vagy rovarriasztót használ a bőrén, akkor meg kell győződnie róla, hogy az edző eszköze vagy a pulzusmérője ne érintkezzen az adott bőrfelülettel. Kérjük, kerülje az olyan színes ruhákkal történő edzést, amelyek beszínezhetik az edző eszközt (legfőképpen a világos színű edző készülékekkel).

 Ez a termék nem játék. Ne engedje, hogy gyermekek vagy háziállatok játszhassanak ezzel a termékkel. Ez a termék olyan apró alkatrészeket tartalmaz, amelyek fulladásveszélyt okozhatnak.

MŰSZAKI SPECIFIKÁCIÓ

OH1

Üzemidő:	Akár 12 óra folyamatos edzés
Elemtípus:	45 mAh Li-pol újratölthető akkumulátor
Memóriakapacitás:	Akár 200 óra edzés
Működési hőmérséklet:	-10 °C és +50 °C között/ 14 °F és 122 °F között
OH1 érzékelőanyagok:	ABS, ABS+GF, PMMA, SUS 316 (Rozsdamentes acél)
Karkötő anyagok:	SUS 304 (rozsdamentes acél) PA bevonattal, poliészter elasztán (belül: kloroprén gumi), poliészter, PA
USB adapter anyagok:	PC + ABS, SUS 301 (rozsdamentes acél) aranyozott
Vízállóság:	30 m (fürdéshez és úszáshoz alkalmas)

Használja a vezeték nélküli Bluetooth® technológiát.

POLAR FLOWSYNC SZOFTVER

A FlowSync szoftver használatához szüksége lesz egy Microsoft Windows vagy Mac OS X operációs rendszerrel működő számítógépre, internet csatlakozásra és egy szabad USB portra.

A FlowSync a következő operációs rendszerrel kompatibilis:


Számítógép operációs rendszer	32-bit	64-bit
Windows XP	X	

Számítógép operációs rendszer	32-bit	64-bit
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

A POLAR FLOW MOBIL ALKALMAZÁS KOMPATIBILITÁSA

A Polar eszközök a legtöbb modern okostelefonnal működnek. Az alábbiakban láthatja a minimális követelményeket:

- iPhone 4S és újabb iOS mobilkészülékek
- Bluetooth 4.0 funkcióval, illetve legalább Android 4.3-as verzióval rendelkező Android készülékek (a teljes telefonspecifikációt a telefon gyártójánál ellenőrizheti)

 Polar H10 and Polar OH1 pulzusmérők legalább Android 4.4-es verzióval, valamint legalább iPhone 4S verzióval kompatibilisek.

Jelentős eltérések mutatkozhatnak abban, hogy az egyes Android készülékek hogyan kezelik a termékeinkhez és szolgáltatásainkhoz felhasznált technológiákat, például a Bluetooth Low Energy (BLE) technológiát, illetve a különböző szabványokat és protokollokat. Ezért a kompatibilitás telefongyártónként eltérő lehet, a Polar pedig sajnálatos módon nem garantálhatja azt, hogy valamennyi funkció, minden készülék esetén használható lesz.

A POLAR TERMÉKEK VÍZÁLLÓSÁGA

A vízálló képességet általában méterben adják meg, amely a megadott mélységű, statikus víztömeg nyomását jelenti. A Polar is ezt a mértékegységet használja. A Polar termékek vízállóságát az **ISO 22810** vagy **IEC60529** szabványnak megfelelően teszteltük. Minden vízálló jelöléssel ellátott Polar készüléket teszteljük a kiszállítás előtt.

Vízhatlanság szempontjából a Polar termékek négy kategóriába sorolhatók. A vízhatlansági kategória a Polar termék hátulján van feltüntetve. Felhívjuk figyelmét, hogy ezek a kategória-meghatározások más gyártók termékeinél eltérőek lehetnek.

Víz alatti tevékenységek közben a mozgás által keltett dinamikus nyomás nagyobb a statikus víznyomásnál. Ez azt jelenti, hogy a termék mozgás közben nagyobb nyomásnak van kitéve, mint ha csak a vízbe ejtené.

A termék hátoldalán lévő jelölések	Fröcskölés, izzadság, és esőcsepp stb.	Fürdés és úszás	Búvárkodás pipával (levegőtartályok nélkül)	SCUBA búvárkodás (levegőtartályokkal)	Vízhatlansági tulajdonságok
Water resistant IPX7	OK	-	-	-	Vízugár alatt ne mossa. Fröcskölés és esőcseppek ellen védett. Referencia szabvány: IEC60529.
IPX8 vízálló	OK	OK	-	-	Minimális besorolás fürdéshez és úszáshoz. Referencia szabvány: IEC60529.
Vízálló Vízálló 20/30/50 méterig Úszáshoz alkalmas	OK	OK	-	-	Minimális besorolás fürdéshez és úszáshoz. Referencia szabvány: ISO22810.
Vízálló 100 m-ig	OK	OK	OK	-	Gyakori víz alatti használatra. SCUBA búvárkodáshoz nem alkalmas. Referencia szabvány: ISO22810.

KORLÁTOZOTT NEMZETKÖZI POLAR GARANCIA

- Ez a garancia nem befolyásolja a fogyasztó érvényben lévő nemzeti, vagy állami törvények által szavatolt törvényes jogait, vagy a fogyasztó forgalmazóval szembeni, az eladási/vásárlási szerződéséből adódó jogait.
- Ez a garancia nem befolyásolja a fogyasztó érvényben lévő nemzeti, vagy állami törvények által szavatolt törvényes jogait, vagy a fogyasztó forgalmazóval szembeni, az eladási/vásárlási szerződéséből adódó jogait. Ezt a korlátozott Polar nemzetközi garanciát a Polar Electro Oy bocsátja ki olyan fogyasztóknak, akik a terméket más országokban vásárolták.

- A Polar Electro Oy/Polar Electro Inc. garantálja a termék eredeti fogyasztójának/vásárlójának, hogy a termék a vásárlás dátumától számított két (2) évig anyag- és gyártási hibától mentes lesz.
- Az eredeti vásárlási számla a vásárlás tényét bizonyító irat!
- A garancia nem vonatkozik az elemre, a normál elhasználódásra, a helytelen használatból, visszaélésből, balesetektől vagy az óvintézkedések be nem tartásából származó károokra; a nem megfelelő karbantartásra, kereskedelmi használatra, megrepedt, törött vagy megkarcolt burkolatokra/kijelzőkre, a rugalmas pántra és Polar felszerelésre.
- A garancia nem fedez semmilyen, a termékből származó, vagy azzal kapcsolatos közvetlen, közvetett, következményes, vagy különleges kárt, veszteséget, költséget, vagy kiadást.
- A másodkézből beszerzett (használtként értékesített) Polar termékekre nem érvényes a két (2) éves garancia, kivéve, ha a helyi törvény másként nem rendelkezik.
- A garancia ideje alatt a terméket vagy megjavítják, vagy kicserélik valamelyik hivatalos Polar szervizközpontban, a vásárlás országára való tekintet nélkül.

A garancia csak azokra az országokra vonatkozik, ahol a terméket eredetileg forgalomba helyezték.



Ez a termék megfelel a 2014/53 / EU és a 2011/65 / EU irányelveknek. A megfelelő Megfelelőségi nyilatkozat és az egyes termékekre vonatkozó egyéb szabályozási információk elérhetők a www.polar.com/hu/szabalyozasi_informacio weboldalon.

A rádiókészülék 2,402 - 2,480 GHz ISM tartomány(ok)ban, 2,0 mW maximális teljesítménnyel működik.



Az áthúzott kerekesszeméttartály szimbólum azt mutatja, hogy a Polar termékek elektromos készülékek és az Európai Parlamentnek és a Tanács elektromos és elektronikus berendezések hulladékaira (WEEE) vonatkozó 2012/19/EU irányelvének hatálya alá esnek, és a termékhez használt elemek és akkumulátorok az Európai Parlament és Tanács 2006 szeptember 6-án kiadott, az elemekre és akkumulátorokra, illetve az elemek és akkumulátorok hulladékaira vonatkozó 2006/66/EK irányelv hatálya alá esnek. A Polar termékekben levő termékeket és elemeket/akkumulátorokat ennél fogva az EU országokban elkülönítve kell leselejtezni. A Polar arra ösztönzi Önt, hogy védje a környezetet és embertársai egészségét az Európai Unió kívül is azáltal, hogy betartja a helyi hulladékkezelésre

vonatkozó előírásokat, és hogy – amennyiben ez lehetséges – szelektíven gyűjtse az elektronikus termékeket, az elemeket és az akkumulátorokat.

Gyártja a Polar Electro Oy, Professorintie 5, FI-90440 KEMPELE, Tel +358 8 5202 100, Fax +358 8 5202 300, www.polar.com.

A Polar Electro Oy ISO 9001: 2008 minősítésű cég.

© 2017 Polar Electro Oy, FI-90440 KEMPELE, Finnország. Minden jog fenntartva. Jelen útmutató egyetlen része sem használható fel vagy sokszorosítható semmilyen formában a Polar Electro Oy előzetes írásos engedélye nélkül.

A használati útmutatóban vagy a termék csomagolásán lévő nevek és logók a Polar Electro Oy védjegyei. A felhasználói kézikönyvben vagy a termék csomagolásán levő ® jellel ellátott nevek és logók a Polar Electro Oy bejegyzett védjegyei. A Windows a Microsoft Corporation bejegyzett védjegye, és a Mac OS az Apple Inc. bejegyzett védjegye. A Bluetooth® szövmegjelölés és logók a Bluetooth SIG, Inc. tulajdonában álló bejegyzett védjegyek, és a Polar Electro Oy licenz alatt álló védjegyek bármely használata.

FELELŐSSÉG KIZÁRÁSA

- A kézikönyvben levő anyag csak tájékoztatási célokat szolgál. A benne leírt termékek vonatkozásában a gyártó a folyamatos fejlesztési programok miatt fenntartja az előzetes tájékoztatás nélküli változtatás jogát.
- A Polar Electro Inc. / Polar Electro Oy nem szavatolja és nem vállal garanciát a kézikönyvre és a benne leírt termékekre.
- A Polar Electro Inc. / Polar Electro Oy nem vállal felelősséget a jelen anyag, vagy az itt leírt termékek használatából származó károkért, költségekért, vagy kiadásokért, legyenek közvetettek, vagy közvetlenek, következményesek, vagy egyediek.

1.3 HU 10/2017