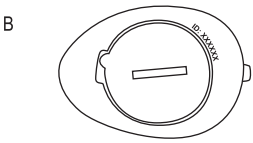
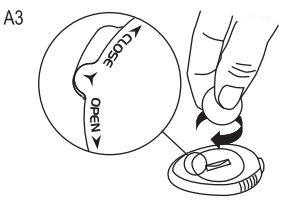
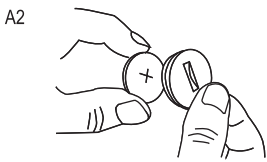
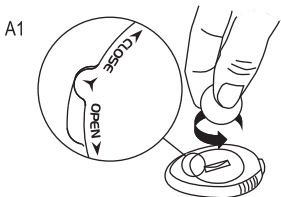


# POLAR STRIDE SENSOR



Model:Y8

Bruksanvisning

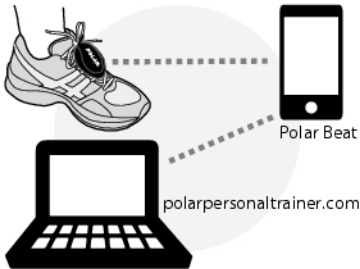


 **ID:** .....

# SVENSKA

Grattis! Polar stegsensor *Bluetooth*<sup>®</sup> Smart är det bästa valet om du vill förbättra din löp teknik och -effektivitet. Genom användning av känsliga rörelsesensorer ger den mycket precisa mätningar av hastighet, sträcka, stegfrekvens och steglängd.

Polar stegsensor *Bluetooth*<sup>®</sup> Smart är kompatibel med *Bluetooth*<sup>®</sup> Smart Ready-enheter som stöder *Bluetooth*<sup>®</sup> tjänst för löphastighet och stegfrekvens. När du använder en smartphone behövs en separat applikation för att se stegsensordata. Vi rekommenderar att du använder applikationen Polar Beat, men det är också möjligt att använda andra applikationer.



Om du har ett konto på [polarpersonaltrainer.com](http://polarpersonaltrainer.com), så synkroniserar Polar Beat automatiskt dina träningsfiler på kontot. Observera att du måste logga in till ditt konto på [polarpersonaltrainer.com](http://polarpersonaltrainer.com) när du startar Polar Beat för att den automatiska synkroniseringen ska fungera.

Den senaste versionen av denna användarhandbok kan laddas ner från [www.polar.com/support](http://www.polar.com/support).

För videohandledning, se Using Polar Stride Sensor *Bluetooth*® Smart på [www.polar.com/en/polar\\_community/videos](http://www.polar.com/en/polar_community/videos).

Följ instruktionsbilderna på fram- och baksidan.



*Skriv in enhetens ID, som är tryckt på din stegsensor, i utrymmet på framsidan av manualen (bild B). Den ursprungliga märkningen kan blekna till följd av normalt slitage.*

## Sätt i batteriet i stegsensorn

Innan du använder din stegsensor för första gången ska du sätta i batteriet (medföljer förpackningen).

1. Öppna batteriluckan genom att vrida den moturs till OPEN med hjälp av ett mynt (bild A1).
2. Sätt i batteriet med pluspolen (+) vänd mot luckan (bild A2). Se till att förseglingsringen ligger i sitt spår så att sensorn förblir vattenskyddad.
3. Sätt i luckan med batteriet i sensorn.
4. Tryck luckan på plats och stäng den genom att vrida medurs från OPEN till CLOSE med ett mynt (bild A3).



*För att öka batteriets livslängd har Polar stegsensor Bluetooth® Smart tre olika strömlägen: mät-, Stand By- och Deep Sleep-läge. I Stand By-läget kan den mottagande enheten se sensorn och en anslutning kan upprättas. När sensorn är ansluten till den mottagande enheten är sensorn i mätläge. När den är frånkopplad återvänder sensorn till Stand By-läge. Om sensorn är inaktiv under de kommande minuterna går den till Deep Sleep-läge. Minsta rörelse gör att sensorn återgår till Stand By-läge.*

## **Koda en ny stegsensor med din mottagande enhet**

Polar stegsensor *Bluetooth*<sup>®</sup> Smart måste kodas ihop med den mottagande enheten för att de ska kunna kommunicera med varandra. Mer information finns i användarhandboken för den mottagande enheten eller mobilapplikationen.

### **Fästa stegsensorn i skosnörena**

1. Lossa skosnörena och placera hållaren ovanpå plösen. Se till att spännet är vänt uppåt.
2. Trä in skosnörena genom hålen på sidorna av hållaren och ut genom hålet på undersidan av hållaren (bilderna C1 och C2). Trä snörena genom det lilla spännet på plösen för att vara säker på att hållaren inte rör sig när du springer.
3. Dra åt snörena.
4. Passa in sensorns front i hållaren och tryck fast sensorns bakre del (bild C3). Fäst spännet.
5. Se till att stegsensorn inte kan röra sig och sitter i linje med din fot. Ju bättre fotsensorn är fastsatt, desto tillförlitligare mäts hastighet och sträcka.

## Kalibrera stegsensorn

Kalibrering av sensorn förbättrar noggrannheten för mätning av hastighet, tempo, sträcka och steglängd. Vi rekommenderar att du kalibrerar sensorn innan du använder den för första gången, om du gör markant förändring av ditt löpsteg eller om sensorns placering på skon ändras betydande (om du t.ex. har nya skor eller om du flyttar sensorn från din högra till din vänstra sko). Kalibreringen bör utföras i det tempo du normalt springer.

Kalibrering görs via den mottagande enheten. Se användarhandboken för den mottagande enheten eller mobilapplikationen för anvisningar.

## Service

Under den två år långa garantitiden rekommenderar vi att endast ett auktoriserat Polar Service Center utför service. Garantin täcker inte skador och följdskador som härrör från service som inte auktoriserats av Polar Electro. Besök [www.polar.com/support](http://www.polar.com/support) och landsspecifika webbplatser för kontaktinformation och alla adresser till Polar Service Center.

**Byta batterier:** Följ de givna instruktionerna om du ska byta batterier till stegsensorn själv. För att batterilocket ska hålla så länge som möjligt ska du bara öppna det när du behöver byta

batteri. När du byter batteri ska du se till att förseglingsringen inte är skadad. Den ska i så fall bytas ut mot en ny. Du kan köpa förseglingsringar/batterier hos väl sorterade Polar-återförsäljare eller från Polar-auktoriserade serviceverkstäder. I USA och Kanada finns extra förseglingsringar att köpa hos auktoriserade Polar servicecenter. I USA kan förseglingsringar/batterier även köpas på [www.shoppolar.com](http://www.shoppolar.com). Gå till [www.polar.com](http://www.polar.com) för att hitta shoppolars nätbutik i ditt land.

Batteriladdningen för din stegsensor visas på den mottagande enheten, om enheten stöder *Bluetooth*<sup>®</sup> batteritjänster.



*Förvara batterierna på behörigt avstånd från barn. Om batterierna sväljs, kontakta läkare omedelbart. Batterierna ska återvinnas enligt lokala bestämmelser.*



Varning: Det finns en risk för att batteriet exploderar om det ersätts med ett av felaktig typ. Kassera batterier enligt anvisningar.

## **Skötsel och underhåll**

Din säkerhet är mycket viktig för oss. Utformningen av stegsensorn är gjord för att minimera risken för att den ska fastna i något. Var ändå försiktig när du t.ex. springer i snårskog med stegsensorn.



Stegsensorn är vattenresistent och är säker att användas i regn och snö. Sänk inte ned stegsensorn i vatten eftersom den inte är avsedd för undervattensaktiviteter. Utsätt inte för direkt solljus under längre tidsperioder.

Förvara din stegsensor svalt och torrt. Förvara den inte i fuktig miljö, i tätslutande material som inte andas (såsom en plastpåse eller sportväska) eller tillsammans med elektriskt ledande material (en blöt handduk).

## Teknisk specifikation

Batterilivslängd:	Ca 600 timmars användning
Batteri:	CR2430
Förseglingsring:	O-Ring 25,0 x 1,2; material: silikon
Arbetstemperatur:	-10 °C till +50 °C
Noggrannhet:	±3 % eller bättre efter kalibrering, definitionen avser stabila förhållanden.

## Begränsad Internationell Polar-garanti

- Denna garanti påverkar inte kundens lagstadgade rättigheter under tillämpliga och gällande nationella lagar eller delstatslagar, eller kundens rättigheter gentemot försäljaren vid eventuella tvister med avseende på försäljnings-/köpavtalet.
- Denna begränsade Polar internationella garanti utfärdas av Polar Electro Inc. till kunder som har köpt denna produkt i USA eller Kanada. Denna begränsade Polar internationella garanti utfärdas av Polar Electro Oy till kunder som har köpt denna produkt i andra länder.
- Polar Electro Oy/Polar Electro Inc. garanterar kunden som ursprungligen köpt produkten att den är

fri från defekter i fråga om material och utförande i två (2) år från inköpsdatumet.

- **Kvittot på det ursprungliga köpet är ditt inköpsbevis!**
- Garantin omfattar inte batteriet, normalt slitage, skada till följd av felaktig användning, missbruk, olyckor eller bristande efterlevnad av angivna försiktighetsåtgärder; felaktigt underhåll, kommersiellt bruk, spruckna, trasiga eller repade boetter/displayer, armband, elastiska band och Polar klädesplagg.
- Garantin täcker inte några skador, förluster, kostnader eller utgifter, direkta, indirekta eller tillfälliga skador, följdskador eller specifika skador som uppstår i samband med användning av produkten.
- Artiklar som köps i andra hand omfattas inte av den tvååriga (2) garantin, såvida inget annat anges i den nationella lagen.
- Under garantiperioden kommer produkten antingen att repareras eller ersättas på något av Polars auktoriserade servicecenter, oavsett inköpsland.

Garantin för alla produkter begränsas till de länder där produkten ursprungligen har marknadsförts.

## **Ansvarsfriskrivning**

Polar Electro Inc./Polar Electro Oy påtar sig inget ansvar för problem som är relaterade till eller som uppstår till följd av användning av produkter eller tjänster från tredje part som bearbetar de data som genereras av en Polarprodukt. Polar Electro Inc./Polar Electro Oy påtar sig inget ansvar för problem som är relaterade till eller som uppstår till följd av funktioner/felfunktioner i produkt eller tjänst från tredje

part eller tjänst, dess samfunktion med en Polar-produkt, säkerheten hos produkt eller tjänst från tredje part eller andra problem som är relaterade till eller som uppstår till följd av användning av produkter eller tjänster från tredje part. Polar Electro Inc./Polar Electro Oy är inte ansvarigt för eventuella avgifter för dataöverföring eller andra avgifter som kan orsakas av eller relateras till användningen av denna Polarprodukt.

Denna produkt är skyddad av Polar Electro Oys immateriella rättigheter, såsom definieras i följande dokument: US6584344.

Copyright © 2013 Polar Electro Oy, FI-90440  
KEMPELE.

Med ensamrätt. Ingen del av denna bruksanvisning får användas eller kopieras utan skriftligt tillstånd från Polar Electro Oy. Namn och logotyper som märkts med symbolen <sup>TM</sup> i denna bruksanvisning eller på förpackningen till denna produkt är varumärken som tillhör Polar Electro Oy. Namn och logotyper som märkts med symbolen ® i denna bruksanvisning eller på förpackningen till denna produkt är registrerade varumärken som tillhör Polar Electro Oy. *Bluetooth*<sup>®</sup> ordmärke och logotyper är registrerade varumärken som tillhör Bluetooth SIG, Inc. och all användning av dessa märken av Polar Electro Oy sker under licens.

Polar Electro Oy är ett ISO 9001:2008-certifierat företag.



Denna produkt uppfyller kraven i direktiv 2014/53/EU och 2011/65/EU. Den relevanta försäkran om överensstämmelse och andra produktföreskrifter finns att tillgå för varje produkt på [www.polar.com/sv/gallande\\_bestammelser](http://www.polar.com/sv/gallande_bestammelser).



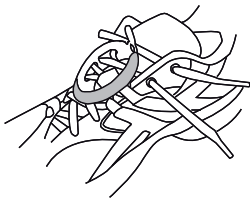
Den överkorsade papperskorgen visar att Polars produkter är elektroniska enheter och omfattas av Europaparlamentets och rådets direktiv 2002/96/EG om avfall från elektriska och elektroniska apparater (WEEE). Batterier och ackumulatorer som används i produkter omfattas av Europaparlamentets och rådets direktiv 2006/66/EG av den 6 september 2006 om batterier och ackumulatorer och förbrukade batterier och ackumulatorer. Dessa produkter och batterier/ackumulatorer som finns i Polars produkter ska därför kasseras separat i EU-länderna.

**Bluetooth QD ID: B020404**

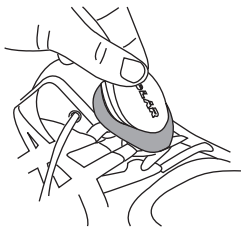
C1



C2



C3



Manufactured by

Polar Electro Oy  
Professorintie 5  
FIN-90440 KEMPELE  
Tel +358 8 5202 100  
Fax +358 8 5202 300  
[www.polar.com](http://www.polar.com)

**POLAR**<sup>®</sup>  
LISTENS TO YOUR BODY