



## STRIDE SENSOR BLUETOOTH® SMART



# INNEHÅLL

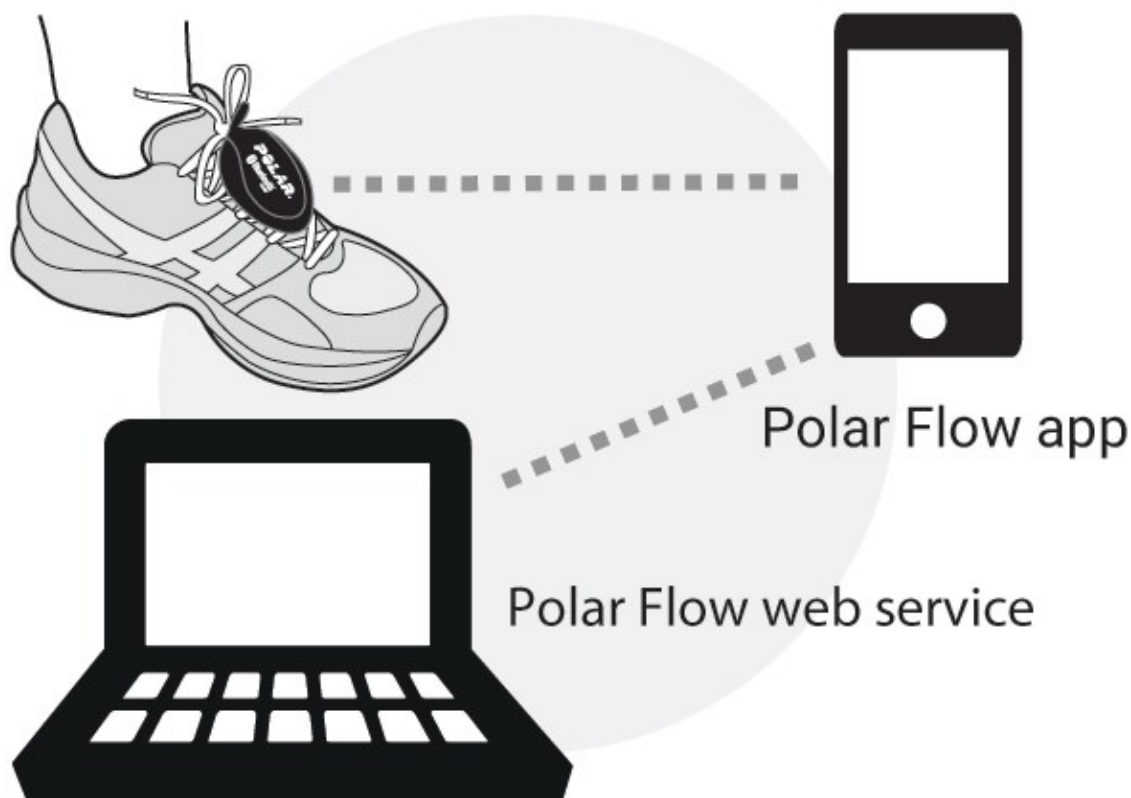
<b>Innehåll</b> .....	<b>2</b>
<b>Introduktion</b> .....	<b>3</b>
<b>Komma igång</b> .....	<b>4</b>
Batteri i stegsensorn .....	4
Ta bort batteriisoleringen .....	4
Ladda batteriet .....	5
Parkoppla och kalibrera stegsensorn .....	6
Koda en ny stegsensor med din mottagande enhet .....	6
Kalibrera stegsensorn .....	6
Ansluta stegsensorn .....	6
<b>Viktig information</b> .....	<b>7</b>
Service .....	7
Skötsel och underhåll .....	7
Teknisk specifikation .....	7
Begränsad internationell Polar-garanti .....	8
Ansvarsfriskrivning .....	9

# INTRODUKTION

Polar stegsensor Bluetooth® Smart är det bästa valet om du vill förbättra din löpteknik och -effektivitet. Genom användning av känsliga rörelsesensorer ger den mycket precisa mätningar av hastighet, sträcka, stegfrekvens och steglängd.

Polar stegsensor Bluetooth® Smart är kompatibel med Bluetooth® Smart Ready-enheter som stöder Bluetooth® tjänst för löphastighet och stegfrekvens.

Du kan använda din sensor med flertalet ledande fitness-appar och med Polar-produkter som använder Bluetooth® Smart. Se kompatibla produkter på [support.polar.com](https://support.polar.com).



# KOMMA IGÅNG

## BATTERI I STEGSENSORN

### TA BORT BATTERIISOLERINGEN

**i** Ta bort batteriisoleringen från batterifacket före användning.

1. Öppna batteriluckan genom att vrida den moturs med hjälp av ett mynt.
2. Ta bort den röda plastisoleringen från batterifacket.
3. Tryck batteriluckan på plats och stäng den genom att vrida den medurs.

1



2



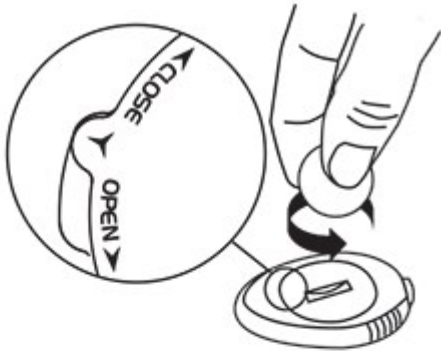
3



## LADDA BATTERIET

1. Öppna batteriluckan genom att vrida den moturs till OPEN med hjälp av ett mynt (bild 1).
2. Sätt i batteriet med pluspolen (+) vänd mot luckan (bild 2). 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 3).

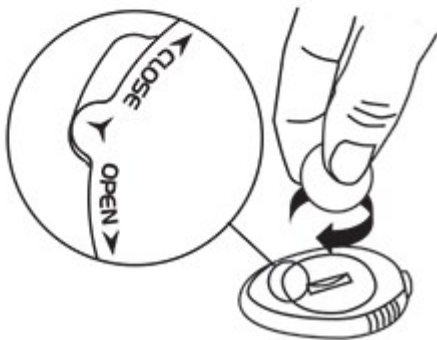
1



2



3



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 fränkopplad 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.

# PARKOPPLA OCH KALIBRERA STEGSENSORN

## KODA EN NY STEGSENSOR MED DIN MOTTAGANDE ENHET

Polar stegsensor Bluetooth® Smart måste koda ihop med den mottagande enheten för att de ska kunna kommunicera med varandra. Mer information finns i användarhandboken för den mottagande enheten eller mobilapplikationen.

## 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.

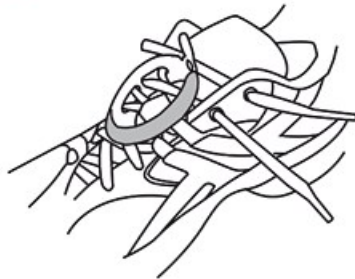
## ANSLUTA STEGSENSORN

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 1 och 2). 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 3). 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.

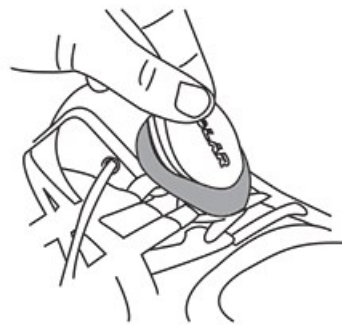
1



2



3



# VIKTIG INFORMATION

## SERVICE

Under den två år långa garantitiden rekommenderar vi att endast ett auktoriserat Polar Service Center utför service. Garantin täcker inte skador och följskador 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 välsorterade 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® batteritjänster.



### Varning:

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

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

## 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

## Bluetooth QD ID: B020404

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

## BEGRÄNSAD INTERNATIONELL POLAR-GARANTI

- Polar Electro Oy utfärdar en begränsad internationell garanti för Polarprodukter. För produkter som har sålts i USA eller Kanada utfärdas garantin av Polar Electro, Inc.
- Polar Electro Oy/Polar Electro Inc. garanterar den ursprungliga konsumenten/köparen av Polar-produkten att produkten kommer att vara fri från defekter i material eller utförande under två (2) år från inköpsdatumet, med undantag av armband av silikon eller plast, som omfattas av en garantiperiod på ett (1) år från inköpsdatumet.
- Garantin täcker inte vanligt slitage av batteriet, eller annat normalt slitage, skador p.g.a. felaktig användning, missbruk, olyckor eller icke efterlevnad av försiktighetsåtgärderna, felaktigt underhåll, kommersiell användning, spruckna, trasiga eller repade glas/displayer, textil- eller läderarmband, det elastiska bältet (t.ex. pulssensor, bröstbälte) och Polar-kläder.
- Garantin täcker inte heller några skador, förluster, kostnader eller utgifter, direkta, indirekta eller oförutsedda, efterföljande eller specifika, uppkomna av, eller relaterade till produkten.
- Garantin täcker inte produkter som har köpts i andra hand.
- Under garantiperioden repareras eller ersätts produkten på valfri auktoriserad Polar Central Service, oavsett i vilket land produkten köptes.
- Garantin som utfärdats av Polar Electro Oy/Inc. påverkar inte kundens lagstadgade rättigheter under tillämpliga gällande nationella lagar eller delstatslagar, eller kundens rättigheter gentemot återförsäljaren, med avseende på försäljningsavtalet.
- Du bör behålla inköpskvittot som ett inköpsbevis!
- Garantin med avseende på alla produkter begränsas till de länder där produkten ursprungligen marknadsfördes av Polar Electro Oy/Inc.

Tillverkad av Polar Electro Oy, Professorintie 5, FI-90440 KEMPELE, [www.polar.com](http://www.polar.com).

Polar Electro Oy är ett ISO 9001:2015 certifierat företag.

© 2021 Polar Electro Oy, FI-90440 KEMPELE, Finland. Med ensamrätt. Ingen del av denne bruksanvisning kan brukas eller reproduceras i noen form eller på noen måte uten skriftlig forhåndstillatelse fra Polar Electro Oy.

Namn och logotyper i denna bruksanvisning eller i förpackningen till denna produkt är varumärken som tillhör Polar Electro Oy. Namn och logotyper märkta med en ®-symbol i denna bruksanvisning eller i förpackningen till denna produkt är varumärken som tillhör Polar Electro Oy. Windows är ett registrerat varumärke som tillhör Microsoft Corporation och Mac OS är ett registrerat varumärke som tillhör Apple Inc. Bluetooth ®-märket och logotyperna är registrerade varumärken som tillhör Bluetooth SIG, Inc. och all användning av sådana märken från Polar Electro Oy är under licens.



Denna produkt uppfyller direktiven 2014/53/EU, 2011/65/EU och 2015/863/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 Europarådets direktiv 2012/19/EU om avfall från elektriska och elektroniska apparater (WEEE). Batterier och ackumulatörer som används i produkter omfattas av Europaparlamentets och Europarådets direktiv 2006/66/EG från 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. Polar uppmanar dig att minimera möjliga effekter av avfall på miljö och människors hälsa även utanför Europeiska unionen, genom att följa lokala avfallsbestämmelser och, då det är möjligt, utnyttja särskild insamling av elektronisk utrustning för produkter och särskild insamling av batterier och ackumulatorer för batterier och ackumulatorer.

## **ANSVARFRISKRIVNING**

- Informationen i denna handbok ges endast i informationssyfte. Produkter som beskrivs kan ändras utan föregående meddelande på grund av tillverkarens kontinuerliga utvecklingsprogram.
- Polar Electro Inc./Polar Electro Oy ger inga garantier med avseende på denna handbok eller med avseende på de produkter som beskrivs häri.
- Polar Electro Inc./Polar Electro Oy har inget ansvar för skador, förluster, kostnader eller utgifter, direkta, indirekta eller oförutsedda, efterföljande eller specifika, uppkomna av, eller relaterade till användningen av detta material eller de produkter som beskrivs häri.

1.0 SV 11/2021