

KORTE HANDLEIDING VOOR POLAR TEAM²

Dit is een korte handleiding voor de Polar Team². Lees deze handleiding zorgvuldig door voordat u aan de slag gaat met Team². Deze korte handleiding bevat basisinformatie over Team². Raadpleeg de Help van de Team²-software voor meer informatie.



POLAR TEAM² BEVAT

1 POLAR TEAM²-BASISSTATION

- Verbind de zenders met uw PC
- Hiermee kunt u tot 80 spelers in real time controleren
- Ethernet, Wi-Fi, Bluetooth
- Oplaadbare batterijen voor 12 uur zelfstandig gebruik
- Gebruikstemperatuur -20°C - +60°C (-4°F - +140°F)
- Waterbestendig indien de stekker juist is aangebracht

OPMERKING: Bij het opladen moeten de voetjes van het basisstation worden gebruikt omdat de onderzijde dan warm wordt. De onderzijde van het basisstation warmt op tot 60 °C (140 °F). Tijdens het opladen is de maximum gebruikstemperatuur 45°C (113°F).

2 10 POLAR TEAM²-ZENDERS EN BORSTBANDEN

- De zender is compatibel met de meeste Polar-polsunits
- De borstband is speciaal ontworpen voor de Team²-zenders
- Het geheugen van de zender kan 48 uur gegevens opslaan in de modus Online en 360 uur gegevens in de modus Buiten seizoen
- Bluetooth, Polar-zender voor magnetische communicatietechnologie, oplaadbare batterij
- Waterbestendig

3 POLAR TEAM²-OPLADER

- Niet waterbestendig, alleen binnen te gebruiken

USB-DONGLE

- Tweede optie voor het downloaden van gegevens uit het geheugen van de zender
- Bluetooth

POLAR TEAM²-SOFTWARE VOOR PC'S

- U vindt de installatie-instructies in deze handleiding
- Download de laatste software updates voor de nieuwste Team² functies

STAP VOOR STAP

1. Installeer de pc-software vanaf de dvd.
2. Stel het systeem en de software in volgens de instructies van de wizard.
3. Geef de zenders aan de spelers.
4. Start de training en volg de hartslagen online.
5. Analyseer de gegevens.
6. Rapporteer en doe de follow-up.

Zie het help menu van de software voor instructies over het werken met meerdere basisstations.

ONDERHOUDSINSTRUCTIES

TEAM²-BORSTBAND:

- Was de borstbanden op 40°C (104°F) in een wasmachine nadat de borstbanden vijf keer zijn gebruikt. Was de borstbanden altijd in de waszak (onderdeel van de Team²-set). **OPMERKING:** verwijder eerst de zender van de borstband voordat u de borstband wast!
- Gebruik geen bleekmiddel of wasverzachter.
- Spoel de borstbanden na elk gebruik af met lauwwater.
- Bewaar de borstbanden in het vak met ventilatieopeningen van de Team²-tas.
- Zorg dat de borstbanden droog zijn voordat ze worden opgeborgen. Berg de borstbanden niet op als ze nog nat zijn.

ZENDERS:

- Verwijder de zenders van de borstbanden en bewaar de zenders apart.
- Spoel de zenders na elk gebruik af met lauwwater.
- Plaats geen natte zenders in de oplader.
- Bewaar de zenders in de oplader.

OPLADER EN BASISSTATION:

- Veeg het basisstation en de oplader regelmatig schoon met een vochtige doek.

AANBEVOLEN SYSTEEMEISEN VOOR PC'S

- 2 GHz-processor
- 2 GB RAM
- 1 GB beschikbare ruimte op vaste schijf
- Draadloze verbinding (IEEE802.11b of hoger)
- Besturingssysteem: Microsoft Windows XP, Vista of 7

INSTALLATIE-INSTRUCTIES

1. Plaats de Team²-DVD in het optische station. De DVD wordt automatisch gestart.
2. Kies de taal.
3. Kies Installeer PC software.
4. Volg de instructies op het scherm om de Team²-software op uw pc te installeren. Het kan zijn dat de PC opnieuw moet worden opgestart tijdens de installatie.

Download en installeer geregeld nieuwe updates.

DE ZENDER GEBRUIKEN

1. Maak de elektroden van de borstband goed vochtig onder stromend water.
2. Klik de zender op de borstband. Pas de lengte van de borstband aan zodat deze strak maar comfortabel zit.
3. Doe de borstband om uw borst, net onder de borstspieren, en bevestig het haakje aan de andere kant van de borstband.
4. Zorg ervoor dat de vochtige elektroden dicht tegen de huid liggen en dat het Polar-logo op de zender rechtop in het midden zit.
5. Verwijder de zender na de training van de borstband.
6. Volg de onderhoudsinstructies.

