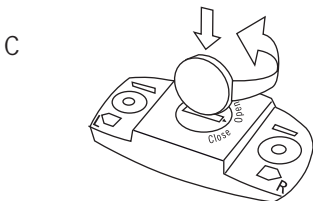
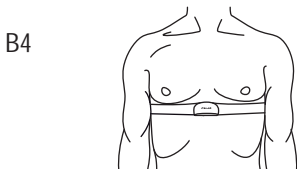
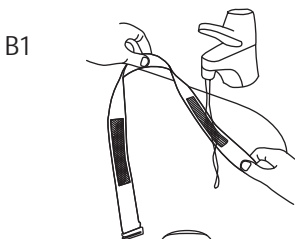
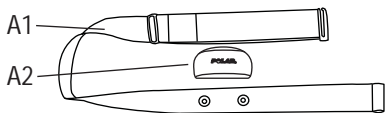


**Polar WearLink® +
Coded Transmitter 31
Coded Transmitter W.I.N.D.**
Käyttöohje



SUOMI

Tämä käyttöohje sisältää Polar WearLink® 31- ja Polar WearLink® W.I.N.D. -lähettimien ohjeet. Lähettimen malli on painettu lähetinyksikköön.

Katso kuvat etukannesta.

Voit ladata tämän käyttöohjeen viimeisimmän version osoitteesta <http://www.polar.fi/fi/tuki>. Video-opetusohjelmia löytyy osoitteesta http://www.polar.fi/en/support/video_tutorials.

Lähettimen osat

1. Kiinnitysvyön kääntöpuolella olevat elektrodipinnat mittaavat sykkeesi. Kuva A1.
2. Lähetinyksikkö lähettää sykesignaalin harjoitustietokoneelle. Kuva A2.

Lähettimen käyttö

1. Kostuta kiinnitysvyön kankaiset elektrodipinnat juoksevan veden alla ja varmista, että ne ovat tarpeeksi kosteat. Kuva B1.
2. Kiinnitä lähetinyksikkö kiinnitysvyöhön. Säädä lähettimen kiinnitysvyön pituus itsellesi sopivaksi. Kuva B2.
3. Kiedo kiinnitysvyö rintakehäsi ympärille rintalihasten alapuolelle ja kiinnitä koukku vyön toiseen päähän. Kuva B3.
4. Tarkista, että kostutetut elektrodipinnat ovat tiiviisti ihoasi vasten ja että lähetinyksikön Polar-logo on rintakehäsi keskellä oikeinpäin. Kuva B4.

Irrota lähetinyksikkö kiinnitysvyöstä jokaisen käyttökerran jälkeen pidentääksesi lähettimen pariston käyttöikää. Huuhtelee kiinnitysvyö juoksevan veden alla.



Polar WearLink -lähetinyksikön voi kiinnittää erikoisvaatteeseen, jossa on valmiina pehmeät tekstiilielektrodit. Kostuta elektrodit ja kiinnitä lähetinyksikkö vaatteeseen ilman kiinnitysvyötä siten, että Polar-logo on oikeinpäin.

Polar WearLink W.I.N.D -lähettimen opettaminen toimimaan harjoitustietokoneen kanssa

Uusi WearLink W.I.N.D. -lähetin on otettava käyttöön Polar-harjoitustietokonetta varten, jotta sykkeenmittaus onnistuu. Tämän jälkeen muista lähettimestä ei aiheudu häiriötä ryhmässä harjoiteltaessa.

Samaan tuotepakettiin kuuluvat Polar-harjoitustietokone ja -lähetin toimivat jo yhdessä. Opettaminen on tarpeellista ainoastaan silloin, kun aloitat uuden lähettimen käytön.

Lisätietoja opettamisesta on Polar-harjoitustietokoneen käyttöohjeessa.

Hoito- ja ylläpitotoimet

Lähetin on korkean teknologian tuote, jonka käyttöikää voit pidentää huolellisella käsittelyllä. Noudattamalla seuraavia ohjeita voit varmistaa, että tuotetta käsitellään takuuehtojen mukaisesti.

Irrota lähetinyksikkö kiinnitysvyöstä ja huuhtele kiinnitysvyö juoksevan veden alla jokaisen käyttökerran jälkeen.

Kuivaa lähetinyksikkö pehmeällä pyyhkeellä. Älä koskaan käytä alkoholia, puhdistuskemikaaleja tai hankaavaa materiaalia, kuten teräsvillaa.

Pese kiinnitysvyö säännöllisesti pesukoneessa +40°C:n lämpötilassa joka viidennen käyttökerran jälkeen.

Tämä toimenpide takaa luotettavan mittauksen ja pidentää lähettimen käyttöikää. Käytä

pesupussia. Älä liota, linkoa, silitä, kuivapese tai valkaise kiinnitysvyötä. Älä käytä valkaisevaa pesuainetta tai huuhteluainetta. Älä koskaan laita lähetinyksikköä pesukoneeseen tai kuivausrumpuun!

Kuivaa ja säilytä kiinnitysvyö ja lähetinyksikkö erillään pidentääksesi lähettimen pariston käyttöikä.

Pese kiinnitysvyö pesukoneessa ennen pidempiaikaista säilytystä ja aina klooripitoisen uima-allasvesikäytön jälkeen.

Säilytä lähetin kuivassa ja viileässä paikassa. Älä pakkaa sykemittaria märkänä tiiviiseen materiaaliin, kuten urheilukassiin. Lähettimen elektrodeissa oleva hiki ja kosteus saattavat pitää lähettimen aktiivisena ja kuluttaa paristoa nopeammin. Älä altista laitetta suoralle auringonpaisteelle pitkäksi aikaa.

Huolto

Suosittelimme, että tuotetta huolletaan Polar Electro Oy:n omassa tai sen valtuuttamassa huollossa. Takuu ei kata valtuuttamattoman huollon aiheuttamia vaurioita. Lisätietoja on kappaleessa kansainvälinen Polar-takuu.

Paristot

Voit vaihtaa pariston itse alla olevien ohjeiden mukaisesti. Katso kuva C.

1. Avaa paristokotelon kansi kolikolla kääntämällä sitä vastapäivään.
2. Aseta paristo (CR2025) kannen sisään plus-puoli (+) kantta vasten. Varmista, että tiivisterengas on urassaan, jotta vesitiiviys säilyy.
3. Paina kansi takaisin kiinni lähetinyksikköön.
4. Sulje kansi kääntämällä kolikkoa myötäpäivään.

Avaa kansi vain paristoa vaihdettaessa, jotta kansi pysyy kunnossa mahdollisimman pitkään. Varmista, ettei tiivisterengas ole vahingoittunut, jolloin se tulisi vaihtaa uuteen.

Tiivisterenkaiden ja paristojen tuotepaketteja saa Polar-jälleenmyyjiltä ja valtuutetuista Polar-huoltopisteistä. Yhdysvalloissa ja Kanadassa tiivisteitä on saatavissa vain Polarin valtuuttamissa huoltopisteissä.



Pidä paristot poissa lasten ulottuvilta. Jos paristo niellään, ota välittömästi yhteyttä lääkäriin. Paristojen hävittämisessä tulee noudattaa paikallisia jätehuoltomääräyksiä.

Huomioitavaa

Jos epäilet allergista reaktiota tuotteen käytöstä johtuen, tarkista tuotteessa käytetyt materiaalit kappaleesta Tekniset tiedot. Voit välttää lähettimen aiheuttaman ihoreaktion käyttämällä sitä elektrodien alta kostutetun paidan päällä.



Kosteus ja kova hankaus saattavat värjätä vaaleita vaatteita.

Älä päästä hyttyskarkotetta kosketuksiin lähettimen kanssa.

Lähetin vesiliikunnassa

Voit käyttää Polar WearLink 31 -lähentä uidessasi, mutta käyttöhäiriöitä voi ilmetä seuraavista syistä:

- Merivesi ja uima-allasvesi johtavat erittäin hyvin sähköä. Tämä voi aiheuttaa oikosulun elektrodeissa, jolloin lähentin ei pysty havaitsemaan EKG-signaalia.
- Hyppiminen tai voimakkaat lihasliikkeet voivat siirtää lähentä kohtaan, josta EKG-signaalia ei voi havaita.
- EKG-signaalin voimakkuus vaihtelee yksilöllisesti henkilön kehosta riippuen.

Polar WearLink W.I.N.D. -lähetin on vedenkestävä, mutta ei mittaa sykettä vedessä.

Tekniset tiedot

Paristo:	CR 2025
Paristokannen tiivisterengas:	O-rengas 20.0 x 1.0 Materiaali FPM (Fluorikumi)
Polar WearLink 31 -lähettimen pariston käyttöikä:	Noin 2 vuotta (1 h/pv, 7 pv/vko)
Polar WearLink W.I.N.D. -lähettimen pariston käyttöikä:	Noin 2 vuotta (3 h/pv, 7 pv/vko)
Toimintalämpötila:	-10 °C - +50 °C
Lähetinyksikön materiaali:	polyamidi
Kiinnitysvyön materiaalit:	35% polyesteri, 35% polyamidi, 30% polyuretaani

Kansainvälinen Polar-takuu

- Tämä takuu ei vaikuta kuluttajan voimassa olevien asianmukaisten kansallisten lakien mukaisiin oikeuksiin eikä osto- tai kauppasopimukseen perustuviin kuluttajan oikeuksiin myyjään nähden.
- Tämä kansainvälinen Polar-takuu on Polar Electro Inc:n myöntämä kuluttajille, jotka ovat hankkineet tämän tuotteen USA:sta tai Kanadasta. Tämä kansainvälinen Polar-takuu on Polar Electro Oy:n myöntämä kuluttajille, jotka ovat hankkineet tämän tuotteen muista maista kuin USA:sta tai Kanadasta.
- Polar Electro Oy/Polar Electro Inc. myöntää tämän tuotteen alkuperäiselle kuluttajalle/ostajalle kahden (2) vuoden takuun ostopäivästä lukien. Takuu kattaa tuotteen raaka-aine- ja valmistusviat.
- **Ostokuitti toimii tositteena tuotteen ostamisesta!**
- Takuu ei korvaa paristoa, kiinnitysvyötä, Polar-vaatetta, normaalia kulumista eikä vahinkoa, joka on aiheutunut tuotteen väärinkäytöstä, onnettomuuksista,

valmistajan antamien ohjeiden laiminlyönnistä, sopimattomasta säilyttämisestä, kaupallisesta käytöstä tai haljenneesta, rikkoutuneesta tai naarmuuntuneesta pakkauksesta/näytöstä.

- Takuu ei kata mitään vahinkoja, menetyksiä, kuluja tai maksuja, suoraa, epäsuoraa tai satunnaisia, välillisiä tai erityisiä, jotka saavat alkunsa tuotteesta tai voidaan yhdistää tuotteeseen.
- Kahden (2) vuoden takuu ei koske käytettyinä ostettuja tuotteita, ellei paikallinen lainsäädäntö muuta määrää.
- Takuuajana viallinen tuote joko korjataan tai vaihdetaan uuteen Polarin päähuoltopisteessä riippumatta siitä, mistä maasta tuote on ostettu.

Tuotteiden takuu on voimassa vain niissä maissa, joissa tuotetta on alunperin myyty.

CE 0537

Tämä tuote on direktiivien 93/42/EEC ja 1999/5/EC mukainen. Asiaankuuluva Vaatimustenmukaisuusvakuutus löytyy osoitteesta www.support.polar.fi/declaration_of_conformity.html.



Asiaankuuluva Vaatimustenmukaisuusvakuutus löytyy osoitteesta www.support.polar.fi. Tämä pyörillä varustetun jäteastian kuva, jonka yli on vedetty rasti, tarkoittaa, että Polar-tuotteet ovat elektronisia laitteita ja kuuluvat Euroopan parlamentin ja neuvoston sähkölaitteiden ja elektronisten laitteiden jätteenkäsittelyä (WEEE) koskevan direktiivin 2002/96/EY piiriin. Tuotteissa käytetyt paristot ja akut kuuluvat Euroopan parlamentin ja neuvoston 6. syyskuuta 2006 antaman akkuja ja paristoja sekä käytettyjä akkuja ja paristoja koskevan direktiivin 2006/66/EY piiriin. Määräysten

mukaan nämä Polar-tuotteet ja niissä olevat paristot/akut on EU-maissa hävitettävä erikseen.



Tämä merkintä osoittaa, että tuote on suojattu sähköiskuilta.

Copyright 2010 Polar Electro Oy, FIN-90440 KEMPELE, Suomi.

Polar Electro Oy on ISO 9001:2000 -sertifioitu yritys.

Kaikki oikeudet pidätetään. Tämän käyttöohjeen mitään osaa ei saa käyttää tai jäljentää missään muodossa tai millään tavoin ilman Polar Electro Oy:n ennalta myöntämää kirjallista lupaa. Tässä käyttöohjeessa tai tuotteen pakkauksessa ™-symbolilla merkityt nimet ja logot ovat Polar Electro Oy:n tavaramerkkejä. Tässä käyttöohjeessa tai tuotteen pakkauksessa ®-symbolilla merkityt nimet ja logot ovat Polar Electro Oy:n rekisteröityjä tavaramerkkejä paitsi Windows, joka on Microsoft Corporationin rekisteröity tavaramerkki.

Vastuunrajoitus

Tämän käyttöohjeen sisällön tarkoitus on kuluttajan tiedottaminen. Ohjeessa kuvattuja tuotteita saatetaan muuttaa ilman ennakoilmoitusta, koska valmistaja jatkaa tuotteiden kehittämistä.

Polar Electro Inc./Polar Electro Oy ei esitä mitään väitteitä tai myönnä mitään takuita tähän käyttöohjeeseen liittyen tai tässä ohjeessa kuvattuihin tuotteisiin.

Polar Electro Inc./Polar Electro Oy ei ole velvollinen korvaamaan mitään vahinkoja, tappioita, kuluja tai kustannuksia, mukaan luettuina välittömät, epäsuorat, satunnaiset,

SUOMI

välilliset tai erityiset kulut, jotka aiheutuvat tämän aineiston tai tässä kuvattujen tuotteiden käytöstä tai jotka liittyvät tämän aineiston tai tässä kuvattujen tuotteiden käyttöön.

Tämä tuote on suojattu yhdellä tai useammalla seuraavista patenteista: FI23471, USD49278S, USD492784S, USD492999S, FI68734, US4625733, DE3439238, GB2149514, HK81289, FI88972, US5486818, DE9219139.8, GB2258587, FR2681493, HK306/1996, FI96380, WO95/05578, EP665947, US5611346, JP3568954, DE69414362, FI4150, US6477397, DE20008882, FR2793672, ES1047774, FI112844, EP724859B1, US5628324, DE69600098T2, FI110915. Muita patenttihakemuksia vireillä.

www.polar.fi

Manufactured by

Polar Electro Oy
Professorintie 5
FIN-90440 KEMPELE
Tel +358 8 5202 100
Fax +358 8 5202 300
www.polar.fi

POLAR®
LISTEN TO YOUR BODY