

Polar Cadence Sensor™

TRITTFREQUENZMESSER
CAPTEUR DE CADENCE
TRAPFREQUENTIE SENSOR
SENSOR DE CADENCIA
SENSORE DI CADENZA
SENSOR DE CADÈNCIA
KADENCESENSOR
TRÄKKFREKVENSMÄLER
KADENSSENSOR
POLJINNOPEUSSENSORI

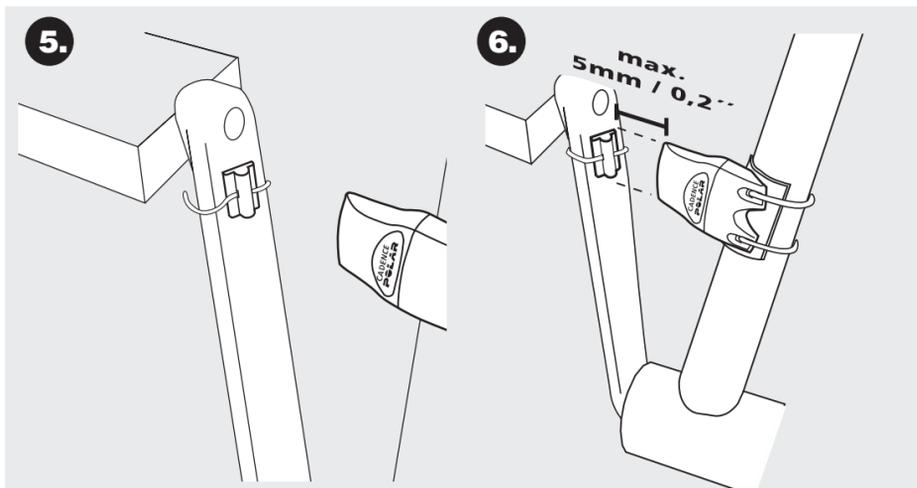
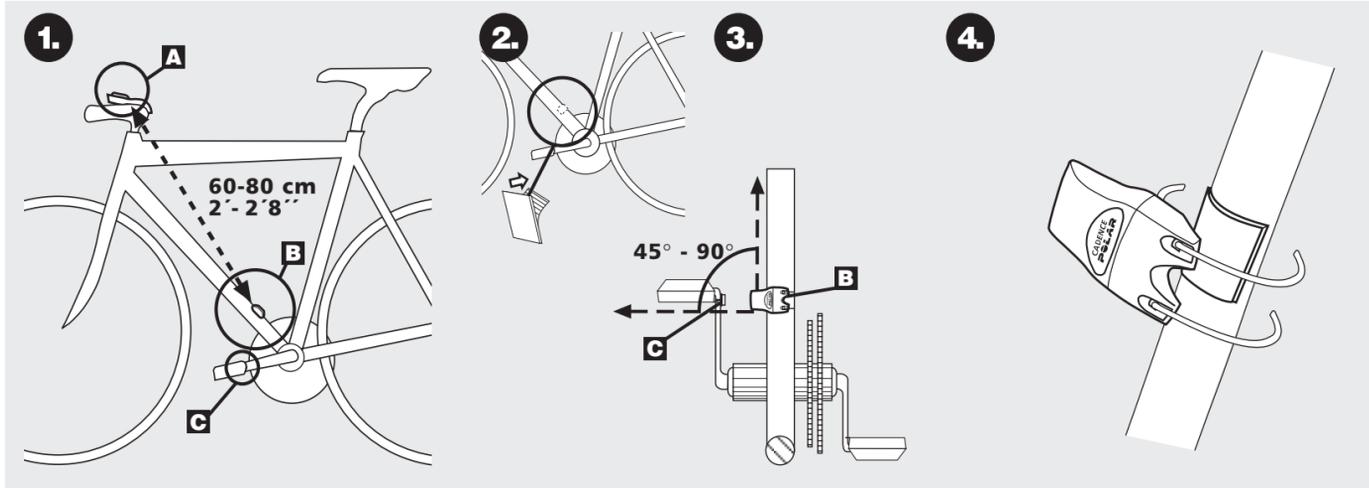
Operating instructions
Gebrauchsanleitung
Mode d'emploi
Gebruiksaanwijzing
Manual de instrucciones
Istruzioni per l'uso
Manual do usuário
Brugermanual
Brukerveiledning
Bruksanvisning
Käyttöohjeet

Product of
Polar Electro Oy
Professorintie 5
FIN-90440 KEMPELE

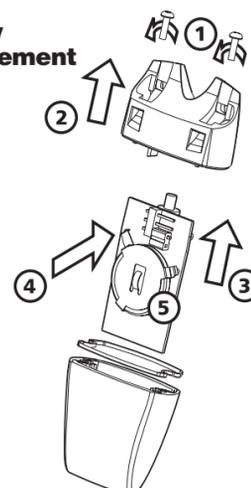
www.polar.fi
www.support.polar.fi

Copyright © 2000-2003 Polar Electro Oy.
All rights reserved. No part of this manual may be used or reproduced in any form or by any means without prior written permission of Polar Electro Oy.
Polar logotype is a registered trademark and Polar Cadence Sensor is a trademark of Polar Electro Oy.
Pat. FI 100924, other patents pending.
183166 GEN D

POLAR



Battery Replacement



Der Polar Trittfrequenzmesser wurde entwickelt, um die Trittfrequenz beim Fahrradfahren zu messen. Andere Anwendungsbereiche sind nicht vorgesehen.

MONTAGE

- A** Polar Fahrradhalterung und Armbandempfänger
- B** Polar Trittfrequenzsensor
- C** Kurbelmagnet

- Überprüfen Sie das Schrägrohr, um eine geeignete Stelle für den Trittfrequenzsensor zu finden. Der Sensor sollte in einem Abstand von 60-80 cm von dem am Fahrrad montierten Armbandempfänger befestigt werden. Wenn Sie den Geschwindigkeitsmesser verwenden, bringen Sie den Trittfrequenzmesser möglichst weit entfernt von ihm an, um Störungen zu vermeiden.
- Vor dem Befestigen des Klebestreifens muss die darunter befindliche Fläche gründlich gereinigt und getrocknet werden. Entfernen Sie das Schutzpapier vom Klebestreifen und befestigen Sie diesen an einer geeigneten Stelle am Schrägrohr.
- Der Trittfrequenzsensor muss sich gegenüber der Kurbel befinden. Vergleichen Sie mit der Position des Sensors in der Abbildung (Ansicht von oben).
- Bringen Sie den Trittfrequenzsensor auf dem Klebestreifen an. Führen Sie die Kabelbinder durch die Öffnungen des Trittfrequenzsensors und befestigen Sie die Kabelbinder locker. Ziehen Sie sie noch nicht ganz fest. Sollten die Kabelbinder zu kurz für Ihr Fahrrad sein, verbinden Sie zwei davon miteinander, um sie zu verlängern.
- Der Kurbelmagnet muss auf der Innenseite der Kurbel befestigt werden. Bevor Sie den Magneten an der Kurbel befestigen, muss dieser Bereich gründlich gereinigt und getrocknet werden. Entfernen Sie das Schutzpapier und befestigen Sie nun den Magneten an der Kurbel. Sichern Sie ihn mit einem Kabelbinder.
- Stimmen Sie die Positionen des Kurbelmagneten und des Trittfrequenzsensors so ab, dass sich der Magnet nahe am Trittfrequenzsensor vorbeibewegt, ihn jedoch nicht berührt. Der maximale Abstand zwischen Trittfrequenzsensor und Kurbelmagnet sollte 5 mm betragen. Nach exakter Positionierung ziehen Sie die Kabelbinder fest an und schneiden ihre überstehenden Enden ab.

Ihre Sicherheit ist uns wichtig. Prüfen Sie, ob sich der Lenker normal drehen lässt und vergewissern Sie sich, dass Bremszug oder Schaltzug nicht am Sensor hängenbleiben können. Kontrollieren Sie auch, dass durch den Sensor weder das Treten noch der Einsatz von Bremse oder Gangschaltung behindert wird. Wenn Sie mit dem Fahrrad fahren, achten Sie bitte auf den Verkehr, um Unfälle und Verletzungen zu vermeiden.

FUNKTIONEN DES TRITTFREQUENZMESSERS

- Der Trittfrequenzmesser ist funktionstüchtig, wenn ein oranges Licht blinkt, sobald der Magnet am Trittfrequenzsensor vorbeiläuft. Um den Batterieverbrauch niedrig zu halten, blinkt dieses Licht, das lediglich ein Prüfverfahren darstellt, während des Fahrens nach 50 Lichtimpulsen nicht mehr. Wenn Sie die Funktionstüchtigkeit erneut überprüfen wollen, müssen Sie 4 Minuten warten; während dieser Zeit darf sich der Magnet nicht am Trittfrequenzsensor vorbeibewegen.
- Bevor Sie beginnen, Fahrrad zu fahren, müssen Sie warten, bis der Code des Senders vom Armbandempfänger gefunden worden ist.
- Weitere Hinweise zur Verwendung des Polar Trittfrequenzmessers finden Sie in der Gebrauchsanleitung des betreffenden Herzfrequenz-Messgerätes.

HÄUFIG GESTELLTE FRAGEN

Was soll ich tun, wenn...

...beim Fahrradfahren die Trittfrequenz 00 angezeigt wird oder keine Trittfrequenzanzeige zu sehen ist?

- Haben Sie gerade mit der Messung begonnen, sollten Sie einen Moment warten, bis der Code des Senders gefunden ist, danach wird die Trittfrequenzinformation korrekt angezeigt.
- Tritt die Anzeige 00 nur kurzzeitig auf, könnte dies durch Hochspannungsleitungen in der Umgebung verursacht werden.
- Tritt die 00-Anzeige häufig auf, wurde vermutlich die Betriebsdauer von 1.500 Stunden erreicht und ein Batteriewechsel ist nötig.
- Überprüfen Sie, ob Sie an Ihrem Armbandempfänger die korrekten Fahrrad-Einstellungen vorgenommen haben.
- Überprüfen Sie die Montage des Trittfrequenzsensors sowie dessen Abstand zum Kurbelmagneten (siehe Abbildung 6).
- Überprüfen Sie den Abstand zwischen Armbandempfänger und Trittfrequenzsensor (siehe Abbildung 1).

...für die Trittfrequenz oder die Herzfrequenz unregelmäßige Werte angezeigt werden?

- Elektromagnetische Störungen sowie Interferenzen durch andere kabellose Fahrradcomputer können die Anzeigewerte für Trittfrequenz und Herzfrequenz beeinflussen.
- Störungen können in der Nähe von Hochspannungsleitungen, Ampeln, Oberleitungen von Eisenbahnen, Oberleitungsbussen oder Strassenbahnen, Fernsehgeräten, Automotoren, Fahrradcomputern, motorisierten Trainingsgeräten, Mobiltelefonen auftreten.
- Um Störungen durch einen anderen Fahrradfahrer mit einem Polar Trittfrequenzmesser oder einem Fahrradcomputer zu vermeiden, halten Sie einen Abstand von mindestens 1 Meter zwischen Ihrem Armbandempfänger und dem Polar Trittfrequenzsensor bzw. Fahrradcomputer des anderen Fahrradfahrers ein.

TECHNISCHE SPEZIFIKATIONEN

Umgebungstemperatur: -10 °C bis +50 °C
Batterie: CR 2032
Lebensdauer der Batterie: ca. 1.500 Betriebsstunden
Genauigkeit: ±1 %
Spritzwassergeschützt

PFLEGE UND WARTUNG

- Tauchen Sie den Trittfrequenzsensor nicht in Wasser ein.
- Vermeiden Sie heftige Stöße, da sie den Sensor beschädigen könnten.

Batteriewechsel

Die zu erwartende Lebensdauer der Batterie des Trittfrequenzsensors beträgt 1.500 Betriebsstunden. Wir empfehlen Ihnen dringend, den Trittfrequenzsensor zum Auswechseln der Batterie an Polar oder Ihren Distribuenten einzusenden, wo das Gerät nach dem Auswechseln der Batterie auch geprüft wird. Wenn Sie den Batteriewechsel dennoch selbst durchführen möchten, beachten Sie bitte sorgfältig die folgenden Hinweise:

Demontieren Sie den Sensor von Ihrem Fahrrad.

- Öffnen Sie das Gehäuse, indem Sie die beiden kleinen Schrauben durch Drehen entgegen dem Uhrzeigersinn mit einem kleinen Schraubenzieher entfernen.
- Nehmen Sie vorsichtig den Deckel ab. Halten Sie das Gehäuse mit der Öffnung nach oben, so dass die PCBA (bestückte Leiterplatte) im Gehäuse bleibt.
- Entnehmen Sie vorsichtig die PCBA.

- Drücken Sie leicht auf die Batteriehalterung. Lösen Sie einen Haken der Halterung von der gegenüberliegenden Seite der PCBA und heben Sie die Halterung an. Entfernen Sie die alte Batterie.
- Setzen Sie eine neue Batterie ein, so dass sich der Pluspol (+) oben befindet, und drücken Sie das Batteriegehäuse leicht nach unten, so dass es an allen Ecken an der PCBA befestigt ist.
- Setzen Sie die PCBA wieder ein.
- Vergewissern Sie sich, dass der Dichtungsring in seiner Nut bleibt. Bringen Sie den Deckel wieder an. Setzen Sie die beiden Schrauben in ihre Bohrungen ein und ziehen Sie sie fest.
- Überprüfen Sie die Funktion des Messers, indem Sie sich davon überzeugen, dass er einen orangefarbenen Lichtimpuls abgibt, wenn sich der Kurbelmagnet am Trittfrequenzsensor vorbeibewegt.
- Entsorgen Sie die ausgetauschte Batterie nicht zusammen mit dem normalen Müll; geben Sie sie zur Entsorgung als Sondermüll ab.

WELTWEITE GARANTIE DES HERSTELLERS

- Diese weltweite Garantie gewährt Polar Electro Inc. Verbrauchern, die dieses Produkt in den USA oder Kanada gekauft haben. Polar Electro Oy gewährt diese weltweite Garantie Verbrauchern, die dieses Produkt in anderen Ländern gekauft haben.
- Polar Electro Inc./Polar Electro Oy gewährt dem Erstkunden/Erstkäufer dieses Produktes eine Garantie von zwei Jahren ab Kaufdatum bei Mängeln, die auf Material- oder Fabrikationsfehler zurückzuführen sind.
- Die Garantie gilt nur in Verbindung mit dem Kaufbeleg oder der ausgefüllten internationalen Garantiekarte!
- Von der Garantie ausgeschlossen sind: Batterien, Beschädigungen durch unsachgemäßen und/oder kommerziellen Gebrauch, Unfall oder unsachgemäße Handhabung sowie Missachtung der wichtigen Hinweise. Ausgenommen von der Garantie sind auch gesprungene oder zerbrochene Gehäuse des Empfängers und der elastische Gurt.
- Die Garantie deckt keine mittelbaren oder unmittelbaren Schäden oder Folgeschäden, Verluste, entstandenen Kosten oder Ausgaben, die mit dem Produkt in Zusammenhang stehen. Während der Garantiezeit wird das Produkt bei Fehlern von einem durch Polar autorisierten Service-Center kostenlos repariert oder ersetzt.
- Diese Garantie schränkt weder die gesetzlichen Rechte des Verbrauchers nach dem jeweils geltenden nationalen Recht noch die Rechte des Verbrauchers gegenüber dem Händler aus dem zwischen beiden geschlossenen Kaufvertrag ein.

Deutsch

De Polar Trapfrequentie Sensor is ontworpen om de trapfrequentie tijdens het fietsen te meten en is niet bedoeld of ontworpen voor enig ander gebruik.

INSTALLATIE

- A** Polar stuurhouder en ontvanger
- B** Polar Trapfrequentie Sensor
- C** Pedaalmagneet

- Zoek een geschikte plaats aan de bovenkant van de schuine framebuis voor de Trapfrequentie Sensor. De sensor moet op een afstand van 60-80 cm vanaf de ontvanger (op de stuurhouder) worden bevestigd. Als u de Polar snelheid sensor gebruikt, plaats de trapfrequentie sensor dan zo ver mogelijk bij de snelheid sensor vandaan om storingen te voorkomen.
- Maak de plaats waarop u de rubberen strip bevestigt eerst goed schoon en droog. Haal de rubberen strip uit de verpakking en bevestig de strip op een geschikte plaats op het frame.
- De sensor moet naar het pedaal wijzen. Vergelijk de positie van de sensor met de afbeelding (bovenaanzicht).
- Plaats de sensor op de rubberen strip. Steek de tie raps door de gaten in de sensor en trek ze losjes aan. Trek ze nog niet volledig strak. Als de tie raps te kort zijn voor uw fiets, maakt u er twee aan elkaar vast.
- De pedaalmagneet moet aan de binnenkant van het pedaal worden bevestigd. Maak de plaats op het pedaal waarop u de pedaalmagneet bevestigt eerst goed schoon en droog. Haal de pedaalmagneet uit de verpakking en maak de pedaalmagneet vast aan het pedaal. Zet de pedaalmagneet vast met de tie rap. Plaats de pedaalmagneet en de sensor zodanig ten opzichte van elkaar dat ze vlak langs elkaar bewegen, maar elkaar niet raken. De afstand tussen de Trapfrequentie Sensor en de pedaalmagneet mag maximaal 5 mm zijn. Wanneer de pedaalmagneet en de sensor op de juiste plaats zitten, trekt u de tie raps stevig vast en knipt u de uiteinden af.

Uw veiligheid is belangrijk voor ons. Controleer voordat u gaat fietsen of u uw stuur normaal kunt draaien en dat de rem- en schakelkabels niet achter de sensor blijven hangen. Controleer ook of de sensor het fietsen, remmen of schakelen niet belemmeren. Houdt tijdens het fietsen uw ogen op de weg om ongelukken te voorkomen.

WERKING VAN DE TRAPFREQUENTIE SENSOR

- U kunt de werking van de Trapfrequentie Sensor testen door te controleren of op de sensor een oranje lampje knippert wanneer de pedaalmagneet de sensor passeert. Het oranje knipperlicht is slechts een controleprocedure en het lampje stopt tijdens het fietsen na 50 keer knipperen. Als u deze test opnieuw wilt uitvoeren, moet u wachten tot de pedaalmagneet de Trapfrequentie Sensor tenminste 4 minuten niet heeft gepasseerd.
- Voordat u begint te fietsen, moet u wachten totdat de hartslagcode door de ontvanger is herkend.
- Voor meer instructies over het gebruik van de Polar Trapfrequentie Sensor raadpleegt u de gebruiksaanwijzing van de desbetreffende hartslagmeter.

VEELGESTELDE VRAGEN

Wat moet ik doen als...

...tijdens het fietsen de trapfrequentie 00 wordt weergegeven of als er geen trapfrequentie wordt weergegeven?

- Controleer de positie van de Trapfrequentie Sensor ten opzichte van de pedaalmagneet (zie afbeelding 6) en de ontvanger (zie afbeelding 1).
- Controleer of u de juiste fietsinstellingen hebt ingesteld in de ontvanger.
- Als de trapfrequentie 00 af en toe wordt weergegeven, kan dit worden veroorzaakt door tijdelijke elektromagnetische interferentie in de directe omgeving.
- Als de trapfrequentie 00 constant wordt weergegeven, kan het zijn dat u de 1500 fietsuren hebt overschreden en dat u de batterij moet vervangen.

...de trapfrequentie of hartslag onregelmatig worden weergegeven?

- Zowel elektromagnetische interferentie als interferentie van andere draadloze fietscomputers kunnen de weergave van de trapfrequentie en hartslag beïnvloeden.
- Er kunnen storingen optreden in de nabijheid van hoogspanningskabels, verkeerslichten, bovenleidingen van treinen, elektrische bussen of trams, televisies, automotoren, sommige motorgestuurde fitnessapparaten of mobiele telefoons.
- Om storing tussen u en een andere fietser met een Polar Trapfrequentie Sensor te voorkomen, moet er tenminste 1 meter afstand zijn tussen uw ontvanger en de Polar Trapfrequentie Sensor van de andere fietser.

TECHNISCHE SPECIFICATIES

Gebruikstemperatuur: -10 °C tot +50 °C
Batterijtype: CR 2032
Levensduur van batterij: gemiddeld 1500 gebruiksuren
Nauwkeurigheid: ±1 %
Spatwaterdicht

ONDERHOUD

- Houd de Trapfrequentie Sensor niet onder water.
- Vermijd harde schokken, deze kunnen de sensor beschadigen.

Vervangen van de batterij

We raden u aan de Trapfrequentie Sensor naar de Polar importeur te sturen om de batterij te laten vervangen, omdat van de sensor daar wordt getest nadat de batterij is vervangen. Als u de batterij echter liever zelf vervangt, volg dan nauwkeurig de volgende instructies:

Koppel de sensor los van de fiets.

- Open de sensor door de twee schroefjes, tegen de richting van de klok in, los te draaien met een kleine schroevendraaier.
- Trek de kap voorzichtig omhoog. Houd de sensor omhoog, zodat de elektronica (PCBA) in de behuizing blijft zitten.

- Haal het PCBA zorgvuldig uit de behuizing.
- Druk voorzichtig op de batterijhouder. Licht het rechterlipje op en haal de batterijhouder van het PCBA. Verwijder de batterij.
- Plaats een nieuwe batterij met de positieve (+) kant naar boven en druk zachtjes op de batterijhouder, zodat deze weer op alle hoeken vastzit aan het PCBA. Druk het PCBA weer op zijn plaats.
- Controleer of de rubberen pakking in de gleuf zit. Plaats de kap terug. Plaats de twee schroeven in de gaten en draai deze langzaam aan.
- Test de sensor door te controleren of het oranje lampje knippert wanneer de pedaalmagneet de Trapfrequentie Sensor passeert.
- Gooi de oude batterij niet bij het normale huisvuil, maar behandel deze als chemisch afval.

INTERNATIONALE GARANTIE

- Deze internationale garantiekart is uitgegeven door Polar Electro Inc. voor klanten die dit product hebben gekocht in Amerika of Canada en uitgegeven door Polar Electro Oy voor klanten die dit product hebben gekocht in alle andere landen.
- Polar Electro Inc. / Polar Electro Oy biedt de oorspronkelijke gebruiker/koper van deze hartslagmeter garantie tegen materiaal- en productiefouten gedurende twee jaar na de aankoopdatum.
- Bewaar uw kassabon tezamen met de internationale garantiekart, dat is uw aankoopbewijs!
- De garantie geldt niet voor schade en storingen die zijn ontstaan als gevolg van oneigenlijk gebruik, ongevallen of verwaarlozing. Batterijen vallen niet onder de garantie tenzij sprake is van fabricage- en/of materiaal fouten.
- De garantie geldt niet voor schade of vervolgschade die is veroorzaakt door service die niet is goedgekeurd door Polar Electro Oy.
- Gedurende de garantieperiode kan het product kosteloos worden gerepareerd of vervangen, dit naar keuze van de importeur.
- Deze garantie heeft geen invloed op de wettelijke rechten van de klant volgens de geldende nationale en Europese regelgeving, noch op de rechten van de klant ten opzichte van de dealer ten gevolge van een verkoop-/aankoopovereenkomst.

Nederlands

The Polar Cadence Sensor is designed to measure cadence when cycling. No other use is intended or implied.

A	Polar Bike Mount and a wristwatch receiver
B	Polar Cadence Sensor
C	Crank magnet

- Check the down tube to find a suitable place for the cadence sensor. The sensor should be attached 60-80 cm / 2'-28 " from the mounted wristwatch receiver. If you are using the Polar speed sensor, place the cadence sensor as far away from it as possible to avoid interference.
- Before attaching the rubber pad, the area underneath it should be cleaned and dried thoroughly. Remove the cover paper from the rubber pad and attach it to the frame in a suitable place.
- The sensor should be facing the crank. Adjust the position of the sensor as shown in the illustration; viewed from above.
- Position the sensor on the rubber pad. Pass the cable ties through the sensor holes and loosely adjust the ties. Do not tighten fully yet. If the cable ties are too short for your bicycle, put two of them together to make them longer.
- The crank magnet should be installed on the inner side of the crank. Before attaching the magnet to the crank, the area should be cleaned and dried thoroughly. Remove the cover paper and attach the magnet to the crank. Secure with the cable tie.
- Fine-tune the positioning of both the crank magnet and the sensor so that the magnet passes the sensor closely but does not touch it. The maximum distance between the cadence sensor and the crank magnet should be 5 mm / 0,2". Once positioned correctly, tighten the cable ties securely and cut off any excess cable tie ends.

English

A	Polar Bike Mount and a wristwatch receiver
B	Polar Cadence Sensor
C	Crank magnet

Ce capteur de cadence Polar est conçu pour mesurer la cadence de pédalage. Aucun autre usage n'est sous-entendu ou induit.

A	Support vélo et récepteur
B	Capteur de cadence Polar
C	Aimant pour la manivelle

- Installez le capteur de cadence sur la partie inférieure du tube avant. Le capteur doit être fixé à une distance de 60-80 cm du récepteur fixé sur le support vélo. Si vous utilisez le capteur de vitesse Polar, éloignez-en autant que possible le capteur de cadence afin d'éviter toute interférence.
- Avant de coller la bande en caoutchouc, assurez-vous que l'emplacement choisi a été soigneusement nettoyé et séché. Enlevez le film protecteur de la bande en caoutchouc et collez-la sur le cadre à un endroit approprié.
- Le capteur doit faire face à la manivelle. Vérifiez que la position du capteur est conforme à l'illustration vue du dessus (fig.3).
- Placez le capteur sur la bande en caoutchouc. Passez les brides à travers les trous du capteur et ajustez-les sans les serrer. Si les brides s'avèrent trop courtes pour votre vélo, mettez-en deux ensemble pour rallonger le tout.
- L'aimant doit être installé sur la partie intérieure de la manivelle. Avant de le fixer sur la manivelle, assurez-vous que la surface a été soigneusement nettoyée et séchée. Retirez le film protecteur et fixez l'aimant sur la manivelle. Maintenez-le fermement en place à l'aide des brides.
- Ajustez la position de l'aimant et du capteur de manière à ce que l'aimant passe très près du capteur sans le toucher. La distance maximale entre le capteur de cadence et l'aimant doit être de 5 mm. Une fois l'aimant et le capteur correctement positionnés, serrez les brides et coupez ce qui dépasse.

Français

A	Polar Bike Mount and a wristwatch receiver
B	Polar Cadence Sensor
C	Crank magnet

El sensor de cadencia Polar se ha diseñado para medir la cadencia al montar en bicicleta. No está previsto ni implícito ningún otro uso.

A	Soporte para bicicletas Polar y un receptor de pulsera
B	Sensor de cadencia Polar
C	Imán de biela

- Examine el tubo diagonal con el fin de localizar un lugar indicado para el sensor de cadencia. El sensor debe fijarse a una distancia de 60-80 cm del receptor de pulsera montado en la bicicleta. Si utiliza el sensor de velocidad, deberá instalar el sensor de cadencia a la máxima distancia posible de éste para evitar interferencias.
- Antes de fijar la almohadilla de goma, deberá limpiar y secar bien la zona situada debajo de la misma. Retire el papel que cubre la almohadilla de goma y fjela a un lugar adecuado del cuadro.
- El sensor debe quedar orientado hacia la biela. Examine la posición del sensor en la ilustración, donde queda visto desde arriba.
- Sitúe el sensor en la almohadilla de goma. Pase las brides de plástico a través de los orificios del sensor y ajústelas sin apretar. No las apriete todavía. Si las brides de plástico son demasiado cortas para su bicicleta, junte dos brides para alargarlas.
- El imán de biela debe instalarse en el lado interior de la misma. Antes de fijar el imán a la biela, deberá limpiarse y secarse bien la zona. Retire el papel que cubre el imán y fjelo a la biela. Asegúrelo con la brida de plástico.
- Ajuste con precisión la posición tanto del imán de biela como del sensor de manera que el imán pase cerca del sensor, pero sin tocarlo. La distancia máxima entre el sensor de cadencia y el imán de biela debe ser de 5 mm. Una vez que los haya situado correctamente, apriete firmemente las brides de plástico y corte el trozo sobrante del extremo de las brides.

Español

! Your safety is important to us. Check that you can turn your handlebar normally and cable wires for brakes or gearing do not catch on the sensor. Check also that the sensor does not disturb pedaling or the use of brakes or gearing. While riding your bike, please keep your eyes on the road to prevent possible accidents and injury.

A	Polar Bike Mount and a wristwatch receiver
B	Polar Cadence Sensor
C	Crank magnet

- You may test the operation of the cadence sensor by checking that the sensor gives out an orange flash when the magnet passes the sensor. Note that the orange flash is only a checking procedure and the flashing does not continue after 50 flashes when cycling. If you would like to check this procedure again, you must have a pause of 4 minutes during which time the magnet may not pass the cadence sensor.
- Before you start cycling, you should wait for the heart rate code to be recognised by the wristwatch receiver.
- For more instructions on how to use the Polar Cadence Sensor, please refer to the user's manual of the heart rate monitor in question.

A	Polar Bike Mount and a wristwatch receiver
B	Polar Cadence Sensor
C	Crank magnet

- ...the cadence reading is 00 or there is no cadence reading while cycling?**
- Check the correct position of the cadence sensor with the crank magnet and the wristwatch receiver.
- Check that you have set correct cycling settings in your wristwatch receiver.
- If the 00 reading appears irregularly, this may be due to temporary electromagnetic interference in your current surroundings.
- If the 00 reading is constant, you may have exceeded 1500 riding hours and the battery needs to be replaced.

A	Polar Bike Mount and a wristwatch receiver
B	Polar Cadence Sensor
C	Crank magnet

! Votre sécurité est primordiale. Vérifiez que vous pouvez manoeuvrer le guidon normalement et que les câbles de freins et de changement de vitesse ne se coincent pas dans le capteur. Vérifiez aussi que le capteur ne gêne pas le pédalage, le freinage ou le changement de vitesse. Lorsque vous êtes à vélo, restez toujours attentif à la route et à la circulation afin d'éviter les accidents et les blessures.

A	Polar Bike Mount and a wristwatch receiver
B	Polar Cadence Sensor
C	Crank magnet

- Vous pouvez tester le bon fonctionnement du capteur de cadence en vérifiant que le témoin orange du capteur clignote bien lorsque l'aimant passe devant le capteur. Ce voyant permet de vérifier le bon fonctionnement du capteur, il s'arrête de clignoter en cours de pédalage. Si vous voulez de nouveau vous assurer du bon fonctionnement du capteur, vous devez attendre 4 minutes, durant lesquelles l'aimant ne doit pas passer devant le capteur de cadence.
- Avant de commencer à pédaler, vous devez attendre que le récepteur trouve le code de fréquence cardiaque et que celle-ci s'affiche sur le récepteur.
- Pour de plus amples instructions sur le mode de fonctionnement du capteur de cadence Polar, veuillez vous reporter au mode d'emploi du cardiofréquence-mètre en question.

A	Polar Bike Mount and a wristwatch receiver
B	Polar Cadence Sensor
C	Crank magnet

- ...la lecture de cadence est de 00 ou si aucune cadence ne s'affiche lorsque je roule ?**
- Vérifiez la position du capteur de cadence par rapport à l'aimant pour la manivelle (voir illustration 6).
- Vérifiez la position du récepteur par rapport au capteur de cadence (voir illustration 1).
- Vérifiez que vous avez correctement réglé votre récepteur.
- Si la lecture 00 apparaît de manière intermittente, cela est peut être dû au voisinage d'interférences électromagnétiques temporaires.

A	Polar Bike Mount and a wristwatch receiver
B	Polar Cadence Sensor
C	Crank magnet

! Su seguridad es importante para nosotros. Compruebe que puede girar el manillar normalmente y que los cables de los frenos y de los cambios no se enganchan en el sensor. Compruebe también que el sensor no obstaculiza el pedaleo ni el uso de los frenos y de los cambios. Le rogamos que mientras monte en su bicicleta mantenga los ojos en la carretera para ev tar posibles accidentes y lesiones.

A	Soporte para bicicletas Polar y un receptor de pulsera
B	Sensor de cadencia Polar
C	Imán de biela

- Puede verificar el funcionamiento del sensor de cadencia comprobando si emite un destello naranja cuando el imán pasa por delante del sensor. Observe que el destello naranja es simplemente un procedimiento de verificación y se interrumpirá al cabo de 50 destellos una vez que esté montando en bicicleta. Para volver a verificar este procedimiento, deberá hacer una pausa de 4 minutos, durante la cual el imán no deberá pasar por delante del sensor de cadencia.
- Antes de ponerse en marcha, debe esperar a que el receptor de pulsera reconozca el código del ritmo cardíaco.
- Si desea más instrucciones sobre la manera de utilizar el sensor de cadencia Polar, consulte el manual del usuario del monitor del ritmo cardíaco en cuestión.

A	Soporte para bicicletas Polar y un receptor de pulsera
B	Sensor de cadencia Polar
C	Imán de biela

- ... la lectura de la cadencia es 00 o si no aparece ninguna lectura de cadencia mientras voy en bicicleta?**
- Compruebe la posición correcta del sensor de cadencia con respecto al imán de biela y al receptor de pulsera.
- Verifique que los valores de ciclismo definidos en el receptor de pulsera son correctos.
- Si la lectura 00 aparece de forma irregular, podrá deberse a una interferencia electromagnética temporal en la zona circundante.
- Si la lectura 00 aparece constantemente, tal vez haya superado las 1.500 horas de marcha en bicicleta y sea necesario cambiar la batería.

- Disturbances may occur near high voltage power lines, traffic lights, overhead railway cables, electric bus lines or trams, televisions, car motors, some motor driven exercise equipment or cellular phones.
- To avoid crosstalk from another cyclist with a Polar Cadence Sensor, keep a distance of at least 1 metre/ 3'4" between your wristwatch receiver and the Polar Cadence Sensor of the other cyclist.

A	Polar Bike Mount and a wristwatch receiver
B	Polar Cadence Sensor
C	Crank magnet

- Do not immerse the cadence sensor in water.
- Avoid hard hits as these may damage the sensor.

A	Polar Bike Mount and a wristwatch receiver
B	Polar Cadence Sensor
C	Crank magnet

- Detach the sensor from your bicycle.
- Open the sensor by removing the two small screws, counter-clockwise, with a small screwdriver.
- Lift the case off carefully. Hold the sensor cover upwards so that the PCBA (printed circuit board assembled) stays in the cover.
- Remove the PCBA carefully.
- Press the battery cover gently. Release a hook of the cover from the opposite side of the PCBA and lift it upwards. Remove the old battery.
- Insert a new battery with the plus (+) side facing up and press the battery cover gently so that it is attached to the PCBA at all corners.
- Put the PCBA back into place.
- Check that the sealing ring stays in its groove. Replace the case and tighten the screws gradually in turn.

A	Polar Bike Mount and a wristwatch receiver
B	Polar Cadence Sensor
C	Crank magnet

- Si la lectura 00 est constante, cela signifie probablement que vous avez roulé pendant plus de 1500 heures et que la pile doit être remplacée.

- ...les lectures de cadence ou de fréquence cardiaque sont irrégulières ?**
- Les interférences électromagnétiques et celles provenant d'autres compteurs sans fil peuvent affecter la lecture de la cadence et de la fréquence cardiaque.
- Des interférences peuvent également se produire à proximité de lignes à haute tension, de feux de circulation, de caténaires, de lignes d'autobus électriques et de tramways, de postes de télévision, de moteurs de voitures, de certains équipements sportifs à moteur ou de téléphones portables.
- Pour éviter les interférences avec un autre cycliste équipé du capteur de cadence Polar, gardez une distance d'au moins 1 mètre entre votre récepteur et le capteur de cadence Polar d'un autre cycliste.

A	Polar Bike Mount and a wristwatch receiver
B	Polar Cadence Sensor
C	Crank magnet

A	Polar Bike Mount and a wristwatch receiver
B	Polar Cadence Sensor
C	Crank magnet

- N'immergez pas le capteur de cadence dans l'eau.
- Évitez les chocs importants susceptibles d'endommager le capteur.

A	Polar Bike Mount and a wristwatch receiver
B	Polar Cadence Sensor
C	Crank magnet

- ... las lecturas de cadencia o ritmo cardíaco son irregulares?**
- La interferencia electromagnética, así como la interferencia de otras ciclocomputadoras inalámbricas, pueden afectar a las lecturas de cadencia y ritmo cardíaco.
- Pueden producirse perturbaciones cerca de líneas de alta tensión, semáforos, cables aéreos de alimentación de locomotoras eléctricas, autobuses eléctricos o tranvías, televisores, motores de automóviles, algunos aparatos de ejercicio motorizados o teléfonos celulares.
- Para evitar el cruce de líneas con otro ciclista que esté utilizando un sensor de cadencia Polar, mantenga una distancia de al menos 1 metro entre su receptor de pulsera y el sensor de cadencia Polar del otro ciclista.

A	Polar Bike Mount and a wristwatch receiver
B	Polar Cadence Sensor
C	Crank magnet

- No sumerja el sensor de cadencia en el agua.
- Evite que el sensor reciba golpes fuertes, ya que se puede dañar.

A	Polar Bike Mount and a wristwatch receiver
B	Polar Cadence Sensor
C	Crank magnet

- Esta garantía internacional limitada ha sido emitida por Polar Electro Inc. para uso del consumidor-comprador de productos Polar en EE.UU. y Canadá. Esta garantía internacional limitada ha sido emitida por Polar Electro Oy para uso del consumidor-comprador de productos Polar en otros países.
- Esta garantía de Polar Electro Inc. / Polar Electro Oy cubre al comprador original de este producto cualquier fallo o defecto de material y mano de obra durante 2 años a partir de la fecha de compra.
- Conserve el justificante de compra o la tarjeta internacional de garantía, como prueba de su compra.**
- Esta garantía no cubre la reposición de la batería, roturas por un uso inadecuado, por accidente o por incumplimiento de las precauciones señaladas en las instrucciones; tampoco cubrirá un mal funcionamiento originado por un mantenimiento inapropiado, un uso comercial o rotura de carcasa.
- La garantía no cubre daños o pérdidas, gastos directos, indirectos o incidencias, consecuentes o especiales causados o relacionados con este producto. Durante el periodo de garantía, el producto puede ser tanto reparado como reemplazado en un establecimiento autorizado libre de gastos.
- Esta garantía no afecta los derechos del consumidor regidas por las leyes locales, ni tampoco atenta contra los derechos del distribuidor de su contrato de compra/venta.

- Test the sensor by checking that it gives out an orange flash when the crank magnet passes the cadence sensor.
- Do not throw the replaced battery away with normal waste; take it to a place where problem waste is handled.

- LIMITED POLAR INTERNATIONAL GUARANTEE**
- This limited Polar international guarantee is issued by Polar Electro Inc. for the consumers who have purchased this product in the USA or Canada. This limited Polar international guarantee is issued by Polar Electro Oy for the consumers who have purchased this product in other countries.
- Polar Electro Inc. / Polar Electro Oy guarantees to the original consumer/ purchaser of this product that the product will be free from defects in material or workmanship for two years from the date of purchase.
- Please keep the receipt or International Guarantee Card, which is your proof of purchase!**
- The guarantee does not cover the battery, damage due to misuse, abuse, accidents or non-compliance with the precautions; improper maintenance, commercial use, cracked or broken cases.
- Guarantee does not cover any damage/s, losses, costs or expenses, direct, indirect or incidental, consequential or special, arising out of, or related to the product. During the guarantee period the product will be either repaired or replaced at an authorized service center free of charge.
- This guarantee does not affect the consumer's statutory rights under applicable national or state laws in force, or the consumer's rights against the dealer arising from their sales/ purchase contract.

- Retirez délicatement la carte de circuit imprimé.
- Appuyez doucement sur le capot de la pile. Décrochez une des fixations situées à l'opposé de la carte de circuit imprimé et soulevez le capot. Ôtez la pile usagée.
- Insérez une nouvelle pile avec la face (+) sur le dessus et appuyez doucement sur le capot de la pile de manière à ce que tous les bords soient fixés à la carte de circuit imprimé.
- Remettez la carte de circuit imprimé en place.
- Vérifiez que le joint d'étanchéité reste dans sa rainure. Refermez le boîtier. Insérez les deux vis dans les orifices et serrez-les progressivement à tour de rôle.
- Testez le capteur en vérifiant que le témoin orange clignote lorsque l'aimant de la manivelle passe devant le capteur de cadence.
- Ne jetez pas la pile usagée, mais apportez-la plutôt dans dans un centre de recyclage.

A	Polar Bike Mount and a wristwatch receiver
B	Polar Cadence Sensor
C	Crank magnet

- La présente garantie internationale Polar est émise par Polar Electro Oy pour les acheteurs ayant fait l'acquisition de ce produit dans tous les pays à l'exception des USA et du Canada. Pour ces deux derniers pays la présente garantie internationale Polar est émise par Polar Electro Inc.
- Polar Electro Oy /Polar Electro Inc. garantissent à l'acheteur initial que ce produit est exempt de défauts liés aux matières premières ou à la fabrication, et ce, pendant un délai de 2 ans à partir de la date d'achat.
- En plus de la Carte de Garantie Internationale, conservez bien votre ticket de caisse qui est votre preuve d'achat.**
- La présente garantie est limitée, elle ne couvre pas la pile du récepteur, ni les boîtiers fêlés ou cassés. Elle ne couvre ni les dommages liés à une mauvaise utilisation ou à une utilisation abusive du produit, ni les dommages liés au non-respect des précautions d'utilisation, ni les accidents. Elle ne couvre pas le mauvais entretien de l'appareil, ni son usage commercial.
- La garantie ne couvre pas les dommages, pertes, dépenses ou frais, directs ou indirects, de portée générale, consécutive ou particulière, causés ou liés à l'usage du produit. Durant la période de garantie, l'appareil est soit réparé gratuitement, soit remplacé par le service après-vente agréé Polar.
- Cette garantie n'affecte pas les droits légaux des consommateurs applicables dans de cadre des législations nationales en vigueur, ni les droits des consommateurs à l'encontre du revendeur concernant les litiges liés aux contrats d'achat et de vente.

- Retire cuidadosamente el PCBA.
- Presione suavemente sobre el soporte de la batería. Suelte un gancho del soporte desde el lado opuesto al PCBA y levante el soporte. Extraiga la batería usada.
- Introduzca una batería nueva con el lado positivo (+) boca arriba y presione suavemente sobre la batería de manera que quede fijada al PCBA en todas sus esquinas.
- Vuelva a instalar el PCBA.
- Compruebe que la junta tórica permanece en su ranura. Vuelva a colocar la tapa. Introduzca los dos tornillos en sus orificios y apriéte los gradual y alternativamente.
- Verifique el sensor comprobando que emite un destello naranja cuando el imán de biela pasa por delante del sensor de cadencia.
- No tire la batería usada con la basura normal; llévela a un lugar de recogida de baterías.

A	Polar Bike Mount and a wristwatch receiver
B	Polar Cadence Sensor
C	Crank magnet

- Esta garantía internacional limitada ha sido emitida por Polar Electro Inc. para uso del consumidor-comprador de productos Polar en EE.UU. y Canadá. Esta garantía internacional limitada ha sido emitida por Polar Electro Oy para uso del consumidor-comprador de productos Polar en otros países.
- Esta garantía de Polar Electro Inc. / Polar Electro Oy cubre al comprador original de este producto cualquier fallo o defecto de material y mano de obra durante 2 años a partir de la fecha de compra.
- Conserve el justificante de compra o la tarjeta internacional de garantía, como prueba de su compra.**
- Esta garantía no cubre la reposición de la batería, roturas por un uso inadecuado, por accidente o por incumplimiento de las precauciones señaladas en las instrucciones; tampoco cubrirá un mal funcionamiento originado por un mantenimiento inapropiado, un uso comercial o rotura de carcasa.
- La garantía no cubre daños o pérdidas, gastos directos, indirectos o incidencias, consecuentes o especiales causados o relacionados con este producto. Durante el periodo de garantía, el producto puede ser tanto reparado como reemplazado en un establecimiento autorizado libre de gastos.
- Esta garantía no afecta los derechos del consumidor regidas por las leyes locales, ni tampoco atenta contra los derechos del distribuidor de su contrato de compra/venta.

Il Sensore di Cadenza Polar è stato messo a punto per misurare la cadenza durante l'uso della bicicletta, e non è destinato ad alcun altro uso.

I	INSTALLAZIONE
A	Supporto per bicicletta Polar e ricevitore da polso
B	Sensore di cadenza Polar
C	Magnete per pedivella

- Cercare sul tubo obliquo, nelle vicinanze del movimento centrale, un posto adatto su cui installare il sensore di cadenza. Il sensore dovrebbe essere montato a 60-80 cm dal ricevitore da polso sistemato sulla bicicletta. Se utilizzate il sensore di velocità Polar, allontanate il sensore di cadenza il più possibile per evitare che provochi dei disturbi.
- Prima di attaccare il cuscinetto gommato, pulire ed asciugare accuratamente la parte sottostante. Togliere la carta di protezione dal cuscinetto gommato e sistemarlo sul telaio in un posto idoneo.
- Il sensore dovrebbe trovarsi di fronte alla pedivella. Rivedere la posizione del sensore nella figura - vista dall'alto.
- Posizionare il sensore sul cuscinetto gommato (vedere figura 4). Far passare le fascette attraverso i fori del sensore e regolarle, per il momento senza stringerle, ancora, completamente. Se le fascette sono troppo corte per la vostra bicicletta, unirne due per renderle più lunghe.
- Il magnete per la pedivella dovrebbe essere installato sul lato interno della pedivella. Prima di sistemare il magnete sulla pedivella , pulire ed asciugare a fondo questa zona. Togliere la carta di protezione e sistemare il magnete sulla pedivella. Assicurarlio con la fascetta.
- Regolare la posizione del magnete e del sensore in modo che il magnete si trovi vicino al sensore, ma non lo tocchi. La distanza massima tra il sensore di cadenza ed il magnete dovrebbe essere di 5 mm. Una volta posizionato correttamente, stringere bene i cavi di attacco e tagliare le estremità dei cavi in eccesso.

Italiano

I	INSTALLAZIONE
A	Supporto per bicicletta Polar e ricevitore da polso
B	Sensore di cadenza Polar
C	Magnete per pedivella

Polar Kadencesensor er beregnet til måling af kadencen under cykling. Den er ikke beregnet til anden brug, og ingen anden sådan er antydnet.

M	MONTERING
A	Polar-cykelmonteringssæt og en håndledsmodtager
B	Polar Kadencesensor
C	Pedalarms-magnet

1	Kontroller skrårøret for at finde et passende sted til kadencesensoren. Sensoren bør anbringes 60-80 cm fra, hvor modtageren monteres på cyklen. Hvis du bruger en Polar hastighedssensor, skal kadencesensoren placeres så langt væk fra hastighedssensoren som muligt for at undgå forstyrrelser.
----------	---

- Inden gummipladen sættes fast, bør området under den renses og tørres grundigt. Fjern beskyttelsespapiret fra gummipladen, og fastgør den på rammen på et passende sted.
- Sensoren bør vende mod kranken. Se positionen af sensoren på tegningen (set ovenfra).
- Anbring sensoren på gummipladen. Træk stripsene gennem hullerne i sensoren, og fastgør dem løst. Stram dem ikke helt endnu. Hvis stripsene er for korte til din cykel, kan du sætte to af dem sammen.
- Pedalarms-magneten bør installeres på den indvendige side af pedalarmen. Inden magneten fastgøres på pedalarmen, bør området renses og tørres grundigt. Fjern beskyttelsespapiret, og fastgør magneten på pedalarmen. Fastgør den med stripsene.

- Juster placeringen af både pedalarms-magneten og sensoren, så magneten passerer tæt forbi sensoren, men ikke berører den. Den maksimale afstand mellem kadencesensoren og pedalarms-magneten bør være 5 mm. Stram stripsene, og klip overskydende ender af, når placeringen er korrekt.

Dansk

I	INSTALLAZIONE
A	Supporto per bicicletta Polar e ricevitore da polso
B	Sensore di cadenza Polar
C	Magnete per pedivella

Polar Kadenssensor är utvecklad för att mäta trampfrekvens när du cyklar. Utrustninen är icke avsedd för någon annan användning.

I	INSTALLATION
A	Polar Cykelhållare och mottagare
B	Polar Kadenssensor
C	Vevmagnet

1	Välj en lämplig plats för kadenssensorn på det nedre ramröret. Sensorn bör fästas 60-80 cm från mottagaren. Om du använder dig av en Polar hastighetssensor, skall du montera kadenssensorn så långt från hastighetssensorn som möjligt för att undvika störningar.
----------	---

- Tvätta och torka av fästytan noggrant innan du sätter fast gummipackningen. Tag bort skyddspappret från gummipackningen och sätt packningen på ramen.
- Sensorn ska peka rakt mot vevarmen. Justera sensorns vinkel enligt figur 3, som visar monteringen ovanifrån.
- Placera sensorn på gummipackningen. För buntbanden genom hålen på sensorn och dra åt banden lätt. Dra inte åt helt och hållet ännu. Om buntbanden är för korta kan du sätta ihop två av dem och få ett längre band.
- Magneten ska sitta på insidan av vevarmen. Tvätta och torka av fästytan ordentligt innan du fäster magneten. Ta bort skyddspappret och sätt fast magneten på vevarmen. Dra åt buntbandet.

- Finjustera vevmagneten och sensorns placering så att magneten passerar nära sensorn, men inte så nära att de rör vid varandra. Det maximala avståndet mellan kadenssensorn och magneten skall vara högst 5 mm. När magneten och sensorn sitter korrekt, drar du åt buntbanden och klipper av ändarna.

Svenska

!
La tua sicurezza è importante per noi. Verificare che sia possibile girare il manubrio senza problemi e che i cavi dei freni e del cambio non si impiglino nel sensore. Verificare, inoltre, che il sensore non ostacoli la pedalata, l'uso dei freni e del cambio. Andando in bicicletta, tieni gli occhi sempre sulla strada per evitare possibili incidenti e lesioni.

F	FUNZIONAMENTO DEL SENSORE DI CADENZA
----------	---

- È possibile verificare il funzionamento del sensore di cadenza controllando che il sensore emetta una luce lampeggiante arancione quando il magnete passa davanti al sensore. La luce lampeggiante arancione rappresenta solo una procedura di controllo e quindi non si ripeteranno più di 50 lampeggi durante l'uso della bicicletta. Se si desidera ripetere il controllo, occorre effettuare una pausa di 4 minuti, durante la quale il magnete non deve passare davanti al sensore di cadenza.
- Prima di iniziare a pedalare, attendere che il codice di frequenza cardiaca venga riconosciuto dal ricevitore da polso.
- Per ulteriori istruzioni su come usare il Sensore di Velocità Polar, consultare il manuale d'uso del cardiofrequenziometro in questione.

?	DOMANDE FREQUENTI
----------	--------------------------

Cosa fare se...

...la lettura della cadenza è 00 o non vi è alcuna lettura della cadenza sul display quando si pedala?

- Verificare la posizione corretta del sensore di cadenza rispetto al magnete per pedivella (vedere la figura 6).
- Verificare la posizione corretta del ricevitore da polso rispetto al sensore di cadenza (vedere la figura 1).
- Verificare di aver selezionato le impostazioni ciclismo corrette nel ricevitore da polso.
- Se la lettura 00 compare irregolarmente, questo potrebbe essere dovuto ad un'interferenza elettromagnetica temporanea presente nell'ambiente circostante.
- Se la lettura 00 è permanente, potrebbero essere state superate le 1500 ore d'esercizio, rendendo necessaria la sostituzione della batteria.

!	Din sikkerhed er vigtig for os, så udvis derfor stor forsigtighed når du cykler, kig altid på vejen for at forhindre mulige ulykker. Kontroller, att du kan dreje cykelhåndtaget som normalt, og at bremse- og gearkabler ikke støder mod sensoren. Kontroller også, at sensoren ikke generer brugen af pedaler, bremses eller gear.
----------	---

K	KADENCESENSORENS FUNKTION
----------	----------------------------------

- Du kan afprøve kadencesensorens funktion ved at kontrollere, at sensoren afgiver et orange blink, når magneten passerer sensoren. Bemærk, at det orange blink kun er en kontrolprocedure, og at blinkene ikke fortsætter ud over 50 blink under cykling. Hvis du vil kontrollere denne procedure igen, skal du holde en pause på fire minutter. I løbet af disse fire minutter må magneten ikke passere kadencesensoren.
- Inden du begynder at cykle, bør du vente på, at pulsen registreres af modtageren.
- Yderligere oplysninger om brugen af Polar Kadencesensor findes i brugermanualen til den pågældende pulsmåler.

?	OFTE STILLEDE SPØRGSMÅL
----------	--------------------------------

Hvad skal jeg gøre, hvis...

... kadencemålingen viser 00, eller der ikke vises nogen kadence under cykling?

- Kontroller, om kadencesensoren er placeret korrekt i forhold til pedalarms-magneten og modtageren.
- Kontroller, at du har angivet de korrekte indstillinger for cykling i din modtager.
- Hvis 00 vises uregelmæssigt, kan det skyldes midlertidige elektromagnetiske forstyrrelser i dine aktuelle omgivelser.
- Hvis der konstant vises 00, har du muligvis overskredet 1500 cykeltimer, og batteriet skal udskiftes.

...der forekommer uregelmæssige kadence- eller pulsmålinger?

- Elektromagnetiske forstyrrelser samt forstyrrelser fra andre trådløse cykelcomputere kan påvirke målingerne af kadence og puls.

I	INSTALLATION
A	Polar Cykelhållare och mottagare
B	Polar Kadenssensor
C	Vevmagnet

!
Din säkerhet är viktigt för oss på Polar. Kontrollera att du kan vrida styret som vanligt och att inga broms- eller växelväjrar kan fastna i sensorn. Kontrollera även att sensorn inte är i vägen när du ska trampa, bromsa eller vävla. För att undvika olyckor och skador, kom ihåg att alltid titta på vägen när du cyklar.

H	HUR POLAR KADENSSENSOR FUNGERAR
----------	--

- Du kan kontrollera att kadenssensorn fungerar genom att se efter om sensorn avger en orange blinksignal när magneten passerar sensorn. Observera att blinksignalen endast är en kontrollsignal och att denna upphör efter femtio blinksignaler när du cyklar. Om du vill kontrollera sensorn en gång till måste du stå still i 4 minuter. Magneten får då inte passera kadenssensorn.
- Vänta tills mottagaren har hittat hjärtfrekvensen innan du börjar cykla.
- Mer information om hur du använder Polar Kadenssensor hittar du i användarhandboken till den hjärtfrekvensmätare som du använder.

?	VANLIGA FRÅGOR
----------	-----------------------

Vad gör jag om ...

... displayen visar att kadensen är 00 eller inte visar någon avläsning av kadensen alls när jag cyklar?

- Kontrollera att kadenssensorn och magneten är korrekt monterade (se figur 6).
- Kontrollera att mottagaren sitter rätt i förhållande till kadenssensorn (se figur 1).
- Se till att mottagaren är rätt programmerad.
- Om displayen visar 00 vid enstaka tillfällen, kan detta bero på tillfälliga elektromagnetiska störningar från omgivningen.
- Om displayen visar 00 hela tiden, kan batteriet i sensorn vara slut och behöva bytas ut.

...vi sono letture irregolari di cadenza o frequenza cardiaca?

- Le interferenze elettromagnetiche, come pure le interferenze di altri computer per biciclette senza cavi, possono influire sulle letture di cadenza e frequenza cardiaca.
- I disturbi possono verificarsi in prossimità di linee elettriche ad alta tensione, semafori, cavi ferroviari aerei, linee per autobus elettrici o tram, televisioni, motori elettrici di automobili, alcune attrezzature d'allenamento che dispongono di un motorino elettrico o telefoni cellulari.
- Per evitare interferenze fra i trasmettitori di altri ciclisti ed il sensore di cadenza Polar, mantenere una distanza di almeno 1 metro tra il proprio ricevitore da polso ed il sensore di cadenza Polar di altri ciclisti.

D	DATI TECNICI
----------	---------------------

Temperatura d'esercizio: da -10 °C a +50 °C
Tipo di batteria: CR 2032
Durata della batteria: in media 1500 ore d'uso
Precisione: ±1 %
A prova di pioggia

M	MANUTENZIONE
----------	---------------------

- Non immergere il sensore di cadenza nell'acqua.
- Evitare urti che potrebbero danneggiare il sensore.

S	Sostituzione della batteria
----------	------------------------------------

Per la sostituzione della batteria si raccomanda di inviare il sensore di cadenza ad un Centro di Assistenza Polar autorizzato, dove il sensore verrà testato dopo la sostituzione della batteria. Tuttavia, se si preferisce sostituire la batteria autonomamente, si prega di seguire con attenzione le istruzioni seguenti:

Togliere il sensore dalla bicicletta.

- Aprire l'alloggiamento svitando in senso antiorario le due piccole viti presenti, con un piccolo cacciavite.
- Sollevere la protezione prestando attenzione. Tenere l'alloggiamento verso l'alto in modo che il circuito stampato assemblato rimanga all'interno dell'alloggiamento.
- Togliere il circuito stampato assemblato prestando molta attenzione.

D	Der kan forekomme forstyrrelser i nærheden af stærkstrømsledninger, trafiksignaler, overhængende togkabler, elektriske busser eller sporvogne, fjernsyn, bilmotorer, noget motordrevet træningsudstyr eller mobiltelefoner.
----------	--

- Hvis du vil undgå interferens fra andre cyklistere, der har en Polar Kadencesensor, skal du holde en afstand på mindst 1 meter mellem din modtager og den anden cyklist's Polar Kadencesensor.

T	TEKNISKE SPECIFIKATIONER
----------	---------------------------------

Driftstemperatur -10 °C til +50 °C / 14 °F til 122 °F
Batteritype: CR 2032
Batteriets holdbarhed: gennemsnitligt 1500 timers brug
Nøjagtighed: ±1 %
Stærktæt

V	VEDLIGEHOLDELSE OG EFTERSYN
----------	------------------------------------

- Nedsækni ikke kadencesensoren i vand.
- Undgå hårde slag, da de kan beskadige sensoren.

B	Batteriskift
----------	---------------------

Vi anbefaler på det kraftigste, at du sender kadencesensoren til et godkendt Polar Service Center, når der skal skiftes batteri, da enheden afprøves efter batteriskiftet. Følg disse anvisninger nøje, hvis du alligevel ønsker selv at skifte batteriet:

Fjern sensoren fra cyklen.

- Åbn sensoren ved at fjerne de to små skruer, mod uret, med en lille skruetrækker.
- Løft dækpladen forsigtigt af. Hold sensoren opad, så printkortet bliver på plads i sensoren.
- Fjern forsigtigt printkortet.
- Tryk forsigtigt på batteriholderen. Frigør en krog i holderen fra den modsatte side af printkortet, og løft holderen opad. Fjern det gamle batteri.
- Indsæt et nyt batteri med plussiden (+) opad, og tryk forsigtigt på batteriholderen, så det fastgøres til printkortet i alle hjørner.
- Sæt printkortet tilbage på plads.

...	avläsningarna för kadens eller hjärtfrekvens är inkorreka?
------------	---

- Elektromagnetiska störningar och andra trådlösa cykeldatorer kan påverka avläsningen av kadens och hjärtfrekvens.
- Störningar kan förekomma i närheten av högspänningsledningar, trafikljus, elektriska ledningar för järnväg, T-bana eller spårvagn, TV-apparater, mobiltelefoner, bilmotorer eller viss motordriven träningsutrustning.
- Om du vill undvika överhörrning från en annan cyklist som använder Polar Kadenssensor ska du hålla ett avstånd på minst 1 meter mellan din mottagare och den andra cyklistens kadenssensor.

T	TEKNISK SPECIFIKATION
----------	------------------------------

Arbetstemperatur: -10 °C till +50 °C
Batteri: CR 2032
Batteriets livslängd: ca 1.500 användartimmar
Noggrannhet: ±1 %
Vattenskyddad

S	SKÖTSEL OCH UNDERHÅLL
----------	------------------------------

- Doppa inte kadenssensorn i vatten.
- Undvik hårda stötar eftersom detta kan skada sensorn.

B	Byte av batteri
----------	------------------------

Vi rekommenderar att du lämnar kadenssensorn till ett av Polar auktoriserat serviceställe, där man kontrollerar enheten efter batteribytet. Om du vill byta batteriet själv, följ då dessa instruktioner noggrant:

Ta loss sensorn från cykeln.

- Öppna sensorn genom att skruva loss de två små skruvarna.
- Tag försiktigt av höljet. Håll sensorn uppåt så att kretskortet sitter kvar i sensorn.
- Tag försiktigt ur kretskortet.
- Tryck försiktigt på batterihållaren. Lossa en spärr på batterihållaren, på motsatt sida av kretskortet, och lyft hållaren uppåt. Tag bort det gamla batteriet.

- Premere delicatamente sul supporto della batteria. Sganciare un gancio del supporto dal lato opposto del circuito stampato e sollevare il supporto verso l'alto. Togliere la batteria vecchia.
- Inserire una nuova batteria con il lato positivo (+) rivolto verso l'alto e premere delicatamente sull'alloggiamento della batteria, in modo che l'alloggiamento rimanga attaccato al circuito stampato su tutti gli angoli.
- Reinserire il circuito stampato nella propria posizione. Verificare che la guarnizione sia inserita nella propria scanalatura. Rimontare la protezione. Inserire le due viti nei relativi fori e stringerle gradatamente a turno.
- Controllare il sensore verificando che emetta una luce lampeggiante arancione quando il magnete per pedivella passa davanti al sensore di cadenza.
- Non buttare la batteria sostituita insieme alla normale spazzatura; portarla in un centro di smaltimento per rifiuti speciali.

G	GARANZIA INTERNAZIONALE POLAR
----------	--------------------------------------

- La presente Garanzia Internazionale limitata – POLAR, è rilasciata da Polar Electro Inc. ai consumatori che hanno acquistato questo prodotto negli Stati Uniti o in Canada. La presente Garanzia Internazionale limitata – POLAR, è rilasciata da Polar Electro Oy ai consumatori che hanno acquistato questo prodotto in altri Paesi.
- Polar Electro Inc. / Polar Electro Oy garantisce all'acquirente originale di questo prodotto, che esso è privo di difetti di fabbricazione e nei materiali, per due anni dalla data dell'acquisto.
- Conservare lo scontrino fiscale in originale! Esso, unitamente alla Scheda di Garanzia Internazionale, costituisce la prova d'acquisto.**
- La presente Garanzia non copre la batteria del ricevitore, i danni derivanti da cattivo uso, uso improprio, incidenti, mancata osservanza delle dovute precauzioni; manutenzione inadeguata, uso commerciale, rottura o lesione della cassa.
- La presente Garanzia non copre alcun danno o smarrimento, causato o accidentale, costi o spese, diretti, indiretti o accessori, derivanti da interventi di assistenza non autorizzati. Durante il periodo di validità della Garanzia, il prodotto sarà riparato o sostituito gratuitamente presso i Centri di Assistenza Autorizzati POLAR.
- La presente garanzia non esclude alcun diritto statutario del consumatore, ai sensi delle leggi nazionali o statali in vigore, e nessun diritto del consumatore nei confronti del rivenditore derivante dal relativo contratto di vendita/acquisto.

I	INTERNATIONAL POLAR GARANTI
----------	------------------------------------

- Kontroller, at gummipakningen bliver på plads. Sæt dækpladen på igen. Placer de to skruer i hullerne igen, og stram dem gradvist efter tur.
- Afprøv sensoren ved at kontrollere, om den afgiver et orange blink, når pedalarms-magneten passerer kadencesensoren.
- Smid ikke det gamle batteri væk sammen med almindeligt affald. Aflever det et sted, der tager imod farligt affald.

I	INTERNATIONAL POLAR GARANTI
----------	------------------------------------

- Denne begrænsede Internationale Polar garanti er udstedt af Polar Electro Inc. for brugere som har købt produktet i USA eller Canada. Denne Internationale Polar garanti er udstedt af Polar Electro Oy for brugere som har købt produktet i andre lande.
- Polar Electro Inc. / Polar Electro Oy garanterer til den oprindelige bruger/køber at dette produkt vil være fri for materielle eller produktionsmæssige defekter i 2 år fra købsdatoen.
- Gem venligst købsbevis, kvittering eller international garantikort som bevis for købsdatoen.**
- Garantien dækker ikke batterier, skader grundet forkert brug, misbrug, ulykker, forkert anvendelse i forhold til vejledningen, manglende vedligeholdelse, kommercielt brug, beskadiget opbevaringsæske.
- Garantien dækker ikke enhver skade/tab, omkostning, direkte eller indirekte eller fejlagtigt, som følge af eller specielt opstået af eller som kan relateres til produktet. Under garantiperioden vil produktet blive enten ombyttet eller repareret af et autoriseret Polar servicecenter uden beregning.
- Garantien påvirker ikke kundens lovmæssige rettigheder i henhold til gældende lovgivning og ej heller forbrugersens rettigheder overfor forhandleren, der måtte opstå som følge af deres salgs-/købekontrakt.

I	INSTALLATION
----------	---------------------

1	Välj en lämplig plats för kadenssensorn på det nedre ramröret. Sensorn bör fästas 60-80 cm från mottagaren. Om du använder dig av en Polar hastighetssensor, skall du montera kadenssensorn så långt från hastighetssensorn som möjligt för att undvika störningar.
----------	---

- Tvätta och torka av fästytan noggrant innan du sätter fast gummipackningen. Tag bort skyddspappret från gummipackningen och sätt packningen på ramen.
- Sensorn ska peka rakt mot vevarmen. Justera sensorns vinkel enligt figur 3, som visar monteringen ovanifrån.
- Placera sensorn på gummipackningen. För buntbanden genom hålen på sensorn och dra åt banden lätt. Dra inte åt helt och hållet ännu. Om buntbanden är för korta kan du sätta ihop två av dem och få ett längre band.
- Magneten ska sitta på insidan av vevarmen. Tvätta och torka av fästytan ordentligt innan du fäster magneten. Ta bort skyddspappret och sätt fast magneten på vevarmen. Dra åt buntbandet.
- Finjustera vevmagneten och sensorns placering så att magneten passerar nära sensorn, men inte så nära att de rör vid varandra. Det maximala avståndet mellan kadenssensorn och magneten skall vara högst 5 mm. När magneten och sensorn sitter korrekt, drar du åt buntbanden och klipper av ändarna.

I	INSTALLATION
----------	---------------------

1	Välj en lämplig plats för kadenssensorn på det nedre ramröret. Sensorn bör fästas 60-80 cm från mottagaren. Om du använder dig av en Polar hastighetssensor, skall du montera kadenssensorn så långt från hastighetssensorn som möjligt för att undvika störningar.
----------	---

- Den internationella Polar garantin är utfärdad av Polar Electro Inc. för de kunder som har inköpt denna produkt i USA eller Kanada. Den internationella Polar garantin är utfärdad av Polar Electro Oy för de kunder som har inköpt denna produkt i annat land.
- Polar Electro Inc. / Polar Electro Oy garanterar den ursprunglige kunden / köparen av denna produkt att produkten är fri från produktions- och materialfel i två år från inköpsdatum.
- Vänligen behåll kvitto eller det Internationella Garantikortet, som bevis för ditt inköp!**
- Garantin täcker inte batterier, skador orsakade av felaktigt användande, ovarsamhet, olyckor eller om föreskrifterna i bruksanvisningen inte uppfylls; felaktigt underhåll, kommersiellt användande, spräckt eller trasigt glas.
- Garantin täcker inte skador, förluster, kostnader eller utgifter, direkt, indirekt eller oförutsedda, efterföljande eller specifika, uppkomma av, eller relaterade till produkten. Under garantiperioden kommer produkten antingen att repareras eller bytas ut på ett auktoriserat servicecenter, utan kostnad.
- Denna garanti påverkar inte konsumentens lagstadgade rättigheter enligt tillämpling i gällande nationella eller statliga lagar, eller konsumentens rättigheter så som de är fastslagna i gällande försäljningsavtal.

O Sensor de Cadência Polar destina-se a medir a cadência durante o ciclismo; nenhuma outra utilização é pretendida ou sugerida.

A	Bike Mount Polar e receptor de pulso
B	Sensor de Cadência Polar
C	Imã do pé de vela

- Verifique a parte inferior do quadro da bicicleta a fim de identificar um local adequado para o sensor de cadência. O sensor deve ser fixado a 60-80 cm / 2'-28" do receptor de pulso montado na bicicleta. Ao usar o sensor de velocidade Polar, coloque o sensor de cadência tão afastado deste quanto possível de modo a evitar qualquer interferência.
- Limpe e seque totalmente a área sobre a qual será fixada a almofada de borracha. Retire o envoltório da almofada de borracha e prenda-a ao quadro, em local apropriado.
- O sensor deve estar voltado para o pé de vela. Reveja a posição do sensor na figura: perspectiva do topo do desenho.
- Posicione o sensor na almofada de borracha. Passe as tiras pelos orifícios do sensor e ajuste frouxamente as tiras, ainda não as aperte totalmente. Se as tiras forem muito curtas para sua bicicleta, amarre duas juntas a fim de torná-las maiores.
- O imã do pé de vela deve ser instalado no lado interno da mesma. Limpe e seque totalmente a área antes de prender o imã ao pé de vela. Remova o envoltório do imã e fixe-o ao pé de vela. Prenda o imã com a tira.
- Posicione com todo cuidado o imã do pé de vela e o sensor a fim de que o imã passe perto do sensor, sem tocá-lo. A distância máxima entre o sensor de cadência e o imã do pé de vela deve ser de 5 mm / 0,2". Assim que posicionar esses itens corretamente, aperte as tiras e corte as rebarbas.

Portugués

A	Polar Trákkfrekvensmåler
B	Polar Trákkfrekvensmåler
C	Pedal-arm magnet

Polar Trákkfrekvensmåler er laget for å måle trákkfrekvens når du sykler. Ingen annen bruk er tilsiktet eller innforstått.

A	Polar Bike Mount sykkelholder og mottaker
B	Polar Trákkfrekvensmåler
C	Pedal-arm magnet

- Finn et egnet sted nede på rammen til å feste trákkfrekvensmåleren. Sensoren bør festes 60-80 cm fra mottakeren som er montert på sykkelen. Hvis du bruker Polar hastighetssensor, plasser da pedalhastighetssensoren så langt vekk fra denne som mulig for å unngå forstyrrelser.
- For gummiputen festes, må området der den skal festes, rengjøres og tørkes godt. Fjern dekkpapiet fra gummiputen og fest den et passende sted på rammen. Sensoren festes på rammen ned mot kranken, med sensoren pekende mot pedalarmen. Sjekk sensorens plassering (sett ovenfra) på figuren.
- Plasser sensoren på gummiputen. Tre festestroppene gjennom hullene og juster dem. La dem være festet løst foreløpig. Hvis festestroppene er for korte for sykkelen din, kan du forlenge dem ved å koble to og to sammen.
- Fest magneten på innsiden av pedalarmen. Rengjør og tørk området der magneten skal festes, før du fester magneten til pedalarmen. Fjern dekkpapiet og fest magneten til kranken. Stram festene.
- Finjuster plasseringen for både magneten og sensoren slik at magneten passerer sensoren så nær den som mulig, men uten å berøre den. Avstanden mellom sensoren og magneten må ikke være mer enn 5 mm. Plasser festestroppene riktig, stram dem godt og kutt av for lange stropper.

Norsk

A	Polar Bike Mount sykkelholder og mottaker
B	Polar Trákkfrekvensmåler
C	Pedal-arm magnet

Polar Trákkfrekvensmåler er laget for å måle trákkfrekvens når du sykler. Ingen annen bruk er tilsiktet eller innforstått.

A	Polar Bike Mount sykkelholder og mottaker
B	Polar Trákkfrekvensmåler
C	Pedal-arm magnet

- Etsi pyörän runkoputkesta sopiva paikka poljinnopeussensorille. Sensori tulee asentaa 60-80 cm:n päähän vastaanottimesta, joka on kiinnitetty ohjaustangon vastaanotinpidikkeeseen. Jos käytät Polar nopeussensoria, asenna poljinnopeussensori mahdollisimman kauas nopeussensorista välttääksesi häiriöitä.
- Puhdista ja kuivaa valitsemasi paikka runkoputkessa huolella ennen kumipehmusteen liimaamista. Irrota kumipehmusteen suojapaperi ja liimaa pehmuste. Sensori tulee kohdistaa poljinkampea päin; kuvassa näkymä ylhäältä.
- Aseta poljinnopeussensori kumipehmusteen päälle. Pujota nippusiteet sensorin reikien läpi ja kiinnitä löysästi. Älä kiristä nippusiteitä vielä liian tiukalle. Mikäli nippusiteet ovat liian lyhyitä pyörääsi, saat niistä pidemmät asettamalla kaksi nippusidettä peräkkäin.
- Magneetti tulee asettaa poljinkammen sisäpinnalle. Puhdista ja kuivaa pinta huolellisesti ennen magneetin paikalleen asentamista. Irrota magneetin liimapaperi, ja kiinnitä magneetti valitsemaasi paikkaan poljinkammissa. Pujota nippuside magneettipidikkeen läpi ja kiinnitä se poljinkampeen.
- Säädä sensori ja magneetti kulkemaan läheltä toisiaan. Niiden välinen etäisyys saa olla enintään 5 mm. Kun olet asentanut sensorin ja magneetin ohjeiden mukaisesti paikoilleen, kiristä nippusiteet ja leikkaa siteiden ylijäävät osat pois.

Suomi

! Sua segurança é importante para nós. Certifique-se de que você pode girar guidão normalmente e que os cabos dos freios ou do câmbio não esbarrem no sensor. Certifique-se também de que o sensor não interfira no uso do pedal, dos freios ou do câmbio. Quando estiver pedalando, por favor, mantenha os olhos no percurso para evitar acidentes e lesões.

A	Bike Mount Polar e receptor de pulso
B	Sensor de Cadência Polar
C	Imã do pé de vela

- Verifique a parte inferior do quadro da bicicleta a fim de identificar um local adequado para o sensor de cadência. O sensor deve ser fixado a 60-80 cm / 2'-28" do receptor de pulso montado na bicicleta. Ao usar o sensor de velocidade Polar, coloque o sensor de cadência tão afastado deste quanto possível de modo a evitar qualquer interferência.
- Limpe e seque totalmente a área sobre a qual será fixada a almofada de borracha. Retire o envoltório da almofada de borracha e prenda-a ao quadro, em local apropriado.
- O sensor deve estar voltado para o pé de vela. Reveja a posição do sensor na figura: perspectiva do topo do desenho.
- Posicione o sensor na almofada de borracha. Passe as tiras pelos orifícios do sensor e ajuste frouxamente as tiras, ainda não as aperte totalmente. Se as tiras forem muito curtas para sua bicicleta, amarre duas juntas a fim de torná-las maiores.
- O imã do pé de vela deve ser instalado no lado interno da mesma. Limpe e seque totalmente a área antes de prender o imã ao pé de vela. Remova o envoltório do imã e fixe-o ao pé de vela. Prenda o imã com a tira.
- Posicione com todo cuidado o imã do pé de vela e o sensor a fim de que o imã passe perto do sensor, sem tocá-lo. A distância máxima entre o sensor de cadência e o imã do pé de vela deve ser de 5 mm / 0,2". Assim que posicionar esses itens corretamente, aperte as tiras e corte as rebarbas.

A	Bike Mount Polar e receptor de pulso
B	Sensor de Cadência Polar
C	Imã do pé de vela

- Verifique a posição correta do sensor de cadência em relação ao imã do pé de vela (veja a figura 6).
- Verifique a posição correta do receptor de pulso em relação ao sensor de cadência (veja a figura 1).
- Verifique se você ajustou as configurações corretas de pedaladas no receptor de pulso.
- Se a leitura 00 aparecer irregularmente, isso pode ser devido a uma interferência eletromagnética temporária oriunda do ambiente.
- Se a leitura 00 for constante, o limite de 1.500 horas de ciclismo pode ter sido excedido e a bateria precisa ser substituída.

Portugués

! Våre kunder er verdifulle. Bruker du pulsklokken mens du sykler, hold øyene på veien og bruk fornuft. Kontroller at styret kan svinges normalt og at ikke bremse- eller givaiere hektes av måleren. Kontroller også at måleren ikke hindrer bruk av pedaler, bremser eller gir.

A	Polar Bike Mount sykkelholder og mottaker
B	Polar Trákkfrekvensmåler
C	Pedal-arm magnet

- Finn et egnet sted nede på rammen til å feste trákkfrekvensmåleren. Sensoren bør festes 60-80 cm fra mottakeren som er montert på sykkelen. Hvis du bruker Polar hastighetssensor, plasser da pedalhastighetssensoren så langt vekk fra denne som mulig for å unngå forstyrrelser.
- For gummiputen festes, må området der den skal festes, rengjøres og tørkes godt. Fjern dekkpapiet fra gummiputen og fest den et passende sted på rammen. Sensoren festes på rammen ned mot kranken, med sensoren pekende mot pedalarmen. Sjekk sensorens plassering (sett ovenfra) på figuren.
- Plasser sensoren på gummiputen. Tre festestroppene gjennom hullene og juster dem. La dem være festet løst foreløpig. Hvis festestroppene er for korte for sykkelen din, kan du forlenge dem ved å koble to og to sammen.
- Fest magneten på innsiden av pedalarmen. Rengjør og tørk området der magneten skal festes, før du fester magneten til pedalarmen. Fjern dekkpapiet og fest magneten til kranken. Stram festene.
- Finjuster plasseringen for både magneten og sensoren slik at magneten passerer sensoren så nær den som mulig, men uten å berøre den. Avstanden mellom sensoren og magneten må ikke være mer enn 5 mm. Plasser festestroppene riktig, stram dem godt og kutt av for lange stropper.

! Våre kunder er verdifulle. Bruker du pulsklokken mens du sykler, hold øyene på veien og bruk fornuft. Kontroller at styret kan svinges normalt og at ikke bremse- eller givaiere hektes av måleren. Kontroller også at måleren ikke hindrer bruk av pedaler, bremser eller gir.

A	Polar Bike Mount sykkelholder og mottaker
B	Polar Trákkfrekvensmåler
C	Pedal-arm magnet

- Finn et egnet sted nede på rammen til å feste trákkfrekvensmåleren. Sensoren bør festes 60-80 cm fra mottakeren som er montert på sykkelen. Hvis du bruker Polar hastighetssensor, plasser da pedalhastighetssensoren så langt vekk fra denne som mulig for å unngå forstyrrelser.
- For gummiputen festes, må området der den skal festes, rengjøres og tørkes godt. Fjern dekkpapiet fra gummiputen og fest den et passende sted på rammen. Sensoren festes på rammen ned mot kranken, med sensoren pekende mot pedalarmen. Sjekk sensorens plassering (sett ovenfra) på figuren.
- Plasser sensoren på gummiputen. Tre festestroppene gjennom hullene og juster dem. La dem være festet løst foreløpig. Hvis festestroppene er for korte for sykkelen din, kan du forlenge dem ved å koble to og to sammen.
- Fest magneten på innsiden av pedalarmen. Rengjør og tørk området der magneten skal festes, før du fester magneten til pedalarmen. Fjern dekkpapiet og fest magneten til kranken. Stram festene.
- Finjuster plasseringen for både magneten og sensoren slik at magneten passerer sensoren så nær den som mulig, men uten å berøre den. Avstanden mellom sensoren og magneten må ikke være mer enn 5 mm. Plasser festestroppene riktig, stram dem godt og kutt av for lange stropper.

! Våre kunder er verdifulle. Bruker du pulsklokken mens du sykler, hold øyene på veien og bruk fornuft. Kontroller at styret kan svinges normalt og at ikke bremse- eller givaiere hektes av måleren. Kontroller også at måleren ikke hindrer bruk av pedaler, bremser eller gir.

Portugués

A	Polar Bike Mount sykkelholder og mottaker
B	Polar Trákkfrekvensmåler
C	Pedal-arm magnet

! Huolehdi turvallisuudestasi kun pyöräilet. Opettele mittarisii toiminnot hyvin ennen kuin lähdet ajamaan ja muista tarkkailla liikennettä. Tarkista, että voit kääntää ohjaustankoa normaalisti eivätkä jarru-, vaihde- tai muut vaijerit tartu laitteeseen. Tarkista myös, ettei laite haittaa polkemista tai jarrujen, vaihteiden yms. käyttöä.

A	Polar Bike Mount sykkelholder og mottaker
B	Polar Trákkfrekvensmåler
C	Pedal-arm magnet

- Finn et egnet sted nede på rammen til å feste trákkfrekvensmåleren. Sensoren bør festes 60-80 cm fra mottakeren som er montert på sykkelen. Hvis du bruker Polar hastighetssensor, plasser da pedalhastighetssensoren så langt vekk fra denne som mulig for å unngå forstyrrelser.
- For gummiputen festes, må området der den skal festes, rengjøres og tørkes godt. Fjern dekkpapiet fra gummiputen og fest den et passende sted på rammen. Sensoren festes på rammen ned mot kranken, med sensoren pekende mot pedalarmen. Sjekk sensorens plassering (sett ovenfra) på figuren.
- Plasser sensoren på gummiputen. Tre festestroppene gjennom hullene og juster dem. La dem være festet løst foreløpig. Hvis festestroppene er for korte for sykkelen din, kan du forlenge dem ved å koble to og to sammen.
- Fest magneten på innsiden av pedalarmen. Rengjør og tørk området der magneten skal festes, før du fester magneten til pedalarmen. Fjern dekkpapiet og fest magneten til kranken. Stram festene.
- Finjuster plasseringen for både magneten og sensoren slik at magneten passerer sensoren så nær den som mulig, men uten å berøre den. Avstanden mellom sensoren og magneten må ikke være mer enn 5 mm. Plasser festestroppene riktig, stram dem godt og kutt av for lange stropper.

A	Polar Bike Mount sykkelholder og mottaker
B	Polar Trákkfrekvensmåler
C	Pedal-arm magnet

- Etsi pyörän runkoputkesta sopiva paikka poljinnopeussensorille. Sensori tulee asentaa 60-80 cm:n päähän vastaanottimesta, joka on kiinnitetty ohjaustangon vastaanotinpidikkeeseen. Jos käytät Polar nopeussensoria, asenna poljinnopeussensori mahdollisimman kauas nopeussensorista välttääksesi häiriöitä.
- Puhdista ja kuivaa valitsemasi paikka runkoputkessa huolella ennen kumipehmusteen liimaamista. Irrota kumipehmusteen suojapaperi ja liimaa pehmuste. Sensori tulee kohdistaa poljinkampea päin; kuvassa näkymä ylhäältä.
- Aseta poljinnopeussensori kumipehmusteen päälle. Pujota nippusiteet sensorin reikien läpi ja kiinnitä löysästi. Älä kiristä nippusiteitä vielä liian tiukalle. Mikäli nippusiteet ovat liian lyhyitä pyörääsi, saat niistä pidemmät asettamalla kaksi nippusidettä peräkkäin.
- Magneetti tulee asettaa poljinkammen sisäpinnalle. Puhdista ja kuivaa pinta huolellisesti ennen magneetin paikalleen asentamista. Irrota magneetin liimapaperi, ja kiinnitä magneetti valitsemaasi paikkaan poljinkammissa. Pujota nippuside magneettipidikkeen läpi ja kiinnitä se poljinkampeen.
- Säädä sensori ja magneetti kulkemaan läheltä toisiaan. Niiden välinen etäisyys saa olla enintään 5 mm. Kun olet asentanut sensorin ja magneetin ohjeiden mukaisesti paikoilleen, kiristä nippusiteet ja leikkaa siteiden ylijäävät osat pois.

- Você poderá testar o funcionamento do sensor de cadência verificando se o sensor produz um flash alaranjado quando o imã passa por ele. Observe que o flash alaranjado é somente um procedimento de verificação e que não mais aparece quando 50 flashes são produzidos durante o ciclismo. Se você desejar verificar este procedimento novamente, espere 4 minutos e evite que o imã passe pelo sensor de cadência durante esse período.
- Antes de começar a pedalar, você deverá esperar até que o código de frequência cardíaca seja reconhecido pelo receptor de pulso.
- Se desejar obter mais informações sobre como usar o Sensor de Cadência Polar, consulte o manual do usuário referente ao monitor de frequência cardíaca desejado.

! Sua segurança é importante para nós. Certifique-se de que você pode girar guidão normalmente e que os cabos dos freios ou do câmbio não esbarrem no sensor. Certifique-se também de que o sensor não interfira no uso do pedal, dos freios ou do câmbio. Quando estiver pedalando, por favor, mantenha os olhos no percurso para evitar acidentes e lesões.

Portugués

- ...há leituras irregulares de cadência ou frequência cardíaca?**
 - A interferência eletromagnética, assim como a interferência oriunda de outros aparelhos de ciclismo sem fio, pode afetar as leituras de cadência e frequência cardíaca.
 - Podem ocorrer perturbações próximo a linhas de alta voltagem, semáforos, cabos aéreos de ferrovias, linhas de tróleibus, televisões, motores de carros, alguns equipamentos para aulas de direção ou telefones celulares.
 - Para evitar a diafonia com outro ciclista que tenha o Sensor de Cadência Polar, mantenha a distância mínima de 1 metro / 3'4" entre o seu receptor de pulso e o do outro ciclista.

A	Bike Mount Polar e receptor de pulso
B	Sensor de Cadência Polar
C	Imã do pé de vela

! Sua segurança é importante para nós. Certifique-se de que você pode girar guidão normalmente e que os cabos dos freios ou do câmbio não esbarrem no sensor. Certifique-se também de que o sensor não interfira no uso do pedal, dos freios ou do câmbio. Quando estiver pedalando, por favor, mantenha os olhos no percurso para evitar acidentes e lesões.

A	Bike Mount Polar e receptor de pulso
B	Sensor de Cadência Polar
C	Imã do pé de vela

- Verifique a parte inferior do quadro da bicicleta a fim de identificar um local adequado para o sensor de cadência. O sensor deve ser fixado a 60-80 cm / 2'-28" do receptor de pulso montado na bicicleta. Ao usar o sensor de velocidade Polar, coloque o sensor de cadência tão afastado deste quanto possível de modo a evitar qualquer interferência.
- Limpe e seque totalmente a área sobre a qual será fixada a almofada de borracha. Retire o envoltório da almofada de borracha e prenda-a ao quadro, em local apropriado.
- O sensor deve estar voltado para o pé de vela. Reveja a posição do sensor na figura: perspectiva do topo do desenho.
- Posicione o sensor na almofada de borracha. Passe as tiras pelos orifícios do sensor e ajuste frouxamente as tiras, ainda não as aperte totalmente. Se as tiras forem muito curtas para sua bicicleta, amarre duas juntas a fim de torná-las maiores.
- O imã do pé de vela deve ser instalado no lado interno da mesma. Limpe e seque totalmente a área antes de prender o imã ao pé de vela. Remova o envoltório do imã e fixe-o ao pé de vela. Prenda o imã com a tira.
- Posicione com todo cuidado o imã do pé de vela e o sensor a fim de que o imã passe perto do sensor, sem tocá-lo. A distância máxima entre o sensor de cadência e o imã do pé de vela deve ser de 5 mm / 0,2". Assim que posicionar esses itens corretamente, aperte as tiras e corte as rebarbas.

A	Bike Mount Polar e receptor de pulso
B	Sensor de Cadência Polar
C	Imã do pé de vela

! Sua segurança é importante para nós. Certifique-se de que você pode girar guidão normalmente e que os cabos dos freios ou do câmbio não esbarrem no sensor. Certifique-se também de que o sensor não interfira no uso do pedal, dos freios ou do câmbio. Quando estiver pedalando, por favor, mantenha os olhos no percurso para evitar acidentes e lesões.

A	Bike Mount Polar e receptor de pulso
B	Sensor de Cadência Polar
C	Imã do pé de vela

- Verifique a parte inferior do quadro da bicicleta a fim de identificar um local adequado para o sensor de cadência. O sensor deve ser fixado a 60-80 cm / 2'-28" do receptor de pulso montado na bicicleta. Ao usar o sensor de velocidade Polar, coloque o sensor de cadência tão afastado deste quanto possível de modo a evitar qualquer interferência.
- Limpe e seque totalmente a área sobre a qual será fixada a almofada de borracha. Retire o envoltório da almofada de borracha e prenda-a ao quadro, em local apropriado.
- O sensor deve estar voltado para o pé de vela. Reveja a posição do sensor na figura: perspectiva do topo do desenho.
- Posicione o sensor na almofada de borracha. Passe as tiras pelos orifícios do sensor e ajuste frouxamente as tiras, ainda não as aperte totalmente. Se as tiras forem muito curtas para sua bicicleta, amarre duas juntas a fim de torná-las maiores.
- O imã do pé de vela deve ser instalado no lado interno da mesma. Limpe e seque totalmente a área antes de prender o imã ao pé de vela. Remova o envoltório do imã e fixe-o ao pé de vela. Prenda o imã com a tira.
- Posicione com todo cuidado o imã do pé de vela e o sensor a fim de que o imã passe perto do sensor, sem tocá-lo. A distância máxima entre o sensor de cadência e o imã do pé de vela deve ser de 5 mm / 0,2". Assim que posicionar esses itens corretamente, aperte as tiras e corte as rebarbas.

A	Bike Mount Polar e receptor de pulso
B	Sensor de Cadência Polar
C	Imã do pé de vela

- Verifique a parte inferior do quadro da bicicleta a fim de identificar um local adequado para o sensor de cadência. O sensor deve ser fixado a 60-80 cm / 2'-28" do receptor de pulso montado na bicicleta. Ao usar o sensor de velocidade Polar, coloque o sensor de cadência tão afastado deste quanto possível de modo a evitar qualquer interferência.
- Limpe e seque totalmente a área sobre a qual será fixada a almofada de borracha. Retire o envoltório da almofada de borracha e prenda-a ao quadro, em local apropriado.
- O sensor deve estar voltado para o pé de vela. Reveja a posição do sensor na figura: perspectiva do topo do desenho.
- Posicione o sensor na almofada de borracha. Passe as tiras pelos orifícios do sensor e ajuste frouxamente as tiras, ainda não as aperte totalmente. Se as tiras forem muito curtas para sua bicicleta, amarre duas juntas a fim de torná-las maiores.
- O imã do pé de vela deve ser instalado no lado interno da mesma. Limpe e seque totalmente a área antes de prender o imã ao pé de vela. Remova o envoltório do imã e fixe-o ao pé de vela. Prenda o imã com a tira.
- Posicione com todo cuidado o imã do pé de vela e o sensor a fim de que o imã passe perto do sensor, sem tocá-lo. A distância máxima entre o sensor de cadência e o imã do pé de vela deve ser de 5 mm / 0,2". Assim que posicionar esses itens corretamente, aperte as tiras e corte as rebarbas.

! Sua segurança é importante para nós. Certifique-se de que você pode girar guidão normalmente e que os cabos dos freios ou do câmbio não esbarrem no sensor. Certifique-se também de que o sensor não interfira no uso do pedal, dos freios ou do câmbio. Quando estiver pedalando, por favor, mantenha os olhos no percurso para evitar acidentes e lesões.

A	Bike Mount Polar e receptor de pulso
B	Sensor de Cadência Polar
C	Imã do pé de vela

- Verifique a parte inferior do quadro da bicicleta a fim de identificar um local adequado para o sensor de cadência. O sensor deve ser fixado a 60-80 cm / 2'-28" do receptor de pulso montado na bicicleta. Ao usar o sensor de velocidade Polar, coloque o sensor de cadência tão afastado deste quanto possível de modo a evitar qualquer interferência.
- Limpe e seque totalmente a área sobre a qual será fixada a almofada de borracha. Retire o envoltório da almofada de borracha e prenda-a ao quadro, em local apropriado.
- O sensor deve estar voltado para o pé de vela. Reveja a posição do sensor na figura: perspectiva do topo do desenho.
- Posicione o sensor na almofada de borracha. Passe as tiras pelos orifícios do sensor e ajuste frouxamente as tiras, ainda não as aperte totalmente. Se as tiras forem muito curtas para sua bicicleta, amarre duas juntas a fim de torná-las maiores.
- O imã do pé de vela deve ser instalado no lado interno da mesma. Limpe e seque totalmente a área antes de prender o imã ao pé de vela. Remova o envoltório do imã e fixe-o ao pé de vela. Prenda o imã com a tira.
- Posicione com todo cuidado o imã do pé de vela e o sensor a fim de que o imã passe perto do sensor, sem tocá-lo. A distância máxima entre o sensor de cadência e o imã do pé de vela deve ser de 5 mm / 0,2". Assim que posicionar esses itens corretamente, aperte as tiras e corte as rebarbas.

A	Bike Mount Polar e receptor de pulso
B	Sensor de Cadência Polar
C	Imã do pé de vela

- Verifique a parte inferior do quadro da bicicleta a fim de identificar um local adequado para o sensor de cadência. O sensor deve ser fixado a 60-80 cm / 2'-28" do receptor de pulso montado na bicicleta. Ao usar o sensor de velocidade Polar, coloque o sensor de cadência tão afastado deste quanto possível de modo a evitar qualquer interferência.
- Limpe e seque totalmente a área sobre a qual será fixada a almofada de borracha. Retire o envoltório da almofada de borracha e prenda-a ao quadro, em local apropriado.
- O sensor deve estar voltado para o pé de vela. Reveja a posição do sensor na figura: perspectiva do topo do desenho.
- Posicione o sensor na almofada de borracha. Passe as tiras pelos orifícios do sensor e ajuste frouxamente as tiras, ainda não as aperte totalmente. Se as tiras forem muito curtas para sua bicicleta, amarre duas juntas a fim de torná-las maiores.
- O imã do pé de vela deve ser instalado no lado interno da mesma. Limpe e seque totalmente a área antes de prender o imã ao pé de vela. Remova o envoltório do imã e fixe-o ao pé de vela. Prenda o imã com a tira.
- Posicione com todo cuidado o imã do pé de vela e o sensor a fim de que o imã passe perto do sensor, sem tocá-lo. A distância máxima entre o sensor de cadência e o imã do pé de vela deve ser de 5 mm / 0,2". Assim que posicionar esses itens corretamente, aperte as tiras e corte as rebarbas.

A	Bike Mount Polar e receptor de pulso
B	Sensor de Cadência Polar
C	Imã do pé de vela

- Verifique a parte inferior do quadro da bicicleta a fim de identificar um local adequado para o sensor de cadência. O sensor deve ser fixado a 60-80 cm / 2'-28" do receptor de pulso montado na bicicleta. Ao usar o sensor de velocidade Polar, coloque o sensor de cadência tão afastado deste quanto possível de modo a evitar qualquer interferência.
- Limpe e seque totalmente a área sobre a qual será fixada a almofada de borracha. Retire o envoltório da almofada de borracha e prenda-a ao quadro, em local apropriado.
- O sensor deve estar voltado para o pé de vela. Reveja a posição do sensor na figura: perspectiva do topo do desenho.
- Posicione o sensor na almofada de borracha. Passe as tiras pelos orifícios do sensor e ajuste frouxamente as tiras, ainda não as aperte totalmente. Se as tiras forem muito curtas para sua bicicleta, amarre duas juntas a fim de torná-las maiores.
- O imã do pé de vela deve ser instalado no lado interno da mesma. Limpe e seque totalmente a área antes de prender o imã ao pé de vela. Remova o envoltório do imã e fixe-o ao pé de vela. Prenda o imã com a tira.
- Posicione com todo cuidado o imã do pé de vela e o sensor a fim de que o imã passe perto do sensor, sem tocá-lo. A distância máxima entre o sensor de cadência e o imã do pé de vela deve ser de 5 mm / 0,2". Assim que posicionar esses itens corretamente, aperte as tiras e corte as rebarbas.

A	Bike Mount Polar e receptor de pulso
B	Sensor de Cadência Polar
C	Imã do pé de vela

- Verifique a parte inferior do quadro da bicicleta a fim de identificar um local adequado para o sensor de cadência. O sensor deve ser fixado a 60-80 cm / 2'-28" do receptor de pulso montado na bicicleta. Ao usar o sensor de velocidade Polar, coloque o sensor de cadência tão afastado deste quanto possível de modo a evitar qualquer interferência.
- Limpe e seque totalmente a área sobre a qual será fixada a almofada de borracha. Retire o envoltório da almofada de borracha e prenda-a ao quadro, em local apropriado.
- O sensor deve estar voltado para o pé de vela. Reveja a posição do sensor na figura: perspectiva do topo do desenho.
- Posicione o sensor na almofada de borracha. Passe as tiras pelos orifícios do sensor e ajuste frouxamente as tiras, ainda não as aperte totalmente. Se as tiras forem muito curtas para sua bicicleta, amarre duas juntas a fim de torná-las maiores.
- O imã do pé de vela deve ser instalado no lado interno da mesma. Limpe e seque totalmente a área antes de prender o imã ao pé de vela. Remova o envoltório do imã e fixe-o ao pé de vela. Prenda o imã com a tira.
- Posicione com todo cuidado o imã do pé de vela e o sensor a fim de que o imã passe perto do sensor, sem tocá-lo. A distância máxima entre o sensor de cadência e o imã do pé de vela deve ser de 5 mm / 0,2". Assim que posicionar esses itens corretamente, aperte as tiras e corte as rebarbas.

Portugués

- Retire o circuito impresso, cuidadosamente.
- Pressione suavemente a alça da bateria. Libere um gancho da alça do lado oposto do circuito impresso e levante a alça. Retire a bateria antiga.
- Insiira uma bateria nova com o sinal (+) para cima e pressione suavemente a caixa da bateria para que fique presa ao circuito impresso, em todos os cantos.
- Coloque o circuito impresso de volta ao seu lugar.
- Verifique se o anel de vedação permanece na ranhura. Coloque a tampa de volta. Coloque os dois parafusos nos orifícios e aperte-os gradualmente.
- Teste o sensor, verificando se produz um flash alaranjado quando o imã do pé de vela passa por ele.
- Não jogue a bateria substituída no lixo comum; leve-a a um local próprio que cuida desse tipo de lixo.

A	Bike Mount Polar e receptor de pulso
B	Sensor de Cadência Polar
C	Imã do pé de vela

- Verifique a parte inferior do quadro da bicicleta a fim de identificar um local adequado para o sensor de cadência. O sensor deve ser fixado a 60-80 cm / 2'-28" do receptor de pulso montado na bicicleta. Ao usar o sensor de velocidade Polar, coloque o sensor de cadência tão afastado deste quanto possível de modo a evitar qualquer interferência.
- Limpe e seque totalmente a área sobre a qual será fixada a almofada de borracha. Retire o envoltório da almofada de borracha e prenda-a ao quadro, em local apropriado.
- O sensor deve estar voltado para o pé de vela. Reveja a posição do sensor na figura: perspectiva do topo do desenho.
- Posicione o sensor na almofada de borracha. Passe as tiras pelos orifícios do sensor e ajuste frouxamente as tiras, ainda não as aperte totalmente. Se as tiras forem muito curtas para sua bicicleta, amarre duas juntas a fim de torná-las maiores.
- O imã do pé de vela deve ser instalado no lado interno da mesma. Limpe e seque totalmente a área antes de prender o imã ao pé de vela. Remova o envoltório do imã e fixe-o ao pé de vela. Prenda o imã com a tira.
- Posicione com todo cuidado o imã do pé de vela e o sensor a fim de que o imã passe perto do sensor, sem tocá-lo. A distância máxima entre o sensor de cadência e o imã do pé de vela deve ser de 5 mm / 0,2". Assim que posicionar esses itens corretamente, aperte as tiras e corte as rebarbas.

A	Bike Mount Polar e receptor de pulso
B	Sensor de Cadência Polar
C	Imã do pé de vela

- A garantia