

Polar H10

Příručka Začínáme

Find product support
[http://support.polar.com/en/
 support/H10_HR_sensor](http://support.polar.com/en/support/H10_HR_sensor)

Compatible with

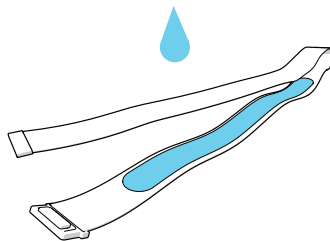


MANUFACTURED BY

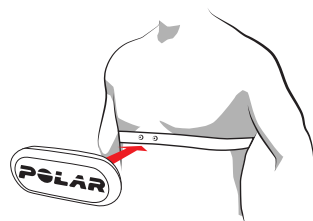
POLAR ELECTRO OY
 PROFESSORINTIE 5
 FI-90440 KEMPELE
 TEL +358 8 5202 100
 FAX +358 8 5202 300
WWW.POLAR.COM

01/2017

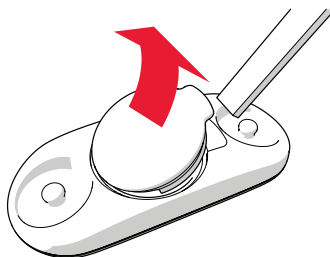
1.



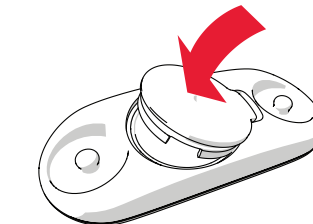
2.



3.



4.



Děkujeme vám, že jste si vybrali Polar! V této příručce vás provedeme základy práce s H10, vaší volbou pro veškerý trénink, včetně plavání.

Kompletní uživatelskou příručku i nejnovější verzi této příručky si můžete stáhnout na adrese support.polar.com. Další pomoc naleznete ve vynikajících videoinstrukcích na adrese support.polar.com, které vás možná budou zajímat.

Nošení snímače srdeční frekvence.

1. Pás na místech, kde jsou umístěny elektrody navlhčete (obrázek 1).
2. Připněte si pás k hrudníku a utáhněte jej, aby těsně přiléhá k tělu.
3. Zapojte konektor (obrázek 2).

i Po skončení tréninku konektor odpojte a opláchněte ho proudem tekoucí vody, abyste ho udržovali v čistotě.

Začínáme

Polar H10 můžete používat se spoustou prvotřídních sportovních aplikací, včetně aplikace Polar Beat, i s mnoha výrobky Polaru a tělocvičným vybavením. Polar H10 je kompatibilní s celou řadou chytrých telefonů, jako je např. iPhone 4S a novější a vybraná zařízení s operačním systémem Android. Veškeré kompatibilní výrobky a zařízení naleznete na support.polar.com.

Abyste mohli H10 začít používat, spárujte ho prosím nejprve s příslušnou aplikací nebo jiným výrobkem od Polaru. Podrobnější instrukce naleznete v příručce výrobce příslušné aplikace nebo v uživatelské příručce výrobku firmy Polar.

Vezměte prosím na vědomí, že signál srdeční frekvence, který H10 vysílá, neprochází lidským tělem. Neměli byste mít proto přijímač umístěný například v batohu na zádech, ale někde před sebou.

Péče o snímač srdeční frekvence

Konektor: Prosím chráňte životnost baterie a zamezili oxidaci přezky, po každém použití odpojte konektor od pásu a vyčistěte jej dusochu měkkým hadříkem.

Hrudní pás: Po každém použití ho opláchněte proudem tekoucí vody. Pravidelně ho perete. Na visáče hrudního pásu si přečtěte podrobný návod na praní. Nezapomeňte, že pás vám nevydrží věčně, opotřebovává se stejně jako jakákoliv jiná část oděvu, kterou pravidelně nosíte a perete.

Podrobnější instrukce ohledně údržby naleznete na support.polar.com.

Výměna baterie je snadná

1. Otevřete kryt baterie malým plochým nástrojem (obr. 3).
2. Z krytu baterie vyměňte starou baterii.
3. Vložte novou baterii (CR2025) tak, aby mínus pól směřoval ven.
4. Vyrovnejte okraj krytu baterie s drážkou na konektoru a vmáčkněte kryt baterie zpět na místo (obr. 4). Měli byste slyšet cvaknutí.

Podrobnější pokyny najdete v uživatelské příručce na adrese support.polar.com.

! Z bezpečnostních důvodů dbejte na to, abyste používali správnou baterii (CR2025).

Materiály

Konektor: Polyamid
 Pás: 38% polyamid, 29% polyuretan, 20% elastan, 13% polyester