

Polar H9 Polar H10

新手指南



POLAR GymLink



Bluetooth

Model:
H9: 1W
H10: 1W

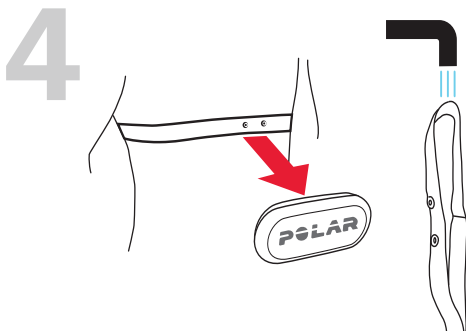
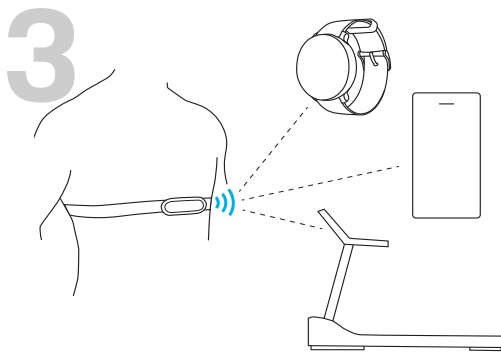
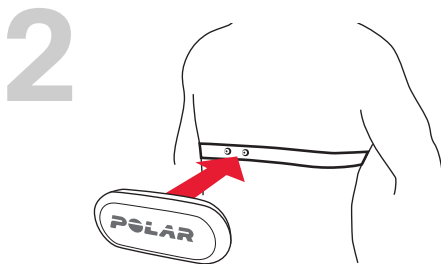
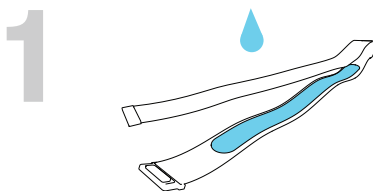


support.polar.com



Manufactured by
Polar Electro Oy

03/2024



简体中文

配对和使用

1. 润湿胸带的电极区域。
2. 将胸带固定至胸前，并进行调整使其贴合胸部，然后装上连接器。
3. 将传感器与 Polar Flow 应用配对：
 - » 从 App Store 或 Google Play 下载 Polar Flow。
 - » 登录您的 Polar 账户或创建新账户。
 - » 转到该应用中的开始菜单。在训练选项卡上，点击菜单图标，找到您的传感器并点击配对。

您将通过 Polar Flow 应用获得传感器的最新固件更新。

如果您将传感器与 Polar 手表或其他设备或应用一起使用，也要与它们配对。

4. 训练结束后，拆下连接器以延长电池使用寿命，并在自来水下冲洗胸带。经常在 40° C/104° F 下清洗胸带以使其保持清洁。

H10 可存储一次独立训练的心率数据。在 Polar Beat 应用中开始训练。训练结束后，该应用会从传感器存储器中下载数据。

连接性

默认情况下，H10/H9 通过 Bluetooth、ANT+ 和 GymLink 发送心率信号。为了延长传感器的电池使用寿命，请在 Polar Flow 或 Beat 应用的传感器设置中关闭不需要的连接。

H10 可以同时连接至两台 Bluetooth 设备，例如 Polar 手表和健身器材。通过 Polar Flow 或 Beat 应用开启 2 台 Bluetooth 设备设置。

保养


胸带：每次使用后，在自来水下冲洗。经常用洗衣机在 40° C/104° F 下洗涤。请勿浸泡、滚筒烘干、熨烫、干洗或漂白。悬挂晾干。请勿过度拉扯或大幅度弯折胸带。请记住，就像任何其他衣物一样，胸带也会随着穿着和定期清洗而磨损。

连接器：为延长电池使用寿命并防止卡扣氧化，请在每次使用后从胸前拆下，并用柔软的毛巾擦干。

请将心率传感器置于阴凉干燥的地方。请勿将其长时间暴露于阳光直射下。请勿用酒精或消毒剂清洁。

需要帮助？

访问 support.polar.com/zh-hans 以获取更详细的手册、支持视频和故障排除指南。通过聊天或电子邮件联系我们。

 出于安全考虑，请确保使用正确的电池（CR2025）。请将新旧电池置于儿童接触不到的地方。

该无线电设备的运行频段为 2.402 - 2.480 GHz ISM，最大功率为 6.9 mW。

App Store 是 Apple inc. 的服务商标。Google Play 是 Google Inc. 的商标。