

# POLAR H9



# 目錄

E	<del>錄</del>	. 2		
Ρ	Polar H9 心率傳感器			
	Polar H9 心率傳感器	. 3		
	心率傳感器部件	. 3		
	佩戴心率傳感器	. 4		
	入門	. 5		
	配對	. 5		
	與 Polar Beat 配對	5		
	與 Polar 手腕裝置配對	. 6		
	在水中使用您的心率傳感器	. 6		
	固件更新	6		
	保養您的心率傳感器	. 6		
	電池	. 7		
	技術規格	. 8		

# POLAR H9 心率傳感器

#### POLAR H9 心率傳感器

本用戶手冊包含 Polar H9 心率感測器的說明。

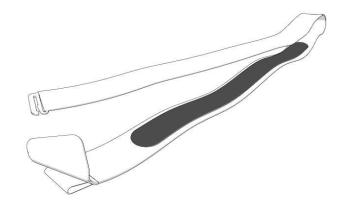
Polar H9 是一款適合用於日常運動的優質心率傳感器,配備 Polar 軟帶,能夠準確追蹤您的心率。Polar H9 適用於 Polar Beat 應用程式和大量第三方應用程式,讓您的手機輕易化身成健身追蹤器。此外,更可以透過 Bluetooth、ANT+和 5kHz 技術連接至各式各樣的運動裝置和健身器材。Polar H9 具備胸帶測量功能,能即時對您的身體狀況作出反應,並讓您得知準確的卡路里消耗量。

本使用者手冊和視訊教程的最新版本可以在 support.polar.com/en/h9-heart-rate-sensor 上找到。



#### 心率傳感器部件

1. 胸帶背面的塑料電極區檢測心率



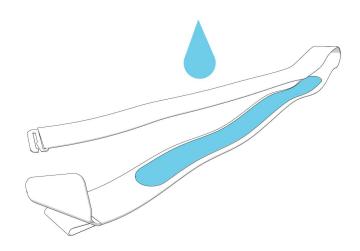
2. 連接器將心率信號發送至接收設備。



Polar H9 心率傳感器支持小組訓練,不受其他心率傳感器干擾。

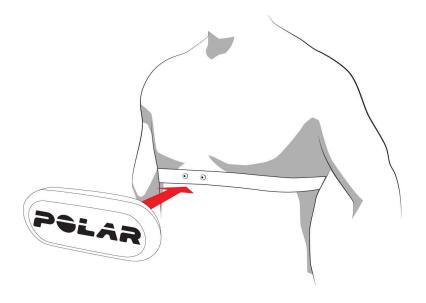
### 佩戴心率傳感器

1. 將胸帶上的電極區弄濕。



2. 將胸帶束緊在胸部並調整胸帶至舒適位置。

#### 3. 連接傳感器。



每次使用後,將傳感器從胸帶拆下並用自來水沖洗胸帶。汗水和濕氣會弄濕電極並使心率傳感器持續處於啟動狀態。這會減少傳輸器的電池壽命。

檢視 Caring for Your Heart Rate Sensor(保養您的心率傳感器)章節或 support.polar.com 瞭解清洗的詳細說明。

#### 入門

Polar H9 心率感測器與支援心率服務的 Bluetooth® 和 ANT+™ 設備相容。在接收設備(例如智慧手機)上查看心率資料需要單獨的應用程式。建議使用 Polar Beat 應用程式,但也可以使用其他應用程式。

注意, H9 會透過 Bluetooth 和 ANT + 同時傳輸您的心率信號。您也可以在 HR 感測器下透過 Beat 設置關閉 ANT+ 傳輸。

如果您有 Polar Flow 帳戶, Polar Beat 會自動將您的訓練檔同步到該帳戶。請注意, 在啟動 Polar Beat 進行同步時, 您必須登錄 Polar Flow 帳戶。

首次使用 Polar H9 時, 您需要將心率感測器與您的接收設備配對。有關配對的更多資訊, 請參見移動應用程式製造商的說明。

Polar H9 心率感測器也與採用 GymLink 技術的 Polar 訓練電腦相容。如需更多資訊, 請造訪 support.polar.com。

為確保從 Polar H9 心率感測器到接受設備具有足夠的傳輸距離,請將設備放置在您的前面。最好放在前口袋中或固定在皮帶上。不要將接收設備戴在背後(例如,放在後口袋或背包中)。

#### 配對

#### 與 POLAR BEAT 配對

心率感測器需要直接在 Polar Beat 應用程式中配對。

將心率感測器與 Polar Beat 配對:

- 1. 佩戴感測器。
- 2. 在 Android 或 iOS 設備上打開 Polar Beat 應用程式。
- 3. 轉到該應用程式的設置部分並找到 HR 感測器。找到您的感測器後, 輕觸 PAIR(配對)。

注意, H9 會透過 Bluetooth 和 ANT+ 同步傳輸您的心率信號。您可以在 HR 感測器下透過 Beat 設置關閉 ANT+ 傳輸。

#### 與 POLAR 手腕裝置配對

配對時您需要佩戴感測器。

請造訪 support.polar.com 查看 Polar 手腕裝置的使用者手冊, 以獲得具體的配對說明。

#### 在水中使用您的心率傳感器

Polar H9 心率傳感器防水。GymLink 技術可在水中使用, 但 Bluetooth® 無線技術不行。請注意, 海水及泳池水均為良導體, 電極可能出現短路, 妨礙心率傳感器對電訊號的檢測。

如果穿有泳衣,將心率傳感器置於泳衣下面以達到最佳性能。

#### 固件更新

藉助 Polar H9 心率傳感器, 我們可以更新您的傳感器, 改善其性能, 或添加新功能。透過 Polar Beat 或 Polar Flow 行動應用程式, 您將能投升級固件。

若要接收固件更新, 您的 H9 心率傳感器需要與 Polar Beat 或 Polar Flow 應用程式(Android 或 iOS 版) 進行配對。如果有可用更新, 此應用程式會出現提示並指導您進行操作。

在升級/更換電池後,如果需要 H9 與 Polar A360、M400、A300、M450、V650、M200、M600、Vantage M、Vantage V 或協力廠商應用/裝置配合使用,則需要進行傳感器配對。

#### 保養您的心率傳感器

心率傳感器屬於高科技設備,應謹慎對待。遵照維護說明,以確保測量的可靠並最大程度上延長心率傳感器的壽命。以下說明將幫助您履行保障義務。

**傳感器**:每次使用後,從胸帶卸下傳感器,並使用軟毛巾擦乾傳感器。如有必要,使用稀釋的肥皂和水清潔傳感器。請勿使用酒精或任何研磨材料(如鋼絲絨或化學清潔劑)。

**胸帶**:每次使用後,以流水清洗胸帶,並晾乾。如有必要,使用稀釋的肥皂和水輕輕地清潔胸帶。不要使用保濕的肥皂進行清洗,因為會在胸帶上留下殘餘物。請勿浸泡、熨燙、乾洗或漂白胸帶。請勿拉扯胸帶或劇烈彎摺電極區域。

**將心率傳感器胸帶和連接器擦乾並分開存放,可盡量延長電池壽命。**將心率傳感器放在陰涼乾燥的地方。為防止快速氧化,請勿將潮濕的心率傳感器存放於不透氣的材料中,如運動背包。請勿將心率傳感器長時間暴露在直射的陽光下。

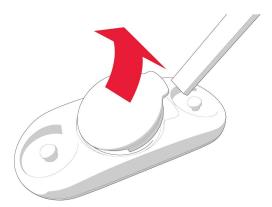
檢視您胸帶上的標籤,確認是否可以機洗。請勿將胸帶或連接器放入烘乾機里!

#### 電池

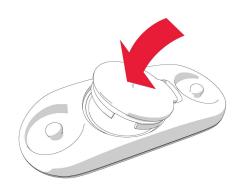
您的心率傳感器的電量顯示在接收設備上。

所有的連接器都配有用戶可進行更換的電池。自行更換電池時,請遵循以下指示:

1. 使用小型平頭工具撬開電池蓋。



- 2. 從電池蓋取出舊電池。
- 3. 把新電池 (CR2025) 放入蓋內, 陰極 (-) 朝外。
- 4. 將電池蓋上凸起的部分插入連接器上的凹槽,把電池蓋按回原處。您會聽到咔嚓的聲音。



>在升級/更換電池後,如果需要 H9 與 Polar A360、M400、A300、M450、V650、M200、M600、Vantage M、Vantage V 或協力廠商應用/裝置配合使用,則需要進行傳感器配對。

更換電池時,請確保密封環沒有破損,如果破損,應該更換新品。您可以在授權的 Polar 服務中心購買密封環。

請勿讓兒童拿到電池。如果誤吞電池,請立即送醫治療。電池應按照當地法規正確棄置。

# 技術規格

電池型號:	CR 2025
電池密封圈	O型圈 20.0 x 0.90 材料:有機矽
電池使用壽命:	400 小時
工作溫度:	-10 °C 至 +50 °C / 14 °F 至 122 °F
連接器材料:	ABS、ABS + GF、PC、不銹鋼
帶子材料:	38% 聚醯胺、29% 聚氨酯、20% 氨綸、 13% 滌綸

Polar H9 心率感測器應用以下專利技術以及其他技術:

• OwnCode®編碼傳輸

採用無線 Bluetooth® 和 ANT+™ 技術。