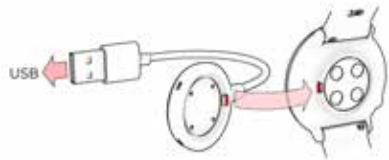



入門方法

1. 如要喚醒手錶並充電，請使用包裝盒內附送的特製纜線，插入通電的 USB 插口或 USB 充電器。
2. 如要設定手錶，請選擇語言和設定方式。手錶有三種



設定選項：用手機設定 (A)，用電腦設定 (B)，或在手錶設定 (C)。向上方或下方滑動螢幕瀏覽選項。輕觸螢幕確認選擇。我們建議選項 A 或 B。

在設定時務必準確，以確保個人訓練和活動數據準確和個人化。

 如手錶有韌體更新，建議在設定時安裝。此過程可能需時約 10 分鐘。

A 使用手機設定

您必須使用 Polar Flow app 而非手機的藍牙設定進行配對。

1. 請確認手機已連上互聯網及啟用Bluetooth®。
2. 請從 App Store 或 Google Play 下載Polar Flow app。
3. 在手機上打開 Polar Flow app。Polar Flow app 會識別手錶，提示您開始配對。按「開始」按鈕。
4. 在手機上接受藍牙配對請求。確認手錶上的密碼即完成配對。
5. 登入 Polar 賬號或建立新賬號。應用程式會指引您完成註冊和設定。

設定完畢後輕觸儲存和同步，將設定同步到手錶。

B 使用電腦設定

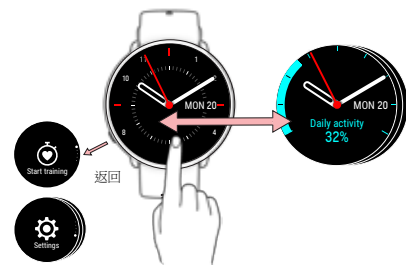
1. 瀏覽 flow.polar.com/start，下載並安裝Polar FlowSync 數據傳輸軟件到您的電腦。
2. 登入 Polar 賬號或建立新賬號。Polar Flow 網絡服務會指引您完成註冊和設定。

C 在手錶設定

1. 滑動螢幕調整設定，輕觸以確認選擇。
2. 按返回按鈕返回更改設定。

在手錶上設定時，手錶並未連線到 Polar Flow。請務必稍後透過 A 或 B 選項，取得最新的 Ignite 功能更新。您也可在 Flow 中查看詳細訓練分析，並監察自己的進度。

認識您的 Ignite



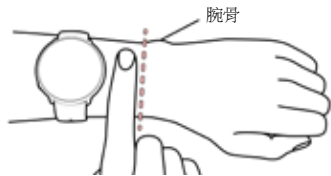
操作

- 輕觸螢幕確認選擇並選擇項目。
- 使用返回按鈕返回、暫停和終止。在時間顯示畫面，按返回進入選單，按下返回開始配對和同步。
- 向上或下滑動以捲動。
- 在時間顯示中向左或右滑動，查看不同錶面。輕觸查看更多詳盡資料。
- 訓練中左右撥動可查看不同的訓練視圖。

穿戴 Ignite

一般來說，手錶應穩固戴在腕骨後方。在訓練中準確讀取心率的方法：

- 把手錶戴在手腕後方，距離腕骨最少一個手指闊度的距離。
- 圍繞手腕拉緊腕帶。背部傳感器應保持接觸皮膚，手錶不應在手臂上移動。



不測量心率或追蹤睡眠時，請放鬆腕帶，讓皮膚透氣。

保養 IGNITE

每次訓練課用自來水清洗手錶以保持清潔。充電前，請確保手錶和纜線的充電連接處並無任何水氣、塵埃或污跡。如有污跡或水氣，請輕柔地抹去。手錶被沾濕時請勿充電。

開始訓練

- 戴好手錶，拉緊腕帶。
- 按返回按鈕進入主選單，輕觸開始訓練，然後向左或向右滑動以選擇運動內容。
- 等待心率在綠色圓圈中顯示。
- 輕觸螢幕開始記錄訓練。




暫停和終止訓練

按返回按鈕暫停訓練。再按一次返回繼續訓練。如要終止訓練課，請在暫停時按住返回，直至顯示停止記錄。

使用 GPS 訓練：到室外訓練，遠離高聳的建築物和大樹。維持手錶靜止，螢幕朝上，以接收 GPS 衛星訊號。GPS 準備就緒時，GPS 圖示周圍的圓圈會變綠，且手錶會振動。



 如手機處於手錶的藍牙範圍內且 Polar Flow app 正在執行中，手錶會自動將訓練數據同步到 Flow app。

技術規格

電池類型： 165 MAH 鋰離子聚合物電池
心率傳感器： 內部光學式
防水功能： 30 米（可在游泳時佩戴）

材料

裝置ABS 樹脂+玻璃纖維、玻璃、聚甲基丙烯酸甲酯、不鏽鋼
腕帶：熱塑性聚氨酯或硅樹脂、不鏽鋼
纜線黃銅、PA66+PA6、聚碳酸酯、熱塑性彈性體、碳鋼、尼龍

無線電設備運作於 2.402 - 2.480 Ghz ISM 頻道，最大功率 2.3 mW。

Polar Precision Prime 光學心率傳感器的融合技術在皮膚上採用極輕微且對人體無害的電流，測量裝置與手腕的接觸，以確保準確性。

APP STORE 為 APPLE INC. 的服務標誌。

ANDROID 和 GOOGLE PLAY 為 GOOGLE INC. 的商標。

生產商

POLAR ELECTRO OY
PROFESSORINTIE 5
90440 KEMPELE
FINLAND

電話 +358 8 5202 100

WWW.POLAR.COM

17979387.02 CHNT 05/2019

與以下裝置兼容



/polarglobal

POLAR®

IGNITE

GPS FITNESS 手錶

入門指南

前往 support.polar.com/zh-hans/ignite 了解詳情

香港繁體