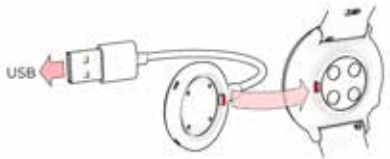



開始方法

1. **ご利用の腕時計を起動・充電するには**、付属のケーブルを使用して、時計をパソコンのUSBポート、またはUSB充電器に接続します。



2. **腕時計を設定するには**、言語と設定方法を選択します。腕時計は、設定に3つのオプションが利用可能です: **(A)** スマートフォンで、**(B)** コンピュータで、**(C)** 腕時計本体で設定します。ディスプレイを上または下にスワイプしてオプションを参照します。ディスプレイをタップして選択を確定します。オプション **A** または **B** を推奨します。

より正確でパーソナライズされたトレーニングデータおよびアクティビティデータを得るには、設定を正しく行うことが重要です。

-  腕時計のファームウェアが更新可能な場合、この段階でインストールすることをお勧めします。完了まで最大10分程かかる場合があります。

A スマートフォンで設定する

必ず、スマートフォンのBluetoothの設定からではなく、Polar Flowアプリからペアリングを行ってください。

1. ご利用のスマートフォンが **インターネット** に接続されていること確認し、**Bluetooth®** をオンに切り替えます。
2. **Polar Flowアプリ** を **App Store** または **Google Play** からダウンロードします。
3. スマートフォンでPolar Flowアプリを開きます。Polar Flowアプリが、あなたの腕時計を認識し、ペアリングを開始するよう求めます。Start (開始) ボタンをタップします。
4. スマートフォン上でBluetoothペアリング要求を承認します。腕時計のPINコードを確認し、ペアリングを完了します。
5. お使いのPolarアカウントでサインインするか、または新規アカウントを作成します。アプリ内でのサインインと設定の手順をご案内します。

設定を完了後、**保存して同期** をタップして、設定を腕時計と同期させます。

B コンピュータで設定する

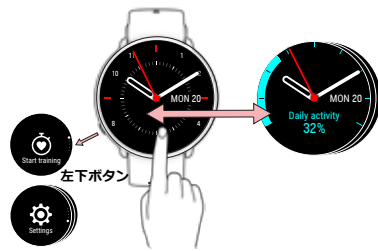
1. **flow.polar.com/start** にアクセスして、**Polar FlowSync** データ転送ソフトウェアをコンピュータにダウンロードして、インストールします。
2. 既にお持ちのPolarアカウントでサインインするか、または新規アカウントを作成します。Polar Flowウェブサービス内でのサインインと設定の手順をご案内します。

C 腕時計で設定する

1. ディスプレイをスワイプして設定を調整し、タップして選択を確認します。
2. **左下** ボタンを押して、設定に戻り変更します。

腕時計から設定を行った後、腕時計はPolar Flowウェブサービスにまだ同期されていません。 Igniteの最新のアップデートを入手するには、オプション **A** または **B** を使用して後で設定を行うことが重要です。Flowでは、トレーニングのより詳細な分析や進捗状況を確認できます。

Igniteの基本操作



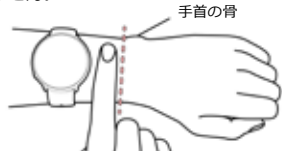
主な機能

- ディスプレイをタップして、選択を確定し、項目を選択します。
- **左下** ボタンで戻る、一時停止、終了の操作を行います。時刻表示画面で、**左下** ボタンを押すとメニュー表示、**左下** ボタンの長押しでペアリング・同期を開始します。
- 上下にスワイプしてスクロールします。
- 時刻表示画面で左右にスワイプすると、異なる画面が表示されます。より詳細な情報を見るためにタップします。
- トレーニング中に左右にスワイプすると、各種トレーニングビューが表示されます。

Igniteを装着する

通常、腕時計は手首の骨の後ろにしっかりと装着してください。**トレーニング**中に正確な心拍数を取
得するには:

- 腕時計を、少なくとも手首の骨から指一本分上の位置に装着してください。
- リストバンドを手首の周りに少しきつめに締めてください。センサーの後面は、常にあなたの皮膚と接触している必要があります。また、腕時計は動かないようぴったりと装着しなければなりません。



心拍数の測定や睡眠の追跡を行わない場合は、リストバンドを緩めて皮膚呼吸をさせてください。

IGNITEのお手入れ

トレーニングセッション後は毎回、腕時計を水ですすぎ、清潔な状態に保ってください。充電前に、時計とケーブルの充電用接点に水気、ほこりなどの汚れがないことを確認してください。汚れや湿気は優しく拭き取ってください。**腕時計が濡れているときは充電しないでください。**

トレーニングを開始

- 腕時計を装着し、リストバンドを締めます。
- 左下** ボタンを押して、メインメニューに入り、**トレーニング開始** をタップし、次に、左または右にスワイプ、スポーツプロファイルを選択します。
- 心拍数が緑色の円の内側に表示されるまで待ちます。
- ディスプレイをタップして、トレーニング記録を開始します。



トレーニングの一時停止と終了

左下 ボタンを押して、トレーニングセッションを一時停止します。トレーニングを続行するには、もう一度**左下** ボタンを押します。トレーニングセッションを終了するには、**記録完了** と表示されるまで **左下** ボタンを長押しします。

GPSによるトレーニング: 屋外に出て、高い建物や木から離れてください。GPS衛星からの信号を受信するため、腕時計のディスプレイを上向きにして静止して待ちます。GPSの準備が完了すると、GPSアイコンの周りの円が緑色に変わり、腕時計が振動します。



技術仕様

電池タイプ: 165 MAH LI-POLバッテリー
心拍センサー: 内蔵型光学式
防水性: 30 M (水泳は可能)

素材
デバイス: ABS+GF、ガラス、PMMA、ステンレス鋼

リストバンド: TPUまたはシリコン、ステンレス鋼

ケーブル: BRASS、PA66+PA6、PC、TPE、カーボンスチール、ナイロン

無線機能は、2.402~2.480 GHz ISM周波数帯で、2.3 mWの最大出力で動作します。

Polar Precision Prime光学式心拍センサー融合技術は、皮膚に非常に微弱で安全な電流を使用し、デバイスの手首への接点を測定して精度を向上させます。

APP STOREは、APPLE INC.のサービスマークです。

ANDROIDおよびGOOGLE PLAYはGOOGLE INC.の商標です。

製造元
POLAR ELECTRO OY
PROFESSORINTIE 5
90440 KEMPELE
フィンランド
電話 +358 8 5202 100
WWW.POLAR.COM

以下に対応



17979385.02 JPN 05/2019

POLAR®

IGNITE

GPSフィットネス腕時計

スタートガイド

詳細は、
support.polar.com/ja/ignite
をご覧ください

日本語