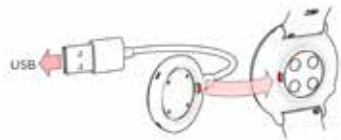


Aan de slag

1. **Activeer je horloge en laad het op** door het met de meegeleverde kabel aan te sluiten op de USB-poort van je computer of op een USB-lader.



2. **Stel je horloge in** door je taal en de installatiemethode te selecteren. Het horloge geeft je drie opties voor het installeren: **(A)** op je smartphone, **(B)** op je computer of **(C)** op je horloge. Veeg omhoog of omlaag op het display om door de opties te bladeren. Tik op het display om je keuze te bevestigen. We raden je aan optie **A** of **B** te kiezen.

Voor de meest nauwkeurige en persoonlijke trainings- en activiteitsgegevens is het belangrijk dat je bij de installatie je persoonlijke gegevens nauwkeurig invult.



Als er een update voor de firmware van je horloge beschikbaar is, adviseren wij je die tijdens het installeren bij te werken. Deze update kan tot tien minuten in beslag nemen.

A INSTALLEREN VIA JE SMARTPHONE

Het koppelen dient in de Polar Flow app uitgevoerd te worden, dus NIET in de Bluetooth-instellingen van je smartphone.

1. Zorg dat je smartphone een **internetverbinding** heeft en schakel **Bluetooth®** in.
2. Download de **Polar Flow app** in de **App Store** of **Google Play**.
3. Open de Flow app op je smartphone. De Flow app herkent je horloge en vraagt je om het koppelen te starten. Tik op Start.
4. Accepteer het Bluetooth-koppelerzoek op je smartphone. Bevestig de pincode op je horloge. Het koppelen wordt nu uitgevoerd.
5. **Meld je aan** met je **Polar account** of maak een nieuw account. In de app helpen we je met het aanmelden en het installeren.

Nadat je de instellingen hebt gedaan, tik je op **Opslaan en synchroniseren** en worden je instellingen gesynchroniseerd naar je horloge.

B INSTALLEREN VIA JE COMPUTER

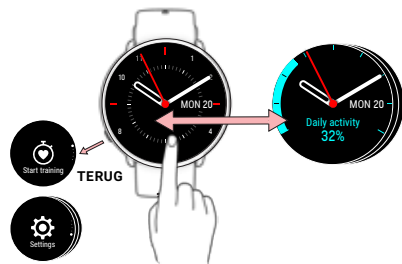
1. Ga naar **flow.polar.com/start** en download en installeer de **Polar FlowSync** software voor gegevensoverdracht op je computer.
2. Meld je aan met je Polar account of maak een nieuw account. In de Polar Flow webservice helpen we je met het aanmelden en het installeren.

C INSTALLEREN VIA JE HORLOGE

1. Pas de instellingen aan door op het display te vegen en tik om je keuze te bevestigen.
2. Druk op de knop **TERUG** om terug te gaan als je een instelling wilt wijzigen.

Als je de installatie uitvoert op het horloge, is je horloge nog niet verbonden met Polar Flow. Het is belangrijk dat je de installatie daarna nog uitvoert via optie **A** of **B**, zodat je over de nieuwste updates voor je Ignite beschikt. In Flow kun je ook een meer uitgebreide analyse van je training bekijken en je voortgang volgen.

Je Ignite leren kennen



BELANGRIJKSTE FUNCTIES

- Tik op het display om keuzes te bevestigen en items te selecteren.
- Ga terug, pauzeer en stop met de knop **TERUG**. Druk in de tijdweergave op **TERUG** om het menu te openen, houd **TERUG** ingedrukt om het koppelen en synchroniseren te starten.
- Veeg omhoog of omlaag om te bladeren.
- Veeg naar links of rechts in de tijdweergave om de verschillende displayweergaven te bekijken. Tik om meer informatie weer te geven.
- Veeg tijdens je training naar links of naar rechts om andere trainingsweergaven te bekijken.

Je Ignite dragen

Draag je horloge bij dagelijks gebruik achter je polsgewricht. Wij raden het volgende aan voor nauwkeurige hartslagmeting **tijdens je training**:

- Draag het horloge om je pols en laat minstens een vingerbreedte ruimte tussen het horloge en je polsgewricht.
- Doe de polsband wat strakker om je pols. De sensor aan de achterzijde moet voortdurend contact maken met je huid en het horloge mag niet over je pols kunnen schuiven.



Maak de polsband losser wanneer je je hartslag niet meet en je je slaap niet registreert, zodat je huid beter kan ademen.

ZORG GOED VOOR JE IGNITE

Houd je horloge schoon door het na elke trainingssessie af te spoelen onder de kraan of douche. Controleer vóór het laden of er geen vocht, haar, stof of vuil op de oplaadpunten van je horloge en kabel aanwezig is. Veeg eventueel vuil of vocht er voorzichtig af. **Laad het horloge niet op als het nat is.**

Training starten

1. Doe je horloge om en maak de polsband strak genoeg vast.
2. Druk op de knop **TERUG** om het hoofdmenu te openen, tik op **Training starten** en veeg naar links of rechts om een sportprofiel te selecteren.
3. Wacht tot je hartslag wordt weergegeven in de groene cirkel.
4. Tik op het display om de registratie van je training te starten.



TRAINING PAUZEREN EN STOPPEN

Druk op de knop **TERUG** om je trainingssessie te pauzeren. Druk opnieuw op **TERUG** om je training te hervatten. Om de sessie te stoppen, houd je tijdens het pauzeren de knop **TERUG** ingedrukt tot **Registratie gestopt** wordt weergegeven.

Trainen met GPS: Ga naar buiten en blijf uit de buurt van hoge gebouwen en bomen. Houd je horloge stil met het display omhoog gericht om het signaal van een GPS-satelliet te vinden. De cirkel om het GPS-pictogram wordt groen en het horloge trilt wanneer de GPS gereed is.



Technische specificaties

BATTERIJTYPE: 165 mAh LI-POL BATTERIJ
HARTSLAGSENSOR: INTERN, OPTISCH
WATERDICHTHEID: 30 M (GESCHIKT VOOR ZWEMMEN)

MATERIALEN

APPARAAT: ABS+GF, GLAS, PMMA, ROESTVRIJ STAAL

POLSBAND: TPU OF SILICONEN, ROESTVRIJ STAAL

KABEL: KOPER, PA66+PA6, PC, TPE, KOOLSTOFSTAAL, NYLON

De zendapparatuur werkt binnen de frequentiebanden 2,402 - 2,480 GHz met een maximumvermogen van 2,3 mW.

De Polar Precision Prime optische hartslagsensor maakt gebruik van een zeer kleine en veilige hoeveelheid elektrische stroom op de huid, die het contact van het apparaat en je pols meet voor een verbeterde nauwkeurigheid.

APP STORE IS EEN SERVICEMERK VAN APPLE INC.

ANDROID EN GOOGLE PLAY ZIJN HANDELSMERKEN VAN GOOGLE INC.

GEFABRICEERD DOOR

POLAR ELECTRO OY

PROFESSORINTIE 5

90440 KEMPELE

FINLAND

TEL +358 8 5202 100

WWW.POLAR.COM

17979375.02 NLD 05/2019

COMPATIBEL MET



Bluetooth



/polarglobal

POLAR

IGNITE

GPS-SPORHORLOGE

Beknorte handleiding

Lees meer op support.polar.com/en/ignite

Nederlands