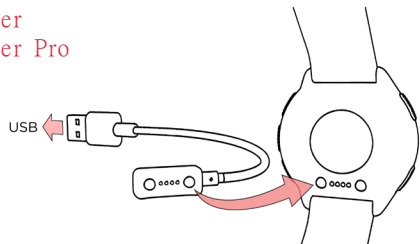


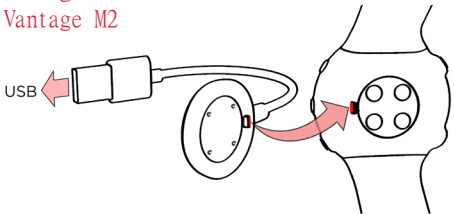
充電

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。

Pacer Pacer Pro



Vantage M Vantage M2



安裝程式

喚醒手錶後，請選擇語言和設定方式。手錶提供三種不同的設定方式：

- (A) 在您的手機上設置；
- (B) 在您的電腦上設置；或
- (C) 在您的手錶上設置。

透過 UP/DOWN (上/下) 瀏覽對您而言最方便的選項，並按下 OK (確定) 確認您的選擇。我們建議使用選項 A 或 B。請在您的手機或電腦上設置以為您的手錶獲取最新的更新內容。

A 使用手機設定

您必須使用 Polar Flow app 而非手機的 Bluetooth 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 應用程式。
3. 開啟手機上的 Polar Flow app。Polar Flow app 會識別手錶，提示您開始配對。輕觸 Start (開始) 按鈕。
4. 在手機上接受 Bluetooth 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。我們將引導您完成應用程式內的註冊和設定。

設定完畢後輕觸 Save and sync (儲存並同步)，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。我們會在 Polar Flow 網絡服務內指導您註冊和進行設置。

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。

若要让手錶保持在最新狀態，請務必在有新版本軟體可用時及時更新軟體。當有新版本時，您將會透過 Flow 收到通知。

馬上了解



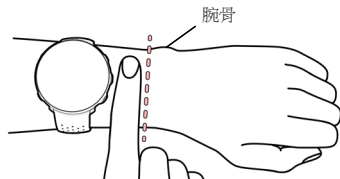
按鍵功能

- 按下 OK (確定) 確認選擇。
- 透過 UP/DOWN (上/下) 按鈕瀏覽錶盤、訓練視圖和功能表，以及在選項列表之間移動和調整所選的數值。
- 使用 BACK (返回) 返回、暫停和終止。在時間顯示畫面，按 BACK (返回) 進入選單，長按即可開始配對和同步。
- 長按 LIGHT (背光燈) 可鎖定按鈕。

佩戴

確保您已正確佩戴手錶，以在訓練中準確讀取心率：

- 把手錶戴在手腕上，距離腕骨最少一個手指闊度的距離。
- 將腕帶牢牢地繫在手腕上。手錶背面的傳感器必須始終接觸您的皮膚，而且手錶應該無法在您的手臂上移動。



偶爾稍微鬆開腕帶，以更舒適地佩戴手錶，同時讓皮膚呼吸。



手錶兼容您可以作為配件購買到的 Polar 心率傳感器。請在以下網址查看完整的兼容傳感器和配件清單：
support.polar.com/en。

訓練

- 戴上手錶並索緊錶帶。
- 按下 BACK (返回) 進入主功能表，並選擇 Start training (開始訓練)，然後瀏覽運動內容。
- 請到戶外並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 圖示周圍的圓圈將變為綠色。
- 手錶顯示心率，代表手錶已檢測到您的心率。
- 手錶找到所有訊號後，按下 OK (確定)，開始進行訓練記錄。

暫停和終止訓練

按下 BACK (返回)，暫停您的訓練課。按下 OK (確定) 繼續訓練。如要終止訓練課，請在暫停時按住 BACK (返回)，直至顯示 Recording ended (記錄已結束)。

保養手錶

每次訓練課後用自來水清洗手錶以保持清潔。充電前，請確保手錶和連接線的充電觸點並無任何水氣、塵埃或髒污。輕輕擦掉所有髒汙或水分。手錶被沾濕時請勿充電。

Polar Flow

透過 Polar Flow 應用程式分析您的訓練結果、活動和睡眠，並透過 Polar Flow 網絡服務進行深入分析。請記得定期將手錶與 Polar Flow 同步，以確保您的手錶、流動應用程式和網絡服務之間的數據為最新。

關於物料和技術規格的詳情，請見用戶手冊，網址為：

support.polar.com/en

請觀看此影片獲取更換錶帶說明：

bit.ly/polar-wristband

無線電設備運作於 2.402 - 2.480 Ghz ISM 頻道，最大功率 5 mW。

Polar Precision Prime 光學心率傳感器融合技術，在皮膚上使用極小的安全電流來測量設備與手腕的接觸程度，從而提高準確性。

型號：Pacer:5A, Pacer Pro:5B, Vantage M/M2:3A

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

customercare@polar.com

www.polar.com

兼容以下裝置



17984883.02 CHNT 02/2022

17984866.02 BUNDLE GEN 02/2022 10011

POLAR

入門指南

Pacer Pro

高級 GPS 跑步手錶

Pacer

GPS 跑步手錶

Vantage M 和 Vantage M2

GPS 多項運動手錶

繁體中文

前往 support.polar.com/en 了解詳情