

# POLAR s3+ STRIDE SENSOR

Manual del Usuario

**POLAR**<sup>®</sup>  
LISTENS TO YOUR BODY

1.



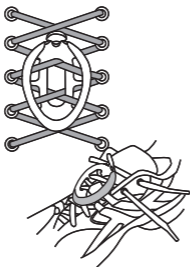
2.



3.



4.



5.



¡Enhorabuena! El s3+ stride sensor™ W.I.N.D. de Polar es la mejor solución para mejorar su técnica y rendimiento en carrera. Al usar sensores inerciales de alta sensibilidad para registrar la posición del pie, se obtienen mediciones precisas y altamente perceptivas para la velocidad, distancia, cadencia y longitud de zancada.

Encontrará la última versión de este manual del usuario en [www.polar.com/support](http://www.polar.com/support).

También encontrará tutoriales en vídeo en [www.polar.com/en/polar\\_community/videos](http://www.polar.com/en/polar_community/videos).

Examine atentamente y siga las instrucciones de las ilustraciones de la portada.

## **Colocar la pila en el sensor**

Antes de utilizar el sensor Polar s3+ por primera vez, inserte la pila (incluida en la caja del producto).

1. Abra la tapa de la pila girándola hacia la izquierda, hacia la posición OPEN, utilizando una moneda (ilustración 1).
2. Coloque la pila dentro del receptáculo, con el lado positivo (+) orientado hacia la tapa (ilustración 2). Asegúrese de que el anillo de estanquidad siga en la ranura, para así

garantizar la resistencia al agua del dispositivo.

3. Vuelva a colocar la tapa en su lugar.
4. Apriete la tapa y ciérrela girándola hacia la derecha, de OPEN a CLOSE, utilizando una moneda (ilustración 3).

## **Configurar un nuevo sensor Polar s3+ en el training computer**

Para poder analizar su técnica y eficiencia al correr, deberá hacer que su training computer Polar reconozca su nuevo sensor Polar s3+. Este proceso recibe el nombre de registro. Para más información, consulte el manual del usuario del training computer o vaya a [www.polar.com/support](http://www.polar.com/support).



*El sensor Polar s3+ se puede colocar en los cordones o en el hueco que hay en la suela de ciertas zapatillas de atletismo.*

## **Fijar el sensor Polar s3+ en los cordones**

1. Desátese los cordones y coloque el soporte en la parte superior de la lengüeta de la zapatilla (ilustración 4). Asegúrese de que la solapa del soporte quede encarada hacia arriba.
2. Haga pasar los cordones por los orificios que hay a los lados del soporte y, a continuación, hágalos salir por el orificio de la parte inferior del soporte (ilustración 4).

Haga pasar los cordones por la pequeña solapa de la lengüeta de la zapatilla para asegurarse de que el soporte no se mueva al correr.

3. Apriete los cordones.
4. Encaje la parte delantera del sensor en el soporte y apriete desde atrás (ilustración 5). Ate la solapa.
5. Asegúrese de que el sensor no se mueva y que esté alineado con su pie. Cuanto mejor fijado esté el sensor, más precisas serán las mediciones de velocidad y distancia.

### **Calibrar el sensor Polar s3+**

La calibración del sensor mejora la precisión de las mediciones de velocidad, ritmo y distancia. Se recomienda calibrar el sensor antes de usarlo por primera vez, si hay cambios significativos en su forma de correr, o si se cambia la posición del sensor en la zapatilla (por ejemplo, si tiene unas nuevas zapatillas o si pasa el sensor de la zapatilla derecha a la izquierda). El sensor Polar s3 se puede calibrar corriendo una distancia exacta conocida, o manualmente mediante el ajuste del factor de calibración. La calibración debería hacerse a la velocidad a la que corre normalmente. Si corre a velocidades diferentes en función del día, deberá calibrar el sensor corriendo a una velocidad media.

## **Calibrar el sensor Polar s3 durante el entrenamiento (calibración sobre la marcha)**

Puede calibrar el stride sensor en cualquier momento de la sesión de entrenamiento aplicando una corrección de distancia. Si sabe la distancia que ha recorrido (a poder ser más de 1000 metros), calibre el sensor siguiendo las indicaciones del manual del usuario del producto Polar que utilice.

### **Ajustar el factor de calibración**

**manualmente:** El factor de calibración se calcula como una relación entre la distancia real y la distancia sin calibrar. Por ejemplo, usted recorre 1200 m y el producto Polar muestra una distancia de 1180 m con un factor de calibración de 1,000. El nuevo factor de calibración se calcula del modo siguiente:  $1.000 \cdot 1200 / 1180 = 1.017$ . El intervalo de medición para este factor es de 0,500-1,500.

### **Servicio técnico**

Durante el periodo de garantía de dos años, recomendamos que todas las reparaciones del producto las lleve a cabo únicamente un punto de servicio técnico autorizado por Polar. La garantía no cubre los daños directos ni indirectos derivados de reparaciones realizadas por personas o entidades no autorizadas por Polar Electro.

**Cambiar la pila:** Para cambiar la pila del sensor usted mismo, siga las instrucciones indicadas. Para maximizar la vida útil de la tapa del receptáculo, ábrala sólo cuando tenga que cambiar la pila. Al cambiar la pila, compruebe que el anillo de estanqueidad no presenta daños. Encontrará juegos de pila y anillo de estanqueidad en los puntos de venta y de servicio técnico autorizados por Polar. En EE.UU. y Canadá, los anillos de estanqueidad sólo están disponibles en puntos de servicio técnico autorizados por Polar.

Si prefiere que Polar sustituya la pila, póngase en contacto con un punto de servicio técnico autorizado. El punto de servicio técnico probará el sensor después de sustituir la pila.



*Mantenga las pilas fuera del alcance de los niños. Si se ingieren, póngase en contacto con un médico inmediatamente. Las pilas deben desecharse de acuerdo con las normativas de cada país.*

## **Cuidado y mantenimiento**

Su seguridad es importante para nosotros. Hemos diseñado el sensor de forma que se minimice la posibilidad de que quede atrapado en algún sitio. En cualquier caso, tenga cuidado, por ejemplo, al correr con el sensor por zonas boscosas de gran densidad.

El sensor Polar s3+ es resistente al agua y se puede utilizar sin problemas aunque llueva. Sin embargo, no lo sumerja en agua, dado que no ha sido diseñado para actividades subacuáticas. No lo exponga directamente a los rayos solares durante periodos prolongados de tiempo.

Guarde el sensor en un lugar fresco y seco. No lo guarde en un entorno húmedo, en material no transpirable (como una bolsa de plástico o de deporte) o en un material conductivo (como una toalla húmeda).

## Especificaciones técnicas

Duración de la pila:	200 horas de uso de media
Tipo de pila:	CR2430
Anillo de estanqueidad de la pila:	Junta tórica de silicona de 25,0 x 1,2
Temperatura de funcionamiento:	De -10°C a +50°C / de 14°F a 122°F
Precisión:	±3 % o mejor una vez calibrado (válido en condiciones estables)

## Garantía internacional limitada de Polar

- Esta garantía no afecta a los derechos del consumidor establecidos por las leyes en vigor en tu país o región, ni tampoco afecta a los derechos del consumidor con respecto al distribuidor derivados del contrato de compraventa.
- Esta garantía internacional limitada ha sido emitida por Polar Electro Inc. para los consumidores que hayan adquirido este producto en EE.UU. y Canadá. Esta garantía internacional limitada ha sido emitida por Polar Electro Oy para los consumidores que han



adquirido este producto Polar en otros países.

- Esta garantía de Polar Electro Inc./Polar Electro Oy cubre al comprador/consumidor original de este producto de cualquier fallo o defecto de material y mano de obra durante dos (2) años a partir de la fecha de compra.
- **Conserve el recibo o la factura original como prueba de su compra.**
- La garantía no cubre la pila, los daños debidos al mal uso, abuso, accidentes o negligencias, incumplimiento de las precauciones, mantenimiento inadecuado o uso comercial del producto, ni tampoco la rotura o el deterioro de carcasas/pantallas, la banda elástica y las prendas Polar.
- La garantía no cubre daños o pérdidas, gastos directos, indirectos o fortuitos, consecuentes o especiales, causados por o relacionados con este producto.
- Los artículos comprados de segunda mano no estarán cubiertos por esta garantía de dos (2) años, a menos que la legislación de su país estipule lo contrario.
- Durante el período de validez de la garantía, el producto se reparará o cambiará en cualquier punto de servicio técnico autorizado por Polar, independientemente del país de compra.

La aplicación de esta garantía estará limitada a los países en los que se comercialice el producto a través de distribuidores oficiales Polar.

## **Limitación de responsabilidades**

- El material de este manual tiene carácter meramente informativo. Los productos descritos están sujetos a modificaciones sin previo aviso, debidas al programa de desarrollo continuo del fabricante.
- Polar Electro Inc./Polar Electro Oy no concede representaciones ni garantías con respecto a este manual o a los productos que en él se describen.
- Polar Electro Inc./Polar Electro Oy no asume responsabilidad alguna por los daños, pérdidas, costes o gastos directos, indirectos, fortuitos, consecuentes o especiales, originados por o relacionados con la utilización de este material o de los productos en él descritos.

Copyright © 2013 Polar Electro Oy, FI-90440  
KEMPELE.

Todos los derechos reservados. Queda prohibida la reproducción de este manual en forma alguna o por cualquier medio sin la autorización previa y por escrito de Polar Electro Oy. Las denominaciones y logotipos marcados con un símbolo <sup>TM</sup> en este manual del usuario o en el embalaje de este producto son marcas comerciales de Polar Electro Oy. Los nombres y logotipos marcados con el símbolo ® en este manual del usuario o en el embalaje de este producto son marcas comerciales registradas de Polar Electro Oy.

Polar Electro Oy dispone de la certificación ISO  
9001:2008.



Este producto cumple con las Directivas 93/42/CEE, 1999/5/CE y 2011/65/EU. La Declaración de conformidad correspondiente se puede encontrar en [www.polar.com/support](http://www.polar.com/support).



Este icono de un contenedor tachado indica que los productos Polar son dispositivos electrónicos y se rigen por la Directiva 2002/96/CE del Parlamento Europeo y del Consejo sobre residuos de aparatos eléctricos y electrónicos (RAEE), y que las pilas y acumuladores utilizados en dichos productos se rigen por la Directiva 2006/66/CE del Parlamento Europeo y del Consejo de 6 de septiembre de 2006 relativa a las pilas y acumuladores y a los residuos de pilas y acumuladores. Es por ello que estos productos, sus pilas y acumuladores se deben desechar por separado en los países de la UE.

Manufactured by

Polar Electro Oy  
Professorintie 5  
FIN-90440 KEMPELE  
Tel +358 8 5202 100  
Fax +358 8 5202 300  
[www.polar.com](http://www.polar.com)

**POLAR**®  
LISTENS TO YOUR BODY