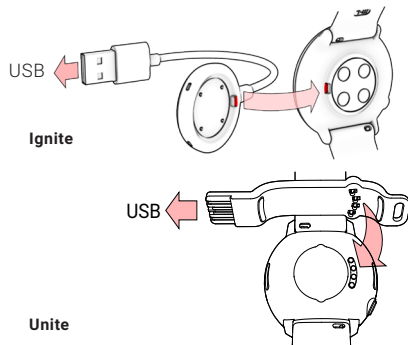


Operazioni preliminari

1. Per attivare e caricare lo sportwatch, collegalo alla porta USB del computer o a un caricatore USB con il cavo apposito (Ignite) o all'adattatore per la ricarica USB (Unite) in dotazione.



2. Per configurare lo sportwatch, seleziona la lingua ed il metodo di configurazione. Lo sportwatch fornisce tre opzioni per la configurazione: configurazione (A) sullo smartphone, (B) sul computer o (C) sullo sportwatch. Vai alle opzioni scorrendo verso l'alto o verso il basso sul display. Toccare il display per confermare la selezione. Consigliamo di usare l'opzione A o B.

A CONFIGURALO SULLO SMARTPHONE

Devi eseguire l'associazione nell'app Polar Flow e NON nelle impostazioni Bluetooth dello smartphone.

1. Assicurati che lo **smartphone** sia connesso a **Internet** e attiva il Bluetooth®.
2. Scarica l'**app Polar Flow** dall'**App Store** o da **Google Play**.
3. Aprire l'app Flow sullo smartphone. L'app Flow riconosce la presenza dello sportwatch e chiede se avviare l'associazione. Tocca il pulsante **Inizia**.
4. Accettare la richiesta di associazione Bluetooth sullo smartphone. Conferma il codice PIN sullo sportwatch per terminare l'associazione.
5. Accedi con il tuo **account Polar** o creane uno nuovo. Guideremo l'utente nelle procedure di iscrizione e configurazione dell'app.

Dopo aver configurato le impostazioni, tocca **Salva e sincronizza** per sincronizzare le impostazioni con lo sportwatch.

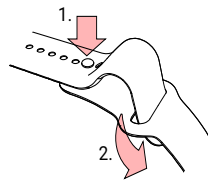
- i** Lo sportwatch sincronizza automaticamente i dati di allenamento con l'app Polar Flow se rientra nel raggio d'azione Bluetooth dello smartphone e se l'app Polar Flow è in esecuzione. Puoi anche sincronizzare manualmente i dati di allenamento con l'app Polar Flow tenendo premuto il pulsante **INDIETRO** dello sportwatch.

B CONFIGURAZIONE SUL COMPUTER

1. Visitare il sito **flow.polar.com/start** scaricare e installare il software di trasferimento dati **Polar FlowSync** sul computer.
2. Accedere con le credenziali del proprio account Polar o crearne uno nuovo. L'app guiderà l'utente all'iscrizione e alla configurazione nel servizio web Polar Flow.

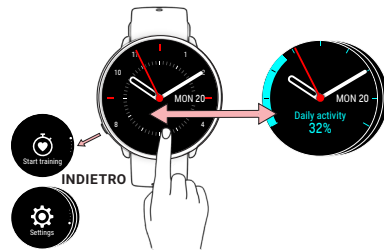
- i** Per ottenere dati di allenamento e attività più precisi e personalizzati, è importante immettere impostazioni accurate durante la configurazione.
- i** Se è disponibile un aggiornamento firmware per lo sportwatch, ti consigliamo di installarlo durante la configurazione. Il completamento potrebbe richiedere fino a 10 minuti.

COME INDOSSARE IL CINTURINO DI UNITE



1. Premi il piccolo perno nel foro.
2. Fai scorrere la fascia in eccesso sotto la fibbia.

Inizia a conoscere il tuo sportwatch

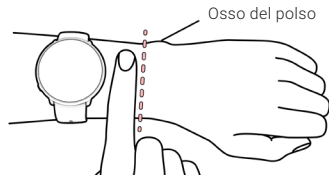


- Toccare il display per confermare le selezioni e selezionare le voci:
- Torna indietro, interrompi e arresta con il pulsante **INDIETRO**. In modalità Ora, premi **INDIETRO** per accedere al menu, tieni premuto **INDIETRO** per avviare l'associazione e la sincronizzazione.
- Scorri verso l'alto o il basso per esplorare lo schermo.
- Scorri verso sinistra o destra in modalità Ora per visualizzare diversi quadranti. Tocca per vedere informazioni più dettagliate.
- Scorrere verso sinistra o destra durante l'allenamento per vedere diversi display allenamento.
- **Unite**: per modificare il tema colore dello sportwatch, passa a **Impostazioni** > **Impostazioni orologio** > **Tipo quadrante**.

Indossare lo sportwatch

Indossa bene lo sportwatch, appena oltre l'osso del polso. Per ottenere valori di frequenza cardiaca precisi **durante l'allenamento:**

- Indossa lo sportwatch sulla parte superiore del polso, almeno a un dito di distanza dall'osso del polso.
- Stringi leggermente il cinturino. Il sensore posto sul retro deve essere sempre a contatto con la pelle senza muoversi sul braccio.



Quando non stai misurando la frequenza cardiaca o rilevando il sonno, allenta il cinturino in modo da lasciare respirare la pelle.

CURA DELLO SPORTWATCH

Mantieni pulito lo sportwatch sciacquandolo con acqua corrente dopo ogni sessione di allenamento. Prima della carica, assicurarsi che non siano presenti umidità, polvere o sporcizia sui contatti di carica dello sportwatch e del cavo. Rimuovere con cura la sporcizia o l'umidità. **Non caricare lo sportwatch quando è bagnato.**

Inizio dell'allenamento

1. Indossare lo sportwatch e stringere il cinturino.
2. Premi il pulsante **INDIETRO** per accedere al menu principale, tocca **Avvia allenamento** e quindi scorri verso sinistra o destra per selezionare un profilo sport.
3. Attendi che la frequenza cardiaca venga visualizzata all'interno del cerchio verde.
4. Tocca il display per avviare la registrazione dell'allenamento.

PAUSA E ARRESTO DELL'ALLENAMENTO

Premi il pulsante **INDIETRO** per mettere in pausa la sessione di allenamento. Per riprendere l'allenamento, premi **di nuovo INDIETRO**. Per arrestare la sessione, tieni premuto a lungo **INDIETRO** durante l'interruzione finché non viene visualizzato **Registrazione terminata**.

ALLENAMENTO CON GPS:

Ignite: Uscire all'aperto, lontano da edifici e alberi alti. Tieni fermo lo sportwatch con il display rivolto verso l'alto finché non rileva i segnali satellitari GPS. Il cerchio intorno all'icona del GPS diventa verde e lo sportwatch vibra quando il GPS è pronto.

Unite: per ottenere i dati GPS, connetti lo sportwatch allo smartphone. Installa l'app Polar Flow sullo smartphone, associa lo smartphone a Unite e concedi l'autorizzazione per usare sempre la posizione dello smartphone. Devi portare lo smartphone con te durante le sessioni di allenamento.

Servizio Web e app Polar Flow

Sincronizza lo sportwatch con l'**app Polar Flow** dopo l'allenamento per ottenere una **panoramica istantanea** su allenamento, attività e sonno.

Sincronizza i dati di allenamento con il **servizio Web Flow** tramite il computer o l'app Polar Flow per tenere traccia dei tuoi progressi, ottenere linee guida e visualizzare un'**analisi dettagliata** di risultati dell'allenamento, attività e sonno.

Le informazioni sui materiali e sulle specifiche tecniche sono disponibili nel manuale d'uso all'indirizzo support.polar.com/it/ignite o support.polar.com/it/unite.

L'apparecchiatura radio funziona con una banda di frequenza ISM a 2,402-2,480 GHz e una potenza massima di 5 mW.

In Polar Ignite la tecnologia di fusione del sensore ottico di frequenza cardiaca Polar Precision Prime utilizza una quantità molto ridotta e sicura di corrente elettrica sulla pelle per misurare il contatto del dispositivo con il polso e migliorare la precisione.

APP STORE È UN MARCHIO DI SERVIZIO DI APPLE INC.

ANDROID E GOOGLE PLAY SONO MARCHI DI FABBRICA DI GOOGLE INC.

PRODOTTO DA

POLAR ELECTRO OY

PROFESSORINTIE 5

90440 KEMPELE

FINLANDIA

CUSTOMERCARE@POLAR.COM

WWW.POLAR.COM

17982474.01 ITA 10/2020

COMPATIBILE CON



/polarglobal

POLAR®

IGNITE

SPORTWATCH GPS

UNITE

SPORTWATCH

Guida introduttiva

Altre informazioni sono disponibili all'indirizzo

support.polar.com/it

Italiano