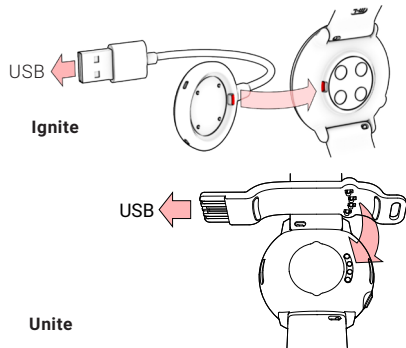


## Začetek

1. **Da aktivirate in napolnite uro**, jo s priloženim kablom (Ignite) ali pa s polnilnim priključkom USB (Unite) priključite v napajana USB-vrata ali USB-polnilnik.



2. **Če želite nastaviti uro**, izberite jezik in način nastavitve. Ura vam omogoča tri možnosti nastavitve: nastavev **(A)** na mobilnem telefonu, **(B)** na računalniku ali **(C)** na uri. Med možnostmi listate tako, da podrsate po zaslону gor ali dol. Dotaknite se zaslona, da potrdite svojo izbiro. Priporočamo vam možnost **A** ali **B**.

## A NASTAVITEV NA TELEFONU

Povezovanje morate opraviti v aplikaciji Polar Flow in NE v nastavitvah za povezavo Bluetooth na vašem telefonu.

1. Prepričajte se, da ima vaš **telefon** vzpostavljeno **internetno povezavo** in da je vklopljena funkcija Bluetooth®.
2. Prenesite **aplikacijo Polar Flow** iz trgovine **App Store** ali **Google Play**.
3. Odprite aplikacijo Flow na svojem telefonu. Aplikacija Flow prepozna vašo uro in vas vpraša, ali jo želite povezati. Pritisnite gumb **Start (Začetek)**.
4. Sprejmite zahtevo za povezovanje Bluetooth na mobilnem telefonu. Potrdite kodo PIN na svoji uri in povezovanje je zaključeno.
5. **Vpišite se** s svojim **računom Polar** ali ustvarite novega. Vodili vas bomo skozi registracijo in nastavev v aplikaciji.

Ko ste zaključili z nastavitvami, pritisnite na **Save and sync (Shrani in sinhroniziraj)** in nastavitve bodo sinhronizirane z vašo uro.

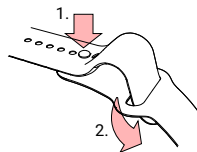
- i** Ura se samodejno sinhronizira z aplikacijo Flow, če je vaš telefon znotraj dosega omrežja Bluetooth in je aplikacija Flow vklopljena. Svoje podatke treninga lahko sinhronizirate tudi ročno z aplikacijo Flow, tako da pritisnete in držite gumb **BACK (NAZAJ)** na svoji uri.

## B NASTAVITEV NA RAČUNALNIKU

1. Obiščite **flow.polar.com/start** in si v računalnik prenesite ter namestite programsko opremo **Polar FlowSync** za prenos podatkov.
2. Vpišite se s svojim računom Polar ali ustvarite novega. Vodili vas bomo skozi registracijo in nastavev v spletni storitvi Polar Flow.

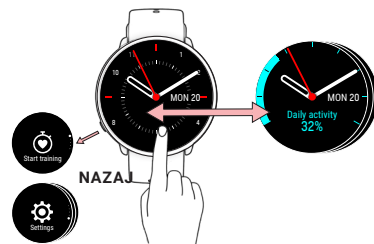
- i** Da bi bili vaši podatki o aktivnosti in treningu čim bolj točni, je pomembno, da ste pri nastavitvah čim bolj natančni.
- i** Če je za uro na voljo posodobitev vdelane programske opreme, priporočamo, da jo med nastavitvijo tudi namestite. Posodabljanje lahko traja do 10 minut.

## ZAPENJANJE ZAPESTNEGA PAŠČKA UNITE



1. Zatič potisnite v odprtino.
2. Odvečno dolžino paščka potegnite skozi na spodnji strani.

## Spoznajte svojo uro

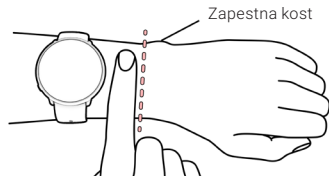


- Dotaknite se zaslona, da potrdite izbire in izberete elemente.
- Z gumbom **BACK (NAZAJ)** se lahko vrnete na prejšnjo stran, ali pa začasno oziroma povsem zaustavite funkcijo, ki je teku. V časovnem pogledu pritisnite gumb **BACK (NAZAJ)**, da odprete meni, nato ponovno pritisnite in zadržite gumb **BACK (NAZAJ)** za začetek povezovanja in sinhronizacije.
- Za premik podrsajte gor ali dol.
- Podrsajte levo ali desno v časovnem pogledu, da si ogledate različne prikaze ure. Za podrobnejše informacije se dotaknite zaslona.
- Med vadbo podrsajte levo ali desno, da si ogledate različne poglede vadbe.
- **Unite**: če želite spremeniti barvno temo ure, odprite **Settings (Nastavitve) > Watch settings (Nastavitve ure) > Watch face (Tema ura)**.

## Nošnja ure

Uro si nadenite za kostjo na zapestju, tako da se ne bo premikala. Za natančno merjenje srčnega utripa **med terningom**:

- Uro nosite na zgornjem delu zapestja, najmanj za debelino enega prsta stran od zapestne kosti.
- Zapestni pašček nekoliko bolj čvrsto pritrdite okrog zapestja. Senzor na hrbtni strani mora biti stalno v stiku z vašo kožo. Ura se na roki ne sme premikati.



Ko ne merite srčnega utripa ali spremljate svojega spanca, sprostite zapestni pašček, da lahko koža diha.

### SKRBJTE ZA SVOJO URO

Poskrbite, da bo ura čista, tako da jo po vsakem treningu izperete pod tekočo vodo. Pred polnjenjem ure se prepričajte, da na njenih kontaktih za polnjenje in na kontaktih polnilnega kabla ni vlage, prahu ali umazanije. **Ure ne polnite, če je mokra.**

## Začetek vadbe

1. Uro si namestite na zapestje in zapnite zapestni pašček.
2. Pritisnite gumb **BACK (NAZAJ)**, da odprete glavni meni, dotaknite se možnosti **Start training (Začetek vadbe)**, nato pa podrsajte levo ali desno, da izberete športni profil.
3. Počakajte, da se znotraj zelenega kroga pojavi srčni utrip.
4. Dotaknite se zaslona, da pričnete z beleženjem vadbe.

### ZAČASNA PREKINITEV IN ZAKLJUČEK VADBE

Če želite začasno prekiniti trening, pritisnite gumb **BACK (NAZAJ)**. Da bi nadaljevali, ponovno pritisnite **BACK (NAZAJ)**. Za zaključek treninga med začasno prekinitvijo pritisnite in držite gumb **BACK (NAZAJ)**, dokler se ne izpiše **Recording ended (Beleženje končano)**.

### VADBA S SIGNALOM GPS

**Ignite:** Pojdite na prosto ter se umaknite od visokih stavb in dreves. Uro držite nepremično s prikazovalnikom obrnjenim navzgor, da najde satelitski signal GPS. Krog okoli ikone GPS bo postal zelen in ura bo zavibrirala, ko bo signal GPS nared.

**Unite:** Da bi dobili GPS-podatke, uro povežite s svojim mobilnim telefonom. Na telefon namestite aplikacijo Polar Flow, seznanite jo z uro Unite in ji dovolite, da vseskozi uporablja lokacijo telefona. Med treningom morate imeti telefon pri sebi.

## Polar Flow

Po treningu sinhronizirajte uro z **aplikacijo Flow** in si zagotovite **takojšen vpogled** ter povratne informacije o svojem treningu, aktivnosti in spanju.

Podatke o treningu prek računalnika sinhronizirajte s **spletno storitvijo Flow** in si zagotovite pregled svojih dosežkov, navodila za vadbo ter **podrobno analizo** svojih rezultatov treninga, aktivnosti in spanca.

Informacije o materialih in tehničnih specifikacijah so na voljo v navodilih za uporabo na strani [support.polar.com/en/ignite](https://support.polar.com/en/ignite) ali [support.polar.com/en/unite](https://support.polar.com/en/unite).

Radijska oprema deluje na frekvenci ISM s pasovno širino med 2,402 in 2,480 GHz in z močjo največ 5 mW.

Fuzijska tehnologija tipala optičnega merjenja srčnega utripa Polar Precision Prime, s katero je opremljena ura Polar Ignite, na koži uporabi zelo majhno in varno količino električnega toka, da izmeri stik naprave z zapestjem in tako izboljša natančnost.

APP STORE JE SERVISNA BLAGOVNA ZNAMKA DRUŽBE APPLE INC.

ANDROID IN GOOGLE PLAY STA BLAGOVNI ZNAMKI DRUŽBE GOOGLE INC.

IZDELUJE  
POLAR ELECTRO OY  
PROFESSORINTIE 5  
90440 KEMPELE  
FINSKA  
[WWW.POLAR.COM](https://www.polar.com)

ZDRUŽLJIVO S



# POLAR®

## IGNITE

URA GPS FITNESS

## UNITE

FITNES URA

### Kratka navodila

Za več informacij obiščite [support.polar.com/en](https://support.polar.com/en)

Slovenščina