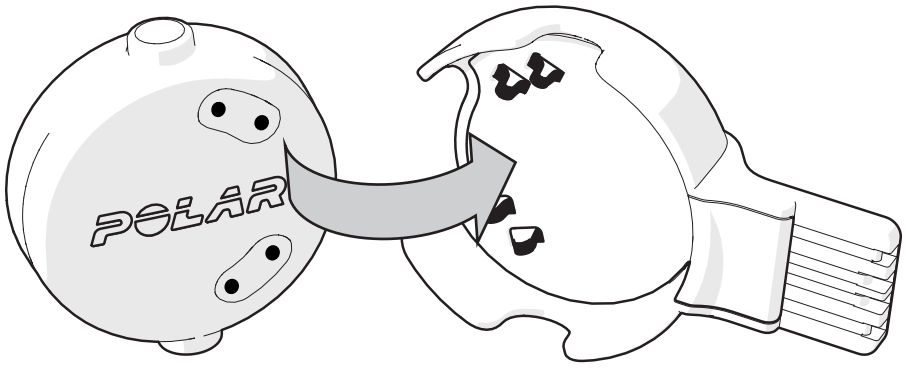
Polar Verity Sense

Optisk pulssensor

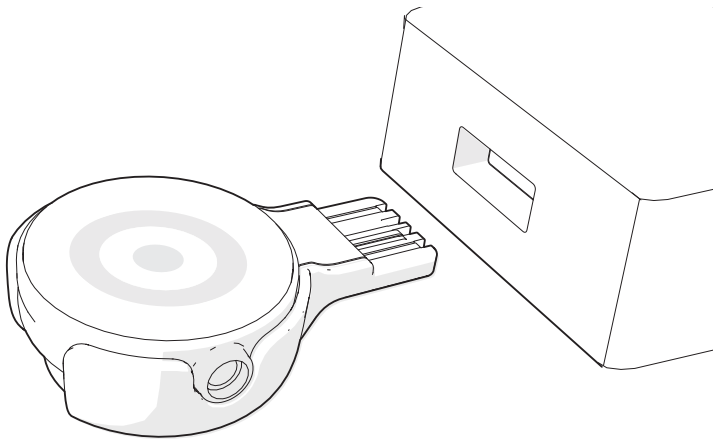
Startveiledning

Lading

Sett sensoren i USB-adapteren med linsen opp, slik at kontaktene på sensoren og USB-adapteren berører hverandre.



Koble USB-adapteren til USB-porten på et vegguttak for USB-enheter eller en datamaskin. Ikke lad enheten mens ladekontaktene er våte.



NB

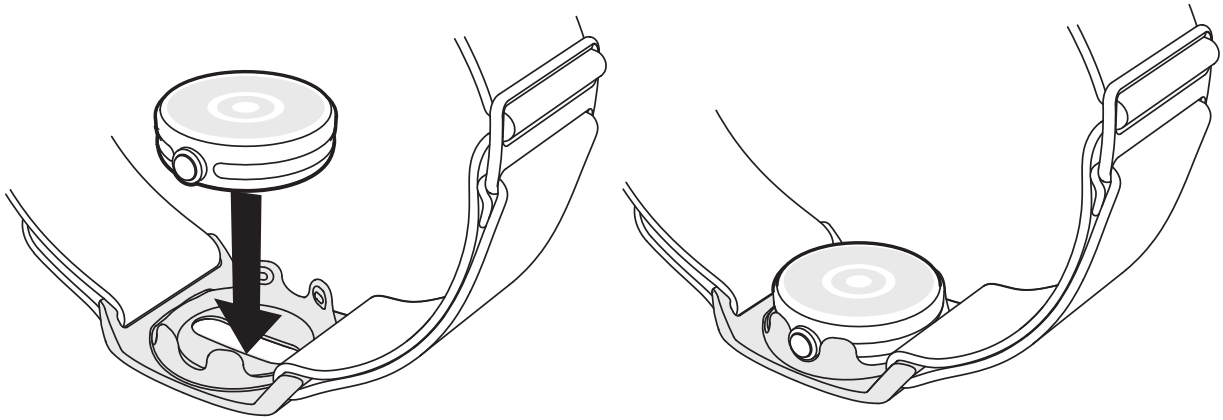
Kom i gang

Last ned Polar Flow-appen på telefonen. Slå på sensoren ved å trykke på knappen. Flow-appen oppdager sensoren automatisk og veileder deg gjennom oppsettet.

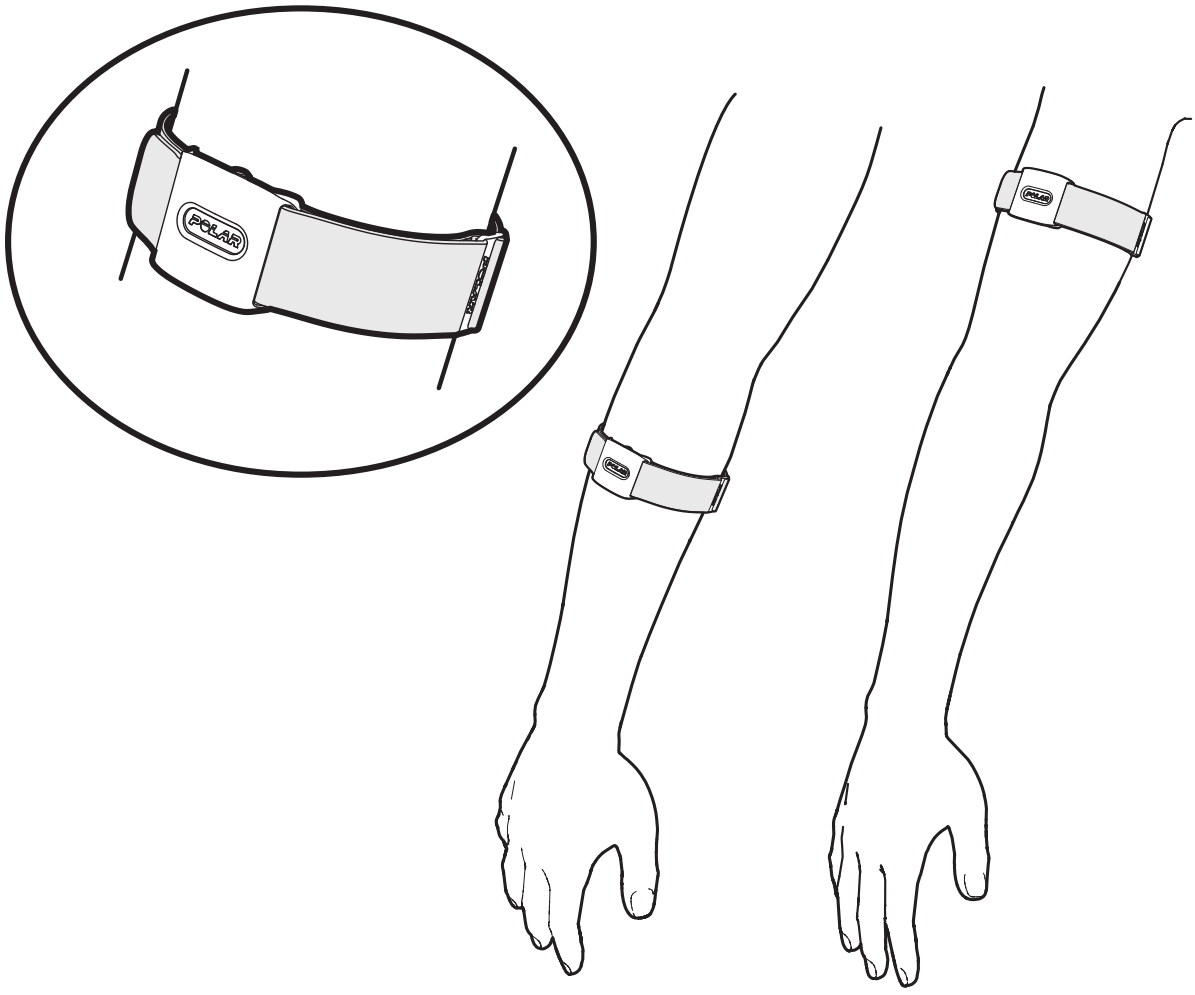
Du kan bruke sensoren sammen med mange populære treningsapper, deriblant Polar-apper, samt treningsenheter som er kompatible med Bluetooth og ANT+. Instruksjoner for å koble sensoren til appen eller treningsenheten finner du i brukerhåndboken til apputvikleren eller brukerveiledningen til treningsenheten.

Bruk

Bruke på armen: Plasser sensoren i armbåndholderen med linsen opp.

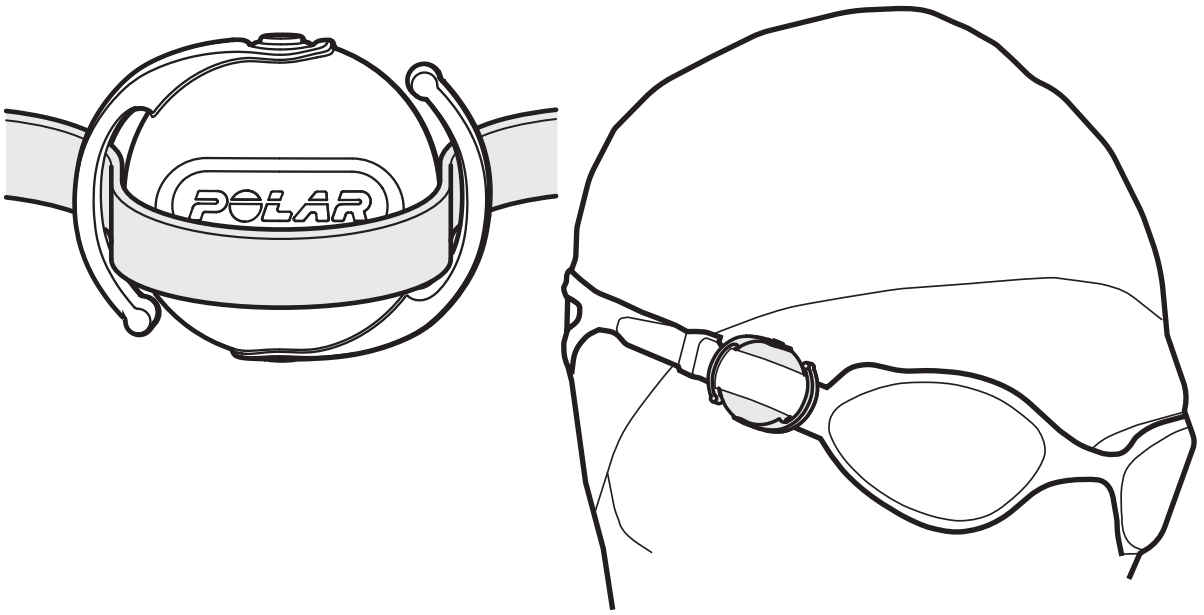


Ha på deg armbåndet slik at sensoren befinner seg på undersiden av armbåndet og presser mot huden din. Bruk armbåndet på over- eller underarmen, ikke på håndleddet.



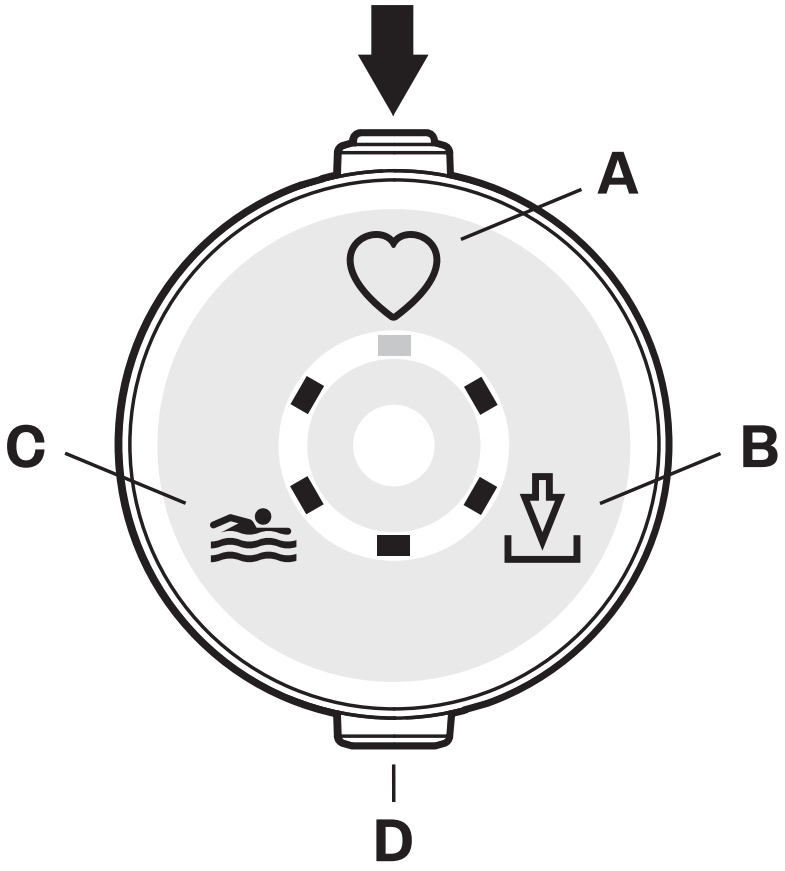
NB

Bruke med svømmebriller: Plasser sensoren i klemmen for svømmebrillestroppen, og plasser deretter klemmen med sensoren på stroppen på svømmebrillene. Ha på deg sensoren på høyre tinning med knappen vendt oppover. Linsen må være i berøring med huden på tinningen.



Start treningen

Slå på sensoren ved å trykke på knappen. Velg treningsmodus ved å trykke kort på knappen inntil led-lyset ved siden av ønsket modus begynner å lyse.



Velg (**A**) **pulsmodus** for å bruke sensoren med en kompatibel app eller enhet, (**B**) **registreringsmodus*** for å registrere en treningsøkt med sensoren, eller (**C**) **svømmemodus*** for å registrere en treningsøkt i et svømmebasseng.

NB

Led-lyset på siden (**D**) lyser blått i pulsmodus, grønt i registreringsmodus og hvitt i svømmemodus.

Når du har gjort et valg, venter du til alle seks led-lysene begynner å lyse før du kan starte treningen. Merk at modusen nå er låst og kan kun endres ved å slå sensoren av og på.

Etter treningen trykker du på og holder inne knappen til lysene slås av.

* Før du kan bruke sensoren i registrerings- eller svømmemodus, må den kobles til Polar Flow-kontoen din. Dette gjøres under oppsettet.

Sensoren overfører pulssignalet ditt via Bluetooth og ANT+. For å spare batteriet til sensoren slår du av tilkoblingene du ikke trenger, i sensorinnstillingene i Polar Flow-appen.

Instruksjoner for vedlikehold

Se etiketten på armbåndet for vaskeanvisninger. Sensoren må behandles med varsomhet.

Informasjon om materialer og tekniske spesifikasjoner er tilgjengelig i brukerhåndboken på **support.polar.com/en/verity-sense**

Dette produktet er ikke et leketøy. Ikke la barn eller kjæledyr leke med dette produktet. Dette produktet inneholder små komponenter som kan utgjøre kvelningsfare.

Radioutstyret benytter 2,402–2,480 GHz ISM-frekvensbånd og 5.0 mW maksimumseffekt.

Trenger du hjelp?

NB

Gå til **support.polar.com/en/verity-sense** for mer detaljerte brukerhåndbøker, støttevideoer og feilsøkingsveiledning. Kontakt oss på chat eller e-post.

Finn ut mer på
support.polar.com/en/verity-sense

Kompatibel med

Modell: 4J

Produsert av
Polar Electro Oy
customercare@polar.com
www.polar.com

NO 09/2025