



POLAR H10

מדריך למשתמש

מצאו תמיכה עבור המוצר בכתובת:

[http://support.polar.com/en/
support/H10_HR_sensor](http://support.polar.com/en/support/H10_HR_sensor)

מיוצר על ידי

POLAR ELECTRO OY
PROFESSORINITIE 5
FI-90440 KEMPELE

מספר טלפון: +358 8 5202 100

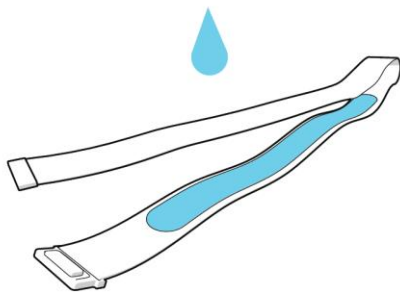
מספר פקס: +358 8 5202 300

www.polar.com

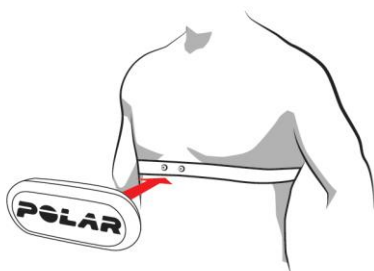
תואם עם



1.



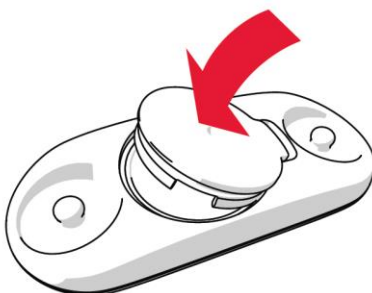
2.



3.



4.



אנו מודים לכם על שבחרתם במוצר Polar! במדריך זה נעבור על העקרונות הבסיסיים בשימוש בדגם H10, הבחירה שלכם לאימון מקיף, אפילו לשחייה. באפשרותכם להוריד את המדריך למשתמש המלא ואת הגרסה האחרונה של מדריך זה בכתובת support.polar.com. לקבלת סיוע נוסף, ישנם סרטוני הדרכה מצוינים שאולי תרצו לצפות בהם.

הרכיבו את חיישן הדופק

1. הרטיבו את אזור האלקטרודה של הרצועה (איור 1).
2. חזקו את הרצועה סביב בית החזה שלכם והתאימו את הרצועה כך שתתאים לכם בנוחות.
3. חברו את המחבר (איור 2).



לאחר האימון, נתקו את המחבר ושטפו את הרצועה תחת מי ברז זורמים על מנת לשמור עליו נקי.

תחילת העבודה

באפשרותכם לעשות שימוש בדגם Polar H10 שלכם עם עשרות אפליקציות כושר מובילות כולל Polar Beat, כמו גם בעזרת מוצרי Polar רבים ורכיבי ANT+. בדקו את כל המוצרים והרכיבים התואמים בכתובת support.polar.com.

על מנת להתחיל להפעיל את דגם H10 שלכם, אנא שייכו אותו קודם עם האפליקציה או עם מוצר Polar. לקבלת הוראות מפורטות יותר, עיינו במדריך יצרן האפליקציה או במדריך למשתמש של מוצר Polar שלכם.

שימו לב לכך שאות קצב הלב שדגם H10 שלכם שולח אינו עובר דרך גוף האדם. לכן אינכם צריכים לשמור את רכיב הקליטה בתוך תיק גב, לדוגמא, אלא במקום כלשהו לפניכם.



על פי הגדרת ברירת המחדל, דגם H10 שולח את אות קצב הלב שלכם באמצעות ANT+. באפשרותכם לכבות אותו מתוך הגדרות Polar Beat, במידה ותרצו.

הטיפול בחיישן הדופק שלכם

מחבר: על מנת לשמר את חיי הסוללה ולמנוע חמצון מצמד, נתקו את המחבר מהרצועה לאחר סיום כל שימוש וייבשו אותו בעזרת מגבת רכה.

רצועה: שטפו מתחת למי ברז זורמים לאחר כל שימוש. שטפו על בסיס סדיר. בדקו את התווית שעל הרצועה שלכם לקבלת הוראות שטיפה מפורטות.

זכרו, הרצועה אינה מחזיקה מעמד לנצח: היא נשחקת כמו כל אבזר אחר שאתם לובשים ושוטפים באופן סדיר.

החלפת הסוללה היא פעולה פשוטה

1. הרימו את מכסה הסוללה ופתחו אותו בעזרת כלי קטן עם ראש שטוח. (איור 3).
2. הוציאו את הסוללה הישנה ממכסה הסוללה.
3. הכניסו את הסוללה החדשה (CR2025) לתוך המכסה כשהצד השלילי (-) פונה החוצה.
4. יישרו את הזיז שבמכסה הסוללה עם החריץ שבמחבר ודחפו את מכסה הסוללה חזרה למקומו (איור 4). עליכם לשמוע צליל נקישה.

מסיבות בטיחותיות, אנא וודאו שאתם עושים שימוש בסוללה הנכונה (CR2025)



חומרים

מחבר רצועה
ABS, ABS + GF, PC, פלדת אלחלד
38% פוליאמיד, 29% פוליאורתן, 20% ספנדקס, 13% פוליאסטר, הדפסי סיליקון.

ציוד הרדיו מפעיל רצועת(ות) תדר 2.402 - 2.480 GHz ISM ועם הספק מרבי של 6.9 mW.