

POLAR®

**POLAR
OH1**

מדריך למשתמש

תואם עם



Model: 2L

support.polar.com/en/OH1

מיוצר על ידי

POLAR ELECTRO OY

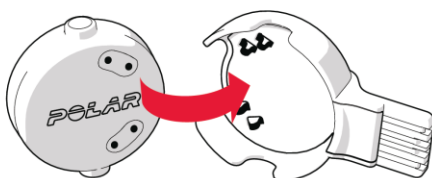
PROFESSORINITIE 5

FI-90440 KEMPELE

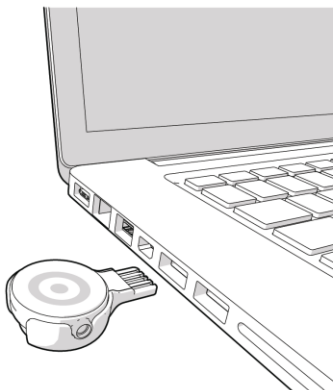
מספר טלפון: +358 8 5202 100

www.polar.com

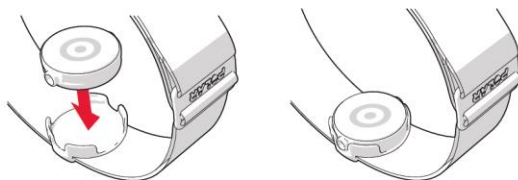
1.



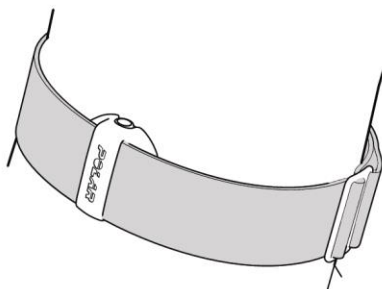
2.



3.



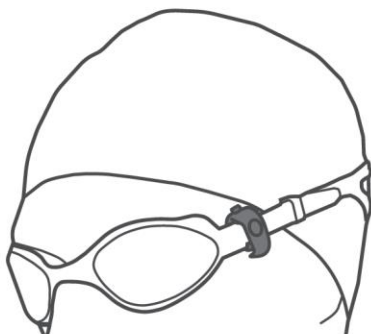
4.



5.



6.



מדריך זה יסייע לכם להתחיל את השימוש במוצר דגם Polar OH1. לקבלת סיוע נוסף ומידע לגבי המוצר עיינו בכתובת support.polar.com/en/OH1. דגם Polar OH1 ניתן לשימוש בתוך מכשיר אימון המקליט ומאחסן נתונים בתור חיישן דופק הכולל יחידת Polar לשורש כף היד.

טעינה

הכניסו את החיישן לתוך מתאם ה-USB כשהעדשה פונה כלפי מעלה כך שהמגעיים שבחיישן ובמתאם ה-USB יתחברו (איור 1). חברו את מתאם ה-USB לתוך ממשק ה-USB של המחשב או לשקע החשמל של רכיב USB (איור 2). אין להטעין את המכשיר כשמגעי הטעינה רטובים.

שימוש עם אפליקציית Polar Beat Mobile

הורידו את אפליקציית Polar Beat למכשיר הנייד שלכם. הפעילו את OH1 באמצעות לחיצה על הלחצן. שייכו את החיישן מתוך הגדרות Beat ונהגו על פי ההוראות.

שימוש עם יחידת Polar wrist

הורידו את אפליקציית Polar Flow למכשיר הנייד שלכם. הפעילו את OH1 באמצעות לחיצה על הלחצן. אפליקציית Flow מאתרת את החיישן באופן אוטומטי ומנחה אתכם בתהליך ההתקנה. במידה ואתם מעוניינים לעשות שימוש במחשב, התקינו את אפליקציית Polar FlowSync מתוך flow.polar.com/start, הפעילו אותה, חברו את החיישן לתוך ממשק ה-USB ונהגו על פי ההנחיות. זכרו לשייך את החיישן עם המכשיר שעל שורש כף היד שלכם. עיינו בכתובת support.polar.com לקבלת הנחיות בכל הנוגע לשיוך ספציפי למכשיר.

הרכבה על הזרוע שלכם

מקמו את החיישן לתוך מחזיק רצועת הזרוע כשהעדשה פונה כלפי מעלה (איור 3). הרכיבו את רצועת הזרוע כך שהחיישן ממוקם בחלק התחתון של רצועת הזרוע בצורה הדוקה כנגד העור שלכם (איור 4). הרכיבו את OH1 סביב הזרוע התחתונה או העליונה שלכם, ולא סביב שורש כף היד שלכם (איור 5).

הרכבה עם משקפי שחייה

מקמו את החיישן בתוך אחד ממחזיקי השחייה הכלולים, הדקו את המחזיק (התפסן) על פני רצועת משקפי השחייה שלכם (איור 6). העדשה אמורה לגעת בעור החשוף של הרכה שלכם.

התחילו להתאמן

באפשרותכם להקליט את מפגש האימון שלכם בעזרת היחידה המחוברת לשורש כף היד שלכם, באמצעות אפליקציית Polar Beat או באמצעות חיישן OH1 בלבד. במידה ואתם רוצים לעשות שימוש בחיישן בלבד, הפעילו את OH1 באמצעות לחיצה על הלחצן עד שהנוריות נדלקות ולאחר מכן לחצו פעמיים על הלחצן לתחילת מפגש האימון. לאחר שסיימתם עם האימון לחצו לחיצה ארוכה על הלחצן עד שהנוריות נכבות.



על פי הגדרת ברירת מחדל, OH1 שולח את אות ה-HR שלכם באמצעות ANT+. באפשרותכם לכבות אותו מתוך הגדרות Polar Beat, במידה ותרצו.

תחזוקה

עיינו בתוויות הזהירות למידע אודות הוראות השטיפה. טפלו בחיישן בזהירות.

חומרים

חיישן: ABS, ABS+GF, PMMA, SUS 316 (פלדת אלחלד)

מוצר זה אינו משחק. אין לאפשר לילדים או לחיות מחמד לשחק עם מוצר זה. מוצר זה מכיל רכיבים קטנים שיכולים להוות סכנה לחנק.



ציוד הרדיו מפעיל רצועת(ות) תדר 2.402 - 2.480 GHz ISM ועם הספק מרבי של 2.0 mW.