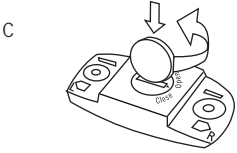
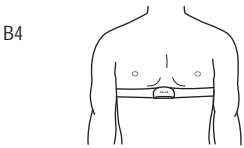
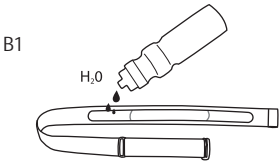
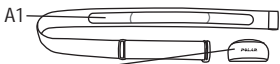


Polar H7 Heart Rate Sensor



INSTRUKCJA OBSŁUGI

POLAR[®]
LISTENS TO YOUR BODY



Sensor pomiaru pracy serca Polar H7

W niniejszym podręczniku zawarto instrukcje dotyczące sensora pomiaru pracy serca Polar H7.

Najnowszą wersję niniejszego podręcznika użytkownika można pobrać ze strony www.polar.com/support.

Zarejestruj zakupiony produkt firmy Polar pod adresem <http://register.polar.fi/>, aby pomóc naszej firmie w dalszym rozwoju produktów i usług oraz coraz lepszym ich dopasowaniu do Twoich potrzeb.

Prosimy postępować zgodnie z rysunkami zamieszczonymi na okładce.

Elementy sensora pomiaru pracy serca

1. Plastikowe **obszary elektrod** znajdujące się na wewnętrznej stronie paska wykrywają pracę serca. Rysunek A1.
2. Kostka wysyła sygnał tętna do urządzenia odbiorczego. Rysunek A2.

Sensor pomiaru pracy serca Polar H7 pozwala na przeprowadzenie treningu grupowego bez zakłóceń pochodzących z innych sensorów pomiaru pracy serca.

Zakładanie sensora pomiaru pracy serca

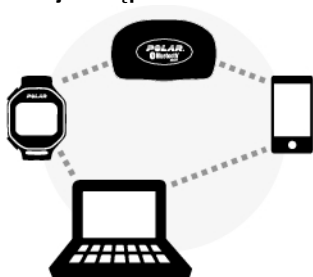
1. Zwilż miejsca na pasku, w których widoczne są elektrody. Rysunek B1.
2. Zamocuj kostkę na pasku. Rysunek B2.
3. Dopasuj długość paska w taki sposób, by dobrze przylegał do ciała.
4. Załóż pasek nieznacznie poniżej mięśni klatki piersiowej, zapinając haczyk na drugim końcu paska. Rysunek B3.
5. Sprawdź, czy nawilżone miejsca z elektrodami przylegają dokładnie do skóry oraz czy logo firmy Polar umieszczone na kostce znajduje się pośrodku i w pionie. Rysunek B4.



Po każdym użyciu zdejmuj kostkę z paska, a pasek płucz pod bieżącą wodą. Pot i wilgoć mogą sprawiać, że elektrody nadajnika będą stale zwilżone, a nadajnik będzie aktywny. Obniży to żywotność baterii.

Szczegółowe informacje dotyczące czyszczenia znajdują się w części „Jak dbać o sensor pomiaru pracy serca” lub pod adresem polar.com/support.

Informacje wstępne



Nadajnik na klatkę piersiową Polar H7 współpracuje z urządzeniami *Bluetooth*[®] smart ready obsługującymi funkcje pomiaru tętna. Konieczne jest zainstalowanie dodatkowej aplikacji umożliwiającej wyświetlanie danych o tętnie w urządzeniu odbiorczym (np. w smartfonie). Zalecane jest korzystanie z aplikacji Polar Beat, jednak używanie innych aplikacji również jest możliwe. Jeśli posiadasz konto na stronie internetowej polarpersonaltrainer.com, aplikacja Polar Beat automatycznie synchronizuje z nim Twoje pliki treningów. Pamiętaj, że musisz być zalogowany na stronie polarpersonaltrainer.com podczas uruchamiania aplikacji Polar Beat, aby funkcja automatycznej synchronizacji zadziałała.

Podczas pierwszego użycia urządzenia Polar H7 należy sparować sensor pomiaru pracy serca z urządzeniem odbiorczym.

Sensor pomiaru pracy serca Polar H7 współpracuje również z komputerami treningowymi Polar wykorzystującymi technologię transmisji o częstotliwości GymLink. Więcej informacji na ten temat można znaleźć na stronie www.polar.com/support.

Aby zapewnić odpowiedni zasięg przesyłu danych z sensora pomiaru pracy serca Polar H7 do urządzenia odbiorczego, urządzenie powinno znajdować się z przodu ciała. Dobrze jest nosić urządzenie odbiorcze w kieszeni lub przypiąć do paska. Nie należy nosić urządzenia odbiorczego z tyłu (np. w tylnej kieszeni lub w plecaku).

Korzystanie z sensora pomiaru pracy serca w wodzie

Sensor pomiaru pracy serca Polar H7 jest wodoszczelny. Technologia transmisji o częstotliwości GymLink działa podczas treningu w wodzie – w przeciwieństwie do bezprzewodowej technologii *Bluetooth*[®]. Należy pamiętać, że woda morska i woda basenowa charakteryzują się dużą przewodnością; może nastąpić zwarcie elektrod sensora pomiaru pracy serca, co uniemożliwi wykrywanie sygnałów EKG.

Aby osiągnąć jak najlepsze działanie, zaleca się zakładanie sensora pomiaru pracy serca pod strój kąpielowy.

Jak dbać o sensor pomiaru pracy serca

Sensor pomiaru pracy serca jest nowoczesnym urządzeniem, o które należy dbać. Aby uzyskiwać wiarygodne wyniki pomiarów oraz maksymalnie wydłużyć żywotność sensora pomiaru pracy serca, należy postępować zgodnie z poniższymi instrukcjami. Pomogą one wypełnić warunki gwarancji.

Kostka: Po każdym użyciu odpinaj kostkę od paska i wycieraj ją do sucha miękką ściereczką. Gdy zajdzie taka potrzeba, czyść kostkę przy użyciu słabego roztworu mydła. Nie używaj w tym celu alkoholu lub materiałów o właściwościach ściernych (np. wełna stalowa lub chemiczne środki czyszczące).

Pasek: Po każdym użyciu przepłucz pasek pod bieżącą wodą i pozostaw do wyschnięcia. Gdy zajdzie taka potrzeba, ostrożnie czyść pasek przy użyciu słabego roztworu mydła. Nie używaj w tym celu mydeł nawilżających, gdyż mogą się one osadzać na pasku. Unikaj namaczania, prasowania, czyszczenia na sucho lub wybielania paska. Nie rozciągaj nadmiernie paska ani nie wyginaj miejsc z elektrodami.

Pasek oraz kostkę susz i przechowuj oddzielnie. Wydłuży to żywotność baterii sensora pomiaru pracy serca. Przechowuj sensor pomiaru pracy serca w suchym i chłodnym miejscu. Aby zapobiec szybkiemu utlenianiu, nie przechowuj wilgotnego sensora pomiaru pracy serca w opakowaniach z nieoddychającego materiału, np. torbie sportowej. Nie wystawiaj sensora pomiaru pracy serca na bezpośrednie działanie promieni słonecznych.



Sprawdź metkę paska, aby dowiedzieć się, czy można go prac w pralce. Nigdy nie wkładaj paska ani kostki do suszarki!

Baterie

Poziom naładowania baterii sensora pomiaru pracy serca wyświetlany jest na urządzeniu odbiorczym.

Wszystkie kostki posiadają baterie, które mogą być wymieniane przez użytkownika. Aby samodzielnie wymienić baterie, należy stosować się do instrukcji podanych poniżej oraz sprawdzić oznaczenia na kostce i na rysunku C zamieszczonym na okładce niniejszego podręcznika.

1. Pokrywę baterii otwieraj za pomocą monety, obracając ją w lewo.

2. Włóż baterię (CR 2025) tak, aby dodatni (+) biegun baterii był skierowany w stronę pokrywy. Upewnij się, że pierścień uszczelniający znajduje się na swoim miejscu, co zapewni wodoszczelność urządzenia.
3. Wciśnij pokrywę w korpus kostki.
4. Za pomocą monety obróć pokrywę w prawo, aby ją zamknąć.

Podczas wymiany baterii upewnij się, że pierścień uszczelniający nie jest uszkodzony – w przeciwnym wypadku wymień pierścień na nowy.

Zarówno pierścienie uszczelniające, jak i zestawy baterii dostępne są w dobrze wyposażonych sklepach oraz punktach serwisowych firmy Polar. Na terenie USA i Kanady zapasowe pierścienie uszczelniające dostępne są w autoryzowanych centrach serwisowych firmy Polar. Na terenie USA pierścienie uszczelniające i zestawy baterii dostępne są także na stronie internetowej www.shoppolar.com.



Baterie przechowuj w miejscach niedostępnych dla dzieci. W przypadku połamania natychmiast skontaktuj się z lekarzem. Zużyte baterie utylizuj zgodnie z obowiązującym prawem lokalnym.

Serwis

W czasie obowiązywania dwuletniej gwarancji zalecamy, aby wszelkie czynności serwisowe (oprócz wymiany baterii) wykonywane były wyłącznie przez autoryzowane centrum serwisowe firmy Polar. Gwarancja nie obejmuje uszkodzeń ani szkód pośrednich spowodowanych serwisem nieautoryzowanym przez Polar Electro. Informacje kontaktowe oraz wszystkie adresy punktów serwisowych firmy Polar znajdują się na stronie www.polar.com/support i na stronach poszczególnych krajów.

Środki ostrożności

Informacje dla alergików znajdują się na liście materiałów zawartej w części „Dane techniczne”. Aby uniknąć skórnej reakcji alergicznej na materiał sensora pomiaru pracy serca, sensor ze zwilżonymi elektrodami zakładaj na koszulkę.



W wyniku działania wilgoci i tarcia może dojść do zdercia czarnej farby z powierzchni sensora pomiaru pracy serca i zabrudzenia jasnej odzieży. Jeśli stosujesz na skórze perfumy lub środek do odstraszania owadów, upewnij się, że nie mają one kontaktu z sensorem pomiaru pracy serca.

Dane techniczne

Typ baterii	CR 2025
Pierścień uszczelniający pokrywę baterii	O-ring 20,0 x 1,0 Materiał – FPM
Żywotność baterii	200 godz.
Temperatura użytkowania	od 14 °F do 122 °F / -10 °C do +50 °C
Materiał kostki	Poliamid
Materiał paska	38% poliamid, 29% poliuretan, 20% elastan, 13% poliester

W sensorze pomiary pracy serca Polar H7 zastosowano następujące opatentowane technologie:

- OwnCode[®] – transmisja kodowana

Międzynarodowa gwarancja ograniczona firmy Polar

- Niniejsza gwarancja nie ogranicza ustawowych praw konsumenta wynikających z obowiązującego prawa krajowego bądź stanowego ani praw konsumenta w stosunku do sprzedawcy wynikających z umowy kupna-sprzedaży.
- Niniejsza międzynarodowa gwarancja ograniczona jest udzielana przez firmę Polar Electro Inc. konsumentom, którzy nabyli niniejszy produkt na terenie USA lub Kanady. Niniejsza międzynarodowa gwarancja ograniczona jest udzielana przez firmę Polar Electro Oy konsumentom, którzy nabyli niniejszy produkt na terenie innych krajów.
- Polar Electro Oy/Polar Electro Inc. gwarantuje pierwszemu konsumentowi/nabywcy niniejszego urządzenia, iż produkt będzie wolny od wad materiałowych i wykonania przez okres dwóch (2) lat od daty zakupu.
- **Dowodem zakupu jest paragon!**
- Gwarancja nie obejmuje baterii, normalnego zużycia materiałów, uszkodzeń powstałych w wyniku nieprawidłowego użycia, nadużycia, wypadku bądź niezachowania środków ostrożności, niewłaściwego utrzymania sprawności, pękniętych bądź zadrapanych obudów/wyświetlaczy, opaski, paska elastycznego.
- Niniejsza gwarancja nie obejmuje szkód, strat, kosztów i wydatków bezpośrednich, pośrednich, ubocznych lub specjalnych wynikających z bądź odnoszących się do produktu.

- Niniejsza dwuletnia (2) gwarancja nie obejmuje zakupionych przedmiotów używanych, chyba że prawo miejscowe stanowi inaczej.
- W okresie obowiązywania gwarancji produkt zostanie naprawiony bądź wymieniony na nowy w dowolnym centrum serwisowym firmy Polar, bez względu na kraj, w którym dokonano zakupu.

Gwarancja odnośnie do dowolnego produktu będzie ograniczona do państw, na terenie których początkowo prowadzono jego marketing.



Niniejszy produkt jest zgodny z postanowieniami dyrektyw 2014/53/EU i 2011/65/EU. Deklaracje zgodności oraz inne informacje prawne dla poszczególnych produktów są dostępne na stronie www.polar.com/pl/regulacje.



Ikona przedstawiająca przekreślony kubeł na odpady oznacza, iż produkty firmy Polar są urządzeniami elektronicznymi podlegającymi dyrektywie 2002/96/WE Parlamentu Europejskiego i Rady w sprawie odpadów elektrycznych i elektronicznych (WEEE), a baterie i akumulatory zastosowane w produktach podlegają dyrektywie 2006/66/WE Parlamentu Europejskiego i Rady z 6 września 2006 w sprawie baterii i akumulatorów oraz zużytych baterii i akumulatorów. W ich rozumieniu niniejsze produkty firmy Polar oraz umieszczone w nich baterie/akumulatory należy usuwać oddzielnie na terenie krajów UE.

Copyright 2016 Polar Electro Oy, FI-90440 KEMPELE, Finlandia.

Polar Electro Oy posiada certyfikat jakości ISO 9001:2008.

Wszelkie prawa zastrzeżone. Zabrania się wykorzystywania lub reprodukcji dowolnej części niniejszego podręcznika, bez względu na formę i zamierzone środki, bez uprzedniej zgody wydanej na piśmie przez firmę Polar Electro Oy. Nazwy i symbole oznaczone w niniejszym podręczniku lub pakiecie produktowym symbolem TM stanowią znaki towarowe Polar Electro Oy. Nazwy i symbole oznaczone w niniejszym podręczniku lub pakiecie produktowym symbolem ® stanowią zarejestrowane znaki towarowe Polar Electro Oy, Znak słowny oraz symbole Bluetooth® stanowią zarejestrowane znaki towarowe Bluetooth SIG, Inc. Firma Polar Electro Oy posiada licencję na wykorzystanie tych znaków.

Zastrzeżenia prawne

Polar Electro Inc./Polar Electro Oy zrzeka się wszelkich zobowiązań odnoszących się do bądź wynikających z produktów lub usług osób trzecich wykorzystujących dane uzyskane za pomocą produktu firmy Polar. Polar Electro Inc./Polar Electro Oy zrzeka się wszelkich zobowiązań odnoszących się do bądź wynikających z funkcjonowania/nieprawidłowego funkcjonowania produktu lub usługi osoby trzeciej, ich współdziałania z produktem firmy Polar, bezpieczeństwa produktu lub usługi osoby trzeciej, jak również wszelkich innych zobowiązań odnoszących się do bądź wynikających z produktu lub usługi osoby trzeciej. Polar Electro Inc./Polar Electro Oy nie ponosi odpowiedzialności za żadne opłaty przesyłu danych ani inne opłaty, które mogą być spowodowane lub związane z użytkowaniem niniejszego produktu firmy Polar.

Niniejszy produkt jest chroniony jako własność niematerialna należąca do Polar Electro Oy, zgodnie z brzmieniem wymienionych niżej dokumentów: FI96380, EP0665947, US5611346, JP3568954, EP1543769, US7418237. Kolejne zgłoszenia patentowe oczekują na rejestrację.

www.polar.com

Manufactured by

Polar Electro Oy
Professorintie 5
FIN-90440 KEMPELE
Tel +358 8 5202 100
Fax +358 8 5202 300
www.polar.fi

POLAR®
LISTENS TO YOUR BODY