



POLAR OH1



РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ

СОДЕРЖАНИЕ

Содержание	2
Руководство пользователя ОН1	9
Введение	9
Подключайтесь к экосистеме Polar и используйте ОН1 по максимуму.	10
Настройка ОН1	10
Выберите вариант настройки	10
Вариант А: Настройка через компьютер с помощью приложения FlowSync	11
Вариант Б: настройка через мобильное устройство с помощью приложения Flow	11
Функции кнопок и светодиодные индикаторы	12
Функции кнопок	12
Светодиодные индикаторы	12
Во время зарядки	12
После включения питания	12
При использовании в качестве датчика	13
При использовании в качестве независимого устройства для тренировок	13
Во время фитнес-теста	13
Прочее	13
Правильное положение ОН1	14
При измерении частоты пульса на предплечье или плече	14
Сопряжение устройств	14

Сопряжение мобильного устройства с ОН1	14
Подключение ОН1 к наручному устройству Polar	15
Подключение ОН1 к Polar Beat	15
Обновление программного обеспечения	15
С помощью мобильного устройства или планшета	16
С помощью компьютера	16
Тренировка с учетом частоты сердечных сокращений	17
Измерение частоты сердечных сокращений с помощью ОН1	17
Начать тренировку	17
Начало тренировки как с независимым устройством для тренировок	17
Начало тренировки с наручным устройством Polar	18
Начало тренировки с Polar Beat	19
Приложение Polar Flow	20
Данные по тренировке	20
Публикация изображения	20
Начало работы с приложением Flow	20
Онлайн-сервис Polar Flow	21
Лента новостей	21
Маршруты	21
Дневник	22
Прогресс	22

Сообщество	22
Программы	23
Синхронизация	23
Выполните синхронизацию с приложением для мобильных устройств Flow	23
Синхронизация с онлайн-сервисом Flow при помощи программы FlowSync	24
Аккумулятор	25
Зарядка аккумулятора OH1	25
Уход за устройством OH1	26
Регулярно очищайте OH1	26
Тщательно ухаживайте за оптическим датчиком частоты сердечных сокращений	26
Хранение	27
Обслуживание	27
Меры предосторожности	27
Помехи во время тренировки	27
Как свести к минимуму риск во время тренировок	28
Техническая спецификация	29
OH1	29
Программа FlowSync	30
Совместимость приложения для мобильных устройств Polar Flow	30
Водонепроницаемость продукции Polar	31
Ограниченная международная гарантия Polar	32

Отказ от ответственности	34
Содержание	2
Руководство пользователя ОН1	9
Введение	9
Подключайтесь к экосистеме Polar и используйте ОН1 по максимуму.	10
Настройка ОН1	10
Выберите вариант настройки	10
Вариант А: Настройка через компьютер с помощью приложения FlowSync	11
Вариант Б: настройка через мобильное устройство с помощью приложения Flow	11
Функции кнопок и светодиодные индикаторы	12
Функции кнопок	12
Светодиодные индикаторы	12
Во время зарядки	12
После включения питания	12
При использовании в качестве датчика	13
При использовании в качестве независимого устройства для тренировок	13
Во время фитнес-теста	13
Прочее	13
Правильное положение ОН1	14
При измерении частоты пульса на предплечье или плече	14
Сопряжение устройств	14

Сопряжение мобильного устройства с ОН1	14
Подключение ОН1 к наручному устройству Polar	15
Подключение ОН1 к Polar Beat	15
Обновление программного обеспечения	15
С помощью мобильного устройства или планшета	16
С помощью компьютера	16
Тренировка с учетом частоты сердечных сокращений	17
Измерение частоты сердечных сокращений с помощью ОН1	17
Начать тренировку	17
Начало тренировки как с независимым устройством для тренировок	17
Начало тренировки с наручным устройством Polar	18
Начало тренировки с Polar Beat	19
Приложение Polar Flow	20
Данные по тренировке	20
Публикация изображения	20
Начало работы с приложением Flow	20
Онлайн-сервис Polar Flow	21
Лента новостей	21
Маршруты	21
Дневник	22
Прогресс	22

Сообщество	22
Программы	23
Синхронизация	23
Выполните синхронизацию с приложением для мобильных устройств Flow	23
Синхронизация с онлайн-сервисом Flow при помощи программы FlowSync	24
Аккумулятор	25
Зарядка аккумулятора ОН1	25
Уход за устройством ОН1	26
Регулярно очищайте ОН1	26
Тщательно ухаживайте за оптическим датчиком частоты сердечных сокращений	26
Хранение	27
Обслуживание	27
Меры предосторожности	27
Помехи во время тренировки	27
Как свести к минимуму риск во время тренировок	28
Техническая спецификация	29
ОН1	29
Программа FlowSync	30
Совместимость приложения для мобильных устройств Polar Flow	30
Водонепроницаемость продукции Polar	31
Ограниченная международная гарантия Polar	32

Отказ от ответственности	34
--------------------------------	----

РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ OH1

Данное руководство пользователя поможет вам поближе познакомиться с вашим новым устройством OH1. Чтобы просмотреть обучающие видео-материалы и раздел вопросов и ответов по OH1, перейдите на страницу support.polar.com/en/OH1.

ВВЕДЕНИЕ

Поздравляем с приобретением нового устройства Polar OH1! Polar OH1 — это оптический датчик частоты сердечных сокращений, который носится на предплечье или на плече. Его можно использовать в качестве независимого устройства для тренировок, которое записывает и сохраняет данные, или в качестве датчика частоты сердечных сокращений с наручным устройством Polar. Если устройство OH1 используется в качестве датчика частоты сердечных сокращений, оно отправляет данные вашего пульса на наручное устройство Polar.

Устройство OH1 совместимо с мониторами и трекерами Polar, использующими технологию Bluetooth, а также с приложением Polar Beat. Его также можно использовать с приложениями Polar Club, Polar GoFit и Polar Team. Кроме того, оно совместимо с устройствами на базе Android и iOS, которые поддерживают стандартный профиль частоты сердечных сокращений Bluetooth.



ПОДКЛЮЧАЙТЕСЬ К ЭКОСИСТЕМЕ POLAR И ИСПОЛЬЗУЙТЕ ОН1 ПО МАКСИМУМУ.

Загрузите приложение [Polar Flow](#) из App Store® или Google Play™. Синхронизируйте ОН1 с приложением Flow после тренировки и мгновенно получайте сводные данные и обратную связь по вашим успехам и результатам тренировки.

Синхронизируйте ваши сведения о тренировке с онлайн-сервисом [Polar Flow](#) с помощью программы FlowSync на компьютере или через приложение Flow. В онлайн-сервисе вы сможете планировать свою тренировку, получать рекомендации и просматривать детальный анализ результатов тренировки. Делитесь своими достижениями с друзьями, находите спортсменов-единомышленников и заряжайтесь мотивацией из тренировочных сообществ. Все это можно найти здесь: flow.polar.com.

НАСТРОЙКА ОН1

Перед использованием устройства ОН1 рекомендуется зарядить аккумулятор. Если аккумулятор полностью разряжен, то для начала зарядки может потребоваться некоторое время. Для получения подробной информации о зарядке аккумулятора см. раздел [Аккумуляторы](#).

 *Обратите внимание, что если заряда устройства ОН1 достаточно, оно даст о себе знать всем совместимым приемникам, находящимся поблизости.*

ВЫБЕРИТЕ ВАРИАНТ НАСТРОЙКИ

А. Проводная настройка проходит быстрее, и вы можете одновременно заряжать ОН1, но вам понадобится USB-шнур и компьютер. Для этого способа необходимо интернет-соединение.

В. Настройка с помощью мобильного телефона удобна, если у вас нет доступа к компьютеру с USB-портом, но она может занять больше времени. Для этого способа необходимо интернет-соединение.

 *Сразу же укажите физические параметры, необходимые для получения точных данных по тренировке, и получите последнюю версию программного обеспечения для ОН1.*

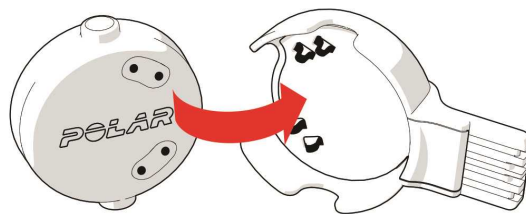
ВАРИАНТ А: НАСТРОЙКА ЧЕРЕЗ КОМПЬЮТЕР С ПОМОЩЬЮ ПРИЛОЖЕНИЯ FLOWSYNC

1. Установите датчик в USB-адаптер так, чтобы линза была обращена вверх, а контакты на датчике и USB-адаптере совмещались (рисунок 1).
2. Вставьте USB-адаптер в USB-порт компьютера (рисунок 2), перейдите на страницу flow.polar.com/start и установите программу Polar FlowSync на компьютер.
3. Войдите в свою учетную запись Polar или создайте новую. Следуйте инструкциям онлайн-сервиса по выполнению входа и настройки.

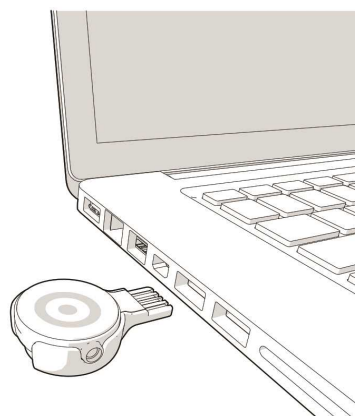
Во время настройки нужно будет отметить, где вы носите устройство, а также указать ваши физические параметры. Для получения наиболее точных данных важно указать их верно.

По завершении установки можно начинать работу с устройством. Удачи!

1.



2.



ВАРИАНТ Б: НАСТРОЙКА ЧЕРЕЗ МОБИЛЬНОЕ УСТРОЙСТВО С ПОМОЩЬЮ ПРИЛОЖЕНИЯ FLOW

Polar OH1 подключается к мобильному приложению Polar Flow по беспроводному соединению через Bluetooth, поэтому не забудьте включить Bluetooth на своем устройстве.

Узнайте совместимость приложения Polar Flow на support.polar.com.

1. Загрузите приложение Polar Flow на мобильное устройство.
2. Включите Bluetooth® и откройте на мобильном устройстве приложение Flow.
3. Включите OH1, нажимая кнопку, пока не загорится световой индикатор; приложение Flow предложит вам начать сопряжение. Примите запрос на сопряжение и следуйте указаниям на экране.

Во время настройки нужно будет отметить, где вы носите устройство, а также указать ваши физические параметры. Для получения наиболее точных данных важно указать их верно.

По завершении установки можно начинать работу с устройством. Удачи!

ФУНКЦИИ КНОПОК И СВЕТОДИОДНЫЕ ИНДИКАТОРЫ

На устройстве ОН1 есть одна кнопка, функции которой различаются в зависимости от ситуации и длительности нажатия. Светодиодный индикатор устройства указывает на различные режимы. Ниже приведены функции кнопки в различных режимах и значение каждого цветового индикатора.

Краткие инструкции внутри крепления браслета

Внутри крепления браслета есть следующие метки. Эти метки объясняют основные функции ОН1.

1X = ON (ВКЛЮЧЕНИЕ питания: кратковременное нажатие кнопки)

2X = REC (ВКЛЮЧЕНИЕ записи тренировки — используется как независимое устройство для тренировок: нажмите кнопку дважды, когда устройство ОН1 включено)

1X LONG - OFF (ВЫКЛЮЧЕНИЕ питания: долгое нажатие кнопки)

ФУНКЦИИ КНОПОК

ВКЛЮЧЕНИЕ питания:	Кратковременное нажатие кнопки
ВКЛЮЧЕНИЕ записи тренировки (используется как независимое устройство для тренировок):	Нажмите кнопку дважды, когда устройство ОН1 включено
ВЫКЛЮЧЕНИЕ питания:	долгое нажатие кнопки

СВЕТОДИОДНЫЕ ИНДИКАТОРЫ

ВО ВРЕМЯ ЗАРЯДКИ

Идет зарядка:	светодиодный индикатор медленно мигает желтым светом
Аккумулятор полностью заряжен:	светодиодный индикатор непрерывно мигает зеленым светом

ПОСЛЕ ВКЛЮЧЕНИЯ ПИТАНИЯ

Нормальный уровень заряда аккумулятора:	светодиодный индикатор пять раз мигает зеленым светом
---	---

Низкий уровень заряда аккумулятора:	светодиодный индикатор пять раз мигает красным светом
-------------------------------------	---

ПРИ ИСПОЛЬЗОВАНИИ В КАЧЕСТВЕ ДАТЧИКА

Частота сердечных сокращений не определена:	светодиодный индикатор мигает белым светом раз в две секунды
Частота сердечных сокращений определена:	Светодиодный индикатор мигает зеленым светом раз в две секунды

ПРИ ИСПОЛЬЗОВАНИИ В КАЧЕСТВЕ НЕЗАВИСИМОГО УСТРОЙСТВА ДЛЯ ТРЕНИРОВОК

Запись тренировок включена, но первое использование не выполнено:	светодиодный индикатор три раза мигает красным светом
Частота сердечных сокращений не определена:	светодиодный индикатор быстро мигает белым светом два раза
Частота сердечных сокращений определена:	светодиодный индикатор быстро мигает зеленым светом два раза
Низкий заряд аккумулятора:	светодиодный индикатор каждую секунду мигает то зеленым, то красным светом
Критически низкий заряд аккумулятора:	Светодиодный индикатор быстро мигает красным светом

ВО ВРЕМЯ ФИТНЕС-ТЕСТА

Частота сердечных сокращений не определена:	Светодиодный индикатор мигает белым светом раз в две секунды
Частота сердечных сокращений определена:	Светодиодный индикатор мигает сиреневым светом раз в две секунды

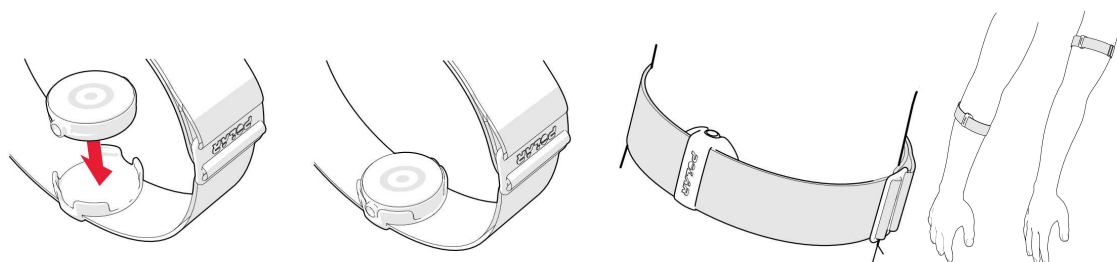
ПРОЧЕЕ

Подключение, синхронизация или сопряжение:	светодиодный индикатор мигает синим светом
Поиск или ожидание подтверждения:	светодиодный индикатор быстро мигает синим светом
Обновление прошивки:	светодиодный индикатор непрерывно мигает синим светом
Ошибка	Светодиодный индикатор непрерывно мигает красным светом

ПРАВИЛЬНОЕ ПОЛОЖЕНИЕ ОН1 ПРИ ИЗМЕРЕНИИ ЧАСТОТЫ ПУЛЬСА НА ПРЕДПЛЕЧЬЕ ИЛИ ПЛЕЧЕ

Чтобы получить точные данные о частоте сердечных сокращений, устройство ОН1 следует носить так, чтобы оно плотно прилегало к вашему предплечью или плечу, а не к запястью.

1. Установите датчик в крепление браслета так, чтобы линза была обращена вверх.
2. Носите браслет таким образом, чтобы датчик с обратной стороны браслета плотно прилегал к коже.
3. Носите ОН1 на предплечье или на плече.



Датчик должен плотно прилегать к коже, но не давить и не препятствовать кровотоку. Для максимально точных измерений частоты сердечных сокращений рекомендуем надеть ОН1 за несколько минут до начала измерения частоты сердечных сокращений.

СОПРЯЖЕНИЕ УСТРОЙСТВ СОПРЯЖЕНИЕ МОБИЛЬНОГО УСТРОЙСТВА С ОН1

Если вы настроили ОН1 через мобильное устройство, как описано в разделе "Настройка ОН1" on page 10, то сопряжение ОН1 уже выполнено.

Если вы выполняли настройку с помощью компьютера и хотите использовать ОН1 с приложением Polar Flow, то перед тем, как подключить ОН1 к приложению Flow, вам необходимо один раз потренироваться с ОН1 как с независимым устройством для тренировок. Подробные инструкции см. ниже.

Перед тем, как выполнить сопряжение, убедитесь в следующем:

- У вас есть учетная запись Polar и приложение Flow.
- На вашем мобильном устройстве включен Bluetooth и отключен режим «В самолете».

- Вы хотя бы один раз тренировались с OH1 как с независимым устройством для тренировок. Подробности см. в разделе "Начать тренировку" on page 17

Как только все вышеперечисленные требования выполнены:

1. Войдите в приложение Flow под своей учетной записью Polar.
2. Нажмите на OH1 кнопку, пока не загорится светодиодный индикатор, и отпустите. Теперь устройство OH1 включено.
3. Flow автоматически попросит вас выполнить сопряжение с устройством OH1, если оно находится в зоне досягаемости Bluetooth.

 *Устройство OH1 автоматически синхронизируется с приложением Flow, если телефон находится в зоне досягаемости Bluetooth. При синхронизации устройства OH1 с приложением Flow ваши данные о тренировках также будут автоматически синхронизированы через Интернет-соединение с онлайн-сервисом Flow.*

ПОДКЛЮЧЕНИЕ OH1 К НАРУЧНОМУ УСТРОЙСТВУ POLAR

Нажмите на OH1 кнопку, пока не загорится светодиодный индикатор, и отпустите. Теперь устройство OH1 включено.

Специальные указания по выполнению сопряжения приведены в руководстве пользователя наручного устройства Polar support.polar.com.

ПОДКЛЮЧЕНИЕ OH1 К POLAR BEAT

1. Загрузите приложение Polar Beat на мобильное устройство из App Store® или Google Play™.
2. Убедитесь, что на вашем мобильном устройстве включен Bluetooth и отключен режим «В самолете».
3. Откройте на своем мобильном устройстве приложение Beat и войдите, используя данные своей учетной записи Polar, созданные при настройке OH1, или создайте новую учетную запись, если ее у вас нет.
4. Нажмите на OH1 кнопку, пока не загорится светодиодный индикатор, и отпустите. Теперь устройство OH1 включено.
5. В приложении Beat перейдите в раздел **Настройки > Датчик ЧСС** и коснитесь **Сопряжение** рядом с OH1 под пунктом **Найденный датчик**.

ОБНОВЛЕНИЕ ПРОГРАММНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ

Вы можете самостоятельно обновить устройство OH1, чтобы получить последнюю версию программного обеспечения. По мере выхода новых версий вы будете получать уведомления через

Flow. Обновления разрабатываются с целью усовершенствования работы устройства ОН1. Это могут быть дополнения к уже существующим функциям, новые функции или средства устранения неполадок. Рекомендуется обновлять программное обеспечение ОН1 каждый раз после выхода новой версии.

 *Вы не потеряете данных вследствие обновления программного обеспечения: Перед началом процесса обновления все важные данные с вашего устройства ОН1 будут синхронизированы с онлайн-сервисом Flow.*

С ПОМОЩЬЮ МОБИЛЬНОГО УСТРОЙСТВА ИЛИ ПЛАНШЕТА

ПО можно обновить с помощью мобильного устройства, если вы используете приложение для мобильных устройств Polar Flow для синхронизации данных о тренировке и активности. Приложение сообщит вам о наличии обновления, и вы получите инструкции по его установке. Для бесперебойной установки обновления рекомендуется подключить ОН1 к источнику питания перед началом процесса обновления.

 *Обновление программного обеспечения может занять до 20 минут в зависимости от качества соединения.*

С ПОМОЩЬЮ КОМПЬЮТЕРА

При подключении ОН1 к компьютеру программа синхронизации FlowSync сообщит вам о наличии новой версии ПО для вашего устройства. Программное обеспечение обновляется и загружается через программу FlowSync.

Чтобы обновить программное обеспечение:

1. Установите датчик в USB-адаптер так, чтобы линза была обращена вверх, а контакты на датчике и USB-адаптере совмещались.
2. Воткните USB-адаптер в компьютер через USB-порт.
3. Программа FlowSync выполнит синхронизацию данных.
4. По завершении синхронизации вам будет предложено обновить программное обеспечение.
5. Подтвердите, нажав **Да**. Новое программное обеспечение будет установлено (это может занять до 10 минут). Дождитесь завершения процесса обновления программного обеспечения, и только потом отключите ОН1 от компьютера.

ТРЕНИРОВКА С УЧЕТОМ ЧАСТОТЫ СЕРДЕЧНЫХ СОКРАЩЕНИЙ

Хотя и существует множество субъективных показателей того, как отвечает ваше тело на тренировки (восприятие нагрузки, частота дыхания, физические ощущения), ни один из них не является таким же достоверным показателем, как ЧСС. Этот показатель объективен и зависит от комбинации внутренних и внешних факторов. Вы сможете проследить зависимость своего физического состояния от них.

ИЗМЕРЕНИЕ ЧАСТОТЫ СЕРДЕЧНЫХ СОКРАЩЕНИЙ С ПОМОЩЬЮ ОН1

Чтобы получить точные данные о частоте сердечных сокращений, устройство ОН1 следует носить так, чтобы оно плотно прилегало к вашему предплечью или плечу. Датчик должен постоянно касаться поверхности кожи, в тоже время браслет не нужно затягивать слишком туго. Для максимально точных измерений частоты сердечных сокращений рекомендуем надеть ОН1 за несколько минут до начала измерения частоты сердечных сокращений.

Если у вас есть татуировки, не носите датчик прямо на них, так как это может привести к искажению данных.

Если ваши руки и кожа быстро мерзнут, лучше разогреть кожу. Перед началом тренировки ускорьте кровообращение!

Подробнее о ношении устройства ОН1 см. в разделе "Правильное положение ОН1" on page 14

НАЧАТЬ ТРЕНИРОВКУ

Носите ОН1 на предплечье или на плече, подробнее см. в разделе "Правильное положение ОН1" on page 14

НАЧАЛО ТРЕНИРОВКИ КАК С НЕЗАВИСИМЫМ УСТРОЙСТВОМ ДЛЯ ТРЕНИРОВОК

Перед тем, как использовать ОН1 в качестве независимого устройства для тренировок, его необходимо зарегистрировать и привязать к учетной записи Polar Flow. Более подробную информацию см. в разделе "Настройка ОН1" on page 10.

1. Включите ОН1, нажимая на кнопку, пока не загорится светодиодный индикатор, и отпустите.

2. Теперь устройство OH1 включено. Для включения записи быстро нажмите на кнопку дважды.
3. Как только частота пульса будет определена, светодиодный индикатор быстро замигает зеленым светом, и вы можете начинать тренировку.

После тренировки можно остановить запись, нажимая кнопку, пока не потухнет светодиодный индикатор. Затем синхронизируйте тренировку с приложением и онлайн-сервисом Flow, чтобы просмотреть детали тренировки. Для получения более подробной информации см. раздел "Синхронизация" on page 23.

 При использовании в качестве независимого устройства для тренировок, тренировки сохраняются под спортивным профилем **Другие занятия в помещении**. Объем памяти хватает до 200 часов тренировок.

НАЧАЛО ТРЕНИРОВКИ С НАРУЧНЫМ УСТРОЙСТВОМ POLAR

Перед тем, как начать, убедитесь, что устройство OH1 подключено к наручному устройству Polar. Более подробную информацию см. в разделе "Сопряжение устройств" on page 14.

1. Включите OH1, нажимая на кнопку, пока не загорится светодиодный индикатор, и отпустите.
2. Теперь устройство OH1 включено, и его можно использовать в качестве датчика частоты сердечных сокращений с наручным устройством Polar.
3. Как только частота пульса будет определена, светодиодный индикатор начнет мигать зеленым светом раз в две секунды.
4. Начало тренировки с наручным устройством Polar

После тренировки вы можете остановить запись из наручного устройства Polar. Затем синхронизируйте тренировку с приложением и онлайн-сервисом Flow, чтобы просмотреть детали тренировки. Для получения более подробной информации см. раздел "Синхронизация" on page 23.

 Обратите внимание, что фитнес-тест Polar и ортостатический тест, доступные на определенных наручных устройствах и велосипедных компьютерах Polar, не могут быть выполнены с Polar OH1.

 Если использовать OH1 с наручным устройством Polar, иногда тренировка может отображаться в онлайн-сервисе и приложении Polar Flow дважды. Это может произойти, когда во время начала тренировки случайно включается запись OH1. Повторяющуюся тренировку можно удалить в онлайн-сервисе и приложении Flow.

НАЧАЛО ТРЕНИРОВКИ С POLAR BEAT

Перед тем, как начать, убедитесь, что устройство OH1 подключено к Polar Beat. Более подробную информацию см. в разделе "Сопряжение устройств" on page 14.

1. Включите OH1, нажимая на кнопку, пока не загорится светодиодный индикатор, и отпустите.
2. Теперь устройство OH1 включено, и его можно использовать в качестве датчика частоты сердечных сокращений с Polar Beat.
3. Как только частота пульса будет определена, светодиодный индикатор начнет мигать зеленым светом раз в две секунды.
4. Начало тренировки с Polar Beat.

После тренировки вы можете остановить запись, коснувшись кнопки остановки в Polar Beat.

ПРИЛОЖЕНИЕ POLAR FLOW

Приложение Polar Flow для мобильных устройств позволяет в любое время мгновенно получить сводку по вашей тренировке.

ДАННЫЕ ПО ТРЕНИРОВКЕ

С приложением Polar Flow вы можете легко просматривать информацию о прошлых и планируемых тренировках.

Получайте краткий обзор своей тренировки и сразу же детально анализируйте свои результаты. Просматривайте недельные сводки по своей тренировке в дневнике. Вы можете также делиться основными моментами тренировки со своими друзьями с помощью функции публикации изображения.

ПУБЛИКАЦИЯ ИЗОБРАЖЕНИЯ

С помощью функции «Публикация изображения» в приложении Flow можно делиться изображениями со сведениями о тренировке в самых популярных соцсетях, таких как Facebook и Instagram. Вы можете поделиться либо существующим фото, либо сделать новое и добавить к нему сведения о тренировке. Если во время тренировки на устройстве включена запись GPS, то вы можете также поделиться снимком вашего маршрута.

Для просмотра видео щелкните эту ссылку:

[Приложение Polar Flow | Как делиться результатами тренировки с фото](#)

НАЧАЛО РАБОТЫ С ПРИЛОЖЕНИЕМ FLOW

Вы можете "Настройка OH1" on page 10 с помощью мобильного устройства и приложения Flow.

Перед началом работы с приложением Flow необходимо загрузить его на свое мобильное устройство через App Store® или Google Play™. За технической поддержкой и подробной информацией по использованию приложения Polar Flow обращайтесь на наш сайт в раздел www.polar.com/en/support/Flow_app.

Перед использованием нового мобильного устройства (смартфона, планшета) необходимо предварительно выполнить его сопряжение с устройством OH1. Для получения более подробной информации см. раздел "Сопряжение устройств" on page 14.

ОН1 синхронизирует ваши сведения о тренировке с приложением Flow автоматически после тренировки. Если на вашем телефоне есть интернет-соединение, то ваши данные о тренировках и активности будут также автоматически синхронизироваться с онлайн-сервисом Flow. Приложение Flow — это самый простой способ синхронизации данных устройства ОН1 с онлайн-сервисом Flow. Подробнее о синхронизации см. в разделе "Синхронизация" on page 23.

Больше информации и инструкций по функциям приложения Flow представлено на [странице службы поддержки приложения Polar Flow](#).

ОНЛАЙН-СЕРВИС POLAR FLOW

Онлайн-сервис Polar Flow позволяет вам спланировать и проанализировать все аспекты тренировки и узнать, насколько она была эффективна. Вы можете также делиться основными моментами тренировки со своими друзьями в сообществе Flow, записываться на занятия вашего клуба и получать персонализированную программу тренировки для подготовки к забегу.

Онлайн-сервис Polar Flow также отображает вашу цель ежедневной активности, процент ее выполнения и детали активности, а также помогает вам понять, как ваши привычки и предпочтения влияют на ваше здоровье.

Вы можете "Настройка ОН1" on page 10 с помощью компьютера на flow.polar.com/start. Там вы получите рекомендации по загрузке и установке программного обеспечения FlowSync для синхронизации данных между вашим устройством ОН1 и онлайн-сервисом, а также узнаете, как создать учетную запись пользователя онлайн-сервиса. Если вы выполняли настройку с помощью мобильного устройства и приложения Flow, вы можете войти в онлайн-сервис Flow, используя данные учетной записи, которые вы создали во время настройки.

ЛЕНТА НОВОСТЕЙ

В **Ленте** отображаются новости от вас и ваших друзей. Просматривайте последние тренировки и сводки по активности, делитесь своими лучшими достижениями, комментируйте тренировки друзей и ставьте им отметку «Нравится».

МАРШРУТЫ

Функция **Исследование** позволяет осуществлять навигацию по карте и просматривать общедоступные тренировки с маршрутами других пользователей. Вы также можете просматривать чужие пройденные маршруты, где были показаны примечательные результаты.

Для просмотра видео щелкните эту ссылку:

ДНЕВНИК

Функция **Дневник** позволяет вам просматривать свои данные по ежедневной активности, сну и запланированным тренировкам (тренировочные цели), а также анализировать результаты прошлых тренировок.

ПРОГРЕСС

Функция **Прогресс** позволяет составлять отчеты для контроля ваших достижений.

Отчеты по тренировке удобны для отслеживания вашего прогресса на протяжении длительного периода. Вы можете получить отчет за неделю, месяц или год по каждому виду спорта. Вы также можете задать свой временной интервал. Выберите период времени и вид спорта из выпадающего перечня, а затем нажмите на значок колеса, чтобы выбрать данные для отображения в отчете.

С помощью отчетов по активности вы сможете отслеживать долгосрочную тенденцию вашей ежедневной активности. Можно получить отчет за день, неделю или месяц. В отчетах по активности можно просмотреть свои наилучшие дни по активности, шагам, калориям и сну за выбранный промежуток времени.

Отчет по Running Index — это инструмент, который помогает отслеживать Running Index в долгосрочной перспективе, а также оценивать ваш успех, например, в пробежке 10 км или полумарафона.

СООБЩЕСТВО

В разделах **Группы Flow**, **Клубы** и **События** можно найти участников, которые готовятся к тому же событию или посещают тот же спортивно-оздоровительный клуб, что и вы. Или же вы можете создать собственную группу для людей, с которыми хотите тренироваться. Вы можете делиться своими занятиями и советами по тренировкам, комментировать результаты тренировки других участников и быть частью сообщества Polar. В разделе «Группы Flow» можно просматривать расписания занятий и записываться на занятия. Присоединяйтесь и заряжайтесь мотивацией из ваших сообществ по тренировкам!

Для просмотра видео щелкните эту ссылку:

[События Polar Flow](#)

ПРОГРАММЫ

Программа бега Polar Running Program адаптируется специально под вашу цель, основанную на зонах частоты сердечных сокращений, с учетом ваших физических параметров и опыта тренировок. Это интеллектуальная программа, которая адаптируется под ваше развитие. Программа Polar Running Program доступна для подготовки к забегам на 5 км, на 10 км, а также для полумарафона и марафона, и состоит из двух-пяти беговых тренировок в неделю, в зависимости от программы. Она очень проста!

За технической поддержкой и подробной информацией по использованию онлайн-сервиса Flow перейдите на наш сайт в раздел support.polar.com/en/support/flow.

СИНХРОНИЗАЦИЯ

Вы можете передавать данные с вашего устройства OH1 в приложение Polar Flow посредством беспроводной технологии Bluetooth. Или же вы можете синхронизировать OH1 с онлайн-сервисом Polar Flow, используя USB-порт и программу FlowSync. Чтобы синхронизировать данные вашего устройства OH1 с приложением и приложением Flow, вам необходимо иметь учетную запись Polar. Если вы хотите синхронизировать данные с онлайн-сервисом OH1 непосредственно из OH1, то помимо учетной записи Polar вам нужна программа FlowSync. Если вы настроили OH1, то вы создали учетную запись Polar. Если вы настроили OH1 с помощью компьютера, то на вашем компьютере установлена программа FlowSync.

Помните о необходимости регулярной синхронизации данных между OH1, онлайн-сервисом и приложением для мобильных устройств.

ВЫПОЛНИТЕ СИНХРОНИЗАЦИЮ С ПРИЛОЖЕНИЕМ ДЛЯ МОБИЛЬНЫХ УСТРОЙСТВ FLOW

Перед синхронизацией необходимо убедиться в том, что:

- У вас есть учетная запись Polar и приложение Flow.
- На вашем мобильном устройстве включен Bluetooth и отключен режим «В самолете».
- Вы выполнили сопряжение OH1 и мобильного устройства. Для получения более подробной информации см. раздел "Сопряжение устройств" on page 14.

Синхронизация данных:

1. Войдите в приложение Flow под своей учетной записью Polar.
2. Нажмите на OH1 кнопку, пока не загорится светодиодный индикатор, и отпустите. Теперь устройство OH1 включено.

3. Устройство OH1 автоматически синхронизируется с приложением Flow, если телефон находится в зоне досягаемости Bluetooth.

 *Устройство OH1 автоматически синхронизируется с приложением Flow после окончания тренировки, если телефон находится в зоне досягаемости Bluetooth. При синхронизации устройства OH1 с приложением Flow ваши данные о тренировках также будут автоматически синхронизированы через интернет-соединение с онлайн-сервисом Flow.*

За технической поддержкой и подробной информацией по использованию приложения Polar Flow обращайтесь на наш сайт в раздел www.polar.com/en/support/Flow_app.

СИНХРОНИЗАЦИЯ С ОНЛАЙН-СЕРВИСОМ FLOW ПРИ ПОМОЩИ ПРОГРАММЫ FLOWSYNC

Чтобы синхронизировать данные с онлайн-сервисом Flow, необходима программа FlowSync. Перейдите на веб-сайт flow.polar.com/start, загрузите и установите программу FlowSync перед синхронизацией.

1. Установите датчик в USB-адаптер так, чтобы линза была обращена вверх, а контакты на датчике и USB-адаптере совмещались.
2. Воткните USB-адаптер в компьютер через USB-порт. Проверьте, запущена ли программа FlowSync.
3. На экране компьютера вы увидите окно программы FlowSync, означающее, что синхронизация началась.
4. По завершении синхронизации вы увидите сообщение «Синхронизация выполнена».

При каждом подключении устройства OH1 к компьютеру программа Polar FlowSync будет осуществлять передачу ваших данных на онлайн-сервис Flow и синхронизировать возможные изменения настроек. Если синхронизация не началась автоматически, запустите программу FlowSync на рабочем столе (для Windows) или из папки приложений (для Mac OS X). Программа FlowSync будет уведомлять вас о появлении обновлений и запрашивать их установку.

 *При изменении настроек в онлайн-сервисе Flow, пока устройство OH1 подключено к компьютеру, нажмите кнопку синхронизации на FlowSync для передачи настроек на устройство OH1.*

За технической поддержкой и подробной информацией по использованию онлайн-сервиса Flow перейдите на наш сайт в раздел support.polar.com/en/support/flow.

За технической поддержкой и подробной информацией по использованию программы FlowSync обращайтесь на наш сайт в раздел support.polar.com/en/support/FlowSync.

АККУМУЛЯТОР

Чтобы свести к минимуму возможное влияние на окружающую среду и здоровье человека, предприятие Polar настоятельно рекомендует утилизировать отработавшие электронные устройства в соответствии с местными требованиями, по возможности сдавая их в специализированные пункты. Запрещается выбрасывать изделия вместе с бытовыми отходами.

ЗАРЯДКА АККУМУЛЯТОРА OH1

Устройство OH1 работает от встроенного перезаряжаемого аккумулятора. Перезаряжаемые аккумуляторы имеют ограниченное число циклов зарядки. Вы можете заряжать и разряжать аккумулятор более 300 раз до того, как заметите ощутимую потерю производительности. Число циклов зарядки зависит от особенностей и условий эксплуатации.

 *Не заряжайте аккумулятор при температуре ниже 0°C, выше +40°C или если контакты влажные.*

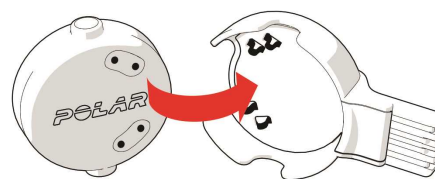
Используйте USB-адаптер, идущий в комплекте с изделием, для его зарядки через USB-порт компьютера. Заряжать аккумулятор можно также от сетевой розетки. Для зарядки от сетевой розетки вам потребуется USB-адаптер (в комплект не входит). При использовании USB-адаптера убедитесь в том, что на нем стоит маркировка "output 5Vdc" и его минимум - 500 мА. Разрешается использовать только USB-адаптер, имеющий маркировку, подтверждающую его безопасность: "LPS", "Limited Power Supply" или "UL listed".

 *Перед зарядкой убедитесь в отсутствии влаги, волос, пыли и других загрязнений в OH1 или в коннекторах USB-адаптера. Протрите загрязненный участок и смахните грязь. Не используйте для чистки острые предметы во избежание царапин.*

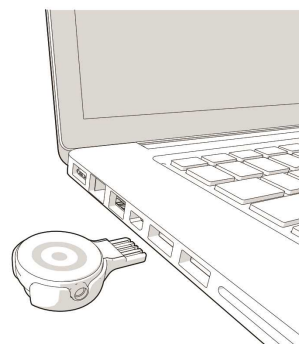
Для зарядки от компьютера просто подсоедините ОН1 к компьютеру. Одновременно можно синхронизировать устройство через FlowSync.

1. Установите датчик в USB-адаптер так, чтобы линза была обращена вверх, а контакты на датчике и USB-адаптере совмещались (рисунок 1).
2. Вставьте USB-адаптер в компьютер через USB-порт или в розетку с помощью USB-коннектора (рисунок 2).

1.



2.



УХОД ЗА УСТРОЙСТВОМ ОН1

Как и любое электронное устройство, Polar ОН1 требует регулярной очистки и бережного отношения. Далее мы приводим рекомендации, которые помогут вам соблюсти условия гарантии, сохранить устройство в превосходном состоянии и избежать проблем с зарядкой и синхронизацией.

РЕГУЛЯРНО ОЧИЩАЙТЕ ОН1

После каждой тренировки протирайте ОН1 от пыли и грязи мягким полотенцем.

Поддерживайте устройство ОН1 и контакты USB-адаптера ОН1 в чистоте для бесперебойной зарядки и синхронизации.

Перед зарядкой убедитесь в отсутствии влаги, волос, пыли и других загрязнений в ОН1 или в контактах USB-адаптера. Протрите загрязненный участок и смахните грязь. Во избежание царапин, не используйте для чистки острые предметы.

Поддерживайте контакты ОН1 в чистоте для их эффективной защиты от окисления и прочего возможного повреждения, вызванного грязью и соленой водой (например, пот или морская вода).

Не заряжайте ОН1, если контакты влажные или на них есть следы пота.

ТЩАТЕЛЬНО УХАЖИВАЙТЕ ЗА ОПТИЧЕСКИМ ДАТЧИКОМ ЧАСТОТЫ СЕРДЕЧНЫХ СОКРАЩЕНИЙ

Не допускайте загрязнения и царапин оптического датчика. Тем не менее, небольшие царапины не должны повлиять на работу функции измерения частоты сердечных сокращений оптического

датчика.

ХРАНЕНИЕ

Устройство для тренировок следует хранить в прохладном сухом месте. Запрещается хранение при высокой влажности воздуха, а также в воздухонепроницаемой оболочке (пакете или спортивной сумке), а также рядом с проводящими материалами (например, влажными полотенцами). Запрещается подвергать устройство продолжительному воздействию прямых солнечных лучей, например, оставив его на приборной панели в автомобиле. Рекомендуется хранить устройство с полностью или частично заряженной батареей. При хранении батарея постепенно разряжается. Если устройство хранится в состоянии покоя на протяжении нескольких месяцев, рекомендуется периодически заряжать его повторно. Это продлит срок службы батареи.

Не подвержайте устройство воздействию экстремально низких (ниже $-10^{\circ}\text{C}/14^{\circ}\text{F}$) и высоких (выше $50^{\circ}\text{C}/120^{\circ}\text{F}$) температур или прямых солнечных лучей.

ОБСЛУЖИВАНИЕ

На протяжении двухлетнего гарантийного периода рекомендуем вам обслуживать датчик только в авторизованных сервисных центрах Polar. Гарантия не покрывает прямой и косвенный ущерб, вызванный обслуживанием в неавторизованном Polar Electro сервисе. Подробную информацию см. в Ограниченной международной гарантии Polar.

Узнать контактные данные и адреса всех авторизованных сервисных центров Polar вы можете на сайте support.polar.com и на сайтах Polar в вашей стране.

МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ

Устройство OH1 создано для измерения частоты сердечных сокращений. Устройство предназначено исключительно для использования по описанному выше назначению.

Устройство для тренировок не предназначено для получения точных данных об окружающей среде в профессиональных или промышленных целях.

Рекомендуется периодически мыть устройство и браслет, во избежание проблем с кожей, обусловленных грязным браслетом.

ПОМЕХИ ВО ВРЕМЯ ТРЕНИРОВКИ

Электромагнитные помехи и оборудование для тренировок

При наличии поблизости электрических устройств возможны помехи. Помехи также возможны при использовании устройства в зоне действия беспроводных сетей (WLAN). Во избежание ошибочного чтения данных или сбоев в работе рекомендуется проводить тренировки подальше от возможных источников помех.

Вспомогательное оборудование для тренировок с электрическими или электронными компонентами, например, светодиодными дисплеями, двигателями или электрическими тормозами, может стать источником вызывающего помехи случайного сигнала.

Если устройство для тренировок по-прежнему плохо работает со вспомогательным оборудованием, возможно, слишком сильный электрический шум затрудняет беспроводные измерения ЧСС. Подробную информацию см. на сайте www.polar.com/support.

КАК СВЕСТИ К МИНИМУМУ РИСК ВО ВРЕМЯ ТРЕНИРОВОК

Тренировки могут быть сопряжены с определенным риском. Перед тем как приступить к регулярным тренировкам, рекомендуется ответить на следующие вопросы о вашем состоянии здоровья. Если вы ответили «Да» хотя бы на один из этих вопросов, перед началом любых тренировок рекомендуем вам проконсультироваться с врачом.

- Вы вели малоподвижный образ жизни на протяжении последних 5 лет?
- У вас высокое кровяное давление или высокий уровень холестерина в крови?
- Вы принимаете лекарства для контроля кровяного давления или для сердца?
- У вас было расстройство органов дыхания?
- У вас есть симптомы какого-либо заболевания?
- Вы находитесь в стадии восстановления после тяжелого заболевания или медицинского лечения?
- Вы используете кардиостимулятор или другое имплантированное электронное устройство?
- Вы курите?
- Вы беременны?

Имейте в виду, что на частоту сердечных сокращений помимо интенсивности тренировок могут влиять такие факторы, как прием препаратов для сердца, кровяное давление, психологическое состояние, астма, заболевания органов дыхания и т. п., а также употребление энергетических напитков, алкоголя и никотина.

Важно обращать внимание на сигналы, которые подает вам ваше тело во время тренировки. **При возникновении резкой боли или переутомления рекомендуется прекратить тренировку или снизить ее интенсивность.**

Внимание! Устройства Polar разрешены к использованию совместно с кардиостимулятором. В теории влияние устройств Polar на кардиостимулятор невозможно. На практике нет данных о том, что кто-либо ощутил такое влияние. Однако мы не можем официально гарантировать совместимость нашей продукции со всеми существующими кардиостимуляторами и другими имплантированными устройствами из-за их многообразия на рынке. При появлении любых сомнений или необычных ощущений при использовании продукции Polar обратитесь к врачу или производителю имплантированного устройства, чтобы убедиться в отсутствии риска для вас.

Если вы страдаете контактной аллергией или подозреваете аллергическую реакцию, связанную с использованием продукции Polar, обратитесь к перечню используемых материалов в разделе «Технические спецификации».

 Комбинированное воздействие влаги и интенсивного трения может привести к истиранию цвета с поверхности датчика ЧСС и загрязнению одежды. При нанесении на кожу парфюмерных средств, лосьона для/от загара или инсектицидов убедитесь в том, что эти вещества не контактируют с устройством для тренировок или датчиком ЧСС. Не носите одежду, цвет которой при соприкосновении с устройством для тренировок может изменить цвет устройства (особенно это касается устройств светлых/ярких цветов).

 Этот продукт — не игрушка. Не позволяйте детям или домашним животным играть с ним. Этот продукт содержит мелкие детали, представляющие опасность удушья.

ТЕХНИЧЕСКАЯ СПЕЦИФИКАЦИЯ

ОН1

Время работы:	До 12 часов непрерывной тренировки
Тип аккумулятора:	Перезаряжаемый литий-полимерный аккумулятор 45 мА/ч
Объем памяти:	До 200 часов тренировки
Рабочая температура:	от -10 °C до +50 °C / от 14 °F до 122 °F
Материалы датчика ОН1:	АБС-пластик, АБС-пластик+стеклопластик, ПММА, нержавеющая сталь 316
Материалы браслета:	SUS 304 (нержавеющая сталь), покрытие из полиамида, полиэфирные волокна (внутри: хлоропеновая резина), полиэстер, полиамид
Материалы USB-адаптера:	Поликарбонат+АБС-пластик, SUS 301

	(нержавеющая сталь), позолота
Водонепроницаемость:	30 м (пригодно для купания и плавания)

Использует беспроводную технологию Bluetooth®.

ПРОГРАММА FLOWSYNC

Для использования программы FlowSync вам потребуется компьютер с установленной на нем операционной системой Microsoft Windows или Mac OS X, подключением к сети Интернет и свободным USB-портом.

Программа FlowSync совместима со следующими операционными системами:

ОС	32 бит	64 бит
Windows XP	X	
Windows 7	X	X
Windows 8	X	X
Windows 8.1	X	X
Windows 10	X	X
OS X 10.9		X
OS X 10.10		X
OS X 10.11		X
macOS 10.12		X
macOS 10.12		X

СОВМЕСТИМОСТЬ ПРИЛОЖЕНИЯ ДЛЯ МОБИЛЬНЫХ УСТРОЙСТВ POLAR FLOW

Устройства Polar работают с большинством современных смартфонов. Вот минимальные требования:

- Мобильные устройства на базе iOS iPhone 5 и более поздние версии.
- Мобильные устройства на базе Android с поддержкой Bluetooth 4.0 и версией Android не ниже 4.4 (см. полную инструкцию производителя телефона).

Различные устройства на базе Android могут абсолютно по-разному работать с технологиями, используемыми нашими продуктами и услугами, например, с Bluetooth Low Energy (BLE), а также с различными стандартами и протоколами. Вследствие этого, совместимость отличается среди различных производителей телефонов, и, к сожалению, Polar не может гарантировать работу всех функций на всех устройствах.

ВОДОНЕПРОНИЦАЕМОСТЬ ПРОДУКЦИИ POLAR

Для часов уровень водонепроницаемости обычно указывается в метрах, что означает давление статичной воды на этой глубине. В устройствах Polar используется такой же принцип. Водонепроницаемость продукции Polar тестируется в соответствии со стандартом Международной электротехнической комиссии **ISO 22810** или **IEC60529**. Перед продажей каждое водонепроницаемое устройство Polar испытывается гидравлическим давлением.

Продукция Polar подразделяется на четыре класса водонепроницаемости. Посмотрите категорию водонепроницаемости вашего устройства Polar с его обратной стороны и сравните ее с данными таблицы, приведенной ниже. Данные значения могут не распространяться на продукцию других производителей.

Во время любой физической активности под водой динамическое давление, создаваемое движущейся водой, выше статического давления. Это означает, что при движении устройства под водой оно подвержено большему давлению, чем если бы оно было неподвижно.

Маркировка с обратной стороны устройства	Капли воды, пот, капли дождя и т. д.	Плавание и купание	Подводное плавание с трубкой (без баллона с воздухом)	Подводное плавание (с аквалангом)	Характеристики водонепроницаемости
Водонепроницаем IPX7	ОК	-	-	-	Запрещается промывать водой под давлением. Защищено от брызг, капель дождя и т. д. Эталонный стандарт: IEC60529.
Водонепроницаемость IPX8	ОК	ОК	-	-	Минимум для купания и плавания. Эталонный стандарт: IEC60529.
Водонепроницаемость Водонепроницаемость на 20/30/50 метров	ОК	ОК	-	-	Минимум для купания и плавания. Эталонный стандарт:

Пригодно для плавания					ISO22810.
Водонепроницаемость на 100 метров	OK	OK	OK	-	Для частого использования в воде, но не для подводного плавания с аквалангом. Эталонный стандарт: ISO22810.

ОГРАНИЧЕННАЯ МЕЖДУНАРОДНАЯ ГАРАНТИЯ POLAR

- Данная гарантия не ограничивает права покупателя, защищенные применимым национальным или региональным законодательством, а также права покупателя в отношении дилера, возникающие в связи с договором купли-продажи.
- Предприятие Polar Electro Inc. предоставляет данную ограниченную международную гарантию покупателям, которые приобрели продукцию Polar на территории США или Канады. Предприятие Polar Electro Oy предоставляет данную ограниченную международную гарантию покупателям, которые приобрели продукцию Polar на территории других стран.
- Предприятие Polar Electro Oy / Polar Electro Inc. гарантирует покупателю данного устройства отсутствие дефектов материалов и производства на протяжении двух (2) лет с даты покупки.
- Подтверждением покупки является ваш товарный чек!
- Гарантия не распространяется на аккумуляторы и не покрывает нормальный износ, а также ущерб, вызванный ненадлежащим и неаккуратным использованием, несчастные случаи или случаи несоблюдения мер предосторожности; ненадлежащее обслуживание, использование в коммерческих целях, механические повреждения корпуса и дисплея, крепежных ремней и экипировки Polar.
- Гарантия не покрывает любой ущерб или убытки, прямые, косвенные, случайные или последовательные, связанные с продукцией или ее использованием.
- Двухлетняя гарантия не распространяется на бывшую в употреблении и купленную у третьих лиц продукцию, если иное не предусмотрено местным законодательством.
- На протяжении гарантийного периода товар может быть отремонтирован или заменен в любом авторизованном сервисном центре Polar вне зависимости от страны приобретения.

Гарантия на любую продукцию ограничена той страной, где продукция была изначально приобретена.



Продукция соответствует директивам 2014/53/EU и 2011/65/EU. Действующая декларация соответствия и прочая нормативная информация доступна здесь: www.polar.com/ru/regulatory_information.



Перечеркнутое изображение мусорного контейнера означает, что продукция Polar является электронным устройством и попадает под действие Директивы Европарламента и Совета ЕС по отходам производства электрического и электронного оборудования 2012/19/EU. На аккумуляторы, входящие в состав продукции, распространяется действие Директивы Европарламента и Совета ЕС от 6 сентября 2006 г. по батареям, аккумуляторам и их утилизации 2006/66/EC. Продукция Polar, а также входящие в ее состав батареи и аккумуляторы в странах ЕС должны утилизироваться отдельно. Предприятие Polar призывает вас свести к минимуму возможное вредное воздействие на окружающую среду и здоровье человека и соблюдать правила утилизации отходов и за пределами ЕС. Электронные устройства и изделия рекомендуется утилизировать отдельно от бытовых отходов, а батареи и аккумуляторы сдавать в специальные пункты приема.

Производитель Polar Electro Oy, Professorintie 5, FI-90440 KEMPELE, Tel +358 8 5202 100, Fax +358 8 5202 300, www.polar.com.

Предприятие Polar Electro Oy имеет сертификацию ISO 9001:2008.

© 2017 Polar Electro Oy, FI-90440 KEMPELE, Финляндия. Все права защищены. Запрещается использование или воспроизводство любой части данного руководства любыми средствами и в любой форме без предварительного письменного разрешения Polar Electro Oy.

Все содержащиеся в данном руководстве пользователя или на упаковке продукции названия и логотипы являются товарными марками Polar Electro Oy. Все содержащиеся в данном руководстве пользователя или на упаковке продукции названия и логотипы, отмеченные символом ®, являются зарегистрированными товарными марками Polar Electro Oy. Windows является зарегистрированной торговой маркой корпорации Microsoft Corporation, а Mac OS является зарегистрированной торговой маркой компании Apple Inc. Слово и логотип Bluetooth® являются зарегистрированными торговыми марками Bluetooth SIG, Inc. и используются предприятием Polar Electro Oy в рамках соответствующей лицензии.

ОТКАЗ ОТ ОТВЕТСТВЕННОСТИ

- Все содержащиеся в данном руководстве сведения имеют исключительно информативный характер. Производитель постоянно совершенствует свою продукцию и может вносить в нее изменения без предварительного уведомления.
- Polar Electro Inc. / Polar Electro Oy не берет на себя никаких гарантийных и прочих обязательств, связанных с данным руководством или описанной в нем продукцией.
- Polar Electro Inc. / Polar Electro Oy не несет ответственности за любой ущерб, убытки или расходы, прямые, косвенные или случайные, последовательные или особые, связанные с использованием данного руководства или описанной в нем продукции.

1,4 RU 11/2017