POLAR
LISTENS TO YOUR BODY

POLAR FT1
POLAR FT2

Руководство пользователя

Содержание:

1. Преимущества тренировки с пульсометром Polar FT1/ FT2 3

2. Начало использования 5
Знакомство с FT1/FT2 5
Меню 5
Значки на дисплее 5
Кнопка управления 6
Настройки 6
Время 6
Дата 7
Возраст* 8
Границы пульса и будильник 8

3. Тренировка 10
Использование кардиопередатчика 10
Начало тренировки 10
Во время тренировки 10
Конец тренировки 11

4. Просмотр тренировочных файлов 12

5. Важная информация 13
Уход за устройством 13
Сервис 13
Замена батареек 13
Предостережения 13
Проблемы с устройством 15
Технические характеристики 16
Гарантия 16

1. Преимущества тренировки с пульсометром POLAR FT1/ POLAR FT2

Тренировка на базе ЧСС

Ваше сердце является самым точным индикатором, определяющим интенсивность тренировки. Отслеживая свой пульс, вы сможете контролировать тренировочную нагрузку, увеличивая или снижая интенсивность, в зависимости от уровня вашей физической подготовки и целей. Несмотря на то, что существует довольно большое количество субъективных показателей для определения реакции организма на тренировку (ощущаемое напряжение организма, частота дыхания, физические ощущения), ни один из них не дает настолько точную информацию о вашем состоянии. Частота сердечных сокращений - объективный показатель, дающий точную оценку состояния организма, на который не влияют внутренние ощущения тренирующегося или какие-либо внешние факторы.

Использование FT1/FT2 во время тренировки:

- Дает информацию о реакции вашего организма на тренировку
- Помогает избежать перенапряжения (новички часто тренируются с повышенной интенсивностью)
- Помогает контролировать тренировочную нагрузку
- Дает обратную связь об улучшении физической подготовки

Интенсивность тренировки

Максимальный пульс (HR_{max}) это показатель, исходя из которого, можно определить целевые спортивные зоны . HR_{max} это максимальное значение ударов сердца в минуту (bpm) во время интенсивной физической нагрузки. HR_{max} можно высчитать по формуле, учитывающей ваш возраст: 220 - возраст = HRmax.

Тренировочная нагрузка может отображаться в процентах от HR_{max}.

Существует 3 вида интенсивности нагрузки: Легкая, Умеренная и Высокая.

Нагрузка	Интенсивность % от HR_{max}	Тренировочные преимущества
Высокая	80-90%	• Преимущества: увеличивает мощность • Ощущения: усталость мышц и тяжелое дыхание • Рекомендовано для: хорошо подготовленных спортсменов для коротких тренировок
Умеренная	70-80%	• Преимущества: улучшает аэробное состояние • Ощущения: нормальное дыхание, умеренное потоотделение • Рекомендовано для: каждого человека для стандартных тренировок средней продолжительности
Легкая	60-70%	• Преимущества: улучшает выносливость и ускоряет восстановление организма • Ощущения: комфортные, легкое дыхание, небольшая нагрузка на мышцы, легкое потоотделение • Рекомендовано для: каждого

Таблица 1. Тренировочная нагрузка и преимущества.

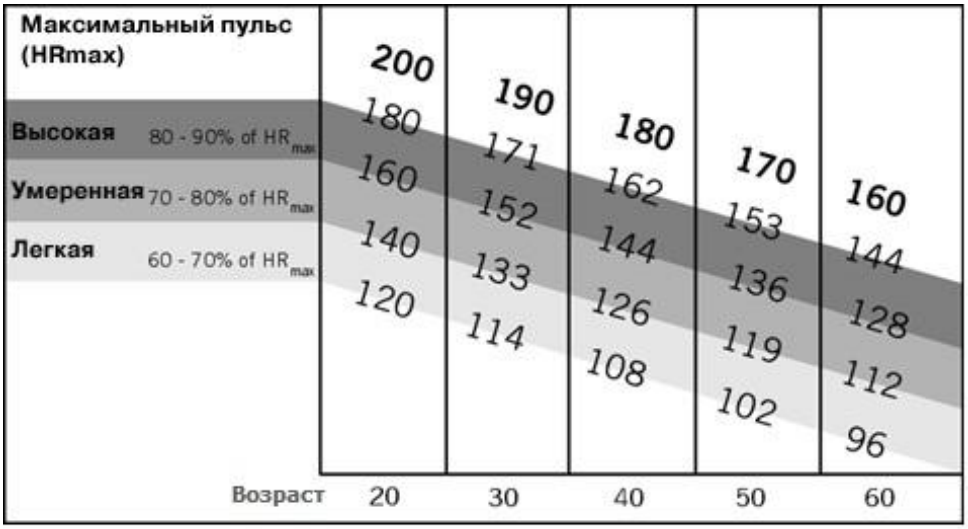
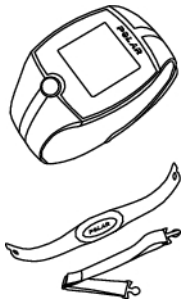


Таблица 2. Пример тренировочной нагрузки по зонам ЧСС, основанным на возрасте

2. НАЧАЛО ИСПОЛЬЗОВАНИЯ

Знакомство с пульсометром FT1/FT2

Во время тренировки **на экране монитора** отображается время, пульс и другие данные. Также вы можете носить пульсометр как обычные часы.

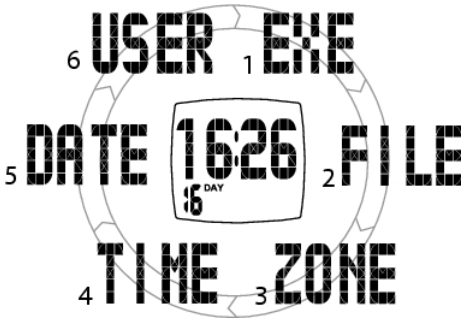


Кардиопередатчик передает сигнал ЧСС на монитор.

Зарегистрируйте устройство на http://register.polar.fi/ для того чтобы мы продолжали улучшать выпускаемые девайсы и сервис, учитывая ваши пожелания.

Меню

Управление монитора происходит при помощи одной кнопки. Нажмите на кнопку в режиме **отображения времени** (когда дисплей показывает время дня, дату и день недели) для того, чтобы войти в меню:

Нажатие кнопки	Раздел	Структура меню
x 1	**EXE** (exercise) режим тренировки для измерения ЧСС	
x 2	**FILE** просмотр тренировочных файлов	
x 3	**ZONE** установка целевых зон вручную	
x 4	**TIME** установка времени	
x 5	**DATE** установка даты	
x 6	**USER** установка возраста*	

* Опция доступна только на мониторе Polar FT2.

Значки на дисплее

Символ	Описание
	Низкий заряд батареи.
	Сигнал выбранной целевой зоны активен.
	Значок часов отображает время дня в режиме тренировки и установки времени.
	Сигнал ЧСС передается на монитор и вы находитесь в целевой зоне.
	Ваш пульс ниже установленной целевой зоны.
	Ваш пульс выше установленной целевой зоны.
	Показывает текущий день недели в режиме отображения времени.
	Показывает количество разделов в меню. Во время пролистывания меню этот значок показывает на каком уровне вы находитесь в текущий момент.
	Отображает 10ти минутную тренировку.
	При отображении этого символа вы можете увеличить редактируемое значение на одну единицу.
	При отображении этого символа вы можете уменьшить редактируемое значение на одну единицу.

Кнопка управления

Кнопка монитора имеет различный функционал в зависимости от момента использования.

Нажмите кнопку для

- переключения меню (**EXE**, **FILE**, **ZONE**, **TIME**, **DATE**, **USER***).
- выбора следующего раздела в меню **FILE**.
- увеличения значения при отображения значка ⊕. Однократное нажатие кнопки увеличивает редактируемое значение на одну единицу.
- уменьшения значения при отображения значка ⊖. Однократное нажатие кнопки уменьшает редактируемое значение на одну единицу.
- Подтверждения выбранного значения при отображении значка **OK?**.

* Опция доступна только на мониторе Polar FT2.

Нажмите и удерживайте кнопку для

- *Возврата в режим отображения времени, за исключением режима Тренировки. Нажмите и удерживайте кнопку пока на дисплее не отобразится* **EXIT**.
- ***активации/деактивации сигнала целевой зоны в режиме Тренировк.*** *Нажмите и удерживайте кнопку пока не появится значок* .
- ***Активации подсветки в режиме отображения времени.*** *После активации этой опции, вы сможете включить подсветку в любом режиме простым нажатием кнопки. Опция подсветки деактивируется при нахождении кнопки в состоянии покоя более пяти минут. Если вы начинаете тренироваться с активированной подсветкой, она будет оставаться активной до конца тренировочной сессии. Во время тренировки вы можете включить подсветку при помощи функции HeartTouch.*

Настройки

Установка времени

1. В режиме отображения времени нажмите кнопку 4 раза. **TIME** отобразилось.

2. Подождите пока отобразится и начнет мигать **12h** или **24h**. Нажмите кнопку для выбора формата отображения времени.

3. Подождите появления значка **OK?** И нажмите кнопку для подтверждения своего выбора.

Если вы выбрали **12h** (12ти часовой) формат времени, выберите **AM** или **PM**. Подождите пока не появится **OK?** и нажмите кнопку для подтверждения своего выбора.

4. Подождите пока часовое значение начнет мигать на экране. Отрегулируйте значение при помощи символа плюс или минус. Значок минус появится спустя две секунды после того как вы увеличили значение.

5. Подождите пока минутное значение начнет мигать на экране.
Отрегулируйте значение при помощи символа плюс или минус. Значок минус появится спустя две секунды после того как вы увеличили значение.

6. После того как вы отрегулировали значение, подождите появление значка **OK?**, и нажмите кнопку для подтверждения своего выбора.

Когда вы закончите установку, монитор вернется в режим отображения времени.

Установка даты

1. В режиме отображения времени нажмите кнопку 5 раз. **DATE** отобразилось.

2. Подождите пока значение дня (в 24часовом формате) или месяца (в 12часовом формате) будет отображаться и начнет мигать.
Отрегулируйте значение при помощи символа плюс или минус. Значок минус появится спустя две секунды после того как вы увеличили значение.

3. Подождите пока значение месяца (в 24часовом формате) или дня (в 12часовом формате) отобразится на экране.
Отрегулируйте значение при помощи символа плюс или минус. Значок минус появится спустя две секунды после того как вы увеличили значение.

4. После того как вы отрегулировали значение, подождите появление значка OK?, и нажмите кнопку для подтверждения своего выбора.

5. Отобразился значок **DAY** и индикатор дня недели мигает в верхней части дисплея.

6. Дни недели на экране отображаются следующим образом:
MON = Понедельник, **TUE** = Вторник, **WED** = Среда, **THU** = Четверг, **FRI** = Пятница, **SAT** = Суббота, **SUN** = Воскресенье
Нажмите кнопку для выбора дня недели в момент отображения значка плюс.

7. После того, как вы выбрали день недели, подождите пока появится значок **OK?**, и нажмите кнопку для подтверждения выбора.

Когда вы установили дату, монитор возвращается в режим отображения времени.

Установите свой возраст*

* Опция доступна только на мониторе Polar FT2.

1. В режиме отображения времени, нажмите кнопку 6 раз. Отобразилось **USER**.

2. Подождите когда отобразится **AGE**.

3. Значение возраста начнет мигать. Отрегулируйте его при помощи кнопки.

4. После того, как вы отрегулировали значение, подождите когда появится значок **OK?**, и нажмите кнопку для подтверждения выбора.

   После этого отобразится ZONE SET (установка зон). Ваши зоны ЧСС, основанные на значении возраста, установлены. Верхняя граница 85%, а нижняя 65 % от вашего максимального значения пульса. Если вы хотите изменить границы зон в соответствии с необходимой вам интенсивностью тренировки, перейдите в раздел Установки Целевых Зон и Звукового сигнала.

После установки вашего возраста, монитор вернется в режим отображения времени.

Установка целевых зон и звукового сигнала.

Для того, чтобы убедиться что вы тренируетесь с правильной интенсивностью, установите целевые зоны и сигнал оповещения о выходе за их пределы. При выходе за пределы установленных значений ЧСС, монитор подаст звуковой сигнал. Для большей информации о зонах ЧСС и интенсивности тренировки, посмотрите преимущества вашего монитора Polar FT1/FT2 (стр. 3).

Звуковой сигнал дает вам понять что вы находитесь за пределами целевой зоны.

1. В режиме отображения времени нажмите кнопку три раза. Отобразилась **ZONE**.

2. Вскоре появится значок **BEEP** и начнут мигать **ON** или **OFF** . Нажмите кнопку для выбора ON (активирует звуковой сигнал), или **OFF** (деактивирует его).

3. Когда вы выбрали желаемую опцию, подождите пока появится **OK?**, и нажмите кнопку для подтверждения своего выбора.

Ваш монитор FT2 training автоматически рассчитывает целевые зоны на основе того возраста, который вы ввели. Несмотря на это, вы можете установить зоны вручную, если у вас Polar FT1.

(Для того, чтобы пропустить эту установку, нажмите и удерживайте кнопку, пока на экране не появится **EXIT**.)

4. На дисплее отображается надпись **HIGH**. Подождите пока значение для верхней границы начнет мигать.
   Отрегулируйте значение. Увеличьте значение когда будет отображаться значок плюс. Уменьшить значение можно в момент отображения значка минус, который появится через две секунды после того, как вы увеличите значение.

   Верхняя граница пульса не может иметь меньшее значение чем нижняя.

5. Поле того как вы отрегулировали значение, подождите появления надписи **OK?,** и нажмите кнопку для подтверждения своего выбора.

6. На дисплее значок **LOW**. Подождите пока значение для установки нижней границы начнет мигать. Отрегулируйте значение.

7. После того, как вы зафиксировали необходимую вам цифру, подождите появление надписи **OK?** на экране монитора, и нажмите кнопку для подтверждения своего выбора.

После того, как вы установили целевые зоны, монитор возвращается в режим отображения времени.

3. Тренировка

Использование кардиопередатчика

1. Соедините концы ремешка при помощи застежки.
2. Отрегулируйте длину ремешка так, чтобы он сидел плотно, но при этом не мешал вашей тренировке. Зафиксируйте ремешок вокруг грудной клетки, и присоедините кардиопередатчик к ремешку.
3. Приподнимите кардиодатчик и намочите электроды при помощи воды или специального геля. Следите за тем, чтобы электроды плотно прилегали к телу, и непосредственно кардиопередатчик находится по центру грудной клетки.

Для более подробной информации об уходе за кардиопередатчиком, перейдите в раздел Уход за устройством (стр. 13)

Начало Тренировки

Перед тем как начать тренировку, убедитесь что на вас одет кардиопередатчик и наручные часы. В радиусе одного метра не должно быть других устройств во избежание помех.

1. Начните запись тренировки однократным нажатием кнопки.

Надпись **EXE** (Exercise) на экране.

2. Отсчет времени начнется в течение нескольких секунд. В момент поиска сигнала кардиопередатчика на дисплее отображается значок белого сердечка (это действие не должно занимать более 15ти секунд).

3. Ваш пульс отображается на экране. Мигающий значок сердечка означает непрерывное измерение ЧСС.

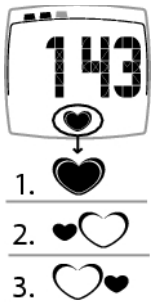
Включить (**ON**) или выключить (**OFF**) сигнал звукового оповещения в режиме тренировки можно нажатием и удержанием кнопки. *Сигнал оповещает вас о том, что вы вышли за пределы установленной целевой зоны.*

Во время тренировки

HeartTouch

Переключайте информацию на дисплее (Heart rate / Duration / Time) во время тренировки просто поднося часы к центру кардиопередатчика. Удерживайте монитор на близком расстоянии от кардиопередатчика пока не услышите звуковой сигнал и увидите желаемую информацию на дисплее.

Вы услышите звуковой сигнал, даже если он не установлен на целевой зоне.



1. **Пульс**
   Количество сердечных сокращений в минуту.
   Значок 1 = вы находитесь в целевой зоне.
   Значок 2 = ваш пульс ниже установленной границы.
   Значок 3 = ваш пульс выше установленной границы.

2. **Длительность тренировочной сессии**
   отображается в минутах и секундах, или в часах и минутах, в случае если тренировка длится больше часа.
   Каждый **Training Time Indicator (значок на верхней части дисплея)** отображает 10 минут тренировки. После часовой тренировочной сессии (или шести значков), счетчик обнуляется и запускается заново.

3. **Время**
   Отображается время.

Конец тренировки

Для остановки тренировочной сессии нажмите кнопку. На экране появится надпись **STOP** и монитор вернется в режим отображения времени.

4. ПРОСМОТР ТРЕНИРОВОЧНЫХ ФАЙЛОВ

Информация о последней тренировке остается в разделе **FILE** до момента записи новой сессии. При начале новой тренировки, информация о предыдущей сессии замещается текущей.

FILE защищен от случайного нажатия старта тренировки, и только записи, длящиеся более минуты, остаются в памяти монитора.

1. В режиме отображения времени дважды нажмите кнопку. На экране появится надпись **FILE**.

2. Немного подождите, и на экране отобразится **общая продолжительность тренировки**.

3. Нажмите кнопку. На экране отобразится **среднее значение ЧСС (AVG)** за время вашей тренировки.

4. Нажмите кнопку. На экране отобразится **максимальное значение ЧСС (MAX)** за время вашей тренировки.

5. Нажмите кнопку**.** На экране отобразится **дата** вашей последней тренировочной сессии.

Нажмите кнопку для возврата в режим отображения времени.

5. ВАЖНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

Уход за устройством

Как и любое другое электронное устройство, монитор сердечного ритма Polar требует особого ухода. Выполнение всего нескольких пунктов по уходу поможет вам сохранить устройство в надлежащем виде максимально длительный срок.

Монитор сердечного ритма и кардиопередатчик: Храните в прохладном сухом месте. Не храните во влажной среде, а также в упаковках, не пропускающих воздух (пластиковая или спортивная сумка) или с проводящим влагу предметом (влажное полотенце). Не подвергайте воздействию прямых солнечных лучей в течение длительного периода. Очистите при помощи мыла и вод, следом вытрите насухо полотенцем. Никогда не используйте спирт или абразивные материалы (металлические мочалки или чистящие химикаты). Не сгибайте и не растягивайте передатчик. Это может повредить электроды. Не нажимайте на кнопку монитора под проточной водой.

Эластичный ремень: необходимо промыть водой после каждого использования. Также обязательна стирка после плавания. При регулярном использовании, стирать необходимо, как минимум, один раз в три недели в стиральной машине при 40 ° C / 104 ° F. Используйте мешочек для стирки. Не замачивать и использовать моющие средства с отбеливателем и кондиционер. Не сушите ремень феном или утюгом.

Сервис

В течение двухлетней гарантии / гарантийного срока, мы рекомендуем обращаться только в официальный сервисный центр Polar. Гарантия не распространяется на повреждения или последующий ущерб, вызванные обслуживанием не официальных СЦ Polar Electro.

Официальные сервисные центры Polar вы можете найти по ссылке: www.polar.com/support

Замена батареек

Батарейка монитора сердечного ритма

Не открывайте монитор самостоятельно. Мы рекомендуем Вам заменить батарейку в авторизованном сервисном центре Polar. Именно там смогут проверить ваш Polar FT1 / FT2 на водонепроницаемость после замены батареи и сделать полную проверку устройства. Пожалуйста, обратите внимание на следующее:

• Индикатор низкого заряда батареи появляется, когда осталось 10-15% от общего заряда батареи.
• Частое использование подсветки сажает батарею гораздо быстрее.
• При низкой температуре может появиться индикатор низкого заряда аккумулятора, но затем исчезнуть, когда температура станет выше.
• Подсветка и звук автоматически выключаются, когда появляется индикатор низкого батареи.

Батарейка кардиодатчика

Если вы подозреваете, что батарея передатчика разряжена, обратитесь в авторизованный сервис-центр Polar для замены передатчика.

Предостережения

Монитор Polar показывает эффективность ваших тренировок. Он предназначен для понимания уровня физиологического напряжения и восстановления во время и после тренировки. Никакое другое использование монитора невозможно.

Монитор сердечного ритма Polar не должен быть использован для получения измерений, которые требуют профессиональной или промышленной точности.

Минимизация рисков во время тренировки

Тренировки могут иметь некоторый риск. Перед началом регулярных занятий, рекомендуем вам ответить на следующие вопросы, касающиеся состояния вашего здоровья. Если вы ответили утвердительно на любой из этих вопросов, настоятельно рекомендуем вам проконсультироваться с врачом прежде чем начинать тренировки.

- Были ли вы физически неактивны последние пять лет?
- Имеете ли вы проблемы с высоким давлением или уровнем холестерина?
- У вас есть какие-либо симптомы болезни?
- Принимаете ли вы какие-либо препараты от давления или для сердца?
- Есть ли у вас проблемы с дыханием?
- Вы восстанавливаетесь после серьезной болезни или операции?
- Используете ли вы кардиостимулятор или другой имплантированный электронный прибор?
- Вы курите?
- Вы беременны?

В дополнение к интенсивности упражнений, лекарства для сердечных заболеваний, кровяного давления, психологических условий, астма, дыхание и т.д., также добавляются некоторые виды энергетических напитков, наркотиков, алкоголя, никотина. Все это может существенно повлиять на частоту сердечных сокращений.

Важно быть внимательным к Вашему организму во время физических упражнений. Если вы чувствуете, внезапную боль или дискомфорт во время тренировки, рекомендуется немедленно прекратить тренировку или продолжить ее с меньшей интенсивностью.

Заметка! Если вы используете кардиостимулятор, вы можете использовать мониторы сердечного ритма Polar. На практике проблем с использованием устройств в этом случае не возникало. Однако мы не можем официально гарантировать совместимость наших устройств со всеми кардиостимуляторами или другими имплантированными устройствами из-за разнообразия устройств, доступных в наше время. Если у вас есть какие-либо сомнения, или если вы испытываете какие-либо необычные ощущения при использовании устройств Polar, пожалуйста, проконсультируйтесь с вашим врачом или обратитесь к производителю.

Если у вас аллергия на любое вещество, которое соприкасается вашей кожей или если вы подозреваете, что аллергическая реакция появилась именно в связи с использованием продукта, проверьте перечисленные материалы в технических условиях. В случае какой-либо реакции кожи, прекратите использование продукта и обратитесь к врачу.

Тренажеры с электронными компонентами могут служить причиной сбоя сигнала

Для решения этих проблем, попробуйте следующее:

1. Снимите датчик частоты пульса с груди и используйте тренажеры, как обычно.
2. Попробуйте сменить местоположение, пока вы не найдете зону, в которой не появляются помехи или нет мигающего символа сердца на экране.
3. Снова оденьте кардиопередатчик и старайтесь заниматься в области, свободной от помех.

Если ваш монитор по-прежнему не работает, оборудование можетиметь слишком сильный сигнал для беспроводного измерения сердечного ритма.

Водонепроницаемость мониторов FT1/FT2

Мониторы FT1 и FT2 можно использовать во время плавания. Для поддержания водонепроницаемости не нажимайте кнопку под водой. Водонепроницаемость устройств Polar тестируется в соответствии с международным стандартом ISO 2281. Изделия разделены на три категории в зависимости от их водостонепроницаемости. Проверьте заднюю часть монитора Polar для понимания категории водонероницаемости и сравните его с приведенной ниже таблицей. Пожалуйста, обратите внимание, что эти определения не всегда применимы к продуктам других производителей.

Marking on case back	Water resistant characteristics
Водонепроницаемый	Защита от брызг, пота, дождя и т.д. Не подходит для купания.
Водонепроницаемый 30м/50м WR 30м/WR 50M	Подходит для купания или плавания
Водонерпоницаемый 100 m WR 100M	Подходит для купания и подводного плавания (без воздушных баллонов)

Проблемы с устройством

Если вы потеряли свой путь в меню, нажмите и удерживайте кнопку до тех пор, пока не появится время суток.

Если значение пульса на экране монитора становится беспорядочным, слишком высоким или показывает ноль (00), убедитесь, что нет никаких других передатчиков сердечного ритма в радиусе 1 м и что передатчик плотно прилегает к телу и достаточно увлажнен, чистый и неповрежденный.

Сильные электромагнитные сигналы могут вызывать беспорядочные показания. Электромагнитные помехи могут возникать вблизи тренажеров с электронными компонентами, линий электропередач высокого напряжения, светофоров, воздушных линий электрифицированных железных дорог, электрических линий шины или трамваев, телевизоров, автомобильных двигателей, велосипедных компьютеров, некоторых с приводом от двигателя тренажерами, сотовых телефонов.

Если сбой сигнала продолжается, несмотря на отдаление от источника помех, замедлить остановитесь и проверьте ваш пульс вручную.

Если вы чувствуете, что высокие показатели на дисплее действительны, у вас может быть аритмия. В большинстве случаев аритмия не является серьезной проблемой, но проконсультироваться с врачом, тем не менее, необходимо.

Если измерение пульса не работает, несмотря на действия упомянутые ранее, батарея вашего кардиопередатчика может быть разряжена.

Вопросы для проверки

Если вы испытываете трудности с измерением ЧСС, необходимо учитывать следующее:

1. Правильно ли одет датчик ЧСС? Ремень должен плотно прилегать плотно, но в тоже время ощущаться комфортно на теле.
2. Убедитесь, что электроды кардиопередатчика чисты и хорошо увлажнены.
3. Монитор должен быть в пределах одного метра от кардиопередатчика.
4. Является ли сигнал частоты пульса очень высоки? Перемещение монитора может помочь. Нарушение также может быть вызвано и другими мониторами сердечного ритма или учебного оборудования, находящегося поблизости (см. Меры предосторожности (страница 13) для получения дополнительной информации).
5. Химические вещества в морской воде и некоторых бассейнах могут повлиять на ЭКГ сигнал. Вода в бассейне с высоким содержанием хлора, морской воды является очень хорошим проводником. Электроды датчика пульса может привести к короткому замыканию. Прыжки в воду или движения тела во время плавания могут сместить датчик пульса, и сигнал будет потерян. Сила сигнала ЭКГ индивидуальна и может варьироваться в зависимости от тела человека. Проблемы возникают чаще при измерении ЧСС в воде.
6. Батарея вашего монитора может быть разряжена, даже если символ низкого заряда батареи еще не виден.
7. Батарея вашего кардиопередатчика может быть разряжена.

Техническая спецификация

Монитор сердечного ритма

Тип батареи	CR2025
Срок службы батареи	Average 2 years (1 h/day, 7 days/week exercise)
Рабочая температура	-10 °C to +50 °C / 14 °F to 122 °F
Материал ремешка	Термопластичный полиуретан
Задняя крышка и пряжка	Нержавеющая сталь EU Directive 94/27/EU с поправками от 1999/C 205/05 об освобождении от никеля продуктов, предназначенных для прямого и длительного контакта с кожей.
Точность часов	Не больше чем ± 2.0 секунды/день при температуре 25 °C / 77 °F.
Точность измерения ЧСС	± 1% or ± 1 уд/мин, в зависимости от условий

Кардиопередатчик

Срок службы батареи	Более 2500 часов
Рабочая температура	от -10 °C до +50 °C / от 14 °F до 122 °F
Материал кардиопередатчика	Полиуретан
Материал ремешка	Ремешока: полиуретан, ткань: нейлон 46%, полиэстер 32%, натуральный каучук (латекс) 22%

Пределы измерений

ЧСС	15 - 240 уд/мин
Зоны	30 - 199 уд/мин
Часы	24 ч или 12 ч
Время тренировки	0 - 23:59
Время тренировки на экране	< 1 h: mm:ss, > 1 h: hh:mm
Возраст	10 - 99

Гарантия и ограничение ответственности

Международная гарантия Polar

• Эта гарантия не влияет на установленные законом права потребителя в соответствии с действующими национальными или государственными законами, или прав потребителя против дилера, вытекающих из договора о покупке / продаже.
• Эта ограниченная гарантия Полярный международная выдается Polar Electro Inc. для потребителей, которые приобрели этот продукт в США или Канаде. Эта ограниченная международная гарантия Polar, выдается Polar Electro Oy для потребителей, купивших устройство в других странах.
• Polar Electro Oy / Polar Electro Inc. гарантирует потребителю / покупателю данного устройства, что продукт будет свободен от дефектов материала или изготовления в течение двух (2) лет с даты покупки.
• Чек является подтверждением вашей покупки!
• Гарантия не распространяется на износ батареи с течением времени или другого нормального износа, повреждения в результате неправильного использования, злоупотребления, несчастных случаев или несоблюдения мер предосторожности; неправильное обслуживание, коммерческое использование, трещины, сломанные или поцарапанные случаи / дисплеи, повязка, эластичный ремешок.
• Гарантия не распространяется на любые повреждения / с, потери, затраты или расходы, прямые, косвенные или случайные, косвенные или специальные, связанные с небрежным отношением к устройству.
• Приобретенные на вторичном рынке мониторы не имеют двухлетнюю гарантию, если иное не предусмотрено местным законодательством.
• В течение гарантийного срока, товар будет либо отремонтирован или заменен в любом из авторизованных сервисных центров Polar независимо от страны покупки.

Гарантия в отношении любого продукта будет ограничена в странах, где есть официальный дистрибьютор Polar.

Copyright © 2013 Polar Electro Oy, FIN-90440 Kempele, Финляндия. Все права защищены. Никакая часть этого руководства не может быть использована или воспроизведена в любой форме или любыми средствами без предварительного письменного разрешения Polar Electro Oy.

Названия и логотипы, отмеченные символом ® в этой инструкции или на упаковке этого продукта являются зарегистрированными торговыми марками Polar Electro Oy. Окна является зарегистрированным товарным знаком корпорации Майкрософт и Mac OS является зарегистрированным товарным знаком Apple Inc.
Polar Electro Oy is a ISO 9001:2008 certified company.

CE 0537