

POLAR

POLAR OH1

スタートガイド

Compatible with

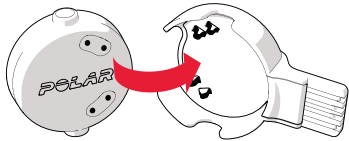


Model: 2L

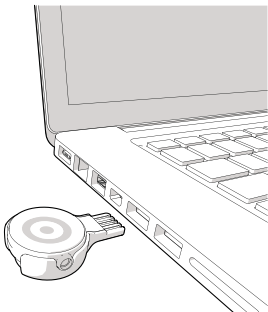
Manufactured by
Polar Electro Oy
customercare@polar.com
www.polar.com

Find Product Support
support.polar.com/en/OH1

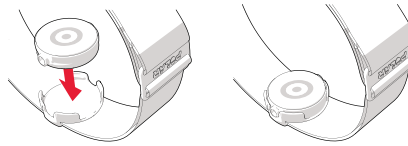
1.



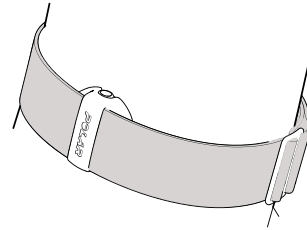
2.



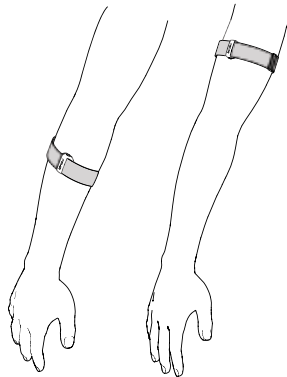
3.



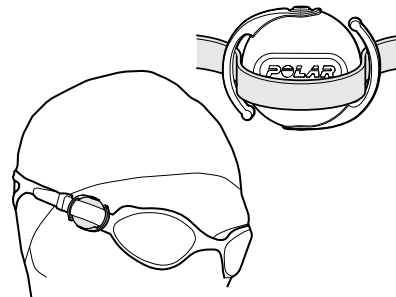
4.



5.



6.



日本語

本ガイドはPolar OH1の使用準備についてご案内します。より詳しいヘルプ、製品情報、資料については、support.polar.com/ja/OH1でご確認ください。Polar OH1は、データを記録・保存するトレーニングデバイス、またはPolarリストデバイスを使用した心拍センサーとして使用できます。

充電

センサーとUSBアダプタがしっかりと合はまるよう、レンズを上向きにしてセンサーをUSBアダプタに入れます(図1)。USBアダプタをコンピュータのUSBポート、またはUSB電源アダプタでコンセントに接続します(図2)。充電の接続部分が濡れている場合はデバイスを充電しないでください。

Polar Beatモバイルアプリと一緒に使用する
お使いのモバイルデバイスにPolar Beatアプリをダウンロードします。ボタンを押して、OH1センサーセンサーをオンにします。センサーをPolar Beatの設定からペアリングすると設定をガイドします。

Polarウォッチと一緒に使用する
モバイルデバイスを使用するPolar Flowアプリをダウンロードします。ボタンを押して、OH1センサーをオンにします。Polar Flowアプリが、センサーを自動的に検出し、設定をガイドします。コンピュータを使用する場合は、flow.polar.com/startからPolar FlowSyncをインストールして実行し、センサーをUSBポートに接続すると設定をガイドします。設定完了後、必ずセンサーとウォッチをペアリングしてください。デバイス固有のペアリング手順については、support.polar.comを参照してください。

装着とトレーニング

レンズを上向きにしてセンサーをアームバンドホルダーに入れます(図3)。アームバンドの下でセンサーが肌にしっかりと触れるようアームバンドを装着します(図4)。手首ではなく、前腕または上腕の周りにアームバンドを装着します(図5)。

スイミングゴーグルと一緒に着用する
センサーをスイミングゴーグル専用のストラップクリップに取り付け、クリップ部分をスイミングゴーグルに付けます(図6)。レンズ面がこめかみ周りの皮膚に直接触れるようにします。

トレーニングを開始

Polarウォッチ、Polar Beatアプリ、またはOH1センサー単独使用で、トレーニングセッションを記録することができます。OH1を単独で使用する場合は、LEDが点灯するまでボタンを押してOH1をオンにし、ボタンを短押ししてトレーニングセッションを開始してください。緑のLEDが素早く点滅します。トレーニングが終わったら、LEDが消えるまでボタンを押し続けてください。

i デフォルトでは、OH1はHR信号をANT+経由でも送信します。必要に応じてPolar Beatの設定でこれをオフにすることができます。

メンテナンス

洗浄に関する指示については、アームバンドのケアラベルををご確認ください。センサーは丁寧に取り扱いください。

材質

センサー：ABS、ABS+GF、PMMA、SUS 316 (ステンレスチール)。

! 本製品は玩具ではありません。お子様や動物が本製品を扱うことのないようご注意ください。本製品には飲み込むと窒息の危険性がある小さな部品が含まれています。

無線機器は2.402~2.480 GHzのISM周波数帯、最大2.0 mWで動作します。