

**POLAR®**

## POLAR OH1

### Başlangıç Kılavuzu

Compatible with

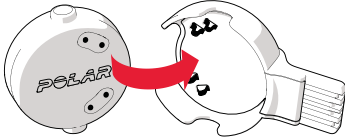


Model: 2L

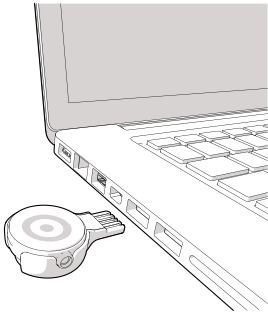
Manufactured by  
Polar Electro Oy  
customercare@polar.com  
www.polar.com

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

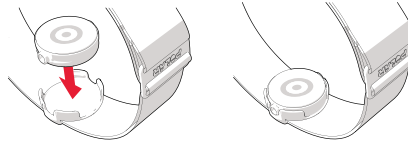
1.



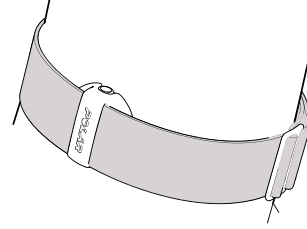
2.



3.



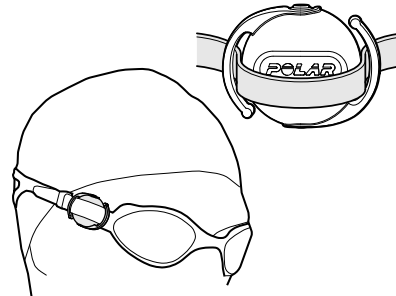
4.



5.



6.



### Türkçe

Bu kılavuz, Polar OH1'i kullanmaya başlarken size yardımcı olacaktır. Daha fazla yardım, ürün bilgileri ve materyaller için [support.polar.com/en/OH1](https://support.polar.com/en/OH1) adresini ziyaret edin. Polar OH1, veri kaydeden ve saklayan bir egzersiz cihazı veya Polar bilek ünitesiyle birlikte kalp atış hızı sensörü olarak kullanılabilir.

### Şarj

Sensörü, lens yukarı bakacak şekilde USB adaptöre yerleştirin. Böylece sensör ve USB adaptörün temas noktaları birleşir (resim 1). USB adaptörü bilgisayarın USB bağlantı noktasına veya duvara takılı bir USB güç prizine takın (resim 2). Şarj temas noktaları ıslakken cihazı şarj etmeyin.

### Polar Beat mobil uygulaması ile kullanma

Polar Beat'i mobil cihazınıza indirin. Düğmeye basarak OH1'i açın. Beat ayarlarına giderek sensörü eşleştirin ve yönergeleri izleyin.

### Polar bilek ünitesi ile kullanma

Polar Flow uygulamasını mobil cihazınıza indirin. Düğmeye basarak OH1'i açın. Polar Flow uygulaması, sensörü otomatik olarak tespit eder ve kurulum için sizi yönlendirir. Bilgisayar kullanmak istiyorsanız, [flow.polar.com/start](https://flow.polar.com/start) adresine giderek Polar FlowSync'i indirip çalıştırın. Sensörü USB bağlantı noktasına takın ve yönergeleri takip edin. Sensörü bilek üniteniz ile eşleştirmeyi unutmayın. Cihaza özel eşleştirme yönergeleri için [support.polar.com](https://support.polar.com) adresine göz atın.

### Cihazın Takılması

Sensörü, lens yukarı bakacak şekilde kolluktaki tutucuya yerleştirin (resim 3). Sensörü kolların alt yüzünde cildinize iyice değecek şekilde yerleştirerek kolları takın (resim 4). OH1'i bileğinizin etrafına değil, kolunuzun alt veya üst bölgesine takın (resim 5).

### Yüzücü gözlüğüne takma

Sensörü yüzücü gözlüğüne klipsine yerleştirin ve klipsi yüzme gözlüğünüzün kayışınıza geçirin (resim 6). Lens cildinizle temas etmemelidir.

### Egzersiz başlatma

Bilek üniteniz, Polar Beat uygulaması ya da sadece OH1 sensörü ile egzersiz seansınızı kaydedebilirsiniz. Sadece sensörü kullanmak istiyorsanız, ışık yanana kadar düğmeye basıp OH1'i açın ve egzersiz seansını başlatmak için düğmeye iki kez basın. Egzersiz seansı bittikten sonra ışık söne kadar düğmeye basılı tutun.

**i** OH1, varsayılan olarak kalp atış hızı sinyalinizi ANT+ aracılığıyla da gönderir. Bu özelliği Polar Beat ayarlarına giderek kapatabilirsiniz.

### Bakım

Yıkama talimatları için kol bandının bakım etiketine göz atın. Sensörü özenle kullanın.

### Malzemeler

Sensör: ABS, ABS+GF, PMMA, SUS 316 (Paslanmaz çelik).

**!** Bu ürün, oyuncak değildir. Çocukların veya evcil hayvanların bu ürünü oynamasına izin vermayın. Bu üründen, boğulma tehlikesine yol açabilecek küçük parçalar bulunmaktadır.

Radyo ekipmanı 2,402 ila 2,480 GHz ISM frekans bantlarında ve 2.0 mW maksimum güçte çalışmaktadır.