

**POLAR®**

**POLAR OH1**



**사용자 매뉴얼**

# 목차

목차 .....	2
<b>Polar OH1 사용 설명서 .....</b>	<b>8</b>
소개 .....	8
Polar 에코 시스템에 연결하여 OH1을 최대한 활용하기 .....	9
OH1 설정 .....	10
설정을 위한 옵션 선택 .....	10
옵션 A: FlowSync를 통해 컴퓨터를 이용하여 설정합니다. ....	10
옵션 B: Flow 앱을 통해 모바일 장치로 설정 .....	11
버튼 기능 및 LED .....	11
버튼 기능 .....	11
LED 가이드 .....	12
충전 중 .....	12
전원을 켜 후 .....	12
센서로 사용할 때 .....	12
독립적인 훈련 장치로 사용할 때 .....	12
피트니스 테스트 중 .....	12
기타 .....	12
OH1 착용하기 .....	12
팔뚝 또는 상완에서 심박수 측정 시 .....	12
수영 중 관자놀이에서 심박수 측정 시 .....	13

페어링 .....	14
모바일 장치와 OH1 페어링하기 .....	14
Polar 손목 장치를 사용한 OH1 페어링 .....	14
Polar Beat를 사용한 OH1 페어링 .....	15
펌웨어 업데이트 .....	15
모바일 장치나 태블릿에서 .....	15
컴퓨터에서 .....	15
<b>심박수 측정 훈련 .....</b>	<b>16</b>
OH1로 심박수 측정 .....	16
훈련 세션 시작 .....	16
독립적인 훈련 장치로 훈련 세션 시작 .....	16
Polar 손목 장치를 사용한 훈련 세션 시작 .....	17
Polar Beat를 사용하여 훈련 세션 시작 .....	17
<b>Polar Flow 앱 .....</b>	<b>18</b>
훈련 데이터 .....	18
이미지 공유 .....	18
Flow 앱을 사용하여 시작 .....	18
Polar Flow 웹 서비스 .....	19
Diary(다이어리) .....	19
Reports(보고서) .....	19
프로그램 .....	19
동기화 .....	20

Flow 모바일 앱과 동기화하기 .....	20
FlowSync를 통해 Flow웹 서비스와 동기화하기 .....	20
<b>배터리 .....</b>	<b>22</b>
OH1 배터리 충전 .....	22
OH1 관리 .....	23
OH1 깨끗하게 관리하기 .....	23
광학 심장박동수 센서의 적절한 관리 .....	23
보관 .....	23
서비스 .....	23
예방 조치 .....	24
훈련 중 간섭 .....	24
훈련 시 위험 최소화 .....	24
기술 사양 .....	25
OH1 .....	25
Polar FlowSync 소프트웨어 .....	26
Polar Flow 모바일 애플리케이션 호환성 .....	26
Polar 제품의 방수 기능 .....	26
제한부 국제 Polar 보증 .....	27
면책 조항 .....	28
<b>목차 .....</b>	<b>2</b>
<b>Polar OH1 사용 설명서 .....</b>	<b>8</b>
소개 .....	8

Polar 에코 시스템에 연결하여 OH1을 최대한 활용하기 .....	9
OH1 설정 .....	10
설정을 위한 옵션 선택 .....	10
옵션 A: FlowSync를 통해 컴퓨터를 이용하여 설정합니다. ....	10
옵션 B: Flow 앱을 통해 모바일 장치로 설정 .....	11
버튼 기능 및 LED .....	11
버튼 기능 .....	11
LED 가이드 .....	12
충전 중 .....	12
전원을 켜 후 .....	12
센서로 사용할 때 .....	12
독립적인 훈련 장치로 사용할 때 .....	12
피트니스 테스트 중 .....	12
기타 .....	12
OH1 착용하기 .....	12
팔뚝 또는 상완에서 심박수 측정 시 .....	12
수영 중 관자놀이에서 심박수 측정 시 .....	13
페어링 .....	14
모바일 장치와 OH1 페어링하기 .....	14
Polar 손목 장치를 사용한 OH1 페어링 .....	14
Polar Beat를 사용한 OH1 페어링 .....	15
펌웨어 업데이트 .....	15

모바일 장치나 태블릿에서 .....	15
컴퓨터에서 .....	15
<b>심박수 측정 훈련 .....</b>	<b>16</b>
OH1로 심박수 측정 .....	16
훈련 세션 시작 .....	16
독립적인 훈련 장치로 훈련 세션 시작 .....	16
Polar 손목 장치를 사용한 훈련 세션 시작 .....	17
Polar Beat를 사용하여 훈련 세션 시작 .....	17
<b>Polar Flow 앱 .....</b>	<b>18</b>
훈련 데이터 .....	18
이미지 공유 .....	18
Flow 앱을 사용하여 시작 .....	18
Polar Flow 웹 서비스 .....	19
Diary(다이어리) .....	19
Reports(보고서) .....	19
프로그램 .....	19
동기화 .....	20
Flow 모바일 앱과 동기화하기 .....	20
FlowSync를 통해 Flow웹 서비스와 동기화하기 .....	20
<b>배터리 .....</b>	<b>22</b>
OH1 배터리 충전 .....	22
OH1 관리 .....	23

OH1 깨끗하게 관리하기 .....	23
광학 심장박동수 센서의 적절한 관리 .....	23
보관 .....	23
서비스 .....	23
예방 조치 .....	24
훈련 중 간섭 .....	24
훈련 시 위험 최소화 .....	24
기술 사양 .....	25
OH1 .....	25
Polar FlowSync 소프트웨어 .....	26
Polar Flow 모바일 애플리케이션 호환성 .....	26
Polar 제품의 방수 기능 .....	26
제한부 국제 Polar 보증 .....	27
면책 조항 .....	28

# POLAR OH1 사용 설명서

이 사용 설명서는 새로운 OH1을 처음 사용하는 데 도움을 드립니다. OH1 동영상 교육 및 FAQ는 [support.polar.com/en/OH1](https://support.polar.com/en/OH1)에서 볼 수 있습니다.

## 소개

Polar OH1의 새로운 고객이 되신 것을 환영합니다!

Polar OH1은 팔이나 관자놀이에서 심박수를 측정하는 작은 광학 심박수 센서입니다. 기능이 다양하며 심박수 가슴 스트랩과 손목 기반 심박수 장치에 훌륭한 옵션을 제공합니다. Polar OH1을 사용하면 스포츠 워치, 스마트 워치 또는 Polar Beat 또는 Bluetooth를 사용하는 기타 피트니스 앱에 실시간으로 심박수를 전송할 수 있으며 ANT+ 장치에 동시에 전송할 수 있습니다. Polar OH1에는 내장 메모리가 있어 OH1만 갖고 운동을 시작한 후 나중에 트레이닝 데이터를 휴대폰으로 전송할 수 있습니다. 세탁기로 세탁 가능하며 편안한 암밴드 및 수영 고글 스트랩 클립(Polar OH1 + 제품 패키지에 포함)이 제공됩니다.

또한 Polar Club, Polar GoFit 및 Polar Team 앱과 함께 사용할 수 있습니다.





## POLAR 에코 시스템에 연결하여 OH1을 최대한 활용하기

App Store® 또는 Google Play™에서 [Polar Flow 앱](#) 또는 Polar Beat를 받으세요. 훈련 후 앱으로 OH1을 동기화하여 훈련 결과 및 성과에 대한 요약 보고서와 피드백을 받으세요.

컴퓨터에서 FlowSync 소프트웨어를 사용하거나 모바일 앱을 통해 [Polar Flow 웹 서비스](#)에 훈련 데이터를 동기화하세요. 웹 서비스에서 훈련을 계획하고, 성취도를 추적하고, 안내를 받고, 훈련 결과에 대한 자세한 분석 데이터를 확인할 수 있습니다. 귀하의 성과를 모든 친구에게 알리세요. 함께 동료 운동 참가자를 찾고 소셜 훈련 커뮤니티에 가입해 동기 부여를 받으세요. 이 모든 정보를 [flow.polar.com](http://flow.polar.com)에서 찾을 수 있습니다.

## OH1 설정

OH1의 사용을 시작하기 전에 배터리를 충전하시기 바랍니다. 배터리가 완전히 방전되어 있으면 충전을 시작하는 데 몇 분이 소요됩니다. 배터리 충전에 관한 자세한 정보는 [Batteries\(배터리\)](#)를 참고하십시오.

**i** OH1 배터리의 전원이 충분하면 주변에 있는 모든 호환 수신 장치에 스스로 이를 알립니다.

### 설정을 위한 옵션 선택

A. 유선 컴퓨터 설정이 더 빠르며, OH1도 동시에 충전할 수 있지만 사용 가능한 컴퓨터가 있어야 합니다. 이 방법은 인터넷 연결이 필요합니다.

B. 모바일 설정은 USB 포트가 있는 컴퓨터에 액세스할 수 없을 때 편리하지만 시간이 오래 걸릴 수 있습니다. 이 방법은 인터넷 연결이 필요합니다.

**i** 바로 정확한 훈련 데이터를 위해 필요한 모든 물리적 세부 사항을 기입하고 OH1을 위한 최신 펌웨어를 다운로드하십시오.

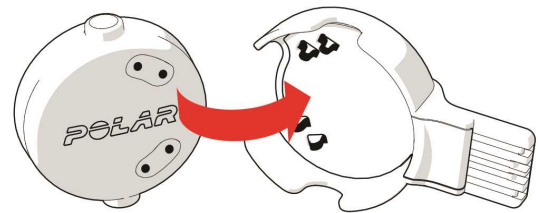
### 옵션 A: FLOWSYNC를 통해 컴퓨터를 이용하여 설정합니다.

1. 센서를 USB 어댑터에 꽂습니다. 이때 렌즈가 위를 향하고, 센서와 USB 어댑터의 접점이 서로 닿아야 합니다(그림 1).
2. USB 어댑터를 컴퓨터 USB 포트에 꽂고(그림 2), [flow.polar.com/start](http://flow.polar.com/start)에 가서 Polar FlowSync 데이터 전송 소프트웨어를 컴퓨터에 설치합니다.
3. Polar 계정으로 로그인하거나 없으면 새 계정을 만듭니다. 웹 서비스에서 등록 및 설정 방법을 안내해 드릴 것입니다.

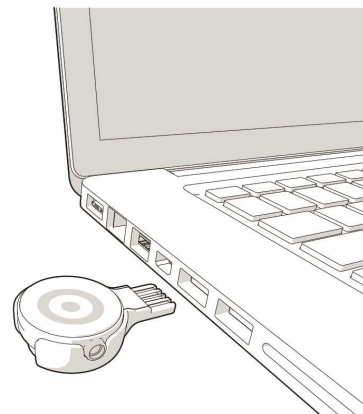
설정하는 동안 제품을 착용할 위치를 지정하고 물리적 설정값을 입력하라고 요청할 것입니다. 가장 정확한 데이터를 수신하려면 이 사항들을 정확하게 설정하는 것이 중요합니다.

**설치가 완료되면, 외출 준비 완료입니다. 즐거운 시간 보내세요!**

1.



2.



## 옵션 B: FLOW 앱을 통해 모바일 장치로 설정

Polar OH1은 블루투스를 통해 Polar Flow 모바일 앱에 무선 연결되므로 모바일 장치에서 블루투스를 켜야 합니다.

[support.polar.com](http://support.polar.com)에서 Polar Flow 앱의 호환성을 점검합니다.

1. 모바일 장치에 Polar Flow 앱을 다운로드합니다.
2. Bluetooth®를 켜고 모바일 장치에서 Flow 앱을 엽니다.
3. LED가 켜질 때까지 버튼을 눌러서 OH1을 켜면 Flow 앱이 페어링 시작을 안내합니다. 페어링 요청을 수락하고 화면 안내에 따라 진행합니다.

설정하는 동안 제품을 착용할 위치를 지정하고 물리적 설정값을 입력하라고 요청할 것입니다. 가장 정확한 데이터를 수신하려면 이 사항들을 정확하게 설정하는 것이 중요합니다.

**설치가 완료되면, 외출 준비 완료입니다. 즐거운 시간 보내세요!**

## 버튼 기능 및 LED

OH1에는 사용 상황에 따라 그리고 얼마나 오래 누르는가에 따라 기능이 달라지는 1개의 버튼이 있습니다. 장치에 있는 LED는 다양한 모드들을 나타냅니다. 각 모드에서 버튼이 어떤 기능을 갖고 있으며, 여러 가지 색의 LED가 무엇을 나타내는지는 아래를 참고하십시오.

### 암밴드 홀더 내부의 빠른 지침

다음의 표시들은 암밴드의 센서 홀더 안에서 볼 수 있습니다. 이 표시들은 OH1의 기본 버튼 기능에 대하여 설명합니다.

**1X = ON**(전원 켜기: 버튼을 짧게 누름)

**2X = REC**(훈련 기록 켜기 - 독립적인 훈련 장치로 사용: OH1이 켜졌을 때 버튼을 2번 누름)

**1X LONG - OFF**(전원 끄기: 버튼을 길게 누름)

### 버튼 기능

전원 켜기:	버튼을 짧게 누릅니다.
훈련 기록 켜기(독립적인 훈련 장치로 사용):	OH1이 켜졌을 때 버튼을 2번 누릅니다.
전원 끄기:	버튼을 길게 누릅니다.

## LED 가이드

### 충전 중

충전 중:	노란색 LED가 천천히 깜박입니다.
배터리 충전 완료:	녹색 LED가 계속 켜진 상태로 있습니다.

### 전원을 켜 후

배터리 상태 정상:	녹색 LED가 5번 깜박입니다.
배터리 부족:	빨간색 LED가 5번 깜박입니다.

### 센서로 사용할 때

심장박동수가 감지되지 않음:	흰색 LED가 2초마다 한 번씩 깜박입니다.
심장박동수가 감지됨:	녹색 LED가 2초마다 한 번씩 깜박입니다.

### 독립적인 훈련 장치로 사용할 때

훈련 기록이 켜졌지만 현재까지 미사용:	빨간색 LED가 3번 깜박입니다.
심장박동수가 감지되지 않음:	흰색 LED가 빠르게 2번 깜박입니다.
심장박동수가 감지됨:	녹색 LED가 가 빠르게 2번 깜박입니다.
배터리 부족:	녹색 및 빨간색 LED가 2초마다 교대로 켜집니다.
배터리 매우 부족:	빨간색 LED가 빠르게 깜박입니다.

### 피트니스 테스트 중

심장박동수가 감지되지 않음:	흰색 LED가 2초마다 한 번씩 깜박입니다.
심장박동수가 감지됨:	자주색 LED가 2초마다 한 번씩 깜박입니다.

### 기타

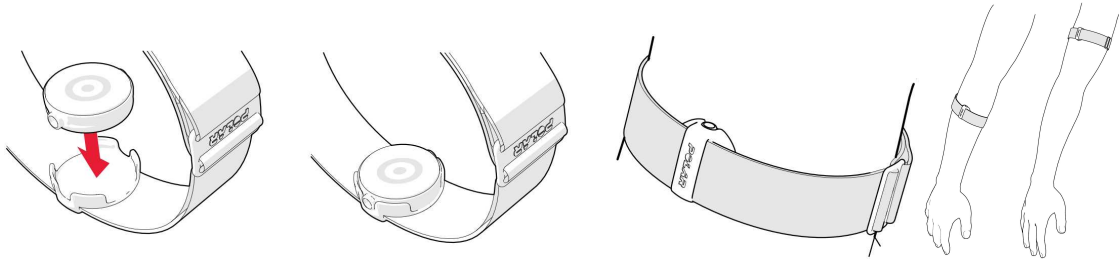
연결 중, 동기화 중 또는 페어링 중:	파란색 LED가 깜박입니다.
검색 중 또는 확인 대기 중:	파란색 LED가 빠르게 깜박입니다.
펌웨어 업데이트 중:	파란색 LED가 계속 켜져 있습니다.
오류:	빨간색 LED가 계속 켜져 있습니다.

## OH1 착용하기

### 팔뚝 또는 상완에서 심박수 측정 시

심박수를 정확하게 측정하려면 OH1을 손목이 아니라 팔뚝이나 상완에 꼭 맞게 착용해야 합니다.

1. 렌즈를 위로 향하게 하여 센서를 암밴드 홀더에 놓습니다.
2. 센서가 암밴드 아래에서 피부에 밀착되도록 암밴드를 착용합니다.
3. OH1을 팔뚝이나 상완 주위에 착용합니다.



센서는 피부에 밀착되어야 합니다, 단, 혈액 순환에 방해가 될 정도로 꽉 끼지는 않아야 합니다. 가장 정확한 심박수 측정을 위해 심박수 측정 시작 전 몇 분 동안 OH1을 착용하는 것이 좋습니다.

### 수영 중 관자놀이에서 심박수 측정 시

OH1 세트에는 두 가지 다른 종류의 물안경 클립이 함께 제공되고 있습니다. 귀하가 가지고 계신 세트에는 클립 2개(그림 A) 나 1개(그림 B)가 들어 있을 수 있습니다. 두 종류의 클립은 디자인만 약간 다르며, 모두 수영할 때 착용하기에 최적화되어 있습니다. 구매하신 세트에 클립이 2개(그림 A) 포함되어 있다면 둘 다 사용하여 어느 것이 귀하의 물안경에 더 잘 맞는지 확인하고 센서가 관자놀이에 단단히 고정되도록 하세요.



1. LED가 피부로 향하게 하고 버튼이 위로 향하게 하여 센서를 홀더 안쪽에 놓습니다.
2. 홀더가 스트랩에 꼭 들어맞도록 홀더를 끝까지 밀어 넣으세요.
3. 자유형으로 수영을 할 때 왼쪽에서 숨을 들이마시면 왼쪽 관자놀이에 센서를 착용하고 오른쪽에서 숨을 들이마시면 오른쪽 관자놀이에 센서를 착용하세요.

**A****B**

센서는 관자놀이의 피부에 계속 접촉해 있어야 합니다.

## 페어링

### 모바일 장치와 OH1 페어링하기

"OH1 설정" 페이지에 10 장에 설명된 대로 휴대용 장치로 OH1에 관한 설정을 실시한 경우 OH1은 해당 휴대용 장치와 이미 페어링된 상태입니다.

컴퓨터로 설정하지 않고 Polar Flow 앱으로 OH1을 사용하고 싶다면 Flow 앱과 페어링하기 전에 OH1 단독으로 훈련 세션 1개를 수행할 필요가 있습니다. 아래의 상세한 안내를 살펴보세요.

페어링 전에 다음과 같은 조건이 충족되어야 합니다.

- Polar 계정과 Flow 앱이 있어야 합니다.
- 모바일 장치에 블루투스가 켜져 있고, 비행기 모드/비행 모드가 꺼져 있어야 합니다.
- OH1을 독립적인 훈련 장치로 적어도 한 번의 훈련 세션을 수행했어야 합니다. 자세한 사항은 "훈련 세션 시작" 페이지에 16을 참고하십시오.

위의 모든 기준이 충족된 경우:

1. Polar 계정으로 Flow 앱에 로그인합니다.
2. OH1에서 LED가 켜질 때까지 버튼을 눌렀다가 놓습니다. 이제 OH1이 켜집니다.
3. 블루투스 범위 내에 있는 경우 Flow 앱은 OH1을 페어링한다는 안내를 자동으로 표시합니다.

**i** 휴대 전화가 블루투스 범위 내에 있으면 OH1은 Flow 앱과 자동으로 동기화됩니다. OH1이 Flow 앱과 동기화될 때 훈련 데이터도 인터넷 연결을 통해 Flow 웹 서비스에 자동으로 동기화됩니다.

### POLAR 손목 장치를 사용한 OH1 페어링

OH1에서 LED가 켜질 때까지 버튼을 눌렀다가 놓습니다. 이제 OH1이 켜집니다.


구체적인 페어링 지침은 [support.polar.com](https://support.polar.com)에 있는 Polar 손목 장치 사용 설명서를 참고하십시오.

## POLAR BEAT를 사용한 OH1 페어링

1. Polar Beat를 App Store® 또는 Google Play™에서 모바일 장치로 다운로드합니다.
2. 모바일 장치의 블루투스 기능은 켜고, 비행기 모드/비행 모드는 끕니다.
3. 모바일 장치에서 Polar Beat를 열고 OH1을 설정할 때 생성한 Polar 계정으로 로그인합니다. 계정이 없으면 새로운 계정을 생성하십시오.
4. OH1에서 LED가 켜질 때까지 버튼을 눌렀다가 놓습니다. 이제 OH1이 켜집니다.
5. Beat에서 **Settings(설정) > HR sensor(HR 센서)**로 가서 **Found sensor(발견된 센서)** 아래의 OH1 옆에 있는 **Pair(페어링)**를 누릅니다.

## 펌웨어 업데이트

OH1의 펌웨어를 최신 상태로 유지하기 위해 직접 업데이트할 수 있습니다. 새로운 버전을 이용할 수 있게 되면 Flow를 통해 통지될 것입니다. 펌웨어 업데이트는 OH1의 기능을 향상하기 위해 수행됩니다. 이 업데이트에는 기존 기능의 개선, 완전히 새로운 기능 또는 버그 수정이 포함될 수 있습니다. 새 버전을 사용할 수 있을 때마다 OH1의 펌웨어를 업데이트하는 것이 좋습니다.

 펌웨어 업데이트로 인한 데이터 손실은 발생하지 않습니다. 업데이트를 시작하기 전에 OH1에 있는 데이터는 Flow 웹 서비스에 동기화됩니다.

### 모바일 장치나 태블릿에서

Polar Flow 모바일 앱을 사용하여 훈련 및 활동 데이터를 동기화한다면 모바일 장치로도 펌웨어를 업데이트할 수 있습니다. 이 앱이 이용할 수 있는 업데이트가 있는지 알려주고 업데이트 방법을 안내합니다. 업데이트 작업에 차질이 없도록 업데이트를 시작하기 전에 OH1을 전원에 연결하기 바랍니다.

 무선 펌웨어 업데이트는 연결 상태에 따라서 최대 20분까지 소요될 수 있습니다.

### 컴퓨터에서

새로운 펌웨어 버전이 나오면 OH1을 컴퓨터에 연결할 때 FlowSync에서 새 버전 소식을 알려 줍니다. 펌웨어 업데이트가 FlowSync를 통해 다운로드됩니다.

#### 펌웨어를 업데이트하는 방법:


1. 센서를 USB 어댑터에 꽂습니다. 이때 렌즈가 위를 향하고, 센서와 USB 어댑터의 접점이 서로 닿아야 합니다.
2. USB 어댑터를 컴퓨터 USB 포트에 꽂으십시오.
3. FlowSync가 데이터 동기화를 시작합니다.
4. 동기화가 끝나면, 펌웨어를 업데이트하시겠습니까 라는 질문이 표시됩니다.
5. **Yes(예)**를 선택합니다. 새 펌웨어가 설치됩니다(최대 10분 소요). OH1을 컴퓨터에서 분리하기 전에 펌웨어 업데이트가 완료될 때까지 기다려 주십시오.

# 심박수 측정 훈련

운동 중 신체 반응에 대한 여러 가지 주관적인 단서(운동 자각도, 호흡률, 신체 감각)가 있지만, 심박수 측정만큼 믿을 수 있는 단서는 없습니다. 심박수 측정은 객관적이며 체내 및 체외 요인들로부터 영향을 받습니다. 즉, 신체 상태에 따라 측정값이 달라질 수 있습니다.

## OH1로 심박수 측정

심박수를 정확하게 측정하려면 OH1을 팔뚝이나 상완에 꼭 맞게 착용하거나 관자놀이에서 수영 고글 스트랩 홀더에 넣어야 합니다. 센서는 피부와 계속 접촉하도록 착용해야 하지만, 피가 잘 안 통할 정도로 암밴드를 너무 팍 조이지는 않아야 합니다. 수영 고글 스트랩 홀더에 있는 센서는 센서와 피부 사이에 머리카락이 끼지 않도록 하여 관자놀이에 최대한 붙여야 합니다. 가장 정확한 심박수 측정을 위해 심박수 측정 시작 전 몇 분 동안 OH1을 착용하는 것이 좋습니다.

 **방수 기능을 유지하려면 물속에 있을 때 센서 버튼을 누르지 마세요.**

문신은 정확한 측정을 방해할 수 있으므로 문신 위에 센서를 바로 두지 마세요.

또한 손과 피부가 쉽게 차가워지는 경우 피부를 따뜻하게 하는 것이 좋습니다. 세션 시작 전에 혈액 순환이 잘 되게 하세요!

OH1 착용에 대한 자세한 지침은 "OH1 착용하기" 페이지에 12를 참조하세요.

## 훈련 세션 시작

OH1을 전완이나 상완에 착용합니다. 자세한 내용은 "OH1 착용하기" 페이지에 12을 참고하십시오.


### 독립적인 훈련 장치로 훈련 세션 시작

**OH1을 독립적인 훈련 장치로 사용하기 전에 Polar Flow 계정에 등록 및 연결해야 합니다.** 자세한 사항은 "OH1 설정" 페이지에 10을 참고하십시오.

1. LED가 켜질 때까지 버튼을 눌렀다가 놓으면 OH1이 켜집니다.
2. 이제 OH1이 켜졌습니다. 버튼을 짧게 2번 눌러서 기록 기능을 켭니다.
3. 심장박동수가 감지되면 녹색 LED가 빠르게 깜박이며, 세션을 시작할 수 있습니다.

훈련 세션이 끝나면 LED가 꺼질 때까지 버튼을 눌러서 기록을 중지할 수 있습니다. 그런 다음, 훈련 세션을 Flow 앱 및 웹 서비스와 동기화하여 세션의 세부 정보를 조회합니다. 보다 자세한 내용은 "동기화" 페이지에 20를 참고하십시오.




 독립적인 훈련 장치로 사용할 때는 훈련 세션이 **Other indoor** Sport Profile(기타 실내 스포츠 프로파일)에 저장됩니다. 메모리 용량은 최대 200 시간 훈련이 가능합니다.


## POLAR 손목 장치를 사용한 훈련 세션 시작

시작하기 전에 OH1을 Polar 손목 장치와 페어링해야 합니다. 자세한 사항은 "페어링" 페이지에 14을 참고하십시오.

1. LED가 켜질 때까지 버튼을 눌렀다가 놓으면 OH1이 켜집니다.
2. 이제 OH1이 켜졌으며, Polar 손목 장치와 함께 심장박동수 센서로 사용할 수 있습니다.
3. 심장박동수가 감지되면 녹색 LED가 2초마다 한 번씩 깜박입니다.
4. Polar 손목 장치에서 세션을 시작하십시오.

훈련 세션이 끝나면 Polar 손목 장치에서 기록을 중단할 수 있습니다. 그런 다음, 훈련 세션을 Flow 앱 및 웹 서비스와 동기화하여 세션의 세부 정보를 조회합니다. 보다 자세한 내용은 "동기화" 페이지에 20를 참고하십시오.

 특정한 Polar 손목 장치 및 자전거 컴퓨터에서 사용할 수 있는 Polar 피트니스 테스트 및 기립성 테스트는 Polar OH1을 사용해서는 실시할 수 없습니다.

 Polar 손목 장치를 통해 OH1을 사용하는 경우, 훈련 세션이 Polar Flow 웹 서비스 및 앱에서 2번 표시되는 경우가 있습니다. 이것은 세션을 시작할 때 OH1 기록이 실수로 켜진 경우에 발생할 수 있습니다. 중복 세션은 Flow 웹 서비스 및 앱에서 삭제할 수 있습니다.

## POLAR BEAT를 사용하여 훈련 세션 시작

시작하기 전에 OH1을 Polar Beat와 페어링해야 합니다. 자세한 사항은 "페어링" 페이지에 14을 참고하십시오.

1. LED가 켜질 때까지 버튼을 눌렀다가 놓으면 OH1이 켜집니다.
2. 이제 OH1이 켜졌으며, Polar Beat와 함께 심장박동수 센서로 사용할 수 있습니다.
3. 심장박동수가 감지되면 녹색 LED가 2초마다 한 번씩 깜박입니다.
4. Polar Beat에서 세션을 시작하십시오.

훈련 세션이 끝나면 Polar Beat에서 정지 버튼을 눌러서 기록을 중단할 수 있습니다.

# POLAR FLOW 앱

Polar Flow 모바일 앱에서 훈련 데이터의 즉각적인 시각적 해석을 볼 수 있습니다.

## 훈련 데이터

Polar Flow 앱을 사용하면 과거 및 계획된 훈련 세션의 정보를 쉽게 액세스할 수 있습니다.

훈련 개요를 빠르게 확인하고, 자신의 성과를 즉시 꼼꼼하게 분석할 수 있습니다. 훈련 다이어리에서 주간 훈련 요약 확인하십시오. 훈련의 하이라이트를 이미지 공유 기능으로 친구들과 공유할 수도 있습니다.

## 이미지 공유

Flow 앱의 이미지 공유 기능을 사용하면 훈련 데이터가 포함된 이미지를 Facebook 및 Instagram 같은 일반적인 소셜 미디어 채널에 공유할 수 있습니다. 기존의 사진을 공유하거나 새로 사진을 찍어서 훈련 데이터와 함께 맞춤 설정을 할 수 있습니다. 훈련 세션 중에 GPS 기록을 켜 경우, 훈련 경로의 스냅샷을 공유할 수도 있습니다.

비디오를 보려면 다음 링크를 클릭하십시오.

[Polar Flow 앱 | 훈련 결과를 사진과 함께 공유](#)

## FLOW 앱을 사용하여 시작

모바일 장치 및 Flow 앱을 사용하여 "OH1 설정" 페이지에 10할 수 있습니다.

Flow 앱 사용을 시작하려면 App Store® 또는 Google Play™에서 앱을 모바일 장치로 다운로드하십시오. Polar Flow 앱 사용에 관한 자세한 정보와 지원은 [support.polar.com/en/support/Flow\\_app](https://support.polar.com/en/support/Flow_app)을 확인하세요.

새로운 모바일 장치(스마트폰, 태블릿)를 사용하려면 먼저 OH1과 페어링해야 합니다. 자세한 정보는 "페어링" 페이지에 14을 참고하십시오.

세션 후 OH1은 훈련 데이터를 Flow 앱에 자동으로 동기화합니다. 휴대 전화가 인터넷에 연결되었다면 활동 및 훈련 데이터가 Flow 웹 서비스에도 자동으로 동기화됩니다. Flow 앱은 OH1의 훈련 데이터를 웹 서비스와 동기화하는 가장 쉬운 방법입니다. 동기화에 관한 정보는 "동기화" 페이지에 20을 참조하세요.

Flow 앱의 기능에 대한 보다 자세한 내용과 지침은 [Polar Flow 앱 제품 지원 페이지](#)에서 확인하십시오.

## POLAR FLOW 웹 서비스

Polar Flow 웹 서비스에서 트레이닝을 계획하고 자세히 분석하고 성과에 대해 자세히 알아볼 수 있습니다. 위치를 설정하고 스포츠 프로파일을 추가하고 해당 설정을 편집하여 트레이닝 요구에 완벽하게 맞게 사용자 지정하세요. 또한 트레이닝 세션을 친구와 공유하고, 클럽의 클래스에 가입하고, 러닝 이벤트에 대한 맞춤 트레이닝 프로그램을 가져올 수 있습니다.

또한 Polar Flow 웹 서비스는 일일 활동 목표의 완료율과 활동 세부 정보를 표시하고, 일상 습관과 선택이 사용자의 건강한 삶에 어떤 영향을 미치는지 이해하는 데 도움을 줍니다.

컴퓨터를 사용하여 [flow.polar.com/start](https://flow.polar.com/start)에서 **위치를 설정**할 수 있습니다. 사이트에서 위치와 웹 서비스의 데이터 동기화를 위한 FlowSync 소프트웨어를 다운로드하고 설치한 후 웹 서비스용 사용자 계정을 생성하라는 안내를 받습니다. 모바일 장치와 Polar Flow 앱을 사용하여 설정을 마쳤다면, 설정에서 이미 생성한 사용자의 자격 증명으로 Flow 웹 서비스에 로그인할 수 있습니다.

### DIARY(다이어리)

**Diary(다이어리)**에서 일일 활동, 수면, 계획된 트레이닝 세션(트레이닝 목표)을 확인할 뿐만 아니라 과거 트레이닝 결과를 검토할 수 있습니다.

### REPORTS(보고서)

**Reports(보고서)**에서 발달 상황을 추적할 수 있습니다.

트레이닝 보고서는 장기간의 트레이닝 시 진척상황을 추적하는 데 있어서 유용한 방법입니다. 주, 월 및 연 보고서에 보고에 적합한 스포츠를 선택할 수 있습니다. 사용자 지정 기간에서는 기간과 스포츠를 모두 선택할 수 있습니다. 드롭다운 목록에서 보고할 기간과 스포츠를 선택하고 휠 아이콘을 누르면 보고 그래프에서 보고자 하는 데이터를 선택하세요.

활동 보고서를 통해 사용자는 장기적인 일일 활동 추세를 추적할 수 있습니다. 일일, 주간, 월간 보고서 화면을 선택할 수 있습니다. 활동 보고서에서 선택한 기간부터 일일 활동, 걸음 수, 칼로리 및 수면에 관한 최고 성과 일의 수도 확인할 수 있습니다.

### 프로그램

Polar 달리기 프로그램은 Polar 심박수 구역을 기반으로 개인 목표에 맞춰 설정되며 개인 특성과 트레이닝 배경을 고려합니다. 프로그램은 지능적이고, 발달상황에 기반한 방식과 함께 맞춰집니다. 이 Polar 달리기 프로그램은 5K, 10K, 하프 마라톤 및 마라톤 이벤트에 사용할 수 있으며, 프로그램에 따라 주당 2~5번 달리기 운동으로 구성됩니다. 매우 간단합니다!

Flow 웹 서비스 사용에 대한 지원 및 자세한 내용은 [support.polar.com/en/support/flow](https://support.polar.com/en/support/flow)를 참조하세요.

# 동기화

블루투스 연결을 통해 데이터를 OH1에서 Polar Flow 앱으로 무선으로 전송할 수 있습니다. 또는 USB 포트와 FlowSync 소프트웨어를 사용하여 OH1을 Polar Flow 웹 서비스와 동기화할 수 있습니다. OH1과 Flow 앱 간에 데이터를 동기화하려면 Polar 계정이 있어야 합니다. 데이터를 OH1에서 웹 서비스로 직접 동기화하려면 Polar 계정 외에 FlowSync 소프트웨어가 필요합니다. OH1을 설정했다면 Polar 계정을 생성했을 것입니다. 컴퓨터를 사용하여 OH1을 설정했다면 컴퓨터에 FlowSync 소프트웨어가 설치되어 있을 것입니다.

어디를 가든 OH1, 웹 서비스, 모바일 앱 간에 항상 데이터를 동기화하고 최신 상태로 유지하십시오.


## FLOW 모바일 앱과 동기화하기

동기화하기 전에 확인해야 할 사항:

- Polar 계정과 Flow 앱이 있어야 합니다.
- 모바일 장치에 블루투스가 켜져 있고, 비행기 모드/비행 모드가 꺼져 있어야 합니다.
- OH1을 모바일 장치와 페어링해야 합니다. 보다 자세한 내용은 "페어링" 페이지에 14을 참고하십시오.

데이터 동기화:

1. Polar 계정으로 Flow 앱에 로그인합니다.
2. OH1에서 LED가 켜질 때까지 버튼을 눌렀다가 놓습니다. 이제 OH1이 켜집니다.
3. 휴대 전화가 블루투스 범위 내에 있으면 OH1은 Flow 앱과 자동으로 동기화됩니다.

 *휴대 전화가 블루투스 범위 내에 있으면 훈련 세션이 끝난 후 OH1은 Flow 앱과 자동으로 동기화됩니다. OH1이 Flow 앱과 동기화될 때 훈련 데이터도 인터넷 연결을 통해 Flow 웹 서비스에 자동으로 동기화됩니다.*


Polar Flow 앱의 사용에 관한 지원과 자세한 정보는 [support.polar.com/en/support/Flow\\_app](https://support.polar.com/en/support/Flow_app)에서 확인하십시오.

## FLowsync를 통해 FLOW 웹 서비스와 동기화하기

데이터를 Flow 웹 서비스와 동기화하려면 FlowSync 소프트웨어가 필요합니다. 동기화하기 전에 [flow.polar.com/start](https://flow.polar.com/start)로 이동해서 소프트웨어를 다운로드하여 설치하십시오.

1. 센서를 USB 어댑터에 꽂습니다. 이때 렌즈가 위를 향하고, 센서와 USB 어댑터의 접점이 서로 닿아야 합니다.
2. USB 어댑터를 컴퓨터의 USB 포트에 꽂습니다. FlowSync 소프트웨어가 실행되고 있는지 확인하세요.
3. 컴퓨터에 FlowSync 창이 열리고, 동기화가 시작됩니다.
4. 동기화가 완료되면 Completed(완료됨) 메시지가 표시됩니다.

OH1을 컴퓨터에 연결할 때마다 Polar FlowSync 소프트웨어는 데이터를 Polar Flow 웹 서비스로 전송하고 사용자가 변경한 설정을 동기화합니다. 동기화가 자동으로 시작되지 않으면, 데스크 아이콘(Windows) 또는 애플리케이션 폴더(Mac OS X)에서 FlowSync를 시작하세요. 펌웨어 업데이트가 있을 때마다, FlowSync가 이를 알리고 설치할 것을 요청합니다.

 OH1이 컴퓨터에 연결되었을 때 Flow 웹 서비스에서 설정을 변경했다면 FlowSync에서 동기화 버튼을 눌러서 설정을 OH1로 전송하십시오.

Flow 웹 서비스 사용에 관한 자세한 정보와 지원은 [support.polar.com/en/support/flow](https://support.polar.com/en/support/flow)를 참조하세요.

FlowSync 소프트웨어 사용에 관한 자세한 정보와 지원은 [support.polar.com/en/support/FlowSync](https://support.polar.com/en/support/FlowSync)를 참조하세요.

# 배터리

수명이 다한 Polar 제품을 버릴 때 지역 쓰레기 처리 규정을 준수하고 가능하다면 전자 장치를 분리 수거해서 환경과 인간의 건강에 미치는 폐기물의 영향을 최소화하시기 바랍니다. 이 제품을 미분리 일반 쓰레기로 버리지 마세요.

## OH1 배터리 충전

OH1에는 충전 배터리가 내장되어 있습니다. 충전 배터리의 충전 사이클 횟수는 한정되어 있습니다. 충전과 방전을 300회 이상 반복하면 충전 성능이 현저히 감소합니다. 또한 충전 사이클 횟수는 사용 및 작동 조건에 따라서 다릅니다.

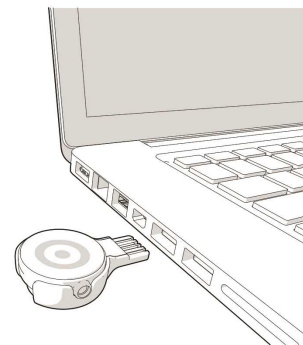
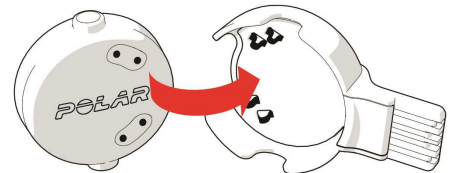
**i** 0°C/+32°F 이하 또는 +40°C/+104°F 이상의 온도에서 충전 접점이 젖었을 때는 배터리를 충전하지 마십시오.

제품 세트에 포함된 USB 어댑터를 사용하여 컴퓨터의 USB 포트를 통해 충전하십시오. 벽 콘센트를 통해서도 배터리를 충전할 수 있습니다. 벽 콘센트로 충전하려면 USB 전원 어댑터(제품 세트에 포함되지 않음)를 사용하십시오. USB 전원 어댑터를 이용할 경우, 반드시 "output 5Vdc" 표시가 있고 최소 500mA를 제공하는 어댑터를 사용하십시오. 적절히 안전 승인을 받은("LPS", "Limited Power Supply" 또는 "UL listed" 표시가 있는) USB 전원 어댑터만 사용하십시오.

**i** 충전하기 전에 OH1 또는 OH1 USB 어댑터 커넥터에 습기, 머리카락, 먼지 또는 오물이 없는지 확인하십시오. 오물이나 먼지를 닦아 내십시오. 긁힘 방지를 위해 청소할 때 날카로운 도구를 사용하지 마십시오.

1. 컴퓨터를 이용해 충전하려면 OH1을 컴퓨터에 꽂기만 하면 됩니다. 그와 동시에 FlowSync와 동기화할 수도 있습니다.

1. 센서를 USB 어댑터에 꽂습니다. 이때 렌즈가 위를 향하고, 센서와 USB 어댑터의 접점이 서로 닿아야 합니다(그림 1).
2. USB 어댑터를 컴퓨터 USB 포트나 USB 전원 벽 콘센트에 꽂습니다(그림 2).



## OH1 관리

여느 전자 장치와 같이 Polar OH1도 청결하게 유지하고 조심해서 다루어야 합니다. 아래의 지침은 보증 의무를 이행하고, 장치를 최고 상태로 유지하며, 충전 또는 동기화에서 문제가 발생하지 않도록 하는 데 도움을 줍니다.

### OH1 깨끗하게 관리하기

각 교육 세션을 마친 후 부드러운 수건으로 OH1에서 오물이나 진흙을 닦아 냅니다.

**원활한 충전 및 동기화를 위해 OH1 및 OH1 USB 어댑터 충전 접점을 깨끗하게 유지하십시오.**

충전하기 전에 OH1 또는 OH1 USB 어댑터 충전 접점에 습기, 머리카락, 먼지 또는 오물이 있는지 확인하십시오. 오물이나 먼지가 있으면 부드럽게 닦아 내십시오. 긁힘 방지를 위해 청소할 때 날카로운 도구를 사용하지 마십시오.

OH1 접점을 깨끗하게 유지하여 오물 및 염수(예: 땀 또는 해수)로 인한 산화 및 기타 가능한 손상으로부터 보호하십시오. **사용자가 땀을 흘리거나 충전 접점이 젖었을 때는 OH1을 충전하지 마십시오.**

### 광학 심장박동수 센서의 적절한 관리

광센서 영역을 깨끗하고 긁힘이 없도록 유지하십시오. 그러나 작은 흠집은 광학 심장박동수 측정의 성능에 영향을 주지 않습니다.

### 보관

훈련 장치를 서늘하고 건조한 장소에 보관하십시오. 습한 환경이나 통풍이 안 되는 물체(비닐 봉지나 스포츠 가방) 안에 보관하거나 전도성 물체(젖은 수건)와 함께 보관하지 마세요. 훈련 장치를 직사광선에 장시간 노출시키지 마십시오. 예를 들어 차 안에 장치를 놓아 두지 마십시오. 훈련 장치를 일부 또는 완전 충전해서 보관할 것을 권장합니다. 보관 중에 배터리가 서서히 소모됩니다. 훈련 장치를 여러 달 동안 보관할 경우에, 몇 개월 간격으로 재충전할 것을 권장합니다. 이렇게 하면 배터리 수명이 연장됩니다.

**저온(-10°C/14°F 이하) 및 고온(50°C/120°F 이상) 환경 또는 직사광선 아래에 장치를 두지 마세요.**

### 서비스

2년 보증/보증 기간 동안에 공인 Polar 서비스 센터에서만 서비스를 받으시기를 권장합니다. 이 보증은 Polar Electro가 승인하지 않은 서비스로 인해 발생한 손상이나 결과적 손상을 보장하지 않습니다. 자세한 정보는 Limited International Polar Guarantee를 확인하십시오.

연락처 정보와 모든 Polar 서비스 센터 주소는 [support.polar.com](http://support.polar.com)과 국가별 웹 사이트를 확인하십시오.

## 예방 조치

Polar OH1은 심장박동수를 측정하도록 제작되었습니다. 다른 목적의 명시적 또는 암묵적 용도는 없습니다.

이 훈련 장치를 전문적 또는 산업적 정밀도가 요구되는 환경 측정에 사용해서는 안 됩니다.

더러운 암밴드로 인해 피부에 문제가 생기는 일이 없도록 가끔씩 장치와 암밴드를 세척하기 바랍니다.

## 훈련 중 간섭

### 전자파 간섭과 훈련 장비

전기 장치 가까이에서 사용하면 전파 방해가 발생할 수 있습니다. 훈련 장치로 훈련할 때 WLAN 기지국도 전자파 간섭을 일으킬 수 있습니다. 불규칙적인 측정이나 오작동을 피하려면, 방해가 될 수 있는 원인으로부터 멀리 떨어지십시오.

LED 디스플레이, 모터, 전기식 브레이크와 같은 전기전자 구성요소가 사용된 훈련 장비는 빛나간 신호 간섭을 야기할 수 있습니다.

훈련 장치가 훈련 장비와 호환이 되지 않으면, 전기적 잡음이 너무 심해서 무선 심장박동수 측정을 할 수 없습니다. 자세한 정보는 [www.polar.com/support](http://www.polar.com/support)를 참고하십시오.

### 훈련 시 위험 최소화

훈련에는 어느 정도의 위험이 내포되어 있습니다. 정규 훈련 프로그램을 시작하기 전에, 다음 질문을 통해 본인의 건강 상태를 점검해보실 것을 권장합니다. 이 질문들 중 어느 하나에라도 예라고 답했다면, 훈련 프로그램을 시작하기 전에 의사와 상담해보시기를 권장합니다.

- 최근 5년 동안 신체 활동이 부족했습니까?
- 고혈압이거나 혈중 콜레스테롤이 높습니까?
- 혈압 약이나 심장 약을 복용하고 있습니까?
- 호흡 곤란을 일으킨 적이 있습니까?
- 질병의 증후가 있습니까?
- 중병이나 의학적 치료로부터 회복되고 있습니까?
- 심박조율기 또는 다른 이식형 전자 장치를 사용하고 있습니까?
- 흡연을 하십니까?
- 임신 중입니까?


훈련 강도, 심장 질환 치료약, 혈압, 심리 상태, 천식, 호흡 뿐 아니라 일부 에너지 드링크, 알코올, 니코틴도 심장 박동수에 영향을 줄 수 있다는 점에 유의하십시오.




훈련 중 몸의 반응에 민감해지는 것이 중요합니다. **훈련할 때 예상치 못한 통증이나 과도한 피로감을 느끼면, 훈련을 중단하거나 지속하더라도 낮은 강도로 훈련할 것을 권장합니다.**

**주의하세요!** 심박조율기를 사용하고 있더라도 Polar 제품을 사용할 수 있습니다. Polar 제품으로 인해 심박조율기가 전기적 간섭을 받는 일은 이론적으로 불가능합니다. 실제로 간섭을 받은 경험이 있다는 보고도 없었습니다. 그렇다 하더라도 사용할 수 있는 당사의 장치가 다양하므로 당사 제품이 모든 심박조율기나 다른 이식형 장치에 적합하다는 공식 보증서를 발행할 수 없습니다. 의심이 들거나 Polar 제품을 사용 중에 이상한 느낌을 받았다면, 의사에게 상의하거나 이식형 전자 장치 제조사에 문의하셔서 안전성을 확인하시기 바랍니다.

피부에 닿는 물질에 알레르기 반응을 일으키거나 이 제품을 사용함으로 인해 알레르기 반응이 나타난 것으로 의심되는 경우 기술 사양에 열거된 재료들을 확인하세요.

 습기와 강한 마찰이 합쳐지면 심장박동수 센서 표면의 색깔이 벗겨져 옷을 변색시킬 수 있습니다. 피부에 향수, 썬텐/자외선차단 로션을 사용하거나 곤충 기피제를 사용하는 경우 훈련 기기 또는 심장박동수 센서에 묻지 않도록 하십시오. 같이 착용할 때 훈련 기기(특히 옅은/밝은 색의 훈련 기기)에 색이 묻어날 수 있는 색상의 옷을 피하십시오.

 본 제품은 장난감이 아닙니다. 아이들이나 애완동물이 본 제품을 갖고 놀게 하지 마세요. 본 제품에는 질식 위험이 있는 소형 부품이 포함되어 있습니다.

## 기술 사양

### OH1

작동 시간:	최대 12시간 연속 훈련
배터리 유형:	45mAh Li-pol 충전식 배터리
기억 용량:	최대 200시간 훈련
작동 온도:	-10 °C 에서 +50 °C / 14 °F 에서 122 °F
OH1 센서 소재:	ABS, ABS+GF, PMMA, SUS 316(스테인리스)
암밴드 소재:	블랙 암밴드: 53% 나일론, 27% 엘라스테인 20%, 폴리에스테르. 그레이, 오렌지, 청록색 암밴드: 70.5% 폴리에스테르, 29.5% 엘라스테인.
USB 어댑터 소재:	PC+ABS, SUS 301(스테인리스 스틸) 도금
방수:	30m(목욕 및 수영에 적합)

무선 Bluetooth® 기술을 사용합니다.

## POLAR FLOWSYNC 소프트웨어

FlowSync 소프트웨어를 사용하려면 인터넷이 연결된 Microsoft Windows 또는 Mac 운영 체제가 설치된 컴퓨터와 비어 있는 USB 포트가 있어야 합니다.

[support.polar.com](http://support.polar.com)에서 최신 호환성 정보를 확인하십시오.

## POLAR FLOW 모바일 애플리케이션 호환성

[support.polar.com](http://support.polar.com)에서 최신 호환성 정보를 확인하십시오.

## POLAR 제품의 방수 기능

수영할 때 대부분의 Polar 제품을 착용할 수 있습니다. 하지만, 이 제품들은 잠수용 기기가 아닙니다. 방수 기능을 유지하려면 수중에서 장치의 버튼을 누르지 마십시오.

**손목에 착용하는 방식의 심박수 측정 Polar 장치**는 수영 및 목욕하는 경우에 적합합니다. 이 장치들은 수영할 때도 손목 움직임에서 활동 데이터를 수집합니다. 그러나, 우리가 테스트했을 때 손목에 착용하는 방식의 심박수 측정은 수중에서 최적으로 작동되지 않았으므로, 수영할 경우 손목에 착용하는 방식의 심박수 측정을 권장하지 않습니다.

시계 업계에서 방수 기능은 일반적으로 미터로 표시되며, 이는 해당 수심의 정적 수압을 의미합니다. Polar는 이와 동일한 표시 시스템을 사용합니다. Polar 제품의 방수 기능은 국제 표준 **ISO 22810** 또는 **IEC60529**에 따라 테스트됩니다. 방수 기능 표시가 있는 모든 Polar 장치는 수압을 견디도록 배송 전에 테스트됩니다.

Polar 제품은 방수 기능별로 네 가지 범주로 나뉩니다. 사용하는 Polar 제품의 방수 범주는 제품 뒷면을 확인하고 아래 차트와 비교하세요. 이 정의들이 반드시 다른 제조사의 제품에도 적용되는 것은 아니라는 점에 유의하세요.

모든 수중 활동을 할 때, 물속에서 움직여 생성된 동압은 정압보다 큼니다. 즉, 제품을 물속에서 움직이면 제품이 정지되어 있을 때보다 큰 압력을 받게 됩니다.

제품 뒷면 표시	튀는 물, 땀, 빗방울 등	목욕과 수영	스노클을 착용한 스킨 다이빙 (에어 탱크 없음)	스쿠버 다이빙 (에어 탱크 사용)	방수 특징
방수 IPX7	확인	-	-	-	고압 세척기로 씻지 마세요. 튀는 물, 빗방울 등으로부터 보호함 참조 표준: IEC60529.
방수 IPX8	확인	확인	-	-	목욕과 수영을 위한 최소 조건. 참조 표준: IEC60529.
방수 기능	확인	확인	-	-	목욕과 수영을 위한 최소 조건.

20/30/50미터 방수 수영에 적합함					참조 표준: ISO22810.
100미터 방수	확인	확인	확인	-	물에서 자주 사용할 수 있으나 스쿠버 다이빙에서는 사용할 수 없습니다. 참조 표준: ISO22810.

## 제한부 국제 POLAR 보증

- Polar Electro Oy는 Polar 제품에 대해 제한부 국제 보증서를 발행합니다. Polar Electro, Inc.는 미국이나 캐나다에서 판매된 제품에 대해 보증서를 발행합니다.
- Polar Electro Oy/Polar Electro Inc.는 Polar 제품의 최초 소비자/구매자에게 제품의 재료나 기술에 하자가 없음을 구매일로부터 2년 동안 보증합니다. 단, 실리콘 또는 플라스틱으로 제조된 손목 밴드의 경우 구매일로부터 1년 동안 보증합니다.
- 배터리의 일상적인 마모 및 파열이나 기타 일상적인 마모 및 파열, 또는 오용, 남용, 사고 또는 주의사항 미준수로 인한 손상, 부적합한 유지관리, 상업적 사용, 균열이 생기거나 부서지거나 굽힌 케이스/디스플레이, 직물 암밴드나 직물 또는 가죽 손목 밴드, 탄성 스트랩(예: 심박수 센서 가슴 스트랩) 및 Polar 의류에는 보증이 적용되지 않습니다.
- 제품으로 인해 발생하거나 제품과 관련된 직간접적이거나 우발적이거나 결과적이거나 특수한 손상, 손실, 비용 또는 경비에도 보증이 적용되지 않습니다.
- 중고 제품에는 보증이 적용되지 않습니다.
- 보증 기간 동안에는 고객이 어느 국가에서 구매했는지에 상관 없이 모든 공인 Polar Central Services 센터에서 제품을 수리 또는 교환 받을 수 있습니다.
- Polar Electro Oy/Inc.가 발행한 보증서는 해당 국가 또는 주의 준거법에 따른 소비자의 법적 권리 또는 판매/구매 계약으로 인해 발생한 판매자에 대한 소비자의 권리에 영향을 미치지 않습니다.
- 영수증을 구매 증거물로 보관하셔야 합니다!
- 제품에 관한 보증은 Polar Electro Oy/Inc.가 해당 제품을 처음 시판한 나라들에 국한해서 제공됩니다.

제조사: Polar Electro Oy, Professorintie 5, FI-90440 KEMPELE, [www.polar.com](http://www.polar.com).

Polar Electro Oy는 ISO 9001:2015 인증 회사입니다.

© 2020 Polar Electro Oy, FI-90440 KEMPELE, Finland. All rights reserved. Polar Electro Oy의 사전 서면 허가 없이는 어떤 형식으로나 어떤 수단으로든 이 사용 설명서의 어떤 부분도 사용하거나 복제할 수 없습니다.

이 사용 설명서 또는 이 제품 패키지에 사용된 이름과 로고는 Polar Electro Oy의 상표입니다. 이 사용 설명서 또는 이 제품의 패키지에 ®기호로 표시된 이름과 로고는 Polar Electro Oy의 등록 상표입니다. Windows는 Microsoft Corporation의 등록 상표이고 Mac OS는 Apple Inc.의 등록 상표입니다. Bluetooth® 단어 마크와 로고는 Bluetooth SIG, Inc.가 소유한 등록 상표이고 Polar Electro Oy는 사용권을 취득하여 이 마크를 사용하고 있습니다.

## 면책 조항

- 이 사용 설명서는 참고용으로만 제공됩니다. 이 사용 설명서 내용 속 제품은 제조사의 지속적인 개발 프로그램을 이유로 사전 고지 없이 변경될 수 있습니다.
- Polar Electro Inc./Polar Electro Oy는 이 사용 설명서와 관련하여 이 설명서 내용 속 제품들과 관련하여 어떠한 대표 역할이나 보증을 하지 않습니다.
- Polar Electro Inc./Polar Electro Oy는 이 설명서 또는 이 설명서 내용 속 제품의 사용으로 인해서 발생하거나 그 사용과 관련이 있는 부수적이거나, 결과적이거나 특별한, 직접적이거나 간접적인 손해, 손실, 비용 또는 지출에 대하여 책임을 지지 않습니다.

3.0 KO 11/2022