



Polar T31 Polar T31 coded™

Guia Como Começar



Find product support



http://www.polar.com/en/support/T31_coded_transmitter

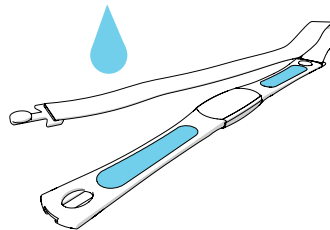
Compatible with



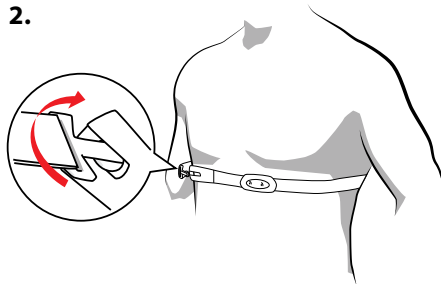
Manufactured by

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

1.



2.



PORTUGUÊS

Obrigado por escolher a Polar! Neste guia, vamos orientá-lo nos aspectos básicos da utilização do seu novo sensor de frequência cardíaca.

A versão mais recente deste manual pode ser transferida a partir de polar.com/support.

COLOCAR O SENSOR DE FREQUÊNCIA CARDÍACA

1. Aplique uma das extremidades do sensor de frequência cardíaca na tira elástica (figura 1).
2. Humedeça as duas áreas ranhuradas da parte de trás (figura 1).
3. Aplique o sensor de frequência cardíaca à volta do peito e ajuste a tira para que fique justa (figura 2).
4. Verifique se as zonas húmidas ranhuradas estão totalmente em contacto com a pele e se o texto do sensor de frequência cardíaca está direito e no centro do peito.



Depois do treino, enxágue o sensor de frequência cardíaca e a tira elástica em água corrente. Para instruções mais detalhadas, visite polar.com/support.

USAR O SENSOR DE FREQUÊNCIA CARDÍACA

Podem usar o seu sensor de frequência cardíaca com muitos dispositivos de treino Polar. Consulte a lista dos dispositivos compatíveis em polar.com/support.

O seu sensor de frequência cardíaca foi concebido para todos os tipos de tempo. É totalmente resistente à água e capta a sua frequência cardíaca mesmo quando está a nadar. A transmissão codificada da frequência cardíaca do T31 coded™ impede interferências de outros sensores de frequência cardíaca, permitindo medir os parâmetros do seu treino com precisão.

CUIDAR DO SEU SENSOR DE FREQUÊNCIA CARDÍACA

Sensor de frequência cardíaca: Enxágue em água corrente após cada utilização. Lave com sabão suave e água sempre que seja necessário. Seque com uma toalha macia. Não dobre o sensor pois pode danificar os eléctrodos.

Nunca guarde o sensor de frequência cardíaca molhado, num ambiente húmido ou num material que impeça a respiração, como um saco plástico ou um saco de desporto. O suor e a humidade poderão manter os eléctrodos húmidos e o sensor de frequência cardíaca activado. Isso diminuirá a duração da pilha. Mantenha num local fresco e seco.

Tira elástica: Enxágue em água corrente após cada utilização. Lave regularmente, na máquina, a 40 °C/104 °F. Utilize uma bolsa de lavagem.

Instruções mais detalhadas dos cuidados a ter disponíveis em polar.com/support.

ESPECIFICAÇÕES TÉCNICAS

Duração da pilha	Em média, 2500 horas
Material do sensor de frequência cardíaca	Poliuretano
Material da tira elástica	Fivela: poliuretano; Tecido: 50% nylon, 20% poliéster, 30% spandex

Não é possível mudar a pilha do sensor de frequência cardíaca. Para comprar um novo sensor contacte o seu Centro de Assistência Polar ou um revendedor autorizado. Os sensores podem ser adquiridos online. Aceda a www.polar.com para encontrar a loja online Shoppolar do seu país.