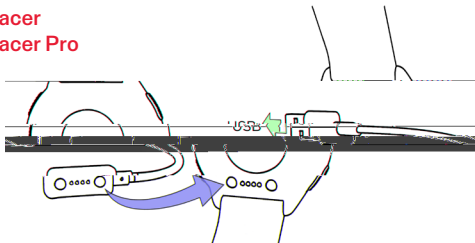


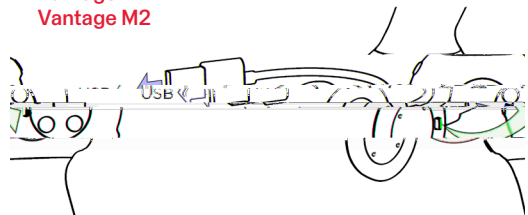
## Nabíjení

Abyste hodinky aktivovali a nabili, připojte je pomocí přibaleného kabelu k napájenému portu USB nebo k nabíječce USB.

Pacer  
Pacer Pro



Vantage M  
Vantage M2



## Průvodce nastavením

Po aktivování hodinek zvolte jazyk a způsob nastavení. Hodinky nabízí tři možnosti nastavení:

- (A) nastavení na telefonu,
- (B) na počítači nebo
- (C) na hodinkách.

Vyberte si požadovanou možnost pomocí tlačítka **NAHORU/DOLŮ** a potvrďte tlačítkem **OK**. Doporučujeme možnost **A** nebo **B**. Chcete-li pro hodinky získat nejnovější aktualizace, nastavte je prostřednictvím telefonu nebo počítače.

### A Nastavení na telefonu

Spárování musíte provést v aplikaci Polar Flow, NIKOLI v nastavení Bluetooth v telefonu.

1. Zajistěte, aby byl telefon připojen k **internetu**, a zapněte **Bluetooth®**.
2. Stáhněte si **aplikaci Polar Flow** z obchodu **App Store** nebo **Google Play**.
3. Spusťte v telefonu aplikaci Polar Flow. Aplikace Polar Flow rozpozná hodinky a vybídne vás ke spárování. Klepněte na tlačítko **Start**.

4. Přijměte na telefonu žádost o spárování zařízení Bluetooth. Na hodinkách potvrďte kód PIN a párování se dokončí.
5. **Přihlaste se** pomocí svého **účtu u Polaru**, nebo si založte nový. Provedeme vás přihlášením a nastavením v aplikaci.

Po dokončení nastavení klepněte na tlačítko **Uložit** a **synchronizovat** a nastavení se synchronizuje do hodinek.

### B Nastavení na počítači

1. Jděte na adresu **flow.polar.com/start**, stáhněte si do počítače a nainstalujte software pro přenos dat **Polar FlowSync**.
2. Přihlaste se pomocí svého účtu u Polaru, nebo si založte nový. Provedeme vás přihlášením a nastavením ve webové službě Polar Flow.

Chcete-li dostávat ta nejpřesnější a nejosobnější údaje o tréninku a aktivitě, dbejte na to, aby bylo nastavení přesné.

Chcete-li, aby byly hodinky aktuální a fungovaly co nejlépe, aktualizujte firmware vždy, když je k dispozici nová verze. O dostupnosti nové verzi vás bude informovat služba Flow.

## Seznamte se s hodinkami



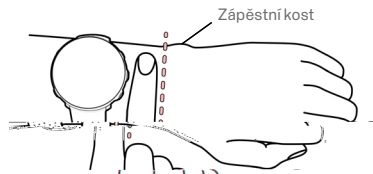
### Základní funkce tlačítek

- Pro potvrzení výběru stiskněte tlačítko **OK**.
- Pomocí tlačítek **NAHORU/DOLŮ** můžete procházet ciferníky, tréninkové náhledy, nabídky a seznamy možností a upravovat zvolené hodnoty.
- K návratu, pozastavení a zastavení tréninku slouží tlačítko **ZPĚT**. V časovém náhledu stiskněte tlačítko **ZPĚT** pro vstup do nabídky, pro spuštění párování a synchronizace jej stiskněte a podržte.
- K uzamčení tlačítek stiskněte a podržte tlačítko **OSVĚTLENÍ**.

## Nošení

Chcete-li při tréninku získat přesné údaje o tepové frekvenci, hodinky musí být správně připnuté:

- Hodinky noste na horní straně zápěstí nejméně na šířku prstu od zápěstní kosti.
- Řemínek utáhněte pevně kolem zápěstí. Snímač na zadní straně se musí neustále dotýkat pokožky a hodinky by se neměly na paži pohybovat.



Čas od času trochu řemínek povolte, aby bylo nošení pohodlnější a pokožka mohla dýchat.



Hodinky jsou kompatibilní také se snímačem tepové frekvence Polar, který můžete zakoupit jako příslušenství. Kompletní seznam kompatibilních snímačů a příslušenství naleznete na stránkách [support.polar.com/en](https://support.polar.com/en).

## Trénink

1. Nasaďte si hodinky a utáhněte řemínek.
2. Stisknutím tlačítka **ZPĚT** přejděte do hlavní nabídky, vyberte možnost **Zahájit trénink** a poté vyberte sportovní profil.
3. Vyrazte ven a jděte dál od vysokých budov a stromů. Držte hodinky v poloze displejem vzhůru, dokud nezachytí signál GPS. Jakmile je funkce GPS připravena, kroužek kolem ikonky GPS se zobrazí zeleně.
4. To, že hodinky zachytily tepovou frekvenci, poznáte podle toho, že se zobrazí vaše tepová frekvence.
5. Jakmile hodinky zachytí všechny signály, spusťte záznam tréninku stisknutím tlačítka **OK**.

### Pozastavení a ukončení tréninku

Pro pozastavení tréninku stiskněte tlačítka **ZPĚT**. Chcete-li v tréninku pokračovat, stiskněte tlačítka **OK**. Pro ukončení tréninku při jeho pozastavení stiskněte a podržte tlačítka **ZPĚT**, dokud se nezobrazí text **Záznam ukončen**.

### Péče o hodinky

Udržujte hodinky v čistotě a po každém tréninku je omyjte pod tekoucí vodou. Než budete hodinky nabíjet, ujistěte se, že nabíjecí kontakty na hodinkách a kabelu nejsou mokré, zaprášené ani znečištěné. Jakoukoli nečistotu nebo vlhkost jemně setřete. **Hodinky nenabíjejte, když jsou mokré.**

## Polar Flow

Na cestách můžete pomocí aplikace Polar Flow analyzovat své tréninkové výsledky, aktivitu a spánek. Podrobněji se jimi můžete zabývat ve webové službě Flow. Nezapomínejte hodinky pravidelně synchronizovat se službou Polar Flow, abyste měli aktuální data v hodinkách, mobilní aplikaci i webové službě.

Informace o použitých materiálech a technické specifikace naleznete v uživatelské příručce na stránce [support.polar.com/en](https://support.polar.com/en).

Pokyny k výměně řemínku naleznete v tomto videu: [bit.ly/polar-wristband](https://bit.ly/polar-wristband).

Rádiové zařízení pracuje ve frekvenčním pásmu ISM 2,402–2,480 GHz s maximálním výkonem 5 mW.

Technologie fúzního optického snímání tepové frekvence Polar Precision Prime používá velice malé a bezpečné množství elektrického proudu k měření kontaktu zařízení a zápěstí za účelem zvýšení přesnosti.

Model: Pacer: 5A, Pacer Pro: 5B, Vantage M/M2: 3A

App Store je značka služby společnosti Apple Inc.

Android a Google Play jsou ochranné známky společnosti Google Inc.

Výrobce

Polar Electro Oy

Professorintie 5

90440 Kempele, Finsko

customer@polar.com

[www.polar.com](https://www.polar.com)

17984875.01 CZE 02/2022

Kompatibilní s



/polarglobal



## Návod pro první použití

### Pacer Pro

Pokročilé běžecké hodinky s GPS

### Pacer

Běžecké hodinky s GPS

### Vantage M a Vantage M2

Univerzální sportovní hodinky s GPS

Čeština

Další informace najdete na stránce [support.polar.com/en](https://support.polar.com/en)