

POLAR OH1

Snel van start gids

Compatible with

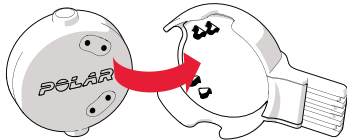


Model: 2L

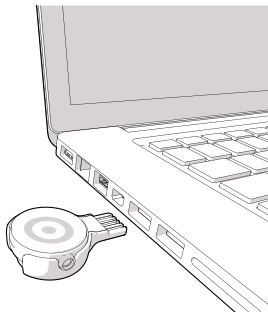
Manufactured by
Polar Electro Oy
customercare@polar.com
www.polar.com

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

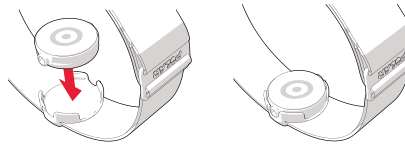
1.



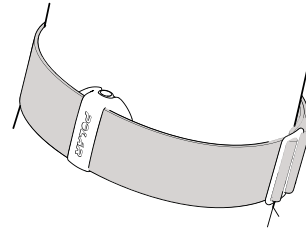
2.



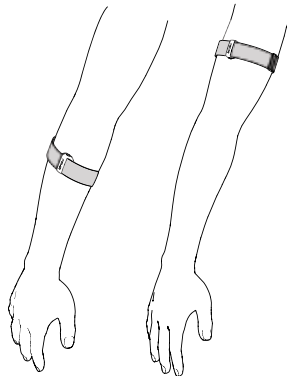
3.



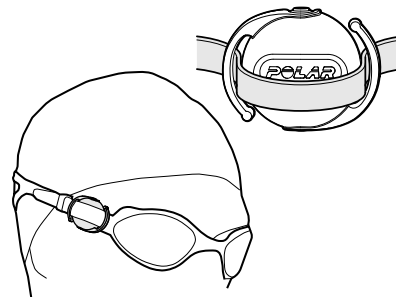
4.



5.



6.

**Nederlands**

Deze handleiding helpt je aan de slag te gaan met de Polar OH1. Ga naar support.polar.com/en/OH1 voor meer productinformatie, documentatie en ondersteuning. De Polar OH1 kan worden gebruikt als een trainingsapparaat dat gegevens registreert en opslaat, of als een hartslagsensor in combinatie met een Polar polsunit.

Opladen

Plaats de sensor met de lens naar boven gericht in de USB-adapter, zodat de contactpunten op de sensor en de USB-adapter elkaar raken (afbeelding 1). Sluit de USB-adapter aan op de USB-poort van een computer of op een stopcontact met USB-aansluiting (afbeelding 2). Laad het apparaat niet op als de contactpunten nat zijn.

Gebruik met Polar Beat mobiele app

Download Polar Beat naar je mobiele apparaat. Schakel de OH1 in met een druk op de knop. Koppel de sensor via de instellingen in Beat en volg de instructies.

Gebruik met Polar polsunit

Download de Polar Flow app naar je mobiele apparaat. Schakel de OH1 in met een druk op de knop. De Flow app herkent de sensor automatisch en helpt je bij de configuratie.

Wil je een computer gebruiken? Installeer dan Polar FlowSync via flow.polar.com/start, start de software, sluit de sensor aan op een USB-poort en volg de instructies. Vergeet niet de sensor te koppelen met je polsunit. Ga naar support.polar.com voor apparaatspecifieke instructies voor het koppelen.

Dragen

Plaats de sensor met de lens naar boven gericht in de armbandhouder (afbeelding 3). Zorg ervoor dat de sensor zich aan de onderkant van de armband bevindt, dicht op je huid (afbeelding 4). Draag de OH1 om je boven- of onderarm, maar niet om je pols (afbeelding 5).

Dragen met een zwembriil

Plaats de sensor in de clip voor zwembriillen en bevestig de clip aan het bandje van je zwembriil (afbeelding 6). De lens moet de huid bij je slaap raken.

Training starten

Je kunt je trainingssessie registreren met je polsunit, de Polar Beat app of met alleen de OH1. Als je alleen de sensor wilt gebruiken, schakel je de OH1 in door de knop ingedrukt te houden tot de verlichting brandt. Druk daarna twee keer op de knop om de sessie te starten. Houd na je training de knop ingedrukt tot de verlichting is uitgeschakeld.



De OH1 stuurt je hartslagsignaal standaard ook via ANT+. Deze optie kun je desgewenst uitschakelen in de instellingen van Polar Beat.

Onderhoud

Raadpleeg het etiket van de armband voor de wasvoorschriften. Ga zorgvuldig met de sensor om.

Materialen

Sensor: ABS, ABS+GF, PMMA, SUS 316 (roestvrij staal).



Dit product is geen speelgoed. Laat kinderen of huisdieren niet met dit product spelen. Dit product bevat kleine onderdelen die een verstikkingsgevaar kunnen opleveren.

De radioapparatuur werkt op de frequentieband(en) 2,402 - 2,480 GHz en 2,0 mW maximumvermogen.