

Jak začít?

Nastavení nového cyklopočítače Polar V650 provedte ve webové službě Polar Flow. Chcete-li dostávat ta nejpřesnější a nejosobnější data o tréninku, dbejte na to, aby nastavení bylo přesné.

1. Připojte V650 k USB portu na počítači přes USB kabel. Může několik minut trvat, než se cyklopočítač V650 začne nabíjet.
2. Zapněte cyklopočítač V650 stisknutím a podržením postranního tlačítka.

i Pokud používáte Mac OS X, musíte na V650 zapnout režim kompatibility pro Mac OS X. Jděte do **Settings > General settings** (Nastavení > Obecná nastavení). Rolujte až dolů a zvolte **About V650** (O V650). Znovu rolujte dolů a zvolte operační systém vašeho počítače: **Mac OS X**. Restartujte V650, aby se nastavení uložilo. Podrobnější pokyny najdete na stránkách podpory pro cyklopočítač V650 na adrese support.polar.com/en/V650.

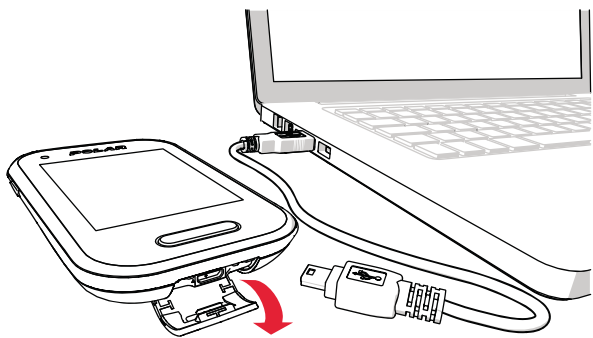
3. Jděte na adresu flow.polar.com/start a stáhněte si software Polar FlowSync pro přenos dat, který budete potřebovat pro připojení V650 k webové službě Flow.

4. Otevřete instalační balíček a řiďte se pokyny na obrazovce pro instalaci softwaru.

5. Jakmile bude instalace dokončena, FlowSync se otevře automaticky.

i Upozorňujeme, že navázání spojení mezi V650 a počítačem může chvíli trvat.

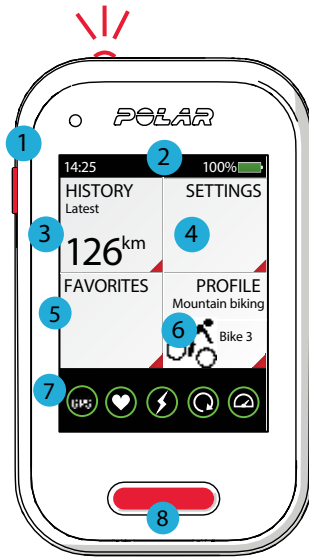
6. Povolte, aby se na počítači nainstalovaly jakékoli navržené USB ovladače. Aplikace Polar FlowSync rozpozná V650 jako nové zařízení a otevře webovou službu Polar Flow v internetovém prohlížeči.
7. Vytvořte si účet u Polaru nebo se přihlaste, pokud již účet máte.
8. Klikněte na Done (Hotovo) pro synchronizaci nastavení mezi V650 a webovou službou Polar Flow. Po dokončení synchronizace se stav indikovaný softwarem FlowSync změní na dokončeno.
9. Je-li pro V650 k dispozici aktualizace firmwaru, doporučujeme, abyste ji při provádění nastavení nainstalovali.



i Plné nabití baterie trvá až pět hodin.

Poznejte svůj cyklopočítač V650

1. Stiskněte postranní tlačítko, chcete-li zobrazit tyto možnosti:
 - » Synchronizovat data s mobilem
 - » Kalibrovat nadmořskou výšku
 - » Zamknout displej
 - » Vyhledat snímače
 - » Vypnout V650



2. Potažením prstu po displeji směrem dolů otevřete rozbalovací nabídku. V ní si můžete nastavit čelní osvětlení, zvukovou signalizaci při tréninku a jasnost displeje.

3. Podívejte se na podrobné údaje o trénincích a celkové hodnoty historie cyklistických tréninků.

4. Upravte si nastavení podle svých potřeb.

5. Povolte Strava Live Segments® nebo si zvolte trasu, kterou chcete jet.

i Ve webové službě Flow si přidejte segmenty, které jste si stáhli ze stránek společnosti Strava, a trasy do Oblíbených a synchronizujte je s cyklopočítačem V650.

6. Zvolte si profil a kolo pro danou jízdu.

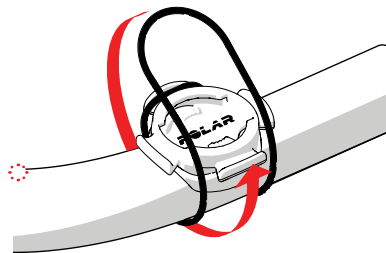
7. Sledujte stav GPS a snímačů.

8. Stiskněte přední tlačítko pro spuštění záznamu, pro pozastavení je stiskněte a podržte. Tlačítko můžete také nastavit na měření úseku.

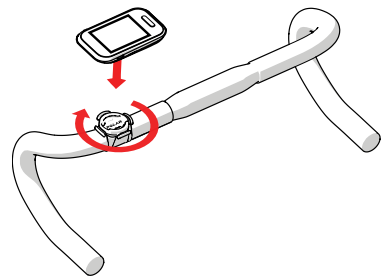
Držák na kolo

Držák si můžete instalovat na představec nebo na pravou či levou stranu řídicího.

1. Na představec/řídicíku položte gumovou podložku.
2. Na podložku nasadte držák tak, aby bylo logo POLAR v rovině s řídicíky.
3. Držák na představec nebo řídicíku upevněte o-kroužkem.



4. Nasadte vodící lišty na zadní stěně zařízení V650 do otvorů v držáku a otáčejte ve směru hodinových ručiček, až V650 zapadne na místo.



Snímač tepové frekvence H10

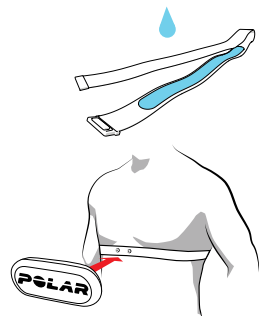
Když při jízdě na kole budete používat naše snímače tepové frekvence, budete moci naplno využívat jedinečné funkce Smart Coaching od Polaru. Na základě údajů o tepové frekvenci si můžete udělat obrázek o své fyzické kondici a o tom, jak vaše tělo reaguje na trénink. To vám pomůže přizpůsobit tréninkové plány a efektivněji dosahovat stanovených cílů.

Nasadte si pohodlný hrudní pás a konektor, abyste mohli na cyklopočítači V650 sledovat přesné hodnoty tepové frekvence v reálném čase.

***Pokud jste si V650 koupili bez snímače tepové frekvence, nemusíte si dělat starosti, můžete si ho pořídit kdykoli.**

1. Navlhčete hrudní pás v oblasti elektrod.
2. Připněte si hrudní pás a upravte si ho tak, aby těsně přiléhal.
3. Připojte konektor.
4. Před prvním tréninkem musíte snímač tepové frekvence spárovat s V650. Nasadte si snímač tepové frekvence a přejděte na **Nastavení > Obecná nastavení > Párování > Spárovat nové zařízení**.

i Po skončení tréninku odepněte konektor snímače tepové frekvence a očistěte hrudní pás tak, že ho opláchnete proudem tekoucí vody. Podrobnější pokyny najdete na stránkách podpory pro cyklopočítač V650 na adrese support.polar.com/en/V650.



Zahájení tréninku

Zvolte si profil, který chcete používat. Zařízení V650 držte v klidu s displejem směrem nahoru, dokud nenajde satelitní signály GPS. Obvykle to trvá napoprvé 30-60 sekund. Zařízení V650 je připraveno k použití, jakmile bude celá ikona GPS lemována zeleným kroužkem. Před zahájením jízdy stiskněte tlačítko na přední straně.

BĚHEM TRÉNINKU

Barevná jasně svítící dotyková obrazovka vám umožní snadnou kontrolu tréninkových údajů i během jízdy. Zobrazení změníte rychlým přjetím prstem přes obrazovku.



Červený trojúhelník označuje, že můžete rychle přepínat mezi zobrazovanými informacemi, například mezi aktuální a průměrnou rychlostí.

Chcete-li trénink přerušit, stiskněte tlačítko na přední straně zařízení. Pak si můžete zvolit **Continue** (Pokračovat) nebo **Stop** (Zastavit) nahrávání tréninkových dat.

Po tréninku

Získejte okamžitou analýzu a hloubkovou analýzu vašeho tréninku se zařízením Polar V650 a webovou službou Polar Flow.

NÁHLED PŘEHLEDNÝCH ÚDAJŮ

Hned po jízdě se můžete podívat na přehled výsledků vašeho tréninku. Můžete si také přečíst, jaké výhody vám konkrétní trénink přinesl.

Podrobnosti o jízdě, jako je doba trvání, ujetá vzdálenost, maximální tepová frekvence, rychlost a VAM jsou také uvedeny v položce **History > Sessions** (Historie > Tréninky).

ANALYZUJTE KAŽDÝ DETAIL

Analyzujte každý detail, sledujte své pokroky a sdílejte údaje o svém tréninku s přáteli nebo trenérem na adrese polar.com/flow.



Hlavní prvky

Polar V650 nabízí řadu jedinečných prvků, které vám pomohou trénovat lépe. Tady naleznete přehled nejdůležitějších z nich.

PROFILY

Zařízení V650 obsahuje tři profily pro jízdu na kole a jeden pro ostatní sporty. Všechny si můžete upravit podle svých potřeb. Můžete si například nastavit až šest tréninkových oken pro každý profil, z nichž každé obsahuje až osm polí s údaji.

ITEGROVANÁ GPS

Díky integrovanému GPS zařízení sleduje V650 rychlost vaší jízdy na kole, ujetou vzdálenost a trasu. Prvky **Back-to-start** (Zpět na start) a **Route tracking** (Sledování trasy) vám pomohou vrátit se do výchozího bodu své cesty.

SNÍMAČ BAROMETRICKÉHO TLAKU

Kromě nadmořské výšky vaše zařízení V650 měří i další údaje, jako například stoupání a klesání trasy, převýšení, aktuální VAM (průměrnou rychlost stoupání) a spálené kalorie podle nadmořské výšky.

VÝHODY TRÉNINKU

Zařízení V650 poskytuje motivující zpětnou vazbu o účincích vašeho tréninku, která je k dispozici bezprostředně po jeho skončení.

ČELNÍ SVĚTLO

Čelní světlo na horním okraji V650 slouží k tomu, abyste byli na cestě lépe vidět. Je to inteligentní funkce, kterou si můžete nastavit na automatické zapínání, když se setmí.

KOMPATIBILITA SE SNÍMAČI VÝKONU JINÝCH VÝROBCŮ

Cyklopočítač V650 je kompatibilní s řadou snímačů výkonu jiných výrobců. Informace o kompatibilitě najdete v tabulce na adrese support.polar.com/en/V650-3rd-party-sensors.

KOMPATIBILITA S TRAININGPEAKS®

Když propojíte své účty TrainingPeaks a Polar Flow, budete moci synchronizovat tréninky z hodinek V650 do služby TrainingPeaks. Při tréninku budete moci na hodinkách V650 zobrazit své hodnoty Training Stress Score® (TSS®), Intensity Factor® (IF®) a Normalized Power® (NP®).



STRAVA LIVE SEGMENTS® NA HODINKÁCH V650

Chcete-li na hodinky V650 dostávat upozornění, když se blížíte k některému ze svých oblíbených segmentů Strava, musíte:

1. Propojit svůj účet Strava Premium a Polar Flow.
2. Zvolit segmenty Strava, které si chcete stáhnout do Polar Flow.
3. Zvolit segmenty Strava, které chcete zobrazovat na hodinkách V650 v Polar Flow.
4. Synchronizovat hodinky V650.



Více informací najdete na adrese support.polar.com/en/V650.

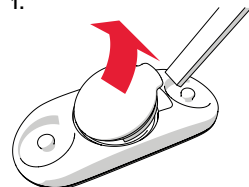
Upravte si cyklopočítač na míru pomocí doplňků

Zlepšete svůj trénink a získejte lepší přehled o své výkonnosti pomocí těchto doplňků:

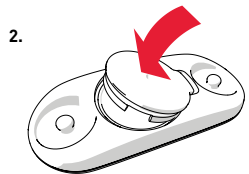
- » **Nastavitelný držák na kolo** vám poskytne nejlepší pozorovací úhel a snadný přístup k cyklopočítači. Držák můžete připevnit buď na řídítka, nebo na rám.
- » **Snímač rychlosti Bluetooth® Smart** přesně měří rychlost/tempo jízdy na kole a vzdálenost i na těch nejobtížnějších trasách. Vhodné pro halovou cyklistiku. V650 ukazuje aktuální, průměrnou a maximální rychlost.
- » **Snímač kadence Bluetooth® Smart** měří kadenci jízdy na kole v otáčkách za minutu. V650 ukazuje aktuální, průměrnou a maximální kadenci.

Výměna baterie snímače tepové frekvence:

1.



2.



1. Otevřete kryt baterie malým plochým nástrojem (obrázek 1).
2. Z krytu baterie vyjměte starou baterii.
3. Vložte novou baterii (CR2025) tak, aby minus pól směřoval ven.
4. Vyrovnějte okraj krytu baterie s drážkou na konektoru a vmáčkněte kryt baterie zpět na místo (obrázek 2). Musí se ozvat slyšitelné zacvaknutí.



Z bezpečnostních důvodů dbejte na to, abyste použili správnou baterii (CR2025).

Technické specifikace

V650

Typ baterie 1900 mAh Li-ionová polymerová baterie
Doba provozu 10 h
Provozní teplota -20 °C až +50 °C
Odolnost proti vodě IPX7
Materiály V650

Materiál stojanu na kolo

SNÍMAČ TEPOVÉ FREKVENCE POLAR H10

Typ baterie CR2025
Těsnící kroužek baterie O-kroužek 20,0 x 0,90 Materiál silikon
Provozní teplota -10 °C až +50 °C
Odolnost proti vodě 30 m
Materiál konektoru ABS, ABS + GF, PC, nerez ocel
Materiál popruhu 38 % polyamid, 29 % polyuretan, 20 % elasthan, 13 % polyester, silikon

Toto rádiové zařízení pracuje ve frekvenčním pásmu 2,402–2,480 GHz ISM a s maximálním výkonem 4,0 mW.

APP STORE JE ZNAČKA SLUŽBY SPOLEČNOSTI APPLE INC.
GOOGLE PLAY JE OCHRANNÁ ZNÁMKA SPOLEČNOSTI GOOGLE INC.
STRAVA LIVE SEGMENTS JE OCHRANNÁ ZNÁMKA SPOLEČNOSTI STRAVA, INC.
TRAININGPEAKS JE OCHRANNÁ ZNÁMKA SPOLEČNOSTI TRAININGPEAKS, LLC.
NP®, IF®, A TSS® JSOU OCHRANNÉ ZNÁMKY SPOLEČNOSTI TRAININGPEAKS, LLC.
A JSOU POUŽÍVÁNY SE SVOLENÍM. VÍCE INFORMACÍ NAJDETE NA ADRESE [HTTP://WWW.TRAININGPEAKS.COM](http://WWW.TRAININGPEAKS.COM).

Výrobce

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

Kompatibilní s



4.0 CS 03/2018



POLAR V650 CHYTRÝ CYKLOPOČÍTAČ S GPS

Návod pro první použití

Více informací najdete na adrese support.polar.com/en/V650.

Čeština