

Polar FT40™

Polar FT60™

Polar FT80™

РУКОВОДСТВО
ПО НАЧАЛУ РАБОТЫ

POLAR®
LISTEN TO YOUR BODY

СОДЕРЖАНИЕ

1. КОМПОНЕНТЫ ТРЕНИРОВОЧНОГО КОМПЬЮТЕРА POLAR FT40 / FT60 / FT80.....	4
2. НАЧАЛО РАБОТЫ.....	5
Основные настройки.....	5
Кнопки и структура меню.....	7
Символы на дисплее.....	8
3. ТРЕНИРОВКА.....	9
Надеваем передатчик.....	9
Запись тренировки.....	10
Начало тренировки.....	10
Остановка тренировки.....	11
4. ПОСЛЕ ТРЕНИРОВКИ.....	12
Отчет о тренировке.....	12
Еженедельный отчет.....	13
Обновление программы.....	14
Обзор данных по тренировкам.....	15
Передача данных.....	17
5. СЕРВИСНАЯ ИНФОРМАЦИЯ.....	18
Обслуживание Polar FT80/FT60/FT40.....	18
Замена батареи.....	20
Меры предосторожности.....	22
Технические характеристики.....	24
Гарантия и ее ограничение.....	25

Внимание!

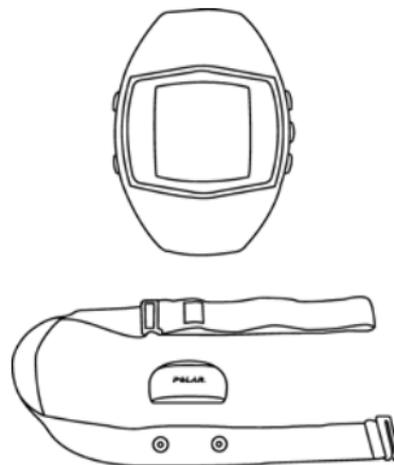
Информация, которая относится только к определенным моделям, отмечена указанием данных моделей в скобках.

1. КОМПОНЕНТЫ ТРЕНИРОВОЧНОГО КОМПЬЮТЕРА POLAR FT40 / FT60 / FT80

- Тренировочный компьютер: выводит на экран и записывает частоту сердечных сокращений пользователя и другие показания при выполнении физических упражнений.
- Передатчик WearLink+: передает сигнал сердечного ритма в тренировочный компьютер. В комплект входит передатчик и эластичный ремешок с электродами.

Зарегистрируйте Ваш продукт Polar на сайте по адресу <http://register.polar.fi>, чтобы помочь нам совершенствовать наши продукты и услуги и удовлетворять Вашим потребностям.

 Более подробные инструкции представлены в полном Руководстве пользователя, которое вы можете загрузить с сайта www.polar.fi/support.



2. НАЧАЛО РАБОТЫ

ОСНОВНЫЕ НАСТРОЙКИ

Для включения пульсометра Polar FT40/FT60/FT80 нажмите и удерживайте в течение одной секунды любую из кнопок на устройстве. Как только пульсометр включен, его уже нельзя выключить.

1. **Language** (Язык): Выберите Deutsch (Немецкий), English (Английский), Espanol (Испанский), Francais (Французский), Italiano (Итальянский), Portugues (Португальский) (FT60, FT80) или Suomi (Финский) (FT60, FT80) с помощью кнопок UP/DOWN (Вниз/Вверх). Нажмите ОК.
2. На дисплее появится надпись **Please enter**

basic settings (Введите основные настройки).
Нажмите ОК.

3. Выберите **Time format** (Формат индикации времени).
4. Введите **Time** (Время).
5. Введите **Date** (Дата).
6. Выберите **Units** (Единицы измерения), в метрической (кг, см) или британской системе измерения (фунты, футы). При выборе последней, калории показываются как CAL, иначе они показываются как KCAL. Калории в данном случае следует понимать как килокалории.
7. Введите **Weight** (Вес).
8. Введите **Height** (Рост).
9. Введите **Date of birth** (Дата рождения).
10. Выберите **Sex** (Пол).
11. На дисплее появится надпись **Settings OK?**

(Сохранить настройки?).

Выберите **Yes** (Да) для того, чтобы принять и сохранить настройки. На дисплее появится надпись **Basic settings complete** (Основные настройки сохранены), и пульсометр перейдет в режим **Time view** (Часы). Выберите **No** (Нет), если вы хотите изменить настройки. На дисплее появится надпись **Please enter basic settings** (Введите основные настройки). Повторно введите ваши основные настройки.

Вы можете модифицировать пользовательскую информацию позднее. Для получения дополнительной информации смотрите полное Руководство пользователя на сайте www.polar.fi/support.

КНОПКИ И СТРУКТУРА МЕНЮ

▲ UP (ВВЕРХ): вход в меню и навигация вверх по списку;
настройка значений величин.

● ОК: Подтверждение выбора;
выбор типа тренировки или настроек тренировки.

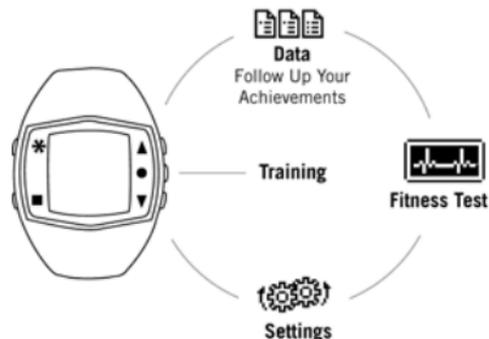
▼ DOWN (ВНИЗ): вход в меню и навигация вниз по списку;
настройка значений величин.

■ BACK (НАЗАД): выход из меню;
возврат на предыдущий уровень меню;
отмена выбора;
оставить настройки без изменений;

при долгом нажатии возврат в меню времени Time view.

★ LIGHT (ПОДСВЕТКА): подсвечивает дисплей;

при долгом нажатии быстрый вход в меню времени Time view (блокировка клавиатуры, установка будильника или выбор часового пояса) или во время тренировки (настройка сигналов тренировки или блокировка клавиатуры)



Символы на дисплее

В таблице ниже представлены символы, используемые на дисплее и их описание.

Символ	Описание
	Батарея наручного устройства разряжена.
	Будильник включен.
	Беззвучный режим
	Используется Время 2. Цифра 2 показывается на дисплее в нижнем правом углу экрана.
	У вас одно или более новых сообщений.
	Блокировка клавиатуры включена.
	Устройство Foot pod включено. Если символ мигает, пульсометр FT80/FT60 устанавливает соединение с устройством Footpod.
	Сенсор GPS включен. Если символ мигает, пульсометр FT80/FT60 устанавливает соединение с датчиком GPS, или датчик GPS устанавливает соединение со спутником.
	Передается сердечный ритм.

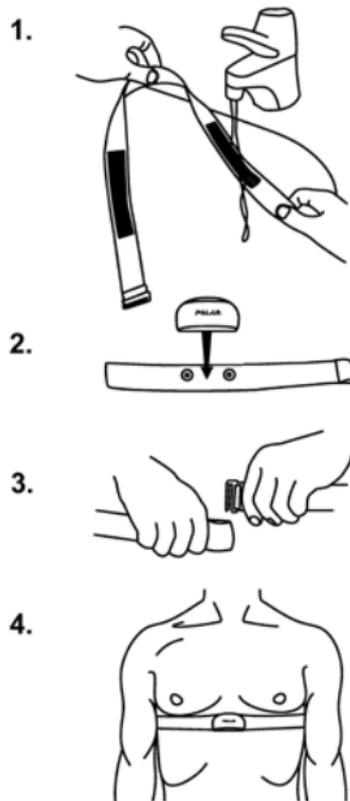
3. ТРЕНИРОВКА

НАДЕВАЕМ ПЕРЕДАТЧИК

Перед тренировкой вы должны надеть нагрудный передатчик.

1. Смочите электроды эластичного ремня под струей воды.
2. Прикрепите передатчик к эластичному ремешку. Отрегулируйте длину ремешка так, чтобы он плотно охватывал грудную клетку, не создавая ощущения дискомфорта.
3. Закрепите ремешок по нижней линии грудных мышц.
4. Убедитесь в том, что увлажненные зоны с электродами плотно прилегают к коже, и логотип Polar находится по центру и не перевернут.

i Отсоединяйте передатчик от ремня, когда вы не пользуетесь передатчиком. Это сэкономит ресурс батареи. Для дополнительной информации по уходу за передатчиком см. инструкции по чистке передатчика.



ЗАПИСЬ ТРЕНИРОВКИ

Начало тренировки

1. Наденьте наручное устройство и кардиопередатчик WearLink+.
2. Нажмите **OK** и выберите **Start training (Начать тренировку)** или в течение некоторого времени удерживайте нажатой кнопку **OK**, как только вы будете готовы начать записывать данные вашей тренировки.

Для того, чтобы изменить настройки звука, вид индикации сердечного ритма или прочие настройки тренировок до начала записи вашей тренировки, выберите **Training Settings (Настройки тренировки)**. Подробная информация содержится в разделе «Настройки».

 *Ваша тренировка записывается только в случае, если секундомер работал до этого более чем в течение одной минуты.*

Оптимизация силовых тренировок с помощью руководства по сердечному ритму (FT80)

Силовые тренировки с применением пульсометра Polar FT80 помогут вам значительно увеличить показатели силы и мощности посредством автоматизации расчета норм восстановления между упражнениями во время тренировки на основе сердечного ритма.

1. Можно создать до трех программ силовых тренировок на сайте **polarpersonaltrainer.com** и загрузить их в пульсометр FT80.
2. Когда вы загрузите программу в монитор FT80, нажмите **OK** и **DOWN** (ВНИЗ), чтобы выбрать **Start strength training (Начать силовую тренировку)**. Нажмите **OK**. На дисплее появится надпись **Start workout? (Начать программу?)**. Выберите **Yes** (Да), выберите упражнения из списка, которые вы собираетесь выполнять. Нажмите **OK** перед началом первого подхода в первом упражнении.

Остановка тренировки

1. Для паузы во время тренировки, нажмите кнопку **ВАСК (НАЗАД)**.
2. Для прекращения тренировки дважды нажмите кнопку **ВАСК (НАЗАД)**, на дисплее появится надпись **Stopped (Остановлена)**.

Появится суммарная информация о результатах тренировки. Для дальнейшей информации о данных тренировки смотрите Руководство пользователя на сайте www.polar.fi/support.

 *Отчеты о тренировке показываются только в случае, если тренировка продолжалась не менее десяти минут.*

Отсоединяйте передатчик от ремня и промывайте кардиопередатчик под струей воды после каждой тренировки. Регулярно, по меньшей мере, после каждой пятой тренировки, стирайте кардиопередатчик в стиральной машине при 40 °C (104 °F).

Советы по Проведению Тренировки

Если вашей целью является снижение веса, тренировки должны длиться 30-60 минут или дольше в диапазоне снижения лишнего веса. Чем больше продолжительность тренировки, тем больше сжигается калорий, особенно калорий лишнего веса. Процентное соотношение сожженных калорий лишнего веса отобразится по окончании тренировки.

Для улучшения состояния сердечно-сосудистой системы, старайтесь тренироваться в фитнес диапазоне три или четыре раза в неделю, продолжительность одной тренировки — 20-40 минут.

Чем лучше ваш физический уровень, тем больше тренировок требуется (более частых и продолжительных) для улучшения физической формы.

 *Дополнительную информацию о тренировках вы можете найти в статьях на сайте www.polar.fi*

4. ПОСЛЕ ТРЕНИРОВКИ

ОТЧЕТ О ТРЕНИРОВКЕ

Effect (Эффект) (FT60, FT80)	Тренировочный эффект. Подробнее см. в полном Руководстве пользователя.
Intensity (Интенсивность) (FT60, FT80)	Время тренировки в каждой из зон интенсивности 1, 2 и 3.
Zone limits (Пределы зоны интенсивности) (FT60, FT80)	Предельные значения своего уровня интенсивности (показываются при использовании функции OwnZone).
Calories (Энергозатраты)	Израсходованная в ходе тренировки энергия в калориях и % жира.
Average/Maximum (Среднее/Максимальное)	Среднее и максимальное значения сердечного ритма во время тренировки.
Average/Maximum* (Среднее/Максимальное) (FT60, FT80)	Среднее и максимальное значения скорости на тренировке (показывается только при применении сенсора GPS или датчика бега Footpod).
Fat burn (Зона сжигания жира) (FT40)	Время тренировки в диапазоне уменьшения лишнего веса (в зоне сжигания жира).
Fitness (Фитнес) (FT40)	Время тренировки в диапазоне Фитнес.
Duration (Продолжительность)	Продолжительность вашей тренировки.
Distance* (Расстояние) (FT60, FT80)	Расстояние и продолжительность тренировки (показывается только при применении датчика GPS или датчика бега Footpod).
This week (Итоги недели)	Ваши недельные целевые показатели текущей тренировки и достигнутые результаты. Данные показываются только при использовании программы.

* Для просмотра данных скорости и расстояния необходим датчик GPS или датчик бега Footpod.

Еженедельный отчет (FT60, FT80)

Каждое воскресенье в полночь на дисплее вашего наручного устройства будет появляться изображение конвертика с результатами за неделю. Нажмите кнопку **UP (ВВЕРХ)** для просмотра.

Week targets achieved (Достижение недельных целевых показателей)	Указывает на то, достигнуты ли целевые показатели или нет.
Results (Результаты)	Excellent! (Отлично!)/Well done! (Хорошо!)/Nice! (Неплохо!)/Fitness maintained (Форма поддерживается!)/Incomplete training week (Неполная тренировочная неделя)/Good recovery week (Хорошая неделя восстановления)/Excellent recovery week (Отличная неделя восстановления) <i>При отличных результатах, пульсометр FT60/FT80 награждает Вас призом, который появляется на дисплее в режиме показа времени.</i>
Achieved/Week target (Достигнут/Целевой показатель недели)	Достигнутое время тренировок по отношению к целевому показателю продолжительности этой недели.
Achieved/Week target (Достигнут/Целевой показатель недели)	Потраченные калории по отношению к целевому показателю продолжительности этой недели
Sessions (Число тренировок)	Количество проведенных тренировок на этой неделе (показывается и без использования программы).
Achieved time per zone (Время тренировок по зонам)	Тренировочное время, проведенное в зонах интенсивности 1, 2 и 3.
This week (Текущая неделя)	Инструкции по проведению тренировок на текущей неделе показываются только при извлечении из конвертика. Подробная информация содержится в полном Руководстве пользователя.

Обновление программы (FT60, FT80)

Пульсометр Polar FT80/FT60 постоянно анализирует ваш прогресс и настраивает соответственно недельные целевые показатели (повышает или снижает). На дисплее появляется конвертик при обновлении программы. Нажмите кнопку UP (ВВЕРХ) для того, чтобы его открыть.

1. **Program has been updated (Программа обновлена)**. На дисплее появится надпись: пульсометр FT80/FT60 проанализировал ваш прогресс и соответственно скорректировал ваши целевые показатели программы.
2. **Time for a recovery week (Необходима неделя восстановления)** На дисплее появится надпись: в целях оптимизации тренировочного процесса, вам необходим идеальный баланс между тренировками и восстанови-

тельными периодами. Неделя восстановления позволяет вашему телу приспособиться к тренировочному стимулу.

Обзор данных по тренировкам

Просматривайте данные о своих тренировках в **Training files (Файлы тренировок)**, **Week summaries (Итоги недели)** и **Totals (Общие итоги)**.

1. Выберите **Data > Training files (Данные > Файлы тренировок)** для подробного просмотра информации о ваших последних 50 (*FT40*), 100 (*FT60, FT80*) тренировках. Информация аналогична той, что появляется на дисплее после каждой тренировки.



Каждый столбец представляет собой отдельную тренировку. Выберите тренировку, данные о которой вы решили просмотреть. В верхней строке: дата и время создания файла. В нижней строке: продолжительность тренировки.

По мере заполнения **Training files (Файлы тренировок)** файлы с наиболее ранними тренировками замещаются более поздними. Если вы хотите надолго сохранить файл, передайте данные в Интернет-службу компании Polar на сайте **www.polarpersonaltrainer.com**. Более подробная информация по теме содержится в разделе «**Передача данных**».

Для того, чтобы удалить файл с данными о тренировке, выберите **Data > Delete files (Данные > Удалить файлы)** и выберите файл, который вы собираетесь удалить. На дисплее появится надпись **Delete file? (Удалить файл?)**. Выберите **Yes (Да)**. На дисплее появится надпись **Remove from total? (Удалить из общей папки?)**. Для удаления файла также из общей папки, выберите **Yes (Да)**.

- 2 Выберите **Data > Week summaries (Данные > Итоги недели)** для просмотра данных и результатов тренировок за последние 16 недель.



Каждый столбец соответствует одной неделе тренировок. Выберите неделю, которую вы хотите просмотреть с помощью кнопок **UP/DOWN (ВВЕРХ/ВНИЗ)**. В верхней строке: даты начала и окончания недели. В нижнем столбце: полное время тренировочного процесса.

- Для итогов недели выберите **Data > Reset weeks? (Данные > Сбросить итоги недели?)**. Выберите **Yes (Да)** для того, чтобы сбросить данные по итогам недель.

- 3 Выберите **Data > Totals since xx.xx.xxxx (Данные > Итоги, начиная с xx.xx.xxxx)** для просмотра общей продолжительности, числа тренировок и энергозатрат с момента последнего сброса данных.

- Для сброса данных выберите **Data > Reset totals (Данные > Сбросить данные?)** и выберите **Yes (Да)**.

ПЕРЕДАЧА ДАННЫХ

Передача данных с вашего пульсометра FT80/FT60/FT40 на сайт polarpersonaltrainer.com

Для сохранения и мониторинга данных в долгосрочном периоде вы можете сохранять всю информацию по тренировкам в файлах на сайте polarpersonaltrainer.com. Там вам будет представлено графическое отображение данных и их динамики, данные по тренировкам более подробные и с возможностью большего понимания тренировочного процесса. С помощью системы Polar FlowLink* очень удобно передавать файлы с данными тренировок в сеть Интернет.

1. Зарегистрируйтесь на сайте **polarpersonaltrainer.com**
2. Следуйте инструкциям по загрузке и установке на ваш компьютер программного обеспечения для передачи данных WebSync.
3. Программное обеспечение WebSync активируется автоматически, после чего на вашем экране появится информация по загрузке данных. Следуйте инструкциям и передавайте данные ваших тренировок на сайт polarpersonaltrainer.com.
4. Поместите пульсометр FT80/FT60/FT40 на устройство FlowLink дисплеем вниз.
5. Выполните процедуру передачи данных, как указано в программе WebSync на экране вашего компьютера. Более подробная информация по передаче данных содержится в справке на сайте polarpersonaltrainer.com.

*Дополнительная опция – требуется устройство Polar FlowLink (входит в комплект FT80).

5. СЕРВИСНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

ОБСЛУЖИВАНИЕ ПУЛЬСОМЕТРА POLAR FT80/FT60/FT40

Тренировочный компьютер: Чистите его с помощью мягкой тряпки, смоченной в слабом мыльном растворе, затем хорошо протрите сухим полотенцем. Никогда не используйте для чистки спирт или абразивные материалы (чистящие средства или щетки). Храните монитор в сухом прохладном месте. Не храните его во влажной среде, в материалах, не пропускающих воздуха (в пластиковом пакете или спортивной сумке), в токопроводящих материалах (во влажном полотенце). Не подвергать воздействию прямых солнечных лучей в течение длительного времени.

Передачик: после отсоединения датчика от ремешка его следует мыть под струей воды после каждого использования. Вытрите передачик

мягкой салфеткой. Никогда не используйте для чистки спирт или абразивные материалы (чистящие средства или щетки).

Регулярно стирайте ремешок датчика в стиральной машине при температуре воды 40 °C (104 °F) по меньшей мере после каждого пятого использования. Это обеспечит надежность измерений и продлит срок эксплуатации. Используйте пакет для стирки. Ремешок не замачивать, не сушить в центробежной сушилке, не гладить утюгом, не чистить химически, не отбеливать. При его стирке не использовать ни отбеливающие, ни смягчающие средства. Никогда не кладите передатчик в стиральную машину или сушилку!

После сушки храните ремешок отдельно от передатчика. Стирайте ремешок в стиральной машине перед длительным хранением и всегда

после его применения в воде с высоким содержанием хлора (в бассейне).

Сервисное обслуживание

Пульсометр **Polar FT80/FT60/FT40** предназначен для достижения личных тренировочных задач и показывает уровень физиологической нагрузки и интенсивности во время тренировок. Никакого иного предназначения не предусматривается, не подразумевается. В течение двухлетнего срока действия гарантии мы рекомендуем проводить обслуживание монитора только в авторизованных центрах технического обслуживания компании Polar.

Гарантия не распространяется на ущерб, в том числе косвенный, возникший в результате проведения технического обслуживания в иных, нежели авторизованные центры компании Polar Electro, сервисных центрах.

Ознакомьтесь с отдельным документом – Пользо-

вательской картой обслуживания Polar Customer Service Card, в которой содержится подробная информация по этой теме.

Замена батарей

Избегайте вскрытия запечатанной крышки отсека для батареи в течение гарантийного срока. Мы рекомендуем заменять батареи в авторизованных центрах технического обслуживания компании Polar. Там производится проверка водонепроницаемости пульсометра после замены батареи и периодически полная профилактическая проверка.

Индикация снижения заряда батареи появляется, когда остается 10-15% емкости батареи.

Частое использование подсветки сокращает срок службы батареи.

При низкой температуре может появиться индикатор низкого заряда батареи, но он исчезает при повышении температуры.

Подсветка и звуковой сигнал автоматически отключаются, когда появляется индикатор низкого заряда батареи. Любые установки тревог до появления низкого индикатора батареи будут оставаться активными.

Для самостоятельной замены батареи смотрите инструкцию на сайте www.polar.fi/support.

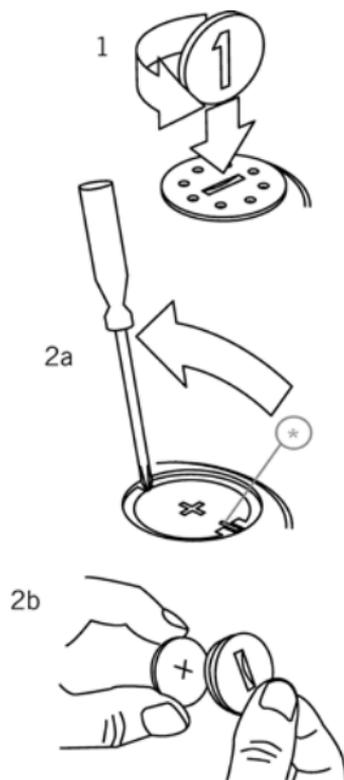
Самостоятельная замена батарей:

Меняйте уплотнительное кольцо сверху батареи каждый раз, когда меняете батарею. Вы можете приобрести уплотнительные кольца/ установочные комплекты батарей у розничных дилеров компании Polar и в авторизованных центрах технического обслуживания компании Polar. Держите батареи подальше от детей. В случае проглатывания батареи немедленно обратитесь к врачу. Утилизация батарей должна производиться в соответствии с местным законодательством.

Избегайте контакта новой, полностью заряженной батареи с обеих сторон с металлическими и токопроводящими поверхностями, например, не берите батарею пинцетом. Это может привести к короткому замыканию в батарее, что повлечет за собой более быструю разрядку. Обычно, короткое замыкание не наносят ущерб батарее, но могут снизить ее емкость и срок эксплуатации.

ВНИМАНИЕ: Настоятельно рекомендуем Вам проверять герметичность корпуса после каждой самостоятельной замены батареи.

1. Откройте крышку отсека для батареи с помощью монетки поворотом из положения **CLOSE (ЗАКРЫТО)** в положение **OPEN (ОТКРЫТО)**.
2.
 - При замене батареи наручного устройства (рис. 2a), снимите крышку отсека для батареи и аккуратно выньте батарею с помощью небольшого жесткого предмета, например, зубочистки или маленькой отвертки. Тем не менее, предпочтительнее для этого использовать неметаллический предмет. Будьте осторожны и не повредите металлическую поверхность контакта (*) или пазы. Вставьте новую батарею положительным контактом (+) наружу.
 - При замене батареи передатчика (рис. 2b), помещайте батарею положительным контактом (+) к крышке.
3. Замените старое уплотнительное кольцо на новое, плотно подгоните его к пазам крышки для обеспечения водонепроницаемости.
4. Поставьте крышку на место и поверните ее по часовой стрелке в положение **CLOSE (ЗАКРЫТО)**.
5. Вновь войдите в **«Основные настройки»** после замены батареи наручного устройства.



Меры предосторожности

Минимизация возможных рисков

Тренировка может предполагать определенный риск. Перед началом регулярной программы тренировок ответьте на приведенные ниже вопросы относительно состояния вашего здоровья. Если вы ответите «да» на какие-либо вопросы, проконсультируйтесь с врачом, прежде чем приступить к программе тренировок.

Была ли ваша физическая активность крайне низкой в течение последних пяти лет?

У вас повышенное артериальное давление или высокий уровень холестерина в крови?

У вас есть симптомы какого-либо заболевания?

Вы принимаете какие-либо сердечные препараты или препараты для стабилизации кровяного давления?

Бывали ли у вас проблемы с дыхательной системой? Вы восстанавливаетесь после серьезной болезни или медицинского лечения?

Вы пользуетесь кардиостимулятором или другим имплантированным электронным устройством?

Вы курите?

Вы беременны?

Обратите внимание, что препараты для сердца, стабилизации артериального давления, психических состояний, астмы, дыхательной системы и т.д., а также некоторые энергетические напитки, алкоголь и никотин в комбинации

с физическими нагрузками могут повлиять на частоту сердечных сокращений.

Важно прислушиваться к реакции вашего тела во время тренировки. Если вы почувствовали неожиданную боль или чрезмерную усталость во время тренировки, прекратите выполнение упражнений или уменьшите нагрузку.

Если у вас установлен кардиостимулятор, дефибриллятор или другое имплантированное электронное устройство, вы пользуетесь кардиомонитором Polar FT4 на собственный страх и риск. Перед началом использования мы рекомендуем снять ЭКГ во время физических упражнений с максимальной нагрузкой под наблюдением врача. Испытание необходимо для проверки безопасности и надежности одновременного использования кардиостимулятора и кардиомонитора Polar FT4.

Если у вас аллергия на вещества, вступающие в контакт с кожей, или вы предполагаете аллергическую реакцию вследствие использования продукта, посмотрите в разделе «Технические характеристики» какие материалы используются в изготовлении данного продукта. Во избежание кожной реакции на передатчик надевайте его поверх рубашки. Увлажняйте рубашку под электродами для обеспечения надлежащей работы. Если вы наносите на кожу репеллент от насекомых, убедитесь в том, что он не контактирует с наручным устройством или передатчиком.

Тренировочное оборудование с электронными компонентами может вызывать помехи. В целях устранения этой проблемы попробуйте следующее:

1. Уберите передатчик с груди и используйте оборудование, как вы используете его обычно.
2. Подвигайте наручное устройство вокруг тренажера до тех пор, пока не найдете место, где отсутствуют помехи и значок сердца на дисплее не мигает. Смешение сигналов часто сильнее прямо перед дисплеем тренажера, в то время как слева и справа от него помех почти нет.
3. Поместите передатчик обратно на грудь и держите наручное устройство по возможности в свободной от помех области.

Если пульсометр FT80/FT60/FT40 при этом не работает, какая-то часть оборудования создает слишком много помех для беспроводного измерения сердечного ритма.

Пульсометр Polar FT80/FT60/FT40 можно использовать в воде. Для обеспечения водонепроницаемости не нажимайте кнопки, находясь под водой. Более подробная информация по теме содержится на сайте <http://support.polar.fi>. Водонепроницаемость изделий компании Polar испытана в соответствии с Международным стандартом ISO 2281. Изделия распределяются по трем категориям в зависимости от их степени водонепроницаемости. На оборотной стороне изделия компании Polar указана категория водонепроницаемости, которую можно сравнить с данными в таблице ниже. Заметьте, что эти определения не обязательно применимы к изделиям других производителей.

Отметка на оборотной стороне	Характеристики водонепроницаемости
Water resistant (Водонепроницаемость)	Защита от брызг, капель дождя, пота. Не подходит для плавания.
Water resistant 30 m/50 m (Водонепроницаемость)	Возможно купание и плавание.
Water resistant 100 m (Водонепроницаемость)	Возможно плавание, в том числе под водой (без акваланга).

ТЕХНИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ

Наручное устройство

Тип батареи	CR2025
Срок службы батареи	В среднем 1,5 года (при 1 часе в день, 7 днях в неделю)
t° среды эксплуатации	от -10 °C до +50 °C
Материал ремня и наручного устройства	полиуретан нержавеющая сталь в соответствии с Директивой ЕС 94/27/EU и поправкой 1999/C 205/05 по содержанию никеля в изделиях, вступающих в тесный и продолжительный контакт с кожей.
Точность секундомера	Выше $\pm 0,5$ сек/день при 25 °C/77 °F.
Точность измерения сердечного ритма	$\pm 1\%$ или ± 1 уд./мин, больший из них, при устойчивом состоянии

Передачик

Тип батареи	CR2025
Срок службы батареи	В среднем 2 года (при 1 часе в день, 7 днях в неделю)
Уплотнительное кольцо батареи	20,0 x 1,0 материал FPM

t° среды эксплуатации	от -10 °C до +50 °C
Материал коннектора	полиамид
Материал ремня	35% полиэстр, 35% полиамид, 30% полиуретан

Диапазоны значений величин

Хронометр	23 час 59 мин 59 сек
Сердечный ритм	15 — 240 уд./мин
Общее время	0 — 9999 час 59 мин 59 сек
Общие энергозатраты	0 — 999999 ккал
Общее число упражнений	65 535
Год рождения	1921 — 2020
Макс. скорость с датчиком GPS	199,9 км/ч

Макс. скорость с устройством Footpod	29,5 км/ч
-----------------------------------------	-----------

Системные требования

Программное обеспечение Polar WebSync Software и Polar FlowLink	ПК на ОС MS Windows (2000/XP/Vista) 64 или 32 бит
-----------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------

ГАРАНТИЯ

Данная ограниченная международная гарантия Polar выдается компанией «Polar Electro Inc.» для потребителей, купивших данный продукт в США или Канаде. Данная ограниченная международная гарантия Polar выдается компанией «Polar Electro Oy» для потребителей, купивших данный продукт в других странах.

Компании «Polar Electro Oy» / «Polar Electro Inc.» гарантируют первоначальному потребителю/покупателю данного устройства, что продукт не имеет дефектов материала или качества изготовления. Срок гарантии – два (2) года с момента покупки.

Вашим доказательством приобретения продукции является квитанция (чек) о первоначальной покупке!

Гарантия не распространяется на аккумулятор, естественный износ, повреждение вследствие неправильного использования, злоупотребления, поломки или несоблюдения мер предосторожности; на эластичный ремешок и одежду Polar, треснутые, сломанные или поцарапанные корпуса/индикаторы. Гарантия также не действует в случаях неправильного технического обслуживания или использования в коммерческих целях.

Гарантия не покрывает убытки, ущерб, расходы или издержки, как прямые, так и косвенные, случайные или специальные, возникающие в связи с продуктом. На продукты, приобретенные с рук, не предоставляется двухлетняя (2) гарантия, если иное не предусмотрено местным законодательством. В течение гарантийного срока продукт ремонтируется или заменяется в любом из авторизованных сервисных центров Polar независимо от страны, в которой он был приобретен.

Гарантия в отношении любого продукта ограничивается странами, где изначально распространялся продукт.

Данная гарантия не влияет на законные права потребителя, предоставленные применимыми действующими национальными или государственными законами, а также на права потребителя по отношению к дилеру, возникающие вследствие заключения договора купли-продажи.

©2010, компания «Polar Electro Oy», FIN-90440 КЕМПЕЛЕ, Финляндия.

Все права защищены. Полное или частичное использование или копирование данного руководства в какой-либо форме или какими-либо средствами без предварительного письменного разрешения компании «Polar Electro Oy» запрещено. Отмеченные символом ТМ названия и логотипы, упомянутые в данном руководстве или нанесенные на упаковку данного продукта, являются товарными знаками компании «Polar Electro Oy». Отмеченные символом ® названия и логотипы, упомянутые в данном руководстве или нанесенные на упаковку данного продукта, являются зарегистрированными товарными знаками компании «Polar Electro Oy», за исключением названия Windows, являющегося товарным знаком компании «Microsoft Corporation».

Ограничение ответственности

Содержащийся в данном руководстве материал приведен исключительно в информационных целях. Описанные в руководстве продукты могут быть изменены без предварительного уведомления в силу непрерывной программы развития, выполняемой производителем.

Компании «Polar Electro Oy» / «Polar Electro Inc.» не делают никаких заявлений и не дают никаких гарантий в отношении данного руководства или описанных в нем продуктов.

Компании «Polar Electro Oy» / «Polar Electro Inc.» не несут ответственности за убытки, ущерб, расходы или издержки, как прямые, так и косвенные, случайные или специальные, возникающие в связи с использованием данного материала или описанных в нем продуктов.

Настоящий продукт защищен исключительными правами компании Polar Electro Oy, зафиксированными в следующих документах патентного права и прав интеллектуальной собственности: FI 88972, DE4223657.6 A, FI 9219139.8, FR 92.09150, GB 2258587, HK 306/1996, SG 9592117-7, US 5486818, FI 110303 B, EP 0748185, JP3831410, US6104947, DE 69532803.4-08, FI 111514 B, DE 19781642T1, GB 2326240, HK 1016857, US 6277080, FI 114202, US 6537227, EP

1147790, HK1040065, EP 1245184, US 7076291, HK1048426. Прочие патенты находятся в процессе регистрации.

Производитель: компания «Polar Electro Oy», Профессоринти 5, FIN-90440 КЕМПЕЛЕ. Тел.: +358 8 5202 100, Факс: +358 8 5202 300, www.polar.fi

CE 0537 Данный продукт соответствует Директиве 93/42/ЕЕС. Соответствующее заявление о соответствии приведено по адресу www.polar.fi/support.



Данный символ означает, что продукты Polar являются электронными устройствами и подчиняются требованиям Директивы 2002/96/ЕС (Об отходах электрического и электронного оборудования). Продукты и аккумуляторы, использованные в продуктах, подчиняются требованиям Директивы 2006/06/ЕС и соответственно должны утилизироваться отдельно от остальных отходов в странах Евросоюза, а также в странах, не входящих в Евросоюз, в соответствии с местными нормами по удалению отходов.



Данный символ означает, что продукт защищен от электрошока.

Официальный дистрибьютор
компания «ALION»
тел: (495) 727-18-18
www.alion.ru
info@alion.ru

Сервисный центр POLAR в Москве: Нахимовский пр., 56
телефон: (499) 744-34-72

Сервисный центр POLAR в Санкт-Петербурге: наб. Карповки, 6
телефон: (812) 346-13-38, 347-55-16

