

Polar RS800CX™

Osnovni priročnik

POLAR®
LISTEN TO YOUR BODY

Vsebina

1. SESTAVNI DELI POLAR RS800CX MONITORJA SRČNE FREKVENCE	3	Prilagoditev zaslona.....	15
Dodatki	4	Kombinirajte vaje	15
2. NA ZAČETKU	5	5. PO VADBI	16
Zasnova menija	7	6. INFORMACIJE O STORITVAH ZA KUPCE	17
3. PRIPRAVA NA VADBO	8	Skrb in vzdrževanje	17
Načrtujte svojo vadbo.....	8	Skrb za svoj izdelek	17
Uporaba dodatka z RS800CX monitorjem srčne frekvence	9	Servis	17
4. VADBA	10	Zamenjava baterij	18
Nosite oddajnik.....	10	Varnostna opozorila	19
Začetek vadbe	11	Motnje med vadbo.....	19
Podatki na zaslonu	12	Zmanjševanje morebitnih tveganj	20
		Tehnične specifikacije	21
		Garancija in omejitev odgovornosti	24

1. SESTAVNI DELI POLAR RS800CX MONITORJA SRČNE FREKVENCE

Čestitamo! Kupili ste celovit vadbeni sistem, narejen po meri tako da ustreza vašim vadbenim potrebam. Ta vodnik vam bo pomagal pri uporabi vašega novega monitorja srčne frekvence Polar RS800CX. Za bolj podrobna navodila preglejte celotni priročnik za uporabo na zgoščenki, ki je vključena v paketu.

- Polar RS800CX monitor srčne frekvence: med vadbo prikazuje in beleži vaš srčni utrip in druge vadbene podatke.
- Polar WearLink® elastični elektrodni pas in oddajnik W.I.N.D.: pošilja signal srčnega utripa monitorju srčne frekvence. Sestavljen je iz priključka in pasu.
- Zgoščanka: zajema računalniški program za analizo vadbe **Polar ProTrainer 5™** in popolni priročnik za uporabo monitorja srčne frekvence RS800CX.

Z računalniškim programom za analizo vadbe Polar ProTrainer 5 lahko s številnimi možnostmi načrtovanja načrtujete svojo vadbo vnaprej in svoje nastavitve prenesete na svoj izdelek Polar. Po vadbi lahko analizirate rezultate z raznoraznimi grafi, ki si jih lahko prilagodite glede na svoje potrebe.



Prenesite si celotni priročnik za uporabo z zgoščanke in ga dobro preberite ter tako svoj monitor srčne frekvence kar najbolje izkoristite. Najnovejšo različico celotnih navodil in osnovnega priročnika si lahko prenesete tukaj: www.polar.fi/support.

Dodatki

- Polar s3 senzor hitrosti za tek™ W.I.N.D.: oddaja meritve hitrosti oz. tempa teka in razdalje vašemu monitorju srčne frekvence. Prav tako meri kadenco teka in dolžino koraka.
- Polar G3 GPS senzor™: zagotavlja podatke o hitrosti, razdalji in položaju, kot tudi podatke o progi, pri vseh zunanjih športih z uporabo tehnologije globalnega sistema za določanja položaja (Global Positioning System – GPS).



Prenesite svoje podatke o progi v računalniški program za analizo vadbe Polar ProTrainer 5 ter jo pogledajte na aplikaciji Google Earth ali jo pretvorite v GPX datoteko. Za več informacij glejte pomoč programske opreme.

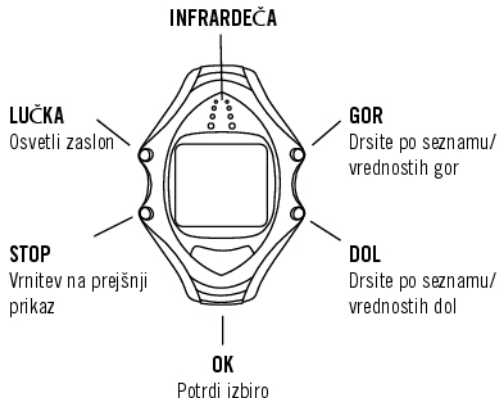
- Polar kolesarski senzor za hitrost™ W.I.N.D.: meri hitrost in razdaljo med kolesarjenjem.
- Polar senzor za kadenco™ W.I.N.D.: meri kadenco, t.j. obrate pedal v eni minuti, med kolesarjenjem.

2. NA ZAČETKU

Preden pričnete vaditi s svojim monitorjem srčne frekvence, si nastavite osnovne nastavitve. Vnesite čimbolj točne podatke, saj si boste tako zagotovili točne povratne informacije o svoji uspešnosti na podlagi svojih osebnih podatkov.

Za nastavitve podatkov uporabite GOR in DOL potrdite pa z OK. Vrednosti se odvijajo hitreje, če pritisnete in držite GOR ali DOL.

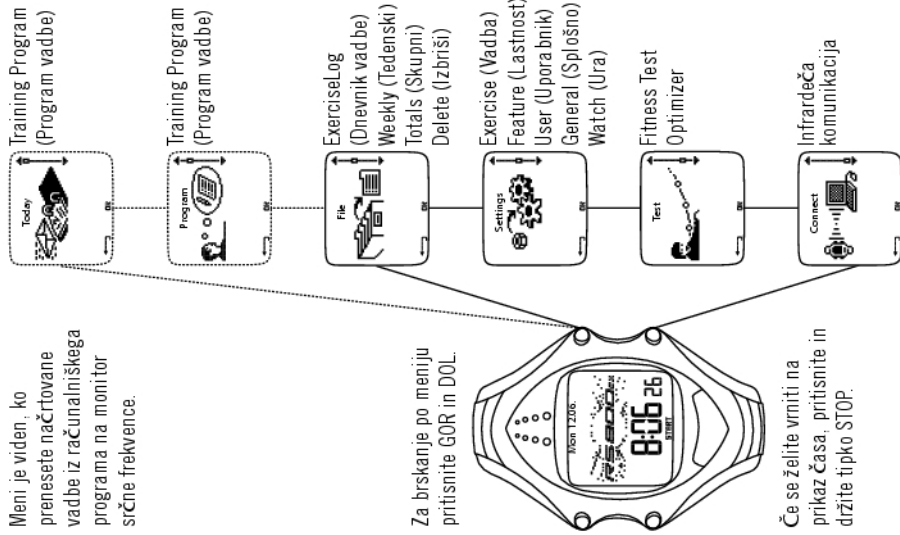
1. Svoj monitor srčne frekvence vklopite, tako da dvakrat pritisnete OK.
2. Pojavi se logotip Polar. Pritisnite OK.
3. **Language** (Jezik): Izberite **English**, **Deutsch**, **Español**, **Français** ali **Italiano**.



SLOVENSKO

4. Prikaže se **Start with basic settings** (Pričnite z osnovnimi nastavitvami). Pritisnite OK.
5. **Time** (čas): Izberite **12h** ali **24h**. Pri **12h** (12-urnem) načinu izberite **AM** za dopoldne in **PM** za popoldne. Nastavite lokalni čas.
6. **Date** (datum): Nastavite današnji datum, dd = dan, mm = mesec, yy = leto.
7. **Units** (enote): Izberite metrične enote (kg/cm/km) ali imperialne enote (lbs/ft/mi).
8. **Weight** (teža): Vnesite svojo težo. Če želite zamenjati enote, pritisnite in držite tipko LUČKA.
9. **Height** (višina): Vnesite svojo višino. Če uporabljate imperialne enote, najprej nastavite čevlje (ft), nato pa še palce (in).
10. **Birthday** (datum rojstva): Vnesite svoj datum rojstva, dd = dan, mm = mesec, yy = leto.
11. **Sex** (Spol): Izberite **Male** (moški) ali **Female** (ženski).
12. Prikaže se **Settings OK?** (Nastavitve OK?). Izberite **Yes** (da): nastavitve se potrdijo in shranijo. Monitor srčne frekvence prikaže čas. Izberite **No** (ne), če so nastavitve nepravilne in jih je treba spremeniti. Pritisnite STOP in se vrnite na podatke, ki jih želite spremeniti.

Zasnova menija




3. PRIPRAVA NA VADBO

Načrtujte svojo vadbo

Z uporabo monitorja srčne frekvenca lahko izkoristite že pripravljene vadbe ali pa si ustvarite svoje lastne. Pojdite na **Settings** > **Exercise**. Na vašem monitorju srčne frekvenca so že nameščene naslednje vadbe:

- **Free**: Prosta vadba brez prednastavljenih nastavitvev.
- **Basic**: vadba z zmerno intenzivnostjo. Traja okoli 45 minut.
- **Interval**: Osnovna intervalna vadba. Vadba se prične s 15-minutnim ogrevanjem, kateremu sledi interval 1 kilometra in 3-minutni počitek. Vse se ponovi petkrat. Vadba se konča s 15-minutnim ohlajanjem.
- **OwnZone**: Monitor srčne frekvenca avtomatično določi vaše osebno aerobno (srčno-žilno) območje srčnega utripa. To se imenuje OwnZone. Predlagano trajanje vadbe je 45 minut.
- **Add new**: Ustvarite in shranite svojo lastno osnovno vadbo. Na svojem monitorju srčne frekvenca lahko shranite vsega skupaj 10 vadb + 1 prosto vadbo.

Za navodila glede ustvarjanja novih vadb na svojem monitorju srčne frekvenca glejte *Priprava na vadbo* v Priročniku za uporabo.

 *Z uporabo računalniškega programa za analizo vadbe Polar ProTrainer 5 si lahko ustvarite tudi bolj raznolike vadbe in jih prenesete na svoj monitor srčne frekvenca.*

Uporaba dodatka z RS800CX monitorjem srčne frekvence

Polar RS800CX monitor srčne frekvence je združljiv z naslednjimi senzorji Polar W.I.N.D.:

Polar s3 Senzor hitrosti za tek W.I.N.D., Polar G3 GPS senzor, Polar kolesarski senzor za hitrost W.I.N.D. in Polar senzor za kadenco W.I.N.D. za kolo.

Če kupite nov senzor, mora biti vklopljen in vnesen v monitor srčne frekvence. To se imenuje učenje in traja le par sekund. Učenje omogoča, da vaš monitor srčne frekvence prejme signale le vašega oddajnika in senzorja, kar omogoča nemoteno vadbo v skupini. Za več informacij glejte *Nastavitve lastnosti* v Priročniku za uporabo.



Preden pričnete vaditi, opravite ta postopek učenja doma. Tako boste preprečili motnje, ki jih povzročata oddajanje podatkov na velike razdalje.

Če ste senzor in monitor srčne frekvence kupili skupaj v kompletu, je senzor že »naučen«, da deluje skupaj z monitorjem srčne frekvence. V tem primeru morate samo vklopiti senzor v svojem monitorju srčne frekvence. Za več informacij glejte *Nastavitve lastnosti* v Priročniku za uporabo.

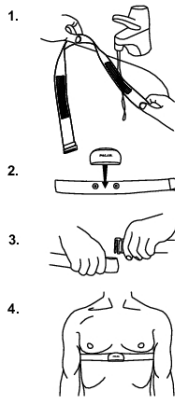
4. VADBA

Nosite oddajnik

Preden pričnete s snemanjem vadbe morate nositi elastični elektrodni pas in oddajnik WearLink.

1. Območja elektrod na pasu dobro navlažite pod tekočo vodo.
2. Pritrdite priključek na pas. Prilagodite dolžino pasu, tako da bo dobro, a obenem udobno nameščen.
3. Pričvrstite pas okoli svojega oprsja tik pod prsnimi mišicami ter pripnite sponko na drugi konec pasu.
4. Poskrbite, da sta vlažni elektrodi trdno na koži in da je logotip Polar na priključku v osrednjem in pokončnem položaju.

Snemite priključek s pasu, kadar ga ne uporabljate. Tako boste podaljšali življenjsko dobo oddajnika. Glejte podrobna navodila za pranje v poglavju Skrb in vzdrževanje.



Začetek vadbe

Nosite oddajnik in dodatni senzor*, kot je navedeno v priročniku za uporabo senzorja.

1. Pričnite meriti srčni utrip, tako da pritisnete OK na monitorju srčne frekvence. V 15 sekundah se bo na zaslonu prikazal vaš srčni utrip.
2. Če nameravate med vadbo uporabiti tekaški ali kolesarski senzor*, izberite senzor v **Settings** > **Shoes/bikes**. Če nameravate uporabiti GPS senzor, izberite **Settings** > **GPS** > **On**.
3. Stojte pri miru in počakajte, dokler monitor srčne frekvence ne najde signal senzorja (znak tekača/kolesarja/GPS preneha utripati).
4. Začnite snemati vadbo, tako da pritisnete OK.



Druga možnost je, da izberete **Settings** in spremenite ali pogledate druge nastavitve pred vadbo. Za nadaljnje informacije o vseh nastavitvah, ki so na voljo, glejte priročnik za uporabo.

*Potreben je dodaten Polar s3 senzor hitrosti za tek W.I.N.D., kolesarski senzor za hitrost W.I.N.D. ali senzor za kadenco W.I.N.D..

Podatki na zaslону

Vaš monitor srčne frekvence vam nudi istočasni pogled treh različnih vrst vadbenih podatkov. S pritiskanjem na tipki GOR ali DOL lahko pogledate različne prikaze. Ime prikaza se pojavi za par sekund. Ime označuje podatke v spodnji vrstici. Prikazi se razlikujejo glede na senzorje, ki ste jih namestili, lastnosti, ki ste jih vklopili, in vrsto vadbe, ki jo opravljate.

Privzeti prikazi med vadbo:



Heart rate prikaz
Hitrost/tempo / Kalorije
Štoparica
Srčni utrip



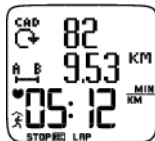
Stopwatch prikaz
Kalorije
Čas
Štoparica

**Lap time** prikaz

Kazalec območja

Srčni utrip

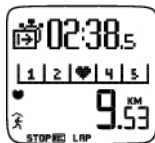
Čas kroga

**Speed/pace** prikaz

Kadenca

Razdalja

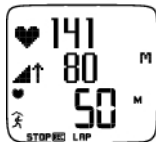
Hitrost/tempo

**Distance** prikaz

Odštevalnik časa

Kazalec območja

Razdalja / Čas kroga



Altitude prikaz (prikazana le, če je vklopljena višina v **Settings** > **Features** .

Srčni utrip

Vzpon

Nadmorska višina



Exercise created with Polar ProTrainer 5 (Vadbe, ustvarjene z računalniškim programom za analizo vadbe Polar ProTrainer 5.)

Če ste z računalniškega programa prenesli program vadbe, lahko pogledate podrobnosti svoje vadbe v ločenem prikazu. Za nadaljnje informacije glejte Opravljanje načrtovane vadbe. Tega prikaza ni mogoče spremeniti z uporabo monitorja srčne frekvenca.

Prilagoditev zaslona

Zaslon svojega monitorja srčne frekvence lahko prilagodite, tako da bo prikazoval tiste podatke, ki jih želite spremljati med vadbo. To lahko storite z uporabo monitorja srčne frekvence ali računalniškega programa za analizo vadbe Polar ProTrainer 5. Informacije, ki so na voljo, so odvisne od lastnosti, ki so vklopljene. Za več informacij glejte *Prilagoditev zaslona monitorja srčne frekvence* v priročniku za uporabo.

Kombinirajte vaje

RS800CX monitor srčne frekvence vam nudi možnost kombiniranja zaporednih vaj. Ko pričnete z novo vadbo v eni uri po prejšnji vadbi, se na zaslonu prikaže **Combine exercises?** (Kombiniraj vaje?).

Če želite kombinirati vašo trenutno vadbo s prejšnjo vadbeno datoteko, izberite YES. Tako se med vadbo prikazuje večšportna vadba (Multisport). Kombinirate lahko največ deset vaj.



Multi-sport prikaz

- Skupna razdalja kombinirane vadbe
- Skupne kalorije kombinirane vadbe
- Skupno trajanje kombinirane vadbe



Z uporabo računalniškega programa za analizo vadbe Polar ProTrainer 5 lahko kombinirate vaje po treningu in jih nadalje analizirate. Za nadaljnje informacije glejte Polar ProTrainer 5 pomoč.

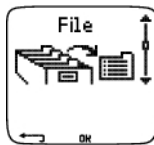
5. PO VADBI

Po vadbi poskrbite za svoj oddajnik. **Odstranite priključek oddajnika s pasu in po vsaki uporabi sperite pas pod tekočo vodo. Pas redno ali vsaj po vsaki peti uporabi operite v pralnem stroju pri 40 °C / 104 °F.** Za celotna navodila glede vzdrževanja glejte Skrb in vzdrževanje.

Če želite pregledati osnovne podatke o svoji uspešnosti, pogledajte datoteko **File** na svojem monitorju srčne frekvence. Za bolj poglobljeno analizo prenesite podatke na računalniški program za analizo vadbe Polar ProTrainer 5. Ta programska oprema vam za analizo podatkov nudi različne možnosti.

- The **Exercise Log** (vadbeni dnevnik) ima največ 99 vadbenih datotek.
- The **Weekly** (tedenski) povzetek prikaže povzetke za preteklih 16 tednov.
- **Totals** (skupno) zajema skupne vrednosti, zabeležene med vadbami.
- **Delete** (izbriši) datoteke. Če želite pregledati vadbene podatke, pritisnite OK in drsite GOR oz. DOL.

Za nadaljnje informacije o tem, kako pregledati vadbene podatke in jih prenesti na program ProTrainer 5, glejte Priročnik za uporabo.



6. INFORMACIJE O STORITVAH ZA KUPCE

Skrb in vzdrževanje

Skrb za svoj izdelek

Kot vsako elektronsko napravo je tudi z monitorjem srčne frekvence Polar potrebno skrbno ravnati. Predlogi spodaj vam bodo v pomoč pri izpolnjevanju garancijskih obveznosti in želimo vam, da bi še mnogo let uživali v tem izdelku.

Odstranite priključek oddajnika s pasu in po vsaki uporabi sperite pas pod tekočo vodo. Priključek osušite z mehko brisačo. Nikoli ne uporabite alkohola ali katerega koli abrazivnega materiala (jeklene volne ali čistilnih kemikalij).

Pas redno ali vsaj po vsaki peti uporabi operite v pralnem stroju pri 40 °C / 104 °F. To zagotavlja zanesljive meritve in podaljšuje življenjsko dobo oddajnika. Uporabite pralno vrečko. Ne namakajte, ožemajte, likajte in ne uporabljajte suhega čiščenja ter belilnih sredstev za čiščenje pasu. Ne uporabljajte detergenta z belilom ali mehčalca perila. Priključka oddajnika nikoli ne dajajte v pralni stroj ali sušilni stroj!

Pas in priključek oddajnika osušite in shranjujte ločeno. Pas operite v pralnem stroju pred dolgotrajnim shranjevanjem in vedno po uporabi v bazenski vodi z visoko vsebnostjo klora.

Svoj monitor srčne frekvence in oddajnik hranite na hladnem in suhem mestu. Ne shranjujte ju v vlažnih prostorih, v nepredušnem materialu (plastični vrečki ali športni torbi) ali s prevodnim materialom (moko brisačo). Ne izpostavljajte ju neposredni sončni svetlobi dlje časa.

Obratovalne temperature so med -10 °C in +50 °C oz. med +14 °F in +122 °F.

Servis

Priporočamo vam, da v dveletnem garancijskem obdobju izdelek servisirate le pri pooblaščenem servisnem centru Polar. Ta garancija ne krije škode ali posledične škode, ki nastane zaradi servisa, nepooblaščenega s strani podjetja Polar. Za nadaljnje informacije glejte »Mednarodno omejeno garancijo Polar«.

Zamenjava baterij

Če želite sami zamenjati baterijo v monitorju srčne frekvenca ali oddajniku, skrbno sledite navodilom v priložniku za uporabo. Vse baterije se zamenjajo na enak način.

Če bi raje videli, da vam baterijo zamenja Polar, pokličite pooblaščen servisni center Polar. Servis bo po zamenjavi baterije opravil pregled senzorja.

Pretirana uporaba osvetlitve ozadja hitreje izprazni baterijo v monitorju srčne frekvenca. V hladnih razmerah se lahko prikaže znak za nizko stanje baterije, vendar ta izgine, ko se vrnete v toplejše okolje. Da bi zagotovili maksimalno življenjsko dobo pokrova baterije, ga odprite le kadar menjujete baterijo. Pri menjavi baterije pazite, da tesnilni obroč ostane nepoškodovan. Če ga poškodujete, ga morate nadomestiti z novim. Baterijski kompleti skupaj s tesnilnimi obroči so na voljo pri dobro založenih trgovcih z opremo Polar in pooblaščenih servisnih centrih Polar. V ZDA in Kanadi so tesnilni obročki na voljo le pri pooblaščenih servisnih centrih Polar.



Baterije shranjujte pred otroki. V primeru zaužitja nemudoma poiščite zdravniško pomoč. Baterije se morajo ustrezno odstraniti v skladu z lokalnimi predpisi.

Varnostna opozorila

Motnje med vadbo

Elektromagnetne motnje in vadbena oprema. Motnje se lahko pojavijo v bližini mikrovalovnih pečic in računalnikov. Kadar vadite z RS800CX, lahko motnje povzročijo tudi postaje brezžičnih lokalnih omrežij (WLAN). Da bi se izognili nepravilnim odčitkom in motnjam, se odmaknite od možnih virov motenj.

Vadbena oprema z elektronskimi ali električnimi deli, kot so zasloni LED, motorji in električne zavore, lahko povzročijo moteče razpršene signale. Za rešitev tega problema poskusite naslednje:

1. Odstranite oddajnik iz svojih prsi in uporabite vadbena opremo kot običajno.
2. Monitor srčne frekvence premikajte po prostoru dokler ne najdete mesta, na katerem ne prikazuje raztresenih odčitkov ali na katerem znak za srce ne utripa več. Motnja je ponavadi najhujša točno pred zaslonsko ploščo opreme, medtem ko sta leva in desna stran zaslona razmeroma brez motenj.

3. Namestite oddajnik nazaj na prsi in skušajte ohraniti monitor srčne frekvence znotraj tega območja brez motenj kolikor je možno.

Če monitor srčne frekvence še vedno ne deluje s to vadbena opremo, je lahko ta oprema električno prehrupna za brezžično merjenje srčnega utripa.

Uporaba RS800CX monitorja srčne frekvence v vodi.

Monitor srčne frekvence je vodoodporen, vendar merjenje srčnega utripa v vodi ne deluje. Monitor srčne frekvence lahko uporabljate v vodi kot uro, vendar ne kot potapljaški pripomoček. Da bi ohranili vodoodpornost, ne pritisčajte tipk na monitorju srčne frekvence pod vodo. Uporaba monitorja srčne frekvence v močnem naliivu lahko prav tako povzroči motnje.

Zmanjševanje morebitnih tveganj

Vadba lahko vključuje nekatera tveganja. Preden pričnete z rednim programom vadbe, odgovorite na naslednja vprašanja, ki se nanašajo na vaše zdravstveno stanje. Če na katero koli vprašanje odgovorite z DA, se pred pričetkom katerega koli programa vadbe posvetujte z zdravnikom.

- Ste v zadnjih 5 letih bili fizično neaktivni?
- Imate visok krvni pritisk ali visok holesterol v krvi?
- Imate simptome katere koli bolezni?
- Ali jemljete katero koli zdravilo za uravnavanje krvnega pritiska ali za srce?
- Ali ste v preteklosti imeli težave z dihanjem?
- Ali okrevate od težke bolezni ali zdravljenja?
- Ali uporabljate srčni spodbujevalnik ali katero drugo vstavljeno elektronsko napravo?
- Ali kadite?
- Ali ste noseči?

Upoštevajte dejstvo, da razen intenzivnosti vadbe na srčni utrip prav tako vplivajo zdravila za bolezni srca, krvni tlak, psihološke okoliščine, astma, dihanje itd., prav tako pa tudi nekateri energijski napitki, alkohol in nikotin.

Pomembno je, da ste dovzetni za odzive svojega telesa med vadbo. **Če med vadbo občutite nepričakovano bolečino ali prekomerno utrujenost, prekinite z vadbo ali pa nadaljujte vadbo pri nižji intenzivnosti.**

Opozorilo osebam s srčnim spodbujevalnikom, defibrilatorjem ali drugo vstavljeno elektronsko napravo.

Osebe s srčnim spodbujevalnikom uporabljajo Polar monitor srčne frekvence na lastno odgovornost. Pred pričetkom uporabe, opravite obremenitveni test pod nadzorom zdravnika. S tem testom bo zagotovljena varnost in zanesljivost istočasne uporabe srčnega spodbujevalnika in Polar monitorja srčne frekvence.

Če ste alergični na katero koli snov, ki pride v stik z vašo kožo, ali če sumite pojav alergijske reakcije zaradi uporabe izdelka, preverite materiale, navedene v Tehničnih specifikacijah. Da bi se izognili morebitnim kožnim reakcijam na oddajnik, nosite oddajnik čez majico. Majico pod elektrodami dobro navlažite ter tako poskrbite za brezhibno delovanje.



Skupni učinek vlage in intenzivnega drgnjenja lahko povzroči odstranjevanje črne barve s površine oddajnika, kar lahko pusti madeže na svetlih oblačilih. Če uporabljate sredstva proti mrčesu na svoji koži, poskrbite da ta ne pridejo v stik z oddajnikom.

Tehnične specifikacije

Monitor srčne frekvence

Življenjska doba baterije:	Prvorazredni laserski izdelek Povprečno 1 leto (pri 1-urni vadbi vsak dan v tednu)
Vrsta baterije:	CR2032
Tesnilni obroč baterije:	Obroč 0 20,0 x 1,1 Material silikon
Obratovalna temperatura:	-10 °C do +50 °C / 14 °F do 122 °F
Material zapestnega traku in sponke:	Poliuretan, nerjaveče jeklo
Hrbtina stran pokrova:	Poliamid, nerjaveče jeklo skladno z Direktivo EU 94/27/EU in dopolnilom 1999/C 205/05 o sproščanju niklja iz izdelkov, namenjenih za neposreden ali dolgotrajen stik s kožo.
Napaka v točnosti ure:	Boljša kot $\pm 0,5$ sekund/dan pri temperaturi 25 °C / 77 °F
Natančnost meritve srčnega utripa:	± 1 % ali ± 1 utrip/min, kateri je večji, opredelitev velja za stabilna stanja.
Merilni obseg srčnega utripa:	15-240

Razpon prikaza trenutne hitrosti:	Senzor hitrosti za tek: 0-36 km/h oz. 0-22,3 mph, kadenca 0-255 rpm G3 GPS senzor: 0-250 km/h oz. 0-155,3 mph Senzor za hitrost: 0-127 km/h oz. 0-78,9 mph Senzor za kadenca: 15-200 rpm
Razpon prikaza višine:	-550 m ... +9000 m / -1800 ft ... +29500 ft Zapestna enota Polar izračuna višino z uporabo standardne povprečne višine pri opredeljenem zračnem pritisku v skladu z ISO 2533.
Ločljivost vzpona/spusta:	5 m / 20 ft

Mejne vrednosti monitorja srčne frekvence

Maksimalno št. datotek:	99
Maksimalen čas:	99 h 59 min 59 s
Maksimalno št. ročnih krogov:	99

SLOVENSKO

Maksimalno št. avtomatičnih krogov:	99
Čevlji 1/2/3 skupna razdalja:	999 999 km / 621370 mi
Kolo 1/2/3 skupna razdalja:	999 999 km / 621370 mi
Skupna razdalja čevlji/GPS/ kolesa:	999 999 km / 621370 mi
Skupna razdalja:	999 999 km / 621370 mi
Skupno trajanje:	9999h 59min 59s
Skupne kalorije:	999 999 kcal
Skupno št. vadb:	9999
Skupni vzpon:	304795 m / 999980 ft
Skupni kilometrski števec:	999 999 km / 621370 mi

Oddajnik

Življenjska doba oddajnika	Povprečno 2 leti (pri 3-urni vadbi vsak dan v tednu)
WearLink W.I.N.D.:	
Vrsta baterije:	CR2025
Tesnilni obroč baterije:	Obroč 0 20,0 x 1,0 Material silikon
Obratovalna temperatura:	-10 °C do +40 °C / 14 °F do 104 °F
Material priključka:	Poliamid
Material pasu:	Poliuretan, poliamid, poliester, elastan, najlon

Polar ProTrainer 5™

Sistemske zahteve:	osebni računalnik Windows® 2000/XP (32bit), Vista IrDA združljiv vhod (zunanja IrDA naprava ali notranji IR vhod) Razen tega mora vaš osebni računalnik imeti vsaj procesor Pentium II 200 MHz ali hitrejšega, ekran SVGA ali višje ločljivosti, trdi disk z zmogljivostjo 50 MB in pogon CD-ROM.
--------------------	--

Polar Weblink z uporabo IrDA komunikacije

Sistemske zahteve:	osebni računalnik Windows® 98/98SE/ME/2000/XP IrDA združljiv vhod (zunanja IrDA naprava ali notranji IR vhod)
--------------------	---

Polar monitor srčne frekvence kaže stopnjo fiziološkega napora intenzivnosti vadbe. Prikazuje kazalce uspešnosti in okoljske pogoje, kot sta višina in temperatura. Prav tako meri hitrost in razdaljo (če ga uporabljate skupaj s s3 senzorjem hitrosti za tek/kolesarskim senzorjem za hitrost/G3 GPS senzorjem), kadenco teka (če ga uporabljate skupaj s s3 senzorjem hitrosti za tek), kadenco kolesarjenja (če ga uporabljate skupaj s senzorjem za kadenco) in podatke o položaju (če ga uporabljate skupaj z G3 GPS senzorjem). Izdelek ni namenjen nobeni drugi uporabi.

Polar monitor srčne frekvence ni namenjen pridobivanju okoljskih meritev, ki zahtevajo strokovno in industrijsko natančnost. Razen tega naprava ni namenjena pridobivanju meritev, kadar se ukvarjate z letalskimi ali podvodnimi aktivnostmi.

Vodoodpornost izdelkov Polar je preverjena v skladu z mednarodnim standardom ISO 2281. Izdelki so porazdeljeni v tri razrede glede na njihovo vodoodpornost. Preverite hrbtno stran svojega izdelka Polar, kjer je naveden razred vodoodpornosti, in ga primerjajte z razpredelnico spodaj. Prosimo upoštevajte, da te definicije ne veljajo nujno za izdelke drugih proizvajalcev.

Oznaka na hrbtni strani ohišja	Lastnosti vodoodpornosti
Water resistant (Vodoodporen)	Zaščiten pred pljuski, znojem, dežnimi kapljami itd.. Ni primeren za plavanje.
Water resistant 30 m/50 m (Vodoodporen 30 m/50 m)	Primeren za kopanje in plavanje
Water resistant 100 m (Vodoodporen 100 m)	Primeren za plavanje in potapljanje s cevjo za zrak (brez posode za zrak)

* Te lastnosti veljajo tudi za Polar WearLink W.I.N.D. oddajnike, ki so označeni Vodoodporen 30 m.

Garancija in omejitev odgovornosti

Mednarodna omejena garancija Polar

- Ta garancija ne vpliva na zakonske pravice potrošnika po veljavni državni zakonodaji ali pravice potrošnika proti trgovcu, ki izhajajo iz njune kupoprodajne pogodbe.
- To omejeno mednarodno garancijo Polar izdaja podjetje Polar Electro Inc. potrošnikom, ki so kupili ta izdelek v ZDA ali Kanadi. To omejeno mednarodno garancijo Polar izdaja podjetje Polar Electro Oy potrošnikom, ki so kupili ta izdelek v drugih državah.
- Polar Electro Inc. / Polar Electro Oy jamči prvotnemu potrošniku / kupcu tega izdelka, da na temu izdelku ne bo napak v materialu ali izdelavi dve leti po datumu nakupa.
- **Prosimo, shranite račun, saj je vaš dokaz o nakupu!**
- Garancija ne krije baterije, običajne obrabe, škode, ki bi nastala zaradi napačne uporabe, zlorabe, nesreč ali neupoštevanja varnostnih opozoril; neprimerne vzdrževanja, komercialne uporabe, počenega, razbitega ali opraskanega ohišja/zaslona, elastičnega pasu in oblačil Polar.

- Garancija ne krije škode, izgub, stroškov ali izdatkov, neposrednih, posrednih ali nastalih, posledičnih ali posebnih, ki bi nastali zaradi ali ki so povezani z izdelkom.
- Dvoletna garancija ne krije izdelkov, ki so kupljeni iz druge roke, razen če tako določa lokalna zakonodaja.
- V garancijskem obdobju bo izdelek popravljen ali zamenjan pri pooblaščenem servisnem centru Polar ne glede na državo nakupa.

Glede na kateri koli izdelek je garancija omejena na države, v katerih se je izdelek prvotno tržil.

CE 0537

Ta izdelek je skladen z Direktivama 93/42/EGS in 1999/5/ES. Ustrezna izjava o skladnosti je na voljo na www.support.polar.fi/declaration_of_conformity.html.



Oznaka prečrtane kante za smeti prikazuje, da so izdelki Polar elektronske naprave in sodijo na področje veljavnosti Direktive 2002/96/ES Evropskega parlamenta in Sveta glede odpadne električne in elektronske opreme (OEEO). Baterije in akumulatorje, ki se uporabljajo v izdelkih, zajema Direktiva 2006/66/ES Evropskega parlamenta in Sveta z dne, 06. 09. 2006, glede baterij in akumulatorjev ter odpadnih baterij in akumulatorjev. Ti izdelki in baterije/akumulatorji v izdelkih Polar morajo biti odstranjeni ločeno v državah EU. Podjetje Polar spodbuja zmanjševanje možnih učinkov odpadkov na okolje in človeško zdravje tudi zunaj Evropske Unije z upoštevanjem lokalnih predpisov glede odstranjevanja odpadkov in, kjer je mogoče, z ločenim zbiranjem elektronskih naprav za izdelke in zbiranjem baterij in akumulatorjev.



Ta oznaka prikazuje, da je izdelek zaščiten pred električnimi šoki.

Copyright © 2008 Polar Electro Oy, FIN-90440 KEMPELE, Finska.

Podjetje Polar Electro Oy ima certifikat ISO 9001:2000.

Vse pravice pridržane. Noben del teh navodil za uporabo se ne sme uporabiti ali razmnoževati v nobeni obliki in z nobenimi sredstvi brez predhodnega pisnega soglasja podjetja Polar Electro Oy. Imena in logotipi, označeni z znakom TM v teh navodilih za uporabo ali na embalaži tega izdelka, so blagovne znamke podjetja Polar Electro Oy. Imena in logotipi, označeni z znakom ® v teh navodilih za uporabo ali na embalaži tega izdelka, so registrirane blagovne znamke podjetja Polar Electro Oy, razen Windows, ki je registrirana blagovna znamka podjetja Microsoft Corporation.

Omejitev odgovornosti

- Gradivo v teh navodilih za uporabo je izključno informativne narave. Izdelki, ki jih opisuje, se lahko zaradi neprekinjenega razvojnega programa proizvajalca spremenijo brez predhodnega obvestila.
- Polar Electro Inc. / Polar Electro Oy ne daje odgovornosti ali jamstva glede teh navodil ali glede izdelkov, opisanih v teh navodilih.
- Polar Electro Inc. / Polar Electro Oy ne odgovarja za škodo, izgubo, stroške ali izdatke, neposredne, posredne ali nastale, posledične ali posebne, ki bi nastali zaradi ali ki so povezani z uporabo tega gradiva ali izdelkov opisanih tukaj.

Ta izdelek je zaščiten z enim ali več naslednjimi patenti:

US5486818, GB 2258587, HK 306/1996, WO96/20640, EP 0748185, US6104947, EP 0747003, US5690119, DE 69630834.7-08, WO 97/33512, US 6277080, EP 0984719, US 6361502, EP 1405594, US 6418394, EP 1124483, US 6405077, US 6714812, US 6537227, FI 114202, US 6666562 B2, US 5719825, US 5848027, EP 1055158, FI 113614, FI23471, USD49278S, USD492784S, USD492999S, FI68734, US4625733, DE3439238, GB2149514, HK81289, FI88972, US5486818, DE9219139.8, GB2258587, FR2681493, HK306/1996, FI96380, WO95/05578, EP665947, US5611346, JP3568954, DE69414362, FI4150, US6477397, DE20008882, FR2793672, ES1047774,

FI112844, EP 724859 B1, US 5628324, DE 69600098T2, FI110915. Drugi patenti so v postopku.

Izdeluje:

Polar Electro Oy
Professorintie 5
FIN-90440 KEMPELE
tel. +358 8 5202 100
faks: +358 8 5202 300
www.polar.fi

Manufactured by

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

POLAR[®]
LISTEN TO YOUR BODY