

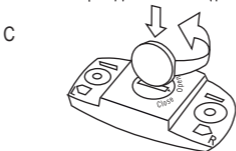
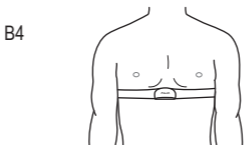
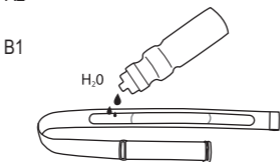
**POLAR**<sup>®</sup>  
LISTENS TO YOUR BODY

# POLAR H7



Руководство  
пользователя

 **Bluetooth**<sup>®</sup>  
SMART



## Датчик частоты сердечных сокращений Polar H7

Это руководство содержит инструкции по использованию датчика частоты сердечных сокращений Polar H7.

Последнюю версию данного руководства можно загрузить на [www.polar.com/support](http://www.polar.com/support). Чтобы ознакомиться с видеоинструкциями, зайдите на [www.polar.com/en/polar\\_community/videos](http://www.polar.com/en/polar_community/videos).

Зарегистрируйте свое устройство Polar на <http://register.polar.fi> и помогите нам повысить качество нашей продукции и услуг.

Следуйте изображениям на передней обложке.

### Элементы датчика ЧСС

1. Пластиковые **области электродов** с обратной стороны ремня определяют частоту сердечных сокращений. Рисунок А1.
2. **Присоединитель** отправляет сигнал частоты сердечных сокращений на принимающее устройство. Рисунок А2.

С датчиком частоты сердечных сокращений Polar H7 можно тренироваться в группе, не взаимодействуя с другими мониторами сердечного ритма.

## **Закрепите датчик частоты сердечных сокращений.**

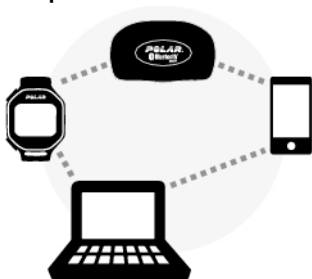
1. Увлажните области ремня, где проходят электроды. Рисунок В1.
2. Закрепите на ремне присоединитель. Рисунок В2.
3. Отрегулируйте длину ремня, чтобы добиться плотной и удобной посадки.
4. Затяните ремень вокруг груди чуть ниже грудных мышц, затем прикрепите крючок к другому концу ремня. Рисунок В3.
5. Убедитесь в том, что влажные области электродов плотно прилегают к коже, а логотип Polar находится в центре и направлен строго вверх. Рисунок В4.



*После каждого использования снимайте присоединитель с ремня и промывайте ремень под проточной водой. Под воздействием пота и влаги электроды и датчик ЧСС могут оставаться включенными. Это сократит срок службы аккумулятора передатчика.*

Подробные инструкции представлены в разделе «Уход за датчиком частоты сердечных сокращений» или на странице [www.polar.com/support](http://www.polar.com/support).

## Начало работы



Датчик частоты сердечных сокращений Polar H7 совместим с устройствами *Bluetooth® smart ready*, которые поддерживают сервис ЧСС. Для просмотра данных ЧСС на принимающем устройстве (например, на смартфоне) необходимо установить отдельное приложение. Мы рекомендуем приложение Polar Beat, но можно использовать и другие приложения. Если у вас есть учетная запись [polarpersonaltrainer.com](http://polarpersonaltrainer.com), приложение Polar Beat автоматически синхронизирует файл вашей тренировки. Обратите внимание, что при запуске Polar Beat для выполнения

синхронизации необходимо войти под вашей учетной записью на сайт [polarpersonaltrainer.com](http://polarpersonaltrainer.com).

**При первом использовании Polar H7, необходимо выполнить сопряжение датчика ЧСС с принимающим устройством. Для получения подробной информации о выполнении сопряжения обратитесь к мобильному приложению или инструкциям производителя.**

Датчик частоты сердечных сокращений Polar H7 также совместим с устройствами для тренировок, использующими технологию GymLink. Подробности см. на странице [www.polar.com/support](http://www.polar.com/support).

Для оптимального диапазона передачи сигнала из датчика Polar H7 на принимающее устройство, держите устройство перед собой. Для этой цели хорошо подойдет передний карман или крепление датчика на ремне. Не носите приемник на спине (например, в заднем кармане или в рюкзаке).

### **Использование датчика частоты сердечных сокращений в воде**

Датчик частоты сердечных сокращений Polar H7 водонепроницаем. Технологию GymLink можно использовать для занятий спортом в воде, но беспроводная технология

*Bluetooth*® не будет работать в водной среде. Обратите внимание, что море и вода в бассейне- очень хорошие проводники. Поэтому в воде возможно короткое замыкание электродов датчика, что делает невозможным определение сигнала ЭКГ датчиком частоты сердечных сокращений.

Если вы плаваете в купальном костюме, то оптимально будет носить датчик ЧСС под ним.

## **Уход за датчиком частоты сердечных сокращений**

Датчик ЧСС - высокотехнологичное устройство, требующее бережного отношения. Следуйте инструкциям по уходу, чтобы получать точные данные измерений и максимально долго использовать датчик ЧСС. Следующие инструкции помогут вам выполнить гарантийные обязательства.

**Присоединитель:** После каждого использования снимите присоединитель и оботрите его мягким полотенцем. При необходимости очищайте его при помощи слабого мыльного раствора. Запрещается использовать спиртосодержащие и абразивные моющие средства и инструменты (стальные мочалки).

**Ремень:** После каждого использования ремень следует промыть под проточной водой и повесить для просушки. При необходимости очищайте ремень при помощи слабого мыльного раствора. Запрещается использовать увлажняющее мыло:

его следы могут оставаться на ремне. Запрещены замачивание, глажка, химическая чистка и отбеливание. Запрещается растягивать ремень или перегибать области, где проходят электроды.

**Ремень и присоединитель необходимо просушить и хранить отдельно. Это позволит продлить срок службы батареи датчика ЧСС.**

Датчик ЧСС следует хранить в прохладном сухом месте. Во избежание окисления клемм запрещается хранить датчик ЧСС при высокой влажности в воздухо непроницаемой оболочке, например в спортивной сумке. Запрещается подвергать датчик ЧСС продолжительному воздействию прямых солнечных лучей.



*Смотрите этикетку на ремне, чтобы узнать, можно ли его стирать в стиральной машине. Запрещено класть ремень или присоединитель в сушильный аппарат!*

## **Аккумуляторы**

Уровень заряда аккумулятора датчика ЧСС отображается на приемнике.

Все присоединители оснащены сменными аккумуляторами. Чтоб самостоятельно заменить аккумулятор, следуйте инструкциям ниже и смотрите пометки на присоединителе и рис. С на передней обложке руководства пользователя.



1. При помощи монетки откройте крышку аккумулятора, повернув ее против часовой стрелки в положение OPEN.
2. Вставьте новый аккумулятор (CR 2025) так, чтобы (+) был расположен напротив крышки. Уплотнительное кольцо должно находиться в пазу, чтобы обеспечить водонепроницаемость устройства.
3. Нажмите на крышку и вставьте ее обратно в присоединитель.
4. При помощи монетки закройте крышку, повернув ее по часовой стрелке в положение CLOSE.

Перед тем как приступить к замене аккумулятора, осмотрите уплотнительное кольцо. При наличии повреждений его необходимо заменить.

Уплотнительное кольцо и сменные аккумуляторы можно приобрести у дилеров Polar и в авторизованных сервисах Polar. В США и Канаде сменные уплотнительные кольца можно приобрести в авторизованных сервисных центрах Polar. В США сменные уплотнительные кольца и аккумуляторы также можно приобрести на сайте [www.shoppolar.com](http://www.shoppolar.com).



*Храните аккумуляторы в недоступном для детей месте. При проглатывании аккумулятора немедленно обратитесь к врачу. Утилизировать аккумуляторы следует в соответствии с местными требованиями.*



Меры предосторожности: Существует риск взрыва при замене аккумулятора на аккумулятор несоответствующего типа. Утилизируйте аккумуляторы в соответствии с инструкциями.

## Обслуживание

На протяжении двухлетнего гарантийного периода рекомендуем вам производить любое обслуживание датчика, за исключением замены аккумулятора, только в авторизованных сервисных центрах Polar. Гарантия не покрывает прямой и косвенный ущерб, вызванный обслуживанием в неавторизованном Polar Electro сервисе. Узнать контактные данные и адреса всех авторизованных сервисных центров Polar вы можете на сайте [www.polar.com/support](http://www.polar.com/support) и на сайтах Polar в вашей стране.

## Меры предосторожности

Для получения информации о возможных аллергических реакциях см. список материалов в разделе «Технические спецификации». Избегайте контакта с кожей: носите датчик ЧСС поверх рубашки, увлажняя его под электродами.



*Комбинированное воздействие влаги и интенсивного трения может привести к истиранию черного цвета с поверхности датчика ЧСС и загрязнению светлой одежды. При нанесении на кожу парфюмерных средств или инсектицидов убедитесь в том, что эти вещества не контактируют с датчиком ЧСС.*

## Технические спецификации

Тип аккумулятора	CR 2025
Уплотнительное кольцо аккумулятора	Уплотнительное кольцо 20.0 x 1.0, фторкаучук
Время работы аккумулятора	200 ч
Рабочая температура	от 14 °F до 122 °F/ от -10 °C до +50 °C
Материал присоединителя	Полиамид
Материал ремня	38% полиамид, 29% полиуретан, 20% эластан, 13% полиэстер

Датчик частоты сердечных сокращений Polar H7 среди прочих использует следующие запатентованные технологии:

- Технология передачи данных в кодированном режиме OwnCode®

## Ограниченная международная гарантия Polar.

- Данная гарантия не ограничивает права покупателя, защищенные применимым национальным или региональным законодательством, а также права покупателя в отношении дилера, возникающие в связи с договором купли-продажи.
- Предприятие Polar Electro Inc. предоставляет данную ограниченную международную гарантию покупателям, которые приобрели продукцию Polar на территории США или

Канады. Предприятие Polar Electro Oy предоставляет данную ограниченную международную гарантию покупателям, которые приобрели продукцию Polar на территории других стран.

- Предприятие Polar Electro Oy / Polar Electro Inc. гарантирует покупателю данного устройства отсутствие дефектов материалов и производства на протяжении двух (2) лет с даты покупки.
- **Подтверждением покупки является ваш товарный чек!**
- Гарантия не распространяется на аккумуляторы и не покрывает нормальный износ, а также ущерб, вызванный ненадлежащим и неаккуратным использованием, несчастные случаи или случаи несоблюдения мер предосторожности; ненадлежащее обслуживание, использование в коммерческих целях, механические повреждения корпуса и дисплея, крепежных ремней и экипировки Polar.
- Гарантия не покрывает любой ущерб или убытки, прямые, косвенные, случайные или последовательные, связанные с продукцией или ее использованием.
- Двухлетняя гарантия не распространяется на бывшую в употреблении и купленную у третьих лиц продукцию, если иное не предусмотрено местным законодательством.
- На протяжении гарантийного периода товар может быть отремонтирован или заменен в любом авторизованном сервисном центре Polar вне зависимости от страны приобретения.

Гарантия на любую продукцию ограничена той страной, где продукция была изначально приобретена.

**CE 0537**

**CE1909**

Продукция соответствует директивам 93/42/ЕЕС, 1999/5/ЕС и 2011/65/EU. С Декларацией соответствия можно ознакомиться на сайте [www.polar.com/support](http://www.polar.com/support).



Перечеркнутое изображение мусорного контейнера означает, что продукция Polar является электронным устройством и попадает под действие Директивы Европарламента и Совета ЕС по отходам производства электрического и электронного оборудования 2002/96/ЕС. На аккумуляторы, входящие в состав продукции, распространяется действие Директивы Европарламента и Совета ЕС от 6 сентября 2006 г. по батареям, аккумуляторам и их утилизации 2006/66/ЕС. Продукция Polar, а также входящие в ее состав батареи и аккумуляторы в странах ЕС должны утилизироваться отдельно.



Этот символ означает, что продукция имеет защиту от поражения электрическим током.

Bluetooth QD ID: B018857

© 2014 Polar Electro Oy, FI-90440 KEMPELE, Финляндия. Предприятие Polar Electro Oy имеет сертификацию ISO 9001:2008.

Все права защищены. Запрещается использование или воспроизводство любой части данного руководства любыми средствами и в любой форме без предварительного письменного разрешения Polar Electro Oy. Все содержащиеся в данном руководстве пользователя или на упаковке продукции названия и логотипы, отмеченные символом ™, являются торговыми марками Polar Electro Oy. Все содержащиеся в данном руководстве пользователя или на упаковке продукции названия и логотипы, отмеченные символом ®, являются зарегистрированными торговыми марками Polar Electro Oy. Водяные знаки и логотипы Bluetooth<sup>OwnCode</sup> являются зарегистрированной торговой маркой компании Apple Inc. Слово и логотип Bluetooth® являются зарегистрированными торговыми марками Bluetooth SIG, Inc. и используются предприятием Polar Electro Oy в рамках соответствующей лицензии.

## **Отказ от ответственности**

Polar Electro Inc. / Polar Electro Oy не несет ответственности за любой ущерб, связанный или понесенный в связи с использованием сторонних продуктов или сервисов, использующих данные, которые генерирует изделие Polar. Polar Electro Inc. / Polar Electro Oy не несет ответственности за

любой ущерб, связанный или понесенный в связи с работой / отказом стороннего продукта или сервиса, его несовместимостью с изделием Polar, а также за безопасность сторонних продуктов или сервисов и прочие последствия связанные или вытекающие в связи с использованием сторонних продуктов или сервисов. Polar Electro Inc. / Polar Electro Oy не несет ответственности за уплату сборов за передачу данных или прочих сборов, которые могут взиматься в связи с использованием продукта Polar.

Это изделие защищено исключительными правами компании Polar Electro Oy в соответствии со следующими документами: FI96380, EP0665947, US5611346, JP3568954, EP1543769, US7418237. Остальные патенты находятся на рассмотрении.

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

RU 12/2014



[http://www.polar.com/en/support/H7\\_heart\\_rate\\_sensor](http://www.polar.com/en/support/H7_heart_rate_sensor)

Совместим с



Производитель:

Polar Electro Oy  
Professorintie 5  
FI-90440 KEMPELE  
Tel +358 8 5202 100  
Fax +358 8 5202 300  
[www.polar.com](http://www.polar.com)