POLAR OH1

GEBRUIKSAANWIJZING

INHOUD

Inhoud **2**

Gebruiksaanwijzing Polar OH1 ..... **8**

Inleiding 8

Maak verbinding met het Polar ecosysteem en maak optimaal gebruik van je OH1 9

Je OH1 configureren 10

Kies een configuratie-optie 10

Optie A: Configureren met je computer via FlowSync 10

Optie B: Mobiel configureren met de Polar Flow app als je beschikt over een Polar polsunit 10

Optie C: Mobiel configureren met Polar Beat als je geen Polar polsunit hebt 11

Knopfuncties en leds 11

Knopfuncties 12

Led-informatie 12

Tijdens het opladen 12

Na inschakelen 12

Bij gebruik als sensor 12

Bij gebruik als autonoom trainingsapparaat 12

Tijdens Fitness Test 12

Overig 12

Je OH1 dragen 13

Als je je hartslag meet bij je onder- of bovenarm 13

Als je je hartslag meet bij je slaap tijdens zwemmen 13

Koppelen 15

Een mobiel apparaat koppelen met je OH1 15
De OH1 koppelen met een Polar polsunit 15
De OH1 koppelen met Polar Beat 15
De firmware updaten 16
Met mobiel apparaat of tablet 16
Met computer 16
Trainen op basis van hartslag 17
Hartslag meten met je OH1 17
Start een trainingssessie 17
Een trainingssessie starten als autonoom trainingsapparaat 17
Een trainingssessie starten met een Polar polsunit 18
Een trainingssessie starten met Polar Beat 18
Polar Flow App 19
Trainingsgegevens 19
Afbeelding delen 19
De Flow app in gebruik nemen 19
Polar Flow webservice 20
Feed 20
Bekijken 20
Trainingslogboek 20
Voortgang 20
Community 21
Programma's 21

Synchroniseren 21
Synchroniseren met Flow mobiele app 21
Synchroniseren met de Flow webservice via FlowSync 22
Batterij **23**
Batterij OH1 opladen 23
Zorg dragen voor je OH1 24
Je OH1 schoonhouden 24
Zorgen voor de optische hartslagsensor 24
Bewaren 24
Service 24
Voorzorgsmaatregelen 25
Interferentie tijdens training 25
Risico's tijdens het trainen beperken 25
Technische specificaties 26
OH1 26
Polar FlowSync software en USB-kabel 27
Compatibiliteit Polar Flow mobiele app 27
Waterbestendigheid van Polar producten 27
Beperkte internationale Polar garantie 29
Aansprakelijkheid 29
Inhoud **2**
Gebruiksaanwijzing Polar OH1 ..... **8**
Inleiding 8

Maak verbinding met het Polar ecosysteem en maak optimaal gebruik van je OH1 9
Je OH1 configureren 10
Kies een configuratie-optie 10
Optie A: Configureren met je computer via FlowSync 10
Optie B: Mobiel configureren met de Polar Flow app als je beschikt over een Polar polsunit 10
Optie C: Mobiel configureren met Polar Beat als je geen Polar polsunit hebt 11
Knopfuncties en leds 11
Knopfuncties 12
Led-informatie 12
Tijdens het opladen 12
Na inschakelen 12
Bij gebruik als sensor 12
Bij gebruik als autonoom trainingsapparaat 12
Tijdens Fitness Test 12
Overig 12
Je OH1 dragen 13
Als je je hartslag meet bij je onder- of bovenarm 13
Als je je hartslag meet bij je slaap tijdens zwemmen 13
Koppelen 15
Een mobiel apparaat koppelen met je OH1 15
De OH1 koppelen met een Polar polsunit 15
De OH1 koppelen met Polar Beat 15
De firmware updaten 16

Met mobiel apparaat of tablet 16

Met computer 16

Trainen op basis van hartslag 17

Hartslag meten met je OH1 17

Start een trainingssessie 17

Een trainingssessie starten als autonoom trainingsapparaat 17

Een trainingssessie starten met een Polar polsunit 18

Een trainingssessie starten met Polar Beat 18

Polar Flow App 19

Trainingsgegevens 19

Afbeelding delen 19

De Flow app in gebruik nemen 19

Polar Flow webservice 20

Feed 20

Bekijken 20

Trainingslogboek 20

Voortgang 20

Community 21

Programma's 21

Synchroniseren 21

Synchroniseren met Flow mobiele app 21

Synchroniseren met de Flow webservice via FlowSync 22

Batterij 23

Batterij OH1 opladen 23
Zorg dragen voor je OH1 24
Je OH1 schoonhouden 24
Zorgen voor de optische hartslagsensor 24
Bewaren 24
Service 24
Voorzorgsmaatregelen 25
Interferentie tijdens training 25
Risico's tijdens het trainen beperken 25
Technische specificaties 26
OH1 26
Polar FlowSync software en USB-kabel 27
Compatibiliteit Polar Flow mobiele app 27
Waterbestendigheid van Polar producten 27
Beperkte internationale Polar garantie 29
Aansprakelijkheid 29

GEBRUIKSAANWIJZING POLAR OH1

Deze gebruiksaanwijzing helpt je op weg met je nieuwe OH1. Op support.polar.com/en/OH1 vind je video-tutorials en veelgestelde vragen over de OH1.

INLEIDING

Gefeliciteerd met je nieuwe Polar OH1!

De Polar OH1 is een compacte en veelzijdige optische hartslagsensor, die je hartslag op verschillende manieren kan meten; via een armband om je arm of via een clip op je zwembril. Deze veelzijdige sensor is een uitstekend alternatief voor hartslagmeting via een borstband of horloges met optische hartslagmeting. De Polar OH1 zendt je realtime hartslag naar je sporthorloge, smartwatch of naar Polar Beat of andere trainingsapps via Bluetooth en tegelijkertijd naar ANT+ apparaten. De Polar OH1 heeft een intern geheugen, zodat je met alleen je OH1 kunt trainen en je mobiele telefoon thuis kunt laten. Na je training synchroniseer je de trainingsgegevens naar je telefoon. De hartslagsensor wordt geleverd met een comfortabele armband die je kunt wassen in de wasmachine en een clip die je kunt bevestigen aan je zwembril (in Polar OH1+ productset).

Je kunt je sensor ook gebruiken in combinatie met Polar Club, Polar GoFit en de Polar Team app.

MAAK VERBINDING MET HET POLAR ECOSYSTEEM EN MAAK OPTIMAAL GEBRUIK VAN JE OH1

Download de Polar Flow app of Polar Beat van de App Store® of van Google Play™. Synchroniseer je OH1 na de training met een van de apps en krijg een direct overzicht en feedback van je trainingsresultaten en je prestaties.

Synchroniseer je trainingsgegevens met de FlowSync software op je computer of via de mobiele apps naar de Polar Flow webservice. In de webservice kun je je training plannen, je prestaties volgen, begeleiding krijgen en een gedetailleerde analyse van je trainingsresultaten bekijken. Informeer al je vrienden over je prestaties, zoek medesporters en krijg motivatie van je sociale trainingscommunity's. Dit vind je allemaal op polar.-com.flow.

JE OH1 CONFIGUREREN

We raden je aan om de batterij op te laden voordat je de OH1 in gebruik neemt. Als de batterij helemaal leeg is, kan het even duren voordat het opladen begint. Zie Batterijen voor meer informatie over het opladen van de batterij.

Wanneer de batterij van je OH1 voldoende is opgeladen, laat je OH1 zich zien bij alle geschikte ontvangers in de omgeving.

KIES EEN CONFIGURATIE-OPTIE

A. Configuratie via een computer is sneller en je kunt je OH1 tegelijkertijd opladen, maar je hebt wel een computer nodig. Voor deze methode heb je een internetverbinding nodig.

B en C. Configuratie via een mobiel apparaat is handig als je geen computer met een USB-poort hebt, maar duurt mogelijk wel langer. Voor deze methode heb je een internetverbinding nodig.

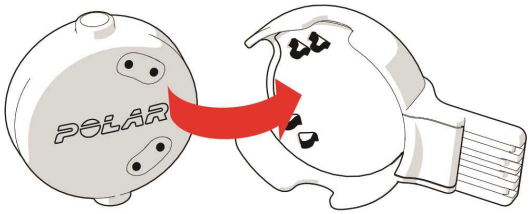
Vul meteen alle fysieke gegevens in die benodigd zijn voor nauwkeurige trainingsgegevens en download de nieuwste firmware voor je OH1.

OPTIE A: CONFIGUREREN MET JE COMPUTER VIA FLOWSYNC

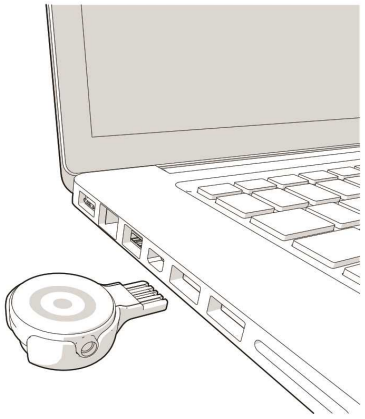
1. Plaats de sensor met de lens omhoog zodanig in de USB-adapter dat de contactpunten van de sensor en die van de USB-adapter elkaar raken (afbeelding 1).
2. Sluit de USB-adapter aan op de USB-poort van je computer (afbeelding 2). Ga vervolgens naar flow.polar.com/start en installeer de Polar FlowSync software voor gegevensoverdracht op je computer.
3. Meld je aan met je Polar account of maak een nieuw account. In de webservice helpen we je met het aanmelden en de configuratie.

Als de configuratie is voltooid, kun je beginnen. Veel plezier!

1.



2.



OPTIE B: MOBIEL CONFIGUREREN MET DE POLAR FLOW APP ALS JE BESCHIKT OVER EEN POLAR POLSUNIT

De Polar OH1 maakt via Bluetooth en ANT+ draadloos verbinding met de Polar Flow mobiele app. Vergeet dus niet Bluetooth in te schakelen op je mobiele apparaat.

ANT+ is standaard ingeschakeld tijdens je training en stuurt je hartslagsignaal naar compatibele apparaten in je omgeving. Je kunt ANT+ desgewenst uitschakelen in de instellingen van de Polar Beat app.

Controleer de compatibiliteit met de Polar Flow app op support.polar.com.

1. Download de Polar Flow app naar je mobiele apparaat.
2. Schakel Bluetooth® in en open de Flow app op je mobiele apparaat.
3. Schakel de OH1 in door de knop ingedrukt te houden tot de led gaat branden. De Flow app vraagt je nu om het koppelen te starten. Accepteer het koppelverzoek en volg de instructies op het scherm.

Als de configuratie is voltooid, kun je beginnen. Veel plezier!

OPTIE C: MOBIEL CONFIGUREREN MET POLAR BEAT ALS JE GEEN POLAR POLSUNIT HEBT

De Polar OH1 maakt via Bluetooth en ANT+ draadloos verbinding met de Polar Beat mobiele app. Vergeet dus niet Bluetooth in te schakelen op je mobiele apparaat.

ANT+ is standaard ingeschakeld tijdens je training en stuurt je hartslagsignaal naar compatibele apparaten in je omgeving. Je kunt ANT+ desgewenst uitschakelen in de instellingen van de Polar Beat app.

Controleer de compatibiliteit met de Polar Beat app op support.polar.com.

1. Download de Polar Beat app naar je mobiele apparaat.
2. Schakel Bluetooth in en open de Beat app op je mobiele apparaat.
3. Schakel de OH1 in door de knop ingedrukt te houden tot de led gaat branden. Zoek je sensor in de instellingen van de Beat app onder Hartslagsensor en tik op Koppelen. Volg de instructies op het scherm.

Als de configuratie is voltooid, kun je beginnen. Veel plezier!

KNOPFUNCTIES EN LEDS

De OH1 heeft één knop met verschillende functies, afhankelijk van de gebruikssituatie en de duur van het indrukken. De led op het apparaat geeft de verschillende modi aan. Hieronder zie je welke functies de knop heeft in verschillende modi en wat de verschillende kleuren van de led betekenen.

Beknopte instructies in armbandhouder

De volgende markeringen staan in de sensorhouder in de armband. De markeringen geven de basisfuncties van de knop van de OH1 aan.

1X = ON (inschakelen: kort indrukken)

2X = REC (trainingsregistratie inschakelen - gebruik als autonoom trainingsapparaat: twee keer drukken wanneer de OH1 is ingeschakeld)

1X LONG - OFF (uitschakelen: lang indrukken)

KNOPFUNCTIES

OH1 inschakelen:	Kort indrukken
Trainingsregistratie inschakelen (gebruik als autonoom trainingsapparaat):	Twee keer drukken wanneer de OH1 is ingeschakeld
OH1 uitschakelen:	Lang indrukken

LED-INFORMATIE

TIJDENS HET OPLADEN

Bezig met opladen:	Gele led knippert langzaam
Batterij vol:	Groene led brandt onafgebroken

NA INSCHAKELEN

Batterijstatus normaal:	Groene led knippert vijf keer
Batterij bijna leeg:	Rode led knippert vijf keer

BIJ GEBRUIK ALS SENSOR

Hartslag niet gedetecteerd:	Witte led knippert eens per twee seconden
Hartslag gedetecteerd:	Groene led knippert eens per twee seconden

BIJ GEBRUIK ALS AUTONOOM TRAININGSAPPARAAT

Trainingsregistratie ingeschakeld maar eerste gebruik niet voltooid:	Rode led knippert drie keer
Hartslag niet gedetecteerd:	Witte led knippert twee keer snel
Hartslag gedetecteerd:	Groene led knippert twee keer snel
Batterij bijna leeg:	Groene en rode led knipperen afwisselend om de seconde
Batterij kritiek:	Rode led knippert snel

TIJDENS FITNESS TEST

Hartslag niet gedetecteerd:	Witte led knippert eens per twee seconden
Hartslag gedetecteerd:	Paarse led knippert eens per twee seconden

OVERIG

Bezig met verbinden, synchroniseren of koppelen:	Blauwe led knippert
Bezig met zoeken of wachten op bevestiging:	Blauwe led knippert snel

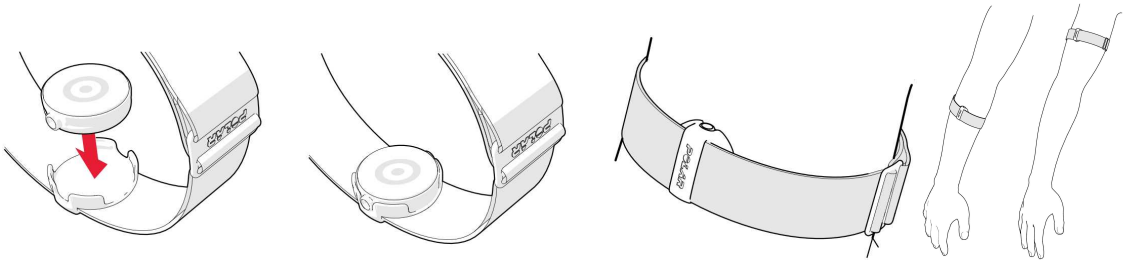
Bezig met firmware-update:	Blauwe led brandt onafgebroken
Fout:	Rode led brandt onafgebroken

JE OH1 DRAGEN

ALS JE JE HARTSLAG MEET BIJ JE ONDER- OF BOVENARM

Voor een nauwkeurige hartslagmeting moet de OH1 nauw om je onder- of bovenarm sluiten, dus niet om je pols.

1. Plaats de sensor met de lens omhoog in de armbandhouder.
2. Draag de armband zo dat de sensor zich aan de onderzijde van de armband bevindt en goed contact maakt met je huid.
3. Draag de OH1 om je onder- of bovenarm.



De sensor moet aangesloten zitten op je huid, maar de polsband mag niet té strak zitten, anders wordt de bloedtoevoer belemmerd. Voor een zo nauwkeurig mogelijke hartslagmeting raden we je aan de OH1 al een paar minuten te dragen voordat je de hartslag gaat meten.

ALS JE JE HARTSLAG MEET BIJ JE SLAAP TIJDENS ZWEMMEN

De OH1+ productset bevat twee houders voor het bandje van je zwembril, die je kunt gebruiken tijdens het zwemmen.

Probeer beide houders om te bepalen welke houder het beste op je zwembril past en de sensor goed op je slaap houdt.

1. Plaats de sensor in de houder met de leds naar je huid gericht en de knop naar boven.
2. Duw de houder zo ver mogelijk zodat deze stevig op het bandje zit.
3. Draag de sensor op je linkerslaap als je aan je linkerzijde inademt tijdens de vrije slag, of op je rechterslaap als je aan de rechterzijde inademt.

De sensor moet voortdurend contact maken met de huid van je slaap.

KOPPELEN
EEN MOBIEL APPARAAT KOPPELEN MET JE OH1

Als je de configuratie voor je OH1 hebt uitgevoerd met een mobiel apparaat zoals beschreven in het hoofdstuk "Je OH1 configureren" op pagina 10, is je OH1 al gekoppeld met je mobiele apparaat.

Als je de configuratie hebt uitgevoerd met een computer en je de OH1 wilt gebruiken in combinatie met de Polar Flow app, moet je één trainingssessie uitvoeren met de OH1 als onafhankelijk trainingsapparaat voordat je hem kunt koppelen met de Flow app. Raadpleeg de instructies hieronder.

Voordat je gaat koppelen, moet je voor het volgende zorgen:

- Je beschikt over een Polar account en de Flow app.
- Bluetooth is ingeschakeld op je mobiele apparaat en de vliegmodus is uitgeschakeld.
- Je hebt ten minste één trainingssessie uitgevoerd met de OH1 als autonoom trainingsapparaat. Zie "Start een trainingssessie " op pagina 17 voor meer informatie.

Zodra aan de bovenstaande voorwaarden is voldaan:

1. Meld je aan bij de Flow app met je Polar account.
2. Houd de knop op de OH1 ingedrukt tot de led wordt ingeschakeld. De OH1 is nu ingeschakeld.
3. De Flow app vraagt je automatisch je OH1 te koppelen als deze zich binnen het Bluetooth-bereik bevindt.

Je OH1 wordt automatisch gesynchroniseerd met de Flow app als je telefoon binnen het bereik van Bluetooth is. Wanneer de OH1 wordt gesynchroniseerd met de Flow app, worden je trainingsgegevens via een internetverbinding ook automatisch gesynchroniseerd met de Flow webservice.

DE OH1 KOPPELEN MET EEN POLAR POLSUNIT

Houd de knop op de OH1 ingedrukt tot de led wordt ingeschakeld. De OH1 is nu ingeschakeld.

Raadpleeg de gebruiksaanwijzing van je Polar polsunit op support.polar.com voor specifieke instructies voor het koppelen.

DE OH1 KOPPELEN MET POLAR BEAT

1. Download Polar Beat van de App Store® of Google Play™ naar je mobiele apparaat.
2. Controleer of Bluetooth op je mobiele apparaat is ingeschakeld en of de vliegmodus is uitgeschakeld.
3. Open de Polar Beat op je mobiele apparaat en meld je aan met de Polar account die je hebt gemaakt tijdens het configureren van je OH1, of maak zo nodig een nieuwe account.
4. Houd de knop op de OH1 ingedrukt tot de led wordt ingeschakeld. De OH1 is nu ingeschakeld.
5. Ga in Beat naar **Instellingen > Hartslagsensor** en tik op **Koppelen** naast je OH1, onder **Gevonden sensor**.

DE FIRMWARE UPDATEN

Je kunt de firmware van je OH1 zelf bijwerken om deze up-to-date te houden. Je ontvangt een melding via Flow wanneer er een nieuwe versie beschikbaar is. Firmware-updates worden uitgevoerd ter verbetering van de functionaliteit van je OH1. Het kan gaan om verbetering van bestaande functies, volledig nieuwe functies of foutcorrecties. Wij adviseren je de firmware van je OH1 bij te werken zodra er een nieuwe versie beschikbaar is.

Je raakt geen gegevens kwijt door de firmware-update. Voordat de update begint, worden de gegevens van je OH1 gesynchroniseerd naar de Flow webservice.

MET MOBIEL APPARAAT OF TABLET

Je kunt de firmware bijwerken met je mobiele apparaat als je de Polar Flow mobiele app gebruikt om je trainings- en activiteitsgegevens te synchroniseren. De app geeft je een melding als er een update beschikbaar is en helpt je bij het uitvoeren ervan. We raden je aan de OH1 aan te sluiten op een voedingsbron voordat je de update start, zodat de update probleemloos kan worden uitgevoerd.

De draadloze firmware-update kan tot 20 minuten in beslag nemen, afhankelijk van je verbinding.

MET COMPUTER

Telkens als er een nieuwe firmwareversie beschikbaar is, zal FlowSync je dat melden wanneer je de OH1 op je computer aansluit. De firmware-updates worden via FlowSync gedownload.

Je kunt de firmware als volgt bijwerken:

1. 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.
2. Sluit de USB-adapter aan op de USB-poort van je computer.
3. FlowSync start met het synchroniseren van je gegevens.
4. Na het synchroniseren wordt je gevraagd of je de firmware wilt bijwerken.
5. Kies **Ja**. De nieuwe firmware wordt geïnstalleerd (dit kan tot 10 minuten in beslag nemen). Wacht totdat de firmware-update is voltooid voordat je de OH1 loskoppelt van je computer.

TRAINEN OP BASIS VAN HARTSLAG

Hoewel er vele subjectieve aanwijzingen zijn voor de wijze waarop je lichaam zich tijdens training gedraagt (inspanning, ademhalingssnelheid, fysieke gevoelens), is er geen enkele zo betrouwbaar als de hartslag. Deze is objectief en wordt zowel door interne als externe factoren beïnvloed, hetgeen betekent dat je een betrouwbare maat hebt van je lichamelijke toestand.

HARTSLAG METEN MET JE OH1

Voor een nauwkeurige meting van je hartslag moet de OH1 nauw om je onder- of bovenarm sluiten of moet de houder aan het bandje van je zwembril op je slaap rusten. De sensor moet voortdurend contact maken met je huid, maar de armband mag niet zo strak zitten dat de doorbloeding wordt belemmerd. De sensor in de houder voor je zwembril moet zo veel mogelijk op je slaap rusten zonder dat er haar tussen de sensor en je huid komt. Voor een zo nauwkeurig mogelijke hartslagmeting raden we je aan de OH1 al een paar minuten te dragen voordat je de hartslag gaat meten.

Druk niet op de sensorknop wanneer je onder water bent, anders komt de waterbestendigheid in gevaar.

Als je tatoeages hebt, moet je ervoor zorgen dat de sensor daar niet precies bovenop ligt, anders zijn de metingen mogelijk niet nauwkeurig.

Als je snel koude handen hebt, is het een goed idee je huid eerst warm te maken. Laat je bloed stromen voordat je aan je sessie begint!

Zie "Je OH1 dragen" op pagina 13 voor uitgebreide instructies voor het dragen van je OH1.

Klik op de volgende link voor een video over zwemmen met de OH1.

Polar OH1 | Zwemmen met hartslag

START EEN TRAININGSSESSIE

Draag de OH1 om je onder- of bovenarm. Zie "Je OH1 dragen" op pagina 13 voor meer informatie.

EEN TRAININGSSESSIE STARTEN ALS AUTONOOM TRAININGSAPPARAAT

Voordat je de OH1 kunt gebruiken als autonoom trainingsapparaat, moet je hem registreren en koppelen aan een Polar Flow account. Zie "Je OH1 configureren" op pagina 10 voor details.

1. Schakel de OH1 in door de knop ingedrukt te houden tot de led wordt ingeschakeld.
2. De OH1 is nu ingeschakeld. Druk twee keer kort op de knop om de registratie te starten.
3. Zodra je hartslag is gedetecteerd, knippert de groene led snel en kun je je training starten.

Na je trainingssessie stop je de registratie door de knop ingedrukt te houden tot de led wordt uitgeschakeld. Synchroniseer je trainingssessie met de Flow app en webservice om de details van je training te kunnen bekijken. Zie "Synchroniseren" op pagina 21 voor meer informatie.

ⓘ Bij gebruik als autonoom trainingsapparaat worden trainingssessies opgeslagen onder het sportprofiel **Overig indoor**. De geheugencapaciteit is geschikt voor maximaal 200 uur training.

EEN TRAININGSSESSIE STARTEN MET EEN POLAR POLSUNIT

Zorg er eerst voor dat je OH1 is gekoppeld met je Polar polsunit. Zie "Koppelen" op pagina 15 voor details.

1. Schakel de OH1 in door de knop ingedrukt te houden tot de led wordt ingeschakeld.
2. De OH1 is nu ingeschakeld en kan worden gebruikt als hartslagsensor in combinatie met een Polar polsunit.
3. Zodra je hartslag is gedetecteerd, knippert de groene led eens per twee seconden.
4. Start de sessie op je Polar polsunit.

Na je trainingssessie stop je de registratie op je Polar polsunit. Synchroniseer je trainingssessie met de Flow app en webservice om de details van je training te kunnen bekijken. Zie "Synchroniseren" op pagina 21 voor meer informatie.

ⓘ De Polar Fitness Test en Orthostatische test, die beschikbaar zijn op bepaalde Polar polsunits en fiets-computers, kunnen niet worden uitgevoerd met de Polar OH1.

ⓘ Wanneer je de OH1 gebruikt met een Polar polsunit wordt je trainingssessie in bepaalde gevallen twee keer weergegeven in de Polar Flow webservice en app. Dit kan gebeuren als registratie op de OH1 per onge-luk wordt ingeschakeld wanneer je een trainingssessie start. Je kunt deze dubbele sessie verwijderen in de Flow webservice en app.

EEN TRAININGSSESSIE STARTEN MET POLAR BEAT

Zorg er eerst voor dat je OH1 is gekoppeld met Polar Beat. Zie "Koppelen" op pagina 15 voor details.

1. Schakel de OH1 in door de knop ingedrukt te houden tot de led wordt ingeschakeld.
2. De OH1 is nu ingeschakeld en kan worden gebruikt als hartslagsensor met Polar Beat.
3. Zodra je hartslag is gedetecteerd, knippert de groene led eens per twee seconden.
4. Start de sessie via Polar Beat.

Na je trainingssessie stop je de registratie door op de stopknop van Polar Beat te tikken.

POLAR FLOW APP

In de Polar Flow mobiele app kun je op elk moment een visuele interpretatie bekijken van je trainingsgegevens.

TRAININGSGEGEVENS

Met de Polar Flow app kun je eenvoudig informatie over je oude en geplande trainingssessies bekijken.

Je krijgt een overzicht van je training en kunt meteen elk detail van je prestaties analyseren. In het trainingslogboek kun je weekoverzichten van je training bekijken. Je kunt ook de hoogtepunten van je training delen met je vrienden via de functie Afbeelding delen.

AFBEELDING DELEN

Met de functie Afbeelding delen van de Flow app kun je afbeeldingen van je trainingsgegevens delen op de meeste socialmediakanalen, zoals Facebook en Instagram. Je kunt een bestaande foto delen of een nieuwe foto maken en deze voorzien van je trainingsgegevens. Als je hebt getraind met GPS-registratie, kun je ook een afbeelding van je trainingsroute delen.

Klik op de volgende koppeling om een video te bekijken:

Polar Flow app | Trainingsresultaten delen met een foto

DE FLOW APP IN GEBRUIK NEMEN

Je kunt "Je OH1 configureren" op pagina 10 met een mobiel apparaat en de Flow app.

Om de Flow app te kunnen gebruiken, dien je hem op je mobiele apparaat te downloaden vanaf de App Store® of Google Play™. Ga naar support.polar.com/en/support/Flow_app voor ondersteuning en meer informatie over het gebruik van de Polar Flow app.

Voordat je een nieuw mobiel apparaat (smartphone, tablet) in gebruik neemt, moet je het apparaat koppelen met je OH1. Zie "Koppelen" op pagina 15 voor meer informatie.

Na je sessie synchroniseert je OH1 je trainingsgegevens automatisch met de Flow app. Als je telefoon een internetverbinding heeft, worden je trainings- en activiteitsgegevens ook automatisch gesynchroniseerd met de Flow webservice. De Flow app is de gemakkelijkste manier om de trainingsgegevens van je OH1 te synchroniseren met de webservice. Zie "Synchroniseren" op pagina 21 voor informatie over het synchroniseren.

Ga naar de ondersteuningspagina voor de Polar Flow app voor meer informatie en instructies voor het gebruik van functies van de Flow app.

POLAR FLOW WEBSERVICE

Met de Polar Flow webservice kun je elk detail van je training plannen en analyseren, en meer inzicht krijgen in je prestaties. Je kunt ook de hoogtepunten van je training delen met je vrienden in de Flow community, je aanmelden voor lessen van je club en een persoonlijk trainingsprogramma voor een hardloopevenement opvragen.

De Polar Flow webservice toont ook het voltooiingspercentage van je dagelijkse activiteitsdoel en de details van je activiteit, en helpt je te begrijpen welke invloed je gewoontes en keuzes hebben op je welzijn.

Op flow.polar.com/start kun je "Je OH1 configureren" op pagina 10 met je computer. Je wordt er begeleid bij het downloaden en installeren van de FlowSync software, zodat je gegevens kunt synchroniseren tussen je OH1 en de webservice, en bij het maken van een gebruikersaccount voor de webservice. Als je de configuratie hebt uitgevoerd via een mobiel apparaat en de Flow app, kun je inloggen op de Flow webservice met de gegevens die je hebt gemaakt tijdens de configuratie.

FEED

In **Feed** kun je zien wat jij en je vrienden de laatste tijd hebben gedaan. Bekijk de laatste trainingssessies en activiteitssamenvattingen, deel je beste prestaties, en reageer op en en like de activiteiten van je vrienden.

BEKIJKEN

In **Bekijken** kun je door de kaart bladeren en trainingssessies met route-informatie bekijken die andere gebruikers hebben gedeeld. Je kunt ook de routes van anderen bekijken en zien waar de hoogtepunten lagen.

Klik op de volgende koppeling om een video te bekijken:

Polar Flow webservice | Bekijken

TRAININGSLOGBOEK

In **Logboek** kun je je dagelijkse activiteit, slaap, geplande trainingssessies (trainingsdoelen) en de resultaten van eerdere trainingen zien.

VOORTGANG

In **Voortgang** kun je je ontwikkeling volgen aan de hand van rapporten.

Trainingsrapporten zijn een handige manier om je voortgang te volgen bij training over langere perioden. In week-, maand- en jaarrapporten kun je de sport voor het rapport kiezen. In aangepaste periode kun je zowel de periode als de sport kiezen. Kies de periode en de sport voor het rapport in de vervolgkeuzelijsten en druk op het wielpictogram om te kiezen welke gegevens je in de rapportgrafiek wilt zien.

Met behulp van de activiteitsrapporten kun je de langetermijntrend van je dagelijkse activiteit volgen. Je kunt kiezen voor dagelijkse, wekelijkse of maandelijkse rapporten. In het activiteitsrapport kun je ook zien wat in de gekozen periode je beste dagen waren op het gebied van dagelijkse activiteit, stappen, calorieën en slaap.

Het Running Index-rapport is een hulpmiddel om je te helpen je Running Index-ontwikkeling op de lange termijn te volgen en een schatting te maken van je resultaat als je bijvoorbeeld 10 km of een halve marathon gaat lopen.

COMMUNITY

In de **Flow Groepen**, **Clubs** en **Evenementen** kun je medesporters vinden die voor hetzelfde evenement trainen of naar dezelfde sportclub gaan. Je kunt ook je eigen groep maken voor de mensen met wie je wilt trainen. Je kunt je trainingen en tips delen, reageren op de trainingsresultaten van andere leden en deel uitmaken van de Polar Community. In Flow Clubs kun je lesroosters bekijken en je aanmelden voor lessen. Doe mee en laat je motiveren via je social trainingcommunity's.

Klik op de volgende koppeling om een video te bekijken:

Polar Flow Evenementen

PROGRAMMA'S

Het Polar Running Program is afgestemd op je doel, op basis van je Polar hartslagzones, je persoonlijke eigenschappen en je trainingsachtergrond. Het is een intelligent programma dat zich gaandeweg aanpast, afhankelijk van je ontwikkeling. Er is een Polar Running Program voor 5 km, 10 km, een halve marathon en een hele marathon. Een programma bestaat uit twee tot vijf hardlooptrainingen per week, afhankelijk van het gekozen doel. Het kan niet makkelijker!

Ga naar support.polar.com/en/support/flow voor ondersteuning en meer informatie over het gebruik van de Flow webservice.

SYNCHRONISEREN

Je kunt gegevens van je OH1 via de Bluetooth-verbinding overdragen naar de Polar Flow app. Je kunt je OH1 ook synchroniseren met de Polar Flow webservice met behulp van een USB-poort en de FlowSync software. Om gegevens te kunnen synchroniseren tussen je OH1 en de Flow app moet je een Polar account hebben. Als je gegevens van je OH1 rechtstreeks wilt synchroniseren met de webservice, heb je daarnaast ook de FlowSync software nodig. Als je je OH1 hebt geconfigureerd, heb je een Polar account gemaakt. Als je je OH1 hebt geconfigureerd met een computer, heb je de FlowSync software op je computer.

Vergeet niet te synchroniseren en je gegevens bijgewerkt te houden tussen je OH1, de webservice en de mobiele app, waar je ook bent.

SYNCHRONISEREN MET FLOW MOBIELE APP

Controleer het volgende voordat je gaat synchroniseren:

- Je beschikt over een Polar account en de Flow app.
- Bluetooth is ingeschakeld op je mobiele apparaat en de vliegmodus is uitgeschakeld.
- Je hebt je OH1 gekoppeld met je mobiel. Zie "Koppelen" op pagina 15 voor meer informatie.

Je gegevens synchroniseren:

1. Meld je met je Polar account aan bij de Flow app.
2. Houd de knop op de OH1 ingedrukt tot de led wordt ingeschakeld. De OH1 is nu ingeschakeld.
3. Je OH1 wordt automatisch gesynchroniseerd met de Flow app als je telefoon binnen het bereik van Bluetooth is.

Je OH1 wordt automatisch gesynchroniseerd met de Flow app nadat je een trainingssessie hebt voltooid en je telefoon binnen het bereik van Bluetooth is. Wanneer de OH1 wordt gesynchroniseerd met de Flow app, worden je trainingsgegevens via een internetverbinding ook automatisch gesynchroniseerd met de Flow web-service.

Ga naar support.polar.com/en/support/Flow_app voor ondersteuning en meer informatie over het gebruik van de Polar Flow app.

SYNCHRONISEREN MET DE FLOW WEBSERVICE VIA FLOWSYNC

Om gegevens met de Flow webservice te kunnen synchroniseren, heb je de FlowSync software nodig. Ga vóór het synchroniseren naar flow.polar.com/start en download en installeer deze software.

1. 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.
2. Sluit de USB-adapter aan op de USB-poort van je computer. Zorg dat de FlowSync software gestart is.
3. Het venster FlowSync wordt geopend op je computer en het synchroniseren start.
4. Voltooid verschijnt als dit gelukt is.

Telkens als je de OH1 op je computer aansluit, draagt de Polar FlowSync software je gegevens over naar de Polar Flow webservice en worden eventuele gewijzigde instellingen gesynchroniseerd. Als het synchroniseren niet automatisch start, start je FlowSync met het pictogram op je bureaublad (Windows) of in de map Toepassingen (Mac OS X). Telkens als er een update voor de firmware beschikbaar is, zal FlowSync je dat melden en je vragen de update te installeren.

Als je de instellingen in de Flow webservice wijzigt terwijl je OH1 op je computer is aangesloten, druk je op de knop synchroniseren in FlowSync om de instellingen naar je OH1 over te dragen.

Ga naar support.polar.com/en/support/flow voor ondersteuning en meer informatie over het gebruik van de Flow webservice.

Ga naar support.polar.com/en/support/FlowSync voor ondersteuning en meer informatie over het gebruik van de FlowSync software.

BATTERIJ

Polar moedigt je aan om aan het einde van de levensduur van het product de mogelijke effecten van afval op het milieu en de gezondheid te minimaliseren door je te houden aan de plaatselijke regelgeving voor afval-verwerking en, waar mogelijk, gebruik te maken van gescheiden inzameling van elektronische apparaten. Werp dit product niet weg als gewoon huisvuil.

BATTERIJ OH1 OPLADEN

De OH1 heeft een interne oplaadbare batterij. Oplaadbare batterijen kunnen een beperkt aantal keren worden opgeladen. Je kunt de batterij ruim 300 keer opladen en ontladen voordat de capaciteit merkbaar terugloopt. Het aantal oplaadcycli is ook afhankelijk van de gebruiksomstandigheden.

Laad de batterij niet op bij temperaturen onder 0 °C/+32 °F of boven 40 °C/+104 °F, of als de contactpunten nat zijn.

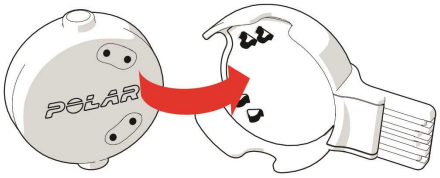
Gebruik de meegeleverde USB-adapter om de batterij op te laden via de USB-poort op je computer. Je kunt de batterij ook via een stopcontact opladen. Gebruik in dat geval een USB-voedingsadapter (niet meegeleverd). Als je een USB-voedingsadapter gebruikt, zorg dan dat deze gemerkt is met "output 5VDC" en minimaal 500 mA levert. Gebruik alleen een USB-voedingsadapter waarvan de veiligheid adequaat is goedgekeurd (gemerkt met "LPS", "Limited Power Supply" of "UL listed").

Controleer vóór het laden of er geen vocht, haar, stof of vuil op de contactpunten van de OH1 of USB-adapter aanwezig is. Veeg eventueel vuil er voorzichtig af en blaas het stof er voorzichtig uit. Gebruik geen scherpe hulpmiddelen voor het reinigen, anders kunnen er krassen ontstaan.

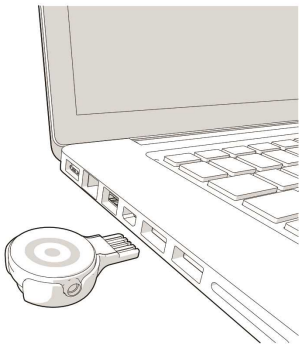
Je kunt de OH1 opladen door hem op je computer aan te sluiten. Je kunt hem tegelijkertijd laten synchroniseren met FlowSync.

1. 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).
2. Sluit de USB-adapter aan op de USB-poort van een computer of op een stopcontact met USB-aansluiting (afbeelding 2).

1.



2.



ZORG DRAGEN VOOR JE OH1

Net als elk ander elektronisch apparaat dien je de Polar OH1 schoon te houden en er zorgvuldig mee om te gaan. De onderstaande instructies helpen je te voldoen aan de garantievoorwaarden, het apparaat in optimale staat te houden en problemen met het opladen of synchroniseren te voorkomen.

JE OH1 SCHOONHOUDEN

Gebruik na elke trainingssessie een zachte handdoek om vuil of modder van de OH1 te vegen.

Houd de contactpunten van de OH1 en de USB-adapter schoon om ervoor te zorgen dat je het apparaat probleemloos kunt opladen en synchroniseren.

Controleer vóór het laden of er geen vocht, haar, stof of vuil op de contactpunten van de OH1 of USB-adapter aanwezig is. Veeg eventueel vuil er voorzichtig af en blaas het stof er voorzichtig uit. Gebruik geen scherpe hulpmiddelen bij het schoonmaken, anders kunnen er krassen ontstaan.

Houd de contactpunten schoon om je OH1 te beschermen tegen roestvorming en andere mogelijke beschadigingen door vuil en zout water (zoals zweet of zeewater). **Laad de OH1 niet op als de contactpunten nat of bezweet zijn**.

ZORGEN VOOR DE OPTISCHE HARTSLAGSENSOR

Zorg ervoor dat de optische sensor schoon en vrij van krassen blijft. Kleine krassen hebben echter geen effect op de optische hartslagmeting.

BEWAREN

Bewaar je trainingsapparaat op een koele en droge plaats. Bewaar het niet in een vochtige omgeving, in niet-ademend materiaal (een plastic zak of een sporttas), of samen met geleidend materiaal (een natte handdoek). Stel het trainingsapparaat niet langdurig bloot aan direct zonlicht. Laat het bijvoorbeeld niet in de auto liggen. Aanbevolen wordt om het trainingsapparaat gedeeltelijk of volledig opgeladen te bewaren. De batterij verliest langzaam lading tijdens het bewaren. Als je het trainingsapparaat meerdere maanden niet gebruikt, wordt aanbevolen het na enkele maanden op te laden. Dit verlengt de levensduur van de batterij.

Laat het apparaat niet liggen in extreme kou (lager dan -10 °C/14 °F) of hitte (hoger dan 50 °C/120 °F) of in direct zonlicht.

SERVICE

Het is raadzaam tijdens de garantieperiode van twee jaar servicewerkzaamheden te laten uitvoeren door een erkend Polar Service Center. De garantie geldt niet voor schade of gevolgschade die veroorzaakt is bij een niet door Polar Electro erkende service. Zie Beperkte internationale garantie van Polar voor meer informatie.

Ga naar support.polar.com en landgebonden websites voor contactgegevens en alle adressen van Polar Service Centers.

VOORZORGSMAATREGELEN

De Polar OH1 is ontworpen om de hartslag te meten. Het apparaat is niet geschikt of bedoeld voor andere doeleinden.

Het dient niet te worden gebruikt voor het uitvoeren van omgevingsmetingen waarvoor professionele of industriële precisie vereist is.

We raden je aan het apparaat en de armband regelmatig schoon te maken om huidproblemen door een vieze armband te voorkomen.

INTERFERENTIE TIJDENS TRAINING

Elektromagnetische interferentie en trainingsapparatuur

In de buurt van elektrische apparaten kan storing optreden. Ook WLAN-basisstations kunnen storing veroorzaken bij het trainen met het trainingsapparaat. Voorkom onregelmatige metingen of slecht functioneren door uit de buurt te blijven van mogelijke storingsbronnen.

Trainingsapparatuur met elektronische of elektrische onderdelen zoals LED-displays, motoren en elektrische remmen kunnen interferentie veroorzaken vanwege diffuse straling.

Als het trainingsapparaat dan nog niet werkt met de trainingsapparatuur, kan deze apparatuur te veel elektrische ruis veroorzaken voor draadloze hartslagmeting. Ga naar www.polar.com/support voor meer informatie.

RISICO'S TIJDENS HET TRAINEN BEPERKEN

Trainen kan risico's met zich meebrengen. Voordat je begint aan een vast trainingsprogramma is het raadzaam dat je eerst de volgende vragen betreffende je gezondheid beantwoordt. Als je één van deze vragen met ja beantwoordt, raden wij je aan eerst een arts te raadplegen voordat je met een trainingsprogramma begint.

- Heb je de afgelopen vijf jaar niets aan sport gedaan?
- Heb je een hoge bloeddruk of een hoog cholesterolgehalte?
- Gebruik je medicijnen voor je bloeddruk of je hart?
- Heb je wel eens last van ademhalingsproblemen?
- Vertoon je symptomen van een ziekte?
- Ben je herstellende van een zware ziekte of medische ingreep?
- Gebruik je een pacemaker of andere geïmplanteerde elektronische apparatuur?
- Rook je?
- Ben je in verwachting?

Behalve de trainingsintensiteit, kunnen ook medicijnen voor het hart, de bloeddruk, psychische aandoeningen, astma, ademhaling enzovoort, en sommige energiedranken, alcohol en nicotine de hartslag beïnvloeden.

Het is belangrijk om op te letten hoe je lichaam reageert tijdens het sporten. **Als je plotselinge pijn of overmatige vermoeidheid voelt tijdens het trainen, raden wij je aan te stoppen of op een lagere intensiteit verder te gaan.**

Opmerking! Je kunt Polar producten gewoon gebruiken als je een pacemaker draagt. In theorie kunnen Polar producten geen storing veroorzaken voor pacemakers. In de praktijk zijn er geen rapporten die erop wijzen dat iemand ooit storing heeft ondervonden. Vanwege de verscheidenheid aan pacemakers en andere geïmplanteerde apparaten kunnen wij echter niet officieel garanderen dat onze producten geschikt zijn voor al deze instrumenten. Als je twijfels hebt of uitzonderlijke gevoelens ervaart tijdens het gebruik van Polar producten, raadpleeg dan je arts of neem contact op met de fabrikant van het elektronische apparaat om na te gaan of de veiligheid in jouw geval voldoende gewaarborgd is.

Als je overgevoelig bent voor een stof die in contact komt met de huid, of als je een allergische reactie vermoedt vanwege het gebruik van het product, controleer dan de in de Technische specificaties genoemde materialen.

Door de combinatie van vocht en intens schuren kan het oppervlak van de hartslagsensor kleur afgeven en mogelijk vlekken veroorzaken in kleding. Bij gebruik van parfum, zonnebrandcrème of insectenspray op je huid moet je ervoor zorgen dat deze middelen niet in contact komen met het trainingsapparaat of de hartslagsensor. Vermijd kleding met kleuren die kunnen afgeven op het trainingsapparaat (vooral trainingskledij met lichte/felle kleuren) wanneer ze samen worden gedragen.

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

TECHNISCHE SPECIFICATIES

OH1

Gebruiksduur:	Tot 12 uur bij continue training
Batterijtype:	45 mAh Li-pol oplaadbare batterij
Geheugencapaciteit:	Tot 200 uur training
Gebruikstemperatuur:	-10 °C tot +50 °C / 14 °F tot 122 °F
Materialen OH1 sensor:	ABS, ABS+GF, PMMA, SUS 316 (roestvrij staal)
Materialen armband:	Zwarte armband: 53% nylon, 27% elastaan, 20% polyester. Grijze, oranje en turquoise armband: 70,5% polyester, 29,5% elastaan.
Materialen USB-adapter:	PC+ABS, verguld SUS 301 (roestvrij staal)
Waterdichtheid:	30 m (geschikt voor baden en zwemmen)

Maakt gebruik van Bluetooth® en ANT+™.

POLAR FLOWSYNC SOFTWARE EN USB-KABEL

Voor gebruik van FlowSync-software heb je een computer nodig met het besturingssysteem Microsoft Windows of Mac, een internetverbinding en een vrije USB-poort voor de USB-kabel.

FlowSync is compatibel met de volgende besturingssystemen:

besturingssysteem computer	32-bits	64-bits
Windows 7	X	X
Windows 8	X	X
Windows 8.1	X	X
Windows 10	X	X
OS X 10.9		X
OS X 10.10		X
OS X 10.11		X
macOS 10.12		X
macOS 10.13		X
macOS 10.14		X

COMPATIBILITEIT POLAR FLOW MOBIELE APP

Polar apparaten kunnen worden gebruikt in combinatie met de meeste moderne smartphones. Dit zijn de minimumvereisten:

- Mobiele iOS 11-apparaten en hoger
- Mobiele Android-apparaten met Bluetooth 4.0-functionaliteit en Android 5 en hoger (vraag de volledige specificaties op bij de fabrikant van uw telefoon)

Er zijn nogal wat verschillen in de manier waarop verschillende Android-apparaten omgaan met de technologieën in onze producten en services, zoals Bluetooth Low Energy (BLE) en verschillende standaarden en protocollen. Daarom varieert de compatibiliteit tussen de telefoons van verschillende fabrikanten. Polar kan helaas niet garanderen dat alle functies kunnen worden gebruikt op alle apparaten.

WATERBESTENDIGHEID VAN POLAR PRODUCTEN

De meeste Polar producten kun je gewoon dragen tijdens het zwemmen. Het is echter geen duikapparatuur. Druk niet op de knoppen terwijl het apparaat onder water is; zo behoud je de waterbestendigheid. Als je je hartslag in het water meet met een GymLink-compatibel Polar apparaat en hartslagsensor, kan er om de volgende redenen interferentie optreden:

- Zwembadwater met een grote hoeveelheid chloor en zeewater zijn erg geleidend. Er kan kortsluiting optreden in de elektrodes van de hartslagsensor, waardoor deze geen ECG-signalen meer kan

detecteren.
- Als je in het water springt of intensief beweegt tijdens wedstrijdzwemmen, kan de hartslagsensor verschuiven naar een deel van je lichaam waar de sensor geen ECG-signalen meer kan opvangen.
- De sterkte van het ECG-signaal is persoonlijk en kan variëren op basis van de samenstelling van het lichaamsweefsel. Als je de hartslag meet in het water, treden er vaker problemen op.

Polar apparaten die je hartslag meten bij de pols zijn geschikt om mee te zwemmen en te baden. Ook tijdens het zwemmen registreren ze je activiteitsgegevens op basis van je polsbewegingen. Uit onze tests blijkt echter dat hartslagmeting bij de pols niet optimaal werkt in het water. We raden je dus niet aan hartslagmeting bij de pols te gebruiken tijdens het zwemmen.

Bij de horlogefabricage wordt waterbestendigheid doorgaans uitgedrukt in meters, wat de statische waterdruk van die diepte inhoudt. Polar gebruikt hetzelfde systeem. De waterbestendigheid van Polar producten is getest volgens de internationale standaard **ISO 22810** of **IEC60529**. Elk waterbestendig Polar-apparaat wordt vóór aflevering getest voor blootstelling aan waterdruk.

Polar producten worden verdeeld in vier categorieën, afhankelijk van de waterbestendigheid. Zie de achterzijde van je Polar product voor de waterbestendigheidscategorie en vergelijk deze in onderstaande tabel. Deze definities zijn niet noodzakelijkerwijs van toepassing op producten van andere fabrikanten.

Bij de uitvoering van een onderwateractiviteit is de dynamische druk die door bewegen in water wordt opgewekt groter dan de statische druk. Dit betekent dat een product dat onder water wordt bewogen, onderworpen is aan grotere druk dan het stationaire product.

Markering op de achterzijde van het product	Spatwater, zweet, regendruppels enz.	Baden en zwemmen	Snorkelen (zonder zuurstoftanks)	Duiken (met zuurstoftanks)	Kenmerken waterbestendigheid
Waterbestendig IPX7	OK	-	-	-	Niet wassen met een hogedrukreiniger. Beschermd tegen spatwater, regendruppels enz. Referentiestandaard: IEC60529.
Waterbestendig IPX8	OK	OK	-	-	Minimum voor baden en zwemmen. Referentiestandaard: IEC60529.
Waterbestendig Waterbestendig 20/30/50 meter Geschikt voor zwemmen	OK	OK	-	-	Minimum voor baden en zwemmen. Referentiestandaard: ISO22810.
Waterbestendig 100 m	OK	OK	OK	-	Voor veelvuldig gebruik in water maar niet voor duiken. Referentiestandaard: ISO22810.

BEPERKTE INTERNATIONALE POLAR GARANTIE

- Polar Electro Oy verleent een beperkte internationale garantie voor Polar-producten. Voor producten die in de Verenigde Staten of Canada zijn aangeschaft, wordt deze garantie verleend door Polar Electro, Inc.
- Polar Electro Oy/Polar Electro Inc. garandeert de oorspronkelijke consument/koper van het Polar product dat het product vrij is van materiaal- of fabricagefouten gedurende twee (2) jaar vanaf de datum van aankoop, met uitzondering van polsbanden van silicone of kunststof, waarvoor een garantieperiode van één (1) jaar vanaf de datum van aankoop geldt.
- De garantie geldt niet voor normale slijtage van de batterij of andere normale slijtage, schade ten gevolge van onjuist of oneigenlijk gebruik, ongevallen, het niet voldoen aan de voorzorgsmaatregelen; onjuist onderhoud, commercieel gebruik, gebarsten of gebroken behuizingen of displays, armbanden van textiel of van textiel en leer, elastische banden (bijv. hartslagsensorborstband), en Polar kleding.
- De garantie geldt ook niet voor schade, verlies, kosten of uitgaven die direct, indirect of incidenteel als gevolg van of als zodanig voortvloeien uit of samenhangen met het product.
- Tweedehands gekochte producten zijn niet gedekt door de garantie.
- Gedurende de garantieperiode zal het product worden gerepareerd of vervangen door één van de erkende Polar Service Centers, ongeacht het land van aankoop.
- De door Polar Electro Oy/Inc. verleende garantie heeft geen invloed op de wettelijke rechten van de klant volgens de geldende nationale regelgeving, noch op de rechten van de klant ten opzichte van de dealer die voortvloeien uit hun verkoop-/aankoopovereenkomst.
- Bewaar de kassabon als je aankoopbewijs!
- Garantie ten aanzien van enig product is beperkt tot landen waarin het product oorspronkelijk op de markt is gebracht door Polar Electro Oy/Inc.

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

Polar Electro Oy is een met ISO 9001:2015 gecertificeerde onderneming.

© 2018 Polar Electro Oy, FI-90440 KEMPELE, Finland. Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze gebruiksaanwijzing mag zonder voorafgaande, schriftelijke toestemming van Polar Electro Oy in welke vorm dan ook worden gebruikt of gereproduceerd.

De namen en logo's die in deze gebruiksaanwijzing of op de verpakking van dit product zijn handelsmerken van Polar Electro Oy. De namen en logo's die in deze gebruiksaanwijzing of op de verpakking van dit product met het symbool ® zijn gemarkeerd, zijn gedeponeerde handelsmerken van Polar Electro Oy. Windows is een gedeponeerd handelsmerk van Microsoft Corporation en Mac OS is een gedeponeerd handelsmerk van Apple Inc. Het woordmerk en de logo's Bluetooth® zijn gedeponeerde handelsmerken, eigendom van Bluetooth SIG, Inc., en elk gebruik van deze merken door Polar Electro Oy vindt plaats onder licentie.

AANSPRAKELIJKHEID

- De gegevens in deze gebruiksaanwijzing dienen uitsluitend ter informatie. De hierin beschreven producten kunnen zonder voorafgaande kennisgeving worden gewijzigd in verband met het voortdurende ontwikkelingsprogramma van de fabrikant.
- Polar Electro Inc. / Polar Electro Oy geeft geen garanties voor deze gebruiksaanwijzing of de hierin beschreven producten.

- Op geen enkele wijze kan Polar Electro Inc. / Polar Electro Oy aansprakelijk worden gesteld voor schade, verlies, kosten en uitgaven die direct, indirect of incidenteel als gevolg of als zodanig voortvloeien uit of samenhangen met het gebruik van dit materiaal of de hierin beschreven producten.

2.0 NL 3/2019