

МОНИТОР СЕРДЕЧНОГО РИТМА

Polar RS 800CX™ RS 800CX™ N

РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ

СОДЕРЖАНИЕ

1. КОМПОНЕНТЫ МОНИТОРА СЕРДЕЧНОГО РИТМА POLAR RS800CX.....	3
Дополнительные устройства.....	4
2. НАЧАЛО РАБОТЫ.....	5
Структура меню.....	7
3. ПОДГОТОВКА К ТРЕНИРОВКЕ.....	8
Планирование тренировки.....	8
Использование вспомогательных устройств с монитором сердечного ритма RS800CX.....	9
4. ТРЕНИРОВКА.....	10
Одеваем передатчик.....	10
Начало тренировки.....	11
Информация на дисплее.....	12
Индивидуальная настройка дисплея.....	15
Объединение упражнений.....	15
5. ПОСЛЕ ТРЕНИРОВКИ.....	16
6. ИНФОРМАЦИЯ ПО ОБСЛУЖИВАНИЮ КЛИЕНТОВ.....	17
Уход и техническое обслуживание.....	17
Уход за изделием.....	17
Обслуживание.....	18
Замена батарей.....	18
Меры предосторожности.....	19
Помехи при выполнении упражнений.....	19
Снижение рисков при выполнении упражнений.....	20
Технические спецификации.....	22
Гарантия и отказ от обязательств.....	25

1. КОМПОНЕНТЫ МОНИТОРА СЕРДЕЧНОГО РИТМА POLAR RS800CX

Поздравляем! Вы приобрели тренировочную систему, настраиваемую в соответствии с индивидуальными требованиями к тренировкам. Данное руководство поможет правильно использовать новый монитор сердечного ритма Polar RS800CX. Более подробные инструкции представлены в полном руководстве пользователя на компакт-диске, входящем в комплект поставки.

- Монитор сердечного ритма Polar RS800CX: выводит на экран и записывает частоту сердечных сокращений пользователя и другие показания при выполнении физических упражнений.
- Передатчик WearLink® L.I.N.K.: передает данные о частоте сердечных сокращений на монитор сердечного ритма. В комплект входит соединитель и ремешок.
- Компакт-диск: в комплект входит программное обеспечение **Polar ProTrainer 5™** и полное руководство пользователя монитора сердечного ритма Polar RS800CX.

Программное обеспечение Polar ProTrainer 5™ позволяет заранее планировать тренировку с помощью множества опций планирования и передавать настройки устройству Polar. После тренировки результаты можно проанализировать с помощью разнообразных графиков, которые настраиваются в соответствии с требованиями пользователя.



Загрузите полное руководство пользователя с компакт-диска и внимательно прочитайте представленную в нем информацию, чтобы полностью задействовать все функции монитора сердечного ритма.

Дополнительные устройства

- Датчик скорости бега Polar s3™ W.I.N.D.: пересылает текущие показания скорости бега/шага и расстояния на монитор сердечного ритма. Также измеряет текущую частоту и длину шага.
- GPS-датчик Polar G3™: предоставляет данные скорости, расстояния и местоположения, а также информацию о маршруте по всем видам спорта на открытом воздухе благодаря технологии глобальной навигационной системы (GPS – Global Positioning System).



Перешлите данные о маршруте в программное обеспечение Polar ProTrainer 5 для их отображения в программе Google Earth, либо для преобразования в GPX-файл. Дополнительную информацию смотрите в справке программного обеспечения.

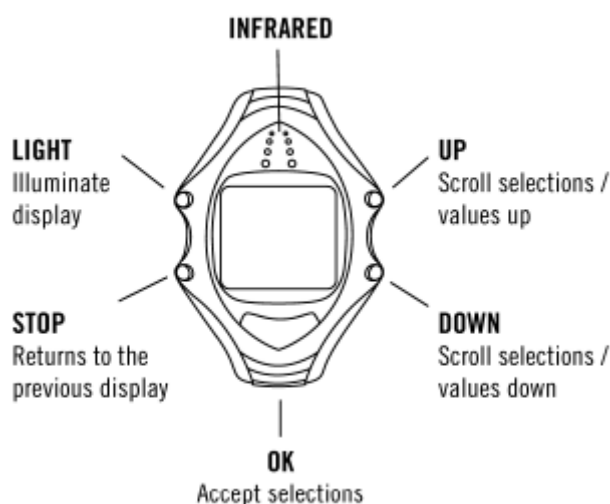
- Датчик скорости езды на велосипеде Polar™ W.I.N.D.: измеряет скорость и расстояние при езде на велосипеде.
- Датчик частоты педалирования Polar™ W.I.N.D.: измеряет частоту педалирования, т.е. число оборотов шатуна в минуту при езде на велосипеде.

2. НАЧАЛО РАБОТЫ

До начала выполнения физических упражнений с использованием монитора сердечного ритма задайте основные настройки. Вводимые данные должны быть максимально точными, что необходимо для обеспечения достоверности данных о работоспособности, основанных на индивидуальных показателях.

Для настройки данных используйте кнопки UP (ВВЕРХ), DOWN (ВНИЗ) и кнопку ОК для выбора необходимого элемента. Чтобы значения прокручивались быстрее, нажмите и удерживайте UP или DOWN.

1. Для активации монитора сердечного ритма два раза нажмите ОК.
2. Появится логотип Polar.
3. **Language (Язык):** выберите **English, Deutsch, Español, Français** или **Italiano**.

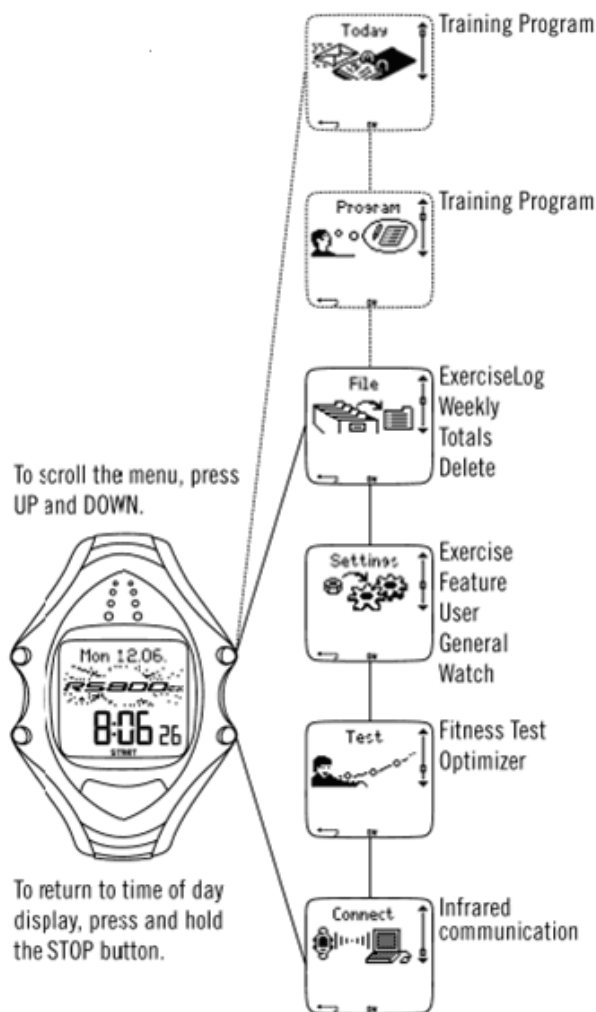


INFRARED	INFRARED (ИНФРАКРАСНЫЕ ЛУЧИ)
LIGHT Illuminate display	LIGHT (ПОДСВЕТКА) Подсветка дисплея
STOP Returns to the previous display	STOP (СТОП) Возврат к предыдущему дисплею
UP Scroll selections/values up	UP (ВВЕРХ) Прокручивание элементов/значений вверх
DOWN Scroll selections/values down	DOWN (ВНИЗ) Прокручивание элементов/значений вниз
OK Accept selections	OK Выбор элементов

4. На дисплее появится **Start with basic settings (Начать работу с основными настройками)**. Нажмите ОК.
5. **Time (Время)**: выберите **12 h (12 ч)** или **24 h (24 ч)**. При выборе **12 h** задайте **AM (До полудня)** или **PM (После полудня)**. Установите местное время.
6. **Date (Дата)**: установите текущую дату, dd = день, mm = месяц, yy = год.
7. **Units (Единицы измерения)**: выберите метрические (кг/см/км) или британские единицы (фунт/фут/миля) единицы измерения.
8. **Weight (Вес)**: введите свой вес. Чтобы изменить единицы измерения, нажмите и удерживайте кнопку LIGHT (ПОДСВЕТКА).
9. **Height (Рост)**: введите свой рост. При использовании британских единиц измерения сначала установите футы (ft), затем дюймы (in).
10. **Birthday (Дата рождения)**: введите свою дату рождения, dd = день, mm = месяц, yy = год.
11. **Sex (Пол)**: выберите **Male (Мужской)** или **Female (Женский)**.
12. На дисплее отображается **Settings OK? (Настройки верны?)**. Выберите **Yes (Да)**: настройки принимаются и запоминаются. Монитор сердечного ритма отображает время. Выберите **No (Нет)**, если настройки неверные и их необходимо изменить. Нажмите STOP для возврата к тем данным, которые нужно изменить.

Структура меню

Меню отображается после передачи запрограммированных физических упражнений из программного обеспечения на монитор сердечного ритма.



To scroll the menu, press UP and DOWN	Для прокрутки пунктов меню нажимайте UP или DOWN
To return to time of day display, press and hold the STOP button	Для возврата к дисплею времени суток нажмите и удерживайте кнопку STOP
Training Program	Программа тренировок
Training Program	Программа тренировок
ExerciseLog Weekly Totals Delete	Журнал упражнений Недельный отчет Итоговые данные Удалить
Exercise Feature User General Watch	Физическое упражнение Параметр Пользователь Общее Часы
Fitness test Optimizer	Проверка физического состояния Оптимизатор
Infrared communication	Инфракрасное соединение

Начало работы

3. ПОДГОТОВКА К ТРЕНИРОВКЕ

Планирование тренировки

Можно использовать готовые упражнения или создать их самостоятельно с помощью монитора сердечного ритма. Перейдите к **Settings (Настройки) > Exercise (Упражнение)**. На мониторе сердечного ритма установлены следующие упражнения:

- **Free (Произвольное):** произвольное физическое упражнение без предварительно заданных настроек.
- **Basic (Базовое):** базовая тренировка умеренной интенсивности. Продолжительность – около 45 минут.
- **Interval (Интервальное):** базовая интервальная тренировка. Упражнение начинается с 15-минутной разминки, затем следует бег на дистанцию 1 км и 3-минутный период восстановления, повторяется 5 раз. Тренировка завершается 15-минутным остыванием.
- **OwnZone:** монитор сердечного ритма автоматически определяет индивидуальный аэробный (сердечно-сосудистый) диапазон частоты сердечных сокращений. Он называется OwnZone. Рекомендуемая продолжительность упражнения – 45 минут.
- **Add new (Добавить новое):** создайте и сохраните собственное базовое упражнение. Всего в мониторе сердечного ритма можно сохранить 10 упражнений + 1 произвольное упражнение.

Инструкции по созданию новых упражнений на мониторе сердечного ритма см. в разделе *Prepare for Training (Подготовка к тренировке)* руководства пользователя.



Пользователь может также создать более разнообразные упражнения и переслать их на монитор сердечного ритма с помощью программного обеспечения Polar ProTrainer 5.

Использование вспомогательных устройств с монитором сердечного ритма RS800CX

Монитор сердечного ритма RS800CX совместим со следующими датчиками Polar W.I.N.D.:

Датчик скорости шага Polar s3 W.I.N.D., GPS-датчик Polar G3, датчик скорости езды на велосипеде Polar W.I.N.D. и датчик частоты педалирования Polar W.I.N.D для велосипеда.

При покупке нового датчика, его необходимо активировать и установить на монитор сердечного ритма. Этот процесс называется обучением и занимает несколько секунд. Благодаря обучению монитор сердечного ритма получает сигналы только от передатчика и датчика, а физические упражнения выполняются в группе без нарушений. Дополнительная информация находится в разделе *Feature Settings (Настройки параметров)* руководства пользователя.



Перед вводом события обязательно выполните дома процесс обучения, что необходимо во избежание помех при передаче данных на большие расстояния.

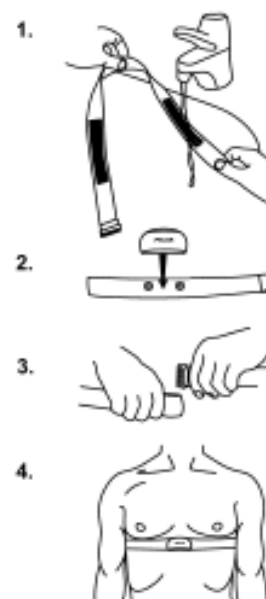
Если датчик и монитор сердечного ритма были куплены как комплект, датчик уже будет «обучен» работе вместе с монитором. В таком случае необходимо только активировать датчик на мониторе. Дополнительная информация находится в разделе *Feature Settings (Настройки параметров)* руководства пользователя.

4. ТРЕНИРОВКА

Одеваем передатчик

Перед тем как начать запись данных тренировки наденьте передатчик WearLink.

1. Хорошо промойте электродные участки ремня под проточной водой.
2. К ремню прикрепите соединитель. Отрегулируйте длину ремня таким образом, чтобы он сидел плотно, при этом в нем должно быть комфортно.
3. Обтяните ремнем грудную клетку, непосредственно под грудными мышцами, и прикрепите крючок к другому концу ремня.
4. Проверьте, чтобы мокрые электродные участки плотно прилегали к коже, а логотип соединителя Polar располагался по центру вертикально.



Если необходимости в использовании соединителя нет, открепите его от ремня, чтобы таким образом максимально продлить срок службы передатчика. Подробные инструкции по промыванию см. в разделе «Уход и техническое обслуживание».

Начало тренировки

Наденьте передатчик и дополнительный датчик*, как указано в руководстве пользователя датчика.

1. Начните измерение частоты сердечных сокращений, нажав кнопку ОК на мониторе. В течение 15 секунд данные о частоте сердечных сокращений отобразятся на дисплее.
2. Чтобы во время тренировки использовался датчик, крепящийся на кроссовок или велосипед*, выберите датчик в **Settings (Настройки) > Shoes/bikes (Бег/Велосипед)**. Для использования GPS-датчика выберите **Settings > GPS > On (Вкл.)**.
3. Не шевелитесь и дождитесь, пока монитор обнаружит сигнал датчика (символ бегуна/велосипедиста/системы GPS перестает мигать).
4. Начните запись данных упражнения, нажав кнопку ОК.



Либо выберите **Settings**, чтобы сменить или просмотреть различные настройки до выполнения упражнения. Дополнительная информация обо всех имеющихся настройках находится в руководстве пользователя.

* Необходим дополнительный датчик скорости шага Polar s3 W.I.N.D., датчик скорости езды на велосипеде W.I.N.D. или датчик частоты педалирования W.I.N.D.

Информация на дисплее

На экране монитора выводятся сразу три различные строчки с информацией о физических упражнениях. Нажатие кнопки UP (ВВЕРХ) или DOWN (ВНИЗ) позволяет просматривать различные дисплеи. Название дисплея отображается в течение нескольких секунд. Название обозначает нижнюю строчку данных. Дисплей изменяется в зависимости от того, какие установлены датчики, какие параметры включены, а также от вида выполняемого упражнения.

Дисплеи по умолчанию при выполнении физических упражнений:



Частота сердечных сокращений просмотр
 Скорость/шаг / калории
 Секундомер
 Частота сердечных сокращений



Секундомер просмотр
 Калории
 Время
 Секундомер



Промежуточный результат просмотр
 Указатель зоны
 Частота сердечных сокращений
 Промежуточный результат



Скорость/шаг просмотр
 Частота педалирования
 Расстояние
 Скорость/шаг



Расстояние просмотр
 Таймер обратного отсчета
 Указатель зоны
 Расстояние / Промежуточный результат

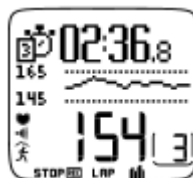


Высота просмотр (отображается только в том случае, если параметр высоты активирован в **Settings > Features (Параметры)**).

Частота сердечных сокращений

Подъем

Высота



Упражнение, созданное с помощью Polar ProTrainer 5

Если из программного обеспечения была загружена программа, данные о тренировке будут отображаться на отдельном дисплее. Дополнительная информация находится в разделе **Perform Programmed Exercise (Выполнение запрограммированного упражнения)**. Данные дисплей

нельзя изменить с помощью монитора сердечного ритма.

Индивидуальная настройка дисплея

Дисплей монитора сердечного ритма можно настроить так, чтобы он отображал ту информацию, которая необходима во время тренировки с помощью компьютера либо с помощью программного обеспечения ProTrainer 5. Доступная информация зависит от активированных параметров. Дополнительная информация находится в разделе *Personalize Training Computer Display (Индивидуальная настройка дисплея монитора сердечного ритма)* руководства пользователя.

Объединение упражнений

Монитор сердечного ритма RS800CX позволяет пользователю объединять последовательные упражнения. Если новая тренировка начинается через час после окончания предыдущей тренировки, на экран выводится вопрос **Combine exercises? (Объединить упражнения?)**

Чтобы объединить текущую тренировку с файлом предыдущих упражнений, выберите YES (ДА). Во время тренировки на экран выводится обзор нескольких видов упражнений. Максимальное количество объединяемых упражнений – десять.



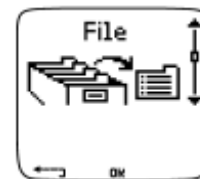
Multisport (Несколько видов упражнений) просмотр
 Общее расстояние объединенного упражнения
 Общее количество калорий объединенного упражнения
 Общая длительность объединенного упражнения



Программное обеспечение Polar ProTrainer 5 позволяет объединять упражнения после выполнения тренировки и проводить их дальнейший анализ. Дополнительную информацию смотрите в справке программного обеспечения Polar ProTrainer 5.

5. ПОСЛЕ ТРЕНИРОВКИ

После выполнения упражнения необходимо очистить передатчик. После каждого использования отсоединяйте соединитель передатчика от ремня и промывайте ремень под проточной водой. Регулярно, не реже, чем после каждого пятого использования, стирайте ремень в стиральной машине при температуре 40 C (104°F). Полные инструкции по уходу и техническому обслуживанию представлены в разделе «Уход и техническое обслуживание».



Чтобы просмотреть основные данные о своей работоспособности, выберите опцию **File (Файл)** на мониторе сердечного ритма. Для проведения более глубокого анализа перешлите данные в Polar ProTrainer 5. В данном программном обеспечении представлены различные опции, с помощью которых производится анализ данных.

- В **Exercise Log (Журнал упражнений)** хранится не более 99 файлов с упражнениями.
- В отчете **Weekly (Недельный)** отображаются отчеты за последние 16 недель.
- В **Totals (Итоговые данные)** содержатся суммарные значения, записанные во время тренировок.
- **Delete (Удалить)** файлы. Чтобы просмотреть данные упражнений, нажмите ОК и переместитесь UP (ВВЕРХ) или DOWN (ВНИЗ).

Дополнительная информация о том, как производить обзор данных о тренировке и пересылать данные в программное обеспечение ProTrainer 5, представлена в руководстве пользователя.

6. ИНФОРМАЦИЯ ПО ОБСЛУЖИВАНИЮ КЛИЕНТОВ

Уход и техническое обслуживание

Уход за изделием

Как и с любым другим электронным устройством, с монитором сердечного ритма Polar необходимо обращаться очень осторожно. Представленные ниже рекомендации помогут выполнить гарантийные обязательства и пользоваться данным изделием в течение многих лет.

После каждого использования отсоединяйте соединитель передатчика от ремня и промывайте ремень под проточной водой. Вытирайте соединитель мягким полотенцем. Ни в коем случае не используйте спирт и абразивные вещества (металлическую мочалку или чистящие средства).

Регулярно, не реже, чем после каждого пятого использования, стирайте ремень в стиральной машине при температуре 40 C (104°F). Это обеспечит достоверность показаний и максимально продлит срок службы передатчика. Используйте мешок для стирки. Не замачивайте, не сушите в центрифуге, не утюжьте, не подвергайте химической чистке и не отбеливайте ремень. Не используйте моющее средство с отбеливателем или кондиционером для белья. Никогда не помещайте соединитель передатчика в стиральную машину или сушилку!

Сушите и храните ремень и соединитель передатчика отдельно. Стирайте ремень в стиральной машине перед длительным хранением, а после каждого использования – в воде из-под крана с высоким содержанием хлора.

Храните монитор сердечного ритма и передатчик в сухом прохладном месте. Не храните их во влажной среде, воздухонепроницаемом материале (пластиковой или спортивной сумке), а также вместе с токопроводящими материалами (мокрым полотенцем). Не подвергать длительному воздействию прямых солнечных лучей.

Температура эксплуатации составляет от –10°C до +50°C (от +14°F до +122°F).

Обслуживание

Рекомендуется, чтобы в течение двухлетнего срока действия гарантии техническое обслуживание изделия производилось только в авторизованном сервисном центре компании «Polar». Гарантия не распространяется на непосредственные и последующие повреждения, возникшие в результате обслуживания, не авторизованного компанией «Polar Electro». Дополнительная информация находится в разделе «Limited International Polar Guarantee» (Ограниченная международная гарантия компании «Polar»).

Замена батарей

Чтобы самостоятельно заменить батареи монитора сердечного ритма или передатчика, строго придерживайтесь инструкций руководства пользователя. Все батареи заменяются одинаковым образом.

Чтобы замену батарей произвели специалисты компании «Polar», обратитесь в авторизованный сервисный центр «Polar». После замены батареи обслуживающий персонал проверит работу датчика.

При чрезмерно частом использовании фоновой подсветки батареи монитора сердечного ритма разряжаются намного быстрее. В условиях пониженной температуры может появиться индикатор разрядки батареи, который снова исчезнет при повышении температуры окружающей среды. Для обеспечения максимального срока службы крышки батарейного отсека, открывайте ее только при замене батарей. Производя замену батареи, удостоверьтесь в целостности уплотнительного кольца. Если оно повреждено, его нужно заменить. Комплект батарей с уплотнительными кольцами можно приобрести у дистрибьюторов с широким ассортиментом продукции и в авторизованных сервисных центрах компании «Polar». В США и Канаде уплотнительные кольца можно приобрести только в авторизованных сервисных центрах «Polar».



Храните батареи в недоступном для детей месте. При проглатывании сразу же обратитесь к врачу. Утилизация батарей производится в соответствии с местным законодательством.

Меры предосторожности

Помехи при выполнении упражнений

Электромагнитные помехи и тренажерное оборудование

Нарушения в работе возникают у монитора сердечного ритма, расположенного возле микроволновых печей и компьютеров. Также помехи при работе с RS800CX могут вызвать базовые станции сети WLAN. Во избежание неустойчивости показаний или неправильной работы монитора не располагайтесь вблизи от возможных источников помех.

Тренажерное оборудование с электронными или электрическими деталями, например, светодиодными индикаторами, двигателями и электрическими тормозами, может привести к возникновению рассеянных помех. Для решения этих проблем попробуйте сделать следующее:

1. Снимите передатчик с грудной клетки и используйте тренажерное оборудование обычным способом.
2. Перемещайте монитор сердечного ритма до тех пор, пока он не перестанет выводить побочные показания или не погаснет значок сердца. Самые сильные помехи возникают, как правило, непосредственно перед дисплеем оборудования, при этом слева или справа от дисплея помехи относительно слабые.
3. Снова наденьте передатчик на грудную клетку и старайтесь, чтобы монитор сердечного ритма находился в зоне без помех как можно дольше.

Если монитор сердечного ритма все же не работает с тренажерным оборудованием, это означает, что беспроводному измерению частоты сердечных сокращений мешают слишком сильные электрические шумы.

Использование монитора сердечного ритма RS800CX в воде. Монитор сердечного ритма является водонепроницаемым. Однако частота сердечных сокращений в воде не измеряется. Монитор можно использовать под водой как часы, но он не является подводным прибором. Для сохранения водонепроницаемости монитора не нажимайте под водой расположенные на нем кнопки. Использование монитора сердечного ритма при слишком сильных ливнях также может быть причиной возникновения помех.

Снижение рисков при выполнении упражнений

Выполнение упражнения подразумевает некоторый риск. Перед выполнением обычной программы тренировки рекомендуется ответить на следующие вопросы, касающиеся состояния Вашего здоровья. Если Вы отвечаете «да» на любой из этих вопросов, прежде чем приступить к выполнению какой-либо программы тренировки, проконсультируйтесь с врачом.

- Ваша физическая активность в течение последних 5-ти лет была слабой?
- У Вас повышенное давление или повышенное содержание холестерина в крови?
- Принимаете ли Вы какие-либо препараты, влияющие на артериальное давление или работу сердечно-сосудистой системы?
- Возникали ли у Вас проблемы с дыхательной системой?
- Есть ли у Вас симптомы какого-либо заболевания?
- Восстановили ли Вы свое здоровье после серьезной болезни или медицинского лечения?
- Используете ли Вы электрокардиостимулятор либо другое имплантированное электронное устройство?
- Вы курите?
- Вы беременны?

Обратите внимание на то, что, кроме интенсивности тренировки, на частоту сердечных сокращений могут также повлиять препараты, назначаемые при сердечно-сосудистых заболеваниях, повышенном или пониженном артериальном давлении, психических расстройствах, астме, заболеваниях дыхательной системы и т.д., а также некоторые виды энергетических напитков, спиртных напитков и никотин.

Важно обращать внимание на реакцию своего организма при выполнении упражнения. **Если Вы чувствуете внезапную боль или чрезмерную усталость во время упражнения, не выполняйте его или продолжайте выполнять при меньшей нагрузке.**

Предупреждение для людей с электрокардиостимуляторами, дефибрилляторами или другими имплантированными электронными устройствами. Лица с вживленным электрокардиостимулятором используют компьютер для тренировок Polar на собственный риск. Перед его использованием рекомендуется проводить испытание при максимальной физической нагрузке под наблюдением врача. Данное испытание должно подтвердить безопасность и надежность одновременного использования электрокардиостимулятора и монитора сердечного ритма Polar.

Если у Вас есть аллергия на какое-либо вещество, контактирующее с кожей, либо существует вероятность аллергической реакции в результате использования данного изделия, ознакомьтесь с материалами, указанные в разделе «Технические спецификации». Во избежание какой-либо реакции кожи на передатчик, наденьте его на рубашку, но хорошо ее смочите в местах прикрепления электродов для обеспечения работы без искажения данных.



Совместное воздействие влаги и сильного трения может вызвать появление черных пятен от передатчика, которые могут запачкать светлую одежду. Если на кожу нанесено средство от насекомых, в этих местах кожа не должна контактировать с передатчиком.

Технические спецификации

Монитор сердечного ритма

Срок службы батареи:	Лазерное устройство Класса I В среднем 1 год (1 ч/день, 7 дней/нед.)
Тип батареи:	CR2032
Уплотнительное кольцо батареи:	Кольцо круглого сечения 20,0 x 1,1, из силикона
Температура эксплуатации:	от -10°C до +50°C (от 14°F до 122°F)
Материал, из которого изготовлена манжета и застежка:	Полиуретан, нержавеющая сталь
Задняя крышка:	Полиамид, нержавеющая сталь в соответствии с Директивой ЕС 94/27/EU и дополнением 1999/C 205/05 по вопросам выделения никеля из изделий, предназначенных для прямого длительного контакта с кожей.
Точность часов:	Менее $\pm 0,5$ секунд/день при температуре 25°C (77°F).
Точность монитора частоты сердечных сокращений:	$\pm 1\%$ или 1 уд./мин., в зависимости от того, какое из этих значений является больше.
Диапазон измерения частоты сердечных сокращений:	15-240
Диапазон показаний текущей скорости:	Датчик скорости шага: 0-36 км/ч или 0-22,3 миль/ч, частота педалирования 0-255 об./мин. GPS-датчик G3: 0-250 км/ч или 0-155,3 миль/ч, Датчик скорости: 0-127 км/ч или 0-78,9 миль/ч Датчик темпа: 15-200 об./мин.
Диапазон показаний высоты:	-550 м ... + 9000 м (-1800 футов ... + 29500 футов) Наручное устройство Polar вычисляет высоту над уровнем моря с помощью стандартной средней высоты при заданном давлении воздуха согласно стандарту ISO 2533.
Разрешение при определении подъема/снижения:	5 м (20 футов).

Предельные значения монитора сердечного ритма

Максимальное количество файлов:	99
Максимальное время:	99 ч 59 мин. 59 сек.
Максимальное число промежуточных, результатов, фиксируемых вручную:	99
Максимальное число промежуточных, результатов, фиксируемых автоматически:	99
Общее расстояние 1/2/3 при беге:	999 999 км/621370 миль
Общее расстояние 1/2/3 при езде на велосипеде:	999 999 км/621370 миль
Общее расстояние при ходьбе/использовании GPS/езде на велосипеде:	999 999 км/621370 миль
Общее расстояние:	999 999 км/621370 миль
Общая продолжительность:	9999 ч 59 мин. 59 сек.
Общее количество калорий:	999 999 ккал
Общее число упражнений:	9999
Общий подъем:	304795 м/999980 футов
Общие показания одометра:	999 999 км/621370 миль

Передатчик

Срок службы батареи передатчика WearLink W.I.N.D.:	В среднем 2 года (3 ч/день, 7 дней/нед.)
Тип батареи:	CR2025
Уплотнительное кольцо батареи:	Кольцо круглого сечения 20,0 x 1,0, из силикона
Температура эксплуатации:	от -10°C до +40°C (от 14°F до 104°F)
Материал, из которого изготовлен соединитель:	Полиамид
Материал, из которого изготовлен ремень:	Полиуретан/полиамид/полиэстер/эластан/нейлон

Программное обеспечение Polar ProTrainer 5™

Системные требования:	ПК ОС Windows® 2000/XP (32-разрядная), Vista Порт стандарта IrDA (внешнее IrDA-устройство или встроенный ИК-порт) Кроме того, программное обеспечение требует наличие процессора Pentium II 200 МГц или выше, монитора SVGA или с более высоким разрешением, 50 Мб свободного места на жестком диске и дисковод для компакт-дисков.
-----------------------	--

Polar WebLink с использованием IrDA-соединения

Системные требования:	ПК ОС Windows® 98/98SE/ME/2000/XP Порт стандарта IrDA (внешнее IrDA-устройство или встроенный ИК-порт)
-----------------------	--

Монитор сердечного ритма Polar отображает уровень физиологического напряжения и интенсивности тренировки. Он выводит показатели работоспособности и условия окружающей среды, например, высоту над уровнем моря и температуру. Также он измеряет скорость и расстояние при использовании вместе с датчиком скорости шага s3/датчиком скорости велосипеда/GPS-датчиком G3; темп бега при использовании с датчиком скорости шага s3; частоту педалирования при использовании вместе с датчиком частоты педалирования и данные местонахождения при использовании вместе с GPS-датчиком G3. Никакое другое использование не предусмотрено и не подразумевается.

Запрещается использовать монитор сердечного ритма Polar для измерения параметров окружающей среды, требующего профессиональной или промышленной точности. Кроме того, запрещается использовать данное устройство для снятия показаний при проведении исследований в воздухе или под водой.

Водонепроницаемость продукции Polar проверена в соответствии с международным стандартом ISO 2281. Изделия подразделяются на три различные категории в зависимости от их водонепроницаемости. Найдите категорию водонепроницаемости, которая указывается с задней стороны изделия Polar, и сравните ее с представленной ниже таблицей. Обратите внимание, что данное описание не распространяется на продукцию других производителей.

Маркировка с тыльной стороны корпуса	Характеристика водонепроницаемости
Water resistant (Водонепроницаемый)	Защита от брызг, запотевания, капель дождя и т.п. Не предназначено для плавания.
Water resistant 30 m/50 m (Водонепроницаемый на глубине 30 м/50 м)	Предназначено для купания и плавания.
Water resistant 100 m (Водонепроницаемый на глубине 100 м)	Предназначено для обычного плавания, а также подводного плавания с дыхательной трубкой (без баллонов с воздухом).

*Данные характеристики также относятся к передатчикам Polar WearLink W.I.N.D. с маркировкой Water resistant 30 m.

Информация по обслуживанию клиентов

Гарантия и отказ от обязательств

Ограниченная международная гарантия компании «Polar»

- Данная ограниченная международная гарантия «Polar» выдана компанией «Polar Electro Inc.» для тех потребителей, которые приобрели данное изделие в США или Канаде. Данная ограниченная международная гарантия «Polar» выдана компанией «Polar Electro Oy» для тех потребителей, которые приобрели данное изделие в других странах.
- Компания «Polar Electro Oy»/«Polar Electro Inc.» гарантирует первоначальному потребителю/покупателю данного устройства отсутствие дефектов материала или качества изготовления у данной продукции в течение двух лет от даты покупки.
- **Не выбрасывайте квитанцию или карточку обслуживания клиентов компании «Polar» с печатью, которая является доказательством совершенной покупки!**
- Гарантия не распространяется на батареи, повреждения, возникшие в результате неправильной эксплуатации, неквалифицированного обращения с устройством, несчастных случаев или несоблюдения мер предосторожности, неправильного технического обслуживания, использования в коммерческих целях, на треснувшие или разломавшиеся корпуса, а также на эластичный ремень.
- Гарантия не покрывает какие-либо повреждение(-я), убытки, издержки или расходы, прямые, косвенные или побочные, последующие или особые, обусловленные или связанные с изделием. В течение гарантийного периода пользователь имеет право бесплатно отремонтировать или заменить изделие в авторизованном сервисном центре.
- Данная гарантия не затрагивает юридические права потребителя, предусмотренные действующим федеральным законодательством или законодательством штата, а также права потребителя по отношению к дистрибьютору, обусловленные заключенным контрактом на продажу/покупку.

CE 0537

Данное изделие соответствует Директивам 93/42/ЕЕС и 1999/5/ЕС. Соответствующая Декларация соответствия доступна на сайте www.support.polar.fi/declaration_of_conformity.html.

Информация по обслуживанию клиентов



Данный перечеркнутый знак контейнера на колесах обозначает, что производимые компанией «Polar» изделия являются электронными устройствами и на них распространяется Директива 2002/96/ЕС Европарламента, а также постановления Совета по утилизации электрического и электронного оборудования (WEEE – Waste Electrical and Electronic Equipment). Таким образом,

утилизация данных изделий в странах ЕС должна производиться отдельно. Компания «Polar» призывает потребителей свести к минимуму возможное воздействие отходов на окружающую среду и здоровье человека также за пределами Европейского Союза путем соблюдения местных постановлений по утилизации отходов и по возможности собирать отработанные электронные устройства в отдельном месте.

Авторское право © 2008 Компания «Polar Electro Oy», г. Кемпеле, FIN-90440, Финляндия.

Производимая компанией «Polar Electro Oy» продукция соответствует стандартам ISO 9001-2000.

Все права защищены. Запрещается использовать или тиражировать в любой форме и любыми способами какую-либо из частей данного руководства без предварительного письменного согласия компании «Polar Electro Oy». Названия и логотипы, обозначенные знаком TM в данном руководстве пользователя или на упаковке данного изделия являются торговыми марками компании «Polar Electro Oy». Названия и логотипы, обозначенные знаком ® в данном руководстве пользователя или на упаковке данного изделия являются зарегистрированными торговыми марками компании «Polar Electro Oy», за исключением Windows, которая является зарегистрированной торговой маркой корпорации «Microsoft».

Отказ от обязательств

- Информация представлена в данном руководстве исключительно в справочных целях. Описанная в нем продукция может быть изменена без предварительного уведомления в связи с программой непрерывного развития, применяемой производителем.
- Компания «Polar Electro Inc.»/«Polar Electro Oy» не дает никаких заверений и гарантий, связанных с данным руководством или с описанной в нем продукцией.
- Компания «Polar Electro Inc.»/«Polar Electro Oy» не несет ответственности за какие-либо повреждения, убытки, издержки или расходы, прямые, косвенные или побочные, последующие или особые, обусловленные или связанные с использованием данного руководства или описанной в нем продукции.

Информация по обслуживанию клиентов

Данное изделие защищено одним или несколькими из следующих патентов: US 5486818, GB 2258587, HK 306/1996, W096/20640, 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. Другие патенты находятся на рассмотрении.

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

Эксклюзивный дистрибьютор POLAR в России и СНГ- компания МФИТНЕС: +7 (495) 974 1234 www.polar-russia.ru

Официальный дилер
мониторов сердечного ритма Polar в России и странах СНГ
компания **PolarSport**
www.PolarSport.ru
+7 (495) 22-33-586
mail@polarsport.ru

Фирменный магазин Polar:
Бизнес-центр "Контакт", г. Москва, Остаповский проезд, д.5,
стр. 1, офис 274.

Сертифицированные центры Polar в России:

Москва:

Нахимовский пр-т, 56
Тел.: (499) 744 34 72

Замена батареек:

Остаповский пр-д, д.5, стр. 1, офис 274
Тел.: (495) 22 33 586

Санкт-Петербург:

Наб. р. Карповки, 6
Тел.: (812) 346 13 38